PDR

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

TOPLUMSAL GEREKSİNİMLER IŞIĞINDA
PSİKOLOJİK DANIŞMA ve REHBERLİK HİZMETLERİ



IV. PSİKOLOJİK DANIŞMA ve REHBERLİK UYGULAMALARI KONGRESİ

14-16 Aralık 2012 | Crown Plaza Otel / ANKARA

http://uygulama4.pdrkongreleri.org

Öncebeci Mah. Umut Sok. No: 50/4 Kolej / Ankara • Telefon ve Faks: 0 312 430 36 74 • E-posta: kongre@pdrkongreleri.org

Kongre Başkanı

Prof. Dr. Tuncay ERGENE Türk PDR-DER Genel Başkanı

Kongre Düzenleme Kurulu Üyeleri

Psk. Dan. Hüseyin ŞEN Türk PDR-DER Genel Başkan Yardımcısı
Psk. Dan. Ali ERDOĞAN Türk PDR-DER Genel Sekreteri
Arş Gör. Gökhan ATİK Türk PDR-DER Genel Örgütlenme Sekreteri
Yrd. Doç. Dr. İlhan YALÇIN Türk PDR-DER Genel Basın Yayın Sekreteri
Uzm. Psk. Dan. Nafi AYKÖSE Türk PDR-DER Genel Mali Sekreteri
Arş. Gör. Selen DEMİRTAŞ ZORBAZ Türk PDR-DER Genel Eğitim Sekreteri
Fatma EFE Türk PDR-DER Dernek Sekreteri

Onur Kurulu Üyeleri

Prof. Dr. Füsun AKKÖK Ankara Üniversitesi Emekli öğretim üyesi
Prof. Dr. Üstün DÖKMEN Ankara Üniversitesi Emekli öğretim üyesi
Prof. Dr. Serdar ERKAN Gazi Üniversitesi Emekli öğretim üyesi
Prof. Dr. Yadigâr KILIÇÇI Hacettepe Üniversitesi Emekli öğretim üyesi
Prof. Dr. Yıldız KUZGUN Ankara Üniversitesi Emekli öğretim üyesi
Prof. Dr. İbrahim Ethem ÖZGÜVEN Hacettepe Üniversitesi Emekli öğretim üyesi

25	**Adleryen Yaklaşıma Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yetersizlik Duygusu ve Psikolojik Belirti Düzeylerine Etkisi** Dr. Ramazan Akdoğan&Prof. Dr. Esra Ceyhan	35
26	**Bir Birey Merkezli Grupla Psikolojik Danışma Sürecinin Üniversite Öğrencilerinin Fonksiyonel Olmayan Tutumları İle Sosyal Becerileri Üzerine Etkisi** Arş. Gör. Gamze Ülker Tümlü&Prof. Dr. Nilüfer Voltan Acar	36
27	**Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programının Boşanmış Aile Çocuklarının Uyum Düzeylerine Etkisi** Psikolik Danışman Rabia Şentürk Aydın&Doç. Dr. Serap Nazlı	37
28	**Çatışma Çözme Eğtim Programının İlköğretim 6. ve 7. Sınıf Düzeyindeki Öğrencilerin Çatışma Çözme Davranışları Üzerindeki Etkisi** Uzm. Psikolojik Danışman Suat KILIÇARSLAN&Doç. Dr. Meral ATICI	38
29	**Grupla Psikolojik Danışma Programının Tutuklu Ve Hükümlü Gençlerin Sosyal Becerilerine Ve Özsaygı Düzeylerine Etkisi** Arş. Gör. Şirin Yatkın&Doç. Dr. Serap Nazlı	39
30	**Animasyon Filmlerdeki Şiddet İçeren Davranışların İncelenmesi** Mustafa Türkmen	40
31	**Metafor Aracılığıyla Grup Sürecinde Güven Kavramı** Yrd. Doç. Dr. Berna Güloğlu&Doç. Dr. Özlem Karaırmak	41
32	**Özel Eğitim Dersinin Özel Eğitim Öğrencilerinin Yetersizlikten Etkilenmiş Kişilere Yönelik Tutumlarına Etkisi** Öğretim Görevlisi Meryem Vural Batık	42
33	**Engelli Çocuk Sahibi Annelerin İyimserlik Düzeyini Artırmaya Yönelik Bir Grup Rehberliği Çalışması** Arş. Gör. Esat Şanlı&Doç. Dr. Seher Balcı Çelik	43
34	Poster Bildiriler	44
35	**Engelsiz Şile Mesleki Eğitim ve Rehabilitasyon Projesi** Psikolojik Danışman Elif Şahin	45
36	**Super'in 'Yaşam Boyu Yaşam Alanı' Yaklaşımına Dayalı Örnek Bir Mesleki Grup Rehberliği Çalışması** Arş. Gör. Rumeysa Hoşoğlu	46
37	**Üniversiteye Uyum Sürecinde İleri Ergenlerin Sosyal Becerilerinin Geliştirilmesinde Eklektik Yönelimli Bir Psikolojik Danışma Programı Örneği** Yrd. Doç. Dr. Birol Alver&Arş. Gör. Özkan Çıkrıkci	47

Adleryen Yaklaşıma Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yetersizlik Duygusu Ve Psikolojik Belirti Düzeylerine Etkisi*

Dr. Ramazan Akdoğan
Anadolu Üniversitesi PDR Merkezi
rakdoan@yahoo.com
Prof. Dr. Esra Ceyhan
Anadolu Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı
eceyhan@anadolu.edu.tr

Giriş ve Amaç:
Adleryen kuramın anahtar kavramı olan yetersizlik duygusu (inferiority feeling) bireyin yaşam karşısındaki motivasyonunun ana kaynağı olarak değerlendirilmektedir (Mosak, 1989, Sweeney, 1989). Bununla birlikte yetersizlik duygusu bazen tam tersi biçimde bireyi mutsuzluğa yönelten önemli bir faktör olabilmektedir (Adler, 2009b). Yetersizlik duygusunun bireyin zorlayıcı durumlarla karşı karşıya gelmesi ve çeşitli psikolojik belirtiler aracılığıyla kendini göstermesi (Adler, 2004; Mosak, 1989) bu duygunun gelişimsel olarak kritik bir evre olan üniversite döneminde (Ceyhan, 2009; Dyson ve Renk, 2006; Güneri, 2006; Luyckx ve ark., 2008; Onur, 1995) daha yoğun olarak yaşanabileceğini düşündürmektedir. Nitekim araştırmalar üniversite yaşamına geçişle beraber öğrencilerin birçok psikolojik sorun/belirti yaşadıklarını (Ceyhan ve Ceyhan, 2008; Dyson ve Renk, 2006; Halamandaris ve Power, 1997; Pittman ve Richmond, 2008) ve bu sorunların önemli bir kısmının temelinde ise yetersizlik duygusunun olduğunu göstermektedir (Goodwin ve Marusic, 2003; Moritz, Werner ve Collani, 2006; Yao ve ark., 1998). Bu durum önleyici ruh sağlığı hizmetleri kapsamında yetersizlik duygusunun önemli bir yeri olması gereğini ortaya koymaktadır. Öte yandan insanın sosyal yanına özel bir vurgu yapması bakımından, grupla psikolojik danışma Adleryen yaklaşımda önemli bir koruyucu ve sağaltıcı psikolojik müdahale olarak ortaya çıkmaktadır (Dreikurs, 1995, 1957). Bu çalışmada, Adleryen Yaklaşım temelinde yetersizlik duygusuyla başa çıkmaya dönük bir grupla psikolojik danışma programı (YDP) geliştirmek ve programın yetersizlik duygusu ve psikolojik belirti düzeyleri üzerindeki etkisini iki hipotez aracılığıyla sınamak amaçlanmıştır.

Yöntem:
Bu çalışmada deney, plasebo ve kontrol gruplu öntest-sontest-izleme ölçümlü 3x3'lük tam deneysel yöntem kullanılmıştır. Çalışmaya 36 gönüllü üniversite öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Yetersizlik Duygusu Ölçeği (Akdoğan, 2012) ve Kısa Semptom Envanteri (Şahin ve Durak, 1994 kullanılmıştır. Hipotezlerin test edilmesi sürecinde, grup içi karşılaştırmalarda İlişkili Ölçümler İçin Freidman Mertebeler Testi, gruplar arası karşılaştırmalarda ise Kruskall Wallis H Testi kullanılmıştır.

Bulgular:
Elde edilen bulgular programın üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu ve psikolojik belirti düzeyini düşürmede plasebo ve kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde daha etkili olduğunu göstermiştir.

Sonuç ve Öneriler:
Elde edilen bulgular YDP'nin mevcut haliyle üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu ve psikolojik belirti düzeylerini düşürmek amacıyla kullanılabileceğini göstermektedir. Ayrıca programa ek uygulamalar konulabileceği gibi oturumların içerikleri genişletilerek her biri ayrı birer grup programına dönüştürülebilir. Programın ana çerçevesine bağlı kalınarak başka danışan grupları için uyarlanabilir. Özellikle liseye veya üniversiteye hazırlanan öğrencilere veya boşanma, bir yakının kaybı, önemli bir hastalığa yakalanma gibi travmatik süreçlerden geçmekte olan bireylere uyarlanıp uygulanabilir.

Anahtar Kelimeler:
Yetersizlik Duygusu, Adleryen Psikolojik Danışma Kuramı, Grupla Psikolojik Danışma, Psikolojik Belirtiler, Üniversite Öğrencileri

*Bu çalışma yazarın Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünde Doç. Dr. Esra Ceyhan danışmanlığında tamamlanan (2012) "Adleryen yaklaşıma dayalı grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu ve psikolojik belirti düzeylerine etkisi" başlıklı doktora tezinin bir bölümünün özeti niteliğindedir.