

Türkiye’de Klinik Psikologların Mesleki İyilik Hali: Bir Gömülü Kuram Araştırması

Mert Ali Kurban¹
İstanbul Kültür Üniversitesi

Zeynep Maçkalı²
İstanbul Bilgi Üniversitesi

Özet

Bu araştırma, Türkiye’de klinik psikolog olma ve psikoterapist olarak çalışma deneyimini, bu alanda çalışan katılımcıların *öznel deneyimlerini anlamak* üzere; kişisel, çevresel ve mesleki unsurlarla birlikte Gömülü Kuram yöntemi çerçevesinde ele almaktadır. Çalışmanın örneklemini, İstanbul’da özel psikoterapi merkezleri, hastaneler ve üniversitelerin klinik psikoloji programlarında görev yapan 12 klinik psikolog (8 kadın, 4 erkek) oluşturmaktadır. Bulgular, meslek seçimine yönelik motivasyonla başlayan sürecin zorlayıcı ve kolaylaştırıcı faktörlerle şekillendiğini ve bu sürecin geliştirilen bireysel stratejilerle sürdürüldüğünü göstermektedir. Makalede Türkiye’deki mesleki süreçler ve bunların klinik psikologlara yönelik etkileri; mesleki iyilik hali, yeterlik ve öz yeterlik kavramları doğrultusunda tartışılmıştır. Mesleki yeterlik ve mesleki iyilik halini destekleyen stratejilerin, aynı zamanda diğer iyilik hali boyutlarına da katkı sunduğu değerlendirilmektedir. Bununla birlikte, bu stratejilerin uygulanmasında etkili olan yeterlik ve öz yeterlik süreçleri de araştırma bulguları çerçevesinde ele alınmıştır. Araştırma sonuçları doğrultusunda, tanımlanan stratejelere ek olarak öz bakım becerilerinin geliştirilmesinin olası etik ihlallerin önlenmesine, nitelikli ve güvenli bir ruh sağlığı hizmeti sunuma katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle öz bakım becerilerinin psikoloji eğitiminin bir parçası olarak ele alınması, süreklilik gerektiren bir ihtiyaç olarak değerlendirilmesi ve meslek içi eğitimlerle desteklenmesinin önemli olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Klinik Psikolog, Psikoterapist, Öz Yeterlik, İyilik Hali, Psikoloji

Abstract

This study examines the experience of being a clinical psychologist and working as a psychotherapist in Turkey, focusing on the *subjective experiences* of professionals and exploring personal, environmental, and professional factors using the Grounded Theory method. The sample consists of 12 participants (8 female, 4 male) working in private psychotherapy centers, hospitals and clinical psychology programs of universities in Istanbul. The research findings show that the process that starts with the motivation for choosing a profession is shaped by compelling and facilitating factors and this process continues with the individual strategies developed. In this article the professional process in Turkey and the effects of this process on clinical psychologists are discussed with the concepts of professional well-being, competence and self-efficacy. It is thought that the strategies implemented primarily for professional competence and professional well-being contribute to other dimensions of well-being of individuals. At the same time, the concepts of competence and self-efficacy that are effective in the application of these strategies are also discussed in line with the research findings. Based on the research results, it is thought that acquiring self-care skills in addition to the defined strategies can prevent possible ethical violations and contribute to a qualified and safe mental health service. For this reason, self-care skills should be considered as a part of psychology education, a continuous and sustainable need, and supported with in-service training.

Keywords: Clinical Psychologist, Psychotherapist, Self-Efficacy, Well-Being, Psychology

Yazışma Adresi: ¹Mert Ali Kurban, İstanbul Kültür Üniversitesi, E-Posta: mertkurban@outlook.com, ORCID: 0000-0002-4408-7043

²Zeynep Maçkalı, İstanbul Bilgi Üniversitesi, E-Posta: zeynep.mackali@bilgi.edu.tr, ORCID: 0000-0001-9965-0369

Yazar Notları

Bu çalışma için ilgili onay, İstanbul Arel Üniversitesi Etik Kurulu tarafından verilmiştir (Protokol No: 69396709-050.01.04). İnsan katılımcıları içeren çalışmalarda uygulanan tüm prosedürler, kurumsal ve/veya ulusal araştırma komitelerinin etik standartlarına uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Katılım Onayı

Çevrim içi katılımcılardan dijital olarak bilgilendirilmiş sözlü onam, yüz yüze katılımcılardan ise hem yazılı hem de sözlü bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Veri ve Materyal Erişilebilirliği

Veri seti, sorumlu yazardan talep üzerine temin edilebilir.

Türkiye’de Klinik Psikologların Mesleki İyilik Hali: Bir Gömülü Kuram Araştırması

Psikoloji çalışmalarının Wilhem Wunt tarafından kurulan deneysel laboratuvarında başladığı bilinmekle birlikte (Schultz ve Schultz, 2012), zaman içerisinde çalışmalar çeşitlilik göstermiş ve psikoloji farklı alt alanlara sahip bir disiplin haline gelmiştir. Bu alt alanlardan biri de klinik psikolojidir. Birey, grup ya da ailelerin karşılaştıkları yaşam zorluklarına yönelik müdahale stratejileri ve bilimsel araştırmaları kapsayan klinik psikoloji alanı; test, görüşme, takip ve değerlendirme süreçlerinde de görev almaktadır (APA, 2016). Bu tanımlama doğrultusunda klinik psikolojiyi, bilim ve uygulamanın keştiği bir alan olarak ifade etmek yanlış gözükmemektedir. Türkiye’de klinik psikologluk mesleğine dair ilk tanımlamaysa 2011 yılında yürürlüğe giren, 1219 sayılı Kanun ile gerçekleştirilmiştir. İlgili klinik psikolog tanımlaması; “*psikoloji veya psikolojik danışma ve rehberlik lisans eğitimi üzerine klinik ortamlarda gerekli pratik uygulamaları içeren klinik psikoloji yüksek lisansı veya diğer lisans eğitimleri üzerine psikoloji veya klinik psikoloji yüksek lisansına ilaveten klinik psikoloji doktorası yapan sağlık meslek mensubudur.*” şeklindedir (Yumru, 2019, s.5).

Türkiye’de psikoterapist olarak görev yapan klinik psikologlar için kapsamlı bir meslek yasasının olmadığı bilinmektedir. Bu belirsizlik, klinik psikolog ve psikoterapist unvanlarının kullanım alanları arasında bir karmaşaya sebebiyet vermektedir. Klinik psikolog ve psikoterapist unvanları arasındaki en temel farklılık, klinik psikolog unvanının bilimsel yeterliliği ifade etmesine karşın psikoterapist unvanının, psikolojinin uygulama alanlarına yönelik gerçekleştirilen terapi eğitimleri ve süpervizyon süreçlerinin tamamlanması ile kazanılan bir unvan olmasıdır. Dolayısıyla bu iki unvanın birbiri yerine kullanılması uygun değildir (Türk Psikologlar Derneği, 2023). Bu karmaşa, psikoterapi hizmetini verecek uzmanın profesyonel yeterlilik standardı açısından risk oluşturmakta ve etik ilkelerden biri olan yetkinlik ile ilgili bir dizi soruyu beraberinde getirmektedir. Nitekim bu durumun, danışana zarar vermeme ilkesi çerçevesinde değerlendirilmesi önemlidir.

Çalışmanın klinik psikolog olmayı seçmek ve sürdürmek deneyimine yönelik gerçekleştirilmesi dolayısıyla; kişiler için mesleğin ne ifade ettiğinin anlaşılması ve meslek seçimi üzerinde etkili olan faktörlerin değerlendirilmesinin önemli olduğu düşünülmüştür. Ülkü (1976), mesleğin yalnızca ekonomik olarak gelir elde etmenin bir yolu değil, bir yaşam biçimi ve topluma ait roller kümesi olduğunu vurgulamaktadır. Her meslek için para kazanmak önemli olmakla birlikte, mesleğe yönelme üzerinde etkili olan tek faktör ücret değildir. Birden çok faktörden etkilenen meslek seçimi aynı zamanda; kapasiteyi ortaya koymanın ve kendini gerçekleştirme-

nin de bir yoludur (Kuzgun, 2003). Bu iki tanımlamada da gözlendiği üzere, bir işin meslek olarak tanımlaması belirli koşullara bağlı olmakla birlikte mesleğin, kişilerin yaşamları açısından; yaşamı idame ettirme, yaşam planı oluşturma, kendini gerçekleştirme ve ortaya koyma biçimi gibi toplumsal varoluşları açısından da önemli olduğu ifade edilmektedir.

Aynı zamanda yapılan bir işin, meslek olarak değerlendirilebilmesi için kişilerin belirli bir eğitim sürecinden geçmiş olmaları ve alınan eğitimin, toplum tarafından kabul edilebilir olması gerekmektedir (Gülbetkin, 2019). Meslek ile ilgili tanımlanmış standartlara; gerçekleştirilen analizler ve işlerin niteliğine göre değişmekle birlikte kişilerin görevlerini, mesleki yeterlik seviyesine uygun olarak gerçekleştirmeleri temelinde dayanmaktadır. Aynı zamanda kişilerin sahip olması gerektiği ifade edilen; bilgi, yetkinlik ve becerileri kapsayan mesleki standartlar, mesleki anlamda yürürlükte olan mevzuat ve idari gereklilikleri de kapsamaktadır (Ergüven, 2019). Bir mesleğin kalitesi, o mesleği kaliteli, nitelikli ve güvenilir bir biçimde yerine getirebilecek profesyonellerin varlığıyla doğru orantılı olarak artmaktadır. Gerçekleştirilen bir işin kalitesi ise, kişinin sahip olduğu ve hissettiği mesleki yeterlik algısıyla ilişkilidir. İcra edilecek mesleğe ilişkin bilgi, beceri ve yetkinliğin varlığına ek olarak sahip olunan yeterlik algısının; üstlenilen mesleki sorumluluk, görevlerin yerine getirebileceğine yönelik inanç ve yetkinliği geliştirmeye yönelik girişimler üzerinde olumlu katkı sağlayan unsurlar olduğu ifade edilmektedir (Sarp Astan, 2017).

Kişinin bir etkinliği, görevi ya da mesleği optimum düzeyde yerine getirebilme kapasitesini vurgulayan yeterlik kavramı ile ilgili ortaya konulan tanımlamalar, bu kavramın çok boyutlu bir yapısı olduğunu göstermektedir (Biçer, 2021). Kişinin edindiği bilgi, yetkinlik veya beceri gibi öğelerin belirli bir standarda ulaştığı anlamını taşıyan yeterlik kavramı, yetkili bir kurum tarafından gerçekleştirilen değerlendirme yöntemleri ya da eğitim sürecinin başarılı bir şekilde tamamlanmasını gerekli kılmaktadır (Ergüven, 2019). Bu bağlamda, psikoloji alanında ortaya konulan mesleki standartların da tanımlanan ilke ve mevzuatlar çerçevesinde değerlendirilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Psikoloji alanında çalışan kişilerin etik bir tutum sergilemelerini sağlamak amacıyla ortaya konulan ve Türk Psikologlar Derneği (TPD, 2004) tarafından yayınlanan yönetmeliklere ek olarak dünya genelinde kabul gören, yaygın kullanıldığı bilinen American Psychological Association (APA, 2017) ve European Federation of Psychologists’ Association [EFPA] tarafından hazırlanan etik yönetmelikler de söz konusudur (EFPA, 2005). Ruh sağlığına yönelik hazırlanmış tüm bu etik yönetmeliklerde, yetkinlik ilke-

sinin ilk sıralarda yer aldığı göze çarpmaktadır. Yetkinlik ilkesi kapsamında ortaya çıkabilecek ikilemler ile ilişkili değerlendirilebileceği düşünülen ve TPD (2004, s.7) tarafından yayınlanan “Tüm psikologların işaret edilen uluslararası standartlar dahilinde ve Türkiye Cumhuriyeti Psikologlar Meslek Yasası’nın ve Türk Psikologlar Derneği’nin önerdiği ve gerekli gördüğü standart ve koşullarda gerekli yasal eğitime sahip olup, yetkinlik kazanarak, sahip olduğu yetkinliği güncel tutmak ve arttırmak sorumluluğunu üstlenmesidir.” şeklinde tanımlanan maddede, mesleki yetkinliğe sahip olmanın ve bu yetkinliği güncel tutarak geliştirilmenin bir gereklilik olduğu ifade edilmektedir.

Yeterlik, becerinin optimum düzeyde yerine getirilmesi gibi kişisel yeterlikler ile ilişkiyken yeterlik inancı; kişinin, yapılan eylemin iyi bir şekilde sonuçlanacağına yönelik olumlu duygu ve düşünceleri kapsayan ve eylem için tetikleyici işleve sahip bir kavramdır (Sarp Astan, 2017). Yeterlik duygusunun üst seviyede olması; kişinin gayret ve karşılaştığı zorluklara karşı direncini arttırmakta; stres ve gerginlik düzeyini doğrudan etkilemektedir (Demir, 2020). Öz yeterlik kişinin çevresi ve kendisini keşfetmesiyle birlikte gelişmeye başlayan, kişilerin davranışları üzerinde etkili olan bir kavramdır. (Tathoğlu, 2021). Öz yeterlik, psikolojik anlamda duygu ve düşünceleri de kapsayan içsel süreçlerle ilişkili bir kavramdır (Özdirek, 2021). Bandura (1997) öz yeterliği, bireyin sahip olduğu becerileri başarıyla uygulayabilme kapasitesine yönelik inancı olarak tanımlamıştır. Öz yeterlik inancını etkileyen dört temel kaynak; *doğrudan deneyim, dolaylı yaşantılar, sözle ikna* ve bireyin *fiziksel-duygusal durumudur*. Öz yeterliğin kişiye yönelik etkileri ise *motivasyonel, duygusal, bilişsel ve seçim süreçleri* şeklinde ifade edilmektedir (Karadağ, 2019). Bu çalışmada öz-yeterlik kaynakları ve bireye yönelik etkilerine ilişkin kuramsal açıklamalar, alanyazın bölümünde çerçeve oluşturmak amacıyla özetlenmiş; kavramların ayrıntılı biçimde ele alınması ise nitel bulgularla doğrudan ilişkilendirilebilmesi için tartışma bölümünde kapsamlı biçimde gerçekleştirilmiştir.

Her mesleğin kendine özgü yeterlikler gerektirdiği göz önünde bulundurulduğunda, klinik psikolog olma deneyiminin yalnızca mesleki yeterlik ve öz yeterlik kavramlarıyla değil; aynı zamanda meslek seçimi, mesleki uygulamaya ilişkin süreçler ile mesleğin sosyal ve çevresel etkileri çerçevesinde ele alınmasının, mesleki iyilik halinin bütüncül olarak anlaşılması açısından önemli olduğu değerlendirilmektedir.

İyilik Hali

İyi oluş, bireyin kendini ne kadar iyi hissettiğine yönelik öznel değerlendirmelerini ifade eder. Bu yönüyle, sağlıklı yaşam davranışlarını kapsayan ‘iyilik hali’nden

den (wellness) ayrılır; çünkü iyi oluş öznel deneyime, iyilik hali ise davranışsal ve yaşam tarzı boyutuna yöneliktir (Rachele ve ark., 2013). Myers ve ark. (2000), iyilik halini; ruh, beden ve zihnin bütünüleşerek, kişinin optimum düzeyde sağlıklı olmaya yöneldiği, sosyal, mesleki ve hayatın diğer alanlarında işlevsel bir yaşam sürdürme hali olarak tanımlamışlardır. İyilik haline yönelik ortaya konulan birçok model olmakla birlikte, tüm bu modeller; dengeyi vurgulamakta, sağlıklı yaşam öğelerine değinmekte ve öznellik gibi çeşitli özellikleri ifade ederek iyilik halini çok boyutlu yapıda ele almaktadır (Miller ve Foster, 2010). Türkiye’de en çok bilinen ve İyilik Hali Yıldız Modeli (*The Well-Star Model Of Wellness*) olarak adlandırılan model, beş farklı boyuttan oluşmaktadır: *sosyal, psikolojik/duygusal, fiziksel, yaratıcı-spiritüel, entelektüel/bilişsel* (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Roscoe (2009), tanımlanan iyilik hali modellerinde sosyal, duygusal, fiziksel, yaratıcı-spiritüel ve entelektüel boyutlara ağırlık verildiğini ancak mesleki, psikolojik ve çevresel etmenlerin yeterli düzeyde değerlendirilmediğini ifade etmiştir (akt. Owen ve ark., 2016).

Sosyal İyilik Hali, kişinin diğer bireyler, toplum ve çevre ile olan etkileşim biçimi ve niteliğine ek olarak; aile, arkadaş ya da diğer kişiler ile kurduğu ilişki ve algıladığı sosyal desteği ifade etmektedir (Korkut-Owen ve ark. 2017). Kurulan olumlu ilişkiler; diğerleri ile daha kaliteli, güvene dayalı ve karşılıklı duygusal bağ bulunan ilişkileri kapsamakta ve psikolojik iyilik halini olumlu yönde etkilemektedir (Ateş, 2020). Ryff ve Singer (2000), gerçekleştirdikleri çalışmalarında, kurulan olumlu ilişkilerin, stres düzeyinin azalmasına yardımcı hormonların salınımı üzerinde etkili olduğunu ve kişilerin, ruh hallerine olumlu yönde katkı sunduğunu bildirmişlerdir.

Duygusal iyilik hali, sadece duygusal ya da zihinsel bir hastalığa sahip olmama durumu değil, kişilerin yaşamlarındaki durum ve zorluklara; gerçekçi, olumlu ve gelişimi sağlama yönünde bir deneyim olarak bakabilme, duygularını fark, kontrol ve ifade edebilmelerini kapsayan ve sağlığın içsel boyutlarını içeren bir kavramdır (Korkut-Owen ve ark. 2017). Kişilerin kendisi ve dünyaya dair olumlu değerlendirmelerini, sağlıklı kimlik gelişimini ve öz farkındalığı da kapsayan duygusal iyilik hali; kişilerin günlük yaşamlarındaki olaylara uyum sağlama ve sağlıklı baş etme becerilerini de içermektedir (Roscoe, 2009).

Fiziksel iyilik hali, bedensel duyumlar ve ruhsal gerilimlere dair farkındalık kazanılarak, sağlıklı beslenme ve yeterli bedensel hareketliliği içeren alışkanlıkların benimsenmesiyle desteklenir; aksi takdirde hareketsizlik ve sağlıksız davranışlar, uzun vadede kalp ve damar hastalıkları, diyabet ve hipertansiyon gibi ciddi rahatsızlıklara yol açabilir, dolayısıyla gelişimin erken dönemlerin-

den itibaren sağlıklı davranışların edinilmesinin önemli olduğu ifade edilmektedir (Needham ve Crosnoe, 2005). Bu bilgilere ek olarak kişilerin; riskli şekilde araç kullanmak, alkol-madde kötüye kullanımı, riskli cinsel yaşam vb. davranışlardan kaçınmaları da fiziksel iyilik hali ile ilişkidir (Myers ve Sweeney, 2004).

Yaratıcı-Spiritüel iyilik hali, kişilerin yaşamlarına huzur ve esenlik katan; müzik, edebiyat, resim gibi sanatsal alanlara ek olarak dini ve spiritüel inançları da kapsayarak yaşamı anlamlandırmaya katkı sağlayan tüm yaşantılar olarak ifade edilmektedir (Berk, 2010). Spiritüel iyilik haline sahip olan kişiler; yaşam amaçları ve hayatın anlamını sorgulayan, sahip olduğu potansiyelini içerisinde bulunduğu bağlantıları fark etmeye yönelterek yaşamdan doyum alabilen ve kendisini tamamlanmış hissedilen kişilerdir (Korkut ve Owen, 2012).

Entelektüel-Bilişsel iyilik hali, kişilerin bilişsel açıdan gelişimlerinin devamlılığını sağlamaları, zihinsel açıdan aktif olmayı sevmeleri ve edindikleri yeni bilgileri günlük yaşamlarında ve toplum yararına kullanabilme kapasiteleri olarak ifade edilmektedir (Korkut- Owen ark. 2017). Kişilerin ücretli veya gönüllü fark etmeksizin kişisel değerlerini korumaya yönelik etkinliklere dahil olmaları, sosyal ve mesleki rolleri arasında denge kurabilmeleri de entelektüel iyilik hali ile ilişkilidir (Miller ve Foster, 2010).

Hettler (1980) mesleki iyilik halini; kişinin değerleri ile örtüşen ve değerleri doğrultusunda kendisini ifade etmesine ya da dışa vurmasına aracılık eden, doyum ve zenginlik duygusunu hissetmesi olarak tanımlamışlardır. Mesleki iyilik hali; kişinin işini benimsemesi ve sahip olduğu işle toplumsal fayda sağlayabilme unsurlarını kapsamakta ve bu unsurlar aracılığıyla bireylerin, kişiliğine olumlu yönde katkı sağlaması anlamını taşımaktadır (Teke Kaynarca, 2019). Bu tanımlamadan hareketle, klinik psikolog olma deneyiminin; mesleki ve ruhsal etkilerinin araştırılmasına yönelik gerçekleştirilen çalışmamız için mesleki iyilik halinin önemli bir kavram olduğu düşünülmüştür. Mesleki iyilik hali; kişinin kendisine özgü ilgi, değer, beceri, yetenek ve topluma katkı sağlama unsurları doğrultusunda, maaşlı ya da maaşsız fark etmeksizin, kişinin mesleğini ne derece tatmin edici ve anlamlı gördüğü ile ilişkilidir (Miller ve Foster, 2010). Renger ve ark. (2000) tarafından yürütülen çalışmada, mesleki iyilik halinin çevresel iyilik haliyle yakından ilişkili olduğu vurgulanmakta; çevresel iyilik halinin ise bireyin içinde yer aldığı tüm yaşam alanlarıyla kurduğu etkileşimin niteliğini tanımladığı belirtilmektedir. Bu sebeple çevresel iyilik halinin artması halinde mesleki iyilik halinin de artacağı ifade edilmektedir. İş yerlerinde mesleki iyilik hali ile ilgili gerçekleştirilen çalışmalar; güvenli ve destekleyici bir iş yeri ortamının mesleki iyilik halini desteklediğini (Foster ve ark.,

2011), çalışanlar arasındaki sosyal etkileşimin mesleki iyilik halini olumlu etkileyebileceğini (Miller ve Foster, 2010) ve bu kavramın; yeterlik, özerklik ve gayret ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Şahin, 2022).

Psikologların Mesleki İyilik Halleri ile İlişkili Unsurları Konu Edinen Araştırmalardan Örnekler

Ulusal ve uluslararası alanyazın incelendiğinde ruh sağlığı çalışanlarına yönelik gerçekleştirilen araştırmaların ağırlıklı olarak psikiyatri hekim ve hemşireleri olmak üzere, klinik psikologlar, psikologlar, psikolojik danışmanlar ve sosyal çalışmacılar ile gerçekleştirildiği gözlenmiştir. Psikologların mesleki iyilik haliyle ilişkili olabilecek araştırmaların, özellikle nitel araştırmaların, oldukça az olduğu dikkati çekmiştir. Bu durum, mevcut araştırmanın alanyazına özgün bir katkı sağlayabileceği yönünde değerlendirilmiştir. Bu sebeple aşağıda sunulan araştırma örneklerinde ruh sağlığı profesyonellerinin mesleki iyi oluşlarıyla ilişkili olduğu düşünülen nicel ve nitel araştırmalara yer verilmiştir. Psikologlar ile gerçekleştirilen çalışmalar ağırlıklı olarak, psikoterapistlerin meslek yaşamları için merhamet yorgunluğu, tükenmişlik ve stres tepkilerine yönelik gerçekleştirilmektedir.

a. Nicel Çalışma Örnekleri

Psikoterapistlerin mesleki iyilik hali ile ilişkili olduğu düşünülen ilk nicel çalışma örneğinde, Nissen-Lie ve arkadaşları (2013), psikoterapistlerin özel yaşamlarındaki olumsuzlukların, terapötik sürece ve ittifaka yansıdığını ortaya koymuştur. Benzer biçimde, Posluns ve Gall (2019) öz bakımın iyi oluş üzerindeki olumlu etkilerini vurgulamış; farkındalık, dengeli yaşam, sosyal destek ve fiziksel sağlığın ruh sağlığı profesyonelleri için önemini vurgulamıştır.

Laverdiere ve ark. (2019), empatinin çok boyutlu yapısına işaret etmiş ve empatinin düzenleyici rolünün, çalışma koşulları ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkide etkili olduğunu bildirmişlerdir. Görgülü ve Kumova (2022) ise duygusal tükenmişlikle başa çıkmada olumlu baş etme mekanizmalarının önemini vurgulayarak; kaçınma ve kendine ceza gibi olumsuz baş etme davranışlarının duygusal tükenmişlikle ilişkili olduğunu göstermişlerdir.

Kırmızııkaya (2022), psikolojik dayanıklılık ve algılanan sosyal desteğin eşduyum yorgunluğuna karşı koruyucu bir işleve sahip olduğunu ve tükenmişlik ile eşduyum yorgunluğu arasında pozitif korelasyon olduğunu bildirmişlerdir. Psikolojik dayanıklılığın ise eşduyum yorgunluğuna yönelik koruyucu müdahaleler için önemli vurgulanmıştır. Yiğit ve Maçkalı (2022), dezavantajlı gruplarla çalışan psikologlarda, strese baş etme tarzlarının eşduyum yorgunluğu üzerindeki etkisini incelemiş; stres, anksiyete ve depresyonun önemli yordayıcı oldu-

ğunu, demografik değişkenlerin de başa çıkma tarzlarına etki ettiğini ifade etmişlerdir.

Hoy ve Rzeszutek (2022), tükenmişliğin genellikle duygusal tükenme boyutunda yoğunlaştığını ve yaş, cinsiyet, deneyim gibi bireysel faktörlerin de duygusal tükenmeye etki ettiğini belirtmiştir. Deneyim süresi ve çalışma arkadaşlarının desteği gibi kurumsal faktörlerin tükenmişlikle baş edilebilmesi açısından önemli olduğu, ayrıca bireysel psikoterapi ve süpervizyonun bu süreçte olumlu katkı sunacağı belirtilmiştir. Özetle, gerçekleştirilen çalışmalarda mesleki iyi oluş için öz bakım uygulamalarının gerekliliği ve farkındalığın artırılması gerektiği vurgulanmıştır (Hoy ve Rzeszutek, 2022; Nissen-Lie ve ark. 2013; Posluns ve Gall, 2019).

Son olarak, Mamacı (2021), psikolog, psikolojik danışman ve psikiyatristlerin duygusal emek stratejileri, psikolojik iyi oluş ve psikolojik sermaye düzeylerini inceleyerek, psikolojik danışmanların diğer mesleklerle göre mesleki sermaye düzeylerinin daha yüksek olduğunu, psikiyatristlerin ise yüzeysel rol yapma stratejisini diğer iki meslek grubuna kıyasla daha sık kullandığı bildirmiştir. Yine aynı çalışmada ilgili meslek gruplarının psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir fark gözlenmemiş ve ruh sağlığı uzmanlarının yaşam kalitelerine yönelik gerçekleştirilecek nitel araştırmaların önemini ifade etmiştir.

b. Nitel Çalışma Örnekleri

Psikoterapistlerin mesleki iyilik hali ile ilişkili olduğu düşünülen nitel çalışmalarda ise, Baruch (2004) ve Figley (2002), empati ve şefkatle çalışmanın akut stres tepkileri ve tükenmişlik için risk oluşturabildiğini, öz bakım eksikliğinin ise etik ve işlevsel karar alma süreçlerine yönelik olumsuz etkileri olduğunu belirtmişlerdir. Öz bakımın etik bir sorumluluk olarak ele alınması gerektiğini vurgulayan araştırmacılar, sağlıklı baş etme stratejilerinin, iş-yaşam dengesinin ve duygusal-manevi ihtiyaçların karşılanmasının bir diğer ifade ile öz bakımın, psikoterapistler için oldukça önemli unsurlar olduğunu ifade etmişlerdir (Barnett ve ark., 2007; Baruch, 2004; Figley, 2002). Aynı zamanda psikoterapistlerin mesleki yeterliklerinin, kültürel ve kişisel farklılıklardan etkilenebileceği ancak danışanların iyi oluşlarına yönelik duyarlı bir tutum sergilemenin ve etik anlayışının, mesleki sorumluluk duygusuna katkı sunduğu ifade edilmektedir (Köylüoğlu ve Yalçınkaya Alkar, 2021).

Ulusal ve uluslararası alanyazında yetkin bir klinik psikolog olma sürecinde edinilen deneyimlerin, psikologların ruhsal durumlarına nasıl etki ettiğine yönelik çalışmaların az olduğu dikkati çekmiştir. Bu sebeple gerçekleştirilen çalışmada, Gömülü Kuram yöntemi kullanılarak katılımcıların klinik psikolog olma süreçlerine dair duygu, düşünce ve deneyimlerinin yanı sıra, ruh sağlığı

profesyoneli olarak kendi yaşamlarında uyguladıkları ve iyilik hallerine olumlu etki ettiğini düşündükleri stratejilerin bütüncül bir biçimde incelenmesi hedeflenmiştir.

2. Yöntem

2.1. Çalışma Grubu

Araştırmanın katılımcı grubunu, İstanbul’da çalışan ve beş yıl üzeri klinik uygulama deneyimi olan toplam 12 klinik psikolog oluşturmaktadır. Katılımcıların yaşları 29 ile 46 arasında değişmekte olup 8’i kadın (%67) ve 4’ü erkektir (%33). Katılımcıların eğitim düzeyleri; beşi doktora, yedisi ise yüksek lisans mezunu şeklinde dağılım göstermektedir.

Çalışma grubu, araştırmanın amacına uygun şekilde, kartopu örnekleme yöntemi ile oluşturulmuştur. Kartopu örnekleme yöntemi, bilgi ve deneyim açısından donanımlı kişilere ulaşmayı kolaylaştıran ve nitel araştırmalarda sıklıkla tercih edilen bir örnekleme biçimidir (Patton, 2014). Bu doğrultuda yapılan ilk görüşmelere katılım gösteren kişiler aracılığıyla alanda deneyimli diğer katılımcılara erişilmiş ve araştırma konusunda derinlemesine bilgi sahibi olan katılımcılara ulaşılması hedeflenmiştir. Katılımcıların demografik özellikleri Tablo 1’de sunulmaktadır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri, derinlemesine görüşme tekniğinden yararlanılarak yarı yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla edinilmiştir. Görüşme öncesinde katılımcılardan demografik bilgi formu ve bilgilendirilmiş onam formunu doldurmaları istenmiştir. Görüşmelerde, araştırma sorularını kapsayan 19 ana soru etrafında biçimlendirilen toplam 31 soru yöneltilmiştir. Katılımcılara; psikoloji lisansını seçme süreçleri, üniversitedeki öğrencilik tecrübeleri, mesleğin ilk yıllarındaki deneyimleri ve psikolog olmanın iyilik halleri ile ilişkisini kavramaya yönelik açık uçlu sorular yöneltilmiştir. Verilerin çoklu bakış açısıyla değerlendirilebilmesi için üçgenleme (triangulation) uygulanmıştır. Üçgenleme, bir bulgunun birden fazla kaynaktan doğrulanarak tutarlılığının artırılması ve farklı bakış açılarının analize dahil edilmesini ifade eder (Neuman, 2014; Stake, 1998). Bu doğrultuda veri toplama süreci, görüşme dökümlerinin hazırlanması, kodlama ve kategori oluşturma aşamalarında araştırma danışmanının görüşlerinden yararlanılmış; analiz tamamlandıktan sonra nitel araştırma konusunda deneyimli bir öğretim üyesinden geribildirimler alınmış ve önerilen düzenlemeler gerçekleştirilmiştir.

İnandırıcılık, katılımcılardan elde edilen veriler ile analiz sonuçlarının ne derece örtüştüğünü ifade ederken aynı zamanda uzun süreli etkileşim, derinlemesine

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Katılımcılar	Yaş	Cinsiyet	Deneyim (Yıl)	Eğitim Düzeyi
K1	32	K	8	Y.L.
K2	29	K	6	Y.L.
K3	30	K	6	Y.L.
K4	29	K	7	Y.L.
K5	35	K	12	D.
K6	46	E	23	D.
K7	33	K	11	D.
K8	31	K	8	D.
K9	46	E	20	D.
K10	28	K	6	Y.L.
K11	29	E	6	Y.L.
K12	30	E	8	Y.L.

K: Kadın, E: Erkek, Y.L.: Yüksek Lisans, D.: Doktora

görüşme ve uzman değerlendirmesiyle geliştirilebilmektedir (Creswell, 2013; Lincoln ve Guba, 1985). Bu çalışmada inandırıcılığı güçlendirmek için; taslak görüşme formu için uzman görüşü alınmış, ardından pilot görüşme gerçekleştirilmiştir. Böylelikle, veri toplama süreci boyunca araştırma danışmanı ile düzenli değerlendirmeler yapılmış; kod ve kategori yapısı iki farklı uzman tarafından gözden geçirilmiştir. Analiz sonucunda katılımcı teyidi sağlanmış, oluşturulan görsel model iki katılımcıyla paylaşılmış, geri bildirimler alınmış ve analiz sürecinde gerekli revizyonlar yapılmıştır.

Aktarılabilirlik, araştırma bulgularının benzer bağlamlarda ne ölçüde tekrarlanabilir ve uygulanabilir olduğunun okuyucunun değerlendirilebilmesi adına bağlamanın ayrıntılı biçimde betimlenmesini gerektirir (Lincoln ve Guba, 1985). Bu sebeple çalışma grubu, klinik uygulama alanında en az beş yıldan uzun süre deneyime sahip klinik psikologlardan oluşturulmuştur. Böylece, bilgi ve tecrübe açısından temsil gücü yüksek katılımcılara ulaşılması sağlanmıştır. Ayrıca, bulguların yorumlanmasını desteklemek amacıyla çalışmadaki katılımcı söylemleri doğrudan alıntılarla aktarılmıştır. Katılımcı geri bildirimleri de aktarılabilirliği destekleyen bir diğer unsurdur. Örneğin bir katılımcı, *“Elinize sağlık oldukça kapsayıcı olmuş... Mesleğe ve genç meslektaşlara yol gösterici olması dileğiyle”* diyerek modelin mesleki bağlamla uyumunu vurgulamıştır (Katılımcı 9). Başka bir katılımcı ise, *“Çok güzel bir model çıkmış ortaya... Mesleki Ge-*

lişimi Kolaylaştıran Faktörlerde içgörü kazanmak var; bu içerik depresyon ve kaygı literatürüyle örtüşüyor” şeklindeki yorumu ile analiz çerçevesine katkıda bulunmuştur (Katılımcı 7).

Nitel araştırmalarda araştırmacının konumu (reflexivity) ve geçmiş deneyimleri, analiz sürecinin yorumlayıcı yapısı için önemlidir. Araştırmacı psikoloji lisans ve klinik psikoloji yüksek lisans eğitimi almıştır. 2018 yılından bu yana klinik uygulama alanında çalışmaktadır. Araştırmacının, araştırma konusunu belirlemesinde kişisel gözlemleri, mesleki kaygıları ve meslektaşları ile olan teması belirleyici olmuştur. Bu nedenle, veri toplama ve analiz sürecisince öznelliğin etkisini sınırlandırmak amacıyla kodlar, kategoriler ve kavramsallaştırmalar iki farklı uzman tarafından incelenmiştir. Danışman geri bildirimleriyle yorumların tutarlılığı kontrol edilmiştir. Araştırmacının klinik alana dair tecrübesi, veri derinliğini desteklerken, araştırmacının konumu ise sürecin şeffaflığına olumlu katkı sağlamıştır.

2.3. Verilerin Toplanması

Araştırmanın etik kurul izni, T.C. İstanbul Arel Üniversitesi Etik Kurulu tarafından 20.05.2020 tarihinde 69396709-050.01.04 protokol numarasıyla verilmiştir. Araştırmanın katılımcıları gönüllülük esas alınarak belirlenmiş; görüşme öncesinde katılımcıların yazılı bilgilendirilmiş onam formu doldurmaları istenmiş ve görüşmeye başlamadan sözlü onamları alınmıştır. Veri

Tablo 2. Araştırma soruları ile bağlantılı görüşme soruları

Araştırma soruları	Bağlantılı görüşme soruları (Örnek)
A. Psikoloji bölümünü seçim süreci, seçim sürecine etki eden faktörler, meslek seçimi öncesindeki yaşantılar, psikolojiyi seçme süreci ile ilgili duygu, düşünce ve fikirleri nelerdir?	1. Meslek seçiminizde etkili olan faktörler nelerdir? 2. Psikoloji bölümü ile ilgili mesleki beklentileriniz nelerdi? 3. İnsan psikolojine yönelik bilgi edinme süreci sizin için nasıldı?
B. Klinik psikologların mesleki gelişim süreçlerinde; kendilerine ve Ötekilere dair bilgi ve deneyim edinmelerinin, iyilik hallerine yönelik etkileri nasıldır?	4. Uygulama alanında çalışmaya başladığınızda zorlandığınız noktalar neler oldu? 5. Geçmiş yaşam öykülerine eşlik/şahit etmek sizin için nasıl bir deneyim? 6. Uygulama alanında çalışmaya başladıktan sonra iyilik halinizde nasıl değişimler oldu?

toplama süreci araştırmacı tarafından yürütülmüş ve görüşmeler Türkçe olarak gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler, katılımcıların uygunluklarına göre çevrim içi (n = 10) ve yüz yüze (n = 2) yapılmış; her görüşme yaklaşık 60–90 dakika sürmüştür. Çalışmanın inandırıcılığını ve aktarılabilirliğini artırmak amacıyla, çalışma grubunun kamu kurumlarında, özel kurumlarda, kamu hastanelerinde çalışan klinik psikologlardan; üniversitelerde görev yapan öğretim elemanlarından ve kendi kliniğini yürüten uygulayıcılardan oluşmasına özen gösterilmiştir. Tüm görüşmeler katılımcıların izinleri doğrultusunda ses kaydına alınmış ve ardından araştırmacı tarafından eksiksiz biçimde yazılı birer metin haline getirilmiştir. Veri toplama süresince katılımcı yanıtları doğrultusunda görüşme akışı için gerekli düzenlemeler yapılmış; böylelikle klinik psikoloji çalışma alanına yönelik uygun ve kapsamlı nitel veriler elde edilmeye çalışılmıştır.

2.4. Verilerin Analizi

Araştırma verileri, Gömülü Kuram (*Grounded Theory*) yöntemi ile analiz edilmiştir. Gömülü Kuram, belirli bir olguya yönelik kuramsal bir yapının veri setinden sistematik olarak türetilerek ve araştırmacının öncül kabullerinden mesafelenerek kuramı, doğrudan araştırmanın verilerine dayandırmayı amaçlayan nitel bir araştırma yöntemidir (Corbin ve Strauss, 2008; Creswell, 1998). Bu çalışmada Gömülü Kuram’ın tercih edilmesinin temel nedeni, klinik psikologların mesleki iyilik haline ilişkin alanyazındaki çalışmaların sınırlılığı ve mevcut alanyazının olguyu kavramsal düzeyde yeterince açıklamamış olmasıdır. Mesleki iyilik halinin karmaşık ve çok boyutlu bir yapıya sahip olması nedeniyle, bu olgunun tekrar eden örüntüler ve ilişkiler üzerinden

veriyeye dayalı olarak tanımlanmasına olanak sağlayan bir yöntemin kullanılması gerekli görülmüştür. Gömülü Kuram’ın veriden kavram ve kategori üretmeye dayalı yapısı, araştırmacının amacına uygun bir analitik çerçeve sunmuş; katılımcıların deneyimlerini sistematik biçimde değerlendirme olanağı sağlamıştır.

Bu analiz türünün belirgin özelliklerinden biri, veri toplama ve analiz süreçlerinin eş zamanlı yürütülmesidir. Bu sebeple araştırmanın, gerçekleştirilen ilk görüşmesinden itibaren analiz sürecine başlanmıştır; ardından edinilen veriler sistematik olarak önceki analizlerle karşılaştırılarak geliştirilmiş ve bu döngüsel süreç “*sürekli karşılaştırmalı analiz*” olarak sürdürülmüştür (Strauss ve Corbin, 1998). Bu çalışmada veri toplama süreci, Gömülü Kuram’ın gerektirdiği şekilde analizle paralel biçimde yürütülmüş; ilk görüşmelerde ortaya çıkan kavram, kategori ve temalar devam eden görüşmelerde elde edilen verilerle birlikte yeniden gözden geçirilmiş, gerektiğinde revize edilmiştir (Corbin ve Strauss, 2008) Analiz sürecinde görüşmeler ilerledikçe ortaya çıkan kavram ve kategorilerin tekrar etmeye başladığı, araştırmanın ikinci yazarı ve üçgenleme amacıyla görüş alınan alan uzman tarafından da doğrulanarak veri doygunluğuna ulaşıldığı görülmüştür. Bu nedenle 12. görüşmeden sonra yeni görüşme gerçekleştirilmesine ihtiyaç duyulmamıştır.

Analiz sürecinde Gömülü Kuram’ın üç aşamalı kodlama yöntemi uygulanmıştır. İlk aşamada uygulanan *açık kodlama* aşamasında, görüşme dökümleri titizlikle incelenmiş; ham verilerden çalışma için anlamlı olabileceği düşünülen kavramlar belirlenmiş ve veriyeye temsil eden ilk kodlar oluşturulmuştur (Neuman, 2013). Açık kodlama ile ulaşılan kavramların birbirleri ile ilişkilerini saptamak için gerçekleştirilen *eksensel kodlama* sürecin-

Tablo 3. Klinik Psikologların Mesleki İyilik Hali

		<i>f</i>	%
Meslek Seçimi İle İlgili Faktörler			
Model Alma	İdealleştirme	6	30
	Görsel Basın	3	
Bireysel Özellikler		6	20
Çocukluk Dönemi Yaşantıları	Ötekileştirmeye Maruz Kalmak	2	13
	Aile Yaşantıları	2	
Yardım Etme İsteği		11	37
Toplam		23	100
Mesleki İlerleme Süreci			
Mesleki Gelişimi Zorlaştıran			63
Faktörler	Maddi Problemler	7	
	Eğitim Sistemine İlişkin Problemler	7	
	İş Hayatına Dair Problemler	6	
	Fark Etmenin Ağırlığı	6	
			37
Mesleki Gelişimi Kolaylaştıran Faktörler	Öğrenme Motivasyonu	6	
	Karşılıklı Öğrenme	4	
	İçgörü Kazanmak	5	
Toplam		50	100
Mesleki İyilik Halini Sağlama ve Sürdürme Stratejileri			
Terapiye Başlama ve Sürdürme		10	16
Süpervizyon-Meslektaşlar Arası Danışması		6	9
Sosyal Bağlar		10	16
Entelektüel Birikim		10	16
Bedensel Aktivite		9	14
Yaratıcı ve Spiritüel Faaliyetler		5	8
Bireysel Farklılıkları Gözetmek		3	5
Duygu Düzenleme		11	17
Toplam		64	100

de kodlar tekrar düzenlenmiş; benzer kodlar gruplanarak kategoriler haline getirilmiş ve bu kategorilerin nedensel koşullar, bağlamsal faktörler, birbirleri ile ilişkileri ve ortaya çıkan sonuçlarla etkileşimi açıklanmaya gayret edilmiştir (Creswell, 2015; Erbaş, 2021). Son aşaması olan *seçici kodlamada*, tüm kategoriler karşılaştırılarak kuram oluşturabilmek amacıyla; kategoriler arasındaki ilişkileri bütüncül bir şekilde kapsayan ana kategori belirlenmiş ve çalışmanın kuramsal modeli bu ana kategori etrafında oluşturulmuştur. Gömülü Kuram’ın yapısı gereğince belirlenen kodlama aşamaları birbirinden net bir biçimde ayrılmamış; veri toplama ve analiz aşamaları süresince döngüsel, etkileşimli ve paralel bir biçimde gerçekleştirilmiştir (Aksakal ve Kırkaya, 2013).

3. Bulgular

Bu bölümde, Gömülü Kuram (Grounded Theory) yaklaşımıyla yapılan analizde tanımlanan temalar, alt kategoriler ve bu temaları temsil eden katılımcı ifadeleri sunulmaktadır. Görüşmeler, “Psikoloji bölümünü seçme süreciniz nasıldı ve seçiminizde etkili olan faktörler nelerdi?” sorusuyla başlamıştır. Katılımcıların mesleki süreçlerine ilişkin söylemlerinden hareketle üç alt tema tanımlanmıştır: “*Meslek Seçimini Etkileyen Faktörler*”, “*Mesleki İlerleme Süreci*” ve “*Mesleki İyilik Halini Sağlama ve Sürdürme Stratejileri*.” Bu üç alt bölüm, çalışmanın ana kategorisi olarak belirlenen “*Mesleki İyi Oluş*” etrafında ele alınmıştır. Bulgular bölümünde her bir alt kategori, kendisiyle ilgili katılımcı ifadeleriyle desteklenerek; tanımlanan temaların katılımcıların söylemlerinden ne şekilde türetildiği ve kuramsal yapıyla nasıl ilişkilendiği açıklayıcı bir biçimde sunulmuştur.

3.1. Alt Tema 1: Meslek Seçimi ile İlgili Faktörler

Yapılan analizlerde katılımcıların, meslek seçimlerinde birçok faktörün etkili olduğu görülmüştür. Katılımcılar için meslek seçimiyle ilişkili olduğu düşünülen faktörler *model alma*, *bireysel özellikler*, *çocukluk dönemi yaşantıları* ve *yardım isteği* olarak tanımlanmıştır.

3.1.1. Model Alma

Model Alma kategorisine dahil edilen söylemlerde katılımcılar; aile üyeleri veya öğretmen gibi rol modeller aracılığıyla psikoloji hakkında bilgi edinmeye başladıklarını ve ilerleyen süreçte psikolojiye duydukları ilginin giderek arttığını belirtmişlerdir. Ayrıca dizi, sinema ve gazete yazıları gibi görsel ve yazılı basın içeriklerinin de psikolojiye yönelik ilgilerini artırdığını ifade etmişlerdir. Katılımcıların söylemleri değerlendirildiğinde idealleştirme olarak da değerlendirilebilecek farklı dinamiklerin mevcut olabileceği görülmüş, görsel-yazılı basının da bu konuda önemli faktör olduğu gözlenmiştir. *Model Alma*

ile ilgili katılımcı söylemleri aşağıdaki gibidir:

“...*mühendislik ve tıp alanları çok bana yakın değildi...O süreçte benim amcam sosyoloji doktorası yapıyordu. Ben orta okuldaydım o zamanlar sanırım ve işte o yüksek lisans tezi yazıyordu o sıralar. Freud gibi isimlerle haşır neşir olmaya başlamıştım onunla beraber*” (Katılımcı 11, K12).

“Çocuklar Duymasın” o dönem çok popülerdi onun dışında çok da tanıdığım bir şey değildi psikolog. Sonrasında 11 *şeylere denk geldim Vamık Volkan’ın gazete yazılarına gelmiştim psikanalist...ııı.. ondan çok etkilenmiştim ve böyle bir hayranlık uyandı bende sonrasında ben psikoloji okuyacağım vesaire deyip tercih yaptım*” (Katılımcı 8, K2).

3.1.2. Bireysel Özellikler

Kişilerin mesleğe yönelmelerine katkı sunan bir diğer faktör ise *Bireysel Özellikler* olarak adlandırılmıştır. Katılımcılar, insan ilişkileri konusunda iyi olduklarını düşünmelerinin; doğrudan insanlarla temas edebilecekleri bir iş yapma isteklerinin ve hem kendilerine hem de Öteki’lere dair duydukları merakın meslek seçimleri üzerinde etkili olduğunu belirtmişlerdir. Bireysel özellikler alt temasına dair söylem örneği ise şu şekildedir: “...*merak her zaman olmalı o insanın öyküsü ne o insan ne yaşamış o insan işte annesi ile kavga ederken ne bileyim işte annesi ile kavga ederken bunu nasıl tolere edebiliyor bunları merak etmiyorsak zaten bizim alet çantamızdaki çok önemli bir şey eksik oluyor; o merak önemli bence*” (Katılımcı 4, K30).

3.1.3. Çocukluk Dönemi Yaşantıları

Meslek seçiminde etkili olduğu düşünülen bir diğer kategori ise *Çocukluk Dönemi Yaşantıları* olarak adlandırılmıştır. İlgili kategoriye ait söylemlerde katılımcılar; kök aile yaşantılarının, ev içi dinamiklerinin ve çocukluk dönemlerinde ötekileştirilmeye maruz kalmalarının meslek seçimleri ile ilişkili olduğunu dile getirmişlerdir. İlgili kategoride değerlendirilen söylem örneği ise şu şekildedir: “...*bölümü okumaya başladığım zaman ebeveynlerimin bir boşanma süreci oldu. Ve aslında orada ne kadar benim için yaralayıcı bir süreçti, o kayıp üzerinden, yas üzerinden bütün o tasarımı aile tasarımı yıkılmış oldu. Geç ergenliğimin, ergenliğimin artık sonlarına doğru olduğum o süreçlerde ve galiba benim için bir can simidi oldu psikoloji okuyor olmak. Çünkü oraya tutundum, nefes almama yardımcı oldu bir yandan*” (Katılımcı 3, K15).

3.1.4. Yardım Etme İsteği

Verilerin analizi sonucunda meslek seçimi ile ilişkili olduğu belirlenen son faktör *Yardım Etme İsteği* olarak tanımlanmıştır. Katılımcılar çeşitli deneyim veya

yaşam olayları neticesinde, kendilerine ve Ötekilere yardım etme arzularının meslek seçimlerinde belirleyici olduğunu ifade etmişlerdir. *Yardım Etme İsteği* kategorisinde değerlendirilmeye alınan söylem örneği ise şu şekildedir: “...belki de yaşadığım o içsel çatışmalar o içsel süreçlerden ötürü öyle bir şeye ihtiyaç duymuşumdur ve kendim için aslında seçmiş olabilirim bölümü” (Katılımcı 2, K8).

3.2. Alt Tema 2: Mesleki İlerleme Süreci

Verilerin analizi sonucunda tanımlanan ikinci tema “Mesleki İlerleme Süreci” olarak belirlenmiştir. Bu temaya ilişkin söylemler, “Mesleki Gelişimi Zorlaştıran Faktörler” ve “Mesleki Gelişimi Kolaylaştıran Faktörler” olmak üzere iki kategori altında ele alınmaktadır.

3.2.1. Mesleki Gelişimi Zorlaştıran Faktörler

3.2.1.1. Maddi Problemler

Mesleki Gelişimi Zorlaştıran Faktörler kategorisinde ele alınan söylemler değerlendirildiğinde, klinik psikologların mesleki ilerlemelerini olumsuz etkileyen unsurlardan birinin *maddi yükler* olduğu belirlenmiştir. Uygulama becerisine yönelik eğitimlerin ve yüksek lisans programlarının yüksek maliyetleri, süpervizyon süreçlerinin *ücreti* ve harcanan mesleki emeğe kıyasla kazanılan gelirin yetersizliği, katılımcılar tarafından sıklıkla ifade edilen problem alanlarıdır. Bu veriler doğrultusunda “*Maddi Problemler*” alt kategorisi tanımlanmıştır. Bahsi geçen alt kategoriye örnek teşkil eden bir katılımcı ifadesi şu şekildedir: “...insanlar üniversiteden mezun olur çalışmaya veya para kazanırlar. Biz üniversiteden sonra para harcamaya başladık... eğitimlerde bir yerden sonra bizim alanımız ticarete döndü.” (Katılımcı 10, K22).

3.2.1.2. Eğitim Sistemine İlişkin Problemler

Çalışmada gözlenen unsurlardan bir diğeri, katılımcıların *eğitim sistemine ilişkin problemler* nedeniyle yaşadıkları güçlüklerdir. Lisans eğitiminin uygulama becerisi kazandırmadaki yetersizliği, pratiğe yönelik alanlara erişim zorluğu ve süpervizyon süreçlerinin yeterince yapılandırılmaması veya yüzeysel biçimde aktarılması gibi aksaklıkların, klinik psikologların mesleki uygulama süreçlerine olumsuz etki ettiği dile getirilmiştir. Bu söylemler sonucunda “*Eğitim Sistemine İlişkin Problemler*” alt kategorisi tanımlanmıştır. İlgili alt kategoriye yansıtan söylem örneği ise şu şekildedir: “...bu pratik alanı vermeden sizi mezun etmeleri çünkü üniversitede bu hakikaten duyamama, mekan bulamama, süpervizyon gibi konuların anlatılmaması ya da anlatılırsa da slayt üzerinden üstün körü geçilmesi; yani özgüven orada devreye de giriyor...” (Katılımcı 12, K44).

3.2.1.3. İş Hayatına Dair Problemler

İlgili kategoride tanımlanan bir diğer faktör, klinik psikologların iş ortamlarında yaşadıkları bağlamsal zorluklardır. Katılımcıların söylemlerinden hareketle, psikologların meslek tanımlarının işverenler tarafından yeterince bilinmemesi, görev tanımlarının net olmaması ve mesleki rol ve sınırlarının belirsizliği, hem profesyonel akışı hem de olası iş alternatiflerine yönelmeyi olumsuz etkilemektedir. Bu söylemler doğrultusunda “*İş Hayatına Dair Problemler*” alt kategorisi tanımlanmıştır. İlgili alt kategoriye örnek teşkil eden söylem ise şu şekildedir: “...kamu hastanesinde neden zorluyorlar çünkü mesleğin uygulamasına dair şeyleri bilmiyorlar; etik ne, meslek tanımınıza kadar hiçbir şeyi bilmiyorlar.” (Katılımcı 8, K34).

3.2.1.4. Fark Etmenin Ağırlığı

“*Mesleki Gelişimi Zorlaştıran Faktörler*” kategorisine ait son alt kategori ise *Fark Etmenin Ağırlığı* olarak tanımlanmıştır. Bu alt kategori, katılımcıların özellikle öğrencilik deneyimleri ve meslek yaşamlarının ilk başında kendilerine dair farkındalık edindikçe hissettikleri duygusal zorlanmaları ifade eden söylemleri kapsamaktadır. Klinik bilgi edinme aşamasında tanısal sınıflandırmalarla sıklıkla karşılaşmanın, bazı katılımcılarda özdeşleşme eğilimi yarattığı; bu durumun kaygıyı artırabildiği ve kişinin kendini etiketlemesine yol açabildiği ifade edilmiştir. *İlgili alt kategoriye örnek teşkil eden söylem* ise şu şekildedir: “...ilk klinik psikoloji ile ilgili eğitim aldığımızda tanı odaklı sınıflandırmalar üzerinde çok durulduğu için bu bana iyi gelmedi; hatta birçok öğrenciyi de iyi gelmediğini düşünüyorum. Çünkü ‘bunları bunları karşılıyorum, bende de bu var’ gibi bir düşünceye kapılıp kendini etiketlemeye yönelen birçok kişi olduğunu hatırlıyorum.” (Katılımcı 7, K12).

3.2.2. Mesleki Gelişimi Kolaylaştıran Faktörler

Mesleki İlerleme Süreci kategorisinde yer alan, gelişimi zorlaştıran faktörlerle birlikte değerlendirilen ve kişilerin zorlayıcı faktörlere rağmen; mesleklerini sürdürme, mesleki gelişimi sağlama, mesleki işlevselliğini arttırmak gibi eylemlerde bulunmalarına katkı sağlayan faktörler, *Mesleki Gelişimi Kolaylaştıran Faktörler* alt kategorisi başlığında değerlendirilmiştir.

3.2.2.1. Öğrenme Motivasyonu

Çalışma grubunun söylemlerinden hareketle katılımcıların, insan psikolojisine dair bilgi edinmelerinin; yeni bilgileri öğrenme isteklerini, ilgi ve meraklarını arttırdığı böylelikle öğrenme süreçlerine olumlu katkı sunduğu ifade edilmiştir. İlgili söylemlerden hareketle Öğrenme Motivasyonu adlı kategoriye ait söylem örneği şu şekildedir: “...ya bir dakika ya hani burada beni açık-

layan çok fazla şey var deyip daha çok işin içine girmeye başladık. Benim özellikle işte abnormal psychology aldığım dönemde en çok ilgi duyduğum alan o olmaya başlamıştı” (Katılımcı 4, K10).

3.2.2.2. Karşılıklı Öğrenme

Katılımcılar, meslek ve öğrenme ilişkisini sadece öğrenme arzularının artması çerçevesinde değil, eş zamanlı olarak çalışma pratiğinin farklı meslek grupları, etnik kökenler, dini ya da ideolojik inançlara mensup kişilerle karşılaşmaya olanak sağlamasıyla da ilişkilendirmiştir. Bu karşılaşmaların, çeşitli kişilerle çalışma deneyimleri aracılığıyla klinik beceri ve deneyimlerine sağladığı olumlu katkılar doğrultusunda tanımlanan *Karşılıklı Öğrenme* adlı kategoriye ait söylem örneği şu şekildedir: “...yani buna aracı olmak diyelim eşlikçi olmak buna basamak olmak çok doyurucu bir şey çok besleyici zaten sadece terapist hastaya bir şey yapmıyor ki hasta da terapistte çok fazla şey öğretiyor zaten” (Katılımcı 3, 46).

3.2.2.3. İçgörü Kazanmak

Katılımcılar, psikoloji eğitimiyle beraber hem kendilerine hem de çevrelerindeki kişilerle kurdukları ilişkilere dair farkındalıkla; karşılaştıkları olaylar, tutumlar, davranışlar ve çeşitli ilişki dinamiklerini anlamlandırma becerilerinin fark edilir biçimde geliştiğini dile getirmişlerdir. Bu söylemler doğrultusunda tanımlanan *“İçgörü Kazanmak”* adlı alt kategori, katılımcıların içgörü edinmeleri ya da yeni bir kavrayış kazanmalarıyla ilişkili söylemlerini kapsamaktadır. İlgili kategoriye örnek teşkil eden bir katılımcı ifadesi ise şu şekildedir: “...kendimle kurduğum ilişki, ötekiler ile kurduğum ilişki, ötekilerin davranışlarının arka planındaki olası faktörler, etkiler, dinamikler vesaire yani en temel söyleyebileceğim herhalde soruyu çok yanlış bir yere götürmüyorsam farkındalık artırma noktasında bir yararının olduğunu söyleyebilirim” (Katılımcı, 6, K10).

3.3. Alt Tema 3: Mesleki İyilik Halini Sağlama ve Sürdürme Stratejileri

Klinik psikolog olma deneyiminin mesleki ve öznel iyilik hâli ile ilişkisine dair söylemleri içeren ve psikologların iyilik hâlleri üzerinde etkili olan stratejileri tanımlayan “Mesleki İyilik Hâlini Sağlama ve Sürdürme Stratejileri” adlı kategori, sekiz alt faktörden oluşmaktadır: *Terapiye Başlama ve Sürdürme*, *Süpervizyon-Meslektaşlar Arası Danışma*, *Sosyal Bağ*, *Entelektüel Birlik*, *Bedensel Aktivite*, *Yaratıcı ve Spiritüel Faaliyetler*, *Bireysel Farklılıkları Gözetmek ve Duygu Düzenleme*.

3.3.1. Terapiye Başlama ve Sürdürme

İlgili alt kategoriye ait söylemler; psikoloji lisans

eğitimiyle birlikte kazanılan farkındalığın yanı sıra, klinik psikoloji çalışmalarında uzmanın ruh sağlığı için risk teşkil edebilecek durumlar ve mesleki işlevselliği artırmaya yönelik gereksinimlerin, ayrıca meslek seçimi öncesinde sahip olduklarını düşündükleri bazı zorlukların, ruh sağlığı hizmeti alma ihtiyacını artırdığını göstermektedir. Ayrıca, klinik psikolog olmalarının psikoterapi sürecine katılımlarını kolaylaştırıcı bir işlev gördüğüne dair ifadeleri de kapsamaktadır. İlgili kategoriye ait bir söylem şu şekildedir: “...Kendi hayatımda bir boşanma yaşadım yani boşanma döneminde örneğin ilişkisel problemleri çalışmak çok zordu hayatımın terapistliğe dair kırılma noktasıydı orası kendi boşanma sürecimde terapistliğim de dönüştü. 11 boşanmamın ardından da bir terapist grup ile hepsi boşanmış terapistlerden bir grup oluşturduk kendi boşanmamız bizim terapistliğimize ne yaptı gibi böylece akut, aktüel olarak bir sürecin içerisinden geçerken...” (Katılımcı 9, K22).

3.3.2. Süpervizyon-Meslektaşlar Arası Danışma

İlgili alt kategori, klinik çalışmayı daha işlevsel kılmaya yönelik bir strateji olmasının yanı sıra, meslek içi danışma ve dayanışma hissi yarattığına dair söylemlerden hareketle tanımlanmıştır. Bu kategoride analize dahil edilen söylem örneği şu şekildedir: “...Düşünsenize, danışanınız intihar ediyor ama ben bunu doğrudan süpervizyona götürdüm ve süpervizyon ile başa çıktım travmatik olaylarla...” (Katılımcı 12, K81).

3.3.3. Sosyal Bağ

Sosyal Bağ adlı alt kategoride yer alan söylemler; mesleki topluluklara katılmanın, yeni sosyal ilişkiler kurma ve sürdürmede kolaylaştırıcı bir işlevi olduğuna, sosyal desteğin öneminin fark edildiğine, bireylerin kendi yaşamlarında sosyal desteği öncelediklerine ve meslekleri sayesinde daha tatmin edici sosyal ilişkiler yaşadıklarına ilişkin ifadelerini kapsamaktadır. İlgili alt kategoride değerlendirilen bir söylem örneği şu şekildedir: “...Git gide sosyal ilişkilerim açısından daha tatmin edici ilişkiler yaşamaya başladım ya da duygularımı daha tanır hale geldim” (Katılımcı 6, K55).

3.3.4. Entelektüel Birlik

Bu kategoriye ait söylemler; katılımcıların mesleki gelişimlerini sürdürme arzularına ve entelektüel gelişim alanlarına ilişkin ifadelerinin yanı sıra, mesleki pratiğin farklı insanlarla, kültürlerle veya yaşam deneyimleriyle karşılaşmaya imkan verdiğine dair görüşlerini kapsamaktadır. Ayrıca, ilgi alanları ile hobilerinin meslekleriyle ilişkili hale gelmesinin ve mesleki uygulamada kullandıkları müdahale yöntemlerine dair çeşitli kaynak ve yaklaşımlar aracılığıyla entelektüel anlamda gelişim göstermelerinin, iyilik hallerine olumlu katkı sağlayan

bir faktör olduğu değerlendirilmiştir. İlgili alt kategoride analize dahil edilen söylemde katılımcı şunları ifade etmiştir: “...öğrendiğim şeyleri sentezlemek olsun farklı disiplinlerden yardım almak olsun bunları öğrendiğim tabi daha pratik düşünme becerilerim gelişti diye düşünüyorum bunlar var empatik anlamda işte bu gibi entelektüel becerilerim gelişti gibi geliyor” (Katılımcı 8, K55).

3.3.5. Bedensel Aktivite

Bedensel Aktivite adlı alt kategoride değerlendirilen söylemlerde katılımcılar; mesleki çalışma pratiğinin, bedensel hareketliliği kısıtlayan bir tarafı olduğuna ek olarak, zihinsel olarak efor sarf edilen bir mesleğe sahip oldukları için bedensel açıdan hareketli olmayı önceliklediklerini; spor ve sağlıklı beslenme gibi fiziksel sağlık ve özbakımlarına dikkat etmeye başladıklarını dile getirmişlerdir. İlgili kategoriye ait bir söylemde katılımcı şunları ifade etmiştir: “...yürüyüşe çıkarak, müzik dinleyerek o beni çok uzun süre meşgul ediyor” (Katılımcı 10, K49).

3.3.6. Yaratıcı ve Spiritüel Faaliyetler

İlgili kategoriye ait katılımcı söylemleri; resim, spor, müzik, edebiyat ve meditasyon, teoloji gibi alanlara dair ilgi ve girişimlerinin iyilik hallerine çeşitli biçimlerde olumlu etki ettiğini ifade etmişlerdir. İlgili kategoriye ait bir söylemde örneği şu şekildedir: “...çocukluğumdan beri *spiritüel konular dikkatimi çekerek din de felsefe de işte yoga meditasyon ya hepsi dikkatimi çekti. O yüzden zaten yatkınlığım vardı. Mesleğe girdikçe de o alanda daha fazla bilgi sahibi olabiliyorsun hani kaynağa erişeceğine biliyorsun hani kaynak var yok onu biliyorsun*” (Katılımcı 1, K96).

3.3.7. Bireysel Farklılıkları Gözetmek

Bu alt kategoriye alt söylemler; insan doğasına dair bilgi edinmenin, bireysel ihtiyaçların farklılaşabileceğini fark etmenin ya da kendilerine iyi gelen yöntem ya da stratejileri danışanlara “önermenin” işlevsel olmadığını bilmelerinin, psikolojik yardım ilişkisi içerisinde işlevselliği arttırıcı ve koruyucu bir faktör olduğu değerlendirilmiştir. Bu kategoride değerlendirilen söylem örneği: “...yani kendinden feyz alarak danışana bir şey önermek çok mantıklı bir yöntem değil. Çok işe yarayacağını da düşünmüyorum...” (Katılımcı 5, K30).

3.3.8. Duygu Düzenleme

Duygu Düzenleme kategorisinde yer alan söylemlerde katılımcılar; duygularını tanıma, fark ve ifade etme gibi becerilerinde gelişim gösterdiklerini ifade etmişlerdir. *Duygu düzenleme* adlı alt kategoride yer alan söy-

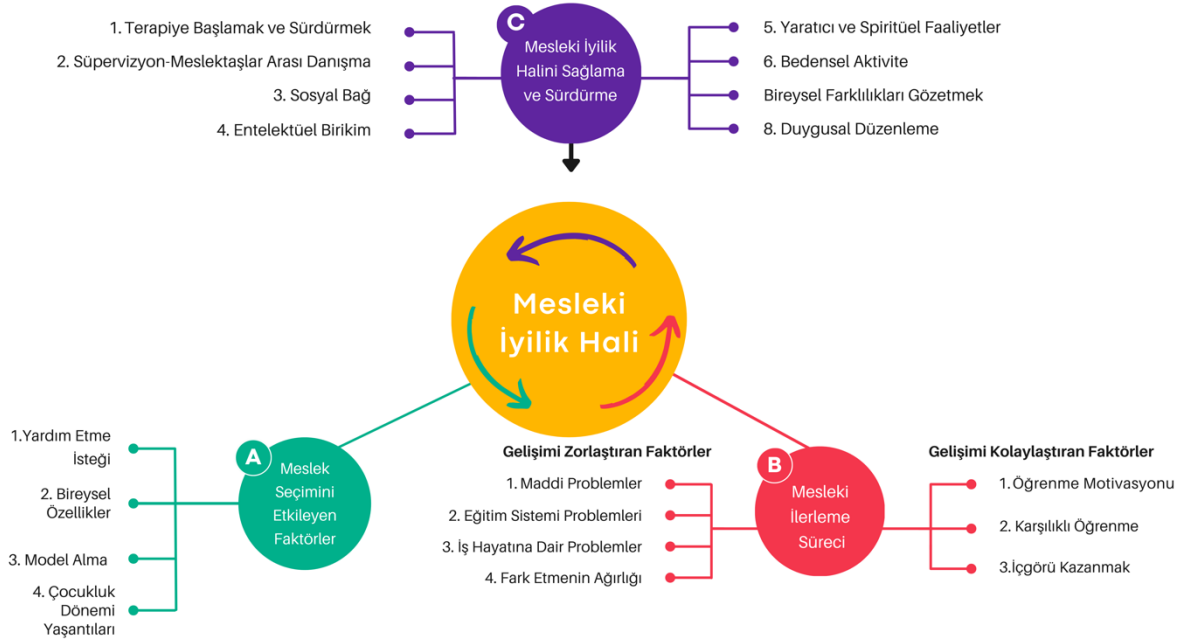
lemler; *Mesleki İyilik Hallerini Sağlama ve Sürdürme Stratejileri* kategorisinde yer alan tüm strateji ve faktörlerden de etkilenen aynı zamanda katılımcıların iyilik hallerine olumlu katkı sağlayan bir faktör olarak değerlendirilmiştir. İlgili kategoriye ait bir söylemde katılımcı şunları ifade etmiştir: “*hatta benim öfke problemim vardı, fevri davranışlarım vardı analizde bu ortadan kalktı diyebilirim ya da kontrol ediyorum diyebilirim yani artık öfkeleneyeceğim yerde düşünüyorum yani o an olayın içindeyken kendimi görebiliyorum yani T. buna ne için öfkeleniyorsun eskisi gibi böyle dürtüsel değilim*” (Katılımcı 12, K85).

4. Tartışma

Türkiye’de klinik psikolog olma deneyimi için anlamlı olabileceği düşünülen, mesleki iyilik hali ile ilişkili ve anlamlı üç alt tema belirlenmiştir: *Meslek Seçimini Etkileyen Faktörler*, *Mesleki İlerleme Süreci*, *Mesleki İyilik Halini Sağlama ve Sürdürme Stratejileri*. Bu temalar öz yeterlik kaynakları ve öz yeterliğin kişilere yönelik etkileriyle birlikte ele alınarak kişilerin mesleki iyilik hallerine yönelik olası etkiler tartışılacaktır. İyilik Hali kavramı, sosyal, duygusal, entelektüel/bilişsel, spiritüel ve fiziksel olmak üzere beş boyuttan oluşan bir model olarak ele alınmaktadır. Mesleki iyilik hali ise, özellikle meslek, mesleki deneyim, çalışma koşulları, çevresel faktörler, yeterlik gibi unsurları kapsamakta ve entelektüel iyilik hali boyutuyla ilişkilendirilebilmektedir (Korkut-Owen ve Owen, 2012). Bu çalışmada, klinik psikolog olma sürecindeki deneyimler ve uygulanan stratejiler bütüncül bir yaklaşımla ele alınarak, yalnızca entelektüel iyilik hali değil, diğer iyilik hali boyutları ile olan ilişkileri de incelenmeye çalışılacaktır.

4.1. Alt Tema 1: Meslek Seçimini Etkileyen Faktörler

Meslek yalnızca geçimi sağlamanın bir yolu değil, aynı zamanda topluma ait bir rol ve yaşam biçimidir (Ülkü, 1976). Meslek seçimi; mevcut alternatifler arasından en uygun olanın seçilmesi ile ilgili değil, kişilerin yaşam deneyimleri, rol modelleri ve kişilik özelliklerinin etkilenen bir süreçtir (Onur, 2004). *Meslek Seçimini Etkileyen Faktörler* kategorisinin tanımlanmasında etkili olduğu düşünülen tüm faktörlerin, öz yeterliğin *bilişsel süreçlere etkisi* ile ilişkili olabileceği değerlendirilmektedir. Kişilerin davranışları ve ortaya koydukları amaçların somutlaştırılmasını da kapsayan *bilişsel süreçler* (Oktaş, 2021); bireysel amaç ve hedeflerin belirlenmesi, kişinin kendi ilgi ve becerilerini kabulleniş sürecini kapsamaktadır. Aynı zamanda yüksek öz yeterlik inancına sahip kişilerin bilişsel olarak; başarılı olacaklarına dair senaryolar ürettikleri ancak düşük öz yeterlik inancına sahip kişilerin, performanslarını düşürecek denli olum-



Şekil 1. Mesleki İyilik Hali

suz senaryolar ürettikleri gözlenmiştir (Acar, 2021). Bu bağlamda, meslek seçimini etkileyen faktörler ile öz-yeterlik inancı arasındaki ilişkinin ele alınmasının gerekli olduğu düşünülmektedir.

İlgili kategoride tanımlanan, kişilerin rol modelleri ya da görsel basın aracılığıyla idealleştirdikleri mesleğe yönelmelerini içeren *Model Alma* (idealleştirme ve görsel basın) faktörünün, *doğrudan deneyim* ve *dolaylı yaşantılar* aracılığı ile öz yeterliklerine katkı sunduğu düşünülebilir. Öz yeterlik gelişimi üzerinde etkili olduğu bilinen *doğrudan deneyim*, kişilerin yaşantıları aracılığıyla sergilediği performans sonucunda elde ettiği başarıları neticesinde, olumlu ya da olumsuz bir öz yeterlik algısı kazanma süreci olarak ifade edilmektedir (Alpaslan ve ark., 2019). *Dolaylı yaşantılar*, doğrudan deneyimler kadar etkili ve kalıcı olmasa dahi çevredeki kişilerin gözlemlenmesi, görsel medya ya da sembolik model gibi deneyimler aracılığıyla özyeterlik düzeyini etkilemektedir. Gözlenen ve gözleyen arasında; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, ekonomik durum ya da sosyal kaynaklar vb. ortak özelliklerin varlığı, kişilerin öz yeterlik inançlarına katkı sağlamaktadır (Kaya, 2021a). Aynı zamanda idealize edilen kişi ya da mesleğe ilişkin seçimlerin de öz yeterliğin seçim sürecine etkisi ile ilişkili olduğu düşünülebilir. Öz yeterliğin *seçim sürecine yönelik etkisi* aracılığıyla kişiler, çeşitli ilgili alanlarına

yönelmekte ve farklı sosyal bağlamlara dahil olmakta dolayısıyla seçimlerine paralel bir yaşam sürmektedir. Seçilmiş olan girişim ya da aktivite, öz yeterlikten etkilenmekle birlikte kişiden kişiye değişiklik göstermektedir (Bandura ve ark., 1982). Buradan hareketle, model alma süreçlerinin öz-yeterlik gelişimine katkısı ve birey üzerindeki etkilerinin meslek seçimi bağlamında ele alınmasının önemli olduğu değerlendirilmiştir.

Geçmiş yaşam deneyimlerinin meslek seçimi üzerindeki etkilerini açıklayan *Çocukluk Dönemi Yaşantıları* faktörünün (olumsuz aile içi dinamiklerin gözlenmesi ve ötekileştirilmeye maruz kalma gibi), meslek seçimi sürecinden önce *doğrudan deneyimler* (Alpaslan ve ark., 2019), *dolaylı yaşantılar* (Kaya, 2021a) ile *fiziksel ve duygusal durumlar* (Lopez- Garrido, 2020) aracılığıyla özyeterlik için bir risk oluşturabileceği düşünülmektedir. *Fiziksel ve Duygusal Durum*; konu, olay ve koşulların algılanma biçimini etkilediği bilinmektedir. Fiziksel ve duygusal durumun bir bütün halinde işlemesi, öz yeterlik algısında olumlu bir etki yaratır. Hissedilen duyguların yoğunluğundan ziyade duygusal ve fiziksel tepkilerin algılanma biçiminin, öz yeterlik algısı için önemli olduğu vurgulanmaktadır (Lopez- Garrido, 2020). Bazı kişiler yaşadıkları olumsuz olayları, sahip oldukları fizyolojik ve duygusal deneyimler sayesinde enerji verici bir süreç olarak yorumlayabilir; bu deneyimler benzer durumlar-

da bir tür içsel rehberlik işlevine dönüşebilir (Karadağ, 2019). Bu bağlamda, bu tür zorlayıcı yaşantılara rağmen katılımcıların meslek seçimlerine yönelik girişimlerini sürdürebilmeleri, özyeterliğin *motivasyonel süreç* (Altındağ, 2021) ve *seçim sürecine* (Bandura ve ark., 1982) etkisi ile açıklanabilir. Kişilerin zorluklar karşısında görevlerini yerine getirme kararlılıkları, özyeterliğin *motivasyonel süreç* etkisi ile ilgilidir. Özyeterlik düzeyi yüksek olanlar, görevlerini yerine getirmek için daha fazla motive olur ve ısrarcı davranır. Ancak özyeterlik algısı düşük olanlar, engellerle karşılaşırken kendilerini güvensiz hisseder ve çaba göstermeyi bırakabilirler (Altındağ, 2021). Aynı zamanda, kişinin geçmiş olumsuz deneyimler karşısında durumu kontrol edebileceğine dair inancı, kaygı düzeyini ve duygusal tepkilerini belirlemektedir (Kaya, 2021). Bu durum, özyeterliğin *duygusal süreçler* (Kaya, 2021) aracılığıyla zorlayıcı yaşantılara rağmen meslek seçimini etkileyebileceği şeklinde yorumlanabilir. Benzer şekilde, çocukluk döneminde edinilen yaşantıların da öz yeterlik üzerinde belirleyici bir etkisi olduğu ve meslek seçimini şekillendirebildiği düşünülebilir.

İlgili kategoride tanımlanan *Bireysel Özellikler* faktörünün (insan ilişkilerinde başarılı olduklarına dair aldıkları geri bildirimler ve insana dair bir iş yapma istekleri), *doğrudan deneyimler* (Alpaslan ve ark., 2019) ve *sözel ikna* (Kotaman, 2002) aracılığıyla meslek seçimleri üzerinde etkili olabileceği düşünülmektedir. *Sözel ikna*, bireyin bir görevi başarıyla yerine getirip getiremeyeceğine ilişkin yakın çevresinden—ebeveyn, kardeş, arkadaş veya öğretmen gibi—aldığı yorum ve geribildirimleri içermekte olup; kişilerin görev tamamlama motivasyonunu artırmakta ve öz yeterlik algısının gelişimine katkı sağlamaktadır. Ek olarak bu yaşantıya yönelik girişimlerin varlığı da öz yeterliğin *bilişsel* (Acar, 2021) ve *seçim sürecine* (Bandura ve ark., 1982) yönelik etkisi ile paralel gözükmektedir. Son olarak, meslek seçimi ile ilişkili olarak tanımlanan *Yardım Etme İsteği*, öteki ya da kendilerine yardım etmekle ilgili istek, inanç ve motivasyonlarına ilişkin söylemlerden oluşmakta, bu sebeple; özyeterliğin *bilişsel* (Oktaş, 2021), *seçim* (Bandura ve ark., 1982) ve *motivasyonel* (Altındağ, 2021) süreçlere yönelik etkisi ile ilişkili değerlendirilmiştir. Sonuç olarak, meslek seçiminin; bireysel özellikler, geçmiş yaşam deneyimleri, çevreden alınan geribildirimler ve yardım etme motivasyonunun birleşimiyle şekillendiği ve klinik psikologların profesyonel kimlik gelişiminin temel basamağını oluşturduğu düşünülmektedir.

4.2. Alt Tema 2: Mesleki İlerleme Süreci

Bu bölümde, Mesleki İlerleme Süreci temasını oluşturan “*Mesleki Gelişimi Kolaylaştıran Faktörler*” ve “*Mesleki Gelişimi Zorlaştıran Faktörler*” ele alın-

maktadır.

Mesleki İlerleme Süreci temasında yer alan *Mesleki Gelişimi Zorlaştıran Faktörler*, klinik psikologların mesleki yeterlik algısını olumsuz etkilediği değerlendirilen dört unsurdan oluşmaktadır: *maddi güçlükler*, *iş hayatına ilişkin problemler*, *eğitim sistemi problemleri* ve *fark etmenin ağırlığı*. Bulgular, klinik psikoloji eğitiminde uygulamaya yönelik becerilere yeterince yer verilmemesinin, yüksek eğitim maliyetlerinin yarattığı ekonomik baskının, mesleki görev ve sorumlulukların belirsizliğini sebebiyle çalışma koşullarında yaşanan güçlüklerin ve mesleğin ilk yıllarında sık görülen yetersizlik-hata yapma kaygısının mesleki gelişim sürecini zorlaştırdığını göstermektedir. Ayrıca, öğrencilik döneminde yoğun olarak deneyimlenen sorgulama, anlam arayışı ve kişisel kaygıların zaman zaman iyileştirici değil, aksine zorlayıcı bir süreçte dönüştüğü görülmüştür.

Bu durum, Bandura’nın (1997) öz yeterlik kaynaklarından özellikle *doğrudan deneyim* (Alpaslan ve ark., 2019) ile *fizyolojik/duygusal durumlar* (Lopez-Garrido, 2020) aracılığıyla klinik psikologların öz-yeterlik algıları için risk oluşturabileceği şeklinde yorumlanabilir. Zorlayıcı faktörlerin yarattığı duygusal yük ise, alanyazında da uyumlu biçimde, yüksek stres ve duygusal gerginliğin öz yeterlik algısını zayıflatmış; buna karşın olumlu duygusal deneyimlerin öz-yeterliğin güçlendirdiğini göstermektedir (Kaya, 2021a). Bu doğrultuda söz konusu faktörlerin, özellikle *duygusal/fizyolojik durumlar* ve *doğrudan deneyimler* aracılığıyla öz yeterlik inancını zedeleyerek mesleki ilerleme sürecini güçleştirebileceği değerlendirilmektedir.

Mesleki İlerleme Süreci temasında yer alan *Mesleki Gelişimi Kolaylaştıran Faktörler*, klinik psikologların mesleki yeterlik algılarının güçlenmesine katkı sunan üç temel unsurdan oluşmaktadır: *öğrenme motivasyonu*, *karşılıklı öğrenme* ve *içgörü kazanma*. Bulgular, klinik psikologların psikoloji alanına duydukları ilginin öğrenmeye yönelik motivasyonlarını artırdığını; danışanların iyileşme süreçlerine eşlik etmenin, farklı sosyokültürel düzey, etnik köken, dini inanç ve mesleklerden gelen danışanlarla çalışmanın ve danışanlardan alınan olumlu geri bildirimlerin mesleki yeterlik algısını güçlendirdiğini göstermektedir.

Bu durum Bandura’nın (1997) tanımladığı öz yeterlik kaynaklarıyla yakından ilişkilidir. Danışan süreçlerinden edinilen olumlu çıktılar *doğrudan deneyim* (Alpaslan ve ark., 2019), farklı vakalara ve iyileşme süreçlerine tanıklık etmek *dolaylı yaşantı* (Kaya, 2021a), danışanlardan alınan olumlu geri bildirimler ise *sözel ikna* (Kotaman, 2002) yoluyla öz yeterlik inancını güçlendirebilmektedir. Bununla birlikte, alanyazında bireyin sürekli başarısızlık yaşadığı durumlarda aşırı derecede teşvik edici *sözel ikna* ifadelerinin öz yeterlik üzerinde

beklenenin aksine olumsuz bir etki yaratabileceği de bildirilmektedir (Kotaman, 2002). Bu bulgu, mesleki gelişimde yapılan işin niteliğinin, geri bildirimin yapısının ve bağlamın önemine işaret etmektedir.

Kolaylaştırıcı olarak tanımlanan bu faktörlerin, zorlu koşullara rağmen mesleki sürecin sürdürülebilirliğini desteklediği düşünülmektedir. Bu nedenle, bu unsurların *iş doyumu ve öz yeterliğin kişiye etkileri* kavramlarıyla birlikte ele alınması çalışma açısından önemlidir. İş doyumu, bireyin işine ve iş ortamına ilişkin değerlendirmeleri sonucunda ortaya çıkan olumlu duygulanım olarak tanımlanmaktadır (Demirtaş ve Ersözlü, 2010). Alanyazın, iş doyumunun çalışma koşulları, ücret, eğitim durumu, yönetim anlayışı, sosyal ilişkiler, mesleki gelişim olanakları ve işin kendisi gibi birçok unsurdan etkilendiğini göstermektedir (Erdil ve ark., 2004). İçsel güç ise, bireyin işin sağladığı maddi ve manevi çıktılardan beslenerek çalışma yaşamını istek ve kararlılıkla sürdürmesini sağlayan bir kavram olup, bir amaç doğrultusunda harekete geçme ve çabayı sürdürme sürecini ifade etmektedir (Köroğlu, 2011). Ayrıca güdülenme, içsel ve dışsal unsurlardan etkilenecek davranışların başlatılması, sürdürülmesi ve düzenlenmesinde rol oynamakta ve iş gücünün sürdürülebilirliği açısından önemli bir işlev üstlenmektedir (Dede ve Yaman, 2008). Bu çerçevede, içsel güç ve güdülenmenin mesleki gelişimi zorlaştıran faktörlere karşı koruyucu bir katkı sunduğu değerlendirilmektedir. Aynı zamanda özyeterliğin kişiye etkileri bağlamında değerlendirildiğinde, mesleki gelişim ve mesleği sürdürebilme kapasitesi; belirli amaç ve hedeflere yönelik girişimde bulunma, *karşılıklı öğrenme ve öğrenme motivasyonu* gibi unsurlarla birlikte düşünüldüğünde, öz yeterliğin *bilişsel süreçlere* (Oktaş, 2021), *motivasyonel süreçlere* (Altındağ, 2021) ve *duygusal süreçlere* (Acar, 2021) etkileri ile ilişkilendirilebilmektedir. Öğrenme ve mesleki gelişimi kapsayan bu iki unsurun, çalışmanın ana değişkeni olan *mesleki iyilik haline* olumlu katkı sunabileceği değerlendirilmektedir.

Son olarak, *İçgörü Kazanmak* ve *Fark Etmenin Ağırlığı* benzer görünse de, katılımcıların deneyimleri bu iki sürecin niteliksel açıdan farklılaştığını göstermektedir. Klinik psikologlar, öğrencilik ve mesleki temaslar sırasında kendi süreçlerine dair fark ettikleri noktaları özellikle ilk aşamada çoğu zaman rahatsız edici ve duygusal açıdan zorlayıcı bir deneyim olarak tanımlamaktadır. Buna karşılık, bireysel psikoterapi süreçleriyle birlikte gelişen ve zaman içinde anlamlandırılan farkındalıkların daha yapılandırılmış ve geliştirici bir içgörüyeye dönüştüğünü ifade etmektedirler. Bu nedenle iki süreç farklı kategorilerde tanımlanmıştır. Alanyazında da içgörünün uzman bir rehber eşliğinde kazanıldığı, özellikle emosyonel içgörünün deneyimli bir terapist aracılığıyla geçmiş yaşantıların ve duyguların işlenmesiyle ortaya

çıktığı ifade edilmektedir (Aslan ve Altınöz, 2010; Kafka, 1990; Sandler, 1973; Strachey, 1934). Aynı zamanda katılımcıların zorlayıcı ve travmatik danışan deneyimlerine eşlik etmelerinin duygusal riskler barındırabileceği; ancak bireysel psikoterapi yoluyla kazanılan içgörünün, *duygusal ve fizyolojik durumlar* (Lopez- Garrido, 2020) aracılığıyla öz yeterliği destekleyebileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda, *İçgörü Kazanmak* faktörünün öz yeterlik üzerinde koruyucu ve güçlendirici bir etki yaratabileceği söylenebilir. Ayrıca alanyazın, stres ve kaygı yaratan zorlayıcı faktörlere rağmen bireylerin plan yapma, yeni bir işe başlama, kendine dair farkındalık geliştirme veya mevcut bir işi sürdürebilme gibi becerilerinin, öz yeterliğin *duygusal süreçlere etkisiyle* açıklanabileceğini göstermektedir (Kaya, 2021a). Bu bağlamda içgörü, farkındalık ve mesleki deneyime yönelik girişimlerin, *duygusal iyilik hali* boyutuna katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

4.3. Alt Tema 3: Mesleki İyilik Hallerini Sağlama ve Sürdürme Stratejileri

Bu alt tema, klinik psikologların mesleki süreçlerini sürdürülebilir kılmak ve iyilik hallerini korumak amacıyla başvurdukları 8 stratejiyi tanımlamaktadır: *Terapiye Başlama ve Sürdürme, Süpervizyon–Meslektaşlar Arası Danışma, Sosyal Bağ, Entelektüel Birikim, Bedensel Aktivite, Yaratıcı ve Spiritüel Faaliyetler, Bireysel Farklılıkları Gözetmek* ve *Duygu Düzenleme*. Bu bölümde, katılımcıların söylemleri doğrultusunda belirlenen stratejilerin; iyilik hali boyutları, öz-yeterlik kaynakları ve öz-yeterliğin birey üzerindeki etkileri bağlamında ele alınmaktadır. Bu stratejilerin iyilik halinin sosyal, duygusal, fiziksel, entelektüel/bilişsel ve spiritüel boyutlarına katkılarının yanı sıra, klinik psikologların kişisel, çevresel ve mesleki koşullarının ilgili kavramsal çerçeve içinde ele alınmasının, bu alt temanın bütüncül niteliğini güçlendirdiği düşünülmektedir.

Spiritüel iyilik hali; bireyin yaşamı anlamlandırmasına, varoluşsal açıdan bütünlük hissi geliştirmesine ve yaşama yönelik esenlik duygusunu sürdürmesine katkı sağlayan deneyimleri ifade etmektedir (Berk, 2010). Katılımcıların günlük yaşamlarına dahil ettikleri resim, müzik, edebiyat, seramik, tiyatro ve meditasyon gibi yaratıcı ve spiritüel faaliyetlerin, ruhsal dengeyi koruma, duygusal düzenlemeyi destekleme ve yaşamda anlam arayışına katkı sağlama açısından önemli bir işlev gördüğü anlaşılmaktadır. Bu bağlamda, *Yaratıcı ve Spiritüel Faaliyetler* stratejisinin özellikle *spiritüel iyilik halini* güçlendiren bir unsur olabileceği değerlendirilmektedir. Spiritüel faaliyetler yalnızca dini pratikleri değil (Westgate, 1996); bireyin potansiyelini keşfetmesini, yaşamdan doyum almasını ve kendini gerçekleştirmesini kapsamaktadır (Hatch ve ark., 1998). Nitekim spiritüel

iyilik haline sahip bir kişi, hayatın anlamını sorgulayan, potansiyelini keşfeden, yaşamdan doyum alan ve kendisini tamamlanmış hissedeni biri olarak tanımlanmaktadır (akt. Korkut-Owen ve Owen, 2012). Sanatsal ve yaratıcı etkinliklerin fiziksel, duygusal ve bilişsel alanlara eşzamanlı ulaşabilen bütüncül yapısı bilinmektedir (Siegel, 1989). Bu durumun öz yeterlik kaynaklarından *fiziksel-duygusal durum* (Lopez-Garrido, 2020) üzerinde düzenleyici bir rol oynadığı ve bireyin kendini yetkin hissetmesine katkı sağladığı düşünülmektedir. Bu faaliyetler aracılığıyla edinilen olumlu yaşantıların, öz yeterlik kaynaklarından *doğrudan deneyimi* (Alpaslan ve ark., 2019) desteklediği; olumlu duygusal deneyimlerin ise öz yeterliğin *duygusal süreçlerine* (Acar, 2021) katkı sunduğu bilinmektedir. Öz yeterlikteki bu artış, kişilerin *duygusal süreçlerin* düzenlenmesine, stresle başa çıkma kapasitelerini arttırmalarına ve duygusal dayanıklılıklarını sürdürmelerine katkı sunmaktadır. Ayrıca öz yeterliğin *motivasyonel süreçlerle* (Altındağ, 2021) ilişkisi dikkate alındığında, yaratıcı ve spiritüel faaliyetlere katılımın psikologların mesleki motivasyonlarını canlı tuttuğu ve zorlu klinik karşılaşmalarla başa çıkabilmelerini destekleyebileceği değerlendirilmektedir. Bu bağlamda *yaratıcı ve spiritüel faaliyetlerin, doğrudan deneyim* ile *fiziksel-duygusal durumlar* aracılığıyla öz yeterlik için bir kaynak işlevi görebileceği; ayrıca bireylerin *duygusal ve motivasyonel süreçlerine* katkıda bulunarak yaratıcı ve spiritüel iyilik halini güçlendirebileceği değerlendirilmektedir. Bu faaliyetlerin *duygusal, bilişsel/entelektüel ve spiritüel iyilik haline* sağladığı çok boyutlu katkının, *mesleki iyilik halini* de destekleyebileceği düşünülmektedir.

Fiziksel iyilik hali; düzenli uyku, dengeli beslenme, yeterli fiziksel aktivite ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarını kapsayan bütüncül bir sağlık durumunu ifade etmektedir (Needham ve Crosnoe, 2005). Araştırmada katılımcıların, psikoterapi pratiğinin uzun süreli oturma ve yoğun zihinsel efor gerektiren yapısını dengelemek amacıyla bedensel hareketliliğe ve sağlıklı yaşam pratiklerine yöneldikleri görülmüştür. *Fiziksel iyilik halinin*, yetişkinlikte ortaya çıkan birçok sağlık sorununun erken dönem davranışlarıyla önlenemediği belirtilmekte olup (Korkut-Owen ve Owen, 2012), *Bedensel Aktivite* stratejisinin klinik psikologlar için önemli bir koruyucu unsur olduğu değerlendirilmektedir. Düzenli fiziksel aktivitenin, fiziksel ve genel iyilik halini artırdığı çeşitli araştırmalarla gösterilmiştir (Cramer, Nieman ve Lee, 1991; DSÖ, 2018; Doğan, 2006; Szabo, 2003). Bedensel hareketliliğin, öz yeterlik kaynaklarından *fiziksel-duygusal durum* üzerinde düzenleyici bir etki yaratarak bireyin kendini daha dengede hissetmesini sağladığı (Lopez-Garrido, 2020) ve olumlu duygusal deneyimlerin öz yeterlik algısını güçlendirdiği bildirilmektedir

(Acar, 2021). Bunun yanı sıra düzenli egzersiz, öz yeterlik kaynaklarından *doğrudan deneyimi* (Alpaslan ve ark., 2019) desteklemekte; bireyin fiziksel olarak güçlendiğini, dayanıklılığını arttığını ve belirlediği hedeflere ulaşabildiğini deneyimlemesi, öz yeterlik algısının pekişmesine katkı sunmaktadır. Bu durumun, kişileri hem *duygusal süreçler* (Acar, 2021) hem de *motivasyonel süreçler* (Altındağ, 2021) aracılığıyla olumlu etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu çerçevede bedensel aktivitenin, yalnızca fiziksel iyilik halini değil; *doğrudan deneyim* aracılığı ile öz yeterlik algısını güçlendirerek öz yeterliğin *duygusal ve motivasyonel süreçlerine* katkıda bulunduğu değerlendirilmektedir. Bu sebeple *Bedensel Aktivite* stratejinin, klinik psikologların *fiziksel ve duygusal iyilik hallerine* ek olarak *mesleki iyilik hallerini* de desteklediği söylenebilir. Fiziksel iyilik halindeki artışın, klinik psikologların mesleğin yarattığı duygusal yük ve zorlanmalarla daha etkili biçimde başa çıkmalarına katkı sağlayarak, daha sağlıklı ve uzun vadeli bir mesleki yaşamı kolaylaştırdığı değerlendirilmektedir.

Sosyal iyilik hali, kişilerin çevreleriyle kurdukları ilişkilerin niteliğini, algıladıkları sosyal desteği ve sosyal ilişkilerde kendilerini güvende hissetme durumlarını içermektedir (Owen ve ark., 2017). Klinik psikologlar açısından bu boyut, travmatik ve zorlayıcı yaşam olaylarına *eşlik etmenin yarattığı* duygusal yük göz önünde bulundurulduğunda, mesleki işlevselliğin sağlanabilmesi adına *önemli bir unsur olarak değerlendirilmektedir*. Alanyazın, travmatik deneyimlerin paylaşılması ve sosyal desteğin stresin olumsuz etkilerini azalttığını ve yeniden değerlendirme süreçlerini kolaylaştırdığını göstermektedir (Cordova ve ark., 2001; Dignam ve West, 1988; Schaefer ve Moos, 1992). Bu çerçevede katılımcıların başvurduğu *Sosyal Bağ ve Süpervizyon-Meslektaşlar Arası Danışma* stratejilerinin sosyal iyilik halini önemli ölçüde desteklediği görülmektedir. *Sosyal Bağ* stratejisi, psikologların ilişkilerini sürdürme ve duygusal paylaşım yoluyla sosyal destek alma imkanlarını güçlendirmekte; süpervizyon süreçleri ve meslektaşlar arası danışma ise klinik uygulamaların niteliğini artırırken mesleki yüklerle başa çıkma kapasitesini desteklemektedir (McNeill ve Worthen, 1989; Morissey ve Tribe, 2001). *Süpervizyon ve Meslektaşlar Arası Danışma süreçlerinin; öz yeterlik kaynaklarından doğrudan deneyim* (Alpaslan ve ark., 2019), *sözel ikna* (Kotaman, 2002) ve *dolaylı yaşantılara* (Kaya, 2021a) katkı sunduğu, böylece öz yeterliğin *bilişsel* (Oktaş, 2021), *duygusal* (Acar, 2021) ve *motivasyonel* (Altındağ, 2021) süreçleri aracılığıyla kişiler üzerinde etkileri olduğu değerlendirilmektedir. Meslektaş geribildirimleri ve ortak klinik deneyimlerin paylaşımı, psikologların hem öz yeterlik algılarını hem de mesleki dayanıklılıklarını destekleyici bir çerçeve sunmaktadır. Bu doğrultuda *Sosyal Bağ ve Süpervizyon-Meslektaşlar*

Araşı Danışma stratejilerinin, yalnızca *sosyal iyilik hali* ni değil; öz yeterliğin *duygusal* ve *motivasyonel süreçler* üzerindeki etkileriyle birlikte, psikologların *duygusal* ve *bilişsel/entelektüel* iyilik hallerini de güçlendirdiği değerlendirilmektedir. Bu unsurların, zorlayıcı klinik deneyimlerle başa çıkmayı kolaylaştırdığı ve mesleki sürecin daha yetkin ve *sürdürülebilir bir biçimde devam ettirilmesine katkı* sunduğu değerlendirilmektedir.

Entelektüel iyilik hali, bireyin bilişsel kapasitesini geliştirme gayretini, zihinsel olarak aktif olma isteğini ve edindiği bilgileri hem mesleki hem de kişisel yaşamında işlevsel biçimde uygulayabilme becerisini kapsamaktadır (Owen ve ark., 2017). Klinik psikologlar açısından bu boyut, mesleğin gerektirdiği kuramsal bilgi birikimi, değerlendirme becerisi ve sürekli öğrenme ihtiyacı nedeniyle hem mesleki yeterlik hem de öz yeterlik için *önemli* bir unsur olarak değerlendirilmektedir. Ayrıca kişilerin değerleriyle uyumlu etkinliklere katılmaları, bireysel becerilerini toplum yararına kullanmaları ve iş-yaşam dengesi kurabilmeleri de entelektüel iyilik halini destekleyen önemli unsurlar olarak ifade edilmektedir (Miller ve Foster, 2010).

Araştırmada tanımlanan *Entelektüel Birikim* stratejisi; literatür takibi, eğitime katılım, kuramsal bilgi kullanımı ve mesleki gelişimi sürdürme motivasyonunu içermektedir. İkinci temada yer alan *Mesleki Gelişimi Kolaylaştıran Faktörlerden “karşılıklı öğrenme”* ve “*öğrenme motivasyonunun*” da bu stratejiye katkı sunduğu düşünülmektedir. Bu süreçlerin, öz yeterlik kaynaklarından *doğrudan deneyim* (Alpaslan ve ark., 2019), *dolaylı yaşantılar* (Kaya, 2021a) ve *sözel ikna* (Kotaman, 2002) aracılığıyla öz yeterlik algısını güçlendirebildiği değerlendirilmektedir. Mesleki geribildirimler, olumlu klinik deneyimler ve diğer uzmanların uygulamalarına tanıklık etmek; psikologların öz yeterlik algısını pekiştirerek *bilişsel* (Oktaş, 2021) ve *motivasyonel süreçlerine* (Altındağ, 2021) katkı sunmaktadır. Ayrıca öz yeterliğin *seçim sürecine* (Bandura ve ark., 1982) etkisi göz önünde bulundurulduğunda, entelektüel birikime yönelik girişimlerin klinik psikologların mesleki yönelimlerinin ve öğrenme tercihlerinin şekillenmesinde belirleyici olabileceği düşünülmektedir. Bu çerçevede *Entelektüel Birikim* stratejisinin yalnızca bilişsel gelişimi değil; öz yeterlikten beslenen öğrenme motivasyonunu da güçlendirerek psikologların *entelektüel/bilişsel* iyilik hallerine katkıda bulunduğu değerlendirilmektedir. Öz yeterlikten kaynaklanan yeterlilik hissinin, *duygusal iyilik hali* boyutuna ve buna bağlı olarak genel *mesleki iyilik haline* de olumlu yansıdığı söylenebilir. Sonuç olarak entelektüel iyilik halindeki artış, klinik psikologların bilgiye dayalı karar verme süreçlerini güçlendirmekte, mesleki rollerini daha güvenle yerine getirmelerini kolaylaştırmakta ve profesyonel yaşamlarını daha sürdürülebilir kılmaktadır.

Araştırmada *entelektüel iyilik hali* ile ilişkili olarak tanımlanan *Bireysel Farklılıkları Gözetmek* stratejisinin, klinik psikologların hem kuramsal bilgi birikimlerini hem de mesleki etik sorumluluklarını desteklediği görülmektedir. Psikologların mesleki anlamda doğru olanı yapmaları, danışan yararını gözetmeleri ve çalışma çerçevesini belirleyen mesleki yönetmeliklere uygun hareket etmeleri etik ilke ve standartların bir gereği olup (Türk Psikologlar Derneği, 2004), farklı bireysel ihtiyaçların dikkate alınmasını zorunlu kılmaktadır. Bu yönüyle strateji, iyilik hali çalışmalarında mesleki ve çevresel unsurların önemini vurgulayan alanyazınla uyumludur (Owen ve ark., 2016). Aynı zamanda bireysel farklılıkların gözetilmesi, hümanist ekollerde vurgulanan, bireylerin değişim ve gelişim potansiyellerine duyulan inançla paralellik göstermekte ve danışanların psikoterapistin sunduğu koşullar aracılığıyla gerekli dönüşümleri gerçekleştirebilecekleri yaklaşımını desteklemektedir (Wolstein, 1996). Bu stratejinin özellikle öz yeterlik kaynaklarından *doğrudan deneyim* (Alpaslan ve ark., 2019) aracılığıyla güçlendiği; psikologların farklı danışan profilleriyle çalışırken bireysel ihtiyaçlara uygun müdahaleler geliştirme konusunda başarı deneyimleri edindikleri ve bu başarıların öz yeterlik algılarını pekiştirebileceği düşünülmektedir. *Doğrudan deneyimden* (Alpaslan ve ark., 2019) beslenen bu yeterlik hissi, *bilişsel* süreçler (Oktaş, 2021) ve *seçim süreçlerinin* (Bandura ve ark., 1982) etkin kullanımını kolaylaştırmakta; psikologların klinik karar alma becerilerini, sınır yönetimini ve müdahale esnekliğini desteklemektedir. Bu çerçevede *Bireysel Farklılıkları Gözetmek*, etik duyarlılık, entelektüel gelişim ve mesleki işlevsellik arasında çok yönlü bir köprü işlevi görerek; *doğrudan deneyim* aracılığıyla gelişen öz yeterlik algısıyla birlikte klinik psikologların *bilişsel/entelektüel iyilik hali* ile *duygusal iyilik haline* ek olarak, *mesleki iyilik hallerine* olumlu katkı sunmaktadır.

Duygusal iyilik hali, bireyin yaşamındaki olaylara ve zorluklara karşı olumlu bir bakış açısına sahip olması, duygularını tanıması, düzenleyebilmesi ve duygusal açıdan dengeli sürdürülebilmesi açısından önemli bir boyut olmakla birlikte sağlığın içsel boyutlarını da kapsamaktadır (Korkut-Owen ve ark., 2017). Aynı zamanda *duygusal iyilik hali*; kişinin kendisine ve dünyaya dair olumlu değerlendirmelerini, sağlıklı kimlik gelişimini ve öz farkındalığı kapsamakta, yalnızca duygusal ya da zihinsel bir rahatsızlığın olmaması değil; günlük yaşam olaylarına uyum sağlayabilme ve deneyimlenen duygulara karşı işlevsel baş etme tepkileri geliştirebilme kapasitesini de ifade etmektedir (Roscoe, 2009). Araştırma bulguları, katılımcıların duygusal esneklik, duyguları tanıma ve duygusal tolerans gibi becerilerine ilişkin söylemlerinin *Duygu Düzenleme* stratejisi kapsamında toplandığını göstermektedir. Bu stratejinin öz yeterlik kay-

naklarından *doğrudan deneyim* (Alpaslan ve ark., 2019) ve *fiziksel-duygusal durum* (Lopez-Garrido, 2020) yoluyla güçlendiği; öz yeterliğin *duygusal süreçlere etkisi* (Acar, 2021) aracılığıyla hem *duygusal iyilik hali* hem de genel *mesleki iyilik hali* üzerinde koruyucu bir işlev üstlendiği değerlendirilmektedir. Buna ek olarak araştırmada tanımlanan diğer stratejilerin de *duygusal iyilik* haline tamamlayıcı katkılar sunduğu görülmektedir. *Terapiye Başlama ve Sürdürme* süreci, kişisel farkındalığın, duygusal düzenlemenin ve ruhsal dengenin gelişmesine katkı sunmaktadır. *Bedensel Aktivite*, fiziksel ve duygusal durumun düzenlenmesi ve doğrudan deneyim aracılığıyla öz yeterlik algısını desteklemektedir (Lopez-Garrido, 2020; Acar, 2021). *Sosyal Bağ*, kişiler arası ilişkiler ve algılanan sosyal destek üzerinden stresin olumsuz etkilerini azaltmaktadır (Cordova ve ark., 2001; Dignam ve West, 1988; Schaefer ve Moos, 1992). *Süpervizyon-Meslektaşlar Arası Danışma*, öz yeterlik kaynaklarından *doğrudan deneyimi* (Alpaslan ve ark., 2019), *sözel ikna-yı* (Kotaman, 2002) ve *dolaylı yaşantıları* (Kaya, 2021a) destekleyerek duygusal dayanıklılığı artırmaktadır. Son olarak *Entelektüel Birikim*, kuramsal bilgi, öğrenme motivasyonu ve bilişsel kapasitenin kullanılması (Bandura ve ark., 1982) aracılığıyla belirsizlikle başa çıkmayı kolaylaştırmakta ve öz yeterliğin *bilişsel* (Oktaş, 2021) ve *motivasyonel* (Altındağ, 2021) *süreçlere etkisi* doğrultusunda duygusal iyilik haline dolaylı katkı sunmaktadır.

Alanyazın, psikologlarda merhamet yorgunluğu ve tükenmişliğin sık görüldüğünü (Baruch, 2004; Figley, 2002; Tuş Yiğit ve Maçkalı, 2022) ve ikincil travmatik stres belirtilerinin ortaya çıkabileceğini göstermektedir (Görgülü ve Kumova, 2022; Kırmızııkaya, 2022). Bununla birlikte öz bakım ve duygusal düzenleme becerilerinin geliştirilmesinin mesleki etik açısından bir gereklilik olduğu vurgulanmaktadır (Barnett ve ark., 2007; Posluns ve Gall, 2019). Ayrıca sosyal destek, bireysel terapi ve süpervizyonun tükenmişliğe karşı koruyucu etkiye sahip olduğu belirtilmektedir (Hoy ve Rzeszutek, 2022). Psikoterapistlerin kişisel yaşam kalitelerinin terapötik süreci doğrudan etkilediği (Nissen-Lie ve ark., 2013) ve psikolojik iyi oluşun danışma sürecindeki öz yeterliği desteklediği de gösterilmiştir (Özgönül ve Ümet, 2020).

Bu bulgular birlikte ele alındığında, araştırmada tanımlanan tüm stratejilerin—*Terapiye Başlama ve Sürdürme*, *Süpervizyon-Meslektaşlar Arası Danışma*, *Sosyal Bağ*, *Entelektüel Birikim*, *Bedensel Aktivite*, *Yaratıcı ve Spirüel Faaliyetler*, *Bireysel Farklılıkları Gözetmek*—temelde duygusal düzenleme süreçlerini beslediği ve bu yönüyle *duygusal iyilik* halinin araştırmanın tüm temalarını birbirine bağlayan düzenleyici bir bileşen olduğu değerlendirilmektedir. Dolayısıyla bu stratejilerin tümü, psikologların öz yeterlik algılarını

güçlendirerek duygusal dayanıklılıklarını artırmakta; bu durum hem mesleki iyilik halinin sürdürülmesine hem de tükenmişlikten korunarak klinik uygulamaların daha sürdürülebilir bir şekilde devam ettirilebilmesine katkı sunmaktadır.

5. Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma, klinik psikologların mesleki iyilik halini etkileyen unsurları psikolog olma deneyimi çerçevesinde ve *İyilik Hali Yıldızı Modeli* (Korkut-Owen ve Owen, 2012) doğrultusunda ele almıştır. Bulgular, meslek seçiminin öznel yaşam deneyimleriyle yakından ilişkili olduğunu; mesleğe yönelme ve mesleği sürdürme sürecinde karşılaşılan zorluklara rağmen klinik psikologların çeşitli stratejiler geliştirerek mesleki iyilik hallerini korumaya çalıştıklarını göstermektedir. Öğrenme motivasyonunun artması, duygusal farkındalık kazanılması ve yeni bilgi-becerilerin içselleştirilmesi gibi *mesleki gelişimi kolaylaştıran faktörlerin*, mesleki doyum ve genel mesleki iyilik halinin sürekliliğine katkı sağladığı düşünülmüştür. Buna karşılık maddi zorluklar, eğitim sistemindeki aksaklıklar, çalışma koşullarına bağlı güçlükler ve kişisel psikoterapiye erişimde yaşanan sınırlılıkların mesleki iyilik hali ve öz yeterlik açısından risk oluşturduğu görülmüştür. Katılımcıların bilinçli meslek seçimleri ve öz yeterliği destekleyen stratejiler geliştirmeleri, güvenli ve nitelikli ruh sağlığı hizmetinin sürdürülmesine katkı sağlarken; bu stratejilerin uygulanmamasının hizmet güvenliğini olumsuz etkileyebileceği değerlendirilmektedir.

Araştırmanın bulguları, 2020–2021 yılları arasında İstanbul’da psikoterapist olarak çalışan 12 klinik psikologla sınırlıdır. Bu nedenle, psikoterapist olarak görev almayan klinik psikologların da dahil edildiği çalışmaların yürütülmesi önem taşımaktadır. Ayrıca Türkiye’nin farklı bölgelerinde çalışan psikologların deneyimlerini ve psikoloji alanının sosyolojik bağlamını (diğer meslek gruplarıyla ilişkiler, kurumların işleyişi, süpervizör ve danışan görüşleri gibi) ele alan araştırmaların alana daha kapsamlı bir katkı sunacağı düşünülmektedir. Son yıllarda psikologların mesleki deneyimlerine yönelik çalışmaların arttığı görülmekte (Görgülü ve Kumova, 2022; Kırmızııkaya, 2022; Tuş Yiğit ve Maçkalı, 2022) ve bu artışın alandaki gereksinimi işaret ettiği değerlendirilmektedir. Gelecek çalışmalarda yaş, deneyim süresi, öz yeterlik ve iyilik hali gibi değişkenlerin incelendiği nicel ve boylamsal araştırma tasarımlarının kullanılması önerilebilir. Ruh sağlığı alanında çalışan profesyonellerin çeşitli mesleki risklere maruz kaldığı göz önünde bulundurulduğunda, bu risklerin tanımlanması ve iyilik halini artıran stratejilerin belirlenmesi özellikle meslek adayları ve genç psikologlar için yol gösterici olacaktır.

Ayrıca psikoloji lisans ve yüksek lisans programlarında öğrencilerin mesleki topluluklara katılımının teşvik edilmesi ve öz bakım ile iyilik hali becerilerine yönelik eğitimlerin programlara dahil edilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Meslek yasalarının güçlendirilmesi ve etik yönetmeliklerin uygulanabilirliğinin artırılmasının, çalışma koşullarındaki belirsizlikleri azaltarak mesleki işlevselliği destekleyeceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak *klinik psikologların mesleki iyilik hali*; meslek seçimine ilişkin motivasyonun ötesinde, mesleğin gerektirdiği bilgi, beceri ve sorumlulukları yerine getirmeye yönelik aktif çabayı; duygusal dayanıklılığı, öz yeterliği ve mesleki tatmini kapsayan dinamik bir kavramdır. Araştırmanın bulguları, öz yeterlik ve iyilik hali stratejilerinin benimsenmesinin klinik sürecin niteliğini artırdığını ve ruh sağlığı hizmetinin sürdürülebilirliğine katkı sunduğunu göstermektedir. Bu nedenle psikoloji eğitimi ve klinik uygulama süreçlerinde mesleki iyilik halini destekleyen stratejilerin öğretim ve süpervizyon modellerine entegre edilmesi, alanın gelişimi açısından kritik bir gereklilik olarak değerlendirilmektedir.

Kaynakça

- American Psychological Association. (2016, Mart 25). *Clinical psychology*. 20 Mart 2022 tarihinde erişildi, <https://www.apa.org/education-career/guide/subfields/clinical>
- Amerikan Psikoloji Derneği. (2017). *Psikologların etik ilkeleri ve davranış kuralları*. 2024 tarihinde <https://www.apa.org/ethics/code> adresinden alındı.
- Acar, H. (2021). Karar verme tarzlarının öz yeterlilik ve kaygı düzeyleri açısından incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Eğitim Enstitüsü.
- Aksakal, N., ve Kırkaya, İ. (2013). Gömülü teori: Spor bilimlerinde kullanılabilirliği. CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 8(1), 1–10.
- Alpaslan, M. M., Akkuş, N., Özlen, S., ve Kuru Alpaslan, F. (2019). Ortaokul öğrencilerinin fen öğrenimine yönelik öz-yeterlik kaynakları, öz-yeterlik, akademik başarıları ile kariyer yönelimi arasındaki ilişkinin incelenmesi. Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi, 5(3), 352–360.
- Altındağ, F. (2021). Ergenlerde madde kullanım bozukluğunun madde bağımlılığından korunmada öz-yeterlilik ölçeği ve anne-baba tutum ölçeği ile değerlendirilmesi (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Aslan, S., ve Altınöz, A. E. (2010). İçgörü kavramı ve şizofreni tekrarlayıcı nitelikte bir travma olarak aile içi şiddetin psikoz ile ilişkisi, Psikiyatride Derlemeler, Olgular ve Varsayımlar (RCHP), 4(1-2), 23-32.
- Ateş, N. (2020). 20–35 yaşları arasındaki hiç evlenmemiş bireylerde yalnızlık, sosyal destek, bağlanma stilleri ve psikolojik iyilik hali (Yüksek lisans tezi). Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sosyal Bilimler Fakültesi.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Bandura, A., Reese, L., ve Adams, N. E. (1982). Micro-analysis of action and fear arousal as a function of differential levels of perceived self-efficacy. Journal of Personality and Social Psychology, 43(1), 5-21. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.43.1.5>
- Barnett, J. E., Baker, E. K., Elman, N. S., ve Schoener, G. R. (2007). In pursuit of wellness: The self-care imperative. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38(6), 603-612. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.38.6.603>
- Baruch, V. (2004). Self-care for therapists: Prevention of compassion fatigue and burnout. *Psychotherapy in Australia*.
- Berk, P. M. (2010). *Letting the light in: Transforming your pain into power*.
- Biçer, D. (2021). *Eğitimde program geliştirme programı okul öncesi öğretmenliği lisans programı yeterliklerinin belirlenmesi ve yeterliliklere dayalı bir program değerlendirmesi* (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Cordova, M. J., Cunningham, L. L., Carlson, C. R., ve Andrykowski, M. A. (2001). Posttraumatic growth following breast cancer: A controlled comparison study. *Health Psychology*, 20(3), 176-185. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.20.3.176>
- Creswell, J. W. (1998). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions*. Sage.
- Creswell, J. W. (2015). Nitel araştırma yöntemleri (M. Bütün ve S. B. Demir, Çev.). Siyasal Kitabevi.
- Dede, Y., ve Yaman, S. (2008). Fen öğrenmeye yönelik motivasyon ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Necatibey Eğitim Fakültesi Elektronik Fen ve Matematik Eğitimi Dergisi, 2(1), 19–37.
- Demir, R., ve Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. Uluslararası Akademik Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırma Dergisi, 2(2).
- Demirtaş, Z., ve Ersözlü, A. (2010). Liselerde görev yapan öğretmenlerin iş doyum düzeyleri. *E-Journal of New World Sciences Academy Education Sciences*, 5(1), 199–209.
- Dignam, J. T., ve West, S. G. (1988). *Social support in the workplace: Tests of six theoretical models*. *American Journal of Community Psychology*, 16(5), 701-724. <https://doi.org/10.1007/BF00930022>
- Doğan, T. (2006). Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(30), 120–129.
- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ). (2018). *Reducing risks, promoting healthy life: The 2018 health report*. <http://www.who.int/whr/2002/chapter4/en/index4.html>
- Erbaş, S. (2021). Eksensel kodlama. <https://acikders.ankara.edu.tr/mod/resource/view.php?id=72605> (Erişim Tarihi: 22.02.2022)
- Erdil, O., Keskin, H., İmamoğlu, S. Z., ve Erat, S. (2004). Yönetim tarzı ve çalışma koşulları, arkadaşlık ortamı ve takdir edilme duygusu ile iş tatmini arasındaki ilişkiler: Tekstil sektöründe bir uygulama. Doğuş Üniversitesi Dergisi, 5(1), 17–26.
- Ergüven, D. A. (2019). *Özel eğitim alanında çalışan alan dışı öğretmenlerin mesleki yeterliliklerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- European Federation of Psychologists' Associations (EFPA). (2005). *Meta-code of ethics*. <http://www.efpa.eu/ethics/meta-code-of-ethics>

- (Erişim Tarihi: 04.02.2022)
- Figley, R. C. (2002). Compassion fatigue: Psychotherapists’ chronic lack of self-care. *JCLP/In Session: Psychotherapy in Practice*, 58(11), 1433–1441. <https://doi.org/10.1002/jclp.10090>
- Foster, L. T., Keller, C. P., McKee, B., ve Ostry, A. (2011). British Columbia atlas of wellness (2nd ed.). Western Geographical Press. <https://dspace.library.uvic.ca/handle/1828/3838> (Erişim Tarihi: 04.02.2022)
- Görgülü, B. D., ve Kumova, F. (2022). Psikoterapistlerde duygusal tükenmişlikle başa çıkma mekanizmaları, kontrol odağı ve duygusal denge eğiliminin ilişkisi. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*.
- Gülbetkin, G. (2019). *İlkokul öğretmenlerinin kişilik özellikleri ile mesleki yeterlilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hettler, B. (1980). *Wellness promotion on a university campus*. Family ve Community Health, 3(1), 77–95. <https://doi.org/10.1097/00003727-198005000-00008>
- Van Hoy, A., ve Rzeszutek, M. (2022). Burnout and psychological wellbeing among psychotherapists: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 928191. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.928191>
- Karadağ, Y. (2019). DEHB tanısı olan ve olmayan ergenlerin öz-yeterlik düzeyleri ile ebeveynlerinin DEHB belirtileri ve öz-yeterlik düzeylerinin karşılaştırılması (Yüksek lisans tezi). Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kaya, B. (2021a). Psikoloji öğrencilerinde stresle başa çıkma davranışlarının öz-yeterlik üzerindeki etkisinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Kırmızıyaka, E. (2022). *Psikologlarda dayanıklılık, algılanan sosyal destek ve bazı demografik özelliklerin eşduyumu yorgunluğu ile ilişkisi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul.
- Korkut-Owen, F., ve Owen, D. W. (2012). İyilik Hali Yıldızı Modeli: Uygulanması ve değerlendirilmesi. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(9), 24–33.
- Korkut, Y., Müderrisoğlu, S., ve Tanık, M. (2006). Klinik psikoloji alanında karşılaşılan etik ihlal örnekleri ve nasıl ele alındıklarının değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 9(18), 49–61.
- Kotaman, H. (2008). Öz-yeterlilik inancı ve öğrenme performansının geliştirilmesine ilişkin yazın taraması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 111–133.
- Köroğlu, Ö. (2011). *İş doyumu ve motivasyon düzeylerini etkileyen faktörlerin performansla ilişkisi: Turist rehberleri üzerine bir araştırma* (Yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Köylüoğlu, B., ve Yalçinkaya Alkar, Ö. (2021). Psikoterapistlerin mesleki yeterliliğini belirleyici bazı değişkenler: Yeterliliğinin değerlendirilmesi, kişisel terapi, öz bakım, duygusal yeterlilik. *Muhakeme Dergisi*, 4(1), 14–27.
- Kuzgun, Y. (2003). Meslek rehberliği ve danışmanlığına giriş. Nobel Yayınları.
- Laverdière, O., Ogradniczuk, J. S., ve Kealy, D. (2019). Clinicians’ empathy and professional quality of life. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 207(2), 49–52. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000927>
- Lopez-Garrido, G. (2020). Self-efficacy. *SimplyPsychology*. <https://www.simplypsychology.org/self-efficacy.html> (Erişim Tarihi: 22.02.2022)
- Mamacı, M. (2021). Ruh sağlığı çalışanlarının çeşitli değişkenler açısından karşılaştırması: Duygusal emek, psikolojik sermaye ve iyi oluş. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(35).
- McNeill, B. W., ve Worthen, V. (1989). The parallel process in psychotherapy supervision. *Professional Psychology: Research and Practice*, 20(5), 329–333. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.20.5.329>
- Miller, G. D., ve Foster, L. T. (2010). Critical synthesis of wellness out here. https://dspace.library.uvic.ca/bitstream/handle/1828/2894/Critical_Synthesis%20of%20Wellness%20Update.pdf?sequence=5&isAllowed=y (Erişim Tarihi: 04.02.2022)
- Morissey, J., ve Tribe, R. (2001). Parallel process in supervision. *Counselling Psychology Quarterly*, 14(2), 103–110.
- Myers, J. E., Sweeney, T. J., ve Witmer, J. (2000). The Wheel of Wellness: A holistic model for treatment planning. *Journal of Counseling and Development*, 78(3), 251–266. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2000.tb01906.x>
- Myers, J. E., ve Sweeney, T. J. (2004). The indivisible self: An evidence-based model of wellness. *Journal of Individual Psychology*, 60, 234–244.
- Needham, B. L., ve Crosnoe, R. (2005). Overweight status and depressive symptoms during adolescence. *Journal of Adolescent Health*, 36(1), 48–55. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2003.12.015>
- Neuman, W. L. (2013). Toplumsal araştırma yöntemleri: Nitel ve nicel yaklaşımlar (S. Özge, Çev.). Yayınodası.
- Neuman, W. L. (2014). *Social research methods: Qualitative*

- tative and quantitative approaches (7th ed.). Pearson Education Limited.
- Nissen-Lie, H. A., Havik, T. E., Høglend, A., Monsen, J. T., ve Rønnestad, M. H. (2013). The contribution of the quality of therapists' personal lives to the development of the working alliance. *Journal of Counseling Psychology*, 60(4), 483–495. <https://doi.org/10.1037/a0033643>
- Okaş, Ş. (2021). Mesleki doyumun yordayıcıları olarak psikolojik sağlamlık, öz yeterlilik ve ikincil travmatik stres (Yüksek lisans tezi). Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Eğitim Bilimleri ABD.
- Onur, B. (2004). Gelişim psikolojisi. Ankara: İmge Kitabevi.
- Owen-Korkut, F., Doğan, T., Çelik-Demirbaş, N., ve Owen, D. W. (2016). İyilik Hali Yıldızı Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 5013–5031.
- Owen, F. K., Çelik, N. D., ve Doğan, T. (2017). Üniversite öğrencilerinde iyilik halinin yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(64), 1461–1479.
- Özdirek, S. (2021). Üniversite öğrencilerinde uzaktan eğitime yönelik tutumlar ile akademik öz-yeterlilik arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özgönül, Ö., ve Ümmet, D. (2020). Ruh sağlığı uzmanlarının duygu ifadesi ve danışma öz yeterliklerinin iyi oluşlarına olan etkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar – Current Approaches in Psychiatry*, 12(Suppl 1), 70–81.
- Posluns, K., ve Gall, T. L. (2019). Dear mental health practitioners, take care of yourselves: A literature review on self-care. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 41(1), 1–20. <https://doi.org/10.1007/s10447-019-09382-w>
- Rachele, J. N., Washington, T. L., Cockshaw, W. D., ve Brymer, E. (2013). Towards an operational understanding of wellness. *Journal of Spirituality, Leadership and Management*, 7(3), 3–12. <https://doi.org/10.15183/slm2013.07.1112>
- Renger, R. F., Midyett, S. J., Mas, S., et al. (2000). Optimal living profile: An inventory to assess health and wellness. *American Journal of Health Behavior*, 24(6), 403–412.
- Roscoe, L. J. (2009). Wellness: A review of theory and measurement. *Journal of Counseling and Development*, 87(2), 216–226. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2009.tb00570.x>
- Ryff, C. D., ve Singer, B. (2000). Interpersonal flourishing. *Personality and Social Psychology Review*, 4(1), 30–44. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0401_4
- Sarp Astan, G. (2017). Müzik öğretmeni adaylarının mesleki yeterlik ve öz-yeterlik algıları (Yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi.
- Schaefer, J. A., ve Moos, R. H. (1992). *Life crises and personal growth*. In B. N. Carpenter (Ed.), *Personal coping= Theory, research, and application* (p. 149–170). Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.
- Schultz, D. P., ve Schultz, S. E. (2012). *Modern psikoloji tarihi* (Y. Aslay, Çev.). Kaknüs Yayınları.
- Siegel, B. (1989). *Peace, love, and healing*. New York: Harper ve Row.
- Şahin, D. (2022). Wellbeing and work. In Ö. Yazıcı (Ed.), *Special Human Resource Management Practices and Strategy* (s. 183–198). Nova.
- Stake, R. E. (1998). Case studies. In N. K. Denzin ve Y. S. Lincoln (Eds.), *Strategies of qualitative inquiry* (pp. 86–104). Sage.
- Strauss, A., ve Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research*. Sage.
- Tathioğlu, S. S. (2021). Öğrenmeye sosyal-bilişsel bir bakış: Albert Bandura. *Sosyoloji Notları*, 5(1), 15–30.
- Teke Kaynarca, K. (2019). *Çalışanların iyilik halinin ölçülmesi ve işe devam durumu ilişkisi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi.
- Türk Psikologlar Derneği. (2004). *Etik Yönetmelik*. İstanbul.
- Türk Psikologlar Derneği. (2023). Sıkça Sorulan Sorular. <https://psikolog.org.tr/sikca-sorulan-sorular>
- Ülkü, S. (1976). Meslek seçimi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 8(4).
- Westgate, C. E. (1996). Spiritual wellness and depression. *Journal of Counseling ve Development*, 75(1), 26–35. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1996.tb02311.x>
- Wolstein, B. (1996). The analysis of transference as an interpersonal process. *American Journal of Psychotherapy*, 50(4), 499–509. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1996.50.4.499>
- Yiğit, K. T., ve Maçkalı, Z. (2022). Dezavantajlı gruplarla çalışan psikologlarda eşduyum yorgunluğu. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 302–316.
- Yumru, M. (2019). Ruh sağlığı alanında etik ve sınırlar. *Klinik Psikiyatri*, 22, 5–6.
- Žižek, S. (2015). *İdeolojinin yüce nesnesi* (T. Birkan, Çev.). Metis.

Summary

Occupational Well-Being of Clinical Psychologists in Turkey: A Grounded Theory Research

Mert Ali Kurban¹

Zeynep Maçkalı²

Purpose

This study aims to determine the experiences that affect the professional well-being of clinical psychologists working as psychotherapists in Turkey and to examine their professional well-being.

Research Questions

The research questions were formulated as follows: “What elements and factors influence the selection process of the psychology department, as well as the feelings, thoughts, and perceptions surrounding this process?” and “How does the knowledge and experience that clinical psychologists acquire about themselves and others during their professional development affect their well-being?”

Literature Research

In international literature, there are many studies on mental health workers; it is particularly striking that there has been a significant increase in the number of studies on psychologists in recent years. It is believed that the increase may be linked to the growing demand in the field. Most of the studies conducted have primarily utilized quantitative methods and focused on topics such as empathy fatigue and burnout. However, there is a noticeable lack of research on issues like the factors that influence the career choices of psychologists, the personal significance of the profession, professional motivation, and the sustainability of a career in this field.

As a result of the data analysis, it was evaluated that the concepts of profession, competence, competence in the context of psychology, self-efficacy, and well-being may be important for the research. The literature states that the profession is not only a way of earning economic income but a multidimensional phenomenon that determines the individual's lifestyle, contribution

to society, and self-realization. At the same time, the profession represents a lifestyle in which the individual reveals his/her abilities and identity and assumes several social roles. The profession is considered both a tool in sustaining and planning individuals' lives and a powerful resource for their self-realization (Ülkü, 1976; Kuzgun, 2003). Professional standards indicate that individuals perform their duties by their professional competence levels. While these standards cover knowledge, skills, and competencies that vary according to the job presented, they also include acting under the current legislation and administrative requirements (Ergüven, 2019) because the quality of a profession is directly proportional to the presence of qualified professionals who can perform the profession reliably (Sarp Astan, 2017).

Self-efficacy is a concept that develops with the person's discovery of their environment and themselves and impacts people's behavior (Tatlıoğlu, 2021). While competence refers to the effective performance of a skill, self-efficacy describes positive thoughts that action will be successful and have a motivating effect on people's actions (Sarp Astan, 2017). High self-efficacy increases the individual's resistance to effort and difficulties, while reducing the adverse effects of stress (Demir, 2020). Bandura (1997) defined self-efficacy as a person's belief in demonstrating their skills. The four primary sources affecting self-efficacy belief are D-direct experience, indirect experience, verbal persuasion, and the individual's physical-emotional state. The effects of self-efficacy on the person are expressed as motivational, emotional, cognitive, and selection processes (Karadağ, 2019).

Another concept that is considered important for research is well-being. This concept is often confused with the concept of well-being and used interchangeably; there are important differences between them. While well-being refers to a person's orientation toward being healthy with their subjective evaluations and lifestyle, wellness is a more comprehensive concept that refers to all behaviors toward being healthy (Rachele et al.,

Address for Correspondence: ¹Mert Ali Kurban, mertkurban@outlook.com, ORCID: 0000-0002-4408-7043

²Zeynep Maçkalı, zeynep.mackali@bilgi.edu.tr, ORCID: 0000-0001-9965-0369

2013). Myers et al. (2000) defined wellness as a meaningful and functional life in social and professional areas by integrating the body, soul, and mind. The Well-being Star Model, widely known in Turkey, includes social, psychological, physical, creative-spiritual, and intellectual/professional dimensions (Korkut-Owen and Owen, 2012). In various wellness models, occupational, psychological, and environmental factors and occupational competence and conditions are not adequately assessed. As a result, occupation-related elements are primarily considered within the context of intellectual well-being (Owen et al., 2016).

Having a job that is consistent with the individual's values and allows them to express themselves in accordance with their values, and feeling a sense of satisfaction and enrichment is defined as occupational well-being (Hettler, 1980). At the same time, the concept of occupational well-being is also related to the individual's acceptance of their job and providing social benefit (Teke Kaynarca, 2019). Occupational well-being includes the extent to which the individual sees their job as satisfying and meaningful, is affected by the existence of environmental well-being, and refers to the person's satisfactory interaction with all the contexts they are involved in (Renger et al., 2000). In addition, safe and supportive conditions in the work environment and social interaction between employees are among the other important elements that positively affect occupational well-being (Foster et al., 2011; Miller and Foster, 2010; Şahin, 2022).

It is considered important to evaluate the concept of professional well-being, which is also considered important for the experience of becoming a clinical psychologist and working as a psychotherapist, in a way that includes not only the positive feelings of individuals towards their work but also job satisfaction, search for meaning, professional development, social and environmental elements. The importance of this study extends beyond the individual professional well-being of clinical psychologists; it also seeks to assess the reliability and quality of mental health services offered to society. Therefore, the study focuses on evaluating the experiences and strategies that psychologists employ, specifically in relation to self-efficacy, competence, and the Well-being Star Model.

Method

During the data collection process, online interviews lasting 60-90 minutes were conducted with the participants and also face to face interviews were conducted. In these interviews, the participants were asked 31 open-ended questions prepared in advance. These

questions were designed to deeply understand the experiences, thoughts and feelings of the participants in line with the research objectives and were directed to the participants through semi-structured interviews. The Grounded Theory method, a qualitative research design, was used to analyze the collected data. This method requires the constant comparison of the data and their evaluation together with the new data collected, and ultimately aims to develop a theory (Aksakal and Kırkaya, 2013). This method, developed by Straus and Corbin (1988), is a powerful tool that is frequently used in qualitative research and allows for in-depth analysis of rich data.

In the data analysis process, firstly an open coding process was carried out. Each important concept, anecdote or discourse in the data was labeled with a code at this stage. Then, the axial coding process was carried out by establishing relations between these codes. In this way, codes and categories forming the substructure of the data were defined. As the last process, the selective coding process was carried out in order to define the relations between the emerging categories and subcategories. As Aksakal and Kırkaya indicated (2013) all these processes were carried out in parallel, not consecutively. Through this process, relations between different categories were determined and a better understanding of the process was aimed. Triangulation was used to ensure the reliability of the obtained data, to avoid personal evaluation, and to bring together new perspectives. In line with this method, efforts were made to increase the reliability of the research findings obtained by comparing the findings obtained through different data sources, researchers and methods. As stated by Neuman (2014) and Stake (1998), the triangulation method is a functional method widely used in qualitative research and increases the reliability of the findings.

Conclusion and Recommendations

In this study, the process of becoming a clinical psychologist and the factors affecting professional well-being were addressed in a timeline and holistically. The study evaluated the process of career choice and professionalization within the framework of the effects on individuals' professional and personal lives and the strategies implemented for these effects.

The findings of the study suggest that the process of becoming a clinical psychologist in Turkey may be affected by individuals' past life experiences. However, this process may also carry some risks for self-efficacy, professional competence, and, therefore, professional well-being. Although these risks may seem to have adverse effects on clinical psychologists personally,

it should not be overlooked that this risk may also be important in terms of qualified mental health services and ethical practices. In the study findings, the themes of *Factors Affecting Career Choice* and *Professional Development Process* were associated with the main category of Professional Well-being. The positive and negative effects of the process of becoming a clinical psychologist and working as a psychotherapist on individuals' perceptions of competence and self-efficacy were examined in two subcategories defined in the *Professional Development Process* category, namely *Factors Hindering Professional Development* and *Factors Facilitating Professional Development*. In addition, all methods that individuals apply against situations that threaten their sense of self-efficacy and are thought to protect or improve their well-being are addressed in the category of *Strategies for Achieving and Sustaining Professional Well-Being* and are associated with the main category of *Professional Well-being*.

The findings suggest that engaging in professional practice enhances individuals' motivation to learn and raises their awareness, which positively contributes to both their professional and personal well-being. However, several challenges such as financial difficulties, shortcomings in the education system, issues in the workplace, and a lack of personal psychotherapy can pose risks to professional well-being. It was observed that the participants consciously chose their professions and implemented strategies to counter these challenges and develop their self-efficacy. Thus, these strategies not only strengthen individuals' perceptions of their self-efficacy, professional development, and overall well-being but also contribute to the sustainability of safe and high-quality mental health services.

In the literature, there are many studies on burnout, compassion fatigue, empathy fatigue, and coping with stress in mental health professionals (Figley, 2002; Baruch, 2004; Tuş Yiğit and Maçkalı, 2022). In particular, the development of self-care skills to prevent burnout is pointed out and frequently emphasized that this is an ethical requirement (Barnett et al., 2007; Posluns and Gall, 2019). In addition, it is stated that the personal quality of life of psychotherapists can directly affect the psychotherapy processes they conduct (Nissen-Lie et al., 2013) and that psychological well-being can positively contribute to the perception of self-efficacy in the counseling process (Özgönül and Ümmet, 2020). Finally, in a meta-analysis study, the protective effect of social support, supervision and individual therapy on burnout and the importance of self-care for well-being are emphasized (Hoy and Rzeszutek, 2022).

The research was conducted with the participation of 12 clinical psychologists working in Istanbul

and working as psychotherapists for more than 5 years, and is again limited to the experiences of this group of participants. Conducting studies that quantitative data can support and that address the experiences of clinical psychologists working in different regions of Turkey and professionals who do not work as psychotherapists will contribute to a better understanding of the subject.

The research results suggest that the professional groups in mental health field have various difficulties and risks, and that awareness of these risks and awareness of well-being strategies can serve as a guide, especially for candidates for the profession and young professionals. Additionally, psychology departments and related graduate programs should encourage their students to engage in professional communities and assess the development of self-care skills as part of their educational curriculum. Internalizing and making well-being strategies accessible is believed to enhance not only the professional quality of life for individuals but also the efficiency and safety of mental health services available to the community.

As a result, it has been observed that the professional well-being of clinical psychologists includes the adoption of strategies appropriate to the requirements of the professional choice motivation and professionalization. However, professional well-being is affected not only by the strategies implemented for intellectual well-being but also by the strategies implemented for physical, emotional, spiritual-creative and social dimensions. It has also been concluded that adopting these strategies can contribute to maintaining professional satisfaction, emotional resilience, self-efficacy, and quality of mental health services.