

## Psikolojik Danışman Adaylarının Danışma Uygulamasına Yönelik Kaygıları: Nitel Bir Yaklaşım

DOI: 10.26466/opus.476077

\*

Hatice İrem Özteke Kozan\*

\*Dr. Öğretim Üyesi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi,  
Meram/Konya/Türkiye

E-Posta: [iozteke@konya.edu.tr](mailto:iozteke@konya.edu.tr)

ORCID: [0000-0002-3516-4895](https://orcid.org/0000-0002-3516-4895)

### Öz

Ülkemizde psikolojik danışman eğitimi kapsamında üniversitelerin lisans düzeyinde eğitim veren "Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık" bölümlerinde danışman öğretim üyeleri süpervizyonu ile yürütülen psikolojik danışma uygulamaları bu eğitimin temel taşlarından birini oluşturmaktadır. Üniversitelerin son sınıfında yer alan bu uygulama özellikle PDR öğrencilerinin alana hazırlıklarının önemli bir ayağını oluşturmaktadır. Öğrenciler çoğunlukla bu uygulama dersi kapsamında danışma uygulaması gerçekleştirmektedirler. Bu araştırmada psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma uygulamasına yönelik kaygılarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma nitel araştırma yönteminin desenlerinden olan olgubilim deseni ile yürütülmüştür. Bu amaçla, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümünde öğrenim gören 17'si kadın, 9'u erkek olmak üzere toplam 26 son sınıf öğrencisi araştırmanın çalışma grubunu oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunun belirlenmesinde anaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Veriler gönüllülük ve gizlilik ilkesi dahilinde toplanmış ve süreçte yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Verilerin analiz edilmesinde ise betimsel analiz ve içerik analizinden yararlanılmıştır. Betimsel analiz sonucu elde edilen temalar, psikolojik danışman adayının "Kendine yönelik kaygıları", "Psikolojik danışma sürecine yönelik kaygıları", "Danışana yönelik kaygıları", "Süpervizöre yönelik kaygıları" ve "Kaygıyı azaltma yolları" şeklinde belirlenmiştir. İçerik analizi doğrultusunda bu temalara ait çeşitli kategoriler oluşturularak elde edilen sonuçlar ulusal ve uluslararası alanyazın temelinde tartışılmış, önerilere yer verilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Psikolojik danışma kaygısı, psikolojik danışman eğitimi, olgubilim, danışma süreci

## Counseling Anxiety of Counselor Trainees: A Qualitative Approach

\*

### Abstract

*Within the scope of counselor education programme in Turkey, "Counseling practicum" which is conducted in the supervisory frame is one of the basic elements of counselor education. Counseling practicum which take parts in the senior year of counselor education is very important in preparing students for future counseling sessions. In the current study, counseling anxiety of counselor education students is aimed to reveal. The design of study is prepared as phenomenological which is a part of qualitative research method to reveal participants' views more deeply and in detail. 26 senior year students from the department of Counseling Psychology (17 of them were female) participated in the study using purposeful sampling. Semi-structured interview form was used in data collection after providing its validation. For data analysis both descriptive and content analysis were used, themes and categories were created. In result of descriptive analysis five themes were created as "Counseling anxiety for own performance", "Counseling anxiety toward the process", "Counseling anxiety for the client", "Counseling anxiety for supervisory process" and "Decreasing the counseling anxiety". In line with themes, by using content analysis categories were also created. Results were discussed in line with theory and literature and suggestions were given.*

**Keywords:** *Counseling anxiety, counselor education, phenomenology, counseling process.*

## Giriş

1900'lü yılların başlangıcında Amerika Birleşik Devletleri'nde ortaya çıkan rehberlik anlayışı, ülkemize 1950'li yıllarda girmiştir (Kepçeoğlu, 1994; Tan, 1992). O yıllarda Türk-Amerikan iş birliği çerçevesinde hem ülkemizden hem de Amerika'dan eğitimcilerin çeşitli programlar çerçevesinde uzmanlaşmak amacıyla Türkiye ve Amerika'ya ziyaretlerde buldukları bilinmektedir (Doğan, 2000). Milli Eğitim Şuraları, kalkınma planları ve kanunlarla eğitsel, mesleki ve kişisel-sosyal birçok alanda adı geçen rehberlik hizmetleri, günümüzde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık adı ile en yaygın olarak okullarda yürütülmektedir. Ülkemizde psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri ile ilgili en temel gelişmelerden biri de üniversitelerde "Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık" anabilim dalları kurularak hem lisans hem de lisansüstü düzeyde eğitim verilmesidir.

Ülkemizdeki "Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık" lisans programının yürütülmesi ve tamamlanmasında gerekli kredilerin tamamlanması, alan ve bireysel danışma uygulamalarının yapılması gibi gereklilikler ortaya çıkmaktadır. ABD'de psikolojik danışman eğitime ilişkin standartlar günümüzde CACREP [The Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs] tarafından belirlenmektedir. CACREP'in psikolojik danışman eğitiminde yer alan "practicum" ve "internship" uygulama standartları 2016 yılında güncellenerek belirlenmiştir. "Practicum", derslerle birlikte sürdürülen ve üniversitedeki öğretim üyesinden süpervizyon olarak yürütülen uygulamalara gönderme yaparken, "internship", practicumdan daha ileri düzey bir uygulama olarak ele alınmaktadır, dersler tamamlandıktan sonra tam zamanlı bir kurumda yürütülmektedir (Özyürek, 2009). Ülkemizde ise psikolojik danışman eğitiminde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans düzeyinde verilen eğitim çerçevesinde yürütülen ve üniversitenin son sınıfında uygulama dersi kapsamında yer alan "Bireyle Psikolojik Danışmanlık Uygulaması" dersi, practicum karşılığı olarak bu araştırmada yer almıştır.

Psikolojik danışman eğitimi ile ilgili yapılan ulusal alanyazın incelendiğinde son yıllarda ülkemizde yapılan araştırmaların çoğunlukla süpervizyon (Aladağ, 2014, Atik, Arıcı ve Ergene, 2014; Çetinkaya ve Kara-

ırmak, 2012; Eryılmaz ve Mutlu, 2018; Meydan, 2015; Yılmaz ve Voltan-Acar, 2015), akran grup süpervizyonu (Atik, Çelik, Güç ve Tural, 2016), danışma becerileri (Atıcı ve Ulusoy, 2010), danışmanların çalışma yaşamı kalitesi (Bozgeyikli, 2011) ve öz-yeterlik (Koç, 2013) gibi konulara odaklandığı görülmektedir. Bunun yanı sıra, danışman öz-yeterliği (Gallo, 2018; Morrison ve Lent, 2018; Özteke, Üre ve Kesici, 2015), bilinçli farkındalık (Fulton ve Cashwell, 2015) ve bağlanma (Kivlighan Jr ve Marmarosh, 2018; Mohr, Gelso ve Hill, 2005) gibi kavramlar psikolojik danışma uygulama alanının önemli çalışma konularını oluşturmaktadır. Psikolojik danışman eğitiminin önemli çalışma alanlarından bir diğeri de danışma kaygısı olarak öne çıkmaktadır. Bu konu ile ilgili yapılan araştırmalar (Al-Darmaki, 2004; Barbee, Scherer ve Combs, 2003; Mohr vd., 2005) psikolojik danışma yapmaya yönelik kaygının bireylerin danışma performansı, süpervizör iletişimi, terapötik ilişki ve öz-yeterlik inançlarında önemli bir rolü olduğunu ortaya koymaktadır.

Kaygı ile ilgili alan yazın incelendiğinde Spielberger (1972) kaygının iki türü olduğunu bunlardan birinin durumluk diğersinin ise sürekli kaygı olduğunu ortaya koymuştur. “Durumluk kaygı” geçici bir duygu durumu ve gerilime gönderme yaparken, “Sürekli kaygı” anksiyetenin kronik hale gelmesidir. Kaygı ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde istatistik kaygısı (Baloğlu, 2003; Baloğlu, Abbasi ve Kesici, 2017), matematik kaygısı (Kesici ve Erdoğan, 2009), yabancı dil öğrenme kaygısı (Ewald, 2007; Williams ve Andrade, 2008), sınav kaygısı (Korhonen, Nyroos, Jonsson ve Eklöf, 2018; Özteke-Kozan, Kesici ve Baloğlu, 2016) ve sosyal kaygı (Baloğlu, Özteke-Kozan ve Kesici, 2018; Hamarta, 2009; Ştefan, Căpraru ve Szilágyi, 2018) gibi kavramların eğitimle ilgili araştırmalarda öne çıktığı görülmektedir. Durumluk bir kaygı olarak kendini gösteren “Danışma kaygısı” ise öğrencinin danışma deneyimi ve performansını etkileyen önemli bir değişkendir (Bowman, Roberts ve Giesen, 1978; Fulton ve Cashwell, 2015). Danışma uygulaması ile ilgili olarak öğrenciler sıklıkla danışmadan önce ve danışma sırasında kaygı yaşadıklarını ifade etmektedirler (Bowman ve Roberts, 1979). Danışma kaygısı yaşayan öğrenciler kendilerini baskı altında ifade etmekte, danışanı etkili bir şekilde dinleyememekten, sürece odaklanamamaktan ve yanıt verememekten korkmaktadırlar (Kurtyılmaz, 2015).

Danışma uygulaması sürecini kolaylaştırmak için ise bununla ilgili yaşanan olumsuz duygu ve kaygıya eşlik eden ve neden olan dinamikleri değerlendirmek oldukça önemlidir (Hale ve Stoltenberg, 1988). Başlangıç düzeyindeki danışman adaylarının performans kaygısı yaşamalarının sebebi beceri eksikliği, öz-yeterlik eksikliği, danışan ve süpervizör tarafından olumsuz değerlendirilme ile ilgili endişeler olabilir (Stoltenberg, McNeill ve Delworth, 1998); akt: Al-darmaki, 2004). Al-darmaki (2004)'ye göre ise danışma uygulamasının başında adaylar, danışma becerilerine, uygulamayı tamamlayabileceklerine ve danışanla çalışma becerilerine ilişkin yoğun düzeyde kaygı yaşarlar. Yetersizlik duyguları yaşarlar ve iyi bir psikolojik danışman olmaya ilişkin şüpheleri ve yoğun kaygıları vardır. Bireyin danışma kaygısını etkileyen birçok faktör olabilir. Bunlardan biri deneyimdir. Stoltenberg ve diğerlerine göre (1998) danışman adayı uygulama boyunca deneyim kazandıkça kaygı düzeyi azalacak, danışma becerilerine ilişkin yeterlik algısı ve süreci anlaması artacaktır (Akt: Al-darmaki, 2004). Kelly, Hall ve Miller (1989)'a göre ise danışmanlar deneyim kazandıkça daha az kaygılı olacaklar ve amaçlarını daha rahatlıkla ifade edebileceklerdir.

Bireyin danışma kaygısını etkileyen bir diğer değişken ise danışman öz-yeterliği olarak ortaya konmuştur. Danışman öz-yeterliğini Larson ve Daniels (1998) bireyin yakın gelecekte etkili bir danışma yapması için kendi beceri ve kapasitesine olan inancı olarak tanımlamaktadır. Grea-son ve Caswell (2009)'a göre ise danışmanın danışana nasıl yardımcı olabileceğini bilmesi ve bu amaçla gerekli becerileri devam ettirmesi arasında yer alan önemli bir kavramdır. Danışman öz-yeterliğini etkileyen faktörler incelendiğinde rol oynama ve model alma (Barbee vd., 2003), danışman eğitimi (Stoltenberg, 1998) ya da süpervizyon (Cashwell ve Dooley, 2001; Larson ve Daniels, 1998; Lent, Hackett ve Brown, 1998) gibi faktörlerin etkili olduğu görülmektedir. Ayrıca danışman öz-yeterliği Larson (1998)'a göre danışman adayının danışma kaygısını azaltarak daha iyi bir danışma performansı sergilemesinde etkilidir. Danışman öz-yeterliği ve danışma kaygısı arasındaki çalışmalar incelendiğinde Al-darmaki (2004) danışman öz-yeterliği arttıkça danışma kaygısının azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Benzer olarak Friedlander, Keller, Peca-Baker ve Olk (1986) yaptıkları araştırmada danışmanın öz-yeterlik beklentisi ve anksiyete arasında ters bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

Daniels ve Larson (2001)'a göre danışman eğitimcilerinin önemli amaçlarından biri de etkili danışman yetiştirmede adaylara yardım etmek olmalıdır. Stoltenberg ve diğerlerine göre (1989) süpervizörün desteği danışman adayının yüksek düzeyde motivasyon göstermesinde dolayısıyla öğrenme deneyimini kolaylaştırmasında, kaygı düzeyinin azalarak, danışana ilişkin farkındalığının artmasında etkilidir (Akt: Aldarmaki, 2004). O halde süpervizör davranışlarının danışman adaylarının kaygılarını etkileyen önemli bir değişken olduğu söylenebilir (Bowman ve Roberts, 1979). Daniels ve Larson (2011) süpervizör tarafından verilen geri bildirim danışman adayının kaygı ve öz-yeterlik inancında oldukça etkili olduğunu yaptıkları araştırma ile ortaya koymuşlardır. Araştırmada, olumlu geri bildirim danışma kaygısını azaltırken, olumsuz geri bildirim danışmaya yönelik kaygıyı arttırdığı sonucuna ulaşmışlardır.

Sonuç olarak, danışman adaylarının kaygı düzeylerini etkileyen birçok faktör bulunmaktadır ve bu faktörlerin başında öz-yeterlik, deneyim ve süpervizyon öne çıkmaktadır. Ülkemizde konu ile ilgili çalışmalar incelendiğinde, psikolojik danışman eğitiminde birçok araştırmanın süpervizyon modellerine ve öz-yeterliğe odaklandıkları görülmektedir ve konu ile ilgili nitel araştırma yok denilecek kadar azdır. Psikolojik danışman eğitimi ve danışma uygulamasının başarılı bir şekilde yürütülmesi ve tamamlanmasında öğrencinin yapabileceklerine olan inancı ve danışman öğretim üyesinin desteğinin önemi göz ardı edilemez. Ancak bir o kadar önemli bir faktör de öğrencinin danışma uygulaması öncesi ve sırasında yaşadığı kaygıdır. Danışma kaygısı öğrencinin danışma performansını, danışanla ilişkisini ve danışmaya yönelik öz-yeterlik inancını etkileyen faktörlerin başında gelmektedir. Bu bakımdan düşünüldüğünde bu araştırmanın amacı, psikolojik danışma uygulaması yürütecek olan Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü öğrencilerinin danışma kaygısına yönelik düşünce ve görüşlerinin nitel bir yaklaşımla ortaya konulmasıdır. Böylelikle, danışma kaygısı yaşayan öğrencilerin görüşleri daha derinlemesine bir yaklaşımla analiz edilerek etkileyen faktörler ve çözüm yolları ortaya konulmaya çalışılacaktır.

## Yöntem

Bu araştırmada nitel araştırma desenlerinden olan olgubilim deseni kullanılmıştır. Nitel araştırma yöntemi, gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi tekniklerin kullanıldığı, olayların doğal ortamlarında bütüncül bir şekilde ortaya konulduğu yöntemlerden birisidir (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Olgubilim deseni ise, herhangi bir olguya ilişkin, verilerin belli bir grup katılımcıdan derinlemesine toplandığı desene gönderme yapmaktır (Creswell, 2013). Olgubilim deseni ise farkındalık sahibi olduğumuz ancak daha derin bir anlayışa sahip olmadığımız kavramlar üzerine odaklanır ve bu olgulara ilişkin daha detaylı ve derinlemesine bir anlayış kazanırız (Yıldırım ve Şimşek, 2006) Psikolojik danışman uygulama eğitiminde yaşanan psikolojik danışma kaygısı ise çeşitli araştırmalarca önemi ortaya konmuş ve danışma performansını ve öz-yeterliliğini etkileyen bir kavramdır. Bu araştırma ile de farkında olduğumuz bu kavrama ilişkin daha detaylı ve derinlemesine bir bakış açısı kazanmak amaçlanmıştır.

## Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bölümünde son sınıfta okuyan ve güz döneminde "Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması" dersi alan ve bu uygulama dersi kapsamında bireysel danışma yürütecek olan 26 öğrenci oluşturmaktadır. Bu öğrencilerin 9'u erkek, 17'si kadındır. Çalışma grubunun seçiminde amaçlı örnekleme kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme yönteminin yapılmasında üniversitenin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı 4. sınıf öğrencisi olan ve Güz dönemi müfredat programında yer alan "Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması" dersini yürütecek olan gönüllü danışman adayları seçilmiştir. Öğrencilerin yaş ortalaması 20.5 olup, Bireyle Psikolojik Danışma uygulaması kapsamında danışman öğretim elemanı süpervizyonu eşliğinde bireyle psikolojik danışma yürüteceklerdir.

## Veri Toplama Aracı

**Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu:** Araştırma kapsamında, öğrencilerin Psikolojik Danışma kaygısına yönelik olarak görüşlerinin ortaya konulmasında yarı yapılandırılmış görüşme formundan yararlanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formunda yer alan açık uçlu soruların hazırlanmasında öncelikli olarak alanyazın taraması yapılmıştır. Son sınıf öğrencilerinin psikolojik danışma yapma kaygısına yönelik olarak ulusal ve uluslararası alanyazın taraması ışığında beş adet açık uçlu görüşme sorusu hazırlanmıştır. Görüşme soruları sonrasında Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında doktor ünvanı almış üç uzmana sorulmuş ve alınan geri bildirim doğrultusunda sorular üzerinde bazı değişikliklere gidilmiştir. Sonrasında Psikolojik Danışma ve Rehberlik bölümü 4. sınıf öğrencisi olan beş öğrenci ile pilot uygulama gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerden alınan geri bildirim doğrultusunda sorulara son hali verilmiştir. Görüşme formundaki sorular aşağıdaki şekildedir:

1. Yürüteceğiniz psikolojik danışma oturumlarında kendinize yönelik kaygılarınız nelerdir?
2. Yürüteceğiniz psikolojik danışma oturumlarında danışma sürecine yönelik kaygılarınız nelerdir?
3. Yürüteceğiniz psikolojik danışma oturumlarında danışana yönelik kaygılarınız nelerdir?
4. Yürüteceğiniz psikolojik danışma oturumlarında danışman hocanıza (süpervizör) yönelik kaygılarınız nelerdir?
5. Sizce psikolojik danışma kaygısını azaltmak için danışma öncesinde ve sırasında neler yapılabilir?

## Verilerin Toplanması

Veriler toplamadan önce katılımcılara araştırma, araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiş ve onay alınmıştır. Elde edilen verilerin izinleri dışında kullanılmayacağı ve gizlilik esasında kullanılacağı bilgisi verilmiştir. Gönüllü katılım ve gizlilik esasına dayalı olarak veriler toplanmıştır. Veriler, yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla toplanmış ve toplanması ortalama 30-35 dakika sürmüştür.



## **Verilerin Analizi**

Veriler toplandıktan sonra sırası ile betimsel analiz ve içerik analizinden yararlanılmıştır. Betimsel analiz ile özetlenerek yorumlanan veriler içerik analizi ile daha derinlemesine analiz edilir ve fark edilemeyen kavramlara ulaşılabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Verilerin analizinde temalara ve buna bağlı kategorilere ulaşmak amaçlanmıştır. Öncelikle araştırma kapsamında betimsel analiz aracılığıyla temalara ulaşılmıştır. Temalara ulaşılmasında “Danışma kaygısı” ile ilgili yapılan ulusal ve uluslar arası alanyazın taraması sonucu oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formunda yer alan sorulardan yararlanılmıştır. Bu temalar, psikolojik danışman adayının kendine yönelik kaygıları, danışma sürecine yönelik kaygıları, danışana yönelik kaygıları ve süpervizöre yönelik kaygıları şeklindedir. Ayrıca danışma kaygısını azaltma yolları da ayrı bir tema olarak ele alınmıştır. Bu temalar belirlendikten sonra, içerik analizi aracılığıyla daha derin bilgilere ulaşılmış ve kategoriler oluşturulmuştur. Bu kategoriler ve örnek ifadeler “Bulgular” bölümünde yer almaktadır. Ayrıca verilerin kodlanmasında katılımcı gizliliği dolayısıyla, isim kullanılmamış, katılımcılara “K” (kadın) ve “E” (erkek) olmak üzere kodlar verilmiştir.

## **Bulgular**

Bu bölümde araştırma kapsamında elde edilen temalar ve kategorilere yer verilmiştir. Araştırmanın temaları, psikolojik danışman adayının kendine yönelik kaygıları, danışma sürecine yönelik kaygıları, danışana yönelik kaygıları, süpervizöre yönelik kaygıları ve kaygıyı azaltma yolları şeklindedir. Her temaya ait kategoriler ve örnek alıntılar tablolarda belirtilmiştir.

### ***Psikolojik Danışman Adayının Kendine Yönelik Kaygıları Teması***

Adayın kendine yönelik kaygıları içerik analizi yardımı ile kategorilere ayrılmıştır. Bu kategoriler, “Öz-yeterlik”, “Beceri eksikliği”, “Becerinin kullanımı”, “Deneyim-uygulama yetersizliği”, ve “Duygu-durum” şeklindedir. Katılımcılar kendileri ile ilgili kaygılarının çoğunlukla öz yeter-

lik eksikliğinden kaynaklandığını ifade ederken, kendi becerilerine yönelik heyecan, kontrolsüzlük ve korku gibi duygu durumları yaşadıklarını çoğunlukla dile getirmişlerdir. Kategoriler ve örnek alıntılar Tablo 1’de belirtilmiştir.

*Tablo 1. Kendine yönelik kaygılar teması ve kategoriler*

<b>Kategori</b>	<b>Örnek Alıntı</b>
<b>Öz-yeterlik (11 katılımcı)</b>	<i>“Danışanın durumunda herhangi bir ilerleme görmezsem bunun sebebinin ben olduğumu düşünürüm. Bunun kendi yetersizliğimden kaynaklanacağı düşünce bende kaygıyı arttırıyor.” (E4) “Acaba danışan için yeterli miyim kaygısı yaşıyorum. Ayrıca bu yaşadığım kaygıların davranışlarıma yansımaları düşünce kaygımı arttırıyor.” (K9)”</i>
<b>Beceri eksikliği (6 katılımcı)</b>	<i>“Danışma becerilerini kullanamazsam, teknik uygulamam gereken yeri anlayamazsam ya da kullandığım teknik yetersiz olmazsa gibi kaygılarım var. Ayrıca gelecekte danışmanlık yapmayı düşündüğümünden bu benim için mesleğe giriş olacak ve yapamazsam umutsuzluğa kapılmaktan korkuyorum.” (K5)</i>
<b>Becerinin kullanımı (4 katılımcı)</b>	<i>“Aldığım eğitimi uygularken zorluk çekecek miyim ve neyi nerede hangi tekniği kullanacağım karmaşası var.” (K14)</i>
<b>Deneyim-uygulama yetersizliği (6 katılımcı)</b>	<i>“Danışma becerilerimiz açısından teorik olarak hazır olduğumu hissetsem de uygulama açısından yetersiz buluyorum. Bu beni endişelendiriyor.” (E3)</i>
<b>Duygu-durum (9 katılımcı)</b>	<i>“Danışma esnasında ellerim titreyebilir bu bende kaygı oluşturuyor. Danışmada heyecanlanmak, ellerimin titremesi karşı tarafa da yansırabilir bu beni daha çok kaygılandırıyor.” (E8)</i>

### ***Psikolojik Danışman Adayının Danışma Sürecine Yönelik Kaygıları Teması***

Psikolojik danışman adaylarının danışma sürecini yürütmelerine yönelik kaygıları ile ilgili oluşturulan kategoriler “Zaman yönetimi,” “Sürecin kontrolü”, “Bilgi ve becerinin kullanımı”, “Süreci sonlandırma” ve Kişiselleştirme” şeklindedir. Katılımcılar çoğunlukla süreci kontrol etmek ve süreçte bilgi ve becerilerini doğru kullanmakla ilgili kaygı yaşamaktadır. Ayrıca zamanı yönetme konusunda da kaygı yaşadıklarını çoğunlukla ifade etmişlerdir. Bu kapsamda oluşturulan kategoriler ve örnek alıntılar aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 2. Sürece yönelik kaygılar teması ve kategoriler**

<b>Kategori</b>	<b>Örnek alıntı</b>
<b>Zaman yönetimi (6 katılımcı)</b>	<i>"Danışma süresinin kısıtlı olmasından kaynaklı bir kaygı yaşıyorum. Danışanın sorunlarına yönelik yönlendirici soru sorarken geç kalırsam, zamanımız biterse ve biz gereksiz ayrıntıda boğulursak problemi çözecek zamanımız kalmayabilir."</i> (K6)
<b>Sürecin kontrolü (9 katılımcı)</b>	<i>"Danışma sürecinin ilerleyememesinden korkuyorum."</i> (E3)
<b>Bilgi ve becerinin kullanımı (10 katılımcı)</b>	<i>"Süreci yönetememekten, tıkanmaktan ve süreçte aynı şeyleri tekrar etmekten korkuyorum."</i> (E8)
<b>Sürecin sonlandırılması (1 katılımcı)</b>	<i>"Süreci çözüme yönelik bir şekilde sonuçlandıramamak beni kaygılandırıyor. Sürecin sonunda danışanın probleminin çözümüne katkı sağlayamamak ve sonuçsuz kalmak endişe veriyor."</i> (E2)
<b>Kişiselleştirme (1 katılımcı)</b>	<i>"Danışma sürecinde danışanla etkili bir iletişim kuramayıp ahlaki ve vicdani değerlerimin o an devreye girebileceğinden endişeliyim."</i> (K15)

### ***Psikolojik Danışman Adayının Danışana Yönelik Kaygıları Teması***

Araştırmada katılımcıların danışanla ilgili kaygıları sorulmuş ve bu tema çeşitli kategorilere ayrılmıştır. Bu kategoriler şu şekildedir; "Danışan beklentileri", "Danışan bulamama", "Kendini açma/direnç", "Danışanın bırakması/zamanlama", "Davranış değişimi", "Terapötik ilişkiyi sürdürme", "Deneyim". Katılımcılar çoğunlukla danışanın beklentilerini karşılayamamak, danışanın kendini açmaması/direnç göstermesi, ve bırakmasına yönelik kaygılar yaşamaktadır. Aşağıda tablo 3'te kategoriler ve alıntılar yer almaktadır.

**Tablo 3. Danışana yönelik kaygı teması ve kategoriler**

<b>Kategori</b>	<b>Alıntı</b>
<b>Danışan beklentileri (7 katılımcı)</b>	<i>"Danışan bana anlattığından daha fazla probleme sahip olup süreç ilerledikçe bunlara da çözüm için yardım isteyebilir. Beklentilerini karşılamamak telaşlandırıyor."</i> (K11) <i>"Benden bir cevap beklemesi, problemlerini halletmemi istemesi, benden çok fazla şey beklemesi ve ona bu durumu yeterinde açıklayamamaya karşı bazı korkularım"</i>

	<i>var.” (K8)</i>
<b>Danışan bulamama (2 katılımcı)</b>	<i>“Danışan bulamama düşüncesi beni çok kaygılandırıyor.” (K2)</i>
<b>Kendini açma/direnç (7 katılımcı)</b>	<i>“Danışanın kendini tam açmaması ve direnç göstermesi beni kaygılandırır.” (E8) “Danışanım bana kendini rahatça açabilecek mi? bana güven duymasını sağlayabilecek miyim? Bu sorular aklımı çokça meşgul ediyor.” (K10)</i>
<b>Danışanın sı/zamanlama (6 katılımcı)</b>	<b>bırakma-</b> <i>“Danışan ortada hiçbir şey yokken süreci bitirebilir. Bundan korkuyorum.” (K11) “Danışanla oturumları devam ettirme noktasında kaygılıyım.” (K3)</i>
<b>Davranış değişimi (2 katılımcı)</b>	<i>“Verilen alıştırmalara uymayıp davranışını sabit tutması, davranış değişimi yaşamaması kaygı oluşturuyor bende.” (K6)</i>
<b>Terapötik ilişkiyi sürdürme (6 katılımcı)</b>	<i>“Danışanla hem içten hem de danışan-danışman statüsünde kalıp yardımcı olabilecek biri mi? Kısaca acaba terapötik ilişkiyi sürdürebileceğim biri mi? diye bir kaygım var.” (K14)</i>
<b>Deneyim (4 katılımcı)</b>	<i>“Danışma konusunda deneyimim olmadığı için danışanımın bunu fark edip beni ciddiye almamasından korkuyorum.” (K8)</i>

### Psikolojik Danışman Adayının Süpervizöre Yönelik Kaygı Teması

Psikolojik danışman adaylarının danışman hocalarına (süpervizör) yönelik yaşadıkları kaygılara ilişkin çeşitli kategoriler içerik analizi yardımıyla oluşturulmuştur. Bu kategoriler; “Eleştirel geri bildirim”, “Olumlu geri bildirim”, “Beklenti/hayal kırıklığı”, “Zamanlama” ve “Yol gösterme” şeklindedir. Katılımcıların çoğunluğu danışman hocalarından olumlu geri bildirim alacağı beklentisi içindeyken ve bu konuda kaygı yaşamazken, diğer çoğunluğu da danışman hocalarının beklentilerine karşılık verememekten ve onları hayal kırıklığına uğratmaktan dolayı kaygı yaşamaktadırlar. Tablo 4’te bu temaya ait kategoriler ve örnek alıntılara yer verilmiştir.

**Tablo 4. Süpervizöre yönelik kaygı teması ve kategoriler**

<b>Kategori</b>	<b>Alıntı</b>
<b>Eleştirel geri bildirim (3 katılımcı)</b>	<i>“Sınıfta bir eksiğimizi görürse eleştirir mi? Danışma sürecim iyi gitmezse eleştirel bir tavır sergiler mi? gibi konulardan kaygı duyuyorum” (K16)</i>
<b>Olumlu geri bildirim (14 katılımcı)</b>	<i>“Danışman hocama karşı herhangi bir kaygım yok. Zorlandığım noktalarda görüşebileceğimi ve yardımcı olabileceğine geri bildirimlerinin olumlu olacağını düşünüyorum.” (K3)</i>
<b>Beklenti/hayal kırıklığı (7 katılımcı)</b>	<i>“Hocamıza karşı kendimi yetmişmiş olarak göstermek istiyorum. 4. sınıfa gelmiş bir psikolojik danışman adayı olarak almış olduğum eğitimi uygulamaya geçirmeyi başarmak isterim. Eğer başaramazsan hocamızı hayal kırıklığına uğratmak istemiyorum.” (E4)</i>
<b>Zamanlama (1 katılımcı)</b>	<i>“Hocam yoğun olup ona bir şeyler danışmaya gittiğimde uzun süre konuşamaktan ve anlatacağı şeylerin nasıl uygulanması gerektiğini anlayıp yapabilecek miyim diye düşünüyorum. Bundan kaygılanıyorum.” (K14).</i>
<b>Yol gösterme (1 katılımcı)</b>	<i>“Oturumlar arasında hocama danıştığımda her şeyi bana bırakmasını değil yol gösterici olmasını beklerim. Bu yönde kaygılarım var.” (K8)</i>

### **Danışma Kaygısını Azaltma Yolları Teması**

Psikolojik danışman adaylarının danışma kaygısını azaltma yolları temasına ilişkin çeşitli kategoriler oluşturulmuştur. Bu kategoriler “Ön-hazırlık”, “Canlandırma/rol oynama”, “Nefes egzersizi”, “Süpervizör iletişimi”, “İletişim Becerisi” ve “Öz-güven” şeklindedir. Danışman adaylarının büyük bir kısmı danışman öncesinde yapılacak ön hazırlığın danışma kaygısını önemli ölçüde azaltabileceğini ifade etmiştir. Bu temaya ilişkin kategoriler ve örnek alıntılar aşağıda Tablo 5’te verilmiştir.

**Tablo 5. Danışma Kaygısını Azaltma Yolları teması ve kategoriler**

<b>Kategori</b>	<b>Alıntı</b>
<b>Ön-hazırlık (18 katılımcı)</b>	<i>“Yeterli bilgi ve donanıma sahip olmadığımız için danışma ile ilgili kitaplar okunabilir. Daha önceden yapılmış oturumlar araştırılabilir.” (K2)</i> <i>“Danışma kaygısını azaltmak için öncelikle danışma ve danışan hakkında yeterli bilginin elde edilmesi gerekir. Danışma örnekleri ile de bu bilgi pekiştirilebilir.” (E2)</i>

<b>Canlandırma-rol oynama</b> (3 katılımcı)	<i>"Danışma yapmadan önce derste hocamızın rol oynama ile bize yol göstermesi, yani danışan-danışman canlandırmanın bizim kaygımızı oldukça azaltır." (K16)</i>
<b>Nefes egzersizi</b> (3 katılımcı)	<i>"Nefes egzersizi yaparak bu esnada kaygıyı düşünmek yerine danışmayı olumlu etkileyecek şeylerin neler olduğunu düşünebiliriz. Nefes egzersizleri danışma kaygımızı oldukça azaltabilir böylece davranışsal tepkilerimizi (ellerin titremesi gibi) daha rahat kontrol edebiliriz" (K14)</i>
<b>Süpervizör iletişimi</b> (1 katılımcı)	<i>"Danışman hocayla iletişimin çok önemli olduğunu düşünüyorum. Onla konuşup bilgi alırsam ve beni desteklediğini yargılamayacağını bilirim kaygım azalır." (K7)</i>
<b>İletişim Becerisi</b> (3 katılımcı)	<i>"Çok iyi iletişim becerisine sahip olmamız gerekir. Bu yüzden eğer bu konuda iyiysek fakat daha iyi olabileceğini düşünüyorsak bu konu üzerinde çalışmalıyız." (K11)</i>
<b>Öz-güven</b> (3 katılımcı)	<i>"Kendimizi değerlendirerek özgüvenli davranmamız gerekir. Gerek beden dili gerekse sözel iletişimde yüksek bir özgüven bizim danışma kaygımızı azaltabilir." (E6)</i>

## Tartışma

Bu araştırmada Rehberlik ve Psikolojik Danışma bölümünde okuyan son sınıf öğrencilerinin "Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması" dersi kapsamında yürüttükleri danışma uygulamasına yönelik kaygıları nitel bir yaklaşımla incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre psikolojik danışman adayları danışma uygulamasına yönelik kaygı yaşadıklarını ifade etmektedirler. Danışman adayları kendilerine yönelik olarak öz-yeterlik ve beceri eksikliği, beceriyi nasıl kullanacağını bilememek, deneyim eksikliği ve yüksek düzeyde heyecan ve fiziksel tepkiler şeklinde kaygı yaşadıklarını ifade etmektedir. Danışman adaylarının büyük bir kısmı, danışma yapmaya yönelik öz-yeterlik inancının düşük olduğunu, danışma yapabilecekleri noktasında kendilerini yetersiz bulduklarını ortaya koymuştur. Bunun yanı sıra danışma sırasında fizyolojik tepkilerini kontrol edememekten dolayı kaygı yaşadığını ifade eden danışman adayları da bu temaya ait sonuçların önemli bir kısmını oluşturmaktadır. Yapılan araştırmalar danışma kaygısı ve danışman öz-yeterliği arasındaki ilişkiyi açık bir şekilde ortaya koymaktadır (Al-darmaki, 2004; Friedlander vd., 1986). Al-darmaki (2004) danışman öz-yeterliği arttıkça danışma kaygısının azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca Friedlander ve

diğerleri (1986) yaptıkları araştırmada benzer olarak danışmanın öz-yeterlik inancı ve anksiyete arasında negatif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

Katılımcılar, sürece yönelik kaygıları ile ilgili olarak zaman yönetimi, Sürecin kontrolü, süreçte bilgi ve becerinin doğru kullanımı, süreci sonlandırma ve danışma sürecinin kendi kişisel değer ve ilkeleri ile çelişebileceği noktasında kaygı yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Katılımcılar çoğunlukla süreci kontrol etmek ve süreçte bilgi ve becerilerini doğru kullanmakla ilgili kaygı yaşamaktadır. Ayrıca zamanı yönetme konusunda da kaygı yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Katılımcılar danışana yönelik olarak, danışanın beklentilerini karşılayamama, danışan bulamama, kendini açmayan/direnç gösteren danışana karşı ne yapacaklarını bilememekten, danışanın yarım bırakmasından, davranış değişikliği gerçekleşmemesinden, terapötik ilişkiyi sürdürememekten ve deneyim eksikliğinin danışan tarafından fark edilmesine yönelik kaygı yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Stoltenberg ve diğerlerine göre (1998) danışman adaylarının performans kaygısı yaşamalarının sebebinin beceri eksikliği, öz-yeterlik eksikliği, danışan ve süpervizör tarafından olumsuz değerlendirilme ile ilgili endişeleri olduğunu öne sürmektedir (Akt: Al-darmaki, 2004).

Araştırmada katılımcılara süpervizöre yönelik kaygıları sorulmuş ve genellikle danışman öğretim üyelerinden olumlu geri bildirim alacaklarını düşündüklerini ve bu yüzden kaygı yaşamadıklarını ifade etmişlerdir. Bunun yanı sıra eleştirel ve olumsuz geri bildirim alacaklarından, danışman hocalarının beklentilerini karşılamayıp onu hayal kırıklığına uğratacaklarından, kendisi ile görüşme için gerekli zamanı bulamayacağından ve yol gösterici olup olmaması yönünde kaygı yaşadıklarını belirtmişlerdir. Danışman adayının performansını önemli düzeyde etkileyen süpervizör davranışı (Bowman ve Roberts, 1979) özellikle danışman adayının kaygısını arttırmada ve azaltmada etkili olabilmektedir. Verilen geribildirim danışman kaygısına olan etkisinin incelendiği bir araştırmada Daniels ve Larson (2011) süpervizör tarafından verilen olumlu geribildirim danışmanın kaygısını azaltırken, olumsuz geribildirim ise arttırdığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu araştırmada da süpervizör iletişimi ve geribildirimi önemli kategoriler olarak ön plana çıkmaktadır. Dolayısıyla danışman öğretim üyesi tarafından verilen olumlu geri bildi-

rim danışman adayının performansını olumlu etkileyebileceği gibi kaygısının azalmasında önemli olacaktır.

Son olarak katılımcılara danışma kaygısını azaltmak için danışma öncesi ve sırasında ne yapabilecekleri sorulmuştur. Elde edilen sonuçlara göre katılımcılar danışma öncesinde yapabilecekleri ile ilgili fikir yürütürken, danışma esnasında ne yapabileceklerine ilişkin bilgi sahibi olmadıklarını çoğunlukla dile getirmişlerdir. Kaygıyı azaltma yolları katılımcılar tarafından ön hazırlık yapılması, derste rol oynama/canlandırma yapılması, nefes egzersizleri yapma, süpervizörle olumlu iletişim kurma, kendi iletişim becerilerini güçlendirme ve öz-güvenlerinin yükseltme şeklinde ifade edilmiştir. Barbee ve diğerlerine göre (2003), rol oynama ve model olma danışman öz-yeterliğini arttırmada önemlidir. Dolayısıyla öz-yeterliği yüksek olan danışman adayının danışma kaygısı da azalacaktır. Bu yüzden rol oynama/canlandırma danışma kaygısını azaltacak önemli bir uygulama olarak düşünülebilir. Bunun yanı sıra Fulton ve Cahwell (2005) danışma kaygısı olduğu gibi empatinin de danışman performansını etkileyen önemli bir değişken olduğunu ortaya koymuştur. Bu araştırmada da güçlü iletişim becerisi danışman kaygısını azaltmada ön plana çıkmaktadır. İletişim becerisinin temel yapı taşlarından biri olan empatik tutumun artırılması ve güçlendirilmesi danışma kaygısını azaltmada önemli bir etkidir.

Ülkemizde yapılan psikolojik danışman eğitimi ve psikolojik danışman adayları ile ilgili nitel araştırmalar incelendiğinde, Aladağ (2014) süpervizyonun danışman adayı üzerindeki ve gelişimindeki rolünü ortaya koymuştur. Araştırma sonuçlarına göre süpervizör geribildirimi, özellikleri ve süpervizyon teknikleri gibi temalar ön plana çıkmaktadır. Bu araştırmada da süpervizyon geri bildirimini özellikle öne çıkan kategorilerden birini oluşturmaktadır. Bu anlamda bu çalışma ile benzerlikler ortaya çıkmaktadır. Meydan (2015) yaptığı araştırmada benzer olarak süpervizyonda geribildirimini danışman öz-yeterliğini geliştirmede önemli bir etkisi olduğunu nitel verilerle desteklemiştir. Bu araştırma ile benzer olarak İlhan, Rahat ve Yöntem (2015) yaptıkları araştırmada psikolojik danışman adaylarının süpervizyon sürecinde yaşadıkları danışma kaygısını nitel yöntem aracılığıyla analiz etmişlerdir. Elde ettikleri sonuçlara göre danışman adayları hazırlık aşamasında çeşitli araştırmalar yapmakta, süpervizyon ve arkadaş desteği kaygının azalmasında



etkili olmakta ve teorinin uygulamaya aktarılmasının kendi gelişimleri için faydalı olduğunu düşünmektedirler. Bu sonuçlar araştırma sonuçları ile oldukça örtüşmektedir. Bunun yanı sıra Ülker-Tümlü, Balkaya-Çetin ve Kurtyılmaz (2015) danışman adaylarının “Bireyle Psikolojik Danışma” dersine yönelik görüşlerini incelemişler ve süpervizyon açısından olumlu ve net geri bildirimini danışman adayları için önemli olduğunu ortaya koymuşlardır ki bu da bu çalışmada ortaya çıkan önemli sonuçlardan biri olarak ortaya çıkmıştır.

### **Sınırlılıklar ve Öneriler**

Bu araştırma psikolojik danışma ve rehberlik bölümünde okuyan psikolojik danışman adayı son sınıf öğrencileri ile sınırlıdır. Ayrıca araştırma nitel araştırma yöntemi ile yürütülmüş olup olgusal bir çalışmadır. Gelecek araştırmalarda farklı örneklem grupları ile deneysel ve boylamsal araştırmalar yürütülebilir. Araştırmada sorulan sorular danışma kaygısı ile yönelik olup ilgili alan yazın taraması sonucu uzman görüşü dahilinde oluşturulmuştur. Gelecek araştırmalarda danışma kaygısı ilgili farklı kavramlar ile farklı yöntemler ele alınabilir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, danışman adayları özellikle öz-yeterlik inancı, deneyim ve beceri eksikliği, danışana yönelik ve süpervizöre yönelik kaygıyı yoğun olarak yaşamaktadır. Uygulamalara yönelik olarak özellikle psikolojik danışman eğitiminde danışma uygulamasına yönelik dersler artırılabilir. Bu anlamda deneyim ve beceri eksikliğinden kaynaklı kaygının azalacağı düşünülmektedir. Süpervizyonun hem danışman öz-yeterliğinde hem de danışma kaygısında önemli bir rol oynadığı çeşitli araştırmalarla ortaya konulmuştur. Bu çalışmada da süpervizör-danışman adayı iletişimi öne çıkmaktadır. Süpervizörlerin öğrencilere yol gösterici ve yapıcı eleştirilerde bulunmaları ve güven sağlamaları danışman adayının kaygısının azalmasında önemli rol oynayacağı düşünülmektedir. Özellikle Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında lisansüstü eğitim gören akademisyen adaylarına yönelik süpervizyon temelli dersler artırılarak uygulamalı ve teorik olarak sunulabilir. Öğrenciler danışan bulma, danışanın danışmayı bırakması noktasında da kaygıları vardır. Özellikle süpervizör kontrolünde üniversitelerin psikolojik danışma merkezleri iş birliği ile gerekli yönlendirmeler yapılabilir.

Ayrıca danışman adayları süreçle ilgili zamanı yönetme ve danışanın direncini kıramaması noktasında kaygı yaşamaktadır. Rol oynama, canlandırma teknikleri kullanılarak her bir öğrencinin danışma uygulamasından önce deneyim kazanması sağlanabilir. Son olarak öğrenciler özellikle danışma sırasında kaygıyı nasıl kontrol edebileceklerine yönelik fikir ortaya koymakta sıkıntı yaşamaktadırlar. İlgili birimlerce seminer ya da konferanslar kapsamında öğrencilere gerekli bilgilendirmeler yapılabilir.

**EXTENDED ABSTRACT**

**Counseling Anxiety of Counselor Trainees:  
A Qualitative Approach**

\*

Hatice İrem Özteke Kozan

*Necmettin Erbakan University*

The concept of “Guidance” was emerged at the beginning of 1990’s in the United States whereas it gained attention in 1950’s in Turkey (Kepçeoğlu, 1994; Tan, 1992). One of the most basic developments regarding guidance was the establishment of “Psychological counseling and guidance” departments in the universities both for undergraduate and graduate levels in Turkey. In this perspective, in the senior year of “Psychological Counseling and Guidance” there is a practicum for the counselor trainees which prepare the students to the counseling.

In recent years, studies related to counselor education in Turkey mostly focus on supervision issues (Aladağ, 2014, Atik, Arıcı, & Ergene, 2014; Çetinkaya & Karairmak, 2012; Eryılmaz & Mutlu, 2018; Meydan, 2015; Yılmaz & Voltan-Acar, 2015), peer group supervision (Atik, Çelik, Güç, & Tural, 2016) counseling skills (Atıcı & Ulusoy, 2010) and counselor self-efficacy (Koç, 2013). In addition topics such as counselor self-efficacy (Morrison & Lent, 2018; Gallo, 2018; Özteke, Üre, & Kesici, 2015) mindfulness (Fulton & Cashwell, 2015) and attachment (Kivlighan Jr & Marmarosh, 218; Mohr, Gelso, & Hill, 2005) were studied in the literature of counselor education both in Turkey and international areas. Another important issue in counselor education –counseling anxiety- become prominent and studies in counseling anxiety (Al-Darmaki, 2004; Barbee, Scherer, & Combs, 2003; Mohr et al., 2005) revealed that anxiety toward counseling has a prominent role in counseling performance, supervisory communication and counselor self-efficacy.

Counselor trainees frequently stated that they experience anxiety before and during the counseling session (Bowman & Roberts, 1979). They generally stated that feeling pressure and fear not the listening client or focusing the process (Kurtyılmaz, 2015). Counseling anxiety may arise from several reasons such as lack of skills or self-efficacy, fears of evaluation by supervisor or client (Stoltenberg, McNeill, & Delworth, 1998; cited by Al-darmaki, 2004).

In sum, there are several factors effecting counseling anxiety of trainees and supervision, self-efficacy and experience which are common issues in discussion this subject. There are several studies in Turkey in recent years related to counselor education focusing on self-efficacy or supervision but the qualitative studies were especially in this subject. Thus, revealing the views of counselor trainees in the senior year of "Counseling Psychology" about counseling anxiety is the aim of current study.

## **Method**

In current study, phenomenological design which was one of the qualitative designs was used. Qualitative studies are one of the methods in research methods in which interviews, document analysis or observation are used and in qualitative studies phenomenon is examined in their natural environment with an integrative view (Yıldırım & Şimşek, 2006).

## **Study Group**

Participants of study were totally 26 -17 were them female- senior year students in the department of "Counseling Psychology" and they all have practicum in fall semester

## **Data Collection Tool**

*Semi-structured interview form:* Within the context of study, semi-structured interview form was used in data collection. After the literature search, five questions were prepared in examining counseling anxiety. Third professionals with doctoral degrees in counseling psychology vi-

ewed research questions and in the light of their comments and suggestions, revisions were made. After re-organizing questions a pilot study was conducted with five counselor trainees and according to their feedback the last form of questions was prepared.

## **Data Analysis**

Descriptive and content analysis were used in data analysis. Themes were defined using descriptive analysis and they were ““Counseling anxiety for own performance”, “Counseling anxiety toward the process”, “Counseling anxiety for the client”, “Counseling anxiety for supervisory process” and “Decreasing the counseling anxiety”. In line with themes, using content analysis categories were determined and given in findings below.

## **Findings**

### **Theme of counseling anxiety for own performance**

Categories were created as “Counseling self-efficacy, insufficient skills, using skills, insufficient experience/practice and mood” in this theme. Participants mostly referred to insufficient counseling self-efficacy to evaluate their counseling anxiety and secondly they expressed mood changes such as un-controlling, fear and thrill toward their counseling skills.

### **Theme of counseling anxiety toward the process**

In this theme categories such as “Time management, controlling the process, using counseling skills, termination of process and personalization” were created. Most participants worry about using their skills and knowledge in right time. Besides, they have anxiety in managing time.

### **Theme of counseling anxiety for the client**

“Client expectation, finding a client, self-disclosure/resistance, leaving the session, behavioral change, maintaining therapeutic relationship and experience” were created as categories in this theme

### **Theme of counseling anxiety for supervisory process**

In current theme categories were created as “Negative feedback, positive feedback, expectation/disappointment, timing and guiding”. Most of participants stated that they expect positive feedback from their supervisors.

### **Theme of decreasing the counseling anxiety**

In this theme “Preparation, impersonation/role playing, breathing exercise, supervisory communication, communication skills and self-esteem” were created as categories.

## **Results and Discussion**

In current study, counselor trainees’ views about counseling anxiety were examined by using qualitative method. Most of the trainees indicated insufficient self-efficacy and experience related to counseling anxiety. Moreover they have anxiety to not control their emotions during the session. Studies revealed associations between counselor anxiety and counselor self-efficacy (Al-darmaki, 2004; Friedlander et al., 1986) in the literature. Friedlander et al. (1986) also found negative correlations between counselor anxiety and self-efficacy.

Role playing is an important factor in increasing counselor self-efficacy (Barbee et al., 2003). Hence, increased counselor self-efficacy would cause the decrement of anxiety. As participants indicated in current study role playing may be an important technique in counselor anxiety. Moreover, Fulton and Cashwell (2005) empathy is an important factor effecting counseling performance. In current study, strong communication skills were found prominent factor in decreasing counselor anxiety.

Some studies in Turkey conducted with counselor trainees with qualitative approach. For example, Aladag (2014) and Meydan (2015) revealed the importance of supervisor feedback in development of counselor trainees which also gained attention in current study. Similar to current study, Ilhan, Rahat and Yontem (2015) found that supervision and peer support were important factors in decreasing counseling anxiety. Besides, Ülker-Tümlü, Balkaya-Çetin and Kurtyılmaz (2015) revealed the importance of positive and certain feedback for counselor trainees which also found as an important result for current study.

Current study is limited to counselor trainees in senior year of the department of "Counseling Psychology". Moreover it is conducted with qualitative approach. In the future, experimental and longitudinal studies would be conducted with different samples. Results show that the experience and practice are important factor in both counselor anxiety and self-efficacy. In curriculum of counseling psychology programs, practices and lessons regarding to counseling skills/performance would increase. In graduate level, supervisory lessons and practices would increase for future supervisors. In dealing with finding a client, collaborations may be effective with Counseling Centers in the universities. Lastly, seminars and conferences would be helpful to deal with counseling anxiety for counselor trainees.

### Kaynakça/References

- Aladağ, M. (2014). Psikolojik danışman eğitiminin farklı düzeylerinde bireyle psikolojik danışma uygulaması süpervizyonunda kritik olaylar. *Ege Eğitim Dergisi*, 15(2), 428-475.
- Al-Darmaki, F. R. (2004). Counselor training, anxiety, and counseling self-efficacy: Implications for training psychology students from the United Arab Emirates University. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 32(5), 429-439. doi: <https://doi.org/10.2224/sbp.2004.32.5.429>
- Atik, Z. E., Arıcı, F., ve Ergene, T. (2014). Süpervizyon modelleri ve modellere ilişkin değerlendirmeler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 305-317.

- Atik, G., Çelik, E. G., Güç, E., ve Tatal, N. (2016). Psikolojik danışman adaylarının yapılandırılmış akran grup süpervizyonu sürecindeki metafor kullanımına ilişkin görüşleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 17(2), 597-619
- Atıcı, M., ve Ulusoy, P. D. Y. (2010). Psikolojik danışman adaylarının grup rehberliği etkinliğini yürütürken kullandıkları psikolojik danışma becerilerinin bu becerileri kullanmaya ilişkin yeterlik algılarının ve grup yönetimini sağlama yöntemlerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(1), 62-81.
- Baloğlu, M. (2003). Individual differences in statistics anxiety among college students. *Personality and Individual Differences*, 34(5), 855-865. doi: [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00076-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00076-4)
- Baloğlu, M., Abbassi, A. ve Kesici, S. (2017). Multivariate relationships between statistics anxiety and motivational beliefs. *Education*, 137(4), 430-44
- Baloğlu, M., Özteke-Kozan, H.İ. ve Kesici, Ş. (2018). Gender differences in and the relationships between social anxiety and problematic internet use: Canonical analysis. *Journal of medical Internet research*, 20(1), e:33. doi: 10.2196/jmir.8947
- Barbee, P. W., Scherer, D. ve Combs, D. C. (2003). Prepracticum service-learning: examining the relationship with counselor self-efficacy and anxiety. *Counselor Education and Supervision*, 43(2), 108-119. doi: <https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.2003.tb01835.x>
- Bowman, J. T. ve Roberts, G. T. (1979). Counselor trainee anxiety during counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 26(1), 85-88. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.26.1.85>
- Bowman, J. T., Roberts, G. T. ve Giesen, J. M. (1978). Counselor trainee anxiety during the initial counseling interview. *Journal of Counseling Psychology*, 25(2), 137-143. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.25.2.137>.
- Bozgeyikli, H. (2011). Observation of Turkish school counselor's life quality, *International journal of Academic Research*, 3(4), 326-331.
- Cashwell, T. H. ve Dooley, K. (2001). The impact of supervision on counselor self-efficacy. *The Clinical Supervisor*, 20(1), 39-47. doi: [https://doi.org/10.1300/J001v20n01\\_03](https://doi.org/10.1300/J001v20n01_03)



- Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs. (2009). *CACREP 2009 standards*. Ekim 2018'de <https://www.cacrep.org/for-programs/2016-cacrepstandards/> dan alınmıştır.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative research methods: Choosing among five approaches*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Çetinkaya, R. S. ve Kararımak, Ö. (2012). Psikolojik danışman eğitiminde süpervizyon. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 107-121.
- Daniels, J. A. ve Larson, L. M. (2001). The impact of performance feedback on counseling self-efficacy and and counselor anxiety. *Counselor Education & Supervision*, 41, 120-130. doi: <https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.2001.tb01276.x>
- Doğan, S. (2000). Türkiye'de psikolojik danışma ve rehberliğin durumu ve geleceğe ilişkin yönelimler. *Eğitim ve Bilim*, 25(118), 3-8.
- Eryılmaz, A. ve Mutlu, T. (2018). Gelişimsel kapsamlı süpervizyon modeline ilişkin psikolojik danışman adaylarının görüşlerinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(65), 123-141. doi: 10.17755/esosder.306932
- Ewald, J. D. (2007). Foreign language learning anxiety in upper-level classes: Involving students as researchers. *Foreign Language Annals*, 40(1), 122-142.
- Friedlander, M. L., Keller, K. E., Peca-Baker, T. A. ve Olk, M. E. (1986). Effects of role conflict on counselor trainees' self-statements, anxiety level, and performance. *Journal of Counseling Psychology*, 33(1), 73-77.
- Fulton, C. ve Cashwell, C. S. (2015). Mindfulness-based awareness and compassion: Predictors of counselor empathy and anxiety. *Counselor Education and Supervision*, 54, 122-133. doi: <https://doi.org/10.1002/ceas.12009>
- Gallo, L. L. (2018). The Relationship Between High School Counselors' Self-Efficacy and Conducting Suicide Risk Assessments. *Journal of Child and Adolescent Counseling*, 1-17. doi: <https://doi.org/10.1080/23727810.2017.1422646>

- Greason, P. B. ve Cashwell, C. S. (2009). Mindfulness and counseling self-efficacy: The mediating role of attention and empathy. *Counselor Education and Supervision*, 49(1), 219. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.2009.tb00083.x>
- Hale, K. K. ve Stoltenberg, C. D. (1988). The effects of self-awareness and evaluation apprehension on counselor trainee anxiety. *The Clinical Supervisor*, 6(1), 49-70. doi:[https://doi.org/10.1300/J001-v06n01\\_05](https://doi.org/10.1300/J001-v06n01_05)
- Hamarta, E. (2009). Ergenlerin sosyal kaygılarının kişilerarası problem çözüme ve mükemmeliyetçilik açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 8(3), 729-740.
- İlhan, T., Rahat, E. ve Yöntem, M. K. (2015). Psikolojik danışman adaylarının süpervizyon sürecinde yaşadıkları danışma kaygısına ve süpervizyon eğitimine yönelik deneyimlerinin incelenmesi [Öz]. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sunulmuş sözlü bildiri*, Mersin Üniversitesi, Mersin. Erişim adresi: [apbs.mersin.edu.tr/files/b.bozkur/Scientific\\_Meetings\\_001.pdf](http://apbs.mersin.edu.tr/files/b.bozkur/Scientific_Meetings_001.pdf)
- Kelly, K. R., Hall, A. S. ve Miller, K. L. (1989). Relation of counselor intention and anxiety to brief counseling outcome. *Journal of Counseling Psychology*, 36(2), 158-162.
- Kepçeoğlu, M. (1994). *Psikolojik danışma ve rehberlik*. Ankara: Gül Yayınevi
- Kesici, Ş. ve Erdogan, A. (2009). Predicting college students' mathematics anxiety by motivational beliefs and self-regulated learning strategies. *College Student Journal*, 43(2), 631-642.
- Kivlighan Jr, D. M. ve Marmarosh, C. L. (2018). Counselors' attachment anxiety and avoidance and the congruence in clients' and therapists' working alliance ratings. *Psychotherapy Research*, 28(4), 571-580. doi: <https://doi.org/10.1080/10503307.2016.1198875>
- Koç, İ. (2013). *Kişilerarası süreci hatırlama tekniğine dayalı süpervizyonun psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma becerilerine, öz yeterlik ve kaygı düzeylerine etkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi, Ege Üniversitesi, İzmir, Türkiye.

- Korhonen, J., Nyroos, M., Jonsson, B., & Eklöf, H. (2018). Additive and multiplicative effects of working memory and test anxiety on mathematics performance in grade 3 students. *Educational Psychology, 38*(5), 572-595. doi: <https://doi.org/10.1080/01443410-2017.1356449>
- Kurtyilmaz, Y. (2015). Counselor Trainees' Views on Their Forthcoming Experiences in Practicum Course. *Eurasian Journal of Educational Research, 61*, 155-180.
- Larson, L.M. ve Daniels, J.A.(1998). Review of the counseling self-efficacy literature. *The Counseling Psychologist, 26*(2), 179-218. doi: <https://doi.org/10.1177/0011000098262001>
- Lent, R. W., Hackett, G. ve Brown, S. D. (1998). Extending social cognitive theory to counselor training: Problems and prospects. *The Counseling Psychologist, 26*(2), 295-306. doi: <https://doi.org/10.1177/0011000098262005>
- Meydan, B. (2015). Bireyle psikolojik danışma uygulamasında mikro beceri süpervizyon modeli'nin etkililiğinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 5*(43), 55-68.
- Mohr, J. J., Gelso, C. J. ve Hill, C. E. (2005). Client and counselor trainee attachment as predictors of session evaluation and countertransference behavior in first counseling sessions. *Journal of Counseling Psychology, 52*(3), 298-309.
- Morrison, M. A. ve Lent, R. W. (2018). The working alliance, beliefs about the supervisor, and counseling self-efficacy: Applying the relational efficacy model to counselor supervision. *Journal of Counseling Psychology, 65*(4), 512-522. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/cou0000267>
- Özteke, H. İ., Üre, Ö. ve Kesici, S. (2015). The prediction of elementary school counselors' self-efficacy beliefs by social comparison and self-consciousness. *Online Journal of Counseling & Education, 4*(1), 36-45.
- Özteke-Kozan, H.İ., Kesici, S. ve Baloglu, M. (2016, August). The Prediction Of Test Anxiety By Self-Regulated Learning Strategies. In Proceedings of Teaching and Education Conferences International Institute of Social and Economic Sciences.

- Özyürek, R. (2009). Okullarda psikolojik danışma ve rehberlik uygulamaları ve öğrencilere sağlanan süpervizyon olanakları: Ulusal bir tarama çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(32)- 54- 63.
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. *Anxiety-Current trends and theory*, 3-20.
- Stoltenberg, C. D. (1998). A social cognitive-and developmental-model of counselor training. *The Counseling Psychologist*, 26(2), 317-323. doi: <https://doi.org/10.1177/0011000098262007>
- Ştefan, C. A., Căpraru, C., & Szilágyi, M. (2018). Investigating Effects and Mechanisms of a Mindfulness-Based Stress Reduction Intervention in a Sample of College Students at Risk for Social Anxiety. *Mindfulness*, 1-13.
- Tan, H. (1992). *Psikolojik yardım ilişkileri: Danışma ve psikoterapi*. İstanbul: Millî Eğitim Basımevi.
- Ülker-Tümlü, G., Balkaya Çetin, A., & Kurtyılmaz, Y. (2015). Psikolojik danışman adaylarının bireyle psikolojik danışma oturumlarının değerlendirilmesi [Öz]. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sunulmuş sözlü bildiri*, Mersin Üniversitesi, Mersin. Erişim adresi: [apbs.mersin.edu.tr/files/b.bozkur/Scientific\\_Meetings\\_001.pdf](http://apbs.mersin.edu.tr/files/b.bozkur/Scientific_Meetings_001.pdf)
- Williams, K. E. ve Andrade, M. R. (2008). Foreign language learning anxiety in Japanese EFL university classes: Causes, coping, and locus of control. *Electronic Journal of Foreign Language Teaching*, 5(2), 181-191.
- Yılmaz, O. ve Acar, N. V. (2015). Psikolojik danışman eğitiminde süpervizyonun önemi ve grupla psikolojik danışmadaki rolü. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 342-356.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, A. (2006). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (6. baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık

### **Kaynakça Bilgisi / Citation Information**

Özteke-Kozan, H. İ. (2018). Psikolojik danışman adaylarının danışma uygulamasına yönelik kaygıları: Nitel bir yaklaşım. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 109-137. DOI: 10.26466/opus.476077