

**T.C.**  
**ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**  
**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ÇEVİRİMİÇİ VE YÜZ YÜZE PSİKOTERAPİDE TERAPÖTİK İTTİFAK VE ÖZ  
YETERLİK İNANCI ARASINDAKİ YORDAYICI İLİŞKİDE MESLEKİ  
DENEYİMİN ARACI ROLÜ**

**Gamze GÖKKAYA**

**HAZİRAN 2023**

**ANTALYA**



**T.C.  
ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ÇEVİRİMİÇİ VE YÜZ YÜZE PSİKOTERAPİDE TERAPÖTİK İTTİFAK VE ÖZ  
YETERLİK İNANCI ARASINDAKİ YORDAYICI İLİŞKİDE MESLEKİ  
DENEYİMİN ARACI ROLÜ**

**Gamze GÖKKAYA**

**HAZİRAN 2023**

**ANTALYA**

**T.C.**  
**ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**ÇEVİRİMİÇİ VE YÜZ YÜZE PSİKOTERAPİDE TERAPÖTİK İTTİFAK VE ÖZ  
YETERLİK İNANCI ARASINDAKİ YORDAYICI İLİŞKİDE MESLEKİ  
DENEYİMİN ARACI ROLÜ**

**Gamze GÖKKAYA**

PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS  
PROGRAMI tezi olarak 04/07/2023 tarihinde jüri tarafından (oybirliği / oyçokluğu  
ile) kabul edilmiştir.

Dr. Öğr. Üyesi Nihan TEZER (Danışman)

Dr. Öğr. Üyesi Cumhur AVCİL

Dr. Öğr. Üyesi Muazzez Merve AVCIOĞLU

Enstitü Müdürü

Prof. Dr. İbrahim Sani MERT

Tez Teslim Tarihi: / /

## BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Çevrim içi Ve Yüz Yüze Psikoterapide Terapötik İttifak Ve Öz Yeterlik İnancı Arasındaki Yordayıcı İlişkide Mesleki Deneyimin Aracı Rolü” adlı bu çalışmanın hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, bu çalışmanın herhangi bir kısmının başka bir akademik çalışma olarak sunulmadığını beyan ederim.

/ /

Gamze GÖKKAYA

## İÇİNDEKİLER

ÖZET .....	i
ABSTRACT .....	iii
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	vi
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	vii
EKLER LİSTESİ .....	viii
TEŞEKKÜR .....	ix
1.GİRİŞ .....	1
1.1. Araştırmanın Kuramsal Arka Planı .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	4
1.2.1.Araştırmanın Hipotezleri .....	5
1.3. Araştırmanın Önemi .....	5
2. KURAMSAL ÇERÇEVE .....	8
2.1.Psikoterapi .....	8
2.2. Terapötik İttifak .....	13
2.2.1. Tanımı.....	13
2.2.2. Terapötik İttifak ile İlgili Çalışmalar .....	14
2.2.3. Çevrim içi Psikoterapi Ve Terapötik İttifak.....	15
2.3. Özyeterlik .....	16
2.3.1. Sosyal Bilişsel Kuram.....	18
2.3.2. Psikolojik Danışma Ve Öz Yeterlik .....	20
2.3.3. Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ve Terapötik İttifak.....	23
2.4. Mesleki Deneyim .....	24
2.4.1. Mesleki Deneyim ve Terapötik İttifak Çalışmaları .....	25
3.YÖNTEM.....	28
3.1. Araştırma Modeli .....	28
3.2. Örneklem .....	28
3.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları .....	33
3.3.1. Demografik Bilgi Formu .....	33
3.3.2. Terapötik İttifak Ölçeği Kısa Formu-Terapist Formu (TİÖ-KF-TF-GDÖ).....	33
3.3.3. Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ).....	34
3.4. İşlem.....	35
3.5. İstatistiksel Analiz .....	36
3.5.1. TİÖ-KF-TF-GDÖ ve PDÖYÖ Ölçeklerinin Güvenirlik Analizi .....	36

3.6. Normallik Analizi.....	37
3.7. Etik Kurul .....	39
4.BULGULAR .....	40
4.1. Terapötik İttifak ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlilik Düzeylerinin Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırması .....	40
4.2. TİÖ-KF-TF ve PDÖYÖ ile Ölçek Alt Boyutlarının Mesleki Deneyim Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırması .....	41
4.2.1. TİÖ ve PDÖYÖ Ölçek ve Alt Boyutlarının Çalışma Süresi Değişkenine Göre Karşılaştırılması .....	41
4.2.2. TİÖ ve PDÖYÖ Ölçek ve Alt Boyutlarının Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı Değişkenine Göre Karşılaştırılması .....	43
4.2.3. TİÖ ve PDÖYÖ Ölçek ve Alt Boyutlarının Haftalık Çevrim İçi Seans Sayısı Değişkenine Göre Karşılaştırılması .....	44
4.3. TİÖ-KF-TF-GDÖ ve PDÖYÖ ile Ölçek Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	47
4.4.1. Yüz Yüze Psikoterapi İçin Elde Edilen Regresyon Analizi Bulguları .....	51
4.4.2. Çevrim içi Psikoterapi için Elde Edilen Regresyon Analizi Bulguları .....	53
4.5. Teorik Yapısal Modelin Path Analizi ile Test Edilmesi.....	55
4.5.1. Yüz yüze Psikoterapi için Elde Edilen Path Analizi Bulguları.....	56
5. TARTIŞMA.....	65
5.1. Terapötik İttifak ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlilik Düzeylerinin Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi .....	65
5.2. Psikolojik Danışma Öz Yeterlilik Düzeylerinin Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi .....	67
5.3. Mesleki Deneyim ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlilik Düzeylerinin Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi .....	68
5.3.1. Çalışma Süresi Değişkeni ile PDÖY Düzeyinin Çevrim İçi ve Yüz Yüze Grup Karşılaştırmasına Dair Bulgular .....	69
5.3.2. Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı Değişkeni ile PDÖY Düzeyinin ve Terapötik İttifak Düzeyinin Çevrim İçi ve Yüz Yüze Grup Karşılaştırmasına Dair Bulgular.....	70
5.3.3. Haftalık Çevrim İçi Seans Sayısı Değişkeni ile PDÖY Düzeyinin ve Terapötik İttifak Düzeyinin Çevrim İçi ve Yüz Yüze Grup Karşılaştırmasına Dair Bulgular.....	70
5.3.4. Süpervizyon Durumu Değişkeni ile PDÖY Düzeyinin Çevrim İçi ve Yüz Yüze Grup Karşılaştırmasına Dair Bulguların Değerlendirilmesi.....	71
5.4. Terapötik İttifak ve Mesleki Deneyimin Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi.....	72
5.5. Regresyon Analizine Dair Bulguların Değerlendirilmesi .....	73
5.6. Aracılık Etkisine İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi.....	74

6. SONUÇ VE ÖNERİLER .....	76
6.1. Sonuç .....	76
6.2. Sınırlılıklar ve Öneriler.....	78
KAYNAKÇA .....	80

## ÖZET

# ÇEVİRİMİÇİ VE YÜZ YÜZE PSİKOTERAPİDE TERAPÖTİK İTTİFAK VE ÖZ YETERLİK İNANCI ARASINDAKİ YORDAYICI İLİŞKİDE MESLEKİ DENEYİMİN ARACI ROLÜ

**Gamze GÖKKAYA**

**Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Nihan TEZER**

**Haziran 2023; 79 sayfa**

Bu çalışmada çevrim içi ve yüz yüze psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifak üzerinde, psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancının yordayıcı etkisi üzerinde mesleki deneyimin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın amacı doğrultusunda terapötik ittifak üzerinde psikolojik danışma öz yeterlik inancının yordayıcı etkisi üzerinde mesleki deneyimin ne ölçüde aracılık ettiği tespit edilmiştir. Çalışmanın örneklemini 18-65 yaş aralığındaki 107 psikolog oluşturmaktadır. Çalışmanın ölçüm aracı olarak Demografik Bilgi Formu, Terapötik İttifak Ölçeği Kısa Formu-Terapist Formu (TİÖ-KF-TF), Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ) kullanılmıştır. Verilerin normallik analizinin ardından bağımlı gruplar arası t testi, eşli gözlem t testi, Pearson Korelasyon Analizi ve çok değişkenli adımsal regresyon analizi üzerinden incelenmiştir. Mesleki deneyimi incelemek üzere oluşturulan yapısal model yol analizi ile incelenmiştir.

Yürütülen analizler sonucunda yüz yüze ve çevrim içi psikoterapi oturumlarında terapötik ittifakın alt boyutu olan bağ ve amaç alt boyutlarında ve PDÖYÖ alt boyutları arasında içgörü becerileri dışındaki tüm alt boyutlarında gruplar arası istatistiksel düzeyde anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir. Çalışma süresi değişkenine göre gruplar arasında PDÖYÖ alt boyutlarında anlamlı bir farklılık gözlemlenmiş, TİÖ alt boyutları arasında gruplar arası bir farklılık bulunmamıştır. Model kapsamında araştırma hipotezlerine uygun toplam dört (4) adet regresyon modeli oluşturulmuştur.

Aracılık analizi çıktılarına göre mesleki deneyimin TİÖ üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamsız olduğu ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ) aracılığı ile Terapötik İttifak Ölçeği üzerine dolaylı etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Çevrim içi ortamda yürütülen psikoterapilerde mesleki deneyimin PDÖYÖ aracılığı ile TİÖ üzerine dolaylı etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir. Çalışmanın bulguları ilgili literatür çerçevesinde tartışılmış ve araştırmanın katkıları belirtilmiştir.

**ANAHTAR KELİMELEER:** yüz yüze psikoterapi, çevrim içi psikoterapi, mesleki deneyim

**JÜRİ:** Dr. Öğr. Üyesi Nihan TEZER

Dr. Öğr. Üyesi Cumhur AVCİL

Dr. Öğr. Üyesi Muazzez Merve AVCIOĞLU

## **ABSTRACT**

### **THE MEDIATING ROLE OF PROFESSIONAL EXPERIENCE IN THE PREDICTIVE RELATIONSHIP BETWEEN THERAPEUTIC ALLIANCE AND SELF-EFFICACY BELIEFS IN ONLINE AND FACE-TO-FACE PSYCHOTHERAPY**

**Gamze GÖKKAYA**

**MSc Thesis in Psychology**

**Supervisor: Asst. Prof. Dr. Nihan TEZER YÖRÜK**

**June, 2023: 79 pages**

This study aims to examine the mediating role of professional experience on the predictive effect of the psychotherapist's counselling self-efficacy belief on the therapeutic alliance perceived by the psychotherapist in çevrimiçi and face-to-face psychotherapy. In line with the purpose of the study, it was determined to what extent professional experience mediated the predictive effect of counselling self-efficacy belief on the therapeutic alliance. The sample of the study consists of 107 psychologists between the ages of 18-65. Demographic Information Form, Therapeutic Alliance Scale Short Form-Therapist Form, and Psychological Counseling Self-Efficacy Scale were used as the measurement interval of the study. After the normality analysis of the data, intergroup t-test, paired observation t-test, Pearson Correlation Analysis and multivariate stepwise regression analysis were used. The structural model created to examine professional experience was examined by path analysis.

As a result of the analyzes carried out, a statistically significant intergroup relationship was observed in face-to-face and çevrimiçi psychotherapy sessions in the sub-dimensions of the therapeutic alliance, in the sub-dimensions of bond and purpose, and in all sub-dimensions of PBLQ, except insight skills. A significant difference was observed in the PBLQ sub-dimensions between the groups according to the working time variable, and there was no difference between the groups in the PBL sub-dimensions. Within the scope of the model, a total of four (4) regression models were created in accordance with the research hypotheses.

According to the mediation analysis outputs, it is seen that the effect of professional experience on WAI is statistically insignificant, and the indirect effect on the Therapeutic Alliance Scale via the Psychological Counseling Self-Efficacy Scale (PCSES) is statistically significant. It is seen that the indirect effect of professional experience on WAI through PBLQ in çevrimiçi psychotherapies is not statistically significant. The findings of the study were discussed within the framework of the relevant literature and the contributions of the research were stated.

**KEYWORDS:** face-to-face psychotherapy, çevrimiçi psychotherapy, professional experience, mediating influence

**COMMITTEE:** Asst. Prof. Dr. Nihan TEZER

Asst. Prof. Dr. Cumhuri AVCIL

Asst. Prof. Dr. Muazzez Merve AVCIOĞLU

## SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

### Simgeler

<b>S.S.</b>	: Standart sapma
<b>N</b>	: Toplam sayı
<b>p</b>	: Anlamlılık düzeyi
<b>r</b>	: Korelasyon katsayısı
<b><math>\beta</math></b>	: Regresyon katsayısı

### Kısaltmalar

<b>BDT</b>	: Bilişsel Davranışçı Terapi
<b>TIÖ</b>	: Terapötik İttifak Ölçeği
<b>TIÖ-KF-TF</b>	:Terapötik İttifak Ölçeği- Kısa Formu- Terapist Formu
<b>TPD</b>	:Türk Psikologlar Derneği
<b>PDÖY</b>	: Psikolojik Danışmanın Öz Yeterliği
<b>PDÖYÖ</b>	:Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği

## TABLULAR LİSTESİ

<b>Tablo 3. 1.</b> Sosyodemografik Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler .....	29
<b>Tablo 3. 2.</b> Katılımcıların Mesleki Bilgileri ile İlgili Veriler .....	30
<b>Tablo 3. 3.</b> Örneklemeye dair betimsel istatistikler .....	33
<b>Tablo 3. 4.</b> Ölçekler ve alt boyutlarının yüz yüze ve çevrim içi terapideki güvenilirlik katsayıları .....	37
<b>Tablo 3. 5.</b> Çalışmada kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının ortama, standart sapma ve çarpıklık değerleri .....	38
<b>Tablo 4.1.</b> Yüz Yüze ve Çevrim İçi Psikoterapilerde Kullandıkları TiÖ-KF-TF-GDÖ ve PDÖYÖ Alt Boyut Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması .....	40
<b>Tablo 4. 2.</b> Çalışmaya katılan bireylerin çalışma süresine göre yüz yüze ve çevrim içi psikoterapilerde kullanılan ölçek ve alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları .....	42
<b>Tablo 4. 3.</b> Çalışmaya katılan bireylerin yüz yüze seans sayısına göre kullanılan ölçek ve alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları .....	44
<b>Tablo 4. 4.</b> Çalışmaya katılan bireylerin haftalık çevrim içi seans sayısına göre çevrim içi psikoterapilerde kullanılan ölçek alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları. ....	45
<b>Tablo 4. 5.</b> Çalışmaya katılan bireylerin süpervizyon eğitimi alma durumuna göre yüz yüze ve çevrim içi psikoterapilerde kullanılan ölçek ve alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları .....	46
<b>Tablo 4. 6.</b> Ölçekler Ve Alt Boyutlarının Yüz Yüze Terapideki Korelasyon Analizi Sonuçları .....	48
<b>Tablo 4. 7.</b> Ölçekler Ve Alt Boyutlarının Çevrim içi Terapideki Korelasyon Analizi Sonuçları .....	49
<b>Tablo 4. 8.</b> Görüşme Değerlendirme Ölçeği Yüz yüze psikoterapi puanlarına ilişkin regresyon analizi .....	51
<b>Tablo 4. 9.</b> Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği Yüz yüze psikoterapi puanlarına ilişkin regresyon analizi .....	52
<b>Tablo 4. 10.</b> Görüşme Değerlendirme Ölçeği Çevrim İçi Psikoterapi Puanlarına İlişkin Regresyon Analizi .....	53
<b>Tablo 4. 11.</b> Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği çevrimiçi psikoterapi puanlarına ilişkin regresyon analizi .....	54
<b>Tablo 4. 12.</b> Uyum İyiliği İndeksi Kabul Kriterleri .....	56
<b>Tablo 4. 13.</b> Yüz yüze Psikoterapi için Path Analizi Uyum İyiliği İndeksleri .....	56
<b>Tablo 4. 14.</b> Yüz yüze psikoterapi için yapılan Path Analizi Standartlaştırılmış Sonuçları .....	58
<b>Tablo 4. 15.</b> Yüz Yüze Psikoterapi İçin Karesi Alınmış Çoklu Korelasyonlar (Squared Multiple Correlations) .....	59
<b>Tablo 4. 16.</b> Yüz Yüze Psikoterapi İçin Standardize Edilmiş Doğrudan, Dolaylı Ve Toplam Etkiler .....	60
<b>Tablo 4. 17.</b> Çevrim içi Psikoterapi İçin Path Analizi Uyum İyiliği İndeksleri .....	60
<b>Tablo 4. 18.</b> Çevrim içi Psikoterapi İçin Yapılan Path Analizi Standartlaştırılmış Sonuçları .....	62
<b>Tablo 4. 19.</b> Çevrim içi Psikoterapi İçin Karesi Alınmış Çoklu Korelasyonlar (Squared Multiple Correlations) .....	62
<b>Tablo 4. 20.</b> Çevrim içi Psikoterapi İçin Standardize Edilmiş Doğrudan, Dolaylı Ve Toplam Etkiler .....	63

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. 1. Araştırmanın yapısal modeli.....	4
Şekil 2. 1. Psikoterapinin tarih içerisindeki gelişimi .....	11
Şekil 4. 1. Başlangıçta önerilen yapısal model.....	55
Şekil 4. 2. Yüz Yüze Psikoterapi İçin Yapılan Path Analizi Sonucu Elde Edilen İz Grafiği	57
Şekil 4. 3. Çevrim içi Psikoterapi İçin Yapılan Path Analizi Sonucu Elde Edilen İz Grafiği .....	61

## **EKLER LİSTESİ**

**EK 1.** Bilgilendirilmiş Onam Formu

**EK 2.** Katılım Sonrası Bilgi Formu

**EK 3.** Demografik Bilgi Formu

**EK 4.** Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Formu- Terapist Formu

**EK 5.** Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği

**EK 6.** Etik Kurul Onayı

## TEŞEKKÜR

Öncelikle tez sürecimde değerli bilgi birikimi ile bana yol gösteren, bakış açısıyla mesleki kimliğimi zenginleştiren ve güler yüzünü hiç eksik etmeyen saygıdeğer tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Nihan TEZER 'e teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca lisansüstü eğitimimde etik duruşu ile bana ışık tutan sevgili hocam Gizem SARISOY AKSÜT'e ve hoşgörülü geri bildirimleri ile beni geliştiren Dr. Öğr. Üyesi Cumhur AVCİL'e katkıları için teşekkürlerimi sunarım. Jürime katılmayı kabul ederek yapıcı ve değerli yorumları ile tezime katkı sağlayan Dr. Öğr. Üyesi Muazzez Merve AVCIOĞLU'na teşekkürlerimi sunarım.

Lisansüstü eğitimim boyunca birlikte ders alma fırsatı bulduğum, zorlukları birlikte aştığımız sevgili arkadaşlarım ve meslektaşlarım Uzm. Psk. Şeyma MAVİ ve Uzm. Psk. Gözde GETTİOĞLU'na bu yolculukta varlıklarını her daim hissettirdikleri için çok teşekkür ederim. Tezin her aşamasında gerek duygusal gerekse akademik desteğini esirgemeyen canım arkadaşım Psk. Veli ÇELEBİ'ye ne kadar teşekkür etsem azdır.

Hayatımın her döneminde beni koşulsuz destekleyen canım annem Fatma GÖKKAYA'ya, beni ben yapan sevgisini ve güvenini her daim kalbimde hissettiğim canım babam Osman GÖKKAYA'ya, motivasyon kaynağım canım ablam Türkan GÖKKAYA ZEYBEK'e ve beni hep destekleyen canım abim Süleyman GÖKKAYA'ya teşekkür ederim.

Bana benden daha çok güvenen, her koşulda destekleyen ve bana inanan sevgili yol arkadaşım İsmail KAŞLICA'ya çok teşekkür ederim.

## 1.GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın kuramsal arkaplanı, araştırmanın amacı, hipotezleri ve araştırmanın alanyazına sağlayacağı katkı ile önemini vurgulayan bilgiler sunulacaktır.

### 1.1. Araştırmanın Kuramsal Arka Planı

Psikoterapi, danışan ve psikoterapist arasında gelişen, bireyin öznel iyi oluşunu arttırmayı hedefleyerek ilerleyen ve kuramsal açıdan dengeli ve yansız şekilde bilime dayanarak, ruhsal tedavi ve müdahale yöntemi anlamına gelmektedir (APA, 2019, akt. Büyükbaş, 2021). Güleç (1993)'e göre psikoterapi, danışanın yaşadığı içsel çatışmaları çözümlenmeyi ve içsel çatışma kaynaklı bozulan işlevsellik, uyum süreci, kişilerarası ilişkiler gibi durumlarını arttırmayı amaçlayan teknikler bütünüdür. Psikoterapide temel amaç kişilerin rahatsızlık duyduğunu belirttikleri davranış, düşünce ve duygular ile çalışılması ve bu rahatsızlıkların belirli ölçülerde azaltılmasıdır (Gerrig ve Zimbardo, 2013; Corsini ve Wedding, 2012). Bu sebeple psikoterapi sürecinde danışanın değişiminde etkili olduğu düşünülen terapötik ilişki, psikoterapi yaklaşımı gibi değişkenlerin araştırılması oldukça önemlidir (Whiston ve Sexton, 1993).

Günümüzde geleneksel olan yüz yüze psikoterapiyi bir kenara ayırırsak uzaktan psikoterapi ile ilgili literatür tarandığında Freud'un bir asırdan daha fazla bir süre önce danışanları ile mektup yoluyla iletişim kurarak psikoterapiyi yürüttüğünü vurgulamaktadır. Günümüzde ise mektubun yerini anında karşı tarafa ulaşan e-posta yöntemi olarak e-posta tabanlı psikoterapi almıştır ve bununla birlikte diğer internet tabanlı teknolojiler bir araya gelerek 'çevrim içi terapi' kavramı oluşmuştur (Mulhauser, 2005). Bloom (1998) 'çevrim içi danışmanlık' veya 'çevrim içi psikoterapi' kavramını danışan ve psikoterapistin birbirlerinden uzak olduğu durumlarda teknolojik araçlardan faydalanarak iletişimin ve psikoterapi hizmetinin sağlanması ve yürütülmesi şeklinde açıklamaktadır. Richards ve Viganò (2012) ise çevrim içi psikoterapiyi danışan ve psikoterapist arasındaki profesyonel ilişkinin, bilgisayar destekli iletişim teknolojileri aracılığı ile kurulması ve psikoterapi müdahalelerinin internet tabanlı ortamda sunulması şeklinde açıklamaktadır.

Psikoterapötik ittifak etkili psikoterapi uygulamalarını değerlendirmek için kullanılan kavramlar arasında yer almaktadır. Freud (1912) ilk olarak terapötik ittifak kavramını danışan ve psikoterapist arasındaki pozitif aktarımı baz alarak geliştirmiştir. Terapötik ittifak kavramı psikanalitik açıdan Greenson (1967) tarafından çalışma ittifakı şeklinde yeniden tanımlanmıştır. Zetzel (1956, akt. Gülüm, 2017) ise nesne ilişkileri kuramı açısından danışan ve psikoterapist arasındaki ilişkiyi kavramsallaştırmıştır. Bu kavramsallaştırmaya göre terapötik ittifak güvene dayalı danışan psikoterapist ilişkisi ile uygulanan ya da uygulanacak olan müdahalelerden sonuç alınabilmesi açısından da oldukça önemli bir yere sahiptir.

Bordin (1979) psikoterapötik ittifakın, psikoterapiye değişim için gelen kişinin değişim hedefine ulaşmasında önemli bir rol oynadığını belirtmektedir. Diğer bir ifade ile terapötik ittifak, terapinin başarı ile sonuçlanmasında ve değişimi getirmede önemli bir rol

Oynamaktadır (Bordin, 1979; akt. Horvath ve Symonds, 1991). Bordin (1979) psikoterapist ve danışan arasında geliştirilen güvene dayalı bir bağ ile birlikte terapinin belli görevleri içermesi, bu görev ve terapinin amaçları üzerinde danışan ve psikoterapistin karşılıklı anlaşmasıyla oluşan ilişkiyi terapötik ittifak kavramı olarak açıklamaktadır.

Terapötik ittifak üzerinde etkili olan faktörlere bakıldığında ise psikoterapistin gerçekleştireceği terapiyi ne derece etkili bir şekilde gerçekleştirebileceğine yönelik inancı ve yargısı olarak açıklanan (Larson ve Daniels, 1998) psikolojik danışma özyeterlik inancı olduğu bildirilmektedir (Kandemir ve İlhan, 2020). Öz yeterlik inancının düşük olduğu psikoterapistler terapi içerisinde ihtiyaç duyulan becerileri kullanamayacağını düşünmektedirler (Demirel, 2013).

Baldwin ve arkadaşları (2007) tarafından yapılan çalışmada terapötik ittifakın danışmanın sonuçlarını nasıl etkilediğini belirlemeye yönelik bulgular elde edilmiştir. Bu çalışmada terapistin terapötik ittifakının güçlü olması, danışanın ittifak kurmasını pozitif yönde etkilemiştir. Aynı çalışmada terapötik ittifakın danışmanın yeterlilikleri ile ilişkili olduğu ve iyi ittifak için terapistin aldığı danışma eğitimleri ve inançlarının önemli olduğu belirtilmiştir. Bu bilgiler ışığında, terapötik ittifakın önemli yordayıcılarından birinin de yeterlilik ve buna bağlı inançlar olduğu araştırmacıların dikkatini çekmiştir.

Bandura'ya (1995 ve 1986) göre yaşanılmış deneyimler yetkinlik inancını olumlu yönde etkileyen en önemli kaynağı oluşturmaktadır. Mesleki yetkinlik ve mesleki deneyimi inceleyen çalışmalara bakıldığında deneyiminin fazla olduğunu bildiren okul psikolojik danışmanlarının psikolojik danışma becerilerini kullanma konusundaki yetkinliklerinin mesleğin ilk yıllarında olan, başka bir ifadeyle deneyiminin az olduğunu bildiren psikolojik danışmanlardan daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır (Gündüz ve Çelikkaleli, 2009). Danışmanların mesleklerinde hizmet verdikleri zamanın artması daha deneyimli olmaları ve kullanılan beceriler bağlamında kendilerini daha yetkin hissetmeleri beklenen bir durumdur.

Psikolojik müdahale içeren süreçlerde ve psikoterapi eğitimlerinde mesleki deneyime önem verilmektedir. Bu nedenle eğitimin müfredat planlamasında öncelikle rol yapma, daha sonrasında uygulamaya yönelme yer alır ve tüm bunlar süpervizyona tabidir (Morrison, 2016). Dolayısıyla başarılı deneyimlerin artması psikoterapistlerin mesleki yetkinlik inançlarının da yükselmesine katkı sağlayacaktır.

Danışma öz yeterliği kavramı, psikoterapistin, danışanlarına ne derece etkili bir yardım sunabileceğine ilişkin inancı olarak tanımlanabilir (Larson vd., 1992). Daniels ve Larson (2001)'a göre ise psikolojik danışmanın, seanslara ilişkin profesyonel becerileri ile ilgili düşünceleri ve inançları danışma öz yeterliği olarak tanımlamıştır. Cashwell ve Dooley (2001) de psikolojik danışma öz yeterlik kavramının eğitim, klinik becerilerin yanı sıra danışmanın danışmanlık yapabilme yetisine ilişkin düşünceleri ve algılarından pozitif yönde etkilendiğini ifade etmiştir. Alan yazın incelendiğinde öz-yeterlik inancının cinsiyete göre farklılaşmadığı fakat eğitim seviyesine göre farklılık gösterdiği saptanmıştır (Bilgiç, 2011).

20. yüzyılda başlayan modern psikoterapi uygulamalarının öncüsü Sigmund Freud'tur. Psikoterapi uygulamalarının etkililiği ile ilgili pek çok çalışma yapılmış ve

sonuçlar elde edilmiştir. En önemli çalışmalardan biri de Seligman (1995)'ın yıllık tüketici raporlarıdır. TÜİK'e göre 2017'den 2022 yılına kadar Türkiye'de internet kullanımı oranı açısından oldukça fazla değişim görülmektedir (TÜİK,2017; TÜİK, 2022). 2017'de 16-74 yaş arasında internet kullanım oranı %66,8 iken bu oranın 2022 yılında %85 olduğu bilinmektedir. Gelişen teknoloji ve internet kullanımının yaygınlaşması ile iletişim kurma yolları değişikliğe uğrayarak yüz yüze ortamdan çevrim içi ortama doğru kaymaya başlamıştır (Zeren ve Bulut, 2018). Bu nedenle internet ve teknoloji kullanımı gün geçtikçe daha önemli hale gelmektedir. Bu dönemde neredeyse her alan iletişim kurma ve uzaktan çalışma kültürünü kendi sistemine yerleştirmiştir (Kaya Deniz, 2020).

Gelişen teknoloji ile birlikte de psikoterapi uygulamaları yüz yüze ortamdan çevrim içi uygulamalara geçmiştir. Covid-19 pandemi dönemiyle birlikte bu çevrimiçi uygulamaların kullanım yaygınlığının arttığı bilinmektedir (Zeren ve Bulut, 2018). Telefon, posta gibi iletişim araçlarının yanısıra videokonferans uygulamalarından olan Google Meet, Zoom, Skype gibi senkronize görüntülü veya sesli görüşmelerin yapılabildiği çevrimiçi platformlar üzerinden psikoterapi seansları yapılabilmektedir. Çeşitli çalışmalar ile yüz yüze ve çevrim içi uygulamaların etkinlik ve etkililikleri karşılaştırılmıştır. Alanyazında, sonraki bölümlerde de değinileceği üzere, araştırmanın değişkenleri olan terapötik ittifak ve psikolojik danışman özyeterlik değişkenlerini konu edinen çalışmalar da mevcuttur.

Psikoterapide, bireylerin davranışları, düşünceleri, algıları ve duyguları ile çalışılarak bu alanlarda rahatsızlık duyulan ve değiştirilmesi gerekenler üzerine çalışılmaktadır (Gerrig ve Zimbardo, 2013; Corsini ve Wedding, 2012). Dolayısıyla danışanın değişiminde etkili olabilen terapötik ilişki, teknik bilgi gibi değişkenlerin belirlenmesi ve araştırılması önem arz etmektedir (Whiston ve Sexton, 1993). Literatür incelendiğinde psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancının terapötik ittifakı yordayıp yordamadığını araştırın çalışmaların oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Ulusal literatürde psikolojik danışma öz yeterlik inancının, danışan ve psikoterapist arasında kurulan terapötik ittifak özelinde incelenmiş az sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Literatürde psikoterapist niteliklerinden biri olduğu düşünülen psikolojik danışma öz yeterlik inancı ve terapötik ittifak arasındaki ilişkiye yönelik araştırmalarda büyük bir boşluk olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle psikoterapötik ittifak açısından psikolojik danışma öz yeterlik inancının etkisinin incelenmesinin önemli olduğu düşünülerek bu araştırma kapsamında incelenmesi amaçlanmaktadır. Ayrıca, psikoterapist niteliklerinden biri olduğu düşünülen psikolojik danışma öz yeterlik inancı ve terapötik ittifak arasındaki ilişkiye yönelik araştırmalarda büyük bir boşluk olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle psikoterapötik ittifak açısından psikolojik danışma öz yeterlik etkisinin incelenmesinin önemli olduğu düşünülerek bu araştırma kapsamında incelenmesi amaçlanmaktadır.

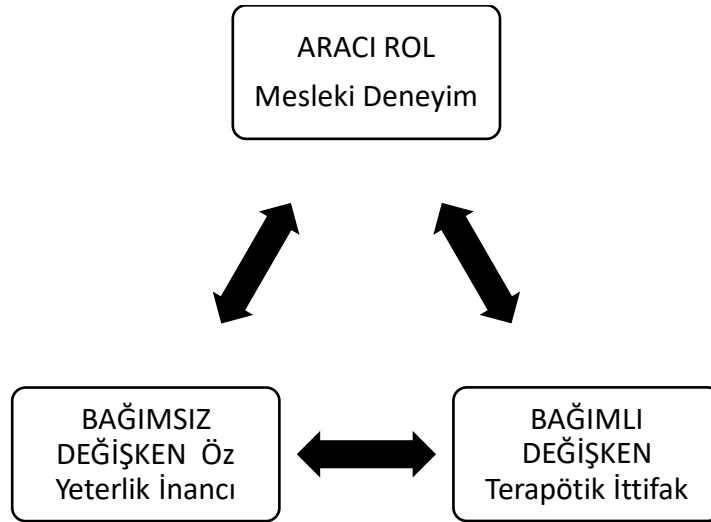
Bu çalışmada daha önceki çalışmalardan farklı olarak aktif olarak hem yüz yüze hem çevrim içi psikoterapi yapan psikoterapistler çalışmaya dahil edilerek yüz yüze ve çevrim içi psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifak üzerinde ve psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancı etkisinde mesleki deneyimin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır.

## 1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada daha önceki çalışmalardan farklı olarak, çevrim içi ve yüz yüze psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifak üzerinde, psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancının yordayıcı etkisi incelenecektir. Bu doğrultuda, videokonferans uygulaması üzerinden çevrimiçi olarak ve yüzyüze psikoterapi uygulaması yapan psikoterapistlerin psikoterapötik ittifak ve öz yeterlilik inancının düzeyleri karşılatırılacak ve yordayıcı ilişkiler incelenecektir. Bu yordayıcı ilişkide mesleki deneyimin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır.

Alan yazın incelendiğinde bu konuda kısıtlı sayıda araştırma olduğu görülmektedir. Yüksel (2022), araştırmasında psikoterapistin çevrim içi terapide algıladığı terapötik ittifak ile psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancı arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Ulusal literatürde incelendiğinde hem yüz yüze hem de çevrim içi terapilerde terapötik ittifakın yordayıcılarını ve mesleki deneyimin aracı rolünü inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu anlamda ulusal literatürde bir ilk olacaktır. Bu nedenle bu çalışmanın günümüz koşullarını içeren, literatüre dair güncel verilerin oluşacağı özgün bir çalışma olacağı düşünülmektedir. Bu araştırma sonunda elde edilecek bulgular, gelecekteki psikoterapi araştırmalarına katkı sağlayacağı öngörülmektedir. Çalışmanın değişkenlerine ilişkin model aşağıdaki gibidir (Bkz. Şekil 1.).



Şekil 1. 1.Araştırmanın yapısal modeli

### 1.2.1.Araştırmanın Hipotezleri

Bu çalışmada çevrim içi ve yüz yüze psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifak, psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancı ve mesleki deneyim değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmaktadır.

Bu amaç doğrultusunda çalışmanın araştırma sorusu: “Yüz yüze ve çevrim içi psikoterapilerde psikoterapistin öz yeterlik inancının algıladığı terapötik ittifak üzerindeki etkide mesleki deneyimin aracı rolü var mıdır?” olarak belirlenmiştir.

Bu araştırma sorusu kapsamında araştırmanın hipotezleri aşağıdaki gibi oluşturulmuştur.

- H1: Psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancı, yüz yüze psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifakı yordamaktadır.
- H2: Psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancı, çevrim içi psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifakı yordamaktadır.
- H3: Psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancı, yüz yüze psikoterapide mesleki deneyimi yordamaktadır.
- H4: Psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancı, çevrim içi psikoterapide mesleki deneyimi yordamaktadır.
- H5: Psikoterapistin mesleki deneyimi, yüz yüze psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifakı yordamaktadır.
- H6: Psikoterapistin mesleki deneyimi, çevrim içi psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifakı yordamaktadır.
- H7: Yüz yüze psikoterapilerde psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancının psikoterapistin algıladığı terapötik ittifakı yordama etkisi üzerinde mesleki deneyim aracı etkiye sahiptir.
- H8: Çevrim içi psikoterapilerde psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancının psikoterapistin algıladığı terapötik ittifakı yordama üzerinde mesleki deneyim aracı etkiye sahiptir.

### 1.3.Araştırmanın Önemi

Psikoterapi tanımı alanyazın incelendiğinde pek çok farklı tanıma sahip olduğu ve tek bir tanım çerçevesinde birleşilemediği görülmektedir. Bununla birlikte tüm tanımlarda ortak olan vurgu kişinin değişim ve işlevselliğini etkileyen bir süreç olduğudur. Genel olarak bakıldığında psikoterapi süreci başvuran kişilerin psikolojik sıkıntılarını aşmasında, davranışsal ve sorunlarını paylaşmak ve bunların çözümü için kullanılan bir hizmet olarak tanımlanabilir (Prochaska ve Norcross, 2014, ss. 1-30). Kişinin psikolojik sağlığı üzerinde etkili olan bir uygulama oluşu, psikoterapi sürecinin bilimsel veriler ışığında geliştirilmesini önemli kılar. Dolayısıyla sürecin ayrı bileşenlerinin anlaşılması önem taşır.

Sunulan veriler incelendiğinde psikoterapi ortamının yüz yüze ortamdaki çevrim içi ortama doğru kaymaya başlaması (Zeren ve Bulut, 2018) çevrim içi terapi ortamının ve

terapinin başarıya ulaşmasında etkili olan faktörleri anlamının gerekliliğine bir dayanak oluşturur. Özellikle terapötik ittifak kavramının gelişimiyle ilişkili olabilecek değişkenlerin çevrim içi ortamda araştırılması oldukça önem arz etmektedir. Bu önem terapötik ittifakın psikoterapi sürecinde çevrimiçi ortamda geliştiren etkilerin anlaşılmasına yönelik araştırmaların sayısını artırılması için bir gerekçe oluşturabilir. Bu çalışma ile alanyazın çalışmalarına katkı sunması amaçlanmaktadır.

Psikoterapi etkililiğini belirleyen bazı faktörler vardır. Bunlar; psikoterapistin öz farkındalığı, yeterliği, empati becerisi, danışanın kendi özelliklerinin farkındalığı gibi özelliklerdir (Hollis-Walker ve Colosimo, 2011; Gülüm, 2016; Nienhuis ve diğerleri, 2018).

Yetkinlik/yeterliliğin kazandırılması danışanlara sağladığı fayda açısından oldukça önem arz etmektedir (Ginzburg vd., 2012). Psikoterapi alanında hizmet veren bir uzmanın Türk Psikologlar Derneği'nin gerekli gördüğü eğitimleri alması gerekmektedir. Bu eğitimler çalışılan alana göre farklılık göstermektedir. Ayrıca uzmanın çalıştığı alana yönelik deneyiminin artması da danışana fayda sağlaması bakımından oldukça önemlidir (Türk Psikologlar Derneği, 2004). Bu araştırmada da eğitim seviyelerine ve mesleki deneyimlerine göre deneyimli ve deneyimsiz psikologlardan veri toplanması amaçlanmıştır. Toplanan veriler analiz edilerek deneyimin ve eğitim düzeyinin yetkinlik ve terapötik ittifak üzerindeki etkisi araştırılarak eğitimlerin kendi içerisindeki etkinliğini değerlendirmemekte ancak uzun vadede deneyim farkı yaratıp yaratmadığını anlamaya çalışarak psikoterapi sürecine katkısını incelemeyi hedeflemektedir. Bu bağlamda deneyim olarak ele alınarak alan yazına eğitim deneyimlerinin de katkısını incelemeye dönük bilgi sunmaya katkı sunacağı düşünülmektedir.

Danışma öz yeterliği kavramı, psikoterapistin, danışanlarına ne derece etkili bir yardım sunabileceğine ilişkin inancı olarak tanımlanabilir (Larson vd., 1992). Daniels ve Larson (2001)'e göre ise psikolojik danışmanın, seanslara ilişkin profesyonel becerileri ile ilgili düşünceleri ve inançları danışma öz yeterliği olarak tanımlamıştır. Dolayısıyla, öz yeterliliği profesyonel beceriler içerisinde değerlendirme klinik psikoloji alanında süreci anlamının önemli bir parçası olabilir. Bandura'nın tanımlanarak sürecin kişisel bir kanı oluşu, bu inancın farklı kültürel bağlamlarda nasıl işlediğini ortaya koymanın da gerekliliği öne sürülebilir.

Ulusal literatürde çevrim içi psikoterapide terapötik ittifakın yordayıcılarını inceleyen ve yüz yüze terapiler ile karşılaştıran az sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Danışmanlık özyeterlik inancının ve mesleki deneyimin bir arada çevrim içi psikoterapideki terapötik ittifak üzerindeki etkilerinin incelendiği ve yüz yüze terapilerdeki terapötik ittifak etkileri ile karşılaştırılan bir çalışma daha önceden yapılmamıştır.

Bu çalışma ile ele alınan değişkenlerin yanı sıra halen Türkiye'de Sağlık Bakanlığı uygulamaların standartta bağlanması için çalışmalarını sürdürmektedir ve Şubat 2022'de çıkarttığı yönerge ile çevrim içi uygulamaların standartları konusunda bazı hususlara yer vermiştir. Bu standartlara bilimsel çerçevede yön verilmesi Türkiye'deki kültüre özgü meselelerin anlaşılmasını da önemli bir noktaya koyabilir. Ayrıca politika geliştirilmesine

katkı sağlayışı olması açısından bu çalışmanın bilgi verici bir niteliği olması hedeflenmektedir.

Bu çerçevede bu çalışma terapötik ittifak, psikolojik danışma öz yeterlik inancı ve mesleki deneyimin aracı ilişkilerini araştırarak ulusal alan yazında az sayıdaki çalışmalardan birisi olacaktır. Bu nedenle bu çalışmanın günümüz koşullarını içeren, literatüre dair güncel verilerin oluşacağı özgün bir çalışma olacağı düşünülmektedir. Bu araştırma sonunda elde edilecek bulgular, gelecekteki psikoterapi araştırmalarına katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

## 2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde araştırmanın kuramsal arka planını oluşturan kavramlar hakkında kuramsal alanyazın bilgilerine yer verilmiştir. Alanyazında yer alan araştırma sonuçları sunulmuştur.

### 2.1.Psikoterapi

Psikoterapi; bireyin ruhsal sıkıntılarının temellerine ulaşarak, belirtilerini, belirtilerinin şiddetini ve sıklığını azaltarak, bireye rahatsızlık yaratan durumları ortadan kaldırmaya yönelik yürütülen bir süreçtir (Bakırcıoğlu, 2000). Psikoterapi, temelde psikoterapist ve danışanın arasındaki sözel iletişim aracılığıyla gerçekleşen tedavi yöntemi olarak tanımlanabilir (Sorias ve Tekinsav Sütçü, 2017). Bireyler yaşamları boyunca pek çok sorun yaşayabilir ve yaşadıkları bu sorunlarla baş etmekte zorlandıkları zaman yardım alma ihtiyacı duyabilirler. Bireylerin yaşadığı bu gibi durumlarda alanında uzman olan ruh sağlığı çalışanları (psikologlar, psikiyatristler, sosyal hizmet uzmanları vb.) psikolojik sorun yaşayan bireylere hizmet sağlayabilirler (Kring vd., 2007/2015, ss. 79-82).

Psikoterapi kavramının başka bir tanımına bakıldığında genel olarak kişilerin yaşadığı psikolojik problemleri aşmasında, ortaya çıkan davranışsal ve duysusal problemlerin çözümü için başvurulan bir hizmet olarak tanımlanabilir (Prochaska ve Norcross, 2014, ss. 1-30). Psikoterapide, bireylerin yaşantısında belli rahatsızlıklara neden olabilecek davranışlar, düşünceler, algılar ve duygular ile çalışılarak bu alanların değiştirilmesi amaçlanmaktadır (Gerrig ve Zimbardo, 2013; Corsini ve Wedding, 2012).

Psikoterapinin birçok tanımının olduğu dikkat çekmektedir. Bu tanımları bir araya getirerek psikoterapinin tanımını kapsamlı bir şekilde Wolberg (2013)' in sunduğu görülmektedir. Wolberg (akt. 2013) psikoterapi tanımlarını aşağıdaki gibi bir araya getirmiştir:

1. Menninger ve Holzman (1973)'e göre fiziksel ya da kimyasal faktörlerden ziyade, psikolojik faktörlü rahatsızlıkların sözel iletişime dayanan tedavisidir.
2. Kolb (1968)'e göre duygusal ve kişilik bozukluklarda kullanılan tedavi yöntemi olarak tanımlanabilmektedir.
3. Chapman (1967)'e göre duygusal sorunların çözümünde yardımcı olan profesyonel bir ilişki içeren bağlam olarak tanımlanabilmektedir.
4. Cameron (1968)'e göre en öncelikle hasta ve terapist arasında gerçekleşen bir süreçtir.
5. Metzhoff ve Kornreich (1970)'e göre psikoloji ilkelerini anlamak için eğitim almış ve deneyim edinmiş, bu yollarla yetkin hale gelmiş ve bu ilkelerden türeyen birtakım teknikleri kullanarak bireylerin duygu, tutum, değer, davranış gibi özelliklerini farklılaştırma Amaçı içeren bir süreç olarak tanımlanabilmektedir.
6. Maslow ve Mittelman (1951)'e göre kişilerin duygularını, kendilerini, başkalarını ve karşılaştıkları sorunları değerlendirme sürecine ayrıca da bunlarla baş etme

biçimlerine etki ederek bu süreci yürütmelerine yardımcı olmayı hedeflemektedir (akt. Wolberg, 1988).

Psikoterapi kavramının farklı tanımları olsa da Sommers-Flanagan (2015) psikoterapiyi, danışanın bir sonuç elde etme motivasyonuna sahip olduğu, danışan ve psikoterapist arasında profesyonel bir ilişki olan, bu ilişki içinde psikoterapistin danışanı değerlendirerek onu anlamaya çalıştığı ve belirlenen amaçlara ulaşmak için dinleme becerilerinin ve psikolojik tekniklerin kullanıldığı bir süreç olarak tanımlamaktadır. Psikoterapist ve danışan arasındaki ilişkinin hem sözel hem de sözel olmayan unsurlara dayandığı vurgulanmaktadır.

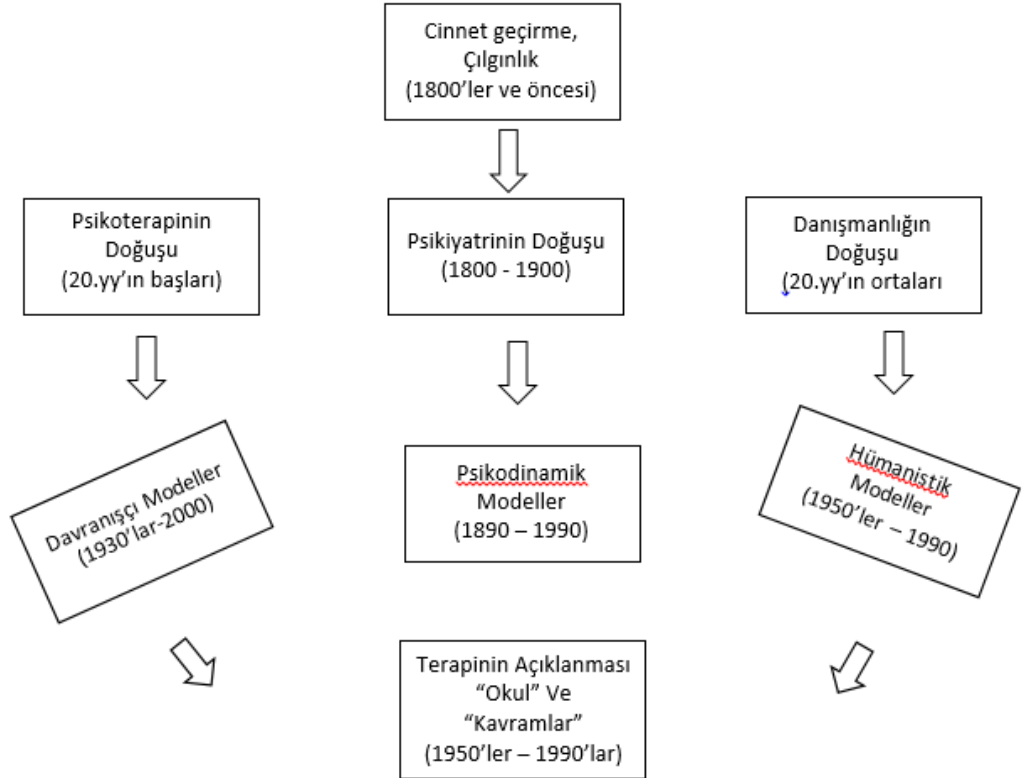
Orlinsky ve Horward (1967) psikoterapi seanslarının kişilerarası bir süreç olduğunu ve psikoterapist ve danışanın seans içerisinde bir takım olarak bulunarak ortak bir amaç yönünde ilerlediğini vurgulamışlardır. Bu amacın ise danışanın, yaşamındaki sorunlarının çözüme kavuşması ve değişim gösterme ihtiyacının gerçekleşmesi olduğu belirtilmektedir. Beck (2011)'e göre bireylerin psikolojik yardım alma sürecine gelmesinde sadece sahip olunan problem değil, işlevsellik olarak adlandırılabilir olan yaşamın akışının etkilenmesi, gerçekçi düşünme becerisine ve iyi hissetme halinde bozulmalar olması ve yaşam kalitesinin düşmesi de oldukça etkilidir. Tüm bunlar bireylerin yaşamakta olduğu problemin yoğunluğuna, sıklığına ve çeşitliliğine göre değişiklik gösterebilir.

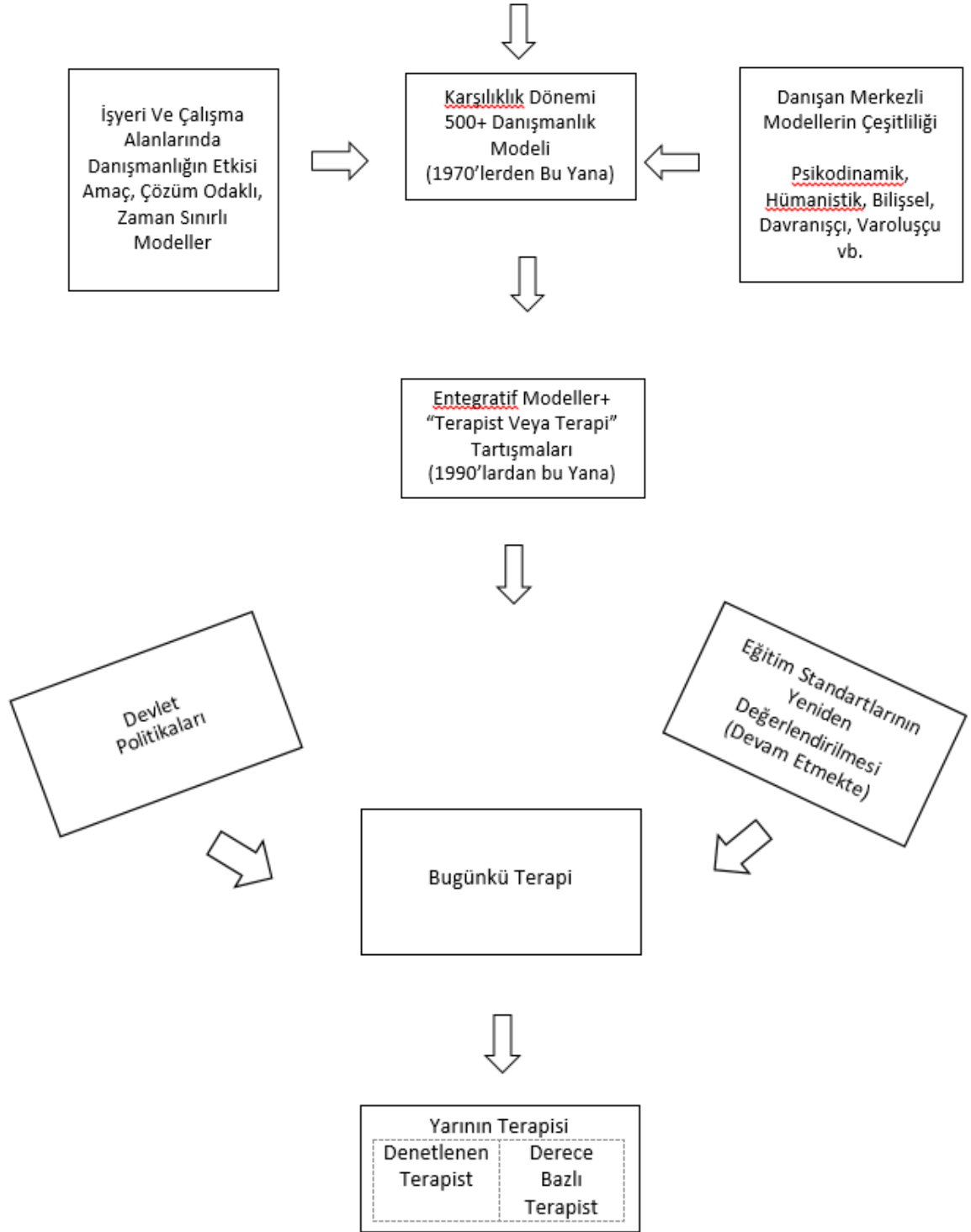
Psikoterapi kavramı belirli bir çerçeve içerisinde belirli unsurlar barındırmalı diye belirten Binder (2013) bu unsursarı; “Terapiyi temellendirmek için gereken temel bilgi, Etkili bir ittifak kurma ve bu ittifakı sürdürmeyi kolaylaştıran müdahalelerde bulunma, Klinik değerlendirme yapabilme, Vaka formülasyonunda yetkinlik, Müdahale planlaması, Uygulamada uzmanlık” olarak belirlemiştir.

Psikoterapi araştırmaları yapan Flanagan (2018) değişime uğrayan psikoterapi tanımlarını şu şekilde derlemiştir:

- “Arkadaşlığın satın alınması (1964)
- Tedavi amaçlı konuşma (1976)
- İki kişinin içlerinden birisi için faydalı ve başarılarına ulaşması için etkileşime girmesi ve birbirini anlaması durumu (1981)
- Duygusal bir bozukluğu olan bir bireyin daha düşük düzeyde duygusal bozukluğu olan birinden yardım alması (1983)
- Psikanaliz, grup terapisi veya davranış terapisi olarak profesyonel tekniklerle psikolojik bozuklukların veya uyum sorunlarının tedavisi (1993)
- Eğitimli bir kişinin edindiği beceri ve özellikleri bilerek uyguladığı hastanın duygusal problemlerin çözümüne yönelik profesyonel ilişkiye dayanan tedavi. Amaçları
  - a. Mevcut semptomları değiştirmek veya geciktirmek.
  - b. Rahatsızlık veren davranış kalıplarının rahatsızlığının azalmasına aracılık etmek
  - c. Pozitif kişilik büyümesini ve gelişimini desteklemek (1995).”

Psikoterapinin tarihine bakıldığında insanlığın öyküsü kadar eskiye dayandığı görülmektedir. İnsanlar en başından itibaren kendilerini, yaşadıkları çevreyi ve dünyayı anlamlandırmaya çalışmışlardır. Bu sebepten insanlar her zaman psikoterapistleri, bilge kişileri, din insanlarını, doktorları, düşünürleri, yakın çevrelerini veya aslında dinlemeye hazır olan herkes ile konuşmaya ve onlara yardımcı olabilecek öğreticiler (rehberler) olarak seçmişleridir. Fakat psikolojik, zihinsel veya duygusal sağlık problemleri yaşayan insanlara yardım eden uzmanları tanımlamak için pek çok terim kullanılmaktadır. Bunlar; psikolog, danışman, psikoterapist, psikanalist vb. olarak karşımıza çıkmaktadır. Farklı başlıklar altında adlandırılmış olan bu terimler muhtemelen uygulamadaki farklılıklardan kaynaklanmaktadır. Kişi terapi konusunda profesyonel bir eğitim veya süreçten geçtiyse ve yaptıkları duygusal, zihinsel veya psikolojik sağlık sorunları olan bireye yardım etmek ise o zaman psikolojik terapist olarak tanımlanabilir (Claringbull, N. (2010).





Şekil 2. 1. Psikoterapinin tarih içerisindeki gelişimi

Kaynak: Claringbull, 2010

Psikoterapi, bireysel, grup, çift ve aile terapileri olarak sınıflandırıldığı gibi hangi kuramsal temele oturduğuna göre de sınıflandırılmaktadır (Sorias ve Tekinsav Sütçü 2017). Corsini ve Wedding (2012)'e göre psikoterapinin mevcut durumu değerlendirildiğinde 400'den fazla psikoterapi sistemi olduğu ve bu psikoterapi sistemleri kuramsal zeminlerine göre sınıflandırılmaktadır. Günümüzde psikoterapi tarihçesinde okullar Psikoanalitik-Dinamik, İnsancıl ve Varoluşçu, Bilişsel Davranışçı ve Eklektik-Entegratif Terapiler olmak üzere 4 ana grupta toplandığı görülmektedir (Sorias ve Tekinsav Sütçü, 2017).

Farklı kuramlardan beslenen psikoterapiler olsa da bütün psikoterapi ekolleri kişilerin düşüncelerinde, duygularında ve davranışlarında farklılık yaratarak insanları değiştirmeyi ve işlevselliklerini arttırmayı amaçlamaktadır (Corsini ve Wedding, 2012; Gerrig ve Zimbardo, 2013). Kuramsal alt yapıya göre farklı odakta toplanabilir.

Ruhsal rahatsızlıklarla ilgili fikirlerini ortaya koyan ve bu rahatsızlıkları tedavi etmeye çalışan ilk bilim insanı Sigmund Freud'dur. Freud'a göre bazı rahatsızlıkların sebebi organik kaynaklı, bazılarının ise organik sebepli olmadığını söyleyerek yeni bir bakış açısı ortaya koymuş ve Psikanaliz'in hayata geçmesine önderlik etmiştir. (Freud, 1937akt.; Gabbard, 2012).

Freud, psikanaliz adını verdiği kuramsal yaklaşımında; normal olarak adlandırılan bireylerin psikolojik yapısını oluşturan süreçleri, doğumdan itibaren ruhsal yapının gelişimini incelemiş ve çocukluk dönemindeki bozuklukları vakalarında gözlemleyerek klinik tabloları tanımlamıştır. Meslek hayatı süresince kuramını geliştirip, dönüştürmüş ve tecrübelerini vakaları üzerinde uygulamıştır. Bu şekilde klasik psikanaliz ortaya çıkmıştır (Gabbard, 2012; Nash, 2008). Bilimsel olarak ele alınmayan ruhsal bozukluklar Sigmund Freud sayesinde doğaüstü olmaktan çıkıp bir nedensellik çerçevesine oturtulmaya çalışılmıştır. Farklı bir bakış açısı yaratan Freud geliştirdiği psikanalitik tedavi ve teknikleri, stratejileri içeren bir tedavi rehberi geliştirmiştir. (Freud, 1937; Gabbard, 2012).

Bilim dalı olma yolunda ilerleyen psikoloji; insanın ruhsal ve fizyolojik yapısının birbiri ile etkileşim içinde olduğunu ortaya koymasıyla birlikte davranışçı yaklaşım egemen olmaya başlamıştır (Magnavita, 2002). Davranışçı kuramın ilerlemesinde Ivan Pavlov, Watson, Skinner ve Thorndike gibi bilim insanları davranışçılığa dair araştırmalar yaparak davranışsal açıdan hayvanlar ve insanlar arasındaki farkları ortaya koymuşlardır. Davranışçı kuram araştırmacıları insan zihninde neler olduğuna dair veriler toplayamadıkları için insanların davranışlarını gözlemlemeye ve bunların nedenselliğine cevap bulmaya yönelik araştırmalar yapmışlardır. Hayvan deneyleri ile başlayan bu süreç zamanla insanlara doğru kaymış ve öğrenme ilkeleri bu çalışmalar ışığında ortaya çıkmaya başlamıştır (Magnavita, 2002; Narcross, 2005)

Fakat insan zihninin olaylar karşısında verdiği tepkiler kültürel veya öznel olarak farklılıklar gösterebilir. Bu durumda öznel tepkilerin ölçülebilmesi mümkün olmadığı için davranışçılık kuramı üniversitelere boyunca 50 yıl hâkim olmuştur (Magnavita, 2002; Norcross, 2005). Uzun yıllar süren davranışçı kuram egemenliğinden sonra bilişsel kuram oluşmaya başlamıştır. Bilişsel kuramın gelişmesi için; algı, hafıza, bellek, bilgi işleme ve

beynin işleyişi ile ilgili çalışmalar yapılması gerekmiştir. Beck'in önderliğinde psikoterapi yaklaşımları davranışçılıktan bilişsel terapiye doğru kaymıştır (Beck, 1976, 1979, 1985, 1990; Magnavita, 2002; Norcross, 2005).

Çalışmalar ışığında insanların bir tepki vermeden önce olaylar hakkında bir yorumlarının olduğu ve tepkilerinin bunlar çerçevesinde olduğu düşünülmüştür. Bu sebepten dolayı bilim insanları yorumların nasıl oluştuğuna dair çalışmalara yoğunlaşmışlardır. Çalışmalar sonucunda insanların etkilere temelde otomatik düşüncelerle cevap verdiği, bu otomatik düşüncelerin de kaynağında şemaların olduğu gerçeği keşfedilmiştir. Bilgi işleme şemalarının da çocukluktan getirilen temel kalıpların üzerine bina edildiğine dair zihinsel bir aygıtın tasarımı ileri sürülmüştür. (Young, 2003; Leahy, 1997). Araştırmacılar bilişsel kurama yöneldiklerinde çoğunlukla dikkat ve değerlendirme gibi yetelerimizin ve düşünmeyle ilgili fonksiyonlarımız üzerine yoğunlaşmışlardır ve gelişmeler sonucundan bilişsel davranışçı terapiler ortaya çıkmıştır (Greenberg, 2011; Cozolino, 2004; Schore, 2003).

## 2.2. Terapötik İttifak

Terapötik ittifak kalitesinin, psikoterapi sürecinin başarılı ilerlemesinde oldukça önemli olduğu bilinmektedir (Knaevelsrud ve Maercker, 2006). Hatcher (2010)' a göre danışan sürece dahil olduğunda ve daha duyarlı olduğu zaman ilerleyiş daha iyi bir hal alır (syf. 23). Bu süreçte de danışan güven ve memnuniyet duyarak ilerler. İlgisiz bir danışan sürecin yolunda gitmediğini göstermektedir. Böyle durumlarda yeniden uyum sağlanması için yeni ve farklı yollar bulmak gerekebilir.

Alan yazın incelendiğinde psikoterapistler tarafından dile getirilen pek çok etken bulunmaktadır. En fazla dile getirilen etkenler ise terapötik ittifak kavramı, hastanın sürece bağlanması ve duygusal deneyimdir (Tschacher vd, 2012). Araştırmalara bakıldığında terapistteki faktörlere dair çokça tartışma bulunmaktadır. Bu tartışmaların iki bölüme ayrıldığı görülmekle birlikte ilk olarak değişimdeki etkenin psikoterapötik yaklaşım olarak vurgulandığı; öte taraftan da ortak faktörlerin "terapötik ittifak kavramı" olduğu ve bunun yaklaşımlardan bağımsız olabileceği görüşü savunulmaktadır. (Gülüm ve Soygüt Pekak, 2018, s.11). Akdoğan ve Ceyhan (2011) 'a göre de psikoterapötik yaklaşım ve teknik bilgi gerekli olmakla birlikte yeterli değildir. Ayrıca Horvath ve Symonds (1991) tarafından ortaya konan araştırmada psikoterapide oluşan değişim sürecinin %'de 26'sının terapötik ittifak ile açıklandığı görülmüştür.

### 2.2.1. Tanımı

Terapötik ittifak kavramının tarihçesine bakıldığında hasta terapist ilişkisinin (terapötik ilişki) önemine ilişkin ilk yazıların Freud'a (1912) ait olduğu görülmektedir. Freud bu yazılarında terapötik ilişkinin aktarımsal yönüne vurgu yapmaktadır ve aktarımı olumsuz aktarım ile olumlu (sakıncasız) aktarım olarak ikiye ayırmış ve farklarına dikkat çekmiştir. Büyük bir potansiyel taşıdığı söylenen olumlu aktarımda hasta, terapistini destekleyici bir

nesne olarak görmeye başlar ve bunu bilinçli bir şekilde yapar. Başarılı bir psikanaliz için olumlu aktarımın, iş birliği kurma bakımından önemli bir araç olarak görüldüğünü bildirilmiştir (Freud, 1912).

Psikanalitik terapiye yeni bir boyut kazandıran terapötik ittifak kavramı daha sonra diğer ekollerde de kendini göstermeye başlamıştır. Özellikle, Rogers'ın (1951) danışan merkezli yaklaşımıyla ön plana çıkan, terapist ve hasta arasındaki ilişkinin terapötik değişimde önemli bir bileşeni temsil ettiği görüşü, tüm yaklaşımlarda genel bir kabul görmeye başlamıştır.

Bordin (1979), dinamik kökenli terapötik ittifak kavramını yeniden çerçeveleyerek ve tüm yaklaşımları kapsayacak şekilde düzenleyerek bu alan için önemli bir ilerleme sağlamıştır. Bordine göre terapötik ittifak yöntem olarak üç bileşene ayrılmaktadır. Bordin bunları şu şekilde gruplandırmıştır: “Birinci bileşen; terapist ve hasta arasında görevleri ya da belirli bir tekniğin uygulanması açısından yapılan bir anlaşmayı içermektedir. İkinci bileşen; tedavinin amaçlarında ya da öngörülen sonuçlarındaki anlaşmaya işaret etmektedir. Üçüncü bileşen ise terapist ve hasta arasındaki karşılıklı güven ve kabulü içeren duygulanımsal bağ kapsamaktadır”. Verilen bilgiler ışığında alanyazındaki çalışmalar bu bölümün devamında sunulmuştur.

### 2.2.2. Terapötik İttifak ile İlgili Çalışmalar

Freud ile başlayan psikoterapötik ittifak bağlamında yapılan çalışmalara bakıldığında terapistin özellikleri ile terapötik ittifak arasındaki ilişkiye dair çok fazla araştırma olmadığı ve bu alanda birtakım boşluklar olduğu görülmüştür. Psikoterapistlerin eğitim düzeyi ile psikoterapötik ittifak arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada eğitim seviyesinin terapötik ittifak gelişiminde önemli bir etkisi olduğu görülmüştür. Mallinckrodt ve Nelson (1991) terapötik ittifakın alt boyutları bakımından incelendiğinde, amaç ve görev boyutunun eğitim seviyesine göre farklılaştığı ancak terapötik ittifakın bağ boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı ortaya çıkmaktadır. Bu çalışmada danışanların, eğitim seviyesi yüksek olan terapistlerin hedef ve görev boyutunda daha etkili olduğu yönünde değerlendirme yaptığı belirtilmektedir. Terapistlerin eğitim seviyesi yükseldikçe danışan ve terapist arasındaki terapötik ittifakın da yükseldiği görülmektedir (Mallinckrodt ve Nelson, 1991).

Terapötik ittifak kavramına dair alanyazında çokça önemli araştırma bulguları bulunmaktadır. Özellikle, terapötik ittifakla ilişkili faktörler ve sonuç araştırmalarının ilgi odağı olduğu görülmektedir (Horvath ve Symonds, 1991).

Bordin (1979) terapötik ittifakı yeniden kavramsallaştırmıştır. Bu kavramsallaştırmayı ölçmek amacıyla Horvath ve Greenberg (1989) terapötik çalışma uyumu envanterini geliştirmiştir. Terapist ve danışan arasındaki ittifakı ölçmek amacıyla “amaç, görev, ve ilişki alt boyutları olan 12 maddelik bir ölçek oluşturulmuştur.

Terapötik ittifak kavramı ile öncü çalışmaları olan Horvath ve Symonds (1991), terapötik ittifak ile görüşme sürecinin sonuçları arasında nasıl bir ilişki olduğunu bulmak için bir araştırma yapmıştır. Yapılan araştırma sonucunda terapötik ittifakın danışmanlık süreci sonuçlarını açıklamada önemli bir etken olduğu bulunmuştur.

Martin ve arkadaşlarının (2000) 24 araştırmayı ele alarak yaptığı meta analiz çalışmasında ise terapötik ittifak ile danışma süreci sonucu arasından orta düzeyde istatistiksel açıdan doğru yönde bir ilişkin bulunmuştur. Bu bilgilere bakıldığında terapötik ittifak düzeyinin artması ile danışmanlık sonucu arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

### 2.2.3. Çevrim içi Psikoterapi Ve Terapötik İttifak

Terapötik ittifakın psikoterapideki başarıyı etkilemesinin getirdiği anlayış (Knaevelsrud ve Maercker, 2006) ile yüz yüze olmayan ortamda gerçekleşen görüşmelerde psikoterapist ve danışan arasında kurulan terapötik ittifak alanyazındaki çalışmalara sıkça konu edilmiştir. Bu sebeple, terapötik ittifakın yüz yüze ve çevrim içi terapilerde danışan açısından nasıl algılandığı incelenmiştir (Cook ve Doyle, 2002; Knaevelsrud ve Maercker, 2006). Cook ve Doyle (2002) çalışmasında yüz yüze yapılan psikoterapi uygulamalarına kıyasla çevrim içi ortamda yapılan psikoterapi uygulamalarındaki terapötik ittifak düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Knaevelsrud ve Maercker (2006) ise travmatik olay geçmişi bulunan 48 danışanını örneklem olarak belirlediği çalışmasında çevrim içi ortamlar yapılan psikoterapide kurulan terapötik ittifak ve bu ittifakın kalitesini konu edinmiştir. İlgili çalışmada danışan ile psikoterapistin kurduğu terapötik ittifak ile danışanın gösterdiği semptom şiddeti arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilemese de daha ağır şiddette semptom gösteren danışanların terapötik ittifak kurma eğiliminin daha düşük düzeyde olduğu gözlemlenmiştir. Knaevelsrud ve Maercker (2006) çalışmasında terapistin danışan ile kurmuş olduğu terapötik ittifakın, terapi çıktıları üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir etkisinin olmadığı bildirilmiştir.

Cook ve Doyle'e (2002) göre en önemli problem terapötik ilişkinin çevrim içi ortamda kurulup kurulamayacağıdır. Çünkü sözel olmayan ipuçlarının fark edilemeyecek olması bozucu bir etkiye sahip olabilir. Öte yandan çevrim içi görüşmelerde, anonimliğin etkisi ile danışanların kişisel bilgilerini çekinmeden paylaşabileceğini, kendilerini daha kolay açabileceklerini ve terapist tarafından reddedilme korkusunu daha az hissedeceklerini bildirir görüşler mevcuttur (McKenna, 1998). Buna karşın, psikoterapiste ilişkin faktörlerin çevrim içi psikoterapi sürecine etkilerine bakıldığında, Almlöv ve arkadaşlarının (2009) yürütmüş oldukları çalışmanın bulguları yapılandırılmış terapi seanslarının çevrim içi terapide de terapistle ilişkin faktörlerden etkilenmediğine vurgu yapmaktadır.

Reynold ve arkadaşları (2006) çalışmasında hem yüz yüze hem çevrim içi psikoterapide terapötik ittifakın farklılaşmadığını ve terapötik ittifak düzeyinin benzer olduğunu bildirmiştir. Fakat danışan ve psikoterapistin fiziksel olarak uzak olmaması gerektiğini ve danışan değişimi için yüz yüze psikoterapilerin en uygun yol olduğunu düşünen çalışmacılar da vardır (Rolnick ve Ehrenreich, 2020). Özellikle tüm Dünya'yı etkileyen ve

bulaş riski sebebi ile terapilerin zorunlu olarak çevrim içi ortama taşındığı Covid-19 döneminde çalışan terapistler gerekli önlemler alındıktan sonra yüz yüze terapilere dönmüşler ve çevrim içi psikoterapileri kısa vadeli bir çözüm yolu olarak belirtmişlerdir (Mateescu, 2020). Bunun sebeplerine bakıldığında çevrim içi ortamda insan varlığının fiziksel eksikliği ve duygusal bağın yeterince hissedilememsi bulunmaktadır. 2006'da yapılan bir çalışmada danışanların çevrim içi terapilere kıyasla yüz yüze psikoterapilerden daha memnun oldukları ve terapötik ittifak düzeylerinin daha güçlü olduğu ortaya çıkmaktadır (Leiber vd., 2006).

Yüz yüze terapi bağlamlarının dışına çıkılarak çevrim içi terapi bağlamında yapılmaya başlanan psikoterapilerle ilgili birçok araştırmacı ve psikoterapist, terapötik ittifak kavramının olumsuz yönde etkilenebileceğinden endişe duymuşlardır (Korkmaz ve Şen, 2018).

Araştırmacılar psikoterapistlerin görüşme sürecindeki teknolojiyi kullanma konusundaki olumsuz inançlarının farkında olmaları gerektiğini ve bu farkındalığın artırılması noktasında olumlu etkilerinin görülebileceğinden bahsetmişlerdir (Taylor ve Luce, 2003).

Ulusal literatür incelendiğinde psikoterapinin çevrim içi ya da yüz yüze olmasının danışan terapist arasındaki ilişkinin anlamlı olarak farklılaştırmadığı ve danışanların her iki terapi sürecinden de duyduğu memnuniyetin benzer olduğu görülmüştür (Erus ve Zeren, 2020). Zeren (2017) psikolojik danışman adayları ile yürüttüğü çalışmada adayların, yüz yüze psikolojik danışmaya göre çevrim içi psikolojik danışmada amaçlar üzerinde iş birliği kurma ve danışanı anlama ve danışan tarafından anlaşılma konusunda zorluk yaşadıkları görülse de çevrim içi psikolojik danışmanlığın yüz yüze danışmanlığa bir alternatif olarak kullanılabileceği görüşünü ortaya koymuştur.

Sonuç olarak çevrim içi psikoterapi, terapötik ittifak bağlamında incelendiğinde farklı görüşlerin bulunduğu ve tartışmaların devam ettiği anlaşılmaktadır.

### 2.3. Özyeterlik

Özyeterlik kavramı kişilerin sahip oldukları yeteneklerini etkili bir şekilde kullanabilmeleri için ilgili alanda özgüven duymaları gerektiğini öngören sosyal öğrenme kuramının önemli ve anahtar bir kavramı olarak karşımıza çıkmaktadır (Pajares, 2002).

Leithwood (2007) öz yeterliği bireylerin hedeflerine ulaşabilme yolunda gereksinim duydukları yeteneklere dair inançları olarak değerlendirmektedir. Zimmerman (2002) öz yeterlik inancını bireylerin ne şekilde düşündüğü, hissettiği, güdülendiği ve ne şekilde davranışını geliştirdiğini etkileyen bir kavram olarak tanımlar.

Bodenhorn ve Skaggs (2005)'a göre öz yeterlik kavramının bireyin istenilen sonucu elde edebileceğine yönelik güvenine işaret etmektedir. Senemoğlu (2020, s.234) ise öz yeterliği kişilerin performansı, üst düzey bilgilerinin ölçümü, topluluk karşısında anlatım ya

da görev yapma gibi zorlu süreçler karşısında bu süreçleri ne seviyede başarılı bir şekilde tamamlayabileceğine yönelik yargısı ve inancı olarak tanımlar.

Eğitim, tıp psikoloji ve benzeri birçok alanda karşımıza çıkan öz yeterlik kavramı ve bu alanlarda yapılan birçok çalışmadan kaynaklı olarak, öz yeterlik inancının insan davranışı açısından önemli bir belirleyici olduğu görülmektedir. Bandura'ya göre düşüncelerimizin davranışlarımızı etkilediğini kabul etmemenin insanların karmaşık davranışlarını açıklamakta yetersiz kalacağını savunur (Bandura, 1986).

Öz yeterlik inancı kişinin davranışlarının ve bu davranışlardaki değişikliklerin temel belirleyicisi olarak tanımlanmakla birlikte Bandura'nın üzerinde durduğu çalışmaları kişinin yetenekleri ile ilgili inançlarının yalnız davranış biçimlerini değil motivasyon sürecini ve başarısı üzerinde etkili olduğunu meydana getirmektedir. (Henson, 2001, s. 3)

Öz yeterlik inancı yüksek olan bireylerin farklı süreçler karşısında daha fazla baş etme becerisini gösterdiği görülmektedir. Bu bireylerin hayatta karşılaştıkları zorluklar karşısında yapacakları görevlere karşı yılmadan gayret ettikleri ve bu görevlerde başarılı olacaklarına dair kendilerine olan güven seviyelerini yüksek tuttukları dikkat çeker. Bu durumun tam tersi olarak öz yeterliği düşük olan bireylerin güç olaylara karşı çaba göstermekte kendilerini umutsuz hissettikleri ve bu zorlu olaylara yönelik yeterli müdahale edecek alternatiflerinin olmadığına inanmış olmaları görülmektedir (Schultz ve Schultz, 2020, s. 506).

Öz yeterlik kavramının özgüven kavramından farklı olmasının yanında özyeterlik belli bir eylemle/durumla ilişkilidir. Bir alanda güçlü yeterlik inancına sahip olan bir birey başka bir alan veya davranışta daha zayıf öz yeterlik inancı taşıma ihtimali bulunmaktadır (Cassidy ve Eachus, 2002).

Bandura (1995, s. 2), bireylerin davranışlarının gerçek olandan ziyade, bireylerin doğru olduğuna inandıkları ve o inandıkları durum veya olaylara dayandığını yorumunda bulunur. Bu fark önemlidir çünkü genellikle bireyler kendi yeterlik düzeyleriyle ilgili gerçekte olduğundan daha düşük veya yüksek yeterlik inancına sahiptirler. Başka bir deyişle insanlar kabiliyetlerini doğru değerlendiremedikleri, azımsadıkları ya da abarttıkları görülmektedir. Bireylerin yeteneklerini gerçekten düşük algılamaları sahip oldukları bu yetenekleri en verimli ve yüksek bir şekilde kullanamamalarına neden olurken; yeteneklerini var olan düzeyden bir miktar daha fazla algılamaları performansları üzerinde olumlu yönde etkide bulunmaktadır.

Yetenekli birçok bireyin gerçekte sahip oldukları becerileri hakkında şüpheli olduklarından kaynaklı sorun yaşadığını Pajares (2002) vurgulamaktadır. Buna karşın bazı bireyler sınırlı becerilere sahip olmalarına rağmen yeterlilikleri konusunda güvenli bir figür sergilerler. Yeterli bilgi ve becerilere sahip olmadan ne kadar yüksek olursa olsun yeterli inancı sadece bu inançla kişiyi başarıya götüremez. Öz yeterlik inancı temel olarak bilgi ve becerilerin ne kadar sağlam edinildiğine bağlıdır. Buradan kişinin başarısını etkileyen tek faktörün öz yeterlik inancı olmadığı ve bu davranışların başka faktörlerden etkilendiği göz önünde bulundurulmalıdır. Güçlü ve yüksek bir öz yeterlik inancı tek başına davranışı

üretmemekle birlikte insanların istemedikleri veya gerekli kaynakların eksikliğinden dolayı insanlar bu davranışı yapmayı istemeyebilirler (Pajares 2002).

Bandura (1982) bilginin başarılı bir performans için gerekli olduğunu fakat yeterli olmadığını belirtmektedir. İnsanların neyi yapmaları gerektiğine dair ellerinde yeteri kadar bilgi olması karşısında çoğu zaman uygun davranışlar gösteremedikleri saptanmıştır. Çünkü insanların yapması gereken davranışı ile ilgili yeteneğine dair yargısı ve bu durum hakkındaki öz yeterlik inancı, bireylerin yapacağı davranışı ve buna yönelik motivasyonunu etkilemektedir (Bandura, 1977).

Öz yeterlik boyutlarına göre, insanların öz yeterlik inançlarının değerlendirilmesinde üç farklı nitelik bulunmaktadır. Bunlar genellenebilirlik, önem ve güç olarak öne sürülmüştür (Bandura, 2006; Bujack, 2012; Brookby, 2004). Öz yeterlik inancının önem boyutu insanların herhangi bir davranışın zorluk derecesine dair yeterlik inancının farklılaşmasını temsil eder. Başka bir anlatımla, öz yeterlik inancı insanların daha kolay olarak amaçlar belirlemelerini sağlayacağı gibi daha güç görevlere eğilmelerini de sağlayabilir.

Genellenebilirlik boyutu insanların belirli bir alan hakkındaki yeterlik inançlarını başka alanlara da uygulayıp uygulamaması ile ilgili öz yeterlik inancı boyutudur (Bandura, 1997). İnsanlar değişik durumlarda veya belirli bir görevde etkin oldukları yargısını taşıyabilmektedir fakat belli bir alanda öz yeterlik inancı yüksek olan insanların başka bir alanda da öz yeterliğinin yüksek olması anlamını her zaman taşımaz (Combs, 2001).

Bu sebeple belli bir becerilerle değişik alanlardaki fonksiyonları yapmak çoğu zaman oldukça güç bir süreç olabilir ve bundan dolayı genellenebilirlik boyutu zorlaşır. Öte yandan belirli becerilerle birbirine benzeyen fonksiyonlar arasında genellenebilirliğin artacağı düşünülebilir. Örnek verilecek olursa kişilerarası iletişim anlamında öz yeterliği yüksek olan insanların sunum yapmaya dair öz yeterliği yüksek olabilecek iken mimari bir alandaki öz yeterliği düşük olabilir.

Öz yeterliğin bir diğer boyutu olan güç boyutu, insanların öz yeterlik inançlarının kuvvetini ve kararlı olma durumunu belirtir. Bununla birlikte insanların bir görevi yapabilmemesi gayreti olarak tarif edilebilir (Bandura, 1977; Stajkovic ve Luthans, 1998). Bir başka deyişle bireyler başarılı bir performans gösterme anlamında ne kadar kararlı bir duruş sergiliyorsa öz yeterli gücünün de bu kararlılık yönünde artabileceği denilebilmektedir.

### 2.3.1. Sosyal Bilişsel Kuram

Sosyal bilişsel kuram ilk olarak Bandura ve arkadaşları tarafından gözlem sonucu öğrenme yoluyla ortaya çıkan ve koşullama modellerine tepki olarak ortaya atılan bir kuramdır. Bu kurama göre öğrenmenin sosyal bir çevrede gerçekleştiği savunulur (Schunk, 2009). Bu kuram çerçevesinde kişiler çevreden gelen uyarıcılara tepki vermenin dışında bununla birlikte kendini örgütleme, yargılama ve düzenleme potansiyellerine sahip olarak oldukça aktif bir şekilde rol alırlar (Pajares, 2002).

Kişilerin bilişsel kapasitelerini ve sosyalliklerini ön plana çıkaran Sosyal Bilişsel kuramda; gelişim aşamasında çevrenin etkisinin de kabul edilmiş olmakla birlikte, kişilerin uyarıcılar karşısında aktif oldukları savunulur ve düşünerek tepkilerini şekillendirdikleri ifade edilmektedir. (Bandura, 1993).

Bandura davranış ve pekiştireç ilişkisinde doğrudan bir bağlantı bulunmadığını, bilişsel süreçlerin davranış ve pekiştireç arasında aracı bir görevi olduğunu belirtir. Bu sebeple sosyal bilişsel kuramda bilişsel süreçlerin çok etkin bir rolünün olduğu göze çarpmaktadır. Bireylerin direkt olarak pekiştirme yoluyla davranışta değişiklik göstermenin dışında diğer bireyleri gözleyerek de davranışlarında değişiklik gösterebildiği belirtilmektedir (Schultz ve Schultz, 2020, s.505-506).

Sosyal Bilişsel kuramın Psikoloji bilimindeki kabulünü sağlayan önemli bir çalışma olan “Bobo Doll” deneyi Bandura’nın önemli bir çalışmasıdır. Bu deneyde, saldırganlık gibi sosyal davranışların gözlem süreci ve taklit yoluyla öğrenilebileceği belirtilmiştir. 3-6 yaş arasında olan toplam 24 okul öncesi çocuk üç ayrı gruba ayrılmıştır. Deney grubuna “Bobo Doll” adı verilen bir oyuncak ile saldırgan bir şekilde oynayan bireylerin olduğu bir video izletilmiştir. Diğer deney grubuna bu durumun tam tersi olarak saldırgan davranışlar göstermeyen bireyler izletilmiştir. Kontrol grubu herhangi bir modele maruz kalmamışlardır. Bir diğer yandan bu deneyde çocukların yarısı hemcinsleri ile yarısı da karşı cinsten yetişkin bireylerin davranışını izlemiştir. Bunun hemen ardından hiçbir model olmayan bir ortamda çocukların oyuncağa verdiği tepkiye bakılmıştır. İkinci kısımda videonun neticeleri cezalandırma ve ödüllendirme şeklinde değişmiştir. Sonuç olarak çocukların taklit etme ya da etmeme anlamında davranışlarının değişimi gözler önüne serilmiştir. “Bobo doll” deneyinden elde edilen neticeler modern psikolojiye farklı bir yön katmış ve psikoloji bilimi davranışçılıktan bilişsel psikolojiye kaymıştır. Bununla birlikte bu deney küçük yaş bireylerde yetişkin yaştaki bireylerin davranışlarından nasıl etkilendiklerini ortaya koymuştur. (Artino Jr., 2007, s. 4-5).

Sosyal bilişsel davranış süresince; taklit etme, hafızaya alma, dikkat etme ve güdülenme gibi aşamalar bulunmaktadır. Bandura bu kavramlara özdeşleşme ve taklit etmeyi de eklemiştir bununla birlikte klasik koşullamanın ötesinde bir süreç oluşturmuştur. Buna ek olarak kuramda çevresel kişisel ve biyolojik etkenler arasında karşılıklı bir nedensellik ilişkisini olduğunu savunarak öğrenme sürecini sosyal bir süreç olarak ele aldığını belirtmiştir. Bu duruma ise “karşılıklı belirleyicilik” adını vermiştir (Nabavi, 2012, s. 20-21; Dökmen, 2009, s. 60).

Bu kuramın başka bir önemli kısmı, öğrenmenin dolaylı bir süreç içinde olduğu söylemidir. Bu süreç dolaylı ceza, dolaylı pekiştirme, dolaylı duygu ve dolaylı güdülenme biçiminde ifade edilmiştir. Bandura’nın bahsetmiş olduğu öz yeterlik kavramı bu kuramın en dikkat çekici kavramı olarak göze çarpmaktadır. Öz yeterlikle ilgili olarak kişinin kendine yönelik olan inancı doğrultusunda yapabileceği etkinlikler, organize edebilme becerisi ve yapabilme potansiyeli şeklinde ifade etmiştir (Nabavi, 2012, s. 16).

### 2.3.2. Psikolojik Danışma Ve Öz Yeterlik

Sosyal Bilişsel kuramın oldukça önemli bir kavramı olan öz yeterlik kavramının etkili bir performans göstermesinde önemli olduğuna ilişkin verilerin artmasıyla birlikte bu kavramın psikolojik danışma alanına uyarlanarak danışanlara daha etkin bir danışma süreci vermede aktif bir şekilde kullanılabileceği ön görülmektedir. İnsanların performansı, motivasyonu ve gayretleri üstünde önemli bir görevi olan öz yeterlik inancı, psikolojik danışmanların başarıları ve performanslarına dair danışma becerileri konusundaki algıları üzerinde psikolojik danışma araştırmaları ve uygulamalarında çalışılmaya başlandığı takip edilmektedir (Constantine, 2001; Israelashvili ve Socher, 2007; Larson ve Daniels, 1998; Lent, Hackett ve Brown,1998; Lent, Schmidt ve Schmidt, 2006; Maldonado, 2008; Tang, Fouad ve Smith, 1999).

Larson ve Daniels (1998) psikolojik danışma ve öz yeterlik inançlarının terapötik süreçlere dair önemi vurgulanan bir psikolojik danışman niteliklerinden olduğunu bildirmektedir. Lent ve arkadaşları (1998) ise, terapötik süreçteki pozitif neticeleri etkileyen önemli danışmanlık özelliklerini psikolojik danışmanların öz yeterlik inançlarındaki önemli bir özellik olarak belirtmiştir. Friedlander ve arkadaşlarına (1986) göre ise, psikolojik danışmanların oturumları yönlendirebilmesi ve danışanı ile terapötik ilişki kurması açısından oldukça önemlidir.

Curry (2007) araştırma bulguları olarak başarılı bir danışma sürecini etkileyen değişkenleri teorik bilgi ve mesleki tecrübe ile danışma sürecinin yönetimi ve zor olan danışanlarla başa çıkmak gibi becerilere sahip olmak olarak tanımlanan terapistin danışma becerilerine dair inancını da önemli bir değişken olarak bildirmiştir. Cormier ve Nuriou (2003) psikolojik danışmanların öz yeterlik inancının yüksek olması danışma sürecini istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı olarak etkileyen bir değişken olarak bildirmiştir.

Alan yazında yapılan araştırmalar genel olarak psikolojik danışma öz yeterlik algısı ile psikolojik danışmanların kişilik nitelikleri (Larson vd.,1992), kadın-erkek danışman farkına dayalı araştırmalar (Daniels, 1997; Larson vd. 1992; Potenza, 1990), öz bilinç ve benlik olgusu (White, 1996); danışma sürecinin deneyimi (Melchert vd., 1996; Potenza, 1990); danışma sürecinin deneyimi ve süpervizyonun saati (Potenza; 1990); psikolojik danışmanın bu süreçteki performansı (Larson vd.,1992; Munson, Stadulis ve Munson,1986; Watson,1992) arasındaki ilişkileri içermektedir

Larson, Clark, Wesley, Koraleski, Daniels ve Smith (1999) öz yeterlik oluşmasındaki etkili olan deneyimler, sözel ikna, dolaylı öğrenme, duygusal/fizyolojik uyarılma gibi danışmanın becerilerini geliştirmeye dair kullanılan müdahalelerin öz yeterlik algısını pozitif yönde ilerletmede direkt etkisi olduğunu bildirmişlerdir. Tecrübe psikolojik danışmanın danışma hayatının düzeyidir. Psikolojik danışmanların pozitif olarak danışma süreçleri ne kadar fazla ise danışma yapabilme becerisine dair öz yeterlik inançları o yönde artar. Dolaylı yoldan öğrenme veya dolaylı olarak temsil, psikolojik danışmanların meslektaşlarını gözlemlemesi ve onlarla sosyal karşılaştırmalar yapma anlamına gelmektedir. Gözlem

yapılan danışmanlar başarılıysa, danışman kendisinin onun gibi başarılı olacağını öngörür ve öz yeterlik inancı yükselir. Sözel ikna kavramını geri dönüş veren danışmanın pozitif geri bildirimleri olarak düşünülebilir. Bununla birlikte Larson (1998)'a göre psikolojik danışmanın yaşadığı endişe, heyecan ve kaygı durumları da psikolojik danışmanların öz yeterlik inancını etkilemektedir. Bandura'nın (1977) teorisi yönünde deneyimler, dolaylı öğrenme, sosyal ikna ve psikolojik / fizyolojik faktörlerin danışmanlık öz yeterliğini ilerletme bakımından büyük ölçüde fayda sağlamaktadır.

Öz yeterlik kavramı üzerinde yapılan çalışmalardan kaynaklı olarak psikolojik danışman davranışları ve becerilerinin yanında danışmanlık öz yeterliğinin de ne şekilde geliştirilebileceği de üzerinde araştırma yapılan bir konu haline gelmiştir (Iarussi vd., 2013; Lam vd., 2013; Tangvd., 1999). Psikolojik danışman eğitimlerinde danışmanların öz yeterlik düzeylerini geliştirebilmesi konusu üzerinde çalışıldıkça, psikolojik danışman adaylarının öz yeterliklerinin şekil alması ve gelişmesi dahilinde bilgi ve becerilerin artması ve ileriki dönemlerde danışmanların sıkıntılarını çözebilme konusunda da başarılarının artması olasılığı gündeme gelmektedir. Bundan dolayı öz yeterlik kavramının psikolojik danışma alanındaki önemi ve çalışılabilecek bir saha olarak üzerinde durulan araştırma konusu olduğu belirtilmiştir.

Cinsiyet değişkeni ele alınarak incelenen çalışmalarda, danışma öz yeterliğin farklı hale geldiğini öne süren çalışmalar bulunmaktadır. Bazı çalışmalarda (Bodenhorn ve Skaggs, 2005; Gündüz ve Çelikkale, 2009) Kadın danışmanların erkeklere göre anlamlı olarak daha yüksek psikolojik danışma öz yeterliğine sahip olduğu vurgulanırken; bazı çalışmalarda ise (Poyraz, 2000; Yaka, 2005) erkek danışmanların Kadınlara göre daha yüksek bir şekilde psikolojik danışma öz yeterliğine sahip olduğu bulunmuştur.

Psikolojik danışma öz yeterliği ile akademik başarı değişkenleri arasında bulunan ilişki de incelenmiştir. Akademik başarı ile psikolojik danışma öz yeterliği arasında pozitif bir ilişkinin bulunduğu (Larson ve diğerleri, 1992; Yiyit 200) ve bunun dışında; başka araştırmalarda akademik başarı ile psikolojik danışma öz yeterliği arasında anlamlı bir ilişki olmadığına dair bulgular bulunmaktadır (Pamukçu, 2011).

Psikolojik danışmanların oturum sayısı, danışmanların öz yeterliklerine şekil veren önemli öğelerden birisidir. Oturum sayısının miktarı arttıkça psikolojik danışma öz yeterliğin de arttığına yönelik çalışmalar bulunmaktadır (Coykandall, 1993; Johnson vd., 1989; Larson vd., 1992; Melchert vd., 1996; Sipps vd., 1988; Snyder, 1983; Pamukçu, 2011). Oturum sayısının danışmanların öz yeterlikleri üzerindeki etkisinin araştırıldığı çalışmalar incelendiğinde Coykandall (1993) çalışmasında psikolojik danışmanların öz yeterliklerinin artması için fazlasıyla oturum gerçekleştirmeleri için öneride bulunmaktadır. Johnson ve arkadaşlarının (1989) yüksek lisans öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada öğrencilerin gerçekleştirdiği oturum sayısının artması ile öz yeterlik düzeylerinin arttığını; Sipps ve arkadaşları (1988) ise buna paralel olarak klinik deneyim arttıkça danışmanların öz yeterlik düzeylerinin doğru yönde arttığını bildirmiştir. Pamukçu (2011) yaptığı araştırma sonucunda oturum sayısı, süpervizyon niteliği ve süpervizöre ilişkin memnuniyet düzeyini psikolojik danışmanların özyeterlik ölçek puanlarının varyansını % 13 oranında yordadığını bildirmiştir.

Larson ve arkadaşları (1992) çalışmasında eğitime yeni başlayan öğrencilerin öz yeterlik ölçek puanlarının yüksek lisans öğrencilerinin ve alanda çalışan deneyimli profesyonellerin öz yeterlik ölçek puanlarına kıyasla istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde düşük olduğunu bildirmiştir. Görüşme odasında geçirilen süre olarak da tanımlanan oturum sayısının danışmanların öz yeterliklerini doğru yönde etkilediği ifade eden çalışmaların literatürdeki varlığına karşın Snyder (1983) çalışmasında yüksek lisansa yeni başlayan öğrenciler, doktora öğrencileri ve intörnlerin özyeterlik ölçek puanları arasında istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılık olduğunu bildirirse de bu gruplar arasındaki farkları ölçek bir test rapor etmemiştir.

Bu çalışmalara paralel olarak Satıcı (2014) araştırmasında oturum sayısı ve psikolojik danışma öz yeterlik ilişkisini araştırmıştır. Araştırmaya göre ders kapsamında gerçekleştirilen oturumları sekiz (8) ve altında ise “oturum sayısı az”, on dört (14) ve üstü ise “oturum sayısı fazla” ve arada kalanları ise “oturum sayısı orta” olarak gruplandırmıştır. Araştırma sonucunda oturum sayısı arttıkça psikolojik danışma öz yeterliğinin de arttığı görülmüştür. Oturum sayısı arttığı sürece psikolojik danışmanlar tecrübe kazanmakta ve bu tecrübeler neticesinde yapabildiklerine yönelik inançları artmaktadır (Barbee, Scherer ve Combs, 2003; Leach, Stoltenberg, McNeill ve Eichenfeld, 1997).

Corey’e (2008) göre, psikolojik danışmanlık süreci yürütecek kişilerin eğitimleri öncesinde veya sırasında kendi terapi süreçlerinden geçmeleri gerekmektedir. Bunun pek çok sebebi olmakla birlikte önemli sebeplerden biri danışanlarına yardımcı olup olamayacaklarına dair endişeleri üzerinde çalışmak olabilir. Belki de psikolojik danışma yapmaya başlamanın en doğru yolu budur. Bir diğer önemli neden ise danışmanların kendilerinin henüz çözemedikleri problemlerle gelen danışanlara yardımcı olmaya çalışmalarıdır. Oysa ki psikolojik danışmanların kendilerinin çözüme ulaştıramadıkları bir konuda danışanlara yardımcı olmaları oldukça zordur.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde danışmanların öz-yeterlik inançları üzerinde danışmanların doğrudan veya dolaylı olarak rolü olduğu bulunmuştur. Danışanın geri bildiriminin öz yeterlik düzeyini etkilediği belirtilmiştir (Bakalım ve ark., 2018; Lent ve ark., 2009). Bu perspektiften bakıldığında danışmanın sahip olduğu görüşme becerilerinin ve bunları sergilemenin danışana yardımcı olma ve danışan ile olumlu ilişkiler kurmada etkili olduğu düşünülmektedir.

Bilgiç (2011)’in Psikolojik Danışmanların öz-yeterliklerini incelediği çalışmada cinsiyet değişkenine göre psikolojik danışmanların psikolojik danışma yapmaya ilişkin öz-yeterlik düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Aynı çalışmada eğitim seviyesi değişkenine göre farklılık bulunmuştur. Fakülte mezunu olan danışmanların görüşme yapmaya ilişkin öz-yeterlikleri lisansüstü eğitim alanlara oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur.

Yam (2014) psikolojik danışma öz-yeterlikleri ve çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi incelediği çalışma sonucuna göre, psikolojik danışma öz-yeterliği cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Eğitim düzeyi ve Psikolojik danışma öz-yeterliği arasındaki ilişki ise psikolojik danışma öz-yeterliği oturumu yönetme alt boyutunda farklılaşmaktadır.

### 2.3.3. Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ve Terapötik İttifak

Terapötik ittifak ve psikolojik danışma öz yeterlik arasındaki ilişkinin araştırılması yapılan çalışmaların alan yazında çok sınırlı sayıda olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmalara örnek olarak Baldwin, Wampold ve Imel (2007) tarafından yapılan çalışmada terapötik ittifak kavramının danışmanın sürecini ne şekilde etkilediğini bulmaya dair, 331 danışan ve 80 psikolojik danışman üzerinde bir araştırma yapılmıştır. Çoklu regresyon modelinde hipotezleri test eden çalışmacılar; 50 seviyesinde psikolojik danışmanın terapötik ittifak yeteneği, psikolojik danışmanın terapi sürecini olumlu-pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Bu anlamda psikolojik danışmanlardaki terapötik ittifakının sağlam olması, danışanın terapist ile ittifak kurmasını ve psikolojik fonksiyonunu olumlu yönde etki ettiği sonucuna varılmıştır. Yine bu araştırmada, sürdürülebilir güçlü bir ittifak için danışmanların aldığı eğitimlerin ve inançların önemi vurgulanmıştır. Buna göre ittifakın büyük ölçüde önemli ölçülerinden birinin de öz yeterlilik ve bu anlamda gelişen inançların olduğuna dair araştırmacılar nu noktaya dikkat çekmişlerdir. Ayrıca Baldwin ve ark., (2007) terapistlerin terapötik ittifak kurma aşamasında zorluk yaşadığı zamanlarda danışanın niteliklerine yoğunlaşmaktansa kendi davranış süreçlerine yoğunlaşmayı ve bu durum üzerinde düşünüp yorum yapmayı önermişlerdir.

Heppner, Multon, Gysber, Allis ve Zook (1998)'un yaptıkları araştırmada psikolojik danışmanların danışma öz yeterliği boyutları ile terapötik ittifak seviyeleri arasında pozitif-olumlu ve anlamlı ilişkilere rastlanmıştır. Bu araştırmalara ek olarak Alexander, Barton, Schiano ve Parsons (1976); Baldwin (2007) ve Teyber ve McClure (2000) gibi bilim insanları psikolojik danışmanın danışanı ile ilişki ittifak kurmasını, danışmanın yeterlilikleri ve yetenekleri, bilişsel yeterlilikleri benzer içeriğe sahip özellikleri ile pozitif ilişkisinin olduğunu bildirmektedirler.

McCarty (2012)'nin yaptığı bir çalışmada terapötik ittifak ile danışma öz yeterliği içerisindeki ilişkiye bakılmıştır. Şöyle ki bu araştırmada danışmanların süpervizörleriyle geliştirdikleri terapötik ittifak seviyeleri, ittifak değişkeni olarak kullanıldı. 166 psikolojik danışman üzerinde uygulanan bu çalışmada terapötik ittifak ile danışma öz yeterlikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Morrison (2016)'un yaptığı araştırmada ise danışmanların ilişki ve danışma yeterlilikleri 240 lisansüstü psikolojik danışman öğrencisi üzerinden yürütülmüştür. Sonuca baktığımızda değişken olarak psikolojik danışmanların terapötik ittifak düzeyi de değişken olarak kullanılmış olup; danışmanların terapötik ittifak düzeyi danışma öz yeterlik değişkeni ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin olduğu bulunmuştur.

Kandemir (2017)'in psikolojik danışmanlar boyutunda terapötik ittifaka baktığı çalışmasında, psikolojik öz yeterlik inancı ile danışmanın algıladığı terapötik ittifak arasında olumlu bir etkinin olduğunu bildirmiştir.

## 2.4.Mesleki Deneyim

Sağlık Bakanlığı psikolog tanımına göre, “Psikoloji lisans eğitimi üzerine ilgili mevzuatına göre Bakanlıkça uygun görülen psikolojinin tıbbi uygulamalarıyla ilgili sertifikalı eğitim almış ve/veya yeterliliğini belgelemiş psikologlar, klinik psikoloğun sorumluluğunda test teknik ve yöntemlerini uygular ve raporlar, hasta görüşmesi yapar”. Lisans bölümlerinden mezun olan ruh sağlığı çalışanları ülkemizde yeterince meslek elemanı bulunmaması sebebiyle kısa sürede çeşitli kurumlarda (rehabilitasyon merkezleri, okul, hastane vb.) istihdam edilmektedir. Türk Psikologlar Derneği Etik Yönetmeliği’ne göre, “Psikolog, uluslararası standartlara, Türkiye Cumhuriyeti’nin Yükseköğrenimle ilgili yasalarının öngördüğü eğitim veya denklik koşullarına göre verilen, Türkiye Cumhuriyeti Psikologlar Meslek Yasasının ve Türk Psikologlar Derneği’nin koşullarına uygun yasal eğitimi alıp yetkinliğini elde eder ve sadece yetkinliğini elde ettiği alanda eğitimi, kişilik özellikleri, deneyimi ve becerileri çerçevesinde çalışır”. Öğrencilerin lisans programları müfredatlarında yer alan uygulamalı dersler ve staj uygulamalarından mesleki olarak yeterli düzeyde olgunlaşmadan mezuniyet sonrası meslek hayatına başlayarak klinik pratiklerine başlamaktadırlar. (Andiç, 2012).

Sözlük anlamına bakıldığında deneyim bir kimsenin belli bir sürede veya hayat boyu edindiği bilgilerin tamamı, tecrübe, eksperyans olarak tanımlanmaktadır. Psikoterapist olma süreci, deneyim kazanma ve gelişme oldukça uzun ve kapsamlı bir süreçtir. Psikoterapist kariyer hayatı boyunca evrelerden geçer. Süpervizyon, bireysel terapi, eğitim ve kişisel özellikler psikoterapistlerin mesleki gelişimine katkı sunar (Heinonena ve Orlinsky, 2013; Messer ve Gurman, 2011; Norcross 2005).

Mesleki deneyimin gelişmesinde etki olan faktörleri inceleyen çalışmalar bulunmaktadır. Terapistlerin erken aile yaşantıları ve kişilerarası ilişki deneyimleri ve meslek hayatındaki deneyimleri mesleki gelişimi etkileyen önemli kaynaklardır. Rønnestad ve Skovholt 2003). Terapistler, uygulanan terapi sayısı ve geçen süre arttıkça terapist tarafından algılanan terapötik becerilerin de arttırdığını hissettiklerini belirtmişlerdir. Bu da mesleki gelişimin devam eden bir süreç olduğu fikrini vermektedir (Orlinsky ve ark. 1999).

Danışma öz yeterlik algısı kavramına bakıldığında *mesleki yeterliklerle* (alınan eğitim, mezuniyet düzeyi, mezun olunan program), *danışmanlık becerileriyle* (psikolojik danışma becerileri, deneyim, model olma, terapötik ittifak) ve danışan ve çevre koşulları ile ilişkisini inceleyen araştırmalar bulunmaktadır. Alan yazındaki deneysel çalışmalara bakıldığında süpervizyon deneyimi, alınan eğitimin niteliğini ve niceliğinin öz yeterlik kavramı üzerindeki istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde pozitif yönde bir etkisi bulunmaktadır (Akşab ve Türk, 2022). Yapılan araştırmalar incelendiğinde uygulama deneyimleri ve psikolojik danışma öz yeterliği arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu (Ooi vd., 2018), uygulama deneyiminin arttıkça öz yeterliğin de arttığı görülmektedir (Mullen vd., 2015). Eğitim kalitesi ve staj uygulamalarına dair Tang (2004) yaptığı çalışmada “psikolojik danışma öz-yeterliği” ile istatistiksel düzeyde pozitif yönlü bir ilişki saptamıştır. Ancak alan yazın incelendiğinde bazı çalışmalarda öğrencilerin uygulama derslerini yetersiz gördüğü belirtilmiştir (Fırıncı-Kodaz ve Vural-Batık, 2018; Korkut-Owen, Acar, Haskan-Avcı ve

Kızıldağ, 2013; Özyürek, 2009). Bu bilgiler göz önünde bulundurulduğunda deneyim kazanmanın öz yeterlik açısından önemli olduğu görülmektedir.

Psikoterapi uygulamalarında süpervizyon oldukça önem taşımaktadır. Deneyim kazanma, süpervizyon alma, eğitim alma gibi faktörleri inceleyen çalışmalara bakıldığında öz yeterlik kavramı ile oldukça ilişkili olduğu ve bu etkenlerin kalitesi arttıkça psikolojik danışma öz-yeterliğinin (PDÖY) de arttığı görülmektedir (Akşab ve Türk, 2022). Türkiye’de öğrencilere klinik görüşme becerilerine ilişkin bilgiler sözel anlatım yöntemi ile kazandırılmaya çalışılmakta ve öğrenciler yazılı sınavlarla değerlendirilmektedir. Uygulamaya yönelik bir sınav olmaması ve öğrenci sayısının yüksek olması bir problem olarak görülmektedir (Aladağ, 2013).

PDÖY etkileyen önemli bir faktör de eğitim düzeyi olarak belirlenmiştir. PDÖY ve eğitim düzeyine ilişkin araştırma sonuçları farklılık göstermektedir. (Durmuş, 2015; Taytaş, 2013; Yıldız-Yüksel, 2017). Eğitim düzeyine ilişkin alan yazında farklı sonuçlar bulunmaktadır. Taytaş’a (2013) göre lisans düzeyinde eğitimi olan psikolojik danışmanların öz-yeterlikleri yüksek lisans düzeyinde eğitimi olanlardan yüksektir; Durmuş’a (2015) göre psikolojik danışmanların öz-yeterlikleri eğitim düzeylerine göre farklılaşmamaktadır. Yıldız-Yüksel’e (2017) göre ise yüksek lisans düzeyinde eğitimi olan psikolojik danışmanların öz-yeterlikleri lisans düzeyinde eğitimi olanlardan yüksektir. Yapılan çalışmalar nicel çalışmalar olup farklılıklara ilişkin sebeplerin anlaşılabilmesi için nitel çalışmalar yapılarak alan yazına katkı sunabileceği düşünülmektedir.

#### **2.4.1. Mesleki Deneyim ve Terapötik İttifak Çalışmaları**

Bandura’ya (1995) göre deneyimler yetkinlik inancını olumlu yönde etkilemektedir. Dolayısıyla, başarılı deneyimlerin artması psikolojik danışmanların mesleki yetkinlik inançlarının da yükselmesine katkı sağlayacaktır. Alan yazında Gündüz ve Çelikkaleli (2009) yaptığı çalışmada hizmet süresi (mesleki deneyim) fazla olan psikolojik danışmanların deneyimi az olan danışmanlardan daha yetkin olduğu saptanmıştır. Yiyit (2001), deneyim süresi fazla olan danışmanların kendilerini daha yetkin gördüklerini ifade etmiştir. Tang ve ark. (2004) geçmiş deneyim süreleri ile danışman yetkinlik inancı arasında pozitif bir ilişki olduğunu rapor etmişlerdir.

Görev bazlı insanlararası ilişkilerde duyarlı ve çekici modele göre öz yeterliğin anlamlı bir belirleyici olduğundan bahsedilmiştir (Fernando ve Hulse-Killacky, 2005). Meydan (2014), mikrobeceri süpervizyon modeli psikolojik danışmanların öz yeterlik düzeylerini anlamlı bir şekilde etkilemediğini söylemiştir. Sarıkaya (2017) ise psikolojik danışma öz yeterliği üstünde süpervizyon terapötik ittifakı vasıtasıyla çekici modelin ve görev yönelimli modelin olumlu anlamda bir etkisinin olduğundan bahsederken; insanlararası duyarlı modelin ise anlamlı bir etkisinin olmadığını bildirmiştir.

Alan yazın incelendiğinde 116 psikolojik danışma öğrencisinin katıldığı bir çalışmada iş deneyimi, alma eğitim sayısı ve staj uygulamalarında geçirilen saat ile öğrencilerin öz-yeterlik inançları arasında olumlu bir ilişki bulunmuştur (Tang vd., 2004).

Bodenhorn ve Skaggs (2005) da öz yeterlik inancının cinsiyete ve deneyime göre farklılaştığını bulmuştur.

Bakar (2011) deneyim ve öz yeterlik arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında psikolojik danışma öz-yeterliği ile çalışma deneyimi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca yüksek öğrenim seviyesi arttıkça danışmanların daha etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Yiyit (2001) psikolojik danışmanlarının öz-yeterlik algılarını ölçmeye yönelik yapmış olduğu ölçek geliştirme çalışma sonucunda psikolojik danışmanların yetkinlik beklentileri ile diploma notları, deneyim süreleri ve sorumlu oldukları öğrenci sayıları arasında düşük düzeyde olumlu bir ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla diploma notları, deneyim süreleri ve sorumlu oldukları öğrenci sayıları arttıkça okul psikolojik danışmanlarının yetkinlik beklentilerinin de yükseldiği saptanmıştır. Aynı çalışmada yetkinlik beklentileri ile mezun olunan program ve yaş arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı ortaya çıkmıştır.

Aksoy ve Diken (2009)'in 277 rehber öğretmen ile yapmış olduğu çalışmada cinsiyet ve yaş değişkeni bakımından anlamlı bir fark bulunmazken psikolojik danışmanların meslekteki deneyim süreleri, mezun oldukları lisans programı, özel eğitim deneyimleri ve aldıkları uzman desteği ile öz-yeterlik algı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Erkan (2011)'in okul psikolojik danışmanı öz-yeterliğini yordamada eğitim yaşantılarına ilişkin memnuniyetin rolü konulu araştırmasında elde edilen bulgulara göre, okul psikolojik danışmanı öz-yeterliği ile cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunamamıştır.

Asarlı (2012) çalışmasında mezun olunan lisans programına, psikolojik danışmanın eğitim düzeyine, deneyim süresine, okul mevcuduna ve okulda çalışan psikolojik danışman sayısına göre incelemiştir. Araştırma sonucunda deneyim süresi (uygulama süresi) ile öz-yeterlikleri arasında anlamlı bir fark bulmuştur. Bunun yanı sıra mezun olunan bölüm ile öz yeterlik inancı arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Literatür incelendiğinde öz yeterlik algılarının mesleki deneyim açısından etkilerini belirleyen; danışan sayısı, deneyim süresi, süpervizyon yaşantıları gibi değişkenler bakımından incelendiği ve bu anlamda betimsel çalışmalar yapıldığı görülmektedir. Cashwell ve Doley (2001) yaptığı çalışmada klinik süpervizyon alan kursiyerlerin psikolojik danışmanlık öz yeterliklerinin arttığını belirtmiştir. Tang ve ark. (2004) ise alınan kurs sayısı ile psikolojik danışma öz yeterliği arasında olumlu yönde bir ilişki belirtmiştir. Bakar (2011) yaptığı çalışmada lisansüstü eğitim tamamlamış olan danışmanların pdöy'nin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bahsedilen araştırmalar ışığında öğrenim durumu/ derecesi ile pdöy arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur.

Yayla (2016) çalışmasında lisans üstü ve yüksek eğitim düzeyinde olan psikolojik danışmanların etkili psikolojik danışman nitelikleri ile psikolojik danışma öz-yeterlik

düzeylerinin lisans eğitim düzeyinde olan psikolojik danışmanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Yapılan araştırmada yüksek lisans ve yüksek lisansın üzerindeki eğitim düzeylerinde olan psikolojik danışmanların danışma öz yeterlik seviyeleri lisans düzeyinde olan psikolojik danışmanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu araştırma bulgusu ile ilgili alanyazın kontrol edildiğinde, psikolojik danışma öz yeterliği ile öğrenim durumu arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığını söyleyen çalışmalarla karşılaştırılabilir (Özgün, 2007; Özteke, 2011; Erkan, 2011; Durmuş, 2015). Bunun dışında Erkan (2011), psikoloji danışma öz yeterliği ile eğitim seviyesi arasında anlamlı bir fark olmadığını belirtmiş olmasının yanında, eğitim yaşantılarına dair memnuniyetin artması durumunda psikolojik danışma öz yeterliğinin de arttığını belirtmiştir.

Terapistin kendini anlama süreci, mesleğindeki etkinliğine büyük ölçüde yarar sağlamaktadır (Orlinsky ve ark. 2005). Birçok terapist kendi şahsi terapi sürecini, terapistin kendini anlaması için kullanabilmektedir. Araştırmada, terapistlerin %59'dan fazlasının en az bir şahsi terapi tecrübelerinin olduğu söylenmektedir. Mesleklere göre bakıldığında Psikologların %75'i, sosyal hizmet görevlilerinin %72'si ve psikiyatristlerin %67'si kişisel terapi tecrübelerinin olduğu görülmektedir. Terapistlerin kişisel terapiste gitmelerinin temel nedeni sorulduğunda, erapistlerin %46'sı eğitim, %56'sı bireysel sıkıntılar ve %60'ı gelişimden kaynaklı terapiye gittiklerini bildirmişlerdir. Psikodinamik kuram terapistlerinin %85'i, eklektik/bütünleyici terapistlerin %83'ü, kişilerarası kuram terapistlerinin %82'si, hümanist terapistlerin %76'sı ve bilişsel davranışçı kuram terapistlerinin %65'ini en az bir kişisel psikoterapi tecrübesini deneyimledikleri gözlenmiştir. Süpervizyon süreci, psikoterapistin meslek yaşamı dahilinde süregelen ve tamamlayıcı bir yanıdır (LeShan 1996). Henüz eğitim sürecine yeni başlamışken süpervizyona olan gereksinim daha fazla olmaktadır. Süpervizyon süreci, başlangıç seviyesindeki terapistlerin gelişim sürecinde en olumlu, tecrübeli terapistlerin gelişim sürecinde ise danışanlar ile gelen tecrübeden sonra en olumlu ikinci etkiye sahip olduğu görülmektedir. Uluslararası çalışmalar incelendiğinde ise terapistlerin %96'sının süpervizyon aldıklarını göstermektedir (Grant ve Schofield 2007).

### 3.YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modelini, örneklem ile ilgili bilgileri, veri toplama araçlarını, araştırmanın işlemini ve araştırmanın analizini içeren bilgiler sunulmuştur.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Çevrim içi ve yüz yüze psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifak üzerinde, psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancının yordayıcı etkisi ve mesleki deyim aracı rolünün incelendiği bu çalışma nicel araştırma yöntemine dayanmaktadır. Araştırma deseni olarak kesitsel araştırma deseni kullanılmıştır. Araştırma modeli olarak ise ilişkisel tarama modelinin kullanılması uygun görülmüştür. Araştırma sonuçlarının genellenmek istendiği popülasyondaki bir örneklemin belirli bir zaman dilimi içinde incelenmesi araştırmanın deseninin kesitsel olduğunu göstermektedir (Shaughnessy ve ark., 2021, s.151). Terapistlerden alınan terapötik ittifak ölçümleri araştırmanın bağımlı değişkeni iken, terapistlerin psikolojik danışma öz yeterlik inancı ve mesleki deneyime ilişkin bilgiler araştırmanın bağımsız değişkenlerini oluşturmaktadır.

Çevrim içi ve yüz yüze psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifak üzerinde, psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancının yordayıcı etkisi ve mesleki deyim aracı rolünün incelendiği bu çalışma nicel araştırma yöntemine dayanmaktadır. Araştırma sonuçlarının genellenmek istendiği popülasyondaki bir örneklemin belirli bir zaman dilimi içinde incelenmesi araştırmanın deseninin kesitsel olduğunu göstermektedir (Shaughnessy ve ark., 2021, s.151), bu çalışmada kesitsel araştırma deseni kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi için ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. Terapistlerden alınan terapötik ittifak ölçümleri araştırmanın bağımlı değişkeni iken, terapistlerin psikolojik danışma öz yeterlik inancı ve mesleki deneyime ilişkin bilgiler araştırmanın aracı değişkenlerini oluşturmaktadır.

#### 3.2. Örneklem

Yüz yüze ve çevrim içi psikoterapide psikoterapistin algıladığı terapötik ittifakın, psikoterapistin psikolojik danışma öz yeterlik inancı tarafından yordanıp yordanmadığını ve mesleki deneyimin aracı rolünü incelemek amacıyla, aktif olarak hem yüz yüze hem çevrim içi psikoterapi hizmeti yürütmekte olup, her iki mecradaki psikoterapi uygulaması için ayrı ayrı seçtiği bir danışanla dördüncü görüşmesini tamamlamış olan toplamda 107 psikolog araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Uygun-kartopu örnekleme modeli ile tüm Türkiye’den aktif olarak hem yüz yüze hem çevrim içi psikoterapi hizmeti vermekte olan toplam 107 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırmaya katılan katılımcıların %77.6’sı (n=83) kadın, %22.4 ‘ü (n=24) erkektir. Katılımcıların yaş ortalaması  $33.1 \pm 8.63$ ’dir.

Katılımcıların %47,7’si (n=51) Antalya, %13,12i (n=14) İstanbul, %12,1’i (n=10) Ankara, %12,1’i (n=13) İzmir, %17,8’i (n=19) diğer illerden katılmışlardır. Eğitim düzeyi

değişkenine göre katılımcıların % 47.7'si (n=51) lisans mezunu, %39.3 (n=42)'ü yüksek lisans mezunu ve geri kalan %13.1 (n=14)'i doktora mezunu olduğunu bildirmiştir. Katılımcıların %53.3'ü (n=57) psikolog ünvanına ve geri kalan %46.7'si (n=50) klinik psikolog ünvanına sahiptir. Katılımcıların tümü (n=107) psikoloji lisans mezunlarından oluşmaktadır. Araştırma kapsamında dışlayıcı kriter olarak belirlenen psikoloji lisans dışında bir alanda lisans eğitimi aldığını belirten üç (3) katılımcının verisi analizden çıkartılmıştır.

Çalışmada yer alan katılımcılardan elde edilen sosyodemografik bilgilerin ortalaması, ortancası, aralığı ve standart sapmaları hesaplanmış; bu değerlere ilişkin veriler Tablo 1'te bildirilmiştir.

**Tablo 3. 1. Sosyodemografik Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler**

N=107	
<b>Yaşadığınız Yer, n (%)</b>	
Antalya	51 (47.7%)
İstanbul	14 (13.1%)
Ankara	10 (9.3%)
İzmir	13 (12.1%)
Diğer	19 (17.8%)
<b>Eğitim Düzeyi, n (%)</b>	
Lisans	51 (47.7%)
Yüksek Lisans	42 (39.3%)
Doktora	14 (13.1%)
<b>Lisans Eğitimi, n (%)</b>	
Psikoloji	107 (100.0%)
<b>Ünvan, n (%)</b>	
Psikolog	57 (53.3%)
Klinik Psikolog	50 (46.7%)

Çalışma süresi değişkenine göre katılımcıların çalışma süresi ortalaması  $7.9 \pm 8.04$ 'tür. Katılımcıların yüz yüze çalışma süresi ortalaması  $6.8 \pm 6.53$ , çevrim içi çalışma süresi ortalaması ise  $3.2 \pm 2.97$ 'dir. Katılımcıların haftalık yüz yüze görüşme sayısı  $13.1 \pm 9.07$ , haftalık çevrim içi görüşme sayısı ise  $5.3 \pm 4.37$ 'dir. Katılımcıların tamamı psikoloji lisans mezunlarından oluşmaktadır.

Katılımcıların %83.0'ü (n=88) çevrim içi terapilerde videokonferans yöntemi kullanırken geri kalan %17.0'si (n=19) diğer yöntemleri kullanmıştır. Katılımcıların %39.3'ü (n=42) platform olarak Zoom, %27.1'i (n=29) Skype, %29 (n=31) Whatsapp, %57.9 (n=62) GoogleMeet, %13.1 (n=14) diğer platformları kullanmaktadır.

Katılımcıların %31.4'ü (n=33) psikoterapi eğitimlerini yüksek lisans veya doktora eğitimi kapsamında, %28.6'sı (n=30) uluslararası akredite bir kurumda ve %40'ı (n=42) bir dernekte/ kuruluşta tamamlamıştır. Katılımcıların %72.9'u (n=78) eğitim kapsamında süpervizyon almış, %13.1'i (n=14) süpervizyon almamış ve %14.0'ü (n=15) süpervizyon sürecinde olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların %57.9'u (n=62) 0-5 yıl arası deneyime sahip, %13.1'i (n=14) 6-10 yıl arası deneyime sahip ve %29'u 11 yıl ve üzeri deneyime sahiptir.

Katılımcıların yüksek lisans sırasında eğitimlerini aldıkları psikoterapi yaklaşımlarına bakıldığında %40.6'sı (n=43) Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) eğitimi aldığını bildirmiştir. Psikodinamik yaklaşım üzerine eğitim aldığını bildiren katılımcı yer almamaktadır. EMDR, Şema, Duygu Odaklı gibi ekoller 'Diğer' kategorisinde yer almaktadır ve diğer kategorisinde eğitim aldığını katılımcıların %2.8'i bildirmiştir. Katılımcıların BDT, Psikodinamik ve Diğer kategorisinde tanımlı ekollerin eğitimini bir arada aldığını bildirdiği 'Eklektik' grubu katılımcıların %57.3'ünü (n=61) oluşturmaktadır.

Yüz yüze terapilerini katılımcıların %46.7'ü (N=50) BDT ekolünde, %8.4'ü (N=9) Psikodinamik ekolünde yürüttüğünü bildirmiştir. Katılımcıların %33.64'ü (N=36) terapi seanslarını eklektik yürüttüğünü bildirmiştir. Diğer grubundaki katılımcılar ise toplam katılımcıların %4.4'ünü (N=12) oluşturmaktadır.

Çevrim içi terapilerini katılımcıların %51.4'ü (N=55) BDT ekolünde, %6.5'ü (N=7) Psikodinamik ekolünde yürüttüğünü bildirmiştir. Katılımcıların %31.77'ü (N=33) terapi seanslarını eklektik yürüttüğünü bildirmiştir. Diğer grubundaki katılımcılar ise toplam katılımcıların %3.7'ünü (N=11) oluşturmaktadır.

Katılımcıların yüz yüze çalıştığı gruplar incelendiğinde, %43'ü (n=46) yetişkin, %29,9'u (n=32) çocuk-ergen, yetişkin, %14'ü (n=15) yetişkin, aile ve çift, %13,1'i (n=14) çocuk-ergen, yetişkin, aile ve çift olarak bildirilmiştir. Katılımcıların çevrim içi ortamda çalıştığı grupların ise %68,2'si (n=73) yetişkin, %12,1'i (n=13) çocuk-ergen, yetişkin, %13,1'i (n=14) yetişkin, aile ve çift ve %6,5'i (n=7) çocuk-ergen, yetişkin, aile ve çifttir.

Çalışmada yer alan katılımcılardan elde edilen mesleki bilgilerin ortalaması, ortancası, aralığı ve standart sapmaları hesaplanmış; bu değerlere ilişkin veriler Tablo 2'te bildirilmiştir.

**Tablo 3. 2.** Katılımcıların Mesleki Bilgileri ile İlgili Veriler

N=107

**Yüz yüze Çalışma Süresi (Yıl)**

Mean (SD)

6.8 (6.53)

Median (Range)

4.0 (1.0, 25.0)

**Haftalık Yüz yüze Görüşme Sayısı**

Mean (SD)

13.1 (9.07)

Median (Range)	12.0 (1.0, 40.0)
<b>Çevrim içi Çalışma Süresi (Yıl)</b>	
Mean (SD)	3.2 (2.97)
Median (Range)	2.0 (1.0, 15.0)
<b>Haftalık Çevrim içi Görüşme Sayısı</b>	
Mean (SD)	5.3 (4.37)
Median (Range)	4.0 (1.0, 30.0)
<b>Eğitim Düzeyi, n (%)</b>	
Lisans	51 (47.7%)
Yüksek Lisans	42 (39.3%)
Doktora	14 (13.1%)
<b>Lisans Eğitimi, n (%)</b>	
Psikoloji	107 (100.0%)
<b>Ünvan, n (%)</b>	
Psikolog	57 (53.3%)
Klinik Psikolog	50 (46.7%)
<b>Yüksek Lisans Uzmanlık Alanı, n (%)</b>	
Yok	27 (25.2%)
Klinik Psikoloji	80 (74.8%)
<b>Doktora Uzmanlık Alanı, n (%)</b>	
Yok	90 (84.1%)
Klinik Psikoloji	17 (15.9%)
<b>Yüz Yüze Psikoterapi Deneyimi, n (%)</b>	
Evet	107 (100.0%)
<b>Çevrim içi Psikoterapi Deneyimi, n (%)</b>	
Evet	107 (100.0%)
<b>Videokonferans, n (%)</b>	
Evet	88 (83.0%)
Hayır	19 (17.0%)
<b>Psikoterapi Eğitimi</b>	
Evet	104 (97.2%)
Hayır	3 (2.8%)
<b>Psikoterapi Ekolü, n (%)</b>	
Psikodinamik	0 (0%)

BDT	43 (40.1%)
Eklektik	61 (57.3%)
Diğer	3 (2.6%)
<b>Psikoterapi Eğitiminin Alındığı Kurum</b>	
Yüksek lisans veya doktora eğitimi kapsamında	33 (31.4%)
Uluslararası akredite bir kurumda	30 (28.6%)
Bir dernekte/ kuruluşta	44 (40.0%)
<b>Süpervizyon alma durumu, n (%)</b>	
Evet	78 (72.9%)
Hayır	14 (13.1%)
Supervizyon sürecindeyim	15 (14.0%)
<b>Yüz yüze Psikoterapiyi Yürüttüğü Ekol, n (%)</b>	
Psikodinamik	9 (8.4%)
BDT	50 (46.7%)
Eklektik	36 (33.64%)
Diğer	12 (4.4%)
<b>Çevrim içi Psikoterapiyi Yürüttüğü Ekol, n (%)</b>	
Psikodinamik	7 (6.5%)
BDT	55 (51.4%)
Eklektik	34 (31.7%)
Diğer	11 (10.28%)
<b>Yüz yüze Çalıştığı Grup, n (%)</b>	
Yetişkin	46 (43.0%)
Çocuk-Ergen, Yetişkin	32 (29.9%)
Çocuk-Ergen, Yetişkin, Aile ve Çift	14 (13.1%)
Yetişkin, Aile ve Çift	15 (14.0%)
<b>Çevrim içi Çalıştığı Grup, n (%)</b>	
Yetişkin	73 (68.2%)
Çocuk-Ergen, Yetişkin	13 (12.1%)
Çocuk-Ergen, Yetişkin, Aile ve Çift	7 (6.5%)
Yetişkin, Aile ve Çift	14 (13.1%)
<b>Mesleki Deneyim Süresi (kategorize), n (%)</b>	
0 - 5 yıl	62 (57.9%)
6 - 10 yıl	14 (13.1%)
11 ve üzeri	31 (29.0%)

**Tablo 3. 3.** Örnekleme dair betimsel istatistikler

	Total (N=107)
<b>Yaş</b>	
Mean (SD)	33.1 (8.63)
Median (Range)	29.0 (23.0, 56.0)
<b>Çalışma Süresi (Yıl)</b>	
Mean (SD)	7.9 (8.04)
Median (Range)	4.0 (1.0, 32.0)
<b>Cinsiyet, n (%)</b>	
Kadın	83 (77.6%)
Erkek	24 (22.4%)
<b>Mesleki Deneyim Süresi (yıl) (kategorize), n (%)</b>	
0 - 5 yıl	62 (57.9%)
6 - 10 yıl	14 (13.1%)
11 ve üzeri	31 (29.0%)

### 3.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Bu başlık altındaki bilgiler, araştırma verilerini toplamak için kullanılan ölçekler ve araştırmacı tarafından oluşturulan demografik bilgi formu hakkında açıklamalardan oluşmaktadır.

#### 3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formu araştırmaya katılan katılımcılar hakkında bilgi edinmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Bu formda katılımcıların yaş, meslek, eğitim seviyesi, yüksek lisans veya doktora yapmışsa hangi alanda olduğu, meslek hayatında aktif olarak danışanla görüşme süresi(yıl), yüz yüze ve çevrim içi ortamlarda danışan ile seans süreçleri yürütüp yürütmediği, çalıştığı danışan grubu/grupları, çevrim içi ortamda terapi yaparken kullandığı yöntem, çevrim içi ve yüz yüze ortamda haftalık görüşme sayısı, ortalama danışan sayısı, çevrim içi ve yüz yüze psikoterapi yaparken benimsenen psikoterapi yaklaşımı, çevrim içi görüşme yaptığı platform, psikoterapi eğitimi, süpervizyon desteği alıp almadığı bilgisi bulunmaktadır.

#### 3.3.2. Terapötik İttifak Ölçeği Kısa Formu-Terapist Formu (TİÖ-KF-TF-GDÖ)

Terapötik İttifak Ölçeği'nin orijinali terapötik ittifakın ölçülmesi amacıyla Horvath ve Greenberg (1989) tarafından geliştirilmiştir. Özgün Terapötik İttifak Ölçeği'nin kısaltma çalışmaları ise Tracey ve Kokotovic (1989) ve Hatcher ve Gillaspay'ın (2006) tarafından

yapılmıştır. Gülüm, Uluç ve Soygüt (2018) ise bu iki çalışmayı temel alarak ölçeğin madde ve yapılarını test ederek Terapötik İttifak Ölçeği Kısa Formu (TİÖ- KF)'nun Türkçe uyarlama çalışmasını yapmıştır. Tracey ve Kokotovic (1989) tarafından oluşturulan orijinal kısa form, 3 faktörlü olan ölçeğin her bir faktöründe 4 madde olmak üzere toplam 12 maddeden oluşmaktadır. TİÖ-KF-TF'nin iç tutarlık katsayısı .95'tir. Hatcher ve Gillaspay'ın (2006) tarafından oluşturulan formun iç tutarlık katsayısı 0.91-0.92 arasında olduğu görülmektedir.

Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Form'un Türkçe'ye uyarlanması Gülüm, Uluç ve Soygüt (2018) tarafından yapılmıştır. 7'li likert tipi olan ölçek (1) Hiçbir Zaman, (2) Çok Seyrek, (3) Seyrek, (4) Bazen, (5) Sık Sık, (6) Çok Sık, (7) Her Zaman şeklinde derecelendirilmiştir. 12 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe terapötik ittifakın da arttığı ifade edilmektedir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ise Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Form'un görev, bağ ve amaç olmak üzere üç faktörlü bir yapısı olduğu görülmektedir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda TİÖ-KF-TF'nin görev alt boyutunun iç tutarlılık katsayısı .90, bağ alt boyutunun iç tutarlık kat sayısı .65 ve amaç alt boyutunun iç tutarlık kat sayısının ise .81 olduğu görülmektedir. TİÖ-KF-TF'nin genel iç tutarlık kat sayısı ise .90 olduğu görülmektedir (Gülüm, Uluç ve Soygüt, 2018). Sonuç olarak Gülüm, Uluç ve Soygüt (2018) tarafından yapılan TİÖ-KF-TF'nin psikometrik özelliklerinin incelenmesinin sonucunda bu formun geçerli ve güvenilir olduğu kanıtlanmıştır. Bu çalışmada ise Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve TİÖ-KF-TF'nin genel cronbach alpha katsayısı .90, görev alt boyutunun cronbach alpha katsayısı .85, bağ alt boyutunun cronbach alpha katsayısı .88 ve amaç alt boyutunun cronbach alpha katsayısı ise .85 bulunmuştur.

### 3.3.3. Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ)

Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ) Lent, Hill ve Hoffman (2003) tarafından psikolojik danışma öz yeterlik düzeyinin ölçülmesi için geliştirilmiştir. Yardım becerileri öz yeterliği, oturma yönetmeye ilişkin öz yeterlik ve psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz yeterlik olmak üzere üç faktörden oluşan 41 maddeli bir ölçektir. Ölçeğin 10'lu derecelendirme şeklinde cevaplandırma sistemi vardır ve (0) hiç güvenmiyorum, (9) tamamen güveniyorum cevabını yansıtmaktadır (Lent, Hill ve Hoffman, 2003). Ölçekten alınan yüksek puan bireyin psikolojik danışma öz yeterliğinin yüksek olduğunu, düşük puan ise bireyin psikolojik danışma öz yeterliğinin düşük olduğunu ifade etmektedir.

Yardım becerileri öz yeterlik faktörü kendi içinde üç alt boyuta ayrılmaktadır. Bu alt boyutlar içgörü, keşif ve eylem becerileri şeklindedir. Psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterlik faktörü ise kendi içinde iki alt boyuta ayrılmakta ve ilişkide çatışmalar ve danışan problemleri olarak isimlendirilmektedir (Lent, Hill ve Hoffman, 2003). Lent, Hill ve Hoffman (2003)'ın oluşturduğu orijinal ölçeğin iç tutarlılığı .97, faktörlerin içi tutarlık katsayıları ise .79 ile .94 arasında olduğu görülmektedir. PDÖÖ'nün Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını Pamukçu ve Demir (2013) gerçekleştirmiştir.

Yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve ölçeğin original formuna uygun olarak üç faktörlü bir yapı olduğu anlaşılmıştır (Pamukçu ve Demir, 2013).

Ölçeğin güvenirlik çalışması için iç tutarlık McDonald Omega kat sayıları hesaplanmıştır. Bu hesaplama sonucunda yardım becerileri öz yeterlik alt boyutunun iç tutarlık kat sayısı .92, oturma yönetmeye ilişkin öz yeterlik alt boyutunun iç tutarlık kat sayısı .95 ve son alt boyut olan psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz yeterlik iç tutarlık kat sayısı .95 bulunmuştur (Pamukçu ve Demir, 2013). PDÖÖ'nün genel iç tutarlık kat sayısının ise .98 olduğu McDonald Omega hesaplaması sonucunda ortaya konmuştur. Sonuç olarak PDÖÖ'nün geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu gözlenmiştir (Pamukçu ve Demir, 2013). Bu çalışmada ise Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve PDÖÖ'nün genel cronbach alpha katsayısı .83 olduğu, Yardım Becerileri Öz Yeterliği, Oturma Yönetmeye İlişkin Öz Yeterlik ve Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz Yeterlik alt ölçeklerinin ise cronbach alpha katsayıları sırasıyla .79, .81, .80 olduğu görülmüştür.

### 3.4. İşlem

Antalya Bilim Üniversitesi Etik Kurul'undan ölçeklerin katılımcılara uygulanması için gerekli izin alındıktan sonra ölçekler katılımcılara internet üzerinden Google Forms bağlantısı aracılığıyla iletilmiştir. Google Forms aracılığıyla iletilen bağlantıda katılımcılara öncelikle bilgilendirilmiş onam formu sunulmuştur. Böylece katılımcılar çalışmaya, çalışma hakkında bilgilendirilerek ve gönüllü olarak katıldıklarını kabul ederek dahil olmuşlardır. Katılımcılar bilgilendirilmiş onam formunda çalışmaya gönüllülük esasına dayalı olarak katılmaları gerektiğine dair bilgi verilmiştir. Bilgilendirilmiş onam formunu onaylayan katılımcılar gösteren kutucuğu işaretledikten sonra Demografik Bilgi Formu, TİÖ-KF-TF ve PDÖYÖ ile karşılaşmaktadırlar. Katılımcılardan TİÖ-KF-TF'yi doldururken yüz yüze çevrim içi psikoterapide en az dördüncü görüşmesini tamamlamış oldukları danışanlarından dikkate alınarak dördüncü seans sonrası yanıtlamaları yazılı olarak rica edilmiştir. Tüm ölçeklerin yanıtlanması yaklaşık olarak 15 dakika sürmektedir. Veri kaybı yaşanmaması adına oluşturulan forma dahil edilen ölçekte tüm sorulara yanıt verilmesi zorunlu tutularak katılımcılardan tam bilgi elde edilmiştir. Katılımcıların tüm soruları eksiksiz yanıtlamalarının sonucunda anket formu tamamlanmıştır.

Katılımcılara sosyal medya, Whatsapp, Telegram üzerinden ulaşılmıştır. Paylaşılan duyurulara ölçeklerin Google Forms bağlantısı paylaşılarak katılımcılara iletilmiştir. Ayrıca başta Antalya ilinde ikamet eden psikoterapistler ile yüzyüze iletişime geçilerek formu doldurmaları ve meslektaşlarına iletterek örneklemin genişlemesine katkı sunmaları sağlanmıştır.

### 3.5. İstatistiksel Analiz

Çalışmada elde edilen verilerin istatistiksel analizleri için SPSS 26 (Statistical Package for the Social Sciences) programı kullanılmıştır. Örneklemeden elde edilen verilerin kontrol edilerek hatalı veri girişleri düzenlenmiş; eksik veriler çıkartılmıştır. Ölçek ve alt-boyutlarının güvenirlik katsayılarını hesaplamada Cronbach's alpha iç tutarlılık katsayısından yararlanılmıştır. Çalışmanın tamamında anlamlılık düzeyi olarak 0.05 değeri kabul edilmiştir.

Araştırmanın ölçümle belirlenen nicel değişkenleri için tanımlayıcı istatistikler olarak ortalama ve standart sapma, sayımla belirlenen nitel değişkenler için ise tanımlayıcı istatistikler sayı ve yüzde şeklinde gösterilmiştir. Kullanılan verilerin öncelikle normal dağılıma uygunluk testleri Shapiro-Wilk testi ve çarpıklık katsayılarının incelenmesi ile yapılmıştır. Yapılan testler sonucu ve çarpıklık katsayılarının tüm değişkenler için +2 ve -2 arasında olduğundan, verilerin normal dağılım gösterdiği anlaşılmıştır ve istatistiksel analizde parametrik testlerden yararlanılmıştır (George ve Mallery, 2011). İki kategorili değişkenler arasındaki ikili karşılaştırmalarda bağımsız gruplar arası t testi, üç veya daha fazla kategorili değişkenler arasındaki farklılıkları bulabilmek amacıyla Varyans Analizi (F Testi) uygulanmıştır. Aynı psikoterapistin yüz yüze ve çevrim içi psikoterapilerde kullandıkları Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Formu-Terapist Formu - Görüşme değerlendirme Ölçeği (GDÖ) ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ) ölçek ve alt boyut puan ortalamalarını karşılaştırmak için bağımlı gruplar arası veya eşli gözlem t-testi uygulanmıştır. Nicel tipteki değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Bağımlı değişkenler olan yüz yüze ve çevrim içi TİÖ GDÖ ve PDÖYÖ ölçek genel puanlarının, demografik değişkenlerin ve çalışmada kullanılan bütün ölçek ve alt boyutlarının değerlendirilmesi Amaçıyla çok değişkenli adimsal regresyon (Stepwise Regression) yöntemi kullanılmıştır. Model sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı bulunmayan değişkenler ayıklanarak bu bağımlı değişkenler için istatistiksel açıdan anlamlı olan değişkenler belirlenmiştir.

#### 3.5.1. TİÖ-KF-TF-GDÖ ve PDÖYÖ Ölçeklerinin Güvenirlik Analizi

Bu bölümde çalışmada kullanılan Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Formu- Terapist Formu - Görüşme değerlendirme Ölçeği ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği ve alt boyutlarının yüz yüze ve çevrim içi psikoterapilerde elde edilen puanlarının güvenirlik analizi sonuçları yer almaktadır. Bu amaçla elde edilen Cronbach's alpha güvenirlik katsayıları yüz yüze ve çevrim içi psikoterapi için de elde edilmiş ve Tablo 4'de sunulmuştur. Bu tablo incelendiğinde, genel olarak güvenirlik katsayılarının oldukça yüksek olduğu görülmektedir.

**Tablo 3. 4.** Ölçekler ve alt boyutlarının yüz yüze ve çevrim içi terapidaki güvenilirlik katsayıları

	Cronbach's alpha katsayıları	
	Yüz yüze	Çevrim içi
<b>Görev</b>	.883	.881
<b>Bağ</b>	.800	.832
<b>Amaç</b>	.295	.667
<b>TİÖ GDÖ Genel</b>	.882	.918
<b>Keşif Becerileri</b>	.860	.877
<b>İçgörü Becerileri</b>	.876	.846
<b>Eylem Becerileri</b>	.751	.776
<b>Yardım Becerileri ÖY</b>	.928	.926
<b>Oturum Yönetme ÖY</b>	.957	.966
<b>İlişkide Çatışmalar</b>	.886	.834
<b>Danışan Problemleri</b>	.896	.886
<b>Psikolojik Danışma Zor ÖY</b>	.928	.908
<b>PDÖYÖ Genel</b>	.967	.965

### 3.6. Normallik Analizi

Çalışmada kullanılan bu ölçeklerin toplam puan ve alt boyutlarının ileri istatistiksel yöntemler kullanılarak analizlerini yapmadan önce, her bir alt boyut ve genel puana ilişkin ortalama, standart sapma ve çarpıklık değerleri Tablo 2’de verilmiştir. Her bir ölçek ve ölçek alt boyutlarından alınan en yüksek ve en düşük değerler Tablo 2’de belirtilmiştir.

Normal dağılımına uygunluğunu değerlendirmek açısından bakılan çarpıklık değerleri +2 ve -2 aralığında olması verilerin normal dağılıma uygunluk gösterdiği anlamına gelmektedir. Tablo 2’de görüldüğü gibi, en düşük ve en yüksek çarpıklık değerleri sırasıyla -1.502 ve 1.005 olarak bulunmuştur. Elde edilen bu çarpıklık değerleri +2 ve -2 aralığında olduğundan ve özellikle de sifıra çok yakın olduğundan Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Formu-Terapist Formu - Görüşme değerlendirme Ölçeği ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği ve alt boyutlarının tamamının normal dağılıma uygunluk gösterdikleri ve ileri istatistiksel yöntemlerin parametrik istatistiksel analiz yöntemleri ile yapılabileceği anlaşılmaktadır.

**Tablo 3. 5.** Çalışmada kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının ortama, standart sapma ve çarpıklık değerleri

	Ort	S.S	Min	Max	Çarpıklık
<b>Yüzyüze</b>					
Görev	5.61	0.80	3.75	7.50	-.20
Bağ	5.85	0.67	3.50	7.50	-.39
Amaç	4.23	0.61	2.75	6.00	.80
<b>TİÖ GDÖ Genel</b>	5.23	0.59	3.75	7.00	.07
Keşif Becerileri	39.65	4.44	25.00	45.00	-.97
İçgörü Becerileri	42.02	9.04	17.00	54.00	-.59
Eylem Becerileri	29.42	4.85	12.00	36.00	-.87
<b>Yardım Becerileri ÖY</b>	111.09	16.68	62.00	135.00	-.53
<b>Oturum Yönetme ÖY</b>	77.18	10.36	46.00	90.00	-1.31
İlişkide Çatışmalar	40.56	9.51	14.00	54.00	-.56
Danışan Problemleri	65.72	14.89	20.00	90.00	-.88
<b>Psikolojik Danışma Zor ÖY</b>	106.28	22.65	42.00	144.00	-.75
<b>PDÖYÖ Genel</b>	294.55	43.69	163.00	368.00	-.75
<b>Çevrim içi</b>					
Görev Çevrim içi	5.62	.79	4.00	7.50	.05
Bağ Çevrim içi	5.74	.77	4.00	8.00	.35
Amaç Çevrim içi	4.50	.87	2.75	7.00	1.00
<b>TİÖ GDÖ Genel Çevrim içi</b>	5.28	.71	3.75	7.25	.53
Keşif Becerileri Çevrim içi	37.35	4.87	26.00	45.00	-.22
İçgörü Becerileri Çevrim içi	41.34	8.08	14.00	54.00	-.73
Eylem Becerileri Çevrim içi	28.35	5.22	6.00	36.00	-.93
<b>Yardım Becerileri ÖY Çevrim içi</b>	107.03	16.33	51.00	135.00	-.38
<b>Oturum Yönetme ÖY Çevrim içi</b>	74.22	11.29	19.00	90.00	-1.50
İlişkide Çatışmalar Çevrim içi	35.00	9.09	8.00	54.00	-.19
Danışan Problemleri Çevrim içi	63.10	13.91	27.00	90.00	-.11
<b>Psikolojik Danışma Zor ÖY Çevrim içi</b>	98.10	20.80	43.00	144.00	.00
<b>PDÖYÖ Genel Çevrim içi</b>	279.36	42.69	151.00	369.00	-.14

### **3.7. Etik Kurul**

Çalışma için gerekli etik kurul onayı Antalya Bilim Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'ndan alınmıştır (Ek-6).

#### 4.BULGULAR

Bu bölümde, çalışmanın amacı doğrultusunda katılımcılardan elde edilen verilerin demografik bilgiler ve çalışmada incelenen değişkenler olan algılanan psikoterapötik ittifak ve psikolojik danışmanlık özyeterlik arasındaki yordayıcı ilişkide mesleki deneyimin aracı rolü incelenmiştir.

##### 4.1. Terapötik İttifak ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlilik Düzeylerinin Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırması

Aynı psikoterapistin yüz yüze ve çevrim içi psikoterapi uygulamalarında terapötik ittifak ve psikolojik danışma öz yeterlilik düzeylerini karşılaştırmak amacıyla, Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Formu- Terapist Formu - Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ-KF-TF-GDÖ) ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlilik Ölçeği (PDÖYÖ) ve alt boyut puan ortalamaları yüzyüze ve çevrimiçi gruplar arasında karşılaştırmak için bağımlı gruplar arası veya eşli gözlem t-testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 4'te sunulmuştur.

Görüşme değerlendirme Ölçeğinin Bağ ve Amaç alt boyutlarının yüz yüze ve çevrim içi puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdikleri saptanmıştır (sırasıyla  $t=-2.11$   $p=0.0374$ ;  $t=-4.11$   $p=0.0001$ ). Buna göre yüz yüze görüşmelerde kurulan bağ düzeyi (ort:5.85, ss=.67) ve çevrim içi görüşmelere (ort:5.74, ss=.77) kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Amaç alt boyutu yüz yüze görüşmelerde (ort:4.23 Ss=.61) çevrim içi görüşmelere (ort= 4.50, ss=.87) kıyasla daha düşük bulunmuştur.

Psikolojik Danışma Öz Yeterlilik Ölçeği'nin (PDÖYÖ) Keşif Becerileri, Eylem Becerileri, Yardım Becerileri Öz Yeterliliği, Oturum Yönetmeye İlişkin Öz Yeterlilik, İlişkide Çatışmalar, Danışan Problemleri, Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz Yeterlilik alt boyut ve genel puanının (PDÖYÖ Genel) yüz yüze ve çevrim içi puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanmıştır (sırasıyla,  $t=5.43$   $p=0.0001$ ;  $t=-2.95$   $p=0.0040$ ;  $t=3.26$   $p=0.0015$ ;  $t=-3.13$   $p=0.0023$ ;  $t=7.29$   $p=0.0001$ ;  $t=2.72$   $p=0.0077$ ;  $t= 5.07$   $p=0.0001$ ;  $t= 4.70$   $p=0.0001$ ). İçgörü becerileri alt boyutun ise anlamlı bir değişiklik yaratmadığı bulunmuştur. Buna göre keşif becerileri değişkeni, eylem becerileri, yardım becerileri öz yeterlilik, oturum yönetmeye ilişkin öz yeterlilik, ilişkide çatışmalar, danışan problemleri ve psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz yeterlilik alt boyutları ve PDÖYÖ genel puanı yüz yüze görüşmelerde çevrim içi görüşmelere kıyasla istatistiksel düzeyde anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 4.1.** Yüz Yüze ve Çevrim İçi Psikoterapilerde Kullandıkları TİÖ-KF-TF-GDÖ ve PDÖYÖ Alt Boyut Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

	Yüz yüze		Çevrim içi		Fark		T*	P
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss		
Görev	5.61	.80	5.62	.79	-.007	.531	-.14	.891

	Yüz yüze		Çevrim içi		Fark		T*	P
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss		
<b>Bağ</b>	5.85	.67	5.74	.77	.109	.538	2.11	<b>.037</b>
<b>Amaç</b>	4.23	.61	4.50	.87	-.266	.669	-4.11	<b>&lt;.000</b>
<b>GDÖGenel</b>	5.23	.59	5.28	.71	-.055	.410	-1.37	.172
<b>Keşif Becerileri</b>	39.65	4.44	37.35	4.87	2.308	4.400	5.43	<b>&lt;.000</b>
<b>İçgörü Becerileri</b>	42.02	9.04	41.34	8.08	.682	6.480	1.09	.278
<b>Eylem Becerileri</b>	29.42	4.85	28.35	5.22	1.075	3.773	2.95	<b>.004</b>
<b>Yardım Becerileri</b>	111.09	16.68	107.03	16.33	4.065	12.883	3.26	<b>.001</b>
<b>Oturum Yönetme</b>	77.18	10.36	74.22	11.29	2.953	9.766	3.13	<b>.002</b>
<b>İlişkide Çatışmalar</b>	40.56	9.51	35.00	9.09	5.560	7.892	7.29	<b>&lt;.000</b>
<b>Danışan Problemleri</b>	65.72	14.89	63.10	13.91	2.616	9.958	2.72	<b>.007</b>
<b>Psk.Dan.Zor</b>	106.28	22.65	98.10	20.80	8.177	16.668	5.07	<b>&lt;.000</b>
<b>PDÖYÖ Genel</b>	294.55	43.69	279.36	42.69	15.196	33.448	4.70	<b>&lt;.000</b>

\*Bağımlı gruplar arası t testi

#### 4.2. TİÖ-KF-TF ve PDÖYÖ ile Ölçek Alt Boyutlarının Mesleki Deneyim Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırması

Bu bölümde, çalışmaya katılan psikoterapistlerin yüz yüze ve çevrim içi psikoterapilerde kullandıkları PDÖYÖ ve TİÖ ölçek ve alt boyut puan ortalamalarını çalışma süresi, haftalık yüz yüze görüşme sayısı, haftalık çevrimiçi görüşme sayısı, psikoterapi eğitimi kapsamında süpervizyon eğitimi alma durumuna göre karşılaştırmak için yapılan t testi ve ANOVA analizi sonuçları yer almaktadır.

##### 4.2.1. TİÖ ve PDÖYÖ Ölçek ve Alt Boyutlarının Çalışma Süresi Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Psikoterapistler çalıştıkları yıla göre 0-7 yıl arası ve 8 yıl ve üstü olarak iki gruba ayrılmışlar ve ölçek genel ve alt boyut puan ortalamalarının bu gruplarda farklılık gösterip göstermediğini bulmak için bağımsız gruplar arası t testi yapılmış ve elde edilen bulgular Tablo X'de sunulmuştur. Analiz çıktılarına göre psikoterapistlerin yüz yüze psikoterapilerde kullandıkları Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeğinin Yardım Becerileri Öz Yeterliği, Oturum Yönetmeye İlişkin Öz Yeterlik, İlişkide Çatışmalar, Danışan Problemleri, Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz Yeterlik ve PDÖYÖ Genel puan ortalamalarının mesleki deneyim gruplarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği (sırasıyla,

p=0.0282, 0.0266, 0.0001, 0.0001, 0.0002), mesleki deneyim süresi fazla olanların puan ortalamalarının az olanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Diğer taraftan, psikoterapistlerin çevrimiçi psikoterapilerde kullandıkları Görüşme değerlendirme Ölçeğinin bağ ve genel puan ortalamaları ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeğinin İçgörü becerileri alt boyut puan ortalamalarının mesleki deneyim gruplarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği (sırasıyla, p=0.0035, 0.0433, 0.0348), bağ ve Görüşme değerlendirme Ölçeğinin genel puan ortalamalarının mesleki deneyimi az olanlarda daha yüksek iken, İçgörü becerileri alt boyut puan ortalamalarının mesleki deneyimi az olanlarda daha az olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 4. 2.** Çalışmaya katılan bireylerin çalışma süresine göre yüz yüze ve çevrim içi psikoterapilerde kullanılan ölçek ve alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları

	Çalışma Süresi				t	P
	0-7 yıl		8 yıl ve üstü			
	Ort	Std	Ort	Std		
<b>Yüzyüze</b>						
<b>Görev</b>	5.58	0.83	5.65	0.76	-0.46	0.6442
<b>Bağ</b>	5.84	0.69	5.86	0.63	-0.14	0.8882
<b>Amaç</b>	4.23	0.55	4.23	0.69	-0.01	.990
<b>TİÖ Genel</b>	5.22	0.57	5.25	0.63	-0.27	.791
<b>Keşif Becerileri</b>	39.11	4.76	40.50	3.80	-1.60	.113
<b>İçgörü Becerileri</b>	40.08	9.83	45.02	6.73	-2.86	.005
<b>Eylem Becerileri</b>	29.08	5.13	29.95	4.39	-0.91	.364
<b>Yardım Becerileri</b>	108.26	17.77	115.48	13.93	-2.22	<b>.028</b>
<b>Oturum Yönetme</b>	75.40	11.85	79.93	6.78	-2.25	<b>.026</b>
<b>İlişkide Çatışmalar</b>	37.37	10.02	45.50	6.01	-4.73	<b>.000</b>
<b>Danışan Problemleri</b>	61.18	16.25	72.74	8.80	-4.22	<b>.000</b>
<b>Psk.Dan.Zor.</b>	98.55	23.66	118.24	14.51	-4.83	<b>.000</b>
<b>PDÖYÖ Genel</b>	282.22	45.81	313.64	32.33	-3.86	<b>.000</b>
<b>Çevrimiçi</b>						
<b>Görev</b>	5.73	0.81	5.43	0.72	1.95	0.0537
<b>Bağ</b>	5.91	0.75	5.47	0.73	2.98	<b>0.0035</b>

	Çalışma Süresi				t	P
	0-7 yıl		8 yıl ve üstü			
	Ort	Std	Ort	Std		
<b>Amaç</b>	4.54	0.78	4.43	1.01	0.66	0.5138
<b>TİÖ Genel</b>	5.39	0.67	5.11	0.75	2.05	<b>0.0433</b>
<b>Keşif Becerileri</b>	37.55	4.94	37.02	4.80	0.55	0.5849
<b>İçgörü Becerileri</b>	40.02	8.94	43.38	6.10	-2.14	<b>0.0348</b>
<b>Eylem Becerileri</b>	28.60	5.30	27.95	5.14	0.62	0.5335
<b>Yardım Becerileri</b>	106.17	16.99	108.36	15.36	-0.67	0.5012
<b>Oturum Yönetme</b>	74.26	12.23	74.17	9.81	0.04	0.9664
<b>İlişkide Çatışmalar</b>	33.63	9.81	37.12	7.45	-1.97	0.0520
<b>Danışan Problemleri</b>	61.91	15.03	64.95	11.92	-1.11	0.2709
<b>Psk.Dan.Zor.</b>	95.54	21.66	102.07	18.98	-1.60	0.1131
<b>PDÖYÖ Genel</b>	275.97	43.97	284.60	40.58	-1.02	0.3097

#### 4.2.2. TİÖ ve PDÖYÖ Ölçek ve Alt Boyutlarının Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Psikoterapistler haftalık yüz yüze seans sayısına göre 12 ve daha az ve 13 ve üstü olarak iki gruba ayrılmışlar ve ölçek genel ve alt boyut puan ortalamalarının bu gruplarda farklılık gösterip göstermediğini bulmak için bağımsız gruplar arası t testi yapılmış ve elde edilen bulgular Tablo 2’de sunulmuştur.

Bu tablodan, psikoterapistlerin yüz yüze psikoterapilerde kullandıkları Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeğinin İçgörü becerileri, İlişkide Çatışmalar, Danışan Problemleri, Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz Yeterlik ve PDÖYÖ Genel puan ortalamalarının haftalık yüz yüze görüşme gruplarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği (sırasıyla,  $p=0.0382$ ,  $0.0008$ ,  $0.0004$ ,  $0.0002$ ,  $0.0041$ ), haftalık seans sayısı 13 ve üstü olanların puan ortalamalarının 12 ve daha az olanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

**Tablo 4. 3.** Çalışmaya katılan bireylerin yüz yüze seans sayısına göre kullanılan ölçek ve alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları

	Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı				t	P
	12 ve daha az		13 ve üstü			
	Ort	Std	Ort	Std		
<b>Görev</b>	5.59	0.91	5.64	0.65	-0.30	0.7679
<b>Bağ</b>	5.91	0.75	5.77	0.54	1.12	0.2637
<b>Amaç</b>	4.20	0.59	4.27	0.63	-0.53	0.5992
<b>TİÖ Genel</b>	5.23	0.65	5.22	0.52	0.11	0.9163
<b>Keşif Becerileri</b>	39.10	4.99	40.33	3.59	-1.43	0.1543
<b>İçgörü Becerileri</b>	40.39	10.17	44.02	7.01	-2.10	<b>0.0382</b>
<b>Eylem Becerileri</b>	28.92	5.48	30.04	3.92	-1.20	0.2341
<b>Yardım Becerileri</b>	108.41	18.56	114.40	13.50	-1.87	0.0645
<b>Oturum Yönetme</b>	76.27	11.84	78.29	8.18	-1.00	0.3182
<b>İlişkide Çatışmalar</b>	37.83	9.53	43.92	8.44	-3.46	<b>0.0008</b>
<b>Danışan Problemleri</b>	61.25	15.83	71.21	11.61	-3.63	<b>0.0004</b>
<b>Psk.Dan.Zor.</b>	99.08	22.56	115.13	19.58	-3.88	<b>0.0002</b>
<b>PDÖYÖGenel</b>	283.76	45.35	307.81	37.97	-2.93	<b>0.0041</b>

#### 4.2.3. TİÖ ve PDÖYÖ Ölçek ve Alt Boyutlarının Haftalık Çevrim İçi Seans Sayısı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan psikoterapistler haftalık çevrim içi seans sayısına göre 5 ve daha az ve 6 ve üstü olarak iki gruba ayrılmışlar ve ölçek genel ve alt boyut puan ortalamalarının bu gruplarda farklılık gösterip göstermediğini bulmak için bağımsız gruplar arası t testi yapılmış ve elde edilen bulgular Tablo 3’de sunulmuştur.

Bu tablodan, psikoterapistlerin çevrim içi psikoterapilerde kullandıkları Görüşme Değerlendirme Ölçeğinin sadece bağ alt boyut puan ortalamaları ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeğinin İçgörü becerileri, İlişkide Çatışmalar, Danışan Problemleri, Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz Yeterlik ve PDOYO Genel puan ortalamalarının haftalık çevrim içi seans gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği (sırasıyla,  $p=0.0212$ ,  $0.0238$ ,  $0.0009$ ,  $0.0002$ ,  $0.0001$ ,  $0.0027$ ), haftalık çevrim içi seans sayısı

6 ve üstü olanların puan ortalamalarının 5 ve daha az olanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

**Tablo 4. 4.** Çalışmaya katılan bireylerin haftalık çevrim içi seans sayısına göre çevrim içi psikoterapilerde kullanılan ölçek alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları.

	Haftalık Çevrim İçi Seans Sayısı				t	P
	5 ve daha az		6 ve üstü			
	Ort	Std	Ort	Std		
<b>Görev</b>	5.56	0.75	5.74	0.87	-1.06	.290
<b>Bağ</b>	5.62	0.72	5.99	0.82	-2.34	<b>.021</b>
<b>Amaç</b>	4.40	0.74	4.70	1.09	-1.63	.105
<b>TİÖ Genel</b>	5.20	0.62	5.47	0.85	-1.90	.059
<b>Keşif Becerileri</b>	36.85	4.72	38.41	5.08	-1.56	.122
<b>İçgörü Becerileri</b>	40.14	7.83	43.91	8.13	-2.29	<b>.023</b>
<b>Eylem Becerileri</b>	28.10	4.59	28.88	6.42	-0.72	.470
<b>Yardım Becerileri</b>	105.08	14.88	111.21	18.63	-1.83	.070
<b>Oturum Yönetme</b>	73.12	10.03	76.59	13.48	-1.49	.140
<b>İlişkide Çatışmalar</b>	33.05	7.98	39.18	9.99	-3.40	<b>.000</b>
<b>Danışan Problemleri</b>	59.75	12.29	70.29	14.63	-3.88	<b>.000</b>
<b>Psk.Dan.Zor.</b>	92.81	18.39	109.47	21.38	-4.14	<b>&lt;.000</b>
<b>PDÖYÖGenel</b>	271.01	37.12	297.26	48.61	-3.08	<b>.002</b>

#### 4.2.4. TİÖ ve PDÖYÖ Ölçek ve Alt Boyutlarının Süpervizyon Eğitimi Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan psikoterapistlerin psikoterapi eğitimi kapsamında süpervizyon eğitimi alma durumuna göre yüz yüze ve çevrim içi psikoterapilerde kullanılan ölçek ve alt boyutlarını karşılaştırmak amacıyla ANOVA analizi yapılmış ve elde edilen bulgular Tablo 4'de sunulmuştur.

Bu tablodan, psikoterapistlerin çevrimiçi psikoterapilerde kullandıkları Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeğinin İçgörü becerileri alt boyut puan ortalamalarının süpervizyon eğitimi alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği ( $p=0.0497$ ),

süpervizyon eğitimi alanların puan ortalamasının en yüksek bunu süpervizyon sürecinde olanların izlediği saptanmıştır.

**Tablo 4.5.** Çalışmaya katılan bireylerin süpervizyon eğitimi alma durumuna göre yüz yüze ve çevrim içi psikoterapilerde kullanılan ölçek ve alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları

	Süpervizyon Eğitimi							
	Evet		Hayır		Süpervizyon Aşamasında		F	P
	Ort	Std	Ort	Std	Ort	Std		
<b>Yüzyüze</b>								
<b>Görev</b>	5.64	0.82	5.61	0.66	5.47	0.89	.281	.755
<b>Bağ</b>	5.90	0.63	5.50	0.80	5.87	0.65	2.238	.111
<b>Amaç</b>	4.29	0.63	4.25	0.52	3.93	0.50	2.181	.118
<b>TİÖ Genel</b>	5.28	0.62	5.12	0.52	5.09	0.53	.893	.412
<b>Keşif Becerileri</b>	40.03	4.19	38.07	5.46	39.20	4.63	1.247	.291
<b>İçgörü Becerileri</b>	43.08	8.47	36.71	11.10	41.47	8.65	3.089	<b>.049</b>
<b>Eylem Becerileri</b>	29.78	4.48	26.57	4.77	30.20	6.11	2.925	.058
<b>Yardım Becerileri</b>	112.88	15.55	101.36	20.32	110.87	16.79	2.939	.057
<b>Oturum Yönetme</b>	77.58	10.41	75.00	11.67	77.13	9.22	.362	.696
<b>İlişkide Çatışmalar</b>	41.47	9.12	37.00	5.86	39.13	13.28	1.524	.222
<b>Danışan Problemleri</b>	67.04	16.19	62.21	10.82	62.13	9.58	1.132	.326
<b>Psikolojik DanışmaZor</b>	108.51	23.86	99.21	15.36	101.27	20.66	1.440	.241
<b>PDOYOGenel</b>	298.97	43.52	275.57	43.69	289.27	41.98	1.860	.160
<b>Çevrimiçi</b>								
<b>Görev</b>	5.59	0.82	5.80	0.68	5.58	0.69	.449	.639
<b>Bağ</b>	5.74	0.82	5.73	0.61	5.73	0.63	.000	.999
<b>Amaç</b>	4.59	0.93	4.29	0.66	4.22	0.67	1.634	.199
<b>TİÖ Genel</b>	5.31	0.76	5.27	0.61	5.18	0.57	.201	.817
<b>Keşif Becerileri</b>	36.69	4.91	38.79	4.02	39.40	4.79	2.735	.069

	Süpervizyon Eğitimi				Süpervizyon Aşamasında		F	P
	Evet		Hayır		Ort	Std		
	Ort	Std	Ort	Std				
<b>İçgörü Becerileri</b>	41.69	8.00	38.93	7.02	41.73	9.51	.710	.493
<b>Eylem Becerileri</b>	28.32	5.12	26.71	5.28	30.00	5.54	1.449	.239
<b>Yardım Becerileri</b>	106.71	16.32	104.43	14.32	111.13	18.38	.662	.517
<b>Oturum Yönetme</b>	73.68	11.94	72.86	8.69	78.33	9.46	1.190	.308
<b>İlişkide Çatışmalar</b>	35.49	8.49	32.14	7.66	35.13	12.83	.803	.450
<b>Danışan Problemleri</b>	63.05	15.04	61.71	8.85	64.67	11.98	.162	.850
<b>Psk.Dan.Zor.</b>	98.54	22.25	93.86	12.56	99.80	19.65	.354	.702
<b>PDÖYÖGenel</b>	278.92	44.60	271.14	31.28	289.27	42.15	.663	.517

#### 4.3. TİÖ-KF-TF-GDÖ ve PDÖYÖ ile Ölçek Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Algılanan terapötik ittifak ve psikolojik danışma özyeterlik arasındaki ilişkinin incelenmesi Amaçıyla Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Bulgular Tablo 5'te gösterilmiştir. Tablo 5'te sunulan korelasyon katsayılarına göre TİÖ-KF-TF-GDÖ ile PDÖYÖ ölçek puanlarının arasında pozitif yönlü istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

**Tablo 4. 6.** Ölçekler Ve Alt Boyutlarının Yüz Yüze Terapideki Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Görev	Bağ	Amaç	GDÖG	KB	IB	EB	YB-OY	OY-OY	İÇ	DP	PDZ-OY	PDÖYÖ G
Görev	–												
Bağ	.823**	–											
Amaç	.490**	.454**	–										
GDÖGenel	.924**	.898**	.729**	–									
Keşif Becerileri	.688**	.681**	.183**	.626**	–								
İçgörü Becerileri	.430**	.501**	.155**	.434**	.740**	–							
Eylem Becerileri	.521**	.616**	.231**	.543**	.702**	.725**	–						
Yardım Becerileri ÖY	.568**	.632**	.200**	.560**	.871**	.949**	.871**	–					
Oturum Yönetme ÖY	.622**	.636**	.199*	.585**	.855**	.656**	.634**	.768**	–				
İlişkide Çatışmalar	.530**	.408**	.236*	.472**	.620**	.530**	.431**	.578**	.659**	–			
Danışan Problemleri	.508**	.421**	.285**	.483**	.540**	.390**	.437**	.482**	.621**	.708**	–		
Psikolojik Danışma Zor ÖY	.556**	.448**	.287**	.516**	.615**	.479**	.468**	.559**	.685**	.885**	.955**	–	
PDÖYÖ Genel	.653**	.625**	.272**	.620**	.854**	.766**	.726**	.854**	.885**	.836**	.826**	.894**	–

\*: İstatistiksel olarak anlamlıdır. \*p&lt;0.05, \*\*p&lt;0.01

Tablo 4.7. Ölçekler Ve Alt Boyutlarının Çevrim içi Terapideki Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Görev	Bağ	Amaç	GDÖ Genel	KB	İB	EB	YB-ÖY	OY-ÖY	İÇ	DP	PDZ-ÖY	PDÖY ÖG
Görev	-												
Bağ	.860**	-											
Amaç	.584**	.547*	-										
GDÖ Genel	.918**	.901*	.822**	-									
Keşif Becerileri	.640**	.613*	.401**	.621**	-								
İçgörü Becerileri	.328**	.264*	.325**	.349**	.724*	-							
Eylem Becerileri	.417**	.396*	.295**	.417**	.663*	.705*	-						
Yardım Becerileri	.487**	.440*	.375**	.492**	.869*	.936*	.866*	-					
ÖY Oturma Yönetme	.517**	.485*	.312**	.493**	.833*	.721*	.777*	.854*	-				
İlişkide Çatışmalar	.429**	.433*	.296**	.435**	.576*	.533*	.373*	.555*	.559*	-			
Danışan Problemleri	.489**	.520*	.279**	.482**	.552*	.431*	.365*	.495*	.559*	.620*	-		
İpsikolojik Danışma Zor ÖY	.515**	.537*	.316**	.513**	.620*	.521*	.407*	.573*	.618*	.851*	.939*	-	

---

<b>PDÖYÖ</b>	.574**	.559*	.380**	.568**	.855*	.803*	.735*	.888*	.892*	.775*	.795	.870*	-
<b>Genel</b>		*			*	*	*	*	*	*		*	

---

\*: İstatistiksel olarak anlamlıdır. \*p<0.05, \*\*p<0.0

#### 4.4. Regresyon Analizine Ait Bulgular

Bağımlı değişkenler olarak alınan, yüz yüze ve çevrim içi TİÖ Genel ve PDÖYÖ ölçek genel puanlarına yaş, çalışma süresi, yüz yüze çalışma süresi, çevrimiçi çalışma süresi ve görüşme sayısı gibi nicel türdeki demografik değişkenler ve çalışmada kullanılan bütün ölçek ve alt boyutlarının etkilerinin olup olmadığını incelemek amacıyla, çok değişkenli regresyon yöntemi kullanılarak yüz yüze ve çevrim içinin her biri için ölçek genel puanlarına (TİÖ Genel ve PDÖYÖ ölçek genel puanlarına) ayrı ayrı olmak üzere toplam 4 adet regresyon analizi yapılmıştır.

##### 4.4.1. Yüz Yüze Psikoterapi İçin Elde Edilen Regresyon Analizi Bulguları

Yüz yüze psikoterapi verileri için iki ayrı regresyon analizi yapılmıştır. Bu analizlerin ilkinde Terapötik İttifak Görüşme Değerlendirme Ölçeği genel puanı bağımlı değişken olarak Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ) genel ve alt boyut puanları (Keşif Becerileri, İçgörü Becerileri, Eylem Becerileri, Yardım Becerileri ÖY, OturumYönetme ÖY, İlişkide Çatışmalar, Danışan Problemleri ve Psikolojik Danışma Zor ÖY) ile yaş, çalışma süresi, yüz yüze çalışma süresi, çevrimiçi çalışma süresi ve görüşme sayısı gibi nicel türdeki demografik özellikler ise bağımsız değişkenler olarak modele dahil edilmek suretiyle çok değişkenli regresyon yapılarak bu bağımlı değişkeni yordamada önemli olan değişkenler belirlenmiştir. Görüşme Değerlendirme Ölçeği Yüz yüze psikoterapi puanlarına ilişkin regresyon analizi bulguları Tablo 4.8’de sunulmuştur.

Bu tabloda Görüşme Değerlendirme Ölçeği (TİÖ-GDÖ) bağımlı değişkenine etki eden değişkenlerin neler olduğu görülmektedir. Modeldeki bağımsız değişkenlerin toplam varyasyonu açıklama oranı %49.84’dür. Bağımsız değişkenlerden sadece keşif becerileri alt boyutunun Görüşme Değerlendirme Ölçeği (TİÖ-GDÖ) genel puanı bağımlı değişkeni üzerine anlamlı etkisinin olduğu ( $p=0.0112$ ) Tablo 1’den görülmektedir. Bağımsız değişkenlerin Görüşme Değerlendirme Ölçeği (TİÖ-GDÖ) genel puanı tahmini üzerindeki etkisi standartlaştırılmış katsayı olan “Beta” değeri ile değerlendirilir. Buna göre en fazla etkisi olan değişken keşif becerileri alt boyutudur.

**Tablo 4.8.** Terapötik İttifak Görüşme Değerlendirme Ölçeği Yüz yüze psikoterapi puanlarına ilişkin regresyon analizi

Değişkenler	B	SH	t	p	Tol.	VIF
Keşif Becerileri	.057	.022	2.59	<b>.011</b>	.192	5.199
İçgörü Becerileri	-.008	.008	-0.93	.355	.303	3.297
Eylem Becerileri	.024	.015	1.59	.115	.337	2.960
OturumYönetme ÖY	.001	.009	0.17	.863	.198	5.042
İlişkide Çatışmalar	.005	.007	0.74	.459	.343	2.913

Değişkenler	B	SH	t	p	Tol.	VIF
Danışan Problemleri	.006	.004	1.42	.159	.382	2.616
Yaş	.027	.017	1.55	.123	.179	2.585
YaklasikKacYilCalisiyorsunuz	-.024	.019	-1.23	.223	.174	3.509
KacYilYuzyuzeCalisiyorsunuz	.000	.019	0.01	.994	.112	8.909
Haftalik Yüz Yüze Seans Sayısı	-.008	.006	-1.45	.151	.609	1.640
KacYilÇevirimiçiCalisiyorsunuz	-.034	.020	-1.70	.091	.521	1.916
HaftalikÇevirimiçiGorusmeSayisi	.018	.010	1.70	.093	.842	1.186
F =7.78, p=0.0001		R <sup>2</sup> =0.4984				

Yüz yüze psikoterapi verileri için yapılan ikinci regresyon analizinde ise Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ) genel puanı bağımlı değişken olarak Görüşme Değerlendirme Ölçeği (TİÖ GDÖ) genel ve alt boyut puanları (Görev, Bağ ve Amaç) ile nicel türdeki demografik özellikler bağımsız değişkenler olarak modele dahil edilmek suretiyle çok değişkenli regresyon yöntemi kullanılarak bu bağımlı değişkeni yordamada önemli olan değişkenler belirlenmiştir. Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği Yüz yüze psikoterapi puanlarına ilişkin regresyon analizi bulguları Tablo 4.9'da sunulmuştur. Bu tabloda Psikolojik Danışma Öz Yeterlik ölçeği bağımlı değişkenine etki eden değişkenlerin görev, bağ ve Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı bağımsız değişkenleri olduğu görülmektedir. Modeldeki bağımsız değişkenlerin toplam varyasyonu açıklama oranı %61.54'dür.

Bağımsız değişkenlerin Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği genel puanı tahmini üzerindeki etkisini incelemek amacıyla standartlaştırılmış Beta katsayıları incelendiğinde, en fazla etkisi olan değişkenlerin sırasıyla Bağ, Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı ve Görev değişkenleri olduğu söylenebilir.

**Tablo 4. 9.** Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği Yüz yüze psikoterapi puanlarına ilişkin regresyon analizi

Değişkenler	B	SH	t	p	Tol.	VIF
Görev	13.368	6.594	2.03	<b>.045</b>	.269	3.713
Bağ	30.531	7.849	3.89	<b>.000</b>	.276	3.615
Amaç	-6.1599	5.453	-1.13	.261	.694	1.439
GDÖGenel	0	.	.	.	.	.
Yaş	0.288	1.119	0.26	.797	.081	12.336

Değişkenler	B	SH	t	p	Tol.	VIF
Çalışma Deneyim Süresi	-1.398	1.175	-1.19	.236	.084	11.805
Yüzyüze Deneyim Süresi	1.941	1.233	1.57	.118	.116	8.578
HaftalıkYuzYuzeGorusmeSayis	1.341	0.379	3.54	<b>.000</b>	.640	1.561
KacYilÇevirimiçiCalisiyorsunuz	1.943	1.287	1.51	.134	.517	1.933
HaftalıkÇevirimiçiGorusmeSayisi	-0.572	0.689	-0.83	.408	.833	1.199
F = 8.24, p=0.0001		R <sup>2</sup> =0.6154				

#### 4.4.2. Çevrim içi Psikoterapi için Elde Edilen Regresyon Analizi Bulguları

Çevrim içi psikoterapi için verileri iki ayrı regresyon modeli kurulmuştur. Bu analizlerin ilkinde Görüşme Değerlendirme Ölçeği (GDÖ) genel puanı bağımlı değişken olarak Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ) genel ve alt boyut puanları (Keşif Becerileri, İçgörü Becerileri, Eylem Becerileri, YardımBecerileriOY, OturmaYönetmeOY, İlişkideÇatışmalar, Danışan Problemleri ve PsikolojikDanışmaZorOY) ile nicel türdeki demografik özellikler ise bağımsız değişkenler olarak modele dahil edilmek suretiyle çok değişkenli regresyon yöntemi kullanılarak Görüşme Değerlendirme Ölçeği bağımlı değişkenini yordamada önemli olan değişkenler belirlenmiştir. Görüşme Değerlendirme Ölçeği çevrimiçi psikoterapi puanlarına ilişkin regresyon analizi bulguları Tablo 3’de sunulmuştur. Bu tabloda Görüşme Değerlendirme Ölçeği bağımlı değişkenine etki eden değişkenlerin keşif becerileri, danışan problemleri ve Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı bağımsız değişkenleri olduğu görülmektedir. Modeldeki bağımsız değişkenlerin toplam varyasyonu açıklama oranı %51.26’dür.

Bağımsız değişkenlerin Görüşme Değerlendirme Ölçeği genel puanı tahmini üzerindeki etkisini incelemek amacıyla standartlaştırılmış Beta katsayıları incelendiğinde, en fazla etkisi olan değişkenlerin sırasıyla keşif becerileri, Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı ve danışan problemleri olduğu söylenebilir.

**Tablo 4. 10.** Görüşme Değerlendirme Ölçeği Çevrim İçi Psikoterapi Puanlarına İlişkin Regresyon Analizi

Değişkenler	B	SH	t	p	Tol.	VIF
Keşif Becerilerio	.092	.021	4.26	<b>&lt;.000</b>	.233	4.281
İçgörü Becerilerio	-.017	.011	-1.48	.141	.295	3.381
Eylem Becerilerio	.018	.018	1.03	.307	.281	3.557
Oturum Yönetme	-.010	.010	-1.03	.303	.182	5.466
İlişkide Çatışmalar	.006	.008	0.80	.424	.445	2.246
Danışan Problemleri	.011	.005	2.13	<b>.035</b>	.469	2.128

Değişkenler	B	SH	t	p	Tol.	VIF
Yaş	.004	.021	0.23	.814	.178	2.700
Çalışma Yılı	-.017	.023	-0.74	.462	.172	3.707
Yüzyüze çalışma yılı	.022	.023	0.97	.334	.109	9.143
Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı	-.020	.006	-2.88	<b>.004</b>	.658	1.517
KacYilÇevirimiçiCalisiyorsunuz	-.007	.024	-0.32	.746	.506	1.975
HaftalikÇevirimiçiGorusmeSayisi	.011	.013	0.83	.408	.779	1.283
F = 17.24, p=0.0001		R <sup>2</sup> =0.5126				

Çevrimiçi psikoterapi verileri için yapılan ikinci regresyon analizinde ise Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ) genel puanı bağımlı değişken olarak Görüşme Değerlendirme Ölçeği (GDÖ) genel ve alt boyut puanları (Görev, Bağ ve Amaç) ile nicel türdeki demografik özellikler bağımsız değişkenler olarak modele dahil edilmek suretiyle çok değişkenli regresyon yöntemi kullanılarak bu bağımlı değişkeni yordamada önemli olan değişkenler belirlenmiştir. Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği çevrimiçi psikoterapi puanlarına ilişkin regresyon analizi bulguları Tablo 4’de sunulmuştur.

Bu tabloda Psikolojik Danışma Öz Yeterlik ölçeği bağımlı değişkenine sınırdaki etki eden değişkenlerin görev, bağ ve Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı olduğu görülmektedir. Modeldeki bağımsız değişkenlerin toplam varyasyonu açıklama oranı %46.60’dır. Bağımsız değişkenlerin Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği genel puanı tahmini üzerindeki etkisini incelemek amacıyla standartlaştırılmış Beta katsayıları incelendiğinde, en fazla etkisi olan değişkenlerin sırasıyla bağ, görev ve Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı olduğu söylenebilir.

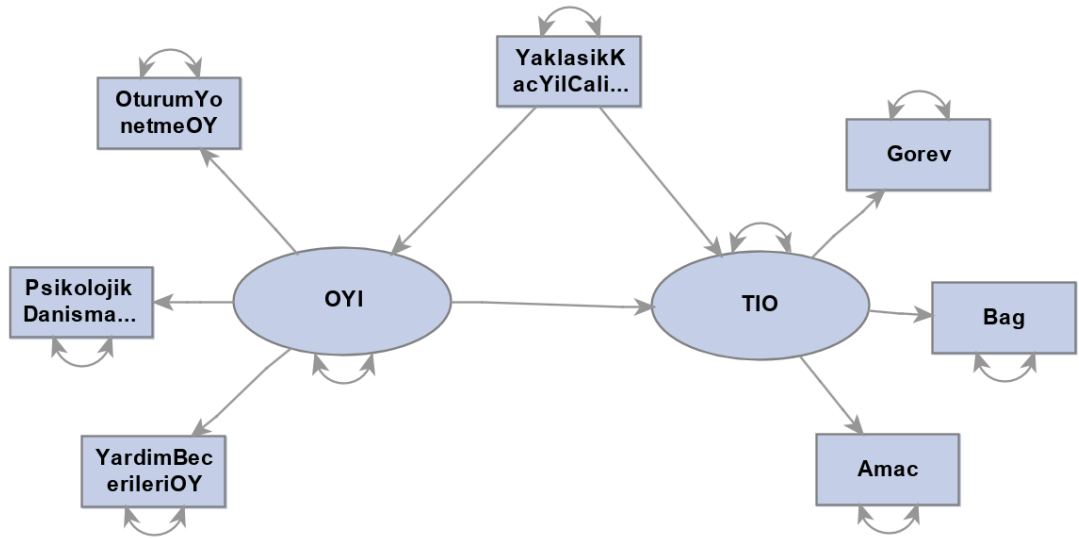
**Tablo 4. 11.** Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği çevrimiçi psikoterapi puanlarına ilişkin regresyon analizi

Değişkenler	B	SH	T	p	Tol.	VIF
Görev	15.162	9.125	1.66	.099	.194	5.142
Bağ	19.237	9.780	1.97	.052	.177	5.619
Amaç	1.334	4.830	0.28	.782	.562	1.778
Yaş	0.423	1.242	0.34	.733	.087	11.465
Yaklaşık çalışma süresi(yıl)	-0.228	1.408	-0.16	.871	.078	12.794
Yüz yüze çalışma süresi(yıl)	0.591	1.550	0.38	.703	.097	10.225
Haftalık yüz yüze görüşme sayı	0.845	0.459	1.84	.069	.577	1.733

Değişkenler	B	SH	T	p	Tol.	VIF
Çevrimiçi çalışma süresi(yıl)	1.057	1.441	0.73	.464	.546	1.828
Haftalık çevrimiçi görüşme sayısı	1.188	0.817	1.45	.149	.786	1.271
F = 9.41, p=0.0001		R <sup>2</sup> =0.4660				

#### 4.5. Teorik Yapısal Modelin Path Analizi ile Test Edilmesi

Bu çalışmanın ana çerçevesini "Yüz yüze ve çevrim içi psikoterapilerde psikoterapistin öz yeterlik inancının (ÖYİ) algıladığı terapötik ittifak (TİÖ) üzerindeki etkide mesleki deneyimin aracı rolü var mıdır?" olarak belirlenmiştir. Birbirleriyle ilişkili iki bağımlı değişkenden, Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Formu- Terapist Formu - Görüşme değerlendirme Ölçeğinin Görev, Amaç ve Bağ olmak üzere 3 alt boyuttan ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeğinin ise Oturma yönetmeye ilişkin öz yeterlik, psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz yeterlik ve yardım becerileri öz yeterliği olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Çalışmada test edilecek teorik model Şekil 1'de sunulmuştur. Bu şekilde, mesleki deneyim ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeğinin (ÖYİ) Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ) üzerine doğrudan ve mesleki deneyimin Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği aracılığı ile Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ) üzerine dolaylı etkisi bulunmaktadır.



Şekil 4. 1. Başlangıçta önerilen yapısal model

Şekil 2'de verilen teorik yapısal modeli test etmek amacıyla teorik modelin bu araştırmanın verileri ile desteklenip desteklenmediğine bakılabilmesi için yapısal eşitlik analizi sonucu elde edilen uyum iyiliği indeksleri (Goodness of Fit Indices) değerlerine

bakmak gerekmektedir. Birçok alanda yapılan çalışmalarda oldukça çok sayıda uyum indeksi değerleri kullanılmasına rağmen, bu çalışmada en yaygın olarak kullanılanlara yer verilmiştir. Bunlardan bir tanesi de ki-kare ( $\chi^2$ ) değeri olup, araştırmacının kuramsal olarak önermiş olduğu model ile kendi örneklemimizden elde edilen verinin uyumlu olup olmadığını test etmektedir. Ki-kare değerinin anlamsız çıkması uyum olduğunu göstermektedir. Ki-kare değerinin serbestlik derecesine (degrees of freedom, df) bölümü ( $\chi^2/df$ ) ile elde edilen değer ikiye eşit veya ikiden daha az olması modelin mükemmel derecede uyumlu olduğunu, iki ile beş veya beşin altında olması ise modelin kabul edilir olduğunu göstermektedir. Diğer sıklıkla kullanılan uyum indeksleri GFI (Uyum İyiliği İndeksi), AGFI (Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi), RMSEA (Ortalama Hata Karekök Yaklaşımı), CFI (Karşılaştırmalı Uyum İndeksi) ve NFI'dır (Normlandırılmış Uyum İndeksi). Tablo 11'de uyum iyiliği indeksleri ve iyi uyum değer aralıkları gösterilmektedir.

**Tablo 4. 12.** Uyum İyiliği İndeksi Kabul Kriterleri

Uyum İndeksi	Kabul Kriteri	Kaynak
RMSEA/SRMR	$\leq 0.05$ =mükemmel uyum $\leq 0.10$ =kabul edilebilir uyum	Brown,2006
GFI / AGFI	$\geq .90$ = mükemmel uyum $\geq .85$ = kabul edilebilir uyum	Tabachnick ve Fidell, 2007
NFI	$\geq .90$ = mükemmel uyum $\geq .85$ = kabul edilebilir uyum	Tabachnick ve Fidell, 2007
CFI	$\geq .90$ = mükemmel uyum $\geq .85$ = kabul edilebilir uyum	Tabachnick ve Fidell, 2007
$X^2/s$	$\leq 3$ = mükemmel uyum $\leq 5$ = kabul edilebilir uyum	Hair vd., 1998

#### 4.5.1. Yüz yüze Psikoterapi için Elde Edilen Path Analizi Bulguları

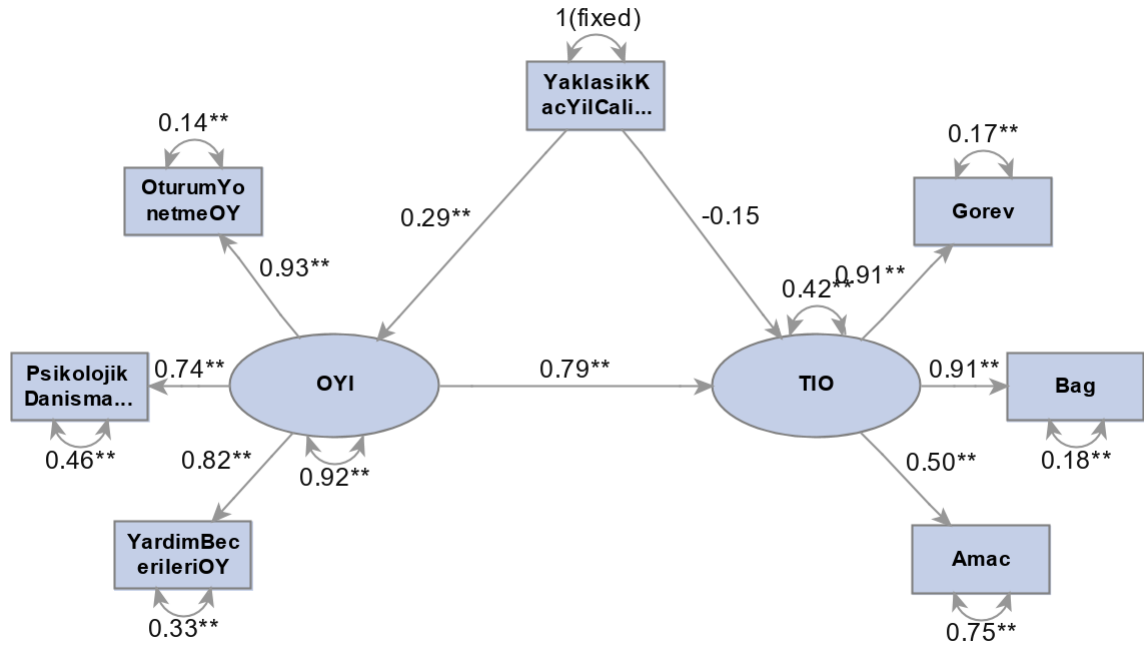
Yüz yüze psikoterapi için Şekil 1'de önerilen yapısal model path analizi ile test edilerek elde edilen uyum indeks değerleri Tablo 12'de verilmiştir. Bu tablodan uyum ölçütlerinden, GFI, NFI ve CFI'nın mükemmel uyum ve RMSEA, SMRM, AGFI ve  $\chi^2/df$ 'nin kabul edilebilir uyum değerlerine sahip oldukları görülmektedir. Dolayısı ile Şekil 2'de sunulan yapısal modelin verilerimiz tarafından onaylandığı anlaşılmaktadır.

**Tablo 4.13.** Yüz yüze Psikoterapi için Path Analizi Uyum İyiliği İndeksleri

Uyum Ölçüleri	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Modelin Sonuçları	Uyum
RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq 0.05$	$0.05 \leq RMSEA \leq 0.10$	.051	Kabul Edilebilir Uyum
SRMR	$0 \leq SRMR \leq 0.05$	$0.05 \leq SRMR \leq 0.10$	.056	Kabul Edilebilir Uyum
GFI	$0.90 \leq GFI \leq 1.00$	$0.85 \leq GFI \leq 0.90$	.912	Mükemmel Uyum

Uyum Ölçüleri	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Modelin Sonuçları	Uyum
AGFI	$0.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$0.85 \leq AGFI \leq 0.90$	.855	Kabul Edilebilir Uyum
NFI	$0.90 \leq NFI \leq 1.00$	$0.85 \leq NFI \leq 0.90$	.918	Mükemmel Uyum
CFI	$0.90 \leq CFI \leq 1.00$	$0.85 \leq CFI \leq 0.90$	.939	Mükemmel Uyum
$\chi^2/df$	$0 \leq \chi^2/df \leq 3$	$3 \leq \chi^2/df \leq 5$	3.40	Kabul Edilebilir Uyum

Yüz yüze psikoterapi için yapılan path analizi sonucu elde edilen iz grafiği (path diyagramı) standardize edilmiş katsayılar ile birlikte Şekil 2'de sunulmuştur. Bu katsayılardan mesleki deneyim (Yaklaşık kaç yıl çalıştınız) ve terapötik ittifak (TİÖ) arasındaki katsayı dışında diğerlerinin istatistiksel olarak anlamlı oldukları görülmektedir.



Şekil 4. 2.Yüz Yüze Psikoterapi İçin Yapılan Path Analizi Sonucu Elde Edilen İz Grafiği

Başlangıçta önerilen yapısal modelin (Şekil 2) uyumu aynı zamanda tahminler ve hataların önem testlerini inceleyerek de belirlenebilir. Yüz yüze psikoterapi için path analizinden elde edilen standartlaştırılmış path katsayısı tahminleri Tablo 13'te sunulmuştur. Bu tablo Şekil 2'de verilen ilişkilere ait standartlaştırılmış katsayı tahminlerini anlamlılıklarıyla birlikte sunmaktadır. Faktör analizi literatüründe bu path katsayıları aynı zamanda yükler olarak da adlandırılırlar. Gözlenen değişkenler (alt boyutlar) ve faktörler arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için t değerlerinin istatistiksel anlamlılığı incelenmelidir. Tipik bir faktör analizi çalışmasında, faktör-değişken ilişkilerinin sıfırdan farklı olduklarını iddia etmek için bu t değerlerinin tamamının anlamlı olmasını isteriz. Path katsayılarına ait t değerlerinin birçoğunun anlamsız olması faktör modelimizin geçerliliğinin sorgulanmasına neden olur. Tablo 13'ten, sadece mesleki deneyim dışında geri kalan yük tahminlerinin

istatistiksel olarak oldukça anlamlı oldukları görülmektedir ( $p < 0.0001$ ). Ölçekler ve alt boyutları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Formu- Terapist Formu - Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ) ile Görev, Amaç ve Bağ alt boyutları arasında ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (ÖYİ) ile Oturum yönetmeye ilişkin öz yeterlik, psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz yeterlik ve yardım becerileri öz yeterliği alt boyutları arasındaki ilişkilerin istatistiksel olarak oldukça anlamlı oldukları gözlenmiştir, Tablo 3'te gösterilmektedir. Ayrıca ÖYİ ve TİÖ genel puanları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu da, faktör-değişken ilişkilerinin neredeyse tamamının desteklendiği anlamına gelmektedir.

Tablo 3'den mesleki deneyim (Çalışma Süresi (Yıl) (TİÖ) arasındaki path katsayısının negatif olduğu görülmektedir. Bu, mesleki deneyimin Görüşme değerlendirme Ölçeği üzerinde negatif etkiye sahip olduğu yani mesleki deneyim süresi arttıkça Görüşme değerlendirme Ölçeği puanının azalacağı anlamına gelmektedir. Bu katsayının istatistiksel olarak anlamsız olduğu görülmektedir. Diğer katsayıların tamamı pozitifdir.

**Tablo 4.14.** Yüz yüze psikoterapi için yapılan Path Analizi Standartlaştırılmış Sonuçları

	Path	B	SH	T	p
TİÖ	====>Görev	.911	.030	29.966	<.000
TİÖ	====>Bağ	.908	.030	29.632	<.000
TİÖ	====>Amaç	.500	.077	6.466	<.000
ÖYİ	====>Yardım Becerileri ÖY	.819	.039	20.738	<.000
ÖYİ	====>Oturum Yönetme ÖY	.925	.028	32.841	<.000
ÖYİ	====>Psikolojik Danışma Zor ÖY	.737	.050	14.707	<.000
(Çalışma Süresi (Yıl))	====>ÖYİ	.287	.094	3.050	.002

Path		B	SH	T	p
(Çalışma Süresi (Yıl))	====>TiÖ	-.148	.078	-1.899	.057
ÖYİ	====>TiÖ	.793	.057	13.891	<.000

Karesi alınmış çoklu korelasyonlar ( $R^2$ , Squared multiple correlations) bu çalışmada kullanılan modelin ne kadar iyi uydugu hakkında bir fikir verirler, çünkü bu değerler, bağımsız değişkenler (exogenous variables) tarafından bağımlı (endogenous variables) değişkenlerdeki varyasyonun açıklanan yüzdesi olarak yorumlanırlar. Bu çalışmadan yüz yüze psikoterapi için elde edilen karesi alınmış çoklu korelasyonlar Tablo 14'te verilmiştir. Bu tablodan da görüldüğü gibi,  $R^2$  değerlerinin genelde yüksek düzeylerde olduğu anlaşılmaktadır. En düşük  $R^2$  değerine ÖYİ'nin sahip olduğu bulunmuştur.

**Tablo 4.15.** Yüz Yüze Psikoterapi İçin Karesi Alınmış Çoklu Korelasyonlar (Squared Multiple Correlations)

Değişken	Hata Varyansı	Toplam Varyans	$R^2$
Amaç	.274	.366	.250
Bağ	.077	.444	.824
Görev	.109	.646	.830
Oturum Yönetme ÖY	15.318	107.411	.857
Psikolojik Danışma Zor ÖY	233.679	512.807	.544
Yardım Becerileri ÖY	91.527	278.293	.671
OYI	83.826	91.383	.082
TiÖ	.025	.061	.584

Tablo 15'te yüz yüze psikoterapi için standardize edilmiş doğrudan, dolaylı ve toplam etkileri vermektedir. Bu tabloda toplam etkiler doğrudan ve dolaylı etkilerin toplamından ibarettir. Bu sonuçlar yapısal eşitlik modeli (YEM) etki analizinin, doğrusal regresyon analiz yöntemi ile doğru bir şekilde analiz edilemeyecek bazı etki yapıları gösterdiğini detaylı olarak sunmaktadır. Dolayısı ile bu tablo, YEM etki analizine ait daha detaylı ve teorinin

geneli bakımından daha rafine sonuçlar vermektedir. Tablo 15 detaylı olarak incelendiğinde, Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeğinin (ÖYİ) Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ) üzerine doğrudan etkisinin anlamlı oldu görülmektedir ( $p<0.001$ ). Buna karşılık, mesleki deneyimin Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ) üzerine doğrudan etkisinin istatistiksel olarak anlamsız olduğu ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (OYI) aracılığı ile Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ) üzerine dolaylı etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ( $p=0.0047$ ) görülmektedir.

**Tablo 4.16.** Yüz Yüze Psikoterapi İçin Standardize Edilmiş Doğrudan, Dolaylı Ve Toplam Etkiler

		Toplam	Doğrudan	Dolaylı
(Çalışma Süresi (Yıl))	Par	.079	-.148	.228
	SH	.101	.078	.080
	t	.786	-1.899	2.825
	p	.431	.057	.004
OYI	Par	.794	.794	0
	SH	.057	.057	
	t	13.891	13.891	
	p	<.000	<.000	

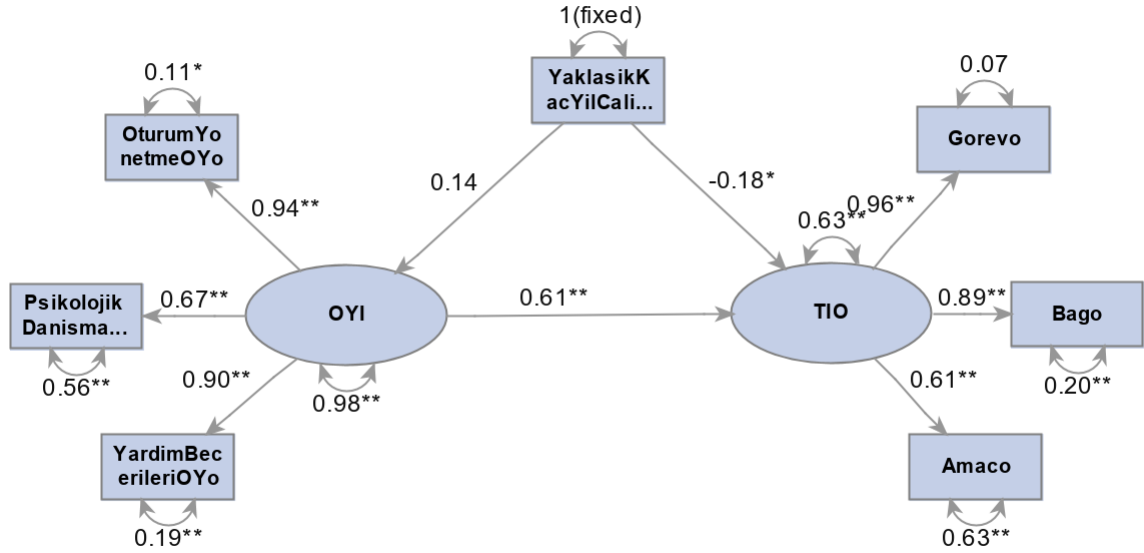
#### 4.5.2. Çevrim içi Yüz yüze Psikoterapi için Elde Edilen Path Analizi Bulguları

Çevrim içi psikoterapi için Şekil 2'de önerilen yapısal model path analizi ile test edilerek elde edilen uyum indeks değerleri Tablo 16'da sunulmuştur. Bu tablodan uyum ölçütlerinden, GFI, NFI, CFI ve  $\chi^2/df$ 'nin mükemmel uyum ve RMSEA, SMRM ve AGFI'nin kabul edilebilir uyum değerlerine sahip oldukları görülmektedir. Dolayısı ile Şekil 1'de sunulan yapısal modelin verilerimiz tarafından onaylandığı anlaşılmaktadır.

**Tablo 4. 17.** Çevrim içi Psikoterapi İçin Path Analizi Uyum İyiliği İndeksleri

Uyum Ölçüleri	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Modelin Sonuçları	Uyum
RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq 0,05$	$0,05 \leq RMSEA \leq 0,10$	.100	Kabul Edilebilir Uyum
SRMR	$0 \leq SRMR \leq 0,05$	$0,05 \leq SRMR \leq 0,10$	.061	Kabul Edilebilir Uyum
GFI	$0,90 \leq GFI \leq 1,00$	$0,85 \leq GFI \leq 0,90$	.932	Mükemmel Uyum
AGFI	$0,90 \leq AGFI \leq 1,00$	$0,85 \leq AGFI \leq 0,90$	.851	Kabul Edilebilir Uyum
NFI	$0,90 \leq NFI \leq 1,00$	$0,85 \leq NFI \leq 0,90$	.937	Mükemmel Uyum
CFI	$0,90 \leq CFI \leq 1,00$	$0,85 \leq CFI \leq 0,90$	.957	Mükemmel Uyum
$\chi^2/df$	$0 \leq \chi^2/df \leq 3$	$3 \leq \chi^2/df \leq 5$	2.83	Mükemmel Uyum

Çevrim içi psikoterapi için yapılan path analizi sonucu elde edilen iz grafiği (path diyagramı) standardize edilmiş katsayılar ile birlikte Şekil 4'te sunulmuştur. Bu katsayılardan mesleki deneyim (Yaklaşık kaç yıl çalıştınız) ve **Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (OYI)** arasındaki katsayı dışında diğerlerinin istatistiksel olarak anlamlı oldukları görülmektedir.



**Şekil 4. 3.** Çevrim içi Psikoterapi İçin Yapılan Path Analizi Sonucu Elde Edilen İz Grafiği

Çevrim içi psikoterapi için Şekil 4'te verilen path analizinden elde edilen ilişkilere ait standartlaştırılmış katsayı tahminleri anlamlılıklarıyla birlikte Tablo 17'de sunulmuştur. Bu tablodan, sadece mesleki deneyimin Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (OYI) üzerine olan etkisi dışında geri kalan yük tahminlerinin istatistiksel olarak oldukça anlamlı oldukları görülmektedir ( $p < 0.0001$ ). Ölçekler ve alt boyutları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Formu- Terapist Formu - Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ) ile Görev, Amaç ve Bağ alt boyutları arasında ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (OYI) ile Oturum yönetmeye ilişkin öz yeterlik, psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz yeterlik ve yardım becerileri öz yeterliği alt boyutları arasındaki ilişkilerin istatistiksel olarak oldukça anlamlı oldukları Tablo 17'den görülmektedir. Ayrıca OYI ve TİÖ genel puanları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu da, faktör-değişken ilişkilerinin neredeyse tamamının desteklendiği anlamına gelmektedir.

Tablo 4.18'den mesleki deneyim (Çalışma Süresi (Yıl)) ile TİÖ arasındaki path katsayısının, yüz yüze psikoterapi analizinde olduğu gibi, negatif olduğu görülmektedir. Bu, mesleki deneyimin Görüşme değerlendirme Ölçeği üzerinde negatif etkiye sahip olduğu yani mesleki deneyim süresi arttıkça Görüşme değerlendirme Ölçeği puanının azalacağı anlamına gelmektedir. Bu katsayının istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ( $p = 0.0308$ ). Diğer katsayıların tamamı pozitifdir.

**Tablo 4. 18.** Çevrim içi Psikoterapi İçin Yapılan Path Analizi Standartlaştırılmış Sonuçları

	Path	B	SH	t	p
TiÖ	====>Görev	.962	.02635	7.488	<.0001
TiÖ	====>Bağ	.894	.03128	8.130	<.0001
TiÖ	====>Amaç	.608	.064	9.416	<.000
OYI	====>Yardım Becerileri ÖY	.898	.030	29.814	<.000
OYI	====>Oturum Yönetme ÖY	.943	.026	35.115	<.000
OYI	====>Psikolojik Danışma Zor ÖY	.665	.058	11.426	<.000
(Çalışma Süresi (Yıl))	====>OYI	.138	.098	1.397	0.162
(Çalışma Süresi (Yıl))	====>TiÖ	-.178	.082	-2.159	.030
OYI	====>TiÖ	.608	.070	8.648	<.000

Bu çalışmadan çevrim içi psikoterapi için elde edilen karesi alınmış çoklu korelasyonlar Tablo 4.19'da verilmiştir. Bu tablodan da görüldüğü gibi,  $R^2$  değerlerinin genelde yüksek düzeylerde olduğu anlaşılmaktadır. Yüz yüze psikoterapi için yapılan analizde de olduğu gibi en düşük  $R^2$  değerine OYI'nin sahip olduğu bulunmuştur.

**Tablo 4. 19.** Çevrim içi Psikoterapi İçin Karesi Alınmış Çoklu Korelasyonlar (Squared Multiple Correlations)

Değişken	Hata Varyansı	Toplam Varyans	$R^2$
Amaç	.481	.764	.369
Bağ	.117	.589	.800
Görev	.0461	.619	.925

Değişken	Hata Varyansı	Toplam Varyans	R <sup>2</sup>
Oturum Yönetme ÖY	13.910	127.534	.890
Psikolojik Danışma Zor ÖY	241.303	432.810	.442
Yardım Becerileri ÖY	51.230	266.706	.807
OYI	109.802	111.941	.019
TİÖ	.219	.348	.371

Tablo 4.20 çevrim içi psikoterapi verilerinin path analizi sonucu elde edilen standardize edilmiş doğrudan, dolaylı ve toplam etkileri vermektedir. Bu tablo detaylı olarak incelendiğinde, Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeğinin (OYI) Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ) üzerine doğrudan etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ( $p < 0.001$ ). Buna karşılık, mesleki deneyimin Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ) üzerine doğrudan etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ( $p = 0.0308$ ) ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (OYI) aracılığı ile Görüşme değerlendirme Ölçeği (TİÖ) üzerine dolaylı etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir.

**Tablo 4. 20.** Çevrim içi Psikoterapi İçin Standardize Edilmiş Doğrudan, Dolaylı Ve Toplam Etkiler

		Toplam	Doğrudan	Dolaylı
(Çalışma Süresi (Yıl))	Par	-.094	-.178	.084
	SH	.099	.082	.062
	t	-.948	-2.159	1.352
	p	.342	.030	.176
OYI	Par	.608	.608	0
	SH	.070	.070	
	t	8.648	8.648	
	p	<.000	<.000	

Par = Etki katsayısı, SH = Standart Hata, t = t-değeri, p = p değeri

## 5. TARTIŞMA

Bu araştırmada, aktif olarak hem yüz yüze hem çevrim içi psikoterapi yapan psikoterapistlerin algıladığı terapötik ittifak düzeyiyi üzerindeki, psikoterapistlerin psikolojik danışma öz yeterliğinin yordayıcı rolünde mesleki deneyimin aracı rolü incelenmiştir. Bu amaçla hem yüz yüz yüze hem de çevrim içi ortamlardaki psikoterapi süreçlerine dair veriler toplanmış ve analiz edilmiştir. Bu analiz sonucunda elde edilen bulgular, literatürden edinilen bilgiler kapsamında değerlendirilerek bu bölümde tartışılmıştır.

Teknolojinin gelişimi ve internet kullanımının artması iletişim kurma yollarını da değişikliğe uğratmıştır (Zeren ve Bulut, 2018). Covid-19 pandemisi sonrası sürecin hızlanarak devam ettiği görülmektedir. Bu dönemde neredeyse tüm alanlarda iletişim kurmanın yönü yüz yüze ortamdan çevrim içi ortama kaymıştır (Kaya Deniz, 2020). Alan yazın incelendiğinde terapötik ittifak ve psikolojik öz yeterlik (PDÖY) düzeyine dair araştırmalar mevcuttur. Çeşitli çalışmalar ile yüz yüze ve çevrim içi uygulamaların etkinlik ve etkililikleri karşılaştırılmıştır.

Bu çalışmada katılımcılar terapötik ittifak düzeyini ölçen Terapötik İttifak Ölçeği Kısa Formu Terapist Formu (TİÖ-KF-TF) ve psikoterapistlerin psikolojik danışma öz yeterlik düzeylerini ölçen Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ) ölçeklerini hem yüz yüze görüşmeleri hem de çevrim içi görüşmeleri için ayrı ayrı cevaplamıştır. Bu bağlamda katılımcıların her bir görüşme platformu için almış olduğu puanlar bağımlı gruplar arası veya eşli gözlem t testi uygulanarak karşılaştırılmıştır. Araştırmanın amaç ve hipotezlerine uygun olarak ölçeklerin her bir alt boyutundan alınan puan ortalamaları çevrim içi ve yüz yüzde gruplar arasında kıyaslanmıştır.

### 5.1. Terapötik İttifak ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlilik Düzeylerinin Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Bu çalışma kapsamında terapötik ittifak düzeyini bildiren değişken olan (TİÖ) toplam skorun gruplar arasındaki bulguları istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Bir başka deyişle, çevrim içi ve yüz yüze görüşmelerde kurulan terapötik ittifak arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Ölçek alt boyutlarına bakıldığında yalnızca görev alt boyutunda gruplar arası anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir. Diğer ölçek alt boyutları olan bağ ve amaç alt boyutunda gruplar arası istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Terapötik ittifak düzeyinin, seansın gerçekleştiği ortama göre farklılık göstermemesine teknolojik ilerlemelerle psikoterapi uygulamalarının yüz yüze ortamdan çevrim içi ortama geçmiş olmasının sebep olduğu düşünülmektedir. Alanyazında bir süredir yayınlanan çalışmalar bu bulguyu destekler niteliktedir. Mevcut çalışmanın bulgularına paralel olarak Reynold ve arkadaşları (2006) çalışmasında da ‘terapötik ittifak’ kavramının farklılaşmadığını ve benzer oranda terapötik ittifak olduğunu bildirmiştir. Her iki ortamdaki psikoterapistleri kıyaslayan çalışmada danışan ve terapist arasındaki ikişkinin farklılaşmadığı ve danışan memnuniyetinin benzer ölçüde olduğu görülmüştür (Erus ve Zeren, 2020). Çalışma bulgularına karşın Cook ve Doyle (2002) yaptığı araştırmada çevrim içi

psikoterapi uygulamalarının lehine bir sonuç elde edilmiştir. Bu farklılık çalışmalar arasında uzun yılların olması ve dönem farklılıklarıyla birlikte teknolojik gelişmelerin de hızlanmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Covid-19 pandemi dönemiyle birlikte bu çevrimiçi uygulamaların kullanım yaygınlığının artmasının (Zeren ve Bulut, 2018) alanyazın ile tutarlı bilgilere ulaşmayı sağladığı düşünülmektedir. Rolnick ve Ehrenreich (2020) danışan ve psikoterapistin fiziksel olarak aynı ortamda olması gerektiğini savunan ve danışan değişimi için yüz yüze psikoterapilerin en uygun seçenek olduğu görüşündedir. Mateescu (2020) araştırmasında Covid-19 pandemisinden dolayı çevrim içi psikoterapileri kısa vadeli bir çözüm yolu olarak bildirmiştir.

2006'da yapılan bir araştırmada ise danışanlar çevrim içi terapilere kıyasla yüz yüze psikoterapilerden daha memnun olduklarını bildirmişler ve terapötik ittifak düzeylerinin daha güçlü olduğu ortaya çıkmıştır (Leiber vd., 2006). Geleneksel terapi bağlamının (yüz yüze terapi) dışına çıkılarak çevrim içi ortamda yapılmaya başlanan psikoterapilerle ilgili pek çok araştırmacı 'terapötik ittifak' kavramının negatif yönde etkilenmesinden endişe duymuşlardır (Korkmaz ve Şen, 2018). Araştırmacılar psikoterapi sürecindeki psikoterapistlerin teknoloji kullanımı konusundaki negatif inançlarının farkında olmaları gerektiğinin ve farkındalık arttıkça pozitif etkilerin görülebileceğinden bahsetmişlerdir (Taylor ve Luce, 2003). Zeren (2017), yüz yüze psikoterapilere göre çevrim içi psikoterapilerde amaçlar üzerinde iş birliği kurma ve danışanı anlama ve danışan tarafından anlaşılma konusunda zorluk yaşadıkları görülse de çevrim içi danışmanlığın yüz yüze danışmanlığa bir alternatif olarak kullanılabileceği görüşünü ortaya koymuştur.

Terapötik İttifak Ölçeği Kısa Formu Terapist Formu (TİÖ-KF-TF) alt boyutları Görev, Bağ, ve Amaç olarak belirlenmiştir. Görev alt boyutundan iki grubun aldığı ortalama puanlar incelendiğinde gruplar arası anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Terapist ve danışanın terapi görevleri üzerinde fikir birliğinin bulunmasını ölçen görev alt boyutunun iki grup arasında anlamlı bir fark bulunmadığı sonucu, bu çalışmanın amaç ve hipotezleri doğrultusunda ihtiyaç duyulmayan TİÖ-KF formunun 'Danışan Formu'ndan kaynaklandığı düşünülmektedir. Danışan ve terapistin ortak bir görev üzerinde fikir birliğine varmasını ve görev sorumluluğunu ölçen bu alt boyut, danışan formu kullanılmaması sebebiyle anlamlı bir farklılık elde edilmemesi ön görülen bir sonuçtur ve çalışma hipotezlerine paralel doğrultuda bir bulgudur. Bununla birlikte Knaevelsrud ve Maercker (2006) ise terapist ile danışan arasındaki terapötik ittifakın terapi sonucu üzerine bir etkisi olmadığını belirtmesi araştırmanın ilgili bulgusunu destekler niteliktedir.

Bağ alt boyutu danışan ile terapist arasında kurulan ve güvene temellendirilmiş bağ düzeyini ölçmektedir. Araştırma bulguları değerlendirildiğinde çevrim içi görüşmelere kıyasla yüz yüze terapide terapist, danışanı ile kurduğu bağ düzeyini daha yüksek olarak değerlendirmiştir. Çevrim içi terapide yüz jest mimiklerin olmayışı, beden duruşunun tam olarak yansıtılamaması kısıtlılık getirmektedir ve bu nedenle bağ düzeyinin yüz yüze terapilere kıyasla daha düşük çıkması araştırma hipotezleri göz önünde bulundurulduğunda literatüre paralel çıkmıştır. İnternet bağlantı problemleri ve yalnızca ekran üzerinden iletişim

kuruluyor olması çevrim içi psikoterapilerde terapötik ittifakın bağ alt boyutunu düşürdüğü düşünülmektedir. Çevrim içi psikoterapi görüşmelerinde araştırma bulgularına karşıt olarak, anonimliğin etkisi ile danışanların kendilerini daha kolay açabileceklerini ve psikoterapistleri tarafından reddedilme korkusunu daha az hissedeceklerini bildirin görüşler mevcuttur (McKenna, 1998).

Amaç alt boyutu terapi süreci sonunda danışanın ulaşmak istediği değişim ve danışanın terapiye geliş amacını ölçmektedir. Martin ve arkadaşlarına (2004) göre terapötik ittifak düzeyinin artması ile terapötik ittifak alt boyutlarından amacın içerisinde değerlendirilen danışmanlık sonucu arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Araştırma bulguları değerlendirildiğinde yüz yüze görüşmeye kıyasla terapist, çevrim içi görüşmelerinde terapi amacına ulaşma düzeyini daha yüksek olarak değerlendirmiştir. Terapide kullanılan yaklaşımlar farklılık gösterse de yüz yüze psikoterapilerde olduğu gibi; çevrim içi ortamda da danışan ile iyi ilişki kurulmaya ve terapötik ilişkinin yüz yüze ortamdaki gibi oluşmasına çalışılmakta ve danışan değişimine ilişkin müdahaleler internet aracılığı ile uygulanmaktadır (Barack vd., 2008; Cook ve Doyle, 2002). Alanyazın ile bu çalışma bulgularındaki farklılıkların sebebinin araştırmaların yapıldığı dönemdeki internet kullanım yaygınlığı ve teknolojik gelişmedeki farklılıklardan ve örneklem farklılıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Psikoterapi ortamının ve ilk iletişim kurulmasıyla başlayan profesyonel ilişkinin doğası göz önünden bulundurulduğunda farklı ihtiyaçları karşılamaya yönelik bir başka değişken oluşmasının mümkün olabileceği değerlendirilmiştir. Çevrim içi psikoterapiye başvuran bireylerin konu hakkında araştırma yapmış olması, değişim aşamalarında hazırlık düzeylerinin farklılaşması ve teknoloji kullanımını farkındalığı başvuruda bulunan kişilerin özellikleri ile ilişkili olarak amaç alt boyutunu destekliyor olabilir. Bunun yanı sıra, psikoterapist becerileri açısından çevrimiçi ortamın amaç takibi açısından psikoterapistte kolaylık sağlayan zaman sınırlılığını koruma, odağı yalnızca amaçtaki hedeflere ulaşmak koşunda koruyabilme gibi destekliyor olabilir. Ancak, alanyazında bu tartışmayı destekleyecek bulgulara rastlanmamıştır.

## **5.2. Psikolojik Danışma Öz Yeterlilik Düzeylerinin Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi**

Bu çalışma kapsamında psikolojik danışma öz yeterlilik düzeyini bildiren değişken olan (PDÖYÖ) alt boyutlarından keşif becerileri değişkeni, eylem becerileri, yardım becerileri öz yeterlilik, oturma yönetmeye ilişkin öz yeterlilik, ilişkide çatışmalar, danışan problemleri ve psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz yeterlilik alt boyutları ve PDÖYÖ genel puanı yüz yüze görüşmelerde çevrim içi görüşmelere kıyasla istatistiksel düzeyde anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Yüz yüze psikoterapilerde çevrim içi psikoterapilere kıyasla daha yüksek psikolojik danışma öz yeterliliği çıkmasının sebebinin klinik görüşmeye yönelik eğitim ve bu eğitimlere dair ilk uygulamaların yüz yüze ortamda yapılarak öğrenilmesi olduğu düşünülmektedir. Uygulamalı eğitimlerin ve derslerin çevrim içi ortamlara kayması ilerleyen süreçlerde bu sonuçları değiştirebilir.

İç görü alt boyutunda terapistin kişisel içgörü kazandığı geçmiş yaşantılarını seans sırasında açma ve danışanın içgörü kazanmasını destekleme becerilerine karşılık

gelmektedir. Mevcut çalışmada içgörü becerileri çevrim içi ve yüz yüze grupları arasında farklılık göstermemektedir. Mevcut çalışmanın bu bulgusu, terapistin halihazırdaki içgörü düzeyini görüşmenin gerçekleştirildiği her iki ortamda da ortam koşullarından bağımsız olarak istatistiksel açıdan anlamlı olmayan bir farklılık düzeyi ile yansıtıldığını ifade etmektedir.

Curry (2007) çalışmasında başarılı bir terapi sürecine etki eden faktörleri edinilen teorik bilgiler ve mesleki pratikler ile zor danışanlar ile başa çıkma becerileri ve terapistin bu becerilere ilişkin inancı olduğunu bildirmiştir. Curry'nin (2007) araştırma çıktıları, mevcut çalışma çıktıları ile paralellik göstermektedir. Ülkemizde psikoterapistler eğitimlerinde teorik bilgiler ve bunlara ilişkin pratik uygulamaların çoğunluğunu yüz yüze ortamda edindikleri için, çevrim içi ortama geçildiğinde ortam farklılığından ve ortam tecrübesizliğinden kaynaklı olarak kaygıda artış ve psikolojik danışma öz yeterlik inancında düşüş olabileceği düşünülmektedir.

Literatür incelendiğinde öz yeterlik inancının düşük olduğu belirlenen psikoterapistler terapi içerisinde ihtiyaç duyulan becerileri kullanamayacağını düşünmektedirler (Demirel, 2013). Bu bağlamda çalışmadan elde edilen bulgular incelendiğinde yüz yüze ve çevrim içi ortamda öz yeterlik inancı düzeyleri farklı olan terapistleri çevrim içi ortamda ihtiyaç duyulan görüşme becerilerini yüz yüze terapilere kıyasla daha az kullandığı düşünülebilir.

Baldwin ve arkadaşları (2007), terapötik ittifakın önemli yordayıcılarından birinin yeterlilik ve buna bağlı inançlar olduğunu belirtmiştir.

### **5.3. Mesleki Deneyim ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Düzeylerinin Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi**

Çalışma kapsamında katılımcılardan Demografik Bilgi Ölçeği aracılığıyla elde edilen mesleki deneyime ilişkin değişkenler çalışma süresi, haftalık yüz yüze seans sayısı, haftalık çevrim içi seans sayısı ve süpervizyon eğitim durumu olarak belirlenmiştir. Bu kapsamda ilgili değişkenler hem yüz yüze hem de çevrim içi grup ile karşılaştırılmıştır.

Alanda pratik yaparak deneyim edinme, süpervizyon alma ve ekoller ile alana ilişkin eğitimler alma gibi faktörlerin kalitesinin artmasının psikolojik danışma öz yeterliği (PDÖY) de arttırmaktadır (Akşab ve Turk, 2022). Staj uygulamaları ve eğitim kalitesinin arttığında PDÖY düzeyinin de arttığı bilinmektedir (Tang, 2004). Alanyazın incelendiğinde bazı çalışmaların psikoloji lisans ve klinik psikoloji yüksek lisans alan uygulama derslerini yetersiz olarak eleştirmektedir (Andiç, 2012; Fırıncı-Kodoz ve Vutal-Batık, 2018; Korkut-Owen vd., 2013; Özyürek, 2009). Bu bilgiler ışığında mesleki deneyim kazanmanın PDÖY düzeyi üzerindeki etkisini incelenmiştir.

### 5.3.1. Çalışma Süresi Değişkeni ile PDÖY Düzeyinin Çevrim İçi ve Yüz Yüze Grup Karşılaştırmasına Dair Bulgular

Çalışma süresi bakımından katılımcılar 0-7 yıl arası ‘‘az deneyimli’’ ve 8 yıl ve üzeri ‘‘deneyimli’’ olmak üzere iki (2) kategori oluşturulmuştur. Her grubun yüz yüze ölçeklerinden ve çevrim içi ölçeklerinden almış olduğu puanlar karşılaştırılmıştır.

Danışmanların mesleklerinde hizmet verdikleri zamanın artması daha deneyimli olmaları ve kullanılan beceriler bağlamında kendilerini daha yetkin hissetmeleri araştırmanın hipotezleri bağlamında beklenen bir durumdur. Mevcut çalışmada yüz yüze görüşmelerde çalışma deneyimi arttıkça yardım becerileri, oturma yönetimi, ilişkide çatışmalar, psikolojik danışma sürecindeki zorluklar ve danışan problemleri alt ölçeklerinin puan ortalamaları ile genel PDÖY puan ortalamalarının arttığı bulunmuştur. Alanyazında karşılaştırmanın gerçekleştirilebileceği çok sayıda çalışma bulunmamaktadır. Ancak diğer çalışmalar ile birlikte düşünüldüğünde katılımcıların psikoterapist olarak çalıştıkları süre arttıkça kendilerini psikolojik danışma konusunda daha yetkin hissettikleri yorumu yapılabilir. Öz bildirim dayalı olması bu yönde kişinin bildirimde bulunmasıyla da sonuçlanmış olabilir. Yüz yüze yürütülen seans oturumlarında 8 yıl ve daha uzun süredir alanda çalıştığını belirterek meslekte daha deneyimli olan grubun danışana yardım becerileri konusunda öz yeterliklerini, meslekte az deneyimli olarak nitelendiren gruba kıyasla daha yüksek puanladıkları sonucu çıkarılmıştır. Seansların yönetimi konusunda öz yeterliklerini deneyimi az olan gruba göre daha fazla olan değerlendiren deneyimli grubun danışan problemlerini ve psikolojik danışma sürecindeki zorluklar konusunda da kendilerini daha yetkin hissettiklerini söylemek mümkündür. Psikolojik danışmada kendilerini ne düzeyde yetkin hissettiğine ilişkin toplam puan olan Genel PDÖY puanı, diğer gruba kıyasla, deneyimli grupta daha yüksek olduğu mevcut çalışma bulguları arasındadır. Bu da deneyimli grubun kendi PDÖY düzeylerini daha yüksek olarak değerlendirdiğini, kendilerini daha yetkin hissettikleri, sonucunu çıkarmaya izin vermektedir.

Çevrim içi ölçek puanları az deneyimli ve deneyimli gruplar arasında kıyaslandığında terapistin içgörü becerileri gruplar arasında farklılık gösteren tek değişkendir. Diğer ölçek alt boyutlarında gruplar arası farklılık görülmemektedir. Deneyiminin 0 ila 7 yıl arasında olduğunu bildirerek deneyimi az kategorisine dahil olan katılımcılar içgörü becerilerini deneyimli gruba kıyasla daha düşük bulmaktadır. Bu farklılık deneyimi az olan ve çevrim içi ortamda danışan takibi yapan psikoterapistlerin kendi içgörü becerilerini daha yetersiz olarak değerlendirdiği şeklinde yorumlanabilir. Güncel olarak psikoloji lisans ve yüksek lisans programlarının müfredatı incelendiğinde uygulamaya yönelik ders ve pratiklerin sınırlı kalması ve mezun olduğunda yeterince yetkinliğe erişmeden mezun olunmasına ilişkin eleştiriler alanyazında mevcuttur (Andiç, 2012; Fırıncı-Kodoz ve Vutal-Batık, 2018; Korkut-Owen vd., 2013; Özyürek, 2009). Çalışma süresine ek olarak mesleki deneyime dahil olduğu düşünülerek araştırmada toplanan değişkenlerden süpervizyon durumu, haftalık seans saatleri, eğitim düzeyi gibi bilgiler ile yorumlanabileceği, ancak çalışmanın hipotez ve amaçları doğrultusunda ihtiyaç duyulmadığı düşünülmektedir. Mevcut çalışmanın

bulgularına ters olarak Almlöv ve arkadaşları (2009) çevrim içi terapide terapistle ilişkin faktörlerden etkilenmediğini, bir diğer deyişle psikolojik danışma özyeterliliğinin etkilemediği sonucuna ulaşmıştır. Bunun sebebi bahsi geçen çalışma ile mevcut çalışma arasındaki dönemsel farklılıklardan ve teknolojik gelişmelerden kaynaklandığı düşünülmektedir.

### **5.3.2. Haftalık Yüz Yüze Seans Sayısı Değişkeni ile PDÖY Düzeyinin ve Terapötik İttifak Düzeyinin Çevrim İçi ve Yüz Yüze Grup Karşılaştırmasına Dair Bulgular**

Psikoterapistlerin haftalık yüz yüze seans sayıları değişkeni, mesleki deneyim kavramını nicelik bakımından yorumlaması açısından demografik bilgi formu içerisinde edinilmiştir. Bu bağlamda yüz yüze seans sayıları bakımından örneklem iki kategoriye ayrılmıştır: 12 seans ve altı ile 13 seans ve üzeri. Kullanılan bağımsız gruplar t-testi çıktılarına göre içgörü becerileri, ilişkide çatışma, danışan problemleri ve psikolojik danışma sürecindeki zorluklar ile genel özyeterlilik puanlarının ortalamaları 13 seans ve üzeri görüşme alan katılımcılarda diğer gruba kıyasla anlamlı olarak daha yüksektir. Bir haftalık periyot içerisinde 13 ve üzeri bir sayıda yüz yüze görüşme gerçekleştiren grup, 12 ve altı bir sayıda görüşme gerçekleştiren gruba kıyasla özyeterliliğini daha yüksek olarak puanlamıştır. Bu noktada çalışmanın önceki bölümlerinde bahsedilen mesleki deneyim ve çalışma süresinin PDÖY düzeyi ile gösterdiği pozitif yöndeki ilişki ile paralel bir bulgudur. Bandura (1995) deneyimin yetkinlik inancını olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir. Başarılı deneyimlerin artması ise danışmanların mesleki yetkinlik inançlarına olumlu katkıda bulunmaktadır. Mevcut çalışmaya paralel olarak hizmet süresi ile PDÖY düzeyinin pozitif yönlü ilişki gösterdiğini bildiren çalışmalar alanyazında mevcuttur (Aksoy ve Diken, 2009; Asarlı, 2012; Gündüz ve Çelikkaleli, 2009; Tang vd. 2004)

Görüşmede geçirilen süre olarak da tanımlanan oturum sayısının danışmanların öz yeterliklerini doğru yönde etkilediği ifade eden çalışmaların literatürdeki varlığına karşın Snyder (1983) çalışmasında yüksek lisansa yeni başlayan öğrenciler, doktora öğrencileri ve intörnlerin özyeterlilik ölçek puanları arasında istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılık olduğunu bildirirse de oturum sayısı az ve oturum sayısı fazla olan gruplar arasındaki farkları ölçen bir test rapor etmemiştir.

Terapötik ittifak düzeyi ve alt boyutları açısından gruplar arası anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir. Çalışmanın bu bulgusu, terapötik ittifakın haftalık seans saatinden bağımsız var olabilecek bir olgu olduğu ve terapist ile danışan arasındaki güven, sıcaklık ve profesyonel sınırlar çerçevesindeki samimiyete dayalı ittifakın deneyimden bağımsız kurulabileceği şeklinde yorumlanabilir.

### **5.3.3. Haftalık Çevrim İçi Seans Sayısı Değişkeni ile PDÖY Düzeyinin ve Terapötik İttifak Düzeyinin Çevrim İçi ve Yüz Yüze Grup Karşılaştırmasına Dair Bulgular**

Psikoterapistlerin haftalık çevrim içi seans sayıları değişkeni, mesleki deneyim kavramını nicelik bakımından değerlendirilmesi için demografik bilgi formu içerisinde ‘Haftalık yaptığımız çevrim içi seans sayınız nedir?’ sorusu şeklinde yer verilmiştir. Bu

bağlamda çevrim içi seans sayıları bakımından örneklem iki kategoriye ayrılmıştır: 5 seans ve altı ile 6 seans ve üzeri. Kullanılan bağımsız gruplar t-testi çıktılarına göre içgörü becerileri, ilişkide çatışma, danışan problemleri ve psikolojik danışma sürecindeki zorluklar ile genel özyeterlik puanlarının ortalamaları 6 seans ve üzeri görüşme alan katılımcılarda diğer gruba kıyasla anlamlı olarak daha yüksektir.

Literatürde mevcut çalışmanın bulgularına paralel bulgulara sahip çalışmalara yer verilmiştir. Coykandall (1993) çalışmasında psikolojik danışmanların öz yeterliklerinin artması için fazlasıyla oturum gerçekleştirmeleri için öneride bulunmaktadır. Johnson ve arkadaşlarının (1989) yüksek lisans öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada öğrencilerin gerçekleştirdiği oturum sayısının artması ile öz yeterlik düzeylerinin arttığını; Sippes ve arkadaşları (1988) ise buna paralel olarak klinik deneyim arttıkça danışmanların öz yeterlik düzeylerinin doğru yönde arttığını bildirmiştir.

#### **5.3.4. Süpervizyon Durumu Değişkeni ile PDÖY Düzeyinin Çevrim İçi ve Yüz Yüze Grup Karşılaştırmasına Dair Bulguların Değerlendirilmesi**

Lewandowski (2019) PDÖY için süpervizyon ve süpervizörün mesleki deneyimini belirleyici bir unsur olarak nitelendirmiştir. Larson ve arkadaşlarına (1999) göre özyeterliğin oluşumunda rol oynayan deneyimler, danışmanın becerilerinin gelişiminde etkili tekniklerden olan sözel ikna, dolaylı öğrenmenin kullanımı danışmanın özyeterliğinin pozitif yönde gelişmesine katkı sağlamaktadır. Süpervizyon sürecine dahil olan ve dolaylı yoldan öğrenmenin de kullanıldığı danışman gözlemi ve meslektaşların gözlemlenmesi, sosyal karşılaştırma yapılmasına olanak sağlamaktadır. Sözel ikna ise danışmanın geri bildirimlerinin pozitif olması ile özyeterliği pozitif yönde etkilediği düşünülen bir kavramdır. Bandura'nın (1977) teorisi ışığında deneyimler, sosyal ikna ve dolaylı öğrenmenin danışmanlık öz yeterliği geliştirmede önemli faktörler olarak düşünülmektedir. Çalışma kapsamında katılımcılara süpervizyon durumları sorulmuş ve elde edilen bilgiler ile katılımcılar üç (3) gruba ayrılmıştır: süpervizyon alan, süpervizyon almayan ve süpervizyon sürecinde olan grup. Grup sayısı bakımından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılması uygun bulunmuştur.

Mevcut çalışmada üç (3) grup arasındaki genel PDÖY düzeyleri ve alt boyutları karşılaştırılmış ve süpervizyon almanın yüz yüze seanslarda PDÖY üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştıma bulguları içgörü becerileri değişkeni açısından gruplar arası anlamlı bir farklılık olduğuna, incelenen diğer değişkenler için gruplar arası anlamlı bir farklılığın söz konusu olmadığına işaret etmektedir. İçgörü becerileri için grup karşılaştırmaları yapıldığında süpervizyon alan grup içgörü becerilerini diğer gruplara kıyasla en yüksek olarak puanlamıştır. Sonrasında süpervizyon aşamasında olan grup ve en düşük içgörü becerileri düzey süpervizyon almayan grup olarak sıralanmaktadır. Süpervizyon almanın içgörü becerileri ile arasında ilişkinin bulunduğu şeklinde yorumlanacak analiz çıktıları, alanyazındaki çalışmaların bulgularıyla tutarlı yöndedir. Çalışmanın bir diğer bulgusu ise çevrim içi seanslarda PDÖY düzeyinin süpervizyon alma durumuna göre değişmediğidir.

Alanyazında klinik süpervizyon alan grubun PDÖY düzeylerinin diğer gruba kıyasla daha yüksek olduğunu ve süpervizyon saati arttıkça PDÖY düzeyinin de arttığını bildiren çalışmaların (Cashwell ve Doley, 2001; Tang vd., 2004) yanı sıra lisansüstü eğitimi tamamlamış grubunun PDÖY bakımından daha yüksek bir düzey gösterdiği de bildirilmiştir (Bakar, 2011). Yıldız-Yüksel'e (2017) göre yüksek lisans düzeyinde eğitimi olan psikolojik danışmanların özyeterlik düzeyleri lisans düzeyinde eğitimi olanlara kıyasla daha yüksek iken, Taytaş'ın (2015) çalışmasında lisans düzeyinde eğitimi olan psikolojik danışmanların özyeterlikleri yüksek lisans grubuna göre daha yüksek olarak bildirilmiştir. Durmuş (2015) ve Erkan (2011) psikolojik danışmanların özyeterliklerinin eğitim düzeyine göre farklılaşmadığını bildirmiştir. Türkiye bağlamında düşünüldüğünde klinik yüksek lisans alanlarında verilen psikoterapi ekol eğitimlerine süpervizyon süreçleri de dahil edilmekte; lisans düzeyinde psikoterapi ekol eğitimi verilmemekte ve dolayısıyla süpervizyon sürecine de lisans eğitim mezunları yalnızca mezuniyet sonrası eğitimi almış olduğu psikoterapi ekolünde süpervizyon gruplarına dahil olabilmektedir. Alanyazın incelendiğinde ulusal yayınlarda süpervizyon durumunu değişken olarak inceleyen çalışmaların sayısı oldukça kısıtlıdır. Bu bilgi ışığında yüksek lisans eğitimi klinik alanından yapmış bireyleri örneklem olarak belirleyen çalışma bulgularının, mevcut araştırma bulgularını değerlendirirken faydalı olacağı düşünülmektedir.

#### **5.4. Terapötik İttifak ve Mesleki Deneyimin Yüz Yüze ve Çevrim İçi Gruplar Arası Karşılaştırmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi**

Çalışma süresi bakımından katılımcılar 0-7 yıl arası "az deneyimli" ve 8 yıl ve üzeri "deneyimli" olmak üzere iki (2) kategori oluşturulmuştur. Her grubun yüz yüze ölçeklerinden ve çevrim içi ölçeklerinden almış olduğu puanlar karşılaştırılmıştır.

Yüz yüze seanslar için değerlendirilen TİÖ'ne ilişkin alt boyutların çalışma süresi ile arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Yüz yüze seanslarda kurulan terapötik ittifakın yalnızca deneyime bağlı olmadığını, deneyimi az olarak değerlendirilen katılımcıların da terapötik ittifak kurmakta başarılı oldukları şeklinde yorumlanabilir. Çalışma bulgularına paralel olarak Mallinckrodt ve Nelson (1991) çalışmasında terapötik ittifak bağ alt boyutu ile gruplarası anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir; görev ve amaç alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğunu bildirilmiştir. Daha teknik bilgi ve donanım gerektiren alt boyutlar olan görev ve amaç boyutlarında elde edilen bu sonuç ile mevcut çalışma sonuçları birlikte ele alındığında mevcut çalışmadaki farklılığın örneklemin sosyodemografik değişkenlerinin ve mesleki deneyimin nicel değişkenleri farklılıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Psikoterapistlerin çalışma deneyimindeki artışa doğru olanla terapötik ittifakın da arttığını bildiren çalışmalar da mevcuttur. Çalışma kapsamında yüz yüze seanslarında terapötik ittifak ile çalışma süresi arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemesi, terapötik ittifakın bağlı olduğu diğer değişkenlerin de ele alınmasıyla deneyimin anlamlı bir değişken haline geldiği şeklinde yorumlanabilir.

Çevrim içi seanslar için değerlendirilen TİÖ'ne ilişkin alt boyutlardan bağ ve TİÖ genel puanı ile çalışma süresi grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Buna

göre 0-7 yıl arasında deneyim olduğunu bildiren az deneyimli grubunun terapötik ittifak kurma düzeyi, deneyimli gruba kıyasla daha yüksektir. Bu bulgu deneyimi az olan grubun daha iyi bağ kurduğu ve kurdukları terapötik ittifakı daha iyi değerlendirdiği şeklinde yorumlanabilmektedir. Çalışmanın bu bulgusunun örneklem sayısının az olmasından dolayı kaynaklandığı düşünülmektedir.

### 5.5. Regresyon Analizine Dair Bulguların Değerlendirilmesi

Araştıma hipotezleri ve amaçları göz önünde bulundurulduğunda araştırma modeline uygun olarak toplamda dört (4) adet regresyon modeli oluşturulmuştur. Yüz yüze psikoterapi ortamında terapötik ittifak varyansının üzerindeki etkisi araştırılan bağımsız değişkenler PDÖYÖ ölçeği alt boyutları ile genel puanı ve yaş, çalışması süresi, yüz yüze ve çevrim içi çalışma süresi, yüz yüze ve çevrimiçi haftalık seans sayısı olarak belirlenerek ilk modele eklenmiştir. Model kapsamında analiz edilen değişkenlerin varyansın %49.84'ünü açıkladığı; varyansı en çok yordayan değişkenin keşif becerileri alt boyutu olduğu belirlenmiştir. Bu bilgiler ışığında, analiz sonuçları terapistin geliştirdiği terapötik düzeyinin, terapistin danışanın problem ve semptomlarını keşfederek uygun yöntemi uygulaması tarafından yordandığı yorumu yapılabilir.

Araştırma kapsamında geliştirilen ikinci regresyon modelinde PDÖY düzeyi bağımlı değişken olarak belirlenmiş ve terapötik ittifak ile ve yaş, çalışması süresi, yüz yüze ve çevrim içi çalışma süresi, yüz yüze ve çevrimiçi haftalık seans sayısı bağımsız değişkenler olarak belirlenerek model kurulmuştur. Oluşturulan model, varyansın %61.54'ünü açıklamakta; varyans üzerinde anlamlılığı devam ettiren ve en çok yordayan değişkenler olarak terapötik ittifakın alt boyutları olan görev ve bağ ile yüz yüze görüşme sayısı değişkenleri belirlenmiştir. Çalışmanın bu bulgusu, PDÖY düzeyinin terapistin mesleki deneyimi bulgularına paralel olarak yorumlanmaktadır. Terapistin haftalık gerçekleştirdiği yüz yüze seans sayısı artış gösterdikçe, terapistin psikolojik danışma özyeterliği artmaktadır. Terapistin terapi içerisinde tanımlı olan görevlerini yerine getirmesi olarak tanımlanan görev alt boyutu ile therapist ve danışan arasında kurulan bağ olarak nitelendirilen bağ alt boyutu, terapistin özyeterliğini yordamaktadır. Terapist, terapi içerisindeki görevlerini yerine getirme bilinci özyeterliği olumlu yönde etkilemekte ve danışanı ile arasında kurulan bağın düzeyi ile yine özyeterlik düzeyi artış göstermektedir. Bu bulgular, çalışmadan elde edilen sonuçları destekler niteliktedir.

Çevrim içi görüşmelerdeki değişkenlerin yordayıcı gücünü analiz etmek adına iki regresyon modeli geliştirilmiştir. İlk modeled çevrim içi psikoterapi ortamında terapötik ittifak varyansının üzerindeki etkisi araştırılan bağımsız değişkenler PDÖYÖ ölçeği alt boyutları ile genel puanı ve yaş, çalışması süresi, yüz yüze ve çevrim içi çalışma süresi, yüz yüze ve çevrimiçi haftalık seans sayısı olarak belirlenerek ilk modele eklenmiştir. Model kapsamında analiz edilen değişkenlerin varyansın %51.24'ünü açıkladığı; varyansı en çok yordayan değişkenlerin keşif becerileri, danışan problemleri ve haftalık yüz yüze görüşme sayısı olduğu bulgulanmıştır. Terapistin haftalık yüz yüze seans sayısının çevrimiçi görüşmelerindeki özyeterlik düzeyi yordayan değişkenlerden biri olması, terapistin mesleki deneyiminin fazlalığı ile özyeterliğinin arttığı bulgusuna paralellik gösterne bir bulgudur.

Terapistin hem çevrim içi hem de yüz yüze ortamda psikoterapi seanslarını yürütüyor olması, terapistin alana dair mesleki deneyimini arttırmaktadır. Mesleki deneyiminin fazla olduğunu bildiren grubun, deneyimi az olan gruba kıyasla PDÖY düzeyinin daha fazla olması ilgili regresyon model çıktıları ile değerlendirilebilir.

Araştırma kapsamında geliştirilen ikinci regresyon modelinde PDÖY düzeyi bağımlı değişken olarak belirlenmiş ve terapötik ittifak ile ve yaş, çalışması süresi, yüz yüze ve çevrim içi çalışma süresi, yüz yüze ve çevrimiçi haftalık seans sayısı bağımsız değişkenler olarak belirlenerek model kurulmuştur. Oluşturulan model, varyansın %46.60'ını açıklamakta; ancak bu modelde modeli anlamlı olarak yordayan değişken bulunmamasıyla birlikte sınırda etki eden değişkenler terapötik ittifakın alt boyutu olan göre ve bağ ile haftalık yüz yüze seans sayısı olarak belirlenmiştir.

Araştırma hipotezleri gereği kurulan regresyon modellerinde ortak görülen ve modellerin anlamlılığını devam ettirerek en çok yordayan değişkenler arasında haftalık yüz yüze görüşme sayısı bulunmaktadır. Mesleki deneyimin aracı rolünün incelendiği bu çalışma bulgusu, mesleki deneyimin psikolojik danışma özyeterliliğini pozitif yönde etkilediği çıktısı ile paralellik göstermektedir. Bandura (1995) deneyimin yetkinlik inancını olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir. Başarılı deneyimlerin artması ise danışmanların mesleki yetkinlik inançlarına olumlu katkıda bulunmaktadır.

## 5.6. Aracılık Etkisine İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Mevcut çalışmada algılanan terapötik ittifak düzeyi ve psikolojik danışma öz yeterlik inancı arasında ilişki olduğu görülmektedir. Bu ilişkide mesleki deneyimin aracılık etkileri meslekte geçirilen süre, haftalık seans sayısı ve süpervizyon alma durumu değişkenlerine göre analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre mesleki deneyimin alt boyutlarından çalışma süresi değişkeninin, haftalık seans sayılarının hem yüz yüze psikoterapilerde hem de çevrim içi psikoterapilerde aracılık ettiği görülmektedir. Mesleki deneyim altında incelenen süpervizyon alma durumunun aracılık etkisine bakıldığında ise yalnızca yüz yüze psikoterapilerde farklılaştığı görülmektedir. Çevrim içi psikoterapilerde farklılaşmamasının sebebi örneklem sayısı azlığı etkinin doğru değerlendirilmesinde kısıtlayıcı olmuş olabileceği düşünülmüştür. Bununla birlikte çevrimiçi ortamın sağladığı kontrolün etki açısından farklılaşmaya yol açtığı değerlendirilebilir.

İlgili alan yazında algılanan terapötik ittifak ve psikolojik danışma öz yeterlik inancı arasındaki ilişkide mesleki deneyimin etkisini ele alan başka bir çalışmaya rastlanmamıştır ve aracılık etkisi bulunan değişkenler ayrı ayrı değerlendirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, mesleki deneyim aracılığıyla; daha çok psikolojik danışma öz yeterlik gösterildiği ortaya konulmuştur. Ayrıca, mesleki deneyimin terapötik ittifak ve psikolojik danışma öz yeterlik inancına aracılık etkisi bulunmuştur. Yani, bireylerin mesleki deneyimi arttıkça öz yeterlik inancı ve terapötik ittifak düzeylerinin artabileceği bulunmuştur. Alan yazın incelendiğinde araştırmayı destekler nitelikte bulgulara rastlandığı görülmektedir.

Mesleki deneyim ile meslekte geçirilen süre ve alınan eğitim arttıkça genel öz yeterlikle birlikte psikolojik danışma öz yeterliğinin de arttığı düşünülebilir.

Cormier ve Nurious (2003) danışmanların ‘öz yeterlik inancı’nın yüksek olması danışma sürecini istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı olarak etkileyen bir değişken olarak bildirmiştir. Bu bulgular çalışma bulgularına paralellik göstermektedir.

Larson ve arkadaşları (1999), terapistin becerilerini geliştirmeye dair kullandığı müdahalelerin öz yeterlik algısı üzerinde olumlu yönde bir etkisi olduğunu bildirmişlerdir. Tecrübe ne kadar artarsa danışma yapabilme becerilerine dair öz yeterlik inançları da o yönde artar. Larson’a göre (1998), danışmanın yaşadığı endişe ve kaygı durumlarında öz yeterlik inancını etkileyen faktörler arasındadır. Gözlem yapma şansı olan adayların gözlemlediği danışman başarılı ise aday da başarılı olabileceğini öngörür ve öz yeterlik inancı yükselir. Bu bağlamda uygulamalı eğitimin ve süpervizyonun oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Coykandall (1993) çalışmasında danışmanların ‘öz yeterlik’ düzeylerinin artması için fazla oturum gerçekleştirmelerini önermektedir. Johnson ve arkadaşlarının (1989) yüksek lisans öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada da öğrencilerin gerçekleştirdiği oturum sayısının artması ile öz yeterlik düzeylerinin arttığını; Sipps ve arkadaşları (1988) klinik deneyim arttıkça danışmanların öz yeterlik düzeylerinin pozitif yönde arttığını bildirmiştir. Çalışma bulguları ile paralellik göstermektedir.

Eğitim kalitesi ve staj uygulamalarına dair Tang (2004) yaptığı çalışmada “psikolojik danışma öz-yeterliği” ile istatistiksel düzeyde pozitif yönlü bir ilişki saptamıştır. Ancak alan yazın incelendiğinde bazı çalışmalarda öğrencilerin uygulama derslerini yetersiz gördüğü belirtilmiştir (Fırıncı-Kodaz ve Vural-Batık, 2018; Korkut-Owen, Acar, Haskan-Avcı ve Kızıldağ, 2013; Özyürek, 2009). Bunun sebebi her kurumda eğitimin farklı standartlarda uygulanması olabilir. Bu bilgiler göz önünde bulundurulduğunda deneyim kazanmanın öz yeterlik açısından önemli olduğu görülmektedir. Akşab ve Türk (2022) de araştırmasında deneyim kazanma, süpervizyon alma, eğitim alma gibi faktörlerin ‘öz yeterlik kavramı’ ile oldukça ilişkili olduğu ve bu etkenlerin kalitesi arttıkça psikolojik danışma öz-yeterliğinin (PDÖY) de arttığı görülmektedir (Akşab ve Türk, 2022). Bu durumu destekleyen şekilde Bakar (2011) deneyim ve öz yeterlik arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında psikolojik danışma öz-yeterliği ile çalışma deneyimi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca yüksek öğrenim seviyesi arttıkça danışmanların daha etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

### 6.1. Sonuç

Teknolojinin gelişimi ve internet kullanımının artması iletişim kurma yollarını da değişikliğe uğratmıştır (Zeren ve Bulut, 2018). Covid-19 pandemisi sonrası sürecin hızlanarak devam ettiği görülmektedir. Bu dönemde neredeyse tüm alanlarda iletişim kurmanın yönü yüz yüze ortamdan çevrim içi ortama kaymıştır (Kaya Deniz, 2020). Freud'un danışanları ile mektup yoluyla psikoterapi sürecini yürütmesi, günümüze gelene dek e-postaya daha sonrasında da videokonferans yöntemine evrilmiştir (Mulhauser, 2005). Günümüz iletişiminde yer edinen senkronize görüntülü görüşme yoluyla psikoterapi uygulamalarının yapılması konusunda klinisyenler ve araştırmacılar fikir birliğine varamamıştır.

Psikoterapötik ittifak, belirli görevleri içeren terapi seansı içerisinde terapistin danışan ile karşılıklı geliştirdiği güvene dayalı bir bağ içinde belirli terapi amaçlarına ulaşma konusunda uzlaşma içinde olması şeklinde tanımlanmaktadır (Bordin, 1979). Terapistin terapiyi yürütme konusundaki etkililiğine olan inancı ve psikolojik danışma öz yeterliği, terapötik ittifakın düzeyi ve kalitesini etkileyen faktörler arasındadır (Kandemir ve İlhan, 2020). Terapistin düşük özyeterlik inancına sahip olması, terapi içerisinde ihtiyaç duyabileceği içgörü becerileri, oturum yönetme becerileri, danışan problemlerini çözümlenme, duygu yansıtma gibi becerileri göstermekte başarılı olamayacağını ifade etmektedir. Terapistin özyeterlik becerilerini seans sırasında göstermesinde ve danışan ile kurduğu terapötik ittifak düzeyi üzerinde mesleki deneyimin aracılık ettiği düşüncesi, ulusal literatürde daha önce konu edinilmemiş olması nedeniyle literatürdeki boşluğu dolduracağı düşünülmektedir. Çeşitli çalışmalar ile yüz yüze ve çevrim içi uygulamaların etkinlik ve etkililikleri karşılaştırılmış olsa da mevcut çalışma değişkenlerini konu edinen çalışmaya alanyazında rastlanılmamıştır. Araştırma kapsamında hem yüz yüze hem çevrim içi ortamda psikoterapi görüşmelerini yürüten psikoterapistlerin algıladığı terapötik ittifak düzeyi üzerinde psikolojik danışma öz yeterliğinin yordayıcı rolünde mesleki deneyimin aracı rolü incelenmiştir.

Nicel araştırma yöntemi kullanılarak kesitsel desene göre tasarlanan bu çalışmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenli terapötik ittifak düzeyi ve bağımsız değişkeni PDÖY düzeyi ile mesleki deneyim olarak belirlenmiş ve mesleki deneyimin aracılık etkisine bakılması hedeflenmiştir. Çalışmanın örneklemini oluşturan 107 katılımcıdan TİÖ-KF-DF ile PDÖYÖ ve Demografik Bilgi Formu aracılığıyla yüz yüze ve çevrim içi seanslarına ilişkin ayrı ayrı veri toplanmıştır. Araştırma değişkenlerinin normal dağılım gösterdiğinin saptanmasının ardından SPSS v.26 kullanılarak veriler analiz edilmiştir.

Terapötik İttifak ile PDÖY düzeyleri çevrim içi ve yüz yüze gruplar arasında karşılaştırılmış ve analiz sonucunda TİÖ alt boyutlarından bağ ve amaç alt boyutunun terapinin gerçekleştiği ortama göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre mesleki deneyime ilişkin veriler incelendiğinde katılımcılar çalışma süresine göre 0-7 yıl ve 8 yıl ve üzeri olarak ikiye ayrılarak t testi yapılmıştır. Analiz sonucunda yüz yüze psikoterapilerde; yardım becerileri, oturma yönetimi, ilişkide çatışmalar, danışan problemleri, psikolojik danışma sürecindeki zorluklar, PDÖYÖ genel puanı ile çalışma süresi bakımından anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Meslekte geçirilen süre bakımından daha fazla yıl çalışmış katılımcıların öz yeterlik puanları istatistiksel düzeyde anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Çevrim içi psikoterapilerde TİÖ bağ alt boyutu ve TİÖ genel puanı ve PDÖYÖ alt boyutlarından iç görü becerileri alt boyutunun farklılaştığı görülmektedir. PDÖYÖ iç görü becerileri alt boyutunda mesleki deneyimi daha az olanların iç görü puanlarının da daha az olduğu görülmüştür. TİÖ bağ ve TİÖ GDÖ(Genel Değerlendirme Ölçeği) puanında deneyimsiz olan psikoterapistlerin daha yüksek puan bildirdikleri görülmüştür. Verilerin yorumlanmasına göre mesleki deneyimi daha az olan terapistler daha iyi bağ ve terapötik ittifak kurduklarını bildirmişlerdir. Deneyimi az olan psikoterapistlerin eğitimlerini yeni tamamladığı düşünüldüğünde öğrenci sayısı fazlalığından dolayı süpervizyon eğitiminde kişi başına düşen sürenin az olması ve yeterli geri bildirim alamadıkları düşünüldüğünde iç görü becerileri puanlarının daha az olmasının muhtemel olduğu düşünülmektedir.

Araştırma bulgularına göre haftalık yüz yüze görüşme sayılarına göre katılımcılar 12 seans ve altı ile 13 seans ve üstü olarak ikiye ayrılmış ve t testi yapılmıştır. Haftalık yüz yüze görüşme sayısı daha fazla olan katılımcılar iç görü, ilişkide çatışma, danışan problemleri, psikolojik danışma sürecindeki zorluklar ve genel öz yeterlik puanı daha az görüşme alanlara kıyasla istatistiksel düzeyde anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Haftalık çevrim içi görüşme sayılarına göre katılımcılar 5 veya daha az ve 6 ve daha üstü olarak ayrılmış ve t testi yapılmıştır. Haftalık çevrim içi görüşme sayısı daha fazla olan katılımcıların bağ ve iç görü, ilişkide çatışmalar, danışan problemleri, psikolojik danışmada yaşanan zorluklar ve PDÖYÖ genel ortalama alt boyu puanları istatistiksel düzeyde anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan katılımcılar süpervizyon alma durumlarını; süpervizyon almış, süpervizyon almamış ve süpervizyon sürecinde olarak belirlemişlerdir. İç görü becerileri alt boyutuna göre incelendiğinde diğer gruplar ile kıyaslandığında süpervizyon alanların puanları ile anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ve süpervizyon alan grubun puan ortalaması diğerlerine kıyaslandığında en yüksek değerdir. Süpervizyon almış gruba dahil olan terapistin içgörü becerileri, süpervizyon almamış ve süpervizyon sürecindeki gruba kıyasla daha yüksektir.

## 6.2. Sınırlılıklar ve Öneriler

Bu çalışmaya aktif olarak çevrim içi psikoterapi görüşmesi yapmakta olan ve çevrim içi görüşmede en az bir danışanı ile en az üçüncü görüşmesini tamamlamış olan katılımcılar dahil edilmiştir. Katılımcılardan terapötik ittifak ölçeğini doldururken en az üçüncü psikoterapi görüşmesini tamamlamış olduğu danışanlarından sadece bir tanesini düşünerek yanıtlamaları istenmiştir. Ancak katılımcıların yönergeye bağlı kalarak sadece bir danışanı düşünerek doldurup doldurmadıkları ya da yanıtlarken kaçınıcı görüşmeyi baz aldıkları bilinmemektedir. Bu nedenle çalışmamız bu bilgilerin eksikliği ile sınırlıdır. Bunun dışında çalışmamız, sadece psikologlardan alınan ölçümler ile sınırlıdır. Terapötik ittifakın karşılıklı etkileşime bağlı olduğu düşünüldüğünde danışanların araştırmaya dahil edilmemesi bir sınırlılık olarak kabul edilebilir.

Yapılan araştırmada katılımcılardan hem yüz yüze hem de çevrimiçi görüşme yaptıkları ayrı birer danışanı ile ilgili veriler alınmış ve analiz edilmiştir. Her iki ortamda da çalışılan danışan grupları birbirinden farklılık gösterebilir. Çalışmada danışanların özellikleri bir değişken olarak kontrol edilmemiştir. Farklı tanı grupları ve tanı almayan bir grupla çalışma yürütmek çeşitli farklılıklar ile sonuçlanabilir. Bu nedenle, tanılar özelinde çalışmanın tekrar edilmesinin bu sınırlılık açısından önemli olacağını düşündürmüştür.

Psikolojik danışmanların öz-yeterliklerini geliştirmek için üniversitelerde özellikle uygulamaya yönelik dersler sayı ve süre olarak artırılabilir, çalışmakta olan psikolojik danışmanlar için ise hizmet içi eğitim kapsamında psikolojik danışma uygulamalarına ilişkin eğitimler planlanabilir. Ayrıca çevrim içi ortamda yürütülecek psikoterapiler için ek bilgiler sunulması ve uygulama fırsatı yaratılmasının faydalı olabileceği düşünülmektedir. Psikolojik danışmanların öz-yeterliklerinin geliştirilmesinde daha fazla sayıda oturum gerçekleştirmelerinin gerekli olduğu düşünülmektedir.

Araştırma sonucunda TİÖ alt boyutlarından bağ ve amaç alt boyutunun terapinin gerçekleştiği ortama göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Çevrimiçi ve yüzyüze psikoterapi yaygınlıklarının değişimi göz önünde bulundurulduğunda çevrimiçi uygulama yapan psikoterapistlerin farkındalığının artırılması gerekebilir. Özellikle danışanların bilgi almak istedikleri gözönünde bulundurulduğunda farklılık yaratıp yaratmadığını ve hangi yönde olabileceğini bilme haklarına sahiplerdir. Bu nedenle, çalışma psikoterapi eğitimlerine bilgi sunabilmek adına terapötik ittifakın ne yönde etkilendiği, bağ ve amaç boyutlarında becerilerin kazandırılması için kullanılabilir. Örneklem genişletilerek yapılacak çalışmalar genellenebilirlik açısından daha yön verici çalışmalara olanak sağlayabilir.

Grup süpervizyonunda öğrenci sayılarının azaltılması veya öğretim elemanı sayısının artırılması şeklinde düzenlemeler yapılabilir. Psikolojik danışma öz-yeterliği ve süpervizyon modeli arasındaki ilişkiye bakıldığında ise araştırma sonuçlarının farklılık gösterdiği görülmektedir.

Yapılan bu araştırma nicel olarak gerçekleştirildiği için elde edilen sonuçların nedenlerine ilişkin yalnızca varsayımlarda bulunmaktadır. Üniversitelerde psikoloji lisans programlarında verilen derslerin teorik ve uygulama süreleri açısından farklı olması öz yeterlikle ilgili araştırma sonucunu etkilemiş olabilir. Yapılacak olan yeni araştırmalarda eğitim kurumlarına/üniversitelere ilişkin nitel çalışmalar yapılarak araştırma sonuçlarının nedenleriyle ilgili bilgiler edinilerek literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırma bulgularına göre PDÖYÖ genel puanının çevrim içi psikoterapilerde daha düşük olduğu bulunmuştur. Buna göre, psikologların çevrim içi psikoterapilerde öz-yeterliklerini artırmak için beceri eğitimi programlarının düzenlenmesi, kazanılan psikolojik danışma becerilerinin çevrim içi uygulamalarla değerlendirilmesi ve psikoloji lisans programlarındaki öğrenci sayısının azaltılması yararlı olabilir.

Katılımcıların her biri çeşitli psikoterapi ekollerine ilişkin eğitimler almış ve bazılarını baskın olarak kullandıklarını bildirmişlerdir. Baskın olarak kullanılan ekollerin farklılaştığı ve klinik uygulamalardaki farklılıklar göz önünde bulundurulduğunda farklı klinik uygulamalarda bulunan psikoterapistlerden veri toplanmış olması sınırlılık olarak kabul edilebilir.

**KAYNAKÇA****Kitaplar**

- Bakırcıoğlu, R. (2000). Psikolojik rehberlik ve rehberlik. Toraman Matbaacılık, Ankara .
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Beck, J. S., & Beck, A. T. (2011). Cognitive behavior therapy. New York: Basics and beyond. Guilford Publication.
- Burger J. M. (2006). Kişilik. (İ. D. Erguvan Sarioğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Corsini, R. J., ve Wedding, D. (2012). Modern psikoterapiler. (E. Güzelyazıcı, S. Darcan Çiftçi, ve M. Türkoğlu, Çev.) İstanbul: Kaktüs Yayınları.
- Freud, S. (1912). The dynamics of transference. J. Starkey (Ed.), The special section: Therapeutic alliance in psychotherapy standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 12, s. 99-108). London: Hogarth Press. (1958'den yeniden basım).
- Gerrig, R. J., ve Zimbardo, P. (2013). Psikoloji ve yaşam (19 b.). (G. Sart, Çev.) Ankara : Nobel Akademik Yayıncılık.
- Goldfried (Eds.), Oxford series in clinical psychology. Handbook of psychotherapy integration (pp. 3-23).
- Kring, A. M., Johnson, S. L., Davison, G., ve Neale, J. (2015). Anormal Psikoloji (Muzaffer Şahin, Çev.). Ankara: Nobel Yayınevi. (2007) of general psychiatry, 16, s. 621-632.
- Magnavita, J. J. (2002). Theories of personality (1st ed). New York: John Wiley & Sons, Inc. Press.
- Morrison, J. (2016). The first interview. Guilford Publications.
- Norcross, J. C. ve Goldfried, M. R. (2005). Handbook of psychotherapy integration. (2nd ed.) New York: Oxford University Press.
- Norcross, J. C. (2005). A primer on psychotherapy integration. Handbook of psychotherapy integration, 2, 3-23.
- Prochaska, J. O., ve Norcross, J. C. (2014). Psikoterapi Sistemleri: Teoriler Ötesi Bir Çözümleme (T. Özakkaş, Çev.), İzmit: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.
- Schultz, D. P., ve Schultz, S. E. (2020). Modern psikoloji tarihi (8 b.). (Y. Aslay, Çev.) İstanbul: Kaktüs Yayınları.
- Schunk, D. H. (2009). Öğrenme Teorileri. (çev. ed. Muzaffer Şahin). Ankara: Nobel Yayın.
- Senemoğlu, N. (2020). Gelişim, öğrenme ve öğretim (27 b.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Shultz, D. P. ve Shultz, S.E. (2007). Modern Psikoloji Tarihi. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Sommers-Flanagan, J., ve Sommers-Flanagan, R. (2015). Klinik görüşme psikolojik değerlendirme esasları. (G. Akbaş, ve L. Korkmaz, Çev.) İstanbul: İthaki Yayınları.

Wolberg, L. R. (2013). The technique of psychotherapy. (4). United States of America: International psychotherapy institute e-books. 15 10, 2022 tarihinde <https://library.um.edu.mo/ebooks/b31683769.pdf> adresinden alındı

### **Makaleler**

- Akdoğan, R., ve Ceyhan, E. (2011). Terapötik ilişkide insan faktörü. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 3(1), s. 117-141.
- Akşab, G ve Turk, F. (2022). Psikolojik Danışmanların Danışma Öz-yeterlik Algularına İlişkin Bir Derleme Çalışması. *Okul Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 5(1), 1-40.
- Alexander, J.F., Barton, G., Schaino, R.S. ve Parsons, B.V. (1976). Systems behavioral interventions with families of delinquents: Counselor characteristics, family behavior and outcome. *Journal of Clinical and Consulting Psychology*, 44(4), 656- 664.
- Atıcı, M., Özyürek, R. ve Çam, S. (2005). Okul danışmanlığı uygulamalarının yetkinlik beklentisi algıları ve mesleki benlik saygısı üzerindeki etkilerinin boylamsal olarak incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 24, 7-24.
- Baldwin, S. A., Wampold, B. E. ve Imel, Z. E. (2007). Untangling the alliance-outcome correlation: Exploring the relative importance of therapist and patient variability in the alliance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75, 842-852. doi:10.1037/0022006X.75.6.842.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), s. 191–215.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. RAmaçaudran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior*, 4, 71-81. New York: Academic Press.
- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. 20 Kasım 2022 Tarihinde <http://www.uky.edu/~eushe2/BanduraPubs/BanduraGuide2006.pdf> adresinden erişilmiştir.
- Barbee, P. W., Scherer, D. ve Combs, D. C. (2003). Prepracticum service-learning: Examining the relationship with counselor self-efficacy and anxiety. *Counselor Education and Supervision*, 43, 108–119.
- Betz, N. E., ve Hackett, G. (1981). The relationship of career-related self-efficacy expectations to perceived career options in college women and men. *Journal of Counseling Psychology*, 28(5), s. 399-410. doi:10.1037/0022-0167.28.5.399
- Bodenhorn, N., ve Skaggs, G. (2005). Development of the school counselor self-efficacy scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 38(1), s. 14-28. doi:10.1080/07481756.2005.11909766
- Bordin E (1979) The generalizability of the concept of the working alliance. *Psychother*, 16: 252-260.

- Cassidy, S. ve Eachus, P. (2002). Developing the computer self-efficacy (CSE) scale: Investigating the relationship between CSE, gender and experience with computers. *Journal of Educational Computing Research*, 26, 133-153.
- Claringbull, N. (2010). What is counselling and psychotherapy?. Learning Matters.. correlates of patients' and therapists' evaluations of therapy sessions. *Archives*
- Constantine, M. G. (2001). The relationship between general counseling self-efficacy and self-perceived multicultural counseling competence in supervisees. *The Clinical Supervisor*, 20 (2), 81-90.
- Counselor Education and Supervision, 38, 237-248. doi: 10.1002/j.1556-6978.1999.tb00574
- Çubukçu, Zühal ve Girmen, Pınar (2007). Öğretmen Adaylarının Sosyal Öz-Yeterlik Algılarının Belirlenmesi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 8(1): 4.
- Friedlander, M.L., Keller, K.E., Peca-Baker, T.A. ve Olk, M.E. (1986). Effects of role conflict on counselor trainee's self-statements, anxiety level, and performance. *Journal of Counselling Psychology*, 33(1), 73-77.
- Gabbard, G. O. (2012). Deconstructing vínculo. *Psychoanalytic Quarterly*, 81(3), 579-587
- Gülüm, İ. V., Uluç, S., ve Soygüt, G. (2018). Terapötik ittifak ölçeği-kısa Formun psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Türk psikiyatri dergisi*, 29(1), s. 47 53.
- Gülüm, İ. V., ve Soygüt Pekak, G. (2018). Etkili psikoterapistlik terapötik ittifak odaklı uygulamalar. Ankara: Türk psikologlar derneği yayınları.
- Gündüz, B., & Çelikkaleli, Ö. (2009). Okul psikolojik danışmanlarında mesleki yetkinlik inancı. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1).
- Henson, R. K., Kogan, L. R. ve Vacha-Haase, T. (2001). A reliability generalization study of the teacher efficacy scale and related instruments. *Educational and Psychological Measurement*, 61 (3), 404-420.
- Heppner, M., Multon, K., Gysbers, N., Ellis, C. ve Zook C. (1998). The relationship of trainee self-efficacy to the process and outcome of career counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 45(4), 393-402. doi: 10.1037/0022-0167.45.4.393.
- Horvath, A. O., ve Greenberg, L. S. (1989). Development and validation of the working alliance inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 36(2), s. 223 233.
- Horvath, A. O., ve Symonds, B. D. (1991). Relation between working alliance and outcome in psychotherapy: A meta-analysis. *Journal of counseling psychology*, 38(2), s. 139-149.
- Iarussi, M. H., Tyler, J. M., Littlebear, S. ve Hinkle, M. S. (2013). Integrating motivational interviewing into a basic counseling skills course to enhance counseling self-efficacy. *The Professional Counselor*, 3, 161-174.

- Israelashviri, M. ve Socher, P. (2007). An examination of a Counselor Self-Efficacy Scale (COSE) using an Israeli Sample. *International Journal for the Advancement of Counseling*, 29(1), 1-9.
- Kaya Deniz, A. (2020). COVID-19 salgını sürecinde dijitalleşen eğlence anlayışı: Çevrim içi konserler. *Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(2), s. 192- 206. doi: 10.30692/sisad.750563
- Larson, L. M., ve Daniels, J. A. (1998). Review of counseling self-efficacy literature. *The Counselin Psychologist*, 26(2), s. 179-218
- Larson, L. M., Clark, M. P., Wesley, L. H., Koraleski, S. F., Daniels, J. A. ve Smith, P. L. (1999). Video versus role plays to increase counseling self-efficacy in prepractica trainees.
- Leach, M. M., Stoltenberg, C. D., McNeill, B. W. ve Eichenfield. G. A. (1997). Selfefficacy and counselor development: Testing the integrated developmental model. *Counselor Education & Supervision*, 37(2), 115-124.
- Leitwood, K. (2007). What we know about educational leadership. J.M.Burger, C. Webber ve P.Knick. (Eds.) *Intelligent Leadership*. Springer, 41-66.
- Lent, R. W., Hackett, G. ve Brown. S. D. (1998). Extending social cognitive theory to counselor training: Problems and prospects. *The Counseling Psychologist*, 26(2), 295- 306.
- Lent, R. W., Hill, C. E., ve Hoffman, M. A. (2003). Development and validation of the counselor activity self-efficacy scales. *Journal of Counseling Psychology*, 50(1), s. 97-108. doi:10.1037/0022-0167.50.1.97
- Lent, R.W., Schmidt, J. ve Schmidt, L. (2006) Collective efficacy beliefs in student work teams: Relation to self-efficacy, cohesion, and performance. *Journal of Vocational Behavior* 68, 73-84.
- Maldonado, J. (2008). The influence of gender identification and self-efficacy on counseling students: A multicultural approach. *Journal of Multicultural, Gender and Minatory Studies*, 2(1), 1-12.
- Melchert, T. P., Hays, V. L., Wiljanen, L. M. ve Kolocek, A. K. (1996). Testing models of counselor development with a measure of counseling self-efficacy. *Journal of Counseling & Development*, 74(6), 640-644.
- Munson, W. W., Stadulis, R. E. ve Munson, D. G. (1986). Enhancing competence and self-efficacy of potential therapeutic recreators in decision making counseling. *Therapeutic Recreation Journal*, 20(4), 85-93.
- Nabavi, R. T. (2012). Bandura's social learning theory & social cognitive learning theory. *Theory of Developmental Psychology*, (pp. 1-24)
- Orlinsky, D. E., ve Howard, K. I. (1967). *The good therapy hour: Experiential*

- Özakkaş, T. (2018). Psikoterapi tarihi ve bütüncül psikoterapi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1(1), 1-24.
- Pajares, F. (2002). Gender and Perceived Self-Efficacy in Self-Regulated Learning. *Theory into Practice*, 41(2), 116-125.
- Pajares, F. (2003). Self-Efficacy Beliefs, Motivation, and Achievement in Writing: A Review of The Literature. *Reading and Writing Quarterly: Overcoming Learning Difficulties*, 19, 139-158.
- Pamukçu, B., ve Demir, A. (2013). Psikolojik danışma öz-yeterlik ölçeği türkçe formu'nun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(40), s. 212-221.
- Rogers C (1951) *Client-Centered Therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Sorias, O., ve Tekinsav Sütçü, S. (2017). Psikoterapi. *Türkiye klinikleri j psychospecial topics*, 2(1), s. 45-55.
- Stajkovic, A. D. ve Luthans, F. (1988). Self-efficacy and work-related performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 124(2), 240-261.
- Stajkovic, A. D. ve Luthans, F. (1998a). Social cognitive theory and self-efficacy: Going beyond traditional motivational and behavioral approaches. *Organizational Dynamics*, 26(4), 62-74
- Tang, M., Fouad, N. ve Smith, P. (1999). Asian American'career choices: A path model to examine factors influencing their career choices. *Journal of Vocational Behaviour*, 54, 142-157.
- Tracey, T. J., ve Kokotovic, A. M. (1898). Factor structure of the working alliance inventory. *Psychological Assessment*, 1(3), s. 207-210. doi:10.1037/1040 3590.1.3.207
- Zeren, Ş. G., ve Bulut, E. (2018). Çevrim içi psikolojik danışmada etik ve standartlar: Bir model önerisi. *Türk psikolojik danışma ve rehberlik dergisi*, 8(49), 63-80.
- Zetzel E (1956) Current concepts of the tranference. *Int J Psychoanal*, 37: 369-376.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming self regulated learner. *Theory into Practice*. 41(2), 64-70.

## **Tezler**

- Ağaoğlu, C. (2012). Cinsiyetleri farklı üniversite ikinci sınıf öğrencilerinin yıllık hali boyutlarına göre öz yeterlik ve sürekli öfkelerinin incelenmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Brookby, S. A. (2004). Academic self-efficacy and social self-concept of mathematically gifted high school students in a summer residential program. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, University of Missouri, Kansas.

- Bujack, L. K. (2012). Predicting student persistence in adult basic education using interaction effects among academic self-efficacy and students participation and academic variables. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Capella University, Minneapolis
- Büyükbaş, S. (2021). Psikoterapistlerde durumluk ve sürekli kaygı ile kişilik özelliklerinin terapötik ittifak üzerindeki yordayıcı rolü (Master's thesis, Işık Üniversitesi).
- Combs, J. E. (2001). Academic self-efficacy and the overprediction of African American college student performance. Yayınlanmamış Doktora Tezi, University of California, Santa Barbara.
- Coykendall, S. J. (1993). The relationship between counselor self-efficacy and developmental level during an eleven-week supervisory relationship. Yayınlanmamış doktora tezi, University of Central Florida, Orlando, Florida.
- Cummings, N. A. (2000). The essence of psychotherapy: reinventing the art for the new era of data. Elsevier.
- Curry, J.R. (2007) An investigation of the relationship between counseling self-efficacy and counselor wellness among counselor education students. Yayınlanmamış doktora tezi, University of Central Florida, Florida.
- Kandemir, M. (2017). Psikolojik danışmanlar açısından terapötik ittifakın incelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Osmanpaşa Üniversitesi/Giresun Üniversitesi.
- McCarthy, A.K. (2012). Relationships between supervisory working alliance, counselor self-efficacy, and number of successful client outcomes in the state/federal rehabilitation counseling system. Yayınlanmamış doktora tezi, Northern Illinois Universty, Illinois.
- Morrison, M. A. (2016). Sources of counseling self-efficacy and the relational efficacy model. Unpublished raw data, University of Maryland, College Park
- Özgün, M. S. (2007). Okul psikolojik danışmanlarının kişilik özellikleri ile mesleki yetkinlik beklentileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Pamukçu, B. (2011). The investigation of counseling self-efficacy levels of counselor trainees. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Potenza, M. T. (1990). The impact of experience, supervision and educational degree on counselor perceptions of self-efficacy. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, University of Neebraska, Lincoln.
- Poyraz, A. (2000). Psikolojik Danışma ve Rehberlik Alanında Lisans Öğrenimi Gören Son Sınıf Öğrencilerinin Yeterliklerine İlişkin Öznel Değerlendirmeleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara
- Satıcı, B. (2014). Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterlik algılarının mizah tarzları ve süpervizyon yaşantıları açısından incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Entitüsü .

- Ward, J. E. (2001). An exploration of the development of counseling self-efficacy during the supervision process; including the dynamics of counselor development, the supervisory relationship, satisfaction with supervision, and experience. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Southern Illinois University, Illinois.
- Watson, P. D. (1992). Counseling self-efficacy and counseling competence: A comparative study of clergy and counselors in training. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Purdue University, West Lafayette, Indiana.
- White, N K. (1996). The relationship between counselor-trainee extra-therapy characteristics and success in counselor training. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. California State Üniversitesi, Chicago.
- Yaka, B. (2005). Psikolojik danışmanların temel psikolojik danışma becerilerine ilişkin yeterlik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.
- Yiyit, F. (2001). Okul psikolojik danışmanlarının yetkinlik beklentilerini ölçmeye yönelik bir ölçek geliştirme çalışması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi, Adana.

### **İnternet Sayfası Kaynakları**

- Artino Jr, A. R. (2007). Bandura, Ross, and Ross: Observational Learning and the Bobo Doll. Çevirimiçi Submission.

### **Bilimsel Toplantı ve Sempozyum**

- Pietrantonio, Z. (2016). School counselor multicultural self-efficacy: educational and training practices. Association for Assessment and Research in Counseling Conference, 10-13 Eylül, Lauderdale.

**EK-1 BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU**

Sayın katılımcı, araştırmaya katılmayı kabul etmeden önce, lütfen araştırma ile ilgili aşağıda bulunan bilgileri dikkatlice okuyunuz. Bu formun amacı katılımınız rica edilen araştırma ile ilgili sizi bilgilendirmek ve katılımınıza ilişkin izniniz almaktır.

Bu araştırma Antalya Bilim Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans tezi kapsamında Psikolog Gamze Gökkaya tarafından Dr. Öğr. Üyesi Nihan Tezer Yörük danışmanlığında yürütülmektedir. Araştırmanın amacı çevrim içi ve yüz yüze psikoterapide terapötik ittifakın yordayıcılarını belirlemektir. Araştırmaya yalnızca psikoloji lisans bölümünden mezun olmuş ve şu anda aktif olarak çevrimiçi ve yüz yüze görüşme yürütmekte olup her iki mecradaki psikoterapi uygulaması için ayrı ayrı seçtiği bir danışanla dördüncü görüşmesini tamamlamış bireylerin katılması beklenmektedir. Bu görüşmelerin sonunda kimlik bilgileri paylaşılmadan görüşme içeriği hakkında bilgi sunmadan yalnızca görüşme kalitesini değerlendirilmesi beklenmektedir. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmadan dilediğiniz anda herhangi bir yaptırıma maruz kalmadan çekilme hakkına sahipsiniz. Araştırma sürecinde sizden beklenen, ekranda karşınıza gelecek olan her soruyu tek tek okuyarak, size uygun yanıtları vermenizdir. Araştırma sırasında sizden kimlik bilgileri istenmemektedir. Verdiğiniz tüm bilgiler gizli tutulacak ve yalnızca araştırmacılar tarafından toplu değerlendirilecek, bireysel değerlendirme yapılmayacak ve araştırma amaçlı kullanılacaktır. Elde edilen bilgiler bilimsel yayın için kullanılacaktır. Araştırmanın herhangi potansiyel bir riski bulunmamaktadır. Araştırma ile ilgili herhangi bir sorunuz ya da görüşünüz olursa aşağıda iletişim bilgisi bulunan araştırmacıyla görüşebilirsiniz.

Bu formu onaylamanız araştırmaya katılımınız için onam verdiğiniz anlamına gelmektedir. Araştırmaya katılımınız için teşekkür ederiz.

Eğer bu araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorsanız lütfen aşağıdaki kutucuğu işaretleyiniz.

Bu çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum. ( )

İletişim:

Gamze Gökkaya

E-mail:

## EK-2 KATILIM SONRASI BİLGİ FORMU

Bu çalışma daha önceden de belirtildiği gibi, Antalya Bilim Üniversitesi Klinik Psikoloji öğrencisi Gamze Gökkaya Tarafından Dr. Öğr. Üyesi Nihan Tezer Yörük danışmanlığında yürütülmektedir. Araştırmanın amacı çevrimiçi ve yüz yüze psikoterapide terapötik ittifakın yordayıcılarını belirlemektir.

Verilerin kullanılması konusunda herhangi bir rahatsızlık yaşamanız durumunda bunu bildirmeniz ve çalışmadan çekilme isteğinizi iletmeniz yeterlidir. Çekilme hakkınızı kullandığınız takdirde elde edilen veriler silinecektir ve kullanılmayacaktır.

Bu çalışmadan alınacak ilk verilerin Şubat 2023 sonunda elde edilmesi amaçlanmaktadır. Elde edilen bilgiler sadece bilimsel araştırma ve yazılarda kullanılacaktır ve klinik psikoloji alanına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışmada genel sonuçlar çıkacağından bireysel sonuçlar hakkında bilgi verilmemektedir. Bireysel destek ve bilgi almak isterseniz profesyonel bir yardım almanız rica olunur. Çalışmanın genel sonuçlarını öğrenmek ya da bu araştırma hakkında daha fazla bilgi almak için Gamze Gökkaya ile [gamze.gokkaya@std.antalya.edu.tr](mailto:gamze.gokkaya@std.antalya.edu.tr) adresinden iletişim kurabilirsiniz. Bu araştırmaya katıldığınız için tekrar teşekkür ederiz.

Saygılarımla,

Gamze Gökkaya

E-mail:

## EK-3 DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

- 1) **Cinsiyetiniz:** ( ) Kadın ( ) Erkek
- 2) **Yaşınız:**
- 3) **Yaşadığınız/çalıştığınız il:**
- 4) **Eğitim Seviyesi:** ( ) Lisans mezunu ( ) Yüksek Lisans mezunu ( )Yüksek Lisans öğrencisi ( )  
Doktora mezunu ( ) Doktora öğrencisi
- 5) **Mezun olduğunuz lisans programı:**  
( ) Psikoloji ( )Psikolojik Danışma ve Rehberlik
- 6) **Ünvanınız:**  
( ) Psikolog ( ) Klinik Psikolog ( )Diğer
- 7) **Varsa Yüksek Lisans alanınız:**
- 8) **Varsa Doktora alanınız:**

**9) Yüz yüze psikoterapi çalışmaları yürütüyor musunuz?**

Evet  Hayır

**10) Çevrim içi (çevrimiçi) psikoterapi çalışmaları yürütüyor musunuz?**

Evet  Hayır

**11) Çevrim içi ortamda psikoterapi yaparken videokonferans yöntemini kullanıyorum.**

Evet Hayır

**12) Çevrim içi ( çevrimiçi) psikoterapi yaparken kullandığınız platform:**

Zoom

Skype

Whatsapp (Görüntülü)

GoogleMeet

Bulut Programı

Diğer

**13) "Diğer" seçeneğini seçtiyseniz kısaca belirtiniz:**

**14) Herhangi bir psikoterapi eğitimi aldınız mı?**

Evet Hayır

**15) Hangi psikoterapi eğitimlerini aldığınızı belirtiniz.(Varsa)**

**16) Psikoterapi eğitimlerini hangi kurumlardan aldınız?**

Yüksek lisans veya doktora eğitimi kapsamında tamamladım.

Uluslararası akredite bir kurumda tamamladım.

Türk Psikologlar Derneği'nde tamamladım.

Bir dernekte/ kuruluştta tamamladım.

Diğer

**17) Psikoterapi eğitimleri kapsamında süpervizyon eğitimi aldınız mı?( Aldıysanız)**

Evet Hayır Süpervizyon sürecindeyim.

- 18) **Yüz yüze psikoterapi çalışmalarınızda hangi psikoterapi ekolü ile çalışmaktasınız?**
- 19) **Çevrim içi (çevrimiçi) psikoterapi çalışmalarınızda hangi psikoterapi ekolü ile çalışmaktasınız?**
- 20) **Yaklaşık kaç yıldır aktif çalışıyorsunuz?**
- 21) **Yüz yüze psikoterapi çalışmaları yürütüyorsunuz sorusuna cevabınız evet ise; yaklaşık kaç yıldır aktif çalışıyorsunuz?**
- 22) **Haftalık ortalama yüz yüze görüşme sayınız nedir?**
- 23) **Çevrim içi (çevrimiçi) psikoterapi çalışmaları yürütüyorsunuz sorusuna cevabınız evet ise; yaklaşık kaç yıldır aktif çalışıyorsunuz?**
- 24) **Haftalık ortalama çevrim içi (çevrimiçi) görüşme sayınız nedir?**
- 25) **Yüz yüze psikoterapi uygulamaları yürüttüğünüz danışan grubu/grupları:**
- Çocuk Ergen
- Yetişkin
- Aile Çift
- 26) **Çevrim içi (çevrimiçi) psikoterapi uygulamaları yürüttüğünüz danışan grubu/grupları:**
- Çocuk Ergen
- Yetişkin
- Aile Çift

**EK-4 TERAPÖTİK İTTİFAK ÖLÇEĞİ-KISA FORMU- TERAPİST FORMU  
GÖRÜŞME DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ (TERAPİST FORMU)**

Aşağıdaki her bir cümleyi okuduktan sonra, ifadelerle ilgili değerlendirmenizi sağdaki yedi kutucuktan birinin içine (x) işareti koyarak yapınız.

	Hiçbir zaman	Çok Seyrek	Seyrek	Bazen	Sık sık	Çok sık	Her zaman
1. Hastam ve ben, sorunlarımızın düzelmesi için terapide neler yapması gerektiği konusunda aynı şekilde düşünüyoruz.							
2. Hastam ve ben, terapide yaptıklarımızın işe yaradığına inanıyoruz.							
3. Hastamın bana yakın hissettiğine inanıyorum.							
4. Terapide neye ulaşmak istediğimiz konusunda şüphelerim var.							
5. Hastama yardım edebileceğime inanıyorum.							
6. Hastam ve ben, ortak hedeflerimize doğru ilerliyoruz.							
7. Hastamı takdir ediyorum.							
8. Ne tür değişikliklerin onun yararına olacağı konusunda anlaşmaya vardık.							

9. Hastam ve ben birbirimize güveniyoruz.							
10. Hastam ve ben sorunlarının neler olduğu konusunda farklı düşünüyoruz.							
11. Hastam için neyin üzerinde durmamızın daha önemli olacağı konusunda hemfikiriz.							
12. Hastam sorununu ele alma yollarımızın doğru olduğuna inanıyor.							

## EK-5 PSİKOLOJİK DANIŞMA ÖZ YETERLİK ÖLÇEĞİ

**Genel Yönerge:** Bu ölçek üç bölümden oluşmaktadır. Her bölüm çeşitli psikolojik danışman davranışlarını sergilemekte veya psikolojik danışma sürecine özgü sorunlarla baş edemedeki becerilerinizle ilgili inançlarınız hakkında ifadeler içermektedir. Sizden nasıl görünmek istediğiniz veya gelecekte nasıl görünebileceğinizden çok şu andaki yeteneklerinize dair inancınızı yansıtan içten cevaplar beklenmektedir. Aşağıdaki ifadelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Lütfen her madde için cevabınızı en iyi yansıtan rakamı işaretleyiniz.

**Bölüm I. Yönerge:** Gelecek hafta boyunca yürüteceğiniz psikolojik danışma oturumlarında danışanlarınızın çoğu ile, aşağıda verilen genel yardım becerilerini ne derece etkili bir şekilde kullanacağınıza olan güveninizi belirtiniz.

		Hiç Güvenmiyorum			Biraz Güvenmiyorum				Tam Olarak Güveniyorum		
		↑				↑					↑
1	<b>Dikkati verme</b> (fiziksel olarak danışana yönelme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	<b>Dinleme</b> (danışanların iletildiği mesajları kavrama ve anlama)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3	<b>Yeniden ifadeleme</b> (danışanın söylediğini kısa-öz, somut ve açık bir biçimde tekrar etme veya başka bir şekilde ifade etme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4	<b>Açık uçlu sorular</b> (danışanlara duygularını veya düşüncelerini netleştirmelerine veya keşfetmelerine yardımcı olacak sorular sorma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	<b>Duygu yansıtma</b> (danışanın ifadelerini duygularına vurgu yaparak tekrar etme veya başka bir şekilde ifade etme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6	<b>Keşif için kendini açma</b> (geçmişiniz, yetkinliğiniz veya duygularınız ile ilgili kişisel bilgilerinizi açma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7	<b>Amaçlı sessizlik</b> (danışanların duygu ve düşünceleriyle baş başa kalmalarını sağlamak için sessizlikten yararlanma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8	<b>Meydan okuma</b> (danışanın farkında olmadığı, değiştirmeye isteksiz olduğu veya değiştiremediği tutarsızlıklarına, çelişkilerine, savunmalarına veya akılcı olmayan inançlarına dikkat çekme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9	<b>Yorumlama</b> (danışanın açıkça ifade ettiklerinin ötesine geçen ve danışana duygu, düşünce ve davranışlarını, görmede yeni bir bakış açısı sunan açıklamalar yapma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	<b>İçgörü için kendini açma</b> (kişisel içgörü kazandırdığınız geçmiş yaşantılarınızı açma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11	<b>Anıdalık</b> (danışan ve terapötik ilişki hakkındaki veya sizin danışanla ilgili sahip olduğunuz o an ki duyguları açma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12	<b>Bilgi verme</b> (danışana bilgi verme; görüşler, gerçekler, kaynaklar sunma veya danışanın sorularına cevap verme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13	<b>Yönlendirme</b> (Danışana eyleme geçmesini ima eden öneri, öğüt ve yönerge sunma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14	<b>Rol oynama ve davranışın prova edilmesi</b> (danışanın oturumda rol oynamasına veya davranışları prova etmesine yardım etme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15	<b>Ev ödevi</b> (danışana bir sonraki oturuma kadar denemesi için terapötik ev ödevleri geliştirmek ve vermek)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

**Bölüm II.** Yönerge: Gelecek hafta boyunca yürüteceğiniz psikolojik danışma oturumlarında danışanlarınızın çoğu ile, aşağıda verilen belirli görevleri ne derece etkili bir şekilde yapabileceğinize ilişkin güveninizi belirtiniz.

		Hiç Güvenmiyorum			Biraz Güveniyorum				Tam Olarak Güveniyorum		
		↑				↑				↑	
1	Oturumları "olması gereken şekilde" ve odağı kaybetmeden sürdürme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	Danışanınızın o an neye ihtiyacı olduğuna bağlı olarak en uygun yardım becerisini kullanarak tepki verme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3	Danışanınızın duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını keşfetmesine yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4	Danışanınızın sorunları hakkında derinlemesine konuşmasına yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	Danışanınızın anlattıklarından sonra ne yapılması veya ne söylenmesi gerektiğini bilme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6	Danışanınıza gerçekçi psikolojik danışma amaçları oluşturmasında yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7	Danışanınızın, duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını anlamasına yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8	Danışanınız ve psikolojik danışmaya getirdiği konularla ilgili net bir kavramlaştırma yapma.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9	Oturumlar sırasında amaçlarınızın (örneğin müdahalelerinizin amaçları) farkında olma.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	Danışanınıza sorunlarına ilişkin ne tür adımlar atması gerektiğine karar vermesi için yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

**Bölüm III.** Yönerge: Gelecek hafta boyunca yürüteceğiniz psikolojik danışma oturumlarında aşağıdaki özelliklere sahip bir danışanla, ne derece etkili bir şekilde çalışabileceğinize olan güveninizi belirtiniz. ( “Etkili bir şekilde çalışma” ile başarılı tedavi planları geliştirme, etkili tepkiler ortaya koyma, zor etkileşimler süresince tutumunuzu sürdürme ve sonuç olarak danışanın sorunlarını çözmesine yardımcı olma yeteneğiniz kastedilmektedir.)

		Hiç Güvenmiyorum			Biraz Güveniyorum				Tam Olarak Güveniyorum		
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Klinik olarak depresyonda olan	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	Cinsel tacize uğramış	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3	İntihar etmeyi düşünen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4	Yakın zamanda travmatik bir yaşantı geçirmiş olan (örn., fiziksel ya da psikolojik incinme veya istismar)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	Aşırı derecede kaygılı	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6	Ciddi ölçüde düşünce bozukluğu belirtileri gösteren	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7	Cinsel olarak çekici bulduğunuz	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8	Kişisel olarak baş etmekte zorlandığınız sorunlarla mücadele eden	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9	Sizinkilerle çatışan temel değerler veya inançlara sahip olan (örn. din, cinsiyet rolleri ile ilgili)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	Sizden önemli şekillerde farklılık gösteren (örn. ırk, etnik köken, cinsiyet, yaş, sosyal sınıf)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11	Kendi duygu ve düşüncelerini incelemeye veya kendi hakkında düşünmeye eğilimli olmayan	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12	Cinsel olarak sizi çekici bulan	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13	Olumsuz tepkilerinizin olduğu (örn. sıkılma, kızgınlık)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14	İyileşme kaydedemeyen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15	Vermeye istekli olduğunuzdan daha fazlasını sizden isteyen (örn. görüşmelerin sıklığı veya problem çözme reçeteleri istemesi yönünden)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16	Oturumlarda manipülatif (yönlendirici) davranışlar gösteren	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

## EK-6 ETİK KURUL ONAYI

T.C.

### ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Karar No: 2023/4	<b>SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU KARARLARI</b>	Karar Tarihi:06.01.2023
------------------	--	-------------------------

Antalya Bilim Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Prof. Dr. Ömer TURUNÇ'un başkanlığında toplandı. Yapılan toplantıda aşağıdaki kararlar alındı.

1. Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden Gamze GÖKKAYA tarafından Etik Kurulumuza **sunulan “Çevrimiçi Ve Yüz Yüze Psikoterapide Terapötik İttifak ve Öz Yeterlik İnancı Arasındaki Yordayıcı İlişikte Mesleki Deneyimin Aracı Rolü”** başlıklı çalışmada kullanılacak ölçme aracının fikri, hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölçeğine ilişkin sorumluluğun başvurucaya ait olmak üzere, Üniversitemiz Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi'ne uygun olduğunun kabulü ile ilgili çalışmaların gerçekleştirilmesinde etik ve bilimsel yönden sakınca bulunmadığına, sonucun Gamze GÖKKAYA'ya bildirilmek üzere Rektörlük Makamına arzına katılanların oybirliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Ömer TURUNÇ

Etik Kurul Başkanı

#### KATILMADI

Prof. Dr. Yusuf Mehmet ÖRNEK

Prof. Dr. İbrahim Sani MERT

Prof. Dr. Mesut UYAR

Etik Kurul Başkan Yardımcısı

Etik Kurul Üyesi

Etik Kurul Üyesi

#### KATILMADI

Prof. Dr. Mehmet YUMRU

Prof. Dr. Fatma Bıke KOCAOĞLU

Prof. Dr. A. Nizamettin AKTAY

Etik Kurul Üyesi

Etik Kurul Üyesi

Etik Kurul Üyesi