

“Psikolojik Danışman Adayının Danışanı Olmak”: Danışanların Psikolojik Danışma Sürecindeki Deneyimleri

“Being a Counselee of Counselors in Training”: Counselees’
Experiences of Counseling Process

Yıldız Kurtyılmaz^{ID}, Bircan Ergün Başak^{ID}, Deniz Güler^{ID},
Gamze Ülker Tümlü^{ID}

Öz. Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma sürecinde bilgi ve becerilerini ne kadar kullanabildiklerini ve sürecin danışanlara ne kadar katkı sağladığını danışanların gözünden anlamak, psikolojik danışman eğitiminin niteliğinin artırılması açısından önemli görülmektedir. Dolayısıyla bu çalışmada, Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması dersi kapsamında psikolojik danışman adaylarının süpervizyon altında yürüttükleri psikolojik danışma sürecine katılan danışanların deneyimlerini keşfetmek amaçlanmaktadır. Çalışma fenomenolojik desene dayalı nitel bir çalışmadır. Veriler, Türkiye’de bir devlet üniversitesinde psikolojik danışman adaylarının yürüttüğü psikolojik danışma oturumlarına katılan 22 (10 kadın, 12 erkek) danışandan, ortalama 35 dakika süren yarı yapılandırılmış görüşmelerle toplanmıştır. Veriler tümevarım analizi yoluyla analiz edilmiş ve “Danışanların Psikolojik Danışma Sürecinde Yaşadıkları Duygular”, “Danışanların Psikolojik Danışmana Yönelik Algıları” ve “Danışanların Kazanımlarına İlişkin Algıları” olarak adlandırılan üç ana temaya ve her bir tema içinde çeşitli alt temalara ulaşılmıştır. Sonuç olarak danışanların, psikolojik danışma sürecinin başlangıç, çalışma ve sonlandırma aşamalarında farklı duygular yaşadıkları anlaşılmıştır. Ayrıca psikolojik danışman adaylarının süreçte sergiledikleri psikolojik danışma becerileri ve kullandıkları teknikler ile sahip oldukları profesyonel tavırlar sayesinde danışanların süreçten çeşitli kazanımlarla ayrıldıkları belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: : Psikolojik danışman eğitimi, danışan, psikolojik danışman adayı, bireyle psikolojik danışma uygulaması, süpervizyon

Abstract. Understanding counselees’ viewpoints about the way and the degree their counselors-in-training used their knowledge and skills, and the degree to which counseling process contributed to themselves is so important to improve the quality of counselor education. Therefore, counselees’ experiences about the counseling sessions conducted under supervision by undergraduate students within the scope of Individual Counseling Practicum course were investigated. This was a qualitative phenomenological study. Data was gathered by means of semi-structured interviews taking approximately 35 minutes. Participants, who were counselees of undergraduate counseling students, attend to public university in Turkey, twenty-two (10 females, 12 males) counselees were interviewed. Data was analyzed via inductive analysis and it was obtained three main themes and various subthemes under each main theme. Three main themes were titled as “Counselees’ Feelings during Counseling Process”, “Counselees’ Perception about Counselor” and “Counselees’ Perception about their Acquisitions”. It was found that counselees experience various and diversified feelings during beginning, working and termination stages. Moreover, it was indicated that counselees complete the process with various acquisitions thanks to counselors’ counseling skills and professional attitudes.

Keywords. Counselor education, counselee, counselor-in-training, individual counseling practicum, supervision

Yıldız Kurtyılmaz (Sorumlu Yazar)

Anadolu Üniversitesi
e-mail: ykurtyilmaz@anadolu.edu.tr

Bircan Ergün-Başak

Anadolu Üniversitesi
e-mail: bebasak@anadolu.edu.tr

Deniz Güler

Anadolu Üniversitesi
e-mail: denizguler@anadolu.edu.tr

Gamze Ülker-Tümlü

Anadolu Üniversitesi
e-mail: gamzeulkertumlu@anadolu.edu.tr

Geliş / Received: 25 Şubat/February 2019

Düzeltilme / Revision: 26 Haziran/June 2019

Kabul / Accepted: 7 Ağustos/August 2019

Psikolojik danışma deneyimi danışanların problemlerinin nedenlerini daha iyi anlamalarına, yeni bakış açısı kazanmalarına, daha uyumlu tepkiler geliştirmelerine ve daha işlevsel kişiler arası etkileşim becerileri kazanmalarına yardım eden çok boyutlu ve kapsamlı bir süreçtir. Danışanlar, kullandıkları başa çıkma yöntemleri, problemleri karşısında işe yaramadığında (Cormier ve Hackney, 2014), kendileri ile ilgili bazı değişiklikler yapmak istediklerinde veya olumsuz duygular nedeniyle engellendiklerini hissettiklerinde psikolojik danışma sürecine başvurmaktadır (Meier ve Davis, 2012). Psikolojik danışma sürecinde danışanların sahip oldukları kaynakları ve imkanları farketmeleri, bunları daha etkili bir şekilde kullanmaları ve günlük yaşamlarında kendi kendilerine yardım edebilen bireylere dönüşmeleri amaçlanmaktadır (Egan, 2011). Bu bağlamda psikolojik danışma sürecinin temel amacının psikolojik danışmanlar açısından yardım etme, danışanlar açısından ise gelişme olduğu söylenebilir.

Psikolojik danışma sürecinin amacına ulaşabilmesi çeşitli faktörlere bağlıdır. Danışanın cinsiyeti, yaşı, mesleği, kültürel özellikleri, aile içi dinamikleri, yaşamındaki önemli kişiler, kişilerarası iletişim deneyimleri (Krause, Howard ve Lutz, 1998; Wade ve Jones, 2015), danışma sürecine getirdiği problemi (Dryden, 2008) ve geçmişteki yardım alma deneyimi (Nelson-Jones, 2014) psikolojik danışma sürecini etkileyen faktörlerdir. Bu faktörler danışanların duygularına, düşüncelerine ve davranışlarına (Seber, 2013) yön verdikleri için psikolojik danışma sürecindeki tepkilerine ve psikolojik danışmanla olan ilişkilerine yansımaktadır (Wade ve Jones, 2015). Bu durum danışanların her birinin psikolojik danışmadan beklentilerinin, gelişmeye yönelik çabasının ve terapötik uygulamalara yanıt verme biçiminin farklılaşmasını da beraberinde getirmektedir (Krause ve diğerleri, 1998; Wade ve Jones, 2015).

Psikolojik danışma sürecinin amaçlarına ulaşmasını etkileyen bir diğer faktör de psikolojik danışmanların kişisel özellikleri ve mesleki becerileridir (Corey, 2005; Hackney ve Cormier, 2009). Psikolojik danışman adayları mesleki becerileri kullanma konusunda sıkıntı yaşayarak danışanı pasif kılacak yaklaşımlarda bulunabilmekte, bu durum danışanın değişim ve gelişim sorumluluğunu almasına ket vurabilmekte, (Corey, 2005; Gladding, 2013; Meier ve Davis, 2012; Skovholt ve Ronnestad, 2003), danışanlarda kaygı ve strese neden olabilmektedir (Walker ve Jacobs, 2004). Bu durum deneyimsiz psikolojik danışmanlar tarafından yürütülen psikolojik danışma uygulamalarının daha deneyimli psikolojik danışmanların gözetiminde gerçekleştirilmesinin, başka bir deyişle bu sürecin

süpervizyon dahilinde yürütülmesinin bir gereklilik olduğuna işaret etmektedir (King, 2014; Özyürek, 2009).

Psikolojik danışman adayları süpervizyon sayesinde kuramsal bilgileri ve mesleki becerileri gerçek bir vaka üzerinde uygulama fırsatı bulabilmektedir. Bu süreçte psikolojik danışman adayları amaç oluşturma, yüzleştirme, terapötik ilişki kurma, kavramsal çerçeve oluşturma ve özetleme gibi becerileri uygulayarak kullanmayı (Cashwell ve Dooley, 2001) ve danışanlarıyla etik ilkelere dayalı terapötik ilişki kurmayı öğrenmektedir (Walker ve Jacobs, 2004). Ayrıca süpervizyon aracılığı ile psikolojik danışman adaylarının ve onların danışanlarının kaygılarını azaltmak ve iyilik halini korumak da amaçlanmaktadır (Campbell, 2006; Carroll, 2014; Walker ve Jacobs, 2004). Tüm bu yönleri ile süpervizyon süreci hem psikolojik danışman adaylarını hem de psikolojik danışmanlık mesleğini güçlendiren kritik derecede önemli bir yaşantıdır (Campbell, 2006; Carroll, 2014).

Psikolojik danışman adayına mesleki beceriler kazandırmak üzere etkili süpervizyon süreci yürütmek kadar (Carroll, 2014), süpervizyon sürecindeki tüm çabaların danışana ne kadar ulaştığını anlayabilmek de önemlidir. Bu anlamda süpervizyon altında yürütülen psikolojik danışma sürecinin etkililiğini anlayabilmek için başvurulabilecek en önemli kaynak danışanların süreç içerisindeki olumlu ya da olumsuz deneyimleridir (Elliott, 2008). Buna karşın psikolojik danışma süreçlerinin etkililiği üzerine yapılan çalışmalarda çoğunlukla danışanlardan çok psikolojik danışmanların algılarına odaklanıldığı görülmektedir (Nelson-Jones, 2014). Psikolojik danışma sürecinin etkililiği psikolojik danışmanların görüşlerine dayalı olarak incelendiğinde, özellikle deneyimsiz psikolojik danışmanların, psikolojik danışma sürecinde kendilerine odaklanma eğilimi gösterdikleri, danışan ile ilgili önemli noktaları görmekte zorlandıkları ya da sürecin danışana yararlılığına ilişkin karışık düşüncelere sahip oldukları belirtilmektedir (Walker ve Jacobs, 2004). Dolayısıyla psikolojik danışma sürecinin etkililiği konusunda psikolojik danışman adaylarının yaptıkları değerlendirmelerin gerçeği anlamak konusunda yeterli olmadığı, bu anlamda danışanların görüşlerine de başvurulması gerektiği vurgulanmaktadır (Paulson, Truscott ve Stuart, 1999). Çünkü psikolojik danışma süreci danışanların kişilerarası ilişkileri, baş etme stratejileri, kendini kabul düzeyleri, öz farkındalıkları ve duygularını yönetme becerisi gibi özelliklerini geliştirmeye yönelik çıktılar üretmektedir (McElvaney ve Timulak, 2013). Bu çıktılar psikolojik danışma sürecinin amacına ulaşma düzeyi hakkında bilgi veren birer gösterge

olup, danışanların duyguları (Nelson Jones, 2014), düşünceleri (Dryden, 2008) ve yaşantıları bağlamında anlam kazanmaktadır (Hackney ve Cormier, 2009). Bu nedenle danışanların psikolojik danışma sürecindeki deneyimleri danışma sürecinin çıktılarının önemli bir boyutunu oluşturmaktadır (Gallegos, 2005).

Alanyazında son 20 yıl içerisinde danışanların deneyimlerini anlamaya yönelik çalışmalar nitel araştırmaların gelişmesi ile güçlenmekte ve derinleşmektedir. Bu doğrultudaki çalışmalar genellikle danışanların psikolojik danışma sürecinde neleri faydalı ya da engelleyici buldukları, danışma süreci boyunca kendilerindeki değişimi nasıl anlamlandırdıkları, terapötik süreçteki sorunlarla nasıl başa çıktıklarını anlamaya yönelik sorular etrafında şekillendirilmiştir (Elliott, 2008). Danışanların deneyimlerini anlamayı amaçlayan bu çalışmaların daha çok profesyonel psikolojik danışmanların veya terapistlerin danışanları ile yürütüldüğü (Binder, Holgersen, ve Nielsen, 2009; 2010; Gallegos, 2005; Levitt, Butler, ve Hill, 2006; Watson, Cooper, McArthur ve McLeod, 2012), henüz eğitimlerini tamamlamamış psikolojik danışman adaylarının danışanları ile yapılan araştırmaların ise oldukça az olduğu (De Stefano, Mann-Feder ve Gazzola, 2010; Sackett, Lawson ve Burge, 2012; Sackett ve Lawson, 2016) dikkat çekmektedir.

Alanyazında süpervizyon alan psikolojik danışman adaylarının verdikleri psikolojik yardımın niteliğini inceleyen araştırmalar bulunmasına rağmen Türkiye’de bu konuda yapılan araştırma sayısı oldukça azdır. Türkiye’de yapılan süpervizyon konulu araştırmalarda psikolojik danışman eğitiminde süpervizyon olanakları (Özyürek, 2010), süpervizyon modelleri (Erkan-Atik, Arıcı ve Ergene, 2014; Siviş-Çetinkaya ve Kararmak, 2012), psikolojik danışman adaylarının aldıkları süpervizyon ile ilgili görüşleri (Aladağ ve diğerleri, 2011; Atik, Çelik, Güç ve Tatal, 2016) gibi konuların çalışıldığı görülmektedir. Bu ve benzeri çalışmalar psikolojik danışma sürecinin sonuçları ya da çıktıları hakkında bilgi vermesine karşın psikolojik danışma deneyimini danışan açısından açıklamada sınırlı kalmaktadır (Gallegos, 2005). Öte yandan danışanların psikolojik danışma sürecindeki deneyimlerinin psikolojik danışman adayları tarafından anlaşılması ve kavranması onların terapötik müdahalelerini yönlendirmelerine, kişisel tarzlarını geliştirmelerine ve mesleki sorumluluklarını daha etkili sürdürebilmelerine katkı sağlamaktadır (Levitt ve diğerleri, 2006; Sackett ve Lawson, 2016). Bu bağlamda bu araştırmada psikolojik danışman adaylarının Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması dersinde süpervizyon eşliğinde

yönettikleri psikolojik danışma oturumlarında kendilerinden beklenen mesleki bilgi, beceri ve yeterlilikleri nasıl kullandıklarını danışanlarının gözünden ortaya koymak amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Araştırmanın Deseni

Bu çalışma, fenomenolojik desene dayalı nitel bir çalışmadır. Fenomenolojik çalışmalarda bireylerin bir fenomene yönelik deneyimlerinin ortak anlamlarının derinlemesine keşfedilmesi amaçlanmaktadır (Creswell, 2013). Çalışmada, psikolojik danışman adaylarının yönettiği psikolojik danışma sürecine katılan danışanların bu süreçteki deneyimlerinin, onların bakış açısı ve algılarına dayalı olarak keşfedilmesi amaçlandığı için fenomenolojik desen tercih edilmiştir.

Çalışma Grubu

Bu çalışmanın katılımcıları bir devlet üniversitesinin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (RPD) lisans programındaki Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması (BPDU) dersi kapsamında süpervizyon eşliğinde yürütülen psikolojik danışma sürecine katılan danışanlardır. Katılımcılar amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme göre belirlenmiştir (Patton, 2002). Bu kapsamda 2015-2016 öğretim yılı güz döneminde bireyle psikolojik danışma uygulaması dersini alan iki gruptaki 16 öğrencinin 8-10 hafta gerçekleştirdiği psikolojik danışma oturumlarına katılan danışanlardan veri toplanmıştır. Danışanlara psikolojik danışman adayı tarafından son oturumda araştırma hakkında bilgi verilmiş ve çalışmada yer almak isteyip istemedikleri sorulmuştur. Araştırmaya katılma konusunda istekli ve gönüllü olan 22 danışan (10'u kadın, 12'si erkek) araştırmanın katılımcılarını oluşturmuştur. Ayrıca katılımcıların görüşme sürecinin başında araştırma süreci hakkında bilgilerin sunulduğu onam formunu imzalamaları sağlanmıştır. Bulgular bölümünde katılımcıların gizliliğini sağlamak amacıyla isimleri yerine G1 ile G22 arasında değişen kodlar verilmiştir.

Araştırma Bağlamı

Araştırmanın yürütüldüğü üniversitede BPDU dersi RPD lisans programının yedinci yarısında yer almakta ve psikolojik danışman adayları bu ders

kapsamında yürüttükleri psikolojik danışma süreçleri ile ilgili hem bireysel hem de grup süpervizyonu almaktadırlar. Süpervizyon sürecinin etkili olması için ders, küçük gruplar halinde yürütülmektedir. Araştırmanın gerçekleştirildiği 2015-2016 öğretim yılında BPDÜ dersi altı gruba bölünmüştür. Her bir grupta birer öğretim üyesi ve onunla birlikte süpervizyon sürecini yürütmek üzere birer araştırma görevlisi süpervizör olarak yer almıştır. Grupların her birinde ortalama 8 öğrenci yer almış, grup seçiminde öğrencilerin tercihi dikkate alınmıştır.

Psikolojik danışman adaylarından bu ders kapsamında birisi kadın, birisi erkek olmak koşuluyla en az iki danışanla ve her biriyle de 45-50 dakika süren en az 8-10 oturum gerçekleştirmeleri istenmiştir. Psikolojik danışman adayları psikolojik danışma süreci öncesinde danışan adaylarıyla yaptıkları ön görüşmede onlara psikolojik danışma süreci ile ilgili bilgi vermiş, bu sürecin süpervizyon eşliğinde ve ders kapsamında olduğunu belirterek danışanların yazılı onamlarını almışlardır.

Psikolojik danışman adayları her bir oturumun ses kaydını almış ve oturumdan sonra ses kaydının birebir dökümünü yapmıştır. Sonrasında bu döküm üzerinde oturumdaki tepkilerini adlandırmış, bu tepkilerini işlevsel bulmadıklarında bu tepki yerine verebilecekleri alternatif tepkiler yazmıştır. Aynı zamanda bu dökümün sonunda oturum sırasında yaşadıklarını ve danışanın problem alanı ile ilgili gözlemlerini ve çıkarımlarını özetlemiş ve gelecek haftanın planını da içeren bir rapor hazırlamıştır. Hazırladıkları bu raporları süpervizörlerine e-posta aracılığıyla iletmışlerdir.

Süpervizörler dökümler üzerinden psikolojik danışman adaylarına yazılı bireysel dönüt vermiştir. Süpervizörler yaptıkları değerlendirmeleri dersin öncesinde psikolojik danışman adaylarına e-posta aracılığıyla göndermiş; böylece, adaylara derse gelmeden önce dönütleri inceleme fırsatı sunulmuştur. Grup süpervizyonu ise ders programında bu ders için belirlenen zaman zarfında bu gruptaki tüm psikolojik danışman adaylarının ve süpervizörlerin bir araya geldiği ve dönütlerin yüz yüze verildiği eğitim fakültesinin uygulama biriminde bulunan derslikte gerçekleştirilmiştir. Grup süpervizyonunda psikolojik danışman adaylarının ortak problemleri ve süreçte karşılaştıkları güçlükler ele alınmış, adayların sonraki oturumlara hazırlanmaları sağlanmış, bu bağlamda ihtiyaç duymaları halinde adaylara kullanılabilecek olası teknikleri canlandırma ve prova etme imkanı verilmiştir.

Verilerin Toplanması

Çalışmanın verileri 2016 yılının Ocak ayı içerisinde toplanmıştır. Psikolojik danışman adayları son oturum sonrasında danışanlarına psikolojik danışma sürecindeki yaşantılarına ilişkin süpervizörleri tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada yer almak isteyip istemediklerini sormuş, gönüllü olan danışanların telefon numaralarını araştırmacılara iletmiştir. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan her bir danışan kendi psikolojik danışma sürecine geribildirim veren süpervizör (araştırmacı) tarafından telefonla aranmış ve danışanla görüşme için uygun zaman belirlenmiştir. Böylece gizlilik ilkesi gereği danışanın kendisi ile ilgili bilgi paylaşımı sadece kendi psikolojik danışma sürecine tanıklık ettiğini bildiği kişi ile sınırlı tutulmuştur. Görüşmeler eğitim fakültesindeki uygulama birimindeki odalarda yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Görüşmenin başlangıcında araştırmanın amacı danışanlara belirtilmiş, bu kapsamda gerçekleştirilen görüşmenin psikolojik danışma sürecinin devamı niteliğinde olmadığı ve psikolojik danışman adaylarının değerlendirilmesinden bağımsız olduğu vurgulanmıştır.

Görüşmeler araştırmacılar tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formu ile gerçekleştirilmiştir. Söz konusu forma son hali verilinceye kadar araştırmacıların tümünün katılımıyla gerçekleştirilen toplantılarda soruların kapsayıcılığı ve anlaşılabilirliği değerlendirilerek araştırma amacına ve etiğine uygunluğu sağlanmıştır. Formda 10 temel soruya (Örn., “Psikolojik danışma sürecine gelmeden önce hayal ettiğiniz süreç ile yaşadığınız süreci karşılaştırdığınızda neler söylersiniz?”, “Psikolojik danışmanınız ile ilişkiniz nasıldı?”, “Danışma sürecine gelmeseydiniz şu anda fark ettiğiniz ya da sahip olduğunuz neleri kaçırmış olurdunuz?) yer verilmiştir. Görüşmeler her bir danışanla o danışanın psikolojik danışma sürecine geri bildirim vermiş süpervizör/araştırmacı tarafından ses kaydı eşliğinde, bireysel ve yüz yüze gerçekleştirilmiş ve ortalama 35 dakika sürmüştür. Görüşmeye ilişkin ses kayıtları görüşmeyi yapan araştırmacı/süpervizör tarafından yazıya dökülmüştür.

Veri Analizi

Veriler tümevarım analizi yoluyla ve çoklu bir bakış açısıyla analiz edilmiştir. Bu süreçte ilk olarak araştırmacılar bir araya gelerek verilerin analizinde bir yol haritası oluşturmuşlardır. Bu kapsamda öncelikle her bir araştırmacı kendi yürüttüğü görüşmelerden elde edilen verileri tekrar tekrar okuyarak verilerden genel anlam çıkarmaya çalışmıştır. Birinci düzey kodlama olarak da adlandırılan

bu aşama, verileri gruplayarak verileri indirgemenin ilk aşamasıdır. Bir başka ifade ile ham veri sentezlenerek anlamlı olan en küçük kavramsal birimlere yani kodlara dönüştürülmüştür (Averill, 2014). Her belge bu şekilde kodlandıktan sonra tüm belgelerde benzer şekilde kodlanan bölümlere göz atılmış, bu bölümler birleştirilerek kodlamalar adlandırılmıştır. Bu süreçte de araştırmacılar bir diğer araştırmacının verilerini incelemiş, içerik açısından benzerlik gösterdiği halde farklı olarak adlandırılan kodlamalar belirlenerek gözden geçirilmiş, benzer içerikler için tek bir kod önerisinde bulunulmuştur. Tüm veriler bu şekilde incelendikten sonra tüm araştırmacılar bir araya gelerek kodlara son hali verilmiş, birinci düzey kodlama işlemi tamamlanmıştır. Daha sonra, ikinci düzey kodlama aşamasına geçilmiş, bu aşamada tüm belgelerde ortak olarak kodlanan parçalar belirlenmiş, her bir belgede yapılan kodlamalardan tüm belgeler için geçerli olacak ortak olan yeni kodlara ulaşılmıştır (Averill, 2014).

Ardından verilerden hangi temalara doğru gidilebileceği konusunda görüş alışverişinde bulunulmuş, tüm veriler incelendiğinde ortaya çıkmış olan tekrarlayan örüntüler ve bağlantılar birleştirilip bütünleştirilerek temalara dönüştürülmüştür. Bir başka ifade ile tüm veride ortak olan kodlar birbiri ile ilişkilendirilerek anlamlı bütünlere ulaşılmıştır. Bu anlamlandırma sonucunda genel hatları ile temalar ve alt temalar oluşturulmuştur. Bu süreçte katılımcıların ifade ettikleri ortak noktalar belirlenerek, bu ortaklıkların hangi başlık altında toplanabileceği belirlenmiş ve temalar adlandırılmıştır. Adlandırma sürecinde alanyazındaki psikolojik danışma sürecine ilişkin kavramlardan da yararlanılmıştır.

Temaların belirlenip adlandırılmasından sonra veriler ve kodlamalar iki araştırmacı tarafından bu temalar çerçevesinde tekrar gözden geçirilmiştir. Bu aşamada birbirine içerik olarak benzeyen ancak farklı şekillerde adlandırılan temaların olduğu belirlenmiş, bu temaların altında yer alan kodlar tek bir ortak tema altında birleştirilmiştir. Aynı zamanda bazı temalara alt temalar eklenmiş, bazı alt temalar üst temayla birleştirilmiş, bazı temalar yeniden adlandırılmış ve bazı temalar ise diğer üst temaların altına taşınmıştır. Bazı kodlamaların ise atandığı temalara uygun olmadığı gözlenmiş ve bu kodlamalar başka temalara atanmış ya da silinmiştir. Yapılan bu düzenlemelerin ardından diğer iki araştırmacının kodlanan verileri yeni temalar ve alt temalar açısından gözden geçirmesi ve gerekirse önerilerde bulunması istenmiştir. Bu düzenlemeler tamamlandıktan sonra bu süreçte ortaya çıkan kod ve temalar hakkında tüm

araştırmacıların katılımıyla bir değerlendirme yapılmış ve buna bağlı olarak kod ve temalara son şekli verilmiştir.

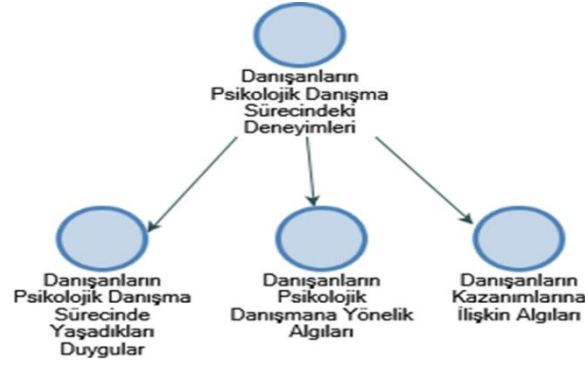
Veri analizi NVivo programı aracılığıyla, yaklaşık bir yıllık süreçte tamamlanmıştır. Bu sürecin ilk basamağında 67 olan toplam tema ve alt tema sayısı analiz tamamlandıktan sonra 60'ye inmiştir. Veri analizi sonucunda üç genel tema, yedi ikinci düzey tema belirlenmiştir. Bu üç genel tema Danışanların Psikolojik Danışma Sürecinde Yaşadıkları Duygular, Danışanların Psikolojik Danışmana Yönelik Algıları ve Danışanların Kazanımlarına İlişkin Algıları olarak adlandırılmıştır.

Çalışmanın İnanırcılığı

Çalışmanın inandırcılığını sağlamak üzere tüm çalışma boyunca çeşitleme (triangulation) yöntemine başvurulmuştur (Patton, 2002). Bu kapsamda ilk olarak veri doygunluğuna ulaşana kadar, psikolojik danışma sürecinde farklı deneyimlere sahip yeterli sayıda katılımcı ile derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Ayrıca çalışmanın planlamasından raporlaştırılmasına kadar tüm aşamalarında çalışma dört araştırmacının işbirliği ile yürütülmüştür. Araştırmacıların çalışmanın yürütüldüğü RPD anabilim dalında uzun yıllardır görev yapmaları ve bu süreçte lisans ve lisansüstü düzeyde süpervizörlük yapma deneyimlerinin olması bu araştırmanın yapılabilirliğini desteklemektedir. Ayrıca çalışmanın olabildiğince ayrıntılı ve açık bir biçimde raporlaştırılmış olması ve bulgulara ilişkin kanıtların sunulması bu çalışmanın inandırcılığının sağlandığının göstergelerindedir.

BULGULAR

Çalışmada katılımcıların psikolojik danışma sürecindeki deneyimlerine ilişkin “*Danışanların Psikolojik Danışma Sürecinde Yaşadıkları Duygular*”, “*Danışanların Psikolojik Danışmana Yönelik Algıları*” ve “*Danışanların Kazanımlarına İlişkin Algıları*” (Bkz. Şekil 1) olarak adlandırılan üç ana tema elde edilmiştir. Bu ana tema ve ana temalara ilişkin alt tema içerikleri ayrıntılı olarak sunulmuştur.



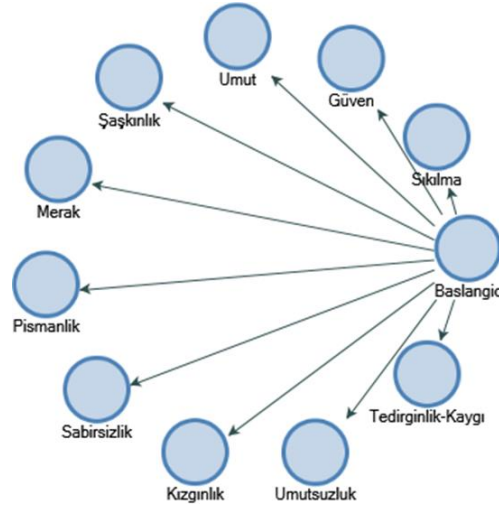
Şekil 1. Danışanların Psikolojik Danışma Sürecindeki Deneyimlerine İlişkin Ortaya Çıkan Temalar

Danışanların Psikolojik Danışma Sürecinde Yaşadıkları Duygular Teması

Çalışmada danışanların başlangıç, çalışma ve sonlandırma aşamalarında farklı duygular yaşadıkları belirlenmiştir. Bu nedenle bu araştırmada danışanların yaşadıkları duygular psikolojik danışma sürecinin aşamalarına göre ayrı ayrı incelenmiştir.

Danışanların başlangıç aşamasında yaşadıkları duygular

Araştırmada danışanların çoğunun psikolojik danışma sürecinin başlangıç aşamasında kaygı yaşadıkları görülmüştür. Bunun yanı sıra bazı danışanların pişmanlık, şaşırma, kızgınlık, sıkılma, sabırsızlık ve umutsuzluk; bazı danışanların ise merak, güven ve umut yaşadıkları belirlenmiştir (Bkz. Şekil 2).



Şekil 2. Danışanların başlangıç aşamasında yaşadıkları duygular

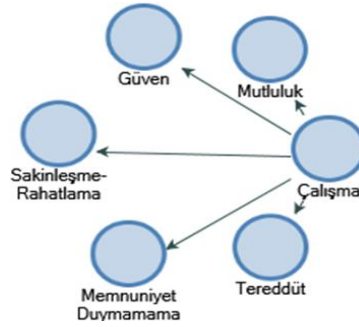
Başlangıç aşamasında kaygı yaşadığını ifade eden danışanlar psikolojik danışma sürecinin belirsizliğinin ve psikolojik danışmanı tanımamalarının kendilerinde bu duygulara neden olduğunu belirtmiştir. Bu danışanlar aynı zamanda başlangıçta gizlilik ilkesinin ihlal edilebileceğine, psikolojik danışman tarafından yargılanabileceklerine ve kişisel sınırlarının ihlal edilebileceğine ilişkin kaygıları olduğunu dile getirmiştir. Bir danışanın (G15) *“Ben psikolojik danışmanla ilk şey yaptığım zaman biraz ürkümüştüm. Hani acaba beni şey yapacak mı? Gizlilik ne kadar olacak? İşte mesela imalar olacak mı ya da beni yönlendirecek mi, baskı altına alacak mı diye çok korkmuştum.”* şeklindeki ifadesi bu bulguya örnek gösterilebilir.

Başlangıçtaki duygusunu pişmanlık olarak tanımlayan bir danışanın da bu duygusunun ilk oturumda kendini fazla açması ile ortaya çıktığı belirlenmiştir. Başlangıç aşamasında şaşkınlık yaşadığını söyleyen danışanlar ise daha çok kendilerinin konuştuğunu ve psikolojik danışmanın daha sessiz kaldığını belirterek bu duruma şaşırduklarını ifade etmiştir. Bunun yanı sıra kızgınlık ve sıkılma duyguları yaşadığını söyleyen danışanların psikolojik danışmanların kendi söylediklerini tekrar etmesinden dolayı sinirlenip sıkıldıkları görülmüştür. Bir danışanın (G14) *“Ama ben bir problem ortaya attığım zaman, ... hanımın tekrar etmesi bana biraz sinir bozucu gelmeye başladı ilk anlarda.”* şeklindeki ifadesi bu duruma örnek verilebilir.

Araştırmada başlangıç aşamasında kimi danışanların psikolojik danışma sürecinin işe yaramayacağını düşünerek umutsuzluk yaşadıkları ve bu danışanlardan birinin umutsuzluk duygusuna sabırsızlık duygusunun eşlik ettiği belirlenmiştir. Diğer bir yandan başlangıç aşamasında danışanların merak, güven ve umut duyguları hissettikleri bulgusuna ulaşılmıştır. Merak duygusunu yaşadığını belirten danışanların açıklamalarına bakıldığında kendilerini keşfetme motivasyonunda oldukları görülmüştür. Bu aşamada güven duygusuna sahip olduğunu belirten danışanların ise psikolojik danışmanların gizlilik ve koşulsuz kabul ilkelerine bağlı kalarak hareket edeceklerini düşündükleri için kendilerini güvende hissettikleri belirlenmiştir. Bir danışanın (G9) “Ne o benim etrafımdakileri tanıyor ne ben onunkini tanıyorum. Çok rahat kendimi ifade edebileceğim sorgusuz sualsiz diye düşünüyordum.” paylaşımı bu duruma örnek olarak verilebilir. Çalışmada duygusunu umut olarak tanımlayan danışanların ise sorunlarını psikolojik danışma süreci ile ifade etme ve çözüme fırsatı yakaladıklarına ilişkin algıları olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Danışanların çalışma aşamasında yaşadıkları duygular

Bu araştırmada danışanların çoğunun çalışma aşamasındaki duygularını güven, sakinleşme-rahatlama ve mutluluk olarak tanımladıkları, iki danışanın ise memnuniyet duymama ve tereddüt duygularını dile getirdikleri belirlenmiştir (Bkz. Şekil 3).



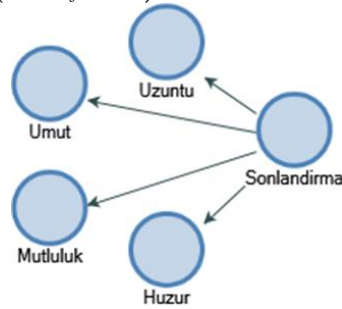
Şekil 3. Danışanların çalışma aşamasında yaşadıkları duygular

Çalışma aşamasında danışanların çoğunun psikolojik danışmanın profesyonel davranışları nedeniyle ve psikolojik danışma sürecinde yer almanın faydasını gördükleri için güven duygusu geliştirdikleri görülmüştür. Duygusunu sakinleşme-rahatlama olarak ifade eden danışanların ise psikolojik danışma ortamında koşulsuz kabul edilmenin kendilerinde bu duyguya yol açtığı belirlenmiştir. Bu duruma örnek olarak bir danışanın (G14) “... neticede bu odada

kalıyordu konuştuklarımız, bunun bilincinde olduğum için biraz daha içim rahatladı. Rahatladıktan sonra bir de belli bir alışma sürecinden sonra, bir iki seanstan sonra hani içimdekileri rahat bir şekilde dökmeye başladım. Rahat bir şekilde ifade etmeye başladım kendimi. Yani ne var ne yok, tüm problemlerimi en özeline kadar paylaştım burada.” şeklindeki paylaşımı verilebilir. Ayrıca çalışma aşamasında duygusunun mutluluk olduğunu belirten bir danışanın da amacına ulaşma yolunda ilerlediği için mutlu olduğu görülmüştür. Öte yandan çalışma aşamasındaki duygusunu memnuniyet duymama ve tereddüt olarak tanımlayan iki danışan da bulunmaktadır. Bu danışanlardan birinin psikolojik danışmanı ve sürecin işleyişini yararlı bulmadığı için çalışma aşamasında memnuniyet duymadığı, bir diğerinin ise doğru ve uygun paylaşımlarda bulunup bulunmadığından emin olamadığı için tereddüt yaşadığı belirlenmiştir.

Danışanların sonlandırma aşamasında yaşadıkları duygular

Sonlandırma aşamasında danışanların mutluluk, umut, huzur ve hüzn-üzüntü yaşadıkları belirlenmiştir (Bkz. Şekil 4).



Şekil 4. Danışanların sonlandırma aşamasında yaşadıkları duygular

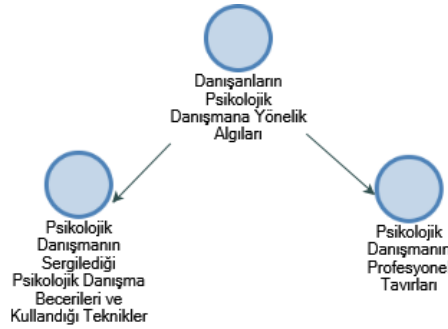
Sonlandırma aşamasında mutluluk hisseden danışanların, bu duygunun meselelerini çözüme ulaştırma, kendisini daha iyi anlama, çözüm yolunu keşfederek başarıya ulaşma gibi sonuçlar elde etmelerinden kaynaklandığı görülmüştür. Bununla birlikte danışanların kazanımlarını gelecekte de işe koşarak problemlerini başarıyla çözeceklerini düşündükleri için umut hissettikleri belirlenmiştir. Bu aşamada kendisini huzurlu hissettiğini söyleyen danışanların ise psikolojik danışma sürecinde gelişme için çaba gösterdiği ve bu çabaları boşa gitmediği için bu duyguyu yaşadığı görülmüştür. Ayrıca bazı danışanların sonlandırma aşamasında kendilerine saygı duyulan, ihtiyaçlarına önem verilen ve koşulsuz kabul gösterilen psikolojik danışma ilişkisini kaybettikleri için üzüntü duydukları belirlenmiştir. Bir danışanın (G15) “...sonunda üzülüm. Ağlayacağım

neredeysse, çünkü alışmışız böyle iki ay boyunca” şeklindeki ifadesi bu duruma örnek olarak verilebilir.

Sonuç olarak araştırmada danışanların başlangıç aşamasındaki güvensizlik ve tedirginlik içerikli duygularının çalışma aşamasına geçilmesi ve terapötik ilişkinin kurulması ile birlikte güven, rahatlama ve sakinleşme duygularına dönüştüğü görülmüştür. Sonlandırma aşamasında ise danışanların bir yandan hoşnutluk diğer yandan hüznün içerikli duygular hissettikleri görülmüştür.

Danışanların Psikolojik Danışmana Yönelik Algıları Teması

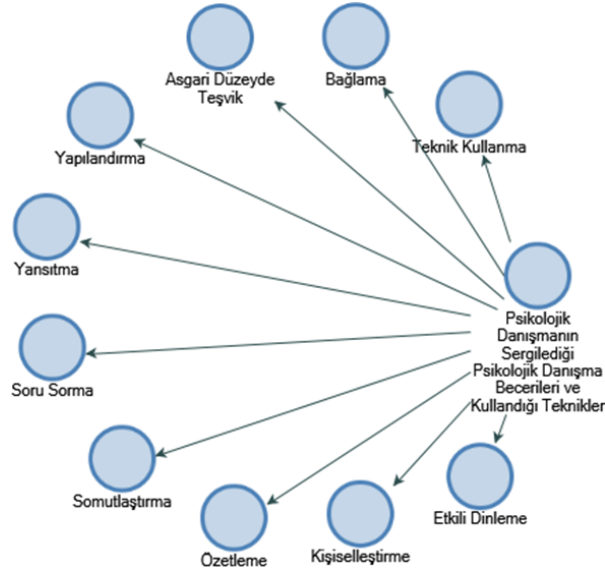
Bu çalışmada danışanların kendi psikolojik danışma sürecini yöneten psikolojik danışman adaylarına ilişkin algılarının önemli bir yer tuttuğu anlaşılmıştır. Bu kapsamda “Danışanların Psikolojik Danışmana Yönelik Algıları” ana teması altında “Psikolojik Danışmanın Sergilediği Psikolojik Danışma Becerileri ve Kullandığı Teknikler” ile “Psikolojik Danışmanın Profesyonel Tavırları” alt temalarına ulaşılmıştır.



Şekil 5. Danışanların Psikolojik Danışmana Yönelik Algıları

Psikolojik danışmanın sergilediği psikolojik danışma becerileri ve kullandığı teknikler

Araştırmada danışanların paylaşımlarından yola çıkılarak psikolojik danışmanlarını bir profesyonel olarak algılamalarına yol açan çeşitli beceri ve teknikleri psikolojik danışmanlarının kullandıkları belirlenmiştir.



Şekil 6. Psikolojik danışmanın sergilediği psikolojik danışma becerileri ve kullandığı teknikler

Danışanların açıklamaları doğrultusunda bu araştırmadaki danışanlara yardım hizmeti veren psikolojik danışman adaylarının çoğunun etkili dinleme ve yapılandırma becerilerini kullandıkları belirlenmiştir. Etkili dinleme becerisi kapsamında psikolojik danışmanın danışanın paylaşımlarını ilgiyle takip ettiği, dikkatle dinlenmekten dolayı danışanların kendilerini önemli ve özel hissettikleri görülmüştür.

Araştırmada danışanların büyük bir çoğunluğunun yapılandırma becerisi kapsamında psikolojik danışma sürecinin ilerleyişi hakkında psikolojik danışmanları tarafından bilgilendirildikleri belirlenmiştir. Bu bağlamda psikolojik danışma oturumlarının tarihinin, süresinin ve yerinin sürecin en başından belirlenmiş olmasının, randevulara bağlı kalınmasının ve psikolojik danışma ilkelerinin üzerinde durulmasının psikolojik danışma sürecinin sistematik olmasını sağlayan bir faktör olduğu tespit edilmiştir. Bir danışanın (G15) “hani böyle bir yerin belirlenmesi, iki tarafa da uygun olarak ilerlenmesi ve benim saatlerimin güzel bir şekilde konuşulup bir anlaşmaya varılması, hani bunların belirli olması, öğlen görüşürüz mesela biz hiç demedik. İşte şu saatte, şurada görüşeceğiz. Buna göre hareket ettik. Hani bu oldukça beni motive eden bir şeydi.” ifadesi yapılandırma becerisinin kullanıldığına

örnek gösterilebilir. Aynı zamanda bu becerinin kullanılmasının danışanların psikolojik danışmanlarını güvenilir ve profesyonel kişiler olarak algılamalarına yol açtığı görülmüştür. Diğer taraftan kendilerine yeterli düzeyde yapılandırma yapılmadığı anlaşılan danışanların ise neyi, ne kadar anlatacaklarını bilemedikleri, oturumları erteleme eğiliminde oldukları ve psikolojik danışman adaylarının bu danışanları kaybetmemek için profesyonel ilkelere taviz verdikleri ortaya konulmuştur.

Danışanların bir bölümünün de psikolojik danışmanlarını profesyonel olarak algılamalarını sağlayan özelliklerini yansıtmaya, özetleme ve soru sorma becerilerini karşılık gelen niteliklerle tanımladıkları görülmüştür. Araştırmada danışanların yansıtmaya becerisinin psikolojik danışmanların profesyonel davranışlarından biri olduğunu fark ettikleri ancak ilk oturumlarda yansıtmaya becerisinin sergilenmesini yadırgadıkları görülmüştür. Örneğin bir danışan (G14) bu durumu şöyle ifade etmiştir: “...ilk defa böyle bir destek alıyorum... siz bir yere gideceksiniz, iki kişi konuşuyorsunuz. Ne konuşuyorsanız, karşınızdaki size tekrar edecek. Biraz farklı geldi gerçekten. Komik geldi hatta ilk başta... Nereye varacağım dedim... Hatta bu motivasyonumu da bozuyordu. Sürekli tekrar etmesi, tekrar etmesi canımı sıkmaya başladı”.

Özetleme becerisi kapsamında ise danışanların psikolojik danışmanlarının her oturumun başında ve sonunda yaptıkları özetleri kendi paylaşımlarındaki örüntüleri görmek ve paylaşımlarını hatırlamak üzere işlevsel buldukları ve kendilerini süreçte anlaşılabilir hissettikleri belirlenmiştir. Örneğin bir danışan (G11) psikolojik danışmanının özetleme yapması ile ilgili “hiç bir şeyi unutmaması dikkatimi çekti. Ben bir saat boyunca burada konuşuyorum. ...Danışmanım her şekilde başından sonuna kadar noktasından virgüline kadar her şeyi aynı şekilde söylemesi hoşuma gitti. Çünkü bu beni can kulağıyla dinlediğini gösterir” diyerek özetleme becerisinin kullanılması nedeniyle kendisini anlaşılabilir hissettiğini belirtmiştir.

Araştırmada psikolojik danışman adaylarının soru sorma becerisini kullanmalarının da danışanların dikkatini çektiği görülmüştür. Psikolojik danışman adaylarının bu beceriyi kullandığını ifade eden danışanlar, kendilerine yöneltilen soruların hikayelerindeki kilit noktalara dikkat çeken, örüntüler arasında ilişki kuran ve yanlış örüntüleri anlamayı sağlayan işlevleri bulunduğunu vurgulamıştır.

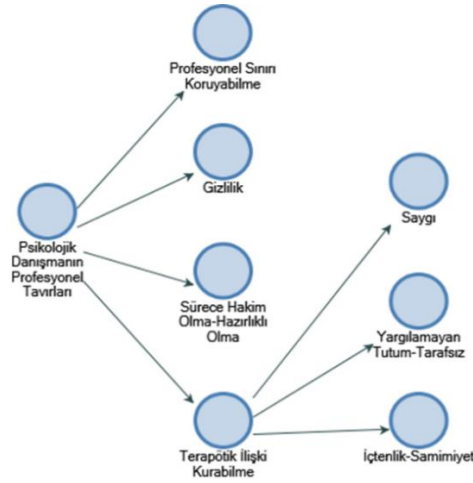
Danışanların aynı zamanda psikolojik danışmanlarının somutlaştırma ve asgari düzeyde teşvik becerilerini kullandıklarının kanıtı olan açıklamalar yaptıkları görülmüştür. Danışanların bazıları kendilerini açarken psikolojik danışmanlarının *“Bu durumu en son ne zaman ve kimlerle birlikteyken yaşadın?”* ya da *“Bu anlattıklarına yaşamından bir örnek verebilir misin?”*(G5) gibi teşvikleri sayesinde genel ve soyut düşünmek yerine somut ve gerçekçi düşünmeyi öğrendiklerini anlatmışlardır. Bunun yanı sıra bu danışanlar psikolojik danışmanın sergilediği somutlaştırma becerisinin yaşamlarında duygu, düşünce ve davranışlarının somut dayanaklarını ve ispatlarını araştırmalarının önemi konusunda kendilerini aydınlattığını vurgulamışlardır. Asgari düzeyde teşvik kapsamında değerlendirilen danışan görüşleri incelendiğinde ise bu danışanların psikolojik danışmanlarının ses tonu, mimik ve jestleriyle kendilerini rahatlattığını ve bu durumun kendilerini açma isteğini arttırdığını vurguladıkları belirlenmiştir.

Araştırmada danışanlardan birinin psikolojik danışman adayının kişiselleştirme becerisini, birinin de bağlama becerisini kullandığını işaret eden açıklamalarda bulunduğu görülmüştür. Örneğin bir danışanın (G1) *“Yani nasıl içinden çıkacağımı ne yapmam gerektiğini söylemiyordu fakat hani ben anlatıyordum. Ben bazen kendi hissettiğim duyguların nedenini bile çözemezken, o bunları sebep sonuç ilişkisine dayandırıyor”* demesi, psikolojik danışmanının kişiselleştirme becerisini danışan açısından işlevsel kullandığını göstermiştir. Bağlama becerisini işaret eden danışan paylaşımına göre ise psikolojik danışman adayının danışanın önceki oturumlarda paylaştığı yaşantıları ile en son paylaştığı yaşantıları arasında bağlantı kurmasının danışanın farkındalığını arttırdığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Son olarak psikolojik danışmanların uzmanlık gerektiren (boş sandalye, ego durumlarını konuşurma, mucize soru gibi) teknikleri kullanmalarının ayırt edici bir nitelik olduğu belirlenmiştir. Danışanların bu teknikler sayesinde kendi duyguları ve düşünceleri ile ilgili farkındalık kazandıkları, yaşadıkları güçlükleri daha iyi anlamlandırdıkları ve çözüme yönelik farkındalıklarının arttığı görülmüştür. Örneğin bir danışan (G13) danışma sürecinde psikolojik danışmanının uygulamış olduğu boş sandalye tekniği ile ilgili şu paylaşımda bulunmuştur: *“bir anda fark etmeden bir aydınlanma hissi... Yedinci oturumdaydı, etkinlik yapmıştık. O etkinlik hani, sandalyelere oturma... O cidden insanın fark etmediği, şey gibi oluyor. Hani sürekli hayatında olup da fark etmediğin şeyi senin o an fark etmen”*. Danışanın bu paylaşımı psikolojik danışman adayının kullandığı tekniklerin farkındalık kazandırma açısından işlevsel olduğuna işaret etmektedir.

Psikolojik danışmanın profesyonel tavırları

Bu araştırmada danışanların psikolojik danışman adaylarının süreçte kullandıkları beceri ve tekniklerin yanında sergiledikleri profesyonel tavır ve tutumları ile ilgili bulgular da elde edilmiştir. Psikolojik danışman adaylarının süreçte sergiledikleri profesyonel tavırların, Şekil 7’de de görülen tutum ve davranışlardan oluştuğu belirlenmiştir.



Şekil 7. Psikolojik danışmanın profesyonel tavırları

Profesyonel tavırlar kapsamında psikolojik danışman adaylarının önemli bir kısmının profesyonel sınırı koruyabilmeye dikkat ettikleri görülmüştür. Nitekim bir danışanın (G5) “Ön görüşmeden itibaren korunan ciddiyet veya bir seviye mi diyeyim... Buranın olması gereken şey bu, bura böyle devam edecek mesajı verip, o ciddiyeti son oturuma kadar koruması iyi oldu. .. En dikkatimi çeken şey bu oldu” demesi bu duruma örnek olarak verilebilir. Ayrıca danışanların psikolojik danışma ilişkisi dışında psikolojik danışmanlarıyla bir ilişki içine girmediklerine, psikolojik danışmanın samimi ancak profesyonel davranışlar sergilediğine yönelik paylaşımları bu süreçte profesyonel sınırların korunduğunu algıladıklarını göstermiştir.

Danışanlara göre psikolojik danışma sürecinde öne çıkan profesyonelliğe ilişkin diğer ayırt edici özellikler, psikolojik danışmanların gizlilik ilkesine bağlı kalmaları, sürece hakim olmaları-hazırlıklı olmaları olarak belirlenmiştir. Danışanların psikolojik danışmanlarının gizlilik ilkesine bağlı kalmaları sayesinde kendilerini diğer ilişkilerinde olduklarından daha güvende hissettikleri görülmüştür.

Psikolojik danışmanların psikolojik danışmada sürece hakim olmaları-hazırlıklı olmalarına yönelik ise bir danışanın (G1)“*hani konuları hatırlamak için illaki bir üstünden geçmişti ya da ses kayıtlarına filan bakmıştı bilmiyorum. Çünkü cidden bir insanın o kadar konuya hakim olabilmesi için arkadaşım ya da o olaylardaki birinci kişilerden biri olması gerekiyordu.*” paylaşımı örnek olarak verilebilir.

Araştırmada psikolojik danışmanların profesyonel tavırlarından en önemlisi olan terapötik ilişkiyi kurabilme davranışının güçlü bir tema olarak ortaya çıktığı belirlenmiştir. Bu tema altında ise saygı, yargılamayan tutum-tarafsızlık ile içtenlik-samimiyet başlıklarından oluşan 3 alt temaya ulaşılmıştır. Bu öğeleri vurgulayan danışanların kendilerini önemsenmiş, ciddiye alınmış, geçiştirilmemiş, ihtiyaçları önemsenmiş, mahremiyeti korunmuş, sınırlarına saygı duyulmuş ve yargılanmamış hissettikleri belirlenmiştir. Ayrıca bu danışanlar psikolojik danışmanlarının hoşgörülü, sevecen ve güler yüzlü olduklarını, bu işi zorunluluktan, ödev için ya da mecburiyetten değil, sevecekle yaptıkları yönünde bir izlenime sahip olduklarını söylemişlerdir. Bir danışanın (G18) “*Karşımdaki insanın bana tabammülü olduğu için, hani her şeyimi tüm açıklığıyla dinlediği için daha rahat konuştuğumu hissettim.*” ifadesi terapötik ilişkinin kurulduğuna örnek verilebilir.

Araştırmada terapötik ilişkinin kurulamadığını ve psikolojik danışmanlarını bir *yabancı* olarak gördüğünü belirten danışanlar da olmuştur. Bu danışanların görüşleri incelendiğinde ise hemen hepsinin kendilerini açmak için birkaç oturuma daha ihtiyaç duydukları, yaşantılarını anlatırken isim gibi detayları vermekten çekindikleri ve her şeyi paylaşmadıkları belirlenmiştir. Bu danışanların genel olarak ilişkilerinde güven duyma ile ilgili problem yaşadıklarını ifade ettikleri belirlenmiştir. Bu durumun bir sonucu olarak bu danışanların psikolojik danışma sürecinin kendileri için yarar sağlamadığını belirttikleri görülmüştür. Öte yandan bu danışanların oturum sayılarına bakıldığında 8 hafta boyunca psikolojik danışma ilişkisini sürdürdükleri ve başlangıç aşamasından sonlandırma aşamasına kadar oturumlara devam ettikleri belirlenmiştir. Bu durum güven duyma ile ilgili sorunları olan danışanlarla terapötik ilişki kurma konusunda başarılı olunmadığını, bu danışanların güven duyup sorunlarının üstesinden gelmek üzere ek psikolojik danışma oturumlarına ihtiyaç duymuş olabileceklerini göstermektedir.

Danışanların Kazanımlarına İlişkin Algıları Teması

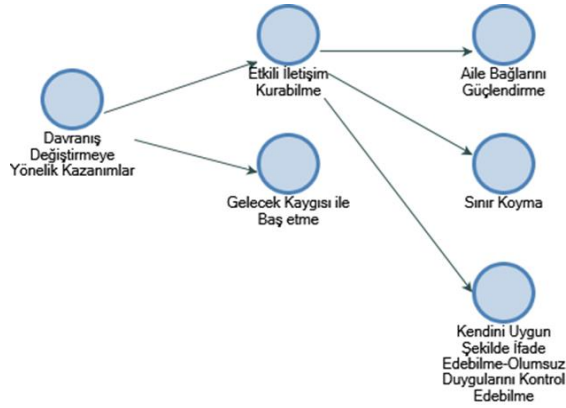
Araştırmada danışanların büyük bir çoğunluğunun süpervizyon eşliğinde gerçekleştirilen psikolojik danışma sürecini işlevsel buldukları, gelecekte ihtiyaç duyduklarında tekrar psikolojik danışma sürecine başvuracakları ve bu süreci başkalarına da önerme motivasyonunda oldukları görülmüştür. Danışanların bu süreçteki kazanımları bütünsel olarak değerlendirildiğinde bu kazanımların “Davranış Değiştirmeye Yönelik Kazanımlar” ve “Farkındalıkla İlgili Kazanımlar” olduğu belirlenmiştir (Bkz. Şekil 8).



Şekil 8. Danışanların Kazanımlarına İlişkin Algıları

Davranış değiştirmeye yönelik kazanımlar

Araştırmada danışanların davranış değiştirmeye yönelik etkili iletişim kurabilme ve gelecek kaygısı ile baş etme kazanımları edindikleri belirlenmiştir (Bkz. Şekil 10).



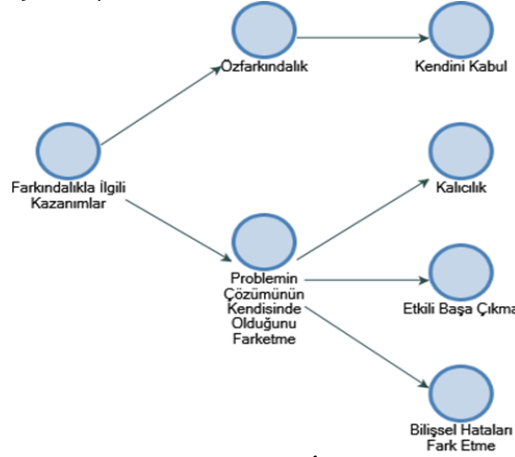
Şekil 9. Davranış değiştirmeye yönelik kazanımlar

Çalışmada danışanların pek çoğu psikolojik danışma süreci öncesinde etkili ilişki ve iletişim kurmak istemelerine rağmen bunu başaramadıklarını, yakın ilişki kurmak adına işlevsel olmayan bazı davranışlara başvurduklarını dile getirmişlerdir. Psikolojik danışma sürecinin kabul edici ve yargılamayan ortamı nedeni ile danışanların büyük çoğunluğunun doğrudan amaçları olmasa da danışma süreci sonunda “*Etkili İletişim Kurma Becerisi*” kazandıkları görülmüştür. Bu bağlamda bazı danışanların aile bağlarını güçlendirdiği belirlenmiştir. Bir danışanın (G17) “*hani yurttaki buzursuzluğumu anneme anlattım. Çünkü hiçbir şekilde mutlu değilim o yurttan ve şuan annem inanmıyorum yani problemimi çok ciddi bir şekilde ele aldı....Inanmıyorum yani annem de mi danışmaya geldi anlamadım. Ama iyi oldu yani.*” şeklindeki ifadeleri bu duruma örnek verilebilir. Bununla birlikte süreçte kişiler arası ilişkilerinde gereğinden fazla taviz vererek sınır koyma konusunda güçlük çektiklerinden yakınan danışanların sürecin sonunda kendinden çok fazla ödün vermekten vaz geçtikleri, kendisi ve diğerleri arasında denge kurarak kendilerine daha fazla *odaklanabildikleri* bir başka deyişle sınır koyabildikleri görülmüştür. Ayrıca katılımcılardan bazılarının psikolojik danışma süreci ile topluluk önünde konuşma kaygısı-sosyal kaygı- ile baş edebildikleri, kızgınlık ve öfke duygularını kontrol edebildikleri, hemen tepki vermeyip, belli bir süre bekledikten sonra kendilerini ifade edebildikleri, bir başka deyişle kendini uygun şekilde ifade edebilme- olumsuz duygularını kontrol edebilme kazanımı edindikleri belirlenmiştir.

Çalışmada danışanların davranış değiştirmeye yönelik kazanımlarından birinin de “Gelecek Kaygısı ile Baş Etme” olduğu görülmüştür. Bu bağlamda katılımcılardan bazıları psikolojik danışma sürecinde gelecekle ilgili gereğinden fazla düşünerek, karşılaşılabilecekleri olumsuzlukları önlemeye çalışmanın işlevsel olmadığını ve bunların da düşünme biçimlerinden kaynaklandığını fark ettiklerini ve bu farkındalığı da davranışa döktüklerini belirtmişlerdir. Örneğin danışanlardan biri (G-13) gelecek kaygısıyla baş etmeyi öğrendiğini, “..... *belki çok detaya iniyordum, belki planlamayı işte fazla yapıyordum. Bunlardan dolayı hep bir kararsızlıkla, o anın tadını kaçırıyordum. o “an”ın daha değerli olduğu hissini hani daha detaya inmeden yakalamam gerekiyor bazen, bunu fark etmem gerekiyor. Bunu fark ediyorum artık. Fazla düşünmüyorum, o an yapmam gereken şeyin kontrolümde olduğunu, yapmam gereken şeyin ne olduğunu biliyorum.*” şeklindeki paylaşımıyla ifade etmiştir.

Farkındalıkla ilgili kazanımlar

Danışanların farkındalıkla ilgili kazanımlarının “Öz Farkındalık” ve “Problemin Çözümünün Kendisinde Olduğunu Fark Etme” alanlarında kümelendiği belirlenmiştir (Bkz. Şekil 9).



Şekil 10. Farkındalıkla İlgili Kazanımlar

Danışanların bir kısmının psikolojik danışma sürecinin sonunda kendilerine ve olaylara yaklaşım biçimlerinin olumlu yönde değiştiği görülmüştür. “Öz farkındalık” larını geliştiren danışanların psikolojik danışma sürecine başvurma amaçlarını ‘öz-farkındalığı geliştirme’ olarak ifade etmemiş olmalarına rağmen süreçte kendilerini kabule yönelik bir anlayış geliştirdikleri görülmüştür. Bu danışanların kendilerini kabul bağlamında *kendilerini ve davranışlarını analiz ettiği, eleştirel bir bakış açısı ile kendileri ile yüzleştikleri ve kendilerini keşfettikleri, kendi sınırlılıklarını kabul ettikleri, çözümün kendilerinde olabileceğini fark ettikleri, kendilerini sürekli yargulamaktan vazgeçtikleri, olumlu özelliklerini daha fazla görmeye başladıkları ve kendinden daha hoşnut oldukları* belirlenmiştir.

Danışanların süreçte öz farkındalıklarının artmasına ve kendilerini kabulün gelişmesine benzer şekilde “Problemlerinin Çözümünün Kendisinde Olduğunu Fark Ettikleri” de belirlenmiştir. Bu kapsamda danışanların problem çözme becerilerinin kalıcılık kazandığı görülmüştür. Bir danışanın (G13) “*..ama burada kendine olan güvenin de artıyor ve bir şeylerin illa da dışarıdan gelmesi gerekmediğini fark ediyorsun. Diyorsun ki içimde de demek ki çözebiliyormuşum. Hani biraz daha kalıcı oluyor.*” şeklindeki ifadeleri bu duruma örnek verilebilir. Bu bağlamda danışanların

başlangıçta psikolojik danışmanların yönlendirmesi ve tavsiye vermesi gibi beklentilere sahip olmalarına rağmen psikolojik danışma sürecinin sonunda problemlerinin çözümünü için kendilerinin adım atması gerektiğini fark ettikleri ve kendi ayakları üzerinde durma kazanımını edindikleri görülmüştür. Bununla birlikte danışanların bir bölümünün daha önce felaketleştirme, zihin okuma, kutuplaşmış düşünce, aşırı genelleme gibi bilişsel çarpıtmaları olduğu, problemlerini doğrudan çözmek yerine, alkol alma, erteleme ya da kendini geri çekme gibi kaçınmacı yöntemleri tercih ettikleri ancak psikolojik danışma süreci ile bilişsel hatalarını fark ettikleri belirlenmiştir. Bir danışanın G(21)“*mesela bir arkadaşım herhangi bir davranışla ilgili şunu yapıyorsun dediği zaman bir düşünüyorum acaba ben mi yapıyorum, o mu bunu böyle alguluyor diye.*” ifadesi bu duruma örnek verilebilir.

Bilişsel hatalarını fark eden danışanların ayrıca etkili başa çıkma yollarını daha fazla kullanmaya başladıkları belirlenmiştir. Bir danışanın (G19) “*Dersler konusunda, hocalarım yaklaşma konusunda, aklımdakileri soramama konusunda artık sormalısın ki aklımdaki sorular tükensin, bitsin. Aklımda bir soru kalmamasın. Her şeyi boşalt aklımdakini. Bunu yapmam gerektiğini anladım. Yani iki yılın patlaması olarak diye düşünüyorum bu süreci. Çünkü öncelikle ben o kadar çok aktif bir insan değilim ama buraya geldikten sonra hocalarım ile iletişimim daha iyi oldu yani büyük bir katkı sağladı bana.*” ifadesinde bulunması psikolojik danışma süreci sayesinde etkili başa çıkma yollarını kullandığına örnek gösterilebilir.

Sonuç olarak, bu çalışmada danışanlardan bazılarının farkındalığı arttırmaya yönelik kazanımlar elde ettikleri, bazı danışanların ise farkındalığı davranışa dönüştürmeye ve harekete geçirmeye yönelik kazanımlar elde ettiği görülmüştür. Ayrıca, bazı danışanların ise hem farkındalık kazanmaya hem de bu farkındalığını davranışa dönüştürmeye yönelik kazanımlar elde ettiği ortaya konulmuştur.

TARTIŞMA

Araştırmada danışanların psikolojik danışma sürecindeki deneyimleri bağlamında bu süreçte yaşadıkları duygulara, psikolojik danışmana yönelik algılarına ve kazanımlarına ilişkin bulgular elde edilmiştir. Danışanların süreçteki duyguları ele alındığında bu duyguların psikolojik danışma sürecinin başlangıç, çalışma ve sonlandırma aşamasına göre farklılık gösterdiği görülmüştür. Nitekim danışanların psikolojik danışma ilişkisi bağlamında geliştirdikleri duygusal tepkilerin psikolojik danışma sürecinin aşamalarına göre farklılık gösterdiği alan

yazında da belirtilmektedir (Hill, Thompson, Cogar ve DenmanIII, 1993; Sackett ve Lawson, 2016).

Araştırmada danışanların çoğunun başlangıç aşamasında Kaygı yaşadıkları, diğer duygularının ise Pişmanlık, Şaşırma, Kızgınlık, Sıkılma, Umutsuzluk, Merak, Güven ve Umut olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmanın bulgularıyla paralel şekilde başlangıç aşamasında danışanların koşulsuz kabul edildiklerinden, yargılanmadıklarından ve gizliliklerinin korunduğundan emin oluncaya kadar kaygılı oldukları (Dryden, 2008; Erzen, 2017; Sackett ve Lawson, 2016; Weiser, 1969), güven sorunu ve umutsuzluk yaşadıkları belirtilmektedir (Larsen ve Stage, 2012). Ayrıca bu çalışma ile paralel şekilde bu aşamada danışanlara kendini açmanın sınırlarını yeterince açıklamamanın ve danışanların hazır olmadıkları yaşantılarını paylaşmalarına izin vermenin ise pişmanlığa yol açtığı belirtilmektedir (Muehleman, Pickens ve Robinson, 1985). Bununla birlikte alan yazında danışanların paylaşımlarını aynen tekrar etme biçiminde yansıtma becerisini kullanmanın ise danışanların, şaşırmasına, sıkılmasına ve kızmasına yol açabildiği (Voltan-Acar, 1998) üzerinde durulmaktadır. Öte yandan alan yazında psikolojik danışma ilişkisinde psikolojik danışmanların rol ve sorumluluklarını etkili bir şekilde yerine getirmelerinin yanında danışanların psikolojik danışma ilişkisine gelmeden önce sahip oldukları genel örüntülerin de duygular üzerinde rolü olduğu vurgulanmaktadır (Moras ve Strupp, 1982'den Akt., Dreyden, 2014). Bu bağlamda bu çalışmada başlangıç aşamasında merak, güven ve umut yaşayan danışanların alan yazın ile tutarlı şekilde gelişmeye açık oldukları, psikolojik danışma sürecini bir gelişme fırsatı olarak gördükleri ve psikolojik danışma mesleğinin profesyonel bir yardım olduğunun farkında oldukları söylenebilir.

Araştırmada danışanların çoğunun çalışma aşamasında Güven, Sakinleşme-Rahatlama, ve Mutluluk yaşadığı; az sayıda danışanın ise Memnuniyet duymama ve Tereddüt yaşadığı görülmüştür. Çalışma aşaması danışanların amaçları ile ilgili derinleşmenin ve gelişmenin beklendiği aşamadır. Bu aşamada danışanların güçlükleri çeşitli beceri, teknik ve uygulamalar ile yeniden değerlendirilmektedir. Bu sayede danışanlar yaşadıkları güçlüklerin kendi bilişsel, duygusal ya da davranışsal örüntüleri ile ilişkisini fark etmekte ve psikolojik danışman eşliğinde yapabildikleri oranda değişmeye başlamaktadır (Rivera, 1992). Ancak bu süreçte psikolojik danışmanların deneyimsiz olmalarına bağlı olarak geliştirdikleri kaygı ve stres danışanların gelişmesini engelleyen bir faktör haline gelebilmektedir (Walker ve Jacobs, 2004). Danışanlar kendilerinde amaçlarına yönelik bir değişim

(Tracey ve Ray, 1984) ya da farkındalık olmadığını düşündüklerinde psikolojik danışma ilişkisinden tatmin olmamaktadırlar (Rivera, 1992). Bu araştırmada danışanların çoğunlukla hoşnutluk içerikli duygular yaşadıklarını belirtmeleri, danışman adaylarının çoğunun süpervizyon sürecinde öğretilen profesyonel beceri ve uygulamaları terapötik ilişkiye aktardığını işaret etmektedir. Ancak az sayıda danışanın hoşnutsuzluk içeren duygular yaşaması bazı psikolojik danışman adaylarının süpervizyon sürecinde öğrendiklerini sürece yeterince aktaramadığı şeklinde açıklanabilir.

Bu araştırmada danışanların sonlandırma aşamasındaki duygularının ise Mutluluk, Umut, Huzur ve Üzüntü olduğu belirlenmiştir. Sonlandırma bir yandan danışanların saygı ve kabul elde ettikleri önemli bir ilişkilerini kaybetmeleri, bir yandan da elde ettikleri kazanımlar sayesinde daha fazla bağımsızlaşmaları anlamına gelmektedir. Buna bağlı olarak danışanların sonlandırma aşamasında güçlü olumlu ve olumsuz duygular yaşadıkları belirtilmektedir (Roe ve diğerleri, 2006). Bu araştırmada danışanların sonlandırma aşamasında yaşadıkları duyguları terapötik ilişkinin bitmesinin doğal bir sonucu olarak değerlendirmek mümkündür. Ayrıca danışanların yaşadıkları duygular süpervizyon eşliğinde yürütülen psikolojik danışma sürecinin olumlu bir şekilde tamamlandığını da işaret etmektedir.

Çalışmada katılımcıların psikolojik danışma sürecindeki deneyimleri içerisinde bu sürecin yöneteni olan psikolojik danışmanın sergilediği psikolojik danışma becerileri ile kullandığı tekniklerin ve psikolojik danışman olarak tavrının önemli olduğu görülmüştür. Psikolojik danışmanın sergilediği psikolojik danışma becerilerinin ve kullandığı tekniklerin soru sorma, yansıtma, yeniden ifade etme, somutluk, rol oynama ve ev ödevleri gibi beceri ve tekniklerin olduğu benzer araştırma bulgularında da belirlenmiştir (Levitt ve diğerleri, 2006; Sackett ve Lawson, 2016; Sackett ve diğerleri, 2012; Watson ve diğerleri, 2012). Ayrıca amaç oluşturma, çalışma kağıtlarından yararlanma (Sackett ve Lawson, 2016), kendini açma (Thompson, 2003; Watson ve diğerleri, 2012), duygusal boşalım sağlayacak teknikler, boş sandalye, sanatsal veya yazılı görevler ile iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik teknikler (Levitt ve diğerleri, 2006) gibi bazı teknik ve becerilerin de bu çalışma bulgularıyla paralel şekilde psikolojik danışma sürecinde kullanıldığını ortaya koyan araştırma bulguları söz konusudur. Bununla birlikte çalışmalarda danışanların psikolojik danışmanları tarafından anlaşıldıklarını hissedebilmeleri (Sackett ve diğerleri, 2012) ve öz-farkındalık kazanabilmeleri

açısından (Sackett ve Lawson, 2016) süreçte psikolojik danışmanların kullandıkları beceri ve tekniklerin çok önemli birer araç oldukları ancak işlevsel olmalarının, yerinde ve doğru bir şekilde kullanılmalarına bağlı olduğu ortaya konulmuştur (De Stefano ve diğerleri, 2010; Levitt ve diğerleri, 2006). Paralel olarak bu çalışmada da danışanların süreçteki kazanımlarına ilişkin paylaşımları, psikolojik danışman adaylarının çeşitli psikolojik danışma teknik ve becerilerini yerinde ve doğru bir şekilde kullandıklarına işaret etmektedir.

Araştırmada danışanların psikolojik danışmana ilişkin algıları kapsamında elde edilen bir diğer bulgu, psikolojik danışman adaylarının profesyonel tavırları ile ilgilidir. Bu kapsamda psikolojik danışman adaylarının profesyonel sınırlarını koruyabilme, gizlilik ilkesine bağlı kalma, sürece hakim olma ve otumlara hazırlıklı gelme şeklinde profesyonel davranışlar sergiledikleri belirlenmiştir. Bunun yanında danışanların paylaşımlarından psikolojik danışman adaylarının saygılı, yargılamayan, tarafsız, içten ve samimi davranışları ile büyük oranda terapötik ilişkiyi kurup yönetebildikleri görülmüştür. Nitekim bu bulgu danışanlar tarafından, psikolojik danışmanlarıyla kurdukları ilişkinin ve bağın, danışanın psikolojik danışma sürecindeki gelişimini destekleyen en önemli araç olarak vurgulandığı ilgili alan yazın (Levitt ve diğerleri, 2006; Sackett ve Lawson, 2016) ile tutarlık göstermektedir.

Danışanlarla yürütülen çalışmalarda terapötik ilişkinin kurulmasının psikolojik danışmanların süreçte yansıttıkları bazı kişilik özelliklerinden bağımsız olmadığı belirlenmiştir. Danışanlar tarafından psikolojik danışmanlarının kişilik özelliklerine ilişkin sıklıkla sıcak/arkadaş canlısı, güvenilir, saygılı (De Stefano ve diğerleri, 2010), iletişim ve sosyal becerileri yüksek, empatik, içten (Sackett ve diğerleri, 2012), açık, dürüst, anlayışlı, destekleyici ve yargılayıcı olmayan (Watson ve diğerleri, 2012), önyargısız, nazik, sakin, yumuşak konuşan, ilgili ve doğal (Thompson, 2003) gibi tanımlamalar yapılmıştır. Bir başka çalışmada ise danışanlar tarafından tüm bu özellikler arasından özellikle anlayış, tarafsızlık ve güvenilirlik, terapötik ilişkiyi diğer yakın ilişkilerden ayıran özellikler olarak sıralanmıştır (Levitt ve diğerleri, 2006). Sonuç olarak, tüm bu çalışmalar psikolojik danışma alanında yaygın olarak kabul edilen psikolojik danışma sürecinde danışanla kurulan terapötik ilişkinin önemli olduğu ve psikolojik danışmanın profesyonel tavırlarının ve kişisel özelliklerinin bu ilişkiyi belirleyen en önemli faktör olduğu görüşünü (Corey, 2005; Rogers, 1959) doğrular niteliktedir.

Bu araştırmada danışanların farkındalıktan, davranış değişimine kadar uzanan çeşitli kazanımlarla süreçten ayrıldıkları belirlenmiştir. Araştırmada danışanların en fazla vurguladıkları kazanımın öz-farkındalık olduğu görülmüştür. Bu durum benzer araştırma bulgularıyla da desteklenmektedir (Elliott ve Wexler, 1994; Hill ve Knox, 2008). Bu araştırmada bazı danışanların öz-farkındalık ile ilgili kazanımlarını, daha önce fark edilmeyen ve ilgisizmiş gibi görünen duygu, düşünce ve davranışlar arasındaki ilişkilerin oturum sırasında birdenbire kavranması olarak tanımladıkları görülmektedir. Bu açıdan bu araştırma bulgusunun “sınırlı farkındalık” olarak da adlandırılan, oturum sırasındaki öz farkındalığa karşılık geldiği söylenebilir. Araştırmada bazı danışanların ise öz-farkındalık ile ilgili kazanımlarını kendini gerçekçi bir bakış açısı ile değerlendirme ve kendini kabul etme gibi genel bir bakış açısı değişimi çerçevesinde ifade ettiği görülmüştür. Bu danışanların elde ettikleri kazanımların da danışma sürecindeki kritik ve önemli sonuçlara (Hill ve Knox, 2008) karşılık geldiği çıkarımında bulunulmuştur. Bir başka ifadeyle, öz-farkındalığa ilişkin bu bulgular danışanların hem oturum sırasındaki hem de oturum dışındaki kendilerine ilişkin farkındalıklarını anlamlı bulan çalışmaların bulguları (Sackett ve Lawson, 2016; Sackett ve diğerleri, 2012; Thompson, 2003) ile de tutarlılık göstermektedir. Diğer bir yandan bu araştırmada danışanların öz farkındalık geliştirmeleri süreçte Rogerian yaklaşımın temel ilkelerinin uygulanması ile de açıklanabilir. Nitekim insançı yaklaşımlarda öz farkındalık geliştirmenin tek başına önemli bir amaç ve kazanım olduğuna (Hill ve Knox, 2008), başlı başına terapötik ilişki sayesinde danışanların öz farkındalık geliştirebildiklerine (Bruce, 1984; Rogers, 1959) yönelik alan yazın bu durumu desteklemektedir.

Araştırmada danışanların, psikolojik danışma sürecinin sonunda yaşama yönelik genel yaklaşım biçimlerindeki değişimi, artan farkındalıkları nedeni ile işlevsel olmayan düşüncelerini işlevsel olan alternatif düşüncelerle değiştirmelerine dayandırdıkları belirlenmiştir. Nitekim alan yazında da psikolojik danışma sürecinde kazanılan farkındalıklar nedeni ile danışanların kendileri ve başkalarına ilişkin şemaları ve bakış açılarını değiştirdiği (Goldfried, 2003) bunun önemli değişimlerin ilk adımı olduğu (Holtforth ve diğerleri, 2007) belirtilmektedir. Ayrıca araştırmada danışanların problemin çözümünün kendilerinde olduğunu fark etmeleri sonucunda davranışlarının sorumluluğunu alma becerisini kazandıklarını ve bu kazanımlarla ilişkili olarak da eskisine göre daha etkili bir yaşam sürdürdükleri görülmüştür. Farkındalık kazanan danışanların başkalarını

suçlamak yerine kendi sorumluluklarını aldığını belirten araştırma bulgusu da (Hill ve diğerleri, 1993) bu araştırma bulgusunu destekler niteliktedir.

Araştırmada danışanların elde ettikleri kazanımlar gelişimsel olarak da açıklanabilir. Şöyle ki genç yetişkinlik döneminde gelişim görevi gereği ortaya çıkan özerkleşme ihtiyacı, bireyin yaşamının sorumluluğunu daha fazla alma gerekliliğini ve geleceğiyle ilgili planlar yapma durumunu ön plana çıkarmaktadır (Arnett, 2004; Santrock, 2011). Ayrıca bu dönemde sosyalleşme ihtiyacı oluşmakta (Bruce, 1984), diğerleriyle sağlıklı ilişki kurmanın temel gelişim görevlerinden biri olduğu göz önünde bulundurulduğunda (Santrock, 2011), işlevsel olmayan düşünce ve davranış yönelimli olunması, duygularını kontrol etmede zorlanma ve ilişkilerde çatışmaların yaşanması kaçınılmaz olabilmektedir (Geldard ve Geldard, 2013; Santrock, 2011). Bununla birlikte etkili iletişim becerileri geliştirmek bu dönemdeki danışanların gelişimsel amaçlarından biri olabilmekte (Bruce, 1984), psikolojik danışma sürecinde iletişim ve sınır koyma konusundaki öğrenmeler danışanlara son derece anlamlı gelebilmektedir (Sackett ve Lawson, 2016). Genç yetişkinlik döneminde olan danışanlarla gerçekleştirilen bu çalışmada psikolojik danışma süreci ile danışanların problemlerinin çözümünün kendilerinde olduğunu fark ederek sorumluluk aldıkları, gelecek kaygılarının üstesinden geldikleri ve işlevsel olmayan düşünceleri ile davranışlarının değiştiği görülmüştür. Bunun yanı sıra danışanların etkili iletişim becerileri geliştirmeleri bağlamında aile bağlarını güçlendirmeleri, ilişkilerinde sınır koyabilmeleri ve duygularını ifade edebilmelerinin desteklendiği belirlenmiştir. Ayrıca çalışmada tüm bu kazanımları elde etmede danışanlarla kurulan terapötik ilişkinin katkısının belirleyici olduğu görülmüştür. Nitekim terapötik ilişkinin psikolojik belirtileri azaltmada önemli bir süreç olduğunu gösteren araştırma bulgusu (Thompson, 2003) da bu araştırma bulgusu ile paralellik göstermektedir. Dolayısıyla danışanların kazanımları bütünsel olarak değerlendirildiğinde süpervizyon eşliğinde gerçekleştirilen psikolojik danışma sürecinin gelişim görevlerini sağlıklı şekilde yerine getirmeleri konusunda bireyleri desteklediği söylenebilir.

Sonuç olarak, bu araştırmada danışanların bir kısmının farkındalığı; bir kısmının ise kazandığı farkındalığı davranışa dönüştürmeye odaklandığı görülmüştür. Danışanların kazanımlarındaki bu farklılaşmanın danışanların geçmiş yaşantıları, danışma sürecine yönelik bakış açıları ve beklentileri, gelişimsel özellikleri ve kişilik özelliklerine göre şekillendiği ifade edilebilir.

Bu araştırmada BPDU dersi kapsamında süpervizyon verilerle yürütülen psikolojik danışma oturumlarında psikolojik danışman adaylarının sergilemesi gereken bilgi, beceri ve yeterliliklerin danışma sürecine ve danışana olan yansımaları danışan algısına dayalı olarak incelenmiş ve psikolojik danışman eğitiminin gelişimine katkı sağlayabilecek bulgular elde edilmiştir. Bu bulgular danışanların psikolojik danışma sürecindeki duyguları, psikolojik danışmanlarına ve danışma sürecindeki kazanımlarına ilişkin algıları çerçevesinde açıklanmıştır.

Bu araştırmada danışanların psikolojik danışma sürecinin başlangıç aşamasında daha çok kaygı yaşadıkları, çalışma aşamasında daha çok sakinleşme-rahatlama, güven ve mutluluk, sonlandırma aşamasında ise mutluluk, umut, huzur ve üzüntü yaşadıkları belirlenmiştir. Psikolojik danışma ilişkisinin en önemli unsurlarından biri danışanların duygularıdır. Danışanların duygularının başlangıç aşamasından sonlandırma aşamasına kadar geçen süre içinde kaygıdan güvene, güvenden huzur, umut ve üzüntüye doğru değişim göstermesi psikolojik danışman adaylarının süpervizyon eşliğinde yürüttükleri psikolojik danışma sürecinin amacına ulaştığının göstergelerinden biridir. Bu durum Türkiye’de psikolojik danışman eğitimi veren lisans programlarında, profesyonel becerilerin öğretiminde süpervizyon eşliğinde yapılan uygulama dersinin gerekli olduğuna işaret etmektedir. Buna dayanarak, Türkiye’de rehberlik ve psikolojik danışmanlık lisans programlarındaki öğrenci sayılarının fazla olması da dikkate alınarak, lisans programlarında ortak bir süpervizyon anlayışının geliştirilmesine ve Türkiye’ye özgü bir süpervizyon sisteminin oluşturulmasına yönelik çalışmalar yapılabilir. Bu amaçla BPDU dersinde kullanılmak üzere, eğitsel video gibi materyallerin oluşturulması ve bu kaynakların Türkiye genelinde kullanılmaya açık hale getirilerek süpervizyon sürecinin geliştirilmesi sağlanabilir.

Bu araştırmanın bulgularına göre danışanların psikolojik danışma sürecindeki deneyimleri içerisinde bu sürecin yöneteni olan psikolojik danışmana yönelik algılarının önemli bir yere sahip olduğu belirlenmiştir. Danışanların paylaşımlarından yola çıkıldığında psikolojik danışman adaylarının çeşitli psikolojik danışma beceri ve tekniklerini yerinde ve doğru bir şekilde kullandıkları anlaşılmıştır. Ayrıca psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma süreci boyunca profesyonel bir tavır sergilediği ve bu tavrın danışanların psikolojik danışma sürecinin ciddiyeti ve profesyonelliğine inanmaları konusunda etkili olduğu ortaya çıkmıştır. Bu bulgular psikolojik danışman adaylarının süpervizyon sürecinde öğrendikleri bilgi, beceri ve davranışları

danışanlarıyla ilişkilerine aktarabildiklerini göstermektedir. Bu araştırmanın yürütüldüğü RPD lisans programında BPDU dersinde verilen süpervizyon biçimi, bireysel ve grup süpervizyonunun bir arada yürütüldüğü bir modeldir. Bu model Türkiye’de uygulanan diğer süpervizyon süreçleri ile karşılaştırılarak, Türkiye için en uygun modelin aranmasına katkıda bulunulabilir.

Bu araştırmanın son bulgusu danışanların psikolojik danışma sürecindeki kazanımları ile ilgilidir. Danışanların paylaşımlarından yola çıkıldığında onların psikolojik danışma sürecinde yaşamlarını daha etkili yürütmelerine katkı sağlayacak kazanımlar edindikleri anlaşılmıştır. Bu kapsamda hem farkındalıklarını artırmışlar hem de kazandıkları farkındalıkları ile işlevsel olmayan davranışlarında düzenlemeye gitmişlerdir. Bu bulgu deneyimsiz psikolojik danışmanların süpervizyon eşliğinde yürüttükleri psikolojik danışma süreçlerinin danışanlar için verimli olduğunu göstermektedir. Bu ders kapsamında yürütülen süpervizyon süreci, danışanların zarar görmemesi ilkesine özen gösterilerek yürütülmüştür. Ancak bu süreçte danışanlar gibi psikolojik danışman adaylarının da ihtiyaçları dikkate alınmıştır. Psikolojik danışman adayları ilk psikolojik danışma uygulamalarını bu ders kapsamında yaptıkları için başlangıçta danışanlar gibi kaygılı ve stresli bir süreçten geçmektedirler. BPDU dersi kapsamında psikolojik danışman adaylarına sadece akademik değil, duygusal destek verilerek de ilk deneyimlerinde duygularını yönetme gibi psikolojik süreçler açısından da gelişmelerine önem verilmiştir. Dolayısıyla bu araştırma ile BPDU dersinin çok boyutlu yapısı olduğu ortaya koyulmuştur. Buna bağlı olarak BPDU dersi kapsamında psikolojik danışman adaylarına, danışanların gereksinimlerini fark etmeyi ve bu gereksinimlere cevap vermeyi öğretmenin yanı sıra kendi psikolojik gereksinimlerini de fark etmeleri ve bu gereksinimleriyle çalışmalarını sağlanmalıdır.

Bu çalışmada elde edilen bulgular, çalışmanın katılımcılarının yer aldığı psikolojik danışma süreçlerinde, BPDU dersinin “süpervizyon altında psikolojik danışma beceri ve tekniklerini kullanarak bireyle psikolojik danışma yapma” (Yüksek Öğretim Kurulu, 2018, s. 12) şeklinde belirlenen amacına başarıyla ulaşıldığının önemli bir göstergesi olarak değerlendirilebilir. Bu çalışmanın bulguları BPDU psikolojik danışman eğitimi süpervizyon dersinde başlangıç, çalışma ve sonlandırma aşamalarının hepsinin tamamlandığı psikolojik danışma deneyiminin hem danışanlara hem de psikolojik danışman adaylarına yarar sağladığını ortaya koymaktadır. Bu kapsamda psikolojik danışman eğitimi

programlarına, BPDU dersini yapılandırılmış bir süpervizyon süreci eşliğinde yürütmelerini sağlayacak düzenlemelere gitmeleri önerilebilir.

Bu çalışmada BPDU dersi kapsamında süpervizyon eşliğinde yürütülen psikolojik danışma oturumlarının hem danışanlara hem de danışman adaylarına fayda sağladığı ortaya konmuş olsa da bu çalışma bazı sınırlılıklara sahiptir. Bu çalışmada derse kayıtlı öğrenci sayısı ve süpervizyon veren öğretim elemanlarının sayıca oranı dikkate alındığında her psikolojik danışman adayının en az iki danışanla psikolojik danışma sürecini tamamlaması ölçütü imkanlar ölçüsünde geliştirilebilir. Hatta psikolojik danışma lisans eğitimi beş yıla çıkarılarak, psikolojik danışman adaylarının son bir yılda sadece sahada çalışma yapmaları sağlanabilir.

Bu çalışmada danışman adayları danışan olarak sadece genç yetişkinlerle çalışmışlardır çünkü daha önceki yıllarda bu ders kapsamında yetişkinlerle çalışan psikolojik danışman adaylarının, deneyimsiz olmalarının da etkisi ile oturumlar sırasında kaygılanarak profesyonel tavır sergileme konusunda güçlük çektikleri gözlenmiştir. Öte yandan, reşit olmayan ergenlerle çalıştıklarında da psikolojik danışma oturumlarını üniversite içindeki uygulama biriminde gerçekleştirdikleri için yönetimi güç etik meseleler ortaya çıkmıştır. Bu nedenle bu ders kapsamında kendini akranları ile çalışarak geliştiren psikolojik danışman adaylarına diğer derslerinde farklı yaş grupları ile çalışma fırsatı sunulabilir.

Bu çalışmada sadece danışanların bakış açısı dikkate alınmıştır. Veri zenginliği sağlanması amacıyla psikolojik danışman adaylarının oturum sırasında gözlenmesi ile veri çeşitlemesi gerçekleştirilebilir.

Yazarlar Hakkında / About Authors

Yıldız Kurtyılmaz. Anadolu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı'nda doktor öğretim üyesi olarak çalışmaktadır. Lisans eğitimini ODTÜ Psikoloji'de, yüksek lisansını Anadolu Üniversitesi Eğitimde Psikolojik Hizmetler programında, doktora eğitimini Anadolu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık programında tamamlamıştır. Çalışma alanları arasında İlişkisel Saldırganlık, Psikolojik Danışman Eğitimi, Psikolojik danışmada Süpervizyon gibi konular yer almaktadır.

Yıldız Kurtyılmaz. Author has been working at Anadolu University as an Assistant Professor. She got her undergraduate degree (B.S.) from Psychology Department at METU, got her master degree from Psychological Services in Education at Anadolu University, got her doctorate degree from Guidance and Counseling Department at Anadolu University. Relational Aggression, Counselor Education, Supervision in Counseling are some areas of her research interest.

Bircan Ergün-Başak. Anadolu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı'nda doktor öğretim üyesi olarak çalışmaktadır. Hacettepe Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı'nı 2003 yılında lisans derecesiyle bitirmiştir. 2012 yılında Anadolu Üniversitesi bütünlük doktora programından mezun olmuştur. Yazarın doktora tez konusu "Düşük Gelirli Ailelerden Gelen Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeyi"dir. Çalışma alanları arasında siber zorbalık, süpervizyon, okul rehberliği gibi konular yer almaktadır.

Bircan Ergün-Başak. Author has been working at Anadolu University as an Assistant Professor. She was graduated from Department of Guidance and Psychological Counseling with a bachelor's degree at Hacettepe University in 2003. In 2012, she was graduated from Anadolu University's integrated PhD program. Her doctoral thesis subject is "Psychological Resiliency Level of University Students from Low Income Families". Her research interests include cyber bullying, supervision and school guidance.

Deniz Güler. Anadolu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı'nda doktor öğretim üyesi olarak çalışmaktadır. Yazar, her biri rehberlik ve psikolojik danışma alanında olmak üzere lisans eğitimini Selçuk Üniversitesi, yüksek lisans eğitimini Akdeniz Üniversitesi ve doktora eğitimini Anadolu Üniversitesi'nde tamamlamıştır. Yazar psikolojik danışman eğitimi ve psikolojik danışmanların iyilik hali konularında çalışmalar yürütmektedir.

Deniz Güler. Author has been working at Anadolu University as an Assistant Professor. Asst. He had a bachelor's degree from Selçuk University, master degree from Akdeniz University and doctorate degree from Anadolu University on the guidance and counseling field. He studies on counsellor education and wellness.

Gamze Ülker-Tümlü. Anadolu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı'nda araştırma görevlisi doktor olarak çalışmaktadır. Lisans eğitimini İnönü Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalında, yüksek lisansını Hacettepe Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Anabilim Dalında, doktora eğitimini Anadolu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalında tamamlamıştır. Çalışma alanları arasında Psikolojik Danışman Eğitimi, Psikolojik Danışma Süpervizyonu, Pozitif Psikoloji, Psikodrama gibi konular yer almaktadır.

Gamze ÜLKER TÜMLÜ Author has been working at Anadolu University as an research assistant doctor. She got her undergraduate degree (B.S.) from Counseling and Guidance Department at İnönü University, got her master degree from Counseling and Guidance Department at Hacettepe University, got her doctorate degree from Counseling and Guidance Department at Anadolu University. Counselor Education, Counseling Supervision, Positive Psychology, Psychodrama are some areas of her research interest.

Yazar Katkıları / Author Contributions

YK veri toplama, literatür taraması, veri analizi, rapor yazımı (hazırlanması).
YK data collection, literature review, data analysis, report writing (preparation).

BEB veri toplama, literatür taraması, veri analizi, rapor yazımı (hazırlanması).
BEB data collection, literature review, data analysis, report writing (preparation).

DG veri toplama, literatür taraması, veri analizi, rapor yazımı (hazırlanması).
DG data collection, literature review, data analysis, report writing (preparation).

GÜT veri toplama, literatür taraması, veri analizi, rapor yazımı (hazırlanması).
GÜT data collection, literature review, data analysis, report writing (preparation).

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Yazarlar tarafından çıkar çatışmasının olmadığı rapor edilmiştir.
No conflict of interest by authors. Aynı metnin İngilizcesi de verilmelidir.

Fonlama / Funding

Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.
No funding was received.

Etik Bildirim / Ethical Standards

Araştırma Helsinki Deklerasyon'u çerçevesinde gerçekleştirilmiş olup, katılımcılar gönüllü olarak araştırmaya katılmayı kabul edenlerden oluşmuştur ve katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.


Research was conducted in the the framework of Helsinki Declaration, participants consisted of the individuals who were volunteers for taking part in the study, informed consent was also obtained.

ORCID

Yıldız Kurtyılmaz  <http://orcid.org/0000-0003-0298-4579>

Bircan Ergün-Başak  <http://orcid.org/0000-0002-3569-3770>

Deniz Güler  <http://orcid.org/0000-0001-6006-5795>

Gamze Ülker-Tümlü  <http://orcid.org/0000-0001-6750-3831>

KAYNAKÇA

- Aladağ, M., Kağnıcı, D. Y., Cihangir-Çankaya, Z., Özeke-Kocabaş, E. ve Yaka, B. (2011). Psikolojik danışman eğitiminde grupla çalışma yeterliğinin kazandırılması: Ege Üniversitesi örneği. *Ege Eğitim Dergisi*, 12(2), 22-43. <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/57011> adresinden 05.05.2018 tarihinde edinilmiştir.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press, Inc.. Retrieved from <https://ebookcentral.proquest.com>
- Atik, G., Çelik, E. G., Güç, E. ve Tural, N. (2016). Psikolojik danışman adaylarının yapılandırılmış akran grup süpervizyonu sürecindeki metafor kullanımına ilişkin görüşleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 17(2), 597 – 619. <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/262261> adresinden 04.05.2018 tarihinde alınmıştır.
- Averill, J. B. (2014). Qualitative data analysis. In M. D. Chesnay (Ed.), *Nursing research using data analysis: Qualitative designs and methods in nursing* (pp. 1-10). Springer Publishing Company.
- Binder, P. E., Holgersen, H., ve Nielsen, G. H. (2009). Why did I change when I went to therapy? A qualitative analysis of former patients' conceptions of successful psychotherapy. *Counselling & Psychotherapy Research*, 9(4), 250–256. Doi: [10.1080/14733140902898088](https://doi.org/10.1080/14733140902898088)
- Binder, P. E., Holgersen, H., ve Nielsen, G. H. (2010). What is a “good outcome” in psychotherapy? A qualitative exploration of former patients' point of view. *Psychotherapy Research*, 20(3), 285–294. Doi: [10.1080/10503300903376338](https://doi.org/10.1080/10503300903376338)
- Bruce, P. (1984). Continuum of counseling goals: A framework for differentiating counseling strategies. *The Personnel and Guidance Journal*, 62(5), 259-263. Doi: [10.1111/j.2164-4918.1984.tb00199.x](https://doi.org/10.1111/j.2164-4918.1984.tb00199.x)
- Campbell, J. M. (2006). *Essentials of Clinical Supervision*. New Jersey: John Wiley ve Sons. Inc.
- Carroll, M. (2014). *Effective Supervision for The Helping Professions*. London: SAGE Publications.
- Cashwell, T.H. ve Dooley, K. (2001) The impact of supervision on counselor self-efficacy. *The Clinical Supervisor*, 20(1), 39-47. Doi: [10.1300/J001v20n01_03](https://doi.org/10.1300/J001v20n01_03)
- Corey, G. (2005). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (7th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Cormier, H. ve Hackney, H. (2014). *Counseling Strategies and Interventions*. USA: Pearson.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing among Five Approaches*. USA: SAGE Publications.
- De Stefano, Mann-Feder, V., ve Gazzola, N. (2010). A qualitative study of client experiences of working with novice counsellors. *Counselling and Psychotherapy Research*, 10(2): 139-146. Doi: [10.1080/14733141003770713](https://doi.org/10.1080/14733141003770713)
- Dryden, W. (2008). The therapeutic alliance as an integratif framework. In W. Dryden and A. Reeves (Eds.), *Key issues for counseling in action* (pp. 1-19). California: Sage.
- Egan, G. (2011). *Psikolojik Danışma Becerileri* (Çev. Ö. Yüksel). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Elliott, R. ve Wexler, M. M. (1994). Measuring the impact of sessions in process-experiential therapy of depression: The Session Impacts Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 41(2), 166. Doi: [10.1037/0022-0167.41.2.166](https://doi.org/10.1037/0022-0167.41.2.166)

- Elliott, R. (2008). Research on client experiences of therapy: Introduction to the special section. *Psychotherapy Research*, 18(3), 239-242. Doi: [10.1080/10503300802074513](https://doi.org/10.1080/10503300802074513)
- Erkan-Atık, Z., Arıcı, F. ve Ergene, T. (2014). Süpervizyon modelleri ve modellere ilişkin değerlendirmeler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 305-317.
- Erzen, E. (2017). Temel danışma becerileri. N. Özabacı (Ed.), *Psikolojik danışma beceri ve teknikleri* içinde (s. 23-84). Ankara: Vize Yayıncılık.
- Gallegos, N. (2005). Client perspectives on what contributes to symptom relief in psychotherapy: A qualitative outcome study. *Journal of Humanistic Psychology*, 45(3), 355-382. Doi: [10.1177/0022167805277106](https://doi.org/10.1177/0022167805277106)
- Geldard, K. ve Geldard, D. (2013). *Ergenler ve gençlerle psikolojik danışma* (Çev. Ed.: M. Pişkin). İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Gladding, S. T. (2013). *Counseling: A Comprehensive Profession*. USA: Pearson.
- Goldfried, M. R. (2003). Cognitive-behavioral therapy: Reflections on the evolution of a therapeutic orientation. *Cognitive Therapy & Research*, 27(1), 53-69. Doi: [10.1023/A:1022586629843](https://doi.org/10.1023/A:1022586629843)
- Hackney, H. ve Cormier, S. (2009). *The Professional Counselor: A Process Guide to Helping*. Upper Saddle River: Pearson.
- Hill, C. E. ve Knox, S. (2008). [Facilitating insight in counseling and psychotherapy](#). S. D. Brown ve R. W. Lent (Eds.), *Handbook of counseling* (pp. 284-302). New Jersey: John Wiley ve Sons, Inc.
- Hill, C. E., Corbett, M. M., Kanitz, B., Rios, P., Lightsey, R., ve Gomez, M. (1992). Client behavior in counseling and therapy sessions: Development of a pantheoretical measure. *Journal of Counseling Psychology*, 39, 539-549. Doi:10.1037/0022-0167.39.4.539
- Hill, C. E., Thompson, B. J., Cogar, M. C., ve Denman, D. W. (1993). Beneath the surface of long-term therapy: Therapist and client report of their own and each other's covert processes. *Journal of Counseling Psychology*, 40(3), 278. Doi:10.1037/0022-0167.40.3.278
- Holtforth, M. G., Castonguay, L. G., Boswell, J. F., Wilson, L. A., Kakouros, A., ve Borkovec, T. D. (2007). Insight in cognitive-behavioral therapy. In L. G. Castonguay ve C. E. Hill (Eds.), *Insight in psychotherapy* (pp. 57-80). Washington, DC: American Psychological Association. Retrieved from file:///C:/Users/ASUS/Downloads/GrosseHoltforth2007 Insight.pdf
- King, G. (2014). Süpervizyondan yararlanmak (Çev. F. Akkoyun). W. Dryden ve A. Reeves (Ed.), *Psikolojik danışma uygulamalarında temel konular* içinde (s. 213-227). Ankara: Nobel.
- Krause, M. S., Howard, K. I., ve Lutz, W. (1998). Exploring individual change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(5), 838. Doi:10.1037/0022-006X.66.5.838
- Larsen, D. J. ve Stage, R. (2012). Client accounts of hope in early counseling sessions: a qualitative study. *Journal of Counseling and Development*, 90, 45-54. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1556-6676.2012.00007.x>
- Levitt, H., Butler, M., ve Hill, T. (2006). Literature what clients find helpful in psychotherapy: Developing principles for facilitating moment-to-moment change. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 314-324. Doi:10.1037/0022-0167.53.3.314

- McElvaney, J. ve Timulak, L. (2013). Clients' experience of therapy and its outcomes in 'good'and 'poor'outcome psychological therapy in a primary care setting: An exploratory study. *Counselling and Psychotherapy Research*, 13(4), 246-253. Doi: [10.1080/14733145.2012.761258](https://doi.org/10.1080/14733145.2012.761258)
- Meier, S. T. ve Davis, S. R. (2010). *The Elements of Counseling*. USA: Brooks/Cole.
- Meydan, B. (2015). Bireyle psikolojik danışma uygulamasında Mikro Beceri Süpervizyon Modeli'nin etkililiğinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 55-68. http://dergipark.gov.tr/download/article-file/200310_adresinden_03.03.2018_tarihinde_edinilmiştir.
- Muehleman, T., Pickens, B. K., ve Robinson, F. (1985). Informing clients about the limits to confidentiality, risks, and their rights: Is self-disclosure inhibited? *Professional Psychology: Research and Practice*, 16(3), 385-397. Doi:10.1037/0735-7028.16.3.385
- Nelson Jones, R. (2014). Uygulamalı danışmanlık ve yardım becerileri (G. Sart, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- 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.
- Özyürek, R. (2010). School counseling practices in Turkish universities: Recommendations for counselor educators. *Eğitim Araştırmaları-Eurasian Journal of Educational Research*, 39, 175-190.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research ve Evaluation Methods*. USA: Sage Publications.
- Paulson, B. L., Truscott, D., ve Stuart, J. (1999). Clients' perceptions of helpful experiences in counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 46(3), 317-324. Doi:10.1037/0022-0167.46.3.317
- Rivera, J. L. G. (1992). The stages of psychotherapy. *European Journal of Psychiatry*, 6(1), 51-58. Retrieved from http://www.psicoter.es/arts/92_A110_10.pdf
- Roe, D., Dekel, R., Harel, G., Fenning, S., ve Fenning, S. (2006). Clients' feelings during termination of psychodynamically oriented psychotherapy. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 70(1), 68-81. Doi: [10.1521/bumc.2006.70.1.68](https://doi.org/10.1521/bumc.2006.70.1.68)
- Rogers, C. R. (1959). The essence of psychotherapy: A client-centered view. *Annals of Psychotherapy*, 1, 51-57.
- Sackett, C. R. ve Lawson, G. (2016). A Phenomenological Inquiry of Clients' Meaningful Experiences in Counseling With Counselors-in-Training. *Journal of Counseling ve Development*, 94(1), 62-71. Doi: [10.1002/jcad.12062](https://doi.org/10.1002/jcad.12062)
- Sackett, C., Lawson, G., ve Burge, P. L. (2012). Meaningful experiences in the counseling process. *The Professional Counselor*, 2(3), 208-225. Retrieved from <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1063144.pdf>
- Santrock, J. W. (2014). *Yaşam boyu gelişim* (13. baskı) (Çev. Ed.: G. Yüksel). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Seber, G. A. F. (2013). *Counseling issues: A Handbook for Counselors and Psychotherapists*. USA: Xlibris Corporation.
- Siviş-Çetinkaya, R. ve Kararımak, Ö. (2012). Psikolojik danışman eğitiminde süpervizyon. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 107-121.

- Skovholt, T. M. ve Rønnestad, M. H. (2003). Struggles of the novice counselor and therapist. *Journal of Career Development*, 30(1), 45-58. Doi: [10.1177/089484530303000103](https://doi.org/10.1177/089484530303000103)
- Thompson, C. (2003). *Clients' perceptions of the therapeutic relationship and its role in outcome* (Doctoral dissertation Master Thesis, Lethbridge, Alta.: University of Lethbridge, Faculty of Education, 2003).
- Tracey, T. J. ve Ray, P. B. (1984). The stages of successful timelimited counseling: An interactional examination. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 13-27. Doi: [10.1037/0022-0167.31.1.13](https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.1.13)
- Voltan-Acar, N.(1998). *Terapötik İletişim*. Ankara: Ethem Matbaası.
- Yüksek Öğretim Kurulu. (2018). *Yeni öğretmen yetiştirme lisans programları*. http://www.yok.gov.tr/web/guest/icerik/-/journal_content/56_INSTANCE_rEHF8BIsfYRx/10279/41807946 adresinden 04.07.2018 tarihinde edinilmiştir.
- Wade, J. C. ve Jones, J. E. (2015). *Strength- Based Clinical Supervision: A Positive Psychology Approach to Clinical Training*. New York: Springer Publishing Company.
- Walker, M. ve Jacobs, M. (2004). *Supervision: Questions ve Answers for Counsellors and Therapists*. Londra: Whurr Yayıncılık.
- Watson, V. C., Cooper, M., McArthur, K., ve McLeod, J. (2012). Helpful therapeutic processes: Client activities, therapist activities and helpful effects. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 14(1), 77–89. Doi: 10.1080/13642537.2012.652395
- Weiser, J. C. (1969). The initial stage of a counseling relationship. *Canadian Counsellor*, 3(2), 10-17.

Extended Abstract

Introduction: Personal characteristics and professional skills of counselors affect the achievement of counseling objectives significantly (Corey, 2005; Hackney and Cormier, 2008). Conducting psychological counseling process professionally by using professional skills effectively is not always possible even for experienced counselors, so this could be much more difficult for inexperienced counselors (Corey, 2005; Gladding, 2013; Meier and Davis, 2012; Skovholt and Ronnestad, 2003). For this reason, carrying out counseling process under the supervision of more experienced counselors is considered as a requirement (Özyürek, 2009; King, 2014). In other words, supervision to counselors-in training is critical in terms of training and making psychological counselors more effective (Campbell, 2006; Carroll, 2014). In this context, providing counselors-in-training with more qualified supervision has been a great subject matter in psychological counseling field. Counselors' positive or negative experiences in counseling under supervision are the most significant resources in getting the grasp of effectiveness of counseling process (Elliott, 2008). Figuring out counselors' counseling experiences make important contributions to leading counselors' therapeutic interventions, enhancing their own personal styles and pursuing their professional responsibilities more effectively (Levitt, Butler and Hill, 2006; Sackett and Lawson, 2016). Therefore, it was aimed to investigate how counseling undergraduate students applied their professional knowledge, skills and abilities to the sessions they carried out under supervision from the viewpoint of counselors. Moreover, it was intended to explore the counselors' feelings experienced during counseling process and their acquisitions.

Method: This was a qualitative phenomenological study. Participants were counselors of undergraduate counseling students taking Individual Counseling Practicum course in the fall semester of Academic Year 2015-2016 at public university in Turkey. Twenty-two (10 females, 12 males) counselors were volunteer for the study. Data was gathered by means of in-depth interviews. Interviews were conducted by researchers via semi-structured interview form and take about 35 minutes. Data was analyzed via inductive analysis with multiple perspectives. As a result of data analysis, three main themes titled as *Counselors' Feelings during Counseling Process*, *Counselors' Perceptions about Counselor* and *Counselors' Perceptions about their Acquisitions* were obtained.

Findings: Three main themes of *Counselors' Feelings during Counseling Process*, *Counselors' Perceptions about Counselor* and *Counselors' Perceptions about their Acquisitions* and various subthemes under each main theme were obtained.

Theme 1: Counselors' Feelings during Counseling Process

It was found that counselees had different and various feelings at the beginning, working and termination stages. At the beginning, counselees had negative feelings such as *Anxiety*, *Regret*, *Astonishment*, *Furiousness*, *Boredom* and *Hopelessness* while they had positive feelings as *Curiosity*, *Trust* and *Hope*. Counselees stated that they felt *Trust*, *Calmness-Relief* and *Happiness*, and at the same time *Dissatisfaction* and *Uncertainty* at working stage. At last stage counselees felt both positive feelings like *Happiness*, *Hope* and *Peace*, and negative feelings like *Sadness-Sorrow*. Were the feelings of counselees examined, it was inferred that negative feelings like mistrust and anxiety at the beginning stage were replaced with positive feelings of trust and calmness due to the transition to working stage and the rapport built between counselors and counselees. Both positive and negative feelings were experienced simultaneously at termination stage since counselees thought that they had acquisitions on one hand, and lost the therapeutic relationship on the other hand.

Theme 2: Counselees' Perceptions about Counselor

As is evident from the findings, counselees' perceptions about their counselors as a facilitator of the process played a crucial role in setting the tone of their counseling experiences. In this context, "*Counselors' Counseling Skills and Techniques*" and "*Counselors' Professional Attitudes*" sub-themes were inferred from the counselees' sharing.

Counselors' Counseling Skills and Techniques. It was drawn from the counselees statements that counselors-in-training displayed skills of *Effective Listening*, *Structuring*, *Reflection*, *Summarizing*, *Questioning*, *Concretizing*, *Minimal Encouragement*, *Personalizing* and *Linking*. Moreover, some counselees reported that counselors' use of competency-based techniques such as empty chair, conversation between ego-states, miracle question make them distinctive. Counselees stated that they become aware of their own feelings and thoughts, make sense of their difficulties and their awareness regarding solution to these difficulties increase thanks to these specific skills and techniques.

Counselors' Professional Attitudes. Most of the counselees emphasized their counselors' professional attitudes and behaviors at the same time. It is inferred from the statements of counselees that counselors exhibit various professional attitudes and behaviors such as *Maintaining Professional Boundary*, *Adherence to Confidentiality*, *Being Prepared to Counseling Process* and *Leading the Counseling Process*. Furthermore, when counselees described their relationships with counselors, counselees defined the therapeutic relationship by stating that they feel close to them but not like a friend or a family member. They explained their reasoning by emphasizing qualities as respect, objectivity and genuineness.

Theme 3: Counselees' Perceptions about their Acquisitions

Were the acquisitions of counselees examined, it was seen that majority of the participants described their outcomes as an extensive change in their viewpoints affecting to all aspects of their lives. These definitions and description were seen to refer to awareness-based and general goals of counseling process. While some counselees completed the counseling process only with awareness, some of them transfer their awareness to behavioral changes. These behavioral changes were described as becoming assertive (healthy boundary setting), establishing and maintaining effective relationships and interactions, and more specifically expressing negative feelings like anger more properly.

Discussion ve Conclusion: Findings obtained in this study were thought to contribute to enhancement of counselor education. Findings were explained in the framework of counselees' feelings during counseling process, their perceptions regarding counselors and outcomes they obtained.

It was found that counselees experienced negative feelings mostly at the beginning stage, but as they progressed through the process, they experienced positive feelings at working and termination stages. Counselees' perceptions about the counselors leading the counseling process play an important role in shaping counselees' experiences. In addition, based on participants' statements, counselors-in-training were inferred to employ various counseling skills and techniques appropriately. Besides they displayed professional attitudes and behaviors all through the counseling process and this led counselees to believe in seriousness and professionalism of counseling process. The last finding of the study is related to counselees' acquisitions. They thought that their counseling attainments would lead to more effective coping skills that can be applied to all aspects of their life. Thus, it can be stated that counselees not only raise their awareness but also modify their dysfunctional behaviors via their awareness.

These findings can be evaluated as an important indicator of attainment of Individual Counseling Practicum Course's designated outcome "conducting individual counseling by using counseling skills and techniques under supervision" (Council of Higher Education- Yüksek Öğretim Kurulu-, 2018, p.12). Findings of this study are thought to shed light on counselor education literature, because additional evidence was provided for the critical importance of structured supervision in an improvement of professional skills and knowledge of counselors-in-training. Therefore, Individual Counseling Practicum course can be regulated in such a way that counselors-in-training conduct counseling sessions under supervision.