Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 2026, sayı 67, ss.36-78

Araştırma Makalesi

The Journal of Buca Faculty of Education, 2026, issue 67, pp.36-78

Research Article

Eklektik Süpervizyon Modelinin Psikolojik Danışman Görüşlerine ve Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımının Etkililiğinin Danışan Görüşlerine Göre İncelenmesi

Investigation of Eclectic Supervision Model According to Counselor Views and Effectiveness of Eclectic Counseling Approach According to Client Views

Fulya Yüksel Şahin [1]

[1]*Sorumlu Yazar, Prof. Dr., Yıldız Teknik Üniversitesi, fusahin@yildiz.edu.tr, (https://orcid.org/0000-0003-3454-2142)*

Geliş Tarihi: *03.12.2024* ***Kabul Tarihi:*** *09.03.2026*

ÖZ

Araştırma, iki basamaklıdır ve iki amacı vardır. Araştırmanın birinci amacı, doktora eğitimlerine devam eden uzman psikolojik danışmanların Eklektik Süpervizyon Modeline göre aldıkları süpervizyonu değerlendirmeleridir. Araştırmanın ikinci amacı ise Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına göre psikolojik danışma yardımını alan danışanların psikolojik danışma sürecine ilişkin görüşlerini incelemektir. Araştırmaya, araştırmacının doktora düzeyinde ileri bireysel psikolojik danışma uygulaması dersi süpervizyonu altındaki 10 doktora öğrencisi (7 kadın ve 3 erkek) ile bu doktora öğrencilerinin 10 danışanı (7 kadın ve 3 erkek; yaş ortalaması 23) katılmıştır. Toplamda 20 kişi araştırmada yer almıştır. Veri Toplama Aracı olarak, Süpervizyon Formları, Psikolojik Danışmanın Süpervizyon Sürecini Değerlendirme Formu, Psikolojik Danışmanın Danışan Tarafından Değerlendirilmesi Formu ve Danışanı Tanıma Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde nitel analiz yöntemlerinden birisi olan betimsel analiz/ tematik analizin tümdengelimsel yaklaşımı kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda doktora eğitimlerine devam eden uzman psikolojik danışmanların Eklektik Süpervizyon Modelini yararlı buldukları görülmüştür. Ayrıca, Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına göre psikolojik danışma yardımını alan danışanların danışma sürecinden yarar sağladıkları görülmüştür. Araştırmadan elde edilen sonuçlar, ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Süpervizyon, eklektik süpervizyon modeli, eklektik psikolojik danışma yaklaşımı, eklektik temelli yardım becerileri modeli, psikolojik danışman, danışan, nitel araştırma

ABSTRACT

The present research is two-tiered and has two objectives. The first objective is to evaluate the supervision received according to the Eclectic Supervision Model by specialist counselors who are continuing their doctoral education. The second objective of the research is to examine the views of clients receiving psychological counseling assistance according to the Eclectic Psychological Counseling Approach regarding the counseling process. The study's participants included ten doctoral students (7 females and 3 males) enrolled in the researcher's advanced individual counseling practicum course at the doctoral level, along with ten clients (7 females and 3 males; M-age = 23) of these doctoral students. A total of 20 individuals participated in the study. The following instruments were employed as data collection tools: Supervision Forms, Psychological Counselor Supervision Process Evaluation Form, Psychological Counselor Evaluation by Client Form, and Client Information Form. In the analysis of the

data, a deductive approach to descriptive analysis/thematic analysis was used as a method of qualitative analysis. The findings of the study indicated that expert counselors pursuing doctoral education found the Eclectic Supervision Model to be beneficial. Furthermore, it was observed that clients receiving psychological counseling assistance according to the Eclectic Psychological Counseling Approach experienced positive outcomes from the counseling process. The results obtained from the study are discussed in light of the relevant literature.

Keywords: Supervision, eclectic supervision model, eclectic counseling approach, eclectic based helping skills model, counselor, client, qualitative research

GİRİŞ

Birçok meslek alanında performans ve başarı, somut ve gözlemlenebilir çıktılar aracılığıyla değerlendirilebilmektedir. Örneğin, ticaretle uğraşanlar açısından gerçekleştirilen kârlı işlemler, spor kulüpleri için elde edilen galibiyetler, hukuk alanında çalışanlar için sonuçlanan davalar, tıp alanında ise kurtarılan yaşamlar önemli başarı göstergeleri arasında yer almaktadır. Buna karşılık psikolojik danışma alanında ortaya konulan ürünler, çoğu zaman fiziksel, hızlıca ve doğrudan gözlemlenebilir nitelikte değildir (Leibert, 2006, s.108). Alanyazında psikolojik danışma yardımının etkililiğine ilişkin güçlü deneysel kanıtlar bulunmasına karşın, sürecin kendisine ve özellikle oturum içindeki öznel yaşantılara ilişkin araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir (Sackett, Lawson & Burge, 2012). Bu nedenle, psikolojik danışma ve terapi araştırmalarında nicel yöntemlerden nitel yöntemlere doğru geçiş yapılmaya başlanmıştır. Danışma sürecinin tüm yönleriyle anlaşılabilmesi için nitel araştırma desenlerinin önemli olduğu vurgulanmaktadır (Howe, 1996). Türkiye'deki psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmalarına bakıldığında, bu alandaki deneyimsel çalışmaların sayısal açıdan oldukça yetersiz olduğu dikkati çekmektedir (Gümüşkaşık & Denizli, 2021). Oysa ki psikolojik danışman ve danışan perspektifleri açısından yapılan karşılaştırmalar, psikolojik danışmanlık sürecinin daha kapsamlı bir şekilde değerlendirilmesini sağlar (Sackett, Lawson & Burge, 2012).

Psikolojik danışma sürecinde danışanda ortaya çıkan değişimin hangi müdahale bileşenleri aracılığıyla gerçekleştiği sorusu önemlidir. Bu bağlamda, farklı terapilerin tekniklerinin danışanın gereksinimlerine göre seçilmesini esas alan Eklektik Terapi**,** kapsamlı olması ve uygulama esnekliğine dayanması nedeniyle süreç araştırmaları açısından özgün bir inceleme alanı sunmaktadır. Mevcut araştırmada, Eklektik Süpervizyon Modeline göre psikolojik danışma yardımını veren danışmanların süpervizyon modeline ilişkin deneyimlerinin ve Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına göre yardım alan danışanların danışma sürecine ilişkin deneyimlerinin incelenmesi özgün ve önemli olabilir. Böylece, Eklektik Yaklaşımın yalnızca terapötik uygulama düzeyinde değil, aynı zamanda psikolojik danışman eğitiminde ve süpervizyon yapılanmasında da sistematik biçimde değerlendirilmesi sağlanabilir. Zira, Eklektik Yaklaşımın süpervizyon boyutu ile uygulama boyutunun birlikte ele alındığı araştırmaların dikkat çekici biçimde az olması önemli bir kuramsal ve uygulamalı boşluğuna işaret etmektedir. Bu açılardan, psikolojik danışmanların teknikleri eklektik bir biçimde kullanma yeterlilikleri ile danışanların bu müdahaleleri nasıl deneyimlediklerinin incelenmesi de önemli görünmektedir.

Dünyada, 1990'lı yıllardan itibaren danışmanların/terapistlerin yöneliminin eklektik ya da bütünleştirici yaklaşıma doğru olduğu belirtilmektedir (Behan, 2022; Pearson & O'Brien, 2012). Özellikle deneyimli danışmanların Eklektik ya da Bütüncül Psikolojik Danışma Yaklaşımını daha fazla kullandıkları da bulunmuştur (Hollanders & McLeod, 1999). Bu eğilim, terapiler arasındaki katı sınırları kaldırmaktadır. Bu eğilimle birlikte hem terapötik uygulamaların, hem de süpervizyon süreçlerinin eklektik bir perspektifle ele alınma gerekliliği ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda, mevcut araştırmada Eklektik Psikolojik Danışma ile Eklektik Süpervizyon Modelinin birlikte ele alınması, psikolojik danışman eğitiminde uygulama çeşitliliğini artıran ve kanıta dayalı mesleki yeterliklerin gelişimini destekleyen işlevsel bir yaklaşım olarak

değerlendirilebilir. Bu çalışmada, öncelikle Eklektik Psikolojik Danışma/Terapi yaklaşımının kavramsal çerçevesi ortaya konulmuş; ardından Eklektik Süpervizyon Modeli kuramsal ve uygulamalı boyutlarıyla ele alınarak araştırmanın amacıyla bütünleştirilmiştir.

1.1. Eklektik Psikolojik Danışma/Terapi

Geçmişten günümüze değin insanın düşüncelerinin, duygularının ve davranışlarının nedenlerini anlamak, açıklamak ve yaşadıkları sorunların çözümüne yardımcı olabilmek amacı ile bir çok terapi kuramları geliştirilmiştir. Bu terapi kuramlarından birisini temel alan danışmanlar danışanlarının ağırlıklı olarak duyguları ya da düşünceleri ya da davranışları ile çalıştıklarında (Corey, 2008) çok boyutlu değerlendirmeyi yapamamaktadır (Lazarus, 2007). Ayrıca, danışanların cinsiyeti, cinsel yönelimi, kültürel yapısı, yaşam deneyimleri, yetenekleri, öz-farkındalıkları ve destek sistemleri vb gibi özellikleri birbirlerinden farklılık göstermektedir. Bu açılardan bir terapi kuramına sıkıca bağlı kalmak, terapötik teknik seçeneklerini önemli düzeyde azaltmaktadır (Seligman & Reichenberg, 2019). Danışanların sorunlarının ve özelliklerinin çok çeşitli olmasından ötürü bir terapi kuramının ve tekniklerinin yardımda yeterli olmayabileceğine ilişkin terapistler ve araştırmacılar arasında paylaşılan bir uzlaşma bulunmaktadır (Zarbo vd., 2016). Bu bağlamda, Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımının farklı terapötik tekniklerin kullanımına imkan tanıması, bu yaklaşıma yönelik ilgiyi artırmıştır (Hoffman, 2022; Hollanders, 2003; Lazarus, 1989, 2002, 2005, 2007). Eklektizmi en iyi açıklayan görüş *hangi sorun için, ne yaparsam işe yarar?* görüşüdür (Benito, 2018; Özakkaş, 2018). Teknik eklektizmi, terapi kuramlarından bağımsız olarak, çeşitli terapilerin tekniklerinin danışanın gereksinimlerine göre uygun zamanda ve yerde kullanılmasıdır (Greben, 2004; Hollanders, 2003). Temelinde *danışanlara yardımcı olurken kuramları değil, tekniklerini kullanırız* düşüncesi vardır (Lazarus, 1989, 2002, 2005). Teknik eklektizmini benimseyen bir psikolojik danışman/terapist sorunların çözümünde etkili olduğu kanıtlanan farklı terapilerin tekniklerini uygulama konusunda kendisini özgür hisseder (Tuzgöl Dost, 2020). Sistematik eklektizme ya da teknik ekletizmine örnek olarak, Lazarus'un geliştirdiği Çok Boyutlu (Multimodal) Terapi Modeli verilmektedir (Hollanders, 2003).

Çok Boyutlu Terapi yaklaşımı, sosyal ve bilişsel öğrenme kuramlarına dayanmakla birlikte, farklı terapilerin etkili olan tekniklerini kullanarak, teknik eklektizmini savunur (Lazarus, 2002, s.4; Lazarus & Beutler, 1993). 1970'li yıllarda, *Çok Boyutlu Davranış Terapisi* olarak çıkan bu psikolojik danışma/terapi yaklaşımı, 1981 yılından itibaren *Çok Boyutlu Terapi* olarak adını değiştirmiştir (Lazarus, 2002). Lazarus danışma sürecini sağlıklı olarak yürütmede en ideal yolun, danışanlarının gereksinimlerine göre çeşitli terapilerin tekniklerini uygulamak olduğunu belirtir. Lazarus'un geliştirdiği Çok Boyutlu Terapi/Psikolojik Danışma Yaklaşımı'nda *boyut* ve *teknik eklektizmi* olmak üzere iki temel öge bulunmaktadır. Bu yaklaşıma *"boyut"* açısından bakıldığında; insanların (1) davranış boyutu, (2) duygu boyutu, (3) duyum boyutu, (4) imge/ hayal/zihinsel canlandırma/rüya boyutu, (5) biliş/düşünce boyutu, (6) kişilerarası ilişkiler boyutu ve (7) biyoloji boyutu vardır (Lazarus, 1989, 2002). Bu yaklaşım geniş bir çerçevede, çok boyutlu ve kapsamlı bir biçimde danışanı değerlendirir (Lazarus, 2005a). Bu yaklaşıma *teknik eklektizmi* açısından bakıldığında; farklı terapilere ait terapötik tekniklerin danışanların ihtiyaçlarına uygun olarak seçilerek doğru bir biçimde uygulanması vardır (Lazarus, 1989, 2002, 2005, 2007).

Alan yazında Çok Boyutlu Terapinin yanı sıra Eklektik Yardım Becerileri Modelleri de bulunmakta ve psikolojik danışman eğitiminde sıklıkla kullanılmaktadır. Örneğin; Egan'ın Gelişimsel Eklektizm/Sistematik Eklektizm Modeli (Egan, 1975/2011), Carkhuff'un Yardım Etme Becerileri Modeli (Carkhuff, 1972/2011) ve Ivey'in Mikrobeceri Eğitimi Modeli (Ivey vd., 1968; Ivey, Ivey & Zalaquett, 2010) vb. gibi modeller vardır. Bu modellerde danışma sürecinin basamakları hiyerarşik olarak tanımlanmakta ve terapilere ait teknikler eklektik bir biçimde kullanılmaktadır. Ayrıca modellerde, Birey Merkezli Terapinin teknikleri temelde kullanılırken, örneğin; eylem /çözüm basamağında Davranışçı Terapinin, Bilişsel Terapinin ve

diğer terapilerin teknikleri kullanılmaktadır. Modellerin ortak olan yanları keşif aşamasında danışanın yaşantıları ve sorunları empatik bir yaklaşımla netleştirilir. Amaç belirleme aşamasında danışanın gereksinimleri ve ulaşmak istediği hedefler işbirlikçi biçimde yapılandırılır. Çözüm ve uygulama aşamasında ise eylem planları geliştirilir; danışanın karar verme, problem çözme ve iletişim becerileri desteklenerek değişim süreci pekiştirilir (Egan, 1975/2011; Ivey, Ivey & Zalaquett, 2010). Bu modeller yapılandırılmış modeller olup, psikolojik danışma eğitiminde ve danışma becerilerinin öğretilme biçimlerinde devrim yaratmış ve karmaşık olan süreci sadeleştirmiştir (Brew & Kottler, 2008). Yapılandırılmış yardım becerileri modellerinin danışma sürecini sistematik, öğretilebilir ve değerlendirilebilir bir çerçeveye kavuşturması (Brew & Kottler, 2008); Lazarus'un Çok Boyutlu Terapisinin danışma sürecini ve teknik eklektizmini açık biçimde tanımlaması (Lazarus, 1989, 2002, 2005, 2007) sayesinde kuramsal temellere dayanan, uygulama odaklı ve geri bildirim süreçlerini içeren süpervizyon uygulamalarının çeşitliliğine katkı sağlanmıştır. Bu bağlamda, psikolojik danışman eğitiminde süpervizyon, kuramsal bilginin mesleki yeterliğe dönüşmesini sağlayan, müdahale becerilerinin yapılandırılmış biçimde geliştirilmesini ve profesyonel kimliğin oluşumunu destekleyen merkezi bir konumda yer almıştır.

1.2. Süpervizyon ve Eklektik Süpervizyon Modeli

Psikolojik danışman eğitimi kuramsal ve uygulamalı olarak yürütülür. Uygulama boyutunda süpervizyon çok önemlidir. Süpervizyon, mesleğinde deneyim sahibi olan süpervizörün, kendilerinden daha az deneyimli olan bireylere desteğini vermesi, kendi gözetimleri altında mesleğe hazırlaması ve yetiştirmesidir. Bu ilişki değerlendirici bir özellikte olup, hiyerarşik bir ilişkidir. Mesleki becerileri ve mesleki yetkinliği geliştirmeyi amaçlar (Ascher & Butler, 2010; Yogev, 1982). Süpervizyon yaşantısal öğrenme deneyimini içerir (Gladding, 2013).

Süpervizyon sürecinde süpervizör, psikolojik danışman adayını/danışmanı izler ve değerlendirmelerini yapar. Bu değerlendirmelerini yaparken süpervizörün seçtiği *süpervizör rolleri* vardır (Cormier & Hackney, 2014). Süpervizörün rolleri öğretmen rolü, konsültasyon rolü ve psikolojik danışman rolü olarak açıklanır. Süpervizör *öğretmen rolü* ile bilgi verir, model olur, öneri verir ve geri bildirimlerde bulunur (Bernard & Goodyear, 2014). Süpervizörün meslektaş rolü olan (Yorgev, 1982) *konsültasyon rolü* ile psikolojik danışman adayının/danışmanın özgür olmasını destekler (Bernard & Goodyear, 2014), sınırlı düzeyde kaynaklık eder (Cormier & Hackney, 2014). Süpervizörün *psikolojik danışman rolü* ile psikolojik danışman adayının/danışmanın kişisel gelişimini destekler, psikolojik danışman adayının/danışmanın hissettiği gerginlik ve kaygı duygularını yansıtır (Bernard & Goodyear, 2014).

Süpervizörler süpervizyonu verirken farklı *süpervizyon tekniklerini* kullanabilirler. Bu teknikler; teknoloji destekli teknikler (örn; eposta-farklı zamanlarda yazışma, chat-eş zamanlı yazışma, video konferansla görüşme vb. gibi), kontrol listesi tekniği, süreç notları tekniği, deşifre tekniği, aynalı danışma odasında canlı gözlem tekniği, ses kaydı tekniği, video kaydı tekniği (görüntü ve ses kaydı), kendini anlatma tekniği, model olma tekniği, rol oynama tekniği, kitap okuma ve video izleme vb. şeklinde ev ödevi tekniği ve vaka sunum teknikleri şeklindedir (Kennedy vd., 2023; Nelson- Jones, 2014).

Süpervizörler süpervizyonu verirken farklı *süpervizyon yöntemlerini kullanabilirler***.** Bu yöntemler süpervizyonu alan kişi sayısına göre bireysel süpervizyon, üçlü süpervizyon ve grup süpervizyonu şeklinde olabilir (Corey vd., 2010). Süpervizör olmadan psikolojik danışman adaylarının/danışmanların birlikte birbirlerine destek verdikleri akran süpervizyonu yöntemi de bulunmaktadır (Yılmaz & Voltan-Acar, 2015; Wheeler & Richards, 2007).

Süpervizörler süpervizyonu verirken farklı *süpervizyon modellerini* kullanabilirler. Alanyazında *birinci nesil ve ikinci nesil süpervizyon modelleri* vardır. *Birinci nesil süpervizyon*

modelleri (Bernard, 2014), sosyal rol süpervizyon modeli, psikoterapi temelli süpervizyon modeli ve gelişimsel süpervizyon modeli olarak üç ana başlık altında açıklanmaktadır (Watkins & Scaturo 2013). Günümüzde bu modellerin sınırlılıkları fark edilince *ikinci nesil süpervizyon modelleri* geliştirilmiştir. İkinci nesil süpervizyon modellerinde, bu ana kategorilerinin bir karışımı olan entegre modeller oluşturulmuştur (Bernard, 2014). Bütünleştirici ve Eklektik Süpervizyon Modellerinde birden fazla kuram (çeşitli terapiler), yöntem (bireysel süpervizyon, üçlü süpervizyon, grup süpervizyonu, akran süpervizyonu) (Corey vd., 2010; Nelson-Jones, 2014; Wheeler & Richards, 2007) ve teknik (ses ve görüntü kaydı tekniği/video kaydı, ses kaydı tekniği, deşifre tekniği, süreç notları tekniği, kontrol listesi tekniği, canlı gözlem tekniği, teknoloji destekli teknikler, kendini anlatma tekniği, model olma tekniği, rol oynama tekniği, ev ödevi tekniği ve vaka sunum teknikleri) (Corey vd., 2010; Kennedy vd., 2023; Nelson- Jones, 2014) vardır. Süpervizyonla ilgili çok sayıda modellerin, kuramların, yöntemlerin ve tekniklerin olduğu düşünüldüğünde, çok sayıda bütünleştirme yapmak ve eklektik kullanım mümkündür. Haynes ve diğerleri (2003) günümüzde bütünleştirici ve eklektik süpervizyon modellerinin de yaygın olarak kullanıldığını belirtmektedir. Bu modellerin özünde de kuramsal bütünleştirme (Bütüncül Terapi/Psikolojik Danışma) ve teknik eklektizmi (Eklektik Terapi/Psikolojik Danışma) vardır.

1.3. Mevcut Çalışma

Bu araştırmanın iki amacı vardır. Araştırmanın birinci amacı, doktora eğitimlerine devam eden uzman psikolojik danışmanların Eklektik Süpervizyon Modeline göre aldıkları süpervizyonu değerlendirmelerini incelemektir. Araştırmanın ikinci amacı ise bu psikolojik danışmanlardan Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına göre psikolojik danışma yardımını alan danışanların danışma sürecine ilişkin görüşlerini incelemektir. Araştırmada, hem psikolojik danışmanların, hem de danışanların deneyimlerini incelemek alan yazına katkı sağlayabilir.

Eklektik ve Bütüncül Psikolojik Danışma Yaklaşımları ile ilgili yurt dışında bir çok çalışma yapılmakta olup, genel eğilimin Eklektik ve Bütüncül Psikolojik Danışma Yaklaşımlarına doğru ilerlediği görülmektedir (Behan, 2022; Hollanders & McLeod, 1999; Pearson & O'Brien, 2012; Romaioli & Faccio, 2012; Tasca vd., 2015; Zarbo vd., 2016). Ayrıca Loganbill & Hardy (1983) bir terapi kuramına sadakatı savunan eleştirmenlerin itirazlarına rağmen, psikolojik danışma süpervizörlerinin teknik ve yaklaşımlarında eklektik çalışmaları gerektiğini öne sürmüşlerdir (aktaran Ascher & Butler, 2010). Yapılmış olan araştırmalarda Consoli & Jester (2005) terapistlerin %60 ile %75 arasında Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımını kullandıklarını; Hollanders & McLeod (1999) İngiliz psikolojik danışmanlarının %87'sinin; Pearson ve O'Brien (2012) Amerika'lı terapistlerin %68'inin Eklektik ve Bütüncül Psikolojik Danışma Yaklaşımını kullandıklarını;Tasca vd., (2015) psikolojik danışmanların /terapistlerin sadece %15'inin tek bir terapiye bağlı kaldıklarını bulmuşlardır. Türkiye'de ise Bilican & Soygüt'ün (2015), 88 terapist (psikolojik danışman, psikolog ve psikiyatrist) üzerinde yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, terapistlerin tek bir terapinin kuramsal yönelime sahip olmayıp, birden çok yönelimi bütünleştirmeyi tercih ettiklerini bulmuşlardır. Ülkemizdeki Eklektik Terapi ile ilgili yapılmış yayınlara bakıldığında, derleme makaleler (Örneğin; Öztan, 1989; Özakkaş, 2018; Tuzgöl Dost, 2020; Uçaner Çifdalöz & Salur, 2019); çeviri olmayan bir kitap (Yıldırım Kurtuluş & Yüksel Şahin, 2023); ve Lazarus'un (2013) Türkçe'ye çevrilmiş bir kitabının olması bu konudaki kaynak çeşitliliğinin sınırlı sayıda kaldığını göstermektedir. Bununla birlikte, psikolojik danışman eğitiminde yaygın olarak kullanılan ve Eklektik Psikolojik Danışma yaklaşımına dayanan bazı Yardım Becerileri Modellerinin Türkçe çevirileri mevcuttur. Örneğin; Egan'ın Sistematik Eklektizm Modeli (Egan, 2011), Carkhuff'un Yardım Etme Becerileri Modeli (Carkhuff, 1972/2011) ve Young'ın Temel Yardım Becerileridir (Young, 2019). Bu kaynakların varlığına rağmen, henüz yeterli ölçüde sistematik olarak konunun incelenmemiş olması önemli bir eksiklik olarak karşımıza çıkmaktadır. Eklektik Terapi yaklaşımının sınırlı düzeyde çalışılmış olması (Ay & Akbağ, 2025; Baysal & Karaaziz, 2024; Bilican & Soygüt, 2015; Yüksel Şahin, 2024) öneminin ya da danışanlara sağladığı

yararın düşük olduğu anlamına gelmemektedir. Aksine, kuramsal ve uygulamalı açıdan kapsamlı bir çerçeve sunan bu yaklaşımın, Türkiye bağlamında daha sistematik biçimde incelenmesine ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Bu araştırma, Türkiye'de Eklektik Süpervizyon Modelini inceleyen ve aynı zamanda psikiyatrik tanısı bulunmayan bireylere yönelik Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımının etkililiğini birlikte değerlendiren ilk çalışma olması bakımından önemli olabilir. Bu araştırmadan elde edilen bulgularla Türkçe alanyazına bir ölçüde de olsa katkı sağlamak amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma, nitel bir araştırmadır. Nitel araştırma, materyallerin, etkinliklerin, ilişkilerin ve durumların niteliğinin incelendiği araştırmalardır (Büyüköztürk vd., 2009, s.288). Nitel araştırmalar, araştırılan kişilere seslerini duyurma imkanı veren, bağlama duyarlı bir yaklaşımı sunarlar (Kline, 2003, aktaran Sackett, Lawson & Burge, 2012). Bu araştırmada nitel araştırma desenlerinden fenomenoloji (olgubilim) deseni kullanılmıştır. Fenomenoloji deseni bireylerin algılarını, deneyimlerini, yönelimlerini ve durumlarını inceler (Yıldırım & Şimşek, 2006). Farklı bireyler tarafından tecrübe edilen fenomenle ilgili çeşitli algılar incelenir. Bu algıların ortak yönleri belirlenmeye çalışılır (Fraenkel vd., 2012) ve bireylerin deneyimlerinin özüne ulaşılmaya çalışılır (Creswell, 2017a).

2.2. Çalışma Grubu

Nitel araştırmalarda örneklem amaçlı olarak belirlenir. Derinlemesine bilgi almak için çalışma kapsamına uygun olan örneklem seçilir. Buradaki amaç, daha geniş bir örneklemin seçilmesi değildir; kasıtlı olarak seçilen örneklemden konu hakkında daha fazla bilgi toplanabilecek bireylerin araştırmaya dahil edilmesidir (Büyüköztürk vd., 2009,s261). Bu açıdan araştırmada, kritik durum örneklemesi kullanılmıştır. Bu örneklemede, belirli özelliklere sahip olan bireylerin incelenen durumu nasıl algıladıkları incelenir (Creswell, 2017a).

Nitel araştırmalarda katılımcı sayısının kaç kişiden oluşması gerektiğine ilişkin kesin bir yanıt yoktur. Ancak Creswell (2017b,s. 189) fenomenoloji deseni için üç ile on arasında katılımcı bulunmasının yeterli olduğunu belirtmektedir. Bu araştırmanın çalışma grubunu İstanbul'da bir devlet üniversitesinde görev yapan araştırmacının (süpervizör) "ileri bireysel psikolojik danışma uygulaması dersi" süpervizyonu altındaki 10 doktora öğrencisi (uzman psikolojik danışman) ile bu psikolojik danışmanların psikolojik danışma sürecine başlayıp, süreci tamamlamış olan 10 danışanı oluşturmuştur. Toplamda 20 katılımcı araştırmada yer almıştır. Araştırmanın dışlama kriterleri, psikiyatrik tanı almak ve psikiyatrik ilacı kullanıyor olmaktır. Psikolojik danışmanların ve danışanların özellikleri ve tamamladıkları oturum sayıları Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1

Psikolojik Danışmanların ve Danışanların Özellikleri ile Oturum Sayıları

Psikolojik Danışman			**Danışan**				
Kod	Cinsiyet	Süpervizyon	Kod	Cinsiyet	Yaş	Eğitim	Oturum Sayısı
PD1	Kadın	Almadı	D1	Erkek	23	Üniversite Ö.	24
PD2	Kadın	Almadı	D2	Erkek	21	Üniversite Ö.	66
PD3	Erkek	Aldı	D3	Kadın	30	Üniversite Ö.	66
PD4	Kadın	Aldı	D4	Kadın	23	Üniversite Ö.	52
PD5	Erkek	Aldı	D5	Kadın	23	Üniversite Ö.	55
PD6	Kadın	Almadı	D6	Kadın	26	Yüksek Lisans Ö.	48
PD7	Kadın	Almadı	D7	Kadın	20	Üniversite Ö.	72
PD8	Kadın	Almadı	D8	Kadın	22	Üniversite Ö.	64
PD9	Erkek	Aldı	D9	Kadın	22	Üniversite Ö.	40
PD10	Kadın	Aldı	D10	Erkek	23	Üniversite Ö.	58

Not. PD = Psikolojik Danışman, D=Danışan, Ö=Öğrencisi

Tablo 1'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan 10 uzman psikolojik danışmandan yedisi (%70) kadın, üçü (%30) erkektir. Psikolojik danışmalardan beşi lisans ya da yüksek lisans eğitimlerinde süpervizyon almışken (%50); beşi (%50) hiç süpervizyon almamıştır. Araştırmaya katılan 10 danışandan yedisi (%70) kadın, üçü (%30) erkektir. Yaş ortalaması $\overline{x}$ =23.3'dür. Sekiz (%80) danışan üniversite eğitimine devam ederken, iki (%20) danışan üniversite mezunudur. Danışanların bu araştırmada katıldığı oturum sayısı ortalaması $\overline{x}$ =54.4'tür. Araştırmada, danışma sürecine tam olarak devam edip, danışma sürecini tamamlamış olan danışanların psikolojik danışma sürecinde belirlenmiş olan sorunları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2

Danışanların Psikolojik Danışma Sürecinde Belirlenen Sorunları

Çok Boyutlu Sorun Alanları	**Tanımlanan Kişisel, Sosyal, Kariyer ve Akademik Sorunları**
Kişilerarası İlişkiler	Anne-baba ile iletişim güçlüğü, Arkadaşlarla iletişim güçlüğü, Romantik ilişki sorunu
Düşünce	Düşük özgüven, Akılcı olmayan inançlar, Karar verememe, Kariyer kararsızlığı
Duygu	Öfke, Kaygı, Stres
Davranış	Düşük güvengenlik, Sorumluluklarını erteleme, Zamanı yönetememe, Verimli ders çalışamama
	Üniversite ve İstanbul'a uyumda güçlük (bilişsel/duygusal ve davranışsal)
Bedensel Duyum/ Psikosomatik	Mide bulantısı ve vücut ağrıları
İmge	Sorunların zihinsel resimleri

Tablo 2'de görüldüğü gibi, katılımcıların danışma sürecinde belirlenmiş olan sorunları şu şekildedir: Anne-baba, arkadaş ve romantik ilişkide iletişim güçlüğü, düşük öz güven, akılcı olmayan inançlar, karar verememe, kariyer kararsızlığı,öfke, kaygı, stres, düşük güvengenlik, sorumluluklarını erteleme, zamanı yönetememe, verimli ders çalışamama, üniversite ve İstanbul'a uyumda güçlük, mide bulantısı ve vücut ağrıları, sorunların zihinsel resimleri şeklindedir. Danışanlar kişisel, sosyal, akademik ve kariyer konularında sorunlar yaşamaktadırlar.

2.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak nitel dökümanlar kullanılmıştır. Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımlı Süpervizyon Formları (Süreç Notları Tekniği), Psikolojik Danışmanın Eklektik Süpervizyon Sürecini Değerlendirme Formu, Psikolojik Danışmanın Danışan Tarafından Değerlendirilmesi Formu ve Danışanı Tanıma Formu kullanılmıştır.

2.3.1. Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımlı Süpervizyon Formları (Süreç Notları Tekniği)

Süpervizyon Formları tüm süpervizyon sürecinde uzman psikolojik danışmanlara süpervizyon vermek için kullanılmıştır. 2016 yılından itibaren araştırmacı tarafından geliştirilmeye başlanmış ve doktora öğrencilerinden alınan geri bildirimler doğrultusunda sürekli gözden geçirilerek revize edilmiştir (Yüksel Şahin, 2024). Bu formlar, Lazarus'un (1989, 2002, 2005a, 2005b, 2006, 2007) Çok Boyutlu (Teknik Eklektizmli) Terapi/Psikolojik Danışma Yaklaşımı ile psikolojik danışma sürecinin basamakları dikkate alınarak hazırlanmıştır (Ivey vd., 1968; Carkhuff, 1972/2011; Egan, 1975/2011). Süpervizyon formlarının başlıca özellikleri şunlardır:

(A) Formlarda Danışma Sürecinin Basamakları ve Basamak Geçişleri Vardır: Süpervizyon Formları, danışma sürecinin her basamağını ve bu basamaklar arasındaki geçişleri açık bir şekilde tanımlamaktadır. Bu kapsamda, öngörüşme; danışanla işbirlikçi ilişkiyi kurma; danışanın sorunlarını ve amaçlarını öğrenmeye ve anlamaya başlama; sorunları ve amaçları detaylı olarak tanımlama ve değerlendirme; çözüm seçeneklerini oluşturma (psikoeğitim desteğiyle birlikte); çözüm seçeneklerini uygulama ve danışmayı sonlandırma adımları sistematik bir biçimde ele alınmıştır (Carkhuff, 2011; Corey vd., 2011; Cormier & Hackney, 2014; Egan, 2011; Gladding, 2013; Hackney & Cormier, 2008; Meier & Davis, 2007).

(B) Formlarda Sorunların Çok Boyutlu İncelenmesi Vardır: Süpervizyon Formları, danışanın yaşadığı sorunların çok boyutlu olarak değerlendirilmesine olanak tanımaktadır. Bu bağlamda, formun içinde düşünce, imge/zihinsel canlandırma/rüya, duygu, davranış, bedensel duyumlar/psikosomatik belirtiler ve iletişim/kişilerarası ilişkiler boyutu olarak her boyutun kapsamlı incelenmesine (Lazarus, 1989, 2002, 2005a, 2005b, 2006, 2007) yönelik bilgiler ve yönergeler vardır.

(C) Formlarda Teknik Eklektizmine Dayalı Temel Düzey Teknikler ve İleri Düzey Teknikler Vardır: Süpervizyon Formları, danışanın ihtiyaçlarına uygun terapötik tekniklerin eklektik bir biçimde uygulanmasını desteklemektedir. Bu bağlamda, farklı terapilere ait 70 adet teknik tanımlanmış ve örneklendirilmiş olup, ayrıca ek tekniklerin kullanımına da imkân sağlanmaktadır. Formlarda bu tekniklerin doğru biçimde uygulanıp uygulanmadığını değerlendirmek amacıyla evet-hayır formatında bir kontrol listesi de bulunmaktadır.

(D) Formlarda Oturumun Değerlendirildiği Bölüm Vardır: Süpervizyon Formlarında, psikolojik danışman adaylarının/danışmanların oturumlarıyla ilgili soruları, düşünceleri, duyguları ile eş psikolojik danışman adayının/danışmanın değerlendirme yaptığı bir bölüm de vardır.

2.3.2. Psikolojik Danışmanın Eklektik Süpervizyon Sürecini Değerlendirme Formu

Bu form, araştırmacı tarafından uzman psikolojik danışmanların Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımlı Süpervizyon Formlarını ve Eklektik Süpervizyon Sürecini değerlendirmeleri amacıyla hazırlanmıştır. Formda; Süpervizyon Formlarının yarar ve sınırlılıklarına, danışma sürecinin basamaklarına göre hazırlanışına ve süpervizyonun bu yapı çerçevesinde yürütülmesine, formda yer alan terapötik teknikler doğrultusunda sürecin uygulanmasına ve ileri bireysel psikolojik danışma uygulaması dersinde verilen süpervizyonun

danışma becerilerine katkılarına ilişkin görüşleri ortaya koymayı amaçlayan açık uçlu sorular yer almaktadır.

2.3.3. Psikolojik Danışmanın Danışan Tarafından Değerlendirilmesi Formu

Bu formda danışma sürecine tam katılımı sağlamış olan danışanların danışma sürecine, psikolojik danışmanın yaklaşımına, sorunlarına yönelik çözüm oluşturmasında ve uygulamasında psikolojik danışmanın rolüne ve davranışlarına ilişkin görüşlerinin sorulduğu sorular bulunmaktadır.

2.3.4. Danışanı Tanıma Formu

Danışanlara ait çeşitli bilgiler bulunmaktadır. Araştırmada bu bilgilerden yalnızca danışanların cinsiyetine, yaşına ve eğitim düzeyine ilişkin bilgiler alınmıştır.

2.4. İşlemYolu

Araştırmacı ileri bireysel psikolojik danışma uygulaması dersinin başlangıcında katılımcıları araştırmanın amacı, elde edilen sonuçların nasıl kullanılacağı ve veri toplama aracı hakkında bilgilendirmiştir. Katılımcıların Bilgilendirilmiş Onayları alınmış ve gönüllü olarak araştırmaya katılmışlardır. Yıldız Teknik Üniversitesi Etik Kurul onayı alınmıştır (E.2102150041). Danışma sürecini danışanıyla tamamlayan uzman psikolojik danışmanlara Psikolojik Danışmanın Eklektik Süpervizyon Sürecini Değerlendirme Formu ve danışma sürecini tamamlamış olan danışanlara Psikolojik Danışmanın Danışan Tarafından Değerlendirilmesi Formu eposta ile iletilmiştir. Araştırmacıya iletilen Formlar veri dosyasına kaydedilmiştir. Veriler, etik kurallara uygun biçimde şifre korumalı olarak güvenli şekilde işlenmiş ve saklanmıştır. Araştırmacı tarafından veriler analiz edilmiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Uzman psikolojik danışmanların Psikolojik Danışmanın Süpervizyon Sürecini Değerlendirme Formuna ve danışanların Danışan Tarafından Psikolojik Danışmanın Değerlendirilmesi Formuna verdikleri yanıtların nitel analizi, betimsel analiz ya da diğer anlamı ile tematik analizin tümdengelimsel yaklaşımı ile yapılmıştır. Alan yazında bu analiz türü Braun & Clarke (2006, s.12-13) tarafından tematik analizin tümdengelimsel yaklaşımı olarak açıklanırken; Strauss & Corbin (1990, aktaran Yıldırım & Şimşek, 2006, s.223) tarafından betimsel analiz olarak açıklandığı görülmektedir. Tematik analiz, fenomenolojik bir yöntem olarak, veriler içerisinde yer alan temaların belirlenmesi, analiz edilmesi ve raporlanması sürecidir. Gerçekte birçok nitel veri analizinin özünde, tematik olduğu ileri sürülebilir. Temaların oluşturulmasında tümdengelimsel (deductive) ve tümevarımsal (inductive) olarak iki farklı yöntem bulunmaktadır. Tümdengelimsel analizde analiz süreci genelden özele ilerler. Araştırmacı veri toplama sürecine başlamadan önce analiz temalarının çerçevesini mevcut alanyazına, kurama ya da daha önce geliştirilmiş bir modele dayalı olarak oluşturur. Tümevarımsal analizde analiz süreci, özelden genele ilerler. Burada veriler ayrıntılı incelenerek kodlar, kategoriler, temalar ve yorumları oluşturulur (Braun & Clarke, 2006, s.12-13). Diğer yandan Strauss ve Corbin'in (1990) önerdiği nitel veri analizi iki başlık halinde *içerik analizi* ve *betimsel analiz* olarak açıklanmaktadır (aktaran Yıldırım & Şimşek, 2006). Araştırmada kullanılan betimsel analizde, önceden hazırlanmış olan sorulardan elde edilen veriler, anlamlı biçimde bir araya getirilir. Sonuçları yazılırken doğrudan alıntılar seçilir (Yıldırım &Şimşek, 2006).

Araştırmada araştırmacı temel olarak her bir katılımcının metinlere yazdığı ifadelerini satır satır betimsel analiz/tümdengelimsel tematik analiz yaklaşımıyla incelemiştir. Bununla birlikte araştırmacı Creswell'in (2017b,s.186) belirttiği şekilde, katılımcı ifadelerini, temalar, alt temalar ve kodlar arasında da ileri-geri tekrar tekrar çalışmıştır. Analiz sürecinde, katılımcı ifadelerinde düzenli olarak tekrar eden ve deneyimlerin anlamlandırılmasında belirleyici olan

ifadelere odaklanılmıştır. Analiz sürecinde araştırmacı *dokusal betimleme* ile katılımcıların deneyimlerini ve açıklamalarını betimleyen yazıları yazmıştır. Araştırmacı *yapısal betimlemeyi* kullanarak verilerdeki belirgin ortak özellikleri yazmıştır (Yalçın, 2022). Araştırmacı böylece yapısal ve dokusal betimlemelerle birlikte *karma bir betimleme* yapmıştır Araştırmada elde edilen veriler nicelleştirilerek de verilmiştir. Bunun için frekans dağılımları verilmiştir. Bulgular verilirken gizliliği sağlamak amacı ile psikolojik danışmanlar PD1-PD10 olarak; danışanlar D1-D10 olarak kodlanmıştır.

2.6. Geçerlik ve Güvenirlik Önlemleri

Nitel analizde geçerlik ve güvenirlik için önlemleri alınmıştır. Araştırmacı araştırmanın geçerliğini arttırmak için katılımcıların görüşlerini doğrudan ve yansız bir biçimde vermiştir (Yıldırım & Şimşek, 2006, s.257). Nitel analizde güvenirliğini sağlamak için araştırmacı, araştırmanın her aşamasını ve izlenen yolu detaylı olarak açıklamıştır (Büyüköztürk vd., 2009; Yıldırım & Şimşek, 2006); temaların, kodların ve katılımcı ifadelerinin kontrollerini yapmıştır (Creswell, 2017b). Araştırma, tek bir araştırmacı tarafından yürütüldüğü için analizlerin tutarlılık düzeyine, zamana bağlı güvenirlik olarak (Yıldırım & Şimşek, 2006, s.260), analiz-tekrar analiz şeklinde yapılmıştır. Araştırmacı tarafından veriler bir hafta aralıkla, iki ayrı zamanda kontrol edilmiş ve yeniden kodlamalar yapılmıştır. İki ayrı zamandaki kontrol sonucunda Benzerlik: Güvenirlik/Uzlaşma Yüzdesi= *Görüş Birliği* / (*Görüş Birliği* + Görüş Ayrılığı) X*100* formülü kullanılarak hesaplanmıştır (Reis & Judd, 2000,s.150). Tutarlığın en az % 70 olması beklenir (Yıldırım & Şimşek, 2006, s.233). Bu araştırmada, uzlaşma yüzdesi %90 olarak belirlenmiştir. Araştırmanın geçerliğini arttırmak için katılımcılarla uzun bir zaman geçirilmesi gerekir Bu sayede araştırmacı incelenen fenomen hakkında derinlemesine bir anlama sağlar ve detaylı bilgiyi aktarabilir Araştırmacı, nitel veri topladığı on psikolojik danışmanla 24 ile 72 oturum bire bir çalışmıştır. Haftalık üçer saat bir araya gelinmiştir. Danışanların oturum süreçleri hem Süpervizyon Formları, hem de video kayıtları ile bire bir takip edilmiştir. Oturumların bitirilmesinden sonra yazılı değerlendirmeleri alınmıştır. Bu sayede araştırmacı hem psikolojik danışmanları, hem de danışanları gözlem yapma olanağını bulmuştur. Bulguların katılımcı ifadeleri ile derinlemesine aktarımı da sağlanmıştır. Araştırmacı olumsuz ifadeleri de bulgular da vermiştir (Creswell, 2017b, s.202). Araştırmada dış geçerliği arttırmak için araştırma sürecini detaylı olarak açıklamıştır. Bu durum diğer araştırmacıların sonuçları anlamasını ve başka ortamlarda benzer araştırmaları yapmasını mümkün kılar (Büyüköztürk vd., 2009, s.266; Yıldırım & Şimşek, 2006).

BULGULAR

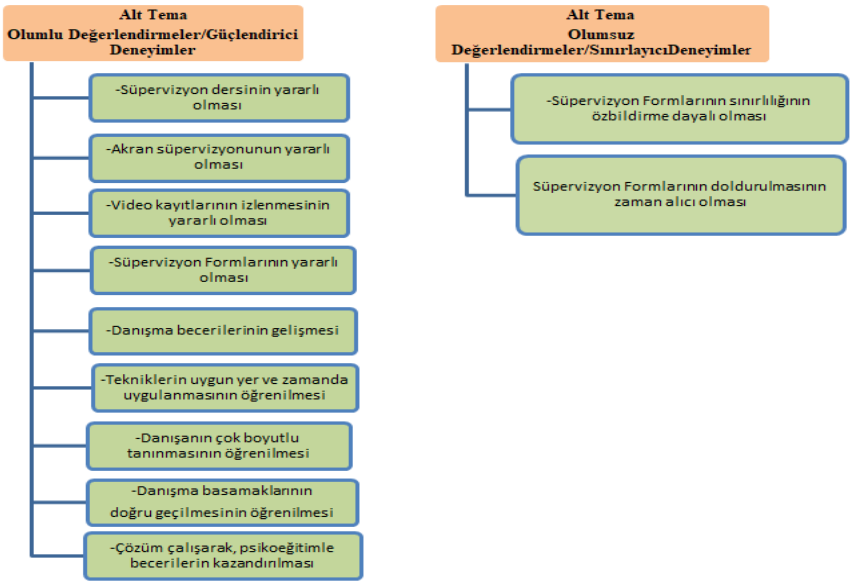
Bu bölümde, elde edilen veriler doğrultusunda ulaşılan bulgular aşağıda sunulmuştur.

3.1. Araştırmanın Birinci Basamağına İlişkin Bulgular: Psikolojik Danışmanların Eklektik Süpervizyon Modeline İlişkin Görüşleri

Araştırmaya katılan uzman psikolojik danışmanların aldıkları Eklektik Süpervizyon Modeline ilişkin görüşleri teması altında yer alan alt temalar (olumlu olan/güçlendirici deneyimler ve olumsuz olan/sınırlayıcı deneyimler) ve kodları Şekil 1'de verilmiştir.

Şekil 1

Uzman Psikolojik Danışmanların Aldıkları Eklektik Süpervizyon Yaklaşımına İlişkin Değerlendirmeleri Alt Temaları ve Kodları



Şekil 1'de görüldüğü gibi uzman psikolojik danışmanların süpervizyon sürecine ilişkin olumlu değerlendirmeler/güçlendirici deneyimler alt teması içinde yer alan kodlar şu şekildedir: Uzman psikolojik danışmanların tamamı *süpervizyon dersinin (f=10), akran süpervizyonunun (f=10), video kayıtlarının izlenmesinin(f=10) ve araştırmacı tarafından gelişitirilen Süpervizyon Formlarının (f=10)* yarar sağladığını belirtmişlerdir. Bu sayede uzman psikolojik danışmanlar *danışma becerilerinin arttığını (f=10), teknikleri uygun yer ve zamanda kullanmayı öğrendiklerini (f=10), danışanlarını çok boyutlu olarak tanımayı öğrendiklerini (f=10), danışma basamaklarındaki geçişi öğrendiklerini (f=10), danışanlarının sorunlarının çözümlenmesine yardımcı oldukları ve psikoeğitimle beceri kazandırdıklarını (f=10)* belirtmişlerdir. Aşağıda, kodlara ilişkin uzman psikolojik danışmanların örnek açıklayıcı görüşleri yer almaktadır.

-Süpervizyon Dersi*:"Başlangıçta becerilerimin daha yetersiz düzeyde olduğunu düşünüyordum. Bunun kaygısını yaşıyordum. Fakat süpervizyon formları, akran süpervizyonu ve sizin geri dönütleriniz becerilerime oldukça katkı sağladı." (PD8)*

-Akran Süpervizyonu: "*Akran süpervizyonunun da çok cesaretlendirici olduğunu söyleyebilirim." (PD6)*

-Video Kayıtlarının İzlenmesi: "*Hem kendi seanslarımı, hem de diğer psikolojik danışmanların seanslarını süpervizörüm ile video kayıtlarından izlemek danışmanlık becerilerimin gelişmesine katkı sağladı. Danışanla kurulan iletişim, verilecek yönergeler, uygulanılacak teknikler konularında doğru uygulamanın ne olduğunu, yapılabilecek hataların neler olabileceğini, özellikle dikkat edilmesi gereken noktaları öğrenmeme yardımcı oldu."(PD5)*

-Süpervizyon Formları: *"Süpervizyon Formları hem yol gösterici hem de kendimizi değerlendirmeye oldukça yardımcı oldu. Deşifre yapıp sadece olanı yazmak yerine oturumlarla ilgili yaptıklarımızı ve yapmamız gerekenleri düşünmememizi sağlıyor."(D9)*

- Danışma Becerilerinin Gelişmesi: "*Süpervizyon sayesinde eksik olan becerilerimin farkına vardım. Danışma becerilerim güçlendi." (PD1)*

-*"Aldığım süpervizyon danışma becerilerimi geliştirdi. Mesleki yeterliliğimi ve özgüvenimi de arttırdığını hissediyorum." (D6)*

-Tekniklerin Uygun Yer ve Zamanda Uygulanmasının Öğrenilmesi: "*Teknikleri uygulamanın yeri ve zamanını öğrendim. Hangi teknikleri uygulayabilip hangilerinde hatalı olduğumu görebildim. Kendi hatalarımı fark etmeye başladım ve bu da aldığım süpervizyon aracılığıyla kendimi düzenlememe olanak sağladı. Kendi kaygı ve korkularımın üzerine gidebildim."(PD2)*

-*"Her hafta yaptığım uygulamaya ve uyguladığım tekniklere dönük süpervizyon almam hem yanlışlarımı, eksiklerimi net bir şekilde görmemi sağladı, hem de danışmanlık becerilerimi de arttırmamı net bir şekilde sağladı. Bu da özgüvenin daha da artmasına neden oldu."(PD3)*

-Danışanın Çok Boyutlu Tanınmasının Öğrenilmesi: *"Danışanımı detaylı ve çok boyutlu incelemeyi öğrenmek ve uygulamak danışanın sorunlarını evi temizler gibi tek tek titizlikle ele almak konusunda önemliydi". (PD10)*

-Danışma Basamaklarının Doğru Geçilmesinin Öğrenilmesi: *"Danışma sürecinin sistematiğini anlamamı, her basamakta neler yapmam gerektiğini, yapacaklarımı nasıl yapmam gerektiğini hatta nasıl yapmamam gerektiğini öğrendim." (PD7)*

-Çözüm Çalışarak Psikoeğitimle Becerilerin Kazandırılması:"*Süpervizyon dersimin kapsamında ilk kez psikoeğitimle danışanıma beceri kazandırmayı öğrendim." (D1)*

Şekil 1'de görüldüğü gibi uzman psikolojik danışmanların süpervizyon sürecine ilişkin olumsuz değerlendirmeler/sınırlayıcı deneyimler alt teması içinde yer alan kodlar şu şekildedir: Uzman psikolojik danışmanlardan üçü (f=3:D7,D9,D10) Süpervizyon Formlarının özbildirime dayanmasının ve birisi (f=1: D5) formları doldurmanın zaman aldığını belirtmişlerdir.Aşağıda, uzman psikolojik danışmanların örnek açıklayıcı görüşleri yer almaktadır.

-Süpervizyon Formlarının Sınırlılığının Olması: *"Süpervizyon Formlarını danışmanlar kendilerine göre dolduruyorlar. Öz bildirimin olmasını sınırlılık olarak belirtebilirim."(PD9)*

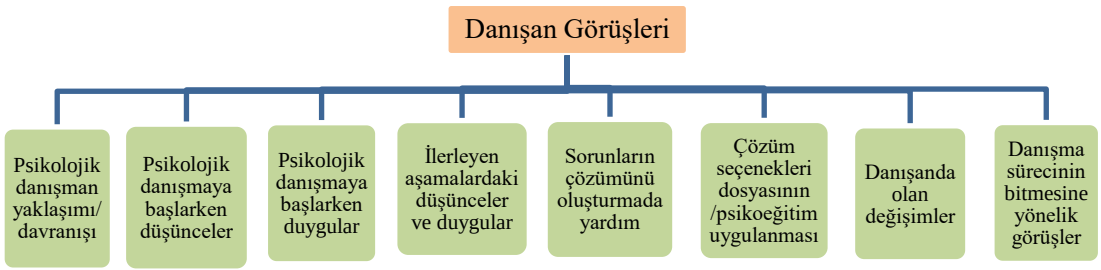
-Süpervizyon Formlarını Doldurmanın Zaman Alıcı Olması: *"Formları doldurmak çok zamanımı aldı." (PD5)*

3.2. Araştırmanın İkinci Basamağına İlişkin Bulgular: Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına Göre Psikolojik Danışma Yardımını Alan Danışanların Görüşleri

Araştırmada danışma sürecine tam olarak devam edip, danışma sürecini tamamlamış olan 10 danışanın danışma sürecine ilişkin görüşleri teması altında yer alan sekiz alt tema Şekil 2'de verilmiştir.

Şekil 2

Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına Göre Psikolojik Danışma Yardımını Alan Danışanların Görüşlerine İlişkin Alt Temalar

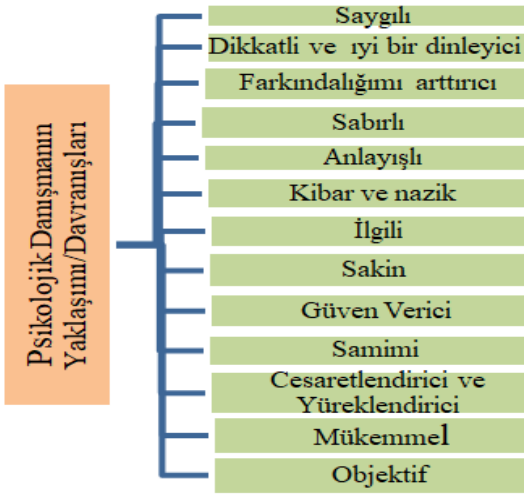


Şekil 2'de görüldüğü gibi danışanların psikolojik danışma sürecine ilişkin görüşleri teması altında yer alan alt temalar şunlardır: psikolojik danışmanın yaklaşımı/davranışı, psikolojik danışmaya başlarken düşünceler, psikolojik danışmaya başlarken duygular, psikolojik danışma sürecinin ilerleyen aşamalardaki düşünceler ve duygular, sorunlarının çözümünü oluşturmada yardım, çözüm seçenekleri dosyasının/psikoeğitim uygulanması, danışma oturumlarının en sonunda danışanda olan değişimler ve danışma sürecinin bitmesine yönelik görüşleridir. Aşağıda bu sekiz alt tema ve kodları sırası ile açıklanmıştır:

Psikolojik danışmanın yaklaşımı/davranışları alt temasının kodları Şekil 3'te verilmiştir.

Şekil 3

Psikolojik Danışmanın Yaklaşımı/Davranışları Alt Temasının Kodları



Şekil 3'te görüldüğü gibi psikolojik danışmanın yaklaşımı/davranışları alt temasının kodları şu şekildedir: Danışanlar psikolojik danışmanın yaklaşımının saygılı (f=10: D1, D2, D3, D4, D5, D6, D7, D8, D9, D10), dikkatli ve iyi dinleyen (f=10: D1, D2, D3, D4, D5, D6, D7, D8, D9, D10), farkındalığı arttırıcı (f=8: D1, D2, D3, D4, D5, D6, D7, D8), sabırlı (f=3: D2, D4, D8), anlayışlı (f=6: D1, D2, D3, D5, D6, D9), kibar/nazik (f=2: D2, D3), ilgili (f=2: D4, D6), sakin (f=1: D5), güven verici (f=10:D1,D2,D3,D4,D5,D6,D7,D8,D9,D10), samimi (f=1: D3), cesaretlendirici/ yüreklendirici (f=4:D1,D2,D3,D9), mükemmel (f=1:D7) ve objektif (f=1:D2) olduğunu belirtmişlerdir. Aşağıda, kodlara ilişkin danışanların örnek açıklayıcı görüşleri yer almaktadır.

Saygılı: "*Kendisinin .... saygılı dinlemesi ... bu sürece devam etmemi sağladı,....danışmanım yargılamadı."(D6)*

- *"Danışmanımın bana önyargısız davrandı. Bu kendimi daha rahat ifade edebilmem için önemliydi." (D9)*

Dikkatli ve İyi Dinleyen: *"Psikolojik danışmanım bu sürecte cok iyi dinleyen birisiydi…"(D3)*

-*" Danışmanımın da beni önemseyerek dinlediğini hissettiğim için gittikçe kendimi açmam daha kolaylaştı." (D8)*

Farkındalığı Arttırıcı: "*Psikolojik danışmanım …beni cok düşündürdü. Neredeyse hayata karsı tüm konularda farkındalık uyandırdı." (D3)*

Sabırlı: *"Süreç boyunca danışmanım bana kendimi açmam için sabırla sorular yöneltti, bana yardımcı oldu." (D8)*

Anlayışlı: *"Danışmanım süreç boyunca anlayışlıydı."(D5)*

Kibar/nazik: *"Danışmanım kibar ve nazikti." (D3)*

Ilgili: ***"****Danışmanım…. ve ilgiliydi."(D9)*

Sakin: *"Danışmanım süreçte hep sakindi." (D5)*

Güven Verici: "*Beni en çok motive eden, güç veren ve kendisine tam anlamıyla güvenmemi sağlaması o kadar kıymetliydi ki..Her zaman yoluma ışık tuttu. Hiçbir zaman hiçbir konuda beni zorlamadı. Beni her konuda anlamaya çalıştı. Kendisine o kadar güveniyorum ki kimseyle konuşamayacağım sırlarımı paylaştım. Yanımda olduğunu hissetmek, danışma oturumunda konuştukları sürekli aklımın bir köşesindeydi." (D6)*

Samimi: "*Danışmanım çok … samimiydi." (D3)*

Cesaretlendirici/Yüreklendirici: *"Danışmanım...cesaretlendirici ve yüreklendiriciydi." (D2)*

Mükemmel: "*Süreç boyunca danışmanım bana tek kelimeyle anlatacak olursam "mükemmel" davrandı."(*D7)

Objektif: "*İnanılmaz …..objektif ve ….. bir tavırdaydı." (D2)*

Şekil 4'te danışanların psikolojik danışmaya başlarken düşünceleri alt temasının kodları verilmiştir.

Şekil 4

Danışanların Psikolojik Danışmaya Başlarken Düşünceleri Alt Temasının Kodları



Şekil 4'te görüldüğü gibi danışanların psikolojik danışmaya başlarlarken düşünceleri alt temasının kodları şu şekildedir: kafa karışıklığı (f=3: D2,D4, 9), kendini suçlayan düşünceler (f=1:D5), danışma sürecine yönelik önyargılar (f=2: D4,D6), herşeyin kötü gideceği (f=3: D5, D7,D9), birçok sorunun olduğu (f=10:D1,D2,D3,D4,D5,D6,D7,D8,D9,D10), çözüm bulma konusunda bilinçsizlik (f=2: D2,D7), yüksek beklentinin olmaması (f=1:D7) ve yararlı olacağı (f=2:D1,D8) şeklinde olmuştur. Aşağıda, kodlara ilişkin danışanların örnek açıklayıcı görüşleri yer almaktadır.

Kafa Karışıklığı: *"Kafam karışıktı ve romantik, sosyal, akademik anlamda üstesinden gelemediğim, geçmişten beri süregelen bazı sorunlara sahiptim."(D2)*

Kendini Suçlayan Düşünceler: *"İlişkideki hataların hepsini kendi üzerime yüklüyordum…. Hayatta hiçbir şeyi başaramadığımı ve başaramayacağımı düşünüyordum." (D5)*

"Danışmaya başlamadan önce ...kendimi çok güçsüz ve duygusal olarak zayıf olduğumu düşünürdüm." (D9)

Danışma Sürecine Yönelik Önyargılar: "*İlk başladığımda da çok önyargılıydım. Ama danışmanım dediğim gibi hiçbir zaman pes etmedi. Danışmanımın azmi bana inanılmaz güç veriyordu." (D6)*

Herşeyin Kötü Gideceği: "*Gelecekte her şeyin kötü gideceğine dair inancım vardı"(D5)*

Birçok Sorunun Olduğu: "*Çok sorunum vardı. Hayatımda gerçekten olmak istemediğim bir noktadaydım ve bu noktadan nasıl uzaklaşacağımı bilmiyordum." (D7)*

Çözüm Bulma Konusunda Bilinçsizlik: *Gelecek konusunda kaygılı, endişeli ve içinde bulunduğum durumu değiştirmek konusunda bilinçsizdim." (D2)*

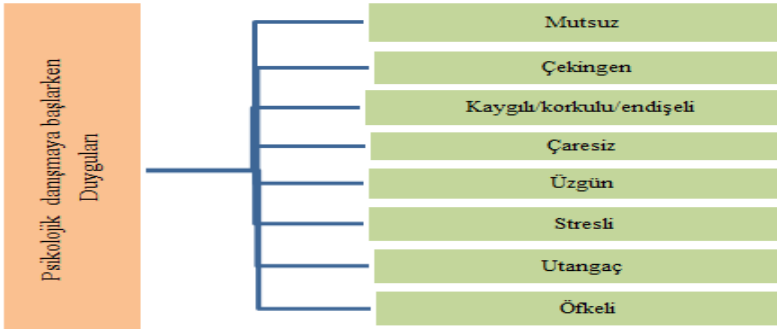
Yüksek Beklentinin Olmaması: "*Danışmaya başlamadan önce yüksek beklentilere sahip değildim." (D7)*

Yararlı Olacağı: *"Danışma sürecine başlarken her şeyin daha iyi olacağını umut ediyordum. Böyle bir yardıma çok ihtiyacım olduğunu düşünüyordum." (D8)*

Şekil 5'te danışanların psikolojik danışmaya başlarken duyguları alt temasının kodları verilmiştir.

Şekil 5

Danışanların Psikolojik Danışmaya Başlarken Duyguları Alt Temasının Kodları



Şekil 5'te görüldüğü gibi danışanların psikolojik danışmaya başlarken duyguları alt temasının kodları şu şekildedir: mutsuz (f=10: D1,D2,D3,D4,D5,D6,D7,D8,D9,D10), çekingen (f=4: D1,D6,D7,D8), kaygılı / korkulu / endişeli (f=9:D2,D3,D4,D5,D6,D7,D8,D9,D10), çaresiz (f=1:D5), üzgün (f=1:D9), stresli (f=2:D6,D7), utangaç (f=1: D6) ve öfkeli (f=1:D9) şeklinde olmuştur. Aşağıda, kodlara ilişkin danışanların örnek açıklayıcı görüşleri yer almaktadır.

Mutsuz: *"Psikolojik danismaya baslarken; yoğun bir mutsuzluk dönemi geciriyordum." (D3).*

Çekingen: *"İlk başlarda biraz çekingen davrandığımı söyleyebilirim."(D1)*

"Sorunlarımı anlatırken ilk başta küçük sorunlar olduğunu benim büyüttüğümü ve önemsenmeyecek olduklarını düşünüyordum o yüzden bazı şeyleri anlatmaya çekiniyordum." (D8).

Kaygılı/Korkulu/Endişeli: *"Gelecek konusunda kaygılıydım endişeliydim. (D2)*

"Danışma sürecine ilk başlarken biraz korkuyordum." (D8)

Çaresiz: *Danışmaya başlamadan önce bu sorunların arasında sıkışıp kalmış, çaresiz bir bireydim."(D5)*

Üzgün: *"Danışmaya başlarken çok mutsuzdum ... üzüntü ... gibi birçok negatif duyguyu çok yoğun şekilde hissediyordum." (D9)*

Stresli: *"İlk başlangıçta çok stresliydim."(D6)*

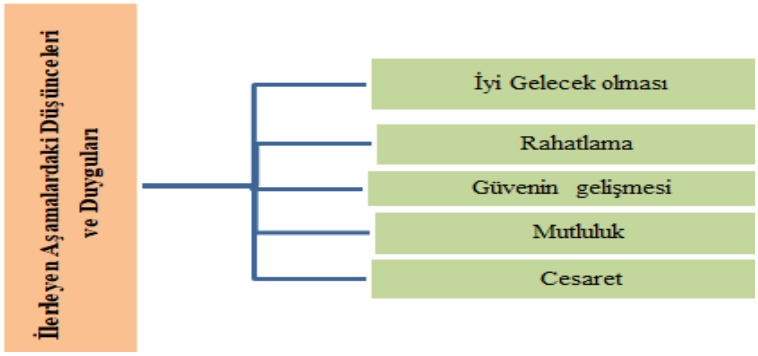
Utangaç: "*İlk başlangıçta utanıyordum"(D6)*

Öfkeli: *"Danışmaya başlarken …..öfke .. gibi birçok negatif duyguyu çok yoğun şekilde hissediyordum." (D9)*

Şekil 6'da danışanların ilerleyen aşamalardaki düşünceleri ve duyguları alt temasının kodları verilmiştir.

Şekil 6

Danışanların İlerleyen Aşamalardaki Düşünceleri ve Duyguları Alt Temasının Kodları



Şekil 6'da görüldüğü gibi danışanların ilerleyen aşamalardaki düşünceleri ve duyguları alt temasının kodları şu şekildedir: iyi gelecek olması (f=1:D1), rahatlama (f=7: D1, D2, D3, D6, D7, D8, D9), güvenin gelişmesi (f=10: D1,D2,D3, D4,D5,D6,D7,D8,D9,D10), mutluluk (f=2: D1,D6) ve cesaret (f=6: D1,D2,D3,D4,D5,D6) şeklinde olmuştur. Aşağıda, kodlara ilişkin danışanların örnek açıklayıcı görüşleri yer almaktadır.

İyi Gelecek Olması: *"Oturumlara başlayınca gerçekten bu bana iyi gelecek diye düşündüm."(D1)*

Rahatlama: "*Bu güne kadar kendime bile itiraf edemedigim duygu ve düsünceleri onunla paylastım. Omuzlarımdan çok ağır yükler inmis ve rahatlamış hissediyorum." (D3)*

Güvenin Gelişmesi: *"Danışmanım bana güvenli ve steril bir ortam sağlayarak kendimi sesli olarak düşünme ortamı sağladı."(D10)*

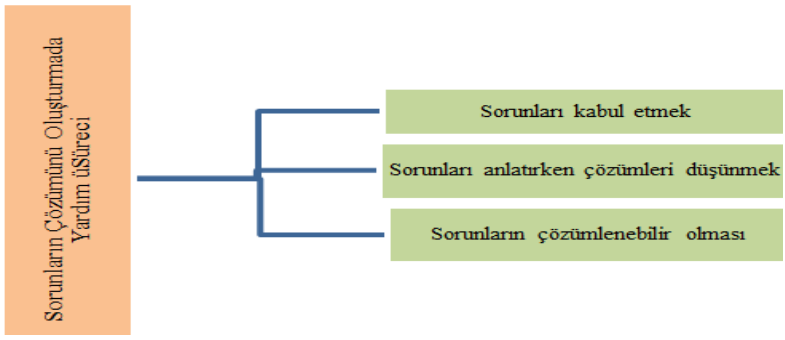
Mutluluk: "*Oturumlar ilerledikçe kendimi daha hafiflemiş rahatlamış ve daha mutlu hissetmeye başladım"(D1)*

Cesaret: *"Danışmanımda sıcaklıgı, güveni, saygıyı, sevgiyi, enerjiyi yakalayınca içimi en doğal ve dürüst bir şekilde döktüm." (D3)*

Şekil 7'de danışanların sorunlarının çözümü oluşturmada yardım süreci alt temasının kodları verilmiştir.

Şekil 7

Danışanların Sorunlarının Çözümü Oluşturmada Yardım Süreci Alt Temasının Kodları



Şekil 7'de görüldüğü gibi danışanların sorunlarının çözümünü oluşturmada yardım süreci alt temasının kodları şu şekildedir: sorunları kabul etmenin (f=6: D1,D2,D3, D4,D5,D6), sorunları anlatırken çözümünü düşünmenin (f=1:D1) ve sorunların çözümlenebilir olduğunu görmenin (f=10:D1,D2,D3,D4,D5,D6,D7,D8,D9,10) önemini belirtmişlerdir. Aşağıda, kodlara ilişkin danışanların örnek açıklayıcı görüşleri yer almaktadır.

Sorunları Kabul Etmek: *"Sorunların çözümü için ilk olarak problemi kabullenmek ve bu sorundan kaçmak yerine neler yapılabilir diye düşündüm." (D1)*

Sorunları Anlatırken Çözümünü Düşünmek: "*Oturumlar sırasında sorunumu anlatırken aynı zamanda düşünme fırsatı buldum ve bu sayede çözüm bulmak kolaylaştı." (D1)*

Sorunların Çözümlenebilir Olduğunu Görmek: "*Danışma sürecinde, davranışlarımın gelişmesi gerektiğini fark ettim. Danışmanımla bu yönde çözümler üzerinde durduk. İletişimi geliştirmek, olumsuz duygu ve düşünceleri değiştirmek ve stresle baş etme yolumu geliştirmek gibi temel noktaları geliştirmemiz gerektiğini düşündük ve bu yolda adımlar attık." (D8)*

Şekil 8'de danışanlara çözüm seçenekleri dosyasının/psikoeğitim uygulanması alt temasının kodları verilmiştir.

Şekil 8

Danışanlara Çözüm Seçenekleri Dosyasının/Psikoeğitim Uygulanması Alt Temasının Kodları



Şekil 8'de görüldüğü gibi danışanlara çözüm seçenekleri dosyasının/psikoeğitim uygulanması alt temasının kodları şu şekildedir: psikolojik danışmanın her şeyi net olarak açıkladığı (f=10: D1,D2,D3,D4,D5,D6,D7,D8,D9,D10), örnekler verdiği (f=10: D1,D2, D3, D4, D5, D6, D7, D8, D9, D10), anlamayı kolaylaştırmak için uygulamalar yaptırdığı (f=10: D1,D2, D3,D4,D5,D6,D7,D8,D9,D10), farklı bakış açılarını kazandırdığı (f=10: D1,D2,D3,D4, D5,D6,

D7,D8,D9,D10), hevesi arttırdığı (f=1:D2), ödevler verdiği ve takip edip izlediği (f=10: D1,D2, D3,D4,D5,D6,D7,D8,D9,D10) belirtilmiştir. Aşağıda, kodlara ilişkin danışanların örnek açıklayıcı görüşleri yer almaktadır.

Psikolojik Danışmanın Her Şeyi Net Olarak Açıklaması: *"Danışmanım sorun yaşadığım konular hakkında detaylı temel bilgiler verdi ve o bilgiler doğrultusunda sorun yaşadığım zaman danışma sürecinde konuştuklarımızı uygulamamı istedi. Uyguladığım zamanda üzerine konuşup geliştirmeye çalıştık." (D8)*

Psikolojik Danışmanın Örnekler Vermesi: *"Danışmanımın çözüm seçeneklerinde verilen örneklerin bizzat benim ağzımdan çıkmış cümlelerden özenle seçilmiş olması farkındalık seviyemi yükseltti. Seçenekler benim şimdiye kadar karşılaştığım en temel problemleri içerdiği için bundan sonraki hayatımda da yanımda olacak olmaları benim için çok güzel bir şey."(D7)*

Psikolojik Danışmanın Anlamayı Kolaylaştırmak Için Uygulamalar Yaptırması: *"Empati kurması ve eksik olan becerilerim için çözüm dosyası hazırlaması farkındalığımı daha da arttırdı arttırmaya da devam ediyor. Ve günlük hayatımda da artık o kadar rahat uygulayabiliyorum ki bazen kendime inanamıyorum. Kendime dönüp bu sen misin kızım ya diyorum. Şaşırmakla mutluluk arasında gelgitliydim. Örneğin; iletişim becerisi konusunda çalışıyorsak mutlaka onu önce oturumda benimle örnek uygulama yapar sonra bu da benim daha kolay günlük yaşantıma aktarmamı sağlar. Artık çözüm seçeneklerinde eksik olduğum konularda daha bilgili, sınırlarını koruyan ve ne istediğini bilen birisiyim." (D6)*

-*"Beni anladığı için tamamıyla sorunlarıma ya da en iyi nasıl iş birliği yapabileceğimi düşünerek çeşitli uygulamalar öğretti. Bu uygulamaların başında kendini yakalamak geliyor. Öğretilen uygulamalar önemli bir aşamaydı ancak bunların hiçbirisi steril ortam olmazsa başarılamayacak şeylerdi." (D10)*

Psikolojik Danışmanın Farklı Bakış Açılarını Kazandırması: "*Danışmanın geleceğe dair daha pozitif bir bakış açısı kazanmamı sağladı."(D9)*

Danışmanın Hevesi Arttırması: *"Danışmanım burada da yardımcı oldu ve çözüm dosyalarını teker teker inceledik ve çözümsüz olduğun düşündüğüm bazı sorunların, birkaç basit adım ile çözülebildiğini gördüm. Çözdükçe heveslendim, heveslendikçe çözmeye devam ettim." (D2)*

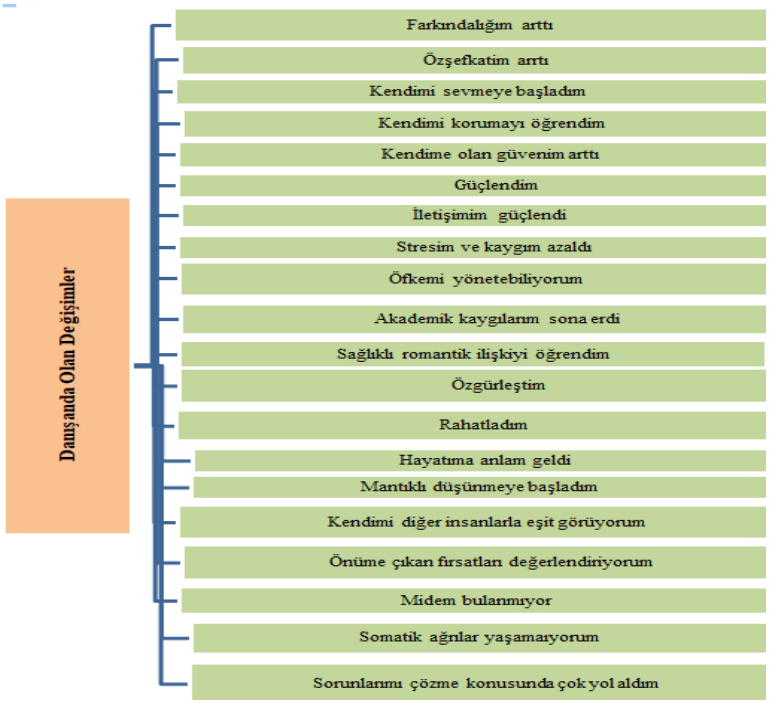
Psikolojik Danışmanın Ödevler Verip Takip Etmesi/Izlemesi: *"Seanslarda bir sorunumu bitirip diğer sorunuma geçtik. Çözüm dosyalarımı uygulamaya başladığımda danışmanım, ödev verdi ve takip etti. Sorularımı cevapladı. Bu sayede, hayatımda iyi anlamda birçok alan değişti. Kendimi artık daha huzurlu ve daha dengede hissediyorum." (D5)*

"Çözüm aşamasında danışmanım tarafından verilen ev ödevleri farkındalığımı yükseltti. O hafta içinde dikkat etmem gerek duygu düşünce davranışlarımı gözlemleyip not aldıkça ve sonrasında bunlar üzerinde danışma oturumunda konuştukça pek çok farkındalık kazandım. Ve bu farkındalığımı sonrasında günlük hayatıma yansıtmaya çalıştım." (D8)

Şekil 9'da danışma oturumlarının en sonunda danışanda olan değişimler alt temasının kodları verilmiştir.

Şekil 9

Danışma Oturumlarının En Sonunda Danışanda Olan Değişimler Alt Temasının Kodları



Şekil 9'da görüldüğü gibi psikolojik danışma oturumlarının en sonunda danışanlar kendilerinde olan değişimler alt temasının kodları şu şekildedir: danışanlar farkındalıklarının arttığını (f=10: D1,D2,D3,D4,D5,D6, D7, D8, D9,D10), özşefkatinin arttığını (f=1:D5), kendini sevmeye başladığını (f=3:D3,D5,D9), kendisini korumayı öğrendiğini (f=1:D3), kendisine olan güveninin arttığını (f=5:D2,D3,D5,D6,D7), güçlendiğini (f=10:D1,D2,D3,D4,D5,D6,D7,D8, D9,D10), iletişimin güçlendiğini (f=8:D1,D2,D3,D4,D5,D6,D8,D9), stresin ve kaygının azaldığını (f=3:D6,D8,D9), öfkeyi yönetebildiğini (f=1:D5), akademik kaygılarının sona erdiğini (f=1:D9), sağlıklı romantik ilişkiyi öğrendiğini (f=1:D5), özgürleştiğini (f=1:D5), rahatladığını (f=7:D1,D2,D3,D4,D5,D6,D7), hayatına anlam geldiğini (f=1:D6), mantıklı düşünmeye başladığını (f=5:D2,D6,D7,D8,D9), kendisini diğer insanlarla eşit gördüğünü (f=1:D5), önüne çıkan fırsatları değerlendirmeye başladığını (f=1:D2), midesinin bulanmadığını (f=1:D6), somatik ağrıları yaşamadığını (f=1:D6) ve sorunlarını çözmede çok yol aldığını (f=10:D1,D2,D3,D4,D5,D6,D7,D8,D9,D10) belirtmişlerdir. Aşağıda, kodlara ilişkin danışanların örnek açıklayıcı görüşleri yer almaktadır.

Farkındalığın Artması: *"... farkındalıgım cok iyi derecede artmış." (D3)*

Özşefkatin Artması: "*Mantık hatalarımı gördükçe kendime karşı özşefkatimi daha çok arttırdım."(D5)*

Kendini Sevmeye Başlanması: "*Danışmanım önce beni kendime inandırdı. Küçük adımlarla gerçekten başarılı olabileceğimi gösterdi. Adım attıkça kendime olan inancım arttı, duygu ve düşüncelerim daha olumlu hale geldi ve sonunda gerçekten başardım. Kendimi seviyorum."(D9)*

Kendisini Korumayı Öğrenmesi: "*Danışmanın .....kendimi korumayı, savunmayı ögretti." (D3)*

Kendisine Olan Güvenin Artması: *"Sağlıklı benlikteki çözüm yolları sanırım benim dönüm noktam." (D6)*

".... Kendime inanıyor, güveniyorum." (D3)

Güçlenmesi: *Artık bu oturumlar olmadan da bu oturumlarda öğrendiklerim ile sorunlarımın üstesinden gelebileceğime dair inancım tam." (D2)*

"Güçlü hissediyorum, ..." (D3)

İletişimin Güçlenmesi: *"Artık iletişimim daha sağlam. Sosyal kaynaklarım daha zengin." (D6)*

Stresin ve Kaygının Azalması: *Stresim ve kaygım azaldı. Danışmanımla stresle baş etme yolumu geliştirmek gibi temel noktaları geliştirmemiz gerektiğini düşünerek adımlar attık."(D8)*

Öfkenin Yönetilmesi: *"Öfke problemlerimle ilgili olarak öfkenin doğal bir duygu olduğunun farkına vardım ve öfkelendiğimde önce ilgimi farklı konulara verip sakinleştikten sonra öfke konumu çözümledim. Artık öfkemi kendimden ya da herhangi bir eşyadan çıkarmıyorum." (D5)*

Akademik Kaygının Azalması: *"Akademik kaygılarım sona erdi". (D9)*

Sağlıklı Romatik Ilişkinin Öğrenilmesi: "*Eski sevgilimle olan ilişkide sadece benim değil, onun hatalarının da olduğunun farkına vardım. Romantik ilişkiler çözüm dosyasında eski erkek arkadaşımın hatalarını nesnel bir biçimde daha iyi gördüm. Birkaç ayrılık sürecinden sonra eski erkek arkadaşımın bana iyi gelmediğini fark ettim. Ona geri dönmek için uğraşmıyorum."(D*5)

Özgürleşmesi: *.... Özgürleştim.....Daha sonra iş aradım. İş bulduğumda kendimi güzel ve daha başarılı hissettim. Ayaklarımın yere sağlam basmak ve paramın olması kendime karşı olan saygımı arttırdı." (D5)*

Rahatlama: *" Omuzlarımdan cok agır yükler inmis ve rahatlamıs hissediyorum."(D3)*

Hayatına Anlam Gelmesi: *"Öyle bir zamanda geldi ki karanlık dünyama her şey anlam kazanmaya başladı."(D6)*

Mantıklı Düşünmeye Başlanması: *"Danışmanımla mantık dışı olumsuz düşüncelerimle aşama kat ettikçe olumsuz düşüncelere karşı tek başıma mantıklı düşünce kartı da hazırlayabiliyorum. Bu durum hayatta daha etkin yer almamı ve daha az kurgu yapmamı sağlıyor." (D5)*

Kendisini Diğer İnsanlarla Eşit Görmesi: "*Kendimi diğer insanlarla eşit görüyorum." (D5)*

Midesinin Bulanmaması: "*Sular duruldu. Midem bulanmıyor artık."(D6)*

Somatik Ağrıların Bitmesi: *"Somatik ağrılar da yaşamıyorum. Gevşeme egzersizleri, meditasyon hayatıma giren en güzel şeyler." (D6)*

Önüne Çıkan Fırsatları Değerlendirmeye Başlaması: "*Danışmanım karşıma çıkan fırsatları değerlendirmemde yardımcı oldu."(D5)*

Sorunlarını Çözmede Yol Alması: "*Her sorunun bir kaynağı olduğu gibi bir çözümü olduğunu birlikte keşfettik. Danışmanım bana bu konuda soruna karşı doğru yaklaşım yollarını gösterdi. Örneğin, akademik problemlere sahiptim. Onun yardımları ve açtığı yol ile yurtdışında bir yüksek lisans kazandım. Karşıma çıkan fırsatları değerlendirmemde yardımcı oldu. Birkaç örnek vereyim, akademik kaygılara sahiptim. Gelecekle alakalı büyük bir*

belirsizlik içerisindeydim. Önümde bulunan seçenekleri artıları ve eksileri ile değerlendirdik. Hangisi en çok istediğimi kararlaştırdık ve bununla alakalı neler yapabiliriz bir baktık. Sonuç olarak en çok istediğim olan için harekete geçtik. Ve bana kalırsa başardık.Başka bir örnek, ailemle olan geçmişten süregelen kronik bazı sorunlarım vardı. Onlara karşı olan tutumumun değişmesi, onların da bana karşı olan tutumlarının değişmesi adına bazı adımlar attık. Eskiye nazaran çok daha sağlıklı bir aile içi dinamiğe sahibim diyebilirim."(D2)

-"Şimdi düşününce birçok sorunu bugün aştığım için mutluyum." (D4)

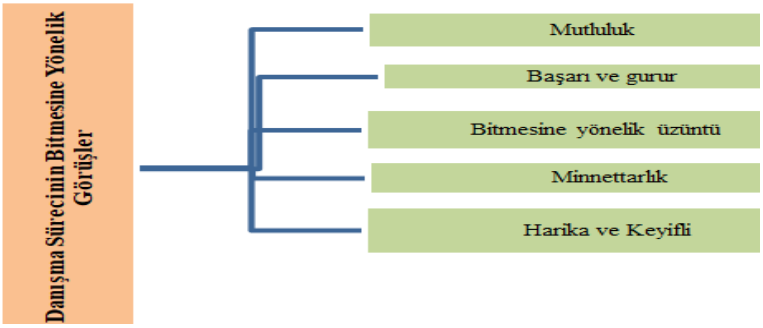
-"Öfke ve yalnızlık konularında çözüm maddeleri ekledim. Ayrılık çözüm dosyasını ben doldurdum ve çözüm dosyasını hazırlamada aktif olarak yer aldım. Romantik ilişki çözüm dosyasında aşkta eşit rollerin olması beni sorumluluk olarak daha çok rahatlattı. İlişkinin bütün yükünü tek başına taşımamaya karar verdim. İletişim çözüm dosyasında arkadaşlarımla, iş arkadaşlarımla ve ailemle daha yapıcı bir iletişim kurmaya başladım. Uyku çözüm dosyasıyla daha düzenli uyumaya başladım."(D5)

-"*Ailemle ilgili kısımların sessiz sakin şekilde ince ince çözüldüğünü görebiliyorum. O zamanlar bu kısım çok taze olduğu için benim için çok sancılıydı. Hem vakit ilerledikçe kaygılarımın bazılarının çok yersiz olduğunu gördüm, hem de insanın her duruma bir şekilde alıştığını ve yeniden bir düzen oluşturmanın nasıl mümkün olduğunu gördüm. Danışmanım önce beni kendime inandırdı. Kendime olan inancım arttı, duygu ve düşüncelerim daha olumlu hale geldi ve sonunda gerçekten başardım."(D10)*

Şekil 10'da danışanların psikolojik danışma sürecinin bitmesine yönelik görüşler, alt temasının kodları verilmiştir.

Şekil 10

Danışanların Psikolojik Danışma Sürecinin Bitmesine Yönelik Görüşleri Alt Temasının Kodları



Şekil 10'da görüldüğü gibi psikolojik danışma sürecinin bitmesine yönelik görüşler alt temasının kodları şu şekildedir: mutluluk (f=10: D1,D2,D3,D4,D5,D6,D7,D8 D9,D10), başarı ve gurur (f=4: D6,D8,D9,D10) bitmesine yönelik üzüntü (f=4: D2,D3,D7 D8), minnettarlık (f=1: D3), harika ve keyifli (f=1:D6) olarak belirtilmiştir. Aşağıda, kodlara ilişkin danışanların örnek açıklayıcı görüşleri yer almaktadır.

Mutluluk: *"Öncelikle bu süreci bir deftere benzetiyorum ve bu defteri kapattığım için mutluyum. Çünkü çok zor problemlerle uğraştık ve bu süreci sonlandırdık. Zaten olması gereken de buydu yani sürecin bitmesi çünkü bunun için uğraştık." (D1)*

Başarı ve Gurur*: "....hanımla bunu oturumda ne şekilde iletişim halinde olabiliriz kendimi nasıl ifade edebilirim nelere dikkat etmeliyim gibi öncesinde mutlaka karşılıklı uygulamamızı yapar sonrasında günlük hayatta tek başıma denemeye koyulurdum. Ve hepsinde başarılı oldummm."(D6)*

-*"Kendimle çok gurur duyduğum zamanlar oldu ve bunun en önemlisi, başkası için değil kendim için çok gururlandım." (D10)*

-*"Son oturumda danışmanım en başta konuştuğumuz sorunları benim duygularımı kısaca hatırlattığı zaman o olumsuz duygu ve düşüncelerimin kalmadığını fark ettim ve o gün ki benle şimdiki benin farklı olduğunu pek çok olumlu gelişme olduğunu bir kez daha gördüm. Böylece bitiyor olması benim için bir tür başarı diye düşündüm."(D8)*

Oturumların Bitmesine Yönelik Üzüntü: *"... bir taraftan da son oturum olduğu için biraz üzüldüğümü söyleyebilirim." (D1)*

"Gayet tabii olarak, üzüldüm. İlk oturumumuz ile sonuncu arasında tamı tamına 1 yıllık bir süreç geçti. Bu süreç içerisinde benim hayatımda çok şey değişti. Bana şimdilerde düşen, oturumların bitimine üzülmek değil, bu oturumlar boyunca onun bana kattığı değerleri, öğretileri uygulamak ve geriye kalan hayatımda benzer problemlerle karşılaştığımda bunların üstesinden bu oturumlarda öğrendiklerim sayesinden gelmektir." (D2)

Minnettarlık: *"İcimde sonsuz bir minnettarlık duygusu vardi. Onun sanki benden yeni bir ben yaratmis gibi oldugunu hissediyorum. Ona sonsuz müteşekkirim." (D3)*

Harika ve Keyifli: *"Benim için harika ve çok keyifli bir yolculuktu. Bu süreçte bizi gemiye bindiren hocama ve kaptanlığını yapan danışmanıma sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum." (D6)*

TARTIŞMA ve YORUM

Araştırmanın birinci ve ikinci basamağına yönelik elde edilen bulguların tartışma ve yorumu aşağıda sunulmuştur:

4.1. Araştırmanın Birinci Basamağına İlişkin Tartışma ve Yorum: Psikolojik Danışmanların Eklektik Süpervizyon Modeline İlişkin Görüşleri

Araştırmanın ilk basamağında, doktora eğitimlerine devam eden uzman psikolojik danışmanların Eklektik Süpervizyon Modeline göre aldıkları süpervizyonu değerlendirmeleri incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda, *Eklektik Süpervizyon Modeline ilişkin görüşleri* teması altında yer alan alt temalar *olumlu olan/güçlendirici deneyimler* ve *olumsuz olan/sınırlayıcı deneyimler* şeklinde belirlenmiştir. *Olumlu olan/güçlendirici deneyimler* alt teması kapsamında yer alan kodlarda, Eklektik Süpervizyon Modeline göre verilen süpervizyonun yararlı olduğuna ilişkin bir sonuç elde edilmiştir. Uzman psikolojik danışmanların tamamı süpervizyon dersinin, akran süpervizyonunun, video kayıtlarının izlenmesinin ve araştırmacı tarafından geliştirilen Süpervizyon Formlarının yarar sağladığını belirtmişlerdir. Bu sayede uzman psikolojik danışmanlar danışma becerilerinin arttığını, teknikleri uygun yer ve zamanda kullanmayı öğrendiklerini, danışanlarını çok boyutlu olarak tanımayı öğrendiklerini, danışma basamaklarındaki geçişi öğrendiklerini, danışanlarının sorunlarının çözümlenmesine yardımcı olduklarını ve psikoeğitimle beceri kazandırdıklarını belirtmişlerdir. Diğer yandan, *olumsuz olan/sınırlayıcı deneyimler* alt teması kapsamında yer alan kodlarda, uzman psikolojik danışmanlardan üçü Süpervizyon Formlarının subjektif ve özbildirime dayandığını ve birisi formları doldurmanın zaman aldığını belirtmiştir.

Araştırmacı Eklektik Süpervizyon Modeline göre süpervizyonu verirken şu süreci izlemiştir: Terapi temelli süpervizyondan, Eklektik Terapi temel alınmıştır. Uzman psikolojik danışmanlar eş psikolojik danışman ile birlikte oturumun video kaydını (Video Kaydı Tekniği) izlemiş (Corey vd., 2010; Nelson- Jones, 2014) ve birbirlerine geri bildirimlerini vermişlerdir (Akran Süpervizyonu Yöntemi) (Nelson- Jones, 2014; Yılmaz & Voltan-Acar, 2015; Wheeler & Richards, 2007). Araştırmacı tarafından geliştirilen (Yüksel Şahin, 2024) Süpervizyon Formlarını (Süreç Notları Tekniği) birlikte doldurarak intervizyon sürecini yürütmüşlerdir

(Akran Süpervizyonu Yöntemi). Süpervizyon Formlarını süpervizöre e-posta ile iletmişler (Teknoloji Destekli Teknik) (Corey vd., 2010; Nelson- Jones, 2014). Form üzerinden süpervizyonu almışlardır (Bireysel Süpervizyon). Yüz yüze derslerin yapıldığı zaman diliminde de, oturum kayıtlarını grupla birlikte izlemişler (Grup Süpervizyonu) ve süpervizörün öğretmen rolü ile süpervizyonu almışlardır (Ayrıştırıcı Süpervizyon Modeli: Süpervizör Öğretmen Rolü) (Bernard & Goodyear, 2019). Süpervizör, Çok Boyutlu (ve Teknik Eklektizmli) Psikolojik Danışma Yaklaşımına göre (Lazarus 1989; 2002, 2005a, 2005b, 2006, 2007) ve danışma sürecinin basamaklarına da dikkat ederek (Carkhuff, 1972/2011; Egan, 2011; Hackney & Cormier, 2008; Ivey vd., 2010; Meier & Davis, 2007) süpervizyonunu vermiştir. Bu süreçte süpervizör, uzman psikolojik danışmanların sorularını yanıtlamış, kendilerini anlatmalarına olanak sağlamıştır (Kendini Anlatma Tekniği). Uzman psikolojik danışmanlar terapötik teknikleri kullanımında eksiklik ya da hata olduğunda, Model Olma Tekniğini ve Rol Oynama Tekniğini kullanmıştır. Daha sonra uzman psikolojik danışmanlara Davranışı Prova Etme Tekniğini uygulamıştır (Nelson- Jones, 2014; Yılmaz & Voltan-Acar, 2015; Wheeler ve Richards, 2007). Son olarak, süpervizör, Süpervizyon Formlarındaki bilgilerle oturum kayıtlarını karşılaştırarak, tutarlılığa bakmıştır. Bu şekilde en az 24 oturum ve en çok 72 oturum süpervizyonu vermiştir.

Araştırmanın sonucunda, yukarıdaki şekilde yürütülen Eklektik Psikolojik Danışma yaklaşımını içeren Eklektik Süpervizyon Modelinin uzman psikolojik danışmanların danışma becerilerinin gelişmesinde katkısı olduğu bulunmuştur. Alanyazında süpervizyon verilirken farklı süpervizyon tekniklerinin birlikte kullanılmasının psikolojik danışman adaylarına/danışmanlara yarar getirdiği belirtilmektedir. Bu açıdan Kontrol Listesi Tekniğinin, Süreç Notları Tekniğinin, Ses Kaydı Tekniğinin ve Video Kaydı Tekniğinin beraber kullanılması verilen süpervizyonu zenginleştirmektedir (Borders & Brown, 2005; Creaser, 2015; Crocker & Sudak, 2017; Haggerty & Hilsenroth, 2011; Kennedy vd., 2023; Manring vd., 2003). Mevcut araştırmada yer alan uzman psikolojik danışmanlar, Süpervizyon Formlarının özbildirime dayalı olması nedeni ile sınırlılık getirdiğini bildirmişlerdir. Bu formların en büyük dezavantajı, psikolojik danışman adaylarının/danışmanların, süpervizörlerine kendilerini beğendirmek ve olumlu değerlendirilme isteğiyle kendi yararlarına uygun olarak doldurmaları olabilir. Gerçekte oturumlar bu şekilde yürütülememiş de olabilir. Bu durum, oturumun gerçek dinamiklerinin tam olarak yansıtılmasını engelleyebilir. Bu nedenle, süpervizyon sürecinde yalnızca Süpervizyon Formlarının kullanılması yeterli görülmemelidir. Dolayısıyla, Süpervizyon Formlarında yer alan bilgilerle, ilgili oturuma ait video kayıtlarının birlikte incelenmesi ve iki veri kaynağı arasındaki tutarlılığın değerlendirilmesi önem taşımaktadır. Bu tür çoklu veri karşılaştırması, süpervizyon sürecinin daha nesnel ve güvenilir biçimde yürütülmesine katkı sağlar. Süpervizyon sürecinde yalnızca Süreç Notları Tekniğinin kullanılmasının sınırlılık oluşturduğu; bu yüzen de Video Kaydı tekniğinin kullanılması gerektiği vurgulanmaktadırlar (Haggerty & Hilsenroth, 2011). Video Kaydı Tekniği ile süpervizör seans içeriğini olduğu gibi görür. Video Kaydı Tekniği veya Ses Kaydı Tekniği ile seansları incelemek, Süreç Notları Tekniğinden daha kesin ve objektif bilgileri sağlar (Crocker & Sudak, 2017). Mevcut araştırmada da bu şekilde süpervizyon süreci yürütülmüştür. Creaser (2015) yapmış olduğu araştırmada, süpervizyonda kullanılan Süreç Notları Tekniği ile Ses Kayıtları Tekniğinin beraber kullanımının oturumların daha detaylı anlaşılmasını ve süpervizyon alanlarda derin bir farkındalık oluşturduğunu belirtmişlerdir.

Alanyazında süpervizyon süreciyle ilgili olarak yapılmış olan araştırmalara bakıldığında, araştırmacılar *Eklektik Süpervizyon Modeli tanımlamasını kullanmasalar bile*, bu modele göre süpervizyonu verdiklerini söylemek mümkündür. Örneğin; Kurtyılmaz ve diğerleri (2019) yürüttükleri araştırmada, süpervizyon eşliğinde gerçekleştirilen 8–10 oturumluk psikolojik danışma sürecine katılan danışanların bu sürece ilişkin deneyimlerini incelemişlerdir. Araştırmacıların süpervizyon sürecini anlattıkları açıklamalarından, süpervizörlerin süpervizyon yöntemi olarak Bireysel ve Grup Süpervizyonunu; süpervizyon tekniği olarak Ses Kaydı

Tekniğini, Deşifre Tekniğini, Teknoloji Destekli Teknik olan E-posta Tekniğini, Kendini Anlatma Tekniğini, Model Olma Tekniğini ve Rol Oynama Tekniğini kullandıkları görülmüştür. Psikolojik danışman adayları her bir oturumun ses kaydının birebir dökümünü yapmış, değerlendirmelerini yazarak raporlarını süpervizörlerine e-posta aracılığıyla iletmişlerdir. Süpervizörler dökümler üzerinden psikolojik danışman adaylarına yazılı bireysel süpervizyonu vermiştir. Grup süpervizyonunda danışman adaylarının ortak problemleri ve süreçte karşılaştıkları güçlükler ele alınmıştır. Ayrıca, adaylara kullanılabilecek olası tekniklerin provası yaptırılmıştır. Danışman adaylarının süreç içinde temel düzey tekniklerinin (örneğin; etkin dinleme tekniği, soru sorma tekniği, duygu yansıtması tekniği, içerik yansıtması tekniği vb. gibi) yanı sıra ileri düzey teknikleri (örneğin; boş sandalye tekniği, ego durumlarını konuşturma tekniği vb gibi) kullandıkları da görülmüştür. Bu açılardan da süreçte Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımının kullanıldığı söylenebilir. Araştırmanın sonucunda, danışanların danışma sürecinden yararlandıkları belirtilmiştir. Bu araştırmanın bulgularından Eklektik Süpervizyon Modelinin yararlı olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Eryılmaz & Mutlu (2018) yapmış oldukları araştırmada, geliştirdikleri Gelişimsel Kapsamlı Süpervizyon Modeline ilişkin psikolojik danışman adaylarının görüşlerini incelemişlerdir. Bu model uygulanırken süpervizörlerin süpervizör rolleri açısından öğretmen rolü (Bernard & Goodyear, 2014) ile süpervizyon verdikleri değerlendirilmektedir. Araştırmacıların yöntem olarak Bireysel Süpervizyon Yöntemini, daha sonra Grup Süpervizyonu Yöntemini ve Akran Süpervizyonu Yöntemini kullandıkları; teknik olarak Kendini Anlatma Tekniğini ve Ev Ödevi Tekniğini kullandıkları belirlenmiştir. Araştırmanın sonucunda, danışman adaylarının süpervizyonu aldıktan sonra, danışma becerilerinde belirgin bir gelişim gösterdikleri bulunmuştur. Bu bulgular, Eklektik Süpervizyon Modelinin psikolojik danışman eğitiminde yararlı ve uygulanabilir bir yaklaşım olduğunu göstermektedir. Sackett, Lawson & Burge (2012) araştırmalarında, yüksek lisans eğitimi sürecinde süpervizyon alan psikolojik danışmanların ve danışma yardımını alan danışanların deneyimlerini incelemişlerdir. Araştırmacıların süpervizyon sürecini anlattıkları açıklamalarından süreç içinde psikolojik danışmanların kendilerini ifadesi için sıklıkla Kendini Anlatma Tekniğini kullandıkları görülmektedir. Buna göre psikolojik danışmanlar oturumların nasıl geçtiğine, kendilerini ne ölçüde yeterli gördüklerine ve farklı biçimde yapmayı arzu ettikleri noktalara ilişkin değerlendirmelerde bulunmuşlardır. Ayrıca, zamanı nasıl kullanacakları, danışandan ek açıklama talep etmenin uygun olan zamanını, hangi noktada müdahale etmelerinin gerekli olduğu, danışanların doğrudan yanıt beklediği durumlarda nasıl bir tutum benimsemeleri gerektiği, oturumda daha anda kalabilme ve kendi duygularını yönetebilme gibi mesleki gelişim süreçlerine dair açıklamalarda bulunmuşlardır. Süpervizyonda psikolojik danışmanların danışma sürecini yönetmeleri ve rollerini belirlemeleri öncelikli bir odak noktası olmuştur. Bu gelişimi desteklemek amacıyla süpervizörler psikolojik danışmanları oturum öncesinde bilgilendirmiş, oturum sırasında süpervizyon için ara verilmesini sağlayarak süpervizyon vermiş ve seans sonrasında psikolojik danışmanlarla değerlendirme oturumunu yaparak süpervizyonu vermişlerdir. Bu araştırmanın süpervizyon sürecine bakıldığında, süpervizörlerin süpervizör rolleri açısından *öğretmen rolü* ile süpervizyon verdikleri değerlendirilmektedir. Öğretmen rolünde süpervizör, bilgi verir, model olur, öneri verir ve geri bildirimlerde bulunur (Bernard & Goodyear, 2014). Yöntem olarak Bireysel Süpervizyon Yöntemi, teknik olarak Kendini Anlatma Tekniği ve süpervizyon için mola verdirterek Canlı Süpervizyon Tekniği kullanılmıştır. Araştırmacılar araştırma sonucunda, yalnızca psikolojik danışmanın oturuma ilişkin anlatımlarına göre süpervizyonu vermek yerine, sürecin bütüncül biçimde değerlendirilebilmesi için canlı süpervizyon tekniğinin ve video tekniğinin birlikte kullanılmasının yarar getireceğini ortaya koymuşlardır. Yaka (2013) yapmış olduğu araştırmanın sonucunda, Mikro Beceri Eğitimi Programının Geleneksel Eğitim Beceri Programı ile karşılaştırmalı incelediği araştırmasında her iki beceri programının psikolojik danışman adaylarının danışma becerilerini geliştirmede etkili olduğunu bulmuştur. Meydan (2015) Mikro Beceri Süpervizyon Modelinin psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma becerilerine ve psikolojik danışma özyeterliklerine etkisini incelediği araştırmasında, karma süpervizyon

modelini kullandığını belirtmiştir. Eklektik Süpervizyon Modeli olarak değerlendirilebilecek olan araştırmada, Deşifre Tekniğinin, Video Kaygı Tekniğinin, Formların, Kendini Anlatma Tekniğinin, Geri Bildirim Tekniğinin, Rol Oynama Tekniğinin, Kitap Okuma Tekniğinin ve yöntem olarak Akran Süpervizyonunun etkili olduğunu bulmuştur. Süpervizör, süpervizyon oturumu öncesinde adayın hazırladığı oturum özetini ve mevcutsa görüşme deşifresini incelemiş; danışanın sorununa, oturumun temel odağı ile adayın kullandığı beceri ve müdahalelere yönelik hem geliştirici hem de destekleyici geri bildirimleri not etmiştir. Bu bulgular da Eklektik Süpervizyon Yaklaşımının psikolojik danışman eğitiminde yararlı olduğunu göstermektedir.

Mevcut araştırmanın bulgularından hareketle *İkinci Nesil Eklektik Süpervizyonun* uyarlanabilir bir çerçeve ile psikolojik danışma becerilerine sahip psikolojik danışmanların yetiştirilebileceğini söylemek mümkündür. Yukarıda yer verilen çeşitli araştırmalarda görüldüğü üzere, Eklektik Süpervizyon Yaklaşımı Modelleri basit ya da karmaşık olabilir. Bu yaklaşımın karmaşıklık derecesi, süpervizörlerin birleştirmeyi seçtiği modele (Bernard & Goodyear, 2014) yönteme, tekniğe ve rollerine göre değişiklik gösterir. Alan yazında ikinci nesil süpervizyon modellerinde Örneğin; Yogev'in (1982), Eklektik Süpervizyon Modeli vardır. Bu model, süpervizyon yöntemi olarak grup ve bireysel süpervizyonunu kullanır. Bu modelde teorik bilgiye hakimiyet, uygulama becerilerinin kazanılması, kişisel gelişim ve özfarkındalığın kolaylaştırılması bulunmaktadır. Örneğin; Shelton & Zazzarino (2020) Bütünleşik Gelişimsel Süpervizyon Modeli ile Psikoterapi Temelli (Birey Merkezli ve Çözüm Odaklı Süpervizyon) Süpervizyon Modelini bütünleştirerek yeni bir model ortaya koymuşlardır. Örneğin; Bernard tarafından geliştirilen Ayrıştırıcı Model, psikolojik danışman adaylarının geliştirmesi gereken üç temel odak alanı -kişiselleştirme, kavramsallaştırma ve müdahale becerileri- ile süpervizörün üstlendiği üç rol -öğretmen, konsültasyon ve psikolojik danışman rolleri- arasındaki etkileşime dayanmaktadır. Bu etkileşim, her bir odak alanının her bir süpervizör rolüyle kesişmesi sonucunda 3x3 yapıda toplam dokuz farklı süpervizyon yolunu içeren bütüncül bir model ortaya koymaktadır (Bernard & Goodyear, 2019, s. 52).

Süpervizyon, iki ya da daha fazla birey arasındaki çoklu etkileşim seviyelerini içeren karmaşık ve dinamik bir süreçtir. Bu bireylerin hepsi içsel özelliklere ve bir dizi dışsal etkilere tabidir. Bu nedenle, süpervizyonun karmaşıklığını ve genişliğini düzenlemek de çok önemlidir. Süpervizyon hedef odaklı ve planlı olduğundan, süpervizörlerin en iyi uygulamaları ve kanıta dayalı protokolleri kullanması hayati önem taşır (Borders & Brown, 2005). Zira kullanılan süpervizyon yaklaşımı süpervizyon sürecinde rehber/harita görevini görür (Ascher & Butler, 2010). Araştırma bulguları bütüncül olarak değerlendirildiğinde süpervizyon Eklektik Süpervizyon Modeline göre yürütüldüğünde de psikolojik danışman eğitiminde son derece etkili ve kritik bir rol oynadığı anlaşılmaktadır. Bununla birlikte, süpervizyon sürecinin etkililiğinde yalnızca modelin kendisinin değil, bu modeli uygulayan süpervizörün tutum ve davranışlarının da belirleyici ve önemli bir unsur olduğu unutulmamalıdır (Aladağ, 2014; Bernard & Goodyear, 2004; Meydan & Koçyiğit Özyiğit, 2016; Yıldırım Kurtuluş & Yüksel Şahin, 2022).

4.2. Araştırmanın İkinci Basamağına İlişkin Tartışma ve Yorum: Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına Göre Psikolojik Danışma Yardımını Alan Danışanların Görüşleri

Araştırmanın ikinci basamağında Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına göre psikolojik danışma yardımını alan danışanların psikolojik danışma sürecine ilişkin görüşleri incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda, *danışanların psikolojik danışma sürecine ilişkin görüşleri* teması altında sekiz alt tema bulunmuştur. Alt temalar şunlardır: psikolojik danışmanın yaklaşımı/davranışı, psikolojik danışmaya başlarken düşünceleri, psikolojik danışmaya başlarken duyguları, psikolojik danışma sürecinin ilerleyen aşamalardaki düşünceleri ve duyguları, sorunlarının çözümünü oluşturmada yardım, çözüm seçenekleri dosyasının/psikoeğitim uygulanması, danışma oturumlarının en sonunda danışanda olan

değişimler ve danışma sürecinin bitmesine yönelik görüşleridir. Araştırmanın alt temaları ve kodlarına ilişkin bulguların tartışma ve yorumu aşağıda sunulmuştur:

Araştırmanın sonucunda danışanlar *psikolojik danışmanın yaklaşımı alt teması kapsamında yer alan kodlarda* danışmanların saygılı, dikkatli, iyi dinleyen, farkındalığı artıran, sabırlı, anlayışlı, nazik/kibar, ilgili, sakin, güven verici, samimi, cesaretlendirici/yüreklendirici, mükemmel ve objektif özellikler sergilediklerini ortaya koymuştur. *Danışanların danışma sürecinin ilerleyen aşamalarındaki düşünceleri ve duyguları alt teması kapsamında yer alan kodlarda* ise psikolojik danışmanın davranışlarına bağlı olarak psikolojik danışma yardımının iyi geleceğini düşünmelerine, rahatlamalarına, güvenin gelişmesi ile birlikte mutluluk hissetmelerine ve cesaret bulmalarına neden olduğu bulunmuştur. Nitekim bir katılımcının "*Danışmanımda sıcaklığı, güveni, saygıyı, sevgiyi, enerjiyi yakalayınca icimi en doğal ve dürüst bir sekilde döktüm (D3)",* şeklindeki ifadesi de bu içeriği yansıtmaktadır. Danışma sürecinde danışanla terapötik ilişkinin kurulması hem çok önemlidir, hem de çok gereklidir (Sackett, Lawson & Burge,2012). Lazarus'un (2007**)** deyimiyle terapötik ilişki, *tekniklerin kök salmasını sağlayan toprak* olarak kabul edilir. Psikolojik danışmanın, danışanına saygı göstermesi, koşulsuz ve yargısız bir kabul sunması, empatik anlayışla yaklaşması, saydam ve tutarlı bir tutum sergilemesi ve bu koşulları danışana iletmesi, tüm oturumlarda sağlanması gereken temel terapötik koşullar arasında yer almaktadır. Bu yaklaşım, danışanın kendisini rahat ve güvende hissetmesini destekler; aynı zamanda terapötik ortamda etkili bir terapötik ilişki ve işbirliğinin oluşmasına olanak tanır. Rogers tarafından vurgulandığı üzere, söz konusu koşullar etkili bir terapinin temel öğeleri olarak kabul edilmektedir (Cormier & Hackney, 2014; Yüksel Şahin, 2025**).** Alanyazında yapılmış olan araştırmalarda mevcut araştırmanın bulgusunu destekleyen sonuçlar bulunmaktadır. Örneğin; Kurtyılmaz ve diğerlerinin (2019) danışan deneyimlerini inceledikleri araştırmanın sonucunda, danışanlar psikolojik danışmanlarını yargılayıcı olmayan, tarafsız, saygılı, samimi, hoşgörülü, sıcak ve güler yüzlü tutumlarının etkisiyle kendilerini önemsenmiş, ciddiyetle ele alınmış, ihmal edilmemiş ve yargılanmamış olarak tanımladıklarını bulmuşlardır. Danışma sürecinin ileriki oturumlarında katılımcıların büyük çoğunluğunun yaşadıkları duyguları rahatlama/sakinleşme, güven ve mutluluk çerçevesinde ifade ettikleri bulunmuş; buna karşılık iki danışanın tereddüt ve memnuniyetsizlik duygularını dile getirdiği saptanmıştır. Sackett, Lawson & Burge (2012) danışan deneyimlerini araştırdıkları çalışmalarında danışanların psikolojik danışmanlarını saygılı, yargılamayan, güleryüzlü ve rahat; Bektaş Aydın (2025) katılımcıların psikolojik danışmanlarını güven verici, ilgili, anlayışlı, kendini açmayı kolaylaştırıcı ve motive edici; Erol Karaca (2026) ise katılımcıların psikolojik danışmanlarını güven verici, rahatlatıcı, anlayışlı, iyi dinleyen ve etkili iletişim kuran birisi olarak tanımladıklarını bulmuşlardır. McPherson, Wicks & Tercelli (2020) terapi deneyimlerinin araştırıldığı otuz yedi çalışmayı incelemişlerdir. Bu çalışmalarda terapistin merkezi rolü göz önüne alındığında, terapistle iyi bir ilişkinin bireysel terapide danışanlar için özellikle önemli olduğu vurgulanmıştır. Katılımcılar, terapistleri tarafından anlaşılmalarının, terapistin empatik ve kabul edici yaklaşımının, yargılayıcı olmayan, güven verici, normalleştirici, ilgili, saygılı, yatıştırıcı, sakinleştirici, profesyonel, nazik, sıcak ve şefkatli gibi diğer olumlu özellikleri sergilemesinin de önemli olduğu belirtmişlerdir. Özellikle danışanların terapistin dinlemesine, anlamasına destek vermesine ve işbirliği yapmasına büyük değer verdiğini de ortaya koymuştur. Knox & diğerleri (2023) yararlı olmayan ya da zarar veren terapi süreçlerini inceledikleri araştırmalarında terapistin terapötik ilişkiyi kurmamasının örneğin; küçümsenmiş hissetme, güven kaybı, gergin ilişki, terapötik kopmalar, danışanların yanlış anlaşıldığını hissetmesi gibi ve terapi **s**ürecini etkili yönetememelerinin süreç içinde başarısızlığa neden olduğunu bildirmişlerdir**.** Araştırmalarında yer alan katılımcılardan birisi terapistinin empati ve sıcaklık göstermediğini belirterek, *"o sadece para için oradaydı ve beni bir insan olarak önemsemedi… terapiye karşı çok umursamazdı"* şeklinde ifade etmiştir. Görüldüğü gibi uygun olmayan terapist/danışman davranışları psikolojik danışma sürecine zarar vermektedir. Süreçte danışanların beklentisi ise terapistinin daha nazik, daha sabırlı olması, kendilerini tanımaya çalışması, izleme çalışmasını yapması şeklinde olmuştur. Mevcut

araştırmada ise süpervizör eşliğinde on uzman psikolojik danışmanın tamamı danışanları ile terapötik ilişkiyi kurmuşlar ve süreç bitinceye kadar bu ilişki yürütmüşlerdir.

Araştırmanın sonucunda *danışanların psikolojik danışmaya başlarlarken düşünceleri alt teması kapsamında yer alan kodlarda,* danışanların başlangıçta kafa karışıklığı yaşadıklarını, kendilerini suçlayıcı düşüncelere sahip olduklarını, danışma sürecine yönelik önyargılar taşıdıklarını, sürecin kötü sonuçlanacağını düşündüklerini, birçok sorunla karşı karşıya olduklarını, çözüm bulma konusunda bilinçsizlik yaşadıklarını, yüksek beklentiler taşımadıklarını ve sürecin kendilerine yararlı olacağına dair umut beslediklerini ortaya koymuştur. *Danışanların psikolojik danışmaya başlarken duyguları alt teması kapsamında yer alan kodlar,* danışanların başlangıçta mutsuz, çekingen, kaygılı/korkulu/endişeli, çaresiz, üzgün, stresli, utangaç ve öfkeli duygular yaşadıklarını ortaya koymuştur. Bir katılımcının *"Danışmaya başlamadan önce aile içi durumlarımız sebebiyle zihnim çok karmaşıktı. Öfke üzüntü, kaygı gibi birçok negatif duyguyu çok yoğun şekilde hissediyordum. Çok mutsuzdum ve kaygılıydım (D9),"* ifadesinden danışma sürecinin başlangıcında danışanların yüksek düzeyde duygusal yük ve psikolojik zorlanma yaşadıklarını göstermektedir. Danışan deneyimleri üzerine yapılmış olan araştırmalarda araştırma bulgusunu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Kurtyılmaz & diğerleri (2019), psikolojik danışma sürecinin başlangıç aşamasında danışanların çoğunluğunun kaygı yaşadığını; ancak bazı danışanların merak, umut ve güven gibi olumlu duyguları deneyimlediğini; bazı danışanların ise sabırsızlık, kızgınlık, şaşkınlık, pişmanlık, umutsuzluk ve sıkılma gibi duygular hissettiklerini bulmuşlardır. Erçevik & Türk Kurtça (2023) ise danışanların psikolojik danışma sürecine başlarken kaygı, tereddüt ve güvensizlik yaşadıklarını; neyi nasıl ifade edeceklerini bilememe konusunda belirsizlik deneyimlediklerini; ancak danışanların sürece ilişkin umut ve heyecan da taşıdıkları rapor edilmiştir. İlerleyen oturumlarda ise danışan deneyimlerinin daha çok isteklilik, artan heyecan ve bir sonraki oturumu merak etme etrafında şekillendiği görülmüştür. Kendini açma arzusu rahatlama, daha derinlemesine keşif yapma ve içsel yaşantıları açığa vurma duygularıyla ilişkili bulunmuştur. Sackett, Lawson & Burge (2012) psikolojik danışman deneyimleri üzerinde yaptıkları araştırmanın sonucunda, danışanların ilk oturumlarda çekingen davrandıklarını ve belirli konuları konuşmak istemediklerini ortaya koymuşlardır. Lazarus (2007) da ilk oturumlarda danışanı rahatsız etmemek için hemen detaya girilerek detaylı soruların sorulmaması gerektiğini belirtir (Lazarus, 2007). McPherson, Wicks & Tercelli (2020) terapi deneyimlerinin araştırıldığı otuz yedi çalışmayı inceledikleri çalışmalarında, terapiye başlarken insanların yaşadığı zorlukların başında özellikle terapide acı verici duygularla yüzleşmenin, tüm terapi modelleri ve uygulama biçimlerinde özellikle zorlayıcı bir durum olduğu bildirilmiştir. İnsanların kendileri hakkında konuşmayı ve duygularını paylaşmayı çok zor bulabildikleri de ve zorlandıkları ifade edilmiştir.

Araştırmanın sonucunda danışanlar, *sorunlarının çözümünü oluşturma alt teması kapsamında yer alan kodlarda,* sorunları kabul etmenin, sorunları anlatırken çözümünü düşünmenin ve sorunların çözümlenebilir olduğunu görmenin önemli olduğunu vurgulamışlardır. Bir katılımcının ifadesi şöyledir:*"Danışma sürecinde, davranışlarımın gelişmesi gerektiğini fark ettim. Danışmanımla bu yönde çözümler üzerinde durduk. İletişimi geliştirmek, olumsuz duygu ve düşünceleri değiştirmek ve stresle baş etme yolumu geliştirmek gibi temel noktaları geliştirmemiz gerektiğini düşündük ve bu yolda adımlar attık (D8)."* Bu ifade, danışma sürecinin yalnızca sorunların dile getirilmesine değil, aynı zamanda çözüm odaklı bir farkındalık geliştirilmesine ve somut değişim adımlarının planlanmasına katkı sağladığını göstermektedir. Danışanın kendi rolünü ve sorumluluğunu fark etmesi, değişim sürecinin aktif bir öznesi hâline gelmesini destekleyen önemli bir kazanım olarak değerlendirilebilir. Ayrıca, araştırmada *çözüm seçenekleri dosyası ile birlikte psikoeğitim uygulanması alt teması kapsamında yer alan kodlar,* psikolojik danışmanın danışanlara her konuyu net bir şekilde açıkladığını, örnekler verdiğini, anlamayı kolaylaştırmak için uygulamalar yaptırdığını, farklı bakış açıları kazandırdığını, danışanların hevesini artırdığını ve

ödevler verip bunları takip edip izlediklerini ortaya koymuştur. Bir katılımcının ifadesi şu şekilde olmuştur: *"Seanslarda bir sorunumu bitirip diğer sorunuma geçtik. Çözüm dosyalarımı uygulamaya başladığımda danışmanım, ödev verdi ve takip etti. Sorularımı cevapladı. Bu sayede, hayatımda iyi anlamda birçok alan değişti. Kendimi artık daha huzurlu ve daha dengede hissediyorum (D5)"*. Bu ifade, psikoeğitim ve yapılandırılmış uygulamaların danışma sürecinde yalnızca bilgi aktarımı sağlamadığını, aynı zamanda davranışsal değişimi destekleyen sistematik bir izleme ve geri bildirim mekanizması oluşturduğunu göstermektedir. Ödevlerin verilmesi ve düzenli olarak takip edilmesi, danışanın sürece aktif katılımını artırarak kazanımların günlük yaşama aktarılmasını kolaylaştırmaktadır. Danışanın yaşamındaki çok alanlı değişim vurgusu ise müdahalelerin yalnızca belirli bir soruna değil, genel iyilik haline de katkı sunduğunu düşündürmektedir. Danışma sürecinde psikolojik danışmanların danışanlarına ihtiyaç duydukları bilgi ve becerileri kazandırma sorumluluğu bulunmaktadır (Carver, 2015; Nelson, 2007). Bu nedenle danışma sürecinde sorunların konuşulması kadar, çözümün de çalışılması ve psikoeğitimle çeşitli becerilerin kazandırılması çok önemlidir. Beceri kazandırılan oturumlarda psikolojik danışmanın Bilgi Verme ve Açıklama Tekniğini Model Olma Tekniği ile birlikte kullanması; ardından danışanın bu davranışı prova etmesi (Davranışın Prova Edilmesi Tekniği), rol oynaması (Rol Oynama Tekniği) ve psikolojik danışmandan aldığı geri bildirimlerle (Geri Bildirim Verme Tekniği) o davranışı öğrenmesi sağlanır. Kazandırılan becerinin oturumdan sonra, günlük yaşamda uygulanması için ödevler verilerek (Ev Ödevi/Görevlendirme Tekniği) takipleri yapılır (Yüksel-Şahin, 2018/2025). Alanyazında geliştirilmiş bir çok psikoeğitim programları mevcuttur (örneğin; Erkan & Kaya, 2005a, 2005b, 2017). Bu psikoeğitim programları grupla psikolojik danışma sürecinde kullanıldığı gibi, bireysel psikolojik danışma sürecinde de kullanılmaktadır. Mevcut araştırmada uzman psikolojik danışmanlar çeşitli psikoeğitim programlarından yararlanarak danışanlarına becerileri kazandırmışlardır. Bektaş Aydın'ın (2025) danışan deneyimlerini incelediği araştırmasında, katılımcılar psikolojik danışman tarafından danışma sürecinde kazandırılan beceriler kapsamında verilen uygulama ödevlerinden önemli ölçüde yarar sağladıklarını belirtmişlerdir. Yapılmış olan araştırmalarda da danışanların danışma sürecinde sorunlarını çözmeye *haklı olarak* çok önem verdikleri görülmektedir. Bu bağlamda psikolojik danışmanlar, sorunlara yönelik çözüm seçeneklerini danışanlarıyla birlikte avantajlar ve dezavantajlar çerçevesinde yapılandırıp uygulamaya geçirerek ve gerekli becerilerin kazandırılmasını destekleyerek sürecin etkililiğini artırmaktadırlar (Yüksel-Şahin, 2025). Çok Boyutlu Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımında (Lazarus, 1989, 2002, 2005, 2007) ve Eklektik Yardım Becerileri Modellerinde (Egan, 1975/2011; Ivey vd., 1968; Ivey, Ivey & Zalaquett, 2010) sorunların etkin bir biçimde çözümlenmesine yardım ve psikoeğitim çok önemlidir. Sackett, Lawson & Burge (2012), psikolojik danışmanların bakış açısından danışma sürecinde soruna çözüm yollarını ve istisnaları bulmanın önemli olduğu belirtilmektedirler. Knox & diğerlerinin (2023) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, terapi sürecini başarısız olarak değerlendiren danışanlar, terapistinin kendi deneyimlerini takip etmediklerini, kontrol etmediklerini ve işin üstesinden gelemediklerini ifade etmişlerdir. Bir katılımcı terapistinin kendisinde bir hedef planı istediğini, ancak süreç içinde terapistin bu hedeflerle ilgili takip yapmadığını belirtmiştir. Mevcut araştırmada ise süpervizör eşliğinde on uzman psikolojik danışmanın tamamı terapötik koşulları oluşturarak işbirlikçi ilişki içinde danışanları ile çalışmışlardır. Danışanlarla amaç belirleme, çözümleri uygulamaya koyma, oturumların içinde psikoeğitim ile beceri kazandırma (örneğin; iletişim becerileri, öfke yönetimi becerileri, güvengenlik becerileri, stresle başa çıkma becerileri vb gibi), kazanılan bu becerilerin günlük yaşamda ev ödevi olarak uygulama ve izleme aşamalarında bire bir takipleri yapılmıştır. Leonidakia, Lemmac & Hobbis'in (2005) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, katılımcılardan bazılarının terapi sürecinden çözüm odaklı müdahaleleri istedikleri ve eylem odaklı olmayan terapilerin sınırlılık gösterdiği şeklinde ifadede bulunmuşlardır. McPherson, Wicks & Tercelli (2020) yapmış oldukları metaanaliz araştırmasında, yüz yüze yapılan tüm terapilerin danışanda davranış değişikliklerini mümkün kıldığını, öz farkındalığı, öz güveni ve öz kabulü geliştirdiğini bulmuşlardır.

Araştırmanın sonucunda danışanlar, *danışma oturumlarının en sonunda kendilerinde olan değişimler alt teması kapsamında yer alan kodlarda,* farkındalıklarının ve özşefkatlerinin arttığını, kendini sevmeye başladıklarını, kendilerini korumayı öğrendiklerini, kendilerine olan güvenlerinin arttığını, güçlendiklerini, iletişimlerinin güçlendiğini, stres ve kaygılarının azaldığını, öfkeyi yönetebildiklerini, akademik kaygılarının sona erdiğini, sağlıklı romantik ilişkiyi öğrendiklerini, özgürleştiklerini, rahatladıklarını, hayatlarına anlam geldiğini, mantıklı düşünmeye başladıklarını, kendilerini diğer insanlarla eşit gördüklerini, önlerine çıkan fırsatları değerlendirmeye başladıklarını, mide bulantısı ve somatik ağrıları yaşamadıklarını ve sorunlarını çözmede çok yol aldıklarını bildirmişlerdir. Bir katılımcının ifadesi şu şekilde olmuştur: *"Şimdi düşününce birçok sorunu bugün aştığım için mutluyum (D4)."* Bu ifade, danışma sürecinin farklı sorun alanlarında bütüncül bir dönüşüm oluşturduğunu göstermektedir. Katılımcının geriye dönük değerlendirmesinde ilerlemeyi fark etmesi, değişimin içselleştirildiğini ve danışma sürecinin kalıcı kazanımlar ürettiğini de düşündürmektedir. Kurtyılmaz & diğerlerinin (2019) danışan deneyimlerini inceledikleri araştırmada, danışanların oturumların sonunda farkındalık düzeylerinde artış olduğu, davranışsal değişimler yaşadıkları, problemlerinin çözümünün kendi sorumluluğunda olduğunu fark ettikleri, problem çözme becerilerinin daha kalıcı bir nitelik kazandığı, bilişsel çarpıtmalarının farkına varan danışanların daha işlevsel ve etkili başa çıkma stratejilerini kullanmaya yöneldikleri, etkili iletişim kurma ve gelecek kaygısıyla başa çıkma becerilerinin geliştiğini, kızgınlık ve öfke gibi yoğun duygularını kontrol altına alabildiklerini göstermiştir. Bu araştırmada yer alan psikolojik danışman adayları ortalama 8-10 oturum süreci yürütmüşlerdir. Süreçte psikolojik danışmanların hem temel düzey teknikleri (örneğin, etkin dinleme, soru sorma, duygu yansıtma, içerik yansıtma, kişiselleştirme, asgari düzeyde teşvik ve özetleme teknikleri) hem de ileri düzey teknikleri (örneğin, boş sandalye, mucize soru, ego durumlarını konuşturma gibi) kullanmalarının, danışanların sorunları fark etmeleri ve çözüm üretme süreçlerinde önemli katkılar sağladığını ortaya koymuştur. Danışan deneyimlerini araştıran Erçevik & Türk Kurtça (2023), danışma sürecinin sonunda danışanların duygu ve düşünceleri konusunda farkındalık geliştirdiklerini, duygularını yönetmeyi öğrendiklerini, olaylara bakış açısını değiştirdikleri, daha olumlu baktıkları, erteleme davranışlarının bittiğini ve sakinleştiklerini ortaya koymuşlardır. Farklı terapilerin uygulandığı (örneğin; Kabul ve Kararlılık Terapisi, Duygu Odaklı Terapi vb. gibi) ve danışan deneyimlerinin araştırıldığı çalışmalardan Bektaş Aydın (2025) oturumların sonunda katılımcılarda psikolojik esnekliğin, özşefkatin arttığını ve travma sonrası büyümenin yaşandığını; Çanakçı Uğur (2025) katılımcıların kendilerini kabul ettiklerini, ihtiyaçlarına odaklandıklarını, duygularını fark edip kabul ederek, duygularını yönettiklerini; Erol Karaca (2026) katılımcıların psikolojik esnekliklerinin ve özşefkatlerinin arttığını ve ebeveynlik stresiye baş etme becerilerini geliştirdiklerini bulmuşlardır. Sackett, Lawson & Burge (2012), psikolojik danışman deneyimlerini inceledikleri araştırmalarında, danışanların seans sırasında farkındalık kazanmalarından, ah-ha anları yaşamalarından gurur duyduklarını ortaya koymuştur. Ayrıca, danışan sorunlarına yönelik detaylı soruları sormanın ardından danışanların daha derin farkındalık geliştirebildiklerini ifade etmişlerdir. Danışanın duygularını açığa çıkarmanın, hedefleri belirlemenin, planları yapmanın ve ödev vermenin çok önemli olduğunu da belirtmişlerdir. McPherson, Wicks & Tercelli (2020) otuz yedi çalışmayı inceledikleri araştırmalarının sonucunda, tüm terapi modellerinin ve uygulama biçimlerinin tamamında görülen bir çok yarar belirlenmiştir. Bunlar arasında terapinin semptomları iyileştirdiği; insanların başkalarıyla ilişkilerini değiştirmelerine veya geliştirmelerine olanak sağladığı; ve insanları güçlendirdiği yer almaktadır. Çalışmaların çoğunda öne çıkan ek bir fayda ise terapinin katılımcıların terapide öğrendikleri teknikleri günlük düşünce ve duygularını yönetmek için kullanmalarını sağladığı yönündeki görüştür. Ancak, terapinin muhtemelen bireysel psikolojik sorunlara odaklanılması ve insanların terapi ile gerçek hayatta karşılaştıkları durumlar arasında hissettikleri kopukluk nedeniyle aile, sosyal veya sağlık sorunlarını çözümsüz bıraktığı yönünde bulguları da ortaya koymuşlardır.

Mevcut araştırmanın bulgusu ile örtüşen ve Eklektik Terapi/Psikolojik Danışma Yaklaşımına göre yapılmış olan araştırmalardan Baysal & Karaaziz (2024) orta derece depresyon tanısı almış bir danışanla yaptıkları 12 seanslık oturumların sonucunda, Eklektik Terapi Yaklaşımının danışanın semptomlarının azalmasında olumlu bir sonuç verdiğini; Ay & Akbağ (2025), Teknik Eklektizm yaklaşımına dayalı bireysel psikolojik danışmanlık yardımının, 16 yaşındaki bir ergenin sosyal kaygı ile ilişkili performans kaygısını ve kaçınma davranışlarını anlamlı düzeyde azalttığını; Kaur & Wani (2022) Eklektik Terapi/Psikolojik Danışma Yaklaşımının, ergenlerin akademik performanslarını arttırmada etkili olduğunu bulmuşlardır. Lazarus'un Çok Boyutlu Terapi Yaklaşımını kullanan araştırmacılardan Safarifard, Keshavarz-Afshar vd., (2019), yapmış oldukları araştırmanın sonucunda kendine zarar verme bozukluğu olan ergenlerde psikolojik bütünlük ve sorumluluk duygusunun önemli ölçüde arttığını, duygusal ifade tarzlarının iyileştiğini; Liese & Monley (2023), ABD'li askerlere uygulamış oldukları beş oturumluk Çok Boyutlu (ve Eklektik) Terapinin sonucunda, travma sonrası stres, depresyon ve yüksek riskli alkol tüketiminin anlamlı düzeyde azaldığını; Mohammadi & Akbari (2015) OKB Bozukluğu olan kadınlarda özyeterliliğin arttığını; Farzin, Amiri & Ghamari'nin (2024) bireylerde Covid 19 kaygısının azaldığını; Shahlapour, Sedaghat & Pashang (2022) ise anksiyetenin ve psikolojik sıkıntının anlamlı düzeyde düştüğünü bulmuşlardır.

Alan yazında Eklektik Terapinin etkililiğine ilişkin bulguların, yalnızca kullanılan tekniklerin çeşitliliği ve esnekliğiyle değil, aynı zamanda müdahalelerin uygulandığı oturum sayısı ve süresinin danışan üzerindeki motivasyonel ve duygusal etkileriyle de ilişkili olabileceği belirtilmektedir. Leonidakia, Lemmac & Hobbis (2005) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, psikodinamik psikoterapiye göre diğer terapilerin zaman sınırlı doğasının danışanlarda hem kaygı ve stres, hem de teşvik kaynağı oluşturduğunu belirtmişlerdir. Terapi sürecinde danışanların kısıtlı zaman sürecinde tüm sorunları anlatmaya çalıştıklarını; diğer yandan da oturum sayısının azalmasını sürekli olarak zihinlerinde tuttukları için danışanlarda kaygı ve stres oluşturduğunu belirtmişlerdir. Mevcut araştırmada süpervizör eşliğinde on uzman psikolojik danışmanın tamamı öngörüşme aşamasında danışma oturumlarının en az 15 oturum olacağı, ancak ihtiyaca göre bu sürenin uzayabileceği danışanlara bildirilmiştir. Zira araştırmada en az 24, en çok 72 oturum (ağırlıklı haftada iki oturum), ortalama olarak 54.4 oturum yapılarak danışanlardaki zaman baskısı azaltılmıştır. Psikolojik danışma sürecinin basamakları düşünüldüğünde 15 oturumun yeterli olmayacağı ortaya çıkmaktadır. Araştırmada sorun çeşitliliği fazla olan danışanlarla yapılan oturum sayısı fazla olmuştur. Yüksel-Şahin (2025) danışanların sorun çeşitliliğine göre danışma sürecinin basamaklarını tam ve layıkıyla çalışmak için uzun bir süreç gerekli olabileceğini belirtmektedir. Howard, Kopta, Krause ve Orlinsky (1986), terapi süresi ile terapinin yararını inceledikleri araştırmada, 30 yıllık bir dönem boyunca 2400 danışandan toplanan verilere dayanarak yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, danışanların 8 seans sonunda yaklaşık %50'sinin ölçülebilir şekilde iyileştiğini, 26 seans sonunda yaklaşık %75'inin, ve bir yıl sonunda %85'inin iyileştiğini göstermiştir. Bu araştırma bulgularından oturum sayısı arttıkça iyilik olasılığındaki artış görülmektedir. Ayrıca, başlangıçta danışanların öz-bildirimlerine dayalı rahatsızlık düzeyi ile terapinin süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu gösteren kanıtlar da mevcuttur. Buna göre, başlangıçta daha yüksek düzeyde sıkıntı bildiren danışanlar, klinik açıdan anlamlı bir iyileşmeye ulaşmak için, daha düşük düzeyde sıkıntı bildiren danışanlara kıyasla daha fazla sayıda oturuma ihtiyaç duymaktadır (Ogles, Lambert & Fields, 2002:Akt; Liebet, 2006). Lazarus (1989, 2013), danışma süreci bir çok sorunu olan danışanlarda, haftada bir oturum olmak üzere yaklaşık 50 oturum sürdüğünü belirtmektedir.

Araştırmanın sonucunda, *danışanların danışma sürecinin bitmesine yönelik olarak görüşleri alt teması kapsamında yer alan kodlarda,* danışanlar mutluluk, başarı, gurur, minnettarlık ve keyif hisserken; oturumların bitmesine yönelik üzüntü hissettiklerini de belirtmişlerdir. Katılımcılardan birisinin *"Gayet tabii olarak, üzüldüm. .... İlk oturumumuz ile*

sonuncu arasında tamı tamına 1 yıllık bir süreç geçti. Bu süreç içerisinde benim hayatımda çok şey değişti. Bana şimdilerde düşen, oturumların bitimine üzülmek değil, bu oturumlar boyunca onun bana kattığı değerleri, öğretileri uygulamak ve geriye kalan hayatımda benzer problemlerle karşılaştığımda bunların üstesinden bu oturumlarda öğrendiklerim sayesinden gelmektir (D2)," şeklindeki ifadesinden danışma sürecini bağımlılık yaratan bir destek ilişkisi olarak değil, içselleştirilmiş kazanımların yaşam boyu kullanılabileceği bir öğrenme deneyimi olarak değerlendirdiği anlaşılmaktadır. Bu durum, terapötik ilişkinin sağlıklı bir biçimde sonlandığını ve danışanın edindiği becerileri gelecekteki güçlüklerle baş etmede otonom biçimde kullanmaya hazır olduğunu göstermektedir. Kurtyılmaz & diğerleri (2009) tarafından yürütülen araştırmada, danışma sürecinin sonlandırma evresinde danışanların hüzün/üzüntü, huzur, umut ve mutluluk gibi duygular deneyimledikleri ortaya konulmuştur. Bu aşamada mutluluk yaşadığını belirten danışanların, söz konusu duyguyu sorunlarına çözüm bulmaları, kendilerini daha derinlemesine anlamaları ve çözüm yollarını keşfederek başarı elde etmeleriyle ilişkilendirdikleri görülmüştür. Danışanların umut duygusunu ise süreçte edindikleri kazanımları ilerleyen dönemlerde de kullanabileceklerine ve gelecekte karşılaşacakları problemleri etkili biçimde çözebileceklerine inanmalarından kaynaklı olarak yaşadıkları anlaşılmıştır. Huzur hissettiğini ifade eden danışanların, psikolojik danışma sürecinde değişim ve gelişim için gösterdikleri çabanın karşılık bulduğunu düşünmelerinin bu duyguyu beslediği belirlenmiştir. Bunun yanı sıra, bazı danışanların kendilerine saygı gösterilen, ihtiyaçlarının dikkate alındığı ve koşulsuz kabul gördükleri terapötik ilişkiyi geride bırakacak olmaları nedeniyle sonlandırma aşamasında üzüntü yaşadıkları saptanmıştır. McPherson, Wicks & Tercelli (2020) otuz yedi çalışmayı kapsayan incelemeleri sonucunda, bazı katılımcılar için terapinin sonlandırılmasının motivasyon kaybı, kayıp duygusu ve artan yalnızlık hissiyle ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Bununla birlikte, kimi katılımcıların terapi sürecinde öğrendikleri müdahale tekniklerini sürdürme eğiliminde oldukları; ancak danışma oturumlarının sona ermesiyle birlikte bu motivasyonun belirgin biçimde azaldığı da rapor edilmiştir.

Genel sonuç olarak kanıta dayalı olarak yapılmış olan çeşitli araştırmaların sonuçlarından, Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımının danışanlara fayda sağlamada ve iyi oluşu arttırmada etkili olduğunu söylemek mümkün görünmektedir. Ancak, Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına göre kullanılan teknikler, özensiz, sistematik bir planlama olmadan, yarım yamalak ve rastgele bir araya getirilmemelidir (Corey, 2008; Ivey, Ivey & Simek-Downing, 1987). Bu makalede açıklanan Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımı ile Eklektik Yaklaşımı temel alan Yardım Becerileri Modellerinde terapötik teknikler *ordan bir teknik almak, sonra burdan bir teknik almak* şeklinde uygulanmamaktadır. Zira özensiz ve keyfi bir biçimde teknikleri kullanmak eklektizm değildir, senkretizmdir. Alanyazında birinci ve en düşük düzey olarak belirtilen *senkretizm (syncretism) düzeyinde olan* psikolojik danışmanlar, ilgisiz kavramları özensiz ve keyfi bir biçimde araya getirirler. Terapi kuramlarını tam kavramadan ve sistematik olmadan teknikleri kaynaştırmaya çalışırlar (Benito, 2018, s. 1; Gladding, 2013, s. 197-198; Norcross & Goldfried, 2005, s.15). Senkretizm, uygulama açısından hatalıdır. Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımında ise danışmanların, farklı terapilerin tekniklerini danışan gereksinimlerine uygun olarak seçebilmesi, kuramsal bilgiye hâkim olması ve gerekli süpervizyonu almış olması temel koşullardandır. Lazarus, Çok Boyutlu (ve Teknik Eklektizmli) Terapi/Psikolojik Danışma Yaklaşımında psikolojik danışma sürecini adım adım tanımlamıştır. Ayrıca Eklektik Yaklaşımlı Yardım Becerileri Modelleri oldukça yapılandırılmış modellerdir.

Geçmişten günümüze değin eleştiriler her bir terapi kuramına ya da modellere yapılmaktadır. Yapılan bu eleştiriler alana katkı getirmektedir. Ayrıca, tek bir terapi kuramına bağlı kalarak yardım veren uzmanlardan yanlış uygulama yapanları da vardır. Bu durum Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımını uygulamaya çalışan meslek elemanlarında da olabilir. Ancak, Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına ön yargı ile yaklaşmak da uygun değildir. Sonuçta psikiyatri, psikoloji, psikolojik danışma alanı danışanlarına üst düzeyde yardımcı olmayı amaçlar. Bu ortak amaç etrafında her terapinin ve modelin farklı bakış açıları olacaktır.

Zira tek bir doğru yoktur. Geliştirilmiş "*Altın Terapi*" ve bu terapinin vazgeçilmez "*Altın Standartları*" yoktur. Konuyla ilgili araştırmaların yapılmasına ihtiyaç vardır. Kanıta dayalı olarak bulgular ortaya konularak tartışılması önemlidir.

SONUÇ, SINIRLILIKLAR ve ÖNERİLER

Bu araştırmanın sonucunda doktora eğitimlerine devam eden uzman psikolojik danışmanların Eklektik Süpervizyon Modelini yararlı buldukları görülmüştür. Araştırmanın sonucunda Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımına göre psikolojik danışma yardımını alan danışanların yarar sağladıkları görülmüştür. Bunun olası nedenleri şunlar olabilir: (A) Psikolojik danışmanların doktora düzeyinde eğitim almaları danışma sürecinin verimini arttırmış olabilir. (B) Danışanların motivasyon düzeylerinin yüksek olmasından kaynaklanmış olabilir. Bir danışanla 24 oturum, diğer danışanlarla ise en az 40 ve üstü oturum danışma yapılmıştır. Bu danışanlar kesintisiz danışma sürecine devam etmişlerdir. (C) Danışanların eğitim düzeylerinin en az üniversite düzeyinde olmalarının önemli bir faktör olduğunu düşünülmektedir. Bu durum danışanların farkındalık geliştirmelerini ve sorunlarının çözümlenmesine yardım aşamasında uygulamalara daha hızlı uyum sağlamalarına neden olmuş olabilir. (D) Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımının psikolojik danışmana terapötik genişlik içinde farklı teknikleri danışanın ihtiyacına göre uygun yer ve zamanda kullanılmasına olanak vermesinden kaynaklanmış olabilir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları ve önerileri bulunmaktadır. Bu sınırlılıklar ve öneriler şunlardır: (A) Araştırmada araştırmacının doktora öğrencileri Eklektik Süpervizon Modeline göre ve Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımı ile danışma sürecini yürütmüşlerdir. Başka süpervizörlerin lisans, yüksek lisans ya da doktora düzeyinde Eklektik Süpervizyon Modeline göre ve Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımı ile süpervizyon vererek, psikolojik danışman ve danışanlarının görüşlerini incelemeleri önerilmektedir. (B) Araştırmada verilerin analizinin yalnızca araştırmacı tarafından yapılması bir sınırlılıktır. (C) Araştırmanın diğer bir sınırlılığı araştırmaya katılan danışanların tamamının üniversite öğrencisi ya da mezunu olmasıdır. Yapılacak olan araştırmalarda, farklı eğitim düzeyine sahip olan danışanlara Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımı ile yardım verilerek danışan deneyimlerinin incelenmesi önerilmektedir. (D) Araştırmanın başka bir sınırlılığı araştırmanın yalnızca beliren yetişkinlik döneminde olan danışanlar üzerinde yapılmış olmasıdır. Araştırmaya katılan danışanların beliren yetişkinlik döneminde olmaları, değişime daha açık bir dönem içinde olduklarını da göstermektedir. Bu nedenle, Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımının farklı yaş gruplarındaki danışanlara uygulanması önerilmektedir. (E) Araştırmada süpervizyon süreci ortalama olarak 54 oturum sürmüştür. Bu oturum sayısı uzman psikolojik danışmanlara ve yardım alan danışanlara yarar sağlasa da, zaman açısından ekonomik değildir. (F) Bu araştırmada yalnızca Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımı kullanılmıştır. Bundan sonraki araştırmalarda Eklektik Psikolojik Danışma Yaklaşımının başka bir terapi yaklaşımı ile örneğin; Birey Merkezli Terapi, Gestalt Terapi, Bilişsel Terapi, Öyküsel Terapi, EMDR Terapisi, Kabul ve Kararlılık Terapisi vb. gibi karşılaştırmalı olarak incelenmesi önerilmektedir. (G) Bu araştırmada danışanlar üzerinde izleme çalışması yapılmamıştır. İzleme çalışmasının yapılarak ve verilerinin toplanarak bulguların paylaşılması önerilmektedir. (H) Araştırmada yalnızca nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Bundan sonra yapılacak olan araştırmalarda nicel araştırmanın da eklenerek karma yöntem araştırmasının yapılması ile daha detaylı bilgilerin edinilmesi mümkün olabilir.

KAYNAKÇA

Aladağ, M. (2014). Psikolojik danışman eğitiminin farklı düzeylerinde bireyle psikolojik danışma uygulaması süpervizyonunda kritik olaylar. *Ege Eğitim Dergisi 15*(2), 428-475. https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/57194.

Ascher, D. L., & Butler, S. K. (2010). *Balanced moderation supervision*. American Counseling Association. https://manifold.counseling.org/projects/vistas-online-2010/resource/balanced-moderation-supervision

Ay, T. & Akbağ, M. (2025). Employing an eclectic approach to reduce social anxiety: An adolescent case report. *Research on Education and Psychology (REP), 9*(1), 221-243. https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/4864231

Baysal, Ş. & Karaaziz, M. (2024). Depresif bozuklukta eklektik yaklaşım ile tedavi: olgu sunumu. *Euroasia Journal of Social Sciences ve Humanities, 11*(38), 20-31 http://doi.org/10.5281/zenodo.12684183.

Behan, D. (2022). Do clients train therapists to become eclectic and use the common factors? A qualitative study listening to experienced psychotherapists. *BMC Psychology, 10*(183), 1-13. https://link.springer.com/article/10.1186/s40359-022-00886-6

Bektaş Aydın, C. (2025). *Kabul ve kararlılık terapisi temelli psikolojik esneklik grup müdahale programının yakın partner şiddetine uğramış kadın üniversite öğrencilerinin psikolojik esnekliği, öz şefkati ve travma sonrası stres belirtileri üzerindeki etkisi: bir karma yöntem araştırması*. [Yayınlanmamış doktora tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi.

Benito M. J. (2018) The fine line between integration or eclecticism and syncretism in new therapists. *Dual Diagnosis Open Access, 3*(3), 1-5. https://www.primescholars.com/articles/the-fine-line-between-integration-or-eclecticism-and-syncretism-in-new-therapists-94440.html

Bernard, J.M., (2014). The use of supervision notes as a targeted training strategy American *Journal of Psychotherapy, 68*(2),195-212. https://psycnet.apa.org/record/2014-27716-005

Bernard, J. M. & Goodyear, R. K. (2014). *Fundamentals of clinical supervision*. Edinburgh: Pearson Education, Inc. https://api.pageplace.de/preview/DT0400.9781292051956_A24580178/preview-9781292051956_A24580178.pdf

Bilican, I. & Soygüt, G. (2015). Türkiye'de eğitim sürecinde olan ve deneyimli psikoterapistlerin mesleki gelişim süreçleri. *Türk Psikiyatri Dergisi 26*(4), 249-60. https://www.turkpsikiyatri.com/PDF/C26S4/04.pdf

Borders, L. D., & Brown, L. L. (2005). Supervision intervention. In L. D. Borders ve L. L. Brown (Eds.), *The new handbook of counseling supervision* (pp. 29-57). Routledge.

Borgen, F. (1984). Counseling psychology. *Annual Review of Psychology, 35*,579-604. https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev.ps.35.020184.003051

Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*, 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Brazier, D. D. (1996). *The post-Rogerian therapy of Robert Carkhuff*. http://www.academia.edu/3663201/The_PostRogerian_Therapy_of_Robert_Carkhuff.

Brew, L. & Kottler, J. A. (2008). Applied helping skills. California: Sage Publication. Sage Publication. https://us.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/18616_chapter3.pdf

Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemleri.* Pegem Yayın.

Carkhuff, R. R. (2011). *Yardım etme sanatı* (R. Karaca & F. E. İkiz, Çev.). Ankara: Nobel Yayın. (Orijinal eserin yayın tarihi 1972).

Carver, C. L. (2015). Basic counseling techniques training: the differential effects of two models on skill development and fully functioning. [Graduate Theses and Dissertations]. Retrieved from https://scholarworks.uark.edu/etd/1233

Consoli, A. J., & Jester, C. M. (2005). A model for teaching psychotherapy theory through an integrative structure. *Journal of Psychotherapy Integration, 15*(4), 358-373. doi:10.1037/1053-0479.15.4.358

Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma ve terapi kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çev.). Mentis Yayın.

Corey, G., Haynes, R., Moulton, P., & Muratori, M. (2010). *Clinical supervision in the helping professions: A practical guide. (2 ed.)*. American Counseling Association. https://content.e-bookshelf.de/media/reading/L-2999018-f50f22cee7.pdf

Cormier, S. & Hackney, H. (2014). *Psikolojik danışma: stratejiler ve müdahaleler* (S. Doğan & B. Yaka, Çev. Ed.). Pegem Yayın.

Creaser, M. (2015). A *comparison of audio recordings and therapists' process notes in child and adolescent psychoanalytic psychotherapy*. [Unpublished Doctoral Thesis]. The University of East London. https://www.grafiati.com/en/literature-selections/child-psychotherapy/dissertation/

Creswell, J. W. (2017a). *Karma yöntem araştırmalarına giriş* (M. Sözbilir, Çev. Ed.). Pegem Yayıncılık.

Creswell, J. W. (2017b). *Araştırma deseni: nitel, nicel, karma yöntem yaklaşımları* (. S.B. Demir, Çev. Ed). Eğiten Kitap.

Crocker, E.M., & Sudak, D.M. (2017). Making the most of psychotherapy supervision: a guide for psychiatry residents. *Acad Psychiatry, 41,* 35 – 39. https://doi.org/10.1007/s40596-016-0637-5.

Çanakçı Uğur, E. (2025). *Duygu odaklı terapi temelli duyguları yönetme grup müdahale programının ebeveyn şiddetine uğrayan kadınların duyguları yönetme becerileri üzerindeki etkisi: karma yöntem araştırması.*[yayınlanmamış doktora tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi.

Egan, G. (2011). *Psikolojik danışma becerileri*. Kaknüs Yayınları (Orijinal eserin yayın tarihi 1975).

Erçevik, A. ve Türk Kurtça, T. (2023). The experience of being the first client of novice counselors in turkiye from the client's perspective. *Sage Open, 13*(3). https://doi.org/10.1177/21582440231183964.

Erol Karaca, S. (2026). *Kabul ve kararlılık terapisine dayalı psikolojik esneklik grup müdahale programının annelerin psikolojik esnekliği, öz şefkati ve ebeveynlik stresi üzerindeki etkisi: karma yöntem araştırması*.[Yayınlanmamış doktora tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi.

Eryılmaz, A., & Mutlu, T. (2018). Gelişimsel Kapsamlı Süpervizyon Modeline İlişkin Psikolojik Danışman Adaylarının Görüşlerinin İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 17*(65), 123-141. https://doi.org/10.17755/esosder.306932

Farzin, M., Amiri Majd, M., & Ghamari, M. (2024). Comparing the Effectiveness of Guided Imagery and Lazarus Multimodal Therapy on COVID-19 Anxiety and Life Expectancy in People Recovered From COVID-19. *Journal of Practice in Clinical Psychology, 12*(1), 53-66. https://psycnet.apa.org/record/2025-08360-006

Fraenkel, J. R., Wallen, N. E. & Hyun, N. (2012). *How to design and evaluate research in education*. McGraw-Hill Book Company.

Gladding, S. T. (2013). *Psikolojik danışma, kapsamlı bir meslek* (N. Voltan-Acar, Çev. Ed.). Nobel Yayın.

Greben, D. H. (2004). Integrative dimensions of psychotherapy training. *The Canadian Journal of Psychiatry*, *49*(4), 238–248. https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/070674370404900404

Gümüşkaşık, A. ve Denizli, S. (2021). Danışanların Psikolojik Danışma Sürecinde Algıladıkları Yaşantı ve Davranış Değişimi Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, 12*(1), 158-176. https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1522910

Hackney, H. ve Cormier, S. (2008). *Psikolojik danışma ilke ve teknikleri: psikolojik yardım süreci el kitabı* (Ergene & S.S. Aydemir, Çev. T.). Mentis Yayıncılık.

Haggerty, G. & Hilsenroth, M.J. (2011). The use of video in psychotherapy supervısion. *British Journal of Psychotherapy, 27*, 193-210. https://doi.org/10.1111/j.1752-0118.2011.01232.x

Haynes, C., Corey, G., & Moulton, P. (2003). *Clinical supervision in the helping professions: A practical guide.* Brooks/Cole-Thompson Learning.

Hoffman, S. (2022). Eclectic psychotherapy. *Journal of Educational Psychological Research, 4* (2), 410-411. https://www.opastpublishers.com/open-access-articles/eclectic-psychotherapy.pdf

Hollanders, H. (2003). The Eclectic and integrative aproach. In R.Woolfe, W, Dryden, S. Strawbridge (Ed.) *Handbook of counseling psychology* (pp.277-298). SAGE Publications Inc.

Hollanders, H. & Mc Leod, J. (1999). Theoretical orientation and reported practice: a survey of eclecticism among counsellors in Britain. *British Journal of Guidance ve Counselling, 27* (3), 405-414, DOI: 10.1080/03069889908256280.

Howe, D. (1996). Client experiences of counselling and treatment interventions: A qualitative study of family views of family therapy. *British Journal of Guidance and Counselling, 24*(3), 367-375. https://doi.org/10.1080/03069889600760341

Ivey, A. E., Normington, C. J., Miller, C. D., Morrill, W. H., & Haase, R. F. (1968). Microcounseling and attending behavior: An approach to prepracticum counselor training. *Journal of Counseling Psychology, 15*(5-2), 1–12. https://doi.org/10.1037/h0026129.

Ivey, A. E., Ivey, M. B. & Simek-Downing, L. (1987). *Counseling and psychotherapy.* Allyn and Bacon.

Ivey, A., Ivey, M. B., & Zalaquett, C. (2010). Intentional Interviewing and Counseling. Belmont, CA: Cengage Learning.

Kaur, J.K, & Wani, M.A. (2022). Eclectic counselling: its effectiveness ıın ıımproving study habits and academic achievement of school students. *Journal of Positive School Psychology, 6*(6), 8035-8039. https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/9012/5872

Kaya, A.& Erkan, S. (Ed.). (2005a). *Deneysel olarak sınanmış gruple psikolojik danışma ve rehberlik programları I.* Pegem.

Kaya, A.& Erkan, S. (Ed.). (2005b). *Deneysel olarak sınanmış gruple psikolojik danışma ve rehberlik programları II.* Pegem.

Kaya, A.& Erkan, S. (Ed.). (2017). *Deneysel olarak sınanmış gruple psikolojik danışma ve rehberlik programları III.* Pegem.

Kennedy, K.G., Welton, R.S. & Yeomans, F.E. (2023). *Supervising individual psychotherapy: the guide to good enough.* American Psychiatric Association Publishing. https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00332747.2024.2348422?utm_source=researchgate.net&utm_medium=article

Kostínková, J. & Roubal , J. (2018). Forming an Integrative Training Concept: A case study of the training in psychotherapy integration. *European Journal for Qualitative Research in Psychotherapy, 8,* 13-22.

Knox, S., Miller, C., Twidwell, R. E., & Knowlton, G. (2023). Client perspectives on psychotherapy failure. *Psychotherapy Research, 33*(3), 298–315. https://doi.org/10.1080/10503307.2022.2110020

Kurtyılmaz, Y., Ergün Başak, B., Güler, D., & Tümlü, G. Ü. (2019). Psikolojik danışman adayının danışanı olmak: Danışanların psikolojik danışma sürecindeki deneyimleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 9*(55), 1137–1177. https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/907551

Lazarus, A. A. (1989). *The practice of multimodal therapy: systematic, comprehensive, and effective psychotherapy.* Johns Hopkins University Press. https://psycnet.apa.org/record/1989-97534-000

Lazarus, A.A. (2002). *Multimodal therapy*. Paper presented at the Annual Meeting of the American Psychological Association (110th, Chicago, IL, August 22-25, 2002). ERIC ID: ED 470 411. https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED470411.pdf.

Lazarus, A.A. (2005a). *Multimodal therapy*. In J.C. Norcross ve M.R. Goldfried (Eds.) *Handbook of Psychotherapy Integration* (pp. 105-120). Oxford.

Lazarus, A.A. (2005b). The case of "Ben": a flexible, holistic application of multimodal therapy.*Pragmatic Case Studies in Psychotherapy, 1*(1), 1-15. http://pcsp.libraries.rutgers.edu.

Lazarus, A.A. (2006). *Brief but comprehensive psychotherapy, the multimodal way*. Springer Publising. https://connect.springerpub.com/content/book/978-0-8261-9684-2/back-matter/bmatter2.

Lazarus, A. A. (2007). *Multimodal Therapy: A Primer.* https://www.zurinstitute.com/resources/multimodal-therapy/.

Lazarus, A. A. & Beutler, L. E. (1993). On technical eclecticism. *Journal of Counseling and Development, 71,* 381-385. https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/j.1556-6676.1993.tb02652.x

Leibert, T. W. (2006). Making change visible: The possibilities in assessing mental health counseling outcomes. *Journal of Counseling & Development, 84,* 108-113. https://psycnet.apa.org/record/2006-01977-011

Liese, B. S., ve Monley, C. M. (2023). Feasibility of multimodal group treatment for veterans with PTSD, depression, and high-risk drinking: A pilot study. *Journal of Psychotherapy Integration, 33* (4), 402–421. https://doi.org/10.1037/int0000309

Leonidaki, V., Lemma, A., & Hobbis, I. (2016). Clients' experiences of dynamic interpersonal therapy (DIT): opportunities and challenges for brief, manualised psychodynamic therapy in the NHS. *Psychoanalytic Psychotherapy*, *30*(1), 42–61. https://doi.org/10.1080/02668734.2015.1081266

Manring, J., Beitman, B.D. & Dewan, M.J. (2003). Evaluating competence in psychotherapy. *Academic Psychiatry*, *27*(3), 136–144. https://link.springer.com/article/10.1176/appi.ap.27.3.136

Meier, S. T. & Davis, S. R. (2007). *Psikolojik danışma, temel ögeler* (S. Doğan, Çev. Ed.). Pegem.

Meydan, B. (2015). Bireyle psikolojik danışma uygulamasında mikro beceri süpervizyon modeli'nin etkililiğinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 5*(43) 55-68. https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/200310

Meydan, B. & Koçyiğit Özyiğit, M. (2016). Süpervizyon ilişkisi: psikolojik danışma süpervizyonunda kritik bir öğe. *Ege Eğitim Dergisi, 17(*1), 225-257. https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/225067

McLeod, J. & McLeod, J. (2015). *Danışmanlık becerileri* (M. Şahin ve N. Sağlam, Çev Ed.). Nobel.

McPherson, S., Wicks, C. & Tercelli, I. (2020). Patient experiences of psychological therapy for depression: a qualitative metasynthesis. *BMC Psychiatry*, *20*(313), 1-18. https://doi.org/10.1186/s12888-020-02682-1

Mohammadi, M. & Akbari, B. (2015). Effectiveness of Lazarus multimodal therapy on self effiicacy in women with obsessive-compulsive disorder. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences*, *5*(S2), 1879-1884. https://www.cibtech.org/sp.ed/jls/2015/02/239-JLS-S2-239-MOHAMMADI-EFFECTIVENESS.pdf

Nelson, P. (2007) An easy introduction to the Egan's skilled helper solution focused counselling approach. https://highgatecounselling.org.uk/members/certificate/CT1W3%20Paper%202.pdf

Nelson-Jones, R. (2014). *Uygulamalı danışmanlık ve yardım becerleri* (G. Sart, Çev.). Nobel Yayın.

Norcross, J. C., & Goldfried, M. R. (Eds.). (2005). *Handbook of psychotherapy integration* (2nd ed.). Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/med:psych/9780195165791.001.0001.

Özakkaş, T. (2018). Psikoterapi tarihi ve bütüncül psikoterapi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi, 1(*1), 1-24. https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/396284

Öztan, N. (1989). Eklektik bir psikoterapi modeli. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, 22*(2), 801-820. https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/787809

Pearson, M., & O'Brien, P. (2012). Changing views of theory and practice in counselling: multiple intelligences, eclecticism and the therapeutic alliance. *Psychotherapy ve Counselling Journal of Australia, 1*(1), online at: http://pacja.org.au/?p=465.

Reis, H. T. & Judd, C. (2000). Handbook of research methods in social and personality psychology. Cambridge university press. https://www.google.com.tr/books/edition/Handbook_of_Research_Methods_in_Social_a/j7aawGLbtEoC?hl=tr&gbpv=1&dq=the+two+coders+initially+(agreements/+agreements+%2B+disagreements)+and+then+multiplied+by+100&pg=PA150&printsec=frontcover

Romaioli, D. & Faccio, E. (2012). When therapists do not know what to do: informal types of eclecticism in psychotherapy. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, *15*(1), 10-21. https://www.researchinpsychotherapy.org/rpsy/article/view/92/76

Sackett C., Lawson G., Burge P. L. (2012). Meaningful experiences in the counseling process. *Professional Counselor*, *2*(3), 208–225. https://doi.org/10.15241/css.2.3.208

Safarifard, R., Keshavarz-Afshar, H., Nameni, E., & Kkheirabadi, R. (2019). The Effectiveness of Lazarus Multimodal Training on Responsibility, Emotion Styles and Psychological Integrity in Self- harm Students. *International Journal of Behavioral Sciences*, *13*(2), 73-79. https://www.behavsci.ir/article_93970.html

Seligman, L. & Reichenberg, L. W. (2019). *Psikolojik danışma psikoterapi kuramları* (E. Yerlikaya, Çev.Ed.). Pegem Yayın.

Shahlapour, S., Sedaghat, M., & Pashang, S. (2022). The effectiveness of lazarus multimodal approach on psychological distress, working memory, and anxiety in patients with multiple sclerosis. *Hormozgan Medical Journal, 26*(3), 119-124. https://hmj.hums.ac.ir/Article/112046

Shelton, D. & Zazzarino, A. (2020). Infusing counseling theories with the integrated developmental model: strengthening supervision practices. *Journal of Human Services: Training, Research, and Practice*, *6*(1),1-26. https://scholarworks.sfasu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1079&context=jhstrp

Tasca, G.A., Sylvestre J., Balfour, L., Chyurlia, L., Evans, J., Fortin-Langelier, B., Francis, K., Gandhi, J., Huehn, L., Hunsley, J., Joyce, A. S., Kinley, J., Koszycki, D., Leszcz, M., Lybanon-Daigle, V., Mercer, D., Ogrodniczuk, J.S., Presniak, M., Ravitz, P., Ritchie, K., Talbot, J. & Wilson, B. (2015). What clinicians want: findings from a psychotherapy practice research network survey. *Psychotherapy (Chic). 5* (1), 1–11.

Tuzgöl Dost, M. (2020). Psikolojik danışma ve terapide bütünleşmeye doğru. *OPUS– Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 15*(10. Yıl Özel Sayısı), 5252-5276. https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1183656

Uçaner Çifdalöz, B. & Salur,Ö. (2019). Eklektik müzik terapi: teori ve işleyiş örnekleri. İçinde *Ruhsal Bozuklukların Tedavi ve Rehabilitasyonunda Yaratıcı Sanat Psikoterapileri* (s. 66-71) (Ed.Eren N). Türkiye Klinikleri.

Vasile, C. (2021). Eclectic psychotherapy and case formulation. *Journal of Educational Sciences ve Psychology, 11*(2), 162-168. https://www.researchgate.net/publication/356956625_Eclectic_psychotherapy_and_case_formulation

Watkins, C. E., Jr., & Scaturo, D. J. (2013). Toward an integrative, learning-based model of psychotherapy supervision: Supervisory alliance, educational interventions, and supervisee learning/relearning. *Journal of Psychotherapy Integration, 23*(1), 75–95. https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fa0031330

Wheeler, S. & Richards, K. (2007). The impact of clinical supervision on counsellors and therapists, their practice and their clients. A systematic review of the

literature. *Counselling ve Psychotherapy Research, 7*(1), 54–65. https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1080/14733140601185274

Yaka, B. (2013). Mikro beceri eğitimi programı'nın psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma becerilerine etkisi. *Ege Eğitim Dergisi, 14*(2), 1–24.

Yalçın, H. (2022). Bir araştırma deseni olarak fenomenoloji. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 22* (Özel Sayı 2), 213-232 . https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/2864502

Yıldırım, A. & Şimsek, H. (*2006*). *Sosyal bilimlerde nitel arastirma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.

Yıldırım-Kurtuluş, H. & Yüksel Şahin, F. (2023). *Psikolojik danışman eğitiminde süpervizyon el kitabı: bütüncül ya da eklektik yaklaşımla süpervizyon vermenin yararları ve önemi.* Nobel Yayın.

Yılmaz, O. & Voltan Acar, N. (2015). Psikolojik danışman eğitiminde süpervizyonun önemi ve grupla psikolojik danışmadaki rolü. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 15*(1), 342-356. https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/17079

Yogev, S. (1982). An eclectic model of supervision: a developmental sequence for beginning psychotherapy students. *Professional Psychology, 73(2),* 236-243. n/232501394_An_eclectic_model_of_supervision_A_developmental_sequence_of_beginning_psychotherapy_students

Young,M. E. (2019). Yardım Sanatını öğrenme: temel yardım becerileri ve teknikleri (F. Bacanlı ve G. Yüksel, Çev.). Pegem Yayıncılık.

Yüksel Şahin, F. (2024). Process notes technique in supervision: an investigation of counselors' perspectives on supervision forms with eclectic counseling approach used in the supervision process. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 53*(3), 1297-1332. https://doi.org/10.14812/cuefd.1469247

Yüksel Şahin, F. (2025). *Psikolojik Danışmanlar için el kitabı.* Nobel yayın. (Orijinal eserin yayın tarihi 2018).

Zarbo, C., Tasca, G. A., Cattafi, F., & Compare, A. (2016). Integrative psychotherapy works. *Frontiers in Psychology, 6,* 1 - 3. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.02021.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

In numerous professional domains, performance and success can be appraised through concrete and observable outcomes. For instance, profitable transactions for those engaged in trade and victories for sports clubs are among the important indicators of success. In contrast, the products of psychological counseling are often not physical, quickly, or directly observable (Leibert, 2006, p. 108). Despite the substantial body of literature supporting the efficacy of psychological counseling, research on the process itself and, more specifically, on subjective experiences during sessions remains limited (Sackett, Lawson & Burge, 2012). Consequently, research in counseling and therapy has undergone a transition from quantitative to qualitative methods. Qualitative research designs are of particular importance for understanding all aspects of the counseling process (Howe, 1996). A review of the extant literature on psychological counseling process and outcome studies in Türkiye reveals a paucity of experiential studies in this field (Gümüşkaşık & Denizli, 2021). In this context, the present study's examination of

Eclectic Psychological Counseling and Eclectic Supervision in tandem can be regarded as a functional approach that enhances the adaptability of implementation in the training of counselors and fosters the cultivation of evidence-based professional competencies. In this study, the conceptual framework of the Eclectic Psychological Counseling/Therapy approach is first presented. Then, the Eclectic Supervision Model is examined in its theoretical and practical dimensions and integrated into the purpose of the research.

1.1. Eclectic Counseling/Therapy

There is a consensus among therapists and researchers that a single therapeutic theory and technique may not be sufficient to address the diverse problems and characteristics of clients (Zarbo et al., 2016). From this perspective, the Eclectic Counseling Approach has attracted increasing interest as it brings flexibility to the therapy process and allows for the use of different therapeutic techniques (Hoffman, 2022; Hollanders, 2003; Lazarus, 1989, 2002, 2005, 2007). The perspective that most effectively elucidates eclecticism is the *"what works for which problem"* framework. (Benito, 2018; Özakkaş, 2018). Technical eclecticism, is the utilization of techniques from diverse therapeutic modalities, irrespective of the underlying theoretical framework, when deemed necessary to address the specific needs of the individual client (Greben, 2004; Hollanders, 2003). The fundamental principle underpinning this approach is the idea that *"we use techniques, not theories, to help clients"* (Lazarus, 1989, 2002, 2005). An exemplar of systematic eclecticism, or technical eclecticism, is Lazarus's Multimodal Therapy Model (Hollanders, 2003).

1.2. Supervision and the Eclectic Supervision Model

The training of sychological counselors encompasses both theoretical and practical components. In the practical dimension, supervision is of paramount importance. Supervision can be defined as the process whereby an experienced supervisor provides guidance and support to less experienced individuals, preparing and training them for the profession under their supervision. This relationship is evaluative in nature and hierarchical. It aims to cultivate professional skills and competence (Ascher & Butler, 2010; Yogev, 1982). The extant literature on the subject refers to "first-generation and second-generation supervision models." *First-generation supervision models* are delineated in three primary categories: the social role supervision model, the psychotherapy-based supervision model, and the developmental supervision model (Watkins & Scaturo 2013). In light of the recognized limitations of these models, "*second-generation supervision models*" have been developed. In the context of second-generation supervision models, a particular focus has been placed on "integrated" models, which represent a combination of these main categories (Bernard, 2014). Integrative and eclectic supervision models incorporate multiple theories, methods (Corey et al., 2010; Nelson-Jones, 2014; Wheeler & Richards, 2007), and techniques (Corey et al., 2010; Kennedy et al., 2023; Nelson-Jones, 2014). Given the extensive array of models, theories, methods, and techniques related to supervision, a wide range of integrations and eclectic uses are possible.

1.3. Current Research

The present study has two objectives. The first objective is to examine the evaluations of expert counselors pursuing doctoral education regarding the supervision they receive according to the Eclectic Supervision Model. The second objective of the study is to examine the views about the counseling process of clients who receive psychological counseling assistance from these counselors according to the Eclectic Psychological Counseling Approach. An examination of the experiences of both counselors and clients in this study can contribute to the existing literature on the subject.

Method

2.1. Research Model

The present study is of a qualitative nature. Qualitative research involves examining the nature of materials, activities, relationships, and situations (Büyüköztürk et al., 2009, p. 288). In this study, the phenomenology design was utilized as a qualitative research design. The phenomenology design examines individuals' perceptions, experiences, orientations, and situations (Yıldırım & Şimşek, 2006).

2.2. Study Group

Qualitative research, the sample is determined for specific purposes. A sample appropriate to the scope of the study is selected to obtain in-depth information (Büyüköztürk et al., 2009, p. 261). From this perspective, *critical incident sampling* was used in the study. In this sampling, individuals with specific characteristics are examined to see how they perceive the situation under investigation (Creswell, 2017a). The study group for this study consisted of 10 doctoral students (expert counselors) under the supervision of the researcher (supervisor) in the "advanced individual counseling practicum course" at a public university in Istanbul and 10 clients of these counselors who had started and completed the psychological counseling process. The study involved a total of 20 participants.

2.3. Data Collection Instruments

Qualitative documents were used as data collection instruments. The following forms were used to collect data: Eclectic Psychological Counseling Approach Supervision Forms (Process Notes Technique), Counselor Eclectic Supervision Process Evaluation Form, Counselor Evaluation by the Client Form, and Client Information Form.

2.4. Data Analysis

A qualitative analysis of the responses provided by expert counselors to the Counselor's Supervision Process Evaluation Form and by clients to the Client's Evaluation of the Counselor Form was conducted using a deductive approach to descriptive analysis, also known as thematic analysis.

3. Results and Discussion

The initial phase of the study involved examining the evaluations of the supervision received by PhD-level expert counselors according to the Eclectic Supervision Model. The results of the study indicated that the supervision provided according to the Eclectic Supervision Model was useful. In light of the research findings, the expert counselors indicated that the supervision course, peer supervision, viewing video recordings, and the Supervision Forms developed by the researcher were found to be beneficial. Consequently, the expert counselors reported that they had refined their counseling skills, had acquired the ability to employ techniques in a judicious manner and at the opportune moment, had cultivated a comprehensive understanding of their clients' multifaceted needs, had mastered the transitions between various phases of counseling, and had facilitated their clients' problem-solving and skill development through psychoeducation. Conversely, expert counselors reported that the Supervision Forms utilized in the supervision process exhibited limitations. Three of the expert counselors indicated that the Supervision Forms were subjective and self-reported. One counselor further noted that completing the forms was time-consuming. The extant literature suggests that the concurrent implementation of multiple supervision techniques during supervision is advantageous for counselor candidates/counselors. In this regard, it has been posited that the combined use of the Checklist Technique, Process Notes Technique, Audio Recording Technique, and Video Recording Technique enriches the supervision provided (Borders &

Brown, 2005; Creaser, 2015; Crocker & Sudak, 2017; Haggerty & Hilsenroth, 2011; Kennedy et al., 2023; Manring et al., 2003). The expert counselors who participated in the present study reported that the Supervision Forms exhibited limitations due to their self-report nature. A notable disadvantage of these forms is that counselor candidates/counselors may complete them in a manner that aligns with their personal interests, with the objective of making a favorable impression on their supervisors and obtaining positive evaluations. However, it is important to note that the actual implementation of these sessions may not have adhered to this structure. This phenomenon may hinder the comprehensive reflection of the true dynamics of the session. Consequently, the utilization of Supervision Forms as the sole component of the supervision process should not be regarded as adequate. Consequently, it is imperative to examine the information contained within the Supervision Forms in conjunction with the video recordings of the pertinent session, and to evaluate the consistency between the two data sources.

In the second stage of the research, it was observed that clients receiving psychological counseling assistance according to the Eclectic Psychological Counseling Approach benefited from the counseling process. As a result of the research, clients indicated that *the counselor's approach (sub-theme)* was respectful, attentive and a good listener, awareness-raising, patient, understanding, polite/kind, concerned, calm, reassuring, sincere, encouraging/inspiring, excellent, and objective. Conversely, *the clients' thoughts and feelings in the later stages of the counseling process (sub-themes)* led them to believe that psychological counseling would be beneficial, to relax, to feel happiness with the development of trust, and to find courage, depending on the counselor's behavior. The establishment of a therapeutic relationship with the client during the counseling process is of paramount importance (Sackett, Lawson & Burge, 2012). In the words of Lazarus (2007), the therapeutic relationship constitutes the soil on which therapeutic techniques can take root. Studies that support the research findings are available (Kurtyılmaz et al., 2019; Knox et al., 2023; McPherson, Wicks & Tercelli, 2020).

The results of the research revealed that *clients' thoughts when starting psychological counseling (sub-theme)* included confusion, self-blaming thoughts, prejudices about the counseling process, the belief that everything would go wrong, the belief that there were many problems, unconsciousness about finding solutions, low expectations, and the belief that it would be useful. *The emotions of clients when starting psychological counseling (sub-theme)* were as follows: unhappy, reserved, anxious/fearful/worried, helpless, sad, stressed, shy, and angry. These findings are corroborated by a number of studies in the relevant literature (Erçevik and Türk Kurtça, 2023; Knox et al., 2023; Kurtyılmaz et al., 2019; McPherson, Wicks, and Tercelli, 2020; Sackett, Lawson & Burge, 2012).

As a result of the research, the clients emphasized that it is important to accept problems, think about solutions while describing problems, and recognize that problems can be solved in *resolving problems (sub-theme)*. Furthermore, clients indicated in the *psychoeducation application alongside the solution options file (sub-theme)* that the counselor counselor clearly explained everything to them, provided examples, facilitated comprehension through practical exercises, introduced diverse perspectives, enhanced motivation, assigned homework, followed up, and monitored progress. In the context of the counseling process, it is very important to discuss the problems as well as work on the solution and to acquire a range of skills through psychoeducation. In sessions where skills are taught, the counselor employs a combination of the Information and Explanation Technique and the Modeling Technique. Subsequently, the client engages in behavior rehearsal (Behavior Rehearsal Technique), role-playing (Role-Playing Technique), and acquires feedback from the counselor (Feedback Technique) to reinforce the acquisition of the targeted behavior. To ensure the practical application of acquired skills in daily life following the session, homework is assigned (Homework/Assignment Technique) and follow-ups are conducted (Yüksel-Şahin, 2018/2025). Research has demonstrated that clients rightfully ascribe significant importance to the resolution of their

concerns during the course of counseling (Sackett, Lawson & Burge, 2012; Knox et al., 2023; Leonidakia, Lemmac & Hobbis, 2005; McPherson, Wicks & Tercelli, 2020).

The results of the research indicate that clients who participated in sessions conducted by expert counselors reported a number of *changes in themselves at the end of the counseling sessions (sub-theme):* increased awareness and self-compassion, beginning to love themselves, learning to protect themselves, increased self-confidence, empowerment, improved communication, reduced stress and anxiety, managing their anger, ending their academic anxieties, learning healthy romantic relationships, feeling liberated, feeling relieved, finding meaning in their lives, starting to think rationally, seeing themselves as equal to other people, starting to make the most of opportunities that came their way, not feeling nauseous, not experiencing somatic pain, and making significant progress in solving their problems. The extant literature supports the research findings (Erçevik & Türk Kurtça, 2023; Knox et al., 2023; Kurty Yılmaz & others, 2019; McPherson, Wicks & Tercelli, 2020; Sackett, Lawson & Burge, 2012).

As a result of the research, *clients' views regarding the end of the counseling process (sub-theme)* indicated that while they felt happiness, success, pride, gratitude, and pleasure, they also expressed sadness about the end of the sessions. The extant literature supports this research finding (Kurtyılmaz et al., 2019; McPherson, Wicks, & Tercelli, 2020; Lawson & Burge, 2012).

Conclusion

The findings of the study suggest that expert counselors pursuing education at the doctoral level found the Eclectic Supervision Model to be advantageous. Furthermore, it was observed that clients receiving psychological counseling assistance according to the Eclectic Psychological Counseling Approach experienced positive outcomes from the counseling process. It is acknowledged that when the counseling process is executed in accordance with the Eclectic Supervision Model, it assumes an immensely effective and pivotal role in the training of counselors. However, it is imperative to acknowledge the significance of the supervisor's attitudes and behaviors in the effectiveness of the supervision process (Aladağ, 2014; Bernard & Goodyear, 2004; Meydan & Koçyiğit Özyiğit, 2016; Yıldırım Kurtuluş & Yüksel Şahin, 2022). Moreover, it appears that the Eclectic Psychological Counseling Approach is effective in benefiting clients and fostering well-being. However, the techniques employed in accordance with the Eclectic Counseling Approach should not be utilized in a manner that is "careless," "unsystematic," "half-hearted," or "random" (Corey, 2008; Ivey, Ivey & Simek-Downing, 1987). Counselors at the initial and most fundamental level of *syncretism*, as referred to in the extant literature, are characterized by a haphazard and arbitrary combination of unrelated concepts. The practitioners' attempts to blend techniques are often characterized by a lack of comprehensive understanding of therapeutic theories and a paucity of systematic approach (Benito, 2018, p. 1; Gladding, 2013, pp. 197-198; Norcross & Goldfried, 2005, p. 15). The utilization of techniques in this manner is deemed inappropriate. It is imperative that counselors possess the ability to select and utilize techniques from a range of therapies in a manner that is comprehensive, flexible, and eclectic, tailored to the needs of their clients. Consequently, counselors will be able to provide assistance and contribute to their clients' well-being while remaining within the “therapeutic breadth.”