

BİREYLE PSİKOLOJİK DANIŞMA UYGULAMASI-II DERS İZLENCE VE YÖNERGESİ

Eğitim Fakültesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD



GİRESUN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM FAKÜLTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ BÖLÜMÜ
REHBERLİK ve PSİKOLOJİK DANIŞMA ANABİLİM DALI
DERS BİLGİ FORMU



Dersin Adı	BİREYLE PSİKOLOJİK DANIŞMA UYGULAMASI-II			
Dersin Kodu	RPDE-410			
Ders Kredi Bilgileri	Teori	Uygulama	Kredi	AKTS
	2	2	2	3
Dersin Türü	Zorunlu			
Dersin Seviyesi	Lisans			
Dersin Eğitim Yılı ve Dönemi	2022-2023 Güz Dönemi			
Dersin Günü ve Saati				
Derslik Bilgisi				
Dersin Öğretim Üyesi				
İletişim Bilgileri,				
Ofis Bilgileri ve Ofis Saati				
Öğretim Sistemi	Örgün			
Eğitim Dili	Türkçe			
Dersin Ön Koşulu Olan Ders	Yok			
Ders İçin Önerilen Diğer Hususlar	Yok			
Staj Durumu	Yok			
Dersin Amacı	Bu derste, öğrencilerin psikolojik danışma becerilerini geliştirmeleri, yardım ilişkisini ve terapötik iş birliğini nasıl sağlayacaklarını öğrenmeleri, vaka kavramsallaştırması becerilerini geliştirmeleri, temel düzeyde psikolojik danışma müdahale ve tekniklerini kullanmaları, bir birey ve bir psikolojik danışman olarak farkındalıklarını artırmaları amaçlanmaktadır. Bu ders, kuramsal konular ve psikolojik danışma uygulamaları üzerinden yürütülecektir.			
Dersin İçeriği	Bu derste 2 gerçek danışan ile (1 erkek, 1 kadın) 5'er danışma olmak üzere toplam 10 oturumluk bir danışma yapmanız hedeflenmektedir. Tüm danışmalar video kayıt altına alınacaktır. Oturumlar arasında süpervizyon almanız gerekmektedir. Bir danışanla 5 oturum tamamlamadığınız durumlarda ikinci bir danışan ile devam edip ikisi toplam en az 6 oturum yapmanız gerekmektedir. (İki oturumdan fazla çektiğiniz danışmalar için) Danışmanınızı sosyal medyanızı kullanarak, çevrenize sorarak, duyuru asarak bulmaya çalışabilirsiniz. Oturumlara başlamadan önce öngörüşme formu kullanılarak danışan adayının danışmaya uygunluğu tespit edilecek ve bu oturum kayıt altına alınmayacaktır.			
Dersin Öğrenme Çıktıları	Bu ders kapsamında öğrencilerin aşağıdaki çıktılarına ulaşması			

hedeflenmektedir:

1. Psikolojik danışma sürecini ve aşamalarını yaşantısal olarak kavrayabilme
2. Psikolojik danışma oturumlarını etkili bir şekilde yürütebilme
3. Psikolojik danışma becerilerini psikolojik danışma sürecinde etkili bir biçimde kullanabilme
4. Psikolojik danışma uygulamasında mesleki etik ilke ve kurallara uygun davranabilme.
5. Psikolojik danışma sürecini etkili bir şekilde başlatır, sürdürür ve sonlandırabilir.
6. Bireyle psikolojik danışma uygulaması kapsamındaki süpervizyon sürecini etkili bir şekilde kullanabilir. (süpervizyona hazırlık gelme, süpervizyonda geribildirimine açık olma, süpervizyonda konuşulanları uygulama sürecine aktarabilme)

DERSİN İLKELERİ

Ders Süresi ve Derse Giriş/Çıkış-

Bu ders her hafta yüz yüze yapılacaktır. Dersin süresi “**50 dakika ders+10 dakika ara +50 dakika ders**” olarak tanımlanmıştır. Dersin uzaktan öğretim yoluyla yürütülmesi durumundan **60 dakikadan** az olmamak koşuluyla eş zamanlı olarak yapılacaktır. Geriye kalan zaman diliminde ise öğrencinin eşzamanlı öğretim uygulamalarına daha hazırlıklı gelmesi ve aktif katılım düzeyini artırmaya yönelik olarak eş zamansız uygulamalar (ödev, etkinlik, çalışma yaprağı, çalışma soruları, proje ve makale inceleme, konuya ilişkin kitap okuma, video ya da film izleme ve özetleme vb.) şeklinde yapılacaktır. *Ayrıca sanal sınıfta derse katılan her bir öğrencinin koşulsuz uyması gereken kurallar aşağıda yer almaktadır.*

- *Derste zorunlu mazeret (hastalık, internet bağlantı sorunu, uygunsuz koşullar vb.) durumları dışında kamera açık bir şekilde ders takip edilecektir.*
- *İzinsiz link paylaşımı yapma,*
- *İzinsiz kayıt alma ve paylaşımı yapma,*
- *Ekran fotoğrafı alma ve paylaşımı yapma,*
- *Dersin işlenişini olumsuz etkileyecek davranış (mikrofonu açık bırakma, izinsiz konuşma vb) ve müdahalelerde bulunma,*
- *Sınıf arkadaşını rahatsız etme,*
- *Dersin içeriği ve mahrem olan sınıf ortamını teşhir etmeye yönelik davranışlarda bulunma,*
- *Dersin sorumlu öğretim elemanının izni ve onayı olmadan derse kayıtlı öğrencilerin dışında birinin katılımını sağlama davranışlarında bulunmak kesinlikle yasaktır. Belirlenen bu kurallara aykırı davranışlar sergilenmesi durumunda öğrenci disiplin yönetmeliği kapsamında yasal işlem yapılacaktır.*

-Devam-

Öğrenciler, hastalık ya da kişisel nedenlerden dolayı 4 hafta ders devamsızlığı yapabilirler. Bundan sonraki ders devamsızlığı olursa öncelikle benimle paylaşılmalıdır. İlk haftadan itibaren yoklama alınacaktır. Vize haftası bu 4 haftaya dâhil değildir. Dersi daha önce almış ve devamsızlıktan dolayı dersten geçememiş öğrencilerin **derse devam zorunluluğu bulunmaktadır.**

-Hastalık ya da Acil Durum Bildirimi-

Hastalık ya da acil durumunu açıklamak için ofis numaramı arayabilirsin. Bana o an ulaşamıyorsan, mesaj bırakabilir ya da e-posta gönderebilirsin.

-Geciken Görevler-

Ders programında sizlere verilen tarihlerde ilgili konular işlenecektir. Bu nedenle ders sırasında ya da

öncesinde benimle başka bir konunun işlenmesi hususunda anlaşma yapmayınız. İlgili konulara zamanında çalışmak ve gerekli hazırlıkları yapmak sizlerin sorumluluğundadır.

-Özel Gereksinimli Öğrenciler-

Fakültemizin "[Birim Temsilcisi](#)" aracılığıyla "[Engelsiz Üniversite Birimi](#)" ile iletişime geçmeniz halinde ders için ihtiyaç duyduğunuz uyarlamalar, Üniversitemizin/Fakültemizin imkânları dâhilinde gerçekleştirilecektir. Fakültemiz Birim Temsilcisinin iletişim bilgilerine Engelsiz Üniversite Birim sayfasından erişebilirsiniz.

-Öğrenci Ders Temsilcileri-

Bir gönüllü öğrenci dönem boyunca ders temsilcisi olarak görev yapacaktır. Dersin ilk haftası bu öğrenci görevlendirecek öğretim üyesi dersle ilgili materyalleri ders temsilcisine yönlendirecek; ders temsilcisi de sınıfın geri kalanına iletmekten sorumlu olacaktır.

-Ders Materyalleri-

Her öğrencinin derse kitap ve defterleriyle gelmesi zorunludur.

Dersle ilgili kişisel öğrenme hedeflerinizi dersin başında defterinize yazınız. Bu amaçlarınızı dönem süresince tartışacağız. Dersin son haftasında EK2'de yer alan ders değerlendirme formu uygulanacaktır. Bu formdan elde edilen bilgiler not vermek amacıyla kullanılmayacaktır.

-Katılım-

Ders içerisindeki aktif katılımınız önemlidir. Bu nedenle, derste sorular sormanız, başkalarının düşüncelerini dinlemeniz ve eleştirmeniz derse katılım göstermeniz anlamına gelmektedir. Aşağıda derse nasıl katılım gösterebileceğinize ilişkin öneriler yer almaktadır:

- Haftalık ders akışındaki soruları cevaplayarak ön hazırlıklarınızı yapın.
- Sınıf tartışmalarına düşündürücü sorular getirin ve arkadaşlarınıza sorun.
- Sınıf tartışmalarıyla ilgili önemli notları mutlaka defterlerinize yazın.
- Ders kitabında okuduğunu bölümleri tartışın.
- Filmleri birlikte izleyebilirsiniz. Üzerinde mutlaka konuşun.
- Drama ve rol oynama çalışmalarına katılım gösterin.
-

-Akademik Dürüstlük Politikası-

Akademik dürüstlük ile ilgili iş ve işlemler; "[Giresun Üniversitesi Önlisans Ve Lisans Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği](#)" ve "[Giresun Üniversitesi Etik Kurulu Yönergesi](#)" maddeleri gereğince tesis edilecektir.

Öğrenme-Öğretme Süreci

Her ders, öğretim üyesinin haftalık ders içeriğini sizlere tanıtmayıyla başlayacaktır. Öğretim sürecinde anlatım, soru-cevap, tartışma, danışma izlenmesi yöntemleri kullanılacak, grup içi tartışmalara yer verilecektir. Bu nedenle dersten önce işlenecek konuyla ilgili ön çalışma yapmak zorunludur.

HAFTALIK AYRINTILI DERS PROGRAMI AKIŞI*

Hafta	KONULAR	ÖĞRENCİ GÖREVLERİ
1	Tanışma ve giriş, dersin tanıtımı	Dersle ilgili ön bilgileri tekrarlama (Psikolojik Danışma)
2	Psikolojik danışma sürecinin başlatılması, Ön görüşmelerin yapılması	Derse katılım, derse hazırlık (makale okuma, kaynak kitaptan hazırlık vb)
3	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve	İlk oturumların tamamlanması ve süpervizyon

	Süpervizyonu	toplantılarına katılma
4	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu	İkinci oturumların tamamlanması ve süpervizyon toplantılarına katılma
5	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu	Üçüncü oturumların tamamlanması ve süpervizyon toplantılarına katılma
6	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu	Dördüncü oturumların tamamlanması ve süpervizyon toplantılarına katılma
7	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu	Beşinci oturumların, deşifrelerinin tamamlanması ve süpervizyon sürecine katılmak
8	Vize haftası	
9	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu	İkinci danışan ile ön görüşmelerin yapılması
10	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu	Birinci hafta oturumlarının tamamlanması ve süpervizyon toplantılarına katılma
11	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu	İkinci oturumların tamamlanması ve süpervizyon toplantılarına katılma
12	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu	Üçüncü oturumların tamamlanması ve süpervizyon toplantılarına katılma
13	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu	Dördüncü oturumların tamamlanması ve süpervizyon toplantılarına katılma
14	Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu	Beşinci oturumların, deşifrelerinin tamamlanması ve süpervizyon sürecine katılmak
15	Değerlendirme Toplantısı	Süreç değerlendirme toplantısına katılmak
16	Raporların teslim edilmesi	

*Ders izlencesinde gerekli görüldüğünde değişiklikler yapılabilir.

Ders Kitabı/ Malzemesi/ Önerilen Kaynaklar (Ders kitabı, yardımcı kaynak, makale, tez, ders sunumları vb.)

Meier, S. T., & Davis, S. R. (2006). Psikolojik danışma: Temel öğeler (S. Doğan, D. Y. Bektaş, E. Ö. Kocabaş, S. Denizli Çev.). Ankara: PegemA Yayıncılık.
Carkhuff, R. R. (2011). 21. Yy.'da Yardım Etme Sanatı (Çev. Rengin Karaca, Ebru İkiz). Ankara: Nobel Yayınları.
Cormier, S.& Hackney, H. (2013). Psikolojik Danışma: Stratejiler ve Müdahaleler (Çev. Ed. Süleyman Doğan). Ankara: Pegem Akademi.
Egan, G. (1997). Yardım Becerileri Alıştırmaları. (Ed. Füsün Akkoyun), Nobel Yayın: Ankara.
Voltan-Acar, N. (2009). Terapötik iletişim kişilerarası ilişkiler. Ankara: Nobel Yayıncılık.
Nelson-Jones, R. (2013). Temel psikolojik danışma becerileri (Çev.: G. Sart). Nobel Akademi,

Ankara.

Sarı, E. (2018). Psikolojik Danışma ve Psikoterapi. Ankara: Vize Yayıncılık

Yüksel-Şahin, F.(2019). Psikolojik Danışmanlar için El Kitabı. Ankara: Nobel yayıncılık

Ders Değerlendirme ve Geçme Prosedürü

Bu derste vize ve final notları yaptığınız danışma sürecine yönelik değerlendirilecektir. Aşağıda tüm değerlendirme araçlarına ilişkin yüzdeler oranlar verilmiştir.

Kriter	Kat sayı	Zayıf (1)	Orta (3)	İyi (5)	Toplam Puan
Terapötik beceri uygulamalarının değerlendirilmesi	X4				
Kullanılan müdahalelerin değerlendirilmesi	X3				
Terapötik koşulları yerine getirebilme	X3				
Etik kurallara uyma	X2				
Deşifreleri / ses kayıtlarının/ ve sonuç raporlarını zamanında ve eksiksiz teslim etme	Hayır (0 puan)		Evet (10 puan)		
Süpervizyon oturumlarına aktif katılma	Hayır (0 puan)		Evet (20 puan)		
Vaka sunumu ve Akran geribildirimlerine katılma	Hayır (0 puan)		Evet (10 puan)		
Toplam Puan					

DÇ/P Ç	P Ç 1	P Ç 2	P Ç 3	P Ç 4	P Ç 5	P Ç 6	P Ç 7	P Ç 8	P Ç 9	P Ç1 0	P Ç1 1	P Ç1 2	P Ç1 3	P Ç1 4	P Ç1 5
DÇ1	3	3	3	1	1	4	1	1	3	2	1	3	4	3	3
DÇ2	3	3	3	1	1	4	1	1	3	2	1	3	4	3	3
DÇ3	3	3	3	1	1	4	1	1	3	2	1	3	4	3	3
DÇ4	3	3	3	1	1	5	1	1	3	5	1	3	4	3	3
DÇ5	3	3	3	1	1	4	1	1	3	1	1	3	4	4	3
DÇ6	3	3	3	1	1	4	1	1	3	2	1	3	4	4	3

Değer: 1 Çok Düşük 2 Düşük 3 Orta 4 Yüksek 5 Çok Yüksek

Program Çıktıları

1. Rehberlik ve psikolojik danışma alanına ilişkin temel kavram ve ilkeleri açıklar.
2. Rehberlik ve psikolojik danışma alt uzmanlık dallarındaki temel kuramları ve kavramları bilir.
3. Bireyin gelişim sürecini etkileyen faktörleri, gelişimsel özelliklerini ve gelişim görevlerini açıklar.
4. Grup sürecini, grup dinamiklerini ve gruba ilişkin ilke ve teknikleri bilir.
5. Bireyi tanıma sürecinde test ve test dışı teknikleri uygular ve değerlendirir.
6. Psikolojik danışma alanının temel müdahale ve becerilerini etik ilke ve değerlere bağlı olarak uygular.
7. Rehberlik ve psikolojik danışma alanındaki problemlerin tanımlanması ve çözümünde, bilimsel araştırma yöntem ve teknikleri uygular.
8. Hedef gruba uygun rehberlik ve psikolojik danışma programları planlar, hazırlar ve yürütür.
9. Rehberlik ve psikolojik danışma uygulamalarında karşılaşılan ve öngörülemez sorunların çözümünde bireysel ve takım üyesi olarak sorumluluk alır.
10. Rehberlik ve psikolojik danışma alanındaki yasa, yönetmelik, mevzuat ve etik ilkelere uygun davranır.
11. Dezavantajlı birey ve grupların ihtiyaçlarına uygun geliştirdiği ve/veya uyguladığı müdahale süreçlerini değerlendirir.
12. Çağın gereksinimlerine uygun olarak profesyonel yeterliliklerini geliştirir.
13. İletişim becerilerini etkili bir şekilde kullanır.
14. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinde konsültasyon ve süpervizyon süreçlerini yönetir.
15. Mesleki kimlik olarak psikolojik danışmanlığı benimser.

EKLER

Ek.1.Bilgilendirilmiş Onam Formu

Bu form danışan ve psikolojik danışmanın çeşitli sorumluluklarını ortaya koymak amacı taşımaktadır. Formu dikkatle okuyup, iki nüshasının birinin siz, birinin danışan tarafından saklanması amacıyla imzalamanız gerekmektedir.

Ek.2. Psikolojik Danışma Oturumlarının Görüntü Kaydı İzin Formu

Bu form danışan tarafından imzalanacaktır.

Ek.3. Sonuç Raporu

Tüm oturumlar bittikten sonra dolduracağınız sonuç formudur.

Ek.4. Ön görüşme formu

Oturumlara başlamadan önce yapılan görüşme için örnek formdur. Formun doldurularak (eşzamanlı) teslim dosyasına eklenmesi gerekmektedir.

Ek.5. Oturum Deşifre Örneği

2 oturumun örnekteki şekliyle deşifre edilmesi gerekmektedir.

E.6. Veli Açık Rıza/Onay

18 yaş altı danışanımızın olması durumunda velisine imzalatacağınız formun örneğidir.

Ek.7.Psikolojik Danışman Adayının Kendi Performansına İlişkin Öz-Değerlendirmesi

Her öğrenci bireysel olarak değerlendirme yapacaktır.

Ek.8.Psikolojik Danışman Adayının Performansına İlişkin Akran Değerlendirmesi

En az iki uygulama öğrencisi tarafından form doldurulacaktır.

Ek.9.Ders Değerlendirme Formu

Her öğrenci bireysel olarak değerlendirme yapacaktır.

Ek.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Bilgilendirilmiş onam formu size psikolojik danışma süreci hakkında bilgi vermek, psikolojik danışma süreci aldığınız sürede ve sonrasında haklarınızı korumak amacıyla hazırlanmış bir formdur. Ayrıca bu form danışan ve psikolojik danışmanın çeşitli sorumluluklarını ortaya koymak amacı taşımaktadır.

Süreç: Psikolojik danışma süreci haftada bir kez 40-50 dakika olmak üzere, ihtiyacınıza göre değişebilecek sayıda, ancak en az 6, en çok 9-10 oturum şeklinde planlanmıştır. Oturumlarda kendinizle ilgili çözmek isteyeceğiniz sorunlar, değiştirmek istediğiniz yönleriniz üzerinde durulacaktır. Geliş amacınıza bağlı olarak ve oturumlar sonunda elde etmek istediklerinizden hareketle bu gelişim sürecine girmeniz hedeflenmektedir. Bu amaçla, ihtiyaçlarınıza ve oturma getirdiklerinize uygun olarak çeşitli psikolojik danışma kuramlarından yararlanılabilir ve çeşitli terapötik (iyileştirici) teknikleri uygulanabilir. Bu uygulamalar alanında üst düzey yetkinlikte bir akademisyen/psikolojik danışman süpervizyonunda yürütülecektir. Süreçte danışan olarak sizden özerk ve aktif olmanız beklenmektedir.

Psikolojik Danışmanın Uyması Gereken Kurallar: Psikolojik danışman, tıpkı danışan gibi oturumlara planlanan gün ve saatlere katılacaktır. Danışma sürecinde yapılacak müdahalelerde, yetkinlik sınırlarını aşacak müdahalelere girişmeyecektir. Gerekliğinde danışanı başka kurumlara ve kişilere sevk edecektir. Ayrıca, psikolojik danışman Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği tarafından yayınlanan Etik Kurallara ve Türkiye Cumhuriyeti yasalarına uymakla yükümlüdür.

Gizlilik ve Sınırları: Sizinle yürütülen psikolojik danışma sürecinde video kaydı alınması gerekmektedir. Bunun nedeni ilgili sürecin Bireyle Psikolojik Danışma lisans dersi kapsamı alanında üst düzey yeterliliğe sahip bir ruh sağlığı uzmanı tarafından takip edilecek olmasıdır. Bir başka ifade ile psikolojik danışma süreci ile ilgili süpervizyon alınacaktır. Süpervizyon süresince isim, bölüm, telefon numarası, adres gibi kimliğinizi ortaya çıkarabilecek bilgiler kimse ile paylaşılmayacaktır. Vaka isimsiz ya da takma isim ile değerlendirilecektir. Bu kapsamda alınan tüm kayıtlar kimsenin ulaşamayacağı bir yerde saklanacak ve sürecin sonlanmasından sonra belli bir süre saklanacak (2-3 yıl) daha sonrasında silinecektir.

Paylaştığınız bilgiler ve hatta psikolojik danışma hizmeti aldığınız bilgisi dahi kimse ile paylaşılmayacaktır. Öte yandan psikolojik danışma sürecinde gizliliğin sınırlarını bozan bazı özel durumlar bulunmaktadır. Psikolojik danışman olarak bu durumlarda gizliliği bozacak adımlar atılması etik bir yükümlülük ve yasal bir zorunluluktur. Bu durumlar aşağıda sıralanmıştır:

- Eğer danışan olarak kendinizle ilgili bilgilerin sizinle veya bir başkası ile paylaşılmasını isterseniz bilgileriniz paylaşılabilir.
- Ciddi bir suçun önlenmesi ve tespit edilmesi söz konusu olduğunda gizlilik ihlal edilebilir. Bu ciddi durumlar, cinayet, tecavüz, cinsel istismar gibi durumlardır.
- Kendinize ve/veya bir başkasına/başkalarına zarar verme niyeti ve/veya planınız olduğunda, sizi ve diğer bireyi korumak amacıyla bu bilgi polis ve/veya olası kurban ile paylaşılabilir.
- Yasal yükümlülük hallerinde gizlilik ilkesi bozulabilir. Bu durumlar danışanın mahkeme kararı ile tanık olması istendiğinde geçerlidir. Türkiye Hukuk Mahkemeleri Kanunu'nun 249. Maddesi uyarınca psikolojik danışmanların tanıklıktan çekilme hakları vardır. Ancak danışanları sırrın paylaşılmasına izin veriyse, psikolojik danışmanlar tanıklık etmek ile yükümlüdür.

- Çocuk koruma kanunu gereğince, çocuğun istismarı suçu ile karşılaşırsa, durum gerekli mercilere bildirilir.
- Psikolojik danışma sürecinde yararınıza olduğu görülürse anlattıklarınızın bir kısmının onayladığınız/paylaşmak istediğiniz kişilere psikolojik danışman tarafından açılması gerekli görülebilir. Süreçle ilgili paylaşılacak bilgileri ile ilgili birlikte karar verilir ve sizden bu konu ile ilgili sözlü ve yazılı izin alınır.

Ücretlendirme: Sizinle yürütülecek olan psikolojik danışma sürecinin herhangi bir aşamasında, psikolojik danışman tarafından hiçbir türde (para, mal, hizmet vs) karşılık talep edilmeyecektir.

Olası Riskli Durumlar: Yardım süresinde, duygu ve düşüncelerinize odaklandığınızdan yaşadığınız sıkıntıların arttığını hissedebilirsiniz. Oturumlarda paylaştıklarınızda dolayı duygulanabilir ve zaman zaman pişmanlık duyabilirsiniz. Oturumlarda yaşadığınız güçlükleri aşmak için sorumluluk aldığınızda, zorlandığınızı hissedebilirsiniz. Özellikle ilk oturumlarda yaşamınızda beklediğiniz değişikliklerin gerçekleşmediğini düşünebilirsiniz. Bunlar süreçte yaşanacak olağan durumlardır. Psikolojik danışma, ani değişimleri hedeflemeyen, süreç içerisinde yaşamınızda veya kendinizde bulunan güçlükler hakkında farkındalığının artmasını ve gelişime dönük adımlar atmanızı hedefleyen bir yardım sürecidir.

Danışan Olarak Hak ve Sorumluluklarınız: Danışanların psikolojik danışma sürecinde çeşitli sorumlulukları bulunmaktadır. Bunlardan biri acil veya hayati bir durum söz konusu olmadığında, oturumlara belirlenen gün ve saatte devam etmesidir. Acil durumlarda ise psikolojik danışmanın oturumun gerçekleşmeyeceğine dair bilgilendirilmesi ve en kısa zamanda bir başka randevu alınması gerekmektedir. Sürecin sonlandırılmasına danışan ve psikolojik danışman birlikte karar verecektir ve sürecin bitiminden itibaren sosyal bir iletişim kurulmayacaktır. Bunun yanında danışanlar yardım almaktan vazgeçme hakkına sahiptir. Oturumları sonlandırmanız siz hiçbir yükümlülük getirmemektedir. Öte yandan, yararınız gözetilerek oturumlara devam etmeniz konusunda psikolojik danışman tarafından görüş belirtilebilir. Ayrıca psikolojik danışman, danışanlar ya da danışanla ilişkisi olan kişiler tarafından tehdit edilir ya da kendisini tehlikede hissederse psikolojik danışma sürecini sonlandırabilir.

Danışan İfadesi:

Bu formdaki maddelerin tamamını dikkatlice okudum. Anlamadığım yer olduğunda açıklama talep ettim. Danışan olarak haklarımın, sorumluluklarımın ve de psikolojik danışmanın haklarının ve sorumluluklarının ne olduğu hakkında bilgi sahibiyim. Yardım almayı ve bu formdaki tüm koşulları gönüllü olarak kabul ediyorum. (Veya) Online görüşmeyi kabul ediyorum. Ayrıca yukarıda yazılı olan ilkeleri okudum ve onaylıyorum

Psikolojik Danışman Adayı
Ad soyad /İmza

...../...../.....2022
Danışan
Ad soyad /İmza

Ek.2.Psikolojik Danışma Oturumlarının Görüntü Kaydı İzin Formu

Psikolojik danışma oturumlarının video kaydına alınmasına izin veriyorum. Bu izin sadece psikolojik danışman eğitim süreci içinde klinik süpervizyon vermek amacıyla gerçekleştirilecektir. Bu kayıtlar yalnızca eğitim sürecinde bulunan öğrenciler ve süpervizyon veren psikolojik danışmanlar tarafından izlenecektir.

Bu amaçlar dışında görüntü kayıtlarının başka bir amaçla kullanımında tarafımdan yeniden izin alınması gerekmektedir.

Danışan Ad-Soyad ve İmza

Tarih

Ek.3. Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması Sonuç Raporu

BİREYLE PSİKOLOJİK DANIŞMA UYGULAMASI SONUÇ RAPORU

DANIŞANIN ADI, SOYADI: (Lütfen rumuzu yazınız) YAŞI:

CİNSİYETİ:

ÖĞRENİM DURUMU/OKULU:

I. OTURUM ÖZETİ:

Bu oturum için amaçlarınız nelerdi?

Oturum sırasında gündeme gelen konuları kısaca özetleyiniz.

Varsa uygulanan teknikleri ve kullanılan becerileri yazarak başarılı ve başarısız yönlerine değininiz.

Bu oturum için amaçlarınıza hangi düzeyde ulaşabildiniz?

Hangi teorilerden faydalandınız?

II. OTURUM ÖZETİ: (Her oturumu yukarıdaki sorulara göre yazınız, satırları çoğaltıp azaltabilirsiniz)

III. OTURUM ÖZETİ:

IV. OTURUM ÖZETİ:

V. OTURUM ÖZETİ:

VI. OTURUM ÖZETİ:

DANIŞANI TANIMA

DANIŞANLA KURULAN İLİŞKİYİ DEĞERLENDİRİNİZ

DANIŞANIN SORUNUNU DEĞERLENDİRİNİZ

DANIŐMADAKİ TEMEL AMAÇLAR, HEDEFLER NELERDİ?

DANIŐMADAKİ TEMEL AMAÇLAR, HEDEFLER DOĞRULTUSUNDA NELER YAPILDI?

SÜREÇ İLE İLGİLİ ÖZDEĞERLENDİRME YAPINIZ

SONUÇ VE ÖNERİLERİNİZ VARSA EKLEYİNİZ.

HAZIRLAYAN ÖĞRENCİNİN

ADI-SOYADI

SINIFI/GRUBU

NUMARASI

İLETİŞİM BİLGİSİ:

Ek.4. Ön Görüşme Formu

Tarih.....

I. Kişisel Bilgiler

Ad Soyad:

Cinsiyet: () Kadın () Erkek

Yaş:

Medeni Hal:.....

Aileniz Kaç Kişiden Oluşuyor:.....

Öğrenciyseniz: Fakülte:.....

Bölüm:.....

Üniversitede Kaçınca Yılımız:.....

Genel Akademik Not Ortalamamız:.....

Personelseniz: Çalıştığınız Birim:

Kaç Yıldır Çalışmaktasınız:.....

II. İletişim Bilgileri

Telefon (Size Ait):

E-posta:

Adres:

.....

.....

.....

Size ait numaradan aranmanızda sizin için bir sakıncası var mıdır? () Evet () Hayır

Nerede Kalıyorsunuz?.....

III. Başvuru Bilgileri

Başvuru Nedeniniz? (Kısaca ve somut bir şekilde açıklayınız)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Eğer aldıysanız bu süreçte ya da sonrasında herhangi bir ilaç kullandınız mı?
()Hayır () Evet (Cevabınız evetse lütfen ilaçların isimleriniz belirtiniz.)

.....
.....
.....

Eğer aldıysanız bu süreç hakkında kısaca bilgi verir misiniz? (Örn, süresi, devam durumu, sonlandırma şekli, memnuniyet düzeyi)

.....
.....

Problemin Geçmişi: (Örneğin, Ne zaman ortaya çıkmış?, ne kadar süredir devam ediyor?, baş etme biçimleri neler?)

.....
.....
.....
.....

Süreçten Beklentileriniz Neler?:

.....
.....
.....
.....

IV. Genel Gözlem

.....
.....
.....
.....

Ek.5. Oturum Deşifre Örneği

..... OTURUM DEŞİFRESİ

Psikolojik Danışman Adı Soyadı:

Danışan:

Danışanın Yardım Almaya Geliş Nedeni:

Oturum Tarihi:

Oturum Sayısı:

Oturum Süresi:

Danışman(Umudum): Hoş geldin.

Danışan(Kardelen): Hoş bulduk.

Umudum: Nasılsın?

Kardelen: İyiyim, sen?

Umudum: İyiyim ben de teşekkür ederim. Vaktinde geldiğin için teşekkür ederim.

Kardelen: Rica ederim.

Umudum: Günün nasıl geçti?

Kardelen: İyiydi bugün özellikle akşam daha güzeldi. Kızlarla beraber programa gittik.

Güzeldi. Bizim için spor oldu; biraz uzaktı gittiğimiz yer. Öyle hoştu, eğlendik yani.

Umudum: Eğlendiğine sevindim, güzel. Ön görüşme yapmıştık, psikolojik danışmanlık nedir, ilkeleri hakkında kısa bir bilgi vermiştim.

Kardelen: Evet.

Umudum: Ön görüşme yapılabir hafta oldu. Bu bir haftada neler yaptın?

Kardelen: Bu bir haftada okula gittim. Sonra gezdim çarşıda falan. Alışveriş yaptım kızlarla temizlik yaptık. Çok güzeldi yani. Biraz yoğun geçti, yorulduk; ama güzeldi.

Umudum: Yorgunsun ama herşeye rağmen mutlusun.

Kardelen: Siz de heyecanlısınız biraz.

Umudum: İlk oturum olduğu için biraz heyecanlıyım. Kusursa bakma, ağzımdan yanlış bir kelime çıkabilir ya da ses çıkarsa (ı'lamalar) gerçekten kusura bakma. Ama ilerleyen oturumlarda daha iyi olacağımızı düşünüyorum, senin de benim de.

Kardelen: Aynen birbirimizi tanımıyoruz.

Umudum: Evet. Peki danışmadan önce beklentilerin var mıydı, bunlar nelerdi?

Kardelen: Var çok var. Yani mesela konuşabilmek çok güzel. Bir insanla karşılıklı muhabbet edebilmek, bir insanı tanımak çok güzel. Yani sohbete girmek demek zaten bir insanı tanımak oluyor. Şu an biz onu yapıyoruz ve ben çok mutluyum. Heyecanlıyım da bu arada sen gibi, öyle.

Umudum: Anladım. Peki, bu danışma hakkında aklında belli fikirler var mıydı ? Şu konuda danışma alabilirim ya da beklentilerin hakkında?

Kardelen: Evet. Benim aslında danışma almak istediğim en çok; hani insanın bir zaaf noktası olur ya benim de girişimcilik ve bir problem karşısında biraz daha sabırlı olmak yani. Bu konularda danışma almak istiyorum. Bir ortamda pek girişimci değilim yani.

Umudum: Biraz çekiniyor musun? Problemlerle karşılaştığında kaygılı mısın?

Kardelen: Evet, aynen.

Umudum: Anlıyorum.

Açıklamalı [u1]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u2]: Duygu yansıtması

Açıklamalı [u3]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u4]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u5]: Asgari düzeyde teşvik

Kardelen: Yani bir ortama girdiimde beynimdeki problemlerden dolayı önce izliyorum. Aslında o izlemek benim için bir avantaj oluyor; fakat benden önce benim düşüncelerimi 3-5 kişi söylemiş oluyor. Ben orda nötr kalıyorum hatta eksi kalıyorum.

Umudum: Normalde sen de konuşmak istiyorsun. Aslında bildiğin şeyler oluyor ama diğerleri biraz senden önce davranıyor. Sen de bunları görünce kendini biraz geri çekiyorsun.

Kardelen: Aynen.

Umudum: Yani bunu çözüme kavuşturmak istiyorsun?

Kardelen: Aynen, girişimcilik yok ben de o duygu yok. Şu işi de ben yapayım ben edeyim yok, ben olsam da olur olmasam da olur diyorum ama öyle yapmamam lazım gerektiğini bu sene öğrendim çünkü son sınıftayım. Yani bu konuda sizden danışmaya ihtiyacım var.

Umudum: Anladım. Ben seni hiçbir şekilde yönlendirmeyeceğim. Mümkün olduğunca sorununu birlikte çözeceğiz. Ben sana sadece çözüm yollarını gösterebilirim. Durumun eksilerini artılarını, sen onlara göre kendin seçeceksin. Sen kendi doğrularını oluşturacaksın. Sen buna yönelik çözüm önerilerinden belki de seçeceksin.

Kardelen: Mesela okulum bitmek üzere ve ben hala ne olacağını bilmiyorum. Mesela bizim sınıf aslında sadece ben değil ben sana bir otuz kişi daha getirebilirim. Hatta otuz değil doksan kişi bile getirebilirim. Bizim bölümün hepsini getirebilirim. Mesela hocamız bize; “Okul bitiyor ne olacaksınız?” dediğinde bizim kafamızda net bir şey yok çünkü ben öğretmenlik okuyorum ama girişimcilik olmadığı için kaygılıyım. Aslında bir sürü avantajımız var ama çok da dezavantajlarımız var. Çünkü insanlarla karşılaştığımda nasıl bir öğretmen olacağımı bilmiyorum.

Umudum: Kararsızsın.

Kardelen: Atanabilir miyiz diyen arkadaşlarım var, sözleşmeli olarak çalışırım diyen arkadaşlarım var, yoğun olarak KPSS için dershaneye giden arkadaşlarım var, yüksek lisans yapmak isteyenler var, yurt dışına gitmek isteyenler var. Bunların içinde ben ne olacağım bilemiyorum. Yani var kafamda bir şeyler ama oturmuş değil.

Umudum: Peki neler düşünüyorsun? Bir planın var mı geleceğe yönelik?

Kardelen: Benim aslında bir planım var; fakat hayat şartlarının getirdiği doğrultularda mesela atanmasam bile sözleşmeli öğretmenlik olabilir. En azından sözleşmeli öğretmenlikle başlayabilirim.

Umudum: Hımm, öğretmenlik.

Kardelen: Yani sözleşmeli öğretmenlik olabilir.

Umudum: Öğretmenlik mi düşünüyorsun o zaman?

Kardelen: Evet.

Umudum: Anladım. Peki bununla ilgili yapmak istediğin çalışmalar var mı?

Kardelen: Evet.

Umudum: Kpss için dershaneye giden arkadaşlarım var demiştin peki sen düşünüyor musun?

Kardelen: Evet. Önce derslerimi geçmem gerekiyor çünkü geçen seneden kalan zayıf derslerim var, okulumu bitirmem gerekiyor. Yani mesela bizim dershaneye girecek arkadaşlarımızda da girişimcilik duygusu yok. Bende de yok. Mesela geçenlerde biz arkadaşlarımızla konuşurken acaba “yani girebiliriz miyiz, yapacağız.” biz de yok. Yani o konuda sizden yardım istiyorum.

Umudum: Aslında kariyerin için girişken olmak istiyorsun bu yüzden de danışma almak istiyorsun.

Kardelen: Evet. Yani mesela bu dördüncü sınıfa kadar elime çok fırsatlar geçti gerçekten ama hiçbirini değerlendiremedim, girişimcilik duygusu ben de yerleşmemiş. Aslında ben de korkular var.

Umudum: Ne tarz korkuların var?

Kardelen: Oraya gidersem yaparsam ne olur, yapmam mı yaparsam mı?

Umudum: Evet, sonra.

Açıklamalı [u6]: Empati

Açıklamalı [u7]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u8]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u9]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u10]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u11]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u12]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u13]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u14]: Empati

Açıklamalı [u15]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u16]: Asgari düzeyde teşvik (tek kelimeli pekiştirici)

Kardelen: Yani mesela en basiti yoldan karşıdan karşıya geçerken bakıp yolun ortasında durabiliyorum yani. Yani nasıl söyleyeyim baya bir bende ilerleme duygusu bastırılmış. Onu şu an fark etim. İlerleyemiyorum herhalde nasıl söyleyeyim çok değişik ya.

Umudum: Korkuların sana engel mi oluyor diyelim.

Kardelen: Evet. Yani yapsam mı yapmasam mı diyorum. Kararsızlık var bende. Şimdi buldum.

Umudum: Yani bu kararsızlığı da çözmek istiyorsun.

Kardelen: Evet. Kararsızlıktan dolayı yaptığım çok çok hatalar var mesela, o an siz bana bir şey sorduğunuzda o an ben karar veremiyorum. Düşünüyorum düşünüyorum ve sonuç daha da geriye gidiyor. Mesela o an siz bana bir şey söylemeniz şu mu bu mu, ben şu desem kötü de olsa karar veremiyorum. Yani bu da neye giriyor onu bilemiyorum onu da size bırakıyorum.

Umudum: Yani burada dediğim gibi biz sizinle birlikte bakacağız duruma. Senle birlikte karar vereceğim aslında yani biz danışmanlar hep yönlendirici olarak görülüyoruz ama daha çok danışanların kendini fark etmesini sağlamak istiyoruz. Sen de aslında konuştuğça farkına vardığın şeyler olacaktır. Belki çözüm yollarını bulmuşsundur ama uygulama noktasında sıkıntılar çekiyorsun, ben sana bu konuda yardımcı olacağım. Ama güzel bu konuda çabaların, farkındalığın yüksek. Aslında şöyle diyebilir miyiz bu kararsızlıklar senin bu girişimciliğini önüyor?

Kardelen: Evet.

Umudum: Yani sen bir karar veremiyorsun, karar veremediğin için o doğru mu yanlış mı ondan kendini ön plana atamıyorsun. Bu da seni geri çekiyor.

Kardelen: Evet.

Umudum: Hımm.

Kardelen: Yani bu hayatın her evresinde var. Yani en güzel bence insanın yapması gereken kendisinin önce karar vermesi sonra karşısındakinin tasdiklemesi. Sen kendin karar veremiyorsan karşısındakinin hemen karar vermesini beklememek lazım. Şu an bunu fark etti. Ben bunu çok yapıyormuşum meğer. O yüzden mesela ben bazı sorunlar da yaşıyorum.

Umudum: Mesela ne tarz sorunlar yaşıyorsun?

Kardelen: Mesela diyelim ki arkadaşlarla okuldan çıktık bir yere gideceğiz. Bana diyorlar ki nereye gidelim, ben onlara soruyorum siz karar verin. Kafamda bir şey olmadığı için ben onlara soruyormuşum meğer. Benim kafamda bir şey olmuş olsa şuraya gidelim veya bana diyecekler ki akşam mesela ikinci sınıftan beri günde vize final olmak üzere 3-4 ayrı sınavlara giriyoruz. Yönetmelik böyle yapacak bir şey yok. Ama ben mesela bir türlü arkadaşlarım bana bugün hangi dersi çalıştın dediklerinde onlara bir ders söyleyemem. Şu an bunu fark ettim. Kesinlikle yıldızlı yani şu an söylediklerim. Hiç şunu dememişimdir, bu gece bu dersi çalışacağım diyemiyorum ben de düzensizlik fazla.

Umudum: Hımm ,düzensizliğin.

Kardelen: Zannediyorum ki düzensizlik içerisinde ben daha iyi ilerliyorum aslında öyle olmuyor.

Umudum: Karar veremiyorsun. Bu sen de düzensizliğe yol açıyor. Bu sefer derslerinde düşmeler oluyor.

Kardelen: Evet.

Umudum: Yani kararsızlığın aslında hem sosyal hayatını hem de akademik olarak kariyerini etkiliyor. Sen de bunun farkındalığına varmışsın. Bunun için çözüm yollarını bulacağız birlikte umarım.

Kardelen: Kararsızlık benim hayatımın her evresinde var sadece okul için değil. Mesela okuldan çıktıktan sonra okulda sınav zamanı var hani diyorum ya okuldan çıktıktan sonra arkadaşlar nereye gidelim dediklerinde de var. Yurda geleyim mesela yemek yapacağım

Açıklamalı [u17]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u18]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u19]: Empati

Açıklamalı [u20]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u21]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u22]: Asgari düzeyde teşvik(Somutluk)

Açıklamalı [u23]: Empati

Açıklamalı [u24]: Empati

temizlik yapacağım ders çalışacağım, hangisini yapacağım buna da karar veremiyorum. Diyorum ki bir yerden başlayayım da yeter ki başlayayım. Hani belki hani nasıl söyleyeyim aralarındaki farkı tam olarak kararsızlığımın dolayısı hani bir tanesi olsun bari yeter ki olsun gibi mi düşünüyorum bilmiyorum çok karışık oldu şu an söyleyemiyorum.

Umudum: Anladım. Şimdi birazcık toparlayalım o zaman dediklerini. Öncelikle girişken olmak istediğini belirttin. Sınıfta diğerleri senden önce söz aldıkları için sen bir şeyleri söyleyemediğinden bahsettin. Daha sonrasında kararsızlık yüzünden trafikte dahi sorunlar yaşadığından bahsettin.

Kardelen: Aynen. Bugün olduğu gibi araba çarpıyordu.

Umudum: Bir şey olmamış sevindim. Umarım bir daha böyle şeyler yaşamazsın. Onun haricinde bu düzensizlikten bahsettin.

Kardelen: Düzensizliği seviyorum gibi geliyor bana.

Umudum: Düzensizlik yarar sağlıyormuş gibi sana...

Kardelen: Yarar sağlıyormuş gibi ama kendimi kandırıyorum.

Umudum: Yani bunların hepsinin temelinde kararsızlık olmuş olabilir mi yani şöyle açıklayayım biraz daha kararsızlık senin konuşmanı engelledi, trafikte geçip geçmemeni engelledi.

Kardelen: Aynen.

Umudum: Ve daha sonra da ders çalışıp çalışmamayı, bir düzen tutturamamayı engelledi.

Aslında biraz daha kararlı olsan şunu şunu yapsan, evet şuradan geçeceğim, ben şimdi söyleyeceğim doğru ya da yanlış söylemek istiyorum desen bunları aşmak istiyorsun.

Kardelen: Evet aynen ve aşabilirim ama söylediğim zaman arkasında duramıyorum.

Umudum: Kendine söz geçiremiyorsun.

Kardelen: Evet böyle sorunlar.

Umudum: Peki bunun neyden kaynaklandığını düşünüyorsun.

Kardelen: Kafamda birçok şey var mesela diyelim ki onları düşünüyorum mesela bir şey söylüyorum ya onun arkasında durmadan başka bir şeye atlıyorum onu da yapmak istiyorum. Yani benim aslında bana fayda sağlayan şey benim zararım. Fayda sağladığımı düşünüyorum istiyorum ki üç beş iş aynı anda olsun; ama sıra sıra yapsam daha güzel olacak. Olacak yine olmayacak değil ama sıra sıra yapsam daha yararlı olacak. Ama ben bir anda olmasını istiyorum. Mesela sınava giriyoruz 100 tane soru veriyor hoca diyelim ki 100 dakikada, 100 dakikada yetişecek değil mi, ben istiyorum ki 100 dakika boyunca 100'ü birden çözülemez ki hani ben de biraz değişik şeyler var. Tek tek ben genelde ilk defa söylüyorum hiç anneme bile söylemedim, hep mesela sınav kağıdı bana geldiği zaman ben ilk soruyu okumam. Direk çeviririm sayfayı en son sorudan başlarım. Niye böyle bir sıkıntım var, bitsin istiyorum hemen.

Umudum: Sondan başladığın zaman daha çabuk bitirebileceğini düşünüyorsun.

Kardelen: Aynen. Bitsin, başladım bitsin. Ama nasıl olsa bitecek o sırayla bitsin, güzel güzel bitsin. Mesela hoca geliyor sınavın ortasında diyor ki mesela 10. Soruda şu şu yanlışlık var. Sınıfımızın hepsi birinci sorudan başladığı için ben de yüzüncü sorudan başladığım için atıyorum ben o an doksanıncı soruda oluyorum, arkadaşlar onuncu soruda oluyor, mesela öyle sorunlar yaşıyorum.

Umudum: Sonra...

Kardelen: Bitsinlik problemi var ben de.

Umudum: Hımm. Mesela hiç daha önce birinci sorudan başlayıp da gittiğin oldu mu yoksa her sınavda mı böyle oluyor?

Kardelen: Yok her sınavda öyle olmuyor. Çalışmadığım sınavlarda oluyor.

Umudum: Ne oluyor?

Kardelen: Zorlandığım, istemediğim, yapamadığım, kötü hissettiğim sınavlarda böyle oluyor.

Açıklamalı [u25]: Empati

Açıklamalı [u26]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u27]: Empati

Açıklamalı [u28]: İleri düzeyde empati

Açıklamalı [u29]: Duygu yansıtması

Açıklamalı [u30]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u31]: İçerik yansıtma

Açıklamalı [u32]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u33]: Asgari düzeyde teşvik

Umudum: Peki ikisi arasındaki farkı nasıl değerlendiriyorsun? Mesela birinci sorudan başlayıp sona gittiğinde mi daha güzel ilerliyorsun daha iyi notlar alıyorsun.

Kardelen: Evet, daha güzel.

Umudum: Yoksa sondan başladığında mı daha iyi sonuçlar alıyorsun?

Kardelen: İlk sorudan başlayınca tabi.

Umudum: Bunu, dedin ya bazı çalışmadığım dersler de yapıyorum. Peki o çalışmadığım dersler de diğer sınavların aklına geliyor mu?

Kardelen: Geliyor. Tabiki, gelmez mi?

Umudum: Mesela birinci sorudan başladığım sınavlar güzel geçti deyip bunu diğerinde uygulama gibi bir şey yaptın mı hiç?

Kardelen: Ara sıra yapıyorum ama genelde sondan başlarsam hep kalıyorum.

Umudum: Hmm, sondan başladığında sıkıntı oluyor.

Kardelen: Ama bunu bilerek de yapıyorum yani. Biliyorum ama yine yapıyorum. Biliyorum bu bana ders olmuyor ama. Böyle bir problemim var benim daha çok. Mesela ben yaptığım şeylerden ders çıkaran bir kişiliğim yok.

Umudum: Yaşadıklarından ders çıkarmıyorsun.

Kardelen: Şunu yaptım, bana zarar verdi deyip de onu bırakmıyorum. Yani bile bile bırakmıyorum. Bu bende çok dezavantaj oluşturdu. Mesela şöyle bir örnek vereyim, hem lisede hem de üniversite birinci sınıftayken en sevdiğim arkadaşlarımı kaybettim. Her defasında da içime kapanıp hayattan soğudum; ama ölüm hepimizin başında var olduğunu bilmeme rağmen olmuyor, yapamadım. Ailem mesela çok dur demiştir; ama ben ne yapmışımdır, onlarla bile konuşmadığım günlerim olmuştur. Kendimden hiç haberim yok yani, yaşadıklarından hiç ders almıyorum.

Umudum: Aslında kararlı bir yapın da var diyelim o zaman? Yani istediğin bir şeyi yapmak için çabalıyorsun.

Kardelen: Kafama koyduysam yaparım. Kaf dağında da olsa yaparım.

Umudum: Anlıyorum.

Kardelen: Ama o benim için iyi olmayabiliyor. Yaptığım hatalardan ders alamıyorum.

Umudum: Yaptığın hatalardan ders çıkarmadığından sen üzülüyorsun.

Kardelen: Hani mesela bunu çevremdekiler de çok söylüyor. Ama ben gizli saklı yine yapıyorum yani.

Umudum: peki yaptığın hatalardan ders çıkarsaydın neler olabilirdi, bunları düşünüyor musun?

Kardelen: Neler olabilirdi?

Umudum: Yani neler değişirdi?

Kardelen: Hiç düşünmedim. Sanki onları yaptım ya dolu dolu geçmiş gibi geliyor bana.

Umudum: Yaptıklarından pişmanlık duymuyorsun.

Kardelen: Hayır kesinlikle pişman değilim.

Umudum: Yani çevreden bir şeyler görsen de yaptım sonucu önemli değil, ben bunu yaptım diyorsun.

Kardelen: Evet, iyi ki de yapmışım.

Umudum: Böyle özgüvenli olman da güzel.

Kardelen: Gerçekten iyi ki yapmışım oh be. Yani çok hatalar yapmışım iyi ki yapmışım.

Umudum: Sana bu hataları iyi ki de yapmışım dedirten düşünce nedir?

Kardelen: İyi ki yapmışım dedirten şey, şu an burada olmam.

Umudum: Yani bir danışma almak istiyor olmana bağlıyorsun.

Açıklamalı [u34]: İçerik yansıtma

Açıklamalı [u35]: Duygu yansıtması

Açıklamalı [u36]: Duygu yansıtması

Açıklamalı [u37]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u38]: Duygu yansıtması

Açıklamalı [u39]: Empati

Açıklamalı [u40]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u41]: Asgari düzeyde teşvik

Kardelen: Evet. Yoksa danışma mesela danışma almak bile aklımın ucundan geçmezdi. Kendi kendime yettiğimi zannedebilirdim. Ama oysaki insan hiçbir zaman kendi kendine yetmez. Yettiği zamanlarda vardır; ama yetmiyor yani. Akıl akıldan üstündür. Bin biliyorsan bir bilene daha sor demişler. Ben bunu çok severim.

Umudum: Hımm. İnsanlardan bilgi almak hoşuna gidiyor.

Kardelen: O yüzden sormayı, konuşmayı hani ne bileyim biliyorsam da sorarım yani. Karşımdaki yanlış biliyor olsa dahi.

Umudum: Danışmayı seviyorsun.

Kardelen: Evet.

Umudum: Ben şurada da küçük bir düzeltme yapayım. Tabii ki de bana danışabilirsin. Zaten sorunlarını burada konuşmak için geldik. Tabi bizim amacımız asla sen bana danışacaksın ben sana uzman kişi olarak bilgi vereceğim sen de bunu doğru olarak kabul edeceksin gibi bir düşünce empoze etmek gibi bir düşüncemiz yok. Zaten biz burada da birazdan danışma hakkında konuştuğumuzda açıklayacağım. Ben seninle hiçbir şekilde dini, siyasi konulara girmeyeceğim. Bu konularda zaten birbirimize karşı düşüncelerimiz de saygı çerçevesinde olacağız. Bunlara zaten hiç değinmeyeceğiz, konuşmayacağız. Az önce de dediğim gibi sen anlatacaksın, senin anlattıkların çerçevesinde biz sonuçlar ortaya çıkartacağız, çözümler üreteceğiz, birlikte karar vereceğiz. Sen kendine doğru gelenleri seçerek zaten çözüme ulaştıracaksın.

Kardelen: Problemler çıkıyor, tek tek konuştukça.

Umudum: Önce şurayı biraz toparlayalım. Biraz danışmamız hakkında konuşalım. Şimdi kararsızlıkla ilgili bir problemin var.

Kardelen: Girişimcilik.

Umudum: Girişimcilikle ilgili bir problemin var ve aynı zamanda düzenle ilgilide sıkıntın var. Bunların üçü aslında birbiri ile bağlantılı demiştik.

Kardelen: Evet.

Umudum: Bunlara değineceğiz, ilerleyen oturumlarda da. Ben sana çok dağılmadan hemen oturumlarımız hakkında biraz bilgi vereyim. Bugün vaktinde geldin, tam saatinde geldin, bu beni gerçekten çok mutlu etti, teşekkür ederim.

Kardelen: Rica ederim.

Umudum: Geriye kalan dört oturumumuzun da bu şekilde olmasını diliyorum.

Oturumlarımızın da daha sağlıklı olabilmesi için ön görüşmede belli gün ve saatte olacağını demiştik o şekilde yine senle haftaya bu saatte buluşursak daha iyi olur. Onun haricinde oturumlarımızda dediğim gibi dini, siyasi içerikli konuşmalara girmeyeceğiz. Oturumlarımız beş hafta sürecek bu haftayı çıkartırsak geriye dört haftamız kalıyor.

Kardelen: Hımm beş hafta. Neden peki beş hafta?

Umudum: Şimdi ben bunu ders gereği aldığım için okulumuzun programında mı diyeyim ders programında bu beş haftada istenen bir şey. Büyük ihtimalle de bir danışma için ortalama düzeyde daha önce de yapılmış ve bu kadar hafta olacağına karar verilmiştir. Belki sorunların çözümünde yeterli olduğu düşünülmüş olabilir. Biraz da bizim dersimiz için olduğu için hocamız da beş hafta olarak istediği için aslında. Biraz da böyle ama senin sorunun çok çözülmez veya büyürse seni daha farklı daha uzman bir psikolojik danışmana yönlendirebiliriz. Bunu sen de isteyebilirsin, talep edebilirsin. Bir de sorunlarının çözüldüğünü hissedersen üçüncü, dördüncü oturumlarda ondan sonrasında da yine o durumlara göre konuşuruz. Oturumlarımız beş hafta olacak daha sonra 50-55 dakika süresi var.

Kardelen: O kadar süre konuşabilecek miyiz? Neden o kadar uzun?

Umudum: Aslında bilmiyorum hani birazcık ben de heyecanlandığım için. 50-55 dakika dikkatimizin dağılması için belli bir süre sonra örneğin 45 dakika 40 dakika derler ya, dikkatimizin dağılması için o süre zarfı yeterlidir. Yine bunda dediğim gibi biz bilgi

Açıklamalı [u42]: Duygu yansıtması

Açıklamalı [u43]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u44]: Empati

Açıklamalı [u45]: Yapılama

Açıklamalı [u46]: Yapılama

düzeyinde beş hafta, 50-55 dakika gibi süreçlerin sağlıklı olduğunu bildiğimiz için bu şekilde uygulanmasına karar verilmiş. Biz de bu şekilde uyguluyoruz. Yeri geldiğinde aşabilir; ama biz mümkün olduğunca aşmamaya çalışacağız. Zaten konuşarak birbirimizi de motive ederek oturumlarımızın güzel bir şekilde sürmesini diliyorum. Zaten konuşulanlar aramızda gizli kalacak. Bunu ön görüşmede de söylemiştim sen gönüllü olarak katılmıştın. Bu konuda da şüphelenmesin. Karşılıklı anlaşma da yapabiliriz. Ben gizli kalacağına dair sana bir söz veriyorum sen de umarım vaktinde gelirsin oturumlara gecikmeyerek. Bunu göstermiş olursun.

Kardelen: Tabii ki.

Umudum: Çok aksi bir durum olmadıkça örneğin; hastalık vs. bunlara tolerans olacağız birbirimize. Bu konuda da için rahat olabilir. Ben sana hiçbir şekilde öğüt vermeyeceğim, bilgi hocalığı yapmayacağım az önce de belirtmiştim. Sadece çözüm yollarını birlikte arayacağız.

Kardelen: Hı hı.

Umudum: Daha çok bu sohbet arasında geçecek senle konuşacağız, birlikte de sorunlara çözüm yolu arayıp, bulacağız umarım.

Kardelen: Anladım.

Umudum: Bu şekilde olacak oturumlarımız. Senin başka sormak istediğin soruların varsa sorabilirsin? Tekrar mesela bu danışmadan beklentilerin nelerdir? Ön görüşmeden sonra ne oldu şimdi ne düşünüyorsun?

Kardelen: Yani çok evet heyecanlıydım. Ne konuşacağımı nerden başlayacağımı bile bilmiyordum. Çünkü dedim ya düzensizlik var. Şu an kafamda biraz biraz daha iyi, az az oturmaya başladı. Yani daha çok güven var şu an. İlk başladığımız andan itibaren biraz daha samimiyet oldu.

Umudum: Güven duyman senin rahatlamayı sağladı.

Kardelen: Her şey olumlu yönde artı yani.

Umudum: Olumlu, güzel.

Kardelen: Hı hı.

Umudum: Oturumlar hakkında sormak istediğin bir şey var mı tekrardan cevaplayabilirim, sana?

Kardelen: Yani benim için şu an güzel hani muhabbet etmek güzel. Zaten bir danışmanım olarak gizli kalması en güzeli.

Umudum: Ona şüphelenmesin.

Kardelen: Evet. Eminim zaten, güveniyorum da. Onun dışında bir isteğim yok.

Umudum: Pekala o zaman. Şimdi ve şurada ne hissediyorsun?

Kardelen: Çok rahatım. Önceden ilk başladığımda ne anlatacağımı bilmiyordum mesela ne konuşacağımı bile bilmiyordum. İnsanın gerçekten birisine kendisini ifade edebilmesi çok güzel. İstekli olabilmek güzel. Gönüllü olarak katıldım ya istekli olarak dinlemeniz çok güzel. Bu hoş bir şey.

Umudum: Gerçekten gönüllü olman da beni sevindirdi. Bunları duymak da güzel. Umarım diğer oturumlarımızda da daha güzel bir şekilde ilerleriz. Onun haricinde benim çok ekleyeceğim bir şey yok. Bu ilk oturumumuz olduğu için birazcık daha kısa oldu. Şimdi önümüzdeki hafta artık amaçlarımızdan devam edebiliriz. Yeri gelir belki küçük amaçlarımız eklenebilir. Konuştukça, anlattıkça belki farkına varabileceğin şeyler olabilir. Şimdilik toparlayacak olursak bugünü kurallarımızdan bahsettik. Danışmaya vaktinde geleceğiz, haftaya yine bu saatte buluşuyoruz. Onun dışında beş hafta süreceğini söylemiştim. 50-55 dakika sıkmadan birbirimiz dinleyeceğiz.

Kardelen: Hı hı.

Açıklamalı [u47]: Konuşmaya açık davet

Açıklamalı [u48]: Duygu yansıtması

Açıklamalı [u49]: Asgari düzeyde teşvik

Açıklamalı [u50]: Duygu yansıtması

Umudum: Konuşulanlar yine belirttiğim gibi aramızda kalacaktır.

Kardelen: Teşekkürler.

Umudum: Sana hiçbir şekilde öğüt vermeyeceğim. Çözüm yollarını birlikte bulacağız umarım. Ve genel olarak da amaçlarını belirleyeceğiz. Sen girişken bir insan olmak istiyorsun bu konuda

Kardelen: Aynen.

Umudum: Daha sonra kararsızlığımı yenmek istiyorsun ve bunların hepsi ile bağlantılı olarak düzenli olmak istiyorsun.

Kardelen: Evet.

Umudum: Bunların hepsini amaç olarak belirleyebilir miyiz?

Kardelen: Evet.

Umudum: Tamam amacına yönelik gayrette bulunmak istiyor musun?

Kardelen: Evet. Ben zaten tekrar sizin yanınıza gelene kadar bir hafta boyunca yaşayacağım yine aynı şeyleri. Bakalım bu konuda ne değişiklikler olacak.

Umudum: Haftaya yine bunun üzerinde konuşuruz. Bunun doğrultusunda amaçlarımızı umarım çözüme ulaştırırız.

Kardelen: Umarım.

Umudum: Tamam o zaman. Önümüzdeki hafta yine aynı saatte aynı günde görüşmek üzere.

Kardelen: Geleceğim.

Umudum: Tekrar geldiğin için teşekkür ederim.

Kardelen: Ben teşekkür ederim. Ne demek.

Umudum: Seni tanımak güzeldi. Haftaya görüşmek üzere hoşçakal.

Kardelen: Hoşçakal.

Açıklamalı [u51]: Empati

Açıklamalı [u52]: Amaç belirleme

Açıklamalı [u53]: Asgari düzeyde teşvik

Ek.6. Veli Açık Rıza/ Onay Formu

Veli Açık Rıza/ Onay Formu

Velisi bulunduğum..... 'ın
.....adlı psikolojik danışman adayından süpervizyon
eşliğinde psikolojik danışma yardımı almasını ve oturumlarının video/ ses kaydına alınmasına
izin veriyorum. Bu kayıtlar yalnızca eğitim sürecinde bulunan öğrenciler ve süpervizyon
veren psikolojik danışman uzmanları tarafından izlenecektir. Bu amaçlar dışında görüntü
kayıtlarının başka bir amaçla kullanımında tarafımdan yeniden izin alınması gerekmektedir.

Tarih
Veli Adı Soyadı

Ek.7. Psikolojik Danışman Adayının Performansına İlişkin Özdeğerlendirme Formu

Psikolojik Danışman Adayının Performansına İlişkin Özdeğerlendirme Formu

Öğrencinin Adı:

TARİH

Bu değerlendirmenin amacı, psikolojik danışman adayının kendi kendini değerlendirmesini sağlamaktır. Aşağıdaki anketi kullanarak lütfen kendinizi derecelendiriniz:

1= Zayıf, 2= Yeterli, 3= İyi, 4= Çok İyi

	Gözlenen Düzey
1. Süpervizyona hazır bir şekilde ve zamanında katılıyorum.	
2. Geri bildirim ve süpervizyon önerilerine açık ve duyarlım.	
3. Süpervizyonu güçlü yönlerine ve sınırlamalarına ilişkin farkındalığımı geliştirmek için kullanırım.	
4. Kendinde amaçlı değişiklikler yapmaya istekli olduğumu gösteririm.	
5. Kendi eğitim ihtiyaçlarının farkındayım.	
6. Süpervizyon, sevk ve konsültasyon hizmetlerine ihtiyaç duyup duymadığının farkındayım.	
7. Bir psikolojik danışman adayı olarak kendi davranışlarını tartışma ve analiz etme istekliliğini gösteririm (örneğin, karşıt transferans sorunları, paralel süreç)	
8. Terapötik becerileri uygun düzeyde kullanırım.	
9. Vakayı uygun teknik ve kuramlardan faydalanarak kavramsallaştırır	
10. Akran değerlendirmesi ve/veya grup süpervizyonu sunma ve alma süreçlerine aktif olarak katılır	
Diğer:	

Ek.8. Psikolojik Danışman Adayının Kendi Performansına İlişkin Akran Değerlendirmesi

Psikolojik Danışman Adayının Performansına İlişkin Akran Değerlendirmesi

Öğrencinin Adı:

TARİH

Değerlendirilen Grubun Adı:

Bu değerlendirmenin amacı, psikolojik danışman adayına anlamlı geri bildirim sağlamaktır. Adınız silindikten sonra bu form değerlendirdiğiniz grup üyelerine gönderilecektir. Aşağıdaki anketi kullanarak lütfen grup üyelerini derecelendiriniz:

1= Zayıf, 2= Yeterli, 3= İyi, 4= Çok İyi

	<i>Gözlenen Düzey</i>
1. Süpervizyona hazır bir şekilde ve zamanında katılır	
2. Geri bildirim ve süpervizyon önerilerine açık ve duyarlıdır	
3. Süpervizyonu güçlü yönlerine ve sınırlamalarına ilişkin farkındalığını geliştirmek için kullanır	
4. Kendinde amaçlı değişiklikler yapmaya istekli olduğunu gösterir	
5. Kendi eğitim ihtiyaçlarının farkındadır	
6. Süpervizyon, sevk ve konsültasyon hizmetlerine ihtiyaç duyup duymadığının farkındadır.	
7. Bir psikolojik danışman adayı olarak kendi davranışlarını tartışma ve analiz etme istekliliğini gösterir (örneğin, karşıt transferans sorunları, paralel süreç)	
8. Terapötik becerileri uygun düzeyde kullanır.	
9. Vakayı uygun teknik ve kuramlardan faydalanarak kavramsallaştırır	
10. Akran değerlendirme ve/veya grup süpervizyonu sunma ve alma süreçlerine aktif olarak katılır	
<i>Diğer:</i>	

Ek.9. Ders Değerlendirme Formu

Ders Değerlendirme Formu

Sevgili öğrenciler,

Bireyle Psikolojik Danışma Uygulamaları dersinde aşağıdaki sorulara cevap vermeniz istenmektedir. Vermiş olduğunuz cevaplar, bilimsel araştırmalar dâhil hiçbir yerde kullanılmayacaktır. Kolay gelsin.

- ❖ Bu dersten beklentileriniz nelerdir?

- ❖ Bu dersin içeriği derse ilişkin beklentilerinizi ne derecede/nasıl karşıladı?

- ❖ Bu ders ile ilgili sevdiğin ve sevmediğin 3 şeyi açıklar mısınız?

- ❖ Bu dersin daha etkili bir şekilde yürütülmesi için önerilerin nelerdir?

- ❖ Dersin öğretim elemanı ile paylaşmak istediğin başka bir konu var mı? Varsa açıklar mısınız?