

## Danışanların Beklentilerine Göre Etkili Psikolojik Danışmanların 15 Özelliği

Prof. Dr. Ali ERYILMAZ

Yıldız Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, İstanbul / Türkiye,  
aeryilmz@yildiz.edu.tr, ORCID: 0000-0001-9301-5946

Dr. Öğr. Üyesi Hafız BEK\*

Uşak Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Uşak / Türkiye,  
hafizbek@yahoo.com, ORCID: 0000-0001-5310-3562

### Öz

Bu çalışmanın amacı, psikolojik danışma yardımı alan ve sorununun çözüldüğünü belirten danışanların gözünden etkili psikolojik danışman özelliklerinin incelenmesidir. Çalışma, nitel araştırma yöntemlerinden olan fenomenolojik araştırma deseni ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada 10 kadın ve 3 erkek olmak üzere toplam 13 danışan yer almıştır. Çalışmada veriler, içerisinde demografik bilgilerin de yer aldığı nitel görüşme formu ile toplanmıştır. Çalışmada katılımcılara “Psikolojik danışma sürecinde, psikolojik danışmanınızın rolünü değerlendiriniz?” şeklinde bir açık uçlu soru sorulmuştur. Bu sorulara verilen yanıtlar üzerinden fenomenolojik analiz gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, terapötik süreci yönetmekle, psikolojik danışmanın kendisini yönetmesiyle ve psikolojik danışma sürecinde gelişimsel bir şekilde ilerlemeyle ilgili 15 özellik bulunmuştur. Terapötik süreci yönetme kapsamlı tanımlamasının; danışanla bağlanmayı gerçekleştirmek, süreci bilimsel bir şekilde yürütürmek, terapötik koşulları oluşturmak ve becerileri kullanmak; destekleyici olmak; danışanın bakış açısını değiştirmek şeklinde beş önemli teması vardır. Psikolojik danışmanın kendisini yönetme kapsamlı tanımlamasında; psikolojik danış-

\*Sorumlu Yazar Tel: +90 533 729 31 18

manın olumlu kişilik özelliklerini sürece sokması; psikolojik danışmanın motivasyonunu yüksek düzeyde tutması, psikolojik danışmanın duygusal açıdan rahat olması; psikolojik danışmanın etkileyici bir ses tonuna sahip olması ve psikolojik danışmanın rahatlatıcı olması olmak üzere beş tema vardır. Psikolojik danışma sürecinin gelişimsel basamaklarını takip etmek kapsamlı tanımlamasının; yakından ilgilenmek; etkin dinlemek; sorunun nedenlerini bulmak ve sonuca ulaştırmak/problem çözmek olmak üzere beş teması bulunmuştur. Psikolojik danışman eğitiminde, psikolojik danışma ve süpervizyon sürecinde bu özellikler kullanılabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Psikolojik danışman; Etkililik; Nitelik; Danışman özelliği.

## The 15 Qualities of Effective Counselors to Expectations of Clients

### Abstract

The purpose of this study is to examine effective psychological counselors' characteristics in the context of clients who receive psychological counseling help and indicate that the problem is solved. The study was carried out with a phenomenological research design which is one of the qualitative research methods. There was a total of 13 clients (10 female and 3 male), and their ages were ranged from 19 to 45. In the study, the data were collected through a qualitative interview form in which demographic information was also included. Participants in the study: An open-ended question was asked "Do you assess the role of your psychological counselor in the psychological counseling process?". Phenomenological analysis was carried out on the answers given to these questions. According to the analysis results, there were 15 features related to managing the therapeutic process, managing the psychological counselor himself and developmental progress in the process of psychological counseling. There are five important themes in managing the therapeutic process: connecting to a client; conducting the process scientifically; creating the therapeutic conditions, using skills; being supportive; changing client's vision. There are five themes in managing psychological counselor himself that psychological counselor inserts positive personality characteristics to process; keep motivation at a high level; is emotionally comfortable; have an impressive tone of voice; is relaxing. Developmental progress in the process of psychological counseling has five themes: taking a close look; listening effectively; finding the cause of the problem; carrying a client through results; solving problem. These characteristics can be used in education of the psychological counseling, psychological counselor and supervision.

**Keywords:** Counselor; Effectiveness; Qualities; Consultant; Characteristic.

## Extended Summary

### Purpose

In the psychological counseling literature, effectiveness has an important place. Effectiveness have been investigated under such dimension as psychological counseling service, the psychological counseling process and the effectiveness of the psychological counselor. When examining the contents of the studies in this subject, it is seen that some of them are interested in how the training programs should be to train effective psychological counselors (Arredondo-Dowd and Gonsalves, 1980; Brott, 2006, Hutchins, 1979). In some studies, it is indicated that school principals should have what characteristics they need for effective psychological counseling (Roeschle and Nix, 2009).

There are many professions that aim to offer psychological help to individuals. Psychological counseling and guidance are also one of these occupations (Cormier and Hackney, 2008; Kuzgun, 2000; Özgüven, 2001). In psychological counseling and guidance, one of the most important tools for providing help to individuals is psychological counseling (Carkhuff, 2000; Kepçeoğlu, 1994; Yeşilyaprak, 2001). The psychological counseling process has many items. One of the key actors in the psychological counseling process at this point is psychological counseling (Gladding, 2000). In the literature, it is seen that the number of studies on what the direct effects of effective psychological counselors are (Jackson and Thompson, 1971). For example, in one study, counselors with different ethnic backgrounds assessed the qualitative effectiveness of psychological counselors after psychological counseling (Lee and Mixson, 1995). In addition to these qualitative studies, there are also studies in which counselors assess psychological counselors in quantitative terms (Jones and Markos, 1997). Studies directed towards the characteristics of effective counselors can help to both clarify the effectiveness of the counseling process, to help the psychologist to get rid of the problem, and to suggest that psychological counseling is an important means of providing help. In conclusion, this study aims to examine the characteristics of effective psychological counselors in the context of counselors who have received psychological counseling help and have indicated that the problem has been solved.

## Method

The purpose of this study is to examine effective psychological counselors' characteristics in the context of clients who receive psychological counseling help and indicate that the problem is solved. The study was carried out with a phenomenological research design which is one of the qualitative research methods. In order to ensure internal validity in the study, the technique was used based on expert opinion (Cresswell, 2007; Merriam, 2009). At the beginning of the analysis, two people with a degree of expertise in the field of psychological counseling analyzed the data separately. The answers to the questions were read and the important places and expressions were underlined. Then, the code generation process is passed. After the code was created, the theme creation process was over. Then experts came together and went for comparative analysis. Thus, the process has been completed by converting important expressions, codes, themes into comprehensive definitions.

There was a total of 13 clients (10 female and 3 male), and their ages were ranged from 19 to 45. In the study, the data were collected through a qualitative interview form in which demographic information was also included. Participants in the study: An open-ended question was asked "*Do you assess the role of your psychological counselor in the psychological counseling process?*". Phenomenological analysis was carried out on the answers given to these questions. According to the analysis results, there were 15 features related to managing the therapeutic process, managing the psychological counselor himself and progressing developmentally in the psychological counseling process. These characteristics can be used in education of the psychological counseling, psychological counseling and supervision.

## Results

This study was conducted to examine the perceptions of counselors who believed that they had solved the problems they had brought to the psychological counseling process. According to the results of the research; psychological counseling has led to two important dimensions, such as the supervision of the therapeutic process and self-regulation. These two dimensions add the dimension of advancing the psychological counseling process in a developmental nature. In all three dimensions, 15 effective psychological counseling skills were the result.

## Discussion and Conclusion

When the psychological counseling and guidance literature is examined, it is seen that effectiveness studies are carried out in quite different areas. These areas are usually examined by examining the effectiveness of psychological counseling programs (Arredondo-Dowd and Gonsalves, 1980; Brott, 2006; Hutchins, 1979) and examining the effectiveness of the psychological counseling process based on the theory of counseling (Ali, Rahbar, Naeem and Gul, 2003; Hall and Torres, 2002; Lambert and Cattani-Thompson, 1996). The third dimension of effectiveness studies is the effectiveness of psychological counselors. The number of studies examining the effectiveness of psychological counselors in the face of counselors seems to be minimal (Jones and Markos, 1997; Lee and Mixson, 1995). This study contributes to the literature as it reveals findings on a subject that is rarely studied.

In the literature, one of the scientists who revealed the characteristics of effective psychotherapists is Wampold (2011). Wampold states that effective psychotherapists have 14 characteristics. There are similarities and differences between this work and Wampold's work. The most important difference is that Wampold explores the concept of effectiveness in the context of psychotherapy; this study examines effectiveness in the dimension of psychological counseling. The common points are to reveal information and findings about the importance of both managing the therapeutic process and managing the psychological counselor / psychotherapist in both studies.

Several suggestions can be developed based on the results of this study. Firstly, in the psychological counseling training, the examination of the effect of the characteristics revealed in this study may contribute to the literature. It can also be used as part of the supervision process. In other words, it can be added to supervisory processes in one dimension as effective psychological counselor. Psychological counselors working on the field can also benefit from the results of this.

## Giriş

Psikolojik danışma alanyazınında, etkililik önemli bir yer tutmaktadır. Etkililik konusunun; psikolojik danışma servisinin, psikolojik danışma sürecinin ve psikolojik danışmanın etkililiği gibi noktalarda ele alındığı görülmektedir. Bu konudaki çalışmalar, daha detaylı bir şekilde incelenebilir.

Öncelikle, psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerini daha etkili kılmak adına okul müdürlerinin görüşlerinin incelendiği çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin Özabacı, Sakarya ve Doğan (2008), okul müdürlerinin psikolojik danışmanlık ve rehberlik servislerine ve hizmetlerine yönelik değerlendirmelerini incelemişler. Owen, Owen ve Ballestro tarafından (2009)'da okul müdürlerinin psikolojik danışmanların rol ve işlevlerine yönelik algılarını incelemiştir. Benzer şekilde psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerini daha etkili kılmak adına psikolojik danışmanların görüşlerinin incelendiği çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin Tuzgöl-Dost ve Keklik (2012), alanda çalışan psikolojik danışmanların bakış açılarından psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanının sorunlarını incelemişlerdir. İkinci olarak, Türkiye'de psikolojik danışmanların etkilliklerini inceleyen çalışmaların, konuyu daha çok dolaylı yönden ele aldıkları görülmektedir. Örneğin Akbaş (2001) psikolojik danışmanların çaba ve motivasyonunun, eğitim ve gelişime önem vermelerinin, öğrenci ihtiyaçlarına duyarlı olmalarının, danışman rolünü benimsemelerinin psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin etkili bir şekilde yürütülmesinde önemli faktörler olduğu sonucuna varmış; ancak çalışmanın bulgularının hem aileye hem öğretmenlere hem de yöneticilere bakan yönlerinin de olduğu ve sadece psikolojik danışman etkililiği üzerinde durulmadığı görülür. Üçüncü olarak, deneysel olarak gerçekleştirilen uygulamaların psikolojik danışman becerileri üzerindeki etkilerinin incelendiği çalışmalarda bulunmaktadır. Örneğin Yaka (2013), mikro beceri eğitiminin psikolojik danışmanların üzerindeki etkisini incelemiş, bu tür beceri programlarının, psikolojik danışmanların danışmanlık becerilerini olumlu olarak etkilediği sonucuna varılmış.

Bu konuda yürütülen uluslararası çalışmalar incelendiğinde, bazılarının etkili psikolojik danışman yetiştirmek için eğitim programlarının nasıl olması gerektiği üzerinde durdukları görülür (Arredondo-Dowd ve Gonsalves, 1980; Brott, 2006; Hutchins, 1979). Bazı çalışmalarda ise, okul müdürlerinin etkili psikolojik danışmanlık için ne gibi özelliklere sahip olmaları gerektiği belirtilmektedir (Roeschle ve Nix, 2009). Alanyazında psikolojik danışma sürecinin etkililiğini inceleyen çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin Lambert ve Cattani-Thompson (1996), herhangi bir deneysel ölçüm yapılmassa dahi psikolojik danışma sürecinin bireyler üzerinde kısa ve uzun dönemli etkilerinin olduğunu belirtmektedirler. Bir başka çalışmada, en düşük düzeyde psikolojik danışmanlık eğitimi alan bireylerin depresyon ve kaygı belirtilerini yüksek düzeyde yaşayan danışmanlarının depresyon ve kay-

gı düzeylerini düşürdükleri tespit edilmiştir (Ali, Rahbar, Naeem ve Gul, 2003). Eşleri tarafından aldatılan kadınlara yönelik psikolojik danışma sürecinin etkili olduğunu yaptıkları araştırmayla ortaya koymuşlar (Bowker ve Maurer, 1987). Hall ve Torres (2002), stres belirtileri yaşayan ergenlerin özsaygılarının yükseltilmesi, onların başa çıkma becerilerinin edinilmesine yardımcı olunması ve onlara destek sunulması aracılığı ile etkili psikolojik danışma sürecinin yürütülebileceğini belirtmektedirler. Dwyer, Piquette, Buckle ve McCaslin (2013), oyun bağımlılığı olan danışanlara uygulanan psikolojik danışma sürecinin sonunda nitel bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmada çalışmaya katılan bireylerin yaptıkları danışma süreçlerindeki yansıtmaları psikolojik danışma sürecini etkili kıldığı bulunmuştur.

Bireylere psikolojik yardım sunmayı amaçlayan pek çok meslek sıralanabilir. Bu mesleklerden biri de psikolojik danışmanlık ve rehberliktir (Cormier ve Hackney, 2008; Kuzgun, 2000; Özgüven, 2001). Psikolojik danışmanlık ve rehberlikte, bireylere yardım sunmanın önemli araçlarından biri de psikolojik danışmadır (Carkhuff, 2000; Kepçeoğlu, 1994; Yeşilyaparak, 2001). Psikolojik danışma sürecinin pek çok ögesi vardır. Bu noktada psikolojik danışma sürecinin önemli aktörlerinden biri de psikolojik danışmandır (Gladding, 2000). Alanyazında doğrudan etkili psikolojik danışman özelliklerinin neler olduğu üzerinde yapılan çalışmaların sayısının, çok az olduğu görülmektedir. Örneğin yapılan bir çalışmada etkili psikolojik danışmanların etkili olmayanlara göre; bir psikolojik danışman olarak kendilerine, danışanlarına ve psikolojik danışma sürecine yönelik tutumlarının daha olumlu olduğu saptanmıştır (Jackson ve Thompson, 1971). Bir başka çalışmada (Lee ve Mixson, 1995) farklı etnik kökene sahip danışanlar; aldıkları psikolojik danışmanlık yardımı sonrasında kendi psikolojik danışmanlarını, etkili psikolojik danışman özellikleri (aktif, dinleyici, anlayışlı, yeterli ve sıcak vb) açısından değerlendirmişler ve bu çalışmada, Asyalı öğrencilerin Kafkas öğrencilere göre; psikolojik danışmanların olumlu özelliklerini daha yetersiz algıladıkları tespit edilmiştir. Alanyazında ilgili çalışmaların bulguları ilginç olmakla birlikte, bu konuda daha fazla çalışmaların yapılmasına ihtiyaç duyulduğunu belirtmektedirler.

Bu çalışmalara ek olarak, etkili psikolojik danışmanların ne tür özelliklere sahip olmaları gerektiği konusunda da kuramsal açıdan çeşitli açıklamaların da yapıldığı görülmektedir. Örneğin gerek Charkuff (2011) gerekse Cormier ve Cormier (1991), psikolojik danışmanların etkili olabilmeleri

için çeşitli niteliklere sahip olmaları gerektiğini belirtmişlerdir. Bunlar arasında; empati yeteneğine sahip olmak, danışanlara hoşgörülü ve samimi davranmak, yüksek özsaygıya sahip olmak, iletişim becerilerine sahip olmak, danışanların problemlerine farklı açılardan bakabilmek, problem çözme becerisine sahip olmak ve analitik düşünmek gibi nitelikler yer almaktadır. Türkiye’de ise İkiz ve Totan (2014), etkili psikolojik danışmanların özelliklerini ölçebilecek bir ölçek geliştirmişlerdir. Geliştirilen ölçeğin Türk kültürü için geçerli ve güvenilir olduğunu, Türkiye’de psikolojik danışmanların etkililiğini entelektüel yeterlik, enerji, esneklik, destekleyici olma, iyi niyet ve öz-farkındalık kavramları kapsamında belirlemede kullanılabilecek psikometrik açıdan oldukça güçlü bir ölçek olduğunu ortaya koymaktadır.

Yukarıdaki ampirik ve kuramsal çalışmalar incelendiğinde (Charkuff, 2011; Cormier ve Cormier, 1991; İkiz ve Totan, 2014; Jackson ve Thompson, 1971; Lee ve Mixson, 1995), öncelikle danışanların gözünden etkili psikolojik danışmanların özelliklerini inceleyen çalışmaların sınırlı olduğu görülür. Öte yandan yapılan psikolojik danışmanlık hizmetlerinin kalitesini arttırmak için danışanların bakış açılarının alınması gerekmekte olup özellikle ilgili çalışmalar etkili psikolojik danışman özelliklerinin ortaya konması açısından daha fazla çalışma yapılmasına gereksinim olduğunu ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda yapılacak çalışmalar sonucunda, psikolojik danışmanlara kazandırılacak niteliklere danışanların gözünden de bakılmış olur.

Psikolojik danışma süreci sadece sorunların dinlendiği bağlam değildir (Charkuff, 2011). Danışanlar kendilerini ifade etmenin yanında, psikolojik danışma sürecine getirdikleri problemlerini çözmeyi de istemektedirler (Cormier ve Cormier, 1991). Böylece, fiziksel, toplumsal ve psikolojik işlevselliklerini artırarak hayata uyum sağlamaları daha da kolaylaştırılabilir (Eryılmaz, 2016). Ayrıca, terapötik işbirliği için psikolojik danışma sürecinde, psikolojik destek sunan bireylerin danışanların beklentilerine yanıt vermeleri gerekecektir (Soygüt ve Işıklı, 2008). Danışanların beklentilerinden biri de etkili psikolojik destek sunan bireylerin onlara yardım etmeleridir (Charkuff, 2011). İşte anılan hedeflere ulaşmada psikolojik danışmanların etkili birer yardım sunucu olmalarına bağlıdır. Özetle etkili psikolojik danışmanların özelliklerine yönelik yapılan çalışmalar hem psikolojik danışma sürecini etkili bir şekilde yürütmeye hem psikolojik yardım alan kişinin sorunundan kurtulmasına hem de psikolojik danışmanlığın önemli bir yardım sunma aracı olduğu gerçeğini ortaya koymaya yardımcı olabilir. Sonuç ola-



rak, bu çalışma psikolojik danışmanlık yardımı alan ve sorununun çözüldüğünü belirten danışanların gözünden etkili psikolojik danışmanın özelliklerinin incelenmesini amaçlamaktadır.

## Yöntem

### Araştırma Deseni

Bu çalışmanın amacı, psikolojik danışmanlık yardımı alan ve sorununun çözüldüğünü belirten danışanların gözünden etkili psikolojik danışman özelliklerinin incelenmesidir. Çalışma, nitel araştırma yöntemlerinden olan fenomenolojik araştırma deseni ile gerçekleştirilmiştir (Christensen, Johnson ve Turner, 2015; Cresswell, 2007).

### Çalışma Grubu

Çalışma grubu, İstanbul'da bir devlet üniversitesinde psikolojik danışmanlık servisine başvuran ve bireyle psikolojik danışma yardımı alan bireylerden oluşmaktadır. Çalışmada 10 kadın ve 3 erkek olmak üzere toplam 13 danışan yer almıştır. Çalışmada yer alan danışanların yaş aralığı 19-45'tir. Yaş ortalamaları ise 23.23'tür. Danışanların psikolojik danışma sürecine getirdikleri sorunlar; depresyon (1), mükemmeliyetçilik (4), öfke (1), düşük özsaygı (2), öz-değer eksikliği (1), içe dönüklük (1), beden imajı (1) ve utangaçlık (2) şeklinde sıralanmaktadır. Çalışmada danışanların çalışmaya alınma ölçütleri olarak iki önemli ölçüt belirlenmiştir. Bunlar:

- Psikolojik danışma sürecinin sonucunda psikolojik sorununu çözüldüğünü belirtmek.

- Toplam on oturum psikolojik danışma sürecine devam ederek süreci tamamlamak.

Çalışmada yer alan ve psikolojik yardım sunan kişiler ise 21-24 yaş aralığında olan üç erkek ve on kadın psikolojik danışman adaydır. Psikolojik danışman adaylarının çalışmaya alınmalarında da aşağıdaki ölçütler belirlenmiştir:

- Psikolojik danışma yapabilmek için gerekli uygulamalı ve teorik dersleri almak.

- Aynı üniversitede öğrenim görmek.

- Aynı süpervizörden süpervizyon almak.

### Veri Toplama Araçları

Çalışmada veriler, içerisinde demografik bilgilerin de yer aldığı nitel

görüşme formu ile toplanmıştır. Çalışmada katılımcılara “Psikolojik danışma sürecinde, psikolojik danışmanın rolünü değerlendiriniz?” şeklinde bir açık uçlu soru sorulmuştur. Bu sorulara verilen yanıtlar üzerinden fenomenolojik analiz gerçekleştirilmiştir.

### **Geçerlik ve Güvenirlik**

Çalışmada iç geçerliği sağlamak amacıyla, uzman görüşüne dayalı olarak inceleme yapma tekniğinden yararlanılmıştır (Cresswell, 2007; Merriam, 2009). Analizlerin başlangıç aşamasında psikolojik danışmanlık alanında uzmanlık derecesine sahip iki kişi verileri ayrı ayrı analiz etmişlerdir. Sorulara verilen yanıtlar okunmuş ve önemli ifadelerin altı çizilmiştir. Daha sonra, kod oluşturma sürecine geçilmiştir. Kodlar oluşturulduktan sonra da tema oluşturma merhalesine geçilmiştir. Sonra da uzmanlar bir araya gelerek karşılaştırmalı analiz yapma yoluna gitmişlerdir. Böylece önemli ifadeler, kodlara, kodlar temalara, temalar da kapsamlı tanımlamalara dönüştürülerek süreç tamamlanmıştır. Temaların ve kapsamlı tanımlamaların oluşturulmasında uzman görüşlerinin yanında alanyazında yer alan kuramsal açıklamalardan ve görgül araştırma sonuçlarından da yararlanılmıştır. Örneğin temaların ve kapsamlı tanımlamaların oluşturulmasında alanyazında yer alan etkili psikolojik danışman özelliklerine yönelik (mesela empati yeteneğine sahip olmak, danışanlara hoşgörülü ve samimi davranmak, yüksek özsaygıya sahip olmak, iletişim becerilerine sahip olmak, danışanların problemlerine farklı açılardan bakabilmek, problem çözme becerisine sahip olmak ve analitik düşünmek gibi) açıklamalardan faydalanılmıştır (Charkuff, 2011; Cormier ve Cormier, 1991; Cormier ve Hackney, 2008; Egan, 1975; Eryılmaz, 2018; Eryılmaz ve Mutlu, 2016).

Çalışmada güvenirliliği sağlamak amacıyla da denetleme yönteminden yararlanılmıştır (Merriam, 2009). Denetleme yöntemine dayalı olarak, nitel araştırmanın çalışma grubunun belirlenmesi, verilerin toplanması, verilerin analiz edilip yorumlanması gibi aşamaları içeren sistematik yapısı oluşturulmuştur. Çalışmanın bu yapıya uygun bir şekilde gerçekleşip gerçekleşmediği sürekli kontrol edilmiştir. Çalışmada, üç önemli kapsamlı tanımlamaya ulaşılmıştır. Bunlar; terapötik süreci yönetme, psikolojik danışmanın kendisini yönetmesi ve psikolojik danışma basamaklarını gelişimsel olarak takip etmektir. Her bir kapsamlı tanımlamanın da beşer teması ortaya çıkmıştır. Sadece psikolojik danışma basamaklarını gelişimsel olarak takip etmek kapsamlı tanımlamasının, üç tane alt teması bulunmuştur.

## Bulgular

Çalışmada bulgular, fenomenolojik analiz tekniğine uygun bir şekilde incelenmiş ve örgütlenmiştir. Öncelikle, “Terapötik Süreci Etkili Yönetme” kapsamlı tanımlamasına ulaşılmıştır.

### Terapötik Süreci Etkili Yönetme

Terapötik Süreci Etkili Yönetme kapsamlı tanımlanmasına yönelik olarak çalışmaya katılan danışanlardan biri düşüncelerini şöyle ifade etmiştir: “Danışmanıma çok teşekkür ederim çünkü bu süreci çok güzel yönetti. Her kelimesi, her cümlesi böyle bir şey gibiydi, hani böyle taşı gediğine koyan kelimeler ve cümlelerdi. Hepsi özenle seçilmişti. Bence danışmanım benimle nasıl iletişime geçilmesi gerektiğini biliyordu.” (K8).

Terapötik Süreci Etkili Yönetmek	Bağlanmayı Gerçekleştirmek
	Süreci Bilimsel Bir Şekilde Yürütmek
	Terapötik Koşulları Oluşturmak ve Becerileri Kullanmak
	Destekleyici Olmak
	Bakış Açısını Değiştirmek

### Şekil 1. Terapötik Süreci Etkili Yönetme

Şekil 1’de görüldüğü gibi Terapötik Süreci Etkili Yönetme kapsamlı tanımlamasının, beş önemli teması bulunmaktadır.

#### Bağlanmayı Gerçekleştirmek

Terapötik Süreci Etkili Yönetme kapsamlı tanımlamasının temalarından ilki “Bağlanmayı Gerçekleştirmek”tir. Bu temayla ilgili danışan ifadesi şöyledir: “Hiç ona söylemedim. Ev arkadaşlarıma mesela buradan çıkıyorum. Eve gidiyorum. ‘Şehime, kalp’ diyorum arkadaşlarıma. Galiba danışmanıma bağlandım esprisini yapıyordum.” (K1)

#### Psikolojik Danışma Sürecini Bilimsel Bir Şekilde Yürütmek

İkinci tema, “Psikolojik Danışma Sürecini Bilimsel Bir Şekilde Yürütmek”tir. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Aşağıda bu temayla ilgili danışan ifadeleri yer almaktadır.

“Öfkeme neden olan şeylerin kaynağını bulmaya çalışırken zaten ciddi bir vakit harcadık. Kolay bir şey değildi. Neyden kaynaklandığını belirlemek, sonuçta tamamen farklı bir insan var karşınızda. Onu tanıyıp; neye sinirlendiğini idrak edebilmek kolay bir şey değil. Danışmanın bilimsel olarak yaklaşması hep belli seçenekler ile geldi bana.” (K3).

*“Akademik olarak çözüm süreçlerinde sorunların nedenlerini araştırdı ve benimle paylaştı ve hocasını benimle karşı karşıya getirmedi. Yani akademik olarak ilerleyiş olarak her şey profesyonel oldu yani bence mesleğe çok yakın ve hatta hazır.” (K11).*

### **Terapötik Koşulları Oluşturmak ve Terapötik Becerileri Kullanmak**

Üçüncü tema, “Terapötik Koşulları Oluşturmak ve Terapötik Becerileri Kullanmak”tır. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Aşağıda bu temaya uygun danışan ifadeleri yer almaktadır.

*“Bir diğer en önemli nokta da çekingenlik durumunun hiç olmaması çünkü danışmanım onu en baştan bana çok hissettirdi. Bir de aklımda hani ben bunları anlattım ama acaba hakkımda ne düşündü demiyorum demedim de hiç! Danışmanım için o da büyük rahatlık çünkü kötü gözle bakmadığını da biliyorum hissedebildim en azından onu.” (K4).*

*“Öncelikle ne hissettiğimi sorması hissettiklerimi ona anlatmam, yargılayıcı olmaması çok önemliydi.” (K10).*

*“Zaten yargılama durumu olmadı. Mesela daha önce yardım aldığım kişi bana şey demişti “siz anlatıyorsunuz ama ben size üzülmiyorum” bu beni biraz değişik etkilemişti. İnsanız sonuçta çözümü olduğu için belki üzülmiyorum, bilmiyorum ama o kadar ilgilenmediğini söylemişti. Şöyle de bir durum var onun da farkındayım her kişiden etkilenmesi o zaman ökertici bir durum olabilir. Ama bu beni anlamıyor gibi bir durumu ortaya çıkarmıştı. Ben anlatıyorum ama o beni anlamıyor gibi hissetmişim ama şimdiki danışmanım de böyle bir şey hissetmedim.” (K6).*

*“Onun dışında özet kısmını bayağı akıcı bir şekilde sunduğunu düşünüyorum. Böyle kendimle alakalı şeyleri başkasından duymak daha farklı hissettiriyor. Onun dışında benim açımdan bir sorun olmadı. Güzel geçti süreç.” (K4).*

### **Destekleyici Olmak**

Dördüncü tema “Destekleyici Olmak”tır. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Bu temaya yönelik danışan ifadesi şöyledir: *“Bu süreçte destek olduğu için psikolojik danışmana, ben teşekkür ederim. Hayat devam ediyor bir tren gibi bir sürü durak, bizi çok farklı yerlere götürebilir çok daha iyi yerlere. Bir şeyler oldu bu süreçte gerçekten oldu yani.” (K7).*

### **Bakış Açısını Değiştirmek**

Beşinci tema, “Bakış Açısını Değiştirmek”tır. Bu temaya yönelik danışan ifadeleri şöyledir: *“Benim ruh hâlimden bir şeylere daha farklı bakmamı sağladınız. Ben hep olumsuz bakıyorum ve gerçekten bir şeyler dü-*

*şünmeme neden oldu, iyiydi yani, bir farkındalık yarattı. Güzel geçti, samimi, bir şeyler paylaştık.” (K12).*

### **Psikolojik Danışmanın Kendisini Yönetmesi**

Çalışmada ikinci kapsamlı tanım olarak, “Psikolojik Danışmanın Kendisini Yönetmesi” tanımlamasına ulaşılmıştır. Bu kapsamlı tanımlamayı içeren pek çok ifade bulunmaktadır. Bir örnek ifade şöyledir: *“Bir de şu dikkatimi çok çekti daha bir çeke çeke anlattırıyordu bir yeri oymadan hadi sen gel bana der gibi bir hava var zorlanmış gibi hissetmedim. Hani ortam boş, alan boş yarıdır, nasıl istiyorsan gibi (gülerek) kısmını da ileride fark edeceğim.” (K12).*

Psikolojik Danışmanın Kendisini Yönetmesi	Olumlu Kişilik Özelliklerini Sürece Sokmak
	Psikolojik Danışmanın Motivasyonunu Yüksek Düzeyde Tutması
	Psikolojik Danışmanın Duygusal Açından Rahat Olması
	Etkileyici Bir Ses Tonuna Sahip Olmak
	Rahatlatıcı Olmak

### **Şekil 2. Psikolojik Danışmanın Kendisini Yönetmesi**

#### **Olumlu Kişilik Özelliklerini Sürece Dâhil Etmek**

Psikolojik danışmanın kendisini yönetmesi kapsamlı tanımlamasının ilk teması “Olumlu Kişilik Özelliklerini Sürece Dâhil Etmek”tir. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Aşağıda bu temaya uygun danışan ifadeleri yer almaktadır:

*“Çalışkandı hazırlanıp geldi hep oturumlara.” (K1).*

*“Çok tatlı, bir de ben sürekli ona bugün olur mu, şu gün olur mu böyleydin. Zaten hep on dakika bekletiyorum. İnşallah hakkımı helal ediyordur.” (K13)*

*“Evet, hep zamanında geldi, benim gibi değil.” (K6).*

*“Onun dışında güzel noktalara odaklandığını düşünüyorum. İç görüşüyle ben bir şeyler anlattığımda nereye odaklanacağını bildiğini düşünüyorum.” (K2).*

*“Tüm oturumlara çok hazırlanıp geldiğini ve çok özverili bir şekilde çalıştığını düşünüyorum ben onun bu konuda.” (K11).*

#### **Psikolojik Danışmanın Motivasyonunu Yüksek Düzeyde Tutması**

İkinci tema “Psikolojik Danışmanın Motivasyonunu Yüksek Düzeyde Tutması”dır. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Aşağıda bu

temaya uygun danışan ifadeleri yer almaktadır.

*“İstekli olması benim hoşuma gitti ben de istekli oldum onu gördüğümde.”* (K7).

*“Gerçekten gayretini bu işe sarf ettiği belli oluyordu. Yüzeysel, yetiştiriyim yani geçsin diye değil de hakikaten buna kafa yoğurduğu ve üzerinde çalıştığı çok belli oluyordu. O yüzden çok başarılı buldum onu.”* (K9).

### **Psikolojik Danışmanın Duygusal Açından Rahat Olması**

Üçüncü tema, “Psikolojik Danışmanın Duygusal Açından Rahat Olması”dır. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Aşağıda bu temaya uygun danışan ifadeleri yer almaktadır.

*“O ilk başta tabii ki o da çok heyecanlıydı benim kadar; ben de çok heyecanlıydım. Yani sonraları o da rahatladı ben de rahatladım. Onun rahatlaması beni de etkiledi. O rahatladıkça ben de rahatladım ve gayet istekli bir şekilde onun yanına geldim. Her hafta ben ona bir şeyler anlatmaktan gerçekten keyif aldım.”* (K11).

### **Psikolojik Danışmanın Etkileyici Bir Ses Tonuna Sahip Olması**

Dördüncü tema, “Psikolojik Danışmanın Etkileyici Bir Ses Tonuna Sahip Olması”dır. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Aşağıda bu temaya uygun danışan ifadeleri yer almaktadır.

*“Ve hani tam böyle hayallerimdeki gibi ses tonu. Daha önce de söylemişim ben bunu, hani konuşma tarzı, işte bunlar tam böyle hayal ettiğim, kafamdaki gibiydi. Hani başka biri olsa ben kendimi bu kadar açar mıydım, bu kadar anlatır mıydım ve hani bu noktaya gelebilir miydim, bunu bilmiyorum.”* (K10).

### **Psikolojik Danışmanın Rahatlatıcı Olması**

Beşinci tema, “Psikolojik Danışmanın Rahatlatıcı Olması”dır. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Aşağıda bu temaya uygun danışan ifadeleri yer almaktadır.

*“Başka kimseyle muhatap olmadım. Sadece onunla muhatap oldum ve kişisel olarak onun karşısında rahat ettim.”* (K7).

*“Ve onun yanında kendimi çok rahat hissettim. Bu da çok önemliydi. Sıkılmadım anlatırken. Rahatladım.”* (K2).

*“Daha önceden psikolojik danışma yardımı almıştım ama orada tam ihtiyacımı karşılanmadığımı fark ettim. Bence psikolojik danışman sakin ve karşı tarafı, öğretmende de öyledir yani öğrenci kendini açmalıdır. Ben burada onu hissettim. Kendimi rahat hissettim ve rahat bir şekilde kendimi açtım.”* (K11).

## Psikolojik Danışma Sürecini Gelişimsel Bir Süreçle Yönetmek

Çalışmada üçüncü kapsamlı tanım olarak, “Psikolojik Danışma Sürecini Gelişimsel Bir Süreçle Yönetmek” tanımlamasına ulaşılmıştır. Bu kapsamlı tanımlamayı içeren pek çok ifade bulunmaktadır. Aşağıda örnek ifadeler bulunmaktadır:

“Her bir seansın amacı vardı. O amaçlar doğrultusunda ilerlememizi başarılı buldum. Birçok şeyde adım adım ilerledik. İlk sorunun köküne inip, sonra yavaş yavaş buna sebep olacak şeyleri ortadan kaldırmaya yönelik bir seans olduğunu düşünüyorum. 4-5. seanstan sonra öfke kontrolümü ele aldığımı düşünüyorum.” (K11).

“Mesela bu son iki üç oturumda ilk baştakine göre böyle ortam olarak daha bir hazır hissettirdi bana o daha bir alışmıştı.” (K3).

“Ben daha önce de sana söylemiştim. Yine söylüyorum, Ben hep şunu bekliyordum. Ne kadar yanlış olduğunu görüyorum. Ben bir şeyler söyleyeceğim o da çözüm üretmeye çalışacak. Olacak bitecek zannediyordum. Ama öyle değilmiş. Önce o beni dinledi bir müddet, sonra o konuştu ben dinledim.” (K8).

Psikolojik Danışma Sürecini Gelişimsel Bir Süreçle Yönetmek	Ön Yardım Merhalesi	Yakından İlgilenmek
		Etkin Dinleme
	Kendini Keşfetme Merhalesi	Farkındalık
	Kendini Dinamik Olarak Anlama Merhalesi	Sorunun Nedenlerini Bulmak
	Eylem Merhalesi	Sonuca Ulaştırma/Problemi Çözmek

### Şekil 3. Psikolojik Danışma Sürecini Gelişimsel Bir Süreçle Yönetmek

#### Ön-Yardım Merhalesi

Süreci gelişimsel açıdan yönetmenin önemli boyutları bulunmaktadır. Bunlardan ilki “Ön-Yardım Merhalesi”dir.

#### *Psikolojik Danışmanın Danışanla Yakından İlgilenmesi*

Ön Yardım Merhalesinin birinci teması, “Psikolojik Danışmanın Danışanla Yakından İlgilenmesi”dir. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Bu temaya yönelik danışan ifadeleri şöyledir: “Mesela bir peçete bırakması önüme, içecek su ikram etmesi yani ben gelmeden ortamı hazır etmesi beni mutlu etti.” (K9), “Gayet ilgilenmesi konuya sahip çıkması benim için çok hoş oldu. İlgisinden dolayı gayet memnunum.” (K10).

### **Psikolojik Danışmanın Danışanı Etkin Bir Şekilde Dinlemesi**

Ön Yardım Merhalesinin ikinci teması, “Psikolojik Danışmanın Danışanı Etkin Bir Şekilde Dinlemesi”dir. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Bu temaya yönelik danışan ifadeleri şöyledir: “*Dediğim gibi her şeyi dinledi ve gerçekten dinlediğini hissettim ben öyle iş olsun diye değil.*” (K4).

### **Danışanın Kendisini Keşfetmesi**

Süreci gelişimsel açıdan yönetmenin ikinci boyutu, “Danışanın Kendisini Keşfetmesi”dir. Danışanın Kendisini Keşfetmesi boyutunun teması, “Farkındalık”tır. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Aşağıda bu temaya yönelik danışan ifadeleri yer almaktadır.

*“Evet, yani sadece benim düşüncelerimin dünya üzerinde tek olmadığını, farklı düşüncelerin de olabileceğini” başka birinin ağzından duymak hani dedik ya farkındalık oluşturuyor. Eksik yönlerini görüyorsun. Farklı yönlerini görüyorsun. Ben senin yerinde olmuş olsaydım, senin eline farklı bir hayat geliyor ve bunu değerlendiriyorsun. Ben senin yerinde olmuş olsaydım farklı bir hayat duyduğum zaman bana etkileri çok fazla oluyor.”* (K7).

*“Bu anlamda zaten onun, bir sürü edindirdiği kazanımlar oldu bana. Ve ben kendimi daha iyi tanıyıp, kendimin daha çok farkına varıp aslında şu an bulunduğum noktaya geldim.”* (K5).

### **Danışanın Kendisini Dinamik Olarak Anlaması**

Süreci gelişimsel açıdan yönetmenin üçüncü boyutu, “Danışanın Kendisini Dinamik Olarak Anlaması”dır. Danışanın Kendisini Dinamik Olarak Anlaması boyutunun teması, “Sorunun Nedenlerini Bulmak”tır. Bu temaya yönelik de ifadeler: “*Kesinlikle ben buraya öfke için gelmiştim, öfkeme hâkim olamadığım için gelmiştim ve anlattıklarından dolayı asıl sebepleri bulduğumuz için ona teşekkür ediyorum.*” (K1).

### **Eylem**

Süreci gelişimsel açıdan yönetmenin dördüncü boyutu, “Eylem” merhalesidir. Eylem boyutunun teması, danışanı sonuca götürmek ya da problemi çözmektir. Bu temaya yönelik de önemli ifadeler bulunmuştur. Aşağıda bu temaya uygun danışan ifadeleri yer almaktadır:

*“Dediğim gibi daha önce de yardım almaya gittim; ama hiçbirinden sonuç alamadım. Bence şimdiki danışmanım daha iyiydi. Ben geri dönüt aldığımı hissediyorum, bu benim için çok önemliydi.”* (K6).

*“Bir de mesela ilk ikimiz de gergindik ya ben şey diyordum, olmayacak*



*herhalde, bir şey olmaz falan diye düşündüm. Sonra baktım ki bayağı değişim oluyor.” (K3).*

*“Yani ona da yardım eden hoca vesaire. O da bana çok güzel etkinlikler yaptırdı. Öncesi sonrası yapmak benim için çok iyi oldu. Hani böyle olmasaydı ne yapardınız tarzında şeyler çok güzel oldu çünkü bunları hayatımda denedim ve başardım. Sayesinde oldu yani.” (K11).*

### **Tartışma ve Sonuç**

Bu çalışma, psikolojik danışma sürecine getirdikleri problemleri çözdüklerine inanan danışanların, etkili psikolojik danışmana yönelik algılarının incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre etkili psikolojik danışman özellikleri noktasında; psikolojik danışmanın terapötik süreci yönetmesi ve kendisini yönetmesi gibi iki önemli boyut ortaya çıkmıştır. Bu iki boyuta psikolojik danışma sürecini gelişimsel bir doğada iletirmek boyutu eklenmiştir. Toplam üç boyutta 15 etkili psikolojik danışman özelliğinin belirlediği sonucuna varılmıştır.

Psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanyazını incelediğinde, etkililik çalışmalarının oldukça farklı alanlarda gerçekleştirildiği görülmektedir. Bu alanlar genellikle psikolojik danışma öğretim programlarının etkililiğinin incelenmesi (Arredondo-Dowd ve Gonsalves, 1980; Brott, 2006; Hutchins, 1979) ve psikolojik danışma kuramına dayalı yürütülen psikolojik danışma sürecinin etkililiğinin incelenmesi (Ali, Rahbar, Naeem ve Gul, 2003; Bowker ve Maurer, 1987; Hall ve Torres, 2002; Lambert ve Cattani-Thompson, 1996) şeklinde iki boyutta incelenmektedir. Etkililik çalışmalarının üçüncü boyutu ise, psikolojik danışmanların etkililiğidir. Psikolojik danışmanların etkililiğini danışanların gözünden inceleyen çalışmaların sayısının ise, çok az olduğu görülmektedir (Jones ve Markos, 1997; Lee ve Mixson, 1995). Bu çalışma üzerinde çok az çalışılan bir konu üzerinde bulgular ortaya koyduğu için alanyazına katkı sağlamıştır.

Çalışma bulguları etkili psikolojik danışmanların sahip oldukları özelliklerin girdiği boyutlar açısından değerlendirilebilir. Bu noktada psikolojik danışma sürecinin ya da terapötik sürecin terapötik koşullar ve beceriler olmak üzere temel ve önemli öğeleri bulunmaktadır (Kuzgun, 2000; Özgüven, 2001). Bu öğeleri psikolojik danışma sürecinde kullanmak önemli bir iyileştirici güç olarak değerlendirilmektedir (Cormier ve Hackney, 2008; Gladding, 2000; Rogers, 1957). Bu çalışma bulguları da psikolojik danışmanların bu iyileştirici güçlere uygun bir şekilde psikolojik danışma sürecini yönettiklerinde etkili psikolojik danışmanlar olarak algılandıklarını göster-

mektedir.

Alanyazın incelendiğinde bu araştırma sonuçlarının, alanyazında kuramsal açıdan ele alınan bilgileri ve bulguları doğruladığı görülmektedir. Örneğin hem Charkuff (2011) hem de Cormier ve Cormier (1991), psikolojik danışmanların etkili bir terapötik ilişki kurmalarının onları etkili psikolojik danışman yapacağını belirtmektedirler. Bu bilim insanları söz konusu çalışmalarında yer alan terapötik süreci yönetme kavramına işaret etmişlerdir. Özellikle terapötik becerileri kullanmak ve koşulları oluşturmak temaları ile anılan kuramsal açıklamalar örtüştüğü ifade edilebilir. Buna ek olarak, danışanla bağlanmak, destekleyici olmak, bakış açısını genişletmek ve süreci bilimsel bir şekilde kullanmak gibi temalar da ilgili bilim insanlarının kuramsal açıklama kapsamını genişletmiştir. Psikolojik danışmanın kendini yönetmesi ve süreci gelişimsel basamaklara göre takip etmesi gibi kapsamlı tanımlamaları da Egan'ın (1975) kuramsal açıklamalarını desteklemektedir. Egan'a (1975) göre, psikolojik danışmanlar etkili yardım edici olduklarını belirtmektedir. Egan (1975), etkin dinleme ve danışmanın beden duruşu gibi boyutlarıyla konuyu incelemiştir. Oysa bu çalışmada; olumlu kişilik özelliklerini sürece dâhil etmek, yüksek düzeyde motivasyon, kendi duygusallığını kontrol etmek, rahat olmak ve etkileyici bir ses tonuna sahip olmak gibi temalar, Egan'ın (1975) etkili yardım edici özelliklerinin kapsamını genişletmiştir. Ayrıca, psikolojik danışmanın kendi duygusallığını kontrol etmesi Corey'in açıklamaları ile de örtüşmektedir. Çünkü Corey'e (2013) göre, etkili psikolojik danışmanların kaygıları ile başa çıkabilmeleri, kendileri olup ve kendilerini ifade edebilmeleri, danışanlarla ilişkilerinde kendilerini tükenmişlikten koruyabilmeleri, uygun tekniklerin kullanımını öğrenmeleri ve bir birey ve meslek insanı olarak ayakta kalabilmeleri ile mümkündür.

Çalışma bulguları psikolojik danışma sürecinin gelişimsel doğası bağlamında da değerlendirilebilir. Psikolojik danışma ve psikoterapi süreci bir etkileşim ve iletişim sürecidir. Pozitif Psikoterapinin kurucusu Peseschkian'a (1997) göre, her etkileşim süreci belli basamakları içerir. Bu basamakları bağlanma, farklılaşma ve ayrılma olmak üzere üç önemli noktada ele almak gerekir. Psikoterapi süreci, bu etkileşim basamaklarına göre ilerler. Psikoterapide ele alınan bu gerçeklik psikolojik danışma sürecinde de Egan (1975) tarafından, Gelişimsel Yardım Modeli kapsamında incelenmiştir. Egan'a göre (1975), gelişimsel yardım süreci yardım etme ön merhalesi, kendini keşfetme merhalesi, kendini dinamik olarak anlama merhalesi ve eylem

merhalesi olmak üzere dört merhaleden oluşur. Alanyazında Egan'ın yaklaşımını ve gelişimsel süpervizyon modellerini temel alarak gerçekleştirilmiş çalışmalar bulunmaktadır (Eryılmaz ve Mutlu, 2017, 2018). Zikredilen çalışmalarda gelişimsel yaklaşımın psikolojik danışmada kullanılmasının danışanların sorunlarını çözmeye ve psikolojik danışmanların yetkinliklerini arttırmada önemli olduğu belirtilmektedir. Bu çalışma sonuçları da anılan çalışmalarla benzer bulgular ortaya koymuştur. Farklılık ise, sürecin gelişimsel bir şekilde ilerlemesinin işlevselliğinin danışanlar tarafından ifade edilmesidir.

Bu çalışmada etkili psikolojik danışmanlığın görüldüğü üçüncü boyut, psikolojik danışmanın kendisini yönetmesidir. Alanyazın psikolojik danışmanın kendisini yönetmesi, psikolojik danışma sürecinde kendi rollerini belirginleştirmesi, danışanın getirdiği soruna ilişkin kuramsal bilgiye sahip olması, psikolojik danışmanın doğasına yönelik bilimsel bir anlayışa sahip olması, kendisini tanıması ve bu tanıma doğrultusunda düzenlemesi olarak değerlendirilmektedir (Corey, 2013; Emmerson, 2006; Eryılmaz ve Mutlu, 2016, Eryılmaz, 2018). Bu çalışma bulguları, psikolojik danışmanın kendisini yönetmesi bir başka deyişle psikolojik danışma süreci açısından öz-düzenlemesi oranında etkili psikolojik danışmanlar olduklarını ortaya koymaktadır. Bu boyutta sabır, çalışkanlık ve sorumluluk gibi kişilik özelliklerinin de süreçte yer alması önemlidir. Bu bulgu kişilik psikolojisi alanyazını ile oldukça tutarlı görülmektedir. Örneğin McCrae ve Costa (2003), iş hayatında en çok kullanılan ve iş başarısında etkili olan kişilik özelliğinin sorumluluk kişilik özelliği olduğunu belirtmişlerdir. Bu çalışma etkili psikolojik danışman olmada kişiliğin etkisini ortaya koyması açısından alanyazına katkı sağlamıştır, denilebilir.

Alanyazında etkili psikoterapistlerin özelliklerini ortaya koyan bilim insanlarından biri de Wampold'tur (2011). Wampold, etkili psikoterapistlerin 14 özelliğe sahip olduklarını belirtmektedir. Bu çalışma ile Wampold'un çalışması arasında benzerlikler ve farklılıklar bulunmaktadır. En önemli farklılık, Wampold etkililik konusunu psikoterapistlik bağlamında incelerken; bu çalışma ise etkililiği psikolojik danışmanlık boyutunda incelemektedir. Ortak noktalar ise her iki çalışmada da terapötik sürecin yönetilmesinin ve psikolojik danışmanın/psikoterapistin kendini yönetmesinin önemine yönelik bilgilerin ve bulguların ortaya konmasıdır.

Bu çalışma sonuçlarına dayalı olarak birtakım öneriler geliştirilebilir.

Öncelikle psikolojik danışman eğitiminde bu çalışmada ortaya konan özelliklerin etkisinin nicel olarak da incelenmesi alanyazına katkı sağlayabilir. Ayrıca, süpervizyon sürecinin bir parçası olarak da bu çalışma bulguları kullanılabilir. Bir başka deyişle etkili psikolojik danışman olma şeklinde bir boyutta süpervizyon süreçlerine eklenebilir. Psikolojik danışman eğitiminde, bu çalışmada ortaya çıkan her bir temaya yönelik etkinlikler geliştirilebilir. Böylece, etkili psikolojik danışman eğitimi programı hazırlanabilir. Bu programların uygulanması yoluyla da psikolojik danışmanların etkililikleri artırılabilir. Ayrıca, alanda çalışan psikolojik danışmanlar da bu çalışma sonuçlarından yararlanabilir. Kendi psikolojik danışma süreçlerinde etkili olup olmadıklarını değerlendirmek adına bu çalışma bulgularından yararlanabilirler.

### Kaynakça

- Akbaş, S. (2001). *İlköğretim ve ortaöğretim okullarındaki rehberlik hizmetlerinin yürütülmesinde oluşturulan işbirliğinin incelenmesi (Adana örneği)*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ali, B. S., Rahbar, M. H., Naeem, S. ve Gul, A. (2003). The effectiveness of counseling on anxiety and depression by minimally trained counselors: A randomized controlled trial. *American Journal of Psychotherapy*, 57(3), 324-336.
- Arredondo-Dowd, P. M. ve Gonsalves, J. (1980). Preparing culturally effective counselors. *Journal of Counseling & Development*, 58(10), 657-661.
- Bowker, L. H. ve Maurer, L. (1987). The effectiveness of counseling services utilized by battered women. *Women & Therapy*, 5(4), 65-82.
- Brott, P. (2006). Counselor education accountability: Training the effective professional school counselor. *Professional School Counseling*, 10(2), 179-188.
- Carkhuff, R. (2011). *21. yüzyılda yardım etme sanatı*. (R. Karaca ve F. E. İkiz, Çev.). Ankara: Nobel Yayınevi Basım Dağıtım. (Orijinal çalışma basım tarihi 2014.)
- Carkhuff, R. R. (2000). *The art of helping in the 21<sup>st</sup> century*. U.S.A.: Human Resource Development Press, Inc.
- Christensen, L. B., Johnson, R. B. ve Turner, L. A. (2007). *Araştırma yöntemleri desen ve analiz*. (A. Aypay, Çev. Ed.). Ankara: Anı Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 2015.)
- Cresswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry and research design*. London: Sage.
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy (9<sup>th</sup> edition)*. California: Brooks/Cole.
- Cormier, W. H. ve Cormier, L. S. (1991). *Interviewing strategies for helpers* (3. baskı). Pacific Grove, California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Cormier, S. ve Hackney, H. (2008). *Counseling strategies and interventions* (7. baskı). Boston: Pearson Education Inc.

- Dwyer, S. C., Piquette, N., Buckle, J. L. ve McCaslin, E. (2013). Women gamblers write a voice: Exploring journaling as an effective counseling and research tool. *Journal of Groups in Addiction & Recovery*, 8(1), 36-50.
- Egan, G. (2011). *Psikolojik danışmaya giriş*. (Ö. Yüksel, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1975.)
- Emmerson, G. (2006). *Advanced skills and interventions in therapeutic counseling*. Carmarthen: Crown House.
- Eryılmaz, A. (2016). *Psikolojik sorunlara müdahale ve kendi kendine yardım*. Ankara: Pegem.
- Eryılmaz, A. (2018). Effectiveness of the multi-dimensional individual counseling intervention model to common psychological problems for non-clinical sample. *Online Journal of Counseling & Education*, 7(1), 1-18.
- Eryılmaz, A. ve Mutlu, T. (2016). *Kuramdan uygulamaya bireyle psikolojik danışma*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Eryılmaz, A. ve Mutlu, T. (2017). Developing the four-stage supervision model for counselor trainees. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 17(2), 597-629.
- Eryılmaz, A. ve Mutlu, T. (2018). Gelişimsel kapsamlı süpervizyon modeline ilişkin psikolojik danışman adaylarının görüşlerinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(65), 123-141.
- Gladding, S. T. (2000). *Counseling; a comprehensive profession*. New Jersey: Prentice Hall.
- Jackson, M. ve Thompson, C. L. (1971). Effective counselor: Characteristics and attitudes. *Journal of Counseling Psychology*, 18(3), 249-254.
- Jones, W. P. ve Markos, P. A. (1997). Client rating of counselor effectiveness: A call for caution. *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*, 28, 23-28.
- Hall, A. S. ve Torres, I. (2002). Partnerships in preventing adolescent stress: Increasing self esteem, coping, and support through effective counseling. *Journal of Mental Health Counseling*, 24(2), 97-109.
- Hutchins, D. E. (1979). Systematic counseling: The T-F-A model for counselor intervention. *Journal of Counseling & Development*, 57(10), 529-531.
- İkiz, E. F. ve Totan, T. (2014). Etkili psikolojik danışman niteliklerinin değerlendirilmesine yönelik ölçek geliştirme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 269-279.
- Kepçeoğlu, M. (1994). *Psikolojik danışma ve rehberlik*. Ankara: Özerler Matbaası.
- Kuzgun, Y. (2000). *Rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: Yüksek Öğretim Kurumu.
- Lambert, M. J. ve Cattani-Thompson, K. (1996). Current findings regarding the effectiveness of counseling: Implications for practice. *Journal of Counseling & Development*, 74(6), 601-608.
- Lee, W. M. ve Mixson, R. J. (1995). Asian and Caucasian client perceptions of the effectiveness of counseling. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 23(1), 48-56.
- Merriam, S. B. (2009). *Qualitative Research: A guide to design and interpretation*. San Francisco: Jossey-Bass.
- McCrae, R. R. ve Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective*. Guilford Press: New York.

- Owen, K. F., Owen, W. D. ve Ballestero, V. (2009). Counselors and administrators: The collaborative alliance in three countries. *Eurasian Journal of Educational Research*, 36, 23-38.
- Özabacı, N., Sakarya, N. ve Doğan, M. (2008). Okul müdürlerinin okuldaki psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerine ilişkin görüşlerinin değerlendirilmesi. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(19), 8-22.
- Özgül, İ. E. (2001). *Çağdaş eğitimde psikolojik danışma ve rehberlik*. Ankara: Pdrem Yayınları.
- Peseschkian, N. (1997). *Positive psychotherapy: Theory and practice*. Fischer TB: Frankfurt.
- Roeschle, J. G. ve Nix, S. (2009). A solution-focused leadership model: Examining perceptions of effective counselor leadership. *Journal of School Counseling*, 7(5), 1-21.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95-103.
- Soygüt, G. ve Işıklı, S. (2008). Terapötik ittifakın değerlendirilmesi: Terapötik İttifak Ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(4), 398-408.
- Tuzgöl-Dost, M. ve Keklik, İ. (2012). Alanda çalışanların gözünden psikolojik danışma ve rehberlik alanının sorunları. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 389-407.
- Wampold, B. E., (2011). Qualities and actions of effective therapists. *American Psychological Association*, Series I-Systems of Psychotherapy, <https://www.apa.org/education/ce/effective-therapists.pdf>.
- Yaka, B. (2013). Mikro Beceri Eğitimi Programı'nın psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma becerilerine etkisi. *Ege Eğitim Dergisi*, 14(2), 1-24.
- Yeşilyaprak, B. (2001). *Eğitimde rehberlik hizmetleri*. Ankara: Nobel Yayın.