

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

PSİKOLOJİK DANIŞMANLARIN PSİKOLOJİK DANIŞMA ÖZ-YETERLİKLERİ
VE PSİKOLOJİK İHTİYAÇ DOYUMLARI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
SÜMEYYE KESKİN

GAZİANTEP – 2020

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

PSİKOLOJİK DANIŞMANLARIN PSİKOLOJİK DANIŞMA ÖZ-YETERLİKLERİ
VE PSİKOLOJİK İHTİYAÇ DOYUMLARI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
SÜMEYYE KESKİN

TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. GÜRHAN CAN

GAZİANTEP – 2020

TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum **“Psikolojik Danışmanların Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri ve Psikolojik İhtiyaç Doyumları”** başlıklı çalışmanın tarafımda, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla doğrularım. 25/12/2020

Sümeyye KESKİN

ÖNSÖZ

Tez çalışmamın yürütülmesinde ilgi ve desteğini esirgemeyen, engin bilgi ve deneyimlerinden yararlandığım ve yönlendirmeleri ile çalışmamı bilimsel temeller ışığında şekillendiren kıymetli hocam, tez danışmanım; *Prof. Dr. Gürhan CAN*'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tez jüri üyelerimden *Doç. Dr. Seydi Ahmet SATICI* ve *Dr. Öğr. Üyesi İsmail Hakkı TOMAR*'a değerli dönütlerinden ve yönlendirmelerinden dolayı çok teşekkür ederim. Ayrıca yüksek lisans eğitimim sürecinde bana katkısı olan ve araştırma yapmayı sevdiren değerli hocalarım; *Prof. Dr. Şener BÜYÜKÖZTÜRK*, *Doç. Dr. Cemre ERTEN TATLI*, *Doç. Dr. Ramin ALİYEV*, *Dr. Öğr. Üyesi Ufuk AKBAŞ* ve *Dr. Öğr. Üyesi Gökçen AYDIN*'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın her evresinde desteğini her an hissettiğim ve bugünlere gelmemde büyük fedakârlıklar gösteren *canım annem Nazife ÖZER*'e ve en büyük destekçim olan *canım abim Abdulkadir ÖZER*'e çok teşekkür ederim.

Bana erdemli bir birey olmamda ve bugünlere gelmemde yardımcı olan başta *Emine DEMİRCİ* ve *Ahmet Zafer GÜNAY* olmak üzere tüm öğretmenlerime teşekkür ve minnetimi özellikle belirtmek istiyorum.

Yüksek lisansa başlamam konusunda beni harekete geçiren ve motive eden değerli idarecim *Emin YAŞAR*'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tezimin veri toplama aşamasında katkı sunan tüm meslektaşlarıma ve yeterli sayıda veriye ulaşmam konusunda desteklerini esirgemeyen sayın hocam *Abdulkerim IŞIK*'a ve *Ümit METİN GÖKKORUK*'a teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak her daim yanımda olan, desteğini her an hissettiğim ve bu süreçteki tüm zorlukları benimle beraber göğüsleyen *eşim Ahmet KESKİN*'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Sümeyye KESKİN
Gaziantep, 2020

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterlikleri ile psikolojik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın yöntemi, korelasyonel tarama modeli olup örnekleme ise uygun örnekleme yöntemi ile Türkiye’de MEB’e bağlı okul öncesi, ilkokul, ortaokul, lise ve rehberlik ve araştırma merkezlerinde çalışan 350 psikolojik danışmandan oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik Danışma Öz-yeterliği Ölçeği ve İhtiyaç Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizi kapsamında Pearson Korelasyon analizi, çoklu regresyon analizi ve MANOVA analizi kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterlikleri ile ihtiyaç doyumları arasında anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki olduğu ve psikolojik danışma öz-yeterliğinin alt boyutları bir bütün olarak psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumunu varyansının %22’sini açıklamaktadır. Bununla beraber, psikolojik danışmanlardan mesleki kıdemi ve mesleki gelişim programlarına katılma sayılarına göre psikolojik danışma öz-yeterliklerinin ve ihtiyaç doyumlarının farklılaştığı elde edilen diğer bulgulardandır. Ayrıca bu araştırmada, psikolojik danışmanların çalıştıkları kurum türü ve sorumlu oldukları öğrenci sayısına göre psikolojik danışma öz-yeterliklerinin ve ihtiyaç doyumlarının farklılaşmadığı sonucuna da ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Psikolojik danışma öz-yeterliği, psikolojik ihtiyaç doyumunu, psikolojik danışman

ABSTRACT

This research aims to investigate the relationship between psychological counselors' counseling self-efficacies and their satisfaction of psychological needs. The method of the research is based on correlational model and convenient sampling was used to collect data from 350 psychological counselors who work at pre-school institutions, primary, secondary and high schools along with Guidance Research Centers in Turkey. Personal Information Form, Counseling Self-Efficacy Scale and Needs Satisfaction Scale were used as the main data collection tools in the research. For the analysis of collected data, Pearson correlation, multiple regression, and MANOVA were performed. The results of the research suggest that there is a significant positive relationship between psychological counselors' counseling self-efficacies and their satisfaction of psychological needs. As a whole with its sub-dimensions, psychological counselors' counseling self-efficacy explains 22% of their satisfaction of psychological need variance. Moreover, the results have displayed that the psychological counselors' counseling self-efficacies and their satisfaction of psychological needs differ according to professional seniority and the number of participation in professional development programs. On the other hand, it has also been found that psychological counselors' counseling self-efficacies and their satisfaction of the psychological needs do not vary according to the type of institution they work at and the number of students they are responsible for.

Key words: Counseling self-efficacy, psychological needs satisfaction, psychological counselor

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
TABLolar LİSTESİ.....	vii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	ix
KISALTMALAR.....	x

BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
--------------------	---

GİRİŞ.....	1
------------	---

1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	5
1.3. Araştırmanın Önemi	6
1.4. Araştırmanın Varsayımları	7
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	7
1.6. Tanımlar.....	8

İKİNCİ BÖLÜM	9
--------------------	---

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	9
--	---

2.1. İhtiyaç	9
2.1.1. Abraham Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramı.....	9
2.1.2. Erich Fromm'a Göre İhtiyaç	12
2.1.3. Henry Murray'in Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı.....	13
2.1.4. Alderfer'in ERG (Existence, Relatedness, Growth) Kuramı	13
2.1.5. David McClelland'ın Başarı İhtiyacı Kuramı	14
2.1.6. Glasser'in Seçim Teorisi	14
2.1.7. Öz Belirleme Kuramına Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar.....	15
2.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar	16
2.2.1. Özerklik (Autonomy)	18

2.2.2.	Yetkinlik (Competence)	20
2.2.3.	İlişkili Olma (Relatedness).....	21
2.3.	Öz-Yeterlik (Self-Efficacy)	22
2.3.1.	Öz-Yeterlik Kaynakları	26
2.4.	Psikolojik Danışma Öz-Yeterliği (Counseling Self-Efficacy)	29
2.4.1.	Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğini Etkileyen Faktörler	31
2.5.	İlgili Araştırmalar	32
2.5.1.	Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	32
2.5.2.	Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	35
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM		37
YÖNTEM.....		37
3.1.	Araştırma Modeli.....	37
3.2.	Evren ve Örneklem.....	37
3.3.	Veri Toplama Araçları.....	39
3.3.1.	Kişisel Bilgi Formu	39
3.3.2.	Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği (PDÖÖ)	39
3.3.3.	İhtiyaç Doyumu Ölçeği (İDÖ)	40
3.4.	Verilerin Toplanması.....	41
3.5.	Verilerin Analizi	41
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM		42
BULGULAR		42
BEŞİNCİ BÖLÜM		56
TARTIŞMA		56
5.1.	Psikolojik Danışma Öz-yeterliği İle Psikolojik İhtiyaç Doyumu Arasındaki İlişkinin Tartışılması	56
5.2.	Psikolojik Danışma Öz-yeterliğinin Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasının Tartışılması	57
5.3.	Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasının Tartışılması	60

ALTINCI BÖLÜM	63
SONUÇ VE ÖNERİLER	63
6.1. Sonuçlar	63
6.2. Öneriler.....	64
6.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler.....	64
6.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler	64
6.2.3. Psikolojik Danışmanlara Yönelik Öneriler	65
KAYNAKÇA	67
EKLER	88
Ek 1. Kişisel Bilgi Formu.....	88
Ek 2. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği Ölçeği Örnek Maddeleri	89
Ek 3. İhtiyaç Doyumu Ölçeği Örnek Maddeleri	91
Ek 4. Etik Kurul İzin Belgesi	92
Ek 5. Ölçek İzin Yazısı	93

TABLULAR LİSTESİ

	Sayfa No.
Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri	38
Tablo 2. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ile Psikolojik İhtiyaç Doyumu Arasındaki İlişki ..	42
Tablo 3. Psikolojik Danışma Öz-yeterliğinin Psikolojik İhtiyaç Doyumunu Yordaması	43
Tablo 4. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Cinsiyete Göre Betimsel İstatistikler	44
Tablo 5. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Cinsiyete Göre MANOVA Analizi	44
Tablo 6. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Cinsiyete Göre Kıyaslama	45
Tablo 7. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Kıdeme Göre Betimsel İstatistikler	46
Tablo 8. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Kıdeme Göre MANOVA Analizi	46
Tablo 9. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Kıdeme Göre Kıyaslama	47
Tablo 10. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Gelişim Programına Katılım Sayısına Göre Betimsel İstatistikler	48
Tablo 11. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Gelişim Programlarına Katılım Sayısına Göre MANOVA Analizi	48
Tablo 12. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Gelişim Programlarına Katılım Sayısına Göre Kıyaslama	49
Tablo 13. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Akademik Dereceye Göre Betimsel İstatistikler	50
Tablo 14. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Akademik Dereceye Göre MANOVA Analizi	50
Tablo 15. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Akademik Dereceye Göre Kıyaslama	51
Tablo 16. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Çalışan Kurum Türüne Göre Betimsel İstatistikler	52
Tablo 17. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Çalışılan Kurum Türüne Göre MANOVA Analizi	52

Tablo 18. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Çalışılan Kurum Türüne Göre Kıyaslama	53
Tablo 19. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Öğrenci Sayısına Göre Betimsel İstatistikler	54
Tablo 20. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Öğrenci Sayısına Göre MANOVA Analizi.....	54
Tablo 21. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Öğrenci Sayısına Göre Kıyaslama	55



ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa No.

Şekil 1. Abraham Maslow'un hiyerarşik ihtiyaçlar piramidi (Maslow, 1970)	10
Şekil 2. Bandura'nın üçlü karşılıklı belirleyicilik modeli (Bandura, 1989).....	23
Şekil 3. Bandura'nın öz-yeterlik inancı ve sonuç beklentisi şeması (Bandura, 1977: 193)	26
Şekil 4. Öz-yeterlik inancı kaynakları (Alderman, 2004).....	27
Şekil 5. Psikolojik danışmada üçlü karşılıklı belirleyicilik modeli (Larson, 1998).....	30



KISALTMALAR

APA	: American Psychology Association
SPSS	: Statistical Package for Social Sciences
PDÖÖ	: Psikolojik Danışma Öz-yeterliği Ölçeği
İDÖ	: İhtiyaç Doyumu Ölçeği
PDR	: Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik
RAM	: Rehberlik ve Araştırma Merkezi
EPH	: Eğitimde Psikolojik Hizmetler
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
ERG	: Existence, Relatedness, Growth

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Bu bölümde problem durumu, araştırmanın amacı, önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve araştırmanın değişkenlerine ilişkin tanımlara yer verilmiştir.

1.1. Problem Durumu

Bireylerin belirli bir etkinliği yerine getirmeye yönelik kendisine yönelik algısına öz-yeterlik denilmektedir (Lunnenberg, 2011). Bilindiği üzere öz-yeterlik Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramına dayanmaktadır. Bandura'ya (1983) göre bireylerin nasıl düşündüğünü, hissettiğini ve davrandığını belirleyen öz-yeterlik inancı, bireyin bir görevi nasıl daha iyi organize edebileceğine ilişkin inancını kapsamaktadır. Birey, zorluklarla karşılaştığında başarabilmesine yönelik inancı yani öz-yeterliği yüksek ise, zorluklara rağmen kendini organize ederek görevini yerine getirmeye çalışır, dolayısıyla bireyin başarılı olma olasılığı yükselir. Öz-yeterliği düşük bireylerin ise, karşılaştıkları görevi olduğundan daha zor algıladıkları, kaygı ve stres düzeylerinin arttığı, sorunun çözümüne ilişkin seçeneklerinin azaldığı görülmektedir. Sonuç olarak öz-yeterliğin bireylerin başarı ve güdülenme düzeylerini önemli ölçüde etkilediği görülmektedir (Pajares, 2002).

Psikolojik danışma öz-yeterliği (counseling self-efficacy) ise psikolojik danışmanların, danışanlarına etkili bir psikolojik danışma yardımı sunma becerisine ilişkin inanç ve yargıları olarak tanımlanmaktadır (Larson, Suzuki, Gillespie, Potenza, Bechtel ve Toulouse, 1992). Başka bir ifadeyle psikolojik danışmanların, danışma yapmaya yönelik kendi becerilerine olan inançları, psikolojik danışma öz-yeterliği olarak ifade edilmektedir. Psikolojik danışma öz-yeterliği yüksek olan danışmanların diğer meslektaşlarına göre mesleğe bağlılıklarının ve ilgilerinin daha fazla olduğu; faydalı ve etkili bir yardım hizmeti sunma konusunda da daha etkili oldukları bilinmektedir (Larson vd., 1992; Larson, 1998). Dolayısıyla psikolojik danışman eğitimi ve denetiminde psikolojik danışma öz-yeterliğinin vazgeçilmez olduğunu vurgulayan Can (2010), eğitim sürecinde adayların öz-yeterlik inançlarının geliştirilmesi gerektiğini belirtmiştir. Tüm bunlar göz önüne alındığında, psikolojik danışma öz-yeterliğinin incelenmesi ve araştırılmasıyla, psikolojik danışmanların öz-yeterliklerinin artırılması, dolayısıyla da etkili danışmanlık becerilerinin geliştirilmesi açısından danışmanlara yardımcı olunabileceğini ileri sürmek yanlış olmayacaktır.

Geçmişten bugüne insanoğlunun gereksinimleri merak uyandıran bir konu olmakla beraber insanoğlunun davranışlarının ardında yatan ihtiyaçların neler olduğu da pek çok araştırmacının ilgisini çekmiştir. Maslow (1968), *fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, sevgi ve ait olma ihtiyacı, saygı ihtiyacı ve kendini gerçekleştirme ihtiyacını* içeren beş basamaklı bir ihtiyaçlar piramidinin yer aldığı 'İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramı'nı ortaya atmıştır. Kurama göre alt basamaktaki ihtiyaçlar, bir miktar doyurulmadan bir üst basamaktaki ihtiyaç oluşmamaktadır. Maslow (1968), ihtiyaçlar piramidinin alt kısmındaki birincil ihtiyaçlar olarak adlandırdığı ilk dört ihtiyacın giderilememesi durumunda bireyde yetersizlik güdüsünün ortaya çıktığını, bu ihtiyaçların giderilmesi durumunda ise yetersizlik güdüsünün tatmin edilmiş düzeye ulaştığını ileri sürmüştür. Büyüme ve gelişim ihtiyaçları olarak adlandırılan ikinci türdeki kendini gerçekleştirme ihtiyacı, birinci tür ihtiyaçların aksine elde edildikçe hissedilen ihtiyaç azalmaz, tersine artar. Sonuç olarak ikinci tür ihtiyaçlar olan gelişimsel ihtiyaçlar elde edilen nesneye ulaşıldıkça bireyin o nesneye olan ihtiyacı daha da artar. Örneğin, bir koşu yarışında dereceye giren bir atletin, başarıyı elde ettikten sonra bu ihtiyacı giderilmiş gibi görünse de, atlet sonraki yarışmalarda aynı ihtiyacı yine hissedecektir. Bir başka deyişle bireyin başarıya isteğine olan ihtiyacı azalmaz, aksine artar. (Burger, 2006; Boeree, 2008). Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi kuramı, ihtiyaçları açıklayan önde gelen bir kuram olmakla beraber diğer ihtiyaç kuramcıları da bulunmaktadır. Bu araştırmacılardan kimileri ihtiyacı, sadece fizyolojik açıdan ele alırken kimileri de hem fizyolojik hem de psikolojik açıdan incelemiştir. Örneğin; Hull (1943), fizyolojik ihtiyaç kuramında ihtiyaçları biyolojik açıdan ele alırken; Murray (1938), psikolojik ihtiyaçlar kuramında organizmayı harekete geçiren ihtiyaçların sadece biyolojik ihtiyaçlar olmadığını, bununla birlikte psikolojik ihtiyaçların da organizmayı harekete geçirdiğini ileri sürmüştür.

Bu araştırmada ihtiyaçlar öz belirleme kuramına göre ele alınmıştır. Kurama göre *özerkliğin, yetkinliğin ve ilişkili olmanın* bireylerin üç temel psikolojik ihtiyacı olduğu ve bu ihtiyaçların bireyin tüm hayatı boyunca doyurulması gerektiği vurgulanmaktadır (Deci ve Ryan, 1985a; Ryan, Deci ve Grolnick, 1995). Bireylerin, bu üç temel psikolojik ihtiyaçlarının doyurulması onların sağlıklı ve iyi olmaya yaklaştıklarını gösterirken; doyurulmaması durumunda ise patolojiye doğru ilerledikleri öne sürülmüştür (Ryan ve Deci, 2000). Özerklik ihtiyacı, irade ve isteklilik deneyimini ifade eder ve tatmini durumunda birey eylemlerini, düşüncelerini, duygularını ve kendini onayladığı gerçek bir bütünlük duygusu yaşar. Özerklik ihtiyacının doyurulmaması durumunda, birey hayal kırıklığına uğrar; baskı altında kalarak kendini istenmeyen bir yöne itilmiş gibi hisseder. Bunun sonucunda çoğu zaman çatışma

yaşar (Ryan vd., 1995). Yetkinlik ihtiyacı ise bireyin yetenek, bilgi ve becerilerini kullanması ve geliştirmesiyle ilişkilidir. Birey bu ihtiyacını karşısına çıkan fırsatları deneyimleyip etkinliklere yetenekli bir şekilde katıldığında tatmin etmiş olur. Birey, yetkinlik ihtiyacının doyurulmadığı durumlarda etkisizlik, hatta başarısızlık ve çaresizlik duyguları yaşar (Vansteenkiste, Ryan ve Soenens, 2020). Bir diğer temel psikolojik ihtiyaç olan ilişkili olma ihtiyacı ise samimiyet, bağlılık ve ilgiyi ifade eder ve başkalarıyla bağlantı kurup diğer insanları önemli hissederek tatmin olur. Bu ihtiyacın eksikliği bireyde sosyal yabancılaşma, dışlanma ve yalnızlık duygusunu ortaya çıkarır.

Sonuç olarak daha önce de belirtildiği gibi, öz belirleme kuramında bireylerin psikolojik olarak sağlıklı bir kişisel bütünlüğe ulaşmalarında temel ihtiyaçları olan üç tür besin kaynağının (*özerklik, yetkinlik ve ilişkili olma*) etkili olduğu ve bu besin kaynaklarından herhangi birinin eksikliği durumunda bireyin gelişiminin olumsuz etkilendiği önemle vurgulanmıştır (Deci ve Ryan, 2000a). Bireylerin büyümeleri, bütünleşmeleri, gelişimleri, ruh sağlıkları ve iyi olmaları için öncelikle temel psikolojik ihtiyaçlarını doyurabilmiş olmalarının gerekli olması (Andersen, 2000; Ryan ve Deci, 2000) her meslek için olduğu gibi, bu çalışmanın katılımcılarını oluşturan psikolojik danışmanlar için de doğrudur. Psikolojik danışmanlarında psikolojik bakımdan sağlıklı olma, kişisel farkındalığa sahip olma, anlayışlı olma, açık fikirli olma, ırk, din ve kültürel unsurların kendileri ve danışanları üzerindeki etkilerini anlama, etnik köken, kültürel unsurlara karşı duyarlı olma, yetkin olma, nesnel olma, bireyler arası ilişkilerde çekici olma ve güvenilir olma gibi özelliklerin bulunması gerekmektedir (Hackney ve Cormier, 2008). Dolayısıyla etkili bir psikolojik danışma sürecinde, psikolojik danışmanların kişisel özelliklerinin oldukça kritik bir önemi vardır.

Türkiye’de verilmekte olan psikolojik danışmanlık hizmetleri genellikle eğitim kurumlarında olmak üzere sağlık, sosyal hizmet, askeri, endüstri, emniyet ve adalet kurumlarında verilmektedir (Pamuk ve Yıldırım, 2016). Eğitim kurumlarındaki psikolojik danışman yeterliklerini yoklayan kimi araştırmalarda, psikolojik danışman adaylarının uygulamalarda yetersiz oldukları, ayrıca okullarda görev yapan psikolojik danışmanların büyük çoğunluğunun danışmanlık performanslarının yetersiz olduğuna yönelik bulgular elde edilmiştir (Özgül, 1990; Aydemir-Sevim ve Hamamcı, 1999; Özyürek ve Kılıç-Atıcı, 2002). Ne var ki, MEB’in gerçekleştirmek istediği hedeflerden olan farkındalığı yüksek, çevreyle uyumlu, potansiyelini tam olarak kullanabilen sağlıklı bireyler yetişmesinde

psikolojik danışmanların yeri oldukça önemlidir. Bu bakımdan MEB'e bağlı kurumlarda çalışan psikolojik danışman taleplerinin karşılanması gerektiği oldukça önemlidir.

Eğitim kurumlarında çalışan psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliklerinin artması danışma sürecini daha etkili yönetebildikleri anlamına gelmektedir. Bu doğrultuda eğitim kurumlarında psikolojik yardıma ihtiyacı olan öğrenciler daha verimli yardım alabilme, iyilik halini koruma ve yeniden inşa etme fırsatları bulabilirler. Bununla beraber eğitim kurumlarında ihtiyaç duyulan psikolojik destek hizmetleri de gerçekleştirilmiş olur. Ayrıca psikolojik danışma öz-yeterliği yüksek olan psikolojik danışmanlar verdikleri etkili danışmanlık hizmetleri ile topluma farkındalığı yüksek ve çevresiyle uyumlu bireyler kazandırmış olurlar. Tüm bu olumlu etkiler sonucunda psikolojik danışmanlar hem kendilerine hem de mesleklerine olan saygınlığı arttırarak iyi oluş düzeylerine de olumlu yönde katkı sunmuş olabilirler.

Psikolojik danışma sürecinin etkililiği, büyük ölçüde psikolojik danışmanların yeterli düzeyde mesleki bilgi, beceri ve uygulama deneyimine sahip olmalarını gerektirmektedir. Bir psikolojik danışmanın etkili bir psikolojik danışma sürecini yönetebilmesi ise öncelikle süreci yönetebileceğine dair güçlü inançlara, yani yeterli düzeyde öz-yeterliğe sahip olmasını gerektirir. Psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliklerinin güçlü olması aldıkları teorik ve uygulama becerilerine ilişkin eğitimin içeriğine, süpervizyon destekli uygulama deneyimlerine ve bu deneyimlerin sayıca yeterli olmasına, psikolojik danışma yapmaya ilişkin motivasyonlarına ve Türkiye'de psikolojik danışma uygulayıcısı akreditasyon sürecine bağlıdır. Fakat Türkiye'deki psikolojik danışmanlar, lisans mezunu bireyler olup lisansüstü programlardan mezun olan ve herhangi bir mesleki kuruluş tarafından danışmanlık yapmaya ilişkin yeterlikleri onaylanan ve denetlenen bireyler değildir. Bu bağlamda Türkiye'deki psikolojik danışmanların danışmanlık eğitimleri sadece lisans programlarında alınan eğitimle sınırlı olması çalışılan kurumlarda danışmanlık becerilerinin geliştirilememesine dolayısıyla psikolojik danışma öz-yeterliklerinin ve ihtiyaç doyumlarının olumsuz etkilenmesine sebep olabilmektedir. Bu düşünce doğrultusunda bu iki kavramın araştırılmasıyla Türkiye'deki psikolojik danışma uygulayıcısı akreditasyon sürecine ve danışmanlık becerilerinin geliştirilmesinin önemine de dikkat çekilmek istenmiştir.

Literatürde bireyin öz-yeterliği ile iyi oluşu arasında pozitif bir ilişki bulunması (Bandura, 1997; Bisschop, Knegsman, Beekman ve Deeg, 2004; Telef ve Ergün, 2013; Asıcı ve İkiz, 2019; Milam, Cohen, Mueller ve Salles, 2018), öz-yeterlik ile öz belirleme kuramında

iyi oluşun ön koşulları olarak kabul edilen *özerklik, yetkinlik ve ilişkili olma* (Deci ve Ryan, 1985b) ihtiyaçları arasında da pozitif ilişkiler olabileceğini düşündürmektedir. Böylesi bir öngörünün bireylerin farklı bağlamlardaki *öz-yeterlikleri* için olduğu gibi, psikolojik danışma *öz-yeterlikleri* için de doğru olması gerekir. Bununla beraber bireylerin psikolojik ihtiyaç doyumları ile iyi oluşları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğuna işaret eden çalışmalar bulunmakta (Baard, Deci ve Ryan, 2004; İlhan ve Özbay, 2010; Doğan ve Eryılmaz, 2012), farklı değişkenler açısından psikolojik danışmanların iyi oluş düzeylerini araştıran kimi araştırmalara da rastlanmaktadır (Erdoğan, 2018; Yüksel-Şahin ve Emre, 2019; Günel, 2020; Yüksel-Şahin ve Şerbetçioğlu, 2020). Dahası literatürde *öz-yeterlik* ile psikolojik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkiyi test eden kimi araştırmalar da bulunmaktadır (Sarı, Yenigün, Altıncı ve Öztürk, 2011; Cho, Harrist, Steele, ve Murn, 2015; Klaijisen, Vermeulen, ve Martens, 2017; Zhen, Liu, Ding, Wang, Liu, ve Xu, 2017; Babenko, ve Oswald, 2018; Kassis, Graf, Keller, Ding, ve Rohlf, 2019; Özgönül, 2019; Macakova ve Wood, 2020). Ne var ki, bu çalışmalardan biri hariç (Özgönül, 2019) hiç birinde danışmanların psikolojik danışma *öz-yeterlikleri* ve psikolojik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkiler incelenmiş değildir. Özgönül'ün (2019), ruh sağlığı çalışanları ile yürüttüğü çalışmasında ise, psikolojik danışma *öz-yeterliğinin* psikolojik iyi oluşu yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak, psikolojik danışmanların psikolojik danışma *öz-yeterlikleri* ile iyi oluşlarını etkileyen psikolojik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkiyi test eden herhangi bir araştırmaya rastlanamamış olması, bu konuya ilişkin araştırma ihtiyacının halen gündemde olduğuna işaret etmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı psikolojik danışmanların psikolojik danışma *öz-yeterlikleri* ile psikolojik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Ayrıca araştırmada, psikolojik danışma *öz-yeterliği* ve psikolojik ihtiyaç doyumunun *cinsiyet, mesleki kıdem, mesleki gelişim programlarına katılma sayısı, elde edilen son akademik derece, çalışılan kurum türü ve çalışılan kurumda sorumlu olunan öğrenci sayısı* gibi demografik değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi de amaçlanmıştır. Bu genel amaç doğrultusunda şu soruların yanıtı aranmıştır:

1. Psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterlikleri psikolojik ihtiyaç doyumlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
2. Psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterlikleri ile psikolojik ihtiyaç doyumları;
 - a) Cinsiyetlerine,
 - b) Mesleki kıdemlerine,
 - c) Mesleki gelişim programlarına katılma sayısına,
 - d) Elde edilen son akademik derecelerine,
 - e) Çalıştıkları kurum türüne,
 - f) Çalıştıkları kurumda sorumlu oldukları öğrenci sayısına göre farklılaşmakta mıdır?

1.3.Araştırmanın Önemi

Uzunca bir süre insan patolojisi üzerinde odaklanmış olan psikolojide, bir önceki yüzyılın sonundan itibaren insan doğasının olumlu yönleri de incelenmeye başlanmış ve böylece bireyin pozitif yönde gelişimini destekleyen etmenlerle bu etmenler arasındaki ilişkileri yoklayan araştırmalara olan ilgi de artmaya başlamıştır. Psikoloji literatüründe pozitif psikoloji olarak adlandırılan bu yönelim kapsamında, yaşam doyumu, umut, iyimserlik, akış, affetme, farkındalık, sorumluluk, özgecilik, mutluluk, iyi oluş, öz-yeterlik, psikolojik ihtiyaçlar ve bunlar gibi insan yaşamının olumlu yönlerine ilişkin diğer konuların incelendiği gözlenmektedir. Öte yandan bu türden konulara yönelik araştırmalara psikolojinin yanı sıra, psikolojik danışma alanlarında da rastlanmaktadır. Larson ve diğerlerine (1992) göre, psikolojik danışmanların etkili bir psikolojik danışma yardımı sunma becerisine ilişkin inanç ve yargıları olarak ifade edilen psikolojik danışma öz-yeterliğiyle ilgili kimi araştırmalarda, psikolojik danışma öz-yeterliği yüksek olan danışmanların, daha etkili danışmanlık becerilerine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Çapri ve Demiröz, 2016; Yayla ve İkiz, 2017; Buyruk-Genç ve Yüksel-Şahin, 2020). Öte yandan bir psikolojik danışmanın iyi oluşunun, onun psikolojik danışma yetkinliğinin ön koşullarından biri olduğu düşünüldüğünde, psikolojik danışmanın iyi oluşu ile danışma öz-yeterliği arasında nasıl bir ilişki olduğunun belirlenmesinin de önem arz ettiği açıktır. Bu amaca yönelik Özgönül'ün (2019) çalışmasında olduğu gibi, doğrudan psikolojik danışma öz-yeterliği ile iyi oluş arasındaki ilişkiyi araştırmak olanaklı ise de, elinizdeki bu araştırmada psikolojik danışma öz-yeterliği ile iyi oluşun göstergeleri olarak düşünülebilecek olan psikolojik ihtiyaç doyumları

arasındaki ilişkilerin test edilmesi tercih edilmiştir. Literatürde bu ilişkiyi yoklayan herhangi bir araştırmaya rastlanamamış olması ise, bu araştırmayı önemli kılan bir neden olarak görülmüştür. Öte yandan, bu araştırmayla iki psikolojik danışma özelliği sayılabilecek olan psikolojik danışmanların danışma öz-yeterlikleri ile psikolojik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkilerin ortaya konulmuş olmasının daha nitelikli psikolojik danışman yetiştirilmesine katkı sağlayacağı umulmaktadır. Bununla beraber psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumlarını açıklayan faktörlerin ortaya konulmasıyla çalıştıkları kurumlarda yetkinliklerinin artmasına, meslektaşları ile daha iyi ilişkiler kurmalarına ve özerk bir şekilde mesleğe uygun davranışlar sergilemelerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca ilk defa psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumlarının psikolojik danışma öz-yeterliklerine göre incelenmesi pozitif psikoloji literatürüne katkı sağlaması açısından da oldukça önemli olduğu düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

Bu çalışma aşağıdaki varsayımlara dayanmaktadır:

- Psikolojik danışmanların psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin doyum düzeyleri üzerinde etkili olabilecek başka bir deneyime maruz kalmadıkları varsayılmaktadır.
- Psikolojik danışmanların çalıştıkları kurumlarda psikolojik danışma hizmeti sundukları varsayılmaktadır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın örneklemini, MEB'e bağlı kurumlardan olan okul öncesi, ilkokul, ortaokul, lise ve rehberlik ve araştırma merkezlerinde (RAM) çalışan psikolojik danışmanlardan oluşmaktadır. Bilim ve sanat, halk eğitim, özel eğitim uygulama, rehabilitasyon ve mesleki eğitim merkezlerinde çalışan yeterli sayıda psikolojik danışman bulunmaması nedeniyle bu araştırma, MEB'e bağlı yukarıda sıralanan kurumlarla sınırlıdır.

Demografik değişkenlerden biri olan MEB'e bağlı özel ve devlet kurumlarında çalışan yeterli sayıda psikolojik danışmana ulaşamamasından dolayı bu değişken analizlerden çıkarılmıştır.

Araştırmanın verileri kendini anlatma teknikleri kullanılarak toplanmıştır. Kendini anlatma tekniklerinin en önemli sınırlılığı sosyal beğenirlik hatası barındırdığı ve yanlış bilgiler sağladığı için araştırmanın geçerliliğini olumsuz etkileyebilir.

1.6. Tanımlar

- a) **Psikolojik Danışma Öz-yeterliği:** Psikolojik danışmanların etkili danışmanlık hizmeti sunma yeteneklerine yönelik algılarıdır (Larson, 1998).
- b) **Psikolojik İhtiyaç Doyumu:** Bireyin varlığını sürdürebilmesi, kişisel bütünlüğü ve sağlıklı gelişimi için gerekli olan özerklik, yetkinlik ve ilişkili olma gibi temel psikolojik ihtiyaçların doyumunu ifade eder (Deci ve Ryan, 2000b).



İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde psikolojik ihtiyaç doyumu ile psikolojik danışma öz-yeterliği kavramlarına değinilmiş ve kuramsal çerçeve hakkında bilgi verilmiştir. Ayrıca kavramlarla ilgili yurt içinde ve yurt dışında yürütülen araştırmalar sırasıyla ele alınmıştır.

2.1. İhtiyaç

İnsan davranışının oluşmasında başlıca etkili olan faktörlerden biri de ihtiyaçlardır (Baymur, 1994). İhtiyaçlar, fizyolojik ihtiyaçlar ve psikolojik ihtiyaçlar olarak ikiye ayrılmaktadır. Fizyolojik ihtiyaçlar olan birincil ihtiyaçlarımız yaşamımızı devam ettirmek için gerekli olan oksijen, güneş, su ve besinler gibi ihtiyaçlarımızdır. Psikolojik yani ikincil ihtiyaçlarımız da ilişki kurma, sevme, sevilme gibi ihtiyaçlardır (Köknel, 1982). Zhang (2008)'e göre yaşamımızı devam ettirmek için gerekli olan fizyolojik ihtiyaçların eksikliğinde bireyde fiziksel rahatsızlıklar ve patoloji ortaya çıkmaktadır. Psikolojik ihtiyaçların eksikliğinde ise bireyin iyi oluşu ve kişisel gelişimi olumsuz etkilenmekte ve yine patoloji ortaya çıkmaktadır (Maslow, 1954; Deci ve Ryan, 2000a; Glasser, 2005).

İhtiyaçlar gerek fizyolojik gerek psikolojik olsun, doyurulmadığında eksiklik duygusu oluşmakta ve özellikle psikolojik ihtiyaçların eksikliği bireylerin içsel süreçlerini de etkileyerek bireyin yaşam kalitesini düşürmektedir. Sonuç olarak bireyin mutsuzluk duygusunu yaşamasına sebep olmaktadır. Bireyi bu denli etkileyen ihtiyaçlar konusu psikoloji alanında oldukça merak edilmiş ve araştırmacılar tarafından yıllardır araştırılmıştır ve literatürde oldukça geniş bir yer kaplamaktadır (Kasser ve Ryan, 1999; Sheldon ve Eliot, 1999; La Guardia, Ryan, Couchman ve Deci, 2000; Harvey ve Retter, 2002). İlk olarak 1908 yılında McDougall, sonrasında Murray (1938) 'ihtiyaçlar' konusunu araştırmış ve son olarak Maslow (1954) günümüzde yaygın olarak kullanılan ihtiyaçlar hiyerarşisi ile ihtiyaç kavramını işlevsel hale getirmiştir.

2.1.1. Abraham Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramı

Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisinde, '*fizyolojik ihtiyaçlar*', '*güvenlik ihtiyacı*', '*sevgi ve ait olma ihtiyacı*', '*saygı ihtiyacı*' ve son olarak '*kendini gerçekleştirme ihtiyacı*' yer almaktadır. Bu hiyerarşiye göre bir grupta yer alan ihtiyaç doyurulduktan sonra bir üst gruptaki ihtiyacın doyurulma isteği ortaya çıkmaktadır (Maslow, 2001). Örneğin, açlık ve

susuzluk yaşıyan biri sevgi veya güvenlik ihtiyacı hissetmez, ancak açlık ve susuzluk ihtiyacı giderilen birey güvenlik ihtiyacı hissetmeye başlar. Fakat bireyler ihtiyaçlarını doyururken her zaman dikey olarak alt basamaktan üst basamağa doğru ilerlemeyebilirler, bazı durumlarda üst basamaktan alt basamağa doğru olacak şekilde, daha önceden doyurulan bir ihtiyaca tekrardan gereksinim duyulabilir (Maslow, 1970). Örneğin, annesini kaybeden birey, sevgi ve güvenlik basamağında sorun yaşadığında, aşırı yemek yeme davranışı göstererek bir anda ilk basamak olan fizyolojik ihtiyaçlarını doyurmaya dönebilir. Şekil 1’de Maslow’un hiyerarşik ihtiyaçlar piramidine yer verilmiştir.



Şekil 1. Abraham Maslow’un hiyerarşik ihtiyaçlar piramidi (Maslow, 1970)

Fizyolojik İhtiyaçlar: Yemek yemek, su içmek ve cinsellik gibi doğuştan getirdiğimiz ve yaratılışımızın bir gereği olan en temel biyolojik ihtiyaçlardan oluşan fizyolojik ihtiyaçlardır. Bu ihtiyaçlar doyurulmadığında bireyin yaşamı son bulabilir. Eğer birey aç ise onun için en değerli şey yemek yemek ya da susuz kalmış ise en temel ihtiyacı su olacaktır. Dolayısıyla bu durumdaki birey için sevgi, saygı ve özerklik kavramları hiçbir anlam ifade etmez (Maslow, 1970).

Güvenlik İhtiyacı: Piramidin birinci basamağı doyurulduktan sonra birey, güvende olma ihtiyacı hisseder. Bu ihtiyaç güvenlik, korunma, ev ve düzeni ifade etmektedir. Birey, karmaşıklıktan ve çevresinden gelecek tehlikelerden uzak kalarak korku yaşamadığı bir ortamda kendini güvende hisseder. Bireyin özellikle bebeklik çağında yüksek ses, ışık, incitici dokunuşlar veya annenin ilgisizliği sonucunda güvenlik ihtiyacının doyurulmaması, hayatı boyunca kendini kaygılı hissetmesine ve büyüdüğüne nevroitik bir kişiliğe dönüşmesine sebep olmaktadır (Maslow, 1970).

Sevgi ve Ait Olma İhtiyacı: Piramidin ilk iki basamağındaki ihtiyaçların giderilmesi sonucunda birey sevmeye, sevilme ve ait olma gibi duygular arzular. Birey, bu ihtiyacını ait olduğu gruptaki arkadaşlık ilişkileri yoluyla ya da eş bularak, çocuk sahibi olarak tatmin etmeye çalışır (Maslow, 1970). Toplumda sosyal kabul ve değer görmek isteyen birey, eş, çocuk, arkadaş yokluğu durumunda bu ihtiyacını doyuramaz. Doyurulmayan sevgi ve ait olma ihtiyacı sonucunda birey kendini yetersiz ve güvensiz hisseder (Maslow, 1970; Burger, 2006).

Saygı İhtiyacı: Saygı ihtiyacı, bireyin kendi yapabilirliğine ilişkin yetkinlik algısını ortaya koyan öz-saygıyı ve başkalarından gelen olumlu değerlendirmelere ilişkin saygıyı kapsar. Dolayısıyla bu ihtiyaç doyurulduğunda birey, kendini yeterli ve güçlü hisseder, bu da öz-saygısının ve öz-yeterliliğinin artmasını sağlar. Bu ihtiyacın eksikliğinde ise birey yetersizlik, çaresizlik ve aşağılık duygularını hissedebilir (Maslow, 1970).

Kendini Gerçekleştirme: Kendini gerçekleştirme, bireyin potansiyelini tam kullanıp yapabileceklerini en iyi şekilde yapması olarak tanımlanmaktadır (Maslow 1954). Buna ulaşmak için diğer tüm ihtiyaçların bir miktar karşılanması gerekir (Maslow, 1970). ‘Fizyolojik ihtiyaçları’, ‘güvenlik ihtiyacı’, ‘sevgi ve ait olma ihtiyacı’ ve ‘saygı ihtiyacı’ tatmin edilen birey yine de kendini tamamlanmış hissetmeyebilir. Bunun için yeteneklerini tam olarak kullanıp kendini gerçekleştirme ve başarılı olma duygusunu tatmak ister. Alanında uzman ve yetkin olmak amacıyla eğitimler alan bir psikolog, iyi bir müzisyen olma arzusuyla yeteneğini geliştirmek için her türlü çabayı sergileyen bir müzisyen, iyi bir baba olma isteğiyle ya da iyi bir yazar olma arzusuyla sürekli çabalayan bireyler potansiyellerini tam olarak kullanıp kendini gerçekleştirme yolunda ilerlerler.

İhtiyaçlar hiyerarşisindeki yukarıda sayılan beş ihtiyaca ek olarak “bilişsel ve estetik ihtiyaçlar” daha sonra modele eklenmiştir. Saygı ihtiyacını gideren bireyde çevresi ve kendisi hakkında öğrenme ve bilgi edinme isteği yani bilişsel ihtiyaç oluşur. Bilişsel ihtiyacı doyurulan birey güzel, simetrik ve düzenli olanı sevmeye ihtiyacı olan estetik ihtiyaca yönelir. Estetik ihtiyaç, kendini gerçekleştirme basamağından bir önceki basamak olarak ihtiyaçlar hiyerarşisinde yer almaktadır (Maslow, 1970).

Yukarıda bahsi geçen ihtiyaçlar birey tarafından sırasıyla doyurulmak istenir. Alt basamaktaki ihtiyaçlar daha baskın ve önceliklidir. Örneğin, güvenlik ihtiyacı doyurulmayan bir insan saygı ihtiyacından önce korunma ve güvenlik ihtiyacını doyurmak ister. Aynı zamanda akademik kariyerine odaklanan biri fizyolojik ve güvenlik ihtiyacına göre hareket etmek istemez çünkü bu ihtiyacı bir miktar da olsa giderilmiş olduğundan daha çok saygı ve

kendini gerçekleştirme ihtiyacına odaklanır. Bireyin bütün ihtiyaçlarını doyumak mümkün olmadığından doyurulmayı arzulayan yalnız bir ihtiyaç kişiliğinde etkili olmaktadır (Maslow, 1970; Schultz ve Schultz, 1998). Maslow'a (2001) göre fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçları bebeklikten itibaren, ait olma ve saygı ihtiyacı ergenlik dönemindeki gelişimle beraber, kendini gerçekleştirme ihtiyacı ise yetişkinlik döneminde ortaya çıkar. Sonuç olarak, Hayatının bütün dönemlerinde ihtiyaçları doyurulmuş sağlıklı ve ideal birey tecrübelerine açık, yeteneklerini tam olarak kullanabilen, yaşam dolu, bağımsız, yaratıcı, objektif, çevresine karşı duyarlı, ideal benliğe ulaşmış ve hatta benliğinin de ötesinde olan, yenilikçi, demokrat, başkalarını seven, olumlu ilişkiler kuran, yapabileceklerinin en iyisini yapan kimsedir (Maslow, 2001: 167).

2.1.2. Erich Fromm'a Göre İhtiyaç

Fromm (1972), hayvansı ve varoluşsal olarak iki tür ihtiyacımız olduğundan bahseder. Hayvansı ihtiyaçlar olarak yeme, su, cinsellik ve korunma gibi fizyolojik ihtiyaçlar olduğu ve bu ihtiyaçların karşılanmasının oldukça mühim olduğunu ileri sürmüştür. Fakat Fromm (1972) birey için sadece bu ihtiyaçların doyurulmasının yeterli olmayacağını ifade ederek daha çok varoluşsal ihtiyaçlarımıza odaklanılması gerektiğini vurgulamış ve insanı, diğer canlılardan ayıran doyurulması oldukça güç olan varoluşsal ihtiyaçları aşağıdaki kavramlarla açıklamıştır.

İlişki: İnsanlar başkaları ile ilişki halinde olmak ister ve bunu üç farklı yolla yaparlar. Birinci ilişki şeklinde, birey teslim olma yoluyla kendisinden daha güçlü biriyle ilişki kurmayı ister. İkinci ilişki şeklinde, güç ihtiyacı hisseden birey, daha baskın olmak ve kontrolü elinde tutmak için daha zayıf ve güçsüz kimselerle ilişki kurmak ister. Üçüncü ilişki şeklinde ise karşılanmak istenen ihtiyaç sevgidir. Bu ilişkide bireyler birbirlerini tamamlarlar ve duygusal doyuma erişirler.

Köklülük: İnsanlar dünyadan ayrılmak istemezler ve köklerine bağlı kalarak dünyada sonsuza dek yaşamayı arzularlar. Bunu ilk doğduğu zamanlardan yaşamı boyunca güvenlik ihtiyacını karşılayan ebeveynlerine bağlı kalarak arzularlar.

Aşmak: İnsanın basit bir varoluşa sahip olmadığını söyleyen Fromm (1972), yeni fikirler edinme, sanatsal faaliyetlerde bulunma, inanç ve değerler edinme gibi kendini aşma gayesiyle davranışlarda bulunma ihtiyacı hissederler.

Kimlik duygusu: İnsanlar potansiyelinin farkında olma ihtiyacı doğrultusunda hareket eder ve bağımsız, farklı bir birey olma arzusu hissederler. Bu yönde davranan birey özgürlükten kaçış isteğiyle çelişir.

Oryantasyon çerçeveleri: Birey yaşamın anlamını ve amacını sorgulama ihtiyacı hissederek varoluşsal ihtiyaçlarını gidermeye çalışır.

2.1.3. Henry Murray’ın Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı

Murray (1938) ihtiyacı, memnun edici olmayan durumlarda bireyin zeka, davranış, algı ve çabasını belirli bir amaca hizmet edecek şekilde yönlendiren güç olarak açıklamıştır. Murray (1938) ihtiyaçların bireyin kişilik özelliği haline geldiğini açıklamış ve kişilik değerlendirmesinde kullanılan TAT (Tematik Algı Testi)’ni geliştirmiştir.

Murray (1938) biyolojik ihtiyaçlarla beraber 20 psikolojik ihtiyacın olduğunu belirlemiştir. Bunlardan özellikle başarıma, özerklik, bağlanma ve baskın olma üzerinde durulsa da saldırganlık, kendini suçlama, savunma, karşı gelme, uyma, zarardan kaçma, gösteriş, kaçınma, düzen, şefkat, oyun, duygulu olma, reddetme, cinsellik, anlama ve ilgi görme diğer psikolojik ihtiyaçlardandır.

Tıpkı Maslow’un (1970) dediği gibi doyurulmayan ihtiyaç öncelik kazanır ve ihtiyaçlar bireye, duruma ve çevreye göre değişir. Bununla beraber ihtiyaçlar, sadece bireyin davranışları yoluyla tatmin edilir. İhtiyaçlar birbiriyle etkileşim halinde olabileceği gibi birbirini engellediği durumlar da olabilir. Birey engellenmişlik ve zorlanma yaşadığında ihtiyaçları konusunda karar vermek zorunda kalabilir. Ayrıca ihtiyaçlar, çevre tarafından da engellenebilmektedir. Fakat çevrenin desteği ile bireyin ihtiyacının giderilmesi de mümkündür (Yanbastı, 1996).

2.1.4. Alderfer’in ERG (Existence, Relatedness, Growth) Kuramı

Alderfer (1969), Maslow’un ihtiyaçlar hiyerarşisini temel alarak piramidin beş basamağındaki ihtiyaçları üç grupta değerlendirmiştir. İlk basamaktaki ihtiyaç olan ‘*var olma ihtiyacı (existence)*’ yaşamın devamı için gerekli olan en temel ihtiyaçlardan fizyolojik ve güvenlik ihtiyacını kapsar. Sevgi, saygı ve ait olma ihtiyacını kapsayan ‘*ilişki ihtiyacı (relatedness)*’ insanlarla ilişki içinde olmayı ifade eder. En üst basamaktaki ihtiyaç olan ‘*büyüme ihtiyacı (growth)*’ ise bireyin kendi potansiyelini ve yeteneğini tam olarak kullanması anlamına gelen kendini gerçekleştirme ihtiyacına denk gelir (Alderfer, 1969).

Alderfer'in ERG kuramı, Maslow'un kuramından farklı olarak alt basamaktaki ihtiyaçlar doyrulmadan da üst basamağı geçilebilir. ERG kuramına göre ihtiyaçlar, bireylere ya da kültüre göre değişkenlik göstermektedir.

2.1.5. David McClelland'ın Başarı İhtiyacı Kuramı

McClelland'a (1972), göre birey başarıma arzusuyla yaşamında amaçlar edinir ve bu amaçlara ulaşmak için çaba sarf eder. Bu kuram, hayattaki tek gayenin başarılı olmak ve kendini gerçekleştirmek olduğunu iddia eder.

McClelland (1972), kuramın başlıca kavramlarını '*ilişki (bağlanma)*', '*güç kazanma*', '*uzmanlık ihtiyacı*' ve '*başarma ihtiyacı*' olarak belirlemiştir. '*İlişki (bağlanma)*' başkaları ile iletişim kurma, sosyalleşme ihtiyacıdır. '*Güç kazanma*' başkalarını yönetme, kontrolü elinde tutma ve güçlü olma yollarını bulmaya yönelik duyulan ihtiyaçtır. '*Uzmanlık ihtiyacı*' yaptığı işin hakkını vererek profesyonelce davranma güdüsüdür. Son ihtiyaç olan '*başarma ihtiyacı*' ise bireyin belirlediği zor hedefleri gerçekleştirmeye yönelik davranma, üstün olma arzusuyla yoğun çaba gösterme ve başarılı olma duygusunu doyurmaya yönelik ihtiyaç ifade eder (Akt. Silah, 2005).

2.1.6. Glasser'in Seçim Teorisi

William Glasser'a (2001) göre genetiğimizde kodlanmış beş temel ihtiyaç olduğunu ve bu ihtiyaçları karşılamak için davranışta bulunmayı ve çabalamayı seçtiğimizi ifade eder. Aynı zamanda seçtiğimiz davranışların herhangi bir dışsal faktörden kaynaklanmadığını yalnızca bizim seçimlerimizden oluştuğunu iddia ederek gerçeklik terapisinin temeli olan '*seçim teorisini*' ortaya atmıştır (Glasser, 2001). Teoriye göre, birey beş temel ihtiyaç olan '*hayatta kalma*', '*sevgi ve ait olma*', '*güç*', '*özgürlük*' ve '*eğlence*' ihtiyaçlarını doyrursa, mutlu hisseder. Bir ya da daha fazla ihtiyacını doyramadığı takdirde ise bu durum, bireyin mutsuz hissetmesine sebep olur (Glasser, 2005).

Glasser (2005), hayatta kalma ihtiyaçlarını beslenme, cinsellik, hava gibi temel ihtiyaçlar ve güvenlik, korunma, ısınma gibi ihtiyaçlar olarak ele almıştır. Geriye kalan dört temel ihtiyaç olan *sevgi ve ait olma*, *güç*, *özgürlük* ve *eğlence ihtiyacını* ise psikolojik ihtiyaçlar kapsamında ele almıştır. Bireyler, sosyal bağına sahip olduğu aile üyeleri ve diğer kişiler ile doyrucu bir biçimde yakın ilişkiler içinde olma isteğı duyarlar. Sevgi ve ait olma, başkalarına duyulan yakınlık ve bağ kurma ihtiyacı olarak açıklanır. Güç ihtiyacı, kendini

ifade edebilme, çevresi tarafından dinlenebilme, saygın ve prestij sahibi olma, başarılı olma, çevresinde başarılı biri olarak bilinme, öz saygısı yüksek ve değerli olma isteğini ifade eden psikolojik ihtiyaçtır. Özgürlük ihtiyacı, bireyin özerk ve bağımsız olmasını, hür ve rahat bir şekilde kendini ifade edip hareket etmesini ve seçimlerde bulunmasını ifade eden ihtiyaçtır. Eğlence ihtiyacı ise eğlenmeye ve gülmeye duyulan ihtiyaçtır. Espri yapmayı, mizah duygusuna sahip olmayı, herhangi bir durumdan veya işten zevk almayı, yeni şeyler öğrenmeyi, oyun oynamayı, yaşamın olumlu yönlerini görmeyi ve rahatlamayı kapsar. Aynı zamanda yeni şeyler öğrenme, eğlenme ihtiyacını karşılamanın önemli bir öncülü olarak görülmektedir (Frey ve Wilhite, 2005; Akt. Yalçın, 2007).

Glasser'dan sonra Ryff (1995), ihtiyaç kuramlarına ilişkin görüşleri bireysel gelişimi ve olumlu ruh sağlığını psikolojik iyi oluş yaklaşımı çerçevesinde eklektik bir bakış açısıyla ele almıştır. Bireysel gelişimi ve olumlu ruh sağlığını ele alan psikolojik iyi oluş geleneğine göre psikolojik ihtiyaçlar; çevresel hâkimiyet, özerklik, bireysel gelişim, yaşam amaçları, öz kabul ve diğerleriyle olumlu ilişkiler olarak ifade edilmektedir (Akt. Akın, 2008). Psikolojik iyi oluşta, birey başarılı sonuçlar elde ettiğinde ihtiyaç doyumuna ulaşsa bile kendini iyi hissetmeyebilir. Bu durumun da bireyin iyi oluşuna katkı sağlamayacağı öne sürülebilir (Deci ve Ryan, 2001). Ancak potansiyelini tam kullanma ve yaşamını iyi bir şekilde sürdürme açısından katkı sağlayacaktır (Deci ve Ryan, 2008).

2.1.7. Öz Belirleme Kuramına Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar

Öz belirleme kuramı bireyin iç dünyası ve çevresiyle olan yaşantılarını birlikte ele alan hem gelişim hem kişilik hem de güdülenme kuramı olarak literatürde yer almaktadır (Williams, Saizow ve Ryan, 1999; Ryan ve Deci, 2000; Sheldon ve Niemiec, 2006). Kurama göre bireyin sağlıklı gelişimi psikolojik ihtiyaçlarını tatmin etme düzeyiyle doğru orantılıdır. Birey, ihtiyaçlarını tek başına doyuramaz; ancak çevresinin desteğiyle ihtiyaçlarını tatmin eder. Çevrenin olumlu tutumu doğrultusunda özerkliği desteklenen birey içsel olarak güdülenmiş. Sonuç olarak, öz belirleme kuramına göre 'öznel iyi oluş' yani 'mutluluk', bireyin ihtiyaçlarının doyurulması, içsel güdülenmesi ve çevresindekilerle kurduğu ilişkinin niteliği şeklinde açıklanmaktadır (Ryan ve Deci, 2000).

Öz belirleme kuramında beş önemli kavram üzerine odaklanılmıştır. Bunlar; öz belirleme, özerklik desteği, ihtiyaç doyumunu, öznel iyi oluş ve kontroldür (Deci ve Ryan, 2000b). Bu kavramlardan öz belirleme, siyasi bilimlerde, felsefe, eğitim ve psikolojide farklı

alanlarda kullanılmaktadır (Wehmeyer, 1999). Öz belirleme, bireyin herhangi bir etkinlikle ilgilenmesi, seçimler yapması ve ne olursa olsun seçimlerinin sonucunu kabul etmesi anlamına gelmektedir. Bireyin seçimi, hem içsel güdülenme hem de dışsal düzenleyicileri kapsayacak şekilde açıklanmaktadır (Deci, 1992). İçsel güdülenmeye daha çok vurgu yapılarak dış faktörlerden çok bireyin değer ve inançları doğrultusunda davranışlarını belirlemesi gerektiğinin altı çizilmektedir. Kuramın en temel varsayımı, bireylerin gelişime ve öğrenmeye sürekli açık ve aktif bir varlık olmasıdır (Ryan ve Deci, 2000). Öz belirleme kavramı dört kuramla açıklanmaktadır:

Bilişsel Değerlendirme Kuramı (Cognitive Evaluation Theory): Öz belirleme kavramının alt kuramından olan bilişsel değerlendirme kuramına göre içsel güdülenmenin her bireyde doğuştan var olduğu, azaldığı durumlarda ise çevrenin etkisiyle tekrar harekete geçtiğidir (Ryan ve Deci, 2000).

Organizmik Bütünleşme Kuramı (Organismic Integration Theory): İçsel olarak güdülenemeyen bireylerin farklı yollarla güdülendiği görülmüştür. Bireyler, istenen davranışı oluşturarak davranışa ait değerleri içselleştirdiği ve daha sonra bunu benliği ile bütünleştirdiği görülmüştür. Dışsal güdülenmenin gelişimine odaklanan bu kuram, içselleştirme ve bütünleştirmenin yaşamın ilk yıllarındaki sosyalleşme ile önemli ölçüde geliştiği daha sonraki yıllarda da çevresel koşullarla düzenlenerek devam ettiğini ifade eder (Ryan ve Deci, 2000).

Nedensellik Yönelimi Kuramı (Causality Orientations Theory): Birey, herhangi bir durum karşısında ihtiyacını doyumak ve amacına ulaşmak ister. Bunun için birey, kendi bilgi ve deneyimleri ile beraber çevreden öğrendiği bilgileri de kullanarak seçimler yapar ve öz belirleyici davranışlarını düzenler. Bu sayede amacına ulaşabileceği yolları değerlendirmiş ve davranışını seçmiş olur (Deci ve Ryan, 1985a).

Temel İhtiyaçlar Kuramı (Basic Needs Theory): Bu alt kuram ihtiyaçlara ilişkin görüşleri içermektedir. Öz belirleme kuramında ihtiyaçlar ‘temel psikolojik ihtiyaçlar’ olarak adlandırılmaktadır. Kuram gelişim, bütünleşme ve mutluluğa ulaşmak için üç temel ihtiyacın (*özerklik, yetkinlik ve ilişkili olma*) doyurulması gerektiğini iddia etmektedir (Ryan ve Deci 2000). Aşağıdaki bölümde bu kavrama ilişkin detaylı bilgilere yer verilmiştir.

2.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar

Psikolojik ihtiyaçlara ilişkin uzun yıllardan beri birçok kuram geliştirilmiş ve fikirler ortaya atılmıştır. Fakat ihtiyaçları açıklayan araştırmacıların çelişen bazı tanımlamalarından

dolayı alana dair gelişmeler olumsuz etkilenmiştir. Son zamanlarda öz belirleme kuramına göre psikolojik ihtiyaçları ele alan araştırmalarla birlikte ihtiyaçlara yönelik ilgiler artmıştır (Sheldon ve Niemiec, 2006).

Ryan'a (1995) göre iki farklı ihtiyaç vardır. Biri insanları güdüleyen ve harekete geçiren her türlü istek, değer ve amaçlardır. 'Elbiseye ihtiyacım var' veya 'hava almaya ihtiyacım var' gibi söylemler genel anlamda ihtiyaç çerçevesinde ele alınır. Diğer ihtiyaç tanımı ise, bireyin bilerek veya farkında olmadan amaç ve isteklerinden bağımsız olarak psikolojik sağlığına ve gelişimine hizmet eden ihtiyaçlardır. Birinci tanıma göre birçok ihtiyaç sıralanırken, ikinci tanıma göre bazı ölçütler kullanılarak gelişime, kişisel bütünleşmeye ve iyi oluşa dair gerekli olan ihtiyaçların sayısı oldukça kısaltılmıştır. Dolayısıyla ihtiyaçlarla ilgili yapay tartışmalar bu tanımla birlikte son bulmaktadır.

İkinci tanımdan yola çıkarak temel psikolojik ihtiyaçlar, 'özerklik, yetkinlik ve ilişkili olma ihtiyaçları' olarak üç ana başlıkta ele alınmaktadır. Bu ihtiyaçlar, birbirini tamamlayan ve sürekli olarak doyurulması gereken ihtiyaçlardır. Temel psikolojik ihtiyaçların biri ya da birden fazlasının eksikliği durumunda bireylerde fizyolojik ve psikolojik dengenin bozulduğu, ruhsal olarak kaygı ve depresyon gibi rahatsızlıkların ortaya çıktığı görülmektedir (Deci ve Ryan, 2000a).

Deci ve Ryan'a (2000a) göre temel psikolojik ihtiyaçlar, evrenseldir; bireyin ait olduğu grup ya da kültür ne olursa olsun bu ihtiyaçlarının karşılanması gerekir. Fakat ihtiyaçların farklı kültürlerle göre tatmin edilme yolları farklılaşmaktadır. Örneğin, toplumsal normlara göre davranmak, toplumcu kültürlerde ilişkili olma ihtiyacını doyururken; bireyci toplumlarda bu bir tehdit olarak görülmekte ve özerklik ihtiyacına ters olarak algılanmaktadır. Sonuç olarak, Deci ve Ryan'a (2000a) göre bireyin değerlerine ve yaşam tarzına göre ihtiyaç doyumunda farklılaşma olabilmektedir. Aynı zamanda bireyler arasında temel psikolojik ihtiyaçların doyum düzeyi farklılaşmaktadır. Kimi daha fazla özerk davranarak özerklik ihtiyacını giderirken kimisi bu ihtiyacını daha az davranışla tatmin eder. Temel psikolojik ihtiyaçların doyumu, yaşam dönemlerine göre de farklılaşır. Çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerindeki bireyler farklılaşan ihtiyaçları doğrultusunda farklı alanlara yönelmektedir (Deci ve Ryan, 2000a). Ayrıca bireyin ihtiyaçlarını doyuran ya da engelleyen sosyal çevrenin etkisinden söz etmemek mümkün değildir (Deci ve Ryan, 2000b). Çevrenin desteği ile ilişkili olma ihtiyacı doğrudan ilişkili olup özerklik ve yetkinlik ihtiyacının doyumunda da çevrenin desteği gereklidir. Sonuç olarak temel psikolojik ihtiyaçlar bireylerin yaşam dönemlerine göre

doyum şekli ve düzeyi açısından farklılaşmaktadır. Bireylerin iyi olma düzeylerini etkileyen temel psikolojik ihtiyaçlar, evrenseldir ve kültürden bağımsız bir şekilde doyurulur. Bu üç temel psikolojik ihtiyaçtan birinin eksikliği durumunda ise bireyin sağlığının olumsuz bir şekilde etkiler. Aşağıda üç temel psikolojik ihtiyaçlar olan özerklik, yetkinlik ve ilişkili olma kavramları detaylı olarak açıklanmıştır.

2.2.1. Özerklik (Autonomy)

Özerklik, bireyin davranışlarını düzenlemesi, tamamıyla kabul etmesi ve onaylaması anlamına gelmektedir. Özerklik, diğer insanlardan bağımsız olma anlamına gelmez, kendi davranışları üzerinde karar verme ve davranışlarına yön vermesi anlamına gelmektedir. Bu ihtiyacın doyurulmaması durumunda birey, başkalarına göre davranmaya başlar (Ryan ve Deci, 2000). Temel psikolojik ihtiyaçlar arasında özerklik ihtiyacının daha fazla öneme sahip olduğunu vurgulayan çalışmalar literatürde bulunmaktadır (Deci ve Ryan, 1985b; Ryan, 1995).

Özerkliği '*duygusal, davranışsal ve değerlerde özerklik*' olarak üç ana başlıkta ele alan Ryan ve Lynch'e (1989) göre duygusal özerklik, bireyin hissetmek isteği duygularını yaşaması anlamına gelir. Bireyin korunma isteği duymadan ve duygusal baskı hissetmeden kendi ayakları üzerinde durması olarak da ifade edilmektedir. Davranışsal özerklik, bireyin davranışları üzerinde bağımsız olarak kendi kararlarını almasıyla ilgilidir. Bireyin davranışları üzerinde kontrol gücüne sahip olması ve davranışlarının sonuçları bakımından sorumluluk olarak hareket etmesidir (Steinberg, 1993). Değerlerde özerklik ise bireyin çevresindeki insanların sahip olduğu değerler karşısında hiçbir zorlama olmaksızın kendine ait değerler ve inançlar sistemi geliştirmesidir (Ryan ve Lynch, 1989). Özerkliği zihinsel ve duygusal olarak iki türde ele alan Schwartz'e (1999) göre '*zihinsel özerklik*' bireyin yaratıcılığını, görüşlerini ve düşüncelerini çevreye bağlı kalmadan sürdürmesidir. '*Duygusal özerklik*' ise bireyin duygularını özgürce yaşaması ve bundan dolayı heyecan ve zevk duymasıdır.

Özerklikte bireyin içsel süreçlerinin etkisi ile beraber sosyal çevrenin de etkisi vardır. Sosyal çevre ile etkileşim halinde olan bireyin kendi kararlarını bağımsız bir şekilde alması beklenir. Bireyin sosyal çevre tarafından destekleniyor ya da engelleniyor olması da özerk hissetmesinde etkilidir (Williams, Minicucci, Koudies, Levesque, Chirkov, Ryan ve Deci, 2001). Bireyin kendi kararlarını alması konusunda ne kadar desteklendiğini *özerklik desteği* ile ifade eden Kasser ve Ryan'a (1999) göre çevrenin desteği bireyin özerkliğine katkı sağlayarak

yaratıcılığını, özgüvenini, motivasyonunu ve etkinlikte bulunma isteğini artırır. Özerklik desteğinin eksiliği, bireyin pasifleşmesine, motivasyonunun düşmesine, özgüveninin azalmasına ve benlik saygısının olumsuz etkilenmesine sebep olur. Cezalar ve ödüller gibi dış etkenler de özerkliğe zarar vererek bireyin sorun çözme becerisini, motivasyonunu, benlik saygısını ve yaratıcılığını olumsuz etkilemektedir (Deci ve Ryan, 2000b). Çevre tarafından baskı ve zorlanma ile kontrol edilen birey, davranışta bulunurken ya çevrenin baskısına karşı koyacaktır ya da davranışta bulunmakta zorlanacaktır. Dolayısıyla bireylerin çevresindeki kimseler tarafından kontrol edilmesinden ziyade destekleyici tutumlar içinde olunması, bireylerin kendi kararlarını vermesini sağlar ve dolayısıyla özerklik ihtiyacının doyurulmasını kolaylaştırır (Deci, Vallerand, Pelletier ve Ryan, 1991).

Özerkliğin, Batı kültürü baz alınarak oluştuğu ve toplulukçu kültürlerde olmadığı varsayımı yapılan araştırmalarla çürütülmüştür (Hayamizu, 1997; Iyengar ve Lepper, 1999; Oishi ve Diener, 2001; Ahmet ve Bruinsma, 2006). Özerklik evrensel olup her kültürde o kültürün yapısına uygun şekillerde '*bireysel özerklik*' ya da '*kapsayıcı/ilişkili özerklik*' şeklinde karşılandığı görülmüştür. Toplulukçu kültürlerde birey duygusal bağlılığını koruyarak kendi kararlarını almakta yani özerklik ve ilişkili olma ihtiyaçları birbirlerini destekleyerek giderilmektedir (Kağıtçıbaşı, 1996; Rudy, Sheldon, Awong ve Tan 2007).

Öz belirleme kuramına göre özerklik ile bağımsızlık kavramları birbirinden farklı kavramlardır. Bağımsızlık, bağımlılığın zıttı anlamına gelmekte ve bireyin kendisinden başka kimsenin desteğine ihtiyaç duymaması, onlara güvenmemesidir. Fakat özerklik, bireyin yaşamını kendisinin kontrol etmesidir. Dolayısıyla özerklik; bağımsızlık, insanlardan tamamen kopuş, bireysel olma veya yalnız kendini düşünerek bencilce davranma anlamlarına gelmez. Kurama göre özerkliğin zıttı olan *heteronomi*, bireyin etkinliklerini kendisinin değil de başka dışsal faktörler tarafından düzenlenmesi, kontrol edilmesidir. Sonuç olarak, bağımsızlık, başkalarına ihtiyaç duymama, onlara inanmamayla ilgiliyken özerklik bireyin diğer insanlara güveniyle ilgili değil kendi iradesiyle aldığı kararlar doğrultusunda yaşamını sürdürmesiyle ilgilidir (Deci ve Ryan, 2000a; Chirkov ve Ryan, 2001).

Erikson'a (1984) göre özerkliğin gelişiminde, kritik dönem 1 ile 3 yaş arasındır. Çocuk bir taraftan özerk olma gereksinimi duyarken diğer taraftan da bu ihtiyacı karşılanmadığında suçluluk ve utanç duygusu yaşamaktadır. Ebeveynler, çocuklarına eylemlerinde karar verme ve kendini yönetme konusunda fırsat verirse çocuğun özerkliği gelişir. Özerkliği desteklenmeyen çevrede büyüyen çocuklar, ileride kaygı ve utanç duygusuna sahip yetişkinler

olurlar (Erikson, 1984). Özerkliği bireyin kendini yönetmesi olarak tanımlayan Piaget'e (1973) göre ise çocuğun gelişiminde, kendi kararlarını verip davranışlarının sonuçları üzerinde değerlendirme yapabilmesine izin verilmesinin oldukça önemli olduğu vurgulanmıştır (Akt. Kamii, 1991).

2.2.2. Yetkinlik (Competence)

Birey, bir iş veya görev karşısında yeteneğini kullanarak zorlu işin ya da görevin üstesinden geldiğinde yetkinlik oluşur (Filak ve Sheldon, 2003). *Yetkinlik*, bireyin tecrübelere açık bir şekilde ilerlemesi, öğrenmesi, ustalaşması ve hedefine ulaşması için gerekli olan bilgi, beceri ve yeteneğe sahip olma ihtiyacıdır. Bu ihtiyaç, aynı zamanda bireyin çevresini etkileme isteğini de kapsamaktadır (Ryan ve Deci, 2000; Hefferon ve Boniwell, 2014).

Yetkinlik ihtiyacı, her zaman olumlu sonuçlanmayabilir. Dış etkenlerin zorlamasıyla iş hayatında yeteneklerini ortaya koyup başarılı olmaya çalışan, ailesinin isteği üzerine derslerinde başarılı olmaya çalışan veya hırsızlık yapan kimse için yetkinlik ihtiyacını doyumak olumlu bir durum sayılmaz. Dolayısıyla birey kendi kişiliği, iradesi ve değerlerine uygun seçimler yaparak başarılı olması yani özerklik ihtiyacı ile beraber yetkinlik ihtiyacını doyumaması gerekir. Özerklik ve yetkinlik ihtiyacı birlikte doyumduğunda bireyin iyi oluş düzeyi artar (Sheldon, Ryan ve Reis, 1996).

Yetkinlik ihtiyacı bireyin harekete geçmesi ve dış dünyayı öğrenmesi için gerekli olan enerjiyi sağlar. Birey sahip olduğu güç, bilgi ve becerilerini kullanarak bir işi, görevi başardığını gördüğünde yetkinlik ihtiyacını doyumur. Bir süre sonra sürekli tekrarlanan becerinin eskimesi ve bireyin sıkılması sonucunda yetkinlik ihtiyacı doyumulamaz. Bu durumda birey yeni becerilere yönelir ve edindiği yeni becerileri deneyimleyerek yetkinlik ihtiyacını tekrar doyumur (Deci ve Ryan, 1985a). Dolayısıyla bireyin yeni beceriler edinmesine fırsatlar sunmak yetkinlik ihtiyacını doyumaya yardım eder ve uzun vadede bireyin psikolojik sağlığına olumlu etki eder.

Yetkinlik (competence) ile öz-yeterlik (self-efficacy) birbiri ile benzer anlamlar taşıdığı düşünülse de birbirinden farklı kavramlardır. Yukarıda da bahsedildiği gibi öz-yeterlik, bireyin bir iş, görev ya da etkinlik karşısında istenen sonuca ulaşabilmesine yönelik kendine olan inancı olarak tanımlanır. Yani bireyin bir işi başarılı bir şekilde yapabileceğine dair inancıdır. Dolayısıyla öz-yeterlik daha özel durumları kapsayan ve bireyin kendisine yönelik algısı iken yetkinlik ihtiyacı, bireyin hedeflerine ulaştığında ve yeteneğini kullanarak

karşılaştığı görevleri yerine getirdiğinde doyurulan bir ihtiyaçtır. Dolayısıyla yetkinlik bireyin tüm hayatı boyunca tatmin ettiği bir ihtiyaç; his olarak daha genel, kapsayıcı ve üst düzey bir kavramdır (Cihangir-Çankaya, 2005; İlhan, 2009).

Yetkinlik, ilk olarak Erikson'un (1984) psikososyal gelişim kuramında 'çalışkanlığa karşı aşağılık duygusu' olarak geçen orta çocukluk döneminde oluşur. Bu dönemde çocuk yeni beceriler öğrenmek ve deneyimlemek isterler. Eğer çocuk, bu dönemde desteklenirse başarı duygusu yaşamakta, engellendiği durumlarda ise aşağılık duygusu yaşamaktadır. Çocuk, çalışkanlık duygusu yaşadığı oranda kendini yetkin olarak hisseder (Hergenhahn, 2003). Öz belirleme kuramına göre birey yetkin olmayı sadece çocuklukta değil yaşamının her döneminde tatmin edilmesi gereken bir ihtiyaç olarak görmektedir.

2.2.3. İlişkili Olma (Relatedness)

İlişkili olma ihtiyacı, bireyin sosyal çevresi ile etkileşim halinde olması ve yakın ilişkiler kurmasına yönelik duyduğu ihtiyaçtır (Reis, Sheldon, Gable, Roscoe ve Ryan, 2000). Bu ilişkiler sonucunda birey, bulunduğu gruba kendini ait hisseder ve ilişki ihtiyacını doyunmuş olur (Kowal ve Fortier, 1999). İlişkili olma ihtiyacı sevmeye, sevilme, saygı, duyarlılık ve güven duygularını (Andersen, 2000); başkalarına yardım etme, paylaşımda bulunma, çatışmadan uzlaşarak beraber hoşça vakit geçirme gibi faaliyetleri (Baumeister ve Leary, 1995) kapsamaktadır. Bununla birlikte bireyin, yakın ilişkide bulunduğu diğer bireyler tarafından kabul görmesi ve koşulsuz sevgi hissetmesi bu ihtiyacın doyunulmasında ön koşuldur (Kaya, 2015).

İlişkili olma ihtiyacı, özerklik ile çelişen bir ihtiyaç gibi görülse de aksine birbirini tamamlayan iki temel psikolojik ihtiyaçtır (Hefferon ve Boniwell, 2014). Birey, sosyal ilişkilerinde özerklik ihtiyacını göz ardı etmeden özerkliğini destekleyerek çevre ile ilişki kurmalıdır (Özer, 2009). Yani bireyin hiçbir baskı hissetmeden kendi özgür iradesine göre hareket ederek başkaları ile kurduğu yakın ve tatmin edici ilişkiler, bu iki ihtiyacın birbirini destekleyerek doyunulmasını sağlar. Aynı zamanda bireyler, özerklik ve yetkinlik ihtiyacını gideremediklerinde ilişkili olma ihtiyacını da gideremez (Ryan ve Deci, 2000). Araştırmacılar tarafından yapılan çalışmalarda, akranlardan alınan sosyal desteğin üç temel psikolojik ihtiyaçta doyunmada; aileden alınan sosyal desteğin sadece özerkliği doyunmada etkili olduğu görülmektedir (Schwazer ve Knoll, 2010; Deci ve Ryan, 2014; Kassis vd., 2019). Dolayısıyla sosyal bir varlık olan insanın sağlıklı ve mutlu olması için çevresi tarafından desteklenerek

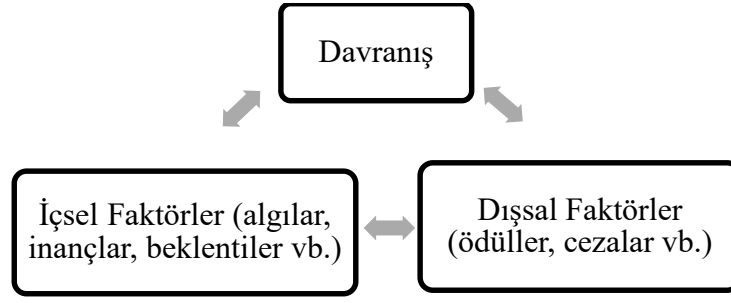
ilişkili olma ihtiyacını özerklik ve yetkinlik ihtiyacı ile birlikte doyurması önemlidir.

İlişkili olma ihtiyacının gelişimine bakıldığında, ilk olarak bebeklik döneminde bebeğin bakımından sorumlu olan kimse tarafından kurulan bağla oluşmaktadır (Andersen, Chen ve Carter, 2000). Bireyin başkalarına ve kendisine olan güven duygusunun da bu dönemde oluştuğu ifade edilmektedir (Erikson, 1984). Özerklik ve ilişkili olma ihtiyacı giderilen çocukların uyum düzeyi yüksek, sorun çözme becerisi ve sorumluluk sahibi olduğu araştırma sonuçlarında elde edilmiştir (Deci, Vallerand, Pelletier ve Ryan, 1991). Bireylerin yaşam dönemlerine göre ilişkide olduğu önemli bireyler farklılaşabilmektedir. Yaşamın ilk dönemleri olan bebeklik ve çocuklukta ebeveynlerle ve öğretmenlerle; ergenlikte daha çok akranlarıyla; yetişkinlik ve sonrasında ise arkadaşlar, eş, iş arkadaşları ve akrabalar ile ilişki kurmak önemlidir (Cihangir-Çankaya, 2005).

İlişkili olma ihtiyacının doyumunda sosyal çevrenin desteği diğer temel psikolojik ihtiyaçlar gibi oldukça önemlidir (Inglewed, Markland ve Sheppard, 2004). Sosyal çevre tarafından destek görerek ilişki kuran birey, toplumsal kültür ve değerleri içselleştirerek bulunduğu topluma aidiyet duygusu hisseder ve ilişkili olma ihtiyacını doyurur. Aksi durumda baskı ile karşılaşan birey, toplumun değerlerini kabullenmekte zorlanır ve bulunduğu topluma kendini ait hissedemez ve uyum sağlayamaz (Baard, Deci ve Ryan, 2004).

2.3. Öz-Yeterlik (Self-Efficacy)

Sosyal Bilişsel Kuram, bireyin öğrenme süreçlerini sadece dış faktörlerden kaynaklanan ödül ve cezalarla açıklayan Davranışçı Yaklaşım'a karşı bir tepki olarak doğmuştur. Albert Bandura (1993) tarafından öne sürülen bu kuram, çevreyle beraber bireylerin algısının, gözleminin, beklentilerinin, zihinsel süreçlerinin ve dolaylı yaşantılarının bireyin öğrenmesinde etkili olduğunu ve sanıldığı kadar pasif olmadığını savunmaktadır. Bireyin öğrenmesini, hem içsel hem de dışsal faktörleri ele alarak açıklayan Bandura (1989), Şekil 2'de yer alan '*üçlü karşılıklı belirleyici*' adını verdiği modelde '*davranış*', '*dışsal faktörler*' ve '*içsel faktörler*'in karşılıklı olarak birbirini etkilediğini iddia etmiştir.



Şekil 2. Bandura'nın üçlü karşılıklı belirleyicilik modeli (Bandura, 1989)

Şekil 2'de görüldüğü üzere, karşılıklı belirleyicilik (reciprocal determinism), davranışsal, bireysel ve çevresel faktörlerin karşılıklı olarak birbirini etkileyip aynı zamanda birbirilerinde de etkilenecek bir sonraki davranışın belirlenmesi sağlamaktadır (Bandura, 1989). Örneğin, okulda çalışan bir psikolojik danışmanın, danışanın direncini oldukça yoğun algılayarak başka bir danışmana refere etmesi içsel faktörün davranışı belirlemesidir. Dirençli danışanla çalıştığında etkili olduğunu gören psikolojik danışmanın dirençli danışanlara karşı algısının değişmesi ise, davranışın algıyı belirlemesidir.

Sosyal Bilişsel Kurama göre birey, karşılıklı belirleyicilik içerisinde, aynı zamanda çevresindeki insanların davranışlarını gözlemleyerek de etkili bir öğrenme gerçekleştirir. Davranışçı yaklaşımın edimsel koşullanma teorisinde davranış değişikliğinde pekiştirmenin önemine vurgu yapan görüşüne ek olarak öğrenmenin dolaylı pekiştirme yoluyla da gerçekleşebileceği öne sürülmüştür. Çevresindeki insanların davranışlarını gözlemleyen bireyin, olumlu sonuçlanan davranışlara karşı davranış değişikliğinde bulunması dolaylı pekiştirme, olumsuz sonuçlanan davranışlardan ise kaçınması ise dolaylı ceza olarak ifade edilmektedir. Dolaylı güdülenme ise çevresini gözlemleyen bireyin, ödül veya ceza ile sonuçlanacak davranışları bilmesi olarak tanımlanmaktadır (Bandura, 1986).

Karşılıklı belirleyici modelde dışsal faktörlerden sayılan dolaylı ceza ve dolaylı pekiştirmenin oldukça önemli olmasıyla beraber birey çevresini gözlemlerken olumlu sonuçlanan davranışı kendisinin yapamayacağına inanırsa bu durumda dolaylı pekiştirme gerçekleşmemekte ve içsel faktör dışsal faktörü engellemektedir. Dolayısıyla içsel faktörlerden olan davranışı yerine getirmeye yönelik inancın oldukça önemli olduğu görülmektedir (Bandura, 1997). Bireyin davranışlarında belirleyici olan ve oldukça önemli bir yere sahip içsel faktörlerden biri 'öz-yeterlik'tir.

Öz-yeterlik kavramı, İngilizce 'Self-efficacy' sözcüğünden Türkçeye çevrilmiş olup literatürde farklı araştırmacılar tarafından farklı şekillerde kullanılmaktadır: 'öz-yetki'

(Yeşilay, 1997), ‘öz-yetkinlik’ (Bozgeyikli, Bacanlı ve Doğan, 2009), ‘öz etkililik’ (Özabacı, 1997), ‘yetkinlik beklentisi’ (Yiyit, 2001), ‘öz-yeterlik inancı’ (Kurbanoglu, 2004), ve ‘öz-yeterlik algısı’ (Akkoyunlu ve Kurbanoglu, 2003). Bu araştırmada Türkiye’de yaygın olarak kullanılan öz-yeterlik (Senemoğlu, 1998) kavramının kullanılması tercih edilmiştir.

İlk olarak Bandura (1977) tarafından tanımlanan öz-yeterlik, bireyin kendi eylemleri sonucu beklenen etkiyi üretme konusunda kendi becerilerine olan kişisel inancını içerir. Araştırmacılara göre öz-yeterlik, bireyin bir işi başarılı bir şekilde yapabilmesine yönelik öz değerlendirmesi (Zimmerman, 1995); bireyin beceri ve yetenekleri ile yapabildiği ve yapabileceklerine olan inançları (Senemoğlu, 2003); olumsuz veya yeni durumlar karşısında bireyin uyum sağlamasına yönelik kendine duyduğu güvendir (Scholz, Dona, Sud ve Schwarzer, 2002). Diğer bir ifadeyle bireyin yaşamındaki olayları kontrol edebilme ve işlevde bulunma düzeyine yönelik yetenek ve becerilerine ilişkin algılarını içermektedir (Urbani, Smith, Maddux, Smaby, Torres-Rivera ve Crews, 2002). Öz-yeterlik, bireylerin belirli bir duruma yönelik amaçlarına ulaşmak için gerekli olan bilişsel kaynaklar, motivasyon ve davranış tarzlarını oluşturmaya yönelik kapasitelerine olan inançları şeklinde tanımlanmıştır (Wood ve Bandura, 1989). Öz-yeterlik, bireylerin amacına ulaşmak için gösterdiği çaba, davranış şekli, zorluklar karşısında dayanıklılığı ve baş etme becerisi, problemleri çözebileceğine ilişkin düşüncelere sahip olma, depresyon, kaygı gibi duygusal durumların veya engellemelerin farkında olma gibi hayatın her alanıyla ilişkilidir (Bandura, 1993).

Öz-yeterlik tanımlarına bakıldığında, bu kavramın bireyin kendine yönelik olumlu ve olumsuz inançlarından oluştuğu görülmektedir. Bu inançlar bireyin gerçek performansını göstermez; çünkü birey yetenekli olduğuna inansa dahi bu başarılı olacağı anlamına gelmez (Kurbanoglu, 2004). Örneğin, bir psikolojik danışmanın, danışanlarına oldukça faydalı olduğuna inanması etkili ve başarılı bir psikolojik danışman olduğu anlamına gelmez. Fakat öz-yeterliği yüksek bireylerin iş yaşamında üstlendikleri görevleri yerine getirmek için daha fazla çabaladıkları ve başarılı sonuçlara ulaştıkları görülmektedir (Claiborne, 2001; Schunk, 1985; Smith, 2010). Bireylerin öz-yeterlikleri, kapasitelerinin biraz üzerindeyse bu performansını başarılı bir şekilde yerine getirmelerini sağlar (Goddard, Hoy ve Woolfolk-Hoy, 2004). Bazı durumlarda ise bireyin kapasitesine göre öz-yeterliğinin daha yüksek olması, bireyin o durumla mücadele etmesini sağlayarak pes etmesini de engellemektedir (Ağaoğlu, 2012). Öte yandan, yetenekli olmasına rağmen kendine yönelik inancı düşük olan bireyin performansı olumsuz etkilenir (Yıldırım ve İlhan, 2010). Öz-yeterliği düşük olan bireylerin iş yaşamında görevlerini yerine getirmekte zorlandığı ve bu zorlanmayla beraber

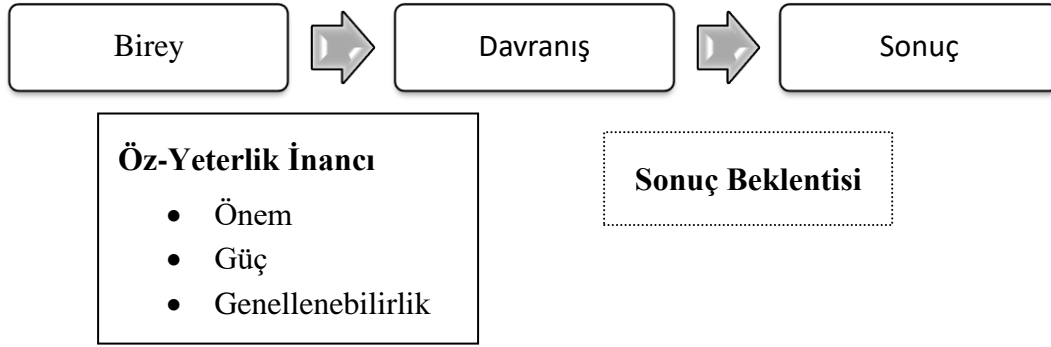
cesaretlerinin kırıldığı ve kendilerine yönelik güvenlerinin azaldığı görülmektedir (Claiborne, 2001; Satıcı 2014).

Öz-yeterlik düzeyi, bireyin sınırları zorlandığında bunu aşmak için ne kadar çaba sarf ettiğini ve engeller karşısında ne kadar direnebileceğini ifade eder (Bandura, 1997). Başarımın önemli etmenlerinden olan yüksek öz-yeterlik düzeyine sahip bireylerin, zorluklarla daha fazla mücadele ettiği ve kendilerine yüksek hedefler belirleyerek bunlara ulaşmak için yoğun çaba sarf ettiği görülmektedir (Bandura, 1982; 1997). Dolayısıyla başarı ile sonuçlanan her davranış sadece bireyin sahip olduğu beceri ile açıklanmaz. Benzer becerilere sahip iki psikolojik danışmandan benzer durumlarda farklı performanslar görmek, farklı öz-yeterlik düzeylerine sahip oldukları anlamına gelebilir. Davranışın tek belirleyicisi öz-yeterlik olmamakla birlikte yüksek öz-yeterliğin bireyin performansına olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Öz-yeterlik bireylerin motivasyonunu, güdülenmesini, davranışlarını seçmesini, performansını ve çabasını, faaliyette bulunmasını etkileyen önemli bir kavramdır. Bununla birlikte öz-yeterlik, bireyin davranışlarını şekillendiren, yavaşlatan veya hızlandıran bir etkiye de sahiptir. Bireyin sahip olduğu bilgi, beceri, motivasyon gibi kaynakları düzenleyen öz-yeterlik bireyin çevresiyle uyumunda, öğrenmesinde, yeni deneyimler edinmesinde, yeni becerilere sahip olmasında ve öğrendiklerini uygulayabilmesinde etkin bir rol oynamaktadır (Kotaman, 2008). Dolayısıyla öz-yeterliğin, bireyin yaşamında oldukça önemli bir yere sahip olduğunu ve bireyler arasında farklılıklar yarattığını ifade eden Kotaman'a (2018) göre, öz-yeterliği yüksek olan bireyler yaşamlarındaki değişikliklere daha kolay uyum sağlayabilirler, kolay öğrenebilirler ve öğrendiklerini uygulayabilirler; bununla beraber bireyler değişime karşı fizyolojik ve psikolojik olarak daha esnek olurlar. Öz-yeterliği yüksek bir psikolojik danışmanın çevre koşullarına daha iyi uyum sağlayabileceği, danışmanlık becerilerini daha kolay öğreneceği ve uygulamakta zorlanmayacağı anlamına gelmektedir.

Bandura'ya (1977) göre öz-yeterlik inancı, bireyin istenen sonuca ne derece ulaşabileceğine yönelik inancı iken; sonuç beklentisi ise bireyin davranışlarının sonucunda ne derece başarılı olacağına yönelik beklentisidir. Bu iki kavram birbirinden farklı olmakla birlikte öz-yeterlik inancı, sonuç beklentisine göre bireyin davranışını daha iyi açıklamaktadır (Burger, 2006). Örneğin, düşük öz-yeterliğe sahip bir psikolojik danışmanda, çeşitli eğitimler alarak danışmanlık becerilerini geliştireceğine yönelik sonuç beklentisi olabilir. Bu eğitimleri alarak danışmanlık becerisini geliştirebileceğini düşünen psikolojik danışmanın eğitim almaya

devam ettiği yani sonuç beklentisinin, davranışı devam ettirmede etkisinin olduğu görülmektedir (Schunk, 2009).

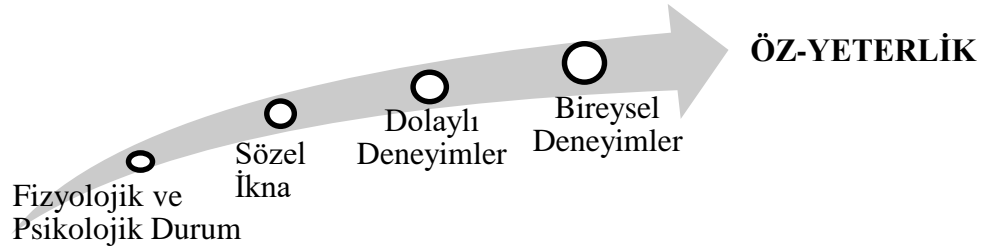


Şekil 3. Bandura'nın öz-yeterlik inancı ve sonuç beklentisi şeması (Bandura, 1977: 193)

Şekil 3'te de görüldüğü üzere, öz-yeterlik inancının değerlendirilmesinde üç boyut yer almaktadır. Bunlar 'önem (*level/magnitude*), güç (*strength*) ve genellenebilirlik (*generality*)' olarak belirlenmiştir (Brookby, 2004; Bandura, 2006; Bujack, 2012). Önem boyutu, bireyin yapacağı davranışın zorluk derecesine yönelik yeterlik inancını ifade etmektedir. Genellenebilirlik boyutu, bireyin bir alana yönelik sahip olduğu yeterlik inancını diğer başka alanlarda da kullanıp kullanamamasını ifade ederken, güç boyutu ise bireyin yeterlik inancının ne derece kuvvetli ve kararlı olduğunu ifade etmektedir (Bandura, 1993; Stajkovic ve Luthans, 1998; Bandura, 2001). Sonuç olarak, bireylerin seçtiği davranışlar önem boyutuna göre değişebilmekle beraber genellenebilirlik boyutuna göre bir alanda kendini yeterli gören birey, benzer alanlarda da yeterlik inancına sahip olabilirken bu inancını farklı alanlara aktarmakta zorlanabilir. Ayrıca bireyin istenen davranışa ulaşmadaki azmi ve kararlılığı öz-yeterlik gücünü artırır (Satıcı, 2014).

2.3.1. Öz-Yeterlik Kaynakları

Sosyal bilişsel kurama göre öz-yeterliğin gelişimini ve bireyin öz-yeterlik düzeyini etkileyen dört temel kaynak bulunmaktadır. Bunlar önem sırasına göre bireysel deneyimler, dolaylı deneyimler, sözel ikna ve fizyolojik-psikolojik durum olarak ifade edilmektedir (Bandura, 2001). Şekil 4'te öz-yeterlik kaynaklarına yer verilmiştir.



Şekil 4. Öz-yeterlik inancı kaynakları (Alderman, 2004)

2.3.1.1. Bireysel Deneyimler

Bireyin becerilerini sergileme ve davranışta bulunma sürecinde başarılı bir şekilde gerçekleştirdiği deneyimleri olumlu etki bırakırken, başarısız sonuçlanan deneyimleri ise olumsuz etki bıraktığı bilinmektedir (Bandura, 1977). Bireyin yaşantısından edindiği çıkarımlar, öz-yeterliği en çok etkileyen kaynaklardan biridir (Patterson, 2011). Birey davranışta bulunurken daha önceki benzer davranışlarından yola çıkarak gerçekleştireceği yeni davranış hakkında yargılarda bulunur. Bireyin daha önceki davranışı başarılı bir şekilde sonuçlanmışsa, yeni davranışa ilişkin öz-yeterliği yükselirken başarısız sonuçlanan davranışlardan dolayı ise bireyin yeni davranışa yönelik öz-yeterliği düşmektedir (Plotnik, 2009; Kemp, 2011). Örneğin, dirençli bir danışanla çalışan bir psikolojik danışman, daha önce direnç gösteren danışanlarla başarılı bir şekilde sonuçlanan psikolojik danışma oturumları gerçekleştirmişse, bu deneyiminden yola çıkarak yeni danışanıla çalışmasına yönelik öz-yeterliği yükselir. Eğer psikolojik danışman geçmişte dirençli danışanla ilgili başarısız bir şekilde sonuçlanan psikolojik danışma deneyimine sahip ise, danışma sürecine ilişkin öz-yeterliği olumsuz etkilenmektedir.

Birey için, yapılan işte harcadığı çaba ve görevin önemi ne kadar fazla ise iş sonunda elde edilen başarının veya başarısızlığın, öz-yeterlik inancına etkisi de o kadar fazla olmaktadır. Dolayısıyla bireyin daha fazla zaman ayırıp başardığı işlerden sonra o işe yönelik öz-yeterliği çok daha fazla artarken, başarısız sonuçlanması durumunda öz-yeterliği bir o kadar azalır (Gruber, 2011). Sonuç olarak, bireyin başarılı olması için dış faktörlerden çok kendi kişisel becerileri ile elde ettiği bireysel deneyimleri, öz-yeterliğini destekleyen en doğru ve doğal kanıttır (Mamayusupova, 2020)

2.3.1.2. Dolaylı deneyimler

Öz-yeterlik kaynaklarından ikincisi olan dolaylı deneyimler, bireyin deneyiminin olmadığı ya da kendi becerisine güvenmediği bir durumla karşılaştığında kendine yakın gördüğü kimselerin deneyimlerinden etkilenmesidir (Bandura, 1977). Dolaylı deneyimlerle

edinilen bilgiler model olarak ya da gözlem yoluyla öğrenilir (Gruber, 2011). Gözlemlenen bireyin uzmanlığı ve yaşı, gözleyen ile gözlemlenen arasındaki benzerlik ve zor durum karşısında gözlemlenen bireyin gösterdiği çaba ve performans öz-yeterlik inancına etki eden faktörlerdir (Bandura, 1997).

Bireyin gözlemlediği kişinin başarılı sonuçlar elde etmesi, başarılı olmasına yönelik inancını arttırırken bireyin başarısız sonuçlanan durumlara şahit olması benzer durumlar karşısında öz-yeterliğini olumsuz etkiler. Örneğin, ebeveynlerinin sorun çözme becerisine tanıklık eden bir çocuk, benzer durumlar karşısında problemi çözebileceğine ilişkin öz-yeterliği yüksek olur.

2.3.1.3. Sözel İkna

Bireysel deneyimler ve dolaylı deneyimlere göre nispeten daha az etkili olan sözel ikna, diğer insanların bireyin becerisine ve performansına ilişkin düşüncelerini içeren üçüncü öz-yeterlik kaynağıdır (Bandura, 1997). Bireyler, çevreleriyle sürekli etkileşim içinde olup düşüncelerini paylaşmaktadırlar. Bireyin performansına ilişkin çevresindekilerin olumlu geribildirimleri öz-yeterliğinin yüksek olarak kalmasını sağlar (Miller, 2006). Sonuç olarak bireyin çevresindekilerden motive edici, destekleyici sözler duyması öz-yeterliği olumlu etkilerken cesaretini kıran ifadeler karşısında ise öz-yeterliğinin olumsuz etkileeneceği ifade edilmektedir (Bandura, 1986). Ayrıca gereğinden fazla desteklenen bireyin öz-yeterliği gerçekçi olmaktan uzaklaşır ve başarısızlıkla sonuçlanan bir durumda yoğun bir hayal kırıklığı yaşanmasına ve öz-yeterliğin bir anda düşmesine neden olur (Bandura, 1977). Çevresi tarafından gereğinden fazla eleştirilen ve gerçekçi olmayan olumsuz dönütler alan bireylerin öz-yeterlik inancı düşmekte ve başarısız sonuçlar elde ettikleri görülmektedir (Milner ve Hoy, 2003). Örneğin, okul müdürü tarafından gerçekçi bir şekilde desteklenen öğretmenlerin performanslarına yönelik öz yeterliği yükselirken, aksi durumda cesaretini kırarak ifadeler kullanan müdür, öğretmenlerin öz yeterliklerini olumsuz etkiler. Bununla birlikte hak etmediği düzeyde olumsuz dönüt alan öğretmenin öz yeterliği daha da düşer ve başarısız olmaya doğru gidebilir.

2.3.1.4. Fizyolojik ve Psikolojik Durum

Öz-yeterlik kaynaklarından sonuncusu olan fizyolojik ve psikolojik durum, bireyin kaygı, stres, depresyon gibi duygusal durumu ve yorgunluk, hastalık, somatik ağrılar gibi fizyolojik durumu öz-yeterlik algısını etkilemektedir (Gruber, 2011). Birey yoğun kaygılı, stresli ya da depresif hissettiğinde karşılaştığı görevi tehdit olarak algılayarak öz-yeterliği

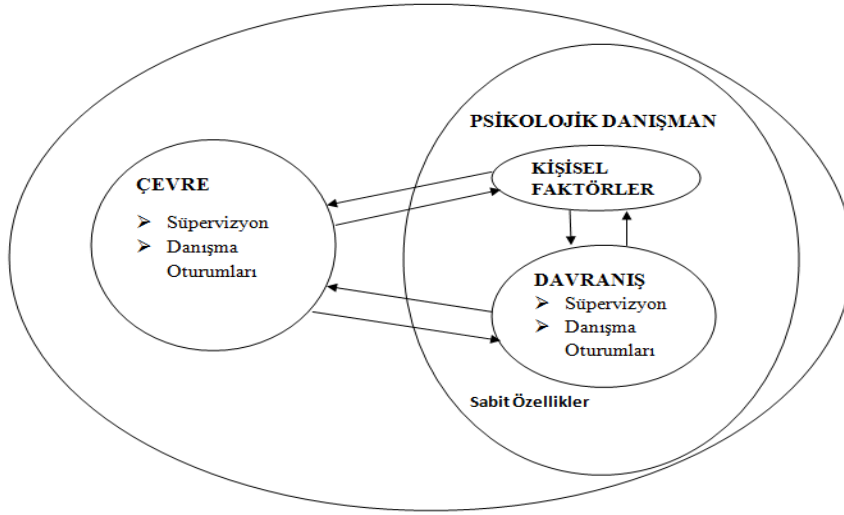
düşer ve başarısız olma olasılığı artar. Fakat bedenlen sağlıklı ve psikolojik olarak iyi hisseden bireyin öz-yeterliği yükselir ve başarılı sonuçlar elde etmesi olasıdır (Bandura 1994). Aynı zamanda bireyin öz-yeterliğinin düşmesi karşılaştığı göreve ilişkin kaygı ve stres yaşamasına neden olabilmekte ve birey bu durumu kontrol etmekte zorlanmaktadır. Birey zorlu durumlarda başarılı sonuçlar elde ederse kaygı düzeyi düşerek karşılaştığı görevi yerine getirir ve öz-yeterliği yükselir (Larson ve Daniels, 1998; Lewis, 2006).

2.4. Psikolojik Danışma Öz-Yeterliği (Counseling Self-Efficacy)

Akademik, sosyal ve mesleki alanlarda yaygınlıkla kullanılan öz-yeterlik kavramı, Bandura'nın öz-yeterliğe ilişkin görüşleri doğrultusunda Larson ve Daniels (1998) tarafından psikolojik danışma alanına uyarlanmıştır. Psikolojik danışma öz-yeterliği; psikolojik danışmanın danışmanlık sürecinde klinik durumlarla baş etme konusunda kendi performansına yönelik yeterlik inancını içerir (Larson ve Daniels, 1998). Başka bir tanıma göre, bireyin etkili danışmanlık hizmeti sunabilme becerisine yönelik algısı ve inançlarıdır (Akt. Pamukçu ve Demir, 2013; Yayla, 2016). Diğer bir tanımda ise etkili bir şekilde yardım becerilerini kullanma, zor danışanlarla uygulama yapabilme, oturum sürecindeki görevlerini yerine getirebilme olarak ifade edilmektedir (Lent, Hill ve Hoffman, 2003). Psikolojik danışma öz-yeterliği, psikolojik danışmanın danışmanlık sürecini etkili bir şekilde yönetmesini, danışman-danışan ilişkisini ve sağlıklı bir psikolojik danışmanlık sürecini etkileyen önemli bir faktör olduğu görülmektedir (Friedlander, Keller, Peca-Baker ve Olk, 1986; Larson vd., 1992; Asarlı, 2012). Bununla birlikte araştırmalara göre psikolojik danışmanın öz-yeterlik düzeyinin danışmanlık becerilerini anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur (Larson vd., 1992; Hanson,2006). Sonuç olarak psikolojik danışma öz-yeterliği, danışmanlık becerilerini etkili bir biçimde kullanabilmenin ön koşullarından biridir (Flasch, Bloom ve Holladay, 2016). Yapılan araştırmalarda psikolojik danışma öz-yeterliği yüksek danışmanların süreçteki kaygılarını doğru bir şekilde yöneterek bu durumu kazanca çevirdikleri, kendilerine uygun ve gerçekçi hedefler belirledikleri ve başarılı danışmanlık performansları sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır (Larson vd., 1992; Larson, 1998; Larson ve Daniels, 1998; Hanson, 2006).

Bandura (1989)'a göre öz-yeterlik bireyin bilişsel, duyuşsal ve motivasyonel süreçlerinden etkilenir. Bunu psikolojik danışma öz-yeterliğine uyarlayan Larson ve Daniels (1998)'e göre danışmanın bilişsel süreçleri, performansı üzerinde oldukça etkilidir. Eşi tarafından şiddet gören bir danışanla çalışmakta zorlandığını düşünen bir psikolojik danışman

bu durumla baş edemeyeceğini ve danışanına yardım edemeyeceğini düşünerek kaygı yaşamaya başlar ve öz-yeterliği düşebilir. Dolayısıyla danışanına etkili bir danışmanlık hizmeti sunmaya yönelik motivasyonu olumsuz etkilenir. Larson (1998), Bandura'nın 'üçlü karşılıklı belirleyicilik modeli'ni psikolojik danışma öz-yeterliğine uyarlayarak kişisel faktörler, çevre ve davranış arasındaki karşılıklı ilişkileri gösteren şekil 5'teki modeli geliştirmiştir.



Şekil 5. Psikolojik danışmada üçlü karşılıklı belirleyicilik modeli (Larson, 1998)

Şekil 5'teki modelde de görüldüğü üzere kişisel faktörler, çevre ve davranışlar karşılıklı olarak birbirini etkilemektedir. Psikolojik danışmanın süreçteki davranışları oturumlardaki danışan dönütleri ve süpervizör tarafından verilen geribildirimlerden oluşan yani çevresinden ve kişisel faktörlerden (öz-yeterlik inancı, danışmanlık becerileri, motivasyonu, danışma sürecine ilişkin duyguları vb.) etkilenmektedir. Dolayısıyla psikolojik danışma öz-yeterliğini, danışma oturumlarına yönelik uygulamalar, edinilen deneyimler ve süpervizyon desteği olumlu yönde etkilemektedir (Şeker, 2019).

Psikolojik danışma sürecinin değişken ve karmaşık yapısından dolayı psikolojik danışmanların öz-yeterliği de değişkenlik gösterebilmektedir. Mesleğin ilk yıllarında olan bir psikolojik danışman, motivasyonu yüksek olmasına rağmen deneyimsiz olduğundan danışandan çok, kendi becerilerine odaklanır. Fakat zamanla sürecin zorluğunu fark ederek bu durumla baş etmeyi seçen psikolojik danışman mesleğini icra ederek deneyim kazanmaya başlar. Bu durumda psikolojik danışmanların öz-yeterlikleri olumlu etkilenir ve kendisinden ziyade danışanına odaklanmaya başlar (Leach, Stoltenberg, McNeill ve Eichenfield, 1997).

2.4.1. Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğini Etkileyen Faktörler

Bandura (2001)'nin öz-yeterlik kaynaklarından yola çıkarak Larson (1998) 'uzmanlık', 'model alma', 'sosyal ikna' ve 'duyuşsal uyarılma' adını verdiği dört temel psikolojik danışma öz-yeterlik kaynağını öne sürmüştür.

2.4.1.1. Uzmanlık (Mastery)

Uzmanlık, öz-yeterlik kaynaklarından bireysel deneyimlere karşılık gelir ve danışanlarla başarılı bir şekilde oturumlar gerçekleştirmeyi ifade eder (Larson, 1998). Danışanlarla etkili oturumlar yapmak, psikolojik danışmanların öz-yeterliklerini güçlendirirken bir yandan yükselen öz-yeterlik inancı, danışmanların etkili oturum becerilerini olumlu yönde etkiler (Sharpley ve Ridgway, 1993). Örneğin, madde bağımlılığı olan bir danışanla başarılı bir oturum süreci yaşayan psikolojik danışmanın öz-yeterliği yükselir ve bağımlılıkla ilgili ileride yapacağı danışmalara ilişkin yüksek öz-yeterliğe sahip olur. Mesleğinin başlangıcındaki psikolojik danışman, engellerle karşılaştığında sabırlı ve kararlı bir şekilde kariyerine devam ettiğinde edindiği tecrübeler öz-yeterliğini olumlu etkiler (Sali-Bilgiç, 2011; Pamukçu, 2012).

2.4.1.2. Model Alma (Modeling)

Model alma, öz-yeterlik kaynaklarından dolaylı deneyimlere karşılık gelmektedir. Psikolojik danışmanların, başarılı danışma oturumlarını içeren video kayıtları veya canlandırmaları izlemeleri, başarılı danışma oturumları gerçekleştirmelerine yönelik inançlarına dolayısıyla öz-yeterliklerine büyük katkı sunar (Larson, 1998). Bununla birlikte psikolojik danışmanın, çalıştığı kurumdaki meslektaşlarının başarılı danışma oturumları gerçekleştirmelerine tanık olmaları da kendi performansına yönelik inançlarını arttır (Şeker, 2019).

2.4.1.3. Sosyal İkna (Social Persuasion)

Sosyal ikna, psikolojik danışmana süpervizör tarafından gerçekçi bir şekilde cesaretlendirici, destekleyici ve öğretici dönütlerini içerir (Larson, 1998). Satıcı (2014)'ya göre süpervizyon esnasında danışma performansına yönelik olumlu dönütler verildikten sonra yanlış uygulamalara ilişkin yapıcı dönütlerin verilmesi psikolojik danışma öz-yeterliğinin yükselmesine sebep olur. Sonuç olarak başarılı performansa yönelik süpervizör tarafından geribildirim verilmesi psikolojik danışma öz-yeterliğini arttır. Ayrıca başarısız performanslara yönelik yapıcı ve gerçekçi geribildirimlerin verilmesi de psikolojik danışma öz-yeterliği

açısından uygun olduğunu söylemek yanlış olmaz.

2.4.1.4. Duyuşsal Uyarılma (*Affective Arousal*)

Psikolojik danışmanların oturumlar esnasında yaşadığı korku, kaygı veya heyecan düzeyi olan duyuşsal uyarılma düzeyleri, öz-yeterliklerini olumlu veya olumsuz yönde etkilemektedir (Larson, 1998). Psikolojik danışmanın yaşadığı kaygı, kendi performansını aşan durumlarda, danışanı başka bir uzmana yönlendirerek sonuçlanırsa başarısız oturumlar gerçekleştirmesini ve hayal kırıklığı yaşamasını engeller. Fakat bu kaygı danışmanın, yeteneğini aşmayan durumlarda geri çekilmesine sebep olursa öz-yeterliği olumsuz etkilenir (İkiz, 2010).

Sonuç olarak danışmanın edindiği deneyimler yani *uzmanlığı*, başkalarını *model* olarak izlediği danışma oturumları, süpervizör tarafından verilen dönütleri içeren *sosyal ikna* ve danışma oturumlarında psikolojik danışmanın yaşadığı *duyuşsal uyarılma* düzeyi psikolojik danışmanların öz-yeterliklerini etkileyen önemli kaynaklardandır. Psikolojik danışmanların, öz-yeterlik kaynaklarından olan *sosyal ikna* yoluyla desteklenmesi ve *model alma* yoluyla becerilerinin geliştirilmesi temel psikolojik ihtiyaçlardan olan *ilişkili olma ihtiyacı* ile bağlantılı olabileceği söylenebilir. Aynı zamanda, psikolojik danışmanın edindiği deneyimlerle öz-yeterliğinin artması temel psikolojik ihtiyaçlardan olan *yetkinlik ve özerklik ihtiyacının* doyurulmasına katkı sunabilir. Buradan yola çıkarak, psikolojik danışma öz-yeterliğinin psikolojik ihtiyaç doyumlarını etkilediği söylenebilir.

2.5. İlgili Araştırmalar

2.5.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Ayseli (2019) tarafından 458 üniversite öğrencisinin katılımıyla yürütülen araştırmada, psikolojik ihtiyaçların doyurulması ile suçluluk ve kendini bağışlama arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın bir diğer sonucuna göre ise duygu düzenleme güçlüğü ile negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ve son olarak utanç duygusu ile anlamlı bir ilişkiye rastlanmadığı görülmüştür.

Kahya ve Korkmaz'ın (2017) 223 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirdikleri çalışmada, özgünlük ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide psikolojik ihtiyaç doyumunun aracı rolü incelenmiştir. Araştırmada, özgünlük ve psikolojik ihtiyaç doyumunun artmasının psikolojik belirtilerin (somatizasyon, obsesif kompulsif belirtiler, kişilerarası duyarlık, depresyon, kaygı, düşmanlık, fobik kaygı, paranoid düşünce,

psikotizm ve diğeri) azalmasına yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğeri bir bulgu ise, özgünlük ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide psikolojik ihtiyaç doyumunun tam aracı rolü olduğudur.

Türk (2013) tarafından 156 akademisyenin katıldığı akademisyenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarının ve ihtiyaç doyum düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi konulu çalışmada, erkek akademisyenlerin kadınlara göre ilişkili olma ihtiyaçlarının daha fazla olduğu; bununla birlikte yaş, öğrenim durumu, medeni durum ve çocuk sahibi olma değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak gelir düzeyini yeterli algılayan akademisyenlerin özerklik ihtiyacını daha fazla doydurdukları sonucuna ulaşılmıştır. Özel üniversitedeki akademisyenlerin, devlet üniversitesindeki akademisyenlere göre ilişkili olma ihtiyacının daha fazla doyurulduğu, mesleki kıdem ile ilişkili olma ihtiyacı pozitif yönde anlamlı olarak değiştiği ve yönetsel görevi olan akademisyenlerin özerklik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının, yönetsel görevi olmayan akademisyenlere göre daha fazla doyurulduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sarı ve diğerlerinin (2011) tarafından Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği Bölümü'nde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirilen çalışmada özerklik, yetkinlik ve ilişkili olma ihtiyacının doyurulmasının öğrencilerin genel öz-yeterlik düzeylerini önemli ölçüde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

İlhan ve Özbay (2010) tarafından 18-28 yaş aralığındaki 1474 üniversite öğrencinin katılımıyla yürütülen çalışmada, öznel iyi oluşun en önemli yordayıcısının psikolojik ihtiyaçlar olduğu yani üniversite öğrencilerinin özerklik, yetkinlik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının doyurulmasının, iyi oluş düzeylerini arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Cihangir-Çankaya (2009a) tarafından yürütülen ve 240 eğitim fakültesi son sınıf öğrencisinin yer aldığı çalışmada, psikolojik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki incelenmiştir. Psikolojik ihtiyaçların öznel iyi oluşun önemli bir yordayıcısı olduğu aynı zamanda temel psikolojik ihtiyaçlardan olan ilişki ihtiyacının kızlarda erkeklere göre daha fazla doyurulduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Psikolojik ihtiyaç doyumuyla ilgili yurt içinde yapılan araştırmalar incelendiğinde doğrudan psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumuna ilişkin herhangi bir araştırmaya rastlanılmadığı ayrıca öz-yeterlik ile psikolojik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkiyi ele alan kısıtlı sayıda çalışma bulunduğu görülmüştür. Psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile ilgili araştırmalara aşağıda değinilmiştir.

Buyruk-Genç ve Yüksel-Şahin (2020) tarafından yürütülen araştırmada, psikolojik danışma öz-yeterliğinin psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Başka bir ifadeyle, öz-yeterliği yüksek psikolojik danışmanların, farklı durumlara karşı uygun teknikleri seçme konusunda bilişsel esnekliklerinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yayla ve İkiz (2017), 166 psikolojik danışmanın katılımıyla yürüttükleri çalışmalarında danışma öz-yeterliği ile etkili psikolojik danışma nitelikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Aynı zamanda etkili danışmanlık becerilerine sahip psikolojik danışma öz-yeterlik düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca araştırmada psikolojik danışmanların öz-yeterliğinin yaşa, cinsiyete, çalışılan kuruma ve meslekte çalışma süresine göre farklılaşmadığı fakat eğitim düzeyi açısından pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Benzer bir sonuç, Çapri ve Demiröz (2016) tarafından yürütülen ve psikolojik danışma ve rehberlik (PDR) bölümü öğrencileri ile yapılan çalışmada etkili psikolojik danışman nitelikleri ve psikolojik danışma öz-yeterlik inançları arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Buna ek olarak, duygusal zekâ düzeyi ile psikolojik danışma öz-yeterlik inançları arasındaki ilişkide psikolojik danışman niteliklerinin aracılık etkisinin tam olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yam ve İlhan (2016) tarafından yapılan çalışmada, psikolojik danışmanların kişilik özelliklerinin, kaygı düzeylerinin ve geçmiş eğitim yaşantılarının yeterliğine ilişkin algı düzeylerinin psikolojik danışma öz-yeterliğini yordayıp yordamadığı araştırılmıştır. Lisansüstü eğitim alanların, lisans mezunlarına göre psikolojik danışma öz-yeterliğinin daha yüksek olduğu, aynı zamanda çalışma süresi ve geçmiş yaşantılarına ilişkin algı düzeyinin psikolojik danışma öz-yeterliğine olumlu katkısı olduğu, en fazla olumlu katkıyı danışmanlık eğitiminin yeterliğine ilişkin algı olduğu bulunmuştur. Psikolojik danışmanların kaygı düzeyleri azaldıkça psikolojik danışma öz-yeterliğinin yükseldiği, kişilik özelliklerinden yumuşak başlılığın psikolojik danışma öz-yeterliğine katkısının olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öztürk (2014) tarafından yürütülen ve PDR bölümü öğrencilerinin psikolojik danışma öz-yeterlik inançları konulu araştırmada, 4.sınıf öğrencilerinin 1.sınıf öğrencilerine göre oturum yönetme, yardım becerileri ve zor danışmanlarla çalışma öz-yeterlik inançlarının anlamlı şekilde yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu da tecrübenin ve mesleki bilginin artmasıyla birlikte psikolojik danışma öz-yeterliğinin arttığını göstermektedir.

Sali-Bilgiç (2011) tarafından yürütülen ve Can'ın (2015) geliştirdiği ilköğretim psikolojik danışma öz-yeterliği ölçeğinin kullanıldığı çalışmada, ilköğretimde görev yapan psikolojik danışmanların cinsiyete göre öz-yeterliklerinde anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Bununla beraber öğrenim durumu, mesleki deneyim ve görev yeri ile ilgili ilköğretim psikolojik danışmalarının öz-yeterlikleri arasında anlamlı farklılaşmalar olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yurt içinde yapılan çalışmalar incelendiğinde; sadece Özgönül'ün (2019) ruh sağlığı çalışanları ile yürüttüğü araştırmasında psikolojik danışma öz-yeterliği ve duygularını ifade etme değişkenlerinin psikolojik iyi oluşun %31'ini açıkladığı sonucuna ulaşılmış fakat doğrudan psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

2.5.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Zhen ve diğerlerinin (2017) 605 Çinli ortaokul öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirdikleri çalışmada, yetkinlik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının öğrencilerin öğrenmelerini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna ek olarak, yetkinlik ve ilişkili olma ihtiyacı ile öğrenme arasındaki ilişkide akademik öz-yeterliğin aracı rolünün olduğu görülmektedir. Bu sonuca göre birey ait olduğu sosyal grup üzerinde etkiye sahip olmak için kendi becerilerine olan inancını arttırarak farklı öğrenme stratejileri kullanır ve çevresindeki başarı deneyimleriyle daha çok ilgilenmeye başlar. Bununla birlikte ilişkili olma ihtiyacını doyuran birey istenen düzeyde sosyal ağ oluşturarak çevresindekilerden aldığı geribildirimlerle öz-yeterliğini arttırır.

Zhen ve diğerlerinin (2017) araştırma sonucundan farklı olarak, Kassis ve diğerlerinin (2019) tarafından yürütülen ve Almanya'da 697 üniversite öğrencisinin katılımıyla yapılan çalışmada, sosyal desteğin öğrencilerin psikolojik ihtiyaç doyumları üzerindeki etkisi ve bu etkide öz-yeterliğin aracılık rolü araştırılmıştır. Çalışmada öz-yeterliğin, temel psikolojik ihtiyaçlardan olan yetkinlik ve özerlik ihtiyaç doyumlarını arttırdığı fakat ilişkili olma ihtiyaç doyumunu çok önemli derecede arttırmadığı görülmüştür. Bunun sebebinin doğu kültüründe yaygın olan toplumcu kültür ve batı toplumunda yaygın olan bireyselci kültür arasındaki farklılıktan kaynaklandığı söylenebilir.

Klaeijsen, Vermeulen ve Martens'ın (2017) Hollanda'daki ilkokul, ortaokul ve mesleki eğitim veren kurumlarda çalışan 1152 öğretmenin katılımıyla gerçekleştirdikleri

çalışmada, üç temel psikolojik ihtiyacın doyumu ile mesleki öz-yeterlik arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Açıkça görünen o ki, öğretmenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarının doyurulmuş olması işlerinde karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmada kendi becerilerine daha fazla güvendikleri yani öz-yeterliklerinin daha yüksek olduğudur. Benzer bir sonuç, Almanya’da Holzberger, Philipp ve Kunter (2014) tarafından yapılan ve 155 matematik öğretmeni ve 3483 lise öğrencisinin katıldığı araştırmada da elde edilmiştir. Araştırmada öğretmenlerin öz-yeterlikleri ve psikolojik ihtiyaç doyumu arasında önemli bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Hindistan’da Siddiqui (2015) tarafından yürütülen ve lisans öğrencilerinde öz-yeterliğin psikolojik iyi olma durumuna etkisinin incelendiği araştırmada, öz-yeterliğin psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla beraber öz-yeterlik ile psikolojik iyi oluş boyutlarının çoğu arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Görüldüğü üzere, yurt dışında yapılan çalışmalar incelendiğinde öz-yeterlik ve psikolojik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkinin ele alındığı kimi araştırmalara rastlanılsa da psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkiyi araştıran herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Psikolojik danışmanların öz-yeterlikleri ile psikolojik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlayan bu nicel çalışmada korelasyonel araştırma modeli temel alınmıştır. Korelasyonel tarama modeline göre, bir ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla kullanılan araştırma modelidir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2018). Bu araştırmanın bağımsız değişkeni psikolojik danışma öz-yeterliği, bağımlı değişkeni ise psikolojik ihtiyaç doyumudur.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni; Türkiye’de 2020-2021 eğitim ve öğretim yılında MEB’e bağlı kurumlar olan okul öncesi ve ilkokul, ortaokul, lise ve rehberlik ve araştırma merkezlerinde (RAM) çalışan psikolojik danışmanlardır. Araştırmanın örnekleme seçkisiz olmayan uygun örnekleme yöntemi yoluyla Türkiye’nin farklı illerinde ve MEB’e bağlı farklı kurumlarda çalışan psikolojik danışmanlara ulaşılarak oluşturulmuştur. Uygun örnekleme yöntemi, araştırmacının örnekleme kolayca ulaşabildiği ve istenen örneklem büyüklüğüne ulaşana kadar örneklemden veri topladığı bir yöntemdir (Büyüköztürk vd., 2018). MEB’e bağlı kurumlarda çalışan 377 psikolojik danışmana ulaşılmış olup bunlardan Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik (PDR) lisans programı mezunu olmayan; Eğitimde Psikolojik Hizmetler mezunu 4, Psikoloji mezunu 9, Felsefe mezunu 7, Sosyoloji mezunu 3, Eğitim Programları ve Öğretim mezunu 2 ve Eğitim Bilimleri mezunu 2 katılımcının bulunduğu görülmüştür. Toplam 27 katılımcının PDR lisans programı mezunu olmamasından dolayı analizlerden çıkarılmıştır. Ayrıca bağımsız anaokullarında çalışan psikolojik danışmanların sayıca az olması (4 katılımcı) ve ilkokul bünyesinde de anasınıflarının yer almasından dolayı okul öncesi ve ilkokul kademesi birleştirilerek analiz edilmiştir. Araştırmanın örnekleme olan 350 katılımcının demografik bilgilerine ilişkin frekans ve yüzde değerleri hesaplanmış olup ulaşılan bulgular Tablo 1’de rapor edilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

		<i>f</i>	%
Cinsiyet	Erkek	105	30.0
	Kadın	245	70.0
Mesleki Kıdem	5 yıl ve daha az	166	47.4
	6-10 yıl	132	37.7
	11 yıl ve üzeri	52	14.9
Mesleki Gelişim Programına Katılma Sayısı	5 kez ve altı	130	37.1
	6-10 kez	104	29.7
	11-15 kez	44	12.6
	16 kez ve üzeri	72	20.6
Akademik Derece	Lisans	313	89.4
	Yüksek Lisans	37	10.6
Çalışılan Kurum Türü	İlkokul	102	29.1
	Ortaokul	128	36.6
	Lise	87	24.9
	RAM	33	9.4
Öğrenci Sayısı	1-200	53	15.1
	201-400	118	33.7
	401-600	68	19.4
	601 ve üzeri	111	31.7
Toplam		350	100.0

Tablo 1'e göre, araştırmaya katılan psikolojik danışmanların %30.0'u erkek ve %70.0'i ise kadındır. Ayrıca, katılımcıların %47.4'ü 5 yıl ve daha az, %37.7'si 6-10 yıl ve %14.9'u ise 11 yıl ve üzerinde mesleki kıdeme sahiptir. Bununla birlikte katılımcıların %37.1'i 5 kez ve daha az, %29.7'si 6-10 kez, %12.6'sı 11-15 kez ve %20.6'sı 16 kez ve üzerinde mesleki gelişim programlarına katılmıştır. Ayrıca, katılımcıların %89.4'ü lisans ve

%10.6'sı yüksek lisans derecesine sahiptir. Ek olarak, katılımcıların çalıştıkları kurumlar incelendiğinde %29.1'inin okul öncesi ve ilkokul, %36.6'sının ortaokul, %24.9'unun lise ve %9.4'ünün ise RAM'da görev yaptığı belirlenmiştir. Son olarak, katılımcıların öğrenci sayıları incelendiğinde %15.1'inin 1-200, %33.7'sinin 201-400, %19.4'ünün 401-600 ve %31.7'sinin ise 601 ve üzerinde öğrencisi olduğu tespit edilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma için belirlenen değişkenlere ilişkin verilerin toplanmasında; *Kişisel Bilgi Formu* (Ek-1), *Psikolojik Danışma Öz-yeterlik Ölçeği (PDÖÖ)* (Ek-2) ve *İhtiyaç Doyumu Ölçeği (İDÖ)* (Ek-3) kullanılmıştır. Veri toplama araçlarına ilişkin detaylı bilgiler aşağıda verilmiştir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırma kapsamında katılımcıların demografik bilgilerine ulaşılacak için 'Kişisel Bilgi Formu' kullanılmıştır. Bu form, çalışma grubu kapsamındaki psikolojik danışmanların gönüllü olarak katılımlarını belirttikleri ilk kısım ile beraber; cinsiyet, mesleki kıdem, mesleki gelişim programlarına katılma sayısı, mezun olunan lisans programı, elde edilen son akademik derece, çalışılan kurum türü ve çalışılan kurumda sorumlu olunan öğrenci sayısı gibi demografik özelliklerine ait bilgileri içeren bir formdur. Ayrıca formda, mesleki gelişim programlarının süpervizyon uygulamaları, danışmanlık becerileri eğitimi ve hizmet içi eğitimler olduğu belirtilmiştir.

3.3.2. Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği (PDÖÖ)

PDÖÖ, Lent, Hill ve Hoffman tarafından 2003 yılında geliştirilmiş olup Pamukçu ve Demir (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılmıştır. Ölçek, 10 dereceli Likert tarzı, 41 maddeden ve 3 faktörden oluşmaktadır. Birinci faktör olan "Yardım Becerileri Öz-yeterliği" 15 maddeden ve kendi içinde "İç Görü, Keşif ve Eylem Becerileri" olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. İkinci faktör, "Oturum Yönetmeye İlişkin Öz-yeterlik" 10 maddeden oluşurken üçüncü faktör olan "Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz-yeterlik" 16 maddeden oluşmaktadır. Aynı zamanda son faktör kendi içinde "İlişkide Çatışmalar ve Danışan Problemleri" olarak iki alt boyuttan oluşur (Pamukçu ve Demir, 2013).

Ölçekten alınan toplam puan, psikolojik danışmanların öz-yeterliklerinin yüksek olduğu anlamına gelir ve alt boyutlara ilişkin alınan toplam puan ise o alt boyuta dair öz-yeterliğin yüksek olduğuna işaret eder. PDÖÖ'nün yapı geçerliği çalışması ile doğrulayıcı faktör analizi sonuçları doğrultusunda ölçeğin özgün formunu koruduğu sonucuna ulaşılmıştır. Güvenirlik çalışmaları sonucunda, iç tutarlık katsayısı .98 iken alt boyutların iç tutarlık katsayıları ise Yardım Becerileri Öz-yeterliği için .92, Oturum Yönetmeye İlişkin Öz-yeterlik ve Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz-yeterlik alt boyutları için .95 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak geçerlik ve güvenirlik çalışmaları, PDÖÖ'nün psikolojik danışmanların öz-yeterlik düzeylerini ölçmede kullanılabileceğini göstermektedir (Pamukçu ve Demir, 2013).

Bu araştırma kapsamında PDÖÖ toplam puanına ilişkin elde edilen güvenirlik katsayısı .96'dır. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin güvenirlik katsayıları ise Yardım Becerileri Öz-yeterliği için .88, Oturum Yönetmeye İlişkin Öz-yeterlik için .95 ve Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz-yeterlik alt boyutu için .93 olarak bulunmuştur. Dolayısıyla bu çalışmada PDÖÖ ve alt boyutlarına ilişkin elde edilen güvenirlik katsayılarının yeterli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3.3.3. İhtiyaç Doyumu Ölçeği (İDÖ)

İDÖ, Deci ve Ryan (1991) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlama çalışması Bacanlı ve Cihangir-Çankaya (2003) tarafından yapılmıştır. 7'li Likert tarzı derecelendirilen ölçekte, katılımcılar yanıtlarını "hiç doğru değil" ve "çok doğru" ranjını kapsayacak şekilde vermektedir. İDÖ, bireyin üç temel psikolojik ihtiyacını ölçen toplam 21 madde ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Özerklik (autonomy) alt boyutuna ait 7 madde, yetkinlik (competence) alt boyutuna ait 6 madde ve ilişkili olma (relatedness) alt boyutuna ait 9 madde bulunmaktadır. Her alt ölçekteki maddelerin puanlarının toplanması ile alt ölçek toplam puanları, bütün ölçeğin puanlarının toplanması ile de tüm ölçeğe ait toplam puan elde edilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarının doyurulduğunu, düşük puanlar ise ihtiyaç doyumunun düştüğünü göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları Cronbach Alpha yöntemiyle hesaplanmış olup toplam puan iç tutarlık katsayısı .83'tür. Alt boyutların iç tutarlık katsayısı ise özerklik alt boyutu .71, yetkinlik alt boyutu .60 ve ilişkili olma alt boyutu ise .74 olarak bulunmuştur.

Bu araştırma kapsamında İDÖ toplam puanına ilişkin elde edilen güvenilirlik katsayısı .88'dir. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin güvenilirlik katsayıları ise Özerklik için .79, Yetkinlik için .68 ve İlişkili Olma alt boyutu için .74 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada İDÖ ve alt boyutlarına ilişkin elde edilen güvenilirlik katsayılarının yeterli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Dünyada yaşanan Covid-19 salgını sebebiyle psikolojik danışmanlara internet üzerinden çevrimiçi bir şekilde ulaşılmıştır. Araştırma kapsamında 2020-2021 eğitim ve öğretim yılında MEB'e bağlı kurumlarda görev yapan psikolojik danışmanlara ulaşılma için illerin RAM'ları ile iletişime geçilmiştir. İnternet üzerinden çevrimiçi yollarla katılımcılara araştırma konusu ve uygulanan ölçekler hakkında bilgiler verilmiştir. Katılımcılar araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Toplam 377 katılımcıdan PDR mezunu olan 350 psikolojik danışmandan alınan veriler bilgisayar ortamına aktarılarak, istatistiksel işlemler için hazır hale getirilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Veriler SPSS 22.0 programıyla analiz edilmiştir. Araştırma problemlerine yanıt aranmadan önce, araştırma verilerinin normal dağılım varsayımını karşılayıp karşılamadığı dağılımlarının çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak incelenmiştir. Verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri -2 ile +2 arasında yer alıyorsa araştırma verilerinin normal dağılım varsayımını karşıladığı kabul edilmiştir (George ve Mallery, 2010). Araştırmada psikolojik danışmanlardan elde edilen verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri -2 ile +2 arasında yer almaktadır. Bu sebeple araştırma verilerinin normal dağıldığı kabul edilmiştir. Normal dağılıma sahip verilerin analizinde parametrik analiz yöntemleri kullanılmaktadır (Kul, 2014). Bu bağlamda, araştırma problemlerine yanıt arama sürecinde Pearson Korelasyon analizi, çoklu regresyon analizi ve MANOVA analizi gibi parametrik analiz yöntemleri tercih edilmiştir. Psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterlikleri ile psikolojik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkinin tespiti Pearson Korelasyon analizi ile belirlenirken, psikolojik danışma öz-yeterliğinin psikolojik ihtiyaç doyumunu yordama durumu ise çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir. Demografik özelliklere ilişkin farklılaşmalar ise MANOVA analizi ile test edilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde, araştırma problemlerini yanıtlamaya yönelik olarak toplanan verilerin, istatistiksel analizleri sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Araştırmanın birinci problemi olan psikolojik danışma öz-yeterliğinin psikolojik ihtiyaç doyumunu yordama durumu araştırılmadan önce bu iki değişken arasındaki ilişki incelenmiştir.

Tablo 2. Psikolojik Danışma Öz-Yeterliği İle Psikolojik İhtiyaç Doyumu Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5
1	-				
2	.83**	-			
3	.86**	.74**	-		
4	.90**	.55**	.63**	-	
5	.43**	.31**	.44**	.40**	-

Not. ** $p < .001$; 1: Psikolojik Danışma Öz-yeterliği (Toplam); 2: Yardım Becerileri Öz-yeterliği; 3: Oturum Yönetmeye İlişkin Öz-yeterlik; 4: Zorluklara İlişkin Öz-yeterlik; 5: Psikolojik İhtiyaç Doyumu (Toplam)

Tablo 2’de de görüldüğü gibi psikolojik danışma öz-yeterliği ve alt boyutları (yardım becerileri öz-yeterliği, oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik ve zorluklara ilişkin öz-yeterlik) psikolojik ihtiyaç doyumu ile (sırasıyla $r = .43$, $r = .31$, $r = .44$ ve $r = .40$; $r_s < .01$) pozitif yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişkiye sahiptir.

Tablo 3. Psikolojik Danışma Öz-yeterliğinin Psikolojik İhtiyaç Doyumunu Yordaması

	B	S.H.	β	t	p	İkili r	Kısmi R
Sabit	66.747	5.848	-	11.413	.01	-	-
Yardım Becerileri Öz-yeterliği	-.098	.082	-.086	1.199	.23	.305	-.064
Oturum Yönetmeye İlişkin Öz-yeterlik	.564	.118	.371	4.792	.01	.439	.249
Zorluklara İlişkin Öz-yeterlik	.142	.042	.208	3.353	.01	.395	.177

R=.47, R²=.22
F_(3,346)=32.31, p=.01

$$\text{Psikolojik İhtiyaç Doyumu} = 66.747 - .09\text{YardımBecÖY} + .56\text{OturumYönÖY} + .14\text{ZorlukİlişkinÖY}$$

Tablo 3'e göre; araştırmanın bağımsız değişkenleri birlikte, psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumu puanları ile anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki vermektedir, $R = .47$, $R^2 = .22$, $p < .01$. Bağımsız değişkenlerin tamamı psikolojik ihtiyaç doyumunu anlamlı düzeyde yordamakta [$F_{(3,346)} = 32.31$; $p = .01$] ve psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumundaki toplam varyansın yaklaşık %22'sini açıklamaktadır. Psikolojik danışma öz-yeterliği alt boyutlarının ihtiyaç doyumunda hesaplanan etki büyüklüğü [eta-kare (η^2)] değeri .28 düzeyindedir ve büyük derecede bir etki büyüklüğüne sahiptir. Araştırmanın bu bulgusuna göre psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumununun %28'sinin psikolojik danışma öz-yeterliği alt boyutlarına bağlı olduğu söylenebilir. Ayrıca β katsayıları incelendiğinde; oturum yönetmeye ve danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterlik alt boyutlarının bağımsız birer değişken olarak psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumuna pozitif yönde ve anlamlı düzeyde etki ettiği tespit edilmiştir ($p < .05$). Fakat yardım becerileri öz-yeterliği boyutunun bağımsız birer değişken olarak psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumunda anlamlı bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir ($p > .05$). Araştırmanın bu bulgusuna göre psikolojik danışma öz-yeterliğinin psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumlarının önemli bir yordayıcısı olduğu söylenebilir.

Aşağıdaki bölümde araştırmanın ikinci problemi olan psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumunun demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Tablo 4. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Cinsiyete Göre Betimsel İstatistikler

	Cinsiyet	n	\bar{x}	ss
Psikolojik Danışma Öz-yeterliği	Erkek	105	269.60	42.00
	Kadın	245	261.44	42.11
	Total	350	263.89	42.19
Psikolojik İhtiyaç Doyumu	Erkek	105	108.27	16.42
	Kadın	245	109.58	15.98
	Total	350	109.18	16.10

Tablo 4'ten hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumları cinsiyete göre incelendiğinde; grupların birbirlerinden farklı puan aldıkları belirlenmiştir. Bu farkın anlamlılık düzeyini belirleyebilmek için MANOVA analizi yapılmıştır.

Tablo 5. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Cinsiyete Göre MANOVA Analizi

Etki	Wilks' λ	F	Hipotez sd	Hata sd	p	η^2
Cinsiyet	.99	2.63	2	347	.07	.02

Tablo 5'ten hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile ihtiyaç doyumlarının cinsiyete göre anlamlı bir fark belirlenememiştir ($p>.05$).

Tablo 6. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Cinsiyete Göre Kıyaslama

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2	Fark
Cinsiyet	Psk. Dan. Öz-yeterliği	4888.17	1.00	4888.17	2.76	.10	.01	
	İhtiyaç Doyumu	125.91	1.00	125.91	.48	.49	.00	
Hata	Psk. Dan. Öz-yeterliği	616187.71	348.00	177.65				
	İhtiyaç Doyumu	90344.39	348.00	259.61				
Toplam	Psk. Dan. Öz-yeterliği	24994616.00	35.00					
	İhtiyaç Doyumu	4262784.00	35.00					

Tablo 6'dan hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumlarında kadınların ve erkeklerin birbirlerine denk puan aldıkları belirlenmiştir. Araştırmanın bu bulgusuna göre psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliği ve ihtiyaç doyumu toplam puanlarının cinsiyete farklılaşmadığı söylenebilir. Ayrıca psikolojik danışma öz-yeterliği ve ihtiyaç doyumu toplam puanlarının cinsiyet için hesaplanan etki büyüklüğü [eta-kare (η^2)] değerleri sırasıyla .01 ve .00 düzeyindedir ve her iki değişken için de cinsiyetin küçük derecede bir etki büyüklüğüne sahip olduğu söylenebilir.

Tablo 7. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Kıdeme Göre Betimsel İstatistikler

	Mesleki Kıdem	n	\bar{x}	ss
Psikolojik Danışma Öz-yeterliği	5 yıl ve daha az	166	254.28	39.98
	6-10 yıl	132	265.96	40.58
	11 yıl ve üzeri	52	289.31	42.50
	Toplam	350	263.89	42.19
Psikolojik İhtiyaç Doyumu	5 yıl ve daha az	166	109.14	16.55
	6-10 yıl	132	107.27	15.04
	11 yıl ve üzeri	52	114.17	16.51
	Toplam	350	109.18	16.10

Tablo 7'den hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumları mesleki kıdeme göre incelendiğinde; grupların birbirlerinden farklı puan aldıkları belirlenmiştir. Bu farkın anlamlılık düzeyini belirleyebilmek için MANOVA analizi yapılmıştır.

Tablo 8. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Kıdeme Göre MANOVA Analizi

Etki	Wilks' λ	F	Hipotez sd	Hata sd	p	η^2
Kıdem	.91	8.71	4	692	.01	.05

Tablo 8'den hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumlarında mesleki kıdeme göre anlamlı fark belirlenmiştir ($p < .05$).

Tablo 9. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Kıdeme Göre Kıyaslama

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2	Fark
Kıdem	Psk. Dan. Öz-yeterliği	49482.29	2.00	24741.15	15.02	.01	.08	3>1,2
	İhtiyaç Doyumu	1776.86	2.00	888.43	3.48	.03	.02	3>2
Hata	Psk. Dan. Öz-yeterliği	571593.58	347.00	1647.24				
	İhtiyaç Doyumu	88693.44	347.00	255.60				
Toplam	Psk. Dan. Öz-yeterliği	24994616.00	35.00					
	İhtiyaç Doyumu	4262784.00	35.00					

Tablo 9'dan hareketle, 11 yıl ve daha fazla mesleki kıdemi olan psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği puanlarının 6-10 yıl aralığında ve 5 yıl ve daha az mesleki kıdeme sahip psikolojik danışmanların puanından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, 11 yıl ve daha fazla mesleki kıdemi olan psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumu puanlarının 6-10 yıl aralığında mesleki kıdeme sahip psikolojik danışmanların puanından anlamlı düzeyde yüksektir. Araştırmanın bu bulgusuna göre psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliği ve ihtiyaç doyumu toplam puanlarının mesleki kıdeme göre artış gösterdiği söylenebilir. Ayrıca psikolojik danışma öz-yeterliği toplam puanının mesleki kıdem için hesaplanan etki büyüklüğü [eta-kare (η^2)] değeri .08 düzeyinde orta derecede ve ihtiyaç doyumu toplam puanı için .02 olarak küçük derecede bir etki büyüklüğüne sahiptir.

Tablo 10. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Gelişim Programına Katılım Sayısına Göre Betimsel İstatistikler

	Katılım Sayısı	n	\bar{x}	ss
Psikolojik Danışma Öz-yeterliği	5 kez ve altı	130	257.94	42.10
	6-10 kez	104	261.30	39.58
	11-15 kez	44	270.59	39.84
	16 kez ve üzeri	72	274.29	45.62
	Toplam	350	263.89	42.19
Psikolojik İhtiyaç Doyumu	5 kez ve altı	130	107.96	17.41
	6-10 kez	104	106.06	15.31
	11-15 kez	44	113.32	12.89
	16 kez ve üzeri	72	113.38	15.41
	Toplam	350	109.18	16.10

Tablo 10'dan hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumları mesleki gelişim programlarına katılım sayısına göre incelendiğinde; grupların birbirlerinden farklı puan aldıkları belirlenmiştir. Bu farkın anlamlılık düzeyini belirleyebilmek için MANOVA analizi yapılmıştır.

Tablo 11. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Gelişim Programlarına Katılım Sayısına Göre MANOVA Analizi

Etki	Wilks' λ	F	Hipotez sd	Hata sd	p	η^2
Katılım S.	.95	2.73	6	690	.01	.02

Tablo 11'den hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumlarında mesleki gelişim programlarına katılım sayısına göre anlamlı fark belirlenmiştir ($p < .05$).

Tablo 12. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Mesleki Gelişim Programlarına Katılım Sayısına Göre Kıyaslama

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2	Fark
Katılım Sayısı	Psk. Dan. Öz-yeterliği	15069.10	3.00	5023.03	2.87	.04	.02	4>1,2
	İhtiyaç Doyumu	3227.42	3.00	1075.81	4.27	.01	.04	4>1,2
Hata	Psk. Dan. Öz-yeterliği	606006.78	346.00	1751.46				
	İhtiyaç Doyumu	87242.88	346.00	252.15				
Toplam	Psk. Dan. Öz-yeterliği	24994616.00	35.00					
	İhtiyaç Doyumu	4262784.00	35.00					

Tablo 12’den hareketle, 16 kez ve üzerinde mesleki gelişim programlarına katılan psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumu puanlarının 6-10 kez aralığında ve 5 kez ve altında mesleki gelişim programlarına katılan psikolojik danışmanların puanından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmanın bu bulgusuna göre psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliği ve ihtiyaç doyumu toplam puanlarının mesleki gelişim programlarına katılma sayısına göre artış gösterdiği söylenebilir. Ayrıca psikolojik danışma öz-yeterliği ile ihtiyaç doyumu toplam puanlarının mesleki gelişim programlarına katılma için hesaplanan etki büyüklüğü [eta-kare (η^2)] değerleri sırasıyla .02 ve .04 düzeyindedir ve her iki değişken için de mesleki gelişim programlarına katılma sayısının küçük derecede bir etki büyüklüğüne sahip olduğu söylenebilir.

Tablo 13. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Akademik Dereceye Göre Betimsel İstatistikler

	Akademik Derece	n	\bar{x}	ss
Psikolojik Danışma Öz-yeterliği	Lisans	313	262.97	41.93
	Yüksek Lisans	37	271.68	44.11
	Toplam	350	263.89	42.19
Psikolojik İhtiyaç Doyumu	5 kez ve altı	313	108.35	16.27
	16 kez ve üzeri	37	116.22	12.74
	Toplam	350	109.18	16.10

Tablo 13'ten hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumları akademik dereceye göre incelendiğinde; grupların birbirlerinden farklı puan aldıkları belirlenmiştir. Bu farkın anlamlılık düzeyini belirleyebilmek için MANOVA analizi yapılmıştır.

Tablo 14. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Akademik Dereceye Göre MANOVA Analizi

Etki	Wilks' λ	F	Hipotez sd	Hata sd	p	η^2
Akademik D.	.98	4.02	2	347	.02	.02

Tablo 14'ten hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumlarında akademik dereceye göre anlamlı fark belirlenmiştir ($p < .05$).

Tablo 15. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Akademik Dereceye Göre Kıyaslama

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2	Fark
Akademik Derece	Psk. Dan. Öz-yeterliği	2507.02	1.00	2507.02	1.41	.24	.00	
	İhtiyaç Doyumu	2046.69	1.00	2046.69	8.05	.01	.02	2>1
Hata	Psk. Dan. Öz-yeterliği	618568.85	348.00	1777.50				
	İhtiyaç Doyumu	88423.61	348.00	254.09				
Toplam	Psk. Dan. Öz-yeterliği	24994616.00	35.00					
	İhtiyaç Doyumu	4262784.00	35.00					

Tablo 15'ten hareketle, psikolojik danışma öz-yeterliği akademik dereceye göre grupların birbirlerine denk oldukları belirlenmiştir. Fakat yüksek lisans mezunu psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumu puanlarının lisans mezunu psikolojik danışmanların puanından anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik ihtiyaç doyumu toplam puanının akademik dereceye göre artış gösterdiği, fakat psikolojik danışma öz-yeterliği toplam puanının akademik dereceye göre değişmediği söylenebilir. Ayrıca psikolojik danışma öz-yeterliği ve ihtiyaç doyumu toplam puanlarının akademik derece için hesaplanan etki büyüklüğü [eta-kare (η^2)] değerleri sırasıyla .00 ve .02 düzeyindedir ve her iki değişken için de akademik derecenin küçük derecede bir etki büyüklüğüne sahip olduğu söylenebilir.

Tablo 16. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Çalışan Kurum Türüne Göre Betimsel İstatistikler

	Kurum Türü	n	\bar{x}	ss
Psikolojik Danışma Öz-yeterliği	İlkokul	102	264.43	37.01
	Ortaokul	128	258.63	43.90
	Lise	87	271.68	42.53
	Ram	33	262.09	47.90
	Total	350	263.89	42.19
	Psikolojik İhtiyaç Doyumu	İlkokul	102	111.38
Ortaokul		128	107.17	15.97
Lise		87	111.36	15.48
Ram		33	104.45	15.92
Total		350	109.18	16.10

Tablo 16'dan hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumları çalışılan kurum türüne göre incelendiğinde; grupların birbirlerinden farklı puan aldıkları belirlenmiştir. Bu farkın anlamlılık düzeyini belirleyebilmek için MANOVA analizi yapılmıştır.

Tablo 17. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Çalışılan Kurum Türüne Göre MANOVA Analizi

Etki	Wilks' λ	F	Hipotez sd	Hata sd	p	η^2
Kurum Türü	.97	1.91	6	690	.08	.02

Tablo 17'den hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumlarında çalışılan kurum türüne göre anlamlı fark belirlenmemiştir ($p>.05$).

Tablo 18. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Çalışılan Kurum Türüne Göre Kıyaslama

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2	Fark
Kurum Türü	Psk. Dan. Öz-yeterliği	8951.40	3.00	2983.80	1.69	.17	.01	
	İhtiyaç Doyumu	2159.85	3.00	719.95	2.82	.06	.02	
Hata	Psk. Dan. Öz-yeterliğ	612124.48	346.00	1769.15				
	İhtiyaç Doyumu	8831.44	346.00	255.23				
Toplam	Psk. Dan. Öz-yeterliği	24994616.00	35.00					
	İhtiyaç Doyumu	4262784.00	35.00					

Tablo 18'den hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumlarında farklı kurum türlerinde çalışan psikolojik danışmanların birbirlerine denk puan aldıkları belirlenmiştir. Araştırmanın bu bulgusuna göre psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliği ve ihtiyaç doyumunu toplam puanlarının çalışılan kurum türüne göre farklılaşmadığı söylenebilir. Ayrıca psikolojik danışma öz-yeterliği ile ihtiyaç doyumunu toplam puanlarının çalışılan kurum türü için hesaplanan etki büyüklüğü [eta-kare (η^2)] değerleri sırasıyla .01 ve .02 düzeyinde olup her iki değişken için de çalışılan kurum türünün küçük derecede bir etki büyüklüğüne sahip olduğu söylenebilir.

Tablo 19. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Öğrenci Sayısına Göre Betimsel İstatistikler

	Öğrenci Sayısı	n	\bar{x}	ss
Psikolojik Danışma Öz-yeterliği	1-200	53	264.49	40.53
	201-400	118	257.56	44.14
	401-600	68	270.79	40.97
	601 ve üzeri	111	266.11	41.20
	Toplam	350	263.89	42.19
Psikolojik İhtiyaç Doyumu	1-200	53	104.96	16.06
	201-400	118	108.28	16.87
	401-600	68	111.53	16.22
	601 ve üzeri	111	110.72	14.90
	Toplam	350	109.18	16.10

Tablo 19'dan hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumları öğrenci sayısına göre incelendiğinde; grupların birbirlerinden farklı puan aldıkları belirlenmiştir. Bu farkın anlamlılık düzeyini belirleyebilmek için MANOVA analizi yapılmıştır.

Tablo 20. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Öğrenci Sayısına Göre MANOVA Analizi

Etki	Wilks' λ	F	Hipotez sd	Hata sd	p	η^2
Öğrenci S.	.97	1.79	6	690	.10	.02

Tablo 20'den hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumlarında öğrenci sayısına göre anlamlı fark belirlenememiştir ($p>.05$).

Tablo 21. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Öğrenci Sayısına Göre Kıyaslama

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2	Fark
Öğrenci Sayısı	Psk. Dan. Öz-yeterliği	8535.72	3.00	2845.24	1.61	.19	.01	
	İhtiyaç Doyumu	1677.32	3.00	559.11	2.18	.09	.02	
Hata	Psk. Dan. Öz-yeterliği	61254.15	346.00	177.35				
	İhtiyaç Doyumu	88792.98	346.00	256.63				
Toplam	Psk. Dan. Öz-yeterliği	24994616.00	35.00					
	İhtiyaç Doyumu	4262784.00	35.00					

Tablo 21’den hareketle, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumlarında farklı öğrenci sayısına sahip psikolojik danışmanların birbirlerine denk puan aldıkları belirlenmiştir. Araştırmanın bu bulgusuna göre psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliği ve ihtiyaç doyumu toplam puanlarının çalışılan kurumda sorumlu olunan öğrenci sayısına göre değişmediği söylenebilir. Ayrıca psikolojik danışma öz-yeterliği ile ihtiyaç doyumu toplam puanlarının çalışılan kurumda sorumlu olunan öğrenci sayısı için hesaplanan etki büyüklüğü [eta-kare (η^2)] değerleri sırasıyla .01 ve .02 düzeyindedir ve her iki değişken için de öğrenci sayısının küçük derecede bir etki büyüklüğüne sahip olduğu söylenebilir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

5.1. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği İle Psikolojik İhtiyaç Doyumu Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu araştırmanın bağımsız değişkeni olan psikolojik danışma öz-yeterliği ile bağımlı değişkeni olan psikolojik ihtiyaç doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Psikolojik danışmanların, psikolojik danışma öz-yeterliği ölçeği puanları yükseldikçe ihtiyaç doyumu ölçeği puanlarının da yükseldiği görülmüştür. Araştırmada ayrıca psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliklerinin, psikolojik ihtiyaç doyumunu yordayıp yordamadığı da incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda elde edilen bulgular incelendiğinde, psikolojik danışma öz-yeterliği alt boyutları bir bütün olarak, psikolojik ihtiyaç doyumunu anlamlı olarak yordadığı ve psikolojik ihtiyaç doyumu varyansının %22'sini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç doğrultusunda psikolojik danışmaların danışma yapmaya ilişkin öz-yeterlikleri, psikolojik ihtiyaç doyumunun önemli bir yordayıcısıdır. Buradan yola çıkarak, psikolojik danışma öz-yeterliğinin artmasıyla danışmanların, etkili danışma yapmaya yönelik kendilerine güvenleri ve inançlarıyla birlikte (Larson vd., 1992) benlik saygılarının da yükselmesi sonucunda (Bandura, 1997) psikolojik ihtiyaç doyumlarının olumlu etkilendiği söylenebilir. Etkili danışmalar yürüten psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliklerinin yüksek olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla yüksek öz-yeterliğe sahip psikolojik danışmanlar, zorlu bir işin üstesinden gelme, bir işte ilerleme ve ustalaşma ihtiyacı olan yetkinlik ihtiyacını (Filak ve Sheldon, 2003), etkili danışmalar gerçekleştirerek doyummuş olurlar. Bununla beraber psikolojik danışmanların, danışma sürecinde kimsenin baskısı olmadan profesyonel çerçevede davranışlarını düzenlemeleri ve karar vermeleri özerklik ihtiyaçlarını; danışmanlarıyla yakın ilişkiler içinde olmaları ise diğer psikolojik ihtiyaçlardan ilişkili olma ihtiyaçlarını doyurmaktadır. Sonuç olarak, danışma öz-yeterliği yüksek olan psikolojik danışmanlar, etkili danışmalar gerçekleştirmeye olan inançları sayesinde psikolojik ihtiyaçlarının doyumuna katkı sağladıkları söylenebilir.

Araştırma sonuçları incelendiğinde, katılımcıların psikolojik ihtiyaç doyumları üzerinde, psikolojik danışma öz-yeterliği alt boyutlarından oturum yönetmeye ve danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterliğin etkisi olduğu görülmüştür. Fakat yardım becerileri öz-yeterliğinin psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumlarına etki etmediği elde edilen diğer

bulgularındandır. Bunun sebebi oturma yönetmenin ve zorlu danışmanlık süreçlerinin yardım becerilerine göre daha üst düzey ve daha fazla deneyimle edinilen beceriler olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Dolayısıyla bu becerilere ilişkin öz-yeterliği yüksek psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumlarına olumlu yönde katkı sağladıkları söylenebilir. Özellikle yetkinlik ihtiyacının daha yeni ve üst düzey beceriler edinilerek tatmin edildiği (Deci ve Ryan, 1985a) görüşü de bu sonucu destekler niteliktedir.

Literatürde araştırma sonucuyla paralel şekilde öz-yeterlik ile psikolojik ihtiyaç doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu belirten çalışmalar vardır (Sarı vd., 2011; Cho vd., 2015; Klaijsen vd., 2017; Zhen vd., 2017; Babenko ve Oswald, 2018; Kassis vd., 2019; Macakova ve Wood, 2020). Fakat bu araştırmaların çoğunda ihtiyaç doyumunun öz-yeterliği yordadığı sonucuna ulaşılmışken literatürde sadece Kassis ve diğerlerinin (2019) yaptığı çalışmada öz-yeterliğin ihtiyaç doyumunu yordadığı sonucu, bu araştırmanın sonucunu desteklemektedir. Bu sonuca paralel olarak ele alınabilecek diğer çalışmalarda ise, öz-yeterliğin iyi oluşu yordadığı (Siddiqui, 2015) ve psikolojik danışma öz-yeterliğinin iyi oluşu yordadığı (Özgönül, 2019) sonuçlarına ulaşılmıştır.

Psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliklerinin güçlenmesi psikolojik ihtiyaçlarının doyurulmasına önemli ölçüde katkı sağladığı araştırmanın bulgularında elde edilmiştir. Dolayısıyla psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliklerinin artmasıyla hem mesleki hem de genel yaşam doyumlarının tatmin edilmesine, psikolojik açıdan kendilerini daha üretken, daha yetkin ve daha değerli hissetmelerine yardımcı olduğu söylenebilir. Dolayısıyla danışma öz-yeterliği psikolojik danışmanların genel ruh sağlıklarını nihai anlamda da kendini gerçekleştirme ihtiyaçlarını karşılamalarına katkı sağladığı söylenebilir.

5.2. Psikolojik Danışma Öz-yeterliğinin Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasının Tartışılması

Bu bölümde psikolojik danışma öz-yeterliğinin cinsiyet, mesleki kıdem, mesleki gelişim programlarına katılma sayısı, elde edilen son akademik derece, çalışılan kurum türü ve çalışılan kurumda sorumlu olunan öğrenci sayısı değişkenlerine göre elde edilen bulgular incelenmiştir.

Bu araştırmada MEB'e bağlı kurumlarda çalışan psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliklerinin cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Bu araştırma bulgusu ile paralel sonuçlar içeren literatürde birçok araştırma bulunmaktadır

(Larson vd., 1992; Yiyit, 2001; Milner ve Hoy 2004; Aksoy ve Diken, 2009; Bilgiç, 2011; Satıcı, 2014; Hayran, 2019). Aynı zamanda bu araştırma bulgusuyla çelişen Gündüz ve Çelikkaleli (2009) tarafından yapılan araştırmada, kadın okul psikolojik danışmanlarının erkeklere mesleki öz-yeterliklerinin daha yüksek olduğu, Tokyürekli (2020) tarafından yürütülen çalışmada ise erkeklerin psikolojik danışma yapmaya yönelik öz-yeterliklerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde bu konuda genel bir bulgunun yer almamasının sebebi olarak cinsiyet ve psikolojik danışma öz-yeterliği arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı söylenebilir.

Araştırmanın bir diğer sonucuna göre, psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliklerinin mesleki kıdeme göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. 11 yıl ve üzeri mesleki kıdemi olan psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliği puanlarının 6-10 yıl aralığında ve 5 yıl ve daha az mesleki kıdeme sahip psikolojik danışmanların puanından anlamlı düzeyde yüksektir. Bu sonuç doğrultusunda psikolojik danışmanların mesleki kıdeminin artması danışma yapmaya ilişkin öz-yeterliklerini olumlu etkilediği görülmektedir. Mesleki kıdem ile beraber psikolojik danışma öz-yeterliğinin artması kıdemin meslekte edinilen tecrübeyle beraber daha fazla danışma deneyimi ve daha farklı danışanla (öğrenciyle) çalışma fırsatı sağlamasından kaynaklandığı söylenebilir. Bu araştırma sonucu Larson'un (1977) psikolojik danışma öz-yeterliğinin önemli kaynaklarından biri olan uzmanlığın, meslekte edinilen deneyimlerle artarak danışmanların başarılı oturumlar gerçekleştirmelerine yönelik algılarını olumlu etkilediği görüşü ile desteklenmektedir. Meslekte edinilen tecrübe ve mesleki kıdemin psikolojik danışma öz-yeterliğini arttırdığına dair benzer sonuçlar bulan araştırmalar literatürde oldukça fazladır (Yiyit, 2001; Tang, Addison, Lasure-Bryant, Norman, Connel ve Steawart-Sicking, 2004; Bodenhorn ve Skaggs, 2005; Aksoy ve Diken, 2009; Gündüz ve Çelikkaleli, 2009; Bakar, 2011; Bilgiç, 2011; Asarlı, 2012; Satıcı, 2014). Fakat araştırmanın bu sonucunun aksine psikolojik danışmanların öz-yeterliklerinin kıdeme göre değişmediği sonucuna ulaşan araştırmalar da literatürde bulunmaktadır (Taytaş, 2013; McCarthy, 2014; Yaka, 2015; Yayla, 2016).

Psikolojik danışma öz-yeterliği, mesleki gelişim programlarına katılma sayısına göre incelendiğinde anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. 16 kez ve üzerinde mesleki gelişim programlarına katılan psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği puanlarının 6-10 kez aralığında ve 5 kez ve altında mesleki gelişim programlarına katılan psikolojik danışmanların puanından anlamlı düzeyde yüksektir. Bu bulgu doğrultusunda süpervizyon uygulamaları, danışmanlık becerileri eğitimi ve hizmet içi eğitimler gibi mesleki gelişim

programlarına daha fazla katılan psikolojik danışmanların öz-yeterliklerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Dolayısıyla mesleki gelişim programlarına aktif olarak katılan psikolojik danışmanların alana dair yeni bilgi, beceri ve danışmanlık deneyimleri edinerek danışma yapmaya ilişkin öz-yeterliklerini arttırdıkları söylenebilir. Araştırmanın bu sonucu, Larson'un (1977) psikolojik danışma öz-yeterliği kaynaklarından biri olan model almanın (eğitimlerde başarılı danışmalara dair izlenen video kayıtları ve süpervizyon eğitimleri gibi) psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliklerini arttırdığına dair görüşü ile desteklenmektedir. Dolayısıyla her bir mesleki gelişim deneyimi psikolojik danışmanların danışma yapmaya ilişkin motivasyonlarını artırmış olabilir. Ayrıca araştırma bulgusuyla paralellik gösteren Yam'ın (2014) çalışmasında lisans eğitimi dışında başka danışmanlık eğitimi alanların almayanlara göre öz-yeterliklerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliklerinin lisans ve yüksek lisans mezuniyetine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Literatürde psikolojik danışma öz-yeterliğinin akademik dereceye göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar bulunmakla beraber (Erkan, 2011; McCarthy, 2014; Aydın, Odacı ve Kahveci, 2017) birçok araştırma elde edilen son akademik derecenin artmasıyla psikolojik danışma öz-yeterliğinin de arttığına yöneliktir (Yam, 2014; Ganske, Gnilka, Ashby ve Rice, 2015). Araştırmada doktora gibi daha üst düzey akademik dereceden mezun olan katılımcıların olmaması ve yüksek lisans katılımcısının sayıca az olmasının bu sonuca etki ettiği söylenebilir. Aynı zamanda farklılaşmanın çıkmaması yüksek lisans programlarında psikolojik danışma uygulamasına dönük içeriğin fark yaratacak kadar etkili olmadığı söylenebilir.

Psikolojik danışma öz-yeterliği çalışılan kurum türüne göre ilkökul, ortaokul, lise ve RAM'da çalışan katılımcıların puanlarında anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Bu araştırma sonucuna göre psikolojik danışmanların öz-yeterliklerinin çalıştıkları kurum türüne bağlı olarak değişmediği söylenebilir. Bunun sebebi lisans eğitimde tüm kademelere dönük psikolojik danışma eğitimi alınması ve çalışılan kurumlarda benzer çalışmaların yapılmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Aynı zamanda Larson'un (1998) psikolojik danışma öz-yeterliğinin daha çok kendi deneyimlerinden elde ettiği çıkarımlardan ve kendine yakın gördüğü meslektaşlarından etkilendiği düşüncesi doğrultusunda kurum türünün etkisinin azaldığı söylenebilir. Bununla beraber ilkökul, ortaokul ve lise gibi kurumlarda RAM'lara göre daha farklı çalışmalar yürütülmesine rağmen RAM'lara ait sonucun değişmediği de görülmüştür. Literatürde araştırma sonuçları genellikle araştırmanın bu sonucunu destekler nitelikte, psikolojik danışma öz-yeterliğinin kurum türüne bağlı olarak

farklılaşmadığı yönündedir (Gündüz ve Çelikkaleli, 2009; Asarlı, 2012; Erkan, 2014; Yam, 2014). Buna karşın, Özgün (2007) araştırmasında lisede görev yapan psikolojik danışmanların öz-yeterliklerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşması kurum türüne bağlı olarak farklılaşmanın görülebileceğini de işaret etmektedir.

Psikolojik danışma öz-yeterliğinin, farklı sayıda öğrenciden sorumlu olan psikolojik danışmanlar arasında farklılaşmadığı görülmüştür. Bu sonuca göre fazla öğrencisi olan psikolojik danışmanların iş yüküne rağmen psikolojik danışma yapmaya yönelik öz-yeterliklerinin olumsuz etkilenmediği düşünülmektedir. Bu bulgu literatürde Asarlı'nın (2012) yaptığı çalışmayla paralellik göstermektedir. Asarlı (2012), çalışmasında öğrenci sayısına göre okul psikolojik danışmanı öz-yeterliğinin değişmediği sonucuna ulaşmıştır. Fakat Yiyit (2001) fazla öğrencisi bulunan okul psikolojik danışmanlarının öz-yeterliklerini az öğrenciden sorumlu olanlara göre daha yüksek olduğunu, Gündüz ve Çelikkaleli (2009) ise az öğrencisi bulunan psikolojik danışmanların mesleki öz-yeterlikleri, fazla öğrenciden sorumlu olanlara göre daha yüksek olarak bulmuştur. Araştırma sonuçlarındaki farklılığın sebebi analizlerin farklı sayıdaki gruplar arasında yapılmasından kaynaklandığı söylenebilir. Aynı zamanda bu çalışmada kurum türü, öğrenci sayısı gibi değişkenlerde farklılaşmanın çıkmaması, Bandura'ya (2001) göre bireylerin öz-yeterliklerini en çok etkileyen faktörün bireyin kendi deneyimlerine ilişkin çıkarımları olduğundan, dışsal faktörlerden çok bireyin içsel faktörlerinin öz-yeterlikte etkili olduğu görüşü ile açıklanabilir.

5.3. Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasının Tartışılması

Psikolojik danışmanların psikolojik ihtiyaç doyumları cinsiyete göre incelendiğinde; erkekler ve kadınların puanlarında anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Sarı ve diğerlerinin (2011) üniversite öğrencileriyle; Gündoğdu ve Yavuzer'in (2012) eğitim fakültesi öğrencileri ile yürüttükleri çalışmalarda, psikolojik ihtiyaç doyumunun cinsiyet açısından farklılaşmadığı sonucu araştırmanın bu sonucunu desteklemektedir. Yine benzer bir sonuç Çevik'in (2018) beden eğitimi öğretmenleri ile yürüttüğü çalışmada da elde edilmiştir. Fakat literatürde genellikle temel psikolojik ihtiyaçlardan ilişkili olma ihtiyaç doyumunun kadınlarda erkeklere göre daha yüksek düzeyde olduğu yer almaktadır (Türk, 2013; Cihangir-Çankaya, 2009a; Arslan, 2020). Araştırma sonuçlarındaki bu farklılığın sebebi katılımcıların farklı örneklem gruplarından kaynaklandığı söylenebilir.

Psikolojik ihtiyaç doyumunu mesleki kıdeme göre incelendiğinde; gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. 11 yıl ve üzerinde mesleki kıdeme sahip psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumunu puanları 6-10 yıl aralığında mesleki kıdeme sahip psikolojik danışmanların puanından anlamlı düzeyde yüksektir. Psikolojik danışmanların kıdemlerinin artması, psikolojik ihtiyaç doyumlarını olumlu olarak etkilediği söylenebilir. Mesleki kıdemi artan psikolojik danışmanın, kendini çalıştığı kuruma daha fazla ait hissederek meslektaşları ile daha iyi iletişim kurmaları ilişkili olma ihtiyaını; mesleği yerine getirdikçe daha fazla deneyim kazanması ise yetkinlik ihtiyaını doydurduğu söylenebilir. Bununla beraber kıdemi daha fazla olan psikolojik danışmanların meslekte yeni olan danışmanlara göre daha özerk davrandıkları ve özerklik ihtiyaını daha fazla doydurdıkları söylenebilir. Bunun sebebi mesleğin esnek bir çalışma programı dāhilinde icra edilmesi, kendine ait bir odanın olması ve bağımsız çalışma imkānı sunması olabilir. Araştırmanın bu sonucu, evik'in (2018) beden eğitimi öğretmenleri ile yürüttüğü araştırmada ve Türk'n (2013) akademisyenlerle yaptığı çalışmada mesleki kıdemin artmasıyla ilişkili olma ihtiyaının doyum düzeyinin de arttığı sonucu ile paralellik göstermektedir. Fakat Kaya'nın (2015) araştırmasında hizmet yılı fazla olan hemşirelerin ihtiyaç doyumunun daha az olduğu sonucu, bu araştırmanın sonucu ile çelişmektedir.

Psikolojik danışmanların psikolojik ihtiyaç doyumları mesleki gelişim programlarına katılma sayısına göre incelendiğinde; gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. 16 kez ve üzerinde mesleki gelişim programına katılan psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumunu puanları 6-10 kez aralığında ve 5 kez ve altında mesleki gelişim programına katılan psikolojik danışmanların puanından anlamlı düzeyde yüksektir. Mesleki gelişim programlarına daha fazla katılan psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumunun daha yüksek olduğu söylenebilir. Araştırmanın bu sonucu, Deci ve Ryan'ın (1985b) bireyin, yetkinlik ihtiyaını ancak yeni bilgi ve beceriler edinerek ve bunları deneyimleyerek doydurduğunu aksi durumda sürekli tekrarlanan becerinin eskimesi sonucunda yetkinlik ihtiyaının doyurulamadığı görüşü ile desteklenmektedir. Dolayısıyla psikolojik danışmanlar, yeni bilgi ve beceriler edindikleri mesleki gelişim programlarına katılarak yetkinlik ihtiyaçlarını aynı zamanda eğitimlerde tanıştıkları meslektaşları ile sosyal ağlarını genişleterek ilişkili olma ihtiyaçlarını doydurdıkları söylenebilir.

Psikolojik ihtiyaç doyumunu elde edilen son akademik dereceye göre incelendiğinde; yüksek lisans mezunu psikolojik danışmanların lehine farklılaştığı görülmüştür. Psikolojik danışmanların yüksek lisans eğitimi almalarının daha fazla sosyal ilişki içinde olarak ilişkili

olma ihtiyaçlarını, kendi istek ve iradelerine göre karar vererek özerklik ihtiyaçlarını ve alanlarında daha fazla bilgi ve beceri edinerek yetkinlik ihtiyaçlarını doyurdukları düşünülmektedir. Araştırmanın bu sonucu ile paralel bir şekilde Arslan'ın (2020) çalışmasında eğitim düzeyi ile ihtiyaç doyumu arasında özerklik ve ilişkili olma alt boyutunda anlamlı bir fark bulunurken yetkinlik alt boyutunda anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Eğitim düzeyiyle beraber psikolojik ihtiyaç doyumlarının da arttığı Yaldır'ın (2018) çalışmasında elde edilmiştir. Fakat Çevik'in (2018) beden eğitimi öğretmenlerinin katılımıyla gerçekleştirdiği ve Türk'ün (2013) akademisyenlerle yürüttüğü araştırmalarda ihtiyaç doyumunun öğrenim durumu değişkenine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Araştırma sonuçlarındaki farklılığın sebebi farklı akademik kademelerle çalışılması olabilir.

Psikolojik danışmanların psikolojik ihtiyaç doyumları çalışılan kurum türüne göre incelendiğinde; gruplar arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Bu sonuca göre psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumlarının kurum türüne göre değişmediği söylenebilir. Bunun sebebi olarak psikolojik danışma öz-yeterliği değişkeni için belirtildiği gibi farklı kurumlarda benzer çalışmaların yürütülmesinden dolayı ihtiyaç doyumu değişkeninin de kurum türüne bağlı olarak farklılaşmadığı düşünülmektedir.

Psikolojik danışmanların psikolojik ihtiyaç doyumları sorumlu olunan öğrenci sayısına göre incelendiğinde; gruplar arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuca göre fazla öğrencisi olan psikolojik danışmanların iş yüküne rağmen ihtiyaç doyumlarının olumsuz etkilenmediği söylenebilir. Psikolojik danışmanların daha çok içsel süreçlerinden etkilenen ihtiyaç doyumları dışsal faktörler olan hem çalışılan kurum türüne hem de öğrenci sayısına bağlı olarak değişmediği görülmüştür.

Bu araştırmanın en güçlü yanı, ulusal ve uluslararası literatürde psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterlikleri ile psikolojik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkiyi araştıran herhangi bir çalışmanın bulunmamasıdır. Bir ilk olarak psikolojik danışma öz-yeterliğinin psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşan bu araştırmanın diğer bir güçlü yönü ise ilk defa doğrudan psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumlarının araştırılmış olmasıdır. Araştırmanın zayıf yönü ise çoğunluğu devlet okulunda çalışan psikolojik danışmanlardan oluşan kısıtlı bir örneklem grubuyla çalışılmış olması ve psikolojik danışmanların çalıştıkları kurumlarda ne kadar bireysel ya da grupla psikolojik danışma yaptıklarına dair herhangi bir bilginin alınmamış olmasıdır.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

1. Psikolojik danışmaların psikolojik danışma öz-yeterlikleri ve alt boyutları ile psikolojik ihtiyaç doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

2. Araştırmada, psikolojik danışma öz-yeterliği alt boyutları bir bütün olarak psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumlarını anlamlı olarak yordamakta ve önemli bir kısmını açıklamaktadır.

3. Psikolojik danışma öz-yeterliği alt boyutlarından oturum yönetmeye ilişkin ve danışma sürecindeki zorluklara ilişkin alt boyutların psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumlarını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde etkilediği fakat yardım becerileri alt boyutunun ihtiyaç doyumuna anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmüştür.

4. Psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliklerinin cinsiyet, elde edilen son akademik derece, kurum türü ve çalışılan kurumda sorumlu olunan öğrenci sayısı değişkenlerine göre farklılaşmadığı görülmüştür.

5. Psikolojik danışmanların psikolojik ihtiyaç doyumlarının cinsiyet, kurum türü ve çalışılan kurumda sorumlu olunan öğrenci sayısı değişkenlerine göre farklılaşmadığı görülmüştür.

6. Psikolojik danışma öz-yeterliği ve psikolojik ihtiyaç doyumunun mesleki kıdeme göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Psikolojik danışma öz-yeterliği ve ihtiyaç doyumunun mesleki kıdeme göre artış gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

7. Psikolojik danışma öz-yeterliği ve psikolojik ihtiyaç doyumunun mesleki gelişim programlarına katılma sayısına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Psikolojik danışma öz-yeterliği ve ihtiyaç doyumunun mesleki gelişim programlarına katılma sayısına göre artış gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

8. Yüksek lisans programı mezunu psikolojik danışmanların ihtiyaç doyum puanlarının lisans mezunu psikolojik danışmanların puanından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

6.2. Öneriler

Bu kısımda araştırmacılara, uygulayıcılara ve psikolojik danışmanlara yönelik önerilere yer verilmiştir.

6.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1- Bu araştırmada MEB'e bağlı kurumlarda çalışan psikolojik danışmanların psikolojik ihtiyaç doyumları varyansının yaklaşık olarak %22'si açıklanmaktadır. Bu bağlamda psikolojik danışmanların ihtiyaç doyumları ile ilişkili olabilecek farklı değişkenleri kapsayan ve ihtiyaç doyumunu varyansının daha büyük bir kısmının açıklandığı çalışmalar yapılabilir.

2- Bu araştırmanın örneklemini, MEB'e bağlı kurumlar olan okullarda ve RAM'larda çalışan psikolojik danışmanlardır. Gelecekte yapılacak araştırmalarda daha geniş bir örneklem grubuyla çalışılarak daha genellenebilir sonuçlar elde edilebilir.

3- Araştırmada elde edilen son akademik derece lisans ve yüksek lisans derecesi ile kısıtlı olduğundan doktora mezunu olan psikolojik danışmanların da yer aldığı araştırmalar yapılabilir.

4- Araştırmanın değişkenleri olan psikolojik danışma öz-yeterliği ile psikolojik ihtiyaç doyumlarının çevreden bağımsız olmadığı bilinmektedir. Psikolojik danışma öz-yeterliği ve psikolojik ihtiyaç doyumunun psikolojik danışmanın çalıştığı kurumdaki meslektaşları ile ilişkilerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılabilir.

5- Sonraki araştırmalarda bireysel görüşme, günlük tutma ve öz değerlendirme formları gibi nitel veri toplama araçlarının kullanımıyla psikolojik danışmanların kendilerini daha iyi ifade etmeleri sağlanabilir. Bu durum araştırma verilerine zenginlik katacaktır.

6.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

1- Araştırmada psikolojik danışmanların danışma öz-yeterliği alt boyutlarından oturma yönetmeye ilişkin ve danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterliklerinin düşük ortalamaya sahip olması verilen danışmanlık eğitimlerinin içeriği ve süpervizyon uygulamalarının yetersizliği ile ilgili olabilir. Bununla beraber psikolojik danışma öz-yeterliğinin yüksek lisans ve lisans programlarına göre farklılaşmaması, yüksek lisans programlarında da danışmanlık eğitimlerinin yeterli olmadığı söylenebilir. Danışmanların sadece lisans düzeyinde danışmanlık eğitimi almalarının yeterli olmadığı yüksek lisans eğitimi ve mesleki kuruluşlardan alınan süpervizyon uygulamaları ile bu becerilerin

geliştirilmesi sağlanabilir. Bunu da Türkiye'deki danışmanlık uygulamalarına yönelik akreditasyon süreçlerinin değiştirilerek sadece lisans programlarında verilen eğitimlerle değil mesleki kuruluşlar tarafından verilecek danışmanlık uygulamalarına yönelik eğitimlerle danışmanlık becerilerinin güçlendirilmesi sağlanabilir.

2- Okul psikolojik danışmanlığı alanındaki yüksek lisans programlarının içeriği danışmanların danışma öz-yeterliklerini arttıracak şekilde süpervizyon uygulamalarına ve danışmanlık eğitimlerine ağırlık verilerek düzenlenebilir.

3- Mesleki kıdemli psikolojik danışma öz-yeterliğini ve ihtiyaç doyumunu olumlu etkilediği sonucu doğrultusunda mesleğe yeni başlayan psikolojik danışmanlar ile daha kıdemli olanların sürekli olarak iş birliği içinde olacakları etkinlikler ve toplantılar düzenlenebilir.

4- Araştırmada mesleki gelişim programlarına katılmanın hem psikolojik danışma öz-yeterliğini hem de ihtiyaç doyumunu olumlu etkilediği görülmüştür. Bu sonuca göre MEB'e bağlı kurumlarda çalışan psikolojik danışmanlara yönelik süpervizyon uygulamaları ve danışmanlık becerilerine yönelik eğitimler içeren hizmet içi eğitimler düzenlenebilir. Bununla beraber psikolojik danışmanlara ihtiyaç doyumlarını arttıracak psiko-eğitim programlarının düzenlenmesi de oldukça faydalı olabilir.

5- MEB'e bağlı kurumlarda çalışan psikolojik danışmanların Bakanlık bünyesinde çalışma ortamlarının ve koşullarının danışmanlık hizmetlerine uygun şekilde düzenlenmesi ve çalışmalarda danışmanlık hizmetlerine yönelik teşvikin artırılması sağlanarak okullarda ve rehberlik araştırma merkezlerinde çalışan psikolojik danışmanların en önemli işi olan danışmanlık hizmetine daha fazla yönelmelerine sebep olabilir.

6.2.3. Psikolojik Danışmanlara Yönelik Öneriler

1- Psikolojik danışmanların mesleki gelişim programlarına katılmaları psikolojik danışma öz-yeterliklerini ve ihtiyaç doyumlarını olumlu etkilediği ve yüksek lisans eğitiminin ihtiyaç doyumunu arttırdığı sonucundan yola çıkarak, psikolojik danışmanların mesleki gelişim programlarına katılmaları ve yüksek lisans eğitimi almaları onlara fayda sağlayacaktır.

2- Psikolojik danışmanlar çalıştıkları kurumlarda danışmanlık hizmetlerine ağırlık vererek edindikleri deneyimlerle daha güçlü psikolojik danışma öz-yeterliğine sahip olabilir ve dolayısıyla iyi oluşlarının önemli bir göstergesi olan psikolojik ihtiyaçlarının doyurulmasına katkı sağlayabilirler.



KAYNAKÇA

- Ağaoğlu, C. (2012). *Cinsiyetleri farklı üniversite ikinci sınıf öğrencilerinin iyilik hali boyutlarına göre öz-yeterlik ve sürekli öfkelerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Ahmet, W. and Bruinsma, M. (2006). A structural model of self-concept, autonomous motivation and academic performance in cross-cultural perspective. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(4), 551-576.
- Akın, A. (2008). Psikolojik iyi olma ölçekleri: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8, 721-750.
- Aksoy, V. ve Diken, H. (2009). Rehber öğretmenlerin özel eğitimde psikolojik danışma ve rehberliğe ilişkin öz-yeterlik algılarının incelenmesi. *İlköğretim Online*, 8(3), 709-719.
- Alderfer, C. P. (1969). An empirical test of a new theory of human needs. *Organizational Behavior and Human Performance*, 4(2), 142-175.
- Alderman, M. K. (2004). *Motivation for achievement: Possibilities for teaching and learning*, (2nd ed.), Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Andersen, S. (2000). Fundamental human needs: Making social cognition relevant. *Psychological Inquiry*, 11(4), 269-276.
- Andersen, S. M., Chen, S. and Carter, C. (2000). Fundamental human needs: Making social cognition relevant. *Psychological Inquiry*, 11(4), 269-318.
- Arslan, A. (2020). *Romantik ilişkilerde ilişki doyumu irrasyonel inançlar ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

- Asarlı, Z. (2012). *Okullarda çalışan psikolojik danışmanların okul psikolojik danışmanı öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Asıcı, E. ve İkiz, F. E. (2019). The prediction of subjective well being in school in terms of school climate and self-efficacy. *Hacettepe University Journal of Education*, 34(3), 621-638. doi: 10.16986/HUJE.2018038523
- Aydemir-Sevim, S. ve Hamamcı, Z. (1999). Psikolojik danışmanların mesleki doyumları ile mesleki yeterlilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 12, 39-46.
- Aydın, F., Odacı, H. ve Kahveci, H. (2017). Psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliliği: Yaşam doyumunu ve umut açısından bir değerlendirme. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 4607-4627. doi:10.14687/jhs.v14i4.4793
- Ayseli, C. (2019). *Temel psikolojik ihtiyaçlar ve kendini bağışlama: duygu düzenleme gücü, suçluluk ve utanç duygularının aracılık rollerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Baard, P. P., Deci, E. L. and Ryan, R. M. (2004). Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and well-being in two work settings. *Journal of Applied Social Psychology*, 34(10), 2045-2068.
- Babenko, O. and Oswald, A. (2018). The roles of basic psychological needs, self-compassion, and self-efficacy in the development of mastery goals among medical students. *Medical Teacher*, 41(4), 478-481.
- Bakar, A. R. (2011). Malaysian counselors' self-efficacy: Implication for career counseling. *International Journal of Business and Management*. 6(9), 141-147.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.

- Bandura, A. (1983). Self-efficacy determinants of anticipated fears and calamities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 464-469.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. New York: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: a social cognitive theory*. Englewood Cliffs. New Jersey: Prentice- Hall, Inc.
- Bandura, A. (1989). Regulation of Cognitive Process Through Perceived Self-efficacy. *Developmental Psychology*, 25(5), 729-735.
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28(2), 117-148.
- Bandura, A. (1994). *Self-efficacy*. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (pp. 71-81). New York: Academic Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. NY: W.H. Freeman and Company.
- Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 21-41.
- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. <http://www.uky.edu/~eushe2/BanduraPubs/BanduraGuide2006.pdf> (28.10.2020).
- Barlow, J., Wright, C. and Cullen, L. (2002). A job-seeking self-efficacy scale for people with physical disabilities: preliminary development and psychometric testing. *British Journal of Guidance and Counselling*, 30, 37–53.
- Baumeister, R.F. and Leary, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.

- Bilgiç, H. (2011). *Rehber öğretmenlerin (psikolojik danışmanların) öz-yeterlilikleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Bisschop, M. I., Knegsman, D. M. W., Beekman, A. T. F. and Deeg, D. J. H. (2004). Chronic diseases and depression: the modifying role of psychosocial resources. *Social Science and Medicine*, 59, 721–733.
- Bodenhorn, N. and Skaggs, G. (2005). Development of the school counselor self-efficacy scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. 38(1), 14-28.
- Boerree, C. G. (2008). Personality theories. <http://webpace.ship.edu/cgboer/maslow.html> (02.10.2020).
- Brookby, S. A. (2004). *Academic self-efficacy and social self-concept of mathematically gifted high school students in a summer residential program*. Unpublished doctoral dissertation, University of Missouri, Kansas.
- Brown, D. and Cinamon, R.G. (2016). Personality traits' effects on self-efficacy and outcome expectations for high school major choice. *Int J Educ Vocat Guidance*, 16, 343–361 <https://doi.org/10.1007/s10775-015-9316-4>
- Bujack, L. K. (2012). *Predicting student persistence in adult basic education using interaction effects among academic self-efficacy and students participation and academic variables*. Unpublished doctoral dissertation, Capella University, Minneapolis.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (İ.D. Erguvan, Çev.). Birinci Basım. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Buyruk-Genç, A. ve Yüksel-Şahin, F. (2020). Psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerinin etkili psikolojik danışman niteliklerine, psikolojik danışma öz-yetkinliğine ve bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 49(2). 794-825.

- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Can, G. (2010). Development of the elementary school counselor self-efficacy scale. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 9, 1158–1161. doi:10.1016/j.sbspro.2010.12.300
- Chirkov, V. and Ryan, R. M. (2001). Parent and teacher autonomy-support in Russian and U.S. adolescents: Common effects on well-being and academic motivation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32, 618–635.
- Cho, Y., Harrist, S., Steele, M. and Murn, L. (2015). College student motivation to lead in relation to basic psychological need satisfaction and leadership self-efficacy. *Journal of College Student Development*, 56(1), 32-44.
- Cihangir-Çankaya, Z. (2005). *Öz belirleme modeli: Özerklik desteği, ihtiyaç doyumu ve iyi olma*. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Cihangir-Çankaya, Z. (2009a). Öğretmen adaylarında temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve iyi olma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(3), 691-711.
- Claiborne, T. T. (2001). *Home and classroom learning environment correlates of academic self-efficacy in middle school mathematics*. Unpublished doctoral dissertation, Louisiana State University, New Orleans.
- 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.
- Corey, G. and Ergene, T. (2008). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuram ve uygulamaları*. Ankara: Mentis Yayıncılık.

- Çapri, B. ve Demiröz, Z. (2016). Duygusal zekâ düzeyi ve psikolojik danışma öz-yeterlik inançları arasındaki ilişkide etkili psikolojik danışman niteliklerinin aracı rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(3), 1037-1048.
- Çelikkaleli, Ö. ve Gündoğdu, M. (2005). Eğitim fakültesi öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları, *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(9), 43–53.
- Çevik, Ö. (2018). *Beden eğitimi öğretmenlerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi: Iğdır ili örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Ağrı.
- Deci, E. L. and Ryan, R. M. (1985a). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L. and Ryan, R. M., (1985b). *The general causality orientations scale: Self determination in personality*. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134.
- Deci, E.L., Vallerand, R.J., Pelletier, L.G. and Ryan, R.M. (1991). Motivation and education: The self-determination perspective. *Educational Psychologist*, 26(3/4), 325-346.
- Deci, E. L. and Ryan, R. M. (2000a). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Deci, E. L. and Ryan, R. M. (2000b). Self-Determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Deci, L. E. and Ryan, M. R. (2008). Hedonia, eudaimonia and wellbeing: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11.
- Doğan, T. and Eryılmaz, A. (2012). Work-related basic need satisfaction and subjective well-being among academicians. *Ege Academic Review*, 12(3) , 383-389. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/eab/issue/39900/473749>

- Erdoğan, A. B. (2018). *Okul psikolojisi danışmanlarının (rehber öğretmenlerin) kullandıkları mizah tarzlarına göre duygu yönetimi becerilerinin ve psikolojik iyi oluşlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Erikson, E. H. (1984). *İnsanın sekiz çağı*. (B. Üstün ve V. Şar, Çev.). Ankara: Birey ve Toplum Yayıncılık.
- Erkan, Z. (2011). *Okul psikolojik danışmanı öz-yeterliğini yordamada eğitim yaşantılarına ilişkin memnuniyetin rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Filak, V. F. and Sheldon, K. M. (2003). Student psychological need satisfaction and college teacher-course evaluations. *Educational Psychology*, 23(3), 235-247.
- Flasch, P., Bloom, Z. D. and Holladay, K. (2016). Self efficacy of counselor trainees in pre-practicum: A phenomenological study. *Journal of Counselor Practice*, 7(1), 1-20.
- Frey, L. M. and Wilhite, K. (2005). Our five basic needs: Application for understanding the function of behavior. *Intervention in School and Clinic*, 40(3), 156-160.
- Friedlander, M. L., Keller, K. E., Peca-Baker, T. A. and Olk, M. E. (1986). Effects of role conflict on counselor trainees' self-statements, anxiety level and performance. *Journal of Counseling Psychology*, 33(1), 73.
- Fromm, E. (1972). *Hürriyetten kaçış*. (A. Yörükhan, Çev.). Ankara: Tur Yayınları.
- Ganske, K. H., Gnilka, P. B., Ashby, J. S. and Rice, K. G. (2015). The relationship between counseling trainee perfectionism and the working alliance with supervisor and client. *Journal of Counseling & Development*, 93(1), 14-24.
- George, D. and Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*. Boston: Pearson.

- Glasser, W. (2001). *Counseling with choice theory: The new reality therapy*. New York: Harper Collins Publishers.
- Glasser, W. (2005). *Kişisel özgürlüğün psikolojisi: Seçim teorisi*. (M. İzmirli, Çev.). İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Goddard, R. G., Hoy, W. K. and Woolfolk-Hoy, A. (2004). Collective efficacy beliefs: Theoretical developments, empirical evidence, and future directions. *Educational Researcher*, 33(3), 3-13.
- Gruber, D. (2011). *The effect of the enhanced summer college readiness program on academic self-efficacy*. Unpublished doctoral dissertation, The University of Toledo, Toledo.
- Gündoğdu, R. ve Yavuzer, Y. (2012). Eğitim fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaçlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 115 – 131.
- Gündüz, B. ve Çelikkaleli, Ö. (2009). Okul psikolojik danışmanlarında mesleki yetkinlik inancı. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 119-133.
- Günel, D. (2020). *Okul psikolojik danışmanlarının mesleki doyumları ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Hackney, H. and Cormier, L. S. (2008). *Psikolojik danışma ilke ve teknikleri: Psikolojik yardım süreci el kitabı*. (T. Ergene, S. Aydemir Sevim, Çev.). Ankara: Mentis.
- Hanson, M. G. (2006). *Counselor self-efficacy: Supervision contributions, impact on performance and mediation of the relationship between supervision and performance*. Unpublished doctoral dissertation, Southern Illinois University, Illinois.

- Harvey, V. S. and Retter, K. (2002). Variation of gender differences between children and adolescents on the four basic psychological needs. *International Journal of Reality Therapy*, 21(2), 33-36.
- Hayran, Y. (2019). *Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma özyeterliğinin duygusal okuryazarlık ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Hazır-Bıkmaz, F. (2006). Öz-yeterlik inançları. Y. Kuzgun ve D. Deryakulu (Ed.). *Eğitimde Bireysel Farklılıklar* (2. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Hefferon, K. and Boniwell, I. (2014). *Pozitif psikoloji kuram, araştırma ve uygulamalar* (T. Doğan, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Hergenhahn, B. R. (2003). *An introduction to theories of personality*. Upper Saddle River, N.J. : Prentice Hall.
- Holzberger, D., Philipp, A. and Kunter, M. (2013). How teachers' self-efficacy is related to instructional quality: A longitudinal analysis. *Journal of Educational Psychology*, 105(3), 774–786.
- Hull, C. L. (1943). *Principles of behavior: An introduction to behavior theory*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Inglewed, D., Markland, D. and Sheppard, K. (2004). Personality and self-determination of exercise behaviour. *Personality And Individual Differences*, 36(8), 1921-1932.
- Israelashviri, M. and 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.

- Iyengar, S. S. and Lepper, M. R. (1999). Rethinking the value of choice: A cultural perspective on intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 349–366.
- İlhan, T. (2009). *Üniversite öğrencilerinin benlik uyumu modeli: yaşam amaçları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- İlhan, T. ve Özbay, Y. (2010). Yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34), 109-118.
- İkiz, E. F. (2010). Psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 25-43.
- İkiz, F. E. (2017). *Etik ilke ve yaklaşımlar kapsamında psikolojik danışma mesleği*. F. E. İkiz (Ed.), *Mesleki etik ve yasal konular içinde* (s. 44–74). İstanbul: Lisans Yayıncılık.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). The autonomous-relational self: A new synthesis. *European Psychologist*, 1(3), 180-186.
- Kahya, Y. ve Korkmaz, B. (2017). Özgünlük ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide psikolojik ihtiyaç doyumunun aracı rolü: bir yapısal eşitlik modeli. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(80), 80–89.
- Kamii, C. (1991). Toward autonomy: The importance of critical thinking and choice making. *School Psychology Review*, 20(4), 382-388.
- Kasser, V. G. and Ryan, R. M. (1999). The relation of psychological needs for autonomy and relatedness to vitality, well-being, and mortality in a nursing home. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(5), 935-954.

- Kassis, W., Graf, U., Keller, R., Ding, K. and Rohlf, C. (2019). The role of received social support and self-efficacy for the satisfaction of basic psychological needs in teacher education. *European Journal of Teacher Education*, 42(3), 391-409.
- Kaya, H. (2015). *Hemşirelerin temel psikolojik ihtiyaçları ve etkileyen faktörler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Kemp, S. D. (2011). *Academic self-efficacy and middle school students: A study of advisory class teaching strategies and academic self-efficacy*. Unpublished doctoral dissertation, La Sierra University, California.
- Kepçeoğlu, M. (1986). *Psikolojik danışma ve rehberlik*. Ankara: Toraman Matbaacılık.
- Klaeijns, A., Vermeulen, M. and Martens, R. (2017). Teachers' innovative behaviour: the importance of basic psychological need satisfaction, intrinsic motivation, and occupational self-efficacy. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 9–39.
- Korkut-Owen, F., Acar, T., Haskan, Ö. ve Kızıldağ S. (2010). *PDR mezunları ile ilgili izleme çalışması*. Hacettepe Üniversitesi ve Azerbaycan Devlet Pedagoji Üniversitesi, Uluslararası Öğretmen Yetiştirme Politikaları ve Sorunları Kongresi, Ankara, Türkiye.
- Kotaman, H. (2008). Özyeterlilik inancı ve öğrenme performansının geliştirilmesine ilişkin yazın taraması. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 111-133.
- Kowal, J. and Fortier, M. (1999). Motivational determinants of flow: Contributions from self-determination theory. *Journal of Social Psychology*, 139(3), 355-369.
- Köknel, Ö. (1982). *Kaygıdan mutluluğa kişilik*. İstanbul: Onur Kitabevi.
- Kul, S. (2014). Uygun istatistiksel test seçim kılavuzu/guideline for suitable statistical test selection. *Plevra Bülteni*, 8(2), 26-29.

- Kurbanoglu, S. S. (2004). Öz-yeterlik inancı ve bilgi profesyonelleri için önemi. *Bilgi Dünyası*, 5(2), 137-152.
- Kuzgun, Y. (2000). *Rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: ÖSYM Yayıncılık.
- La Guardia, Ryan, R., Couchman, C. and Deci, E. (2000). Within-person variation a security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 367-384.
- Lam, S., Tracz, S. and Lucey, C. (2013). Age, Gender, and Ethnicity of Counselor Trainees and Corresponding Counselling Self-Efficacy: Research Findings and Implications for Counsellor Educators. *Int J Adv Counselling*. 35, 172-187.
- Larson, L. M., Suzuki, L. A., Gillespie, K. N., Potenza, M. T., Bechtel, M. A. and Toulouse, A. L. (1992). Development and validation of the counseling self estimate inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 39(1), 105-120.
- Larson, L. M. (1998). The social cognitive model of counselor training. *The Counseling Psychologist*, 26(2), 219-273.
- Larson, L. M. and Daniels, J.A. (1998). Review of the counseling self-efficacy literature. *The Counseling Psychologist*, 26(2), 179–218.
- Leach, M. M., Stoltenberg, C. D., McNeill, B. W. and Eichenfield. G. A. (1997). Self-efficacy and counselor development: Testing the integrated developmental model. *Counselor Education & Supervision*, 37(2), 115-124.
- Lent, R.W., Hill, C. E. and Hoffman, M. A. (2003). Development and validation of the counselor activity self-efficacy scales. *Journal of Counseling Psychology*, 50, 97-108.
- Lewis, C. A. (2006). *Academic motivation among college students*. Unpublished doctoral dissertation, Wayne State University, Detroit.

- Lunenburg, F. (2011). Goal-setting theory of motivation. *International Journal of Management, Business, and Administration*, 15, 1-6.
- Macakova, V. and Wood, C. (2020). The relationship between academic achievement, self-efficacy, implicit theories and basic psychological needs satisfaction among university students. *Studies in Higher Education*, 1–11.
- Mamayusupuva, D. (2020). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin akademik öz-yeterlik düzeyleri ile eğitim stresi ve akademik kontrol odağı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper.
- Maslow, A. H. (1961/1999). Are our publications and conventions suitable for the personal sciences? *American Psychologist*, 16, 318–319.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. New York: Van Nostrand.
- Maslow, A. H. (1969). The farther reaches of human nature. *Journal of Transpersonal Psychology*, 1(1), 1–9.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row Publisher.
- Maslow, A. H. (2001). *İnsan olmanın psikolojisi*. (O. Gündüz, Çev.). İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- McCarthy, A. K. (2014). Relationship between rehabilitation counselor efficacy for counseling skills and client outcomes. *Journal of Rehabilitation*, 80(2), 3-11.
- Milam, L. A., Cohen, G. L., Mueller, C. and Salles, A. (2018). The Relationship between self-efficacy and well-being among surgical residents. *Journal of Surgical Education*, 76(2), 321-328.

- Milner, H. R. and Hoy, A. W. (2003). A case study of an African American teacher's self-efficacy, stereotype threat and persistence. *Teaching and Teacher Education*, 19, 263-276. doi: 10.1016/S0742-051X(02)00099-9
- Oishi, S. ve Diener, E. (2001). Goals, culture, and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(12), 1674-1682.
- Onaran, O. (1981). *Çalışma yaşamında güdüleme kuramları*. Ankara: Sevinç Matbaası.
- Özabacı, E. M. N. (1997) *Endüstriyel alanda çalışan işçilerin sağlık davranışlarının saptanması ve geliştirilmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Özer, G. (2009). *Öz-belirleme kuramı çerçevesinde ihtiyaç doyumu, içsel güdülenme ve bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarına etkileri*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Özgönül, Ö. (2019). *Aktif olarak danışan gören ruh sağlığı çalışanlarının psikolojik iyi oluşlarının yordayıcıları olarak duyguları ifade etme ve psikolojik danışma öz-yeterliği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Özgün, M. S. (2007). *Okul psikolojik danışmanlarının kişilik özellikleri ile mesleki yetkinlik beklentileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Özgüven, İ.E. (1990). Ülkemizde psikolojik danışma ve rehberlik faaliyetlerinin dünü ve bugünü. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1, 4-15.
- Öztürk, A. (2014). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık programı 1. sınıf öğrencileriyle 4. sınıf öğrencilerinin psikolojik danışma öz-yeterlik inançları. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(51), 1304-1313.

- Özyürek, R. ve Kılıç-Atıcı, M. (2002). Üniversite öğrencilerinin meslek seçimi kararlarında kendilerine yardım eden kaynakların belirlenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 17, 33-42.
- Pajares. F. (2002). *Overview of social cognitive theory and of self-efficacy*. <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/eff.html> (10 Eylül 2020).
- Pamuk, M. ve Yıldırım, T. (2016). Psikolojik danışmanların bireysel psikolojik danışma uygulamaları ve bu uygulamalardaki yeterliklerine ilişkin algıları. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2), 1-20. doi:10.17679/iuefd.17275647
- Pamukçu, B. ve Demir, A. (2013). Psikolojik danışma öz-yeterlik ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(40), 212-221.
- Patterson, D. (2011). *Can I graduate from college?: The influence of ethnic identity, ethnicity, academic self-efficacy and optimism on college adjustment among community college students*. Unpublished doctoral dissertation, Alliant International University, Los Angeles.
- Plotnik, R. (2009). *Psikoloji'ye giriş*. (T. Geniş, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Rudy, D., Sheldon, K. M., Awong, T. and Tan, H. H. (2007). Autonomy, culture, and well-being: The benefits of inclusive autonomy. *Journal of Research in Personality*, 41, 983-1007.
- Ryan, R. M. and Lynch, J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child development*, 340-356.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative process. *Journal of Personality*, 63(3), 397-427.

- Ryan, R.M., Deci, E. L. and Grolnick, W. S. (1995). Autonomy, relatedness, and the self: Their relation to development and psychopathology. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Theory and methods* (pp. 618-655). New York: Wiley.
- Ryan, R. M. and Deci, E. L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11(4), 319-338.
- Sali-Bilgiç, H. (2011). *Rehber öğretmenlerin (psikolojik danışmanların) öz-yeterlilikleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Sarı, İ., Yenigün, Ö., Altıncı, E.E. ve Öztürk, A. (2011). Temel psikolojik ihtiyaçların tatmininin genel öz-yeterlik ve sürekli kaygı üzerine etkisi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(4), 149-156.
- Satıcı, B. (2014). *Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterlik algılarının mizah tarzları ve süpervizyon yaşantuları açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Senemoğlu, N. (1998). *Gelişim öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya*. Ankara: Pegem Akademi.
- Senemoğlu, N. (2003). Türkiye’de sınıf öğretmeni yetiştirme uygulamaları, sorunlar, öneriler. *Süleyman Demirel Üniversitesi. Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5, 154-193.
- Scholz, U., Dona, B. G., Sud, S. and Schwarzer, R. (2002). Is general self-efficacy a universal construct? Psychometric findings from 25 countries. *European Journal of Psychological Assessment*, 18, 242-251.
- Schunk, D. H. (1985). Self-efficacy and classroom learning. *Psychology in the Schools*, 22(2), 208-223.
- Schultz, D. and Schultz, S. (1998). *Theories of personality*. Pacific Grove: Brooks/Cole Pub.

- Schunk, D. H. (2009). *Öğrenme teorileri*. (M. Şahin, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayın.
- Schwartz, S. H. (1999). A theory of cultural values and some implications for work. *Applied Psychology*, 48(1), 23-47.
- Sharpley, C. F. and Ridgway I. R. (1993). An evaluation of the effectiveness of self- efficacy as a predictor of trainees' counseling skills performance. *British Journal of Guidance and Counselling*, 2(1), 73-81.
- Sheldon, K. and Eliot, A. (1999). Goal striving, need satisfaction and longitudinal wellbeing: the self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 482-497.
- Sheldon, K.,M. and Niemiec, C. P. (2006). It's not just the amount that counts: balanced need satisfaction also affects well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(2), 331-341.
- Siddiqui, S. (2015). Impact of self-efficacy on psychological well-being among undergraduate students. *The International Journal of Indian Psychology* 2(3), 5-16.
- Silah, M. (2005). *Endüstride çalışma psikolojisi*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Smith, M. M. (2010). *Perceptions of high school seniors' Montessori experiences and academic self-efficacy beliefs: A phenomenological study*. Unpublished doctoral dissertation, University of South Carolina, Carolina.
- Stajkovic, A. D. and Luthans, F. (1998). Social cognitive theory and self-efficacy: Going beyond traditional motivational and behavioral approaches. *Organizational Dynamics*, 26(4), 62-74.
- Steinberg, W. (1993). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill, Inc.

- Şeker, U. (2019). *Psikolojik danışman adaylarının problem çözme becerilerinin ve mesleki öz-yeterlik algılarının özerklik, süpervizyon yaşantuları ve meslek etiği ile ilişkilerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Tang, M., Addison, K. D., Lasure-Bryant, D., Norman, R., O'Connel, W. and Steawart-Sicking, J. A. (2004). Factors that influence self-efficacy of counseling students: An exploratory study. *Counselor Education and Supervision*, 44, 70-80.
- Taşdelen-Karçkay, A. (2008). Farklı eğitim programı mezunu psikolojik danışmanların mesleki yeterlilikleri ve iş doyumlarının incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 24, 24-35.
- Taytaş, M. (2013). *Psikolojik danışmanların yeterliklerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Telef, B. ve Ergün, E. (2013). Self-Efficacy as a predictor of high school students' subjective well-being. *Journal of Theoretical Educational Science*, 6(3), 423-433. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/akukeg/issue/29350/314073>
- Tokyürekli, E. (2020). *Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma yapmaya yönelik özyeterlik algıları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Türk, S. (2013). *Akademisyenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarının ve ihtiyaç doyum düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Urbani, S., Smith, M. R., Maddux, C. D., Smaby, M. H., Torres-Rivera, E. and Crews, J. (2002). Skill-Based training and counseling self-efficacy. *Counselor Education & Supervision*, 42, 92-106.
- Vansteenkiste, M., Ryan, R. M. and Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory : advancements, critical themes, and future directions. *Motivation And Emotion*, 44(1), 1-31.

- Voltan-Acar, N. (2012) *Grupla psikolojik danışma ilke ve teknikleri*. Ankara: Nobel.
- Yaka, B. (2005). *Psikolojik danışmanların temel psikolojik danışma becerilerine ilişkin yeterlik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Yalçın, A. F. (2007). *Başarı kimliği geliştirme programının etkililiği*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yaldır, E. C. (2018). *Temel psikolojik ihtiyaçların çalışanların duygusal durum ve mutlak gerçek ihtiyacı ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Yam, F. C. (2014). *Psikolojik danışma öz-yeterliği: kişilik özellikleri, durumluk sürekli kaygı düzeyleri ve geçmiş eğitim yaşantıları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Osman Paşa Üniversitesi, Tokat.
- Yam, F.C. ve İlhan, T. (2016). Counseling self efficacy: Personality traits, anxiety levels and educational backgrounds. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(42), 1304-1313.
- Yanbastı, G. (1996). *Kişilik kuramları*. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Yasul, Y. (2016). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş.
- Yayla, E. (2016). *Psikolojik danışmanların etkili psikolojik danışman niteliklerinin psikolojik danışma öz-yeterlik algılarına göre incelenmesi: İzmir ili örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

- Yayla, E. ve İkiz, F.E. (2017). Psikolojik danışmanların etkili nitelikleri ile danışma öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 31-44.
- Yeşilay, A. (1997). *Genelleştirilmiş öz-yetki beklentisi*. <http://userpage.fu-berlin.de/~health/turk.htm> (28 Ekim 2020)
- Yıldırım, I. ve Ergene, T. (2001). Psikolojik danışmanlara yeterlik kazandırmaları açısından Türkiye'deki psikolojik danışma ve rehberlik lisans programları. 6. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, Ankara, Türkiye.
- Yıldırım, F. ve İlhan, İ. (2010). Genel özyeterlilik ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 301-8.
- Yiğit R. (2012). Konya ilinde öğrenim gören yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının bir kısım değişkenler bakımından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27, 317-326.
- Yiyit, F. (2001). *Okul psikolojik danışmanlarının yetkinlik beklentilerini ölçmeye yönelik bir ölçek geliştirme çalışması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Yüksel-Şahin, F. ve Emre, M., (2019). *Psikolojik danışmanların ve öğretmenlerin iyi oluşlarının, stres kaynaklarına, yaşam stillerine ve çalışma yaşamı kalitelerine göre yordanması*. 1. Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresi, Tunceli, Türkiye.
- Yüksel-Şahin, F. ve Şerbetçioğlu, B., (2020). Psikolojik danışmanların ve öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin iş-aile-yaşam dengesine, işyeri arkadaşlığına ve iş yerindeki duygusal tacize göre yordanması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi / The Journal of International Social Research (MLA-EBSCO)*, 13, 834-845.
- Williams, G., Saizow, R. and Ryan, R. (1999). The importance of self-determination theory for medical education. *Academic Medicine*, 74(9), 992-995.

- Williams, G. C., Minicucci, D. S., Koudies, R. W., Levesque, C. S., Chirkov, V. I., Ryan, R. M. and Deci, E. L. (2002). Self-determination, smoking, diet and health. *Health Education Research*, 17(5), 512-521.
- Wood, R. and Bandura, A. (1989). Impact of conceptions of ability on self-regulatory mechanisms and complex decision making. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(3), 407-415.
- Zhang, P. (2007). Toward a positive design theory: Principles for designing motivating information and communication technology. *Designing Information and Organizations With a Positive Lens*, 45-74.
- Zhen, R., Liu, R. D., Ding, Y., Wang, J., Liu, Y. and Xu, L. (2017). The mediating roles of academic self-efficacy and academic emotions in the relation between basic psychological needs satisfaction and learning engagement among Chinese adolescent students. *Learning and Individual Differences*, 54, 210–216.
- Zimmerman, B. J. (1995). Self-efficacy and educational development. In. Bandura, A (Ed.). Cambridge University Press.

EKLER

Ek 1. Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Aşağıda yer alan ölçekler akademik bir çalışma kapsamında veri toplamak amacı ile hazırlanmıştır. Bu ölçeklerde yer alan maddelere verilecek yanıtlar, farklı kişilere göre farklılık gösterecektir. Bu nedenle sizden istenen, ölçek maddelerini yanıtlarken sizin durumunuza en uygun olan, yani sizi en iyi yansıtan seçeneği işaretlemenizdir. Ölçekleri cevaplarken size en fazla uyan seçeneği işaretlemede göstereceğiniz titizlik, bu araştırmadan elde edilecek sonuçlarının güvenilirliğini artıracaktır.

Bizim ilgimiz sadece içten yanıtlarınız olduğundan kimlik bilgilerinizi belirtmeniz gerekli değildir. İçten ve samimi cevaplarınızla bu araştırmaya katkıda bulunduğunuz için teşekkür ederiz.

Bu araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum. ()

Sümeyye KESKİN (Yüksek Lisans Öğrencisi)

Hasan Kalyoncu Üniversitesi

Rehberlik ve Psikolojik Danışma ABD

1. Cinsiyetiniz : Kadın () Erkek ()

2. Mesleki kıdeminiz kaç yıldır?(Lütfen sayıyla belirtiniz.)

3. Mesleki gelişim programlarına (Süpervizyon uygulamaları, danışmanlık becerileri eğitimi ve hizmet içi eğitimler) katıldınız mı? : Evet () Hayır ()

Cevabınız evetse kaç defa katıldınız?(Lütfen sayıyla belirtiniz.)

4. Mezun olduğunuz lisans programı nedir?

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık () Diğer

5. Lütfen son akademik derecenizi işaretleyiniz.

Lisans () Yüksek Lisans () Doktora ()

6. MEB'e bağlı hangi kurumda çalışmaktasınız?

Devlet Kurumu () Özel veya Vakıf Kurum ()

7. Çalıştığınız kurum türünü işaretleyiniz?: Okul öncesi () İlkokul ()

Ortaokul () Lise () Rehberlik ve Araştırma Merkezi () Diğer.....

8. Çalıştığınız kurumda sorumlu olduğunuz öğrenci sayısı kaçtır?

1-200 () 201-400 () 401-600 () 601 ve üzeri ()

Ek 2. Psikolojik Danışma Öz-yeterliği Ölçeği Örnek Maddeleri

Genel Yönerge: Bu ölçek üç bölümden oluşmaktadır. Her bölüm çeşitli psikolojik danışman davranışlarını sergilemekteki veya psikolojik danışma sürecine özgü sorunlarla baş edebilmedeki 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 Güveniyorum				Tam Olarak Güveniyorum		
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Dinleme (danışanların ilettiği mesajları kavrama ve anlama)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Yeniden ifadelendirme (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
Keşif için kendini açma (geçmişiniz, yetkinliğiniz veya duygularınız ile ilgili kişisel bilgilerinizi açma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Yorumlama (danışanın açıkça ifade ettiklerinin ötesine geçen ve danışana duygu, düşünce ve davranışlarını, görmeye yeni bir bakış açısı sunan açıklamalar yapma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Rol oynama ve davranışın prova edilmesi (danışanın oturumda rol oynamasına veya davranışları prova etmesine yardım etme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Ev ödevi (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		
	↑			↑				↑		
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
Danışanınızın duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını keşfetmesine yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Danışanınızın sorunları hakkında derinlemesine konuşmasına yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Danışanınıza gerçekçi psikolojik danışma amaçları oluşturmasında yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Danışanınız ve psikolojik danışmaya getirdiği konularla ilgili net bir kavramlaştırma yapma.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
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		
	↑			↑				↑		
Klinik olarak depresyonda olan	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Cinsel tacize uğramış	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
İntihar etmeyi düşünen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
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
Sizinkilerle çatışan temel değerler veya inançlara sahip olan (örn. din, cinsiyet rolleri ile ilgili)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Ek 3. İhtiyaç Doyumu Ölçeği Örnek Maddeleri

Aşağıda bireylerin ihtiyaçlarını doyurma biçimlerine dair ifadeler verilmiştir. Lütfen her bir ifadeyi okuduktan sonra, ifadelerin size uygunluk derecesini belirtiniz.

1	2	3	4	5	6	7
Hiç doğru değil			Biraz doğru			Çok doğru

Hayatımı nasıl yaşayacağıma karar verme özgürlüğümün olduğunu hissediyorum.	
Etkileşimde bulunduğum insanlardan gerçekten hoşlanıyorum.	
Kendimi çoğu zaman çok yeterli hissetmem.	
Son zamanlarda yeni ve ilginç beceriler öğrendim.	
Günlük yaşamımda bana söylenenleri sıklıkla yapmak zorunda kalırım.	
Hayatımda ne kadar yetenekli olduğumu gösterme şansını bulamıyorum.	
Düzenli olarak etkileşimde bulunduğum insanlar benden hoşlanmıyor gibi gözüküyor.	
Kendimi çoğu zaman becerikli hissetmem.	
Genellikle insanlar bana karşı oldukça dostane davranır.	

Ek 4. Etik Kurul İzin Belgesi



T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU KARARI

Sayı :E--804.01-2010150010
Konu :Etik Kurul Hak.

Tarih:15.10.2020

Çalışmanın Türü:	Yüksek Lisans Tezi
Konu:	Anket Uygulama
Başlık:	"Meb'e Bağlı Kurumlarda Çalışan Psikolojik Danışmanların Temel Psikolojik İhtiyaçları İle Psikolojik Danışma Öz-Yeterliği Arasındaki İlişki"
Yürütücü / Danışman:	Prof. Dr. Gürhan CAN
Yazar:	Sümeyye KESKİN
Karar:	Olumlu

Prof. Dr. Şener BÜYÜKÖZTÜRK
Etik Kurul Başkanı

Prof. Dr. Mazlum ÇELİK
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Osman Tolga ARICAK
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Ömer ÖZKAN
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Levent SUTCIGIL
Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Gül Rengin KÜÇÜKERDOĞAN
Etik Kurul Üyesi

Ek: Sümeyye KESKİN Etik Kurul.pdf (Elektronik Ek)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Tel / Fax : +90 342 211 80 91 / +90 342 211 80 92
Kep Adresi : hasankalyoncu.unv@hs01.kep.tr

Web:sbe.hku.edu.tr
e-Posta:sbe@hku.edu.tr



Merhaba Burcu Hanım,

Ben Hasan Kalyoncu Üniversitesi Pdr yüksek lisans öğrencisi Sümeyye. Ölçeğinizi yöktezde gördüm ve çalışmamda kullanmak istiyorum. Eğer izniniz olursa çok memnun olurum. Teşekkürler şimdiden

İyi Çalışmalar.

--

Sümeyye ÖZER

MA Student

Guidance and Psychological Counseling



Merhabalar,

Ölçeği araştırmanızda kullanabilirsiniz.

Ölçek formu ve ilgili makaleyi ekte gönderiyorum.

Çalışmanızda kolaylıklar dilerim.

Dr. Burcu PAMUKÇU

Ege Üniversitesi, Eğitim Fakültesi

Eğitim Bilimleri Bölümü

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık