

MEB AGS ÖABT

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ÇÖZÜM

1

1. Bu testte 50 soru vardır.

1. Ekolojik Sistem Kuramına göre insan gelişimi bir bağlam içerisinde iç içe geçmiş birçok yapıdan oluşmaktadır. En yakından en uzağa doğru düzenlenmiş beş katmandan oluşan ve bireyin gelişimini sürekli olarak etkileyen bu yapılar hem doğrudan anlık ve yüz yüze etkileşimleri hem de genel kültürel inanç sistemlerini içine alacak şekilde genişlemektedir. Buna göre Bronfenbrenner'in ekolojik sistem kuramı, bireyin gelişimini anlamak için farklı çevresel seviyelerdeki etkileşimlerin ve bunların birbirleriyle olan ilişkilerinin önemini vurgular.

Cevap: C

2. Sosyal psikolojide, iknaya karşı koymanın bazı nedenleri şunlardır;

Özgürlük ve Özerklik İhtiyacı: Bireyler, kararlarını kendileri vermek isterler ve başkalarının onları etkilemeye çalıştığını hissettiklerinde, özgürlüklerinin kısıtlandığı düşüncesiyle ikna girişimlerine karşı koyabilirler.

Ön Yargılar ve İnançlar: Bireylerin zaten sahip oldukları güçlü inançlar veya ön yargılar, ikna edici mesajların etkisini azaltabilir. Kendi görüşlerine zıt olan bilgileri kabul etmekte zorlanabilirler.

İletişim Kaynağının Güvenirliliği: İkna edici mesajı ileten kişinin güvenilirliği ve uzmanlığı, ikna üzerinde büyük bir etkiye sahiptir. Kaynağın güvenilir bulunmaması, iknaya direnç göstermeye neden olabilir.

Tepkisellik (Psikolojik Reaktans): Bireyler, davranışları üzerinde baskı hissedersen, bu baskıya tepki olarak tam tersi davranış sergileyebilirler. Bu durum, psikolojik reaktans olarak adlandırılır ve iknaya karşı koymada önemli bir rol oynar.

Grup Normları ve Sosyal Baskı: Bireylerin dahil oldukları grupların normları ve değerleri, ikna sürecini etkileyebilir. Grup normlarına uymak adına, bireyler ikna çabalarına direnç gösterebilirler.

Aşılama teorisi: Bireylere kendi inançlarına yönelik zayıf karşıt argümanlar sunarak, bu argümanları çürütme ve daha güçlü ikna çabalarına karşı direnç geliştirme stratejisidir. Örneğin, bir bireye, sigara içmenin zararlı olduğuna dair zayıf karşıt

argümanlar sunulduğunda, bu birey kendi argümanlarını güçlendirerek sigara içmeye karşı daha dirençli hale gelebilir.

Özlem davranışları üzerinde baskı hissettikçe, istenen davranışın tam tersini sergilemeye başlamıştır. Bu durum psikolojik reaktans ile daha çok açıklanabilir.

Cevap: D

3. Kurama göre, kişilik özellikleri beş temel boyut (Açıklık, Sorumluluk, Dışadönüklük, Uyumluluk, Nevrotiklik) altında tanımlanabilir ve bu beş boyut, insan kişiliğinin büyük bir kısmını kapsar. Büyük Beşli Kişilik Kuramı, kişilik özelliklerinin hem genetik hem de çevresel etkenlerden etkilendiğini ileri sürer. Kişilik özellikleri, yaşlandıkça bir miktar değişim gösterse de genel olarak bireyin yaşamı boyunca devam eder. Bu kuram bireylerin çeşitli yaşam olayları ve davranışlarını öngörmeye güçlü bir araçtır. A, C, D ve E seçenekleri doğrudur.

Ancak Açıklık, Sorumluluk, Dışadönüklük, Uyumluluk, Nevrotiklik olarak tanımlanan beş faktör, kültürel ve dilsel farklılıklara rağmen evrensel olarak geçerlidir. Birçok çalışmada, bu kişilik özelliklerinin farklı kültürlerde benzer biçimlerde ortaya çıktığı gözlemlenmiştir.

Cevap: B

4. Tekrar bilgilerin tekrarlı olarak gözden geçirilmesi ve çalışılması süreci olarak hem kısa süreli bellekte bilginin işlenmesi sürecinde hem de bilginin kısa süreli, bellekten uzun süreli belleğe aktarılmasında etkilidir. Depolama, bilgilerin uzun süreli bellekte saklanması ve düzenlenmesi anlamına gelmektedir. Geri getirme bilgilerin uzun süreli bellekten hatırlanarak geri getirilmesini anlatır. Kümeleme ise kısa süreli bellekte bilgi birimi kapasitesinin artırılması için bilgileri gruplandırmayı ifade etmektedir.

Kodlama bilgilerin anlamlı bir şekilde işlenmesi ve mevcut bilgiyle ilişkilendirilmesi sürecini vurgular. Etkinlik, ekleme, örgütlenme ve bellek destekleyici ipuçları yoluyla kodlama süreci geliştirilerek çevreden gelen bilginin geçici olarak depolanmasının önüne geçilmiş olur. Kodlama, bilgilerin anlamlı bir şekilde işlenmesi ve mevcut bilgiyle ilişkilendirilmesi ile gerçekleştiğinde bu süreç, bilgilerin uzun süreli bellekte etkili bir şekilde depolanmasını ve daha sonra geri getirilmesini sağlar. Bundan dolayı en önemli süreç kodlamadır.

Cevap: B

5. Frontal lob motor beceriler ve karar verme yetisi ile ilişkilidir; parietal lob dokunma ve basınç duyusuyla ilgilidir; temporal lob işitme ve dil anlama yetisiyle ilgilidir; oksipital lob ise görme yetisi ile ilişkilidir. Cerebellum (beyincik) ise omurilikten ve diğer beyin bölgelerinden gelen duyu sistemi bilgilerini alarak denge ve hareket olaylarını kontrol eder. Soru da kaza sonrası işitme ve dili anlama yetisinde problem olduğu vurgulanmıştır. Bu durumlar temporal lobun kontrolündedir.

Cevap: B

6. İnsanlar öz saygılarını tehdit eden bir kişilerarası ilişki deneyimi karşısında güvenlik işlemleri yoluyla kendilerini savunmaya çalışırlar. Sullivan'a göre bu kaygı ve stresle başa çıkmak için bireylerin kullandığı bazı savunmalar vardır. İnsanlar rahatsızlık veren durumları bilinçli olarak görmezden gelerek seçici dikkatsizlik mekanizmasını sergilerken, stresli durumlarla karşılaştıklarında düşüncelerini ve duygularını ayrıştırarak kendilerini koruyarak ve olaylara dışarıdan bir gözle bakarak çözülme me-

kanizmasını sergilerler. Çözülme kişinin bilincine girmesine izin vermediği dürtü, arzu ve ihtiyaçları içermektedir. Kötü ben kişileştirmesi, düşünmek istemediğimiz, geçmişte ödüllendirilmemiş deneyimlerimizi içerirken, ben değil kişileştirmesi, tehdit edici bulduğumuz, kendilik sistemimizden çözüştürdüğümüz, bilinçaltında sakladığımız yönlerimizi içerir.

Kadir'in iş yerinde yaşadığı stresli olayları ve zorlu durumları görmezden gelip, dikkatini yalnızca işin olumlu yönlerine odaklaması seçici dikkatsizlik örneğidir.

Cevap: D

7. Bireyin fiziksel ya da psikolojik durumu için tehdit olarak algıladığı her türlü uyaran strese neden olabilmektedir. Bununla birlikte bir olayın stres yaratıcı olarak algılanmasını ve yaşanan stresin düzeyini belirleyen bazı ölçütler vardır. Lazarus ve Folkman'a göre denetlenebilirlik, yenilik, belirsizlik, tahmin edilebilirlik, kişinin sınırlarını zorlayıp zorlamaması, yakınlık süresi ve durumun sonuçlarının bilinip bilinmemesi bir olayın stres kaynağı olarak değerlendirilmesinde belirleyici faktörler olarak görülmektedir. Bir durum sınırlarımızı zorladıkça stres düzeyi artar. Aynı şekilde durumla ilgili denetlenebilirliğin ve tahmin edilebilirliğin azalması, belirsizliğin artması, gittikçe zamansal olarak yaklaşması stres düzeyini arttırabilmektedir. Tuba'nın stresin varlığını dinlenmeye fırsat vermeksizin yoğun bir çalışma temposunu uzun süredir sürdürme ile açıklaması sınırları zorlama ile açıklanabilir.

Cevap: A

8. Nesne sürekliliği, nesnelerin gözle görülmese bile varlığını sürdürdüğünü anlamayı ifade eder. Tam olarak 18. ay civarında kazanılması beklenen nesne sürekliliği için kesin kanıtlar arama ve yönelme davranışı olarak kabul edilir. C seçeneğinde bebek nesne sürekliliği kavramını kazanmıştır, çünkü oyuncağın gözden kaybolduğunda hala var olduğunu anlamakta ve onu aramaya başlamaktadır. A seçeneğinde takip etme, B seçeneğinde ikincil döngüsel tepki, D seçeneğinde üçüncül döngüsel tepki ve E seçeneğinde pasif beklenti kavramlarına uygun örnekler verilmiştir.

Cevap: C

9. Aktarım (transferans), danışanın danışmana karşı geliştirdiği duyguların, düşüncelerin ve tutumların, geçmişteki, başta ebeveyn figürleri olmak üzere, önemli ilişkilerden kaynaklanan duygusal deneyimlerin yansımasıdır. Bu süreçte danışan, danışmana karşı geçmişteki ilişkilerde yaşadığı duygusal tepkileri ve dinamikleri tekrarlar. Psikanalizde aktarım, terapötik sürecin önemli bir parçasıdır ve danışanın iç dünyasını anlamak için önemli bir araçtır. Danışmanın, aktarımı fark etmesi ve ele alması, danışanın duygusal iyileşme sürecinde büyük bir rol oynar.

Aktarımın bazı belirtileri şöyledir:

- Danışan danışmana karşı aşırı derecede sevgi, öfke, hayranlık veya nefret gibi yoğun duygular beslemesi
- Danışanda, danışmanı geçmişteki önemli kişilere benzetmesi ve benzer duygusal tepkiler göstermesi yoluyla, önceki ilişkilerin yeniden canlanması.
- Danışanın, danışmana karşı beklenmedik veya anlamsız olacak şekilde farklılaştırılmış duygusal tepkiler vermesi.

Aktarımın Ele Alınması:

Danışman, aktarımı terapötik sürecin önemli bir parçası olarak görür ve bu süreci danışanın iç dünyasını daha iyi anlamak için kullanır. Danışman, dünyasını daha iyi anlamak için kullanır. Terapist, aktarımı fark ettiğinde ve ele aldığı anda, danışanın geçmişteki ilişkilerinin ve duygusal deneyimlerinin farkına varmasına yardımcı olabilir. Bunun için özellikle bazı sorular yoluyla terapist aktarımı şu basamaklarda ele alıp çözümler.;

1. Aktarımın Farkına Varma
2. Danışanı Bilgilendirme
3. Aktarımın Keşfi ve Analizi
4. Aktarımın Çözümlemesi

Bu sürece A (Geçmişte benzer duyguları veya tepkileri başka birine karşı geliştirdiğin oldu mu?), B (Bu duyguları veya tepkileri terapist olarak bana karşı hissetmen sana nasıl hissettiriyor?), C (Günlük yaşamında bu duyguları veya tepkileri başka kişilerle yaşıyor musun?) ve D (Terapide yaşadığın duygular ve tepkiler, çocukluğundaki ilişkilerinle

bağlantılı olabilir mi?) seçeneğinde yer alan sorular katkıda bulunabilir. Ancak E seçeneğinde yer alan soru (Bana karşı yönelttiğin duygular ve tepkilerin danışma süreci açısından etik olduğunu düşünüyor musun?) aktarım sürecinin psikanaliz açısından ele alınmasına engel olur ve terapi sürecine zarar verebilir.

Cevap: E

10. Carl Rogers'ın insancıl psikolojisi ve birey merkezli terapi yaklaşımında terapötik ilişkinin temel koşulları, başarılı bir terapötik sürecin oluşması için hayati öneme sahiptir. Rogers, etkili bir terapötik ilişkinin, belirli koşulların varlığıyla sağlanabileceğini öne sürmüştür. 3 temel koşuldan söz edilir:

1. Koşulsuz Olumlu Kabul: Terapistin, danışanı olduğu gibi kabul etmesi ve değer vermesi anlamına gelir. Danışanın tüm düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını yargılamadan kabul eder. Bu, danışanın kendini güvende hissetmesine ve kendi duygularını ve düşüncelerini açıkça ifade etmesine olanak tanır.

2. Empatik Anlayış: Terapistin, danışanın iç dünyasını, onun perspektifinden anlamaya çalışmasıdır. Terapist, danışanın duygularını ve deneyimlerini derinlemesine anlamak için çaba gösterir ve bunu danışana yansıtır. Empatik anlayış, danışanın anlaşıldığını hissetmesine ve duygusal olarak rahatlamasına yardımcı olur.

3. Gerçeklik veya İçtenlik: Terapistin, danışanla ilişkisinde samimi ve gerçekçi olmasıdır. Terapist, kendi duygularını ve tepkilerini açıkça ifade eder ve maskesiz bir şekilde, dürüst bir ilişki kurar. Bu içtenlik, danışanın da kendi duygularını ve düşüncelerini daha rahat bir şekilde ifade etmesine olanak tanır.

Kendini açma; danışanın kendini yalnız hissetmemesi, içgörü kazanması amacı ile, danışmanın kendi yaşantısıyla, duygularıyla ilgili paylaşımda bulunmasıdır. Katılıktan kurtulma ise danışma sürecinin bir aşaması olarak danışanın duygularından bahsetmeye başladığı aşamadır.

Soruda danışmanın danışanı yargılamadan dinleyeceğini ifade etmesi koşulsuz olumlu kabul ile ilgilidir.

Cevap: A

11. Bilişsel terapiye göre otomatik düşünceler, doğru luğu yeterince değerlendirilmemiş, kişinin zihninde ani ve otomatik olarak beliren düşünce, imaj veya seslerden biridir. Beck'e göre bu düşünceler kişiye özgü deneyimlerle ortaya çıkan bir düşünce akışını tarif eder. Belli durumlara karşı refleks gibi aniden ortaya çıkar, gelip geçicidir. Soruda seçeneklerde verilmiş olan otomatik düşüncelerin açıklamaları şu şekildedir:

Aşırı genelleme: Bireylerin tek bir olumsuz olaydan yola çıkarak, geniş ve kapsayıcı genellemeler yapmasıdır. Bu düşünce tarzında, bireyler tek bir olayın tüm yaşamlarını veya gelecekteki tüm durumları etkileyeceğini düşünür.

Ya hep ya hiç: Bireylerin her olayı ve durumu sadece iki kategoride değerlendirmesidir. Onlar için bir şey ya çok iyidir ya da çok kötüdür. Orta bir yol yoktur. Bundan dolayı çoğu olumlu sonucu basit bir olumsuzluk dahi yaşansa yok sayabilirler.

Felaketleştirme: Bireylerin karşılaştıkları durumları aşırı derecede olumsuz ve abartılı bir şekilde değerlendirmesidir. Bu düşünce tarzı, bireylerin gelecekteki olayları en kötü senaryo üzerinden yorumlamalarına ve bu nedenle aşırı kaygı ve stres yaşamalarına neden olur. Felaketleştirme, bireylerin gerçekçi olmayan korkular ve endişeler geliştirmesine yol açar.

Etiketleme: Aşırı genellemeyle ulaşılan yargının kişide sabitlenmesi olarak ifade edilebilir. Kişiler basit bir olaydan yola çıkarak, durumu yanlış bir şekilde özetleyen bir etiketleme yapabilirler. Beceriksizim, aptalım...gibi

Kişiselleştirme: Bireylerin olayla hiçbir ilgileri olmadığı halde, dışarıda olan sorunlardan, gelişen olaylardan, kendilerini sorumlu tutması ve başkalarının onlara suçlu oldukları için olumsuz bir tutum sergilediği yanılgısına düşmeleridir.

Soruda verilen durumda Sevgi'nin felaketleştirme yaptığı görülmektedir. Çünkü iş görüşmesinin sonucunu aşırı derecede olumsuz ve abartılı bir şekilde değerlendirmektedir. Aşırı genellemenin felaketleştirmeden farkı, bireylerin tek bir olumsuz olaydan yola çıkarak, geniş ve kapsayıcı genellemeler yapmasıdır. Yani aşırı genellemede, bireyler tek bir olayın tüm yaşamlarını veya gelecekteki diğer tüm durumları etkileyeceğini düşünür.

Cevap: C

12. William Glasser'in gerçeklik terapisinde katılım, bireyin kendi davranışlarının ve hayatının kontrolünü alarak, kendini ve çevresini olumlu yönde değiştirmeyi amaçlayan bir süreçtir. Gerçeklik terapisi, bireyin ihtiyaçlarını karşılamak ve sağlıklı ilişkiler kurmak için seçimler yapmasına odaklanır. Sorumluluğun öğrenilmesi, ihtiyaçlar ve ilişkiler konusunda doğru seçimler yapmak, başarılı kimlik için önemli koşullardır. Glasser kimliğin oluşumunda, ebeveynler ve okul önemli roller oynadığını savunur. İşte bu katılımın nasıl olması gerektiği:

Ebeveyn katılımı: Glasser'e göre sorumluluğun öğretilmesi en önemli görevdir. Glasser'e göre aile gerçek yaşamdaki gereksinimlerin nasıl karşılanacağına öğrenildiği yerdir. Ebeveynler, çocuklarının kendilerini değerli ve yetenekli hissetmelerine yardımcı olmalıdır. Ebeveynler, çocuklarının rol modelleri olarak davranmalı, çocuklarının ilgi alanlarını ve hedeflerini anlamalı ve desteklemelidir.

Okulun Katılımı: Okul, sosyal etkileşimlerin yoğun olduğu bir ortamdır. Öğretmenler ve arkadaşlar, çocukların sosyal becerilerini ve kimliklerini geliştirmede önemli bir rol oynar. Okul, çocukların bireysel ihtiyaçlarını karşılamak için destekleyici bir eğitim ortamı sağlamalıdır. Öğretmenlerin davranışları, iletişim biçimleri ve sosyal ilişkileri, çocukların kendi davranışlarını geliştirmesinde önemli rol modeller olmaktadır. Okulda, hatırlama yerine; düşünme ve problem çözmeye, çocukların öğrendikleri ve dışarıda yaşadıklarının birbiriyle ilgili olmasına, karar verme, plan yapma, iletişim becerilerinin geliştirilmesine dikkat edilmelidir. Eğitim sisteminde etiketleme ya da puan sistemi kullanma yerine ihtiyaçlara ve çalışmaya odaklanmak önemlidir. Okul yaşamındaki eşitsizliğin azaltıldığı bir ortam olmalıdır. Öğretmen liderliğinde çocuklar için neyin iyi ve önemli olduğu konusunda yargılayıcı olmayan tartışmalar düzenlemek destekleyicidir.

Görüldüğü üzere çocukların sorumluluk ve seçim konusunda geliştirilmesi için, ihtiyaçlarının ne olduğunu belirleme konusunda yargılayıcı olmayan tartışma ortamlarının düzenlenmesine ve çocukların buna katılım göstermesine vurgu yapılmıştır. Dolayısıyla ihtiyaçlara okul yönetimi ve ailelerin karar vermesi seçim, sorumluluk ve başarılı kimlik niteliklerinin gelişmesine engel olur.

Cevap: C

13. Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi (Steve de Shazer ve Insoo Kim Berg) kısa süreli ve hedefe yönelik bir terapi yaklaşımıdır. Danışanı "müşteri" ve problemi de "şikâyet" olarak adlandırırlar. Bu terapi modeli, bireylerin sorunları (şikâyet) üzerinde yoğunlaşmak yerine, çözümler ve gelecekteki hedefler üzerinde durur. Probleme ve problemin tarihçesine odaklanmak yerine çözüm yollarına odaklanan sistematik bir yaklaşımdır. Esas amacı, danışanı sorunlarını konuşmak yerine çözümleri konuşmaya yönlendirmektir. Gelecek ve şu an önemlidir. Danışanın güçlü yönleri üzerine yoğunlaşır. Danışanın hayatında olumlu olan olgulara, geçmişteki başarılarına, problemin yaşanmadığı zamanlara odaklanır. Danışmanın istisnalar ve çözümlerle ilgili bilgi edinmeye yönelik olarak tasarlamış olduğu soruları (Mucize soru, istisna sorular, derecelendirme soruları...) kullandığı ve onun yol göstericiliğinde ilerleyen enerjik bir süreçtir. Güven, İş birliği ve sorumluluk önemlidir. Küçük değişiklikler büyük sonuçlar yaratır düşüncesi söz konusudur. Bundan dolayı küçük ve ulaşılabilir hedefler belirleyerek, danışanın değişim sürecinde motivasyonunu artırılır.

Çözüm odaklı terapi çok iyimserdir. İnsanların kendi gerçeklerini kendilerinin oluşturdukları, eğer bir problem varsa da bunun yapıcı bir şekilde yeniden düzenlenerek çözülebileceğine inanılır. Her birey ve her çözüm kendine özgüdür anlayışı söz konusu olup, amacı danışmanlar değil danışan belirlemektir.

Cevap: E

14. Psikolojik danışmada etkili iletişim, dinleme türleriyle yakından ilişkilidir. **Bazı dinleme türleri ise şöyledir:**

Pasif Dinleme: Danışmanın danışanı sessizce dinlediği ve sadece gerektiğinde kısa geri bildirimler verdiği bir dinleme türüdür. Bu tür dinleme, danışanın kendini ifade etmesine olanak tanır.

Aktif Dinleme: Danışmanın danışanı dikkatle dinlediği, duyduklarını özetlediği ve geri bildirim verdiği bir dinleme türüdür. Bu tür dinleme, danışanın hislerinin anlaşıldığını ve onaylandığını hissetmesini sağlar.

Empatik dinleme: Danışmanın danışanın duygularını ve düşüncelerini anlamaya çalıştığı, onları paylaşmaya ve onaylamaya yönelik bir dinleme türüdür. Bu tür dinleme, danışanın duygusal sağlığını destekler.

Yansıtıcı dinleme: Danışmanın danışanın söylediklerini tekrar ederek ve anlamını yansıtarak geri bildirim verdiği bir dinleme türüdür. Danışanın kendi düşüncelerini ve duygularını daha iyi anlamasına yardımcı olur.

Katılımcı Dinleme: Bu dinlemede konuşmacının amacına ve sözlerine dikkat edilir. Dinleyen, konuşmanın amacını anladığında konuşma faaliyetini gerçekleştirir. Aralıklarla dinleme yaparak sonrasında tekrar konuşmaya başlayabilir.

Seçerek Dinleme: Dinleyen, konuşmanın herhangi bir temasını kavramak için kullandığı bu dinleme türünde; konuşmacının konuşması içerisinde sadece kendi ilgilendiği kısmı dinlemektedir.

Filtrelenmiş Dinleme: Herkes dış dünya ile girilen her türlü etkileşim için yapı oluşturacak filtreler edinmektedir. Bu filtreler kişisel, etnik, ailesel, sosyolojik, dini veya kültürel olabilir. Diğerlerini yansıtan bir şekilde dinlemeye engel olurlar.

Değerlendirerek Dinleme: Bu dinlemede kişi karşısındaki kişinin kendiyile ilgili anlattıklarına doğru/yanlış, eksik/tam gibi sınıflandırmalar getirir.

Eleştirel Dinleme: Konuşmayı anlamak amacıyla değil; değerlendirmek, yargılamak ve puan vermek için yapılan dinlemedir. Konuşmanın hatalı veya mantığa uygunsuzluğunu tespit etmek ve sözlerin altındaki manaları açığa çıkarmak için yapılır.

Stereotipe dayalı dinleme: Danışmanın danışanı belirli kalıplara veya önyargılara dayanarak dinlediği bir dinleme türüdür. Bu tür dinleme, danışanın gerçek duygularının ve düşüncelerinin anlaşılmasını engelleyebilir ve sağlıklı iletişime yol açabilir.

Soruda danışmanın danışanı “genç bir çalışan” olarak ele alarak değerlendirmesi, belli bir kalıpyargıya göre hareket etmesiyle ilişkilidir. Bu da stereotipe dayalı dinlemeye örnektir.

Cevap B

15. Psikolojik danışmada empati türleri, danışanın duygularını, düşüncelerini ve deneyimlerini anlamaya yönelik farklı düzeylerde ifade edilen empatik tepkilerdir. Empatinin temel türleri ve ileri düzey empatiye şu şekilde ele alınabilir:

Temel Empati: Danışanın ifadelerini anladığını ve kabul ettiğini gösteren tepkilerdir. Danışmanın, danışanın duygu ve düşüncelerini yargılamadan dinlemesi ve anladığını ifade etmesiyle oluşur. **Carkhuff'un empati sınıflamasında 3. Düzeye denk gelir.** 3. Düzey empati yararlı ve etkili empatik tepkinin başlangıcıdır. Örneğin, "Bu durum seni gerçekten çok üzmüş görünüyor"

Orta Düzey Empati: Danışanın ifadelerinin altında yatan duyguları ve düşünceleri anladığını ve bunları ifade ettiğini gösteren tepkilerdir. Danışman, danışanın söylediklerinin ötesine geçer ve onun duygusal deneyimini daha derinlemesine anlar. **Carkhuff'un empati sınıflamasında 4. düzeye denk gelir.** 4. düzey empatide danışanın duygularını kendisinden daha derin düzeyde ve bazen de kişiselleştirme yaparak ifade etmektir. Örneğin, "Görünüşe göre iş yerinde yaşadığın bu durum, kendini yetersiz hissetmene neden olmuş."

İleri Düzey Empati: Danışanın ifade etmediği, ancak sezgisel olarak anlaşılan derin duyguları ve düşünceleri ifade eden tepkilerdir. Danışman, danışanın söylemediklerini de anladığını ve hissettiğini gösterir. **Carkhuff'un empati sınıflamasında 5. düzeye denk gelir.**

Carkhuff'un empati sınıflamasında 1.düzey empatik tepkide, ilgi az olup danışmanın ifadeleri göz ardı edilirken, **2. düzey empatik tepkide** danışman dile getirilen duygulara tepki vermekte ancak duygusal iletişimden kaçınmaktadır. **3. Düzey empati** yararlı ve etkili empatik tepkinin başlangıcıdır.

Soruda İdil'in söylediklerine karşı danışmanın "... Belki de bu durum, geçmişte yaşadığın bazı reddedilme deneyimlerini de hatırlatıyor ve bu yüzden bu kadar zorlayıcı geliyor." diyerek yaşananlarla ifade edilmeyen geçmişi arasında bağ kurması ileri düzey empatiye örnektir.

Cevap B

16. Psikolojik danışmada ilişkinin "şimdi ve burada"lığı, danışan ve terapistin mevcut anın farkında olarak etkileşimde bulunması ve bu anın duygusal ve bilişsel deneyimlerine odaklanmasıdır. Bu yaklaşım, danışanın geçmişte yaşadığı deneyimlerden ziyade, mevcut anda ne hissettiği ve düşündüğü üzerine yoğunlaşır. "Şimdi ve burada" yaklaşımı, danışan ve terapistin ilişkisinin dinamiklerini ve bu dinamiklerin danışanın duygusal deneyimleri üzerindeki etkisini anlamak için kullanılır.

Uygun kullanım amaçları:

Duygusal Farkındalık: Danışanın mevcut duygusal deneyimlerine ve bu duyguların terapötik süreçte nasıl ortaya çıktığına odaklanmak.

İlişki Dinamikleri: Danışan ve terapist arasındaki etkileşimin, danışanın diğer ilişkilerinde nasıl yansıdığı ve bu etkileşimlerin danışanın yaşamına etkisini anlamak.

Anlık Deneyimler: Danışanın şu anda ne hissettiği, düşündüğü ve yaşadığına odaklanarak, bu anlık deneyimlerin farkındalığını artırmak.

Hangi Durumlarda Kullanılmaması Gerekir?

Danışanın Hazır Olmaması: Eğer danışan henüz "şimdi ve burada" yaklaşımına hazır değilse ve bu durum onun için rahatsız edici veya tehdit edici ise, bu teknik kullanılmamalıdır.

Aşırı Duygusal Yükleme: Danışanın anlık deneyimlerini aşırı derecede zorlamak veya bu duyguları yoğun bir şekilde ortaya çıkarmak, danışanı duygusal olarak aşırı yükleyebilir.

Güven İlişkisi Oluşmamışsa: Terapist ile danışan arasında yeterli güven ilişkisi henüz kurulmamışsa, "şimdi ve burada" yaklaşımı danışanı rahatsız edebilir ve terapötik ilişkiyi zedeleyebilir.

Soruda B, C, D ve E seçeneğinde verilen bilgiler doğrudur. Ancak A seçeneğinde duygusal uyarım düzeyi yüksek bir olaydan etkilenen danışanın anlık deneyimlerini zorlamak ve duyguları yoğun şekilde ortaya çıkarmanın her zaman olumlu olduğu ifadesi yanlıştır. Çünkü danışan kötü bir olay yaşamışken ve duygusal olarak çok hassas durumdayken, danışmanın deneyimlere yoğunlaşarak danışanı daha da fazla duygusal yük altına sokması uygun olmayabilir.

Cevap A

17. Direnç, danışma sürecinde danışanın bilinçli veya bilinçsiz bir şekilde terapötik çalışmalara katılımını engelleyen bir savunma mekanizmasıdır. Direnç, danışmanın ilerlemesini zorlaştırabilir ve danışanın duygusal sağlığı üzerinde olumsuz etkilere yol açabilir. Bu nedenle, direncin fark edilmesi ve uygun terapötik becerilerle ele alınması çok önemlidir. Dirençle başa çıkmak için neler yapılabilir?

DİRENÇ ORTAYA ÇIKMADAN ÖNCE: İyi planlama yapma, İyi yapılandırma yapma, Terapötik ortam ve koşulların sağlanması.

DİRENÇ GÖRÜLDÜĞÜNDE: Görülen direncin ifade edilmesi, 'Şimdi ve burada'ya getirme, Diğer üyelerin gözlemlerinin ve paylaşımlarının sağlanması, Kuralların hatırlatılması, Üyelere sorumluluk verilmesi, Motivasyonel görüşme tekniklerinin kullanılması, Fotoğraflardan yararlanma (Üye ile getirdiği birkaç fotoğraf üzerine konuşulur), Metafor kullanımı (Bir kitap olsaydınız kitabın başlığı ne olurdu?), Üyelerin dirençleri üzerinde çalışmaya teşvik edilmesi, Yüzleştirme yapma, İkili ya da grup etkinliği yapma, Bireyle Psikolojik Danışmaya Yönlendirme.

UYGUN TERAPÖTİK BECERİLER: Empati, aktif dinleme, yansıtma, gevşeme teknikleri...

UYGUN OLMAYAN TEPKİLER: Zorlama ve ısrarcı olma, yargılama ve eleştirme, konuyu değiştirme... gibi uygun olmayan tepkiler terapötik sürecin etkisini azaltır.

Dirençle başa çıkarken empati, aktif dinleme, yansıtma ve gevşeme teknikleri gibi uygun terapötik beceriler kullanmak önemlidir. Zorlama, yargılama ve konuyu değiştirme gibi uygun olmayan yaklaşımlar, direncin artmasına ve terapötik sürecin etkisiz hale gelmesine neden olabilir.

Soruda yer alan seçeneklerde A seçeneği empati, B seçeneği aktif dinleme, C seçeneği yansıtma ve D seçeneği gevşeme tekniklerine uygun olduğunda dirençle baş etmede kullanılabilir.

Ancak E seçeneği konuyu değiştirme tepkisi olarak danışanın duygusal ihtiyaçlarını göz ardı edebilir ve terapötik sürecin etkisini azaltabilir.

Cevap E

18. Çok kültürlü psikolojik danışma yeterlilikleri, danışmanların farklı kültürel geçmişe sahip bireylerle etkili bir şekilde çalışabilme yeteneklerini ifade eder. Bu yeterlilikler, danışmanın kültürel duyarlılık, bilgi ve becerilerini kapsar.

Kültürel Farkındalık: Danışmanın kendi kültürel değerlerini, önyargılarını ve inançlarını fark etmesi ve bu bilgiyi danışma sürecine yansıtmasıdır.

Kültürel Bilgi: Danışmanın farklı kültürel grupların tarihini, geleneklerini ve değerlerini bilmesi ve bu bilgiyi terapötik süreçte kullanmasıdır.

Empati: Danışmanın danışanın kültürel deneyimlerini ve duygularını anlayabilmesi ve ona empati gösterebilmesidir.

Esneklik: Danışmanın kültürel farklılıklara uygun esnek yaklaşımlar geliştirmesi ve terapötik tekniklerini bu bağlamda uyarlayabilmesidir.

Kendi Farkındalık: Danışmanın kendi kültürel geçmişini, önyargılarını ve inançlarını fark etmesi ve bu bilgiyi terapötik ilişkiye yansıtmasıdır.

Farklı kültürlerden gelen danışanlarla çalışırken, psikolojik danışma sürecinde dikkat edilmesi gereken riskler:

Kültürel Önyargılar ve Stereotipler: Danışmanın, danışanın kültürel geçmişine ilişkin önyargıları ve stereotipleri olabilir. Bu durum, danışanın kendini yargılanmış veya yanlış anlaşılmış hissetmesine yol açabilir.

Kültürel Uygunsuzluk ve Hassasiyet Eksikliği: Danışmanın, danışanın kültürel değerlerine ve geleneklerine uygun olmayan veya bu değerleri göz ardı eden yorumlar veya önerilerde bulunması, danışanın rahatsız hissetmesine neden olabilir.

Dil ve İletişim Zorlukları: Farklı kültürel arka planlara sahip danışanlarla iletişim kurarken dil ve iletişim tarzları arasında farklılıklar olabilir. Bu, yanlış anlamalara ve iletişim sorunlarına yol açabilir.

Kültürel Farkındalık Eksikliği: Danışmanın danışanın kültürel geçmişine ve değerlerine yeterince farkında olmaması, terapötik sürecin etkisiz hale gelmesine neden olabilir.

Aşırı Genelleme ve Kültürel Homojenlik Varsayımları: Danışmanın, danışanın kültürel geçmişini

aşırı genelleyerek veya tüm kültürel grupların homojen olduğunu varsayarak yaklaşması, danışanın bireysel farklılıklarını göz ardı edebilir.

E seçeneğindeki stereotipik yorum, danışanın kendini yargılanmış hissetmesine neden olabilir. Bunun yerine, danışanın kültürel değerlerini anlamaya çalışmak önemlidir.

Cevap E

19. Şimdi ve burada odaklı grup, grup üyelerinin geçmiş deneyimlerinden ziyade, grup içinde ve şu anda yaşadıkları deneyimlere odaklanmalarını sağlar.

Anlık Deneyimlere Odaklanma: Grup üyeleri, mevcut anlarda yaşadıkları duygu, düşünce ve etkileşimlere odaklanır. Grup oturumları sırasında, geçmişe veya geleceğe odaklanmaktan ziyade “şimdi ve burada” olan deneyimler değerlendirilir.

Grup Dinamiklerinin Keşfi: Grup üyeleri arasındaki etkileşimler ve grup dinamikleri incelenir. Grup içindeki ilişkiler ve rol dağılımları anlamlandırılarak, üyelerin bu dinamiklerle nasıl başa çıktıkları değerlendirilir.

Duygusal İfade ve İşleme: Grup üyeleri, anlık duygusal deneyimlerini ifade eder ve bu duyguları grup içinde işler. Duygusal ifadeler ve tepkiler, grup üyelerinin içsel dünyalarını anlamalarına ve bu duygularla başa çıkmalarına yardımcı olur.

Empati ve Destek: Grup üyeleri, birbirlerine empati gösterir ve destek sağlar. Grup içindeki duygusal paylaşımlar, üyeler arasında bağ kurmayı ve birbirlerine destek olmayı teşvik eder.

Gerçek Zamanlı Geri Bildirim: Grup üyeleri, anlık deneyimlerine ve etkileşimlerine gerçek zamanlı geri bildirim alır. Bu geri bildirimler, grup üyelerinin davranışlarını ve duygusal tepkilerini anlamalarına yardımcı olur.

Kendilik Farkındalığı: Grup üyeleri, “şimdi ve burada” odaklı yaklaşım sayesinde kendilik farkındalıklarını artırır. Anlık deneyimlerle yüzleşmek, üyelerin kendi duygu, düşünce ve davranışlarını daha iyi anlamalarına olanak tanır.

Liderin sormaması gereken sorular: “Şimdi ve burada” odaklı grup sürecinde liderin, kişisel geçmiş ve travmalar, aşırı kişisel ve özel bilgiler, yargılayıcı ve eleştirel sorular, geçmişe odaklanan sorular, başka bir üyeyi hedef alan sorular ve aşırı derin ve ağır konular içeren sorular sormaktan kaçınması önemlidir. Bu sorular, katılımcıların duygusal güvenliğini tehlikeye atabilir ve grup dinamiklerini olumsuz etkileyebilir. Lider, katılımcıların mevcut duygusal durumları ve etkileşimleri üzerinde odaklanarak güvenli ve destekleyici bir ortam sağlamalıdır.

B seçeneği anlık deneyimlere odaklanma, C seçeneği duygusal ifade ve işleme, D seçeneği kendilik farkındalığı ve E seçeneği empatiye yönelik sorular olarak şimdi ve burada odaklı gruba uygundur. Ancak A seçeneği aşırı derin ve geçmişe odaklanan bir soru olması nedeniyle şimdi ve burada odaklı grupların amaçlarına ve odağına uygun değildir.

Cevap A

20. Grupla psikolojik danışmada grup sürecinin dört temel aşaması vardır: Başlangıç, Geçiş, Eylem ve Sonlandırma. Her aşama, grup dinamiklerini ve üyelerin etkileşimlerini farklı şekillerde etkiler. Kısaca bu aşamaların özellikleri ve ön plana çıkan temel konular şöyledir:

A. Başlangıç Aşaması: Temel özellikler olarak grup üyeleri ilk kez bir araya gelir, birbirlerini tanır ve grup kuralları oluşturulur. Kaygı yüksek seviyededir. Güven ve güvenlik oluşturma önemlidir.

Ön Plana Çıkan Temel Konular: Tanışma etkinlikleri, grup kuralları ve beklentiler. grup amaçları ve hedefler, güven ve güvenlik oluşturma, yapılama, oryantasyon... gibi

B. Geçiş Aşaması: Grup üyeleri arasında çatışmalar ve gerilimler yaşanabilir. Roller ve sorumluluklar belirlenir. Bu aşama, grup üyelerinin kendilerini ifade etmeleri ve uyum sağlama sürecidir.

Ön Plana Çıkan Temel Konular: Çatışma yönetimi, direnç, aktarım, rol dağılımı ve sorumluluklar, sorun çözme, açık iletişim teşviki...

C. Eylem Aşaması: Grup üyeleri belirlenen hedefler doğrultusunda aktif olarak çalışır. Grup dinamikleri en verimli halindedir. Üyeler arasındaki işbirliği ve güven en üst düzeydedir.

Ön Plana Çıkan Temel Konular: Görev tamamlama, geri bildirim ve değerlendirme, duygusal destek sağlama ve motivasyon artırma...

D. Sonlandırma Aşaması: Grup hedeflerine ulaşmış ve görevlerini tamamlamış olarak dağıtılır. Veda ve değerlendirme süreçleri yaşanır. Grup üyeleri birbirleriyle vedalaşır ve öğrendiklerini özetler. Bazı üyelerde **gerileme görülebilir**. Gruba başladıklarında var olan **sorunlar birdenbire yeniden ortaya çıkabilir**. Gruptan **ayrılma, vedalaşma korkusu** yaşanabilir. Bu evrede üyeler grubun sonlanmasıyla ilgili **isteksizlik, kızgınlık ve/veya sahipsizlik hislerine** kapılabilirler.

Ön Plana Çıkan Temel Konular: Veda ve kapanış etkinlikleri, grup sürecinin değerlendirilmesi, öğrenilen derslerin özetlenmesi, gelecek planları ve devam eden destek...

Geçiş evresi grup üyelerinin kendilerini ifade etmeleri ve uyum sağlama sürecidir. Lider gördüğü

üzere açık iletişim teşvikiinde bulunmaktadır. Ancak buna rağmen bu evre **direnç, çatışmaların yoğun** yaşandığı evredir. Diyalogda Emel'in tepkisinin de buna işaret ettiği görülmektedir. Bu yönüyle diyalog geçiş aşamasına örnek olarak verilebilir.

Cevap B

21. Grupla psikolojik danışmayı bireysel psikolojik danışmaya göre daha çekici kılan faktörler şunlardır:

Sosyal Destek ve Empati: Gruplar, bireylere benzer sorunları yaşayan diğer insanlarla bağlantı kurma fırsatı sunar. Bu, üyelerin birbirlerinden destek ve anlayış görmelerini sağlar.

Çeşitli Perspektifler ve Farklı Görüşler: Grup üyeleri, farklı bakış açıları ve deneyimler sunarak bireylerin sorunlarına yeni ve çeşitli çözümler bulmalarına yardımcı olabilir.

İçgörü ve Yansıtma: Grup terapisi, bireylerin kendi davranışlarını ve duygusal tepkilerini diğer üyeler aracılığıyla gözlemlemelerine olanak tanır. Bu, içgörü kazanmayı ve kendini yansıtmayı kolaylaştırır.

Destekleyici Grup Dinamikleri: Grup içindeki dinamikler, üyelerin birbirlerine duygusal destek sağlamalarına ve ilişkiler geliştirmelerine yardımcı olur. Grup dayanışması, üyelerin kendilerini daha güvende ve kabul edilmiş hissetmelerini sağlar.

Role Model ve Taklitçi Davranış: Grup içinde, üyeler diğerlerinin olumlu davranışlarını ve başa çıkma stratejilerini gözlemleyerek taklit edebilirler. Bu, olumlu davranış modelleri geliştirmelerine yardımcı olur.

Daha Ekonomik ve Ulaşılabilir: Grup terapisi, bireysel terapiden daha ekonomik olabilir ve daha fazla sayıda kişinin bu hizmetten yararlanmasını sağlar.

Gerçekçi Geribildirim ve Geri Bildirim: Grup üyeleri, birbirlerine gerçekçi ve yapıcı geri bildirimde bulunarak kişisel gelişimlerine katkıda bulunabilirler.

Mesleki Çekicilik: Danışmanların mesleki gelişmelerine önemli katkılar getirir ve danışmana kendi başarısını grup içinde daha kolay görme fırsatı verir.

Buna karşılık grupla psikolojik danışma ve bireysel psikolojik danışma, öz-farkındalık ve içgörü, duygusal destek ve empati, davranış ve düşünce değişimi, öz-güven ve kendilik değeri, problem çözme ve karar verme becerileri ve strese karşı dayanıklılık gibi birçok benzer katkı sağlar. Her iki

danışmanlık türü de bireylerin duygusal ve psikolojik iyilik hallerini destekler ve kişisel gelişimlerine katkıda bulunur.

Sorunun seçeneklerine bakıldığında A, B, C ve D seçeneklerinin doğru olduğu görülmektedir. Ancak grupla psikolojik danışma ile yardım alan danışanlar, temel özellikleri bakımından bireysel psikolojik danışmadaki danışanlar aynı niteliklere sahiptir. Bundan dolayı E seçeneği yanlıştır.

Cevap E

22. Grupla psikolojik danışmada gönülsüz üyeler, grup sürecinin verimliliğini ve dinamiklerini olumsuz etkileyebilir. Bu üyelerle başa çıkmak ve onları sürece dahil etmek, grup liderinin önemli görevlerinden biridir. Gönülsüz üyelerle başa çıkmak için grup liderinin **güven ve rahatlık sağlaması, katılımı teşvik etmesi, küçük görevler vermesi, pozitif geri bildirim sağlaması, direnç ve engelleri anlaması ve alternatif katılım yolları sunması** önemlidir. Bu yöntemler, gönülsüz üyelerin sürece daha aktif katılmalarına ve grup dinamiklerine olumlu katkıda bulunmalarına yardımcı olur.

Grupla psikolojik danışmada gönülsüz üyelerle başa çıkarken, grup liderinin kaçınması gereken bazı müdahaleler vardır. Bu müdahaleler, gönülsüz üyelerin daha fazla direnç göstermesine ve grup sürecine olumsuz etkiler yaratmasına neden olabilir. Gönülsüz üyelerle çalışırken, grup liderinin **zorlama ve baskı yapmaktan, yargılama ve eleştirme, kıyaslama yapmaktan, aşırı baskı uygulamaktan, empati eksikliğinden ve acele ettirme ve sabırsızlıktan kaçınması** önemlidir. Bu tür müdahaleler, gönülsüz üyelerin daha fazla direnç göstermesine ve grup sürecine olumsuz etkiler yaratmasına neden olabilir. Grup lideri, üyelerin katılımını teşvik etmek ve güvenli bir ortam yaratmak için empatik, destekleyici ve sabırlı bir yaklaşım benimsemelidir.

Sorunun D seçeneğine bakıldığında kıyaslama yapılmasından söz edilmektedir. Kıyaslama gönülsüz üyelerle başa çıkmak ve onları sürece dahil etmek için grup liderinin kaçınması gereken tepkilerden biridir. Gönülsüz üyeleri diğer üyelerle kıyaslamak, kendilerini yetersiz hissetmelerine ve özgüven kaybına yol alabilir.

Cevap D

23. Grupla psikolojik danışma sürecinde zor üyeler çeşitli özellikler gösterebilir ve grup dinamiklerini etkileyebilir.

Baskın Üyeler: Sürekli konuşarak grup tartışmalarını kontrol ederler. Diğer üyelerin konuşmalarını keserek kendi fikirlerini empoze ederler. Grup lideri ve diğer üyeler üzerinde baskı kurarlar.

Günah Keçisi Yapma: Grup üyeleri, belirli bir üyeyi sorunların kaynağı olarak görür ve onu suçlarlar.

Bu üye, sürekli eleştirilir ve grup içinde izole edilir.

Şamar Oğlanı: Bu üye, diğer üyeler tarafından sürekli eleştirilir ve aşağılanır. Bu üye, grup içinde sürekli olumsuz geri bildirim alır ve duygusal olarak yıpranır.

Bağımlılar: Grup liderine veya diğer üyelere sürekli olarak bağımlıdırlar. Karar vermekte zorlanır ve sürekli rehberlik ve onay ararlar.

Üstünlük Sağlama: Kendisini diğer üyelerden üstün görür ve bu üstünlüğü sürekli vurgular. Diğer üyeleri küçümser ve onların fikirlerini dikkate almaz.

Kurtarıcı Olma: Diğer üyelerin sorunlarını çözme veya onlara yardım etme konusunda aşırı istekli ve müdahalecidir. Sürekli olarak başkalarına yardım etme rolünü üstlenir ve onların bağımsız hareket etmelerini engeller.

Ağlayanlar: Grup içinde sürekli ağlayan ve duygusal olarak kendini ifade eden üyeler. Duygusal ifadeleri, grup dinamiklerini olumsuz etkileyebilir ve diğer üyelerin katılımını sınırlayabilir.

Sessizler: Grup tartışmalarına nadiren katılır ve kendini ifade etmekte zorlanır. Geri planda kalmayı tercih eder ve gözlemci bir rol üstlenir.

Sonunu Düşünmeden Gösteriş Yapma: Düşünmeden ve aniden konuşarak dikkat çekmeye çalışır. Grup içinde sürekli gösteriş yapar ve ilgi odağı olmaya çalışır.

Öğüt Verenler: Sürekli olarak diğer üyelere öğüt verir ve rehberlik etmeye çalışır. Diğer üyelerin sorunlarını dinlemek yerine, çözüm önerileri sunar ve kendi fikirlerini empoze eder.

Tekelci: Danışma sürecinde sürekli olarak konuşan, tartışmaları kendi yönlendiren ve diğer üyelerin katılımını sınırlayan kişidir. Bu üye, grup içinde kendi düşüncelerini ve deneyimlerini ön planda tutar ve diğer üyelerin söz hakkını kısıtlar.

Diyalog incelendiğinde Seda'nın sürekli konuşmak istediği, sürekli kendisini anlattığı ve diğer kişilerin konuşmasına fırsat vermediği liderin tepkisinden de anlaşılmaktadır. Seda Tekelci zor üye davranışı sergilemektedir. Bu tip üyelere karşı liderin, söz hakkı dağılımı, destekleyici geri bildirim, söz kesme ve yönlendirme, grup kurallarını hatırlatma gibi müdahalelere odaklanması uygun olacaktır.

Cevap A

24. Yaygın Kaygı Bozukluğu (YKB) DSM-5 Tanı Ölçütleri:

A. Aşırı Kaygı ve Kuruntu: En az altı aylık bir sürenin çoğu gününde, birtakım olaylar ya da etkinliklerle (işte ya da okulda başarı gösterebilme gibi) ilgili olarak aşırı bir kaygı ve kuruntu (kaygılı beklenti) vardır.

B. Kontrol Güçlüğü: Kişi, kuruntularını denetim altına almakta güçlük çeker.

C. Belirtiler: Bu kaygı ve kuruntuya aşağıdaki altı belirtiden üçü (ya da daha çoğu) eşlik eder (en azından kimi belirtiler son altı ayın çoğu gününde bulunmuştur):

- Dinginleşememe (huzursuzluk) ya da gergin ya da sürekli diken üzerinde olma
- Kolay yorulma
- Odaklanmada güçlük çekme ya da zihin boşalması
- Kolay kızma
- Kas gerginliği
- Uyku bozukluğu (uykuya dalmakta ya da uykuyu sürdürmekte güçlük çekme ya da dinlendirmeyen, doyurucu olmayan bir uyku uyuma)

D. İşlevsellikte Bozulma: Kaygı, kuruntu ya da bedensel belirtiler, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

Ayırıcı Tanı: Yaygın kaygı bozukluğunun ayırıcı tanısı, benzer belirtiler gösteren diğer ruhsal ve fiziksel rahatsızlıklardan ayrılmasını sağlar. İşte bazı ayırıcı tanılar:

Depresyon: Depresif hastalar kaygılı olabilirler ancak bu kaygının yanında umutsuzluk, melankoli, çökkünlük de sıklıkla yaşarlar. Yorgunluk, depresyonda her an bitik ve kronik olarak hissedilirken, YKB'de düşünülen bir tehdide karşı gelişir.

Panik Bozukluk: Panik bozuklukta kişiler ileriye yönelik endişe taşırlar ancak panik atak geçtikten sonra anksiyete biter. Panik ataklar yaygın kaygı bozukluğunda görülmez. Panik bozukluk artmış kalp atışı, göz bebeklerinde büyüme, terleme ile

kendini gösterirken, YKB kaslarda gerginlik, uyku bozuklukları, sinirlilik ve alınganlık ile karakterizedir.

Özgül Fobiler ve Sosyal Fobi: Özgül fobiler ve sosyal fobide kaygı, belirli tetikleyici durumlara bağlı olarak değişir. YKB'de ise net ve belirgin bir neden sonuç ilişkisi yoktur.

Aylin Hanım'da görülen belirtiler ve şikayetler Yaygın anksiyete Bozukluğu ile tam anlamıyla açıklanamamaktadır.

Cevap A

25. Toplumsal Bağlanma Bozukluğu Tanı Ölçütleri:

Sosyal ve Duygusal Tepkilerde Azalma: Başkalarına karşı çok az toplumsal ve duygusal tepki gösterme.

Olumlu Duygulanım Kısıtlılığı: Olumlu duygulanımın kısıtlı olması.

Tutarsız Tepkiler: Erişkin bakımverenlerle, korkutucu olmayan etkileşimler sırasında bile, çabuk kızma, üzüme ya da korkma dönemlerinin olması.

Sınırsız Toplumsal Katılım Bozukluğu Tanı Ölçütleri:

Yabancılar Karşı Çekingenlik Göstermeme: Tanıdık olmayan yetişkinlerin yanında çok az çekingenlik gösterme veya hiç göstermeme.

Aşırı Samimi Davranışlar: Tanıdık olmayan yetişkinlerle aşırı samimi konuşma ve davranma.

Bakım Verenden Uzaklaşma: Bakım verenden yabancı ortamlarda dahi uzaklaştığında, onun hala bıraktığı yerde olup olmadığını kontrol etmeme.

Yabancılarla Gıtme Eğilimi: Tanıdık olmayan bir yetişkinle hiç ikirciklenmeden ya da çok az ikirciklenerek gıtme.

Nedenler Konusundaki Benzerlikler: Her iki bozukluk da genellikle çocukluk döneminde yetersiz bakım ve ihmal sonucunda ortaya çıkar. Her iki bozukluk, çocuğun duygusal gereksinimlerinin sürekli olarak ihmal edilmesi, çocuğun birincil bakım verennin sık sık değişmesi, çocuğun sabit ve güvenilir bir bağlanma figürüne sahip olmaması ve çocuğun seçici bağlanmanın gelişemediği ortamlarda büyümesi (örneğin, bakım veren sayısının yetersiz olduğu kurumlar) gibi ortak nedenlere dayanırlar.

Soru öncülü dikkate alındığında verilen özellikler toplumsal bağlanma ve sınırsız toplumsal bağlanmanın benzer nedenlerden kaynaklandığını göstermektedir.

Cevap C

26. Depersonalizasyon ve derealizasyon, kişinin kendisi ve çevresiyle ilgili algısında bozulmalar yaşadığı iki farklı dissosiyatif bozukluktur.

Depersonalizasyon: Kişinin kendi bedenine veya zihnine yabancılaşma hissi yaşamasıdır. Bu durumda birey, kendi duygularını ve düşüncelerini dışarıdan bir gözlemci gibi izliyormuş gibi hisseder. Kişi, kendini gerçek dışı veya otomatik pilotta gibi algılar. Kendini dışarıdan izliyormuş gibi hissetmek, bedensel algıların kaybolması veya değişmesi, düşüncelerin veya duyguların yabancılaşması, öz benlik ile bağlantının kopması, temel belirtiler olarak kabul edilebilir.

Derealizasyon: Bireyin çevresindeki dünyanın gerçek dışı veya bulanık görüldüğü bir algı bozukluğudur. Birey, etrafındaki nesnelerin ve insanların sanki bir rüyadaymış gibi, tuhaf ve tanıdık olmayan bir şekilde görüldüğünü hisseder.

Depersonalizasyon ve derealizasyon, genellikle Depersonalizasyon-Derealizasyon Bozukluğu adı verilen bir dissosiyatif bozukluğun belirtileridir. Depersonalizasyon ve derealizasyonun nedenleri tam olarak bilinmemekle birlikte, çeşitli faktörlerin bu durumların ortaya çıkmasında rol oynadığı düşünülmektedir. Yoğun stres ve travmatik olaylar, yüksek düzeyde anksiyete ve panik ataklar tetikleyebilir. Bilişsel çarpıtmalar ve duygusal işleyiş bozuklukları, kişinin kendilik ve çevre algısını etkileyebilir. Ayrıca alkol, uyuşturucu maddeler veya bazı reçeteli ilaçlar, beyin kimyasallarını etkileyerek bu semptomlara yol açabilir.

Soruda Sevdâ Hanım'ın "Bedenimin bulunduğu yerde değilim, kendimi artık "ben" gibi hissetmiyorum, dünyayla olan ilişkim koptu ve bunların hiçbirisi gerçek değil, bir rüyada yaşıyor olmalıyım, dünyadan tamamen izole olmuş, yalnız bir hâldeyim." gibi ifadeleri depersonalizasyon/derealizasyon bozukluğunun belirti ve özelliklerine uymaktadır.

Cevap D

27. Seçeneklerde yer alan beş kişilik bozukluğu, farklı belirtiler ve davranış örüntüleri ile karakterizedir. Bu kişilik bozukluklarının en tipik özellikleri şöyledir:

Antisosyal Kişilik Bozukluğu:

- Toplumsal normlara ve kurallara sürekli olarak uymama.
- Empati eksikliği ve başkalarının haklarına saygısızlık.
- Manipülatif, dürtüsel ve saldırgan davranışlar.
- Suç işleme eğilimi ve pişmanlık duymama.
- Sorumluluk almaktan kaçınma ve sürekli yalan söyleme.

Histriyonik Kişilik Bozukluğu:

- Sürekli ilgi odağı olma ihtiyacı.
- Abartılı duygusal tepkiler ve dramatik davranışlar.
- Fiziksel görünümü ön plana çıkararak dikkat çekme çabası.
- Yüzeysel ve hızlı değişen duygular.
- Başkalarının onayını alma konusunda aşırı hassasiyet.

Paranoid Kişilik Bozukluğu:

- Başkalarına karşı sürekli güvensizlik ve şüphe duyma.
- Sadakat ve güven konusunda aşırı hassasiyet.
- Eleştirilere karşı aşırı tepki verme ve kin tutma.
- İyi niyetli davranışları bile tehdit olarak algılama.
- Sosyal ilişkilerde izolasyon ve yalnızlık hissi.

Şizotipal Kişilik Bozukluğu:

- Tuhaf düşünceler, inançlar ve davranışlar (örneğin, büyüsel düşünceler).
- Sosyal ilişkilerde rahatsızlık ve yakınlık kurmada zorluk.
- Olağandışı algısal deneyimler (örneğin, bedensel yanılsamalar).
- Kuşkuculuk ve paranoyak düşünceler.
- Duygusal ifadelerde kısıtlılık ve garip konuşma tarzı.

Borderline Kişilik Bozukluğu:

- Duygusal dalgalanmalar ve yoğun öfke patlamaları.
- Terk edilme korkusu ve dengesiz ilişkiler.
- Kendine zarar verme veya intihar düşünceleri.
- Boşluk hissi ve kimlik karmaşası.
- Dürtüsel davranışlar (örneğin, aşırı harcama, madde kullanımı)

Soruda verilen Şahika Hanımın tepkileri dikkate alındığında, histriyonik kişilik bozukluğu tanı ölçütlerine uygun olduğu görülmektedir.

Cevap B

28. Otizm, sosyal etkileşim, iletişim ve davranışlarda zorluklarla karakterize edilen nörogelişimsel bir bozukluktur. Otizm spektrum bozukluğu olarak da bilinir ve belirtiler, hafiften şiddetliye kadar geniş bir yelpazede değişebilir. Otizm, genellikle yaşamın ilk üç yılında ortaya çıkar ve yaşam boyu devam eder.

Otizmin belirtileri, her bireyde farklılık gösterebilir, ancak genel olarak şu belirtiler yaygındır:

Sosyal Etkileşim Zorlukları: Göz teması kurmada zorluk, başkalarıyla etkileşimde bulunmada isteksizlik, sosyal ipuçlarını anlamada güçlük.

İletişim Problemleri: Konuşma gecikmesi, sınırlı veya tekrarlayıcı dil kullanımı, jest ve mimiklerde sınırlılık.

Tekrarlayıcı Davranışlar: Tekrarlayan hareketler (örneğin, el çırpma, sallanma), rutinlere aşırı bağlılık, belirli nesnelere veya konulara yoğun ilgi.

Duyusal Hassasiyetler: Belirli seslere, ışıklara, dokulara veya kokulara karşı aşırı duyarlılık veya duyarsızlık.

Otizmin Nedenleri: Otizmin kesin nedeni bilinmemekle birlikte, genetik ve çevresel faktörlerin etkileşimi sonucu ortaya çıktığı düşünülmektedir. Genetik yatkınlık, beyin yapısındaki ve işleyişindeki farklılıklar, doğum komplikasyonları ve çevresel etkiler otizmin gelişiminde rol oynayabilir.

Soru incelendiğinde öğrencinin konuşmasında gecikme, kendisinden "o" zamiriyle bahsetme, cansız ve mekanik nesnelere aşırı ilgi gösterme, söylenen cümleleri tekrarlama gibi özellikler bulunduğu gözlenmiştir. Bu özellikler otizm belirtileri arasında yer almaktadır.

Cevap B

29. Özgül öğrenme güçlüğü, bireyin zekâsı normal veya normalin üzerinde olmasına rağmen, okuma (disleksi), yazma (disgrafi) veya matematik (diskalkuli) gibi belirli akademik becerilerde zorluk yaşadığı bir nörogelişimsel bozukluktur. Bu durum, bireyin öğrenme ve bilgi işleme yeteneklerini etkiler ve genellikle çocukluk döneminde fark edilir. Özgül öğrenme güçlüğü, bireyin potansiyel öğrenme kapasitesi ile gerçekleştirdiği akademik performans arasında belirgin bir uyumsuzlukla kendini gösterir.

Özgül öğrenme güçlüğü olan öğrencilerin öğrenme süreçlerini desteklemek için öğretmenlerin sınıfta yapabileceği bazı düzenlemeler şunlardır:

Bireyselleştirilmiş Eğitim Planı (BEP): Öğrencinin ihtiyaçlarına uygun bireyselleştirilmiş bir eğitim planı hazırlanmalıdır. Öğrencinin güçlü yönlerine odaklanarak öğrenme süreci desteklenmelidir.

Görsel ve İşitsel Materyallerin Kullanımı: Derslerde görsel materyaller (grafikler, resimler) ve işitsel araçlar (sesli anlatımlar) kullanılabilir. Öğrencinin öğrenme stiline uygun materyaller seçilmelidir.

Adım Adım Öğretim: Bilgiler küçük parçalara bölünerek sunulmalıdır. Öğrencinin bir konuyu tam anlaması için yeterli zaman tanınmalıdır.

Tekrar ve Pekiştirme: Öğrencinin öğrendiklerini pekiştirmek için sık sık tekrar yapılmalıdır. Öğrencinin başarılarını ödüllendirmek motivasyonu artırabilir.

Alternatif Değerlendirme Yöntemleri: Yazılı sınavlar yerine sözlü değerlendirme, proje çalışmaları veya performans değerlendirmeleri kullanılabilir. Öğrencinin bireysel ilerlemesi dikkate alınmalıdır. Mutlak değerlendirme yapılır.

Hareket Alanı ve Molalar: Öğrencinin dikkatini toplaması için ders sırasında kısa molalar verilmelidir. Hareket etmeye ihtiyaç duyan öğrenciler için sınıfta uygun alanlar sağlanabilir.

Teknolojik Araçların Kullanımı: Eğitim yazılımları, tabletler ve bilgisayarlar gibi teknolojik araçlar öğrenme sürecini desteklemek için kullanılabilir.

Destekleyici ve Sabırlı Yaklaşım: Öğrenciye karşı sabırlı ve destekleyici bir tutum sergilenmelidir. Öğrencinin özgüvenini artırmak için olumlu geri bildirim verilmelidir.

Soru incelendiğinde A, B, C ve D seçenekleri doğrudur. Ancak derse katılım konusunda öğrenci istegine bırakılmaz. Çünkü özgüveni ve motivasyonu düşük olan bu çocuklar derse kendi istekleriyle katılma konusunda zayıftır. Beklemek yerine teşvik edilmeli ve desteklenmelidir.

Cevap E

30. Bireyi tanıma sürecine ilişkin ilkeler kısaca şu şekilde özetlenebilir:

- Bireyi tanımanın esas amacı; bireyin kendisini tanımasına ve anlamasına yardımcı olmaktır.
- Bireyi tanıma teknikleri bireyi tanıma amaç değil, araçtır.
- Kullanılan bireyi tanıma tekniklerinin geçerliği ve güvenilirliği yüksek olmalıdır.
- Bireyi tanıma teknikleri sonucunda elde edilen bilgiler objektif, geçerli ve güvenilir olmalıdır.
- Bireyi tanıma teknikleri sonucunda elde edilen bilgilerin kesin ve değişmez olmadığı bireye açıklanmalı ve kendisini bu şekilde değerlendirmesi sağlanmalıdır.
- Bireyi tanıma teknikleri arasında herkes tarafından, her durumda uygulanabilen ve kabul edilen tek bir yöntem yoktur. Çeşitli bireyi tanıma yöntem ve tekniklerinden elde edilen bilgileri bir arada bütün olarak kullanmak ve değerlendirmek gerekir.
- Amaca ve ölçülmek istenen niteliğe en uygun bireyi tanıma tekniği veya ölçme aracı kullanılmalıdır.
- Kullanılan bireyi tanıma tekniği, o bireyin gelişimsel özelliklerine uygun olmalıdır.
- Bireyi tanıma hizmetlerinin etkili olabilmesi, bireylerle ilişkili herkesin takım halinde çalışmasını gerektirir.
- Bireyi tüm yönleriyle eksiksiz ve tam olarak tanımayı amaç edinmek, olanaksızdır. Bu nedenle birey, mümkün olduğu ve gerektirdiği kadar tüm yönleriyle tanınmalıdır.
- Bireyi tanıma hizmeti yardım amaçlı yapıldığında psikolojik danışma ile birlikte yapılmalıdır.
- Bireyi tanıma süreci, kişi olarak "bireyi tanıma ve anlama" ile "bireyin çevre olanaklarını tanımak" gibi birbirini tamamlayıcı iki hizmeti içine alır.
- Birey hakkında elde edilen özel bilgilerin gizliliği korunmalıdır. Özel ve gizli olmayan bilgilerden ise ilgili herkesin yararlanması sağlanmalıdır.
- Eğitim sistemi içinde bireyi tanıma hizmetleri, tüm öğrencilere yöneliktir.

- Eğitim sistemi içinde bireyi tanıma hizmetleri sürekli olmalıdır.

Bu yönüyle A, B, D ve E seçenekleri bireyi tanıma sürecinde uyulması gereken doğru ilkelerdir. Ancak C seçeneği, bireyi tanıma sürecinde tek bir kaynağa dayalı olarak değerlendirme yapmanın yetersiz olduğunu gösterir. Bireyi tanıma sürecinde, çeşitli kaynaklardan bilgi toplamak ve farklı değerlendirme yöntemleri kullanmak önemlidir.

Cevap: C

31. Psikolojik testlerin taşınması gereken bazı özellikler şöyledir:

Güvenirlik: Bir testin tutarlılığı ve tekrarlandığında benzer sonuçlar verme derecesini ifade eder. Bir testin güvenilir olması için, aynı birey üzerinde farklı zamanlarda veya farklı koşullarda uygulandığında benzer sonuçlar vermesi gerekir. Güvenirlik, testin iç tutarlılığını, tekrar test güvenilirliğini ve yarıya bölme güvenilirliğini içerir.

Geçerlilik: Bir testin ölçmek istediği şeyi ne derece doğru ölçtüğünü ifade eder. Bir testin geçerli olması için, amacına uygun olarak ölçüm yapması gerekir. Bu yönüyle testin taşınması gereken en önemli niteliklerdir. Geçerlilik, içerik geçerliliği, yapı geçerliliği ve kriter geçerliliği gibi farklı türlere ayrılabilir. Örneğin, bir matematik testi matematik bilgisini ölçmeli ve başka bir beceriyi ölçmemelidir.

Kullanışlılık: Bir testin pratikte ne kadar işe yaradığını ve uygulanabilir olduğunu ifade eder. Bir testin kullanışlı olması için, uygulanmasının kolay olması, maliyet etkin olması ve sonuçlarının anlamlı ve kullanılabilir olması gerekir. Kullanışlılık, testin eğitimde, kliniklerde veya iş dünyasında ne kadar etkili olduğunu değerlendirir.

Tutarlılık: Bir testin içindeki maddelerin birbirleriyle uyumlu olup olmadığını ve testin genel olarak ne kadar tutarlı sonuçlar verdiğini ifade eder. Tutarlılık, genellikle testin güvenilirliği ile ilişkilidir ve iç tutarlılık güvenilirliği gibi ölçümlerle değerlendirilir. Örneğin, bir anketin soruları arasında tutarlılık varsa, bu soruların aynı yapıyı veya kavramı ölçtüğü kabul edilir.

- Amacı belli olmayan hiçbir test uygulamanın, gereği ve de yararı yoktur.
- Kullanılmak için seçilen testler yeterli düzeyde geçerli, güvenilir ve kullanışlı olmalıdır.
- Testler, hazırlanışlarında saptanmış olan belirli ortam ve koşullar altında uygulamalıdır.
- Testler güvenilir (0,85), geçerli (amaca uygunluk) ve kullanışlı (uygulama ve değerlendirme kolay), objektif ve yordama geçerliğine sahip olmalıdır.

Bu bilgiler ışığında soru seçenekleri değerlendirildiğinde;

- A) Güvenirlik, testin tekrarlandığında benzer sonuçlar verip vermediğini ifade eder. Öğrencilerin yanıtlarının tutarlı olmaması, güvenirliliğin düşük olduğunu gösterir.
- B) Ölçeğin farklı zamanlarda uygulandığında farklı sonuçlar vermesi yanı tutarlı olmaması güvenirliliğin düşük olduğunu, ancak öğrencilerin sınav kaygısını doğru bir şekilde ölçmesi (sınav kaygısı düzeylerinin yüksek çıkması) geçerliliği gösterir. Bu durum, ölçeğin amacına uygun olarak sınav kaygısını ölçtüğünü belirtir.
- C) Öğrencilerin ölçeği tamamlamakta zorlanmaları, testin uygulama süreciyle ilgili bir durumu yansıtır.
- D) Ölçeğin uygun bir araç olarak kabul edilmesi, testin geçerliliğini destekleyebilir, ancak bu seçenek doğrudan senaryodaki durumu ifade etmez.
- E) Öğrencilerin bazı soruları yanlış anlaması, test sonuçlarının güvenilirliğini olumsuz etkileyebilir.

Cevap: B

32. KENDİNİ KEŞFETME ÖLÇEĞİ (KKÖ): Holland'ın 6 kişilik tipini belirlemede kullanılır. Etkinlikler, yeterlilikler, meslekler ve kendini değerlendirme 4 alt ölçeğinden oluşan bu ölçek lise düzeyi ve sonrasında uygulanır. Ölçek 4 (dört) alt boyuttan oluşmaktadır:

- 1- Etkinlikler (İlgiler): 54 madde
- 2- Yeterlilikler (Beceriler): 54 madde
- 3- Meslekler: 60 madde
- 4- Kendini Değerlendirme: 12 madde

Ayrışma: Bir kişilik örüntüsü psikolojik bakımdan ayrılmış veya ayrılmamış olabilir. Bir kişilik profilinde 6 tipten birinin veya ikisinin diğerlerinden daha yüksek bir puanla ifade edilmesi yani Realistik, Araştırmacı, Yaratıcı, Sosyal, Girişimci ve Gelenekçi ölçeklerden alınan en yüksek ve en düşük puanların mutlak değerleri arasında farklar olması demektir. İyi ayrılmış örüntülerde profil keskin sivrilikler, ayrılmamış olan profil ise daha yayvan bir biçim gösterir. Bir kimsenin profili ne kadar ayrılmış ise onun tercihlerini tahmin etmek o kadar kolay olacaktır.

Tutarlılık: Altı tipten bazıları birbirlerine diğerlerinden daha yakındır, çünkü bunlar ortak özelliklere sahiptir. Örneğin realistik ile araştırmacı tipler gelenekçi ile yaratıcı tiplerden daha çok ortak özelliklere sahiptirler. Bu durumda örneğin Realistik, Araştırmacı ve Gelenekçi şeklindeki bir profil tutarlı iken, Araştırmacı, Girişimci ve Gelenekçi şeklindeki bir kişilik profili tutarsız olarak tanımlanabilir.

Altıgen üzerinde iki tip arasındaki uzaklık ne derece az ise benzerlik o derece fazla demektir. Bir kişilik profilinde en yüksek puanlar Araştırmacı, Yaratıcı ve Sosyal olarak sıralanmışsa, bu profilin zaman içinde değişme olasılığı azdır; çünkü bu tutarlı bir profildir. Eğer profil Araştırmacı, Sosyal ve Girişimci olarak sıralanmışsa, bu profil kararsızdır ve bir süre sonra değişebileceği dikkate alınmalıdır.

Mesleki Kişilik Tiplerinin Değerlendirilmesi ve Profilin Yorumlanması:

Mesleki tercih envanterinde danışanlar, ilgileri ve algılanan becerilerine göre altı tipin her birinde 0-50 arasında puan almaktadır.

Ayrışma altı tip içinde en yüksek ve en düşük ham puan arasındaki farktır.

Yüksek ve düz, tüm altı çevrede yüksek algılanan beceri ve yüksek ilgi yani kişilik tiplerinin her birinden 40 ve üzeri ham puan alma.

Düşük ve düz, tüm altı çevrede düşük algılanan beceri ve düşük ilgi olabilir.

En az bir algıda diğerlerine göre daha yüksek profilin ortaya çıkması ise olumlu bir durumdur (AYRISMA)

İyi ayrılmış profil ise bir ya da iki kişilik tipine ilişkin ham puanın 40 ya da daha üstü, diğer kişilik tiplerine ilişkin ham puanların 25 ve 25'ten aşağı olduğu profil için geçerlidir.

HOLLAND'IN KENDİNİ KEŞFETME ÖLÇEĞİ

GERÇEKÇİ	ARAŞTIRMACI	SANATÇI	SOSYAL	GİRİŞİMCİ	GELENEKSEL
15	20	25	45	20	20

Ece yapılan uygulama sonucu oluşan sonuçlara göre soru incelendiğinde; B, C, D ve E Seçeneklerinin doğru olduğu kabul edilir. Çünkü Ece Sosyal boyutta yüksek puan almış ve diğer boyutlarda benzer düşük puanlar alarak iyi ayrılmıştır. Bu durumda ilgileri belirginleşmiş olup bu alana yoğunlaşan Ece'ye bu yönde destek sunulması doğru bir yaklaşım olacaktır.

Ancak A seçeneğinde verilen skorlara göre Ece'nin Düşük düz profile sahip olduğu yorumu yanlıştır. Düşük düz profil için her 6 alanda da düşük puana sahip olması gerekmektedir.

Cevap A

33. Gözlem; başkaları hakkında bir görüş edinmek, onları tanımak ve değerlendirmek için kullanılan ve sıklıkla başvurulan bir tekniktir. Gözlem; “belirli bir amaç için bir nesnenin, olayın, kişinin, grubun doğal koşullarda kendiliğinden olayın belirdiği sırada ya da bilinçli ve planlı olarak hazırlanan deney koşullarında sistematik olarak incelenmesi sürecidir.” Gözlem sürecinde dikkat edilecek ilkeler şu şekilde özetlenebilir:

- Gözlemi önceden planlamak gerekir. Gözlem-den önce neyin, nerede, nasıl ve ne kadar sürede gözleneceği açık bir şekilde saptanmalıdır.
- Gözlem-den önce gözlem bilgilerinin asıl analiz edileceği ve sonuçların nasıl kaydedileceği (yöntem) belirlenmelidir.
- Gözlem yapacak kişi, gözlenen durum, davranış veya olayı izlerken kişisel olarak kendi beklentilerini karıştırmaksızın, gözlem sırasında gördüklerini ve gerçek olarak olanı kaydetmeli ve objektif olmalıdır.
- Gözlem yapan kişi, gözlenen bireyin görünüşte söylediklerinden daha çok yaptıkları davranışlara, davranışın duygusal boyutlarına bakmalı, yüzeysel davranışlarla, bireyin gerçek davranışlarını birbirinden ayırt etmelidir.
- Gözlem sürekli ve aralıklı olarak yapılmalıdır. Sürekli olarak yapılması; gözlemin belli bir zaman (1 ay gibi) sürecini kapsayacak biçimde yapılmasıdır. Aralıklı olarak yapılması; kişiyi uzun zaman süreci boyunca gözlemekten çok, kısa süreli ve farklı zamanlarda gözlemektir.
- Denetimsiz gözlemler, mümkün olduğu kadar doğal koşullar altında yapılmalı ve gözlem sırasında bireyin tüm davranışları değil yalnız, önceden belirlenmiş olan davranışlar dikkate alınmalı ve gözlenmelidir.
- Gözlem yapan kişinin, bireysel olarak yapması muhtemel hatalarını önlemek ve kontrol etmek için gözlemler, mümkün olduğu kadar birden çok gözlemci tarafından yapılmalı, aynı olay birlikte izlenmelidir.
- Gözlemlerin saptanmasında olay, koşullar, süreç ve sonuçlar bir bütün olarak düşünülmeli, gözlenen davranış, özellikleri, davranışın gösterildiği koşullar, yer, durum ve zaman belirtile-rek kaydedilmelidir.

- Gözlem-den elde edilen veriler, diğer teknikler-den elde edilen verilerle birleştirilmelidir.
- İnceleme konusu olan özellik için “kritik” sayılabilen davranışlar ayrıca gözlenmelidir.
- Gözlem sonunda bireyin içinde bulunduğu tüm koşullar dikkate alınmalı ve sonuçlar öğrenciyi etiketlemek için kullanılmamalı, sonuçlar öğrenciyi yardım etmek amacıyla kullanılmalıdır.
- Belli bir zaman süresi içinde yalnız bir kişi gözlenmelidir.
- Duruma göre, gözlem kayıtları gözlem-den hemen sonra yapılmalıdır.

Bu ilkeler ışığında soru seçenekleri değerlendirildiğinde Aycan Öğretmenin “Gözlemlerini yalnızca ilk ders saati boyunca ve sadece pazartesi günleri” gerçekleştirmesi “ **Gözlemin belirli bir zaman sürecini kapsayacak şekilde yapılması. “ ilkesini ihlal etmektedir.** Bu durum hatalara ve yanlış çıkarımlara sebep olabilir.

Cevap: B

34. Görüşme raporuna karışabilecek farklı hata türleri kısaca şöyledir:

Tanıma Hatası: Görüşme sırasında veya rapor hazırlarken, doğru bilgiye ulaşma veya doğru bilgi edinme sürecindeki eksikliklerden kaynaklanan hatalardır. Bu hatalar, görüşmecinin yeterli bilgi toplayamaması veya yanlış bilgilere dayalı kararlar almasıyla ortaya çıkar. Örnek: Görüşmeci, danışanın önemli bir problemini fark etmez veya gözden geçirir. Örneğin, danışanın stres yönetimi ile ilgili ciddi bir zorluk yaşadığını belirtmesine rağmen, bu bilgi raporda yer almaz.

İhmal Hatası: Görüşme sırasında elde edilen önemli bilgilerin raporda atlanması veya unutulması sonucunda oluşan hatalardır. Bu, dikkatsizlik veya bilgi yönetimindeki eksikliklerden kaynaklanabilir. Örnek: Danışanın sosyal ilişkilerinde yaşadığı sıkıntılar görüşme sırasında konuşulmuş, ancak raporda bu konuya hiç yer verilmemiştir.

Derleme Hatası: Görüşme sırasında toplanan bilgilerin yanlış bir şekilde birleştirilmesi veya yanlış yorumlanmasıyla oluşan hatalardır. Bu hatalar, görüşmecinin bilgileri bütünleştirme sürecindeki hatalardan kaynaklanır. Örnek: Danışanın hem akademik hem de sosyal yaşamında problemler yaşadığı belirtilmesine rağmen, görüşmeci bu bilgileri tek bir problem olarak birleştirip durumu yanlış analiz edebilir.

Yerini Değiştirme Hatası: Görüşme sırasında elde edilen bilgilerin doğru bağlamda değerlendirilememesi ve yanlış bir bağlama yerleştirilmesiyle oluşan hatalardır. Bu hatalar, görüşmecinin bilgiyi anlamlandırma sürecindeki hatalarla ilgilidir. Örnek: Danışanın ailevi sorunları hakkında yaptığı bir yorum, yanlış bir şekilde akademik sorunlarına bağlanarak değerlendirilir ve bu durum raporda da yanlış bir şekilde ifade edilir.

Yanıltma hatası: Bu hata cevaplayan kişiden kaynaklanmaktadır. Bu hatada cevaplayan kişi, soruya içinden geldiği gibi doğru yanıtlar vermez, kendi amacına uygun olarak akılcı yanıtlar vererek kendi gerçek durumunu saklar.

Soru öncülü incelendiğinde Mehmet Bey'in, görüşme sırasında, öğrencinin öğretmenleri ve ebeveynleri ile bire bir görüşmeler yapmış ve öğrenci ile de birkaç kez konuşmuş olmasına rağmen, görüşme

raporunu yazarken öğrencinin sosyal becerileri ile ilgili önemli bir bilgiyi atlamış ve rapora dahil etmemiş olduğu vurgulanmıştır. Bu durum İhmal Hatasına örnektir.

Cevap: D

35. Sosyometri; bir grubun üyeleri arasındaki etkileşim örüntüsünü tespit etmek amacıyla kullanılan tekniğe sosyometri adı verilir. Sosyometri, bir grubu oluşturan bireylerin sosyal durumunu, birbirleriyle olan ilişki biçimlerini, grup içerisindeki alt gruplar, klikler ve grubun gerçek görünümü ve grup bütünlüğü hakkında bilgi almak amacıyla kullanılan bir tekniktir. Grup ilişkilerini değerlendirmeye yarayan bu teknik, bireylerin grup içinde kabul edilme derecesi, rolleri ve etkileşim biçimleri hakkında bilgi verir. Grubun yeterli süre birlikte olması önemlidir.

Bu bilgileri öğretmen nasıl kullanabilir?

- Sınıfta etkin çalışma grupları oluşturmak,
- Verimli bir çalışma ortamı sağlamak,
- Sınıf oturma durumunu düzenlemek,
- Grup içi etkileşimi olumlu yönde geliştirmek,
- Yalnız-çekingen-izole edilmişleri tespit edip bunların sosyal uyumuna yardımcı olmak,
- Liderleri ayırmak,
- Gruptaki klikleri belirlemek amacıyla kullanılabilir.
- Sosyometri birbirini tanıyacak kadar bir arada olmuş gruplara uygulanabilir
- Sosyometri sonuçları öğrencilerle paylaşılmalı, tüm öğretmenlere duyurulmamalı, sadece gerekirse sınıf rehber öğretmeniyle paylaşılmalıdır.
- İlişkilerin doğası değişken olduğundan belirli aralıklarla tekrarlanmalıdır.
- Yalnızca verilen ölçütle sınırlı olduğu unutulmalıdır.
- BU TEKNİK BİZE NEDENLER HAKKINDA BİLGİ VERMEZ.

Sosyometri ve Kimdir Bu? Tekniği arasındaki farklar:

Hedef Kitle ve Kullanım Amacı: Sosyometri, bireyler arasındaki doğrudan sosyal ilişkileri ve etkileşimleri anlamak için kullanılırken, “Kimdir Bu?” tekniği bireylerin kendilerini ve başkalarını nasıl algıladıklarını ve bu algıların sosyal ilişkiler üzerindeki etkilerini analiz eder.

Yöntem: Sosyometri, bireylerin belirli sorulara verdikleri yanıtlara dayanarak sosyal ilişkileri belirlerken, “Kimdir Bu?” tekniği bireylerin kişilik özellikleri ve davranışlar hakkındaki algılarına odaklanır.

Değerlendirme: Sosyometri, yanıtları sosyogram şeklinde görselleştirerek sosyal ilişkileri temsil ederken, “Kimdir Bu?” tekniği bireylerin algılarını ve bu algıların grup dinamiklerine etkilerini analiz eder.

Azra Öğretmen, sınıf içi dinamikleri anlamak suretiyle sorunları çözmek ve sınıf içi ilişkileri daha sağlıklı bir hale getirmek için kullanabileceği teknik sosyometridir.

Cevap: A

36. Bibliyoterapi, psikolojik danışma sürecine yardımcı olacak şekilde özellikle okumayı seven bireylerin edebiyatla bir araya getirilmesi suretiyle kendi iç dünyalarını anlamalarına ve irdelemelerine yardımcı olacak, sorunları ile ilgili kitapları okuması önerilerek kendisine psikolojik yardım sağlama tekniğidir.

Bibliyoterapi tekniği uygulanırken dikkat edilmesi gereken noktalar:

- Kaynakların bilinçli seçimi.
- Danışmanın kaynaklarla ilgili önceden bilgi sahibi olması.
- Bireyin gelişim düzeyi ve gereksinimlerine dikkate edilmesi.
- Gönüllülük esasına dayanması ve bu böylelikle bireylerin okumaya zorlanmaması. (Özellikle okumaya hevesli danışanlarda olumlu sonuçlar verir.)
- Psikolojik danışma sürecine yardımcı-kolaylaştırıcı-destekleyici bir tekniktir.
- Okuma sonuçlarının paylaşılması suretiyle, gelişmelerin ve ortaya çıkan farkındalıkların paylaşılması.

Bibliyoterapide uygun materyalin seçilmesi ve öğrenciye sunulması ilk aşamadır. Bu aşamada danışanın ihtiyaçlarına uygun kitap veya materyal belirlenir ve sunulur. Daha sonra materyal aracılığıyla öğrencinin farkındalık geliştirmesi sağlanır. Bu “yansıtma” aşamasıdır. Öğrenci, karakterlerin yaşadığı olaylar ve duygular aracılığıyla kendisiyle ilgili farkındalık geliştirir. Materyal üzerinden öğrencinin yaşantısına ilişkin çıkarımlar yapılması bibliyoterapinin “entegrasyon” aşamasıdır. Öğrenci, materyali yaşamına nasıl uyarlayabileceğini tartışır. Materyal aracılığıyla öğrencinin günlük yaşamda değişiklikler yapmasına yardımcı olunması ise bibliyoterapinin nihai amacını yansıtır ve entegrasyon aşaması içinde değerlendirilir.

Bu perspektife bağlı olarak bibliyoterapinin evrelerini şu şekilde özetleyebiliriz:

1. Özdeşim ve yansıtma evresi: Bu evrede öğrenci, karakterle kendini özdeşleştirir ve kitabın içeriği üzerinden kendi duygularını yansıtır. Senaryoda bu evre I. Öncülde gerçekleşmiştir.

2. Arınma ve içgörü evresi: Bu evrede öğrenci, karakterin hikayesinden etkilenir, duygusal yüklerinden arınır ve kendi sorunlarına dair farkındalık geliştirir. Senaryoda bu durum II. Öncülde belirtilmiştir.

3. Bütünleşme evresi: Bu evrede öğrenci, kitapta edindiği mesajları günlük yaşantısına uygulamaya başlar. Senaryoda bu durum III. Öncülde belirtilmiştir.

Cevap: E

37. Meslek Seçimini Etkileyen Faktörler: Meslek seçimi bireyin yaşamını büyük ölçüde etkileyen önemli kararlardan biridir. Bu süreçte birçok faktör rol oynar:

CİNSİYET: Cinsiyet, toplumun bireylere yüklediği roller ve beklentiler doğrultusunda meslek seçimini etkileyebilir. Örneğin, bazı toplumlarda belirli mesleklerin kadınlara veya erkeklere “uygun” olduğu algısı yaygındır (örneğin, mühendislik erkeklere, hemşirelik kadınlara atfedilir).

Fırsat Eşitliği: Eğitim ve iş imkanlarındaki fırsat eşitliği cinsiyetle bağlantılı olarak meslek seçimini sınırlandırabilir.

Stereotipler: Cinsiyete dayalı kalıplaşmış yargılar bireylerin ilgilendiği veya başarılı olabileceği meslek alanlarına olan yönelimini şekillendirebilir. Örnek: Kadınların teknoloji, mühendislik gibi alanlara yöneliminin düşük olması, ancak bu algının son yıllarda değişmeye başlaması.

SOSYOEKONOMİK DURUM: Ailenin gelir düzeyi, bireyin kaliteli bir eğitim almasını ve dolayısıyla meslek seçiminde daha geniş seçeneklere sahip olmasını etkiler. Maddi imkanların sınırlı olması, bireyin ilgi duyduğu alan yerine ekonomik getirisi yüksek olan mesleklere yönelmesine neden olabilir.

Çevresel Koşullar: Yaşanılan bölge, sosyal çevrenin meslek seçimindeki etkileri ve toplumun ekonomik yapısı bireyin kariyer seçeneklerini belirlemede önemlidir.

Kariyer Fırsatları: Daha iyi ekonomik koşullara sahip bireyler, genellikle daha fazla kariyer seçeneğine sahip olabilir ve risk alarak kendilerini geliştirme fırsatı bulabilir. Örnek: Kırsal bölgede büyüyen bir bireyin tıp okumak istemesi, ancak maddi olanaksızlıklar nedeniyle bu hedefe ulaşmakta zorlanması.

PSİKOLOJİK GEREKSİNİMLER: Kendi Potansiyelini Gerçekleştirme: Bireyin kendini ifade etme, başarıya ve tatmin olma gereksinimleri meslek seçimini büyük ölçüde etkiler.

Özgüven ve Kendilik Algısı: Bireyin kendine olan güveni ve kendi yeteneklerini algılayışı, risk alma kapasitesini ve ilgi alanlarını seçme eğilimini etkiler.

Güvende Hissetme: Bazı bireyler iş güvencesine ve finansal istikrara öncelik verirken, bazı bireyler ise daha yaratıcı ve riskli meslekleri tercih eder.

Örnek: Yaratıcı bir bireyin ekonomik risklere rağmen sanat alanında çalışmayı seçmesi.

İLGİ ALANLARI: Bireyin belirli alanlara duyduğu ilgi, kariyer tercihlerini şekillendirir. Örneğin, matematiksel düşünceye ve problem çözmeye ilgi duyan bir birey mühendislik veya finans alanına yönelebilir.

İlgi ve Tatmin: Kendi ilgi alanlarına uygun meslek seçimi yapan bireyler, genellikle işlerinden daha fazla tatmin olur ve daha başarılı olurlar. Örnek: Doğayı seven bir bireyin biyoloji veya çevre mühendisliği gibi alanlarda kariyer yapmayı seçmesi.

YETENEKLER: Bireylerin sahip olduğu sözel, sayısal, mekanik veya sanatsal yetenekler, meslek seçimini etkileyen kritik bir faktördür.

Yeteneğin Eğitilebilirliği: Bazı yetenekler doğuştan gelirken, bazıları öğrenilebilir ve geliştirilebilir. Bu, bireylerin meslek tercihlerinde daha esnek olmalarını sağlar.

Yetenek ve İş Uyumunun Önemi: Meslek seçimi, bireyin sahip olduğu yetenekler ile işin gerektirdiği becerilerin uyumuna bağlıdır. Örnek: Sözel yeteneklere sahip bir bireyin öğretmenlik, yazarlık veya halkla ilişkiler gibi alanlara yönelmesi.

YETKİNLİK BEKLENTİSİ: Yetkinlik beklentisi, bireyin bir meslekte başarılı olacağına olan inancını ifade eder. Bu, bireyin özgüveni ve kendi yeteneklerini algılayışıyla doğrudan ilişkilidir.

Önemi: Bireyin seçtiği meslekte başarılı olacağına dair olumlu bir inancı varsa, mesleğe olan ilgisi ve kararlılığı artar. Bu inancın eksik olması ise bireyin ilgi duysa bile o mesleği seçmekten kaçınmasına neden olabilir.

Meslek Seçimine Etkisi: Yetkinlik beklentisi düşük olan bireyler, ilgilerine rağmen kendilerini yeterince başarılı görmedikleri alanlardan uzak durabilir. Örneğin, bir birey doktor olmak istemesine rağmen akademik başarısızlıktan korktuğu için bu seçeneği göz ardı edebilir.

İŞİN GEREKSİNİMLERİ: İşin gereksinimleri, belirli bir mesleğin başarılı bir şekilde icra edilmesi için

gereken fiziksel, zihinsel veya teknik becerileri ifade eder.

Teknik bilgi ve beceriler (örneğin, yazılım mühendisliği için programlama bilgisi).

Fiziksel gereksinimler (örneğin, pilotluk için iyi bir sağlık durumu).

Sosyal beceriler (örneğin, öğretmenlik için etkili iletişim).

Bireyin yetenekleri ve özellikleri, mesleğin gereksinimleriyle uyumlu olmalıdır. Aksi halde meslekte başarı ve tatmin sağlamak zorlaşır.

DEĞERLER: Bireyin yaşamdan ve çalışmaktan beklediği maddi ve manevi sonuçlardır. (Örneğin, yaratıcı çalışma ortamı, maddi kazanç, toplum hizmeti) meslek seçiminde etkili olur.

Soru öncülü incelendiğinde Muhammet'in mühendislikte başarılı olabileceği konusunda endişeleri ve bu mesleğin gerektirdiği problem çözme ve teknik becerilere sahip olup olmadığından emin olması öz yetkinlik beklentisi ile ilişkilidir.

Cevap: C

38. Ortaokul Kademesi Mesleki Gelişim Etkinlikleri

Ortaokul, öğrencilerin mesleki farkındalık kazandığı, ilgi ve yeteneklerini keşfetmeye başladığı önemli bir dönemdir. Bu kademedeki yapılacak mesleki gelişim etkinlikleri, öğrencilerin ileriki kariyer seçimlerinde kendilerini tanımlarına ve bilinçli kararlar almalarına yardımcı olur. Bu düzeyde uygulanabilecek bazı mesleki gelişim etkinliklerinden şöyledir:

Kariyer Farkındalığı Atölyeleri: Mesleklerin dünyası hakkında bilgi veren seminer ve atölyeler düzenlenir. Örnek: «Geleceğin Meslekleri» sunumu.

Meslek Tanıtım Günleri: Farklı mesleklerden profesyoneller sınıfa davet edilerek deneyimlerini paylaşır. Örnek: Bir doktor veya mühendisle soru-cevap etkinliği.

Bireyi Tanıma Çalışmaları: Öğrenciler, ilgi ve yeteneklerini keşfetmelerini sağlayan testler ve anketleri doldurur.

Proje Tabanlı Öğrenme: Öğrenciler, farklı mesleklerin gerekliliklerini deneyimlemek için meslek temalı projeler üzerinde çalışır. Örnek: Bir günlüğüne bilim insanı veya gazeteci olarak görev almak.

Okul Gezileri: Çeşitli lise, işyerlerine veya üretim merkezlerine yapılan gezilerle öğrenciler meslek ortamlarını görür. Örnek: Bir fabrika, bir lise, hastane veya sanat galerisine gezi düzenlemek.

Takım Çalışması ve Liderlik Etkinlikleri: Mesleki becerilerin temelleri olan takım çalışması, problem çözme ve liderlik yeteneklerini geliştiren grup etkinlikleri yapılır. Örnek: Sınıf içi işbirliği oyunları veya mini liderlik çalışmaları.

Kariyer Oyuncakları ve Oyunlar: Mesleki farkındalığı artırmak amacıyla eğitici ve eğlenceli oyunlar düzenlenir. Örnek: «Meslek Çarkı» gibi bir oyunla mesleklerin özelliklerini öğrenme.

Buna göre soruda yer alan seçeneklerden A, B, C ve D seçenekleri ortaokul kademesine uygun etkinlikleri yansıtır. Ancak E seçeneğindeki "üniversite tercih rehberliği yapmak" etkinliği, daha çok lise dönemine uygun bir çalışmadır. Çünkü üniversite tercihleri lise eğitiminin sonlarına doğru yapılır. Bu nedenle bu seçenek ortaokul düzeyine uygun değildir.

Cevap: E

39. Kariyer Geçişinde Süreç Türleri

Kariyer geçişleri, bireyin mevcut mesleğinden veya kariyer yolundan farklı bir alana yönelmesi sürecini ifade eder. Bu süreç, bireyin kontrolü dışında veya isteği doğrultusunda farklı şekillerde gerçekleşebilir. İşte bu süreçlerin detaylı bir açıklaması:

Beklenen Geçiş: Bireyin planlı ve bilinçli bir şekilde yaptığı geçiştir. Bu geçiş, genellikle bireyin uzun vadeli hedefleri doğrultusunda gerçekleşir. Gelecekteki bir dönemeç için önceden hazırlanılmıştır. Eğitim alma, beceriler kazanma ve ağ kurma gibi aşamaları içerebilir. Genellikle düşük streslidir çünkü birey kontrol sahibidir.

Örneğin, üniversiteden mezun olduktan sonra planlı bir şekilde kariyer başlangıcı yapmak.

Beklenmedik Geçiş: Ani ve bireyin kontrolü dışında gerçekleşen geçiştir. Kayıp ya da kriz durumlarında ortaya çıkabilir. Stres ve belirsizlik

düzeyi yüksektir. Kişinin kısa sürede adaptasyon sağlaması gerekir. Örneğin, işten çıkarılma ya da ekonomik kriz nedeniyle kariyer değişikliğine zorlanma.

Olaylı Geçiş: Belirli bir olayın tetiklediği geçiştir. Bu olay pozitif veya negatif olabilir. Geçiş, genellikle bir dönüm noktası veya büyük bir değişimle ilişkilidir. Kişisel, mesleki veya ailevi bir durumla bağlantılı olabilir. Örneğin, evlilikten sonra farklı bir şehirde yeni bir kariyer başlangıcı yapmak.

Olaysız Geçiş: Belirli bir olayın eşlik etmediği, daha yavaş gelişen ve genellikle doğal şekilde oluşan geçiştir. Kendiliğinden gelişir ve fark edilmesi zaman alabilir. Stres düzeyi genellikle düşüktür. Örneğin, bireyin yıllar içinde kariyerinde yavaş yavaş ilerleyerek yönetim pozisyonuna yükselmesi.

Gönüllü Geçiş: Bireyin kendi isteği ve motivasyonu ile gerçekleştirdiği kariyer değişimidir. Bireyin tatmin düzeyi genellikle yüksektir. Geçiş süreci, bireyin hedefleriyle uyumludur. Örneğin, bir bireyin daha tatmin edici bir iş bulmak için mevcut işini bırakması.

Gönülsüz Geçiş: Bireyin kontrolü dışında gerçekleşen ve zorunlu bir değişikliği ifade eder. Birey üzerinde büyük bir stres ve belirsizlik yaratabilir. Adaptasyon süreci zorlu geçebilir. Örneğin, iş yerinin kapanması sonucu başka bir işe yönelmek.

Bu açıklamalar göre iş yerindeki bölümün kapanması, bireyin kontrolü dışında gerçekleşmiştir. Bu nedenle bu geçiş **“beklenmedik geçiş”** kapsamındadır. Olaylı geçişte olay tetiklidir, ancak “beklenmedik” değilse olaylı olarak değerlendirilir.

Cevap: A

40. Gottfredson'a göre herkes saygın mesleklere girmeye çalışmakta ama bazı insanlar diğerlerinden çok daha fazla sosyal ve ekonomik engellerle karşılaşmaktadır. Gottfredson meslek seçim kararının benlik kavramının gelişimine paralel bir çizgi içinde gerçekleştiğini kabul eder. Meslek seçimi kişinin kendini sosyal düzen içinde bir yere yerleştirme girişimi ve çabasıdır Benlik kavramı ise kişinin kendisi hakkındaki algıların kavramlaştırılması ve uygun terimlerle ifadesidir. Benlik kavramı cinsiyet, dış görünüş, yetenekler, değerler vb. öğelerden oluşur. Bu öğelerden bazıları bazı kişiler için diğerlerinden daha önemli olabilir.

Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaştırma Kuramı'nda:

Daraltma süreci istenmedik seçeneklerin listeden çıkarılması,

Uzlaştırma süreci ise en çok istenen seçeneklerle dış gerçeklerin uygunluğunun sağlanmasıdır.

Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaştırma Kuramı Zihinsel Gelişim Aşamaları:

Büyüklik ve Güç (3-5 Yaş): Çocuklar, meslekleri fiziksel büyüklik ve güç kavramlarıyla ilişkilendirir. Örnek: Çocuk, «Ben büyüyünce süper kahraman olacağım» diyebilir çünkü fiziksel güç ön plandadır.

Cinsiyet Roller (6-8 Yaş): Çocuklar, meslekleri cinsiyet rollerine göre sınıflandırır. Örnek: «Kızlar hemşire olur, erkekler mühendis olur» gibi düşünceler gelişir.

Sosyal Statü (9-13 Yaş): Çocuklar, meslekleri sosyal statüye göre değerlendirmeye başlar. Yüksek maaş ve toplumsal prestij önem kazanır. Örnek: Çocuk, «Doktor olursam insanlar bana hayran olur» diyebilir.

İçsel Özdeşleşme (14+ Yaş): Ergenler, meslekleri kendi ilgi ve yetenekleriyle uyumlu olup olmadıklarına göre değerlendirir. Örnek: «Ben sanatı seviyorum, belki grafik tasarımcı olmalıyım.»

Bu bağlamda soru incelendiğinde:

Orhun (Cinsiyet Roller): Orhun 7 yaşındadır, dolayısıyla meslekleri cinsiyet rolleri üzerinden değerlendirme eğilimindedir. «Erkekler güçlü olmalı» ifadesi bu aşamayı yansıtır. Büyüklik ve güç belirtilse de o yaşta cinsiyet rolleri daha baskındır,

Ayça (İçsel Özdeşleşme): Ayça 15 yaşında ve meslek seçimini kendi ilgi ve yeteneklerine göre yapmaktadır. Bu, «içsel özdeşleşme» aşamasına uygundur. Resim yapma sevgisini meslek seçimi ile ilişkilendirmesi bu evreyi doğrular.

Cevap: D

41. Super'in Kariyer Geçiş Aşamaları Modeli

Donald Super, kariyer gelişimi sürecini bireyin hayatındaki aşamalara bağlı olarak açıklayan bir model geliştirmiştir. Bu model, bireyin yaşam boyu süren kariyer gelişimini evreler ve geçişler üzerinden ele alır. Super'e göre kariyer, bireyin yaşam evreleri boyunca gelişir ve değişir. Kariyer geçiş aşamaları, bir evreden diğerine geçişin gerçekleştiği süreçlerdir ve genellikle bireyin yaşamında önemli değişimler yaratır.

Super'in Kariyer Geçiş Aşamaları

1. Büyüme Aşaması (0-14 Yaş): Bireyin kendini tanıma, çevresindeki dünyayı anlama ve meslekler hakkında temel farkındalık kazanma sürecidir. Büyüme aşaması;

Gerçekçi Olmayan Hayaller: Çocuklar, süper kahraman, astronot veya prenses gibi meslekleri seçebilir. Bu seçimler, genellikle hayal gücüne dayalıdır ve gerçeklikten uzaktır. **Sık Değişen Seçimler:** Bu dönemde meslek tercihleri sıkça değişebilir. Çocuklar, her gördükleri kişiyi (doktor, öğretmen, itfaiyeci) rol model olarak benimseyebilir. **Farkındalık Oluşumu:** Çocuklar meslekler hakkında temel farkındalık kazansa da bu farkındalık, genellikle mesleklerin gereklilikleri hakkında sınırlı bilgiyle şekillenir. **Hayal Gücü ve Taklit:** Çocukların oyunlarında, çevrelerinde gördükleri rolleri taklit etmeleri yaygındır. Bu süreç, kariyer gelişimi açısından önemlidir çünkü bireyin ilgileri ve eğilimleri bu dönemde şekillenmeye başlar.

2. Araştırma (Keşfetme) Aşaması (15-24 Yaş): Birey, meslekler hakkında daha bilinçli seçimler yapmaya başlar ve kariyer yollarını keşfeder. Bu aşama genellikle eğitim ve stajlarla şekillenir.

Deneme (14-17) alt aşamasında geçici seçimler, **Geçiş (18-21)** alt aşamasında benlik tasarımı uygulamaya koyma, **Sınama (22-24)** alt aşamasında benlik kavramıyla işin gerektirdiği roller arasında uyum ön olana çıkar. Örnek: Üniversite tercihlerini ve ilgi alanlarını belirleme dönemi. Bireylerin mesleklere ilişkin daha net fikirlerinin olduğu, kariyer alternatifleri arasında seçim yaptığı, hangi işte çalışacağına karar verdiği ve bir işte çalışmaya başladığı dönemdir. **Billurlaşma:** Bireyler ne istediklerini ne gibi becerilere sahip olmaları gerektiğini belirginleştirir. **Belirleme:** Geçici tercihlerin

şekillendiği ve meslek seçimi için hazır olunan dönemdir. **Uygulama:** Kariyer hedeflerine ulaşmak için planlar yapılır, özgeçmiş hazırlama, ağındaki kişilerle bağlantı kurma vb.

3. Yerleşme Dönemi (25-45 Yaş): Bir işte çalışmaya başlamayla başlayan bu dönem benlik kavramının mesleki role uyarlanması ile tanımlanmaktadır.

Karar Kılma: İşe alımla ve o işin gereklerini yerine getirmekle ilgilidir. **Sağlamlaştırma:** İşteki pozisyonun sabitlenmesi ile ilgilidir. Birey işinde daha rahat olmaya başlar ve işinde güvenilir ve yeterlik sahibi bir kişi olarak bilinmek ister. **İlerleme:** Kişinin yaptığı işte daha fazla sorumluluk ve daha fazla ücret alabileceği üst pozisyona geçmesi anlamına gelir.

4. Koruma (Sürdürme) Aşaması (45-64 Yaş): İş yaşamında ilerlemenin olmadığı fakat iş yerinde statünün korunduğu dönemdir. **Koruma:** Bireyin iş yaşamındaki pozisyonunu koruması için kendi işi ile ilgili yeni şeyler öğrenmesi, değişen teknolojiye uyum sağlaması, rekabet edebilen kişilerin meydana okumasına karşılık verebilmesi. **Güncelleme:** Bireyin statüsünü korumak için çeşitli eğitim programlarına, kongrelere katılması söz konusudur. **Yenilik:** Kişinin meslek yaşamında ilerleme kaydetmesidir, işini büyütme gibi.

5. Çözülme Aşaması (65+ Yaş): Emeklilik dönemiyle birlikte birey, iş hayatından uzaklaşır ve yaşamının farklı yönlerine odaklanır. Bu süreçte kişinin kariyer kimliği azalabilir. Örnek: İşten ayrılma ve boş zamanlarını hobilere yöneltme.

Buna göre Serkan, hayal gücüne dayalı ve sık değişen meslek seçimleri yaptığı için büyüme aşamasında yer almaktadır. Bu dönem, bireyin mesleklerle ilgili temel farkındalık kazandığı ve geleceğe yönelik hayaller kurduğu süreçtir. u aşama, çocukların kendilerini ve çevrelerini tanıdığı, gelecekteki ilgi alanlarını keşfetmeye başladığı kritik bir dönemdir.

Cevap: A

42. ROE'NUN İHTİYAÇ KURAMI

Roe'nun meslek seçimi teorisi, bireyin çocukluk dönemindeki ihtiyaçlarının meslek seçimleri üzerindeki etkisini anlamaya yönelik bir kuramdır. Bu teori, bireylerin çocuklukta doyurulamayan ihtiyaçlarını meslekleri aracılığıyla karşılamaya çalıştığını savunur. Ayçıl'ın durumunu bu kuram çerçevesinde değerlendirebiliriz:

İhtiyaçlar ve Çocukluk Deneyimleri: Roe'nun teorisine göre, bireyin ihtiyaçları Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisine dayanır. Ayçıl'ın yaşadığı finansal güvensizlik ve temel ihtiyaçlarını karşılama mücadelesi, onun güvenlik ihtiyacını önceliklendirmesine neden olmuştur. Bu ihtiyaç, güvenli ve istikrarlı bir meslek arayışını beraberinde getirir. Örnek: Ayçıl'ın devlet kurumlarında çalışmayı istemesi, güvenlik ve istikrar ihtiyacını karşılamaya yönelik bir seçimi işaret eder.

Aile Tutumlarının Etkisi: Çocuğa duygusal yoğunlaşma; aşırı koruyuculukla aşırı talepkâr davranışlar arasında değişir. Fiziksel ihtiyaçlar karşılanırken, psikolojik ihtiyaçlar ebeveynlerin sevgi ve onayla ilgili koyduğu koşullar oluşana kadar karşılanmaz. Aşırı koruyucu çevrelerde yetişen çocuklar duyarlı davranmanın ödülleri getirdiğini öğrenir. Bu nedenle de çocuklar onay almak ve olumlu bir benlik algısı geliştirmek için diğerlerine bağımlı olurlar. Aşırı talepkâr ortamlar, çocukların "ya hep ya hiç" standartlarına bağlı kalmayı öğrenmesine neden olduğu için çocuklarda mükemmeliyetçi eğilimlerin gelişmesi ile sonuçlanır. Roe'ya göre; çocuktan kaçınma, çocuğun fiziksel ihtiyaçlarını ihmal etmeyle çocuğun duygusal ihtiyaçlarını reddetme arasında değişir. Çocuğun kabulü, çocuğun fiziksel ve psikolojik ihtiyaçlarının karşılandığı çevreleri gerektirir. Bağımsızlık ve özgüven oluşumu, bağlılığın olmadığı veya destekleyici bir ortam tarafından desteklenir

Ayçıl'ın sevgi ve kabul ihtiyacının tam olarak karşılanmamış olması, sosyal statü ve kabul görebileceği bir meslek seçme eğilimi yaratmıştır. Bu durum, Ayçıl'ın öğretmenlik mesleğine ilgi duymasıyla açıklanabilir. Örnek: Öğretmenlik, bireyin toplumda saygı görmesini ve insanlarla pozitif ilişkiler kurmasını sağlayan bir meslektir. Bu, Ayçıl'ın sosyal kabul ihtiyacını karşılayabilir.

İhtiyaç Türleri: Roe, ihtiyaçları üç kategoride inceler:

- **Rutin İhtiyaçlar:** Ayçıl'ın çocuklukta temel ihtiyaçlarının karşılanması için mücadele edilmesi, onun güvenlik ihtiyacını artırmıştır.
- **Alt Düzey İhtiyaçlar:** Sevgi ve sosyal kabul görme ihtiyacının tam olarak doyurulmaması, Ayçıl'ı sosyal mesleklere yöneltmiştir.
- **Uzun Aradan Sonra Doyurulan İhtiyaçlar:** Çocuklukta karşılanamayan ihtiyaçlar yetişkinlikte prestij veya otorite sahibi bir meslek aracılığıyla giderilmeye çalışılabilir. Ayçıl'ın öğretmenlik seçimi bu duruma uygundur.

Meslek Seçimi ve İhtiyaç İlişkisi: Roe'nun kuramı, bireyin meslek seçiminde çocukluk dönemi deneyimlerini önemli bir faktör olarak ele alır. Ayçıl'ın meslek tercihleri, çocukluğunda doyurulamayan ihtiyaçlarının yansımasıdır:

Güvenlik ve istikrar arayışı → Devlet memurluğu isteği.

Sosyal kabul ve sevgi ihtiyacı → Öğretmenlik mesleği seçimi.

Bu bilgiler ışığında şıklar incelendiğinde:

- A) Çevresel faktörlere bağlıdır:** Çevresel faktörler etkili olabilir, ancak meslek seçimleri yalnızca çevresel faktörlerle açıklanamaz.
- B) Selin'in meslek seçimleri, çocukluk döneminde karşılanamayan ihtiyaçlarının bir yansımasıdır. Bu doğru seçenektir.**
- C) Ailesinin meslek eğilimlerine göre belirlenmiştir:** Roe, meslek seçiminin bireyin aile deneyimlerinden değil, ihtiyaçlarının karşılanma durumundan etkilendiğini belirtir. Aile meslek eğilimleri doğrudan bir neden değildir.
- D) Yalnızca ekonomik koşullarla ilgilidir:** Meslek seçimleri ekonomik faktörlere bağlı olabilir, ancak psikolojik ve duygusal ihtiyaçlar da eşit derecede önemlidir.
- E) Rastgele kararlarla şekillenmiştir:** Meslek seçimleri bireyin ihtiyaçları ve deneyimlerinden etkilenir, rastgele değildir.

Cevap: B

43. Holland'ın Tipoloji Kuramının Varsayımları

Kişilik ve Meslek Uygunluğu: İnsanların kişilik özellikleri ile meslekler arasında doğrudan bir ilişki vardır. Bireyler, kişiliklerine uygun meslekleri seçtiğinde daha tatmin ve başarılı olurlar.

Çevresel Uygunluk: İş ortamları, belirli kişilik özelliklerini destekler ve teşvik eder. Bireyin iş tatmini, bulunduğu ortamın kişiliğiyle uyumuna bağlıdır.

Kariyer Davranışı: Bireylerin meslek seçimleri, kişilik özelliklerinin bir yansımasıdır. İnsanlar, kendi kişilik yapılarına benzer iş ortamlarını arar.

Altı Kişilik ve Meslek Türü: İnsanlar ve meslekler altı kategoriye ayrılır: Realistik (Gerçekçi), Araştırmacı (İnceleyici), Artistik (Sanatsal), Sosyal, Girişimci ve Geleneksel

Bu kategoriler bireyin kişilik özelliklerini ve mesleklerin gerekliliklerini temsil eder.

Uyum ve Çelişki: Bireyin kişilik tipi ile meslek tipi arasında ne kadar uyum varsa, iş tatmini ve performansı da o kadar yüksek olur. Uyum eksikliği durumunda stres ve başarısızlık artar.

Holland'ın Kuramının İlkeleri:

Kişilik Tiplerinin Belirlenmesi: Her bireyin kişiliği, yukarıdaki altı kategoriden bir veya birkaçına yakınlık gösterir. Örneğin, bir sanatçı daha çok artistik ve sosyal tiplerle ilişkilendirilirken, bir mühendis gerçekçi ve inceleyici kategorilere daha yakındır.

Meslek Ortamlarının Kategorize Edilmesi: Meslekler ve iş ortamları, belirli kişilik tipleriyle ilişkilendirilerek sınıflandırılır.

Uyumun Önemi: Birey-meslek uyumu teorisinin merkezindedir. Bu uyumun artırılması, bireyin iş tatmini ve başarı düzeyini yükseltir.

Kariyer Gelişimi: Meslek seçimi bir süreçtir ve birey, bu süreçte kişilik özelliklerini keşfederek doğru meslek tercihinin yapar.

Holland'ın Kuramına Yöneltilen Eleştiriler

Kişilik Tipleri ve Meslek Ortamları Arasındaki Sınırlı İlişki: İnsanların kişiliği ve meslek seçimleri her zaman net sınıflandırmalar içinde değerlendirilemez. İnsanlar genellikle birden fazla tipe uygun özellikler gösterebilir.

Sosyal Çevrenin Etkisinin İhmal Edilmesi: Kuram, birey-meslek uyumuna odaklanırken, toplumsal, kültürel ve ekonomik faktörlerin bireyin meslek seçimindeki rolünü göz ardı etmiştir. Kariyer seçimine yol açan **gelişimsel süreçler yerine**, kariyer seçimini etkileyen faktörlere odaklanır.

Statik Yapı: Kuram, bireyin kişilik özelliklerinin ve mesleki tercihlerin zaman içinde değişebileceğini yeterince dikkate almaz. Oysa bireyler, yaşamları boyunca ilgi ve becerilerinde değişim gösterebilir.

Dinamik Olmayan Yaklaşım: Kariyer süreci, sadece meslek seçimi ile sınırlı değildir. Kuram, bireyin meslek içindeki gelişimini ve değişen yaşam koşullarını daha az ele alır.

Kültürel Çeşitliliğe Uygunsuzluk: Batı toplumlarına odaklanmış bu kuram, farklı kültürel bağlamlarda her zaman geçerli olmayabilir. Ayrıca kadınların, **etnik grupların veya farklı grupların kariyer gelişimi üzerinde yeterince durmadığı**

Holland'ın Tipoloji Kuramı, birey-meslek uyumunu ele alırken değerli katkılar sağlamış, ancak sosyal, kültürel ve dinamik faktörleri ihmal etmesi gibi zayıf noktaları nedeniyle eleştirilmiştir. Ancak "**Kişilik özellikleri ile meslek uyumu arasındaki ilişkiyi vurgulaması**" kuramın temel dayanağıdır ve bir eleştirisi değildir. Aksine, kuramın güçlü bir yönüdür.

Cevap: D

44. Etkili bir programın özelliklerine göre sorudaki seçeneklerin değerlendirilmesi şu şekildedir:

İşlevsellik: İşlevsellik, rehberlik programının belirlenen hedeflere ulaşmada etkili ve verimli olmasını ifade eder. İşlevsellik, programın başka okullarda uygulanabilirliği ile doğrudan ilgili değildir. **Bu seçenek yanlıştır.**

Taşınabilirlik: Taşınabilirlik, rehberlik programının başka ortamlara veya okullara transfer edilebilmesini ve benzer etkililiği gösterebilmesini ifade eder. Ayşe'nin programını başka okullarda da uygulanabilir hale getirme çabası, taşınabilirlik ile doğrudan ilgilidir. Bu seçenek doğrudur.

Sistematiklik: Sistematiklik, rehberlik programının düzenli ve planlı bir şekilde yapılandırılmasını ifade eder. Sistematiklik, programın taşınabilirliği ile doğrudan ilgili değildir. **Bu seçenek yanlıştır.**

Uygulanabilirlik: Uygulanabilirlik, rehberlik programının pratikte uygulanabilir ve hayata geçirilebilir olmasını ifade eder. Ancak, başka ortamlara taşınabilirlik ile doğrudan ilgili değildir. **Bu seçenek yanlıştır.**

Değerlendirilebilirlik: Değerlendirilebilirlik, rehberlik programının sonuçlarının ve etkilerinin ölçülebilir olmasını ifade eder. Programın taşınabilirliği ile doğrudan ilgili değildir. **Bu seçenek yanlıştır.**

Buna göre Hasan Bey'in hazırladığı rehberlik programının başka okullarda da uygulanabilir ve etkili olmasını sağlama çabası, programın taşınabilirlik özelliği ile ilgilidir. Taşınabilirlik, programın farklı ortamlara transfer edilebilmesini ve aynı etkililiği gösterebilmesini ifade eder.

Cevap: B

45. Rehberlik programı süreç öğeleri ve psikolojik danışmanın bunlardaki etkinlik düzeyleri şu şekilde açıklanabilir:

Müfredat: Müfredat rehberlik hizmetleri, tüm öğrencilere yönelik önleyici ve gelişimsel rehberlik etkinliklerini içerir. Psikolojik danışmanlar bu süreçte de etkin rol oynar, ancak müdahale hizmetlerine kıyasla daha az etkindirler. **- Orta düzeyde etkinlik.**

Bireysel Planlama: Bireysel planlama hizmetleri, öğrencilerin kişisel, akademik ve kariyer hedeflerini belirlemelerine yardımcı olur. Psikolojik danışmanlar, bu süreçte öğrencilere bireysel danışmanlık yapar ve ihtiyaçlarına göre planlamalar yapar. Bu alanda da oldukça etkindirler, ancak kriz durumlarında müdahale hizmetleri kadar yoğun bir katılım gerektirmeyebilir. **-Yüksek düzeyde etkinlik.**

Müdahale Hizmetleri: Psikolojik danışmanlar, müdahale hizmetlerinde oldukça etkindir. Kriz durumlarında bireysel danışmanlık sağlar, travma sonrası destek hizmetleri sunar ve öğrencilerin duygusal ve psikolojik zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olur. Öğrencilerin karşılaştığı acil sorunlarla ilgilenmek, psikolojik danışmanların temel görevlerinden biridir. **En çok etkin olduğu alan**

Sistem Desteği: Sistem desteği, rehberlik programlarının okul içinde etkin bir şekilde yürütülmesi için gerekli iş birliği ve koordinasyonu sağlamak amacıyla yapılan çalışmaları kapsar. Bu boyutta, okul yönetimi, öğretmenler ve diğer paydaşlar arasında iş birliği ve koordinasyon sağlanır. Psikolojik danışmanlar bu süreçte katkıda bulunurken, asıl sorumluluk yönetim ve koordinasyon tarafındadır. Dolayısıyla bu alanda diğer süreçlere göre daha az etkindirler. **En az etkin olduğu alan**

Buna göre psikolojik danışmanlar, rehberlik programlarının en kritik bileşenlerinden biridir. Özellikle müdahale hizmetleri (en çok etkin olduğu) ve bireysel planlama süreçlerinde yüksek düzeyde etkindirler. Ancak, sistem desteği gibi okul içindeki koordinasyon ve iş birliği gerektiren alanlarda, diğer alanlara göre daha az etkin olabilirler.

Cevap: D

46. Sınıf rehberlik programının kazanımları belirlenirken dikkat edilmesi gereken temel unsurlar çerçevesinde sorunun önermeleri değerlendirildiğinde;

- I. Kazanımlar, öğrencilerin yaş ve gelişim düzeyine uygun olarak belirlenmelidir: **Bu ifade doğrudur.** Sınıf rehberlik programı hazırlarken öğrencilerin gelişim düzeyi dikkate alınmalıdır. Yaşlarına uygun olmayan kazanımlar, öğrenciler için etkisiz veya gereksiz olabilir.
- II. Kazanımlar, öğrencilerin bireysel farklılıkları ve ihtiyaçlarına uygun olmalıdır: **Bu ifade doğrudur.** Öğrencilerin bireysel ihtiyaçları ve farklılıkları, rehberlik programının etkili olabilmesi için göz önünde bulundurulmalıdır. Rehberlik, bireyselleştirilmiş yaklaşımlar içerdiğinde daha verimli olacaktır.
- III. Kazanımlar, sadece akademik başarıya yönelik olmalıdır ve diğer gelişim alanları göz ardı edilmelidir: **Bu ifade yanlıştır.** Kapsamlı rehberlik programları, öğrencilerin akademik, sosyal, duygusal, bilişsel ve kariyer gelişimlerini bir bütün olarak ele alır. Sadece akademik odaklı bir yaklaşım, rehberlik hizmetlerinin geniş kapsamını daraltır.
- IV. Kazanımlar, ölçülebilir, somut ve uygulanabilir ifadelerle yapılandırılmalıdır: **Bu ifade doğrudur.** Rehberlik programında yer alan kazanımların net, ölçülebilir ve uygulanabilir olması hem öğretmenlerin hem de öğrencilerin programın amacını ve başarı düzeyini anlamalarını sağlar.
- V. Kazanımlar, toplumun değerlerine ve kültürel normlara uygun bir şekilde tasarlanmalıdır: **Bu ifade doğrudur, ancak bu aşamada belirtilmesi zorunlu değildir.** Her rehberlik programı, elbette toplumun değerlerini ve kültürel normları göz önünde bulundurmalıdır; ancak bu, kazanım belirleme sürecinden ziyade programın genel tasarımına yön verir.

Dolayısıyla sınıf rehberlik programının kazanımları belirlenirken, yaş ve gelişim düzeyine uygunluk (I), bireysel farklılık ve ihtiyaçlara uygunluk (II), ve ölçülebilir, somut ve uygulanabilirlik (IV) gibi unsurlar dikkate alınmalıdır.

Cevap: B

47. Geçerlik, bir testin ya da ölçme aracının, ölçmeyi amaçladığı özelliği ne kadar doğru ve tutarlı bir şekilde ölçtüğünü ifade eder. Başka bir deyişle, geçerlik bir testin amacına uygun olup olmadığını ortaya koyar. Örneğin, zekâ ölçmek için geliştirilen bir test gerçekten bireyin zekasını ölçüyorsa, bu testin geçerliği yüksek demektir.

Geliştirilen bir zekâ testinin geçerliğinin yüksek olduğunu kanıtlamak için aşağıdaki kriterlere dikkat edilmesi gerekir:

Yapı Geçerliği: Testin ölçmek istediği zekâ kavramını gerçekten ölçüp ölçmediğini değerlendirir. Test sonuçları, zekâ teorileri ile tutarlı olmalıdır. Örneğin, zekâ testinde bireylerin bilişsel becerilerini (örneğin, problem çözme, mantıksal düşünme) ölçen maddeler bulunmalıdır. Farklı gruplardan alınan sonuçlar (örneğin, yüksek bilişsel kapasiteye sahip bireyler ile diğerleri) arasında mantıklı farklılıklar görülmelidir.

Ölçüt Bağıntılı Geçerlik: Bir testin sonuçlarının, ölçmek istediği kavramla ilgili dışsal bir ölçüt ile ilişkisi.

- **Yordama Geçerliği:** Zekâ testi sonuçlarının bireylerin ilerideki akademik veya mesleki başarılarını doğru bir şekilde tahmin etmesi gerekir.
- **Eşzamanlı Geçerlik:** Test sonuçları, hali hazırda bilinen ve geçerli kabul edilen başka bir zekâ testi ile benzer sonuçlar göstermelidir.

Kapsam Geçerliği: İçerik geçerliği, testin ölçmek istediği zekâ alanlarını (örneğin, görsel-uzamsal beceriler, sözel yetenekler) kapsamlı bir şekilde temsil edip etmediğini değerlendirir. Uzmanlar, test maddelerinin içerik açısından zekâ kavramını doğru bir şekilde yansıttığını onaylamalıdır. Test, zekanın farklı boyutlarına (örneğin, sözel, sayısal, analitik) yönelik çeşitli sorular içermelidir.

Güvenirlilik: Geçerlik için güvenirlik ön koşuldur. Testin sonuçları tutarlı olmalı ve tekrarlanan uygulamalarda benzer sonuçlar vermelidir.

Maddelerin Ayırt Ediciliği: Test maddeleri, bireylerin zekâ düzeylerine göre belirgin farklar göstermelidir.

**Buna göre sorunun seçeneklerini değerlendir-
diğimizde:**

A seçeneği, "Ölçme sonuçları hatalardan arınıktır" ifadesi güvenilirlikle ilgilidir. Güvenirlik geçerlikle ilgili ön koşul olmakla birlikte ölçme sonuçlarıyla ilgili ve dolaylı olarak geçerliği etkiler.

B seçeneği, "Test tekrar test yöntemi sonuçları tutarlıdır." Güvenirlik test etme yöntemidir.

C seçeneği "Test kolay değişen bir yapıyı ölçmektedir." Yanlıştır. Zekâ kolay değişen bir yapı olmakla birlikte, böyle bir yapıda test sonuçları tutarlı ve kararlı olamaz.

D seçeneği, "Aynı özellikteki bireylerde farklı sonuçlar vermiştir." İfadesi testin geçerliğinin düşük olduğunu gösterir.

E seçeneği, "Yaş arttıkça doğru cevaplanan madde sayısı da artmıştır." Yapı geçerliği ile ilgilidir, testin ayırt ediciliği de ön plana çıkar ve testin geçerliği ile ilgili en güçlü kanıtları verir. Çünkü test farklılaşan yapıyı ortaya koyabilme amacını taşır.

Cevap: E

48. Gelişimsel yöntemler, bireylerin belirli bir zaman diliminde veya yaşam boyu gösterdikleri değişimleri ve gelişimleri anlamak için kullanılan araştırma yöntemleridir. Bu yöntemler özellikle psikoloji, eğitim ve sosyal bilimlerde sıklıkla tercih edilir. İşte gelişimsel yöntemler:

Kesitsel Yöntem: Bu yöntemde, farklı yaş gruplarından bireyler aynı anda incelenir. Bu sayede, gelişimsel değişimlerin hızlı bir şekilde karşılaştırılması mümkündür.

- **Avantajları:** Zaman açısından ekonomiktir. Çeşitli yaş gruplarını aynı anda analiz etme imkânı sunar.
- **Dezavantajları:** Gelişimsel değişimlerin tam bir süreç içinde gözlemlenmesi mümkün değildir. Kuşak etkisi (cohort effect) nedeniyle farklı yaş gruplarının farklı dönemlerde büyümüş olması sonuçları etkileyebilir.

Boylamsal Yöntem: Aynı bireyler, uzun bir zaman dilimi boyunca tekrarlayan ölçümlerle incelenir. Bu yöntem, bireylerin zaman içindeki gelişimlerini doğrudan gözlemlemeye olanak tanır.

- **Avantajları:** Gelişim sürecini doğrudan izler. Kişisel farklılıklar ve bireysel gelişim net bir şekilde gözlemlenebilir.
- **Dezavantajları:** Zaman alıcı ve maliyetlidir. Denek kaybı problemi yaşanabilir, yani bireylerin araştırmadan ayrılması sonuçları etkileyebilir.

Sırasal Yöntem: Bu yöntem, kesitsel ve boylamsal yöntemlerin bir kombinasyonudur. Farklı yaş grupları, belirli bir zaman dilimi boyunca takip edilir. Hem yaş grupları arasındaki farklar hem de bireylerin uzun süreli gelişimi incelenir.

- **Avantajları:** Kesitsel ve boylamsal yöntemlerin avantajlarını bir araya getirir. Daha detaylı ve bütüncül bir analiz imkânı sunar.
- **Dezavantajları:** Karmaşık bir yöntemdir ve uygulanması zor olabilir. Hem zaman hem de maliyet açısından yoğun bir süreç gerektirir.

Mikro-genetik Yöntem: Bu yöntemde, bireyler kısa bir zaman dilimi boyunca yoğun bir şekilde gözlemlenir. Kısa vadeli gelişim süreçlerine odaklanılır. Küçük bir zaman diliminde bireylerin davranışları detaylı bir şekilde incelenir. Örnek: Çocukların bir matematik problemini öğrenme süreçlerinin birkaç hafta boyunca izlenmesi.

- **Avantajları:** Çok ayrıntılı veri sağlar. Gelişimsel süreçlerin en küçük değişimlerini gözlemleme imkânı sunar.
- **Dezavantajları:** Sadece kısa vadeli değişimlere odaklanır. Gelişimsel sürecin daha geniş bağlamda anlaşılmasını sınırlayabilir.

Bu kategoride yer almayan idiyografik ve normatif çalışmaları da açıklayacak olursak:

İdiyografik Çalışma: Bireylerin kendine özgü özelliklerini ve deneyimlerini anlamaya odaklanır. Her bireyin biricik olduğuna inanılır ve bu nedenle bireylerin kişisel hikayeleri, özellikleri ve deneyimleri detaylı bir şekilde incelenir. Bireysel farklılıkları ve özgünlükleri vurgular. Daha çok derinlemesine niteliksel analiz yöntemleri (örneğin, vaka çalışmaları, mülakatlar) kullanılır. Genelleme yapmayı amaçlamaz, bireyin kendi bağlamındaki davranışlarını

anlamaya çalışır. Örnek: Bir terapistin, depresyon yaşayan bir bireyi tüm detaylarıyla inceleyerek onun yaşam koşullarını, geçmiş deneyimlerini ve kişisel içgörülerini analiz etmesi.

- **Avantajları:** Derinlemesine bilgi sağlar. Bireysel terapi veya danışmanlık gibi alanlarda çok etkilidir.
- **Dezavantajları:** Bulgular genelleştirilemez. Zaman alıcıdır ve büyük grupları analiz etmek için uygun değildir.

Normatif veya Nomotetik Çalışma: İnsan davranışını genel prensiplerle açıklamaya çalışır. Bireylerin ortak özelliklerini belirlemek ve bu özelliklere dayalı genellemeler yapmak için büyük grupları inceler. Ortaklıkları ve genel eğilimleri inceler. Çoğunlukla nicel yöntemler (örneğin, anketler, istatistiksel analiz) kullanılır. Bireyin ötesine geçerek geniş gruplara veya popülasyonlara yönelik genellemeler yapmayı amaçlar. Örnek: Bir araştırmacının, üniversite öğrencileri arasında stres düzeyini ölçen bir anket düzenlemesi ve bu verilerden stresin yaygın nedenlerini tespit etmesi.

- **Avantajları:** Büyük gruplar üzerinde genellenabilir sonuçlar elde edilebilir. Karşılaştırmalar yapmak ve evrensel modeller geliştirmek için uygundur.
- **Dezavantajları:** Bireysel farklılıkları göz ardı edebilir. Derinlemesine bir anlayış sunmaz.

Soruda araştırmacının aile tutumlarının çocukların özsaygı düzeylerine etkilerini araştırmak için farklı aile tutumlarına sahip yirmişer çocuktan oluşan dört grup çocuğu 1-5 yaşları arasında incelediği görülmektedir. Birden fazla grup birden fazla ölçüm ile değerlendiriliyorsa bu sırasal desene uygundur.

Cevap: C

49. GİZLİLİK İLKESİ VE İSTİSNALAR

Psikolojik danışmanlıkta gizlilik ilkesi, danışanın güvenli ve özel bir ortamda kendisini rahatlıkla ifade edebilmesini sağlamak için kritik bir ilkedir. Ancak, bazı durumlarda bu ilkeye istisnalar getirilmesi zorunludur. Bunlar, danışanın veya başkalarının ciddi şekilde zarar görme riski taşıdığı durumları içerir.

Buna göre seçeneklerin analizi şöyledir:

A) Öğrencinin güvenliğini sağlamak amacıyla durumu ailesine ve ilgili kurumlara bildirmek.

- Doğru bir davranıştır. Eğer danışanın kendine zarar verme veya tehlikeli bir durumda olduğu bilgisi elde edilirse, danışmanın gizlilik ilkesini ihlal etmesi bir gerekliliktir. Danışman, danışanın güvenliğini sağlamak adına aileye, okul yönetimine veya ilgili kurumlara bilgi vermemelidir. Bu tür bir durum gizlilik ilkesine istisna oluşturur.

B) Danışanın gizlilik talebi gereği hiçbir bilgi paylaşımında bulunmamak.

- Yanlış bir davranıştır. Riskli durumlarda gizlilik ilkesine bağlı kalmak yerine danışanın güvenliği önceliklendirilmelidir. Bilgi paylaşılmaması, danışanın zarar görmesine yol açabilir.

C) Danışanın onayı olmadan arkadaşları ile danışan hakkında bilgi paylaşmak.

- Yanlış bir davranıştır. Danışanın özel bilgileri, arkadaşları veya ilgisiz kişilerle paylaşmak etik ve yasal açıdan kabul edilemez. Gizlilik yükümlülüğü, yalnızca danışanın güvenliği için ilgili kurumlara bilgi verilmesiyle sınırlı olarak ihlal edilebilir.

D) Durumu kendi inisiyatifine bırakıp, yalnızca danışmanlık sürecine devam etmek.

- Yanlış bir davranıştır. Danışman, kendine zarar verme riski gibi durumlarda harekete geçmek zorundadır. Durumu görmezden gelmek veya yalnızca danışmanlıkla süreci yönetmeye çalışmak etik ihlal anlamına gelir.

E) Okuldaki diğer öğrencilerin bu durumdan haberdar edilmesini sağlamak.

- Yanlış bir davranıştır. Danışanın özel bilgileri yalnızca ilgili kurumlarla paylaşılabilir. Bu bilgileri diğer öğrencilerle paylaşmak etik bir ihlaldir ve danışmanın meslek ilkelerine uygun değildir.

Doğru Yaklaşım:

- Gizlilik ilkesi, bireyin güvenliğini tehdit eden durumlarda ihlal edilebilir. Örneğin:
- Kendine zarar verme eğilimi
- Başkalarına zarar verme riski

- Fiziksel, duygusal ya da cinsel istismar durumları
- A şıkkı, danışmanın hem etik ilkeler hem de yasal yükümlülükleri doğrultusunda yapması gereken doğru davranışı ifade eder. Bu süreçte danışan bilgilendirilmeli ve şeffaf bir yaklaşım izlenmelidir.

Cevap: A

ihlali danışanın güvenine ve terapötik ilişkiye zarar verir. Buna göre;

- I, III ve V sınır aşımı ile ilişkilidir; bu durumlar danışan yararına yapılan etik esnekliklerdir.
- II ve IV sınır ihlali ile ilişkilidir; bu durumlar danışmanlık sürecinin doğasına ve etik kurallara aykırıdır.

Cevap: E

50. SINIR AŞIMI VE SINIR İHLALİ

Sınır Aşımı: Sınır aşımı, danışmanlık sürecinde terapötik hedeflere hizmet edebilecek esnekliklerdir. Yani, danışman danışan yararına etik sınırlar içinde küçük sapmalar yapabilir. Ancak bu esneklikler hiçbir zaman güven ilişkisini bozmaz veya profesyonel sınırların ihlal edilmesine yol açmaz. Buna örnek teşkil eden öncüller şöyledir:

- I. öncül: Etkinlik sırasında danışanı selamlamak, terapötik ilişkiyi olumsuz etkilemez ve sınır aşımı olarak değerlendirilebilir.
- III. öncül: Danışmanın güven ilişkisini koruyarak yaptığı etik esneklikler sınır aşımına örnektir.
- V. öncül: Danışanın talepleri doğrultusunda seans saatini esnetmek gibi esneklikler sınır aşımı olarak kabul edilebilir.

Sınır İhlali: Sınır ihlali, danışma sürecinde danışman ile danışan arasındaki profesyonel sınırların ciddi şekilde aşılması ve terapötik ilişkinin zarar görmesi durumudur. Sınır ihlalleri etik sorunlar doğurur ve danışanın güvenliğini zedeler.

- II. öncül: Danışan ile sosyal ilişki geliştirmek, profesyonel sınırları ihlal eder ve etik bir problem oluşturur.
- IV. öncül: Danışan ile ticari ilişki kurmak hem profesyonel hem de etik sınırların ciddi bir ihlalidir. Psikolojik danışma sürecinde sınır aşımı ve sınır ihlali kavramlarını ayırt etmek, danışmanlar için etik karar süreçlerinde kritik öneme sahiptir. Sınır aşımı, gerektiğinde danışan yararına yapılan esneklikleri ifade ederken, sınır

MEB AGS ÖABT

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ÇÖZÜM

2

1. Bu testte 50 soru vardır.

1. İşlevselcilik, zihinsel süreçlerin ve davranışların işlevlerini ve organizmanın çevresine uyum sağlamasına nasıl katkıda bulunduklarını anlamak için bütüncül ve pragmatik bir yaklaşım sunmaktadır. Bu yönüyle bilincin, çevredeki değişikliklere uyum sağlamak ve organizmanın ihtiyaçlarını karşılamak için nasıl çalıştığını inceler. Böylece psikolojinin pratik uygulamalarını ve günlük hayatta karşılaşılan sorunları çözmeye yönelik önemini vurgular. Yapısalcılık ekolünün parçacı bakış açısına tepki olarak William James tarafından geliştirilen işlevselcilik zihinsel süreçleri ve davranışları ayrı ayrı ele almak yerine, bir bütün olarak inceler. Bireyin tüm davranışlarının ve zihinsel süreçlerinin birbiriyle nasıl ilişkili olduğunu ve nasıl bir uyum içinde çalıştığını anlamaya çalışır.

Soruda araştırmacının amacı çocukların çevrelerine uyum süreçleri ve bu süreçte geliştirdikleri zihinsel yetenekleri anlamaya dönük olduğundan işlevselcilik uygun seçenek olacaktır.

Cevap: C

2. Psikoloji biliminin dört temel amacı vardır: betimleme, açıklama, öngörü ve kontrol. Bu amaçlar, insan davranışını ve zihinsel süreçleri anlamak ve incelemek için kullanılmaktadır. Buna göre;

Betimleme, insan davranışlarını ve zihinsel süreçleri gözlemleyerek ve tanımlayarak onları ayrıntılı bir şekilde kaydetmeyi amaçlar. Gözlem, tanımlama, sınıflama yapma bu amaca yöneliktir.

Açıklama, gözlemlenen davranışların ve zihinsel süreçlerin nedenlerini ve altında yatan mekanizmalarını anlamayı amaçlar. Neden sonuç ilişkilerini ortaya koymaya ve bu konuda teoriler geliştirmeye yönelik aşamadır.

Öngörü, belirli koşullar altında hangi davranışların veya zihinsel süreçlerin gerçekleşeceğini tahmin etmeyi amaçlar.

Kontrol, davranışları ve zihinsel süreçleri değiştirmek, başlatmak, durdurmak, sürdürmek veya düzenlemek amacıyla müdahalelerde bulunmayı amaçlar.

Buna göre A seçeneği betimleme, B ve E seçenekleri açıklama, C seçeneği öngörü ve D seçeneği kontrol amacına örnek oluşturmaktadır.

Cevap: D

3. **Talamus:** Duyusal bilgilerin beyin korteksine iletilmesini sağlayan, sinirsel iletişimi ve motor kontrolü düzenleyen bir ara beyin organıdır.

Hipotalamus: Homeostazın sağlanmasında ve vücut sıcaklığı, açlık, susuzluk ve uyku düzenlemesinde kritik rol oynayan, hormon salgılayan ve otonom sinir sistemini kontrol eden bir ara beyin organıdır.

Epitalamus: Melatonin hormonu salgılayan ve biyolojik ritimleri düzenleyen, uyku-uyanıklık döngüsünü etkileyen bir ara beyin organıdır.

Beyincik: Serebellum yani küçük beyin olarak da bilinen bu yapı pons ve beyin sapının arkasında yer alır. Arka beyin organı olup istemli hareketlerde görevli olan beyincik, duyarları kaslardan gelen tepkilerle koordine etmekle görevlidir. Beyinciğin görevleri arasında iç kulaktan gelen sinir uyarılarını işleyerek ve uyarıları kas hareketleriyle koordine ederek denge ve duruşun korunmasını sağlamak da yer alır.

Medulla: Omurilik soğanı olarak da bilinir. Beyin sapının ve arka beyin alt kısmının geçtiği bölgedir. Otonom hayati fonksiyonların kontrol merkezlerini içeren bir sinir yoludur. Solunum, yutma, hapşırma ve kan basıncı gibi istemsiz reflekslerin gerçekleşmesini sağlar.

Cevap: A

4. A seçeneği alt duyum eşiğine, B seçeneği üst duyum eşiğine, C seçeneği algıda değişmezliğe ve D seçeneği ise algıda seçiciliğe örnek olarak verilebilir. Fark eşiği, uyarıcıdaki farklılığı anlama adına gerçekleşecek en düşük uyarıcı değişikliği olarak tanımlanabilir. İki uyarıcı arasında, tekrarların %50'sinde ayırt edilebilen en küçük fark olan fark eşiği fark çevresel koşullar öncesinde ve takip eden diğer duyumların şiddetine bağlı olarak kişiden kişiye farklılık gösterebilmektedir.

Cevap: E

5. **Temel atfı hatası:** Bir davranışın nedenlerini açıklarken durumsal özellikleri dikkate almayıp, kişisel özelliklere dayanarak açıklama eğilimidir.

Aktör gözlemci etkisi: Aktör davranışı yapan kişidir. Aktörlerin, kendi davranışlarını dış etkenlere bağlı olarak açıklama, gözlemcilerin ise aynı davranışları aktörlerin kişisel özelliklerine bağlı olarak açıklama eğilimine aktör gözlemci etkisi denir.

Kendine hizmet eden yükleme yanlılığı: İnsanların öz saygılarını ve benliklerini korumak amacıyla başarıyı kendilerine mal ederken, başarısızlıkta suçu dışsal etmenlere yüklemesidir.

Grup ilişkilendirme hatası: Bir bireyin dahil olduğu grubun tüm özelliklerini yansıtacağına ya da grup özelliklerinin bireylerde de olması gerektiğine dair inançtır.

Nihai Yükleme Hatası: Kişinin kendi grubunun olumlu davranışlarını içsel, olumsuz davranışlarını dışsal faktörlere bağlaması ve diğer gruplar için bunun tersini yapmasıdır.

Soruda İnci Su kendi takımın başarısını yetenekli olma ve çalışmaya bağlarken, karşı takımın başarısını şans ve hileye bağlayarak nihai yükleme hatası yapmıştır.

Cevap: B

6. Erikson'un girişimciliğe karşı suçluluk evresinde, çocuklar girişimcilik gösterebilir veya hata yapma korkusu ve suçluluk duyguları yaşayabilirler. Çocukların bu konuda gelişebilmesi için merak ve keşfetme arzularının canlı tutulması, girişimlerinin desteklenmesine bağlıdır. Çocukların, davranışlarından, sorularından ya da ilgilendiği konulardan ötürü eleştirilmesi, bulunduğu girişimlerden ötürü suçluluk eğilimi gösteren bir kişilik özelliğinin ortaya çıkmasına neden olur. Ali'nin kaptanlık yaparken hata yaptığında yoğun suçluluk duyması ve bir daha kaptanlık yapmaktan çekinmesi, bu evredeki çatışmayı en iyi şekilde açıklar.

Cevap: A

7. **Etki yasası;** davranışların sonuçlarına göre tekrar edilme olasılığının arttığını veya azaldığını belirtir. Olumlu sonuçlar, davranışın tekrar edilme olasılığını artırırken, olumsuz sonuçlar, davranışın tekrar edilme olasılığını azaltır.

Hazırbulunuşluk; organizma davranışı sergilemeye hazır ise ve buna fırsat bulursa davranışı yapmaktan mutlu olur. Eğer davranışı yapmaya hazır ise ama engellenirse ise kızgınlık duyacaktır.

Tekrar yasası; Davranış ne kadar sık yapılıyor ise öğrenme hızı ve olasılığı o derece artar.

Deneme yanılma ile öğrenme; Thorndike'a göre öğrenmenin en temel biçimidir. Organizma ya da birey bir amaca ulaşmak ya da problem çözmek için çeşitli yollar dener. Bu denemeler sonucunda çözüme ulaştıran en kısa yolu bulunca onu seçer ve beyinde sinirsel bağlarla bağlar.

Etkinin yayılması; doğru davranış pekiştirilmek istenirken yanlılıkla yanlış davranışın da onunla birlikte pekiştirilmesidir.

Arya'nın durumu etki yasası'nın bir örneğidir. Çünkü olumlu sonuç, davranışın tekrar edilme olasılığını artırmıştır.

Cevap: A

8. **Öngörü kapasitesi:** Bireyin gelecekte olabilecek olayları, yapabileceklerini, başkalarının kendine nasıl davranacağını tahmin ederek buna göre plan yapabilme kapasitesidir.

Öz Düzenleme Kapasitesi: Öz düzenleme, bireyin kendi davranışlarını ve öğrenme süreçlerini yönetmesi ve kontrol etmesi anlamına gelir.

Öz Yargılama Kapasitesi: Bireyin kendi performansını belirli kriterler ve standartlarla değerlendirmesi ve geribildirim vermesi anlamına gelir.

Dolaylı Pekiştirme: Davranışı pekiştirilen model izleyen bireylerin, modelin davranışlarını taklit etme olasılığının artmasıdır.

Öz yeterlik: Bireyin karşılaşabileceği güçlüklerde, olayın üstesinden gelip gelemeyeceğine dair kendine yönelik inanç olarak tanımlanabilir.

Defne'nin hem kendi öğrenme sürecini yönetmek için planlama ve kontrol yapması hem de performansını değerlendirerek kendine geribildirim vermesi öz düzenleme ve öz yargılama yaptığını gösterir.

Cevap: B

9. I ve II. Öncüller yer-yön değiştirmeye örnektir. Yer yön değiştirmede birey tepkiyi asıl hedefe ya da asıl kişiye değil de başka bir hedefe ya da başka bir kişiye yöneltir. Aynı zamanda kişi tepkisini doğrudan değil de başka bir biçimde de yöneltebilir.

Mantığa bürüme (bahane bulma) ise bireyler istemedikleri durumları/olayları mantıksal bir zemine oturturlar. Mantığa bürümeye kabul edilemeyen durum, davranış ve sonuçlar için kişi bu davranışları haklı göstermek için makul gerekçeler bulur ve bunlara inanır. Böylece hem davranışını haklı göstermeye yarayan öğeler bulmuş olur hem de ulaşamayan amaçların getirdiği düş kırıklığının etkisini yumuşatır. III ve IV. Öncüller mantığa bürüme ye örnek olarak verilebilir.

Cevap: C

10. **Aşağılık Kompleksi:** Bireyin kendini yetersiz, değersiz veya başkalarından daha az önemli hissetmesi durumudur. Bu kompleks, bireyin özgüvenini düşürebilir ve sosyal, akademik veya mesleki başarılarına engel olabilir. Çocukluk deneyimleri, kıyaslamalar, toplumsal ve kültürel etkenler, başarısızlıklar ve hatalar bu duruma neden olabilir.

Üstünlük kompleksi: Bireyin kendini başkalarından üstün, değerli ve önemli hissetmesi durumudur. Bu kompleks, bireyin kibirli, narsistik veya manipülatif davranışlar sergilemesine yol açabilir. Birey, aşağılık kompleksini aşırı telafi etme çabasıyla üstünlük kompleksi geliştirebilir. Kendini kanıtlama ihtiyacı, güç ve kontrol arzusu, yüksek düzeyde ego ve narsistik eğilimler buna neden olabilir.

Sosyal ilgi: Bireyin başkalarına yönelik empati, işbirliği ve bağlılık duygusudur. Adler, sağlıklı bir kişilik gelişiminin, bireyin sosyal ilgi geliştirmesiyle mümkün olduğunu savunur.

Üstünlük Çabası: Bireyin kendini geliştirme, yeteneklerini artırma ve yaşamında anlam ve başarı arayışı içinde olma sürecidir. Doğuştan gelir.

Yaşam Stili: Bireyin yaşamını şekillendiren, hedeflerine ulaşma ve sorunlarla başa çıkma biçimidir. Adler'e göre, yaşam stili çocukluk döneminde şekillenir ve bireyin dünya görüşünü, inançlarını ve davranışlarını etkiler.

Kurgusal Finalizm: Bu kavram, bireylerin belirli bir amaç veya hedef (idealler-arzular) doğrultusunda hareket ettiklerini ve bu hedeflerin kurgusal olduğunu savunur.

Elçin'in çocukluk döneminde yaşadığı olumsuz deneyimlerin sonucu olarak yaşadığı abartılı başarısızlık duygusu, kendini geri çekme ve sürekli arkadaşlarıyla kıyaslama tutumu aşağılık kompleksi ile açıklanabilir.

Cevap: C

11. Bilişsel terapide kullanılan bazı önemli teknikler şu şekildedir:

SOKRATİK SORGULAMA (Yapılandırılmış Keşif): Yönlendirici sorular danışanın bilgisi olan konularda olur. Amaç zaten danışanın sahip olduğu bilgi ve kavramlarla inançların geçerliliğini değerlendirme. Kanıt nedir? Olabilecek en kötü şey ne? Gibi...

AŞAMALI GÖREVLER: Başarı terapisi olarak da adlandırılır. Zor işler küçük adımlara bölünür. Somentan soyuta, kolaydan zora gidiş söz konusudur.

DÜŞÜNCELERİ KAYDETME: Fonksiyonel olmayan düşünceler kaydedilir. Form evde doldurulur, birlikte değerlendirilir.

ZİHİNDE CANLANDIRMA: Danışan otomatik düşüncelerin ne olduğunu belirlemekte zorlanıyorsa danışman rol oyunu ya da imajinasyondan yararlanarak problem olan durumun canlandırılmasına başvurulur.

AŞAĞI DOĞRU OK TEKNİĞİ: Bilişsel Terapide, aşağı doğru ok ya da dıştan içe doğru ilerleme tekniği, danışanın yüzeysel otomatik düşüncelerinden başlayarak, altta yatan temel inançlara ve şemalara ulaşmayı amaçlayan bir tekniktir. Bu teknik, danışanın yüzeydeki düşüncelerinin ardındaki daha derin ve köklü inançları ve varsayımları ortaya çıkarmak için kullanılır. Danışman, danışanın ifade ettiği otomatik düşüncelerden hareketle, "Bu düşünce doğruysa, bu senin için ne anlama geliyor?" veya "Bu durumda başına gelebilecek en kötü şey nedir?" gibi sorularla daha derin düzeylere inilir. Bu şekilde danışman altta yatan çaresizlik, sevilme ve değersizlik gibi temel inançlara ulaşmaya çalışır. Daha sonrasında bu temel inanç üzerinde çalışarak, kişinin daha sağlıklı ve gerçekçi düşünceler geliştirmesine yardımcı olabilir. Soruda danışman otomatik düşünceden hareketle sorduğu sorular aracılığıyla Emel'in değersizlik temel inancına ulaşmıştır.

Cevap: B

12. Davranışçı terapide model alma, bireylerin belirli davranışları gözlemleyerek ve taklit ederek öğrenme sürecini ifade eder. Davranışçı terapide kullanılan bazı model alma türleri şu şekildedir:

- 1. Canlı Modeller:** Bu tür model almada, birey, gerçek hayatta karşılaştığı ve gözlemlediği kişilerin davranışlarını taklit eder. Canlı modeller, aile üyeleri, öğretmenler, arkadaşlar veya diğer önemli kişiler olabilir.
- 2. Sembolik Modeller:** Sembolik modelleme, bireyin televizyonda, filmlerde, kitaplarda veya diğer medya araçlarında gördüğü karakterlerin davranışlarını taklit etmesiyle gerçekleşir. Bu tür model alma, bireyin gerçek hayatta karşılaşmadığı ancak medya aracılığıyla gördüğü davranışları içerebilir.
- 3. Katılımlı Modelleme:** Katılımlı modelleme, danışmanın veya rehberin, bireye belirli bir davranış adım adım gösterdiği ve bireyin bu davranış uygulamasına yardımcı olduğu bir tekniktir. Birey, danışmanın rehberliğinde davranış öğrenir ve uygular.
- 4. Sosyal Modeller:** Toplumda popüler olan kişilerin örnek almasını istemek şeklinde uygulanır.
- 5. Örtük Modelleme:** Örtük modelleme, bireyin belirli bir davranış zihninde canlandırdığı ve hayal ettiği bir tekniktir. Birey, zihinsel olarak başarılı bir şekilde belirli bir davranış gerçekleştirdiğini hayal eder ve bu şekilde davranış öğrenir.

Soruda danışman Bertuğ'un zihinsel canlandırma yapmasını sağlamıştır. Zihinsel canlandırma örtük modelleme yapıldığının göstergesidir.

Cevap: D

13. Varoluşçu psikoterapide, bireylerin yaşamlarını anlamak ve anlam arayışını sorgulamak üzerine odaklanır. Varoluş tarzları, bireylerin yaşamlarını daha kapsamlı bir şekilde anlamalarına yardımcı olur. Terapist, bu tarzları kullanarak danışanın yaşamındaki anlam arayışını ve kişisel gelişimini destekler. Varoluş tarzları ve anlamları kısaca şöyledir:

1. **Umwelt (Doğa):** Fiziksel dünyamız ve biyolojik dürtülerimiz. Örneğin, Bir kişi, sağlığını korumak için düzenli olarak beslenir, spor yapar ve uyku düzenini korur.
2. **Mitwelt (Kişilerarası):** Başkalarıyla olan ilişkiler ve sosyal dünyamız. Örneğin, bir kişi, ailesiyle vakit geçirir, arkadaşlarıyla sosyal etkinliklere katılır ve iş arkadaşlarıyla iş birliği yapar.
3. **Eigenwelt (Özel):** Kendi içsel dünyamız ve subjektif yaşantılarımız. Örneğin, bir kişi, kendi düşüncelerini, duygularını ve değerlerini sorgular ve bu süreçte kendini daha iyi anlamaya çalışır.
4. **Überwelt (Manevi Dünya):** Bireyin manevi veya spiritüel dünyası ve kendini aşan bir anlam arayışı. Bu varoluş tarzı, bireyin daha yüksek bir güç, evren, din veya kendi içsel değerleri ile bağlantısını ifade eder. Örneğin, bir kişi, yaşamının anlamını dini inançlarında, meditasyon uygulamalarında veya topluma hizmet etme arayışında bulabilir. Varoluşçu psikoterapide “Überwelt” kavramı, Viktor Frankl’ın geliştirdiği logoterapi teorisinden türetilmiştir ve diğer varoluş tarzlarıyla birlikte kullanılır.

Soru öncülü incelendiğinde “danışanın sosyal bağlantılarını ve ilişkilerini geliştirmesine yardımcı olmak” ile mitwelt ve “bireyin kendi içsel dünyasını daha iyi anlamasına ve kendini kabul etmesine destek olmak” ile de eigenwelt vurgulanmıştır.

Cevap: C

14. **İSTİSNA SORULAR:** Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi yaklaşımında istisna sorular, danışanın yaşamında sorunların olmadığı veya daha az olduğu zamanları ve durumları keşfetmeye yönelik sorulardır. İstisna sorular, danışanın geçmişte veya şu anda yaşadığı sorunlu durumların haricindeki zamanları belirlemeye yardımcı olur ve bu zamanlarda nelerin farklı olduğunu araştırır. Bu sorular,

danışanın farkındalığını artırır ve sorunların çözümüne yönelik stratejiler geliştirmesine olanak tanır.

Kullanılma amaçları nelerdir?

- **Olumlu Deneyimleri Keşfetmek:** Danışanın yaşamında sorunların olmadığı zamanları ve bu zamanlarda nelerin farklı olduğunu belirlemek için kullanılır.
- **Kaynakları ve Güçlü Yönleri Belirlemek:** Danışanın geçmişte başvurduğu etkili başa çıkma stratejilerini ve güçlü yönlerini ortaya çıkarmak için kullanılır.
- **Motivasyonu Artırmak:** Danışanın geçmişteki veya mevcut olumlu deneyimlerini hatırlatarak, değişim ve iyileşme sürecine olan inancını ve motivasyonunu artırmak amacıyla kullanılır.
- **Çözüme Odaklanmak:** Danışanın, çözüme yönelik stratejiler geliştirmesine ve bu stratejileri uygulamasına yardımcı olur.

MUCİZE SORULAR: Danışanın istediği değişiklikleri ve hedefleri netleştirmek için kullanılan güçlü bir tekniktir. Danışanın, mevcut sorunlarının ortadan kalktığı ideal bir durumu hayal etmesine yardımcı olur. Bu soru, danışanın hayal gücünü harekete geçirir ve onların çözüm odaklı düşünme sürecini başlatır.

Kullanılma amaçları nelerdir?

- **Hedef Belirleme:** Danışanın, ulaşmak istediği hedefleri ve arzulanan sonuçları belirlemesine yardımcı olur. Bunun dışında; motivasyon artırma, çözüme odaklanma ve farkındalık gibi amaçlarla da kullanılabilir.

Soruda yer alan “Hayal et ki bu gece uyandığında mucizevi bir şekilde tüm stres ve kaygıların ortadan kalkmış. Sabah uyandığında hayatında neler farklı olurdu?” ifadesi danışanın, mevcut sorunlarının ortadan kalktığı ideal bir durumu hayal etmesine dayanmakta ve hedef belirleyebilmesine yönelik olduğundan mucize soruya örnektir.

Cevap: E

15. Psikolojik danışmada kendini açma tepkisi, terapistin kendi duygu, düşünce ve deneyimlerini uygun ve sınırlı bir şekilde danışanla paylaşmasını içerir. Bu, danışan ve terapist arasındaki güveni artırabilir, danışanın kendini daha rahat ifade etmesine yardımcı olabilir ve terapötik süreci zenginleştirebilir. Ancak, bu tepkinin kullanımı ve kullanmama durumu, belirli terapi yaklaşımlarına göre farklılık gösterir.

Kendini Açma Tepkisini Kullanan Bazı Kuramlar:

Danışan Merkezli Terapi: Carl Rogers'ın geliştirdiği danışan merkezli terapi danışmanın otantik, açık ve dürüst olmasını vurgular. Bu yaklaşım, danışman ile danışan arasındaki samimi ve güvene dayalı ilişkiyi güçlendirmek için kendini açmayı kullanır. Danışman, danışanın kendini ifade etmesine yardımcı olmak için kendi deneyimlerini paylaşabilir.

Bilişsel-Davranışçı Terapi: Bu yaklaşım, danışanın düşünce ve davranışlarını değiştirmeyi amaçlayan yapılandırılmış bir yaklaşımdır. Bazen danışman, danışanın belirli durumlarla başa çıkma stratejilerini anlaması için kendi deneyimlerini paylaşabilir. Bu, danışanın bilişsel yeniden yapılandırma süreçlerine yardımcı olabilir.

Kendini Açma Tepkisini Kullanmayan Bazı Kuramlar:

Psikanalitik Terapi: Sigmund Freud tarafından geliştirilen bu terapi yaklaşımı, danışanın bilinçdışı süreçlerini keşfetmeyi ve içgörü kazanmayı amaçlar. Psikanalitik terapi, danışmanın kendini geriplanda tutmasını ve danışanın bilinçdışı süreçlerini kendisinin keşfetmesini önemser. Danışmanın kendini açması, danışanın aktarım süreçlerini etkileyebilir.

Davranışçı Terapi: Bu yaklaşım, danışanın davranışlarını değiştirmeye odaklanan yapılandırılmış bir yaklaşımdır. Bu yaklaşım, danışmanın danışanın davranışlarını gözlemlemesi ve müdahale etmesi üzerine odaklanır. Danışmanın kendini açması, terapötik sürecin objektifliğini bozabilir.

Sistemik Terapi: Bireylerin davranışlarını ve duygularını aile ve toplumsal bağlamda ele alır. Bu yaklaşım, bireysel deneyimlerin paylaşılmasından

ziyade, aile ve toplumsal dinamiklerin anlaşılmasına odaklanır. Terapistin kendini açması, sistemik süreci bozabilir.

A, B, C ve E seçeneklerindeki bilgiler doğrudur. Ancak D seçeneği yanlıştır. Çünkü davranışçı terapiye göre danışmanın kendini açması, terapötik sürecin objektifliğini bozabilir.

Cevap: D

16. İletişimde tam mesaj, tamamlanmamış mesaj ve çiftli mesajlar, bireylerin düşüncelerini, duygularını ve ihtiyaçlarını farklı şekillerde ifade etmelerini içerir.

Tam mesaj; kaynağın algı, duygu ve isteği karşı tarafa tam olarak, eksiksiz aktarmasıdır. Örneğin, “Bu projede sizinle birlikte çalışmak benim için çok önemli. İşlerimizi zamanında tamamlayabilmemiz için daha fazla desteğe ihtiyacım var. Sizden yardım rica ediyorum.”

Tamamlanmamış mesaj; tam mesajdaki algı, duygu ya da istek öğelerinden birinin eksik olmasıdır. İletişim engeli oluşturur. Bu eksiklik karşı tarafın yanlış anlamasına, nasıl karşılık vereceğini ya da hangi davranışı yapacağını bilememesine neden olur. Örneğin, “Toplantıya geç kalıyorsun.”

Çiftli mesaj; çelişkili mesajlardır. Ya da sözel mesajla sözsüz mesajın çelişmesidir. Sözel ifadelerde “ama” gibi kelimelerle iki farklı mesajlar verilir. Mesajın ne olduğu açık değil çelişkilidir. Bu çelişki beden dili ile de ortaya çıkabilir. Örneğin, “Harika gidiyorsun, fakat bu konuda biraz daha çalışmak iyi olabilir.”

Ego Geliştirici Dil: Kişinin kendine olan güvenini, benlik saygısını ve pozitif benlik algısını artırmayı amaçlayan bir dil türüdür. Bu dil, destekleyici, cesaretlendirici ve takdir edici ifadeler içerir. Örneğin, “Senin bu konuda ne kadar çabaladığını görüyorum ve gerçekten takdir ediyorum.” gibi.

Ego Zedeletici Dil: Kişinin benlik saygısını ve öz güvenini olumsuz etkileyen, eleştirel, küçümseyici ve aşağılayıcı ifadelerden oluşan bir dil türüdür. Bu dil, kişiyi duygusal olarak yıpratır ve negatif bir benlik algısı oluşturabilir. Örneğin, “Bu konuda hiç başarılı olamadın, neden daha iyisini yapamıyorsun?”

Soruda Betül’ün “Tepkilerine baktığımda senin beni sevmediğini anladım.” ifadesi onun duygusu ya da isteğini yansıtmamaktadır. Bundan dolayı bu ifade tamamlanmamış mesaja örnektir.

Cevap: C

17. **Bağlama Becerisi:** Bağlama becerisi, terapistin danışanın ifade ettiği duygu, düşünce ve davranışları belirli bir bağlam içinde anlama ve bu bağlamı danışana geri yansıtma yeteneğidir. Ayrıca bağlama becerisi psikolojik danışmanın, danışanın daha önceki oturumlarda anlattıkları, yaşadıkları ile o anda anlattıkları ve yaşadıkları arasında paralellik kurması şeklinde uygulanabilir. Bu, danışanın kendini ve deneyimlerini daha derinlemesine anlamasına yardımcı olur.

Paylaşırma Becerisi: Paylaşırma becerisi, terapistin danışanın deneyimlerini ve duygularını diğer danışanlarla veya grup üyeleriyle paylaşarak, ortak deneyimler ve anlayışlar oluşturmaya yardımcı olma yeteneğidir. Bu, danışanların birbirlerine destek olmalarını ve benzer deneyimlerden öğrenmelerini sağlar.

Önünü Kesme: Önünü kesme, grup liderinin, grup içinde ortaya çıkan uygunsuz veya zararlı davranışları durdurma becerisidir. Bu, grup üyelerinin birbirine zarar vermesini veya grup sürecini olumsuz etkilemesini engeller.

Engelleme: Engelleme, grup liderinin, grup üyelerinin birbirini yanlış anlamasını veya gereksiz tartışmaların önüne geçmek için araya girme becerisidir. Bu, grup sürecinin kontrolünü ve verimliliğini artırır.

Sınır Koyma: Sınır koyma, grup liderinin, grup üyelerinin davranışlarını yönlendirmek ve grup içindeki etkileşimleri sağlıklı bir şekilde sınırlamak için kurallar ve sınırlar belirleme becerisidir. Bu, grup üyelerinin birbirine saygılı ve yapıcı bir şekilde davranmasını sağlar.

Farklar: Önünü kesme: uygunsuz veya zararlı davranışları durdurmak için kullanılır. (Örnek: Bir üyenin sürekli konuşma kesmesi). Engelleme: Yanlış anlamaları veya gereksiz tartışmaları önlemek için araya girme becerisidir. (Örnek: Yanlış anlama nedeniyle çıkan tartışma) Sınır Koyma: Grup içindeki etkileşimleri yönlendirmek ve sağlıklı sınırlamalar koymak için kullanılır. (Örnek: Kişisel eleştirilerden kaçınmak için sınır koyma)

Diyalogda Lider’in “Derin, Duru’nun düşüncelerini paylaşmasını bitirmesine izin verelim. Herkesin sırayla konuşmasına dikkat edelim. Duru, lütfen devam et.” Demesi grup içindeki etkileşimleri yönlendirmek ve sağlıklı sınırlamalar koymak adına önemlidir ve bu tepkiye örnektir.

Cevap: D

- 18. Yüzleştirme Tepkisi:** Yüzleştirme tepkisi, psikolojik danışmada terapistin danışanın davranışları, düşünceleri veya duyguları arasındaki çelişkileri, tutarsızlıkları veya farkında olmadıkları gerçekleri onlara açıkça ifade ettiği bir tekniktir. Bu, danışanın kendini daha derinlemesine anlamasına ve değişim sürecine girmesine yardımcı olabilir.

Ne Zaman ve Hangi Durumlarda Yapılırsa Faydalı Olur?

Tutarsızlıkların Belirlenmesi: Danışanın söyledikleri ve yaptıkları arasında çelişkiler olduğunda, bu çelişkiler yüzleştirme yoluyla ele alınabilir. Bu, danışanın farkındalığını artırır ve daha tutarlı davranışlar geliştirmesine yardımcı olabilir.

Savunma Mekanizmalarının Fark Edilmesi: Danışanın savunma mekanizmalarını kullanarak belirli duygulardan kaçındığını fark ettiğinde, yüzleştirme bu mekanizmaları anlamalarına yardımcı olabilir.

Kendi Sorunlarının Farkına Varması: Danışanın kendi sorunlarını ve bu sorunların kökenlerini anlamasına yardımcı olabilir. Bu, danışanın kendi sorumluluğunu almasını teşvik eder.

Değişim İçin Hazır Olduğunda: Danışan değişim sürecine girmeye hazır olduğunda, yüzleştirme bu süreci destekler ve hızlandırır.

Hangi Durumlarda ve Ne Zaman Yapılmaz?

Danışanın Duygusal Olarak Hazır Olmadığı Durumlar: Danışan henüz yüzleştirmeyi kabul edecek duygusal olgunluğa ve hazır hisse sahip değilse, bu teknik zararlı olabilir. Danışan kendini saldırıya uğramış veya yargılanmış hissedebilir.

Güven İlişkisi Oluşmamışsa: Terapist ile danışan arasında yeterli güven ilişkisi henüz kurulmamışsa, yüzleştirme danışanı rahatsız edebilir ve terapötik ilişkiyi zedeleyebilir.

Aşırı Duygusal Yüklenme Riski Varsa: Danışanın duygusal olarak aşırı yüklenme riski taşıdığı durumlarda yüzleştirme yapılmamalıdır. Bu, danışanın duygusal dengesini bozabilir.

Danışmanın “**Daha sağlıklı bir yaşam sürmek istediğini söyledin, ancak hala eski alışkanlıklarını devam ettiriyorsun**” şeklindeki tepkisi danışanın tutarsızlığına işaret etmekte ve tutarsızlıklarla ilgili farkındalığı arttırmaya dönüktür.

Cevap: B

- 19. Özetleme,** terapistin danışanın ifade ettiği duygu, düşünce ve deneyimlerini derli toplu bir şekilde tekrar ederek, danışanın kendi sözlerini ve anlamlarını daha net bir şekilde görmesine yardımcı olan bir tekniktir. Bu teknik, terapötik sürecin birçok aşamasında kullanılabilir. Ne Zaman Yapılır?

Seansın Başında: Danışman, önceki seansın sonunda konuşulanları özetleyerek başlamayı tercih edebilir. Bu, danışanın o günden bugüne yaşadığı gelişmeleri değerlendirmesine yardımcı olur.

Seansın Ortasında: Danışanın uzun veya karmaşık bir konuyu ifade ettiği durumlarda arada bir özetleme yaparak danışanın söylediklerini netleştirir ve anlamlandırır.

Seansın Sonunda: Seansın sonunda konuşulan önemli noktaları özetleyerek, danışanın terapi sürecini anlamasına ve gelecek seanslar için hedef belirlemesine yardımcı olur.

Özetleme genel olarak danışman tarafından yapılır da bazı durumlarda, terapist danışanın kendisini özetlemesini isteyebilir. Bu, danışanın kendi duygularını ve düşüncelerini daha iyi anlamasına yardımcı olabilir.

Cevap: C

20. Psikolojik danışma süreci, belirli aşamalardan oluşur ve her aşama, danışanın terapötik hedeflerine ulaşmasına yardımcı olacak belirli özelliklere sahiptir:

A. İlişki Kurma: Danışman ve danışan arasında güvene dayalı bir ilişki kurulur. Danışanın kendini rahat ve güvende hissetmesi sağlanır. Danışman, danışanın kendini ifade etmesine olanak tanır ve ilk izlenimlerin olumlu olmasına dikkat eder. Danışanla danışman arasındaki etkileşim sonucu meydana gelen psikolojik ortam terapötik ilişkiyi oluşturur. **Terapötik koşulların sağlanması** danışma sürecinin gelişimini etkiler. Danışmanın **sosyal becerilerini** harekete geçirmesi gerekir. **Empati ve duyarlılık, gizlilik, açıklık ve dürüstlük dikkat edilmesi gereken konulardır.**

B. Problemin Tanımlanması: Danışanın yaşadığı sorunlar, duygusal durumu ve geçmişi hakkında **bilgi toplama sürecidir.** Danışanın yaşadığı sorunlar açıkça tanımlanır ve anlaşılır. Dinleme, gözlem, soru sorma, önyargısız yaklaşım, detaylı inceleme ön plandadır. Danışanın sorunlarını üç farklı yöntemle kavramsallaştırabiliriz: İhtiyaçlar, stres yaratıcılar-yaşam koşulları ve yanlış yorumlamalar

C. Amaç Belirleme: Danışanın terapötik hedefleri belirlenir ve netleştirilir. Belirlenen hedefler, gerçekçi ve uygulanabilir olmalıdır. Danışma sürecinde süreç ve sonuç hedefleri olmak üzere iki tür hedef vardır. **Süreç hedefleri**, psikolojik danışmanın öncelikli sorumluluğu olup terapötik koşulların sağlanarak danışanın değişimi için gerekli ortamın oluşturulması ile ilgilidir. **Sonuç hedefleri**, danışan ve danışmanın ulaşmak için uzlaştığı ortak hedeflerdir. Her danışan için farklıdır. Süreç ve gelişime göre değişebilir ve geliştirilebilir.

D. Strateji ve Müdahale Seçimi: Danışman, danışanın durumuna ve ihtiyaçlarına göre esnek ve uyarlanabilir stratejiler geliştirir. Danışanın bireysel farklılıkları ve özellikleri göz önünde bulundurulur. Seçilen stratejilerin etkili ve danışanın ihtiyaçlarına uygun olması sağlanır. Danışanın müdahale yöntemleri hakkında geri bildirimleri alınır ve gerekli düzenlemeler yapılır.

E. Sonlandırma: Terapötik sürecin sonunda danışanın ilerlemesi ve başardıkları değerlendirilir. Gelecek planlaması yapılır. Yani danışanın danışma

sürecinden sonra nasıl ilerleyeceği ve öğrendiklerini nasıl uygulayacağı planlanır. Duygusal hazırlık, geribildirim, izleme sürecini planlama konularına dikkat edilmelidir.

Soru öncülündeki diyalogda danışmanın sorduğu sorularla danışanın yaşadığı sorunlar, duygusal durum ve geçmişi hakkında bilgi topladığı görülmektedir. Burada danışma sürecinin problemi tanımlama aşamasına dair ipuçları söz konusudur.

Cevap: B

21. Grupla psikolojik danışmada küçük ve büyük grup etkinliklerinin kendine özgü avantajları ve dezavantajları vardır. Bu etkinliklerin uygun kullanımı, grup üyelerinin ihtiyaçlarına ve terapötik hedeflere bağlı olarak değişir.

Küçük Grup Etkinliklerinin Bazı Avantajları:

Daha Yoğun Katılım: Küçük gruplar, her bir üyenin daha fazla katılım göstermesine ve kendini ifade etmesine olanak tanır. Grup lideri, her üyeye daha fazla bireysel ilgi gösterebilir.

Güçlü Bağlantılar: Küçük gruplar, üyeler arasında daha güçlü ve anlamlı ilişkilerin gelişmesine yardımcı olur. Üyeler, birbirlerine karşı daha fazla empati ve destek gösterirler.

Daha Fazla Güvenlik: Küçük gruplar, üyelerin kendilerini daha güvende hissetmelerini sağlar ve duygusal ifadelerini artırır. Grup üyeleri, hassas konuları daha rahat bir şekilde paylaşabilirler.

Küçük Grup Etkinliklerinin Bazı Dezavantajları:

Çeşitlilik Eksikliği: Küçük gruplar, daha az sayıda katılımcı olduğundan, çeşitli bakış açılarının ve deneyimlerin eksikliği olabilir. Grup dinamikleri, belirli üyelerin baskın olmasına yol açabilir.

Daha Az Kaynak: Küçük gruplarda daha az sayıda katılımcı olduğu için, bilgi ve deneyim paylaşımı sınırlı olabilir. Grup lideri, çeşitli bilgi ve deneyimleri sunmakta zorlanabilir.

Küçük Grup Etkinliği Kullanılmasını Gerektiren Durumlar:

Hassas Konular: Duygusal olarak zorlayıcı veya hassas konuların ele alındığı gruplarda küçük grup etkinlikleri tercih edilir.

Bireysel İlgilenme Gerektiren Durumlar: Her bir üyenin daha fazla bireysel ilgi ve destek gerektirdiği durumlarda küçük grup etkinlikleri kullanılır.

Yoğun Katılım Gerektiren Durumlar: Grup üyelerinin yoğun katılım göstermesi ve aktif olarak katkıda bulunması gereken durumlarda küçük grup etkinlikleri tercih edilir.

Güçlü Bağlantılar Kurulması Gereken Durumlar: Grup üyeleri arasında güçlü ve anlamlı ilişkilerin geliştirilmesi gereken durumlarda küçük grup etkinlikleri kullanılır.

Soru öncüllerinde verilen açıklamalara göre I. II. Ve IV. Öncüller küçük grup etkinliği gerektirmektedir. Ancak III. Öncüldeki farklı insanlarla daha fazla etkileşim amacı ancak büyük grupla daha mümkün olabilmektedir.

Cevap: E

22. Co-liderlik, grupta danışma sürecinde iki veya daha fazla liderin ortak sorumluluk alarak grubu yönetmesi ve yönlendirmesi anlamına gelir. Co-liderlik farklı türlerde uygulanabilir ve her türün kendine özgü özellikleri, avantajları ve dezavantajları vardır.

A. Değişimli Co-Liderlik: Co-liderler, grupta danışma sürecinde liderlik rolünü dönüşümlü olarak üstlenirler. Her oturumda farklı bir lider liderlik görevini yerine getirir. Liderlik sorumlulukları ve kararları paylaşılır.

Avantajlar: Grup üyeleri, farklı liderlerin bakış açıları ve liderlik tarzlarından faydalanır. Co-liderler arasında esneklik ve çeşitlilik sağlar. Liderler, farklı oturumlarda farklı roller üstlenerek deneyim kazanır.

Dezavantajlar: Tutarlılık eksikliği olabilir ve grup üyeleri her oturumda farklı liderlere uyum sağlamakta zorlanabilir. Koordinasyon ve iletişim zorlukları yaşanabilir.

B. Paylaşımlı Co-Liderlik: Co-liderler, grupta danışma sürecinde liderlik görevlerini eşit olarak paylaşır. Her iki lider de aktif olarak katılır ve kararları birlikte alır. Liderler, birlikte çalışarak grup üyelerine destek sağlar.

Avantajlar: Eşit sorumluluk paylaşımı, liderler arasındaki işbirliğini artırır. Grup üyeleri, farklı liderlerin katkılarından faydalanır. Liderler, birbirlerine destek ve geri bildirim sağlar.

Dezavantajlar: Koordinasyon ve işbirliği zorlukları yaşanabilir. Karar alma süreçlerinde anlaşmazlıklar çıkabilir.

C. Çıracılık Türü Co-Liderlik: Deneyimli bir lider, daha az deneyimli bir lideri yönlendirir ve ona mentorluk yapar. Çıracı lider, deneyimli liderin rehberliğinde liderlik becerilerini geliştirir. Liderler, birlikte çalışarak grup sürecini yönetir.

Avantajlar: Daha az deneyimli lider, deneyimli liderin rehberliğinde liderlik becerilerini geliştirir. Mentor-mentee ilişkisi, liderler arasında güçlü bir bağ oluşturur. Grup üyeleri, iki liderin farklı deneyim ve bakış açılarından faydalanır.

Dezavantajlar: Deneyimli liderin rehberliği yeterli olmazsa, çıracı lider zorlanabilir. Mentor-mentee ilişkisi, zaman ve çaba gerektirir.

Soruda dikkat edilirse Aysel ile Canan'ın her biri liderli rolünün dönüşümlü olarak üstlenmiş, oturumlarda hangi liderin hangi görevi üstlenmekte olduğu ifade edilmiştir. Dönüşümlü Co-liderlikte bu roller önceden planlanmıştır.

Cevap: D

23. Açık ve kapalı danışma grupları, katılım ve üye alımı, grup dinamikleri, grup uyumu ve dayanışması, çeşitlilik ve bakış açısı, süreklilik ve istikrar, bireysel ilgilenme ve destek gibi konularda farklılıklar gösterir. Bazı ölçütlere göre karşılaştırsak:

A. Katılım ve Üye Alımı Açısından:

Açık Danışma Grupları: Yeni üyeler, grup süreci boyunca istedikleri zaman gruba katılabilir. Katılım konusunda esneklik sunar ve daha geniş bir katılımcı yelpazesine ulaşır.

Kapalı Danışma Grupları: Grup, belirli bir süre boyunca belirli sayıda üye ile sınırlıdır. Yeni üyeler, grup başladıktan sonra katılamaz. Katılım sınırlıdır ve sabit üyelerle çalışılır.

B. Grup Dinamikleri Açısından:

Açık Danışma Grupları: Grup dinamikleri sürekli değişir, çünkü yeni üyeler gruba katılır ve ayrılır. Grup içindeki etkileşimler ve ilişkiler dinamik olabilir.

Kapalı Danışma Grupları: Grup dinamikleri sabittir, çünkü üyeler grup süresi boyunca değişmez. Grup içindeki ilişkiler ve etkileşimler daha tutarlıdır.

C. Grup Uyumu ve Dayanışması Açısından:

Açık Danışma Grupları: Sürekli değişen üyeler nedeniyle grup uyumu ve dayanışması zor olabilir. Yeni üyelerin katılımı, grup içindeki bağların zayıflamasına neden olabilir.

Kapalı Danışma Grupları: Sabit üyelerle çalışmak, grup uyumu ve dayanışmasını artırır. Grup üyeleri arasında daha güçlü ve anlamlı ilişkiler gelişir.

D. Çeşitlilik ve Bakış Açısı Yönüyle:

Açık Danışma Grupları: Farklı zamanlarda katılan üyeler, grup içinde daha geniş bir perspektif ve çeşitlilik sağlar. Farklı deneyimlere sahip bireyler gruba katıldıkça, grup içindeki bilgi ve bakış açısı artar.

Kapalı Danışma Grupları: Sabit üyelerle çalışmak, grup içinde çeşitlilik ve yeni perspektiflerin sınırlı olmasına neden olabilir. Grup üyeleri, genellikle benzer deneyim ve bakış açılarına sahip olabilir.

E. Süreklilik ve İstikrar Açısından:

Açık Danışma Grupları: Sürekli yeni üyelerin katılımı, grup sürecinin sürekliliğini ve istikrarını olumsuz etkileyebilir. Grup lideri, grup dinamiklerini sürekli olarak yönetmek zorunda kalabilir.

Kapalı Danışma Grupları: Sabit üyelerle çalışmak, grup sürecinin sürekliliğini ve istikrarını artırır. Grup lideri, daha tutarlı bir grup dinamiği yönetir.

F. Bireysel İlgilenme ve Destek Açısından:

Açık Danışma Grupları: Daha fazla katılımcı olduğunda, grup lideri her üyeye yeterince bireysel ilgi gösteremeyebilir. Yeni üyelerin sürekli katılımı, bireysel destek ve ilgiyi sınırlayabilir.

Kapalı Danışma Grupları: Sabit üyelerle çalışmak, grup liderinin her üyeye yeterince bireysel ilgi ve destek göstermesine olanak tanır. Grup üyeleri, birbirlerine daha fazla destek ve empati gösterebilir.

Sorudaki seçenekler incelendiğinde A, C, D ve E seçenekleri yukarıdaki açıklamalara göre doğru bilgiler içermektedir. Ancak B seçeneğindeki kapalı gruplarda grup dinamiklerinin açık gruplara göre daha değişken olduğu bilgisi yanlıştır. Oysa açık gruplarda grup dinamikleri sürekli değişir, çünkü yeni üyeler gruba katılır ve ayrılır.

Cevap: B

24. Psikolojik danışmada grup dinamiğini oluşturan terapötik güçler, grup üyelerinin birbirleriyle etkileşimlerini ve terapötik süreçteki gelişimlerini destekleyen önemli faktörlerdir. Bu terapötik güçler, grup terapisinin etkinliğini artırır ve üyelerin duygusal iyileşmelerine katkıda bulunur. Kısaca Yalom'un tanımladığı 11 terapötik güç şöyledir:

- A. Umut Aşılama:** Grup üyelerinin birbirlerinin iyileşme süreçlerini görmeleri, onlara kendi iyileşme ihtimalleri konusunda umut verir. Bu, grup üyelerinin motivasyonunu artırır ve terapötik sürece daha aktif katılmalarını sağlar.
- B. Evrensellik:** Grup üyeleri, benzer sorunlar yaşadıklarını ve yalnız olmadıklarını fark ederler. Bu, grup üyelerinin birbirlerine empati göstermelerini ve duygusal destek sağlamalarını kolaylaştırır.
- C. Bilgi Aktarımı:** Grup lideri ve üyeleri, mental sağlık, başa çıkma stratejileri ve yaşam becerileri hakkında bilgi paylaşır. Bu bilgi aktarımı, grup üyelerinin farkındalığını artırır ve sorunlarıyla başa çıkmalarına yardımcı olur.
- D. Özgecilik (Altruizm):** Grup üyeleri, birbirlerine yardım ederek kendilerine değerli ve faydalı hissederler. Bu, grup üyelerinin öz saygılarını artırır ve grup içindeki bağları güçlendirir.
- E. Birincil Aile Grubunun Onarıcı Tekrarı:** Grup, üyelerin ailede yaşadıkları sorunları yeniden canlandırarak ve çözmek için bir alan sağlar. Bu süreç, grup üyelerinin geçmişte yaşadıkları duygusal yaraları iyileştirmelerine yardımcı olur.
- F. Sosyal Becerilerin Geliştirilmesi:** Grup, üyelerin sosyal becerilerini geliştirmeleri için bir alan sağlar. Grup içindeki etkileşimler, üyelerin sosyal becerilerini pratik etmelerini ve geliştirmelerini sağlar.
- G. Taklitçi Davranış:** Grup üyeleri, başkalarının pozitif davranışlarını gözlemleyerek ve taklit ederek kendi davranışlarını geliştirirler. Bu, üyelerin olumlu davranış modelleri geliştirmelerine yardımcı olur.
- H. Bireylerarası Öğrenme:** Grup, üyelerin birbirleriyle olan ilişkilerini ve etkileşimlerini anlamalarına ve geliştirmelerine yardımcı olur. Bu süreç, grup üyelerinin kendi ilişki becerilerini

ve sosyal etkileşimlerini artırır.

- I. Grup Dayanışması:** Grup üyeleri arasında güçlü bir bağlılık ve destek duygusu gelişir. Grup dayanışması, üyelerin kendilerini güvende hissetmelerini sağlar ve duygusal iyileşmelerine katkıda bulunur.
- J. Katarsis:** Grup, üyelerin duygusal olarak zorlayıcı deneyimlerini ifade etmeleri ve bu duyguları serbest bırakmaları için bir alan sağlar. Katarsis, grup üyelerinin duygusal iyileşmelerine katkı sağlar.
- K. Varoluşsal Etmenler:** Grup, üyelerin yaşamın anlamı, ölüm, özgürlük ve sorumluluk gibi varoluşsal konuları keşfetmelerine yardımcı olur. Bu süreç, grup üyelerinin kendi yaşamlarına daha anlamlı bir perspektiften bakmalarını sağlar.

Soru öncülü incelendiğinde Mervan grup ortamında, çocuklukta ailesiyle yaşadığı deneyimlerin bugünkü ilişkilerine olan etkisini anlamlandırma ve bunun grup ortamında yeniden canlandırılması suretiyle çözmek için fırsatlar bulmuş görünmektedir. Böylece geçmişin olumsuz izlerinin iyileştirilmesi için fırsatlar yaratılmış olmaktadır. Bu durum birincil aile grubunun onarıcı tekrarı ile ilişkilidir.

Cevap: C

25. Grupla psikolojik danışmada sonlandırma aşaması, terapötik sürecin önemli bir parçasıdır ve bu aşamada belirli konuların ele alınması gerekmektedir. Bu aşama, grup üyelerinin terapi sürecini tamamlamalarını, öğrendiklerini değerlendirmelerini ve geleceğe yönelik planlar yapmalarını sağlar. Ayrıca, bitirilmemiş işler de bu aşamada ele alınmalı ve çözümlmelidir. Sonlandırma aşamasında ele alınması gereken konular ve bitirilmemiş işlerin nasıl ele alınabileceği kısaca özetlenecek olursa:

Sonlandırma Aşamasında Ele Alınması Gereken Konular

Sürecin Değerlendirilmesi: Grup üyeleri, terapötik süreçte neler öğrendiklerini ve başardıklarını değerlendirir.

Gelecek Planlaması: Grup üyeleri, terapi sonrasında nasıl ilerleyeceklerini ve öğrendiklerini nasıl kullanacaklarını planlar.

Duygusal Tepkiler ve Vedalaşma: Grup üyeleri, sonlandırma aşamasında yaşadıkları duygusal tepkileri ve hissettiklerini paylaşır.

Grup İçindeki İlişkilerin Değerlendirilmesi: Grup üyeleri, grup içindeki ilişkilerini ve birbirleriyle olan etkileşimlerini değerlendirir.

Bitirilmemiş İşlerin Ele Alınması

Bitirilmemiş Duygusal Konular: Grup üyeleri, terapi sürecinde ele alınamamış veya tamamlanmamış duygusal konuları paylaşır.

Bitirilmemiş İşler: Grup üyeleri, birbirleriyle olan bitirilmemiş işleri ve çözülmemiş çatışmaları ele alır.

Geri Bildirim ve Öneriler: Grup üyeleri, birbirlerine ve grup liderine geri bildirimde bulunur ve öneriler sunar.

Seçeneklerde yer alan A, B, D ve E seçenekleri sonlandırma aşamasında ele alınması gereken konular iken C seçeneği grubun başlangıç aşamasının temel konularındandır.

Cevap: C

26. Özgül fobi, belirli bir nesne veya durumun varlığı ya da böyle bir nesne veya durumla karşılaşma düşüncesi ile başlayan, sürekli korkular duyma ile karakterize olan bir kaygı bozukluğudur. Bu korkular, kişinin günlük yaşamını olumsuz etkileyebilir ve kaçınma davranışlarına yol açabilir. Özgül fobiler, genellikle dört ana başlık altında toplanır:

- **Hayvanlara İlişkin Fobiler:** Örneğin, böcek fobisi, köpek fobisi.
- **Doğal Çevreye İlişkin Fobiler:** Örneğin, yükseklik fobisi, su fobisi.
- **Durumsal Fobiler:** Örneğin, kapalı alan fobisi, uçak fobisi.
- **Tıbbi İşlemlere İlişkin Fobiler:** Örneğin, enjeksiyon fobisi, kan fobisi.

Özgül fobilerin nedenleri tam olarak bilinmemekle birlikte, travmatik deneyimler, öğrenme ve koşullanma süreçleri, genetik ve biyolojik faktörlere bağlı risk faktörleri, nesne ve durumlarla ilgili olumsuz düşünce ve inançlar gibi çeşitli faktörlerin bu bozukluğun gelişiminde rol oynadığı düşünülmektedir.

Soru incelendiğinde A ve B seçenekleri ile ilgili kesinlik oluşturacak herhangi bir bilgi söz konusu değildir. D seçeneğindeki normallik bilgisi ise tehlike ile orantılı olmayan bir korku söz konusu olduğundan yanlıştır. E seçeneğindeki yaygın anksiyete bozukluğu nedeni belirsiz bir endişe, kötü bir şeyler olacağı korku ve beklentisi durumu ile karakterize olur. Oysa burada belli bir durum ya da nesneden söz edilmekte olduğundan yanlış bir bilgidir. Verilen bilgilerden bu durumun özgül fobiye uygun olduğu görülmektedir.

Cevap: C

27. Yası, major depresyon döneminden ayırmak gerekir.

YASTA BASKIN DUYGULANIMLAR

- Boşluk duyguları ve yitimdir.
- Yaşanan disfori (depresif duygu) yoğunluğu günler ve haftalar içinde azalır. (Ölüm acısı çekme şeklinde de adlandırılabilir)
- Bazen olumlu duygu ve gülünçlük eşlik edebilir.
- Daha çok ölene dair düşünce ve anılar eşlik eder.

MAJOR DEPRESYONDA DUYGULANIMLAR

- Süregiden çökkünlük, mutlu olma ve zevk alma beklentisi içinde olmama.
- Disfori daha uzun sürelidir.
- Genel mutsuzluk ve acı çekme söz konusudur.
- Değersizlik duyguları ve kendine karşı olumsuz duygular eşlik eder.

Görüldüğü gibi değersizlik duyguları ve kendine karşı olumsuz duygular yas değil majör depresyon ile ilgili göstergelerdir.

Cevap: E

28. Hastalık Kaygısı Bozukluğu (Hipokondriyazis):

Kişinin ciddi bir hastalığı olduğuna dair sürekli bir kaygı duymasıdır. Bedensel belirtiler ya hiç yoktur ya da çok hafiftir, ancak kişi bu belirtileri ciddi bir hastalıkla ilişkilendirir. Sürekli doktor ziyaretleri, test sonuçlarına rağmen rahatlayamama, sağlıkla ilgili aşırı endişe gibi özellikler görülmektedir.

Konversiyon (Dönüştürme) Bozukluğu: Psiko-lojik stresin fiziksel semptomlara dönüşmesiyle karakterize bir bozukluktur. Bu semptomlar genellikle nörolojik belirtiler (örneğin, felç, bayılma, duyu kaybı) şeklinde ortaya çıkar. Yani motor ve duyu fonksiyonlarında kayıp olur. Fiziksel bir neden bulunamayan semptomlar, genellikle travmatik olaylar veya yoğun stres sonrası görülür.

Yapay Bozukluk (Munchausen Sendromu): Kişinin, ilgi görmek veya hasta rolü yapmak amacıyla fiziksel ya da psikolojik semptomlar üretmesidir. Bu durum, kişinin kendine zarar vermesi veya hastalık belirtilerini taklit etmesiyle ortaya çıkar. Gerçek bir hastalık olmamasına rağmen, kişi sürekli tıbbi yardım arar ve semptomlarını abartır.

Psikojenik Ağrı: Psikolojik faktörlerin neden olduğu, fiziksel bir nedeni bulunamayan ağrıdır. Bu ağrı, kişinin stres, kaygı veya travma gibi duygusal durumlarına bağlı olarak ortaya çıkan uzun süreli ve şiddetli bir ağrıdır. Baş ağrısı, mide ağrısı, kas ağrısı gibi belirtiler; fiziksel bir açıklama bulunamayan ağrılar.

Somatizasyon Bozukluğu: Psikolojik sorunların fiziksel belirtilerle ifade edilmesidir. Kişi, birden fazla bedensel şikayetle doktora başvurur, ancak bu şikayetlerin tıbbi bir nedeni bulunamaz. Baş ağrısı, mide rahatsızlıkları, yorgunluk gibi belirtiler; genellikle stres ve anksiyete ile ilişkilidir.

Somatizasyon bozukluğunun yarattığı semptomların yaklaşık %90'ı 25 yaşından önce başlamaktadır, yaygınlığı %7.7'dir; aile içi sözel şiddete maruz kalanlarda, anne eğitim düzeyi düşük olanlarda ve kronik hastalık öyküsü bulunanlarda risk daha yüksektir (Özenli ve ark., 2008). Kadınlarda daha yaygındır.

Cevap: B

29. DSM-V Madde Kullanım Bozukluğu Tanı Ölçütleri şu şekildedir:

Bir yıl içinde aşağıdakilerden en az ikisi kendini göstermeli, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ve işlevsellikte düşmeye yol açmalıdır:

1. İstendiğinden daha büyük ölçüde veya uzun süreli kullanım
2. Maddeyi bırakmak veya kontrol altında tutmak için istek veya sonuç vermeyen çabalar
3. Maddeyi elde etmek, kullanmak veya etkilerinden kurtulmak için gerekli etkinliklere çok zaman ayırma
4. Madde kullanımı için çok büyük bir istek duyma veya kendini zorlamış hissetme
5. Tekrar eden kullanım sonucu sorumluluklarını yerine getirememeye (işte, okulda, evde)
6. Olumsuz etkilerine rağmen kullanıma devam etme (toplumsal ve kişiler arası sorunlar)
7. Kullanımdan dolayı günlük etkinliklerin bırakılması veya azaltılması (iş, eğlence vb.)
8. Tehlikeli olabilecek durumlarda dahi kullanmaya devam etme
9. Olumsuz bedensel veya ruhsal etkilerinin bilmesine rağmen kullanmayı sürdürme
10. Maddeye tolerans gelişmiş olması
- * İstenen etkinin ortaya çıkması için artan madde gereksinimi
- * Aynı miktarda maddenin sürekli kullanımı sonucu etkisinin azalması durumu
11. Yoksunluk belirtileri (Bulantı, uykusuzluk, kusma, sinirlilik, bunalı, huzursuzluk, saldırganlık, ishal, terleme, titreme, kas sızıları, ateş vb.). Her madde yoksunluk belirtisi göstermez.

Verilen tanı ölçütlerine göre B, C, D ve E seçenekleri doğru bilgiler içermektedir. Ancak A seçeneğindeki bilgi yanlıştır. Çünkü tanı kriterlerine göre 10. Madde Maddeye tolerans gelişmiş olmasını "İstenen etkinin ortaya çıkması için artan madde gereksinimi" olarak açıklamaktadır. Ve aynı zamanda "Aynı miktarda maddenin sürekli kullanımı sonucu etkisinin azalması durumu" vurgulanmaktadır.

Cevap: A

- 30. Özgül öğrenme güçlüğü tanısı almış bir öğrenciye sahip bir sınıf öğretmenine psikolojik danışman müşavirlik kapsamında şu önerilerde bulunulabilir:**

Bireyselleştirilmiş Eğitim Planı (BEP) Hazırlama: Öğrencinin ihtiyaçlarına uygun bireyselleştirilmiş bir eğitim planı oluşturulmalıdır. Bu plan, öğrencinin güçlü yönlerine odaklanarak öğrenme sürecini desteklemelidir.

Görsel ve İşitsel Materyallerin Kullanımı: Derslerde görsel materyaller (grafikler, resimler) ve işitsel araçlar (sesli anlatımlar) kullanılabilir. Öğrencinin öğrenme stiline uygun materyaller seçilmelidir.

Küçük Adımlarla Öğretim: Bilgiler küçük parçalara bölünerek sunulmalıdır. Öğrencinin bir konuyu tam anlaması için yeterli zaman tanınmalıdır.

Tekrar ve Pekiştirme: Öğrencinin öğrendiklerini pekiştirmek için sık sık tekrar yapılmalıdır. Öğrencinin başarılarını ödüllendirmek motivasyonu artırabilir.

Alternatif Değerlendirme Yöntemleri: Yazılı sınavlar yerine sözlü değerlendirme, proje çalışmaları veya performans değerlendirmeleri kullanılabilir. Öğrencinin bireysel ilerlemesi dikkate alınmalıdır.

Hareket Alanı ve Molalar: Öğrencinin dikkatini toplaması için ders sırasında kısa molalar verilmelidir. Hareket etmeye ihtiyaç duyan öğrenciler için sınıfta uygun alanlar sağlanabilir.

Teknolojik Araçların Kullanımı: Eğitim yazılımları, tabletler ve bilgisayarlar gibi teknolojik araçlar öğrenme sürecini desteklemek için kullanılabilir.

Destekleyici ve Sabırlı Yaklaşım: Öğrenciye karşı sabırlı ve destekleyici bir tutum sergilenmelidir. Öğrencinin özgüvenini artırmak için olumlu geri bildirim verilmelidir.

Aile ile İşbirliği: Öğrencinin ailesi ile düzenli iletişim kurarak, evde de destekleyici bir öğrenme ortamı sağlanması teşvik edilmelidir. Aileye, öğrencinin ihtiyaçları ve nasıl desteklenebileceği konusunda bilgi verilmelidir.

Psikolojik Destek: Öğrencinin duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak için okul psikolojik danışmanı ile işbirliği yapılmalıdır. Öğrencinin stres ve kaygı düzeyini azaltmak için uygun stratejiler geliştirilmelidir.

BEP'li öğrenciler, standart müfredata değil, bireysel ihtiyaçlarına göre hazırlanmış bir plana göre eğitim alır. Dolayısıyla, başarıları kendi potansiyelleri ve hedefleri doğrultusunda değerlendirilmelidir. Bunun için alternatif değerlendirme yöntemleri kullanılmalıdır. Bağlı değerlendirme uygun değildir.

Cevap: E

31. Anlıksal yeti yitimi (zihinsel yeti yitimi), bireyin zihinsel işlevlerinde belirgin yetersizlik ve uyumsal davranışlarda bozulma ile karakterize edilen bir durumdur. Bu tür bir değerlendirme yapılırken dikkat edilmesi gereken bazı önemli noktalar şunlardır:

1. Kapsamlı Değerlendirme:

- **Tıbbi Değerlendirme:** Bireyin tıbbi geçmişi, doğum öyküsü ve genetik faktörler göz önünde bulundurulmalıdır. Nörolojik ve fiziksel muayeneler yapılmalıdır.

- **Psikolojik Değerlendirme:** Zekâ testleri (örneğin, Wechsler Zekâ Ölçekleri) ve uyumsal davranış değerlendirmeleri kullanılmalıdır.

2. Bireysel Farklılıklar: Her bireyin yetenekleri ve ihtiyaçları farklıdır. Değerlendirme sürecinde bireysel farklılıklar dikkate alınmalıdır. Bireyin güçlü yönleri ve zayıf yönleri belirlenmeli ve bu doğrultuda bir plan oluşturulmalıdır.

3. Çevresel Faktörler: Bireyin yaşadığı çevre, aile dinamikleri ve sosyal destek sistemleri değerlendirilmelidir. Çevresel faktörlerin bireyin gelişimi üzerindeki etkileri göz önünde bulundurulmalıdır.

4. Eğitim ve Rehabilitasyon İhtiyaçları: Bireyin eğitim ve rehabilitasyon ihtiyaçları belirlenmeli ve uygun programlar oluşturulmalıdır. Özel eğitim hizmetleri, mesleki eğitim ve sosyal beceri geliştirme programları gibi destekler sağlanmalıdır.

5. Aile ve Toplum Katılımı: Aile üyeleri ve toplumun diğer üyeleri, değerlendirme sürecine dahil edilmelidir. Aileye, bireyin ihtiyaçları ve nasıl desteklenebileceği konusunda bilgi verilmelidir.

6. Uzun Vadeli Takip: Değerlendirme süreci, tek seferlik bir işlem olmamalıdır. Bireyin gelişimi düzenli olarak izlenmeli ve gerektiğinde değerlendir-

meler tekrarlanmalıdır. Uzun vadeli takip, bireyin ihtiyaçlarının değişebileceği göz önünde bulundurularak yapılmalıdır.

Buna göre sonuç olarak, öğrencinin eğitsel hedefleri belirlenirken tanının gerektirdiği standartlar önemli olmakla birlikte, öğrencinin bireysel durumu, ilgi alanları, mevcut performans düzeyi ve aile katılımı gibi faktörler de dikkate alınarak bütüncül bir yaklaşım benimsenmelidir. Bu, öğrencinin ihtiyaçlarına en uygun ve etkili eğitim planının oluşturulmasını sağlar.

Cevap: C

32. Projektif Testler: Bu testler belirsiz (açık seçik olmayan) fotoğraf, resim gibi araçlar kullanılarak bireyin bunları yorumlanması istenir. Projektif testler genellikle ya tam belirgin olmayan resim, şekil ya da yarım bırakılmış cümlelerden ve hikâyelerden oluşmaktadır. Bunlar, kişiliğin içyapısını yansıtan ve kişiliği ortaya çıkarmaya çalışan tekniklerdir.

Projektif Testlerin Özellikleri:

Uyarıcılar tam olarak yapılandırılmamış, belirsiz, açık-seçik olmayan uyarıcılardır. Tepkiler de bundan dolayı öznelidir.

Bireye Cevap:lama özgürlüğü sunmaktadır.

Testin amacı denekler tarafından bilinmemektedir. Böylece sosyal kabul ve yanıltma hatası riskini azaltır.

Projektif testler kişiliği çok yönlü ve bir bütün olarak yansıtır. Kişiliğin sadece bir yönünü ölçmez.

Kişiliğin bilinçdışı, kişiye özel ve örtük yönlerini ölçmeyi amaçlar.

Sorunun seçeneklerine bağlı olarak Projektif testlerin uygulanmasında dikkat edilmesi gereken temel ilkeler:

- A) Yorumların danışanın açık anlatımlarına dayanması:** Projektif testlerin yorumlanmasında, danışanın anlatımları ve yanıtlarına özel bir önem verilir. Bu doğru bir yaklaşımdır.
- B) Diğer değerlendirme araçlarının kullanılması:** Projektif testler tek başına yeterli bir değerlendirme sağlayamaz, bu nedenle diğer araçlarla desteklenmesi gereklidir. Bu doğru bir ifadedir.
- C) Kültürel farklılıkların dikkate alınması:** Danışanın kültürel arka planını göz önünde bulundurmak önemlidir. Bu doğru bir yaklaşımdır.
- D) Projektif testler standartlaştırılmış testlerin yerini alabilir:** Bu yanlış bir ifadedir. Projektif testler subjektif sonuçlar sunar ve asla standartlaştırılmış, objektif testlerin tamamen yerini alamaz. Bunlar birbirini tamamlayıcı araçlar olarak kullanılmalıdır.
- E) Nitel veri sağlanması:** Projektif testler daha çok nitel veri sunar ve bu verilerin diğer yöntemlerle birleştirilmesi gereklidir. Bu doğru bir yaklaşımdır.

Cevap: D

33. Yetenek ve başarı test sonuçları kıyaslanırken aşağıdaki hususlara ve önerilere dikkat edilir:

A. Yetenekleri Ölçüsünde Başarılı Olan Öğrenciler:

Okul başarısı açısından potansiyeline göre başarısı uygun olan öğrencilerdir. Bu öğrenciler 3 gruba ayrılır:

Hem yeteneği hem de başarı yüksek olan öğrenciler: Geleceğe yönelik olarak daha ileri düzeydeki akademik programları yürütebilecek öğrencilerdir. Bu öğrenciler, derece farkları da dikkate alınarak akademik alanlara, üst okullara, çeşitli yarışma sınavlarına girmeleri yönünde cesaretlendirilebilirler.

Yetenek ve başarı düzeyleri orta olan öğrenciler: Seviyelerine uygun düşecek akademik programlara derece farkı ile yönlendirilmeleri gerekir.

Yetenek ve başarı düzeyleri düşük olan öğrenciler: Daha ileri düzeyde akademik programlara ayak uydurmaları zor olabilir. Bu nedenle daha kısa süreli, yarı akademik programlara, durumlarına uygun düşen bir mesleğe yönlendirilmeleri gerekir.

B. Yeteneklerinin Altında Başarılı Olan Öğrenciler: Bu öğrenciler, kendilerinden beklenen başarıyı göstermeyen veya gösteremeyen, başarısı performansı beklenenden düşük öğrencilerdir. Bu durum iyice incelenmeli ve öğrencinin başarısını engelleyen faktörler tespit edilerek çocuklar desteklenmelidir.

Ailevi sorunlar, sağlık sorunları, güdülenme problemi, olumsuz arkadaş çevresi, bir işte çalışma, aileye yardım etmeye bağlı okula devamsızlık, verimli ders çalışma yöntemlerini bilmemesi... gibi problemler potansiyelinin altında bir başarıya neden olabilir.

Bu durumda problemin kaynağına göre kişisel-sosyal ya da eğitsel rehberlik desteği sunulmalıdır.

C. Yetenek Düzeylerinin Üzerinde Başarılı olan Öğrenciler: Bu öğrenciler kendilerinden beklenen ya da potansiyelinden fazla başarılı olan öğrencilerdir. Her ne kadar başarılı olmaları iyi gibi görünse de bu durum normal olarak algılanmamalıdır. Çünkü bu öğrenciler genellikle, bir baskı ve zorlama altında bu başarıyı getirirler. Bu nedenle bu öğrenciler kişilik ve duygusal gelişiminde bazı

problemleri yaşayabilen, kaygı ve uyum sorunları da olabilen bireyler olabilir.

Bu öğrencilerin üst düzey başarı göstermelerinde temel sebepler; "aile baskısı ve zorlama, aşırı başarısızlık korkusu, öğretmenlerin ve arkadaşlarının olumlu etkileri, aşırı ilgi ve yüksek düzeyde güdülenme, çalışma alışkanlarının iyi olması, çok fazla çalışma, kopya vb." gibi nedenlerdir.

Bu durumun nedenleri incelenerek öğrencilerin zarar görmelerini engelleyecek ve onları destekleyecek şekilde kişisel-sosyal rehberlik hizmeti sunulmalıdır.

Bu açıklamalar ışığında sorunun öncülleri değerlendirildiğinde:

- (I). Başarı testi sonuçları düşük, ancak yetenek testi sonuçları yüksek olan çocuklar, potansiyellerini tam olarak kullanamıyor olabilirler: **Bu öncül doğrudur.**
- (II). Başarı testi sonuçları yüksek, ancak yetenek testi sonuçları düşük olan çocuklar, ekstra destek ve kaynaklarla başarılı olmuş olabilirler: **Bu öncül doğrudur.**
- (III). Bu durumdaki çocukların, öğrenme stillerini ve çevresel faktörleri değerlendirmek önemlidir: **Bu öncül doğrudur.**
- (IV). Eğitim programlarının bireyselleştirilmesi ve öğrencinin ihtiyaçlarına göre uyarlanması gerekir: **Bu öncül doğrudur.**
- (V). Yetenek testi sonuçları düşük olan çocukların, yeteneklerini geliştirmek için ekstra pratik yapmaları yeterlidir: **Bu öncül yanlıştır. Yetenek testi sonuçları düşük olan çocuklar, sadece ekstra pratik yaparak yeteneklerini geliştiremeyebilirler. Bu çocuklar için daha kapsamlı ve kişiselleştirilmiş eğitim programları gereklidir.**

Cevap: E

34. Bazı hata türleri şöyledir:

Orta yol Cevap: verme ve boş bırakma: Seçenekleri derecelendirilmiş sorularda, Cevap:layan "bazen", "kararsızım" gibi orta yol bir Cevap: vermektedir. Bazen de seçeneği boş bırakmaktadır. Bu nedenle bireyin alacağı puan düzeyi etkilenmekte ve hata payı da yükselmektedir.

Yanıltma hatası: Bu hatada Cevap:layan kişi, soruya içinden geldiği gibi doğru yanıtlar vermez, kendi amacına uygun olarak akılcı yanıtlar vererek kendi gerçek durumunu saklar.

Sosyal kabul hatası: Bu hatada da Cevap:layıcı doğru yanıtlar vermez. Cevap:layıcı kendi gerçek durumunu yansıtan değil, toplum tarafından kabul görecektir, onaylanacak Cevap:lar verir.

Örnekleme Hatası: Testin, genel popülasyonu temsil etmeyen bir örnekleme grubuna uygulanması.

Kişilik yanlılık hatası: Gözlemi yapan kişinin objektif davranmaması, gözlediklerini kişisel tutum ve değerlerine göre yorumlaması durumudur. Kişi bu durumda puanlama yaparken bonkör, cimri veya merkeze yığma eğilimi sergileyebilir.

Genelleme hatası: Gözlemcinin bireyde gözlenen belirgin bir niteliği, bireyin diğer niteliklerine de genellemesi durumudur.

Soruda bazı öğrencilerin başkalarınca zayıf algılanmamak adına sosyal olarak kabul edilebilir görünmek için özgüven seviyelerini olduğundan daha yüksek göstermeye çalıştıkları vurgulanmıştır. Bu durum sosyal kabul hatasına örnek olarak verilebilir.

Cevap: B

- 35. Psikodrama:** Bireylerin duygusal ve psikolojik sorunlarını sahneleyerek anlamalarını ve çözmelerini amaçlar. Genellikle bireyin içsel çatışmaları, kişisel deneyimleri ve duygusal süreçleri üzerine odaklanır. Bireyler, rollerini değiştirerek empati geliştirebilir ve başkalarının bakış açılarını anlayabilir.

Moreno, evrenin en gelişmiş canlı parçası olan insanda üç temel dinamiğin farkına varmıştır. **Spontanlık, yaratıcılık ve eylem.** Ona göre insan doğduğu günden bu yana yaşam boyunca belli rolleri alır ve onları oynamada bu güçleri kullanır. Her üç yeteneğin birbirini bütünleyerek normal bir gelişme ve olgunlaşmaya ulaşamamaları değişik ruhsal rahatsızlıkları doğurur. Doğal ve etkin bir gelişme aşamasında, insanın söz konusu bu üç yeteneği üzerinde çalışabilmesi gerekir. İşte bu nedenle psikodrama, kişilerin ilişkilerini, bu ilişkilerde yaşadıkları sorunları, çatışmaları ve kendi iç dünyalarını spontan bir biçimde, bir oyunun içinde rol alarak incelemelerini ve farkındalığa ulaşmalarını sağlamaya çalışır.

Psikodramanın beş temel unsuru vardır. **Sahne, protagonist, yönetici, yardımcı egolar ve grup.** Protagonist, oyunu oynanan, üzerinde çalışılan kişidir. Ele alınan konunun sahnelendiği yer, sahnedir. Konu sahnelenmeden önce protagonist diğer grup üyeleri arasından kendi konusunu oynayacak kişileri seçer, bu kişilere yardımcı ego denir. Her psikodrama oturumu bir lider (psikodrama konusunda uzman olan bir psikodramatist) tarafından yönetilir.

Bir psikodrama oturumu 3 safhadan oluşur. Isınma, oyun, paylaşım. Isınma, grubun ve protagonistin yapılacak çalışmaya hazır ve istekli olması aşamasıdır. Oyun, çalışmanın yapıldığı aşamadır ve paylaşım ise çalışma sonucunda tüm üyelerin bir araya gelerek yapılan çalışmayla ilgili geribildirimde bulunması.

Psikodrama teknikleri:

- **Ayna Tekniği:** Katılımcının kendi davranışlarını dışarıdan bir gözlemci gibi izlemesine olanak sağlar. Bu, bireyin kendi kendini değerlendirmesine ve farkındalığını artırmasına yardımcı olur.
- **Eşleme Tekniği:** Bir katılımcının başka bir kişinin duygusal durumunu veya davranışlarını

aynaladığı tekniktir. Genellikle bireylerin empati geliştirmesi için kullanılır.

- **Rol Değiştirme Tekniği:** Katılımcının başka bir kişinin rolüne geçerek onun bakış açısını deneyimlemesini sağlar. Bu teknik empatiyi ve farklı perspektifleri anlamayı destekler.

Soruyu değerlendirdiğimizde; B, C, D ve E seçeneklerinin senaryoya göre doğru olduğu anlaşılmaktadır.

Eşleme tekniği, genellikle bir katılımcının başka bir kişinin duygularını ve durumunu aynalamak için kullanılır. Ancak senaryoda böyle bir durum belirtilmemiştir; **bu nedenle A seçeneği yanlıştır.**

Cevap: A

- 36. Kimdir Bu? Tekniği:** Bireylerin grup içindeki diğer üyeler hakkında sahip oldukları algıları ve izlenimleri değerlendiren bir tekniktir. Bu teknik, bireylerin kendilerini ve başkalarını nasıl algıladıklarını ve değerlendirdiklerini ortaya çıkarır.

Yorumlama

- **Sosyal Dinamikler:** Bireylerin grup içindeki algıları ve sosyal rollerini analiz ederek, grup dinamiklerini anlamaya yardımcı olur.
- **İlişkiler:** Bireyler arasındaki sosyal ilişkileri ve etkileşimleri değerlendirir. Hangi bireylerin daha popüler, daha izole veya daha etkili olduğunu gösterir.
- **Kendini Algılama:** Bireylerin, başkaları tarafından nasıl algılandıklarını anlamalarına yardımcı olabilir. Bu, kişisel farkındalığı artırır ve bireysel gelişim için geri bildirim sağlar.

Kimdir Bu?" tekniği uygulandıktan sonra tutarlılık göstermeyen (çelişkili veya uyumsuz) sonuçlar elde edilen bir öğrenciyi anlamak ve ona yardımcı olmak gerekmektedir. Bunun için; sonuçlardaki tutarsızlıkların nedenlerini anlamak önemlidir. Öğrencinin farklı sorulara verdiği Cevap:ları ve grup içindeki algıları dikkatlice analiz etmek gerekir. Tutarsızlıkların belirli bir nedenle mi (örneğin, anlık duygusal durum, grup baskısı) ortaya çıktığını anlamaya çalışmak ilk adım olacaktır. Daha sonrasında öğrenciyle birebir görüşmeler yaparak, test sonuçlarını ve öğrencinin kendini nasıl algıladığı ile ilgili farkındalık yaratmak, öğrencinin düşüncelerini dinlemek ve ona geri bildirimde bulunmak önemli olacaktır. Bu tip öğrenciye düzenli bireysel danışmanlık seansları yaparak, onun duygusal ve sosyal becerilerini geliştirmek ve öğrencinin kendini ifade etmesine ve güvende hissetmesine olanak tanımak yapılabilecek müdahalelerdendir. Ayrıca grup dinamiklerini iyileştirme, sosyal beceri eğitimi ve ebeveyn desteği ile öğrenciye katkıda bulunulabilir.

Tablodaki değerlere göre A, B, C ve E seçeneklerinin doğru olduğu söylenebilir. Ancak arkadaşları tarafından en çok anılan D değil K'dır. Bundan dolayı D seçeneği yanlıştır.

Cevap: D

- 37. Görüşme tekniği,** bireylerle bilgi toplamak, değerlendirmek veya rehberlik sağlamak amacıyla kullanılan en yaygın yöntemlerden biridir. Ancak her yöntemde olduğu gibi, görüşme tekniğinin de avantajları ve sınırlılıkları vardır.

Görüşme Tekniğinin Bazı Avantajları

- Birey ile doğrudan iletişim kurarak, onun duygularını, düşüncelerini ve ihtiyaçlarını daha iyi anlamayı sağlar. Yüz yüze iletişim, empati kurma ve güven oluşturma fırsatı verir.
- Görüşme sırasında, belirli bir konu hakkında daha ayrıntılı bilgi alınabilir. Açık uçlu sorular sayesinde, bireyin düşüncelerini ve deneyimlerini açıklama fırsatı doğar.
- Görüşme sırasında sorular, bireyin yanıtlarına göre uyarlanabilir. Önceden belirlenmiş soruların ötesine geçerek, spontane olarak daha fazla bilgi elde edilebilir.
- Görüşme, bireyin özel durumlarına veya ihtiyaçlarına göre şekillendirilebilir. Bireyin kendini ifade etmesine yönelik rahat bir ortam oluşturulabilir.
- Bireyin ses tonu, mimik ve beden dili gibi sözlü olmayan ifadeleri de analiz edilebilir, bu da daha bütüncül bir değerlendirme sağlar. Okuma yazma bilmeyenlere uygulanabilir.
- Kullanım alanı geniştir. Psikoterapide, duygusal problemleri ve uyumsuz davranışların nedenlerini anlama, teşhis ve tedavisinde kullanılabilecek en etkili tekniklerden birisidir.
- Görüşülen kişi ile ilgili olarak ortaya çıkabilecek yeni durumlara ve bireysel farklılıklara dönük olarak görüşme kapsamında değişiklik yapabilme olanağı sağlaması açısından esnek bir tekniktir.
- Yazılı bilgi toplama araçları ile bireylerden elde edilmesi olanaksız olan, sözel ifadelerin gerisindeki duygu ve eğilimleri de gözlemeye olanak verir.

Görüşme Tekniğinin Bazı Sınırlılıkları:

- Sübjektiflik düzeyi yüksektir. Görüşmecinin kişisel bakış açısı veya önyargıları, görüşme sürecini ve sonuçlarını etkileyebilir. Yanıtların yorumlanması, görüşmecinin deneyimine ve tarafsızlığına bağlıdır.

- Görüşülen kişi, sosyal kabul görme isteğiyle yanıtlarını çarpıtabilir. Katılımcının gerçeği tam olarak yansıtamaması, verilerin doğruluğunu olumsuz etkileyebilir.
- Görüşmeler genellikle uzun sürer, bu da geniş bir örnekleme çalışmayı zorlaştırabilir. Her birey için birebir zaman ayırmak gerektiğinden, kaynak ve zaman sınırlamaları oluşturabilir.
- Görüşmecinin deneyimi, becerileri ve soruları doğru şekilde yönlendirme yeteneği, görüşmenin başarısını doğrudan etkiler. Eğitimsiz veya tecrübesiz bir görüşmeci, sonuçların güvenilirliğini düşürebilir.
- Görüşmelerde elde edilen veriler, yapılandırılmış testlere kıyasla daha az nesnel olabilir. Özellikle açık uçlu sorularla elde edilen yanıtların standartlaştırılması zordur.

Görüşme tekniği, bilgi toplama ve değerlendirme sürecinde etkili bir yöntemdir, ancak bazı sınırlılıkları vardır. Bu sınırlılıklar arasında sübjektif yorumlar, zaman alıcılık, yanlış bilgi verme olasılığı ve katılımcıların sosyal kabul görme isteği sayılabilir. Görüşmecinin deneyimi ve yetkinliği de sonuçların güvenilirliğini etkileyebilir. C seçeneğindeki “Görüşme tekniği, katılımcıların yanlış bilgi verme olasılığını azaltır” ifadesi yanlış bir ifadedir. Çünkü görüşme sırasında katılımcılar, sosyal kabul görme isteği, utanma veya yanlış anlaşılma korkusuyla yanlış bilgi verebilirler.

Cevap: C

- 38. Derecelendirme Ölçeği:** Derecelendirme ölçeği, bireylerin belirli bir özelliği üzerindeki performansını değerlendirmek için kullanılan bir araçtır. Ancak bu senaryoda tablo şeklinde sürekli güncellenen veriler toplandığı için derecelendirme ölçeği uygun değildir. **Yanlış bir seçenektir.**

Gözlem Formu: Gözlem formu, gözlemler sırasında not almak için kullanılan bir araçtır, ancak bu form genellikle daha genel ve bireysel özelliklerin düzenli kaydını sistematik olarak içermez. **Yanlış bir seçenektir.**

Vak’a kaydı: Vak’a kaydı, bireyin gözlemlenen belirli davranışlarının veya olaylarının kısa, net ve objektif bir şekilde yazılı olarak kaydedilmesidir. Ancak sürekli özellik kaydına odaklanmadığı için bu senaryoya uygun değildir. **Yanlış bir seçenektir.**

Anket: Anket, bireylerin görüşlerini veya durumlarını değerlendirmek için kullanılan bir veri toplama aracıdır. Ancak özelliklerin uzun vadeli ve sistematik gözlemi için uygun değildir. **Yanlış bir seçenektir.**

Özellik Kayıt Çizelgesi: Özellik kayıt çizelgesi, bireylerin belirli özelliklerini sistematik olarak takip etmek için kullanılan bir araçtır. Bireylerin belirli özelliklerini düzenli olarak gözlemlemek ve kaydetmek için kullanılan yapılandırılmış bir araçtır. Bu çizelge, özelliklerin gelişimini izlemek ve analiz etmek için öğretmenlere pratik ve etkili bir yöntem sunar. Tablo formatında düzenlenmiş bilgiler, bireylerin gelişimini gözlemlemek ve analiz etmek için idealdir. Bu senaryoya en uygun araçtır. **Doğru seçenektir.**

Cevap: A

- 39. KARİYER OLGUNLUĞU:** Bireyin yaşına, deneyimine ve gelişim aşamasına uygun olarak kariyerle ilgili kararlar alabilme kapasitesini ifade eder. Kariyer olgunluğu, bireyin kendi yeteneklerini, ilgi alanlarını ve hedeflerini tanımasının yanı sıra, çevresel faktörleri de değerlendirerek gerçekçi kararlar alabilme yetkinliğini içerir.

Önemli Bileşenleri:

Kendi Kendini Anlama: Bireyin ilgi, yetenek ve değerlerini tanıması.

Meslek Hakkında Bilgi Sahibi Olma: Farklı mesleklerin gerekliliklerini ve özelliklerini anlama.

Karar Alma Becerisi: Meslek seçimi ve kariyerle ilgili kararlar alma konusunda bilinçli ve mantıklı bir süreç izleme.

Gelecek Planlama: Bireyin gelecekteki hedeflerini ve bu hedeflere ulaşmak için gereken stratejileri belirlemesi.

Sorumluluk Alma: Kariyerle ilgili kararların sonucunda ortaya çıkabilecek durumların sorumluluğunu üstlenme.

Kariyer olgunluğu, bireyin yalnızca meslek seçimiyle değil, aynı zamanda bu meslekte başarılı olmak için gereken tutumları ve davranışları sergileme yetkinliğiyle de ilgilidir. Özellikle ergenlik döneminde, bireyin meslek seçiminde doğru kararlar alabilmesi için bu olgunluğa ulaşması önemlidir.

Araştırmalar ergenlerin lise 1. sınıf itibarıyla mesleki olgunluğa henüz erişemediklerini, lise sonlara doğru olgunlaşmanın arttığını ortaya koyuyor. Bu konuda da bireysel farklılıklar söz konusudur.

Buna göre lisedeki bir öğrenci kendi ilgi yetenek ve kişilik özelliklerine uygun bir meslek tercihi yapmışsa, mesleki olgunluğu yüksektir yorumu yapılabilir.

Soru incelendiğinde Feride'nin kendi ilgi ve yeteneklerini tanıması, meslekler hakkında bilgi sahibi olması kariyer olgunluğunun bir parçasıdır. Ancak Feride, doğru bir karar alırken endişe ve sorumluluk duygusuyla ilgili eksiklikler yaşıyor. Bu durum, kariyer olgunluğunun tam olarak sağlanamadığını gösterir.

Cevap: B

- 40. İsacson'un Mesleki Gelişim Evreleri:** İsacson, bireylerin mesleki gelişim sürecini farklı evrelere ayırmıştır. Bu evreler, bireyin yaşına, gelişim düzeyine ve kariyerle ilgili karar alma süreçlerine göre şekillenir:

- 1. Farkındalık Evresi (5-12 yaş): Meslekleri fark etme.** Çocukluk döneminde başlar, birey meslekler ve mesleki kavramlar hakkında farkındalık kazanmaya başlar.
- 2. Keşif Evresi (12-15 yaş): Meslekler arası benzerlik ve farklılıkları öğrenme.** Birey mesleklerle ilgili bilgi edinir ve kendine uygun seçenekleri keşfeder.
- 3. Karar Verme Evresi (15-18 yaş): Mevcut alığa dayanarak ideal oluşturma.** Birey, bir meslek seçimi yapar ve bununla ilgili adımlar atar.
- 4. Hazırlık Evresi (18-23 yaş):** Seçilen alan veya okulda meslek hazırlığı.
- 5. İşe Yerleşme Evresi** Birey seçtiği meslekte çalışmaya başlar ve deneyim kazanır.

Soru incelendiğinde Elif, çeşitli mesleklerle ilgili bilgi edinmekte, kariyer günlerine katılmakta ve staj yaparak deneyim kazanmaktadır. Bu nedenle, Elif'in keşif evresinde olduğu söylenebilir.

Cevap: B

41. KARAR VERME STRATEJİLERİ (DİNKLAG)

İçtepisel karar vericiler: Karşılarına çıkan ilk seçeneğe yönelerek, ani kararları olup salt duygulara ve isteklere dayalıdır. "Şimdi karar ver, sonra düşün". İçtepisel kişiliğe sahip kişiler, uyarılara karşı aşırı duyarlı olup, uyarıldığı zaman düşünmeye vakit bulamadan birdenbire tepki gösterirler.

Kaderci karar vericiler: Problemin çözümü veya kararı çevresel olaylara veya kadere bırakırlar. "Şimdiye kadar ne oldu ki, bundan sonra ne olacak".

Boyun eğici karar verenler: Karar verirken bir başkasının planına veya önerilerine boyun eğler. "Karar sizinle uyuyorsa, benimle de uyur".

Erteleyici karar vericiler: Problemi askıya alırlar. "Bu konuları daha sonra düşünelim".

Kendine eziyet ederek karar vericiler: Seçenekler hakkında bilgi toplamaya ve onlar üzerinde düşünmeye çok fazla zaman harcarlar. "Kararımı veremiyorum".

Plan yaparak karar vericiler: Belli bir hedefe ulaştıracak seçenekleri sistematik olarak inceler; isteklerle fırsat ve imkanlar arasında bir denge oluştururlar. "Ben kaderimin kaptanıyım, geleceğimden kendim sorumluyum".

Sezgisel karar vericiler: Karar verme sürecine kısmen mistik, kısmen bilinçaltı güdülere ağırlık veren bir tutum sergilerler. "Bana öyle geliyor ki..." Sezgisel karar alıcılar, düşüncesizce hareket etmeye meyillidir.

Donup kalarak karar vericiler: Karar verme sorumluluğunu hissederler ancak ona yaklaşma gücünü kendilerinde göremezler. Bir karar verme planı yapamazlar, erteleme kararı da veremezler. "Ne yapacağımı bilmeliyim, fakat onunla henüz ilgilenmiyorum"

Sorunun öncülleri incelendiğinde:

- I. Öncül Planlayıcı (A seçeneği)
- II. Öncül Sezgisel (B seçeneği)
- III. Öncül Erteleyici (C seçeneği)
- IV. Öncül Boyun Eğici (D seçeneği) karar vericilere örnek teşkil eder.

Dolayısıyla E seçeneğinde yer alan "donup kalarak karar vericilere" öncüller arasında örnek yoktur.

Cevap: E

42. Bilgiyi İşleme Kuramının Temel Önergeleri Şöyledir:

- Kariyer seçimleri, bilişsel ve duygusal süreçlerin karşılıklı etkileşimlerinin bir sonucudur.
- Kariyer seçimleri bir **problem çözme** eylemidir.
- Bireyin kariyer problemlerini çözme kapasitesi; bilişsel işlemler kadar, geçerli bilgilere sahip olmaya bağlıdır.
- Kariyer problemlerinin çözümü, **üst düzey bellek işlevleri** gerektiren bir görevdir.
- Bireyin kariyer sorunlarını çözmesinde '**motivasyon**' önemli bir öğedir.
- Kariyer gelişimi, bireyin sürekli gelişimini ve bilgi yapılarındaki değişimleri içerir.
- Kariyer kimliği, bireyin kendisine ilişkin bilgi ve algılarına dayanır.
- Kariyer olgunluğu, bir kişinin kariyer problemlerini çözme yeterliğine dayanır.
- Kariyer danışmanlığında sonal hedef, bilgiyi işleme becerilerinin gelişimini kolaylaştırarak bireyin başarılı olmasını sağlamaktır.
- Kariyer danışmanlığının sonal amacı, danışanların, karar verici ve problem çözücü bir birey olarak kendilerini geliştirmelerini sağlamaktır.

Kuram, kariyer kararlarının bilinçli bir şekilde verilmesi için 5 aşamalı bir döngü sunar:

1. **İşleme:** Verilerin toplanması ve düzenlenmesi. Örnek: Meslekler hakkında bilgi toplamak.
2. **Analiz:** Toplanan bilginin değerlendirilmesi ve ilişkilendirilmesi. Örnek: Farklı mesleklerin avantaj ve dezavantajlarını karşılaştırmak.
3. **Sentez:** Bilgilerin birleştirilerek anlamlı bir sonuç oluşturulması. Örnek: Meslek seçeneklerini daraltarak en uygun olanları belirlemek.
4. **Değerlendirme:** Seçeneklerin bireysel değerlere, hedeflere ve ilgilere göre gözden geçirilmesi. Örnek: Seçeneklerin bireysel hedeflerle ne kadar uyumlu olduğunu tartışmak.
5. **Uygulama:** Karar verilen mesleğe yönelik adımlar atılması. Örnek: Belirlenen meslek için eğitim veya iş başvuruları yapma.

Buna göre soruyu değerlendirdiğimizde Eray'ın bilgileri birleştirilerek anlamlı bir sonuca ulaştığı aşamada olduğu söylenebilir. Eray, seçeneklerini daraltarak tıp fakültesini belirlediği için son durumda **Sentez aşamasında** bulunmaktadır.

Cevap: C

43. GINZBERG'İN KARIYER GELİŞİM KURAMI

Ginzberg'in Kariyer Gelişim Kuramı, bireylerin kariyer seçimlerinin ve gelişimlerinin belirli aşamalardan geçtiğini öne süren bir teoridir. Bu kuram, bireylerin meslek seçimini bir süreç olarak ele alır ve üç ana evreye ayırır: Fantezi, Geçici (Deneme) ve Gerçekçi. Bu evreler, bireylerin yaşadığı çeşitli gelişimsel aşamaları yansıtır.

1. Fantezi (Hayal) Dönemi (5-11 yaş)

Bu dönemde çocuklar, meslek seçimlerini zevklerine ve hayallerine göre yapar. Gerçekçi olmayan tercihlerde bulunurlar ve meslekleri oyunlar aracılığıyla keşfederler. Çocuklar, istedikleri her mesleği yapabileceklerine inanır ve çevrelerindeki yetişkinleri taklit ederler. Bu dönemde meslek seçimleri, bireyin ilgileri ve hayal gücüyle şekillenir.

2. Deneme Dönemi (11-17 yaş)

Bu dönem, bireylerin ilgi ve yeteneklerini keşfederek daha gerçekçi seçimler yapmaya başladıkları süredir. Kendi içinde dört alt evreye ayrılır:

İlgi Evresi (11-12 yaş): Bireyler, meslek seçimlerini ilgi alanlarına göre yapmaya başlar. Bu dönemde bireyler, hangi mesleklerin kendilerine daha çekici geldiğini keşfeder.

Yetenek Evresi (13-14 yaş): Bireyler, hangi alanlarda daha başarılı olduklarını fark eder ve seçimlerini buna göre şekillendirir. Kendi becerilerini değerlendirmeye başlarlar.

Değer Evresi (15-16 yaş): Meslek seçimlerinde kişisel değerler ve toplumsal beklentiler ön plana çıkmaya başlar. Bireyler, mesleklerin sosyal statüsünü ve ekonomik getirilerini göz önünde bulundurur.

Geçiş Evresi (17 yaş): Bireyler, meslek seçimlerini daha bilinçli ve gerçekçi bir şekilde yapmaya başlar. Bu dönemde bireyler, eğitim ve kariyer planlarını somutlaştırır.

3. Gerçekçi Dönem (17-23 yaş)

Bu dönemde bireyler, meslek seçimlerini netleştirir ve iş dünyasının gerçekleriyle uyum sağlamaya çalışır. Üç alt evreye ayrılır:

Keşfetme Evresi (17-19 yaş): Bireyler, farklı meslekleri araştırır ve seçeneklerini değerlendirir. Stajlar, iş deneyimleri ve eğitim programları bu dönemde önemli rol oynar.

Billurlaşma Evresi (19-21 yaş): Meslek seçimleri daraltılır ve belirli bir alana yönelim başlar. Bireyler, kariyer hedeflerini netleştirir ve eğitimlerini buna göre şekillendirir.

Belirleme Evresi (21-23 yaş): Bireyler, kesin meslek kararlarını verir ve bu doğrultuda eğitim ve kariyer planlarını oluşturur. İş başvuruları, profesyonel gelişim ve kariyer başlangıcı bu dönemde gerçekleşir.

Sorunun seçeneklerini analiz ettiğimizde:

- A) Ailesinin beklentileri doğrultusunda kararlar vermiştir:** Seda, ailesinin doktor olma beklentisine rağmen sanatla ilgili bir meslek seçmiştir. Bu nedenle bu seçenek yanlıştır.
- B) Toplumsal prestij ve maddi kazançları öncelikli olarak değerlendirmiştir:** Seda, toplumsal prestij ve maddi kazançları dikkate almamış, sanatın toplumsal etkisini daha değerli bulmuştur. Bu nedenle bu seçenek yanlıştır.
- C) Kişisel değerlerini ön planda tutarak meslek seçimini yapmıştır:** Seda, sanatın insanlara dokunan ve toplumsal değişim yaratabilecek bir alan olduğunu düşünmüş ve bu kişisel değerleri doğrultusunda meslek seçimini yapmıştır. Bu doğru seçenektir.
- D) Sanat alanındaki yeteneklerine göre bir seçim yapmıştır:** Seda'nın sanat yeteneklerinden bahsedilmemiştir; seçimini kişisel değerleri doğrultusunda yapmıştır. Bu nedenle bu seçenek eksik bir açıklamadır ve yanlıştır.
- E) Toplumun genel beklentilerine uygun bir meslek seçmiştir:** Seda, toplumun genel beklentilerinden bağımsız olarak sanatla ilgili bir meslek seçmiştir. Bu nedenle bu seçenek yanlıştır.

Cevap: C

44. WATERS VE GOODMAN'IN KARIYER GEÇİŞ AŞAMALARI

Schlossberg, Waters ve Goodman'ın kariyer geçiş teorisi, bireylerin kariyer geçiş süreçlerinde yaşadıkları değişimlere odaklanır. Bu teori, bireylerin iş veya kariyer değişiklikleriyle başa çıkmalarına yardımcı olan bir çerçeve sunar. Kariyer geçiş aşamaları şu şekilde sıralanır:

Durum: Bireyin geçiş yaptığı spesifik durumu ve bağlamı ifade eder. Bu, değişimin türünü ve zamanlamasını içerir. Geçiş tetikleyen nedir? Zamanlama (sosyal saat), Süresi (geçici?), Benzer geçiş yaşantıları? Son zamanlardaki stresler, Değerlendirme

Bireyin Kendisi (Öz-Self): Bireyin geçiş sürecinde kendi algısını, kaynaklarını ve güçlü yönlerini anlamasını kapsar. Kendilik kavramı, bireyin geçiş nasıl deneyimlediğini ve buna nasıl tepki verdiğini etkiler. Kişilik, psikolojik ve demografik (sosyoekonomik düzey, sağlık durumu, kültür/ırk/ etnik köken, cinsiyet rolü, yaş) özellikleri, işin kişi için önemi, öz yeterlilik (yapabilmeye olan kişinin kendisine inancı), uyum gücü (esneklik)

Destek: Bireyin geçiş sürecinde sahip olduğu sosyal destek ağlarını ve kaynaklarını ifade eder. Aile, arkadaşlar, meslektaşlar ve profesyonel danışmanlar gibi destek sistemleri önemlidir. Anne baba, Arkadaşlar, Cesaretlendirilme, Bilgi, Kapı açıcılar, Pratik yardımlar (bebeğe bakma, CV yazımı vb.), Sağlık sigortası/parasal destek vb.

Stratejiler: Bireyin geçiş sürecinde kullandığı başa çıkma stratejilerini ifade eder. Bu stratejiler, problemleri çözme ve stresle başa çıkma yöntemlerini kapsar. Durumu değiştirmeye yönelik tepkiler (ek dersler alma, iş avına çıkma vb.), Problemin anlamını değiştirme (iş kaybı daha iyi bir iş için olanak olabilir), Olay olduktan sonra stresle başa çıkma (rahatlama, spor vb.).

Sorudaki senaryo incelendiğinde;

- Cengiz, işten ayrılma kararını alırken mevcut durumunu ve gelecekteki hedeflerini değerlendirmiştir. Bu adım, geçiş sürecinin başlangıç noktasıdır. (**Durum**)

- Cengiz, kendine olan güveni ve yetenekleri hakkında derinlemesine düşünmüştür. Bu aşamada bireyin kendini tanıması ve algılaması önemlidir. (**Bireyin kendisi**)

Cengiz, ailesi, arkadaşları ve kariyer danışmanlarından yardım almıştır. Sosyal destek sistemleri, geçiş sürecinde bireyin yanında olan önemli kaynaklardır. (**Destek**)

Cengiz, stresle başa çıkmak için meditasyon yapma, spor yapma ve profesyonel yardım alma gibi stratejiler kullanmıştır. Bu aşama, bireyin geçiş sürecini yönetme ve başa çıkma yöntemlerini içerir. (**Stratejiler**)

Buna göre senaryo akışına bakıldığında aşamaların doğru sıralaması **Durum** → **Bireyin kendisi** → **Destek** → **Stratejiler** şeklindedir.

Cevap: B

45. GELENEKSEL REHBERLİK ANLAYIŞININ ÖZELLİKLERİ:

- Kriz ve sorun odaklı yardım hizmeti vardır.
- Bilgi verme ve yöneltme ekseninde odaklanır.
- Zaman çizelgesi ile sınırlıdır.
- Problemleri öğrencilere yöneliktir.
- Uzmanlık hizmetine odaklıdır.
- Görev yönelimlidir.
- Tepkiseldir.
- Öğretimden ayrıştırılmıştır.
- Profesyonel müdahale vardır.
- Var olanı koruma ve sürdürme esastır.
- Bağımsız uygulamalar vardır.
- Genel ve yapılandırılmamış hedefler vardır.
- Yoğunluk ortaöğretim kademesindedir.
- Birçok kurumda uygulanabilir (Sağlık, endüstri).

GELİŞİMSEL REHBERLİK ANLAYIŞININ ÖZELLİKLERİ:

- Gelişimi sağlayıcı ve kolaylaştırıcı odaklıdır.
- Bireyin tüm gelişim alanlarına yönelik odaklanır.
- Program bütünlüğü içindedir. Sürekli.
- Tüm öğrencilere yöneliktir.
- Öğretmen odaklıdır (sınıf rehber öğretmeni).
- Hedef yönelimlidir.
- Yaratıcı ve esnektir.
- Öğretimle kaynaştırılmıştır.
- Profesyonel hizmet vardır.
- Var olanı değerlendirme ve geliştirme esastır.
- Sürekli aşamalı, ardışık uygulamalar vardır.
- Ölçülebilir hedef davranışlar vardır.
- Tüm öğretim kademelerinde yoğunlaşılır.
- Sadece eğitim kurumlarında uygulanır.

Buna göre sorunun seçenekleri değerlendirildiğinde:

- A) Geleneksel rehberlik anlayışı, bireylerin yaşam boyu gelişim süreçlerini desteklemeyi amaçlar; gelişimsel rehberlik ise yalnızca akademik başarıya odaklanır: **Bu ifade yanlıştır.** Gelenek-

sel rehberlik anlayışı genellikle mevcut problemlerin çözümüne odaklanırken, gelişimsel rehberlik bireyin yaşam boyu gelişim süreçlerini desteklemeyi amaçlar.

- B) Geleneksel rehberlik anlayışı, bireyin mevcut problemlerini çözmeye yönelik kısa vadeli müdahaleler sağlar; gelişimsel rehberlik ise bireyin uzun vadeli gelişim süreçlerini ve potansiyelini destekler: Bu ifade doğrudur. Geleneksel rehberlik, bireyin mevcut sorunlarına kısa vadeli çözümler bulmaya odaklanırken, gelişimsel rehberlik bireyin tüm yaşam boyu gelişimini ve potansiyelini desteklemeye yöneliktir. Doğru Cevap: tır.
- C) Geleneksel rehberlik anlayışı, bireylerin sosyal ve duygusal ihtiyaçlarına odaklanır; gelişimsel rehberlik ise yalnızca mesleki ve kariyer hedeflerine yönelir: **Bu ifade yanlıştır.** Geleneksel rehberlik daha çok bireysel problemlerin çözümüne odaklanırken, gelişimsel rehberlik bireyin tüm ihtiyaçlarını, hem sosyal-duygusal hem de mesleki-kariyer hedeflerini dikkate alır.
- D) Geleneksel rehberlik anlayışı, bireylerin içsel süreçlerini ve benlik kavramını vurgular; gelişimsel rehberlik ise bireylerin dışsal motivasyonlarını dikkate alır: **Bu ifade yanlıştır.** Geleneksel rehberlik bireylerin mevcut problemlerini çözmeye odaklanırken, gelişimsel rehberlik hem içsel hem de dışsal motivasyonları dikkate alır ve bireyin genel gelişimini vurgular.
- E) Geleneksel rehberlik anlayışı, bireyin toplumsal ve çevresel etkilerini göz ardı eder; gelişimsel rehberlik ise yalnızca bireyin içsel süreçlerine odaklanır: **Bu ifade yanlıştır.** Gelişimsel rehberlik, bireyin toplumsal, çevresel ve içsel süreçlerini dikkate alarak, bütüncül bir yaklaşımla bireyin yaşam boyu gelişimini destekler.

Cevap: B

46. Kapsamlı PDR programı, ihtiyaç analizinden değerlendirme aşamasına kadar sırasıyla yapılandırılmış bir süreçtir.

I. Programın ihtiyaç analizinin yapılması:

Kapsamlı PDR programı hazırlanırken ilk aşama, ihtiyaç analizidir. Bu aşama, hedef kitlenin (örneğin, öğrenciler, öğretmenler) ihtiyaçlarının ve programdan beklenen sonuçların belirlenmesi için yapılır.

III. Programın amaç ve hedeflerinin belirlenmesi: İhtiyaç analizi tamamlandıktan sonra, programın genel amacı ve bu amaç doğrultusundaki spesifik hedefler belirlenir. Amaçlar, programın yönünü ve odak noktasını belirler.

V. Program içeriği ve etkinliklerin planlanması: Amaç ve hedefler netleştirildikten sonra, belirlenen hedeflere uygun içerikler ve etkinlikler planlanır. Bu aşamada programın günlük, haftalık veya dönemlik etkinlikleri detaylandırılır.

II. Programın uygulanabilir hale getirilmesi: İçerik ve etkinlikler belirlendikten sonra, program uygulamaya hazır hale getirilir. Bu aşamada gerekli kaynaklar, materyaller ve eğitim ortamları hazırlanır.

IV. Programın değerlendirme aşamasına geçilmesi: Program uygulandıktan sonra, etkili olup olmadığını değerlendirmek için geri bildirimler toplanır. Değerlendirme sonuçlarına göre programda değişiklikler yapılabilir ve geliştirilir.

Doğru sıralama I - III - V - II - IV şeklinde olup, programın etkili ve verimli bir şekilde hazırlanmasını ve uygulanmasını sağlar.

Cevap: A

47. Korelasyonel ilişki, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi ölçen bir kavramdır. Bu ilişki, değişkenlerin birbiriyle ne ölçüde bağlantılı olduğunu ve birlikte nasıl hareket ettiklerini anlamayı sağlar. Korelasyon, istatistikte genellikle bir korelasyon katsayısı (genelde r harfiyle ifade edilir) ile ölçülür ve bu değer -1 ile +1 arasında değişir.

Korelasyonun Önemi ve Kullanım Alanları

- Araştırmalarda: İki değişkenin birlikte hareket edip etmediğini anlamak için kullanılır.
- Sosyal Bilimlerde ve Psikolojide: İnsan davranışlarını açıklayan faktörler arasında ilişkiler kurmak için yaygın bir şekilde kullanılır.

Pozitif Korelasyon: Bu tür bir korelasyonda, bir değişken artarken diğer değişken de artar. Değişkenler arasında doğrusal bir artış ilişkisi vardır. Korelasyon katsayısı (r) 0 ile +1 arasında bir değerdir. Örneğin; A seçeneğindeki Şiddete maruz kalma ile depresyon düzeyi arasında, C seçeneğindeki boy ile kilo arasında ve E seçeneğindeki sosyoekonomik düzey ile bilinen kelime sayısı arasında pozitif korelasyon vardır. Çünkü değişkenlerde birindeki artış ya da azalış diğesinde de aynı yönde gözlemlenir.

Negatif Korelasyon: Bir değişken artarken diğer değişken azalır. Değişkenler arasında ters bir ilişki vardır. Korelasyon katsayısı (r) -1 ile 0 arasında bir değerdir (örneğin, $r = -0.6$ orta düzeyde negatif bir korelasyondur).

D seçeneğindeki koruyucu aile tutum puanı ile kişinin özdenetim düzeyi arasında böyle bir ilişki olduğu söylenebilir. Buna göre koruyucu aile tutumu puanı ile özdenetim puanı ters yönde hareket eder. Ve grafikte x ile y eksenlerine bunları yerleştirdiğimizde bu ilişkiyi görebiliriz.

Nötr (Sıfır) Korelasyon: İki değişken arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunmadığında nötr korelasyon söz konusudur. Değişkenlerin biri artarken diğesinde herhangi bir sistematik değişiklik gözlenmez, bu durumda korelasyon katsayısı sıfıra yakındır ($r \approx 0$). B seçeneğindeki ırk ile zekâ arasındaki ilişki buna örnek olarak verilebilir.

Cevap: D

48. PARAMETRİK TESTLER

Parametrik testler, çıkarımsal istatistikte kullanılan güçlü yöntemlerden biridir. Bu testler, belirli varsayımlara dayanır ve verilerin dağılımı ve özellikleri hakkında spesifik tahminler yapar.

Parametrik Testlerin Kullanım Durumları

- Veriler normal dağılıma uygunsa
- Varyanslar homojen ise
- Sürekli ve nicel verilerle çalışıldığında
- Güçlü ve hassas analiz gerekiyorsa

Ortalama Değerler Üzerinden Analiz: Parametrik testler genellikle grupların ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır.

Parametrik Test Türleri ve Kullanım Alanları

Tek Örneklem t-Testi: Bir grubun ortalamasının belirli bir sabit değerle karşılaştırılması amacıyla kullanılır. Örneğin, bir okulun öğrencilerinin sınav ortalamasının belirli bir başarı kriterine uyup uymadığını test etmek.

Bağımsız Örneklem t-Testi: İki bağımsız grubun ortalamalarını karşılaştırmak amacıyla kullanılır. Örneğin, erkek ve kız öğrencilerin matematik test skorları arasında fark olup olmadığını incelemek.

Eşleştirilmiş Örneklem t-Testi (Paired Samples t-Test): Aynı grubun farklı zamanlarda (ön test/son test) ölçülen ortalamalarını (en çok iki sonuç) karşılaştırmak amacıyla kullanılır. Örneğin, bir eğitim programı öncesi ve sonrası öğrencilerin başarı skorlarının karşılaştırılması.

Tek Yönlü ANOVA (One-Way ANOVA): Üç ya da daha fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak amacıyla kullanılır. Örneğin, üç farklı öğretim yönteminin öğrencilerin sınav başarıları üzerindeki etkisini test etmek.

Tekrarlanan Ölçümler ANOVA (Repeated Measures ANOVA): Aynı grubun ikiden fazla durumda ölçülen ortalamalarını karşılaştırmak amacıyla kullanılır. Örneğin, bir bireyin üç farklı zamanda aldığı test skorlarının karşılaştırılması.

Pearson Korelasyon Analizi: İki sürekli değişken arasındaki doğrusal ilişkinin gücünü ve yönünü belirlemek amacıyla kullanılır. Örneğin, öğrencilerin ders çalışma saatleri ile sınav skorları arasındaki

ilişkiyi incelemek.

Basit Doğrusal Regresyon: Bir bağımsız değişkenin, bir bağımlı değişken üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla kullanılır. Örneğin, bir öğrencinin notlarının ders çalışma süreleri tarafından ne ölçüde tahmin edilebileceğini analiz etmek.

Çoklu Regresyon: Birden fazla bağımsız değişkenin, bir bağımlı değişken üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla kullanılır. Örneğin, öğrencilerin akademik başarılarını, ders çalışma süreleri, ders katılımı ve uyku düzeni gibi değişkenler üzerinden tahmin etmek.

Ki-kare Testi: Non-parametrik bir testtir. İstatistikte, kategorik veriler arasında bir ilişki olup olmadığını test etmek için kullanılan bir çıkarımsal test yöntemidir. Bu test, gözlenen değerler ile beklenen değerler arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını değerlendirir. Temel olarak, iki kategorik değişken arasında bir ilişki olup olmadığını anlamaya yönelik bir yöntemdir.

Soruyu incelediğimizde, Araştırmacı Dilara Hanım'ın AGS P3 puan ortalamaları açısından 4 farklı üniversitenin PDR bölümü mezunları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını araştırmak istediği belirtilmektedir. Karşılaştırma yapılacak **grup ortalamaları** sayısı **ikiden fazla** olduğunda bu amaca en uygun ve kullanışlı yöntem Tek Faktörlü ANOVA'dır.

Cevap: D

49. ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME SÜRECİNDE ETİK İLKELER

Psikolojik danışma sürecinde ölçme ve değerlendirme, danışanın bireysel özelliklerinin anlaşılmasına yönelik önemli bir araçtır. Ancak, bu süreçte etik ilkelere sıkı bir şekilde bağlı kalınması gereklidir. Aşağıdaki etik standartlar, bu süreçte rehberlik eder:

Gizlilik İlkesi: Test sonuçları yalnızca danışanın rızasıyla paylaşılmalıdır.

Bilgilendirme: Danışanlar, testin amacı, kapsamı ve sonuçların nasıl kullanılacağı hakkında tam bilgiye sahip olmalıdır.

Geçerlik ve Güvenirlik: Kullanılan testin geçerli (ne ölçmesi gerekiyorsa onu ölçen) ve güvenilir (tutarlı sonuç veren) bir araç olması gerekir.

Sonuçların Kullanımı: Test sonuçları yalnızca danışanın yararına olacak şekilde ve etik sınırlar içinde kullanılmalıdır.

Sorudaki seçeneklerin analizini yapacak olursak:

- A) Testin sonuçlarını yalnızca gerekli kişilerle, danışanın onayı doğrultusunda paylaşmak.**
 - Doğru bir davranıştır. Test sonuçları, danışanın izni olmadan hiçbir kişi veya kurumla paylaşılmalıdır. Bu, gizlilik ilkesine uygun bir yaklaşımdır.
- B) Danışanlara testin amacı, kapsamı ve sonuçların nasıl kullanılacağı hakkında açıklama yapmak.**
 - Doğru bir davranıştır. Ölçme ve değerlendirme sürecinin etik bir şekilde yürütülmesi için danışanların bilgilendirilmesi gereklidir. Bu, danışmanın profesyonel sorumluluğudur.
- C) Test sonuçlarını danışanların bilgisi ve rızası olmadan velilerle paylaşmak.**
 - Yanlış bir davranıştır. Bu durum, gizlilik ilkesinin açık bir ihlalidir. Danışanın rızası olmaksızın bilgilerin paylaşılması etik standartlara aykırıdır ve danışanın güvenini zedeler.
- D) Uygulanan testin geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğundan emin olmak.**
 - Doğru bir davranıştır. Psikolojik danışman, kul-

landığı testlerin bilimsel geçerlik ve güvenilirlik kriterlerini taşıdığından emin olmalıdır. Bu, profesyonellik ve etik açıdan bir zorunluluktur.

E) Test sonuçlarını, danışanın yararına uygun bir şekilde yorumlayarak paylaşmak.

- Doğru bir davranıştır. Test sonuçlarının paylaşımı, danışanın yararını gözetenek yapılmalı ve doğru bir şekilde yorumlanmalıdır.

Psikolojik danışma sürecinde ölçme ve değerlendirme, hassas bir süreçtir ve etik ilkelerle sıkı bir şekilde uyumlu olmalıdır. C seçeneğinde belirtilen davranış, gizlilik ilkesinin açık bir ihlali olduğu için etik olmayan bir yaklaşımdır. Danışanın rızası olmadan bilgilerin paylaşılması, danışmanlık sürecinin temel etik değerlerine zarar verir.

Cevap: C

50. İKİLİ VE ÇOKLU İLİŞKİLER

Psikolojik danışmanlıkta ikili ve çoklu ilişkilerden kaçınmak, meslek etiğinin temel prensiplerinden biridir. Danışman, danışan ile profesyonel sınırlarını koruyarak hem güven ilişkisini sürdürmeli hem de çıkar çatışmalarını önlemelidir. Bazı ikili ve çoklu ilişki örnekleri şöyledir:

Kişisel İlişkiler

- **Arkadaşlık veya Akrabalık İlişkileri:** Danışman ile danışanın yakın bir arkadaşlık veya akrabalık ilişkisi içinde olması etik değildir. Bu durum, danışma sürecinde tarafsızlığı zedeler.
- **Romantik veya Cinsel İlişkiler:** Danışan ile romantik ya da cinsel bir ilişki kurmak, meslek etiği açısından kesinlikle kabul edilemez.

Ticari İlişkiler

- **Maddi Çıkar İlişkisi:** Danışmanın, danışanla ticari veya maddi çıkar ilişkisi kurması (örneğin, danışanla iş ortaklığı yapmak veya ondan finansal destek almak) etik olmayan bir durumdur.
- **Hediye Alıp Verme:** Danışan ile hediye alışverişi yapmak, sınır ihlaline yol açabilir ve tarafsızlığı etkileyebilir.

Sosyal İlişkiler

- **Sosyal Etkinliklere Katılım:** Danışan ile profesyonel sınırları aşan şekilde sosyal etkinliklerde bulunmak (örneğin; bir danışanı özel bir kutlama, düğün veya özel partilere davet etmek) etik kuralların ihlaline yol açabilir.

Profesyonel Yetkiyi Kötüye Kullanma

- **Öncelik Sağlama veya Ayrıcalık Tanıma:** Danışanın diğer danışanlara göre daha fazla öncelik veya ayrıcalık görmesi etik açıdan doğru değildir.
- **Danışmanın Kendi İhtiyaçlarını Ön Planda Tutması:** Profesyonel ilişkiyi, danışmanın kendi duygusal veya kişisel ihtiyaçlarını karşılamak için kullanması etik dışıdır.

Çift Rollerin Bulunması

- **Eğitim veya İş İlişkisi:** Bir danışan aynı zamanda danışmanın öğrencisi, meslektaşı veya iş yerinde astı/üstü ise bu ilişki etik bir sorun teşkil edebilir.
- **Aynı Anda Birden Fazla Rol:** Danışman, danışan üzerinde hem profesyonel danışman hem de başka bir rol (örneğin, aile dostu, öğretmen, iş ortağı) üstlendiğinde çift rol oluşur, bu da etik sınırları ihlal eder.

Neden Etik Olmayan İkili ve Çoklu İlişkilerden Kaçınılmalıdır?

- **Güvenin Zedelenmesi:** Danışanın danışmana olan güveni zarar görebilir.
- **Profesyonel Sınırların İhlali:** Danışmanın objektifliğini ve profesyonelliğini kaybetmesine yol açabilir.
- **Danışan Haklarının İhlali:** Danışanın zarar görmesine veya ihtiyaçlarının geri planda kalmasına neden olabilir.

Buna göre soru seçenekleri analiz edildiğinde:

A) Velinin teklifini kabul ederek hem danışmanlık hem de özel ders ilişkisini aynı anda sürdürmek.

- Yanlış bir davranıştır. Danışmanlık etiğinde, danışanla hem profesyonel hem de kişisel bir ilişki (örneğin ticari bir ilişki) kurmak etik olmayan bir davranıştır. Bu, ikili ilişki olarak tanımlanır ve danışan-danışman güven ilişkisini zedeler.

B) Danışmanlık süreci bittikten sonra özel ders vermeyi değerlendirmek.

- Etik açıdan risk taşır. Danışmanlık ilişkisi sona ermiş olsa bile, bir ticari ilişki kurulması geçmişteki profesyonel bağ nedeniyle hala etik sorunsallara yol açabilir. Danışman, öğrenciyi bağımsız bir pozisyonda değerlendiremeyebilir.

C) Veliyi geri çevirmek ve öğrencinin akademik ihtiyaçları için başka bir öğretmene yönlendirme yapmak.

- Doğru bir davranıştır. Danışman, danışan ile ikili ilişkiden kaçınmalıdır. Veliyi kibarca reddederek, öğrencinin ihtiyaçlarını karşılayacak alternatifler sunmak hem profesyonel hem de etik bir tutumdur. Bu yaklaşım, danışan-danışman ilişkisinin sınırlarını korur.

D) Durumu okuldaki rehberlik servisiyle paylaşarak karar alma sürecine onları dahil etmek.

- Kısmen doğru bir davranış olabilir, ancak danışmanın etik sorunla ilgili kararını kendisinin vermesi beklenir. Diğer meslektaşlarla fikir alışverişi yapılabilir, ancak sorumluluk danışmana aittir.

E) Velinin teklifini kabul etmek, ancak danışmanlık sürecinde öğrenciyle ilgili akademik konulara girmemek.

- Yanlış bir davranıştır. Danışmanlık devam ederken bu tür bir ilişki, danışanla güven ilişkisinde bir çatışmaya ve danışmanın objektifliğini yitirmesine yol açabilir.

Yukarıdaki senaryoda, danışmanın veliyi geri çevirip profesyonel sınırlarını koruyarak alternatif bir çözüm sunması etik açıdan en doğru yaklaşımdır.

Cevap: C

MEB AGS ÖABT

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK DENEME

3

Bu denemenin her hakkı saklıdır. Hangi amaçla olursa olsun, denemenin tamamının veya bir kısmının Yayinevimizin yazılı izni olmadan kopya edilmesi, fotoğrafının çekilmesi, herhangi bir yolla çoğaltılması, yayımlanması ya da kullanılması yasaktır. Bu yasağa uymayanlar gerekli cezai sorumluluğu ve denemenin hazırlanmasındaki mali külfeti peşinen kabullenmiş sayılır.

1. Bu testte 50 soru vardır.

1. Salovey ve Mayer, duygusal zekaya ait yetenekleri 5 ana başlık altında toplamıştır. Bunlar; Özbilinç, özyönetim, empati, sosyal beceriler ve motivasyondur.

Özbilinç/özfarkındalık; kişinin iç dünyasında olup bitenin farkında olması anlamına gelir.

Öz-yönetim; duyguları idare edebilmek, sıkıntı veren duygulara hâkim olabilmek anlamına gelir.

Empati; karşı tarafın yaşadığı durumu anlama ve algılama yeteneğidir. Bu durum insanın kendini anlaması ön koşuluna bağlıdır. Yani kendi duygularımıza açık olduğumuz oranda başkalarının duygularını anlayabiliriz.

Sosyal beceriler; etkili iletişim, ikna etme ve liderlik gibi sosyal yetenekleri kapsar.

Motivasyon; kendini ve çevresindekileri hedefler doğrultusunda harekete geçirme gücüdür.

Soruya bakıldığında A seçeneği özbilinç, B seçeneği özyönetim, C seçeneği empati, D seçeneği sosyal beceri ve E seçeneği ise motivasyon ile ilgilidir.

Cevap: B

2. Limbik sistemin bileşenleri ve bu bileşenlerin işlevleri şu şekildedir;

Hipokampus: Bellek oluşturma ve depolama, mekansal navigasyon gibi işlevleri vardır.

Amigdala: Duygusal tepkiler, özellikle korku ve öfkeden sorumludur.

Hipotalamus: Vücut iç dengesini koruma, hormon salınımı, açlık, susuzluk, uyku düzeninden sorumludur.

Talamus: Duyusal bilgilerin beyin korteksine iletilmesini sağlar.

Gyrus Cinguli: Duygusal düzenleme, empati ve karar verme gibi işlevleri vardır.

Soruda tehlike durumunda korku tepkisi vermemizi sağlayan amigdala bileşeninden söz edilmektedir.

Cevap: B

3. İçsel güdülenme kişinin tatmin edici veya haz verici olduğu için bir eylemde bulunmayı istemesidir. Bu durum içsel ihtiyaç veya arzuları doyurur. Dışsal güdülenme ise dıştan gelen talepleri ve gereklilikleri karşılamak üzere bir eylemde bulunma isteği olarak tanımlanabilir. İçsel güdülenmenin en iyi harekete geçirici motivasyon olduğu kabul edilmektedir ve davranışın sürekliliği açısından daha etkilidir. Dışsal güdülenmede çevrenin davranışı kontrol etmesi söz konusudur. E seçeneğinde öğrencilerin başarı elde etmenin getirdiği tatmini yaşamaları söz konusu olduğundan bu durum içsel güdülenmeye örnek teşkil eder.

Cevap: E

4. Abelson'ın bilişsel çelişkiden kurtulma stratejileri şöyledir;

Tutarsız bilgileri reddetme (inkar): İnsanların kendi inançlarıyla çelişen yeni bilgileri görmezden gelerek bilişsel çelişkiden kurtulmaya çalışmasını açıklar. A seçeneğinde Kenan'ın, sağlıklı yiyeceklerin zararlarını görmezden gelmesi buna örnektir.

Değiştirme: Birbiriyle tutarlı olabilecek şekilde inanç ya da davranışta değişiklik yapmaktır. B seçeneğinde Buket'in sigara içmenin zararlarını kabul eder ve sigarayı bırakmaya karar vermesi buna örnektir.

Ayrıştırma: Bireyin çelişkili bilgiler veya inançlar arasındaki farkları belirleyerek bilişsel çelişkiyi azaltmaya çalıştığı bir stratejidir. Bu stratejide çelişkili bilgiler birbiriyle uyumlu hale getirilerek bilişsel çelişkiden kurtulmaya çalışılır. C seçeneğinde Ayşenur'un şehir içinde bisiklet ve toplu taşıma araçlarını tercih ederken, arabasını sadece uzun mesafeler için kullanmaya karar vermesi buna örnektir.

Güçlendirme: Güçlendirme, bireyin mevcut inançlarını veya davranışlarını desteklemek ve bu inanç veya davranışlarla ilgili olumlu bilgileri artırmak suretiyle bilişsel çelişkiyi azaltmaya çalıştığı bir stratejidir. E seçeneğinde Serçin'in sağlıklı beslenmenin faydalarını içeren makaleler okuması ve sağlıklı beslenen insanların başarı hikayelerini incelemesi buna örnektir.

D seçeneğindeki durumda duygusal tepkilerle başa çıkmaya çalışmak Abelson'ın kuramına göre bilişsel çelişkiden kurtulma yollarından biri olarak değerlendirilmez.

Cevap: D

5. Kuramları şu şekilde karşılaştırabiliriz:

Erikson'un kuramında gelişimin ömür boyu sürmekte ve her yaş döneminde belirli psikososyal krizler yaşanmaktadır. Freud'un kuramında ise gelişim, çocukluk döneminde belirli psikoseksüel aşamalardan geçmektedir.

Erikson'un kuramında sosyal etkileşimlerin ve çevresel faktörlerin önemi vurgulanırken, Freud'un kuramında ise bireyin içsel dürtüleri ve bilinçdışı motivasyonlar ön plandadır.

Erikson'un kuramında her gelişim aşamasında belirli psikososyal krizlerin çözülmesi gerektiği vurgulanırken, Freud'un kuramında ise her aşamada belirli psikoseksüel çatışmaların çözülmesi gerekir.

Erikson'un kuramında başarılı gelişim sosyal ve duygusal dengeye bağlı iken Freud'un kuramında başarılı gelişim psikoseksüel dengeye bağlıdır.

Erikson'un kuramında gelişimin ömür boyu süren bir süreç olarak olduğu vurgulanırken Freud'un kuramında çocukluk dönemine odaklanılmaktadır.

Erikson saplantı düşüncesine inanmamakla birlikte, bir dönemde kazanılamayan özelliğin, ilerleyen zamanda uygun çevre şartlarının oluşması halinde olumsuz etkilerinden bireyin kurtulabileceğini savunmakta iken, Freud'a göre bir dönemde kazanılamayan özelliğin, o döneme saplantı oluşturduğu vurgulanmıştır.

Erikson için gelişimde en kritik dönemin 12-18 yaş arası olarak kabul edilirken, Freud için gelişimde en kritik dönem 3-5 yaş arasıdır. (Fallik Dönem)

Sorunun E seçeneğinde Erikson id'in etkinliğini ön plana çıkartırken Freud kuramında egonun yapısını ve işlevlerini ön plana çıkartmıştır ifadesi yanlıştır. Tam tersine Freud İd'i Erikson egoyu ön plana çıkartmıştır.

Cevap: E

6. **Yapı iskelesi/destek olma** kavramı, birçok eğitimci tarafından çocukların öğrenme ve gelişimlerine rehberlik etmede yetişkinlerin ve daha bilgili akranların rolünü açıklamak için kullanılır. Başka bir deyişle iskelet kurma bir teknik olarak, çocuk ve gençlerin öğrenme ve gelişimleri adına sunulan bir tür destek olarak ifade edilir.

İçselleştirme çocuğun sosyal etkileşim aracılığıyla elde ettiği bilgi, davranış ve becerileri kendine mal etmesine denir.

Yakınsak gelişim alanı ise çocuğun tek başına başarabilmesi zor olan, fakat yetişkinlerle veya daha yetkin akranlarıyla etkileşim ile başarılabilen becerileri ifade eder. Başka bir deyişle yakınsak gelişim alanı öğrencinin mevcut yeteneklerinin ötesindeki potansiyel gelişim alanını ifade eder ve bu alanda öğretmen desteği gereklidir. Kısacası yapı iskelesi sunulan desteği yakınsak gelişim alanı ise bunun sonucunda ortaya çıkan ürünü, sonucu ifade eder.

Dengeleme ve uyumsama kavramları Piaget'in bilişsel kuramıyla ilişkilidir.

Soruda Mehmet öğretmenin desteği ile öğrencilerin potansiyellerini geliştirmeleri ve problem çözebilmeleri yani ortaya çıkan sonuç ve ürün sorulduğundan bu durum yakınsak gelişim alanına örnektir.

Cevap: C

7. Bilginin geri getirilmesinde önemli olan faktörlerden en önemlisi nasıl kodlandığıdır. Kodlama bu yönüyle en önemli strateji iken kodlamayı zenginleştiren en iyi yöntemlerden birisi de anlamlandırmadır. Anlamlandırma yoluyla bilgilerin daha anlamlı ve bağlantılı hale gelmesi ve böylece daha kolay hatırlanması sağlanabilir, bilgileri daha derinlemesine işleme ve kavrama teşvik edilebilir ve böylece bilgilerin uzun süreli bellekte daha sağlam bir şekilde yerleşmesine yardımcı olunabilir. Anlamlandırmayı daha güçlü hale getirebilecek bazı uygulamalar şu şekildedir:

- **Bağlantı Kurma:** Yeni bilgileri mevcut bilgilerle ilişkilendirerek onları daha anlamlı hale getirmek. A seçeneği buna örnek olarak verilebilir.

- **Görselleştirme:** Bilgileri zihinsel imgelerle canlandırarak daha etkili bir şekilde kodlamak. B seçeneği buna örnek olarak verilebilir.
- **Sorular Sorma:** Kendi kendine sorular sorarak yoluyla yeni bilgilerin daha derinlemesine anlaşılmasını sağlamak. C seçeneği buna örnek olarak verilebilir.
- **Öz-Referans Etkisi:** Bilgileri kendi deneyimleriyle ilişkilendirerek daha anlamlı hale getirmek. D seçeneği buna örnek olarak verilebilir.
- **Örnek ve Hikayeler Kullanma:** Öğrenilen bilgiler gerçek hayattan örnekler veya hikayelerle ilişkilendirerek daha anlamlı hale getirebilir.

E seçeneğinde verilen durumda kişi duyuşsal bellekte var olan bir uyarıcı ya da duyumı dikkat ve seçici algı süreçleriyle kısa süreli belleğe taşıyıp algılama sürecini yaşamaktadır. Burada henüz kodlama süreci devreye girmemiş olur.

Cevap: E

8. Olumsuz pekiştirme, bir davranışın, istenmeyen veya hoş olmayan bir durumun ortadan kaldırılması yoluyla (itici bir uyarıcıdan kaçma ya da kaçınma yoluyla) güçlendirilmesidir. Olumsuz pekiştirmede, hoş olmayan bir uyarının ortadan kalkması, bizi o uyarandan kurtaran o davranışın gelecekte tekrar edilme olasılığını artırır. Olumsuz kavramı ortadan bir uyarıcının çıktığını, pekiştirme kavramı ise bu durumdan mutlu olduğumuzu ifade eder aslında.

Ceza kavramında ise kişi itici bir uyarana maruz kalma (I. Tip ceza) ya da sevilen bir durum ya da uyarandan mahrum kalma (II. Tip ceza) söz konusudur. Bu yönüyle ceza, istenmeyen bir davranışın görülme olasılığını azaltmak için uygulanırken, olumsuz pekiştirme ise hoş olmayan bir durumun ortadan kaldırılması sonucu davranışın pekiştirilmesi için uygulanır.

Bu duruma göre B, C, D ve E seçenekleri olumsuz pekiştirmeye uygun örnekler iken A seçeneği ceza ya örnek oluşturur.

Cevap: A

9. **Bastırma;** kişinin, egosu üzerinde olumsuz etki uyandıran ve kişiyi kaygıya sürükleyen olayları bilinçaltına itmesidir. Bu sayede kişi bu olayı unutmış olarak olumsuz yaşantıların neden olacağı kaygının önüne geçilmiş olur.

İnkâr (Yadsıma); bireyin hayatında kabullenmesi zor bir olayla karşılaşması sonucu rahatsız edici bu olayların yaşanmış olduğu gerçeğini kabul etmemesi, yaşanmamış gibi davranmasıdır.

Karşıt tepki geliştirme; Kişi benliğinin içinde gelişen katlanılamayan ve kabul edilmeyen dürtü ve duygulara bunların tam karşıtını ve çoğunlukla karşıt olan duyguyu abartılı şekilde göstererek kendini savunur.

Mantığa bürüme (rasyonalizasyon veya bahane bulma); kişinin kendini haklı çıkarma çabasıdır. Kişi kabul edilmesi zor bir hata, yenilgi ya da başaramadığı bir eylemi çeşitli mazeretler bularak kendi davranışlarını haklı göstermeye çalışır. Kabul edilemez durumları görünüşte mantıklı sayılabilecek nedenlerle bir temele oturtan kişi, mantığa bürüme savunma mekanizması ile benlik algısını korumaya çalışır.

Düşünselleştirme (Entellektüelize etme); bireylerin duygusal olarak zorlayıcı veya tehdit edici durumlarla başa çıkmak için bu durumları soyut ve mantıksal terimlerle analiz ettiği bir savunma mekanizmasıdır. Bu mekanizma, duygusal içeriği azaltarak duygusal sıkıntıyı hafifletmeyi amaçlar. Bireyler, yaşadıkları duygusal zorlukları entelektüel bir şekilde ele alarak, duygularını bastırır ve bu şekilde kontrol sağlamaya çalışır.

Verilen durumda Gökhan konuşurken, duygularından söz etmek yerine, kazanın nasıl gerçekleştiği, trafik kazalarıyla ilgili istatistikler ve güvenlik önlemleri hakkında uzun uzun bilgi vermektedir. Bu durumda duygusal içeriği azaltarak, olayı mantıksal terimlerle ve istatistiki bilgilerle analiz ederek duygusal sıkıntıyı hafifletmeyi amaçlar. Bu durum da düşünselleştirme mekanizmasına işaret etmektedir.

Cevap: D

10. Jung'un Analitik Psikoloji kuramında yer alan bazı kavramlar ve açıklamaları şu şekildedir:

Psişe: Psişe, bireyin tüm psikolojik süreçlerini, bilinçli ve bilinçdışı öğeleri içeren bir bütündür. Jung'a göre, psişe, bilinç, kişisel bilinçdışı ve kolektif bilinçdışı olmak üzere üç ana bölümden oluşur.

Kolektif Bilinçdışı: Bireylerin kişisel deneyimlerinden bağımsız olarak paylaştığı, evrensel bir bilinçdışıdır. İnsanlığın ortak deneyimlerinden ve mirasından kaynaklanan arketiplerle doludur. Jung'a göre, bu bilinçdışı, mitolojilerde, rüyalarda ve kültürel sembollerde kendini gösterir. Kolektif bilinçdışının içeriğini arketipler oluşturur.

Arketipler: Kolektif bilinçdışında bulunan evrensel semboller ve temalardır. Bunlar, insan deneyimlerinin temel yapı taşlarıdır ve farklı kültürlerde benzer şekillerde ortaya çıkarlar. Örnekler arasında kahraman, ana, gölge, anima/animus ve bilge yaşlı gibi figürler yer alır.

Şişme (Inflation): Şişme, bireyin kendini aşırı derecede önemli, güçlü veya üstün hissetme durumu. Bu durum, bilinçli benliğin kolektif bilinçdışındaki arketiplerle aşırı özdeşleşmesi sonucu ortaya çıkar.

Kişisel Bilinçdışı: Bireyin bilinçli farkındalığından uzak olan, unutulmuş veya bastırılmış anılardan ve deneyimlerden oluşan bilinçdışıdır. Jung'a göre, kişisel bilinçdışı, bireyin geçmiş deneyimlerinin ve travmalarının izlerini taşır. Freud'un bilinçdışı ve bilinç öncesi kavramlarıyla özdeşdir. Kişisel bilinçdışının içeriğini kompleksler oluşturur.

Kompleksler: Kişisel bilinçdışında bulunan, belirli duygusal yüklere sahip düşünce ve duygu kümeleridir. Bunlar, genellikle bireyin yaşamında önemli olan kişiler veya olaylarla ilişkilidir. Örneğin, bir anne kompleksi, bireyin annesiyle olan ilişkisine dayalı duygusal tepkiler ve düşünceler içerebilir.

Psişe'nin dinamikleri:

Karşıtlık İlkesi: Karşıtlık ilkesi, Jung'un teorisinde, her psikolojik öğenin bir karşıtı olduğuna ve bu karşıtlıkların bireyin psikolojik enerjisini oluşturduğuna inanılır.

Eşdeğerlik İlkesi: Eşdeğerlik ilkesi, psikolojik enerjinin kaybolmadığını, sadece bir biçimden diğerine dönüştüğünü ifade eder.

Entropi: Jung'un teorisinde entropi, psikolojik sistemin dengeye ulaşma eğilimidir.

Rüyalar ve rüyalarındaki semboller kolektif bilinçdışının eseri olabilir. Danışman rüyadaki ejderha ve orman figürleri, mitolojilerde veya kültürel hikayelerde Sevgi'nin nasıl gördüğünü irdeleyerek, bunların kolektif bilinçdışı ile olan bağlantılarını anlamasına ve analiz etmesine yardımcı olabilir.

Cevap: A

11. Transaksiyonel analiz kişilerarası iletişim sorunlarının çözümünde uygulanan bir psikolojik değişim ve analiz yöntemidir. Kişinin ilişkilerine yön veren transaksion, ego durumları ve yaşam pozisyonlarını analiz eden bir yaklaşımdır. Temel amacı, danışana mevcut davranışları ve hayatının gidişatı ile ilgili yeni kararlar almasında destek olmaktır.

Uyumsuz davranışların temas iletilerinde alışveriş sorunundan kaynaklandığını, üç ego durumu (çocuk, ebeveyn ve yetişkin) arasında sağlıklı gündelik geçişler yerine bir veya iki ego durumunun dışlanması, birine sabitlenilmesi (baskınlık) ya da ego durumları arasındaki sınırların bozulmasından kaynaklandığını ileri sürer.

Yaşam pozisyonları kısaca şu şekilde açıklanabilir:

* Ben OK'im, Sen OK'sin: Bireyin kendisi ve diğerleri hakkında olumlu ve kabul edici bir tutuma sahip olduğu pozisyondur. Bu yaşam pozisyonu, sağlıklı ilişkiler ve olumlu iletişim için ideal olarak kabul edilir.

* Ben OK'im, Sen OK Değilsin: Bireyin kendisini olumlu, diğerlerini ise olumsuz olarak değerlendirdiği pozisyondur. Bu yaşam pozisyonu, bireyin başkalarını küçümsemesi veya kontrol etme eğiliminde olmasıyla ilişkilidir.

* Ben OK Değilim, Sen OK'sin: Bireyin kendisini olumsuz, diğerlerini ise olumlu olarak değerlendirdiği pozisyondur. Bu yaşam pozisyonu, düşük özgüven ve başkalarına bağımlılık eğilimiyle ilişkilidir.

* Ben OK Değilim, Sen OK Değilsin: Bireyin hem kendisi hem de diğerleri hakkında olumsuz bir tutuma sahip olduğu pozisyondur. Bu yaşam pozisyonu, umutsuzluk ve ilişki sorunları ile ilişkilidir.

Verilen soruda danışmanın sorduğu soru Sevcen'in ilişkideki yaşam pozisyonunu anlamaya yöneliktir. Bu şekilde Sevcen'in Ben OK Değilim, Sen OK'sin yaşam pozisyonu ile yöneldiğini fark etmesini sağlamıştır. Bu durum danışmanın transaksiyonel analizden faydalandığını göstermektedir.

Cevap: E

12. Gestalt terapi, bireyin kendi farkındalığını artırmayı ve bütünlük hissi kazanmasını amaçlayan bir terapi yaklaşımıdır. Soru seçeneklerinde verilen kavramların kısaca açıklaması şöyledir:

TEMAS (İLİŞKİ): En önemli kavramdır. Bireyin kendisi (bedeni, duygu ve düşünceleri) ve çevresiyle (insanlar, nesneler, geçmiş ve şimdiki zamanda yaşanan olaylar) etkileşim kurması demektir. Birey ile çevre teması temas sınırında yaşanır. Temas sınırı ben ile ben olmayanın ayrıştığı yerdir. Bu durum Ben'in oluşumu için önemlidir. Duyu organları temasın farklı yollarıdır. Etkili temas yaşamın temelidir ve ihtiyaçları karşılamayı sağlar. Temas farkındalıkla ya da otomatik olarak başlar. Temastan sonra hazmetmek için dinlenme, geri çekilme gerçekleşir. Temas ve geri çekilme bir ritimdir.

DİRENÇ: Direnç tam ve gerçekçi bir şekilde şu anı yaşamaktan bizi alıkoyan geliştirdiğimiz savunma mekanizmalarını ifade eder. Kendiliği algılanan bir tehlikeye karşı korumak amacıyla temas sınırında oluşturulur. Kendiliğin parçası olup, değişmeye isteksiz kısımdır. Gestalt terapide direnç gelişmeyi isteyen ve buna karşı çalışan güçlerin tam bir çatışma halinde olduğu Kördüğüm Noktalarında en verimli şekilde çalışılır. Kördüğüm anksiyete doğurucu olsa da bireyin enerjisinin büyük kısmı burada kilitli kalmış olduğu için terapide bu anların ortaya çıkması sağlanır. Enerji ve Enerjinin Bloke Edilmesi: Bloke edilmiş enerji direncin diğer bir şeklidir ve vücudun bazı bölgelerindeki gerginlikle, duruşuyla ve kişinin vücudunu sıkı ve kapalı tutmasıyla kendini belli eder.

KUTUPLAR; bireyin içinde bulunduğu zıt yönler, özellikler veya durumlar arasındaki gerilimi ifade eder. Bu zıtlıklar, bireyin içsel dünyasında veya dışsal ilişkilerinde ortaya çıkabilir. Bireyler, çeşitli kutuplar arasında sıkışabilir ve bu da duygusal ve psikolojik çatışmalara yol açabilir. Gestalt terapide, kutuplar arasındaki gerilim ve çatışmaları fark etmek ve bu kutuplar arasında denge bulmak önemlidir. Kutuplar çift sandalye tekniği, farkındalık ve bütünlük sağlama teknikleri ile çalışılabilir. Çift sandalye tekniğinde; birey, iki zıt kutbu temsil eden iki sandalyeye oturur ve bu sandalyelerde sırayla oturarak her iki kutbu da ifade eder. Bu teknik, bireyin kendi içinde taşıdığı zıtlıkları keşfetmesine ve bu zıtlıklar arasında denge bulmasına yardımcı olur.

Soru öncülünde Özge'nin, iş-yaşam dengesi sağlamakta zorlandığı ve ikisi arasında sıkışmış hissettiği vurgulanmıştır. Bu durumda kutuplar üzerinde çalışmak ve çift sandalye teknikleri duruma uygun olacaktır.

Cevap D

13. A-B-C-D-E tekniği, danışanın akılcı olmayan inançları ve olumsuz düşüncelerini keşfetmesine, bu düşünceleri sorgulamasına ve daha işlevsel düşünceler geliştirmesine yardımcı olur. A-B-C-D-E tekniği, danışanın olumsuz düşüncelerini ve inançlarını fark etmesi ve bu düşünceleri daha işlevsel hale getirmesi için adım adım uygulanır.

A-B-C-D-E tekniği, beş adımdan oluşur:

1. A (Etkileştirici-tetikleyici durum, olay): Danışanın olumsuz duygularını veya tepkilerini tetikleyen olay veya durumdur.

2. B (A'ya karşı inançlar): Danışanın, etkileştirici olaya yönelik inançları ve düşünceleridir. Bu inançlar genellikle olumsuz ve işlevsizdir.

3. C (Sonuçlar): Bireyin A'ya yönelik akılcı ve akılcı olmayan inançlarının sonucunda ortaya çıkan duygusal ve davranışsal tepkileridir (kaygı, depresyon, suçluluk, kendini küçük görme, kendine acıma ve utanma gibi).

4. D (Çürütme-tartışma): Danışanın, olumsuz ve işlevsiz inançlarını sorgulaması ve mantıksızlığını fark etmesi sürecidir. Bu adımda, daha gerçekçi ve işlevsel düşünceler geliştirilir.

5. E (Etki): Tartışma süreciyle ulaşılan yeni sonuç ve bakış açısının, bireyin düşünce sistemine adapte edilmesidir. Danışanın, yeni ve işlevsel düşünceler geliştirdikten sonra yaşadığı duygusal ve davranışsal değişikliklerdir.

Soru seçenekleri düşünüldüğünde;

- "Sınavdan düşük not aldığını söylüyorsun" olay ve tetikleyici etken olarak tekniğin A adımına,
- "Bu durum sana başarısız ve yetersiz hissettiriyor." A'ya karşı geliştirilen inanç olarak tekniğin B adımına,
- "Bu düşüncelerden dolayı stresinin arttığını ve motivasyonunun düştüğünü söylüyorsun." İfadesi duygusal tepki olarak tekniğin C adımına,
- "Sınavdan düşük not alman seni gerçekten başarısız biri yapar mı? daha önce başarılı olduğun başka durumlar var mı?" akılcı olmayan inançlar tartışılmaya, çürütülmeye çalışıldığından tekniğin D adımına,

- "Sadece bu sınavda başarısız olduğunu, ama genel olarak başarılı olabileceğini anladığını söylüyorsun." İfadesi ise tartıma süreciyle oluşan yeni bakış açısı olarak E adımına yöneliktir.

Tekniğin D adımına yönelik tepki C seçeneğinde verilmiştir.

Cevap C

14. Öyküsel terapi, bireylerin yaşam öykülerini yeniden yapılandırarak, kendileri hakkında daha güçlendirici ve olumlu hikayeler oluşturmalarına yardımcı olan bir terapi yaklaşımıdır. Bu terapide, “dışarıdan tanık uygulaması” ve “yansıtıcı takım çalışması” gibi teknikler kullanılır.

Dışarıdan Tanık Uygulaması: Dışarıdan tanık uygulaması, psikolojik danışman ve danışanın yanına, bireyin yaşam hikayesini dinleyebilecek ve bu hikayeye tanıklık edebilecek bir grup kişiyi dahil etmeyi içerir. Bu tanıklar, bireyin anlatısını dinler ve ardından geri bildirimde bulunurlar. Bu şekilde, danışanın hikayesinin farklı perspektiflerden görülmesini sağlar, danışanın kendini ve hikayesini daha geniş bir bağlamda görmesine yardımcı olur. Ayrıca tanıklık eden kişiler, danışanın olumlu özelliklerini ve başarılarını vurgular, böylece danışanın özgüveni artar. Böylece danışan, kendi hikayesinin başkaları tarafından değerli bulunduğunu hisseder ve güçlenir.

Yansıtıcı Takım Çalışması: Yansıtıcı takım çalışması, danışman ve danışanın yanında, danışanın terapi sürecini gözlemleyebilecek ve geri bildirimde bulunabilecek bir grup danışmanın (yansıtıcı takım) yer almasını içerir. Yansıtıcı takım, danışman ve danışanın etkileşimini izler ve ardından düşüncelerini paylaşır. Bu şekilde danışanın ve terapistin terapi sürecine yeni perspektifler kazandırır ve yansıtıcı takım, danışanın hikayesine ve terapötik sürece dair farklı görüşler sunarak, danışanın içgörüsünü artırır. Böylece, danışan, yansıtıcı takımın geri bildirimleri sayesinde kendini daha iyi anlar ve danışma sürecinde daha anlamlı adımlar atar. Ayrıca, yansıtıcı takım, danışmanın da sürecini gözden geçirerek daha etkili müdahaleler yapmasını sağlar.

Soruda danışmanın, Meral’in hikayesini dinlemek ve geri bildirimde bulunmak üzere birkaç yakın arkadaşını ve aile üyesini terapiye davet ettiği ve danışmanın aynı zamanda, terapötik süreci gözlemlemek ve geri bildirimde bulunmak üzere birkaç meslektaşını da terapiye davet ettiği vurgulanmıştır. Bu amaçlarla yapılan uygulamalar öyküsel terapide mevcuttur.

Cevap A

15. Psikolojik danışmada anlamın, problemin ve amacın kişiselleştirilmesi, danışanın kendine özgü duyguyu, düşünce ve deneyimlerini daha iyi anlamasına yardımcı olan süreçlerdir. Bu süreçler, danışanın terapötik sürece aktif olarak katılmasını ve kendi içsel kaynaklarını kullanarak çözümler bulmasını teşvik eder.

Anlamın Kişiselleştirilmesi: Anlamın kişiselleştirilmesi, danışanın yaşamındaki olaylara ve deneyimlere kendi perspektifinden anlam yüklemesi sürecidir. Bu, danışanın yaşamının anlamını ve değerini keşfetmesine yardımcı olur. Danışanın duygusunu ve bu duyguya neden olan durumun ifade edilmesini içerir. Bu tepki danışanların kendi durumlarına ilişkin varsayım ve inançlarının anlaşılmasını arttırmak için kullanılabilir. Danışanlar bu tepki sayesinde yaşantılarındaki kendi rollerinin anlamları ve sonuçları konusunda farkındalık yaşayabilirler. **Örnek:** Çok mutlusun çünkü öğretmenini sağlık durumu artık daha iyi.(duygu) hissediyorsun, çünkü.....

Problemin Kişiselleştirilmesi: Danışanın karsılaştığı sorunları kendi duygu, düşünce ve davranışlarıyla ilişkilendirerek tanımlama sürecidir. Yani danışanın yaşadığı bir problem ve bu probleme ilişkin duygusunun ifade edildiği kişiselleştirme sürecidir. Problemin kişiselleştirilmesinin içinde; kişinin probleminin devam etmesine neden olan olgular konusunda sergileyemediği davranışların neler olduğunun tespiti de bulunur. **Örnek:** Çok öfkeliyim, çünkü anında cevap veremiyorsun.(duygu) hissediyorsun, çünkü(danışanın olumsuz eylemi)

Amacın kişiselleştirilmesi: Danışanın hedeflerini ve isteklerini kendi değerleri ve ihtiyaçları doğrultusunda belirlemesi sürecidir. Bu, danışanın terapi sürecinde neyi başarmak istediğini ve hangi adımları atmak istediğini belirlemesine yardımcı olur. **Danışanın duygusunu, bu duyguya neden olan olumsuz durumun ve danışanın amacının ifade edilmesidir.**

Danışman: “Ayşe, sınavlarda düşük not almanın özgüvenini nasıl etkilediğini anlıyorum. Bu durum, kendini yetersiz hissetmene ve akademik başarılarına olan güvenini kaybetmene neden olabilir. Akademik hedeflerine ulaşmak için motivasyon ve çalışma stratejileri geliştirebiliriz.”

Bu ifadede danışanın problemi, bu probleme yönelik duygusu ve danışanın problemin devam etmesi ile ilişkisi yansıtılmıştır. Bu ifade problemin kişiselleştirilmesine örnek oluşturur.

Cevap B

- 16. Açıklama:** Danışanın ifade ettiği duygu, düşünce veya davranışların daha iyi anlaşılmasını sağlamak için kullanılan bir tekniktir. Bu teknik, danışanın karmaşık veya belirsiz ifadelerini netleştirmeyi amaçlar.

Yorumlama: Danışanın ifade ettiği duygu, düşünce veya davranışların altında yatan anlamları veya nedenleri keşfetmeye yönelik bir tekniktir. Bu teknik, danışanın içgörü kazanmasını ve bilinçdışı süreçlerini anlamasını sağlar.

Çıkarsama Tepkisi: Danışmanın, danışanın ifade ettiği duygu, düşünce veya davranışlardan yola çıkarak ve bunların daha fazlasını içeren **olası sonuçları veya anlamları tahmin ettiği bir tekniktir.** Bu teknik, danışanın farkında olmadığı duygusal veya bilişsel süreçleri keşfetmesine yardımcı olabilir.

Psikolojik danışmanın “**Sürekli iş değiştirmende tatminsizliğin rol oynadığını anlıyorum. Belki de bu durum, işlerinden ve kariyer hedeflerinden ne beklediğini netleştiremediğin için olabilir...**” ifadesi danışanın söylediklerinden daha fazlasını içeren, kesin olmayan, varsayılan etkileri, olası nedenleri ve anlamları ile ilgili tahminleri içerdiğinden çıkarsama tepkisine örnek oluşturur.

Cevap C

- 17. Psikolojik danışmanın etkili olabilmesi için belirli özelliklere sahip olması önemlidir.** Bu özellikler arasında saydamlık, açıklık, kendini açma, kendini katma ve koşulsuz kabul yer alır. İşte bu kavramları açıklayan bir senaryo:

Saydamlık: Terapistin, danışanın terapötik süreci anlamasına yardımcı olacak şekilde açık ve dürüst olmasıdır. Terapist, terapistin nasıl ilerleyeceği, kullanılacak yöntemler ve seansların amacı hakkında

Açıklık: Terapistin, danışanın duygu ve düşüncelerini açıkça ifade etmesini teşvik etmesidir. Terapist, danışanın kendini ifade etmesine ve paylaşımlarına açık bir şekilde yaklaşır.

Kendini Açma: Terapistin, danışanın kendini daha rahat ifade etmesine yardımcı olmak için kendi duygu ve düşüncelerini paylaşmasıdır. Bu, terapötik ilişkiyi güçlendirir ve danışanın güvenini artırır.

Kendini Katma: Terapistin, terapötik süreçte aktif olarak katılım göstermesi ve danışanın yanında olduğunu hissettirmesidir. Terapist, danışanın sorunlarını çözme sürecinde birlikte çalışmayı vurgular.

Koşulsuz Kabul: Terapistin, danışanı olduğu gibi kabul etmesi ve yargılamadan dinlemesidir. Bu, danışanın kendini değerli ve anlaşıldığını hissetmesini sağlar.

Yakınlığa tolerans: Terapistin, terapötik süreçte danışanla kurulan duygusal ve fiziksel yakınlık düzeyine olan duyarlılığını ve bu yakınlığı yönetme yeteneğini ifade eder. Yakınlığa tolerans, terapistin profesyonel sınırları koruyarak, danışanın duygusal ihtiyaçlarını anlaması ve yanıt vermesi açısından önemlidir.

Foster-Guy’a göre ise psikolojik danışmanın sahip olması gereken kişilik özellikleri şöyledir: Merak ve meraklılık, dinleme becerisi, konuşmada rahatlık, empati ve anlayış, duygusal içgörü sahibi olma, içebakış, kendini inkar kapasitesi (Öncelikle diğerlerinin ihtiyaçlarıyla ilgilenme), yakınlığa tolerans, güç karşısında rahat olma, gülme becerisi, güçlü bir kişiliğe sahip olma, değişime açık olma, yaşama bağlılık, kültüre saygılı olma, nesnel olma, yetkin olma, kişilerarası ilişkilerde çekicilik, güvenilir olma, toplumsal sorumluluk, duyarlılık ve hoşgörü, mesleki ve bilimsel duyarlılık, dürüstlük

Soru öncülüne göre psikolojik danışmanın, danışanın kendini rahat ifade etmesini sağlaması, düşünce ve duygularını **yargılamadan** onu dinleyerek danışana **saygı duyduğunu** ve ona anlaşıldığını hissettirmesinin öneminden söz ediliyor. Bu özellikler daha çok, terapistin danışanı olduğu gibi yargılamadan dinlemesi ve saygı duyması ile ilişkili olan koşulsuz kabul ile ilişkilidir.

Cevap A

18. **Konuşmaya Açık Davet:** Terapistin, danışanın konuşmasını teşvik eden açık uçlu sorular sormasıdır. Açık uçlu sorular, danışanın kaygıları, duyguları, düşünceleri etrafında odaklaşır ve danışanın sorunlarının açığa kavuşmasını sağlar

Asgari Düzeyde Teşvik: Terapistin, danışanın konuşmasını ve düşüncelerini ifade etmesini teşvik eden basit, destekleyici ifadeler kullanmasıdır. Danışanın söylediklerini açıklamaya başladıktan sonra terapistin görevi, danışanın konuşmasının devamını sağlamaktır. Tek kelimeden oluşan sorular, bazı anahtar kelimelerin tekrarı, basit “hmm, hhmm” lar ve baş sallamalar danışana dinlendiği mesajını verir.

Bağlama: Terapistin, danışanın yaşadığı deneyimleri ve duyguları anlamlı bir bağlama oturarak, danışanın durumu daha iyi anlamasına yardımcı olmasıdır. Terapist, danışanın daha önceki oturumlarda anlattıkları, yaşadıkları ile o anda anlattıkları ve yaşadıkları arasında paralellik kurar.

Açıklama: Terapistin, danışanın durumunu ve duygularını daha iyi anlamasına yardımcı olacak açıklamalar yapmasıdır. Bir üyenin çeşitli zamanlarda söyledikleri düşünceler düzenli bir biçimde yansıtıldığında, kişinin olaylar ve düşünceler arasındaki bağlantıları daha kolay kurmasına yardım edilmiş olunur. Örneğin: “Zeynep, iş yerindeki baskı ve eleştiriler, kendine olan güvenini sarsıyor gibi görünüyor. Bu durum, senin performansını olumsuz etkileyebilir.”

Paylaşım: Paylaşım becerisi daha çok grupta psikolojik danışmada kullanılan bir beceridir. Psikolojik danışmanın grupta üyelerinden birinin daha önceki oturumlardan birinde anlattığı yaşantıları ve duygularıyla, diğer grupta üyelerinin yaşantı ve duyguları arasında benzer yanlara dikkat çekmesidir. Böylece grupta üyeleri kendilerini grupta içerisinde yalnız hissetmezler.

Pelin'in ilk ifadesi konuşmaya açık davet, Pelin'in ikinci ifadesi asgari düzeyde teşvik, Pelin'in üçüncü ifadesi bağlama tepkisine ve dördüncü ifadesi ise açıklamaya örnektir. Soru öncülünde paylaşım tepkisine yönelik bir örnek yoktur.

Cevap C

19. Grupla psikolojik danışma süreci, başlangıç, geçiş, eylem ve sonlandırma aşamalarından oluşur.

Geçiş Aşaması

Grup içinde uyumun iyi şekilde sağlanması ve çatışmaların etkili çözülmesi için geçiş evresi çok önemlidir. Grup üyelerinin birbirini tanıdığı başlangıç evresinden sonra geçiş evresinde grup üyeleri birbirini ve lideri test eder, grubun faydalı olup olmayacağını ve grubun kendini açmak için güvenilir olup olmadığını sorgular. Bu evre direnç, çatışmaların yoğun yaşandığı evredir. Geçiş aşamasının önemli bazı konuları şöyledir: **Anksiyete, kaygı, korkular, kontrol problemi, grup liderine yönelik itirazlar, güç gösterme, aktarım, karşıt aktarım ve direnç.** Bu aşamada kullanılabilecek bazı terapötik beceriler:

Empati Kurma: Danışanın duygularını ve deneyimlerini anlama ve bu anlayışı ifade etme becerisidir. Bu, danışanın kendini anlaşıldığını ve kabul edildiğini hissetmesini sağlar.

Aktif Dinleme: Danışanın söylediklerini dikkatle dinleme ve geri bildirimde bulunma becerisidir. Bu, danışanın kendini ifade etmesine ve duygularını netleştirmesine yardımcı olur.

Özetleme: Danışanın söylediklerini özetleyerek geri bildirim verme becerisidir. Bu, danışanın terapi sürecinde nerede olduğunu ve hangi adımları attığını anlamasına yardımcı olur.

Geribildirim Verme: Geribildirim verme, danışanın terapötik sürecindeki ilerlemeleri ve performansı hakkında geri bildirimde bulunma becerisidir. Bu, danışanın kendi gelişimini fark etmesine ve motive olmasına yardımcı olur.

Gelecek Planlaması: Gelecek planlaması, danışanın geçiş aşamasında nasıl ilerleyeceği konusunda planlar yapmasına yardımcı olma becerisidir. Bu, danışanın geçiş sürecini daha kolay yönetmesine yardımcı olur.

Kaçınılması gereken tepkiler şöyledir: Yargılayıcı veya eleştirel davranış, zorlama veya ısrarcı olma, aşırı kişisel paylaşımlar, konuyu değiştirme veya kaçınma, gereksiz bilgi verme gibi tepkilerden kaçınılmalıdır.

Seçeneklerde verilen tepkilerden A seçeneği empati, B seçeneği aktif dinleme, C seçeneği özetleme ve D seçeneği ise geribildirim becerisine örnektir. Bu tepkiler geçişi sağlıklı bir şekilde yönetmek için katkıda bulunur. Ancak E seçeneği yargılayıcı ve eleştirel bir tepkidir. Bu tip tepkiler danışanın duygusal sağlığını olumsuz etkileyebilir ve terapötik ilişkiyi zedeleyebilir.

Cevap E

- 20. Psikolojik danışma sürecinde, süreç amaçları ve sonuç amaçları danışma hedeflerini belirlemede kullanılan iki önemli unsurdur. Bu kavramlar, terapötik sürecin belirli aşamalarını ve nihai hedefleri tanımlar.**

Süreç Amaçları: Bu amaçlar, danışanın belirli becerileri geliştirmesine, duygusal deneyimlerini ifade etmesine ve terapötik sürece aktif olarak katılmasını sağlamaya dönük, evrensel sayılabilen ve danışmanın sorumluluğu altındaki amaçlardır. Danışanın belirli becerileri geliştirmesi, duygusal deneyimlerini ifade etmesi ve terapötik sürece aktif olarak katılması gibi belirli alanlara odaklanır. Empatik anlayış, açık iletişim, güven ve samimiyet gibi terapötik koşullarla ilişkilidir. Örneğin: Danışanın duygusal ifadelerini artırmak, danışanın sorunları tanımlama ve problem çözme becerilerini geliştirmek, danışanın terapi seanslarına düzenli olarak katılımını sağlamak...gibi

Ayrıca süreç amaçları, odaklanılacak konuları ve hedefleri belirleyerek, danışanın ve terapistin dikkatini belirli noktalara yönlendirme, danışanın küçük adımlarla ilerlemesini sağlama ve her bir hedefe ulaşmak adına danışanın motivasyonunu artırma açısından önemlidir.

Sonuç Amaçları: Terapötik sürecin sonunda ulaşılmaması gereken uzun vadeli hedeflerdir. Bu amaçlar, danışanın genel iyilik halini, yaşam kalitesini ve işlevselliğini artırmayı hedefler. Her danışan için farklı olup, değiştirilebilir ve geliştirilebilir hedeflerdir. Sonuç amaçları, danışanın ulaşabileceği gerçekçi ve uygulanabilir hedefler olmalıdır. Bu amaçlar, terapötik sürecin sonunda değerlendirilebilir olmalıdır. Örneğin; danışanın kaygı seviyelerini

azaltmak, danışanın sosyal becerilerini geliştirmek, danışanın işlevselliğini artırmak ve günlük yaşamını daha etkili yönetmek... gibi.

E seçeneğindeki “sonuç amaçları daha çok psikolojik danışmanın sorumluluğu altında olup evrenselidir.” ifadesi yanlıştır. Çünkü sonuç amaçları danışana göre değişebilir. Psikolojik danışmanın sorumluluğu altında olanlar ise terapötik koşulların sağlanması açısından önemli olan süreç amaçlarıdır.

Cevap E

21. Grupla psikolojik danışma sürecinde zor üyeler çeşitli özellikler gösterebilir ve grup dinamiklerini etkileyebilir.

Baskın Üyeler: Sürekli konuşarak grup tartışmalarını kontrol ederler. Diğer üyelerin konuşmalarını keserek kendi fikirlerini empoze ederler. Grup lideri ve diğer üyeler üzerinde baskı kurarlar.

Günah Keçisi Yapma: Grup üyeleri, belirli bir üyeyi sorunların kaynağı olarak görür ve onu suçlarlar. Bu üye, sürekli eleştirilir ve grup içinde izole edilir.

Şamar Oğlanı: Bu üye, diğer üyeler tarafından sürekli eleştirilir ve aşağılanır. Bu üye, grup içinde sürekli olumsuz geri bildirim alır ve duygusal olarak yıpranır.

Bağımlılar: Grup liderine veya diğer üyelere sürekli olarak bağımlıdırlar. Karar vermekte zorlanır ve sürekli rehberlik ve onay ararlar.

Üstünlük Sağlama: Kendisini diğer üyelerden üstün görür ve bu üstünlüğü sürekli vurgular. Diğer üyeleri küçümser ve onların fikirlerini dikkate almaz.

Kurtarıcı Olma: Diğer üyelerin sorunlarını çözme veya onlara yardım etme konusunda aşırı istekli ve müdahalecidir. Sürekli olarak başkalarına yardım etme rolünü üstlenir ve onların bağımsız hareket etmelerini engeller.

Ağlayanlar: Grup içinde sürekli ağlayan ve duygusal olarak kendini ifade eden üyeler. Duygusal ifadeleri, grup dinamiklerini olumsuz etkileyebilir ve diğer üyelerin katılımını sınırlayabilir.

Sessizler: Grup tartışmalarına nadiren katılır ve kendini ifade etmekte zorlanır. Geri planda kalmayı tercih eder ve gözlemci bir rol üstlenir.

Sonunu Düşünmeden Gösteriş Yapma: Düşünmeden ve aniden konuşarak dikkat çekmeye çalışır. Grup içinde sürekli gösteriş yapar ve ilgi odağı olmaya çalışır.

Öğüt Verenler: Sürekli olarak diğer üyelere öğüt verir ve rehberlik etmeye çalışır. Diğer üyelerin sorunlarını dinlemek yerine, çözüm önerileri sunar ve kendi fikirlerini empoze eder.

Tekelci: Danışma sürecinde sürekli olarak konuşan, tartışmaları kendi yönlendiren ve diğer üyelerin katılımını sınırlayan kişidir. Bu üye, grup içinde kendi düşüncelerini ve deneyimlerini ön planda tutar ve diğer üyelerin söz hakkını kısıtlar.

Diyalog incelendiğinde Seda'nın sürekli konuşmak istediği, sürekli kendisini anlattığı ve diğer kişilerin konuşmasına fırsat vermediği liderin tepkisinden de anlaşılmaktadır. Seda Tekelci zor üye davranışı sergilemektedir. Bu tip üyelere karşı liderin, söz hakkı dağılımı, destekleyici geri bildirim, söz kesme ve yönlendirme, grup kurallarını hatırlatma gibi müdahalelere odaklanması uygun olacaktır.

Cevap A

- 22. Görev-İş Grupları:** Belirli bir hedefe ulaşmak veya belirli bir projeyi tamamlamak amacıyla oluşturulan gruplardır. Grup üyeleri, belirlenen görevleri yerine getirmek için işbirliği yapar ve sorumluluk paylaşır.

Etkileşim Grupları: Grup üyelerinin sosyal becerilerini geliştirmek, kişisel farkındalıklarını artırmak ve grup içi dinamikleri deneyimlemek. Üyeler, birbirleriyle etkileşimde bulunarak geri bildirim alır ve sosyal becerilerini pekiştirir.

Psikolojik Danışma Grubu: Grup üyelerinin duygusal ve psikolojik sorunlarını ele alarak, kişisel gelişimlerini desteklemek. Danışmanlar tarafından yönetilir, üyeler duygusal destek ve rehberlik alırlar.

Destek ve Kendine Yardım Grubu: Benzer sorunları veya deneyimleri paylaşan bireylerin birbirlerine destek olması ve ortak çözümler bulması. Profesyonel rehberlik olmadan, üyeler kendi deneyimlerine dayanarak birbirlerine destek olurlar.

Psiko-Eğitim Grubu: Belirli konularda bilgi ve beceri kazandırmak amacıyla yapılandırılmış grup çalışmalarını ifade eder. Bu gruplar, genellikle bilgi aktarımı, eğitim ve beceri geliştirme odaklıdır. Grup lideri, katılımcılara belirli bir konu hakkında bilgi verir ve eğitici içerikler sunar. Katılımcılar, belirli bir konuyu daha iyi anlamak ve bu konuda bilgi edinmek için katılırlar. Psiko-eğitim grupları, genellikle belirli bir program ve yapı doğrultusunda planlanır. Oturumlar, önceden belirlenmiş konulara göre düzenlenir ve belirli bir akış takip edilir. Grup lideri, katılımcılara konu hakkında teorik bilgiler ve pratik öneriler sunar. Eğitim materyalleri, sunumlar ve kaynaklar kullanılarak bilgi aktarımı sağlanır. Üye sayısı genellikle 8 ila 15 kişi arasında değişir. Oturum sayısı ise genellikle 6 ila 12 arasında değişir. Psiko-eğitim gruplarında terapötik koşullar sağlanabilir. Bu koşullar, katılımcıların kendilerini rahat ve güvende hissetmelerini sağlar.

Psiko-eğitim grupları, çeşitli konulara odaklanabilir. Bu konular arasında şunlar yer alabilir: Stres yönetimi, zaman yönetimi, ebeveynlik becerileri, öz bakım ve sağlık, iletişim becerileri....

Teoman Bey'in yürütmek üzere planladığı grup "ebeveynlik rollerini ve sorumluluklarını anlama ve geliştirme." amacıyla bilgi aktarımı, eğitim ve beceri geliştirme odaklıdır. Aynı zamanda kişi sayısı ve oturum sayısı psikoeğitim gruplarına uygundur.

Cevap D

- 23. Grupa psikolojik danışma sürecinde, grubun planlanması ve oluşturulması aşaması, başarılı bir terapötik sürecin temelini oluşturur. Bu aşamada yapılan işler, grup liderinin ve grup üyelerinin ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde yapılandırılmalıdır. İşte bu aşamalarda yapılan önemli işler:**

Grup Hedeflerinin Belirlenmesi: Grup lideri, grubun amacını ve hedeflerini belirler. Bu hedefler, grup üyelerinin ihtiyaçlarına ve terapötik sürecin amacına uygun olmalıdır.

Grup Üyelerinin Seçimi: Grup lideri, grup üyelerini dikkatle seçer. Üyelerin benzer sorunlar yaşaması ve grup dinamiklerine uygun olması önemlidir.

Grup Kurallarının Belirlenmesi: Grup lideri, grup içinde uyulması gereken kuralları belirler. Bu kurallar, grup üyelerinin birbirlerine saygı göstermesini ve güvenli bir ortam oluşturulmasını sağlar.

Grup Yapısının Belirlenmesi: Grup lideri, grup oturumlarının sıklığını, süresini ve yapısını belirler. Bu yapılar, grup üyelerinin ihtiyaçlarına ve terapötik hedeflere uygun olmalıdır.

Uygun Ortamın Sağlanması: Grup lideri, grup oturumlarının yapılacağı uygun bir fiziksel veya çevrimiçi ortam sağlar. Bu ortam, grup üyelerinin rahat ve güvende hissetmelerini sağlamalıdır.

Bilgilendirme ve Onay Alma: Grup lideri, grup üyelerini grup süreci hakkında bilgilendirir ve katılımları için onaylarını alır. Bu süreç, grup üyelerinin katılımını ve bağlılığını artırır.

Grup Dinamiklerinin Belirlenmesi: Grup lideri, grup dinamiklerini ve grup içindeki rolleri belirler. Bu dinamikler, grup üyelerinin birbirleriyle nasıl etkileşime gireceğini ve iş birliği yapacağını belirler.

Grubun planlanması ve oluşturulması aşamasında "üyelere fayda sağlayacak şekilde kendini açmak ve yıkıcı olmayan yüzleştirmelerde bulunmak." uygun bir tepki değildir. Bu tip tepkilerin ilerleyen oturumlarda terapötik koşullar sağlandıktan sonra verilmesi daha uygundur.

Cevap E

24. Grupla psikolojik danışmada üyelerin direncine neden olabilecek çeşitli kültürel etkenler vardır. Bu etkenler, bireylerin kültürel geçmişlerinden, inançlarından, normlarından ve değerlerinden kaynaklanabilir. Üyelerin direncine neden olabilecek bazı kültürel etkenler ve grup liderinin bunlarla başa çık-mak için neler yapabileceği özetle şöyledir:

Kültürel İnançlar ve Normlar: Bazı kültürlerde, duygusal ifadeler ve kişisel sorunlar hakkında ko-nuşmak tabu olabilir. Bu durum, üyelerin grup için-de kendilerini ifade etmelerini zorlaştırabilir.

Dil Engelleri: Farklı dil veya lehçeler konuşan üye-ler, grup içindeki iletişimi zor bulabilirler. Bu, üye-lerin kendilerini ifade etmelerini ve grup sürecine katılmalarını engelleyebilir.

Kültürel Kimlik ve Aidiyet: Bireyler, grup içinde kendi kültürel kimlikleri ve aidiyetlerini tehdit altında hissedebilirler. Bu, dirence ve gruptan izole olma-larına neden olabilir.

Güç ve Otorite İlişkileri: Bazı kültürlerde, otorite figürlerine karşı sorgusuz itaat norm olabilir. Bu du-rum, grup liderine karşı direnç veya pasif tutumlar sergilenmesine yol açabilir.

Kültürel Değerler ve Öncelikler: Bireylerin kül-türel değerleri ve öncelikleri, grup sürecine katılı-mı ve terapötik hedefleri etkileyebilir. Bazı kültürel değerler, bireylerin kişisel gelişim ve iyilik haline odaklanmalarını zorlaştırabilir.

Kültürel Stigma (Toplumsal damgalama): Sö-zlük anlamı "bir kimsenin adını kötüye çıkaran, yüz kızartıcı bir durum" olan damgalama; aşağılanma-yı, itibar kaybetmeyi ve değersizleşmeyi ifade eder. Psikolojik yardım aramaya yönelik kültürel stigma-nın varlığı, bireylerin grup terapisinde açık ve dü-rüst olmalarını engelleyebilir. Örneğin, bazı kültür-lerde, terapiye katılmak zayıflık veya delilik işareti olarak görülebilir.

Grupla danışmada üyelerin direncine neden ola-bilecek bu kültürel etkenler için grup lideri, **kültü-rel duyarlılık ve bilinç, güvenli ve kapsayıcı bir ortam yaratma, kültürel farkındalık eğitimleri, çeşitli iletişim yolları kullanma, geri bildirim ve empati sağlama** içeren müdahaleler yapabilir ve böylece bu etkenlerle başa çıkabilir, gönülsüz üye-lerin katılımını artırabilir.

Sorunun seçenekleri incelendiğinde A, C, D ve E seçeneklerindeki etkenler kültürel etkenler olarak ele alınabilir. Ancak B seçeneğindeki "Üyeler ken-dileri ile ilgili farkındalık yaşamak ya da davranışla-rında değişim yapmak istemeyebilir." ifadesi kültü-rel değil bireysel psikolojik bir etkidir.

Cevap B

25. Soru seçeneklerinde yer alan ve grup psikolojik danışma sürecinde kullanılan temel terapötik becerileri kısaca özetlersek:

Bağlama: Psikolojik danışmanın, danışanın daha önceki oturumlarda anlattıkları, yaşadıkları ile o anda anlattıkları ve yaşadıkları arasında paralellik kurmasıdır.

Yetkilendirme: Grup liderinin, üyelerin sorumluluk almalarını ve sorumluluğu paylaşmalarını sağlamak amacıyla grup üyelerinden bazılarını grupta bazı özel görevler vermesidir. Grup lideri, üyelerin kendi güçlerini ve kaynaklarını fark etmelerini ve kullanmalarını teşvik eder.

Yüzleştirme: Psikoterapi içinde, danışmanın danışanı ile empati kurarak, kesin yargılar olmadan, saygı çerçevesi içinde, sözel olarak anlattığı ya da davranışları arasında yaşadığı çatışmaları veya tutarsızlıkları ortaya koymasına yüzleştirme denir. Grup lideri, üyelerin kendi davranışlarını, düşüncelerini ve duygularını fark etmelerini sağlamak için yüzleştirici sorular ve geri bildirimler kullanır. Bu beceri, içgörü ve kişisel gelişim sağlar.

Kendini Açma: Grup lideri veya üyeleri, kendi deneyimlerini ve duygularını paylaşarak, grup içindeki güveni ve samimiyeti artırır. Bu beceri, üyelerin birbirlerine karşı daha açık ve dürüst olmalarını sağlar.

Paylaştırma: Bu bazı grup üyelerinin ifade ve yaşantıları ile diğer grup üyelerinin ifade ve yaşantıları arasında bağ kurulmasına yarayan beceri türüdür. Böylece üyeler benzer olan tutumlarını keşfetme şansı bulur ve de ayrıca kendilerini yalnız hissetmemiş olurlar.

Soruda Nurgül'ün yaşadığı sınav stresini ve bu stresle nasıl başa çıktığını anlatması sonrasında, grup liderinin, diğer üyelerin yaşantı ve duyguları arasında benzer yanlara dikkat çekmek adına, isteyen olursa benzer deneyimlerini gruba aktarabileceğini söylemesi paylaştırma becerisine örnek teşkil eder.

Cevap E

26. **Akut Stres Bozukluğu:** Travmatik bir olaydan hemen sonra ortaya çıkan ve genellikle kısa süreli olan bir zihinsel sağlık sorunudur. Akut stres bozukluğu, travmatik olayın ardından en az 3 gün ve en fazla 1 ay süren belirtilerle karakterizedir. Bu belirtiler şunları içerebilir:

- **İstemsiz Tekrarlar:** Travmatik olayı tekrar tekrar yaşama, flaşbekler, anılar veya rüyalar.

- **Olumsuz Ruh Hali:** Üzüntü, olumsuz düşünceler ve negatif ruh hali.

- **Disosiyatif Semptomlar:** Gerçeklik algısında değişiklik, çevresinde olan bitenin farkında olmama, travmatik olayın bazı bölümlerini hatırlayamama.

- **Kaçınma Belirtileri:** Travmatik olayla ilişkilendirildiği düşüncelerden, duygulardan, insanlardan veya yerlerden kaçınma.

- **Uyarılma Belirtileri:** Uykusuzluk, konsantrasyon zorluğu, sinirlilik, saldırganlık, gerginlik veya savunmacı hissetme.

Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB): Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), travmatik bir olaydan sonra ortaya çıkan ve uzun süre devam eden bir zihinsel sağlık sorunudur. TSSB, travmatik olayın ardından en az 1 ay süren belirtilerle karakterizedir. Bu belirtiler şunları içerebilir:

- **İstemsiz Tekrarlar:** Travmatik olayı tekrar tekrar yaşama, flaşbekler, anılar veya rüyalar.

- **Kaçınma Belirtileri:** Travmatik olayla ilişkilendirildiği düşüncelerden, duygulardan, insanlardan veya yerlerden kaçınma.

- **Olumsuz Duygusal Durum:** Sürekli korku, öfke, suçluluk veya utanç duyguları.

- **Aşırı Uyarılma:** Uykusuzluk, sinirlilik, aşırı tetikte olma, kolay ürkme.

Farkları Nelerdir?

- **Süre:** ASB belirtileri travmatik olaydan sonra 3 gün ile 1 ay arasında sürerken, TSSB belirtileri en az 1 ay devam eder.

- **Başlangıç Zamanı:** ASB belirtileri travmatik olaydan hemen sonra ortaya çıkar, TSSB belirtileri ise olaydan haftalar veya aylar sonra başlayabilir.

- **Tedavi:** ASB genellikle kısa süreli tedavi gerektirirken, TSSB daha uzun süreli ve yoğun tedavi gerektirebilir.

- **Geçiş:** ASB tedavi edilmezse, TSSB'ye dönüşme riski vardır.

Soruda yer alan II, III ve IV. öncüller ortak özellik olarak görülebilir. Ancak I. Öncül akut stres bozukluğunun ayırt edici özelliklerinden biridir.

Cevap A

27. Nevroz ve psikoz, ruhsal bozukluklar arasında önemli farklılıklar gösterir. Belli ölçütler açısından bu iki bozukluğu ayıran temel özellikler şöyledir:

- **Gerçeklik Algısı:** Nevrozda, kişinin gerçeklik algısı bozulmaz. Kişi, gerçek dünyayı doğru bir şekilde algılar ve değerlendirebilir. Psikozda ise, kişinin gerçeklik algısı bozulur. Kişi, halüsinasyonlar (gerçek olmayan şeyleri görme veya duyma) ve delüzyonlar (yanlış, sabit inançlar) yaşar.

- **Belirtiler:** Nevrozda anksiyete, depresyon, obsesyonlar, fobiler gibi belirtilerle karakterizedir. Bu belirtiler, kişinin günlük yaşamını etkileyebilir ancak gerçeklikten kopma yaşanmaz. Benlikle uyumlu değildir (Egodistonik) Psikozda ise, halüsinasyonlar, delüzyonlar, düşünce bozuklukları, paranoid düşünceler gibi belirtilerle karakterizedir. Bu belirtiler, kişinin gerçeklikten kopmasına neden olur. Benlikle uyumludur (Egosintonik)

- **İşlevsellik:** Nevrotik bireyler, sosyal ve mesleki işlevselliklerini büyük ölçüde korurlar. Günlük yaşamlarını sürdürebilirler. Psikotik bireyler ise, sosyal ve mesleki işlevselliklerini büyük ölçüde kaybederler. Günlük yaşamlarını sürdüremeyebilirler.

- **Savunma Mekanizmaları:** Nevrotik bireyler, içsel çatışmalarını bastırma, inkar etme veya tepki oluşturma gibi savunma mekanizmaları kullanarak yönetirler. Psikotik bireyler ise, gerçeklikten koparak içsel çatışmalarını yönetmeye çalışırlar. Bu durum, kişinin dış dünyadan tamamen kopmasına neden olabilir.

Yukarıda yer alan açıklamalar ışığında sorunun A, B, D ve E seçenekleri doğrudur. Ancak C seçeneğinde yer alan Nevrozların benlikle uyumlu olduğu bilgisi yanlıştır.

Nevrozlar benlikle uyumlu değildir. Yani kişinin gerçeklik ve normallik algısı yerindedir.

Cevap C

28. Uyum bozukluğu, bireyin belirli bir stres kaynağına veya yaşam değişikliğine uyum sağlama konusunda zorluk yaşadığı bir psikolojik durumdur. Bu durum, kişinin duygusal ve davranışsal tepkilerinde belirgin değişikliklere yol açar ve genellikle sosyal, mesleki veya diğer önemli işlev alanlarında bozulmaya neden olur.

DSM-5'e göre uyum bozukluğunun tanı kriterleri şunlardır:

Tanımlanabilir Tetikleyici Etken: Belirli bir stres kaynağına veya yaşam değişikliğine tepki olarak, bu etkenin ortaya çıkmasından sonraki üç ay içinde duygusal veya davranışsal belirtiler gelişir.

Klinik Açıdan Önemli Belirtiler: Bu belirtiler veya davranışlar, aşağıdakilerden biri veya her ikisi ile belirli olduğu üzere, klinik açıdan önemlidir:

- Belirtilerin ağırlığını ve görünümünü etkileyebilecek dış bağlam ve kültürel etkenler göz önünde bulundurulduğunda, tetikleyici etkenin ağırlığı veya yoğunluğu ile orantısız, belirgin bir sıkıntı.
- Toplumsal, işle ilgili alanlarda veya önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte ileri derecede düşme.

Başka Bir Ruhsal Hastalıkla Açıklanamama: Tetikleyici etkenle ilişkili bu bozukluk, başka bir ruhsal hastalığın tanı ölçütlerini karşılamaz ve daha önceden var olan bir ruhsal bozukluğun yalnızca bir alevlenmesi değildir.

Olağan Yas Tepkisi Olmama: Belirtiler olağan yası göstermez.

Belirtilerin Süresi: Tetikleyici etken veya bunun getirdiği sonuçlar bir kez ortadan kalkınca, belirtiler bir altı aydan daha uzun bir süre devam etmez.

Soruda Ayşegül Hanım'ın uzun süredir çalıştığı okuldan tayin isteyip bir başka şehre taşınması tetikleyici bir etken olmuştur. Buna bağlı olarak Ayşegül Hanım'ın yer değiştirme işlemi gerçekleştikten kısa bir süre sonra stres tepkileri göstermeye başlaması, huzursuzluk, gerginlik gibi birtakım kaygı belirtilerini yeni okula başladığı günden itibaren birinci dönem boyunca yaşaması uyum bozukluğu tanı kriterlerini karşılamaktadır.

Cevap E

29. Dissosiyatif Kimlik Bozukluğu (DKB), kişinin iki veya daha fazla farklı kimlik veya kişilik durumuna sahip olduğu bir dissosiyatif bozukluktur. DSM-5'e göre Dissosiyatif Kimlik Bozukluğu'nun tanı ölçütleri şunlardır:

1. Kimlik Bozulması: Kişinin iki veya daha fazla farklı kimlik veya kişilik durumuna sahip olması. Bu kimlikler, kişinin davranışlarını, anılarını, düşüncelerini ve duygularını belirgin şekilde etkiler. Kimlik değişiklikleri, kişinin kendisi veya çevresi tarafından gözlemlenebilir.

2. Bellek Bozuklukları: Kişinin günlük olayları, önemli kişisel bilgileri veya travmatik olayları hatırlayamaması. Bu bellek bozuklukları, normal unutkanlıkla açıklanamaz.

3. Klinik Olarak Belirgin Sıkıntı veya İşlevsellikte Bozulma: Kimlik bozulması ve bellek bozuklukları, kişinin sosyal, mesleki veya diğer önemli işlevsellik alanlarında belirgin sıkıntıya veya bozulmaya neden olur.

4. Maddenin veya Tıbbi Durumun Etkisiyle Açıklanamama: Bu bozukluk, bir maddenin (örneğin, alkol veya uyuşturucu) veya başka bir sağlık durumunun (örneğin, kompleks parsiyel nöbetler) doğrudan fizyolojik etkilerine bağlanamaz.

5. Çocukluk Döneminde Hayali Oyunlarla Karıştırılmama: Çocuklarda, bu belirtiler hayali oyunlarla veya hayali arkadaşlarla karıştırılmamalıdır.

Oldukça hafif vakalarda kişi çocukluğundan itibaren kendisiyle konuşan bir iç sese sahiptir. Hafif vakalarda bölünme sayısı azdır. Etkiler sınırlıdır.

Orta vakalarda birden fazla kimlik olup kişinin zihin ve davranışları bunların etkisi altındadır. **Ağır vakalarda** kişilikler arası etkileşim kişinin yaşamını oldukça etkiler. **Oldukça ağır vakalarda** ise alter kişiler bedeni kontrol ettiği kişi o dönemde neler olup bittiğini hatırlamaz. Alter kişiliklerden bazıları farklı ve ısrar eden bulgular verebilir. Bu durumda bu alter kişiliklerde farklı ses, aksan, kelime hazinesi, yüz ifadesi, hareket özelliği, sağ-sol el seçimi, allerji, semptom, gözlük numarası, psikolojik test bulgusu, beyin perfüzyonu ve ilaç yanıtı verebilir. Algılanan yaş, etnisite, cinsiyet, köken ve fiziksel özellikler farklı olabilir. Tercihler, değerler, amaçlar, anılar, seçilen giysiler farklı olabilir.

Soru incelendiğinde Mustafa'nın gösterdiği belirtiler yukarıda yer alan kimlik çözülmesi bozukluğuna ait açıklamalara uymaktadır. Farklı dönemlerde alter kişiliklere ait özellikleri ve davranışları yansıttığı görülmektedir.

Cevap A

30. Davranım Bozukluğu DSM-5 Tanı Ölçütleri:

Davranım bozukluğu, başkalarının temel haklarını veya toplumsal normları ihlal eden, sürekli ve tekrarlayıcı davranışlarla karakterize edilen bir bozukluktur. DSM-5'e göre davranım bozukluğunun tanı ölçütleri şunlardır:

1. Saldırgan Davranışlar:

- İnsanlara veya hayvanlara karşı fiziksel saldırı-ganlık.
- Kabadayılık, tehdit etme veya sindirme.
- Fiziksel kavgaları başlatma.
- Başkalarına ciddi fiziksel zarar verme.

2. Mülkiyete Zarar Verme:

- Başkalarının malına zarar verme veya kundakçılık.

3. Aldatma veya Hırsızlık:

- Başkalarını aldatma, yalan söyleme veya hırsızlık yapma.

4. Ciddi Kuralları İhlal Etme:

- Evden kaçma, okuldan kaçma veya ebeveynlerin yasakladığı yerlere gitme gibi ciddi kuralları ihlal etme.

Bu belirtiler, en az 12 ay boyunca devam etmeli ve en az bir belirti son 6 ay içinde görülmelidir.

Karşıt Olma/Karşıt Gelme Bozukluğu: Otorite figürlerine karşı sürekli meydan okuma, boyun eğ-meme ve düşmanca davranışlarla karakterizedir. Belirtileri arasında sık sık tartışma, öfke patlamaları, kin tutma ve otoriteye karşı gelme yer alır. Bu bozukluk genellikle 8 yaş civarında başlar ve davranım bozukluğuna göre daha az şiddetli davranış-larla kendini gösterir.

Aralıklı Patlayıcı Bozukluk: Aniden ortaya çıkan ve duruma göre orantısız olan öfke nöbetleriyle karakterizedir. Bu bireyler, küçük provokasyonla-ra aşırı tepki verirler ve bu tepkiler genellikle kısa sürelidir. Öfke patlamaları sırasında fiziksel saldırı-ganlık veya nesnelere zarar verme davranışları gö-rülebilir. APB, dürtü kontrol bozuklukları arasında yer alır ve genellikle saldırganlık patlamalarından sonra pişmanlık veya suçluluk hissi yaşanır.

Soru incelendiğinde İlker ile ilgili olarak verilen özellikler bir bütün olarak değerlendirildiğinde dav-ranım bozukluğu tanı kriterlerini karşılamaktadır.

Cevap B

31. DEHB'li Öğrencilere Yönelik Doğru Bazı Yaklaşımlar:

Dikkati Toplama Stratejileri (A seçeneği): DEHB'li öğrencilerin bireysel ihtiyaçlarına uygun olarak dikkatlerini toplamalarına yardımcı olacak yöntemler kullanılmalıdır (örneğin, kısa süreli aktiviteler ve mola süreleri). **Bu, doğru bir yaklaşımdır.**

Uygun Sınıf Ortamı Sağlama (B Seçeneği): Öğrencinin dikkatini toplaması için sessiz ve dikkat dağıtıcı olmayan bir oturma düzeni sağlamak faydalıdır. Örneğin, öğrenciyi pencere veya sınıf kapısından uzak bir noktada oturtmak dikkati artırabilir. **Bu, doğru bir yaklaşımdır.**

Görevlerin Parçalara Bölünmesi (D Seçeneği): DEHB'li öğrenciler büyük görevler karşısında çabuk yorulabilir veya dikkatlerini kaybedebilirler. Küçük ve yönetilebilir adımlar halinde verilen görevler daha başarılı olmalarını sağlar. **Bu, doğru bir yaklaşımdır.**

Aile İşbirliği (E Seçeneği): DEHB yönetiminde aile desteği çok önemlidir. Velilere düzenli bilgi verilerek evde uygulanabilecek stratejiler önerilebilir. **Bu, doğru bir yaklaşımdır.**

Disiplin Sorunlarını Grup Önünde Tartışmak (C Seçeneği): DEHB'li öğrencilerin genellikle duygusal olarak daha hassas olmaları nedeniyle, olumsuz bir durumu grup önünde tartışmak, öğrenciyi utandırabilir ve kendine güvenini zedeleyebilir. **Bu yanlış bir yaklaşımdır.** Doğru yaklaşım şu şekilde olur; disiplinle ilgili sorunlar, bire bir görüşmelerle ve öğrencinin duygusal durumuna duyarlı bir şekilde ele alınmalıdır.

Sonuç olarak; DEHB'li öğrencilerle çalışırken uygun yöntemler belirlenmeli ve öğrencinin ihtiyaçları dikkate alınmalıdır. Grup önünde yapılan disiplin müdahaleleri, bu tür öğrenciler için önerilemez. Bu nedenle doğru cevap "C şıkkıdır."

Cevap C

32. İlgi, bireylerin, bir nesneye, eyleme, kişiye, olaya karşı gösterdiği belli süreli hoşlanma, hoşlanma tepkileridir. İlgi, "bir kimsenin özel bir çaba sarf etmeden, dikkat ettiği, gözlediği, üzerinde durup düşündüğü ve zevk alarak sürekli olarak yaptığı şeylerdir." İlgi, bireyin bir faaliyete zorlanmadan, kendiliğinden ve tercihen yaptığı, yapmaktan doyum ve mutluluk sağladığı etkinliklerdir.

İlgi envanterleri, **bireylere ve gruplara** uygulanabilmektedir, **puanlanması kolay ve objektif** olarak yapılabilir. Bu nedenle, ilgi envanterleri okullarda **eğitsel ve mesleki rehberlikle ilgili "yöneltme" alanları ile personel seçme ve yerleştirme** hizmetlerinde yaygın olarak kullanılmaktadır.

DİKKAT!

- Bireyin ilgilendiği alan, onun başarılı olacağı alan anlamına gelmez.
- İlgi envanterleri bireyin ilgisi olduğu alanda yetenekli olduğunu göstermez.
- İlgi envanterleri bir okulda veya işte başarıyı değil doyum yordamak için geliştirmiştir.
- 17 yaşlarından önce genelde kararlı hale gelmediğinden bu yaşlardan önce kritik kararlarda kullanılmamalıdır.
- İlgiler doyum yordar. Başarıyı yordamada kullanılmaz.
- Yöneltme faaliyeti için kullanılacaksa ilgi duyulan alandaki yetenek ve başarıyı da dikkate almak gerekir.
- İlgiler yetenekli olduğunu göstermez. İkisi arası korelasyon katsayısı -0,40 ile +0,40 arası değişir. Birlikte kullanılmaları daha uygundur.
- İlgi envanteri sonucu mesleğe değil geniş alanlara yöneltme yapılmalıdır.
- Farklı alanları ölçen birden çok envanter uygulanmalıdır. Gelişim ve değişimden olumsuz etkilenmemek adına. İlgi envanterleri belli sayıdaki alanlarla (çoğunluk 8-12 kadar ilgi alanıyla) sınırlandırılmıştır. Oysa bireylerin ilgi alanları daha geniştir. Bu nedenle birden çok envanterin kullanılmasında yarar vardır.
- Bilgilerin doğruluğu için bireyle görüşme yapılmalıdır.

- Yanıltma hatasına karşı bireye gerçekçi olarak kendini anlatması ve tanınmasının öneminden söz edilmelidir.

İlgi envanterleri bireylerin ilgilerini tek bir meslek yerine geniş alanlar düzeyinde belirlemek ve yönlendirme yapmak için tasarlanmıştır. Örneğin, “sanat ve yaratıcı faaliyetle” alanında ilgisi yüksek olan bir birey sadece ressam değil, aynı zamanda grafik tasarımcı, heykeltıraş, moda tasarımcısı veya benzeri diğer yaratıcı alanlara yönlendirilebilir. Dolayısıyla Yasin Bey geniş alanlar yerine tek bir mesleğe yöneltme yaparak ilke ihlali yapmıştır.

Cevap: B

- 33. Kapsam Geçerliliği:** Bir testin, ölçmek istediği konu veya alanın tüm önemli yönlerini ne derece kapsadığını ifade eder. Kapsam geçerliliği, bir testin amacına uygun ve eksiksiz bir şekilde ölçüm yapmasıyla ilgilidir. Örneğin, bir matematik testi tüm müfredatı kapsıyorsa kapsam geçerliliği yüksektir.

Düşürecek Hatalar:

- Testte önemli konuların veya becerilerin ihmal edilmesi.
- Test sorularının konuyla ilgisiz olması.
- Soruların yüzeysel hazırlanması ve konunun derinliğini yansıtmaması.

Yordama Geçerliliği: Bir testin gelecekteki davranışları, performansları veya sonuçları ne derece doğru bir şekilde tahmin ettiğini ifade eder. Örneğin, üniversite giriş sınavlarının, öğrencilerin akademik başarılarını öngörmesi yordama geçerliliğine örnektir.

Düşürecek Hatalar:

- Testin, yordama yapılacak davranış veya performansla alakasız olması.
- Kullanılan testin yordama yapılacak örneklem için geçerli olmaması (kültürel uyumsuzluk gibi).
- Test sonuçlarının yanlış yorumlanması ve yordamalarda hatalar yapılması.

Yapı Geçerliliği: Bir testin, ölçmek istediği soyut kavramı veya teorik yapıyı ne derece doğru ölçtüğünü ifade eder. Örneğin, bir özgüven testi gerçekten özgüveni ölçüyor mu, yoksa başka bir şeyi mi ölçüyor? Bu sorunun cevabı yapı geçerliliğine dayanır.

Düşürecek Hatalar:

- Maddelerin, ölçülen yapıyla ilgisiz olması.
- Dil ve çeviri hatalarının test maddelerinin anlamını bozması.
- Ölçülmek istenen yapının yanlış tanımlanması veya testte eksik temsil edilmesi.

Güvenirlilik: Bir testin tutarlılığı ve güvenilirliği, farklı zamanlarda veya farklı koşullarda uygulandığında benzer sonuçlar verme derecesini ifade eder. Güvenilir bir test, ölçtüğü şeyi sürekli olarak doğru bir şekilde ölçmelidir.

Düşürecek Hatalar:

- Testin tutarsız sorular içermesi (iç tutarlılık sorunları).
- Ölçüm sürecindeki çevresel faktörlerin (gürültü, dikkat dağınıklığı) değişkenlik yaratması.
- Testin açık uçlu olması ve değerlendirme sırasında yanlılıkların devreye girmesi.
- Testin uygulanma sürecindeki hatalar (örneğin, eksik talimat verme).

Kullanışlılık: Bir testin uygulanabilirliği, maliyeti ve pratikliği ile ilgilidir.

Soruda, çeviri sırasında yapılan hatalar nedeniyle test maddeleri orijinal teorik yapıyı doğru bir şekilde temsil edememiştir. Bu, yapı geçerliliğinin ihlal edilmesine yol açmıştır. Yapı geçerliliği, bir testin ölçmek istediği soyut kavramı veya teorik yapıyı ne derece doğru ölçtüğüyle ilgili olduğu için bu tür bir problem bu kapsamda değerlendirilir.

Cevap: C

- 34. Yetenek Testleri:** Bireylerin belirli bir alandaki beceri düzeylerini veya doğal yeteneklerini ölçmek için kullanılan araçlardır. Problem çözme, mantık yürütme, el becerileri, mekanik anlayış gibi alanlarda bireyin kapasitesini değerlendirir.

Ne İşe Yarar:

- Bireyin güçlü ve zayıf olduğu alanları tespit eder.
- Kariyer yönlendirmelerinde bireyin hangi alanlarda başarılı olabileceğine dair bilgi sağlar.
- Eğitim ve iş yerlerinde bireyin uygun pozisyonlara yerleştirilmesine yardımcı olur.

Yetenek Testi Örnek Maddeleri:

- Mekanik Yetenek: Aşağıdaki dişli sisteminde birinci dişliyi saat yönünde çevirirseniz, üçüncü dişli hangi yönde döner?
- Görsel-Algisal Yetenek: Aşağıdaki şekillerden hangisi diğerlerinden farklıdır?

İlgi Testleri: İlgi testleri, bireylerin belirli alanlara yönelik ilgi düzeylerini belirlemek için kullanılan araçlardır. Bireyin neleri yapmaktan keyif aldığını veya hangi konulara eğilim gösterdiğini tespit eder.

Ne İşe Yarar:

- Meslek seçimi ve kariyer planlamasında bireye rehberlik eder.
- Bireyin eğilim gösterdiği hobi ve aktiviteleri anlamaya yardımcı olur.
- Eğitimde bireyin ilgisini çeken konuların belirlenmesine katkı sağlar.

İlgi Envanteri Örnek Maddeleri:

- Hobi Seçenekleri: Boş zamanlarınızda aşağıdakilerden hangisini yapmayı tercih edersiniz? A) Okuma B) Spor yapma C) Müzik dinleme D) Resim yapma
- Aktiviteler: Tatil günlerinde arkadaşlarınızla hangi etkinliklere katılmayı seversiniz?

Kişilik Testleri: Bireylerin kişilik özelliklerini, karakter yapısını, davranış örüntülerini ve duygusal durumlarını değerlendirmek için kullanılan araçlardır. Bireyin kendini ve çevresini algılama biçimiyle ilgilenir.

Ne İşe Yarar:

- Bireyin sosyal ve duygusal uyumunu anlamak.
- Terapi süreçlerinde bireyin ihtiyaçlarını tespit etmek.
- İşe alım süreçlerinde, bireyin belirli bir pozisyona uygunluğunu değerlendirmek.

Kişilik Testi Örnek Maddeleri:

- Duygusal Tepkiler: Stresli bir durumla karşılaştığınızda genellikle nasıl tepki verirsiniz? A) Sakin kalırım B) Endişelenirim C) Hemen çözüm ararım D) Geri çekilirim
- Sosyal İlişkiler: Arkadaşlarınızla vakit geçirmekten hoşlanır mısınız? A) Çok B) Biraz C) Nadiren D) Hiç

Tutum Testleri: Bireylerin belirli bir konu, olay, kişi veya durum karşısında ne tür bir yaklaşım sergilediklerini ve duygusal eğilimlerini ölçer. Bu testler, bireyin davranışlarını etkileyen içsel tutumları ortaya çıkarır.

Ne İşe Yarar:

- Bireyin sosyal, politik veya kişisel değerlerini anlamak.
- Araştırmalarda halkın belirli konulara bakış açısını ölçmek.
- Eğitim veya iş yerinde bireyin tutumunu değerlendirmek.

Tutum Testi Örnek Maddeleri:

- Çevre: Çevre kirliliğine karşı nasıl bir tutum sergilersiniz? A) Çok duyarlı B) Biraz duyarlı C) Az duyarlı D) Hiç duyarlı değilim
- Sosyal Adalet: Sosyal adaletin önemli olduğunu düşünüyor musunuz? A) Çok önemli B) Önemli C) Az önemli D) Hiç önemli değil

Sorunun seçenekleri incelendiğinde A, B, C ve D seçeneklerindeki ifadeler ve ilgili test/envanter eşleştirmesi doğrudur. Ancak E seçeneğinde verilen "Hayatta en korktuğum şey....." ifadesi tutum envanteri değil, Rotter Cümle Tamamlama Testine ait olup bu bir projektif kişilik testidir.

Cevap: E

35. **WESCSLER ZEKA ÖLÇEĞİ:** Yetenek testidir. WAİS_R (Yetişkinler-16 yaş üstü), WISC-R (6- 16 yaş çocuklar), WPPSI (3-6 yaş) Sözel Testler (genel bilgi, kavrayış, aritmetik, benzerlikler, kelime hazinesi, sayı tekrarı) ve performans testleri (Resim tamamlama, blok desenleri yapma, resim düzenleme, paçaları birleştirme...)

KENDİNİ KABUL ENVANTERİ: Kişilik testidir. Kişilerin kendilerini algılamalarını ve kendilerinden hoşnut olma derecelerini ölçmek amacıyla kullanılmaktadır. Envanter, şu alt ölçeklerden oluşmaktadır; kendini yeterli sayma, davranışlarının sorumluluğunu alma, kolaylıkla pişmanlık ve suçluluk duygularına kapılmama, aşırı ölçüde mahcupluk duymama değer ve inançlarına uygun yaşama, kendi bedenini kabul etme, kendi cinsiyetini kabul etme, başkaları tarafından kabul edildiğine inanma, kişiliğin önemli ve değerli yönler olduğuna inanma, olumsuz yönlerini de kişiliğin parçası saymadır.

LİKERT TUTUM ÖLÇEĞİ: Ölçekte, tutumları ölçülecek kişinin tepkide bulunacağı çeşitli ifadeler yer almaktadır. Tutum ölçeğini alan kişi benimsediği maddeleri işaretlemek yerine verilen her maddeye ne ölçüde katılıp katılmadığını dereceler içinde belirtmektedir. Likert tipi tutum ölçeklerinde genellikle çeşitli katılma derecelerini gösteren seçenekler her ifadenin üstünde, altında ya da karşısında verilmekte, ölçeği alan birey tutumla ilgili maddeyi okuduktan sonra verilen derecelerden birini seçmektedir.

SOSYOMETRİ: Bir grubun üyeleri arasındaki etkileşim örüntüsünü tespit etmek amacıyla kullanılan tekniğe sosyometri adı verilir. Sosyometri, bir grubu oluşturan bireylerin sosyal durumunu, birbirleriyle olan ilişki biçimlerini, grup içerisindeki alt gruplar, klikler ve grubun gerçek görünümü ve grup bütünlüğü hakkında bilgi almak amacıyla kullanılan bir tekniktir.

KENDİNİ DEĞERLENDİRME ENVANTERİ: İlgili envanterleri arasında yer alır. Bir insanın fiziksel özelliklerini, duygularını, düşüncelerini, istek ve gereksinimlerini, güçlü ve zayıf yönlerini, amaç ve değerlerini, yetenek ve becerilerini tanımasını, bilmesini ve bunların farkında olmasını ifade eder. KDE'de 230 soru ile; 3 Yetenek, 11 İlgili ve 9 Mesleki Değer alanı ölçülmektedir.

Soruda Eylül Hanım'ın Nesip Ali'nin yetenek, ilgi ve değerleri ile birlikte, akademik özgüvenini, sosyal becerilerini, problem çözme yeteneğini ve duygusal dayanıklılığını ölçmeyi amaçladığı aktarılmaktadır. Bu amaçlara hizmet edebilecek en uygun envanter Kendini Değerlendir Envanteridir.

Cevap: B

36. Problem taramada amaç, okulda öğrencileri kaygılandıran, dengeli ve sağlıklı uyum sağlamalarını engelleyen problemleri ortaya çıkararak, onlara yardımcı olmaktır. Problem tarama envanterlerinde çeşitli alanlara ait problem cümleleri verilir ve birey o problem kendisinde var ise verilen boşluğa işaret koyar, yok ise boş bırakır. Diğer bir deyişle problem tarama envanteri bir “işaretleme listesi”dir.

Problem tarama listesi, okul türlerine ve kademelelerine göre düzenlenebilir. Bu listelerin zaman zaman gözden geçirilerek yeniden düzenlenmesi gerekir. Problem tarama listesi genellikle okul yaşamı, ev ve aile yaşamı, başkaları ile ilişki kurma, arkadaşlıklar, bireyin kendi içi dünyası ve benlik tasarımı gibi alanlardaki problemleri kapsar.

Sonuçları iki türlü değerlendirilebilir:

- Doğrudan bireye yardım
- Grubun ortak sorun ve ihtiyaçlarını belirleme ve müdahale etme

Problem Tarama Listesinin İşlevleri:

- Tüm bir okulun eğitim programının yeniden düzenlenmesinde,
- Okul rehberlik programının amaçlarının belirlenmesi, programın planlanması, örgütlenmesi ve geliştirilmesinde,
- Bireylerin problemlerini daha iyi anlamada,
- Psikolojik danışmaya ihtiyaç duyan öğrencilerin saptanmasında,
- Öğrenci problemlerinin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyine göre nasıl farklılaştığını incelenmesinde kullanılmaktadır.

Sorunun seçenekleri incelendiğinde A, B, C ve E seçenekleri doğru bilgiler içermektedir. **Ancak D seçeneği yanlıştır.** Problem tarama listeleri, bireylerin yaşadıkları sorunları genel olarak taramaya yönelik kısa ve yapılandırılmış anketlerdir. **Bu listeler, derinlemesine bilgi sağlamaktan ziyade, sorunları hızlı ve genel olarak tespit etmeyi amaçlar.** Elde edilen veriler, bireysel müdahale planlarının oluşturulmasında ve genel eğilimlerin belirlenmesinde kullanılır.

Cevap: D

37. Otobiyografi (öz yaşam öyküsü), bireyin kendisi yani hayatı ile ilgili yazılı olarak bilgi vermesine dayanan bir tekniktir. Uygulanması ve hazırlanması en kolay, değerlendirmesi ise oldukça zor bir tekniktir. Bireyin kendisini anlaması ve yaşadığı çeşitli durumları değerlendirebilmesi için kendisiyle ilgili geri bildirime, bir bağlantıya ihtiyaçları vardır. Otobiyografi de amaç bireyin davranışlarının gerisinde bulunan ihtiyaçları ve tutumları tespit etmektir, bir öz yansıtma sağlamaktır.

Otobiyografide gizlilik çok önemlidir. Otobiyografi yazdırılmadan önce toplanan bilgilerin gizli tutulacağı açıklanmalı ve öğrencilerde bu konuda bir güven oluşturulmalıdır. İlkokul, ortaokul ve ortaöğretim düzeyindeki bütün öğrencilere uygulanabilir. İlkokul 2 ve 3.sınıflarda planlı (yapılandırılmış), diğer üst sınıflarda ise serbest olarak uygulanması daha uygundur.

Otobiyografi sonuçlarını değerlendirirken dikkat edilmesi gereken hususlar şunlardır:

- Genel izlenim: Bireyin duygusal durumu ve hayata bakışı.
- Yer verilen/verilmeyen kişi ve olaylar: Sosyal ilişkiler ve öncelikler hakkında bilgi verir.
- Uzunluk: Çalışmaya verilen özeni gösterebilir, ancak uzunluk kadar içeriğin derinliği de önemlidir.
- Yazı düzeni ve özen: Ciddiyet ve farkındalık düzeyini yansıtır.
- Tutarsızlıklar: Çelişkiler ve anlaşmazlıklar hakkında ipuçları sağlayabilir.

DİKKAT: Otobiyografi değerlendirirken yazı güzelliği, bireyin çalışmaya verdiği özeni ve kendini ifade etme tarzını anlamaya yardımcı olabilir. Ancak asıl odak noktası, bireyin içerik ve duygusal ifadeleridir. Yazı güzelliği, sadece dolaylı olarak dikkate alınmalıdır ve öğrencinin kendini daha iyi ifade edebilmesi için desteklenmelidir.

Sorunun seçenekleri incelendiğinde yukarıdaki bilgiler ışığında A, B, D ve E seçeneklerinin doğru olduğu görülür. C seçeneği ise kısmen doğrudur. Uzunluk, bireyin anlatım becerileri ve çalışmaya verdiği özeni gösterebilir. Ancak kısa yazılar her zaman yetersizdir ifadesi yanlıştır. Bireyin anlatmak istediğini kısa ve öz bir şekilde ifade etmiş olma olasılığı da vardır.

Cevap: C

38. Anket; belirli bir konuda bireylerin kişisel görüş, davranış ve eğilimlerini saptama amacı ile düzenlenmiş bir soru gurubudur. Devamsızlık nedenleri anketi, başarısızlık nedenleri anketi, rehberlik ihtiyacı belirleme anketi (RİBA)...gibi

- Ekonomik ve işlevsel olduğundan en sık kullanılan tekniktir.
- Toplumsal nitelik taşıyan herhangi bir konu veya olay hakkında bireylerin duygu, düşünce ve tutumlarını tespit etmek amacıyla hazırlanmış soru listesi ile bilgi alınmasıdır.
- Anketi ilgili herkese uygulamak mümkün olmadığında örneklem yoluna başvurulur. Örneklem seçiminde örneklemenin evreni yansıtmaya gücü önemlidir. Örneklem hatasına düşmemeye özen göstermek gerekir.
- Öğrencilerin tanınmasında; ilgi, ihtiyaç, duygu ve düşüncelerinin ortaya çıkartılıp bilgi toplanması amacıyla daha çok kullanılır.
- Rehberlik ihtiyacı belirleme anketleri, öğrencilerin eğitim, kariyer ve kişisel gelişim ihtiyaçlarını değerlendirmek için kullanılır.

Anketlerin Avantajlı Yönleri

- Kısa sürede, çok sayıda insana uygulanabilir olması,
- Değişik amaçlar için hazırlanıp, kullanılabilir olması,
- Grup ve bireysel uygulanabilir olması,
- Posta, telefon ya da çevrimiçi yollarla uygulanabilir olmasıdır.

Anketlerin Sınırlı Yönleri

- Yanıtlayıcıları güdülemede sorunlar yaşanması,
- Daha çok yüzeysel bilgi toplamaya uygun olması,
- Önceden hazırlanan sorularının cevaplanmasının gerekliliği (esnek olmaması),
- Zaman sorunu: Anketteki madde sayısına bağlı olarak cevaplama süresinin artması

ÖRNEKLEME HATASI: Araştırmalarda veya değerlendirmelerde, belirli bir grubun (örneklem) tüm evreni (hedef kitle) yeterince temsil edememesinden kaynaklanan bir hatadır. Bu durum, sonuçların güvenilirliğini ve genellenebilirliğini olumsuz etkiler.

Örneklem Hatasının Sebepleri:

Yanlış Örneklem Seçimi: Evrenin özelliklerini tam olarak yansıtmayan bir grup seçildiğinde ortaya çıkar. Örneğin, bir okulda rehberlik ihtiyacını belirlemek için sadece başarılı öğrencilerden oluşan bir sınıfın seçilmesi, tüm öğrencilerin ihtiyaçlarını temsil etmeyebilir.

Yetersiz Örneklem Büyüklüğü: Örneklem büyüklüğünün çok küçük olması, sonuçların genellenebilirliğini sınırlar. Örneğin, 1000 kişilik bir öğrencilik evrende sadece 5 öğrencinin incelenmesi sonuçları yanıltıcı hale getirebilir.

Kapsayıcılık Eksikliği: Örneklemenin evrenin tüm çeşitliliğini yansıtmaması. Örneğin, farklı yaş gruplarının olduğu bir ortamda yalnızca bir yaş grubunun temsil edilmesi.

Soru öncülünü incelediğimizde Psikolojik Danışman Malik Bey'in zaman kısıtlaması nedeniyle anketi sadece bir sınıfta, üstelik akademik olarak başarılı öğrencilerin bulunduğu bir sınıfta uygulamayı tercih ettiği ifade ediliyor. Bu durum örneklem hatasına örnek olarak verilebilir.

Cevap: B

39. Kariyer kuramları, bireylerin meslek seçimleri, kariyer gelişimi ve iş hayatındaki kararları anlamalarına, yönlendirmelerine yardımcı olan teorik çerçeveler sunar. Kariyer kuramlarının temel yararları şunlardır:

Kişisel Farkındalığı Artırma: Bireylerin ilgi, yetenek ve değerlerini keşfetmelerine yardımcı olur. Örneğin, Holland'ın Tipoloji Kuramı, bireyin kişiliğini meslek seçimleriyle ilişkilendirerek daha bilinçli seçimler yapmasını sağlar.

Kariyer Planlama: Kariyer kuramları, bireylerin kısa ve uzun vadeli kariyer hedeflerini belirlemesine yardımcı olur. Örneğin, Super'in Yaşam Boyu Kariyer Gelişim Teorisi, bireyin kariyer yolculuğunu yaşam evreleriyle ilişkilendirir.

Doğru Karar Verme: Meslek seçimleri sırasında bireylerin kendine uygun meslekleri seçmesini destekler. Örneğin, Ginzberg'in Kariyer Seçim Teorisi, bireyin karar alma sürecindeki aşamaları anlamasını kolaylaştırır.

Çevresel Faktörlerin Anlaşılması: Kuramlar, bireyin çevresel etkileri (aile, kültür, toplumsal normlar) anlayıp bunlara uyum sağlayabilmesini sağlar. Örneğin, Roe'nun İhtiyaç Kuramı, aile tutumlarının meslek seçimi üzerindeki etkisini açıklar.

İş Tatmini ve Başarı: Meslek seçiminde birey-meslek uyumuna odaklanarak bireyin iş tatminini ve profesyonel başarısını artırabilir. Örneğin, Holland'ın kuramı, uyumlu birey-meslek ilişkilerini ele alır.

Kariyer danışmanları açısından ele alındığında yararları şöyle özetlenebilir:

- Danışma sürecinde hangi yaklaşımın daha uygun olduğuna karar vermeye yardımcı olur.
- Gözlemleri düzenleme ve yorumlama için bir çerçeve oluşturmaya yardımcı olur.
- Deneyimler ve bilinmeyen arasında köprü kurmaya yardımcı olur.
- Araçlar ve sonuçlar arasındaki ilişkiyi belirlemeye yardımcı olur.
- Amaçları formüle etme ve süreci değerlendirmeye yardımcı olur.
- Kariyer danışmanlığı için gerekli bilgi ve beceri-

leri geliştirmeyi amaçlayan araştırmalar yapmayı teşvik eder.

- Bilgiyi özetlemeye ve açıklamaya yardımcı olur.
- Tahminler yapmaya/yordamaya yardımcı olur.

Bu açıklamalar ışığında; şıklar incelendiğinde, A, B, D ve E seçeneklerindeki ifadeler doğrudur. Ancak C seçeneğindeki "Meslek seçiminde tek bir perspektife odaklanarak karar vermelerini teşvik etmek." ifadesi yanlıştır. Çünkü kuramlar farklı perspektifler sunar ve etkileşimleri gösterir.

Cevap: C

40. İŞE UYUM KURAMI

İşe Uyum Kuramı, Dawis ve Lofquist tarafından geliştirilmiş bir yaklaşımdır. Bu kuram, bireyin iş çevresindeki davranışını ve iş doyumunu anlamaya yönelik bir çerçeve sunar. Kuramın temelinde, birey ile iş ortamının karşılıklı uyum sağlaması gerektiği görüşü yer alır. İşe uyum, bireyin mesleki tercihleri, yetenekleri ve iş ortamının beklentileri ile bireyin ihtiyaçlarının karşılanması sürecini içerir.

İşe Uyum Kuramının Temel Kavramları

Uyum: Bireyin iş çevresine uyum sağlama derecesidir. Uyum, bireyin iş doyumunu ve iş ortamının bireyden beklentileri karşılamasıyla ilgilidir.

İş Doyumu: Bireyin, işteki ihtiyaçlarının ve beklentilerinin karşılanma derecesidir. Eğer bireyin işteki ihtiyaçları karşılanıyorsa iş doyumunu artırır.

İş Performansı: İş ortamı tarafından bireyden beklenen görevlerin yerine getirilme düzeyidir. İş ortamı, bireyin yeteneklerine ve görevlerini yerine getirme kapasitesine önem verir.

Karşılıklılık: İş ortamı ile bireyin uyumu karşılıklıdır. Birey, iş ortamının beklentilerini karşılarken iş ortamı da bireyin ihtiyaçlarını karşılamalıdır.

Esneklik: Bireyin iş ortamındaki stres ve çatışmalarla başa çıkma kapasitesini ifade eder. Daha yüksek esneklik, uyumsuzluk durumlarında daha etkili çözüm yolları bulmayı sağlar.

Uyumsuzluk: İş ortamının bireyin beklentilerini, ya da bireyin iş ortamının taleplerini karşılayamaması durumudur. Uyumsuzluk arttıkça iş değiştirme ihtimali yükselir.

Kuramın Genel Görüşleri

- Birey ile iş ortamı arasında karşılıklı uyum sağlandığında, iş doyumunu ve performansı artar.
- Bireyin ihtiyaçları ve değerleri, mesleki seçimlerde ve işe uyum sürecinde belirleyici bir rol oynar.

İş ortamı, bireyin yeteneklerini ve kapasitesini değerlendirirken aynı zamanda bireyin ihtiyaçlarını karşılamalıdır.

- Uyum sürecinde bireyin yetenekleri, iş ortamının gereklilikleriyle örtüşmelidir.

Bu bilgiler ışığında öncüller incelendiğinde:

I. Bireyin ihtiyaçlarının iş ortamında karşılanması: İşe uyum kuramına göre, bireyin işteki ihtiyaçlarının karşılanması, iş doyumunun temel bir bileşenidir. **(Doğru)**

II. İş ortamının bireyden beklediği görevlerin yerine getirilmesi: Bireyin iş ortamında beklenen görevleri yerine getirme kapasitesi, iş performansını artırır ve iş ortamı ile birey arasındaki uyumu güçlendirir. **(Doğru)**

III. Birey ile iş ortamı arasında karşılıklı bir uyum olması: İş ortamının bireyin ihtiyaçlarını karşıladığı ve bireyin iş ortamının taleplerine yanıt verdiği karşılıklı bir uyum, işe uyum kuramının merkezindedir. **(Doğru)**

IV. İş ortamındaki stresin bireyin uyum sürecini kolaylaştırması: Stres genellikle uyumsuzluk yaratır ve bireyin uyum sürecini zorlaştırabilir. Bu ifade, kuramın savunduğu görüşlerle çelişir. **(Yanlış)**

Bu nedenle I, II ve III. Öncüller doğru, IV. Öncül yanlıştır.

Cevap: B

41. SOSYAL BİLİŞSEL KARIYER KURAMI (Lent, Brown ve Hackett)

SBKK, ilkesel olarak Albert Bandura'nın geliştirmiş olduğu genel sosyal bilişsel kurama dayalı olarak geliştirilmiştir.

SBKK; birey, davranış ve çevrenin karşılıklı olarak birbirini etkilediğini kabul ederek, Bandura'nın karşılıklı üçlü (Birey-çevre-davranış) adını verdiği nedensellik modelinden yararlanır.

Bireyin Kariyer Seçimini Etkileyen Üç Değişken (İnşa Eden Bloklar)

Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı, bireylerin kariyer gelişim süreçlerinde ve meslek seçimlerinde önemli rol oynayan faktörleri açıklayan bir modeldir. Bu kuram, bireyin kariyer seçimlerini etkileyen üç temel bilişsel bireysel değişkeni vurgular:

- Öz-yeterlilik inançları (Kendini yetkin göreme beklentileri), Bireyin belirli görevleri başarıyla yerine getirebileceğine olan inancıdır. Örneğin, bir öğrencinin matematik problemlerini çözebileceğine olan inancı, onun mühendislik gibi matematik ağırlıklı bir alana yönelmesini sağlar.
- Beklenen sonuçlar (sonuç beklentileri): Bireyin belirli bir davranış veya görev sonucunda elde edeceği sonuçlara yönelik beklentisi. Örneğin, mühendislik eğitimi almanın yüksek maaş ve istikrarlı bir kariyer sağlayacağı beklentisi.
- Kişisel hedefler (Performans hedefi ve sonuç hedefi). Bireyin kariyer yolunda ulaşmak istediği belirli hedefler. Örneğin, bir bireyin kariyerinde belirli bir pozisyona gelme veya belirli bir alanda uzmanlaşma isteği.

Bandura' nın katkısıyla, öz-yeterlilik, bireyin belirli görevleri başarıyla yerine getireceğine dair kendine duyduğu inancı ifade eder. Bu kavram, düzey, güç ve genellik olmak üzere üç boyutta ele alınır:

- Düzey: Öz-yeterliliğin hangi zorluk seviyesindeki görevler için geçerli olduğunu ifade eder. Örnek: Bireyin matematik becerilerine ilişkin öz-yeterliliği, temel aritmetikten karmaşık hesaplamalara kadar farklı düzeylerde olabilir.
- Güç: Bireyin bir görevi gerçekleştirme inancının yoğunluğunu ifade eder. Örnek: Bir birey, "Bu problemi çözebilirim" diyorsa güçlü öz-yeterliliğe

sahiptir; "Belki çözebilirim" diyorsa daha zayıftır.

- Genellik: Öz-yeterliliğin hangi alanlarda geçerli olduğunu ve birden fazla alana genellenebilir olup olmadığını ifade eder. Örnek: Bireyin sosyal becerilere yönelik öz-yeterliliği, müzakere, topluluk önünde konuşma ve ekip yönetimi gibi farklı alanlara genellenebilir.

Bu açıklamalar ışığında senaryoyu incelediğimizde:

Zafer, lise son sınıfta bir öğrencidir ve üniversitede hangi bölümü seçeceğine karar vermek üzeredir. Matematik ve fen bilimlerinde kendine olan güveni oldukça yüksektir (Öz-yeterlilik).

Zafer, mühendislik bölümünü seçerse iyi bir iş bulma ve yüksek maaş kazanma olasılığının yüksek olduğunu düşünmektedir (**Beklenen sonuçlar**).

Aynı zamanda, çocukluk hayali olan uzay mühendisliği alanında çalışmak ve ileride NASA'da görev yapmak gibi istekleri vardır (**Kişisel hedefler**).

Buna göre doğru sıralama A seçeneğinde verilmiştir.

Cevap: A

42. İLKOKUL DÖNEMİ MESLEKİ GELİŞİM GÖREVLERİ

İlkokul dönemi, bireylerin mesleki farkındalık kazanmaya başladığı önemli bir süreçtir. Bu dönemde öğrenciler, temel yaşam becerilerini öğrenirken gelecekteki mesleklerle ilgili farkındalık kazanma, ilgi alanlarını tanıma ve genel olarak iş dünyasını keşfetme görevleriyle karşılaşır. Super'in Kariyer Gelişim ve Ginzberg'in Kariyer Gelişim Modeli gibi yaklaşımlar bu dönemi "büyüme aşaması" olarak tanımlar. Mesleki rehberlik uygulama ve ilkeleri ile bu dönemde kazanılması gereken mesleki gelişim görevleri şu şekilde özetlenebilir:

- Uyanış dönemi olarak bilinen bu dönemde meslek bilinci oluşmaya başlamaktadır.
- Sınıf öğretmenlerinin gelişim görevlerine erişme ve çocukların kendi özelliklerini tanımasında rolü çoktur.
- Meslek gelişim bir süreçtir.
- Aileyi de kapsamına alan bir program izlenmelidir.
- Gerekli öğrenme yaşantıları, ders programları ve ders dışı etkinliklere entegre edilmelidir.
- Çocuğa aktif olma fırsatı sağlayacak etkinliklere yer verilmelidir.
- Öğretmenin mesleki rehberliğe yönelik çalışmalarını sürdürmesi önemlidir.
- Dönem boyunca çocuğun iş ve meslek dünyası hakkında bilgi edinmesi keşfetme ve tanıma fırsatı sağlanmalıdır.
- Meslek gelişimi kişilik gelişimi ve benlik tasarımı oluşumu çerçevesinde ele alınmalıdır.
- Çalışmayı öğrenme ihtiyacı için kazanılması gereken yeterlilikler:
 - a) Kişisel nitelikler ile çalışma ve iş yaşamı arasındaki ilişkileri anlama
 - b) Karar verme, amaç belirleme, uygulamaya geçme
 - c) Meslekleri keşfetme
 - d) Boş zamanların nasıl değerlendirileceğini öğrenme
 - e) Birlikte çalışmayı (iş birliğini) öğrenme

- f) Toplumsal gelişmenin iş yaşamını nasıl etkilediğini açıklama

Soru incelendiğinde A, B, C ve D seçeneklerinin ilkökul kademesi mesleki rehberlik uygulama ve ilkelerine uygundur. Ancak E seçeneğindeki "Eğitsel ve mesleki kararlarını uygulanabilirlik ve kendine uygunluk açısından gerçekçi olarak değerlendirebilmelerini desteklemek." İlkesi gelişimsel olarak lise döneminde dikkate alınacak ilke ve uygulamalara örnek verilebilir.

Cevap: E

43. HOLLAND'IN TİPOLOJİ KURAMI

Holland'ın Tipoloji Kuramı, bireylerin kişilik özellikleri ile meslek seçimleri arasındaki uyumu açıklamayı amaçlayan bir teoridir. Kurama göre, bireyler ve meslekler altı ana kişilik tipi altında sınıflandırılır: Gerçekçi, Araştırmacı, Sanatsal, Sosyal, Girişimci ve Geleneksel.

Gerçekçi (Realistik) Tip

- Fiziksel olarak aktif olmayı ve doğrudan problem çözme tercih eden bireylerdir.
- Araçlar, makineler ve dış mekân aktiviteleriyle çalışmaktan hoşlanırlar.
- Analitik düşünmeden ziyade pratik becerilere odaklanırlar.
- Mesleki Eğilimler: Mühendislik, teknisyenlik, inşaat işçiliği, zanaatkarlık, çiftçilik gibi mesleklerde sık görülürler.

Araştırmacı Tip

- Analitik düşünme ve problem çözme yetenekleri ön plandadır.
- Teorik ve entelektüel çalışmalara ilgi duyarlar.
- Bilimsel araştırmalar yapmayı ve veri analiz etmeyi severler.

Mesleki Eğilimler: Bilim insanı, araştırma görevlisi, mühendis, biyolog, kimyager gibi mesleklerde sık görülürler.

Sanatsal (Artistik) Tip

- Yaratıcı düşünme ve ifade yetenekleri kuvvetlidir.
- Sanatsal faaliyetlere ve estetik değerlere önem verirler.
- Bağımsız çalışmayı ve kendilerini yaratıcı projelerde ifade etmeyi tercih ederler.
- Mesleki Eğilimler: Ressam, yazar, müzisyen, grafik tasarımcı, aktör, iç mimar gibi mesleklerde sık görülürler.

Sosyal Tip

- Başkalarına yardım etmeyi ve sosyal etkileşimlerde bulunmayı severler.
- İnsanlarla çalışmaktan ve onları desteklemekten hoşlanırlar.

- İletişim becerileri ve empati yetenekleri gelişmiştir.
- Mesleki Eğilimler: Öğretmen, sosyal hizmet uzmanı, danışman, hemşire, psikolog gibi mesleklerde sık görülürler.

Girişimci Tip

- Liderlik ve ikna yetenekleri güçlüdür.
- Risk almayı ve stratejik düşünmeyi severler.
- Dinamik ve hedef odaklı çalışmayı tercih ederler.
- Mesleki Eğilimler: Yönetici, pazarlama uzmanı, girişimci, satış temsilcisi, işletme sahibi gibi mesleklerde sık görülürler.

Geleneksel Tip

- Düzenli ve yapılandırılmış ortamlarda çalışmaktan hoşlanırlar.
- Kurallara ve prosedürlere uymayı severler.
- Detaylara dikkat eden, planlı ve sorumlu bireylerdir.
- Mesleki Eğilimler: Muhasebeci, kütüphaneci, sekreter, veri analisti, bankacı gibi mesleklerde sık görülürler.

Soru analiz edildiğinde Savaş'ın liderlik becerileri, risk alma cesareti, insanları motive etme yeteneği ve kendi işletmesini kurma hedefi, ikna ve organizasyon becerileri girişimci tipin tanımına tamamen uymaktadır. Bu nedenle doğru cevaptır.

Cevap: D

44. SUPER'İN YAŞAM BOYU YAŞAM ALANI KURAMI

Donald Super'in Yaşam Boyu Yaşam Alanı Kuramı, bireyin yaşamı boyunca kariyer gelişimini bir süreç olarak ele alır. Bu kurama göre, kariyer bireyin yaşam evreleri boyunca şekillenir ve çeşitli roller (çalışan, ebeveyn, öğrenci vb.) çerçevesinde değerlendirilir. Super'in kuramında mesleki kimlik, mesleki benlik, kariyer uyumluluğu, kariyer örüntüleri ve kariyer olgunluğu kritik kavramlar olarak tanımlanır.

Mesleki Kimlik: Bireyin mesleğiyle ilgili sahip olduğu algılar, değerler ve kendini tanımlama biçimidir. Mesleki kimlik, bireyin kariyer yolunda kim olduğunu ve neyi temsil ettiğini belirler. Meslek, bireyin toplumsal kimliğinin bir parçasıdır. Güçlü bir mesleki kimlik, bireyin iş yaşamında daha tatmin ve istikrarlı olmasına katkı sağlar.

Mesleki Benlik: Bireyin kişisel özellikleri, ilgi alanları ve yeteneklerinin mesleğiyle nasıl bir ilişki kurduğunu ifade eden kavramdır. Mesleki benlik, bireyin kendi iç dünyasıyla mesleki hedefleri arasındaki bağlantıyı açıklar. Mesleki benlik, bireyin kariyer seçimlerinde daha tutarlı ve anlamlı kararlar vermesine yardımcı olur.

Kariyer Uyumluluğu: Bireyin kariyer gelişim süreçlerinde karşılaştığı değişimlere uyum sağlama yeteneğidir. Kariyer uyumluluğu, bireyin meslek değişiklikleri, krizler ve yeni sorumluluklarla başa çıkabilme kapasitesini kapsar. Kariyer uyumluluğu yüksek bireyler, değişen iş dünyası koşullarına daha rahat adapte olabilirler.

Kariyer Örüntüleri: Bireyin yaşamı boyunca oynadığı çeşitli rollerin ve bu rollerin zaman içinde birbirine nasıl bağlandığının bir haritasıdır. Öğrencilikten işe, oradan emekliliğe kadar bireyin tüm rollerini kapsar. Kariyer örüntüleri, bireyin yaşam yolculuğundaki bütüncül mesleki hareketlerini anlamayı kolaylaştırır.

Kariyer Olgunluğu: Bireyin yaşına ve yaşam evresine uygun kariyer gelişim görevlerini gerçekleştirme kapasitesidir. Kariyer olgunluğu, bireyin meslek seçimine hazırlığını ve bu süreçteki sorumluluklarını ne derece yerine getirdiğini ifade eder. Kariyer olgunluğu, bireyin mesleki hedeflerine ulaşmasında kritik bir belirleyicidir.

Bu açıklamalar ışığında soru incelendiğinde:

I. ÖNCÜL: Bireyin meslek yolunda kendini tanımlama biçimi ve mesleki algısı → **Mesleki Kimlik**

II. ÖNCÜL: Kişisel özelliklerin meslekle ilişkilendirilmesi ve bireyin iç dünyası ile mesleki hedefleri arasındaki bağlantı → **Mesleki Benlik**

III. ÖNCÜL: Bireyin yaşam evrelerinde rollerinin sıralanışı ve bu roller arasındaki bağ → **Kariyer Örüntüleri**

IV. ÖNCÜL: Bireyin yaşına uygun mesleki gelişim görevlerini gerçekleştirme kapasitesi → **Kariyer Olgunluğu**

Buna göre öncüller arasında, kariyer uyumluluğu ile ilgili bir ifade yoktur.

Cevap: A

45. Araştırma süreci, yukarıdaki gibi bir sırayı takip eder. Bilimsel bir araştırmada her aşama, bir sonraki için temel oluşturur ve süreç tamamlandığında anlamlı bir bütün ortaya çıkar. **Bilimsel Araştırma Sürecinin Aşamaları Şöyledir:**

Araştırma Probleminin Belirlenmesi: Konu belirlendikten sonra, bilimsel araştırma süreci, araştırılacak problemin veya sorunun tanımlanmasıyla başlar. Bu, çalışmanın temelini oluşturur ve hangi konunun ele alınacağını belirler. Örnek: "Dijital teknolojinin öğrencilerin akademik başarısı üzerindeki etkisi nedir?" gibi bir problem belirlenir.

Hipotezin Oluşturulması: Araştırma problemi tanımlandıktan sonra, bu problemle ilgili bir açıklama ya da tahmin yapılır. Bu tahmin, hipotez olarak adlandırılır. Örnek: "Dijital teknolojiyi yoğun kullanan öğrencilerin akademik başarısı daha yüksektir."

Araştırma Yönteminin ve Modelinin Belirlenmesi: Araştırmayı gerçekleştirmek için hangi yöntemlerin ve araçların kullanılacağı planlanır. Hangi veri toplama tekniği (anket, gözlem, deney vb.) ve analiz yönteminin uygulanacağı kararlaştırılır. **Daha sonrasında evren ve örneklem belirlenir.** Örnek: Araştırmada nicel yöntemler ve anket yöntemi kullanılabilir.

Veri Toplama: Belirlenen yöntemlere uygun olarak veri toplama süreci başlar. Gözlemler, anketler, deneyler veya diğer veri toplama araçları kullanılarak bilgi toplanır. Örnek: Öğrenciler arasında yapılan bir anketle veri toplanması.

Verilerin Analizi ve Yorumlanması: Toplanan veriler analiz edilir ve hipotezin doğruluğu test edilir. İstatistiksel yöntemler veya veri analiz araçları kullanılarak anlamlı sonuçlara ulaşılır. Örnek: Verilerin analizi sonucunda, dijital teknoloji kullanımı ile akademik başarı arasında pozitif bir ilişki olduğu bulunabilir.

Bulguların Raporlanması ve Paylaşılması: Araştırma bulguları, bir rapor veya makale şeklinde düzenlenir ve ilgili topluluklarla paylaşılır. Bu aşama, bilginin geniş bir kitleye yayılmasını sağlar. Örnek: Araştırma sonucunun bir akademik dergide yayımlanması veya bir konferansta sunulması.

Buna göre öncüllerin doğru sıralaması; E seçeneğindeki II-III-V-VI-I-IV gibidir.

Cevap: E

46. **Evren Yerine Neden Örneklem ile Çalışılır?**

Evren, bir araştırmanın incelemek istediği tüm bireylerin ya da birimlerin toplamını ifade eder. Ancak, çoğu durumda evrenin tamamını incelemek pratik veya mümkün olmayabilir. Bu nedenle, evren yerine örneklem ile çalışılır. İşte temel nedenler:

- Zaman ve Maliyet Tasarrufu
- Pratiklik
- Hızlı Veri Toplama
- Verilerin Yönetilebilirliği
- İstatistiksel Geçerlilik

Örnekleme Türleri

Olasılıklı Örneklem Türleri: Evrenin her bir biriminin örnekleme dahil olma olasılığı eşittir. Bu yöntem, sonuçların genellenebilirliğini artırır.

Basit Tesadüfi Örneklem:

- Her birimin eşit şansa sahip olduğu yöntemdir. Örnekler rastgele seçilir.
- Evrenin her bir birimine eşit şans tanımak istediğinizde kullanımı uygundur.
- Örnek: Bir okulda tüm öğrencilerin isimlerinin bir torbaya atılması ve rastgele çekilmesi.

Tabakalı Örneklem:

- Evren, belirli alt gruplara (tabakalara) ayrılır ve bu gruplardan rastgele örnekler alınır.
- Alt gruplar arasında karşılaştırma yapmak istediğinizde kullanımı uygundur. Her alt gruptan örnek alınır, bu da gruplar arasındaki farklılıkları analiz etmeyi kolaylaştırır.
- Örnek: Bir şirket çalışanlarını departmanlara göre ayırıp her departmandan rastgele çalışan seçmek.

Küme Örneklem:

- Evren, kümelere ayrılır ve bu kümelerden rastgele seçim yapılır.
- Büyük ve dağınık bir evreniniz varsa kullanımı uygundur. Ulaşımı ve veri toplama sürecini kolaylaştırır, maliyeti düşürür.
- Örnek: Bir ülkenin şehirlerinden belirli birkaçı seçilip bu şehirlerdeki bireylerin incelenmesi.

Sistematik Örnekleme:

- Evren sıralı bir liste haline getirilir ve belirli bir aralıkla (örneğin, her 10. kişi) örnekler seçilir.
- Verilerin sıralı olduğu durumlarda düzenli seçim yapmak istediğinizde kullanımı uygundur.
- Örnek: Sınıftaki her 5. öğrenciyi seçmek.

Olasılıksız Örnekleme Türleri: Her birimin örnekleme dahil olma olasılığı eşit değildir. Genellikle küçük ölçekli ya da kolaylık sağlamak için tercih edilir.

Kolaycı Örnekleme:

- Araştırmacının kolayca ulaşabileceği bireyler seçilir.
- Zaman ve kaynakların sınırlı olduğu durumlarda
- Örnek: Bir kafedeki müşterilerden rastgele birkaçına anket yapmak.

Amaçlı Örnekleme:

- Araştırmacı, belirli bir amaca uygun bireyleri seçer.
- Belirli bir hedef grubu incelemek istediğinizde
- Örnek: Sadece teknoloji şirketlerinde çalışan yazılımcılarla röportaj yapmak.

Kartopu Örnekleme:

- Katılımcılar, başka bireyleri önerir. Özellikle ulaşılamayan veya sınırlı bir grubu hedeflerken kullanılır.
- Ulaşılması zor gruplarla çalıştığınızda
- Örnek: Gönüllü çalışanların, diğer gönüllü arkadaşlarını önermesi.

Kota Örnekleme:

- Belirli alt gruplardan belirli sayıda katılımcı seçilir, ancak seçim rastgele değildir.
- Belirli bir alt grup oranına uygun veri toplamak istediğinizde
- Örnek: %50 kadın ve %50 erkek katılımcı seçmek.

Sorunun öncülü incelendiğinde evrenin (2200 kişinin çalıştığı bir serbest bölgede) farklı tabakalarda olduğu (yüksek, orta ve düşük sosyoekonomik düzeye) ve araştırmacının araştırma konusu açısından bu tabakalardaki farklılaşmayı incelemek istediği (iş doyumunun anlamlı bir farklılaşma gösterip göstermediği) incelemek istediği görülmektedir. Bunun için de her tabakayı büyüklüğü ölçüsünde temsil edecek bir örneklem seçmesi uygun olacaktır. Bu amaca ve evrenin yapısına tabakalı örnekleme uygun olacaktır.

Cevap: E

47. Bir okul psikolojik danışmanı, kapsamlı bir gelişimsel rehberlik programı hazırlarken ve ihtiyaç analizi yaparken çeşitli hususları dikkate almalıdır. Bu süreçte göz önünde bulundurulması gereken temel hususlar şöyledir:

Öğrencilerin Yaş ve Gelişim Düzeyi: Rehberlik programı, öğrencilerin yaşlarına ve gelişim düzeylerine uygun olmalıdır. Öğrencilerin farklı yaş gruplarındaki ihtiyaçları ve gelişimsel aşamaları dikkate alınarak program içeriği planlanmalıdır.

Bireysel Farklılıklar: Öğrencilerin bireysel farklılıkları (ilgi alanları, yetenekler, öğrenme stilleri) göz önünde bulundurulmalıdır. Program, her öğrencinin bireysel ihtiyaçlarına ve potansiyeline uygun olacak şekilde tasarlanmalıdır.

Sosyo-ekonomik ve Kültürel Faktörler: Öğrencilerin sosyo-ekonomik durumları ve kültürel arka planları, ihtiyaç analizinde dikkate alınmalıdır. Bu faktörler, öğrencilerin okul ortamındaki deneyimlerini ve ihtiyaçlarını etkileyebilir.

Paydaş Görüşleri: Öğretmenler, veliler ve öğrenciler gibi paydaşlardan geri bildirim almak önemlidir. Anketler, bireysel görüşmeler ve grup toplantıları yoluyla toplanan bilgiler, ihtiyaç analizine değerli katkılar sağlar.

Okul Ortamı ve Altyapı: Okulun fiziki ortamı, kaynakları ve altyapısı da rehberlik programının planlanmasında önemlidir. Öğrencilerin güvenli, destekleyici ve öğrenme odaklı bir ortamda bulunması sağlanmalıdır.

Mevcut Rehberlik Uygulamaları: Okulda hâlihazırda uygulanmakta olan rehberlik ve danışmanlık hizmetleri değerlendirilmelidir. Bu, mevcut uygulamaların etkinliğini artırmak ve yeni programların entegrasyonunu sağlamak açısından önemlidir.

Akademik ve Sosyal-Duygusal İhtiyaçlar: Öğrencilerin hem akademik hem de sosyal-duygusal ihtiyaçları belirlenmelidir. Akademik başarı, duygusal zekâ, sosyal beceriler ve kişisel gelişim alanlarında destek sağlanmalıdır.

Veri Toplama ve Analiz Yöntemleri: İhtiyaç analizi için kullanılacak veri toplama araçları (anketler, gözlem formları, akademik performans raporları vb.) belirlenmeli ve toplanan verilerin analizi dikkatle yapılmalıdır.

Etik ve Gizlilik: Öğrencilerden ve paydaşlardan toplanan bilgilerin gizliliği ve güvenliği sağlanmalıdır. Etik kurallara uyularak, öğrencilerin ve ailelerin mahremiyeti korunmalıdır.

Programın Değerlendirilmesi ve Geliştirilmesi: Rehberlik programının etkili olup olmadığını değerlendirmek için düzenli olarak geri bildirim toplamak ve programı sürekli iyileştirmek önemlidir. Bu, programın güncel kalmasını ve öğrencilerin ihtiyaçlarına uygun olmasını sağlar.

Bu çerçevede soruyu değerlendirecek olursak:

Rehberlik programının amacı öğrencilerin psikolojik, sosyal, akademik ve kariyer gelişimlerini desteklemek olduğundan, okulun fiziki altyapı ihtiyaçları bu programın kapsamına doğrudan girmez. Okulun fiziki ortamı, kaynakları ve altyapısı programı oluştururken dikkate alınsa da ihtiyaçların tespiti doğrudan amaç değildir. Bu nedenle, bu unsur gerekmemektedir.

Cevap: C

48. Sunum sistemine göre rehberlik hizmetleri üç kategoriye ayrılır:

Önleyici ve Gelişimsel Hizmetler: Bu tür hizmetler, öğrencilerin sağlıklı gelişimlerini desteklemek, sorunların ortaya çıkmasını önlemek ve olumlu beceriler kazandırmak amacıyla gerçekleştirilir.

İyileştirici Hizmetler: Mevcut bir problemi çözmek, öğrencinin yaşadığı zorluklarla başa çıkmasına yardımcı olmak veya kriz durumlarında destek sağlamak için verilen hizmetlerdir.

Destek Hizmetleri: Rehberlik hizmetlerinin etkili bir şekilde yürütülmesi için okul içindeki öğretmenler, yöneticiler ve diğer paydaşlar arasında iş birliği ve koordinasyonun sağlanmasıdır.

Buna göre sorunun seçenekleri değerlendirildiğinde:

A) Öğrencilerin akademik, sosyal ve duygusal gelişimlerini desteklemeye yönelik seminerler düzenlemek: **Bu tür faaliyetler, sorunları ortaya çıkmadan önleme ve gelişim süreçlerini destekleme amacı taşır. Önleyici ve Gelişimsel Hizmetler kategorisine girer.**

B) Travma yaşayan bir öğrenciye bireysel danışmanlık sağlayarak duygusal desteğin verilmesi: **Bu durum, öğrencinin mevcut bir problemine yönelik çözüm sağlama ve iyileştirici bir rol üstlenme amacı taşır. İyileştirici Hizmetler kapsamına girer.**

C) Okul personeline rehberlik programlarının uygulanması konusunda eğitim verilmesi ve koordinasyonun sağlanması: **Rehberlik programlarının etkili bir şekilde yürütülebilmesi için okul içindeki koordinasyonu sağlayan destek faaliyetidir. Destek Hizmetleri kategorisine girer.**

D) Problem davranışlar sergileyen öğrenciler için kriz müdahalesi sağlanması: **Kriz müdahalesi, mevcut bir sorun karşısında öğrenciye destek sağlamayı ve problemi çözmeyi amaçladığı için İyileştirici Hizmetler kapsamındadır.**

E) Sınıf ortamında öğrencilerin karar verme becerilerini geliştiren etkinliklerin gerçekleştirilmesi: **Bu tür etkinlikler, öğrencilerin olumlu beceriler kazanmasını ve gelişim süreçlerini desteklemeyi hedefler. Önleyici ve Gelişimsel Hizmetler kategorisine girer.**

Cevap: D

49. PSİKOLOJİK DANIŞMADA ETİK KURAL VE STANDARTLARIN ÖNEMİ:

Psikolojik danışma sürecinde etik kurallar ve standartlar hem danışanın refahını korumak hem de danışmanlık sürecinin güvenilir ve etkili bir şekilde yürütülmesini sağlamak için oluşturulmuştur. Bu kurallar, danışanın haklarını güvence altına alırken aynı zamanda danışmanların mesleki sorumluluklarını da tanımlar. Başlıca nedenler şöyledir:

Gizlilik ve Güven: Danışan, kişisel bilgilerini güvenle paylaşabilmek için danışmana güvenmek zorundadır. Etik kuralların ihlali bu güveni zedeleyebilir ve danışma sürecinin etkinliğini azaltabilir.

Profesyonellik: Etik kurallar, danışmanın meslek içinde ve toplum karşısında profesyonel bir duruş sergilemesini sağlar.

Hakların Korunması: Danışanların kişisel hakları (gizlilik, onur ve saygı) etik standartlar sayesinde korunur.

Mesleki Rehberlik: Danışmanlar, mesleki sınırlar içinde kalarak etik standartlar doğrultusunda danışma sürecini yürütmelidir.

Sorudaki seçeneklerin analizini yapacak olursak:

A) Etik kurallar, danışmanların yalnızca meslek içinde davranışlarını düzenlemek için kullanılır.

• Yanlıştır. Etik kurallar sadece meslek içindeki davranışları değil, danışanın haklarını ve danışman-danışan ilişkisini de düzenler. Bu yüzden etik kurallar meslek dışı sorumlulukları da kapsar.

B) Etik standartlar, danışan ve danışman arasında güven ilişkisinin sağlanması için temel bir ilkedir.

• Doğrudur. Danışman ile danışan arasındaki güven ilişkisi, etik kurallara sadık kalındığı sürece güçlüdür. Gizlilik, tarafsızlık ve profesyonellik gibi etik prensipler bu güvenin temelini oluşturur.

C) Kişisel bilgilerin paylaşılması, yalnızca danışmanın kararına bırakılan bir durumdur ve etik bir yükümlülük değildir.

- Yanlıştır. Kişisel bilgilerin paylaşılması, yalnızca danışanın rızası olduğunda etik olarak kabul edilebilir. Danışmanın tek başına karar vermesi etik ilkelere aykırıdır.

D) Etik standartların ihlali, danışanın haklarını etkilemez, yalnızca mesleki bir sorun yaratır.

- Yanlıştır. Etik standartların ihlali danışanın haklarını ciddi şekilde etkiler. Örneğin, gizlilik ihlali danışanın özel yaşamına zarar verebilir ve danışma sürecini olumsuz etkiler.

E) Etik kurallar, sadece danışmanın meslektaşlarıyla olan ilişkilerini düzenler.

- Yanlıştır. Etik kurallar, danışman-danışan ilişkisini, meslektaşlarla iş birliğini ve toplumla olan sorumlulukları düzenler. Bu nedenle kapsamı oldukça geniştir.

Cevap: B

50. Psikolojik Danışma Meslek Etik İlkelerinin Mesleğe Faydaları: Etik ilkeler, sadece bireysel ilişkilere değil, aynı zamanda mesleğin kendisinin gelişimine ve toplumdaki algısına doğrudan katkıda bulunur. Etik kurallar ve standartlar meslek açısından şu faydaları sağlar:

Toplumda Güven ve Saygılık: Etik ilkeler, psikolojik danışma mesleğinin güvenilir bir disiplin olarak görülmesini sağlar. Gizlilik, profesyonellik ve tarafsızlık gibi etik değerler, toplumun mesleğe duyduğu güveni artırır. Güvenilirlik, psikolojik danışmanlık mesleğinin daha yaygın kabul görmesini ve daha fazla insanın bu hizmete başvurmasını sağlar.

Mesleki Gelişim: Etik standartlar, meslektaşlar arasında iş birliği ve dayanışma ortamını teşvik eder. Mesleki eğitimlerde ve uygulamalarda ortak bir standart sağlanmasına katkı yapar, böylece mesleğin bilimsel temelleri güçlenir.

Uzun Vadeli Meslek Koruması: Etik ihlallerin önlenmesi, mesleğin olumsuz algılanmasını ve toplumda güven kaybını engeller. Meslek etiği, danışmanların yasal ve profesyonel açıdan korunmasına da yardımcı olur.

Bilimsel ve Profesyonel İlerleme: Etik ilkelere uyum, mesleğin bir bilim dalı olarak saygınlığını artırır ve yenilikçi yöntemlerin uygulanmasını teşvik eder.

Sorunun seçeneklerini analiz edecek olursak:

A) Meslek etik ilkeleri, yalnızca danışan-danışman arasındaki bireysel ilişkiyi düzenlemek için geliştirilmiştir.

- Yanlıştır. Etik ilkeler, sadece bireysel ilişkileri değil, mesleğin genel itibarını ve gelişimini de destekler. Mesleğin toplumsal rolü üzerinde de etkilidir.

B) Meslek etik ilkeleri, sadece danışmanın yasal sorunlardan kaçınmasını sağlar.

- Yanlıştır. Yasal sorumluluklar önemli olsa da etik ilkeler, mesleğin topluma yönelik faydalarını ve uzun vadeli saygınlığını da destekler.

C) Etik ilkeler, mesleğin toplumdaki güvenilirliğini ve saygınlığını artırmaya katkı sağlar.

- Doğrudur. Meslek etik ilkeleri, toplumsal güveni artırarak mesleğin daha geniş bir çevrede kabul görmesini sağlar. Bu, hem bireysel hem de mesleki düzeyde olumlu etkiler yaratır.

D) Etik standartlar, mesleğin gelişimini ve bilimsel ilerlemeyi doğrudan etkilemez.

- Yanlıştır. Etik standartlar, mesleğin bilimsel temelde gelişmesini destekler ve profesyonel uygulamalar için sağlam bir zemin hazırlar.

E) Etik ilkeler, mesleğin sadece belirli alanlarda kullanılmasını sınırlar.

- Yanlıştır. Etik ilkeler, mesleğin uygulanabilirliğini sınırlandırmaz; aksine, mesleğin daha geniş bir çevrede kabul görmesini sağlar.

Psikolojik danışma meslek etik ilkeleri, sadece bireysel ilişkileri değil, mesleğin kendisini de koruyan, geliştiren ve toplumda saygın bir konuma taşıyan önemli bir mekanizmadır. C seçeneği, etik ilkelerin mesleğe sağladığı faydaları en kapsamlı şekilde ifade eder.

Cevap: C

MEB AGS ÖABT

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ÇÖZÜM

4

1. Bu testte 50 soru vardır.

1. **Davranışçı Yaklaşım:** Daha çok dışsal motivasyonla başarıyı artırmayı hedefler. Örneğin; öğrenci, başarılı olduğu her sınav sonrası ailesi tarafından ödüllendirilir.

İnsancıl Yaklaşım: İçsel motivasyon odaklıdır. Örneğin; öğrenci, kendini gerçekleştirme arzusuyla çalışır ve öğrenme sürecinden keyif alır.

Bilişsel Yaklaşım: İçsel motivasyon odaklıdır. Öğrenci, öğrenme materyallerini mantıksal ve anlamlı bir şekilde kendisi organize eder.

Sosyal Bilişsel Yaklaşım: Hem içsel hem de dışsal motivasyonu artırmayı hedefleyebilir. Ancak bu ikisi arasında bir denge gözetme kaygısı yoktur. Örneğin öğrenci, başarılı rol modelleri gözlemleyerek motive olur ve kendi başarısına olan inancı güçlenir.

Öz Belirleme Kuramı: Öğrenci hem içsel hem de dışsal motivasyon kaynaklarını dengeler ve akademik başarıya yönelik yüksek bir motivasyon düzeyi geliştirir.

Öz belirleme kuramı, insan motivasyonu ve kişisel gelişim üzerine odaklanan bir psikoloji kuramıdır. Edward Deci ve Richard Ryan tarafından geliştirilmiştir. Bu kuram, bireylerin davranışlarını ve motivasyonlarını üç temel psikolojik ihtiyacın karşılanması yoluyla anlamayı ve açıklamayı amaçlar: özerklik, yeterlilik ve ilişkililik yani başkalarıyla anlamlı ve olumlu ilişkiler kurma. Eğitim ortamlarında öğrencilere seçme hakkı tanıma, geribildirim ve destek sunma ile sosyal etkileşimleri teşvik etmek yoluyla kullanılabilir.

Cevap: C

2. **Nörotransmitterler,** sinir hücreleri (nöronlar) arasında iletişimi sağlayan kimyasal maddelerdir. Sinir sisteminde, özellikle sinaps adı verilen bağlantı noktalarında salgılanırlar ve bir nöronun elektriksel sinyalini diğerine ileterek sinirsel iletişimi gerçekleştirirler. Sinyal iletimi, öğrenme ve bellek, duygudurum düzenleme, motor fonksiyonlar... gibi birçok işlevleri vardır. Bazı nörotransmitterler ve işlevleri şu şekildedir;

Glutamat: Beyindeki ana uyarıcı nörotransmitterdir. Öğrenme ve hafıza süreçlerinde önemli rol oynar.

Asetilkolin: Öğrenme ve hafıza süreçlerinde rol oynar. Beyin kabuğunda ve hipokampüste yaygın olarak bulunur. Hem uyarıcı hem inhibe edici rolleri vardır.

Serotonin: Duygudurum düzenlemesi, uyku ve iştah kontrolü gibi işlevlerde rol oynar. Beynin çeşitli bölgelerinde genel olarak inhibitör olarak görev alsa da uyarıcı etkiler de gösterebilir.

Dopamin: Huzur, ödül, motivasyon ve motor kontrol gibi işlevlerle ilişkilidir. Özellikle beyin sapı ve orta beyin bölgelerinde etkilidir. Esasen uyarıcı olsa da inhibe edici görevleri de vardır.

Norepinefrin (Noradrenalin): Stres yanıtı ve duygudurum düzenlemesinde rol oynar. Daha çok uyarıcı olsa da dolaylı olarak inhibitör etkiler gösterebilir.

Endorfinler: Endojen morfin diye bilinir. Beyindeki belirli sinir yollarını inhibe ederek ağrı algısını azaltır ve rahatlama sağlar. Daha çok inhibe edici olarak bilinse de uyarıcı etkileri de vardır.

GABA: Ana inhibe edici nörotransmitterdir ve beynin aşırı uyarılmasını engelleyerek sakinleşme sağlar. Anksiyete ve stres azaltmada etkilidir. Sadece inhibe edici etkileri olan nörotransmitterdir.

Cevap: E

3. **Uyku REM uykusu ve NREM uykusu olmak üzere iki ana bölümden oluşur. İşte bu evrelerin ve işlevlerinin açıklamaları şu şekildedir:**

NREM Uykusu:

1. Evre (Hafif Uyku): Uyanıklık ile uyku arasındaki geçiş aşamasıdır. Kaslar gevşer, göz hareketleri yavaşlar ve beyin aktivitesi azalır. Vücudun dinlenmeye başlaması, gevşeme ve uyanıklıktan uykuya geçişi bu evrededir.

2. Evre (Hafif Uyku): Uyku derinleşir, kalp atış hızı ve vücut ısı düşer. Hafif uykuda kaslar daha da gevşer, dinlenme devam eder. Bu evre, gün içerisindeki bilgilerin işlenmesi ve kısa süreli belleğe alınmasında önemlidir.

3. ve 4. Evre (Derin Uyku): Bu evreler derin uyku olarak bilinir. Beyin aktivitesi yavaşlar, vücut tam anlamıyla dinlenir, kan basıncı düşer, solunum yavaşlar. Vücudun fiziksel olarak yenilenmesi ve onarılması, büyüme hormonu salgılanması. Bu evreler, bağışıklık sistemi için de kritik öneme sahiptir.

REM Uykusu:

Beyin aktivitesi artar, rüyalar yoğun olarak bu evrede görülür. Gözler hızlı ve rastgele hareket eder, kaslar geçici olarak felç olur. Beynin hafıza işlemi ve kısa süreli bellekteki bilgilerin uzun süreli belleğe dönüştürülmesi sürecini ifade eder. Öğrenme ve duygusal düzenleme bu evrede gerçekleşir. Rüyalar, duygu işleme ve yaratıcı problem çözme sürecinde rol oynar.

Uyku Döngüsü: Uyku döngüsü, NREM ve REM evrelerinin yaklaşık 90 dakikalık periyotlarla tekrarlanmasıyla oluşur. Bir gecelik uyku boyunca bu döngü birkaç kez tekrarlanır.

Buna göre uyanıklık ile uyku arasındaki geçiş aşaması 1. Evredir.

Cevap: E

4. **Sosyal psikolojide grubun yapısının uyum davranışı üzerindeki etkileri şu şekildedir:**

- Bir grubun üyeleri arasında bütünlük ve kararlılık varsa, o grup üyelerinde daha fazla uyum görme eğilimi vardır. Dolayısıyla bütünlük arttıkça uyum artacaktır. B seçeneği doğrudur.
- Bireyler, grubun hedeflerine ve amaçlarına inanıyorsa, bu hedeflere ulaşmak için grubun normlarına ve kurallarına daha fazla uyum gösterme eğiliminde olurlar. Bu durumda C seçeneği doğrudur.
- Bireyler, kendilerini gruba ait hissediyorlarsa, grubun normlarına ve değerlerine daha fazla uyum gösterme eğilimindedir. Grubun özdeşliği ve kimliği uyumu artırır. D seçeneği doğrudur.
- Bir grup, birey üzerinde otorite veya güç uygulama yeteneğine sahipse, birey bu grubun kurallarına veya isteklerine daha fazla uyum gösterir. Askeri birlikler buna örnek olarak verilebilir. E seçeneği doğrudur.
- Daha büyük gruplar genellikle daha fazla uyum baskısı yaratır. Bir birey, kalabalık bir grupta daha fazla uyum göstermeye eğilimlidir. Dolayısıyla grup büyüklüğü uyumu artırır A seçeneği yanlıştır.

Bunların dışında; Grubun belirgin ve güçlü normları varsa, bireyler bu normlara uyma eğiliminde olurlar. Beklentiler açık ve nettir, bu da uyumu artırır. Bireycilik arzusu özellikle küçük ve bütünlük arz etmeyen gruplarda uyum davranışını azaltmaktadır.

Cevap: A

5. İkna edici iletişim, bireylerin düşüncelerini, inançlarını veya davranışlarını değiştirmeyi amaçlayan iletişim sürecidir. İkna edici iletişimin daha etkili ve başarılı olmasını sağlayan özellikler şu şekildedir:

- **Kaynağın Güvenilirliği ve Gücü:** İletişimi gerçekleştiren kişinin güvenilir olması ve uzmanlık gücü arttıkça daha çok ikna edici olur.
- **Hedef Kitlenin Özellikleri:** Alıcıların bilgi seviyeleri ikna sürecini etkiler. Bu durum, mesajın nasıl yapılandırılacağını belirler. Daha bilgili bir kitle, detaylı ve mantıklı argümanlara ihtiyaç duyabilir. Ayrıca alıcıların pozitif duygu durumu ve mesajla olan ilgileri arttıkça ikna edicilik artar.
- **Kanalın Özellikleri:** Yüz yüze iletişim genellikle daha etkili kabul edilmekle birlikte, görsel ve işitsel teknolojilerin kullanımı, mesajın etkisini artırabilir.
- **Tekrarlama ve zamanlama:** Mesajın belirli aralıklarla tekrar edilmesi, onun daha iyi hatırlanmasını ve kabul edilmesini sağlar. Aynı zamanda mesajın doğru zamanda iletilmesi, ikna gücünü artırır.
- **Mesajın Yapısı ve İçeriği:** Mesajın açık, net ve tutarlı olması önemlidir. Belirsiz ve çelişkili mesajlar, ikna gücünü azaltır. Hem duygusal hem de mantıksal unsurların kullanılması, mesajın ikna ediciliğini artırır. Duygusal çekicilik, bireylerin ilgisini çekerken, mantıksal çekicilik, mesajın inanılabilirliğini artırır.

Hem destekleyici hem de karşıt argümanların sunulması, mesajın daha ikna edici olmasını sağlar. Bu, kaynağın objektif ve adil olduğunu gösterir. B seçeneğinde sadece destekleyici unsurların sunulmasından bahsedilmektedir. Bu yanlıştır.

Cevap: B

6. Odaktan uzaklaşma, çocukların daha karmaşık ve bütünsel düşünme süreçlerine geçiş yapmalarını sağlarken, aynı zamanda, çocukların bilişsel esneklik ve çok boyutlu düşünme yeteneklerinin gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Odaklanma becerisi aynı zamanda sayma, perspektif alma ve empati, çoklu özelliğe göre sınıflama, mantık kurabilme, zaman ve saat kavramını anlayabilme yeteneklerinin gelişmesiyle somutlaşır.

A seçeneğinde Emre'nin perspektif alma ve empati ile karşı tarafın bakış açısını ve hislerini anlaması odaktan uzaklaşmaya örnektir.

B seçeneğinde Yeliz'in birden fazla zaman göstergesini dikkate alabildiğini saati doğru okuması odaktan uzaklaşmaya örnektir.

D seçeneğinde Aylin'nin yalnızca görsel düzenlemeye değil, aynı zamanda sayı kavramına da dikkat ederek sayının değişmediğini bilmesi, odaktan uzaklaşmaya örnektir.

E seçeneğinde Ali'nin parçalara bölünmüş olsa da içinden eklenip çıkarılmadığı sürece kekin miktarının aynı olduğunu bilmesi korunuma dolayısıyla odaktan uzaklaşmaya örnektir.

C seçeneğinde Mehmet'in büyük-küçük olma özelliklerini dikkate almayıp topları sadece renklerine göre sınıflandırması **odaktan uzaklaşmadığını**, nesnenin dikkat çeken tek bir boyutunu dikkate alarak işlem yaptığını göstermektedir.

Cevap: C

7. Bowlby'nin etolojik kuramı, nesne ilişkileri ve psikanalitik kuramdan etkilenerek insan davranışlarının kökenlerine ilişkin açıklama getirmeye çalışmıştır. Bowlby' e göre bağlanma davranışı başka bir bireye karşı yakınlık arama ve sürdürme olarak tanımlanmıştır. Kuramın Freud'un erken çocukluk döneminin önemi ve anne eksikliğinin uzun süreli etkileri gibi görüşlerinden etkilendiği bilinmektedir. Temel ilkeler şöyle özetlenebilir;

- Bağlanma davranışlarının doğuştan gelen ve hayatta kalmak için evrimleşen bir durumdur.
- Çocuklar birden fazla kişiye birbirinden farklı bağlar kurabilirler ancak bunların arasında sadece biri bağlanma hiyerarşisinde en tepededir. Ana bakıcı ile kurulan 'birincil bağ'ın bu yönüyle duygusal olarak özel bir anlamı vardır. Buna monotropi hipotezi denmektedir.
- Bowlby, bağlanmanın belirli bir kritik dönemde gelişmesi gerektiğini ifade eder. Bu dönem, genellikle 2.5 yaşından olur. Bu dönemde bağlanma oluşmazsa, daha sonra oluşmaması ihtimali vardır.
- Birincil bağın kurulduğu ana bakıcının eksikliği, uzun süreli psikolojik etkilere yol açar ve bu bir çocuğu etkileyebilecek en önemli travmadır. Bu durum çocukların uzun vadeli bilişsel, sosyal ve duygusal zorluklar yaşamasına neden olabilir.
- Çocukların ana bakıcısıyla kurdukları bağlar onların kendilerini, diğer insanları ve dünyayı nasıl anlayacaklarını etkiler. Yani bu bağ bir şema haline gelerek içsel çalışma modelini oluşturur.

Soruda Arya bebeğin, annesine ve babasına bağlanma gerçekleşirse de annesine karşı daha yakın ve güvenilir bir şekilde bağlandığı vurgulanmıştır. Bu durum monotropi hipotezi ile ilişkilendirilebilir.

Cevap: B

8. **Semantik (Anlamsal) bellek;** herhangi konu alanının kavram, olgu, genelleme ve kurallarının saklandığı bellektir.

Prosedürel (İşlemsel) bellek; herhangi bir şeyin nasıl yapılacağı ile ilgili bilgilerin, işlemlerin depolandığı bellektir.

Epizodik (anısal) bellek; bireyin başından geçen olayların nerede, ne zaman olduğuyla ilgili bilgilerin saklandığı bellektir.

Flaş Bellek; duygusal uyarımın yüksek olduğu, travmatik, duygusal olaylarla ilgili bellektir. Olaylar ayrıntılı ve canlı bir şekilde hatırlanırken, genelde olay esnasındaki çevresel koşullar yer, zaman daha çarpıcıdır.

Yeniden kurgulayıcı bellek; bireyin anıları hatırlama sürecinde yeni bilgiler eklemesi veya mevcut bilgileri değiştirmesi anlamına gelir.

Halil, hatırlama sürecinde bellek içeriklerini yeniden kurgulamakta ve anıların doğruluğu bozulmaktadır.

Cevap: E

9. Psikanalitik Yaklaşımın Hipotezleri şöyledir:

- İnsan gelişimi en iyi, cinsel arzunun değişen nesneleri yoluyla anlaşılabilir
- Cinsel ve saldırgan istekleri baskılanır ve bilinç-dışına itilir.
- İstekler üstündeki bilinçdışı çatışmalar kendilerini rüyalarda, dil sürçmelerinde ve diğer belirtilerde ifade eder.
- Bilinçdışı çatışmalar nevrozun kaynağıdır.
- Nevroz, psikanaliz yoluyla bilinçdışı isteklerin ve bastırılmış olanın bilince geri getirilmesi ile tedavi edilebilir.

Anormallik ölçütleri ise şu şekilde özetlenebilir:

- İd, ego ve süper egonun işlevlerindeki ve ilişkilerindeki bozukluklar.
- Savunma düzeneklerinin aşırı ve sağlıklı kullanımı.
- Libidonun dengelenememesi, bir alana yönelik yoğun ve sürekli kullanımı.
- Psikoseksüel gelişim dönemlerine takılıp kalma.

Psikanalitik yaklaşımda kaygı, bireyin içsel çatışmalarından ve bilinçdışındaki arzuların bilinçli zihne sızmasından kaynaklanan duygusal bir durum olarak tanımlanır. Freud'a göre 3 tür kaygı vardır:

Gerçekçi Kaygı: Bireyin dış dünyadaki gerçek tehlikelere ve tehditlere karşı verdiği tepkidir. Bu tür kaygı, bireyin hayatta kalma ve kendini koruma amacı güder. Bu tür kaygı, bireyin işlevselliğini artırabilir ve tehlikelerden kaçınmasını sağlayabilir.

Nevrotik Kaygı: Bireyin bilinçdışındaki kabul edilemez dürtülerin (id'den gelen cinsel ve agresif dürtüler) bilinç düzeyine çıkma tehlikesine karşı verdiği tepkidir. İçsel çatışmalardan kaynaklanan bu kaygı, bireyin bu çatışmaları yönetme ve toplumda kabul edilebilir davranışlar sergileme çabasıyla ilişkilidir. Ancak, sürekli nevroitik kaygı, bireyin işlevselliğini olumsuz etkileyebilir ve psikolojik rahatsızlıklara yol açabilir.

Ahlaki (Moral) Kaygı: Bireyin süperego tarafından uygulanan ahlaki standartlara ve değerlere uymama korkusundan kaynaklanan kaygıdır. Bu tür kaygı, bireyin suçluluk duygusuyla ilişkilidir. Ahlaki kaygı, bireyin toplumsal normlara uygun davranmasını ve ahlaki değerlerine sadık kalmasını sağlar. Ancak, aşırı ahlaki kaygı, bireyin kendine yönelik aşırı eleştiri ve suçluluk duygularıyla başa çıkmasını zorlaştırabilir ve işlevselliğini olumsuz etkileyebilir.

E seçeneğinde yer alan "nevrotik kaygının sürekli olması bireyin işlevselliğini artırır" ifadesi yanlıştır.

Cevap: E

10. Seçeneklerde verilen Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımında kullanılan tekniklerin özetle açıklaması şöyledir:

PARADOKSAL (ÇELİŞİK) NİYET: Kendilerini zayıflatan düşünceleri ve davranışlara dikkat etmeleri ve abartmaları istenir. Kaygıyı abart.

'İMİŞ' GİBİ YAPMA: Danışanın olmak istediği şey gibi hareket edebileceği ya da hayal edebileceği rol-oyunun ortamını kurabilir. Keşke denilen bir durumu bir hafta düşlemesini istemek gibi...

KENDİNİ YAKALAMA: Kendine zarar verici davranışları önce yaptığı esnada sonra öncesinde yaalamak.

DÜĞMEYE BASMA: Olumlu-olumsuz duygular yaşıtan sahne düşün. Ne hissettin? Bu sayede danışan hangi duyguya odaklanırsa o duyguyu yaşadığı gösterilir.

DANIŞANIN ÇORBASINA TÜKÜRME: Danışanın olumsuz veya işlevsiz davranışlarını ve düşünce kalıplarını boşa çıkarmak ve bu davranışların faydasızlığını ortaya koymak amacıyla kullanılan bir tekniktir. Terapist davranışların danışanın gözünün önünde etkinliğini indirgeyerek oyunu bozar. Bu teknik, danışanın sorunlu davranışlarına yönelik olumsuz bir perspektif sunarak, danışanın bu davranışlardan vazgeçmesini sağlar. Terapi sürecinde, danışanın kendisine zarar veren davranışlarını sürdürmesinin mantıksız olduğunu fark etmesine yardımcı olur.

Soru öncülünde verilen "Arkadaşlarının seni küçümsediğini düşündüğünde ve onların davranışlarını gözlemlediğinde, bu düşünceler sana gerçekten yardımcı oluyor mu? Yoksa seni daha da kötü hissettiriyor mu?", "Eğer bu düşünceleri sürdüreceksen, iş yerinde kendini daha iyi hissetme şansın var mı? Yoksa bu düşüncelerle devam etmek, seni sürekli olarak mutsuz ve kaygılı mı yapacak?" gibi sorular danışanın çorbasına tükürme tekniğine uygundur. Bu sorular ile danışanın işlevsiz düşünce kalıplarını fark etmesine ve bu düşünceleri değiştirmesine yardımcı olmaya çalışmıştır.

Cevap: B

11. Virginia Satir'in aile sistemleri terapisinde hatalı iletişim örüntüleri, aile içindeki sağlıklı iletişim tarzlarını ve ilişkileri bozan davranış kalıplarını ifade eder. Satir, bu tür iletişim örüntülerinin aile üyeleri arasındaki duygusal bağlantıyı zayıflattığını ve çatışmalara neden olduğunu savunur. Satir'in sözünü ettiği hatalı iletişim örüntüleri şöyle özetlenebilir:

1. **Suçlayıcı İletişim:** Bir aile üyesinin, sorumluluğu başkalarına atarak kendi hatalarını veya eksikliklerini gizlemeye çalışmasıdır. Bu iletişim tarzı, karşı tarafı suçlama ve eleştirme eğilimindedir.
2. **Yatıştırıcı İletişim:** Bir aile üyesinin, çatışmalardan kaçınmak ve uyumu sağlamak amacıyla kendi ihtiyaçlarını ve duygularını göz ardı ederek başkalarının isteklerine boyun eğmesidir. Bu iletişim tarzı, pasif ve itaatkâr bir tutum sergiler.
3. **Dikkat Dağıtıcı İletişim:** Bir aile üyesinin, çatışma veya duygusal gerilim anlarında dikkat dağıtıcı davranışlar sergileyerek konuyu değiştirmeye çalışmasıdır. Bu iletişim tarzı, ciddi konuların ele alınmasını engeller.
4. **Üstünlük Kurmaya Çalışan İletişim:** Bir aile üyesinin, duygusal bağlantıdan kaçınarak sadece mantıksal ve analitik bir yaklaşım sergilemesidir. Bu iletişim tarzı, duygusal ifadeleri bastırır ve soğuk bir tutum sergiler.

Bunların dışında Virginia Satir'in sağlıklı iletişim örüntülerine örnek olarak dengeleyicilerden söz eder.

Dengeleyiciler: Açık ve dürüst, empatik ve kendini ifade etme becerileri güçlü olan iletişimi temsil eder. Satir, sağlıklı iletişim örüntülerinin aile üyeleri arasındaki duygusal bağları güçlendirdiğine inanır ve bu iletişim tarzını teşvik eder. Dengeleyiciler, aile üyelerinin kendilerini ve duygularını açıkça ifade etmelerini, empati ve anlayışla dinlemelerini ve karşılıklı saygı temelinde ilişkilerini sürdürmelerini sağlar.

Soru seçenekleri irdelendiğinde, Erhan Bey'in ifadesi suçlayıcı, Cevdet Bey'in ifadesi yatıştırıcı, Eda'nın ifadesi dikkat dağıtıcı ve Şeyda'nın ifadesi ise üstünlük kurmaya çalışan, hesapçı hatalı iletişim örüntüsüne örnektir.

Soru öncüllerinde dengeleyicilere yönelik örnek ifade yoktur.

Cevap: B

12. Her iki terapi yaklaşımı da bireylerin seçimler yapmaları gerektiğini kabul etmekle beraber, seçimlerin doğası ve odak noktası konusunda farklılıklar gösterir. Varoluşçu psikoterapi anlam arayışına ve özgürlüğe vurgu yaparken, Gerçeklik Terapisi daha çok ihtiyaçların karşılanması ve bireysel sorumluluğa odaklanır.

Varoluşçu Psikoterapide Seçim Kavramı: Varoluşçu psikoterapide seçim, bireylerin hayatlarını kontrol etme ve kim olduklarını belirleme gücü anlamına gelir. Varoluşçu terapi, bireylerin özgür iradeye sahip olduklarını ve yaşamlarının sorumluluğunu alarak anlamlı seçimler yapmalarını teşvik eder. Varoluşçu psikoterapide bireyler, kendi seçimlerini yaparak özgürlük ve sorumluluğunu eline alırlar. Varoluşçu terapi, bireylerin kendi varoluşlarını anlamlı kılmak için seçimlerinin sorumluluğunu almasını vurgular. Seçim nihai konularla ilişkilidir.

Gerçeklik Terapisinde Seçim Kavramı: Gerçeklik Terapisi, seçim kuramına dayanır. Bu terapi yaklaşımı, bireylerin yaşamlarında daha etkili seçimler yaparak ihtiyaçlarını karşılamayı amaçlar. Gerçeklik Terapisinde bireylerin yaşamlarındaki davranışları ve kararları kendilerinin seçtiği ve bunlardan sorumlu oldukları kabul edilir. Seçim kuramı, bireylerin hayatta kalma, sevgi, güç, özgürlük ve eğlence gibi temel ihtiyaçlarını daha etkili seçimlerle nasıl karşılayabileceklerini öğretir.

Sorunun E seçeneğinde her iki kuramın seçim, bireylerin hayatta kalma, sevgi, güç, özgürlük ve eğlence gibi temel ihtiyaçlarını daha etkili şekilde nasıl karşılayabilecekleri ile ilişkili olduğu yazılmıştır. Oysa bu tespit sadece Gerçeklik Terapisi ile ilişkilidir.

Cevap: E

13. Carl Rogers'a göre kendini gerçekleştiren insan, kendi potansiyelini en üst düzeye çıkaran, kendini ve duygularını açıkça ifade edebilen, içsel değerlerine ve hedeflerine ulaşmaya çalışan bir bireydir. Carl Rogers'ın Birey Merkezli Terapisinde iki önemli kavram olan organizmik güven ve tam fonksiyonel olma, bireyin kendini gerçekleştirme ve potansiyelini en üst düzeye çıkarma sürecinde büyük rol oynar. Kendini gerçekleştiren insanın özellikleri şöyledir:

Otantiklik: Kendini gerçekleştiren insanlar, dürüst ve içten olurlar. Kendi duygularını ve düşüncelerini saklamadan, oldukları gibi ifade ederler.

Koşulsuz Kabul: Kendini gerçekleştiren insanlar, başkalarını yargılamadan ve koşulsuz kabul ederler. Diğer insanların duygularını ve düşüncelerini olduğu gibi kabul eder ve saygı gösterirler.

Empati: Kendini gerçekleştiren insanlar, başkalarının duygusal deneyimlerini anlamaya çalışır ve empati gösterirler. Bu, onların güçlü sosyal bağlar kurmasına yardımcı olur.

İçsel Motivasyon: Kendini gerçekleştiren insanlar, içsel motivasyonla hareket ederler. Kendi değerlerine ve hedeflerine ulaşmak için çaba gösterirler.

Kendini Kabul Etme: Kendini gerçekleştiren insanlar, kendi güçlü ve zayıf yönlerini kabul ederler. Kendilerini olduğu gibi kabul ederler ve bu durum, özsaygılarını

Kendini İfade Etme: Kendini gerçekleştiren insanlar, kendi duygularını ve düşüncelerini özgürce ifade ederler. Bu, onların kendilerini daha iyi ve başkaları tarafından anlaşılmasına yardımcı olur.

Yaratıcılık ve Yenilikçilik: Kendini gerçekleştiren insanlar, yaratıcı ve yenilikçi olurlar. Yeni fikirler ve çözümler üretmekten hoşlanırlar.

Organizmik Güven: Bireyin içsel deneyimlerine ve duygusal tepkilerine güvenme yeteneğidir. Birey, kendi içsel rehberine ve duygusal tepkilerine güvenerek, doğru kararlar verebilir ve sağlıklı seçimler yapabilir. Organizmik güven, bireyin içsel duyularına ve hislerine güvenmesini sağlar. Bu, bireyin kendi içsel değerlerini ve ihtiyaçlarını tanımasını ve buna göre hareket etmesini kolaylaştırır.

Tam Fonksiyonel Olma: Bireyin kendi potansiyelini en üst düzeye çıkarma ve kendini gerçekleştirme sürecinde sürekli olarak gelişme ve büyüme arayışında olmasıdır. Bu, bireyin içsel deneyimlerini kabul etmesi, duygusal dürüstlük göstermesi ve kendini sürekli olarak keşfetmesi anlamına gelir.

Soruda Can Bey, içsel duyumuna dayanarak, kendi içsel rehberine güvenerek koyduğu hedefler doğrultusunda başladığı işlere devam etme kararı alması organizmik güvenle ilgilidir.

Cevap: D

14. Aaron T. Beck'in Bilişsel Terapisi, özellikle olumsuz düşünce kalıplarını ve bilişsel çarpıtmaları hedef alarak, bireylerin psikolojik sorunlarını çözmeye odaklanan bir yaklaşımdır. Beck'in Bilişsel Terapisi'nin ayırıcı bazı özellikleri şöyle özetlenebilir:

- Beck'in Bilişsel Terapisi, bireylerin düşüncelerinin, duygularının ve davranışlarının birbirleriyle nasıl etkileşime girdiğini anlamaya odaklanır. Yaklaşım, özellikle bireylerin olumsuz otomatik düşüncelerini ve bilişsel çarpıtmalarını hedef alır. Psikodinamik yaklaşımdan farklı olarak şu anki düşünce ve inançlarla çalışır.
- Bilişsel terapi psikodinamik terapiden farklı olarak genellikle kısa süreli ve yapılandırılmış bir terapi türüdür. Terapinin belirli hedefleri vardır ve seanslar bu hedeflere ulaşmak için belirli bir plan doğrultusunda ilerler.
- Danışanın aktif katılımını gerektirir ve danışana kendi düşüncelerini ve duygusal tepkilerini anlaması ve değiştirmesi için psiko-eğitim desteği sağlar.
- Bu yaklaşımda bireylerin düşüncelerindeki bilişsel çarpıtmaları belirlemeye ve değiştirmeye odaklanılır. Bu, bireyin daha gerçekçi ve işlevsel düşünce kalıpları geliştirmesine yardımcı olunur.
- Bilişsel Terapide bireyin olumsuz düşüncelerini ve inançlarını test etmek amacıyla davranışsal denemeler kullanır. Bu denemeler, bireyin olumsuz düşüncelerini sorgulamasına ve daha işlevsel düşünceler geliştirmesine yardımcı olur.

E seçeneğinde uzun süreli ve serbest akışlı olma vurgusu psikodinamik yaklaşım için geçerli bir bilgidir. Bilişsel terapi psikodinamik terapiden farklı olarak genellikle kısa süreli ve yapılandırılmış bir terapi türüdür.

Cevap: E

15. Psikolojik danışma sürecinde yapıcı sessizlik, terapötik bir araç olarak kullanıldığında danışanın düşüncelerini organize etmesine, duygularını anlamasına ve içsel dünyasını keşfetmesine yardımcı olabilir. Sessizlik, terapötik süreçte doğal bir parça olarak ortaya çıkabilir ve doğru şekilde ele alındığında danışanın kendini ifade etmesini teşvik edebilir.

Sessizlik, danışma sürecinde, düşünme zamanı, duygusal işleme, rahatlama veya derinlemesine düşünme gibi yapıcı anlamlar taşımakla birlikte direnç gibi, danışanın konuşmakta zorlandığı veya bazı konuları açmaktan kaçındığı durumları gösterebilir.

Sessizliği ele alırken, terapistin durumu dikkatle değerlendirmesi ve danışanın ihtiyaçlarına uygun bir şekilde yanıt vermesi önemlidir.

Bazı durumlarda sessizliği ele alma yöntemleri şöyle olabilir:

Danışanın Düşünme Zamanı: Danışan, derinlemesine düşünmek ve düşüncelerini organize etmek için sessizlik anını kullanır. Böyle bir durumda terapist, danışanın düşünme sürecini desteklemek için sessiz kalır ve danışana düşünme zamanı verir.

Duygusal İşleme: Danışan, yoğun duygusal deneyimlerini işlemeye çalışır ve sessizlik anını duygusal olarak rahatlamak için kullanır. Böyle bir durumda terapist, danışanın duygusal deneyimlerini anladığını ve bu sürecin normal olduğunu ifade eder.

Rahatlama ve Düşünce: Danışan, rahatladığı ve derinlemesine düşündüğü bir anı yaşar. Bu durumda **terapist, danışanın rahatladığını ve düşüncelerini özgürce ifade edebileceğini belirterek destekler.**

Direnç: Danışan, konuşmakta zorlandığı veya bazı konuları açmaktan kaçındığı durumları gösterir. Bu durumda terapist, danışanın direnç gösterdiği konuları anladığını ve güven inşa etmeye çalıştığını ifade eder.

A, C, D ve E seçeneklerindeki durumlar yapıcı olarak değerlendirilmez ve bu durumlarda danışmanın sessizliği bozması gerekir. Oysa B seçeneğindeki durumda yapıcı bir sessizlik vardır. Danışan, de-

rinlemesine düşünmek ve düşüncelerini organize etmek için sessizlik içerisinde danışmanın, bu durum danışanın sessizliğini bozmasını gerektirebilecek bir durum olarak değerlendirilmez. Böyle bir durumda terapist, danışanın düşünme sürecini desteklemek için sessiz kalır ve danışana düşünme zamanı verir.

Cevap: B

16. Psikolojik danışmada sorular, danışanın terapötik hedeflerine ve ihtiyaçlarına odaklandığında, danışanın sürece aktif olarak katılmasını sağlayabilir.

Psikolojik Danışma Sürecinde Danışana Soru Sormada; açık ve anlaşılır sorular sormak, yargılamadan ve eleştirmeden soru sormak, açık uçlu sorular sormak, danışanın ihtiyaçlarına ve hedeflerine yönelik sorular sormak, dikkat edilmesi gereken hususlar olarak ele alınabilir. Bunu yanı sıra sürece zarar verebilecek hususlar şu şekildedir:

- Danışanın Hazır Olmadığı Konularda Zorlayıcı Sorular
- Yargılayıcı veya Eleştirel Sorular
- Belirsiz veya karmaşık sorular
- Kapalı Uçlu Soruların Aşırı Kullanımı

A, B, C ve E seçeneğindeki ifadeler doğrudur. Ancak D seçeneğindeki ifade yanlıştır. Çünkü, danışan, belirli konular hakkında konuşmaya henüz hazır olmadığından zorlayıcı sorular sormak, direncin artmasına ve terapötik sürecin etkisiz hale gelmesine neden olabilir.

Cevap: D

17. Somutlaştırma tepkisi, terapötik süreçte danışanın ifadelerinin daha net, belirgin ve anlaşılır hale getirilmesi için kullanılan bir tekniktir. Terapist, danışanın soyut ve belirsiz düşüncelerini veya duygularını somut örnekler, açıklamalar veya detaylar aracılığıyla daha anlaşılır hale getirmesine yardımcı olur. Bu, danışanın kendi deneyimini daha iyi anlamasını ve terapist daha derin bir farkındalık kazanmasını sağlar.

Somutlaştırma Tepkisinin Terapötik Faydaları

- **Danışanın İçgörü Kazanmasını Sağlar:** Kendi deneyimini daha açık şekilde ifade eder ve kendisini daha iyi anlamaya başlar.
- **Belirsizliği Ortadan Kaldırır:** Danışan, durumunu daha net görerek terapi sürecinde ilerleyebilir.
- **Duyguların ve Düşüncelerin Düzenlenmesini Destekler:** Kendi duygu ve düşüncelerini organize etmesine yardımcı olur.
- **Etkili İletişimi Güçlendirir:** Terapist ile danışan arasındaki anlam bütünlüğünü artırır.

Soruda danışman sorduğu soruyla danışanın soyut ifadelerini daha anlaşılır hale getirmeyi ve danışanın farkındalığını artırmayı amaçlamaktadır.

Cevap: B

18. Danışma sürecinde yapılama, danışanın sorunlarının ve ihtiyaçlarının belirli bir düzen içinde ele alınmasını, terapötik ilişkinin netleştirilmesini ve belirli hedeflere yönelik bir süreç oluşturulmasını ifade eder. Bu, danışma sürecinin etkili ve verimli bir şekilde ilerlemesini sağlar. Yapılama hem danışanın hem de danışmanın rollerini, sürecin sınırlarını ve kullanılacak yöntemleri belirleyerek güvenli ve yönlendirilmiş bir ortam oluşturur. İşte yapılandırmanın detayları:

Yapılandırma Sürecinde Temel Kurallar

- **Gizlilik:** Danışma sürecinde konuşulanlar gizli tutulur. Ancak, etik veya yasal gereklilikler nedeniyle gizliliğin sınırları önceden açıklanır (örneğin, danışan veya başkalarının ciddi zarar görebileceği durumlar).
- **Rollerin Belirlenmesi:** Danışman ve danışanın rollerinin netleştirilmesi önemlidir. Danışanın sürece aktif katılımı teşvik edilir. Danışman ise rehberlik eder ve destek sağlar.
- **Hedef Belirleme:** Danışman ve danışan, danışma sürecinde ulaşılması gereken hedefleri birlikte belirler. Bu hedefler açık, gerçekçi ve ölçülebilir olmalıdır.
- **Zaman Yönetimi:** Görüşme sıklığı, süresi ve toplam seans sayısı mümkün olduğunca önceden belirlenir. Danışman, her bir görüşmenin süresine sadık kalmaya dikkat eder.
- **Sınırların Belirlenmesi:** Terapötik ilişkinin sınırları net bir şekilde çizilmelidir. Profesyonellik, empati ve tarafsızlık esas alınır.

Danışman Tolga Bey ile yaptığı ilk görüşmede psikolojik danışma sürecinin ne olduğu, bu süreçte neler yapılacağı, hangi yöntem ve tekniklerin kullanılacağı ve oturumların nasıl sürdürüleceği üzerinde durarak yapılama becerisini sergilemiştir.

Cevap: E

19. Psikolojik danışma sürecinde erken sonlandırma, çeşitli nedenlerle ortaya çıkabilir. Erken sonlandırma, danışanın terapötik süreçten ayrılmasını veya danışma sürecini tamamlamadan durdurmasını ifade eder. Yaygın karşılaşılan bazı erken sonlandırma nedenleri şu şekildedir:

Danışanın Motivasyon Eksikliği: Danışanın terapötik sürece olan ilgisi veya motivasyonu düşük olabilir. Bu durum, danışanın terapiyi erken sonlandırmasına neden olabilir.

Beklentilerin Karşılanmaması: Danışanın danışma süreciyle ilgili beklentileri gerçekçi olmayan veya karşılanmamış olabilir. Bu durum, danışanın hayal kırıklığına uğramasına ve danışma sürecini sonlandırmasına neden olabilir.

Terapist ve Danışan Arasındaki Uyumsuzluk: Danışman ve danışan arasında yeterli uyum ve güven ilişkisi kurulamadığında, danışan danışma sürecini erken sonlandırabilir. Danışmanın tarzı, danışanın ihtiyaçlarına uygun olmayabilir.

Danışanın Beklenmedik Durumlarla Karşılaşması: Danışanın hayatında beklenmedik durumlar veya değişiklikler meydana geldiğinde, danışma sürecini devam etmek zorlaşabilir. Bu durum, iş değişikliği, taşınma veya sağlık sorunları gibi faktörleri içerebilir.

Danışanın Terapiyi Gereksiz Görmesi: Danışan, sorunlarını kendi başına çözebileceğini düşünebilir veya danışma sürecine ihtiyaç duymadığını hissedebilir. Bu durum, danışanın danışma sürecini erken sonlandırmasına neden olabilir.

Finansal Nedenler: Danışanın danışma seanslarını karşılayacak mali gücü olmayabilir. Bu durum, danışma sürecini erken sonlandırmaya neden olabilir.

Danışanın Duygusal Zorlukları: Danışanın duygusal olarak danışma sürecine devam etmeye hazır olmadığı durumlar olabilir. Bu durum, özellikle yoğun duygusal krizler veya travmatik deneyimler yaşayan danışanlarda görülür.

Danışanın terapiden kısa sürede fayda gördüğü inancı: Danışma süreci farklı aşamalardan geçebiliyor. İlk seanslarda sürece yeni başlayan danışanın umut düzeyinde artış görülebilir. Bazen danışanlar bunu iyileşme olarak algılayıp danışma sürecini bırakabilir.

Sonuç hedefleri danışan ve danışmanın ulaşmak için uzlaştığı ortak hedeflerdir. Erken sonlandırmadan kasıt ise sonuç hedeflerine ulaşmadan yapılan sonlandırmadır. Dolayısıyla sonuç hedefleri erken sonlandırma nedeni olamaz.

Cevap: E

20. Danışma sürecinde süpervizyon, danışmanların mesleki gelişimlerini desteklemek, etik standartları korumak ve terapötik süreçteki etkinliği artırmak amacıyla önemlidir.

Bir danışmanın süpervizyon almasını gerektiren bazı durumlar şunlardır:

- Karmaşık veya Yoğun Vaka Yönetimi
- Etik Sorunlar ve Çatışmalar
- Mesleki Gelişim ve Eğitim İhtiyacı
- Danışanın Direnci veya İlerlememe Durumu
- Danışmanın Kendi Duygusal ve Psikolojik Durumu
- Zorlayıcı Grup

Süpervizyon gerektirmeyen bazı durumlar ise;

- Danışmanın Mesleki ve Deneyim Seviyesi
- Etik Sorunların Olmaması
- Basit ve Olağan Vaka Yönetimi
- Danışanın İlerleme ve İşbirliği Göstermesi
- Danışmanın Kendi Duygusal Durumunun İyi Olması
- Profesyonel İzolasyon Olmaması
- Mesleki Gelişim ve Eğitim İhtiyacı Olmaması

Buna göre, A, B, C, ve D seçeneklerindeki durumlar danışmanın süpervizyon almasını gerektirmektedir. Ancak E seçeneğinde, danışanın terapötik süreçte ilerleme kaydettiği ve iş birliği gösterdiği durumlardan söz edilmektedir. Bu durumda danışma süreci planlandığı gibi gitmektedir. Süpervizyon gerektirmemektedir.

Cevap: E

21. **Duyguları Yansıtma:** Danışman, danışanın ifade ettiği duyguları tekrar ederek veya özetleyerek geri bildirimde bulunur. Bu yöntem, danışanın duygularını daha iyi anlamasına ve ifade etmesine yardımcı olur. Örneğin: "Bu durum seni gerçekten çok üzmüş gibi görünüyor."

Duygu Balonları: Danışan, duygularını ifade etmek için balonları bir metafor olarak kullanır. Her balon, farklı bir duyguyu temsil eder ve danışan, bu balonları ifade ederek duygusal durumunu daha iyi anlar. Örneğin: Danışan, öfkesini temsil eden kırmızı bir balon ve üzüntüsünü temsil eden mavi bir balon kullanarak bu duyguları hakkında konuşur.

Belirti Reçetesi: Paradoksal bilişsel bir müdahaledir. Danışman, danışanın belirli bir belirtiyi bilinçli olarak yapmasını önerir. Sorunlu davranış özellikle abartılır. Bu yöntem, danışanın belirtileri üzerinde kontrol kazanmasına ve belirtilerin azalmasına yardımcı olabilir. Örneğin: "Bu hafta, her gün belirli bir süre boyunca endişelenmeni istiyorum. Endişelerini kontrol altında tutmak için belirli bir süre ayırarak bunu yapabilirsin."

A-B-C-D Çözümlemesi: Bu yöntem, danışanın akılcı olmayan düşüncelerini, inançlarını ve duygularını belirlemek ve değiştirmek için kullanılan bilişsel bir müdahaledir. A-B-C-D modeli şu şekilde açıklanır:

- A: Tetikleyici olay.
- B: Bu olaya karşı inançlar veya düşünceler.
- C: Bu inançların duygusal ve davranışsal sonuçları.
- D: Bu inançların sorgulanması ve değiştirilmesi.

Saklı Ben Tekniği: Danışanın bilinçdışı saklı olan duygusal deneyimlerini ve düşüncelerini keşfetmesine yardımcı olan bir terapötik tekniktir. Bu teknik, danışanın içsel dünyasını daha iyi anlamasını ve duygusal ifadesini artırmasını sağlar. Saklı ben tekniği, bilinçdışı duygular ve düşünceler, travmatik deneyimler, kimlik ve kendi keşfi, ve duygusal blokajlar gibi durumlarda kullanılır. Uygun terapötik yaklaşımlarla, danışanın duygusal sağlığı iyileştirilir ve içsel dünyası anlamlandırılır.

Soruda, danışman bilinçdışı duygular ve düşünceler, travmatik deneyimler, kimlik ve kendilik keşfi ya da duygusal blokajlar gibi konularla ilgili çalışması vurgulanmaktadır. Bu konular için saklı ben tekniği amaca hizmet etmektedir.

Cevap: A

22. **Sosyal gerçeklik testi**, grupla psikolojik danışma sürecinde bireylerin kendi düşünce, duygu ve davranışlarını grup içinde test etme ve bu konuda geri bildirim alma sürecini ifade eder. Bu süreç, bireylerin gerçeklik algılarını ve sosyal etkileşimlerini değerlendirmelerine ve anlamlandırmalarına yardımcı olur.

Sosyal gerçeklik testi özelliği, eğitim ve öğrenme grupları, seminer ve konferans grupları, destek ve kendine yardım grupları, çalışma grupları ve aktivite grupları gibi belirli grup türlerinde **daha az** ön plana çıkabilir. Bu gruplar, genellikle katılımcıların bilgi edinmeleri, belirli görevleri tamamlamaları veya duygusal destek bulmaları üzerine odaklanır ve sosyal etkileşimler ve geri bildirim süreçleri sınırlıdır.

Sosyal gerçeklik testi özelliği en çok etkileşim grupları ve sosyal değer odaklı grup türünde ön plana çıkar:

Etkileşim Grupları: Bireylerin sosyal becerilerini geliştirmeleri, kendilerini ve başkalarını daha iyi anlamaları ve grup içi dinamikleri deneyimlemeleri için oluşturulur. Etkileşim gruplarında üyeler, sosyal gerçeklik testi yaparak kendi düşünce, duygu ve davranışlarını grup içinde test eder ve geri bildirim alırlar.

Sosyal Değer Odaklı Gruplar: Bireylerin sosyal değerleri ve etik ilkelerini geliştirmeyi amaçlayan gruplardır. Bu gruplar, katılımcıların birbirleriyle etkileşime geçerek ve ortak değerlere sahip olarak, toplumsal faydalar sağlamayı hedefler. Sosyal değer odaklı gruplar, ortak değerler, duygusal dayanışma, etkili iletişim, sosyal sorumluluk, kapsayıcı ve destekleyici ortam ve gelişim ve öğrenme gibi özelliklere sahiptir. Sosyal gerçeklik testi, bu gruplarda önemli bir rol oynar ve bireylerin düşünce, duygu ve davranışlarını grup içinde test ederek geri bildirim almalarını sağlar. Bu süreç, bireylerin sosyal değerlerini ve etik ilkelerini geliştirmelerine ve sosyal becerilerini artırmalarına yardımcı olur.

Cevap: B

23. Grupla psikolojik danışmada grup kompozisyonunu etkileyen çeşitli özellikler ve faktörler vardır. Bu faktörler, grup dinamiklerini ve terapötik sürecin etkinliğini belirler.

Grup Kompozisyonunu Etkileyen Özellikler ve Faktörler:

Grup Üyelerinin Sayısı: Grup büyüklüğü, grup dinamiklerini ve etkileşimleri etkiler. Genellikle 6-12 üye ideal kabul edilir. Daha büyük gruplar, bireysel katılımı zorlaştırabilirken, daha küçük gruplar yeterli çeşitlilik ve etkileşim sağlayamayabilir. **Grubun küçük olması konuşma baskısı yaratabilir. Grubun büyük olması ise yaşantıların paylaşılması için yeterli süre bulunamamasıdır.**

Üyelerin Demografik Özellikleri: Yaş, cinsiyet, kültürel arka plan, eğitim düzeyi gibi demografik özellikler, grup içindeki etkileşimleri ve dinamikleri etkileyebilir. Homojen gruplar, üyelerin birbirleriyle daha kolay bağ kurmalarını sağlarken, heterojen gruplar daha geniş perspektifler sunabilir.

Üyelerin Sorunları ve İhtiyaçları: Grup üyelerinin benzer sorunları ve ihtiyaçları olması, grup içindeki dayanışmayı ve empatiyi artırabilir. Örneğin, depresyonla mücadele eden bireylerin oluşturduğu bir grup, üyelerin birbirlerine daha iyi destek olmalarını sağlayabilir.

Üyelerin Motivasyonu ve Katılım Düzeyi: Grup üyelerinin terapiye olan motivasyonu ve katılım düzeyi, grup sürecinin etkinliğini belirler. Motivasyonu yüksek üyeler, grup sürecine daha aktif katılır ve terapötik hedeflere ulaşmada daha başarılı olabilirler.

Grup Liderinin Rolü ve Becerileri: Grup liderinin terapötik becerileri, liderlik tarzı ve grup yönetimindeki deneyimi, grup dinamiklerini ve sürecin etkinliğini etkiler. Liderin empatik, destekleyici ve yönlendirici olması önemlidir.

Grup Amaçları ve Yapısı: Grubun belirli bir amacı ve yapısı olması, üyelerin terapötik hedeflere odaklanmasını sağlar. Grup oturumlarının düzenli ve yapılandırılmış olması, sürecin etkinliğini artırır.

İdeal grup büyüklüğünün belirlenmesinde; Üyelerin yaşları, liderin deneyimi, grubun türü, grupta ele alınması planlanan konular, oturum süresi, grubun yapıldığı fiziksel ortam gibi birçok faktör etkilidir. Ancak grup büyüklüğünün belirlenmesinde en etkili faktör fiziksel ortam değil grup amacının ne olduğudur.

Cevap: D

24. Grupla psikolojik danışmada gruplaşma, bazı üyelerin bir araya gelerek küçük alt gruplar oluşturması durumunu ifade eder. Bu, grup dinamikleri üzerinde önemli etkiler yaratabilir.

Avantajlar:

Destek ve Dayanışma: Alt gruplar, üyelerine duygusal destek ve dayanışma sağlayabilir. Bu, üyelerin kendilerini daha güvende hissetmelerine yardımcı olabilir.

Öz-Farkındalık: Üyeler, alt gruplar içinde kendi düşüncelerini ve duygularını daha rahat ifade edebilir ve içgörü kazanabilirler.

Bağlılık ve Motivasyon: Alt grup içindeki bağlılık ve motivasyon, üyelerin grup sürecine daha aktif katılmalarına katkıda bulunabilir.

Dezavantajlar:

Grup İçi Çatışmalar: Gruplaşma, ana grup içinde çatışmalara ve gerilimlere neden olabilir. Alt gruplar arası rekabet veya anlaşmazlıklar ortaya çıkabilir.

İzolasyon ve Dışlanma: Alt gruplara dahil olmayan üyeler, kendilerini izole veya dışlanmış hissedebilirler. Bu durum, grup içindeki uyumu olumsuz etkileyebilir.

Etkileşim ve Katılım Azalması: Alt gruplar, ana grup içindeki etkileşim ve katılımın azalmasına neden olabilir. Bu, grup sürecinin verimliliğini düşürebilir.

Liderin Yapması Gereken Müdahaleler: Grup lideri, grup içinde açık ve dürüst iletişimi teşvik etmelidir. Her üyenin görüşlerini ifade etmesine ve dinlenmesine olanak tanınmalıdır (**Açık İletişimi Teşvik Etme**). Tüm üyelerin eşit katılımını teşvik etmelidir. Alt gruplara dahil olmayan üyelerin de sürece dahil edilmesi sağlanmalıdır (**Katılımı Artırma**). Grup içindeki dinamikleri sürekli olarak izlemelidir. Alt gruplar arası çatışmaları ve gerilimleri erken fark ederek müdahale etmelidir (**Grup Dinamiklerini İzleme**). Grup içinde işbirliğini teşvik eden etkinlikler düzenlemelidir. Grup üyelerinin birlikte çalışarak ortak hedeflere ulaşmaları sağlanmalıdır (**Grup Etkinlikleri ve İş birliği**). Empati ve duygusal destek sağlamalıdır. Üyelerin birbirlerine karşı anlayışlı ve destekleyici olmaları teşvik edilmelidir (**Empati-Destek**).

A, B, D ve E seçenekleri olumsuz duygulara ve etkilere yol açarak terapötik hedeflere ulaşmasını engelleyebilir. Gruplaşma durumunda liderin **en etkili müdahalesi**, durumu açıkça fark ettiğini belirtmek ve tüm üyelerin düşüncelerini ve duygularını paylaşmalarını teşvik etmektir. Bu, grup içindeki iletişimi artırır ve her üyenin katılımını sağlar. Üyeler kendilerini daha rahat ifade edebilir ve gruplaşmanın olumsuz etkileri azaltılabilir.

Cevap: C

25. Aktarım (Transferans): Danışanın geçmişte yaşadığı ilişkilerdeki duygu, düşünce ve beklentilerini, farkında olmadan terapistte yansıtmasıdır. Danışan, terapisti geçmişte önemli bir figür (örneğin ebeveyn, öğretmen) gibi görerek, ona karşı benzer duygular ve tepkiler geliştirebilir.

Karşıt Aktarım (kontrtransferans): Terapistin danışana karşı farkında olmadan geçmişte yaşadığı ilişkilerdeki duygu, düşünce ve beklentileri yansıtmasıdır. Terapist, danışana karşı kişisel ve duygusal tepkiler geliştirebilir.

Duygusal uyarım: Yalom'un vurguladığı, liderin 4 temel işlevinden biridir. Duygusal uyarım, liderin, grup sürecinde belirlenen hedeflere ulaşmada cesaretli olunması için, yüzleşme etkinlikleri yapması, kişisel risk alması ve kendini büyük oranda açması yoluyla, grup üyelerine girişimsel model oluşturmaktır.

Direnç kavramı, bireysel ve grupla psikolojik danışma ortamında danışanların biricik olan dünyalarını, süreç içerisinde yaşamaktan kaçınmaları, şimdi ve burada olmamaları, kendilerini terapötik ortamdan soyutlamaları ve terapötik iletişimi engelleyen bir ögedir.

Karşıt direnç ise, danışmanın bilinçdışı veya bilinçli olarak danışanın terapötik ilerlemesini engelleyen tutum ve davranışlarını ifade eder. Karşıt direnç, terapistin kendi duygusal tepkileri veya kişisel sorunları nedeniyle ortaya çıkabilir. Bu durum, terapötik süreci olumsuz etkileyebilir ve danışanın ilerlemesini zorlaştırabilir. **Karşıt direnç belirtileri arasında;** danışmanın ilgisizliği, savunmacı davranması, kendi sorunlarını danışana yansıtması ve aşırı kontrolcü davranması yer alır. **Karşıt direncin nedenleri arasında ise;** danışmanın kendi duygusal sorunları, profesyonel yetersizlik hissi, kişisel çatışmalar ve önyargılar, mesleki izolasyon ve destek eksikliği bulunur. Uygun süpervizyon ve mesleki destekle, karşıt direncin üstesinden gelmek mümkündür.

Soru öncülünde verilen durumda danışmanın Sevgi'ye yeterince odaklanamaması, objektifliğini kaybetmesi, Sevgi'ye karşı ilgisiz ve savunmacı davranması gibi göstergeler karşıt dirence işaret etmektedir.

Cevap: D

26. Fobi, belirli bir nesne, durum veya faaliyete karşı duyulan aşırı ve irrasyonel bir korkudur. Bu korku genellikle gerçek bir tehlikeden bağımsızdır ve kişinin günlük yaşamını olumsuz etkileyebilir. Fobi sahibi birey, korktuğu şeyden kaçınmak için yoğun çaba gösterebilir. Fobiler genellikle çocukluk veya erken ergenlik döneminde başlar, ancak yetişkinlikte de gelişebilir.

Fobiler, genellikle üç ana kategori altında sınıflandırılır:

Özgül (Spesifik) Fobiler: Belirli bir nesne veya durumla ilgili korkulara özgüdür.

- **Hayvanlara İlişkin Fobiler:** Örneğin; köpek, örümcek, yılan, böcek korkusu.
- **Doğal Çevreye İlişkin Fobiler:** Fırtına, su, yükseklik, karanlık korkusu gibi.
- **Tıbbi Durumlarla İlgili Fobiler:** Kan, iğne, tıbbi prosedür korkusu.
- **Durumsal Fobiler:** Kapalı alanlar (klostrofobi), uçakla seyahat, asansör kullanma gibi durumlarla ilgili korkular.

Sosyal Fobi (Sosyal Anksiyete Bozukluğu):

Sosyal ortamlarda veya başkalarının önünde değerlendirilme korkusudur. Birey, alay edilme, yargılanma veya küçük düşme korkusuyla sosyal ortamlardan kaçınabilir. Örneğin; topluluk önünde konuşma, yeni insanlarla tanışma, toplu yemek yeme korkusu.

Agorafobi: Açık alanlarda, kalabalık yerlerde bulunma veya kaçmanın zor olabileceği yerlerde olma korkusudur. Bu korku genellikle panik atak geçirme endişesiyle ilişkilidir. Toplu taşıma kullanma, alışveriş merkezine gitme, evden uzaklaşma korkusu gibi **en az iki ya da daha fazla durumdan** belirgin korku ya da anksiyete duyma agorafobiye örnek olarak verilebilir.

Özetlenecek olursa agorafobi, geniş alanlara veya yardımın zor olacağı durumlara yönelik korkularla karakterizedir ve günlük yaşamı ciddi şekilde kısıtlayabilir. Özgül fobi ise, belirli bir nesne veya durumla sınırlıdır ve daha spesifik bir korkuyu ifade eder.

Soruda Deniz Hanım'ın toplu taşıma araçları ile seyahat etmek, kapalı yerlere girmek, kalabalıktan gibi durumlar karşısında aşırı endişe duyduğu ifade edilmektedir. Deniz hanım en az iki farklı duruma karşı kaygı ve korku tepkilerini yansıtmış olmaktadır.

Cevap: B

27. Anoreksiya Nervosa ve Bulimia Nervosa, her ikisi de ciddi yeme bozukluklarıdır, ancak belirtileri ve davranışları açısından farklılık gösterirler.

- **Beslenme Alışkanlıkları:** Anoreksiya nervosa hastaları, aşırı düşük bir vücut ağırlığına ulaşmak için yemek tüketimini önemli ölçüde kısıtlarlar. Bazı durumlarda, yemek yemeyi tamamen reddedebilirler. Ancak bulimia nervosa hastaları, periyodik olarak kontrolsüz bir şekilde büyük miktarlarda yiyecek tüketirler (aşırı yeme nöbetleri). Ancak bu durumu telafi etmek amacıyla kusma, açlık, aşırı egzersiz veya müshil kullanma gibi yöntemlere başvururlar.
- **Vücut Ağırlığı ve Şekli ile İlgili Tutum:** Anoreksiya nervosa hastaları, vücutlarıyla ilgili anormal bir algıya sahiptirler ve genellikle gerçek ağırlıklarının altında bir ağırlığa ulaşmaya çalışırlar. Bulimia nervosa hastaları, periyodik olarak kontrolsüz bir şekilde büyük miktarlarda yiyecek tüketirler (aşırı yeme nöbetleri). Ancak bu durumu telafi etmek amacıyla kusma, açlık, aşırı egzersiz veya müshil kullanma gibi yöntemlere başvururlar.
- **Kompulsif Davranışlar:** Anoreksia nervosa da aşırı egzersiz yapma, yemek yemeyi reddetme, kilo kaybını sürdürme amacıyla aşırı çaba sarf etme gibi davranışlar görülebilir. Bulimia nervozada ise kontrolsüz yeme nöbetlerini takiben, bu durumu telafi etmek amacıyla kusma, açlık, aşırı egzersiz veya müshil kullanma gibi kompulsif davranışlara başvururlar.

Anoreksiya Nervosa ile İştah Kaybı İlişkisi: Anoreksiya nervosa, Yunanca "iştah kaybı" anlamına gelen bir terimdir. Ancak, anoreksiya nervosa hastaları genellikle iştah kaybı yaşamazlar; aksine, iştahları olmasına rağmen yemek yemeyi reddederler. Bu durum, kilo alma korkusu ve vücut ağırlığını kontrol etme isteği ile ilişkilidir. Anoreksiya nervosa hastaları, kilo kaybını sağlamak için yemek yemeyi kısıtlar, aşırı egzersiz yapar ve bazen kusma veya müshil kullanma gibi yöntemlere başvururlar.

Sorunun A, B, C ve D seçenekleri doğrudur. Yukarıdaki iştah kaybı ile ilişkili açıklamaya bakıldığında E seçeneği yanlıştır. Her ne kadar anoreksiya nervosa, Yunanca "iştah kaybı" anlamına gelen bir terim olsa da genellikle iştah kaybı yaşamazlar; aksine, iştahları olmasına rağmen yemek yemeyi reddederler.

Cevap: E

28. **Hezeyanlı Bozukluk:** Kişinin gerçek dışı ve sabit inançlara sahip olduğu bir psikiyatrik durumdur. Bu inançlar, kişinin yaşamını olumsuz etkileyebilir ve genellikle mantıklı açıklamalarla değiştirilemez. Hezeyanlı bozukluk, kişinin sosyal, mesleki ve diğer önemli işlevsellik alanlarında bozulmaya neden olabilir.

Perseküsyon (Kötülük Görme) Hezeyanı: Kişi, başkalarının kendisine zarar vermeye çalıştığına veya komplo kurduğuna inanır. Örneğin, birinin onu takip ettiğini veya zehirlemeye çalıştığını düşünebilir.

Grandiyöz (Büyüklik) Hezeyanı: Kişi, olağanüstü yeteneklere, bilgiye veya önemli bir misyona sahip olduğuna inanır. Örneğin, kendisini bir dahi, ünlü bir kişi veya tanrısal bir varlık olarak görebilir.

Erotomanik Hezeyan: Kişi, başka birinin kendisine aşık olduğuna inanır. Bu inanç genellikle ünlü bir kişi veya otorite figürü ile ilişkilidir.

Somatik Hezeyan: Kişi, vücudunda ciddi bir hastalık veya fiziksel anormallik olduğuna inanır. Örneğin, vücudunda parazitler olduğunu veya organlarının işlevini yitirdiğini düşünebilir.

Jelöz (Kıskançlık) Hezeyanı: Kişi, eşinin veya partnerinin sadakatsiz olduğuna dair mantıksız ve sabit bir inanca sahiptir. Bu inanç, genellikle gerçek dışı kanıtlara dayanır.

Etkilenme Hezeyanı (Kontrol Edilme Hezeyanı): Kişinin düşüncelerinin, duygularının veya davranışlarının dış güçler tarafından kontrol edildiğine inanmasıdır. Örneğin, kişinin düşüncelerinin bir başkası tarafından kontrol edildiğine veya dış güçler tarafından yönlendirildiğine inanması.

Referans Hezeyanı (Alınganlık Hezeyanı): Kişinin çevresindeki olayları ve durumları kendisiyle ilgili olarak yorumlamasıdır. Bu hezeyan türünde kişi, çevresindeki insanların onun hakkında konuştuğunu, ona mesajlar verdiğini veya onu izlediğini düşünür. Örneğin, bir grup insanın kahkahalarla güldüğünü gördüğünde, bu kişilerin kendisi hakkında güldüğünü düşünebilir. Televizyonda izlediği programların veya gazetelerde okuduğu haberlerin kendisiyle ilgili mesajlar içerdiğine inanabilir.

Soru incelendiğinde:

I. Öncül Referans, II. Öncül Perseküsyon, III. Öncül Etkilenme ve IV. Öncül Büyüklik hezeyanına örnek teşkil eder. Öncüller arasında somatik hezeyana yönelik bir örnek yoktur.

Cevap: D

29. DSM-5 Genel Kişilik Bozukluğu Genel Tanı Ölçütleri Şöyledir:

A. Kişinin içinde yaşadığı kültürün beklentilerinden belirgin olarak sapan, sürekli davranış ve iç yaşantı örüntüsü. Bu örüntü, aşağıdaki alanlardan ikisinde (ya da daha fazlasında) kendini belli eder:

- 1) biliş (kognisyon) (yani, kendini, başka insanları ve olayları algılama ve yorumlama yolları)
- 2) duygulanım (afektivite) (yani, duygusal tepkilerin görülme aralığı, yoğunluğu, değişkenliği ve uygunluğu)
- 3) kişilerarası işlevsellik
- 4) dürtü kontrolü

B. Süregiden bu örüntü esneklik göstermez ve çok çeşitli kişisel ve toplumsal durumları kapsar.

Kişilik Bozukluklarının Ortak Özellikleri

- Davranışlar genellikle egosintoniktir (benlikle uyumludur). Benimsenmiştir, değiştirilmek istenmez, esnetilmez.
- Gösterilen davranışlardan ders çıkarma eğilimi yoktur.
- Sosyal ilişkilerde belirgin bozukluklar söz konusudur.
- Çevreye uyum gücüğü vardır. Çevreyi kendine uydurmaya çalışır. (alloplastik)
- Temel duygulanım ve düşünce yapısında belirgin bozukluk gözlenir.

Kişilik Bozukluklarında Tanı Yaş Aralığı: Kişilik bozuklukları genellikle ergenlik döneminde veya erken yetişkinlikte ortaya çıkar. DSM-5'e göre, kişilik bozukluğu tanısı genellikle 18 yaş ve üzerindeki bireylere konur. Ancak, belirtiler genellikle 15 yaş civarında ortaya çıkabilir. 18 yaşın altındaki ergenlerde kişilik bozukluğu tanısı konulabilmesi için belirtilerin en az bir yıl boyunca devam etmesi gerekmektedir. Antisozyal kişilik bozukluğu için ise 15 yaşından beri süregelen belirtiler ve en az 18 yaş ölçütü söz konusudur.

İntihar düşünceleri: Narsistik, antisozyal, histriyonik ve borderline kişilik bozukluğunda intihar düşünceleri ortaya çıkabilir. Tanı ölçütü olarak intihar düşüncesinin görüldüğü kişilik bozukluğu türü Borderline Kişilik Bozukluğu'dur.

Bu bilgiler ışığında sorunun A, B, D ve E seçeneklerindeki bilgilerin doğru olduğu anlaşılmaktadır. Ancak C seçeneğinde yer alan "Tanı yaş aralığı çocukluktan başlayıp yaşamın ileri dönemlerine dek sürmektedir." ifadesi yanlıştır. Belirtiler 15 yaş itibarıyla başlasa da kişilik bozukluğu tanısı için genellikle 18 yaş şartı söz konusudur.

Cevap: C

- 30.** Tikler, belirli kas gruplarının istemsiz, ani, tekrarlayıcı hareketleri veya sesleridir. Tikler, genellikle çocukluk döneminde başlar ve zamanla şiddeti ve sıklığı değişebilir. Tikler, motor tikler (hareket tikleri) ve vokal tikler (ses tikleri) olarak ikiye ayrılır.

Motor Tikler: Göz kırpma, yüz buruşturma, omuz silkme gibi ani ve kısa süreli hareketlerdir. Karmaşık motor tikler ise daha uzun süren ve amaçlı gibi görünen hareketlerdir, örneğin elbise çekiştirme veya nesnelere dokunma gibi.

Vokal Tikler: Boğaz temizleme, öksürme, burun çekme gibi seslerdir. Karmaşık vokal tikler ise belirli ifadeleri veya kelimeleri tekrarlama, küfür etme gibi davranışları içerir.

Tik Bozukluklarının belli başlı özellikleri şöyledir:

- Uyurken azalır.
- Zihinsel olarak dikkat yoğunlaştığı zaman azalır.
- Nöbetlerle ortaya çıkarlar, beden üzerinde yukarıdan aşağıya doğru gelişirler.
- Stres ve endişeler olumsuz etkilerde bulunurlar.
- Obsesif Kompulsif Bozukluk, Dikkat Eksikliği/Hiperaktivite Bozukluğu, Duygudurum Bozuklukları ve Anksiyete Bozuklukları Tik Bozukluğuna eşlik edebilir.
- Her türlü stres ve kaygı Tik Bozukluğunu etkiler.

Bu bilgiler ışığında soru incelendiğinde A, C, D ve E seçeneklerinin doğru bilgiler içerdiği görülmektedir. Ancak tikler dikkatin işe yoğunlaştığı zamanlarda azalır. Bundan dolayı B seçeneği yanlıştır.

Cevap: B

31. Okulda Bağımlılığa Müdahale (OBM) Programının Özellikleri: Okulda bağımlılığa müdahale programı, öğrencilerin bağımlılık yapıcı maddelerden uzak durmalarını sağlamak ve farkındalıklarını artırmak amacıyla tasarlanmıştır. Öğrencilerde sigara, alkol, bağımlılık yapıcı madde ve riskli internet kullanımına yönelik ikincil önleme perspektifiyle geliştirilmiş Türkiye'nin ilk ve tek okul temelli müdahale programıdır. Bağımlılık gelişmeden önceki dönemde zararlı madde deneyenlere yönelik müdahalelere "ikincil önleme" adı verilmektedir. Yeşilay'ın geliştirdiği OBM, birincil önleme kapsamında geliştirilmiş okul temelli Türkiye Bağımlılıkla Mücadele (TBM) Eğitim Programı'nın tamamlayıcısıdır. Özellikleri:

1. Eğitim ve Farkındalık: Öğrencilere bağımlılığın zararları ve sonuçları hakkında bilgi verir. Risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bilgilendirme yapılır.

2. Sosyal ve Duygusal Becerilerin Geliştirilmesi: Öğrencilere stresle başa çıkma, problem çözme ve karar verme becerileri kazandırılır. Sosyal etkiler karşısında direnç geliştirme öğretilir.

3. Katılımcı ve İnteraktif Yaklaşım: Öğrencilerin aktif katılımını sağlayan atölyeler, rol yapma etkinlikleri ve grup çalışmaları içerir.

4. Aile ve Toplum Katılımı: Ebeveynlere ve topluma yönelik bilgilendirme oturumları düzenlenir. Öğrencilerin bağımlılıkla ilgili aile desteği almaları teşvik edilir.

5. Uzun Vadeli Süreç ve Takip: Program, sadece bir defalık etkinliklerden oluşmaz. Uzun vadeli bir yaklaşımı ve düzenli izlemeyi içerir.

Sorunun A, B, C ve E seçenekleri, bağımlılıkla mücadele önleme programlarının temel özelliklerindendir. Ancak D seçeneği, gençleri bağımlılık yapıcı maddelere yönlendirme riski taşıyabileceği için uygun bir uygulama değildir. Programlar, öğrencileri bu maddelerden uzak tutmayı amaçlar.

Cevap: D

32. Psikolojik testler, çeşitli amaçlarla kullanılabilir ve bu testlerin işlevleri arasında seçme, sınıflama, değerlendirme ve kontrol yer alır. İşte bu işlevlerin detaylı açıklamaları:

Seçme İşlevi: Psikolojik testler, bireylerin belirli bir pozisyona, programa veya kuruma uygunluğunu belirlemek için kullanılır. Eleme işlevi vardır. Örneğin, işe alım süreçlerinde, adayların iş pozisyonu için uygunluğunu değerlendirmek amacıyla kullanılır. Eğitim kurumlarında, öğrenci seçme sınavları, öğrencilerin belirli programlara veya okullara kabul edilip edilmeyeceğini belirlemek için yapılır.

Sınıflama İşlevi: Psikolojik testler, bireyleri belirli kategorilere veya gruplara ayırmak için kullanılır. Bu işlev, bireylerin yeteneklerine, ilgi alanlarına veya özelliklerine göre sınıflandırılmasına yardımcı olur. Örneğin, öğrencilerin yeteneklerine göre farklı sınıflara yerleştirilmesi. Psikolojik rahatsızlıkların tanısının konulmasında, bireylerin belirtilerine göre sınıflandırılması. (MMPI)

Değerlendirme İşlevi: Psikolojik testler, bireylerin mevcut durumlarını değerlendirmek ve gelişimlerini izlemek için kullanılır. Bu işlev, bireylerin güçlü ve zayıf yönlerini belirlemek için önemlidir. Örneğin, öğrencilerin akademik başarılarını değerlendirmek. Terapide, bireylerin duygusal ve zihinsel durumlarını değerlendirmek.

Kontrol İşlevi: Psikolojik testler, bireylerin belirli bir süreç veya program içindeki performanslarını ve ilerlemelerini izlemek için kullanılır. Bu işlev, bireylerin belirlenen hedeflere ulaşip ulaşmadığını değerlendirmek için önemlidir. Örneğin, eğitim programlarının etkinliğini değerlendirmek. Rehabilitasyon programlarında, bireylerin ilerlemesini izlemek.

Madde seçenekleri incelendiğinde;

A) Seçme işlevine örnek olarak verilebilir.

B) Kontrol işlevine örnek olarak verilebilir.

C) Sınıflama işlevine örnek olarak verilebilir.

D) Seçme işlevine örnek olarak verilebilir.

E) Değerlendirme işlevine örnek olarak verilir. Öğrencilerin duygusal durumlarını belirlemek ve gerekli destek sağlamak, psikolojik testlerin değerlendirme işlevinin bir parçasıdır.

Cevap: E

33. Seçeneklerde yer alan projektif testlerin özellikleri şu şekildedir:

CAT (Çocuklar Algılama Testi):

Amaç: Çocukların iç dünyalarını, duygusal çatışmalarını ve sosyal ilişkilerini anlamak.

Hedef Kitle: Genellikle 3-10 yaş arası çocuklar.

Yöntem: Çocuklara bir dizi resimli kart gösterilir ve bu kartlarla ilgili hikayeler anlatmaları istenir.

Değerlendirme: Çocukların hikayeleri, bilinçaltı düşüncelerini, duygusal çatışmalarını ve sosyal ilişkilerini anlamak için analiz edilir.

Özellikler: Çocukların yaşına ve gelişim seviyesine uygun olarak tasarlanmıştır. Hayvan figürleri sıkça kullanılır.

Rotter Cümle Tamamlama Testi:

Amaç: Bireylerin kişilik özelliklerini, duygusal durumlarını ve psikolojik çatışmalarını değerlendirmek.

Hedef Kitle: Ergenler ve yetişkinler.

Yöntem: Katılımcılara yarım bırakılmış cümleler verilir ve bu cümleleri tamamlamaları istenir. Örneğin, "Ailem..." veya "Gelecek..."

Değerlendirme: Tamamlanan cümleler, bireyin içsel çatışmaları, duygusal durumu ve kişilik özellikleri hakkında ipuçları sağlar.

Özellikler: Kolay uygulanabilir ve kısa sürede tamamlanabilir. Katılımcının içgörüsünü artırabilir.

TAT (Tematik Algılama Testi):

Amaç: Bireylerin bilinçaltı düşüncelerini, duygusal çatışmalarını ve motivasyonlarını anlamak.

Hedef Kitle: Gençler ve yetişkinler.

Yöntem: Katılımcılara bir dizi resimli kart gösterilir ve bu kartlarla ilgili hikayeler anlatmaları istenir.

Değerlendirme: Katılımcıların hikayeleri, bilinçaltı süreçlerini, duygusal çatışmalarını ve kişilik yapılarını anlamak için analiz edilir.

Özellikler: Resimli kartlar geniş bir yelpazede insan etkileşimlerini ve durumlarını içerir. Hikayelerin analizi derinlemesine psikolojik bilgi sağlar.

Rorschach Mürekkep Lekesi Testi:

Amaç: Bireylerin bilinçaltı düşüncelerini, kişilik özelliklerini ve duygusal durumlarını değerlendirmek.

Hedef Kitle: Ergenler ve yetişkinler.

Yöntem: Katılımcılara bir dizi mürekkep lekesi resmi gösterilir ve bu lekelerin neye benzediğini tanımlamaları istenir.

Değerlendirme: Katılımcıların mürekkep lekelerine verdikleri yanıtlar, bilinçaltı süreçlerini, duygusal çatışmalarını ve kişilik yapılarını anlamak için analiz edilir.

Özellikler: Projeksiyon tekniği kullanır, bireyin bilinçaltısını açığa çıkarmada etkili olabilir. Yorumlama oldukça karmaşıktır ve uzmanlık gerektirir.

Louisa Duss Psikanalitik Hikayeler Testi'nin Özellikleri:

Amaç: Çocukların bilinçaltı düşüncelerini, duygusal çatışmalarını ve kişilik özelliklerini anlamak.

Yöntem: Çocuklara kısa hikayeler anlatılır ve ardından hikayeleri tamamlamaları veya bu hikayelere tepki vermeleri istenir.

Kapsam: Çocukların içsel dünyalarını ve bilinçaltı süreçlerini yansıtan temalar içerir.

Uygulama: Psikologlar tarafından, çocukların duygusal ve psikolojik durumlarını değerlendirmek için kullanılır.

Değerlendirme: Çocukların hikayeleri tamamlama biçimleri ve verdikleri tepkiler analiz edilerek, içsel çatışmaları ve bilinçaltı süreçleri hakkında bilgi elde edilir.

Bu test, çocukların duygusal ve psikolojik durumlarını anlamada önemli bir araçtır ve çocukların içsel dünyalarına dair derinlemesine bilgi sağlar.

Soruda psikoloğun uygulamasında çocuklara çeşitli hikayeler anlatılması ve ardından çocuklardan hikayeleri tamamlamaları veya anlatılan hikayelere tepki vermeleri istenmektedir. Çocukların içsel dünyalarını ve bilinçaltı süreçlerini yansıtan temalar içermekte olan bu hikayelerle, psikolog, bu testin sonuçlarını analiz ederek çocukların duygusal ve psikolojik durumları hakkında bilgi edinmeyi amaçlamaktadır. Bu uygulama Louisa Duss Psikanalitik Hikayeler Testi ile örtüşmektedir.

Cevap: C

34. Sosyodrama, bireylerin belirli toplumsal roller içinde nasıl davrandıklarını anlamaya ve grup içi sorunları çözmeye yönelik bir teknik olarak kullanılır. Bireyler kendi kişisel problemlerinden çok, toplumsal ve sosyal sorunları ele alarak çözüm üretirler. Bu nedenle doğru Cevap: "E şıkkıdır."

Diğer seçenekleri açıklayacak olursak:

A seçeneği – Psikodrama: Bireyin kendi içsel ve kişisel süreçlerini çalıştığı bir tekniktir. Bu senaryoda grup içi sosyal analiz yapıldığı için psikodrama uygun değildir.

B seçeneği – Yaratıcı Drama: Öğrenmeyi eğlenceli hale getirmek ve bireyin özgün düşünme becerilerini geliştirmek için kullanılır, ancak burada sosyal bir problem çözme süreci işlenmiştir.

C seçeneği – Oyun Terapisi: Daha çok çocukların duygu ve davranışlarını anlamaya yönelik kullanılan bir tekniktir, grup içi sosyal dinamikleri ele almaz.

D seçeneği – Kimdir Bu?: Bireyin iç dünyasını keşfetmesine yönelik bir etkinliktir, ancak bu senaryoda toplumsal roller ve etkileşimler üzerinde durulmuştur.

Cevap: E

35. Derecelendirme ölçeklerine karışan hata türleri arasında genelleme hatası, mantık hatası, kişisel yanlılık hatası ve gözlem yetersizliği hatası yer alır. Bu hatalar, derecelendiricinin sübjektifliği ve yetersiz gözlemleri nedeniyle puanlamaların güvenilirliğini ve geçerliliğini olumsuz etkileyebilir. Objektif puanlama ise hataların önlenmesi için hedeflenen ideal bir durumdur.

Genelleme Hatası: Derecelendiricinin, bireyin belirli bir davranışını tüm performansına genelleyerek puanlama yapmasıdır. Genelleme hatası, belirli bir özelliğin tüm performansı temsil edecek şekilde genellenmesi anlamına gelir.

Mantık Hatası: Derecelendiricinin, iki farklı özellik arasında mantıksal bir ilişki kurarak bunları aynı şekilde derecelendirmesidir. Mantık hatası, bireyin iki farklı özelliği arasında mantıksal bir ilişki kurarak bunları benzer şekilde değerlendirmesi anlamına gelir.

Kişisel Yanlılık Hatası: Derecelendiricinin, kişisel önyargılarına ve tercihlerine dayalı olarak puanlama yapmasıdır. Kişisel yanlılık hatası, derecelendiricinin bireysel önyargıları ve tercihleri doğrultusunda puanlama yapmasını ifade eder.

Gözlem Yetersizliği Hatası: Derecelendiricinin, bireyin davranışlarını yeterince gözlemlemeden veya belgelemeden puanlama yapmasıdır. Gözlem yetersizliği hatası, yeterli gözlem ve belge olmadan yapılan puanlamaları ifade eder.

Buna bağlı olarak öncüller değerlendirildiğinde;

- (I) Öğretmenin, Ahmet'in matematikteki başarısını tüm derslerde genel olarak başarılı olması şeklinde değerlendirmesi genelleme hatasıdır. Genelleme hatası, belirli bir özelliği tüm performansla genellemektir. Bu doğru bir ifadedir.
- (II) Öğretmenin, Ayşe'yi sessiz ve saygılı olduğu için tüm derslerde başarılı olarak puanlaması mantık hatasıdır. Mantık hatası, iki farklı özelliği aynı şekilde değerlendirmektir. Bu doğru bir ifadedir.
- (III) Öğretmenin, sevdiği öğrenci olan Mehmet'e yüksek puan vermesi kişisel yanlılık hatasıdır. Kişisel yanlılık hatası, derecelendiricinin önyargılarına dayalı olarak puanlama yapmasıdır. Bu doğru bir ifadedir.
- (IV) Öğretmenin, Zeynep'in davranışlarını yeterince gözlemlemeden düşük puanlar vermesi gözlem yetersizliği hatasıdır. Gözlem yetersizliği hatası, yeterli gözlem yapılmadan verilen puanlardır. Bu doğru bir ifadedir.
- (V) Öğretmenin, tüm öğrencileri nesnel ve tarafsız bir şekilde değerlendirmesi nesnel değerlendirilmedir. Ancak senaryoda öğretmenin objektif olmadığı (Mehmet'i sevmesinden dolayı yüksek puanlar vermesi) gözlenmiştir. Bu yüzden nesnel değerlendirme yapılmamıştır. **Bu öncül yanlıştır.**

Cevap: E

36. Bir grubun üyeleri arasındaki **etkileşim örüntüsü-nü** tespit etmek amacıyla kullanılan tekniğe sosyometri adı verilir. Sosyometri, bir grubu oluşturan bireylerin sosyal durumunu, birbirleriyle olan ilişki biçimlerini, grup içerisindeki alt gruplar, klikler, ve grubun gerçek görünümü ve grup bütünlüğü hakkında bilgi almak amacıyla kullanılan bir tekniktir. Sosyometrinin yorumlanmasında kavramlar;

- **Reddedilmiş** karşılıklı olarak birbirini reddeden öğrenciyi (iki kişiden biri seçmiş diğeri seçmemiş)
- **Dengesizler:** Kendilerini isteyenleri istemeyip başkalarını isteyenlerdir
- **Yalnız-çekingeng-izole edilmişleri-terk edilmiş Hiç kimse tarafından tercih edilmeyenlerin** tespit edip bunların sosyal uyumuna yardımcı olmak,
- **Liderleri ayırmak (En fazla puan alan öğrencidir, en fazla seçilen ayıdır.)**
- Gruptaki **klikleri** (En az 3 ve kapalı-doğrudan ya da dolaylı seçim) belirlemek amacıyla kullanılabilir.
- **Karşılıklı çeken sadece 1. tercihte birbirlerini seçerler.** Dışardan seçilmiş olması bunu bozmaz. Ama içerden dışarıyı başka bir tercih karşılıklı çeken bozar.
- Belli nedenlere bağlı **gruplaşmaları (sosyometrik matris) tespit etmek** için kullanılabilir.
- Birçok kişi tarafından seçilmiş ama kimseyi seçmemiş ise devamsız ya da **çekimserdir.**
- **Zincirsel ilişkiler:** Bireylerin karşılıklı ilişki olmaksızın ulamalı olarak birinin diğerini tercih etmesidir. Güçlü ilişki değildir.

Buna göre seçenekleri değerlendirecek olursak;

A seçeneği: Hiç tercih almayan öğrenci, grup içinde sosyal destek mekanizmalarından yoksun olacaktır. **Doğrudur.**

B seçeneği: Karşılıklı çeken bireylerin olması, grup içinde sosyal dayanıklılığı artıran ilişkilerden biridir. **Doğrudur.**

C seçeneği: Kliklerin varlığı, gruptaki genel etkileşim ağını güçlendiren bir unsur olarak kabul edilir. "Klik" grupları, genellikle dışlayıcı olabilir ve grubun geneliyle iletişimi kısıtlayabilir. Klikler, gruptaki genel etkileşim ağını güçlendirmek yerine belirli bireylerin sosyal çevresini sınırlandırabilir. **Yanlıştır.**

D seçeneği: Liderler, grup üyelerinin sosyal yönelimlerini ve etkileşimlerini belirleyen önemli bir faktördür. **Doğrudur.**

E seçeneği: Dışlanmış bir birey için, gruptaki sosyal bağlarının oldukça zayıf olduğu söylenebilir. **Doğrudur.**

Cevap: C

37. Bireyin davranışlarını tek bir ortamda incelemek, onun gerçek sosyal yapısını tam olarak anlamayı engelleyebilir. Kerem sınıfta sessiz olabilir, ancak tenefüste oldukça sosyal olduğuna dair bir kanıt bulunmaktadır. Seda, öğrencinin yalnızca sınıf içindeki davranışlarına odaklandığı için hatalı bir değerlendirme yapmıştır.

Bu nedenle doğru Cevap: "B şıkkıdır."

Diğer seçenekleri açıklayacak olursak:

A seçeneği – Objektif değerlendirme: Öğretmen önyargılı bir değerlendirme yapmamıştır, ancak gözlem sürecini eksik yürütmüştür.

C seçeneği – Sistematik gözlem süreci: Sistemin eksikliğinden çok, gözlem ortamının çeşitliliği burada ana hatadır.

D seçeneği – Kültürel faktörleri dikkate alma: Kerem'in sosyal yapısı kültürel bir faktörden değil, gözlem eksikliğinden etkilenmektedir.

E seçeneği – Gözlem süresinin yeterli olması: Süre değil, ortam çeşitliliği gözlemdaki temel eksikliklerdir.

Cevap: B

38. Deniz'in uyum sorunları yaşadığı gözlemlenmektedir. Ancak bu sorunların nedenlerini anlamak gerekmektedir. Görüşme, bireyin duygu ve düşüncelerini daha iyi anlamak, yaşadığı zorlukları doğrudan ifade etmesine olanak tanımak için en etkili yöntemdir. Yüz yüze görüşmeler, bireyin iç dünyasını keşfetmeyi ve uyum süreçlerinde hangi faktörlerin etkili olduğunu anlamayı sağlar. Bu nedenle doğru Cevap: "B şıkkıdır."

Diğer seçenekleri açıklayacak olursak:

A seçeneği – Otobiyografi: Deniz'in geçmiş deneyimlerini yazılı olarak anlatmasını sağlar, ancak uyum sorunlarını derinlemesine incelemek için yeterli bir teknik değildir.

C seçeneği – Sosyometri: Deniz'in grup içindeki sosyal ilişkilerini analiz eder, ancak bireyin içsel duygu durumlarını doğrudan anlamaya yardımcı olmaz.

D seçeneği – Arzu listesi: Bireyin doyurulmamış arzularını, açığa vurmadığı duygularını, arzu ve beklentilerini ölçebilir, ancak Deniz'in yaşadığı uyum sorunlarının nedenlerini derinlemesine anlamaya yardımcı olmayabilir.

E seçeneği – Derecelendirme Ölçekleri: Deniz'in belirli kategorilerde değerlendirilmesini sağlar, ancak detaylı bir psikolojik içgörü sunmaz.

Cevap: B

39. KARIYER ÖRÜNTÜLERİ

Donald Super'in kariyer kuramı, bireylerin yaşam boyu kariyer gelişimlerini ve bu süreçte oynadıkları çeşitli rollerin nasıl örüntüler oluşturduğunu ele alır. Kariyer örüntüleri, bireylerin yaşamları boyunca mesleki ve kişisel rollerinde nasıl bir yol izlediğini gösterir. Super, erkek ve kadınlar için kariyer örüntülerini farklı kategorilere ayırmıştır:

Super'ın Kadınlar İçin Kariyer Örüntüsü (Kuzgun, 2014).

Kararlı Ev İşleri Kariyer Örüntüsü: Kadınlar eğitimlerinin ardından kısa bir süre sonra evlenirler ve sonrasında da önemli iş tecrübeleri görülmez

Geleneksel Kariyer Örüntüsü: Lise veya üniversiteden sonra işe girilir. Ama evlenince iş yaşamı bırakılarak ev işleri ile ilgilenilmeye başlanır.

Kararlı Çalışma Kariyer Örüntüsü: Lise veya üniversiteden sonra işe başlanır ve emekli olana kadar çalışılır.

Çift Yol Kariyer Örüntüsü: Kadın yaşamı boyunca ev işlerini ve çalışma rollerini kombine eder.

Kesintili Kariyer Örüntüsü: Kadın eğitim hayatından sonra çalışmaya başlar ancak evlendikten sonra bundan vazgeçer. Çocuklarını büyüttükten sonra kariyerine geri döner.

Kararlı Olmayan Kariyer Örüntüsü: İş bırakma ve işe yeniden dönme süreçlerinin tekrar tekrar yaşanmasıdır.

Çoklu Deneme Kariyer Örüntüsü: Kadın yaşamı boyunca birbiriyle ilişkisiz işlerde çalıştığı için hiçbir zaman yerleşme basamağına geçemez.

(Super 1990'lı yıllardaki kadın kariyer örüntülerinin bundan kırk yıl önce tanımladığı örüntülerden büyük ölçüde farklı olduğunu belirtir.)

Super'ın erkekler için kariyer örüntüsü:

İstikrarlı Kariyer Örüntüsü: Bireyin yaşamında geçici işler ya çok az yer alır ya da hiç yer almaz. Kariyere erken başlayıp emekli olana kadar aynı işlere devam edilir. Profesyonel ve yönetsel beceri gerektirir.

Geleneksel Kariyer Örüntüsü: Kişi deneyimlerinin ardından kendisini en memnun eden kariyeri seçerek istikrarlı kariyer örüntüsüne sahip olur. Yönetsel beceri gerektirir.

Durağan Olmayan Kariyer Örüntüsü: Birey çok sayıda ve kısa süreli işlerde çalışmaya devam eder. Bu grupta sanat dalları ile ilgili uğraşlar bulunur.

Çoklu Deneme Kariyer Örüntüsü: Kişinin iş yaşamında sürekli değişiklik görülür. Birey hiçbir işte uzun süre devam edemez.

Sorudaki senaryo incelendiğinde Mert'in kariyer örüntüsü, Super'in tanımladığı **Durağan Olmayan Kariyer Örüntüsü** dür. Bu örüntü, bireyin kariyer hayatında değişimler, yeni alanlara geçişler ve kesintiler yaşadığı durumları kapsar. Mert'in satış, gastronomi ve pazarlama gibi farklı alanlarda kariyer deneyimleri bu örüntünün kapsamına girer.

Cevap: B

40. Linda Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaştırma Kuramı, bireylerin meslek seçimlerini nasıl yaptıklarını açıklayan bir teodir. Bu kuram, bireylerin çevresel faktörler, toplumsal beklentiler ve kendi kişisel ilgi ve yetenekleri doğrultusunda meslek seçimlerini nasıl daralttıklarını ve gerçekçi seçimler yapmaya çalıştıklarını açıklar. Kuram, bireylerin sosyal cinsiyet rolleri, prestij algısı ve kişisel ilgi alanları doğrultusunda meslek seçimlerini nasıl şekillendirdiğini inceler.

Kuramın Temel Kavramları

Daraltma: Bireyler çocukluktan itibaren, sosyal ve kültürel normların etkisiyle bazı meslekleri seçenek dışı bırakır. Bu süreç genellikle farkında olmadan gerçekleşir. Örneğin: «Bu meslek kadınlara uygun değil» ya da «Bu iş bana fazla zorlu» gibi düşünceler bireyin seçimlerini daraltabilir.

Uzlaştırma: Bireyler, gerçek yaşam koşullarını göz önüne alarak ideallerinden ödün verebilir ve daha gerçekçi meslek seçimleri yapabilir. Örneğin: «Doktor olmak isterdim, ama üniversite puanım buna yetmiyor, bu yüzden sağlık alanında başka bir iş seçmeliyim.

Toplumsal Algılar ve Rol Modelleri: Bireyler, çevreden aldıkları mesajlara (aile, arkadaşlar, toplum) dayanarak meslek seçimlerini şekillendirir. Toplumsal cinsiyet rolleri ve sosyal prestij algısı bu süreçte önemli rol oynar.

Dört Aşamalı Gelişim Süreci:

- **Büyükölük ve Güç Evresi (3-5 yaş):** Çocukların meslekleri fiziksel güç ve büyüklükle ilişkilendirdiği evre.
- **Cinsiyet Roller Evresi (6-8 yaş):** Çocukların meslekleri toplumsal cinsiyet rolleri doğrultusunda sınıflandırdığı evre.
- **Sosyal Prestij Evresi (9-13 yaş):** Çocukların meslekleri sosyal prestij ve statü açısından değerlendirdiği evre.
- **İşsel Özdeşleşme Evresi (14+ yaş):** Gençlerin meslekleri ilgi ve yeteneklerine uygun olup olmadığını düşünerek daha gerçekçi bir değerlendirme yaptığı evre.

Sorudaki senaryo incelendiğinde Kayra'nın çocukluk döneminde pilotluk mesleğini fiziksel da-

yanıklılık gerektirdiği için seçenek dışı bırakması daraltma sürecini ifade eder. Bu kavram, bireyin toplumsal beklentiler ve fiziksel gereklilikler nedeniyle belirli meslekleri elemesini açıklar. Kayra'nın mühendislik mesleğiyle ilgili hedeflerinden, notlarının yetersiz olduğunu fark ederek vazgeçmesi ve bunun yerine bilişim teknolojileri gibi gerçekçi bir meslek seçmesi uzlaştırma sürecini ifade eder. Bu kavram, bireyin ideallerinden ödün vererek gerçekçi seçimler yapması durumunu açıklar. Buna göre hem daraltma hem de uzlaştırma süreci birlikte ele alınmıştır.

Cevap: C

41. KRUMBOLTZ'UN SOSYAL ÖĞRENME KURAMI

Krumboltz'un Kariyer Gelişiminde Sosyal Öğrenme Kuramı, bireylerin meslek seçimlerini anlamak ve kariyer kararlarını açıklamak için geliştirilmiş önemli bir teoridir. Bu kuram, bireylerin meslek seçimlerini etkileyen süreçlerin, öğrenme deneyimleri ve çevresel faktörlerin bir sonucu olduğunu savunur. Krumboltz'un kuramına göre, bireyler meslek seçimlerinde doğuştan gelen bir yetenek ya da sabit bir kariyer yolundan ziyade, öğrenilmiş davranışlar ve yaşam deneyimleri doğrultusunda karar verirler.

Kuramın Temel Bileşenleri

Genetik Faktörler ve Doğuştan Gelen Yetkinlikler: Bireyin biyolojik yapısı, yetenekleri ve genetik özellikleri kariyer seçeneklerini etkileyebilir. Ancak bu faktörler tek başına belirleyici değildir; çevresel etkiler ve öğrenme süreci önemlidir.

Çevresel Koşullar ve Olaylar: Toplumsal normlar, ekonomik koşullar, kültürel etkiler ve bireyin çevresindeki fırsatlar meslek seçimlerinde etkili olur. Örneğin, bir bireyin ailesinin maddi durumu veya yaşadığı yerin iş piyasası mesleki tercihlerini sınırlandırabilir veya yönlendirebilir.

Öğrenme Deneyimleri: Doğrudan öğrenme deneyimleri, bireyin bir işi yaparak veya gözlemleyerek edindiği deneyimlerdir. Dolaylı öğrenme deneyimleri, kitaplar, medya veya diğer kaynaklardan elde edilen bilgiler yoluyla oluşur. Öğrenme deneyimleri, bireyin hangi mesleklerin kendi beceri ve ilgileriyle örtüştüğünü anlamasına yardımcı olur.

Görev Yaklaşımı ve Problemlerle Başa Çıkma Stratejileri: Bireyin öğrenilmiş becerileri ve yaşam deneyimleri doğrultusunda mesleki kararlar alırken sorunları çözme yöntemlerini ifade eder.

Sosyal Öğrenme Kuramına Göre Meslek Seçimi Süreci

Krumboltz, bireylerin meslek seçimlerini aşağıdaki unsurların etkisiyle açıkladı:

Beklentiler: Bireyin mesleki sonuçlara yönelik beklentileri önemlidir. Örneğin, bir meslekten maddi kazanç elde edeceğine inanmak seçimleri etkileyebilir.

Karar Anları: Beklenmedik olaylar ve deneyimler, bireyin meslek seçim sürecini dönüştürebilir. Örneğin, beklenmeyen bir burs fırsatı, bireyin eğitim alanını değiştirmesine neden olabilir.

Esneklik ve Uyarlanabilirlik: Bireylerin değişen koşullara uyum sağlayarak kariyer hedeflerini revize edebilmesi sürecin önemli bir parçasıdır.

Bu bilgiler ışığında soru incelendiğinde Krumboltz'un kuramı, genetik faktörlerin yalnızca bir bileşen olduğunu savunur. Meslek seçimleri genetik faktörlerden çok, öğrenme deneyimleri ve çevresel etkilerle açıklanır. Krumboltz'un Sosyal Öğrenme Kuramı, bireyin öğrenme deneyimleri, çevresel etkiler ve genetik faktörlerin birleşiminin meslek seçimlerini nasıl şekillendirdiğini açıklar. Bu durumda bunu en iyi açıklayan seçenek E seçeneğidir.

Cevap: E

42. ÖZELLİK-FAKTÖR KURAMI

Özellik-Faktör Kuramı, bireylerin kariyer seçimlerini ve meslek yaşamlarını anlamak için kullanılan erken dönem yaklaşımlardan biridir. Bu kuram, bireyin kişisel özelliklerini (ilgi, yetenek, değerler) ve mesleklerin gereksinimlerini eşleştirerek, meslek seçiminin bireyin bu iki alan arasındaki uyumuna dayandığını savunur. Özellikle Williamson tarafından sistematik hale getirilen bu kuram, kariyer rehberliğinde yapılandırılmış bir yöntem sunar.

Kuramın Temel İlkeleri: Kişisel Özellikler ve Meslek Uyumunun Önemi: Her birey, kendine özgü yetenekler, ilgiler ve değerlerle donatılmıştır. Her meslek ise belirli bir yetenek ve ilgi kümesi gerektirir. Meslek seçiminde bireyin özelliklerinin meslek gereksinimleriyle uyumu başarı ve tatmin için kritiktir.

Kariyer Rehberliği Süreci: Danışma sürecinde bireyin özellikleri (ilgi alanları, yetenekler ve değerler) belirlenir. Bu özellikler, bireyin ideal mesleğini bulmak için mesleklerin gereklilikleriyle karşılaştırılır.

Bilimsel Yöntemlerin Kullanımı: Psikolojik testler ve envanterler bireylerin yeteneklerini, ilgilerini ve değerlerini ölçmek için kullanılır. Karar verme süreci, ölçülebilir verilere dayanır.

Rehberlik Sürecinin Alt Aşamaları (Williamson Modeli):

- **Analiz:** Bireyin kişisel özellikleri hakkında bilgi toplanır (psikolojik testler, bireysel görüşmeler).
- **Sentez:** Toplanan bilgiler analiz edilerek bir bütün oluşturulur.
- **Tanı:** Bireyin güçlü ve zayıf yönleri belirlenir, mesleki ihtiyaçları tanımlanır.
- **Rehberlik:** Birey, kariyer seçenekleri konusunda yönlendirilir.
- **Yerleştirme:** Bireyin özelliklerine uygun bir mesleki alana yerleştirilmesi sağlanır.
- **Takip:** Rehberlik sürecinden sonra bireyin başarısı ve tatmini izlenir.

Sorunun seçenekleri düşünüldüğünde;

A seçeneği: "Meslek seçimi bireyin içsel çatışmalarını çözmeye yönelik bir süreçtir" ifadesi Psikana-

litik Kurama daha uygundur.

B seçeneği: "Meslek seçimi, bireyin çevresel koşullarına ve maddi kazanç hedeflerine odaklanır" ifadesi maddi kazanç ve çevresel koşullar kararları etkileyebilir ancak Özellik-Faktör Kuramının odağı bireyin kişisel özellikleridir bundan dolayı yanlıştır.

C seçeneği: " Bireylerin meslek seçimleri tamamen toplumsal normlara bağlıdır" ifadesi, Sosyal Yaklaşım veya Kültürel Faktörlerle açıklanabilir ancak Özellik-Faktör Kuramı bu durumu açıklamaz.

D seçeneği: Meslek seçimi, bireyin özellikleri ile mesleğin gereksinimlerinin eşleştirilmesine dayanır" ifadesi Özellik-Faktör Kuramının temel prensibini açık bir şekilde ifade etmektedir. Bu ifade doğrudur.

E seçeneği: " Bireylerin meslek seçimleri, topluma fayda sağlamak adına toplumsal sorumlulukları temel alır" ifadesi daha çok Sosyal Meslek Seçimi Kuramları ile ilgilidir.

Cevap: D

43. Ann Roe'nun İhtiyaç Kuramı, bireyin meslek seçimlerinin, erken çocukluk dönemi yaşantıları ve psikolojik ihtiyaçları doğrultusunda şekillendiğini öne sürer. Kariyer seçiminde bilinçaltı motivasyonlar, sosyal çevre ve bireyin psikolojik gereksinimleri etkili olabilir. Ana-babaların çocuklarına karşı tutumları, çocukların mesleki seçimlerinin asıl belirleyicisidir. Ann Roe, bireyin kişilik yapısına uygun meslekler seçtiğini ve sosyal çevrenin de bu süreci şekillendirdiğini öne sürer. Maslow ihtiyaç kuramı ve Murphy'in yaklaşımından etkilenmiştir. Roe'nun kuramında bireyin çocukluk yaşantılarının, psikolojik ihtiyaçlarını ve dolayısıyla kariyer yönelimlerini belirlediği görüşü Murphy'nin çalışmalarına dayanır.

Buna göre sorunun seçeneklerini değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Bireylerin erken dönem yaşantıları, kariyer seçimleri üzerinde etkili olabilir. **Bu ifade doğrudur.**

B seçeneği: Meslek seçimi, bireyin temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak için yöneldiği bir süreçtir. **Bu ifade doğrudur.**

C seçeneği: Savunma mekanizmaları kişinin belirli mesleklere yönelmesine veya bazı kariyer yollarından kaçınmasına neden olabilir. **Bu ifade yanlıştır. Psikanalitik yaklaşımın görüşlerini yansıtır. Freudyen psikanalitik yaklaşımlarda savunma mekanizmaları meslek seçiminde önemli bir rol oynayabilir, ancak Roe'nun kuramı daha çok ihtiyaç temelli bir yaklaşım sunar.**

D seçeneği: Ana-babaların çocuklarına karşı tutumları, çocukların mesleki seçimlerinin asıl belirleyicisidir. **Bu ifade doğrudur.**

E seçeneği: Kariyer gelişiminde, geciktirilen ihtiyaçlar hissedilen doyumsuzluğun derecesine bağlı olarak bilinçdışı güdüleyiciye dönüşebilir. **Bu ifade doğrudur.**

Cevap: C

44. Meslek seçimi, bireyin yaşamı boyunca verdiği en kritik kararlardan biridir ve birçok faktör tarafından şekillenir. Meslek seçiminde etkili olan bazı temel faktörlerin şöyledir:

Yetenek: Bireyin doğal beceri ve kabiliyetleri, meslek seçiminde büyük rol oynar. Kişi, güçlü olduğu alanlarda daha başarılı olabilir ve mesleki tatmin yaşayabilir. Örneğin, analitik düşünebilen biri mühendislik, yaratıcı düşünebilen biri sanat alanında daha başarılı olabilir.

İlgi: Bireyin sevdiği ve motive olduğu konular, kariyer seçiminde önemli bir faktördür. İlgi duyulan bir meslekte kişi daha verimli ve mutlu çalışabilir. Örneğin, müziğe ilgisi olan bir kişi, müzik öğretmenliği veya prodüksiyon gibi alanlara yönlenebilir.

Sosyoekonomik Durum: Ailenin ekonomik durumu, eğitim fırsatları ve yaşanılan çevre, bireyin meslek seçimini doğrudan etkileyebilir. Bazı bireyler ekonomik koşulları nedeniyle tercihlerini sınırlamak zorunda kalabilir. Örneğin, yüksek maliyetli eğitim gerektiren mesleklerde sosyoekonomik durum belirleyici olabilir.

Psikolojik Gereksinimler: Bireyin özgürlük, güvenlik, aidiyet ve başarı gibi psikolojik ihtiyaçları, yaşantıları meslek seçimini şekillendirir. Örneğin, bireysel özgürlüğe önem veren biri esnek çalışma koşullarına sahip meslekleri tercih edebilir. Sosyal ilişkilerden kaçınan biri, daha bireysel çalışma ortamlarına sahip meslekleri seçebilir.

Değerler: Mesleğin getirdiği kazanımlar, para, kariyer fırsatı, karizma, çalışma koşulları ile bireyin etik, toplumsal ve kişisel değerleri, meslek seçimini önemli ölçüde yönlendirebilir.

Soruda olduğu gibi Burak, ona yüksek maaş, hızlı kariyer gelişimi ve konforlu bir çalışma ortamı sağlayacağını düşündüğü mühendislik alanına yönelmiştir. Bu nedenle Cevap: "E" seçeneğidir.

Cevap: E

45. Kapsamlı Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) programlarının ilkeleri, bireylerin gelişim süreçlerini desteklemek amacıyla oluşturulmuş temel prensiplerdir. Kapsamlı PDR programının temel ilkeleri şöyledir:

Gelişim Odaklılık: Program, bireylerin yaşam boyu gelişim ihtiyaçlarını karşılamayı hedefler. Akademik, sosyal, duygusal ve mesleki gelişim süreçlerini kapsar. Gelişim ilkeleri ve gelişim görevlerini dikkate alır.

Önleyici ve Koruyucu Yaklaşım: Program, bireylerin sorunlarını ortaya çıkmadan önce önlemeyi amaçlar. Erken müdahale ile bireylerin sağlıklı bir gelişim sürdürmesine destek olur. Bu yönüyle tüm öğrencilere yöneliktir.

Bütüncül Yaklaşım: Bireyin fiziksel, duygusal, zihinsel, sosyal ve kariyer boyutları bir bütün olarak ele alınır. Program, bireyin tüm yönlerini desteklemeye yönelik hazırlanır.

Bireysel Farklılıklara Saygı: Program, bireylerin farklılıklarını (ilgi alanları, ihtiyaçlar, değerler, kültürel özellikler) göz önünde bulundurur ve buna göre şekillendirilir. Hümanist yaklaşımı önemser.

Erişilebilirlik: Program, tüm bireyler için eşit derecede erişilebilir olmalı ve her bireyin ihtiyaçlarına Cevap: verebilmelidir.

Sistematiik ve Planlı Yaklaşım: Program, düzenli ve organize bir şekilde uygulanmalıdır. Her bir aşama planlanmalı ve net bir şekilde tanımlanmalıdır.

Sınıf rehber öğretmeni: Uygulamalar genellikle sınıf rehber öğretmenin sınıf rehberliği etkinlikleri şeklinde uygulamasına uygundur. İçerik önemlidir, kazanımlar ardışık ve esnektir.

Değerlendirilebilirlik: Programın etkileri ölçülmeli, sonuçları değerlendirilmelidir. Bu sayede programın etkili olup olmadığı anlaşılır ve gerektiğinde geliştirilir.

İşbirliği ve Katılımcılık: Programın etkili olması için öğretmenler, veliler, okul yöneticileri ve rehberlik uzmanları arasında iş birliği gereklidir.

Bu çerçevede sorunun seçeneklerini değerlendirecek olursak:

- A) Kapsamlı PDR programı, bireylerin yaşam boyu gelişim süreçlerini desteklemeyi hedefler: **Bu ifade doğrudur.** Kapsamlı PDR programları, bireylerin yaşam boyu süren gelişim süreçlerini destekleyerek, onların potansiyellerini en üst düzeye çıkarmayı amaçlar.
- B) Kapsamlı PDR programı, yalnızca akademik başarıya odaklanır ve sosyal-duygusal gelişimi göz ardı eder: Bu ifade yanlıştır. Kapsamlı PDR programları, bireylerin akademik başarısının yanı sıra sosyal, duygusal, bilişsel ve kariyer gelişimlerine de odaklanır. Bu nedenle sosyal-duygusal gelişimi göz ardı etmez. Yanlış ve doğru Cevap: tır.
- C) Kapsamlı PDR programı, bireylerin ihtiyaçlarını dikkate alır ve bu ihtiyaçlara yönelik uygun müdahaleler planlar: **Bu ifade doğrudur.** Program, bireylerin mevcut ve potansiyel ihtiyaçlarını belirleyerek, bu ihtiyaçlara uygun müdahale ve destek hizmetleri sunmayı amaçlar.
- D) Kapsamlı PDR programı, bireylerin kendilerini tanımlarına ve potansiyellerini gerçekleştirmelerine olanak sağlar: **Bu ifade doğrudur.** Program, bireylerin kendilerini tanımlarını, güçlü ve zayıf yönlerini keşfetmelerini, hedeflerini belirlemelerini ve potansiyellerini gerçekleştirmelerini sağlar.
- E) Kapsamlı PDR programı, bireylerin karar verme becerilerini geliştirmeyi ve kariyer planlamasına destek olmayı amaçlar: **Bu ifade doğrudur.** Program, bireylerin sağlıklı ve bilinçli kararlar alabilme yeteneklerini geliştirmeyi ve kariyer planlama süreçlerinde onlara rehberlik etmeyi hedefler.

Kapsamlı PDR programı, bireylerin yaşam boyu süren akademik, sosyal, duygusal ve kariyer gelişimlerini desteklemeye odaklanır. Sosyal-duygusal gelişimi göz ardı etmek, bu programın ilke ve hedeflerine ters düşer.

Cevap: B

46. Kapsamlı Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) programının süreç öğeleri, öğrencilerin bütünsel gelişimini desteklemek için yapılandırılmış dört ana bileşeni içerir. Her bir bileşen, belirli uygulama ve çalışmaları kapsamaktadır:

A. Müfredat Rehberlik Hizmetleri: Tüm öğrenciler için önleyici ve gelişimsel rehberlik etkinlikleri içerir. Planlı, sistematik bir şekilde sınıf ortamında uygulanır.

- Kariyer planlama seminerleri ve etkinlikleri.
- Çatışma çözme becerileri ve duygusal farkındalık çalışmaları.
- Zaman yönetimi, hedef belirleme gibi beceri geliştirme programları.
- Akademik başarıyı destekleyen çalışma alışkanlıkları programları.
- Sınıf rehberlik etkinlikleri

B. Bireysel Planlama Hizmetleri: Her öğrencinin bireysel ihtiyaçlarına odaklanarak kişisel, akademik ve kariyer hedeflerini belirlemesini sağlar.

- Öğrencilerle bireysel görüşmeler yoluyla kısa ve uzun vadeli hedeflerin belirlenmesi.
- Kariyer rehberliği ve ilgi envanteri sonuçlarının analiz edilmesi.
- Kişisel gelişim dosyalarının hazırlanması (portföy oluşturma).
- Öğrencilerin eğitim ve kariyer planlamalarına yönelik bireysel yol haritalarının oluşturulması.
- Bilgi toplama, bireyi tanıma, yönlendirme ve yerleştirme çalışmalarını kapsar.

C. Müdahale Hizmetleri: Bireysel veya grup temelli sorunlarla başa çıkma sürecinde verilen destek hizmetlerini kapsar. Genellikle acil veya sorun çözücü müdahalelerdir.

- Kriz müdahalesi ve travma sonrası destek hizmetleri.
- Disiplin sorunları olan öğrencilerle bireysel veya grup görüşmeleri.
- Akademik başarısızlık durumlarında destekleyici programlar.
- Aile içi sorunlar veya zorlayıcı yaşam olaylarına yönelik destek programları.

- Psikolojik danışma, krize müdahale, psikososyal müdahale, sevk, şiddeti önleme, bağımlılıkla mücadele çalışmalarını kapsar.
- Müdahale hizmeti kapsamında velilerle yapılan müşavirlik hizmetlerini kapsar.

D. Sistem Desteği: PDR hizmetlerinin etkin yürütülmesi için okul içindeki tüm paydaşlar arasında iş birliği ve koordinasyonu sağlar.

- Okul yöneticileri, öğretmenler ve velilerle iş birliği toplantıları.
- Rehberlik programlarının uygulama sürecinde okul personeline eğitim ve bilgilendirme çalışmaları müşavirlik hizmetleri.
- Okul çevresiyle iş birliği yaparak dış kaynaklardan (örneğin, sağlık kuruluşları) destek alma.
- Rehberlik programlarının verimliliğini artırmaya yönelik izleme ve değerlendirme çalışmaları.

Bu çerçevede soruyu değerlendirdiğimizde: Kapsamlı Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) programının süreç öğelerinden biri olan bireysel planlama kapsamında ele alınabilecek etkinlikler arasında kariyer planlama görüşmeleri önemli bir yer tutar. Bu görüşmeler, öğrencilerin kariyer hedeflerini belirlemelerine, ilgi alanlarını ve yeteneklerini keşfetmelerine yardımcı olur.

Cevap: E

47. ARAŞTIRMALARDA KULLANILAN DEĞİŞKEN TÜRLERİ

Bağımlı Değişken: Bir araştırmada, bağımsız değişkenin etkisi altında olan ve bu değişkene bağlı olarak değişen değişkendir. Araştırmacının ölçmek istediği sonuçtur. Örnek: Farklı bir öğretim yönteminin sınav sonuçları üzerindeki etkisini araştırırken, sınav sonuçları bağımlı değişkendir.

Bağımsız Değişken: Bir araştırmada, bağımlı değişkeni etkilemesi amaçlanan veya manipüle edilen değişkendir. Araştırmacının kontrol ettiği faktördür. Örnek: Farklı öğretim yöntemleri bağımsız değişkendir.

Karıştırıcı Değişken: Hem bağımsız değişken hem de bağımlı değişkenle ilişkili olan ve araştırmanın sonucunu çarpıtma potansiyeli taşıyan kontrol dışı değişkendir. Karıştırıcı değişkenler, sonuçların doğruluğunu tehlikeye atabilir. Örnek: Çalışma süresinin sınav başarısına etkisini araştırırken, öğrencinin motivasyon seviyesi karıştırıcı değişken olabilir.

Nicel Değişken: Sayısal değerlerle ifade edilebilen değişkenlerdir. Bu değişkenler ölçülebilir ve sayılarla temsil edilir. Örnek: Öğrencilerin boyu, kilosu, yaşları, sınav notları.

Nitel Değişken: Kategorik ya da sınıflandırmaya dayalı değişkenlerdir. Sayısal değer içermez, özellik veya tür belirtir. Örnek: Cinsiyet (kadın/ erkek), göz rengi, memnuniyet düzeyi (memnun/ memnun değil).

Sürekli Değişken: Herhangi iki değer arasında sonsuz sayıda değer alabilen değişkenlerdir. Daha detaylı ve kesintisiz ölçümler sağlar. Örnek: Boy (1.75 m, 1.76 m), ağırlık (60.3 kg, 60.35 kg).

Süreksiz Değişken: Belirli, tam sayılarla ifade edilen değişkenlerdir. Değerler arasındaki aralık bölünemez. Örnek: Bir sınıftaki öğrenci sayısı, alınan kitap sayısı.

Moderatör (Düzenleyici): Bağımsız ve bağımlı değişken arasındaki ilişkinin gücünü ya da yönünü etkileyen değişkendir. Genellikle ilişkinin hangi koşullarda daha güçlü ya da zayıf olduğunu gösterir. Örnek: Öğretim yöntemi ile sınav başarısı arasındaki ilişkide, öğrencilerin ders katılım düzeyi moderatör olabilir.

Mediatör (Aracı) Değişken: Bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkinin neden oluştuğunu açıklayan (bağımsız değişkenin etkisini bağımlı değişkene taşıyan) ara değişkendir. İlişkinin mekanizmasını gösterir. Örnek: Çalışma süresi ile sınav başarısı arasındaki ilişkide, «öğrenme kalitesi» bir mediatör değişken olabilir.

Bu açıklamalar ışığında soruyu değerlendirdiğimizde:

Hastalarının maaş tutarları ile terapi seanslarına düzenli katılımları arasındaki ilişkiyi incelendiği çalışmada; Maaş tutarları bağımsız değişken olduğundan A seçeneği doğrudur. Aile desteği ile kliniğe olan uzaklığın da düzenli katılımı etkilemesinden dolayı moderatör değişkenlerdir, B seçeneği doğrudur. Seanslara düzenli katılım bağımlı değişkendir, C seçeneği doğrudur. Maaş tutarları sayısal değerlerle ifade edileceğinden nicel değişkendir, E seçeneği doğrudur. Ancak kliniğe olan uzaklık nitel değişken değil nicel değişkendir, D seçeneği yanlıştır.

Cevap: D

48. NON-PARAMETRİK TESTLER VE GENEL ÖZELLİKLERİ

- **Varsayım Gerektirmez:** Verilerin normal dağılıma uygun olması ya da eşit varyans koşulu aranmaz.
- **Küçük Örneklem İçin Uygun:** Örneklem büyüklüğü az olduğunda güvenilir sonuçlar verir.
- **Sıralama ve Derecelendirme:** Genellikle veri değerlerini sıralamaya dayanır.
- **Ölçüm Türleri:** Ordinal (sıralama) veya nominal (kategorik) veri türleriyle çalışır.

MANN-WHİTNEY U TESTİ: İki bağımsız grubun ortalamalarının farklı olup olmadığını test eder (non-parametrik t-testi alternatifi). Örneğin, erkek ve kadınların stres düzeylerini karşılaştırmak.

WİLCOXON İŞARETLİ SİRALAR TESTİ: Aynı grubun iki farklı ölçüm (örneğin, ön test-son test) arasındaki farkını değerlendirmek (non-parametrik eşleştirilmiş t-testi alternatifi). Örneğin, bir eğitim programı öncesi ve sonrası başarı puanlarını karşılaştırmak.

KRUSKAL-WALLİS H TESTİ: Üç veya daha fazla bağımsız grubun ortalamalarını karşılaştırır (non-parametrik ANOVA alternatifi). Örneğin, farklı öğretim yöntemlerinin (örneğin, dijital, geleneksel, karma) öğrencilerin başarıları üzerindeki etkisini incelemek.

FRIEDMAN TESTİ: Tekrar ölçüm yapılan birden fazla grubun verilerini karşılaştırır (non-parametrik tekrarlı ölçümler ANOVA alternatifi). Örneğin, bir ilaç denemesinin farklı dozlarının etkisini aynı bireyler üzerinde incelemek.

Kİ-KARE TESTİ: Ki-kare testi, istatistikte, kategorik veriler arasında bir ilişki olup olmadığını test etmek için kullanılan bir çıkarımsal test yöntemidir. Temel amacı, verilerdeki dağılımın rastgele mi yoksa belirli bir düzen içinde mi oluştuğunu belirlemektir. **Ki-Kare Uygunluk Testi:** Bir örneklemde elde edilen verilerin, belirli bir teorik dağılıma uygun olup olmadığını test eder. **Ki-Kare Bağımsızlık Testi:** İki kategorik değişken arasındaki ilişkinin olup olmadığını test eder. **Örnek:** Bir okulda cinsiyet (kadın/erkek) ile spor yapma durumu (yapan/yapmayan) arasındaki ilişkiyi

incelemek.

Buna göre soruda incelendiğinde; İrem Hanım'ın araştırma konusu, **örneklemde elde edilen verilerin** (Öğrencilerinin sosyo-ekonomik durumlarının), belirli bir teorik dağılıma (evrendeki %25 düşük, %50 orta ve %25 yüksek oranlarına) uygun olup olmadığını araştırmaktır. Bu durum için ki-kare kullanmak uygun olacaktır.

Cevap: B

49. KENDİNİ AÇMA

Kendini açma, bir psikolojik danışmanın kendi kişisel deneyimlerinden veya duygularından seçici bir şekilde danışanla paylaşmasıdır. Bu süreçte danışmanın temel amacı, danışanın problem çözme sürecine rehberlik etmek ve danışanın ihtiyaçlarına uygun bir şekilde katkıda bulunmaktır. Ancak, kendini açma yalnızca belirli etik kurallar çerçevesinde uygulanmalıdır.

Buna göre öncüllerin analizini yapacak olursak:

I. Danışmanın kendini açması, yalnızca danışanın yararına olacak şekilde sınırlı tutulmalıdır.

- Doğru. Kendini açma, ancak danışanın iyiliğine hizmet ettiği ve danışmanlık sürecini güçlendirdiği durumlarda kullanılabilir. Kişisel bilgilerin gereksiz bir şekilde paylaşılması sürece zarar verebilir ve etik bir ihlal oluşturabilir.

II. Danışmanın kendini açması, danışanın problem çözme kapasitesini artırmaya yardımcı olmalıdır.

- Doğru. Kendini açma, danışanın güçlenmesine, sorunlarına yeni perspektiflerden bakmasına ve kendi problem çözme becerilerini geliştirmesine yardımcı olmalıdır. Aksi halde, bu süreç yalnızca danışmanın kendisine odaklanır ve danışanın yararına olmaz.

III. Kendini açma, danışan ile danışman arasında yakın bir kişisel ilişki geliştirmeye yönelik olabilir.

- Yanlış. Psikolojik danışmanlık, profesyonel sınırlar çerçevesinde yürütülen bir süreçtir. Danışman ile danışan arasındaki ilişki terapötik bir bağ olmalı ve kişisel bir ilişkiye dönüştürülmemelidir. Bu nedenle, kendini açmanın amacı yakın kişisel bağ kurmak olamaz.

IV. Kendini açma, danışmanlık sürecinin hedeflerinden ve etik sınırlarından sapmadan yapılmalıdır.

- Doğru. Kendini açmanın etik sınırlar içinde yapılması gerekir. Danışman, danışmanın süreç hedeflerini göz önünde bulundurarak yalnızca uygun bilgiler paylaşmalıdır.

V. Kendini açmanın asıl amacı, danışman ile danışanın eşit bir düzeye gelmesini sağlamaktır.

- Yanlış. Danışmanlık sürecinde, danışan ile danışman arasında eşitlikten ziyade bir profesyonel yardım ilişkisi vardır. Danışmanın rolü, danışana rehberlik etmek ve destek sağlamaktır; danışanla eşit bir düzeye gelmek değil.

Buna değerlendirmeler ışığında; psikolojik danışma sürecinde danışmanın kendini açması, yalnızca danışanın yararına olacak şekilde ve sürecin hedeflerine uygun olarak gerçekleştirilmelidir. Etik standartlar, bu süreci danışanın ihtiyaçlarını önceliklendirecek şekilde sınırlandırır. A seçeneği (I, II ve IV öncülleri), kendini açmanın etik uygulamasını en iyi şekilde özetler.

Cevap: A

50. ÜCRET POLİTİKALARINDA ETİK STANDARTLAR

Psikolojik danışmanlar, hizmetleri için uygun ücret politikaları geliştirmekle birlikte bu politikaları etik standartlara uygun şekilde uygulamalıdır. Aşağıdaki prensipler, etik ücret standartları açısından önemlidir:

- Ücretler adil ve açık olmalıdır.
- Danışanlar, ücret politikası hakkında bilgilendirilmelidir.
- Ekonomik zorluk çeken bireyler için alternatif seçenekler veya esneklikler sunulabilir.
- Danışman, etik standartları ihlal etmeden adil bir politika izlemelidir.

Seçeneklerin analizini yapacak olursak:

A) Ücret politikalarına bağlı kalarak danışanın indirimi hak etmediğini belirtmek ve seansı sonlandırmak.

- Yanlıştır. Danışanla kurulan terapötik ilişkiyi ekonomik durumu nedeniyle sona erdirmek, etik olmayan bir davranış olabilir. Danışman, danışanın ekonomik durumunu dikkate alarak başka çözümler sunmayı değerlendirmelidir.

B) Danışanın taleplerine göre seans ücretini düşürmek ve bunu düzenli bir şekilde uygulamak.

- Kısmen doğru olabilir, ancak bu durumda ücret politikasının keyfi bir şekilde değiştirilmesi danışmanın profesyonel duruşunu etkileyebilir. Ücretlerde indirim yapılacaksa, belirli bir politika doğrultusunda yapılmalıdır.

C) Danışanı ücretsiz seanslarla desteklemek ve ücret politikasını tamamen devre dışı bırakmak.

- Yanlıştır. Ücretsiz seanslar, danışmanın sürdürülebilirliği ve diğer danışanlara karşı adil bir ücret politikası açısından problem yaratabilir. Ancak istisnai durumlar özel programlarla değerlendirilebilir.

D) Ekonomik zorluk yaşayan danışanlar için belirlenmiş bir ücret politikasına uygun olarak indirim yapmak veya alternatif bir çözüm sunmak.

- Doğru bir davranıştır. Danışman, ekonomik zor-

luk yaşayan danışanlar için belirlenmiş bir politika dahilinde indirim yapabilir veya alternatif destek yöntemleri önerebilir. Bu hem danışanın ihtiyaçlarını gözetir hem de etik standartlara uygun bir davranış sergiler.

E) Danışanın ekonomik durumunu dikkate alarak seans ücretini keyfi bir şekilde belirlemek.

- Yanlıştır. Ücretlerin keyfi bir şekilde belirlenmesi, danışmanın profesyonel standartlarına zarar verebilir ve etik olmayan bir tutum oluşturabilir.

Buna göre psikolojik danışma sürecinde ücret konusunun etik bir şekilde ele alınması, danışanın ihtiyaçlarını gözetirken danışmanın profesyonel duruşunu korumasını sağlar. D şıkında belirtilen yaklaşım hem danışan hem de danışman açısından etik standartlara uygundur. Ücret politikaları şeffaf olmalı ve ekonomik durumu zorlayıcı olan danışanlar için belirli esneklikler sunulmalıdır.

Cevap: D

MEB AGS ÖABT

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ÇÖZÜM

5

1. Bu testte 50 soru vardır.

1. Howard Gardner tarafından geliştirilen Çoklu Zekâ Kuramı, geleneksel zekâ kuramlarına önemli bir alternatif sunar. Çoklu zekâ kuramı çerçevesinde Gardner'in bazı görüşleri şöyle özetlenebilir:
- Howard Gardner, insanların farklı zekâ türlerine sahip olduğunu öne sürmüştür. Bu yönüyle Gardner zekâyı tek bir boyutta değil, çeşitli ve birbirinden bağımsız yetenekler olarak ele alır. Bu, bireylerin farklı alanlarda üstün yeteneklere sahip olabileceğini kabul eder.
 - Çoklu zekâ kuramı, eğitimde bireysel farklılıkların önemini vurgular. Buna göre eğitimde daha kişiselleştirilmiş ve çok yönlü öğrenme stratejilerinin uygulanması önemlidir.
 - Çoklu zekâ kuramı, sadece akademik başarı değil, aynı zamanda sanat, spor, sosyal beceriler gibi farklı alanlarda da bireylerin yeteneklerini değerlendirir ve geliştirir.
 - Çoklu zekâ anlayışında zekâ öğrencileri sıralamak ve olası başarılarını kestirmek için değil bireyin iç dünyasını ve gizli güçlerinin anlamak için kullanılır.

Cevap: D

2. Gestalt ilkeleri ve Pragnanz Yasası, algısal süreçlerin nasıl işlediğini ve beynimizin görsel bilgileri nasıl organize ettiğini anlamamıza yardımcı olur. Bu ilkeler, sadece görsel algı değil, aynı zamanda düşünme ve problem çözme süreçlerinde de önemli rol oynar. Pragnanz Yasası, bireylerin karmaşık ve düzensiz görsel bilgileri en basit, en düzenli ve en anlamlı şekilde algılama eğiliminde olduklarını belirtir. Pragnanz Yasası, algısal organizasyonun temelinde yatar ve diğer Gestalt ilkelerinin de temelini oluşturur. Bu yasa sayesinde, görsel bilgileri hızlı ve etkin bir şekilde işlememiz mümkün olur.

Diğer Gestalt ilkeleri ise, bütünlük, kapama, basitlik, benzerlik, yakınlık, süreklilik ve şekil-zemindir.

Verilen seçenekler içerisinde, katılımcıların görseli basit ve organize bir şekilde algılamaları ve karmaşık şekilleri basitleştirerek bütün olarak yorumlamaları, Pragnanz Yasası'nın en iyi örneğini temsil eder.

Cevap: C

3. Ekolojik sistemin katmanları kısaca şu şekilde açıklanabilir:

- Mikrosistem:** Bireyin doğrudan etkileşimde bulunduğu çevrelerdir, örneğin aile, okul, arkadaşlar.
- Mezosistem:** Mikrosistemlerdeki farklı bileşenler arasındaki etkileşimlerdir.
- Ekzosistem:** Bireyin doğrudan etkileşimde bulunmadığı, ancak dolaylı olarak etkilendiği çevrelerdir.
- Makrosistem:** Kültürel değerler, inançlar, yasalar ve genel sosyal normlardır.
- Kronosistem:** Bireyin yaşamındaki önemli değişiklikler ve zaman içerisindeki olaylar.

Ebeveyn yabancılaşması, bir çocuğun bir ebeveyne karşı diğer ebeveyn tarafından olumsuz bir şekilde etkilenmesi ve uzaklaşması durumudur. Aycan'ın annesi Yıldız'ın tutumları ve davranışları, mikrosistemden kronosisteme kadar farklı katmanlarda Aycan'ın babası Aydın'a karşı olan duygularını ve ilişkisini etkiler.

A, B, C ve D seçeneklerindeki durumların ekolojik sistem katmanlarıyla ilişkisi doğru kurulmuştur. Ancak E seçeneğindeki durumda boşanmaya bağlı olarak ortaya çıkan bu durumlar beklenmedik bir yaşam olayıdır. Gelişime yön veren normatif etkiler yaş ve olgunlaşmaya bağlı olarak beklendik yaşam olaylarını ifade eder. Boşanma normatif olmayan bir yaşam olayı olup kronosistemle ilişkilendirilebilir.

Cevap: E

4. Sempatik ve parasempatik sinir sisteminin işlevsel farklılıkları şu şekilde açıklanabilir:

Sempatik Sistem: Organizmayı “savaş veya kaç” tepkisi için hazırlar. Kalp atış hızını artırır, kan basıncını yükseltir ve enerji mobilizasyonuna katkıda bulunur. Sindirim gibi “ikinci plandaki” işlevleri basıklar.

Parasempatik Sistem: Organizmayı dinlenme ve sindirim moduna geçirir, kalp atış hızını düşürür ve sindirimi artırır. Bu sistem, stres sonrası vücudun yeniden dengeye gelmesine yardımcı olur.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A şıkkı, sempatik ve parasempatik sistemlerin sindirim üzerindeki etkisini ters şekilde tanımladığı için yanlıştır.

C şıkkı, işlevleri karıştırmaktadır; sempatik sistem stresle başa çıkmayı, parasempatik sistem ise dinlenmeyi sağlar.

D şıkkı, parasempatik sistemin yalnızca ekstrem durumlarda çalıştığını yanlış bir şekilde ifade eder.

E şıkkı, iki sistemin bağımsız çalıştığını belirtir, ancak bu sistemler birbiriyle koordineli olarak çalışır.

Bu nedenle doğru cevap B şıkkı, sempatik ve parasempatik sistem arasındaki temel işlevsel farklılıkları net ve doğru bir şekilde açıklar.

Cevap: B

5. **Birincil kültürleme**, bireyin doğduğu andan itibaren aile ve yakın çevresi tarafından temel değerler, normlar, inançlar ve davranış kalıplarını öğrenme sürecidir. Bu süreç, daha çok çocukluk döneminde etkili olup, bireyin kişilik gelişiminde önemli rol oynar. I. Öncül birincil kültürlemeye örnektir.

İkincil kültürleme, bireyin okul, arkadaş grupları, medya ve diğer toplumsal kurumlar aracılığıyla yeni değerler, inançlar ve davranış kalıplarını öğrenme sürecidir. Bu süreç, özellikle okul çağında başlar ve yaşam boyunca devam eder. II. Öncül ikincil kültürlemeye örnektir.

Mesleki kültürleme, bireyin iş hayatına başladığında meslektaşları, yöneticileri ve iş ortamı aracılığıyla profesyonel davranışlar, etik kurallar ve iş yapma biçimlerini öğrenme sürecidir. Bu süreç, bireyin iş yaşamında başarılı olabilmesi ve iş ortamındaki normlara uyum sağlayabilmesi için gereklidir. III. Öncül mesleki kültürlemeye örnektir.

Yaşam boyu kültürleme, bireyin yaşamının farklı dönemlerinde yeni sosyal roller, normlar ve değerler öğrenmeye devam ettiği süreçtir. Bu süreç, bireyin yaşamının her aşamasında devam eder ve bireyin toplumsal değişikliklere ve yeni durumlara uyum sağlamasına yardımcı olur. IV. Öncül yaşam boyu kültürlemeye örnektir.

Zoraki Kültürleme: Bireye hür iradesi dışında kültürel değerlerin zoraki olarak kabul ettirilmesidir. Öncüllerde buna yönelik bir örnek yoktur.

Cevap: E

6. Hatırlama işlemi, bellekte depolanan bilgilere yeniden erişilmesi ve onları geri getirme sürecidir. Geri getirme ipuçları, bu süreci kolaylaştırarak hatırlamayı teşvik eden çeşitli ipuçlarını etkin şekilde kullanmak bu süreci kolaylaştırmaktadır. Bu ipuçları sayesinde, bellekte yer alan bilgilere yapılan çağrışımlar kuvvetlendirilerek hatırlama oranı artırılır, bağlamsal ve anlamsal ipuçları ile bilgilerin arasındaki ilişkiler kuvvetlendirilir. Böylece öğrenme süreci de daha etkili hale gelir. Çünkü bu süreç bilgilerin anlamlı ve bağlantılı bir şekilde öğrenilmesini sağlayarak, bilgilerin uzun süreli belleğe daha iyi yerleşmesine yardımcı olur. **İşte bazı geri getirme ipuçları ve etkileri:**

***Bağlamsal İpuçları:** Bilgilerin öğrenildiği ortam ve koşullara ilişkin ipuçlarıdır. Ortam, duygusal durum, zamansal bağlam gibi faktörler hafızanın geri çağırılmasında etkili olabilir. Aynı bağlam veya durumu yeniden yaratarak hatırlama sürecini kolaylaştırır.

***Durumsal İpuçları:** Bireyin içinde bulunduğu fiziksel veya duygusal durumlarla ilişkilidir. Belirli bir ruh hali veya fiziksel durumda öğrenilen bilgiler, aynı durumda daha kolay hatırlanır. Belirli bir ruh hali veya fiziksel durumu tekrar ederek hatırlama sürecini destekler.

*** Görsel İpuçları:** Görsel imgeler, resimler veya şekiller yoluyla hatırlamayı teşvik eden ipuçlarıdır. Görsel imgeler, bellekte güçlü izler bırakarak bilgilerin daha etkili bir şekilde hatırlanmasını sağlar.

***Semantik İpuçları:** Bilgilerin anlam ve içerik bakımından ilişkili olduğu ipuçlarıdır. Anlam bakımından bağlantılı olan bilgiler, birbirini kolayca hatırlatır. Anlam ilişkileri aracılığıyla bilgilerin hatırlanmasını kolaylaştırır.

*** Anahtarlık İpuçları:** Bellekteki bilgileri tetikleyen sözcükler veya kelime gruplarıdır. Anahtar kelimeler, bağlantılı bilgilerin hatırlanmasını sağlar. Anahtar kelimeler, belirli bir bilgi kümesiyle ilişkili olduğu için bilgilerin geri getirilmesini kolaylaştırır.

*** Pasif Okuma veya Tekrar Etme:** Bilgilerin sadece okunması veya tekrarlanması, aktif bir şekilde işlenmeden belleğe alınması anlamına gelir. Bu yöntem, bilgilerin derinlemesine işlenmesini sağlamaz, bilgilerin yüzeysel bir şekilde öğrenilmesine yol açar ve uzun süreli bellekte kalmasını zorlaştırır.

En etkili geri getirme ipuçları kişisel deneyimlere ve öğrenme bağlamına bağlı olarak değişebilir olsa da bağlamsal ve durumsal ipuçları, çevresel ve duygusal faktörlerin hatırlama üzerindeki etkilerini dikkate alarak güçlü geri getirme araçları olarak kabul edilir. Hatırlama ve geri getirme sürecinde en az etkili olan yöntem ise genellikle pasif öğrenme stratejileridir.

Cevap: A

7. Karen Horney, kaygıyı azaltmak için bireylerin kullandığı, insanlara yönelme, insanlara karşı olma ve insanlardan uzak durma gibi nevrotik savunma mekanizmalarını tanımlamıştır. Buna göre:

1. İnsanlara karşı gelme (Kompleksli Savunma): Birey, kaygılarını bastırmak için başkalarına karşı agresif ve saldırgan davranır. Bu savunma, bireyin kendini güçlü ve kontrol sahibi hissetmesini amaçlar.

2. İnsanlardan uzaklaşma: Birey, kaygılarını bastırmak için kendini diğer insanlardan uzaklaştırır ve sosyal etkileşimden hoşlanmaz. Bu savunma, bireyin kendini güvenli ve korunmuş hissetmesini amaçlar.

3. İnsanlara Yönelme (İtiraz savunması): Birey, kaygılarını bastırmak için başkalarına karşı bağımlı ve saygı gösterici davranır. Bu savunma, bireyin kendini güvenli ve kabul görmüş hissetmesini amaçlar.

Bu savunmalar, bireylerin kaygılarını bastırmaya veya yönetmeye çalıştıkları durumları ortaya koyar. Karen Horney'e göre nevrotik savunmalar genellikle aşırı ve dengesiz bir şekilde kullanıldığında sorunlu hale gelir.

Sağlıklı bireyler, kaygı ve stresle başa çıkarken bu savunmaları zaman zaman kullanabilirler, ancak bunları esnek ve dengeli bir şekilde uygularlar. Sağlıklı bir kişi, belirli bir duruma uygun savunma mekanizmalarını seçer ve duruma göre stratejilerini değiştirebilir. Oysa nevrotik bireyler bunlardan birini çoğu duruma genelleyip aşırı kullanmaya yönelecektir. Yani nevrotik bireylerde bu mekanizmaların kullanımı esnek değildir ve duruma uygun olmayabilir.

Buna göre D seçeneğindeki "nevrotik savunmalar, sağlıklı bireyler tarafından kullanılmaz" ifadesi yanlıştır. Ayrıca sağlıklı bireyler, kaygı ve stresle başa çıkmak için çeşitli stratejiler kullanmakla birlikte yerine göre bu savunmaları abartıya kaçmadan dengeli kullanabilir.

Cevap: D

8. Lawrence Kohlberg'in ahlaki gelişim kuramında, ahlaki gelişim 3 dönem ve her dönem altında iki olmak üzere toplam 6 evrede ele alınır. Her bir evre için belirlenmiş belli ölçütler söz konusudur. Kohlberg için bu ölçütler, bireylerin ahlaki kararlarını nasıl verdiklerini belirler. Kohlberg'in ahlaki gelişim evrelerinin temel ölçütleri şu şekildedir:

• **Gelenek Öncesi Düzey:**

1. Evre: İtaat ve Ceza Eğilimi: Doğru ve yanlış, cezadan kaçınma ve ödül kazanma temelinde belirlenir.

2. Evre: Araçsal İlişkiler (Saf Çıkar) Eğilimi: Davranışlar, bireysel çıkarlar temelinde değerlendirilir. Kendi çıkarları merkezde olacak şekilde karşılıklı fayda sağlamak esastır.

• **Geleneksel Düzey:**

3. Evre: Kişilerarası Uyum (İyi Çocuk) Eğilimi: Toplumun beklentilerine ve başkalarının onayına uygun davranmak önemlidir.

4. Evre: Yasa ve Düzen Eğilimi: Toplumun düzenini korumak güdüsüyle yasalara kayıtsız şartsız uymak esastır.

• **Gelenek Ötesi Düzey:**

5. Evre Sosyal Sözleşme Eğilimi: Kurallar ve yasalar, bireyin iyiliği ve toplumun düzeni için vardır. Bu yönüyle kabul edilir. Ancak bu yasalar mutlak değildir; bunlar gerektiğinde toplumun iyiliği için değiştirilebilir veya revize edilebilir.

6. Evre Evrensel Ahlak Eğilimi: Davranışlar, evrensel ahlaki ilkeler ve değerler temelinde ele alınır. Adalet, eşitlik ve insan hakları gibi evrensel ilkeler yasalardan üstündür ve kararlarımızda bunlar esas alınır.

Sorunun A seçeneği İtaat-ceza, B seçeneği iyi çocuk eğilimi, C seçeneği saf çıkarıcı eğilim, D seçeneği yasa ve düzen eğilimi ve E seçeneği ise sosyal sözleşme eğilimi çerçevesinde değerlendirilir.

Cevap: E

9. Psikoseksüel Gelişim Dönemleri ve Savunma Mekanizmaları:

Oral Dönem (0 - 1,5 Yaş): Erojenik bölge ağızdır. Bu dönemde bebekler, ağız yoluyla haz alır ve beslenme, emme gibi eylemler önemlidir. Bakımın süreklilik ve yeterlilik arz etmesi ve memeden kesme zamanı kritik öneme sahiptir. Olumlu geçirilirse güven duygusu gelişir. İhtiyaçlar doyurulmazsa oral saplantı oluşur. Oral saplantı özellikleri kısaca şöyledir: Bağimli, edilgen saf, iyimser, onaylanma, desteklenme, kötümser, kırıncı, aşağılayıcı, münakaşacı, sömürücü...Yansıtma ve inkâr gibi bir takım ilke savunmalar kullanılabilir.

Anal Dönem (1,5-3 Yaş): Bu dönemde çocuklar, tuvalet eğitimi ve kontrolün öğrenilmesiyle ilgilenirler. Erojenik bölge anüstrdür. Aile tutumu ve tuvalet eğitimi kritik öneme sahiptir. Olumlu geçirilirse, özerk, yaratıcı, aktif, üretken bir birey olur. Olumsuz geçirilirse anal saplantı oluşur. Anal saplantının özellikleri kısaca şöyledir: İnatçı, aşırı düzenli, aşırı titiz, cimri, savurgan, dağınık, düzensiz, yıkıcı, dürtüsel... Bu dönemde hoşlanmadıkları duygulara karşı tepki oluşturma ve yalıtma mekanizmaları kullanılabilir.

Fallik Dönem (3-6 Yaş): Bu dönemde çocuklar, cinsel kimliklerini ve cinsiyet rollerini keşfederler. Oedipus ve Elektra kompleksleri gibi önemli krizler yaşanır. Erojenik bölge genital bölgedir. İğdişlik korkusu ve mastürbasyon dikkat çeken diğer özelliklerdir. Süperegö gelişimi söz konusudur. Sağlıklı özdeşim oluştursa yaşanan karmaşa sona erer. Sağlıklı geçirilmezse fallik saplantı oluşur özellikleri kısaca şöyledir: Ayartma böhürlenme, ispat, teşhircilik, narsizm... Bastırma ve özdeşim savunma mekanizmaları kullanılır.

Latent Dönem (6-12 Yaş): Bu dönemde, cinsel dürtüler ve enerjiler bilinçdışı olarak bastırılır ve çocuklar sosyal ve akademik faaliyetlere yönelir. Cinsel enerjinin arka planda kalması nedeniyle, bu dönemde savunma mekanizmaları diğer dönemlere göre daha az belirgin olabilir. Çocuklar, arkadaşlarıyla olan ilişkilerini ve öğrenme süreçlerini geliştirirler. Bu dönemde, sosyal becerilerin ve akademik başarıların ön plana çıkması, savunma mekanizmalarının kullanılmasını azaltabilir.

Genital Dönem (12 yaş ve üzeri): Bireyin cinsel gelişimini ve olgunluğunu tamamladığı, sağlıklı cinsel ilişkiler geliştirdiği bir dönemdir. Bu dönemde, bireyler daha olgun savunma mekanizmaları kullanabilirler. Ancak, genital dönemde de geçmişteki çatışmalar ve travmalar nedeniyle savunma mekanizmaları kullanılabilir. Genital dönemde bireyler, önceki psikoseksüel gelişim dönemlerinde yaşadıkları çatışmaları ve krizleri çözmüş olmalıdırlar. Bu nedenle, genital dönemde fiksasyon oluşmaz. Eğer önceki dönemlerde fiksasyon yaşanmışsa, bu durum genital dönemde sağlıklı cinsel gelişimi engelleyebilir.

Latent ve genital dönemlerde, birey cinsel enerjisini ve sosyal becerilerini daha olgun ve sağlıklı bir şekilde kullanmayı öğrendiği için fiksasyon oluşmaz. Ayrıca, cinsel enerjinin arka planda kalması nedeniyle, fallik dönemde savunma mekanizmaları diğer dönemlere göre daha az görülebilir.

Cevap D

10. Davranışçı terapi, bireylerin problemleri davranışlarını değiştirmelerine yardımcı olmak amacıyla çeşitli teknikler kullanır. Davranışçı terapide yaygın olarak kullanılan bazı teknikler şöyledir:

Maruz Bırakma Terapisi: Bu teknik, bireylerin korku ve kaygı uyandıran durumlara veya nesnelere kontrollü ve güvenli bir şekilde maruz bırakılmasını içerir. Amaç, bireyin bu durumlardan kaçınma davranışını azaltmak ve kaygısını azaltmaktır.

Davranışsal Aktivasyon: Bu teknik, bireylerin depresyon gibi ruhsal durumlarıyla başa çıkmalarına yardımcı olmak amacıyla, olumlu ve anlamlı aktivitelerde bulunmalarını teşvik eder.

Sistemik Duyarsızlaştırma: Bu teknik, bireyin korku veya kaygı uyandıran durumlara karşı duyarsızlaşmasını sağlamak amacıyla gevşeme teknikleriyle birlikte kullanılır. Birey, kaygı uyandıran durumları hiyerarşik sırayla hayal eder veya yaşar.

Pozitif Pekiştirme: Bu teknik, istenen davranışların artırılması amacıyla ödüllendirme yöntemini kullanır. Olumlu davranışların ardından pekiştirici ödüller verilir.

Modelleme: Bu teknik, bireylerin yeni davranışları öğrenmesi için model alarak izlemelerini içerir. Terapist veya başkaları, istenen davranışları gösterir ve birey bu davranışları taklit eder.

Cezalandırma: Bu teknik, istenmeyen davranışların azaltılması amacıyla olumsuz sonuçlar veya cezalar kullanır.

Atılganlık Eğitimi: Atılganlık eğitimi öfkelerini ifade edemeyen hayır demekte zorlanan, sevgilerini veya diğer olumlu tepkilerini ifade etmekte zorluk yaşayan, duygu, düşünce ve inançlarını ifade etmede güçlük yaşayan ve sosyal fobileri olan bireylere "insanların kendilerini ifade etme hakları olduğunu" öğretilmesidir.

Cevap Pozitif pekiştirme ve cezalandırma teknikleri, davranışçı terapide istenmeyen alışkanlıkları değiştirmek için sıkça kullanılır. Servet'in, her tırnak yeme davranışını sergilediğinde rahatsız edici bir tat kullanarak bu davranışı cezalandırabilir ve tırnak yemediği zamanlarda kendini ödüllendirerek pozitif pekiştirme sağlayabilir. Bu şekilde, Servet'in tırnak yeme alışkanlığı azalır ve daha sağlıklı davranışlar geliştirilir.

Cevap C

11. Varoluşçu psikoterapi, insanın varoluşuna dair temel sorularla ilgilenir. Ontolojik kaygı, bireyin varoluşunun temel belirsizlikleri ve sınırlılıklarıyla yüzleşmesinden kaynaklanan bir tür varoluşsal endişedir. Bu kaygı, insanın varoluşsal durumundan kaynaklanan derin bir kaygı ve belirsizlik hissidir. Yalom'a göre nihai konular; ölüm, yalnızlık, özgürlük ve anlamsızlıktır. Nihai konular ve ontolojik kaygı, birbirini güçlendiren ve birbirini tetikleyen dinamikler içerir. Bu nedenle, bu iki durumun birlikte ele alınması, bireylerin duygusal sağlığını iyileştirmelerine yardımcı olabilir. Varoluşçu psikoterapide, ontolojik kaygı ve nihai konular arasındaki ilişki şu şekillerde açıklanabilir:

Özgürlük ve Sorumluluk: Bireyin yaşamındaki seçimler ve bu seçimlerin getirdiği sorumluluklarla yüzleşmesi. Özgürlük, bireyin kendi kaderini şekillendirme yeteneğini ifade ederken, sorumluluk bu özgürlüğün getirdiği yükümlülükleri ifade eder. Birey, kendi seçimlerinin sonuçlarından ve bu seçimlerin getirdiği sorumluluklardan kaynaklanan derin bir kaygı hissedebilir. Özgürlüğün getirdiği belirsizlik ve sorumluluk, bireyin ontolojik kaygısını artırabilir.

Anlam Arayışı: Bireyin yaşamında anlam ve amaç arayışı. Anlam arayışı, bireyin kendi varoluşunu ve yaşamının değerini sorgulamasını içerir. Birey, yaşamın anlamını bulma konusunda belirsizlik ve karmaşa yaşadığında ontolojik kaygı hissedebilir. Yaşamın anlamını bulma sürecindeki zorluklar ve belirsizlikler, bireyin varoluşsal endişesini artırabilir.

Ölüm ve Yok Oluş: Bireyin kendi ölümlülüğü ve yaşamın sonluluğuyla yüzleşmesi. Ölüm ve yok oluş, insan varoluşunun kaçınılmaz bir gerçeğidir. Birey, ölüm ve yok oluş düşüncesiyle yüzleştiğinde derin bir varoluşsal kaygı hissedebilir. Ölümün kaçınılmazlığı ve yaşamın sonluluğu, bireyin varoluşsal belirsizliklerini ve kaygılarını artırabilir.

Yalnızlık: Yalnızlık, bireyin kendini yetersiz, değersiz veya anlamsız hissetmesine yol açabilir. Bu hisler, ontolojik kaygıya neden olabilir ve bireyin hayatını anlamada zorluk çekmesine katkıda bulunabilir. Ontolojik kaygı yalnızlık hissini artırabilir ve bireyin sosyal bağlantılarını daha da zorlaştırabilir.

Yıldız Hanım'ın yaşadığı süreçten dolayı, hayatının anlamını ve gelecekte neler yapacağını sor-

güladığı, bu belirsizlikler ve değişikliklerden dolayı Yıldız'ın özgürlük, sorumluluk ve ölüm gibi nihai konularla yüzleşmesine neden olduğu vurgulanmıştır. Bu varoluşsal bir konu ve ontolojik kaygı ile ilgilidir. Diğer kaygı türleri psikanalitik kurama göre ele alınır. Tam fonksiyonda bulunma ise kendini gerçekleştiren insanın özelliğidir.

Cevap A

12. Bilişsel Terapi, bireylerin olumsuz düşüncelerini ve inançlarını belirlemek ve bunları daha gerçekçi ve işlevsel düşüncelerle değiştirmek amacıyla çeşitli müdahaleler kullanır. Bilişsel terapide yaygın olarak kullanılan bazı müdahaleler şöyle özetlenebilir:

Otomatik Düşüncelerin Belirlenmesi ve Sorgulanması: Bireyin aniden ortaya çıkan ve bilinçdışı olarak düşündüğü olumsuz otomatik düşünceleri belirlenmesi ve sorgulanması amaçlanır.

Bilişsel Çarpıtmaların İncelenmesi: Bu müdahale bireyin düşüncelerindeki sistematik hataları ve çarpıtmaları belirlemek ve düzeltmek için uygulanır.

Alternatif Düşünceler Geliştirme: Olumsuz ve işlevsiz düşüncelerin yerine daha gerçekçi ve işlevsel düşünceler geliştirmek amacıyla uygulanır.

Geçmiş Deneyimlerin İncelenmesi: Bireyin geçmiş deneyimlerinin, şu anki düşünce ve davranış kalıplarını nasıl etkilediğini anlamak amacıyla uygulanan bir müdahaledir.

Problem Çözme Becerileri Geliştirme: Bu müdahale ile Bireyin karşılaştığı sorunları daha etkili bir şekilde çözmesine yardımcı olmak amacıyla problem çözme becerileri geliştirmek amaçlanır.

Davranışsal Aktivasyon: Özellikle depresyon belirtilerini azaltmak amacıyla kullanılır. Bireyin keyifli ve anlamlı aktiviteler yaparak, olumlu duygusal deneyimlerini artırmaya yardımcı olur. Bu müdahale, bireyin günlük yaşam aktivitelerini artırmaya ve depresif belirtileri azaltmaya odaklanır. Bunun için birey, keyif aldığı ve anlamlı bulduğu aktiviteleri belirler ve bu aktiviteleri günlük rutine dahil eder.

Davranışsal Deneyler: Bu müdahalede bireylerin olumsuz düşüncelerini ve inançlarını test etmek amaçlanır. Yapılan denemeler, bireyin belirli bir düşüncenin doğruluğunu veya geçerliliğini değerlendirmesine yardımcı olur. Bu müdahale, bireyin bilişsel çarpıtmalarını ve otomatik düşüncelerini test etmeye odaklanır. Birey, belirli bir düşünce veya inanç hakkında deney yapar ve sonuçlarını değerlendirir.

Soruda danışman, Barış'a düşüncelerini test etmesi amacıyla küçük bir gruba sunum yapmasını önermektedir. Bu müdahale davranışsal deneydir. Böylece Barış bilişsel çarpıtmalarını ve otomatik düşüncelerini test etme fırsatı bulacaktır.

Cevap C

13. Duygu Odaklı Terapi, duyguların bireylerin psikolojik sağlığında ve kişisel gelişiminde merkezi bir rol oynadığını savunan bir terapi yaklaşımıdır. Bu terapi, duygusal farkındalığı artırmayı, duygusal düzenlemeyi sağlamayı ve bireylerin duygusal deneyimlerini anlamlandırmayı amaçlar. Duygu Odaklı Terapide konu edilen duygu türleri şunlardır:

Birincil İşlevsel Duygular: Doğrudan gerçek bir duruma karşı verilen öfke, korku gibi... sağlıklı ve işlevsel duygusal tepkilerdir. Danışma sürecindeki hedef duygulardır. Bu duygular hayatta kalma ve iyilik hali ile doğrudan ilişkilidir. Bireyin çevresiyle uyumlu bir şekilde başa çıkmasına yardımcı olur. Birincil işlevsel duyguların tanınması ve ifade edilmesi, bireyin duygusal sağlığını ve ilişkilerini iyileştirir.

Birincil Uyumsuz (işlevsel olmayan) Duygular: Doğrudan bir duruma verilen ancak bireyin geçmişteki olumsuz deneyimlerinden kaynaklanan ve işlevsiz olan duygusal tepkilerdir. Bu duygular, bireyin mevcut durumu sağlıklı bir şekilde ele almasını engeller. Birincil uyumsuz duyguların tanınması ve bu duyguların kökenlerinin araştırılması, bireyin geçmiş travmalarını iyileştirmesine yardımcı olur.

İkincil/Tali Duygular: Birincil duyguların üzerine inşa edilen ve genellikle bireyin birincil duygularını bastırmasına neden olan duygulardır. İkincil duygular, birincil duyguların yerine geçer. İkincil duyguları dinlemek psikolojik danışmana "burada bir şeyler oluyor" ya da "kızgınlıktan daha fazla şey var" anlamını çıkarmasını sağlar. İkincil duyguların tanınması ve birincil duygulara ulaşılması, bireyin duygusal düzenlemeyi sağlamasına yardımcı olur.

Taklit (Enstrümantal) Duygular: Başkalarını etkilemek veya belirli bir hedefe ulaşmak amacıyla kullanılan manipülatif, sahte duygulardır. Bu duygular genellikle gerçek duygu deneyimini yansıtmaz. Taklit duyguların tanınması ve gerçek duygusal deneyimlerin farkına varılması, bireyin daha otantik bir şekilde kendini ifade etmesine yardımcı olur.

Seçeneklerde verilen A, C, D ve E seçenekleri doğru bilgileri yansıtmaktadır. B seçeneğinde sözü geçen raket duygular transaksyonel analizde kabul edilen bir duygu türüdür. Raket duygular çocukluk döneminde ailede model olarak öğrenilen ve ilgisiz ve farklı durumlara yönelik de oluşan aynı

duygulardır. Durumla ilgisiz olduğundan yararsızdır. Raket duygular, stresle başa çıkmak amacıyla geliştirdiğimiz ancak zamanla uyumsuz hale gelen duygusal tepkilerdir.

Cevap B

14. Salvador Minuchin tarafından geliştirilen Yapısal Aile Terapisi, aile içindeki işlevsellik sorunlarını ele alan bir terapi yaklaşımıdır. Bu yaklaşım, aile sisteminin yapılarını ve bu yapıların bireyler arasındaki etkileşimlerini incelemeyi amaçlar. Çoğu semptom aile organizasyonundaki (etkileşim ve sınırların) yapısal bozuklukların bir yan ürünüdür. Yapısal aile terapisi, aile içindeki düzensizlikleri ve olumsuz etkileşimleri düzeltmeye yönelik stratejiler geliştirir. Yaklaşımın temel kavramlar ve açıklamaları özetle şu şekildedir:

Aile Sınırları: Aile sınırları, aile üyeleri arasındaki fiziksel, duygusal ve etkileşimsel ayırım ve bağlarını ifade eder. Doğru sınırlar, aile üyelerinin kişisel alanlarını korumasına ve aynı zamanda birbirlerine destek olmalarına yardımcı olur. Sınır geçirgenliği türleri şu şekildedir:

- **Katı Sınırlar:** Aile üyeleri arasındaki etkileşimleri ve duygusal bağları sınırlayan, esneklikten yoksun ve ayrılmış sınırlardır. Bu tür sınırlar, bireylerin birbirleriyle yakın ilişki kurmasını zorlaştırır.
- **Geçirgen (kesin-belirgin) Sınırlar:** Aile üyeleri arasındaki sağlıklı etkileşimleri ve duygusal bağları teşvik eden, esnek ve uyumlu sınırlardır. Bu tür sınırlar, bireylerin kişisel alanlarını korumasına ve aynı zamanda birbirlerine destek olmasına olanak tanır.
- **Belirsiz (Gevşek) Sınırlar:** Aile üyeleri arasındaki aşırı iç içe geçmiş ve ayrılmamış sınırlardır. Bu tür sınırlar, bireylerin bağımsızlık ve kimlik duygularını kaybetmesine yol açabilir.

Koalisyon/İttifakı: Aile içinde belirli üyeler arasında oluşan güçlü bir iş birliği ve destek sistemi olarak tanımlanır. Bu oluşumlar, aile içindeki dinamikleri ve güç ilişkilerini etkileyebilir. Genel olarak koalisyon birine karşı ittifak ise probleme karşı yan yana gelir.

Üçgenler: Üçgenler, aile içinde üç üye arasında oluşan bir etkileşim modelidir. Bu model, aile içindeki sorunları çözmek için kullanılan bir stratejidir ve aile üyelerinin birbirlerine yönelik tepkilerini ve etkileşimlerini anlamaya yardımcı olur.

Minuchin'in Yapısal Aile Terapisinde hem bireysel özerkliği en çok teşvik eden hem de aile içindeki bağları güçlendiren katı sınırlar değil, geçirgen (kesin-belirgin) sınırlardır. Dolayısıyla B seçeneğindeki ifade yanlıştır.

Cevap B

15. **Engelleme Tepkisi:** Grup liderinin, grup içindeki olumsuz veya süreç bozucu etkileşimleri durdurmak için yaptığı müdahaledir. Engellemede amaç grup sürecinin kesintiye uğramadan ilerlemesini sağlamak, güvenli bir ortam yaratmak ve her üyenin kendisini ifade etmesine izin vermektir.

Seçenekleri değerlendirecek olursak;

A Seçeneği: Lider, diğer üyeleri sessizliğe teşvik ederek, konuşması kesilen üyenin ifade özgürlüğüne fırsat tanıyor. Bu, engelleme tepkisinin doğru bir örneğidir. **Bu müdahale doğrudur.**

B Seçeneği: Grup içinde sırayla konuşmayı teşvik etmek, karşılıklı saygı ve dinleme becerilerini güçlendiren bir liderlik yaklaşımıdır. **Bu müdahale doğrudur.**

C Seçeneği: Liderin düşünce paylaşımını tamamen durdurması, grup sürecinin temel amaçlarına aykırıdır. Psikolojik danışmanın hedefi iletişimi kısıtlamak değil, düzenlemek ve teşvik etmektir. **Bu nedenle yanlış bir engelleme örneğidir.**

D Seçeneği: Konuşması bölünen bir üyenin söz almasını teşvik etmek ve diğer üyeleri buna yönlendirmek, doğru bir engelleme yaklaşımıdır. **Bu müdahale doğrudur.**

E Seçeneği: Grup liderinin ortak katkısı hedeflemesi ve herkese söz hakkı tanınması, grup sürecinin güvenli ve etkili bir şekilde işlenmesine katkı sağlar. **Bu müdahale doğrudur.**

Cevap C

16. **İçerik Yansıtma:** Danışanın ifade ettiği düşünceleri ve söylediklerini tekrar ederek, bu içerikleri daha açık ve net hale getirmektir. Amaç, danışanın söylediklerinin terapist tarafından doğru anlaşıldığını göstermek ve danışanı konuşmaya teşvik etmektir. Yansıtılan içerik, tamamen danışanın söylediklerine odaklanır ve yorum veya duygu analizinden uzak durur.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Lider, danışanın iş yerindeki baskıdan dolayı stresli olduğunu içeriği tekrar ederek ifade ediyor. **Bu, içerik yansıtmanın doğru bir örneğidir.**

B seçeneği: Lider, patronun yaklaşımının Ferhat'ı yetersiz hissettirdiğini ve bu durumun iş değiştirme fikrine yol açtığını açık şekilde yansıtmış. **Bu da içerik yansıtmanın bir örneğidir.**

C seçeneği: Burada lider, danışanın duygularına odaklanmış ve durumu zorlayıcı olarak yorumlamış. İçerik yansıtma, yalnızca danışanın söylediklerinin aynen yansıtılmasını içerir, liderin duygu yorumlarını içermez. Bu nedenle bu şık, içerik yansıtma tepkisi değildir. **Bu seçenek duygu yansıtma olarak verilebilir.**

D seçeneği: Lider, Ferhat'ın patronunun baskısından dolayı yetersizlik hissettiğini net bir şekilde yansıtmış. **Bu, içerik yansıtmanın bir örneğidir.**

E seçeneği: Lider, Ferhat'ın iş değiştirme düşüncesine dair söylediklerini yansıtmış ve bu durumun korkutucu olduğunu ifade etmiş. Bu da içerik yansıtma kapsamına girer.

Cevap C

17. **İlişkinin Şimdi ve Buradalık Becerisi:** Danışanın şu anki duygusal durumu ve grup içindeki deneyimi üzerine odaklanmasını teşvik eden bir psikolojik danışma becerisidir. Amaç danışanın, grup içinde o anki duygularını ve deneyimini fark etmesini sağlamaktır. Bu beceri özellikle geçmişe sıkışmış düşünceleri olan danışanları, içinde bulundukları anı değerlendirmeye yönlendirmek için kullanılır.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Geçmiş deneyimler üzerine yoğunlaşıyor. Ancak "Şimdi ve Buradalık" becerisi, mevcut anı değerlendirmeyi teşvik etmelidir. **Bundan dolayı yanlıştır.**

B seçeneği: Lider, geçmişini fark ettiriyor ancak danışanı "şu anda grup içinde nasıl hissettiğine" yönlendiriyor. Bu tepki, Şimdi ve Buradalık becerisini tam anlamıyla yansıtan bir lider tepkisidir. **Bundan dolayı doğrudur.**

C seçeneği: Burada uzun vadeli bir güven inşasından bahsediliyor. Ancak "Şimdi ve Buradalık" yaklaşımı, danışanın o an nasıl hissettiğiyle ilgilidir. **Bundan dolayı yanlıştır.**

D seçeneği: Geçmişin detaylarını açmaya odaklanıyor ve danışanı şu ana yönlendirmiyor. **Bundan dolayı yanlıştır.**

E seçeneği: Geçmişten günümüze değişebilen anlamlara odaklanıyor. Danışanı tam olarak şu ana yönlendirmiyor. **Bundan dolayı yanlıştır.**

Danışmanın, bireyin şu anda ve grup içinde nasıl hissettiğini keşfetmesini sağlaması, Şimdi ve Buradalık becerisinin temel ilkesidir. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

18. **Özetleme Becerisi:** Danışanın uzun veya karmaşık ifadelerini daha kısa ve özlü bir şekilde yeniden ifade ederek anlam bütünlüğü sağlama becerisidir. Amaç, danışanın söylediklerinin toparlanmasını sağlamak ve terapi sürecinde yönlendirici bir çerçeve sunmaktır.

Özetleme Becerisi İçin Anahtar Unsurlar:

Tüm önemli noktaları kapsar ancak gereksiz detayları çıkarır.

Danışanın kendi ifadelerinin bir sentezini sunar.

Yeni bir yorum veya duygu eklemeyiz, sadece var olan bilgileri özetler.

Danışanın söylediklerini anlamlandırmasına yardımcı olur.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Burada sadece Volkan'ın söylediklerinin içeriği tekrar ifade edilmiş ancak genel bir sentez yapılmamıştır. **Bu içerik yansıtmaya örnektir. Seçenek yanlıştır.**

B seçeneği: Volkan'ın duygusal deneyimi üzerine odaklanılmış ve nasıl hissettiği ifade edilmiştir. **Bu duygu yansıtmaya örnektir. Seçenek yanlıştır.**

C seçeneği: Volkan'ın kendine özgü çözüm yolları önerilmiş ve durumun kişisel olarak nasıl ele alınabileceği üzerinde durulmuştur. **Kişiselleştirilmiş amaçlara örnektir. Seçenek yanlıştır.**

D seçeneği: Volkan'ın yaşadığı durumu analiz edip kendi çıkarımını yapmaktadır. Özetleme, yorum içermez, sadece mevcut bilgiyi kısa şekilde tekrarlar. **Yorumlamaya örnektir. Seçenek yanlıştır.**

E seçeneği: Volkan'ın söylediklerini kapsayan ancak daha kısa ve net hale getirilmiş bir ifadeyle sunulmuştur. Her önemli noktayı içeriyor: iş yerinde baskı, motivasyon kaybı, eşine anlatma, anlaşılma hissi ve stresle baş etme süreci... gibi. Özetleme becerisi, danışanın uzun ifadelerini daha kısa ve net bir şekilde toparlar. **Bu nedenle doğru cevaptır.**

Cevap E

19. Seçeneklerde yer alan terapötik faktörler kısaca açıklanacak olursa:

Umut Aşılama: Grup üyelerinin birbirlerinin iyileşme süreçlerini görmeleri, onlara kendi iyileşme ihtimalleri konusunda umut verir. Bu, grup üyelerinin motivasyonunu artırır ve terapötik sürece daha aktif katılmalarını sağlar.

Evrensellik: Grup üyeleri, benzer sorunlar yaşadıklarını ve yalnız olmadıklarını fark ederler. Bu, grup üyelerinin birbirlerine empati göstermelerini ve duygusal destek sağlamalarını kolaylaştırır.

Fedakarlık-Özgecilik (Altruizm): Grup üyeleri, birbirlerine yardım ederek kendilerine değerli ve faydalı hissederler. Bu, grup üyelerinin öz saygılarını artırır ve grup içindeki bağları güçlendirir.

Kişilerarası Öğrenme: Grup, üyelerin birbirleriyle olan ilişkilerini ve etkileşimlerini anlamalarına ve geliştirmelerine yardımcı olur. Bu süreç, grup üyelerinin kendi ilişki becerilerini ve sosyal etkileşimlerini artırır.

Grup Dayanışması/Bütünlüğü: Grup üyeleri arasında güçlü bir bağlılık ve destek duygusu gelişir. Grup dayanışması, üyelerin kendilerini güvende hissetmelerini sağlar ve duygusal iyileşmelerine katkıda bulunur.

Üyenin ölüm korkusu yaşaması ve yaşamın anlamını sorgulamasına karşılık liderin bu konuyu grup ortamında ele alması ve üyenin korkularını ve endişelerini paylaşarak başkalarının desteğini almasını sağlaması **kişinin yaşamı hakkında umutlu hissetmesini sağlamaya** yöneliktir. Böylece üyenin yaşamına karşı daha pozitif bir bakış açısı kazanması amaçlanır.

Cevap A

20. Grupla psikolojik danışmada homojen ve heterojen gruplar, grup üyelerinin benzerlik ve farklılıklarına göre oluşturulan grup türleridir. Bu iki grup türü, farklı özellikler ve avantajlar sunar ve belirli durumlarda daha elverişli olabilir.

Homojen Gruplar: Grup üyeleri, benzer sorunlar ve ihtiyaçlara sahiptir. Örneğin, aynı türde bir psikolojik rahatsızlıkla mücadele eden bireyler bir araya gelebilir. Bundan dolayı üyeler, birbirlerinin deneyimlerini daha kolay anlayabilir ve empati gösterebilirler. Ortak deneyimlere dayanarak duygusal destek sağlamak daha kolaydır. Böylece benzer sorunlara sahip üyeler arasında daha hızlı bir uyum ve dayanışma oluşabilir. Grup içindeki bağlar daha güçlü olabilir. Belirli bir psikolojik sorun veya rahatsızlıkla başa çıkan bireylerin oluşturduğu homojen gruplar, üyelerin birbirlerine daha iyi destek olmalarını sağlar. Ayrıca ortak hedeflere sahip üyeler, bu hedeflere daha etkili bir şekilde ulaşabilirler.

Heterojen Gruplar: Grup üyeleri, farklı yaş, cinsiyet, kültürel arka plan, eğitim düzeyi gibi demografik özelliklere sahiptir. Bu, grup içinde çeşitli perspektiflerin ve deneyimlerin paylaşılmasını sağlar. Heterojen gruplarda çeşitli arka planlardan gelen üyeler, birbirlerinin farklılıklarını kabul eder ve kapsayıcı bir ortam oluştururlar. Ayrıca üyeler, farklı bakış açıları ve deneyimler sayesinde birbirlerinden öğrenirler ve kişisel gelişimlerine katkıda bulunurlar. Farklı sosyal becerilere ve deneyimlere sahip bireylerin oluşturduğu heterojen gruplar, üyelerin çeşitli sosyal beceriler geliştirmelerine yardımcı olabilir.

Buna göre soruda verilen öncüllere bakıldığında:

- **Öncül 1 (Doğru):** Homojen gruplar, benzer sorunları ve ihtiyaçları olan bireylerden oluşur. Bu, grup içindeki empati ve destek seviyesini artırabilir, çünkü üyeler birbirlerinin deneyimlerini daha iyi anlayabilirler.
- **Öncül 2 (Doğru):** Heterojen gruplar, farklı demografik özelliklere sahip bireylerden oluşur. Bu, grup içindeki perspektif çeşitliliğini artırabilir ve üyelerin farklı bakış açılarını görmelerine olanak tanır.
- **Öncül 3 (Yanlış):** Homojen gruplar, grup üyelerinin birbirleriyle daha hızlı uyum sağlamalarını

kolaylaştırabilirken, heterojen grupların üyeler arasındaki çatışmaları artıracak kesin bir ifade değildir. Heterojen gruplar, iyi yönetildiğinde zenginleştirici ve geliştirici olabilir.

- **Öncül 4 (Doğru):** Heterojen gruplar, grup üyelerinin farklı bakış açıları ve deneyimler sayesinde daha zengin bir öğrenme ortamı sunmalarını sağlar. Bu, grup içindeki dinamikleri ve etkileşimleri olumlu yönde etkileyebilir.

Cevap E

21. Johnson ve Johnson'un çatışma çözme stilleri, farklı çatışma durumlarına yönelik beş temel yaklaşımı içerir. Bu stiller, bireylerin çatışmaları nasıl ele aldıklarını ve çözmeye çalıştıklarını anlamak için kullanılır. Beş çatışma çözme stili kısaca şöyledir:

Ayıcık (Uyum Sağlama): Ayıcık stili, çatışmalardan kaçınmak ve diğerlerinin isteklerine boyun eğmek üzerine kuruludur. Bu stil, uyum sağlama ve çatışmadan kaçınma eğilimindedir. Diğerlerinin ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarının önüne koymak gerektiğinde kullanılır.

Köpek Balığı (Zorlayıcı): Köpek Balığı stili, çatışmaları agresif bir şekilde ele alır ve kendi isteklerini kabul ettirmeye çalışır. Bu stil, yüksek düzeyde iddialılık ve düşük düzeyde iş birliği içerir. Hızlı ve kararlı bir çözüm gerektiğinde veya önemli bir konuda güçlü bir duruş sergilemek gerektiğinde kullanılır.

Tilki (Uzlaşma): Tilki stili hem kendi ihtiyaçlarını hem de diğerlerinin ihtiyaçlarını dengede tutarak çatışmaları çözmeye çalışır. Bu stil, orta düzeyde iddialılık ve iş birliği içerir. Her iki tarafın da kısmen tatmin olabileceği bir çözüm gerektiğinde kullanılır.

Baykuş (İş birliği): Baykuş stili, çatışmaları yapıcı bir şekilde ele alır ve her iki tarafın da ihtiyaçlarını karşılamaya çalışır. Bu stil, yüksek düzeyde iddialılık ve iş birliği içerir. Her iki tarafın da tam olarak tatmin olabileceği bir çözüm gerektiğinde ve uzun vadeli ilişkiler önemli olduğunda kullanılır.

Kaplumbağa (Kaçınma): Kaplumbağa stili, çatışmalardan tamamen kaçınma ve sorunları görmezden gelme eğilimindedir. Bu stil, düşük düzeyde iddialılık ve iş birliği içerir. Çatışmanın önemsiz olduğu veya çözümün zaman alabileceği durumlarda kullanılır.

Bu çatışma çözme stilleri, bireylerin çatışmaları nasıl ele aldıklarını ve çözmeye çalıştıklarını anlamak için kullanılır. Her stilin kendine özgü avantajları ve dezavantajları vardır ve farklı durumlarda farklı stiller daha etkili olabilir.

Buna göre sorunun öncülleri incelendiğinde:

- I. **Erdem:** Ayıcık, diğerlerinin isteklerine boyun eğerek çatışmalardan kaçınma eğilimindedir.

II. **Aybüke:** Köpek Balığı, agresif bir şekilde çatışmalara girer ve genellikle kendi isteklerini kabul ettirmeye çalışır.

III. **Serhat:** Baykuş hem kendi ihtiyaçlarını hem de diğerlerinin ihtiyaçlarını dengede tutarak çatışmaları yapıcı bir şekilde çözmeye çalışır.

IV. **Seren:** Kaplumbağa, çatışmalardan tamamen kaçır ve sorunları görmezden gelerek içine kapanır.

Cevap A

22. Grupla psikolojik danışmada başlangıç evresi, grup sürecinin temel taşlarını oluşturur ve grubun ilerleyen aşamalarındaki başarısını etkiler. Bu evre, grubun oluşturulması, üyelerin tanışması ve grup dinamiklerinin oluşması için önemlidir. Başlangıç evresinin özellikleri ve ele alınması gereken temel konular şu şekilde özetlenebilir:

Güven ve Güvenlik Oluşturma: Grup üyelerinin kendilerini güvende ve rahat hissetmeleri sağlanmalıdır. Bu, üyelerin duygusal ifadelerini ve katılımını artırır. Grup lideri, açık ve güvenilir bir ortam yaratmak için çaba göstermelidir.

Kurallar ve Beklentiler Belirleme: Grup içinde uyulması gereken kurallar ve beklentiler belirlenmelidir. Bu, grup üyelerinin ne beklemeleri gerektiğini bilmelerini sağlar ve grup sürecinin düzenini korur. Gizlilik, saygı ve katılım gibi temel kurallar vurgulanmalıdır.

Tanışma ve İlişki Kurma: Grup üyeleri arasında tanışma ve ilişki kurma süreçleri teşvik edilmelidir. Üyeler, birbirlerini tanıyarak grup içinde bağlar oluştururlar. Tanışma etkinlikleri ve paylaşımlar, bu süreci destekler.

Grup Amaçları ve Hedefleri Belirleme: Grubun amaçları ve hedefleri net bir şekilde belirlenmelidir. Bu, üyelerin grup sürecine odaklanmasını ve motivasyonunu artırır. Grup lideri, bu hedefleri grup üyeleriyle birlikte belirlemelidir.

Katılım ve Bağlılığı Teşvik Etme: Grup üyelerinin aktif katılımı ve bağlılığı teşvik edilmelidir. Bu, grup sürecinin etkinliğini artırır. Grup lideri, üyelerin katılımını artırmak için açık iletişim ve destekleyici bir yaklaşım sergilemelidir.

Ayrıca başlangıç aşamasında temel konu güven-güvensizliktir. Ara ara sessizlikler, gariplikler, meraklı bekleyişler olabilir, kime güvenileceği, açılabilirceği, kimin güvenli olduğu konusunda şüpheler vardır. Negatif duygular daha yüzeyseldir ve üyeler birbirlerini test ederler.

Buna göre A, B, C ve E seçenekleri başlangıç aşamasıyla ilgilidir. Ancak D seçeneği grubun geçiş aşamasında görülen bir özelliktir.

Cevap D

23. Soru seçeneklerinde yer alan ve grup psikolojik danışma sürecinde kullanılan temel terapötik becerileri kısaca özetlersek:

Bağlama: Psikolojik danışmanın, danışanın daha önceki oturumlarda anlattıkları, yaşadıkları ile o anda anlattıkları ve yaşadıkları arasında paralellik kurmasıdır.

Yetkilendirme: Grup liderinin, üyelerin sorumluluk almalarını ve sorumluluğu paylaşmalarını sağlamak amacıyla grup üyelerinden bazılarını grupta bazı özel görevler vermesidir. Grup lideri, üyelerin kendi güçlerini ve kaynaklarını fark etmelerini ve kullanmalarını teşvik eder.

Yüzleştirme: Psikoterapi içinde, danışmanın danışanı ile empati kurarak, kesin yargılar olmadan, saygı çerçevesi içinde, sözel olarak anlattığı ya da davranışları arasında yaşadığı çatışmaları veya tutarsızlıkları ortaya koymasına yüzleştirme denir. Grup lideri, üyelerin kendi davranışlarını, düşüncelerini ve duygularını fark etmelerini sağlamak için yüzleştirici sorular ve geri bildirimler kullanır. Bu beceri, içgörü ve kişisel gelişim sağlar.

Kendini Açma: Grup lideri veya üyeleri, kendi deneyimlerini ve duygularını paylaşarak, grup içindeki güveni ve samimiyeti artırır. Bu beceri, üyelerin birbirlerine karşı daha açık ve dürüst olmalarını sağlar.

Paylaştırma: Bu bazı grup üyelerinin ifade ve yaşantıları ile diğer grup üyelerinin ifade ve yaşantıları arasında bağ kurulmasına yarayan beceri türüdür. Böylece üyeler benzer olan tutumlarını keşfetme şansı bulur ve de ayrıca kendilerini yalnız hissetmemiş olurlar.

Soruda Nurgül'ün yaşadığı sınav stresini ve bu stresle nasıl başa çıktığını anlatması sonrasında, grup liderinin, diğer üyelerin yaşantı ve duyguları arasında benzer yanlara dikkat çekmek adına, isteyen olursa benzer deneyimlerini gruba aktarabileceğini söylemesi paylaştırma becerisine örnek teşkil eder.

Cevap E

- 24. Şamar Oğlanı:** Grup içinde bir üyenin sürekli hedef haline getirilmesi, eleştirilmesi veya aşağılanmasıdır. Bu rolü üstlenen kişi zamanla kendisini dışlanmış, güvensiz ve etkisiz hissedebilir. Liderin görevi, bu tür olumsuz grup dinamiklerini fark edip müdahale etmek ve güvenli bir ortam sağlamaktır.

Buna göre seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Grup üyelerini birbirlerine karşı saygılı olmaya teşvik etmek, grup güvenliğini artırır. **Doğru yaklaşımdır.**

B seçeneği: Semih'in kendisini ifade edebilmesi için destekleyici bir ortam yaratmak önemlidir. **Doğru yaklaşımdır.**

C seçeneği: Lider, grup içindeki zarar verici dinamikleri görmezden gelerek üyenin yalnız başına mücadele etmesini bekleyemez. Bu, psikolojik danışma prensiplerine aykırıdır. **Bu yaklaşım yanlıştır. Cevap seçeneğidir.**

D seçeneği: Grup üyelerinin bu durumu fark etmelerini sağlamak, olumlu değişim yaratmak için önemli bir stratejidir. **Doğru yaklaşımdır.**

E seçeneği: Semih'in kendi deneyimini paylaşmasına fırsat vermek, grubun bu dinamiği fark etmesine yardımcı olur. **Doğru yaklaşımdır.**

Grup lideri, grup içindeki olumsuz dinamikleri görmezden gelmemeli, aksine destekleyici bir ortam sağlayarak müdahale etmelidir. Bu nedenle doğru cevap "C" şıkkıdır.

Cevap C

- 25. Agorafobi:** Bireyin kalabalık veya açık alanlarda ya da kaçmanın zor olabileceğini düşündüğü yerlerde bulunmaktan yoğun korku duyduğu bir anksiyete bozukluğudur. Belirtiler:

Kalabalık alanlardan kaçınma (ör. toplu taşıma, marketler).

Sıkışık kalma veya yardım alamama korkusu.

Günlük yaşam aktivitelerinde belirgin kısıtlanma.

Nevin'nin kalabalık ve toplu taşıma gibi yerlerden kaçınması ve bu durumun yaşamında kısıtlanmalara yol açması, agorafobi tanısına işaret etmektedir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Panik Bozukluk: Beklenmedik ve tekrarlayan panik ataklarla karakterizedir. Panik ataklar agorafobi ile ilişkili olabilir, ancak Nevin'in belirtileri spesifik olarak ortamlardan kaçınma ve korku temellidir, bu yüzden panik bozukluğu açıklamaz.

C seçeneği: Özgül Fobi: Belirli bir nesne veya durumdan korkmayı ifade eder (ör. köpek korkusu, yükseklik korkusu). Nevin'in durumu, tek bir özgül nesneye değil, daha genel bir duruma bağlıdır.

D seçeneği: Uyum Bozukluğu: Stresli bir yaşam olayına karşı verilen anormal duygusal veya davranışsal tepkiyi ifade eder. Nevin'in durumu spesifik bir stres faktörüyle ilgili olmayıp, belirli ortamlarda yaşadığı korkuyla ilişkilidir.

E seçeneği: Yaygın Anksiyete Bozukluğu: Sürekli ve yaygın bir endişe hali ile karakterizedir. Nevin'in korkuları spesifik yer ve durumlardan kaçınmaya bağlıdır, bu durum yaygın anksiyete bozukluğu tanısına uymaz.

Buna göre Nevin'in kalabalık alanlardan ve toplu taşıma araçlarından kaçınması, bu ortamlarla ilişkili yoğun korku yaşaması ve günlük yaşamının kısıtlanması, agorafobi tanısını destekler. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

26. Enürezis ve Enkoprezisin Etiyolojisi (Nedenleri):

Nörolojik Gelişim Gerilikleri: Enürezis (gece veya gündüz idrar kaçırma) ve enkoprezis (dışkı kaçırma), bazı çocuklarda nörolojik gelişim gerilikleriyle bağlantılı olabilir. Beyin-mesane veya beyin-bağırsak bağlantılarının yeterince olgunlaşmaması, bu durumlara yol açabilir. **(A seçeneği – Doğru)**

Aile İçi Stres ve Duygusal Travmalar: Çocuklar, aile içindeki yüksek stresli durumlar veya duygusal travmalar nedeniyle enürezis veya enkoprezis geliştirebilir. Kaygı, ebeveyn ayrılığı, ev değişikliği gibi faktörler çocuklarda bu durumların ortaya çıkmasına neden olabilir. **(B seçeneği – Doğru)**

Genetik Yatkınlık: Ailede enürezis veya enkoprezis öyküsü varsa, çocuğun da benzer semptomları yaşama ihtimali daha yüksektir. Genetik yatkınlık, mesane kontrol mekanizmalarının geç olgunlaşmasına neden olabilir. **(C seçeneği – Doğru)**

Fiziksel Olgunlaşmanın Gecikmesi: Çocuğun mesane ve bağırsak kontrolünü sağlayacak biyolojik gelişim sürecini tamamlamaması, bu durumlara yol açabilir. Özellikle gece idrar kaçırma durumları, fiziksel olgunlaşmanın gecikmesiyle doğrudan ilişkilidir. **(D seçeneği – Doğru)**

Ancak:

Günlük Rutinlerde Düzenli Tuvalet Alışkanlığı: Günlük tuvalet alışkanlıklarının düzenli olması, bu durumların gelişmesine neden olmaz, aksine önleyici bir faktördür. Düzgün tuvalet eğitimi ve rutine uygun alışkanlık geliştirme, enürezis ve enkoprezis vakalarının önlenmesine yardımcı olur. **(E seçeneği – Yanlış)**

Cevap E

27. Bipolar Bozukluk: Kişinin mani (aşırı enerjik, coşkulu) ve depresyon (yoğun üzüntü, isteksizlik) dönemlerini ardışık olarak yaşadığı bir ruhsal bozukluktur. Belirtiler kısaca şöyledir:

Mani Dönemi: Aşırı enerji, az uyuma, büyük hedefler koyma, aşırı sosyal davranışlar, kendine fazla güven.

Depresyon Dönemi: Yoğun üzüntü, enerji kaybı, değersizlik hissi, sosyal geri çekilme.

- Özgür'ün belirtileri, bu iki zıt duygusal durumu ardışık olarak yaşaması sebebiyle bipolar bozukluğu işaret etmektedir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Majör Depresyon: Sürekli ve tek bir duygu durumunu (yoğun üzüntü ve isteksizlik) içerir. Özgür'ün yaşadığı manik belirtiler, majör depresyonla örtüşmez.

C seçeneği: Distimi: Kişinin uzun süreli ancak daha hafif düzeyde kronik bir depresyon yaşamasıdır. Özgür'ün belirtileri, depresyonun yanı sıra mani dönemlerini de içerdiği için distimi tanısına uymaz.

D seçeneği: Katatoni: Genellikle şizofreni ve diğer ruhsal bozukluklarla ilişkili olarak ortaya çıkar ve kişinin hareket etmeyi bırakması veya garip pozisyonlarda durması gibi motor semptomları içerir. Özgür'ün semptomları bu motor durumları barındırmadığı için katatoniyle ilişkili değildir.

E seçeneği: Uyum Bozukluğu: Belirli bir stres faktörüne karşı verilen anormal duygusal tepkileri kapsar. Özgür'ün durumu, belirli bir stres faktörü yerine, manik ve depresif dönemlerin doğal bir ardışıklığıdır.

Sonuç olarak; Özgür'ün mani ve depresif dönemleri arasındaki dalgalanma, bipolar bozukluk tanısına en uygun örnektir. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

28. **Katepleksi:** Kişinin güçlü duygusal tepkiler (örneğin kahkaha, korku veya öfke) sırasında kas tonusunu aniden kaybetmesi durumudur. Belirtiler kısaca şöyledir:

Aniden ortaya çıkan kas kontrol kaybı.

Genellikle bilincin korunması.

Çoğu zaman narkolepsi ile birlikte görülür.

Mehmet Ali'nin yaşadığı kas kontrol kaybı ve bunun güçlü duygularla tetiklenmesi, katepleksi tanısını desteklemektedir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: İnsomnia: Uykuya dalmada veya uykuyu sürdürmede güçlük yaşanmasıdır. Mehmet Ali'nin durumu uykusuzlukla değil, kas kontrolü kaybıyla ilgilidir.

C seçeneği: Hipersomnia: Aşırı uyuma ve gün boyunca sürekli uyku hali ile karakterizedir. Mehmet Ali'nin durumu, aşırı uyuma veya yorgunlukla ilişkili değildir.

D seçeneği: Karabasan: Genellikle uyku felcini (uyandıktan sonra hareket edememe) ifade eder. Uykuya dalmadan ya da uyandıktan hemen sonra gerçekleşir. Bilinç açıktır. Halüsinasyonlar eşlik edebilir. Mehmet Ali'nin yaşadığı kas kontrol kaybı, uyanırken ve güçlü duygularla bağlantılıdır; bu nedenle karabasanla ilişkisi yoktur.

E seçeneği: Uyurgezerlik: Kişinin uyku sırasında bilinçsizce hareket etmesi veya dolaşmasıdır. Mehmet Ali'nin durumu uyanıklık anında gerçekleştiği için uyurgezerlikle ilgili değildir.

Sonuç olarak; Mehmet Ali'nin güçlü duygular sırasında aniden kas kontrolünü kaybetmesi durumu, katepleksi tanısına en uygun olan belirtidir. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

29. Kişilik bozuklukları, Duygudurum ve Anksiyete Bozukluklarının Tanısal ve İstatistiksel El Kitabında (DSM-V) üç ana kümeye ayrılır. Bu sınıflandırma, kişilik bozukluklarının ortak özelliklerini temel alır:

A Kümesi – Garip ve Eksantrik Davranışlar:

Bozukluklar: Paranoid, Şizoid ve Şizotipal Kişilik Bozuklukları.

Ortak Özellikler: Sosyal izolasyon, tuhaf düşünce ve davranışlar.

B Kümesi – Dramatik, Duygusal ve Dengesiz Davranışlar:

Bozukluklar: Antisosyal, Borderline, Histriyonik ve Narsistik Kişilik Bozuklukları.

Ortak Özellikler: Duygu dalgalanmaları, dikkat çekme isteği ve dürtüsellik.

C Kümesi – Kaygılı ve Korkulu Davranışlar:

Bozukluklar: Kaçınan, Bağımlı ve Obsesif-Kompulsif Kişilik Bozuklukları.

Ortak Özellikler: Aşırı kaygı, bağımlılık ve düzen takıntısı.

Alt Kümelere Ayrılmanın Temel Nedeni: Her küme, bozuklukların benzer düşünce, davranış ve ilişkisel örüntülere göre sınıflandırılması esas alınarak oluşturulmuştur. Bu sınıflama, belirtileri gruplandırarak tanı sürecini kolaylaştırır ve klinik değerlendirmeyi daha etkili hale getirir. **(C seçeneği – Doğru Cevap)**

Diğer seçeneklerin analizi ise şu şekildedir:

A seçeneği – Tedavi Yöntemleri Farklılığı: Yanlıştır, çünkü kümelere ayrılmanın amacı, tedavi yöntemlerinden ziyade bozuklukların ortak özelliklerini sınıflandırmaktır.

B seçeneği – Diğer Psikiyatrik Bozukluklardan Ayırma: Yanlıştır, çünkü kümelere ayrılma, diğer psikiyatrik bozukluklardan ayrılmayı değil, kişilik bozukluklarının kendi içindeki sınıflamasını kolaylaştırmayı amaçlar.

D seçeneği – Bireysel Değerlendirme Yapmadan Toplama: Yanlıştır, çünkü kümelere ayrılma, bireysel belirtileri göz ardı etmek için değil, ortak örüntüleri vurgulamak için yapılır.

E seçeneği – Genetik Aktarım Mekanizmaları: Yanlıştır, çünkü kişilik bozuklukları kümelerine genetik temelli değil, davranışsal ve ilişkisel ortaklıklar üzerinden ayrılır.

Sonuç olarak; kişilik bozukluklarının A, B ve C alt kümelerine ayrılması, bozuklukların benzer düşünce, davranış ve ilişkisel özelliklere sahip olmaları temel alınarak yapılmıştır. Bu nedenle doğru cevap "C şıkkıdır."

Cevap C

30. Otizm Spektrum Bozukluğu: Bireyin sosyal etkileşim, iletişim ve davranış örüntülerinde farklılıklar göstermesiyle karakterize edilen nörogelişimsel bir bozukluktur. Belirtiler kısaca şöyledir:

Sosyal etkileşimde zorlanma, göz teması kurmaktan kaçınma.

Rutinlere bağlılık ve değişikliklere karşı aşırı duyarlılık.

Belirli alanlara yoğun ilgi, güçlü hafıza ve detaylara dikkat.

Dil gelişiminin yaşıtlarından farklı olması.

Seyfettin'in sosyal etkileşimde zorlanması, belirli rutinlere olan bağlılığı ve belirli konulara aşırı odaklanması, Otizm Spektrum Bozukluğu ile en iyi şekilde açıklanabilir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği – DEHB: Dikkat eksikliği, hiperaktivite ve dürtüsellik ile karakterizedir. Seyfettin'in belirtileri dikkat eksikliğinden ziyade, sosyal etkileşim ve rutinlere bağlılık üzerine odaklanmaktadır.

C seçeneği – Anlıksal Yeti Yitimi: Genel bilişsel işlevlerin belirgin şekilde düşük olmasıyla karakterizedir. Seyfettin'in güçlü hafızası ve belirli konulara detaylı odaklanma becerisi, bu tanıyı desteklemez.

D seçeneği– Özgül Öğrenme Güçlüğü: Okuma, yazma ve matematik gibi akademik becerilerde belirgin zorluklarla karakterizedir. Seyfettin'in belirtileri öğrenme güçlüğü yerine sosyal ve davranışsal farklılıkları içermektedir.

E seçeneği – Toplumsal İletişim Bozukluğu: Bireyin sosyal iletişim kurmada zorlanmasıyla ilişkili bir bozukluktur. Ancak Seyfettin'in rutinlere aşırı bağlılığı ve belirli konulara yoğun ilgisi gibi ek özellikler, Otizm Spektrum Bozukluğu ile daha fazla örtüşmektedir.

Sonuç olarak; Seyfettin'in sosyal etkileşimde zorlanması, belirli rutinlere bağlılığı ve aşırı odaklanma özellikleri, Otizm Spektrum Bozukluğu tanısını en iyi şekilde desteklemektedir. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

31. Özel Eğitimde Değerlendirme Sürecinin Aşamaları:

Eğitim İhtiyaçlarının Belirlenmesi (I. ÖNCÜL): İlk aşama, öğrencinin eğitimdeki ihtiyaçlarının ve bireysel farklılıklarının detaylı şekilde analiz edilmesidir. Bu analiz genellikle gözlem, aile görüşmeleri ve genel performans verileriyle yapılır.

Uygun Tanılama Araçlarının Seçilmesi ve Uygulanması (III. ÖNCÜL): Değerlendirme sürecinde ikinci aşamadır. Bu aşamada öğrencinin özel gereksinimleri doğrulanır ve tanılama yapılır. Psikolojik, akademik ve gelişimsel değerlendirme testleri uygulanır.

Destekleyici Eğitim Programlarının Planlanması (II. ÖNCÜL): Tanılama sonuçlarına göre öğrenciye özel bireyselleştirilmiş eğitim programı geliştirilir. Kaynakların doğru şekilde planlanması ve hedeflerin belirlenmesi bu aşamada yapılır.

Performans Değerlendirilmesi ve İlerlemenin İzlenmesi (IV. ÖNCÜL): Son aşamada öğrenciye uygulanan programın etkisi değerlendirilir. Öğrencinin eğitim hedeflerine ne ölçüde ulaştığı kontrol edilir ve program gerektiğinde yeniden düzenlenir.

Buna göre aşamaların doğru sıralaması: A seçeneği, I-III-II-IV şeklindedir.

Cevap A

32. Arzu Listesi, bireyin gelecekle ilgili beklentilerini, ulaşmak istediği hedefleri ve kişisel arzularını belirlemesini sağlayan bir tekniktir. Sevda Hanım'ın bu formda yönelttiği sorular, onun gelecekte nasıl bir hayat istediğini, hangi hedeflere ulaşmayı düşündüğünü anlamaya yöneliktir. Bu nedenle, Sevda Hanım'ın çalışması tam anlamıyla Arzu Listesi kapsamına girmektedir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği – Sosyometri: Grup içindeki sosyal ilişkileri analiz eder, ancak bireyin içsel arzularını ve gelecekteki hedeflerini belirlemez.

B seçeneği – Kendini İfade Etme Testi: Anlık duygu durumlarını ölçmeye yönelik bir tekniktir, ancak geleceğe dair beklentileri anlamaya odaklanmaz.

C seçeneği – Otobiyografi: Bireyin geçmişini anlatmasına yöneliktir, ancak Sevda Hanım'ın etkinliği gelecekle ilgili hedeflerini belirlemeye yönelik olduğu için otobiyografi kapsamına girmez.

D seçeneği– Kime Göre Ben Neyim?: Başka bireylerin kişinin hakkında ne düşündüğünü anlamaya yönelik bir tekniktir, ancak Sevda Hanım'ın yaptığı çalışma başkalarının görüşlerini değil, kendi beklentilerini belirlemeye yöneliktir.

Cevap: E

33. Yaratıcı drama, belirlenmiş ve katı yapılar yerine doğaçlama ve spontanlık içerir. Eğer grup dinamikleri önceden belirlenen kalıplara zorlanırsa, bireylerin özgün deneyimler oluşturma ve ifade etme süreci sekteye uğrar. Grup çalışması yaratıcı drama önemli bir unsur olsa da bireyin özgürce hareket etmesini kısıtlayan sistemler sürecin doğasına aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap "C şıkkıdır."

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği – Katılımcıların sürecin doğasına uygun şekilde etkileşim kurmalarını teşvik etmek. Yaratıcı drama sürecin doğasına uygun etkileşimleri destekleyen bir yaklaşımdır.

B seçeneği – Bireyin kendini ifade etme sürecini desteklemek ve özgün deneyimler oluşturmaya imkân tanımak. Yaratıcı drama, bireyin yaratıcı süreçte özgürce kendini ifade etmesini teşvik eder.

D seçeneği – Eğitim ortamlarında yaratıcı drama tekniklerini kullanarak öğrenme sürecini desteklemek. Eğitim ortamında yaratıcı drama, öğrenmeyi güçlendiren ve aktif katılım sağlayan bir yöntemdir.

E seçeneği – Problem çözme sürecinde yaratıcı dramanın analitik düşünmeyi teşvik etmesine olanak sağlamak. Yaratıcı drama, problem çözme becerilerini ve analitik düşünmeyi geliştiren bir süreçtir.

Cevap: C

34. Bireyi tanıma teknikleri, öğrencilerin kendilerini rahat hissetmeleri gereken süreçlerdir. Otobiyografi kişisel bilgiler içerdiğinden, öğrencilerin özel hayatlarını paylaşmak istememe hakkı vardır. Bu tür çalışmaların gönüllülük esasına dayanması, bireyin kendisini ifade etme konusunda özgür hissetmesini sağlar. Zorunluluk yaratmak, öğrencilerde direnç oluşturabilir ve sürecin amacına ulaşmasını engelleyebilir. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği – Öğrencileri etkinliğe zorlamak: Zorlama, öğrencilerde stres ve direnç oluşturabilir. Kendini ifade etme sürecinde baskı, verimli sonuçlar doğurmaz.

C seçeneği – Etkinliği zorunlu kılacak şekilde yeniden yapılandırarak: Herkesi zorunlu katılıma teşvik etmek, bireysel farklılıkları dikkate almadığı için bireyi tanıma ilkeleriyle çelişir.

D seçeneği – Katılmak istemeyen öğrencileri tamamen muaf tutmak: Öğrencilerin otobiyografiye katılmamaları, onların diğer etkinliklerden dışlanmasını gerektirmez.

E seçeneği – Alternatif bir yöntem sunmak: Alternatif bir yöntem sunmak makul bir çözüm olabilir, ancak en doğru yaklaşım sürecin gönüllülük esasına dayanmasıdır.

Cevap: B

35. Zaman cetveli, bireyin gün içindeki zaman kullanımını analiz etmek ve planlı bir şekilde yönetmesine yardımcı olmak için kullanılan bir tekniktir. Ahsen'in sorunu zaman yönetimi ile ilgili olduğundan, bu teknikte öğrenci günlük aktivitelerini detaylı olarak listeleterek hangi alanlarda zaman kaybettiğini fark edebilir. Bu analiz sonucunda, öğrenci zamanı daha verimli kullanmak için gerekli düzenlemeleri yapabilir. Bundan dolayı doğru cevap "E seçeneğidir"

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği – Problem Tarama Listesi: Problem tarama listesi, öğrencinin yaşadığı genel problemlerin tespit edilmesine yönelik bir tekniktir. Ancak Ahsen'in durumu zaman yönetimi ile ilgili olduğundan, problem tarama listesi kapsamına girmez.

B seçeneği – Derecelendirme Ölçeği: Derecelendirme ölçeği, bir konuda bireyin belirli davranışlarını kategorize ederek ölçmeye yarar. Ancak Ahsen'in zaman yönetimini analiz etmek için uygun bir yöntem değildir.

C seçeneği – Arzu Listesi: Arzu listesi, bireyin geleceğe dair beklentilerini ve ulaşmak istediği hedefleri belirlemeye yöneliktir. Ancak Ahsen'in ihtiyacı, zaman yönetimini incelemek ve düzenlemektir.

D seçeneği – Otobiyografi: Otobiyografi, bireyin geçmiş deneyimlerini anlatmasını sağlarken Ahsen'in zaman kullanımını analiz etmek için doğrudan uygun bir teknik değildir.

Cevap: E

36. Anketin soruları, hedeflenen akademik motivasyonu tam olarak ölçemediği için kapsam geçerliliği zayıftır; ayrıca yalnızca belirli bir öğrenci grubundan veri toplandığı için örnekleme hatası oluşmuştur. **Kapsam geçerliliği**, anketin ölçmesi gereken kavramı ne derece doğru ve eksiksiz bir şekilde ölçtüğünü gösterir. **Örnekleme hatası** ise anketin uygulandığı grubun evreni tam olarak temsil edememesi nedeniyle ortaya çıkar. Bu senaryoda, akademik motivasyonu ölçmek için yapılan anketin bazı soruları doğrudan hedeflenen kavramı ölçmediği için kapsam geçerliliği zayıftır. Ayrıca, anket yalnızca başarılı öğrencilerden yanıt alarak diğer grupları dışladığı için örnekleme hatası oluşmuştur. Bu nedenle doğru cevap "A seçeneğidir."

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

B seçeneği – Soruların yanlış anlaşılması kapsam geçerliliğini düşürse de örnekleme hatası üzerinde etkili değildir. Öğrencilerin yanıtları yanlış anlaması veri kalitesini düşürebilir, ancak örnekleme hatası doğrudan hedef kitleyi temsil eden örneklerin eksikliğinden kaynaklanır.

C seçeneği – Sosyal yaşamla ilgili soruların yer alması örnekleme hatasına yol açmaz, kapsam geçerliliğini düşürür. Örnekleme hatası örnek seçiminin yanlış yapılmasıyla ilgilidir, anket içeriğinin kapsamı ile doğrudan bağlantılı değildir.

D seçeneği – Geniş bir konu yelpazesi olması örnekleme hatasını ve kapsam geçerliliğini tamamen ortadan kaldırmaz. Hedeflenen konu dışındaki sorular, anketin kapsam geçerliliğini azaltabilir ve örnekleme sürecindeki yanlışlıklar hataya sebep olabilir.

E seçeneği – Örnekleme hatası anketin uygulama yöntemiyle doğrudan bağlantılıdır ve kapsam geçerliliği ile ilişkilidir. Anketin kapsam geçerliliği düşük olduğunda, örneklemede yapılan hata sonuçların doğruluğunu daha fazla etkileyebilir.

Cevap: A

37. Görüşme teknikleri bireyin kendini ifade etmesini sağlayan etkili bir araç olsa da elde edilen bilgiler her zaman kesin ve objektif değildir. Görüşmelerde bireyin duygu ve düşünceleri, anlık ruh hali ve dış faktörlerden etkilenebilir. Bu nedenle yanıtlar sübjektif olabilir. Ayrıca görüşmeyi gerçekleştiren uzman, değerlendirme sürecinde kişisel yorumlar yapabilir, bu da bilgilerin objektifliğini azaltabilir. Bu nedenle D seçeneği, “Görüşme her zaman kesin ve objektif bilgi verir” ifadesi yanlış bir bilgidir.

Diğer seçenekleri inceleyecek olursak:

A seçeneği – Bireyi tanıma teknikleri farklı yönleri değerlendirir. Doğru bir bilgidir. Bireyi tanıma teknikleri sadece akademik başarıya değil, sosyal, duygusal ve bilişsel faktörlere de odaklanır.

B seçeneği – Anketler standart sorular içerir. Anketler, bireyin belirli konulardaki duygu, düşünce ve eğilimlerini ölçmek için standart sorular içerir.

C seçeneği – Otobiyografi kişinin geçmişini anlatmasını sağlar. Doğru bir bilgidir. Bireyin geçmiş deneyimlerini anlatması ve kendisini tanıması için kullanılan tekniklerden biridir.

E seçeneği – Problem tarama listeleri zorlukları tespit etmek için kullanılır. Bu bilgi doğrudur. Bireyin yaşadığı zorlukları tespit ederek rehberlik süreçlerine yön verir.

Cevap: D

38. İlgili ve yetenek testi uyumsuz olan bir öğrenci ile ilgili olarak, Tuğçe Hanım hem öğrencinin bireysel farklılıklarını anlamaya yönelik hem de sağlıklı karar verme becerilerini geliştirmeye odaklı bir yaklaşım sergilemelidir. Öğrenciyle birebir görüşme yaparak ilgi ve yetenek alanları arasındaki farkı fark etmesini sağlamak, bu konuda bilgi vermek, alternatifleri keşfetmesini sağlamak, sürece velileri ve öğretmenleri de dahil ederek daha geniş bir destek ağı oluşturmak gibi çalışmalar yararlı olacaktır. Bu nedenle doğru cevap “B seçeneğidir”

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği – Mert’in sadece yüksek yetenek gösterdiği alanlara yönlendirilmesi: İlgili duyduğu alanlar tamamen göz ardı edilirse motivasyonu düşebilir ve mutsuzluk yaşayabilir.

C seçeneği – Mert’in sadece ilgi testine uygun şekilde yönlendirilmesi: Yetenek faktörü tamamen göz ardı edilirse, öğrenci aşırı zorlanabilir ve başarısızlık hissi yaşayabilir.

D seçeneği – Test sonuçlarının tutarsız olduğu kabul edilerek yönlendirme yapılmaması: Bireyin rehberlik sürecinde desteklenmesi gerekir. Kararsızlık yaşaması doğal olsa da yönlendirme yapılmaması etkili bir çözüm sunmaz.

E seçeneği – Sosyal çevre ve aile görüşleri dikkate alınarak yönlendirilme: Mert’in kendi ilgi ve yeteneklerine dayalı bir plan oluşturması gerekir. Ailesinin ve çevresinin baskısı ile yönlendirme yapılması sağlıklı değildir.

Cevap: B

39. Mesleki olgunluğun temelinde öz farkındalık yer alır. Öğrencinin güçlü yönlerini, değer yargılarını ve ilgilerini tanıması, onun için en uygun mesleği seçmesini sağlar. Bu farkındalık sağlanmadan yapılan seçimler, ileride pişmanlığa ve doyumsuzluğa neden olabilir. Bundan dolayı cevap "kendi ilgi, değer ve yeteneklerinin farkına varması" yani "C" seçeneğidir.

Diğer seçenekleri açıklayacak olursak:

A seçeneği: Akademik notlarının yüksek olması: Bu, kariyer planlamasında önemli olabilir; ancak temel bir ön koşul değildir. Öğrencinin ne istediğini bilmeden yüksek notlara sahip olması, sağlıklı bir meslek seçimini garanti etmez. Akademik başarı, kariyer planlamasının sonucu olabilir; fakat başlangıç noktası değildir.

B seçeneği: Popüler mesleklerin tanıtılması: Popüler mesleklerin tanıtılması öğrencinin ufkunu açabilir ama bu, kişisel uygunluğu göz ardı edebilir. Her öğrenci için popüler olan meslek uygun olmayabilir. Bu tanıtımlar faydalıdır, ancak bireysel farkındalık olmadığında yanlış yönlendirme riski taşır.

D seçeneği: Ailelerin yönlendirici rol üstlenmesi: Aile desteği önemli olsa da karar sürecinin merkezinde öğrenci yer almalıdır. Aile baskısıyla veya sadece aile tercihiyle yapılan meslek seçimleri, öğrencinin ilgileriyle çelişebilir.

E seçeneği: Üniversite giriş sınavlarında başarılı olması: Sınav başarısı bir sonuçtur; karar verme sürecinden sonra gelir. Öğrenci önce ne istediğini bilmeli, sonra o hedefe ulaşmak için çalışmalıdır. Aksi hâlde, başarılı olsa bile yanlış bir alana yönelmiş olabilir.

Cevap: C

40. Bu model öğrencilerin meslek seçiminde ya da yön değişikliğinde yaşadıkları duygusal ve düşünsel geçişleri anlamak için oldukça işlevseldir. Öğrencilere bu sürecin doğal, geri dönüşlü ve zaman alıcı olduğunu öğretmek, onlara psikolojik güvenlik sağlar. Bridges'in Kariyer Geçiş Modeli, üç temel aşamadan oluşur:

Sonlanma

Nötr Bölge

Yeni Başlangıç

1.aşama-Sonlanma: Bu aşama, bireyin mevcut durumunu geride bırakmasıdır. Kayahan, sağlık alanına olan ilgisini kaybediyor ve doktorluk isteğinden vazgeçmeye başlıyor. Bu, onun zihinsel olarak eski kimliğinden ayrıldığı "sonlanma" evresidir.

2. aşama-Nötr Bölge: Bu aşama bir geçiş sürecidir. Belirsizlikler, sorgulamalar ve keşifler yer alır. Kayahan grafik tasarıma yönelmeye başlıyor ama henüz net bir yol haritası yok. Araştırmalar yapıyor, öğreniyor, deneyimliyor. Bu tipik bir nötr bölge sürecidir.

3. aşama-Yeni Başlangıç: Bu aşamada kişi yeni kimliğini kabullenir ve yeni yönüne bağlılık geliştirir. Kayahan artık grafik tasarımı ciddiyetle ele alıyor, projeler yapıyor, kendini geliştiriyor. Bu, onun için bir yeni başlangıçtır.

Buna göre doğru sıralama Sonlanma – Nötr Bölge – Yeni Başlangıç

Cevap: B

41. Bilgiyi İşleme Kuramı, özellikle Peterson, Sampson ve Reardon gibi kuramcılar tarafından geliştirilmiştir. Bu kuram, bireyin kariyer kararlarını bir bilişsel problem çözme süreci olarak ele alır. Temel varsayımlar şöyledir:

Karar verme bilinçli bir zihinsel süreçtir. Kişi, bilgi toplar, değerlendirir, işler ve karar verir.

Öz farkındalık ve seçenek farkındalığı esastır. Kişi kendini tanımalı (öz farkındalık) ve meslekleri tanımalıdır (seçenek farkındalığı).

Karar verme, öğretilebilir bir beceridir. Öğrencilere karar verme becerileri kazandırılabilir.

Kariyer problemlerinin çözümü, **üst düzey bellek işlevleri gerektiren** bir görevdir.

Bireyin kariyer sorunlarını çözmesinde '**motivasyon**' önemli bir öğedir.

Kariyer seçimleri, bilişsel ve duygusal süreçlerin karşılıklı etkileşimlerinin bir sonucudur.

Kariyer seçimleri bir **problem çözme** eylemidir.

Bireyin kariyer problemlerini çözme kapasitesi; bilişsel işlemler kadar, geçerli bilgilere sahip olmaya bağlıdır.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: "Bireylerin karar verme becerileri geliştikçe daha sağlıklı kariyer seçimleri yapabilecekleri" Doğrudur. Bilgiyi işleme kuramı, karar vermenin öğretilebilir olduğunu savunur. Bu nedenle bu görüşle bağdaşır.

B seçeneği: "Meslek seçiminin, bireyin zihinsel süreçleriyle yönlendirilen bir problem çözme süreci olduğu" Tam olarak kuramın temelidir. Kariyer seçimi, bilgiyi toplama ve analiz etme süreciyle gerçekleşir.

C seçeneği: "Kariyer kararlarının çevresel koşullara tam uyum sağlamak amacıyla otomatik biçimde geliştiği" **Yanıltır.** Bu görüş, daha çok çevresel belirleyimci kuramları (örn. davranışçı yaklaşımlar) yansıtır. Bilgiyi İşleme Kuramı, bireyin pasif değil; aktif karar verici olduğunu savunur. Otomatik kararlar değil, bilinçli ve stratejik kararlar öne çıkar.

D seçeneği: "Öğrencilerin öz farkındalık ve seçenek farkındalığı kazandıkça karar verme yeterlikle-

rinin arttığı" Doğrudur. Kuramın "İASDU döngüsü" gibi yapıları, bu tür farkındalıkları temel alır.

E seçeneği: "Bireyin ilgi, değer ve yetenek bilgilerini işleyerek kendi için en uygun mesleki yolu seçebileceği" Kuramın temel hedefidir. Bilgi işleme, bu tür verileri değerlendirme sürecidir.

Cevap: C

42. Ginzberg'in Gelişimsel Kariyer Kuramı, bireyin meslek seçimini bir süreç olarak ele alır ve bu süreci yaşa dayalı üç ana dönem ve bazı alt evrelerle açıklar. Kuram, meslek seçiminin sabit değil; zamanla gelişen, deneme-yanılma ve farkındalıkla şekillenen bir karar olduğunu savunur.

1. Hayal Dönemi (Yaklaşık 0–11 yaş): Çocuklar meslekleri gerçeklikten çok hayal gücüyle değerlendirir. Meslekler çoğunlukla çevreden duyulan popüler mesleklerdir (doktor, öğretmen, polis vs.). Gerçekçi yetenek, ilgi veya koşullar dikkate alınmaz. Oyunlar ve medya bu tercihlerde etkili olabilir.

2. Deneme Dönemi (11–17 yaş): Bu dönem, bireyin kendi ilgi, yetenek ve değerlerini keşfetmeye başladığı süreçtir. Üç alt evresi vardır:

İlgi Evresi (11–12 yaş): Çocuklar ilgilerine göre mesleklere yönelir. Kendi istekleri, sevdiği alanlar ön plandadır.

Yetenek Evresi (13–14 yaş): Birey, hangi alanda başarılı olduğunu fark etmeye başlar. Seçimlerinde yetenekleri dikkate almaya başlar.

Değer Evresi (15–16 yaş): Mesleğin yaşam tarzı, geliri ve sosyal statüsü değerlendirilir. Kendi değer yargıları doğrultusunda meslek seçimine yaklaşır.

Geçiş Evresi (17 yaş): Gerçekçi döneme geçişte kararsızlık veya değişim yaşanabilir.

3. Gerçekçi Dönem (17–21 yaş): Bu dönem bireyin daha somut, bilinçli ve uygulanabilir kararlar aldığı süreçtir. Üç alt aşaması vardır:

Keşfetme (17–18 yaş): Aday meslekler araştırılır; staj, gözlem, danışmanlık gibi etkinliklerle desteklenebilir.

Billurlaşma (19–21 yaş): Alternatifler arasından birkaç seçenek belirlenir, elemeler yapılır. Amaca bağlanma aşaması.

Belirleme (21–22 yaş): Kesin karar, net seçim yapılır ve birey mesleki yolculuğunu başlatır (eğitim tercihi, iş başvurusu vb.).

Berfin'in gelişim süreci ile ilgili doğru sırama;

→ Berfin'in veterinerlik istemesi; hayal gücüne dayalı meslekler seçer; ilgi ve değerler daha soyuttur.

→ Berfin'in mühendislik ilgisi; Deneme Dönemi

(11–17 yaş): İlgi, yetenek ve değerlerin dikkate alındığı, seçeneklerin düşünülmeyle başladığı dönemdir.

→ Berfin'in mimarlığa yönelip tercih yapması; Gerçekçi Dönem (17–21 yaş): Birey seçeneklerini değerlendirir ve gerçek koşullara göre karar verir.

Hayal dönemi – Deneme dönemi – Gerçekçi dönem şeklindedir.

Cevap: B

43. Bu durum Donald Super'in Yaşam Boyu Gelişim Kuramı ile en iyi açıklanabilir. Çünkü; Super'e göre mesleki gelişim bir ömür boyu süren bir süreçtir ve birey yaşamın farklı dönemlerinde farklı roller üstlenir. Bu kurama göre bireyler yaşadıkları deneyimlere ve gelişim dönemlerine göre ilgi ve değerlerini yeniden şekillendirebilir. Melis'in meslek ilgilerinin zamanla değişmesi ve kariyer hedefinin evrilmesi bu görüşle doğrudan örtüşür. Super ayrıca bireyin kendini gerçekleştirme sürecinde mesleği bir kimlik aracı olarak kullandığını savunur. Melis'in sosyal medyada kendi çizimlerini paylaşması da bu sürecin bir parçası olarak yorumlanabilir. Bu nedenle cevap "A" seçeneğidir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

B seçeneği: Roe – İhtiyaç Temelli Meslek Kuramı: Bu kuram, bireyin erken çocuklukta yaşadığı ihtiyaçların meslek seçimini etkilediğini savunur. Ancak Melis'in hikayesinde psikodinamik temelli ihtiyaçlardan ziyade zamanla değişen ilgi alanları söz konusu.

C seçeneği: Tiedeman – Karar Verme Kuramı: Bu kuram, karar verme sürecine odaklanır; ancak Melis'in hikayesi karar anından çok, zaman içinde değişen ilgi ve değerleriyle ilgilidir.

D seçeneği: Holland – Tipoloji Kuramı: Bu kuram bireylerin kişilik tipine göre meslekleri seçtiğini söyler. Ancak burada kişilik tipi sabit kalıp meslek değişmemektedir, ilgi ve değerlerde bir evrim söz konusudur.

E seçeneği: Krumboltz – Şans Olayları Kuramı: Bu kuram beklenmedik olayların meslek seçimini nasıl etkilediğini açıklar. Melis'in ilgisinin değişmesi doğal ve gelişimsel bir süreçtir, rastlantısal bir olay sonucu değildir.

Buna göre Melis'in mesleki ilgilerinin zamanla değişmesi ve bu değişimin gelişimsel süreçle açıklanması, Super – Yaşam Boyu Gelişim Kuramı ile en iyi şekilde açıklanabilir.

Cevap: A

44. Zeliha'nın yaşadığı bu durum Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı (Lent, Brown & Hackett) çerçevesinde ele alınabilir. Bu kuram, bireylerin kariyer gelişiminde üç temel kavrama vurgu yapar:

Öz-yeterlik inançları: Bireyin belirli bir işi yapabileceğine dair inancı.

Sonuç beklentileri: Belirli bir davranışın sonucunda ne olacağına dair beklentiler.

Kişisel hedefler: Bireyin ulaşmak istediği mesleki amaçlar.

Zeliha'nın durumunda öz-yeterlik inancı (yani "Ben bu işi yapabilirim" düşüncesi) dışsal olumsuz yorumlar nedeniyle zedelenmiştir. Ancak burada **basın olan faktör**, "Kadınlar bu alanda zorlanıyor" gibi genellemeler yüzünden yazılım mühendisliği alanında başarılı olamayacağına dair olumsuz bir sonuç beklemesidir.

Zeliha aslında yeteneklidir, ama bu alana girerse başarılı olamayacağı, kabul görmeyeceği, dışlanacağı gibi olumsuz sonuçlar beklediği için bu alandan uzaklaşmayı düşünmektedir. Bu da SBKK kapsamında olumsuz sonuç beklentisine girer.

Cevap: B

45. 2020 Sınıf Rehberlik Programı, öğrencilerin akademik, kariyer ve kişisel-sosyal alanlardaki gelişimlerini desteklemeyi amaçlamaktadır. Programda yer alan üç temel gelişim alanı ve her birinin kapsadığı yeterlilikler şöyledir:

Akademik Gelişim Alanı: Bu gelişim alanı, öğrencilerin akademik başarılarını artırmaya ve eğitim süreçlerinde daha etkin olmalarına yönelik kazanımları içerir. Okula ve çevreye uyum, akademik anlayış ve sorumluluk, eğitsel planlama ve başarı yeterliliklerini kapsar. Bunlara yönelik bazı kazanımlar şöyledir:

- **Çalışma Becerileri ve Disiplini:** Öğrencilere etkili çalışma alışkanlıklarını kazandırma.
- **Zaman Yönetimi:** Öğrencilerin ders çalışma ve diğer aktiviteler için zamanlarını etkili bir şekilde yönetmelerini sağlama.
- **Hedef Belirleme:** Öğrencilerin kısa ve uzun vadeli akademik hedefler oluşturabilmesi.
- **Akademik Performansın Takibi:** Eğitim sürecindeki güçlü ve zayıf yönlerini analiz edebilme.

Kariyer Gelişim Alanı: Bu alan, öğrencilerin ilgi alanlarını ve yeteneklerini keşfetmelerini, kariyer hedefleri oluşturabilmelerini ve meslekler hakkında bilinç kazanmalarını sağlar. Kariyer farkındalığı, kariyer hazırlığı ve kariyer planlama yeterliliklerini kapsar. Bunlara yönelik bazı kazanımlar şöyledir:

- **Kariyer Planlama:** Bireysel ilgi ve yeteneklere uygun kariyer yollarını belirleme.
- **Meslekleri Tanıma:** Farklı mesleklerin gerekliliklerini ve özelliklerini öğrenme.
- **İş Dünyasına Hazırlık:** İş başvuru süreçleri ve profesyonel beceriler geliştirme.
- **Eğitim ve Kariyer İlişkisi:** Eğitimdeki seçimlerin kariyer üzerindeki etkilerini kavrama.

Kişisel ve Sosyal Gelişim Alanı: Bu alan, öğrencilerin sosyal becerilerini geliştirmeyi, öz farkındalık kazanmalarını ve sağlıklı ilişkiler kurmalarını destekler. Benlik farkındalığı, kişisel güvenliğini sağlama, kişilerarası beceriler, duyguları anlama ve yönetme, karar verme yeterliliklerini kapsar. Bunlara yönelik bazı kazanımlar şöyledir:

- **Duygusal Farkındalık:** Öğrencilerin kendi duygularını tanımları ve ifade etmeleri.
- **Sosyal Beceriler:** Sağlıklı iletişim kurma, empati geliştirme ve grup içinde iş birliği yapma.
- **Problem Çözme ve Karar Verme:** Günlük hayatta karşılaşılan sorunlarla başa çıkma ve bilinçli kararlar alabilme.
- **Kişisel Güçlenme:** Kendine güven geliştirme ve zorlayıcı durumlarla baş etme.

Bu çerçevede sorunun seçenekleri değerlendirildiğinde: A, B, C ve D seçenekleri doğru eşleştirmeyi içermektedir. Ancak E seçeneğindeki "problem çözme becerileri geliştirerek duygusal dayanıklılığı artırma" kazanımı akademik gelişim alanı ile değil kişisel sosyal gelişim alanı ile ilgili olduğundan yanlıştır.

Cevap: E

46. Rehberlik Programının Geliştirilme Aşamaları çerçevesinde soruyu değerlendirecek olursak:

A. Planlama: Bu aşamada, ihtiyaç analizi yapılır ve programın temel hedefleri ile kapsamı belirlenir. Yukarıdaki senaryoda ihtiyaç analizi yapılmış ve hedefler tanımlanmıştır. Bu nedenle, planlama aşaması doğru bir şekilde tamamlanmıştır.

B. Tasarlama: Belirlenen hedeflere uygun olarak rehberlik etkinlikleri, programın detaylı yapısı ve içeriği oluşturulur. Senaryoda bu aşama, hedeflere uygun etkinliklerin geliştirilmesiyle tamamlanmıştır.

C. Uygulama: Hazırlanan rehberlik programı, öğrenci, öğretmen ve velilerle uygulamaya konulur. Programın okul içinde uygulanabilirliği önemlidir ve senaryoda bu aşamanın gerçekleştirildiği ifade edilmiştir.

D. Değerlendirme: Uygulanan programın etkili olup olmadığını ölçmek için değerlendirme çalışmaları yapılmalıdır. Bu aşama, programın güçlü ve zayıf yönlerini ortaya koyar ve ileride yapılacak geliştirme çalışmaları için yol gösterir. Senaryoda bu aşamanın, programın etkili olup olmadığını belirlemek için geri bildirim ve sonuç odaklı bir analizler yapılarak tamamlandığı görülmektedir.

E. Geliştirme: Değerlendirme sonuçlarına dayanarak programın iyileştirilmesi ve daha etkili hale getirilmesi sağlanır. **Senaryoda, değerlendirme eksik olduğu için geliştirme aşaması da tamamlanmamıştır.**

Geliştirme aşaması için yapılabilecek uygulamalardan bazıları şöyledir:

- Değerlendirme sonuçlarına göre programın eksik yönleri belirlenir ve iyileştirme önerileri uygulanır.
- Eksik görülen alanlara yönelik yeni etkinlikler eklenebilir veya mevcut etkinlikler yeniden düzenlenebilir.
- Programın düzenli aralıklarla gözden geçirilmesi sağlanarak sürekli gelişim hedeflenir.

Cevap: E

47. Pozitif korelasyon, iki değişkenin aynı yönde hareket ettiğini ifade eder. Yani bir değişkenin değeri arttığında, diğer değişkenin değeri de artar. Bu ilişki, doğrusal bir artışa işaret eder. Pozitif korelasyon katsayısı, 0 ile +1 arasında bir değer alır. Değere yaklaştıkça ilişkinin gücü artar. Korelasyon katsayısının 0,90 olması, deneme sınavı sonuçları ile öğrencilerin üniversitedeki başarı durumları arasında çok güçlü bir pozitif ilişki olduğunu gösterir. Bu durumun yorumu şu şekilde yapılabilir:

Güçlü ve Anlamlı İlişki: Deneme sınavından yüksek başarı gösteren öğrenciler, üniversite programlarında da genellikle başarılıdır. Aynı şekilde, düşük deneme sınavı puanları, üniversitedeki başarısızlık ile ilişkilendirilebilir.

Tahmin Gücü Yüksek: Deneme sınavı sonuçları, öğrencilerin üniversitedeki başarı durumlarını tahmin etmek için güvenilir bir ölçüttür. Örneğin, bir öğrencinin deneme sınavındaki puanı ne kadar yüksekse, üniversitedeki performansının da o kadar yüksek olması beklenir.

Faktörlerin Doğrusal Bağlantısı: İki değişken arasındaki ilişki doğrusal bir yapıdadır. Yani, deneme sınavı puanlarındaki artış ile üniversite başarısı arasında tutarlı bir artış gözlenir. Bu, sistemin genel tutarlılığını ve sınavların ölçme geçerliğini destekler.

Önemli Akademik Veri: Eğitim kurumları için bu ilişki, deneme sınavlarının etkili bir şekilde üniversite başarısını öngörebildiğini gösterir. Örneğin, doğru yapılandırılmış deneme sınavları, öğrencilerin gerçek yeteneklerini ölçmekte oldukça etkili olabilir.

Korelasyon Nedensellik Değildir: Korelasyon, iki değişken arasındaki ilişkiyi gösterir ancak birinin diğerine neden olduğunu kanıtlamaz. Örneğin, yüksek deneme sınavı puanları doğrudan üniversite başarısına neden olmayabilir; arka planda başka faktörler (çalışma alışkanlıkları, motivasyon vb.) etkili olabilir.

Buna göre öncülleri değerlendirdiğimizde:

ÖNCÜL: Deneme sınavı soruları birbiriyle tutarlıdır. Bu sonuç korelasyon ile ilişkili değildir. Araştırma deneme sınavı sonuçları ile yerleşilen üniversite programlarındaki başarı ilişkisini incelemektedir. **Bu yorum yapılamaz.**

ÖNCÜL: Deneme sınavı ölçüt puanları iyi yansıtmıştır. Ölçüt puanlar üniversite programlarındaki başarıdır. Dolayısıyla deneme sınavları bu başarıyla doğrusal bir yapı oluşturmaktadır. **Bu yorum yapılabilir.**

ÖNCÜL: Deneme sınavındaki her bir soru farklı bir özelliği ölçmüştür. Bu durum geçerlik ile ilgili olup, geçerlik analizleriyle anlaşılabilir. Bu sonuç korelasyon ile ilişkili değildir. **Bu yorum yapılamaz.**

ÖNCÜL: Deneme sınavı öğrencilerin başarılarını yordamada güvenilirdir. Deneme sınavı sonuçları, öğrencilerin üniversitedeki başarı durumlarını tahmin etmek için güvenilir bir ölçüt oluşturmıştır. **Bu yorum yapılabilir.**

ÖNCÜL: Deneme sınavı öğrencilerin gelecekteki başarılarını kestirebilmiştir. Deneme sınavı sonuçları, öğrencilerin üniversitedeki başarı durumlarını tahmin etmek için güvenilir bir ölçüt oluşturmıştır. **Bu yorum yapılabilir.**

Dolayısıyla verilen duruma göre II, IV ve V. Öncüller doğrudur.

Cevap: A

48. ÖLÇÜM VE VERİ ANALİZ SÜREÇLERİNDE HATALARIN TÜRLERİ

Sabit Hata: S ürekli olarak aynı miktarda hata yapılması ile ilgili hatadır. Örnek: Bir tartının tüm ölçümleri 2 kg fazla göstermesi. Bir öğretmenin herkese 10 puan fazla vermesi... gibi

Sistematik Hata: Belirli bir yönü olan, ölçüm sürecinden kaynaklanan hatalardır. Bu hatalar tekrarlayan bir karakteristik gösterir ve genellikle bir yanlışlık ya da kusurdan kaynaklanır. **Örnek: Boy ölçüm cihazının** her 10 cm için 1 cm kısa ölçmesi, Bir öğretmenin kızlara 10 puan fazla vermesi... gibi.

Tesadüfi Hata: Rastgele ortaya çıkan ve tahmin edilemeyen hatalardır. Bunlar genellikle insan faktörü, ortam koşulları veya ölçüm cihazlarının geçici değişkenliklerinden kaynaklanır. **Öğretmenin öğrencinin puanını yanlış hesaplaması... gibi**

Standart Hata: Standart hata, bir örneklem istatistiğinin (örneğin, örneklem ortalaması) gerçek evren istatistiğinden ne kadar sapabileceğini ölçer. **Örneklemden evrene genelleme yaparken hata payını anlamak için kullanılır. Örnek: Bir sınıftaki öğrenci ortalamasına dayanarak tüm okulun ortalamasını tahmin etmek istediğinizde, standart hata bu tahminin doğruluğunu ölçer.**

Cimrilik Hatası: Derecelendirme ölçeklerine karışan, araştırmacıdan kaynaklanan kişisel yanlışlık hatalarından biridir.

Bu açıklamalar ışığında soruyu değerlendirdiğimizde, Aliye düşük not almasını hocayla tartışmasına bağlamıştır. Bu durumda hocanın tutumuna bağlı olarak düşük not aldığı düşünüldüğünde bu sistematik hataya örnektir. Sistematik hatada hatanın kaynağı ve miktarı bilinebilir, fakat tüm öğrencilere aynı oranda yansımaz.

Cevap: B

49. BİREYSEL VE KÜLTÜREL FARKLILIKLARA DUYARLILIK İLKESİ NEDİR?

Bu ilke, psikolojik danışmanların danışanlarının bireysel, etnik, kültürel ve sosyal geçmişlerini anlamaya çalışmasını ve bu farklılıklara duyarlı bir şekilde hizmet sunmasını gerektirir. Danışmanın kendi önyargılarından arınmış bir şekilde yaklaşması ve danışanın kimliğini oluşturan değerleri ve bağlamları anlaması bu ilkenin temelidir.

Seçeneklerin analizi şu şekildedir:

A) Danışanın kültürel bağlamını dikkate almadan, genel geçer çözümler sunmaya devam etmek.

- Yanlıştır. Danışmanın, danışanın bireysel ve kültürel farklılıklarını göz ardı etmesi hem etik açıdan yanlış hem de profesyonel olmayan bir davranıştır. Bu durum, danışanın ihtiyaçlarının doğru bir şekilde karşılanmasını engeller.

B) Danışanın kültürel farklılıklarını göz ardı ederek sadece danışmanlık sürecine odaklanmak.

- Yanlıştır. Kültürel farklılıkları görmezden gelmek, danışanın kendisini anlaşılmamış hissetmesine neden olur ve danışmanlık sürecinin etkinliğini azaltır. Bu, bireysel ve kültürel duyarlılık ilkesine aykırıdır.

C) Danışanın sorunlarını çözmek için bir başka danışmanlık uzmanını yönlendirmek yerine süreci olduğu gibi sürdürmek.

- Yanlıştır. Eğer danışman kültürel duyarlılık geliştiremez veya danışanın ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanırsa, danışanı daha uygun bir uzman yönlendirmek hem etik hem de profesyonel bir çözüm olacaktır.

D) Danışanın yaşadığı sorunları kendi bireysel deneyimleriyle karşılaştırarak empati kurmaya çalışmak.

- Kısmen doğru olabilir, ancak burada danışanın kültürel bağlamına özgü bir anlayış geliştirilmeden bireysel deneyimler temel alınırsa yetersiz bir yaklaşım olur. Danışanın ihtiyaçlarına özel bir çözüm sunulamaz.

E) Danışanın kültürel bağlamını anlamak için kendini eğitmek ve danışanın ihtiyaçlarına duyarlı bir şekilde yaklaşmak.

- Doğru bir davranıştır. Danışanın yaşadığı kültürel farklılıkları anlamak ve bu doğrultuda profesyonel hizmet sunmak, bireysel ve kültürel duyarlılık ilkesine uygun bir yaklaşımdır. Danışmanın kendini eğitmesi ve danışana özel çözümler sunması etik açıdan doğru bir tutumdur.

Buna göre psikolojik danışmanlıkta bireysel ve kültürel farklılıklara duyarlılık, danışanın kültürel değerlerini anlamayı ve bu değerlere saygı duymayı gerektirir. E şığında belirtilen davranış, danışanın kendisini anlaşılmış hissetmesini sağlar ve danışmanlık sürecinin daha etkili olmasına katkıda bulunur. Ayrıca, danışmanın kendi yeterliliklerini geliştirmek için çaba göstermesi, mesleki gelişim açısından da önemlidir.

Cevap: E

50. YETKİNLİK İLKESİ

Yetkinlik, psikolojik danışmanların yalnızca eğitim aldıkları, deneyim sahibi oldukları ve uzmanlık kazandıkları alanlarda hizmet sunmalarını zorunlu kılan temel bir etik ilkedir. Bu ilke, danışanın güvenliği ve danışma sürecinin etkililiğini korumak adına büyük önem taşır. Danışmanın yetkin olmadığı bir alanda çalışması, etik ihlallerin yanı sıra danışana zarar verme riskini de doğurabilir.

Seçeneklerin analizi şu şekildedir:

A) Danışanı alanında yetkin bir başka profesyonel destek sağlayıcıya yönlendirir.

- Doğru bir davranıştır. Eğer danışman bir konuda uzmanlık sahibi değilse, danışanı alanında eğitimli ve yetkin bir profesyonele yönlendirmek etik ilkelere uygun bir tutumdur. Bu şekilde danışanın en iyi şekilde desteklenmesi sağlanır.

B) Danışanın durumuyla ilgili daha fazla bilgi toplar ve uzmanlık alanı dışında olduğunu fark etse bile danışmayı sürdürür.

- Yanlıştır. Bir danışman, yetkin olmadığı bir alanda hizmet sunmaya devam edemez. Danışman, danışanın durumuna zarar vermemek adına onu doğru bir yönlendirme yapmalıdır.

C) Yetkin olmadığı bir terapi tekniğini uygulayarak danışanın ihtiyacını karşılamaya çalışır.

- Kesinlikle yanlış bir davranıştır. Yetkin olunmayan bir teknik kullanmak, danışanın zarar görmesine ve etik ihlale neden olabilir. Bu, meslek etiğine tamamen aykırıdır.

D) Kendini geliştirmek için online bir kurs alarak bu konuda temel bilgi edinir ve danışana destek vermeye devam eder.

- Yanlıştır. Danışmanın bir konuda yetkinlik kazanması için kapsamlı eğitim ve süpervizyon alması gerekir. Online bir kurs temel bilgi sağlasa da danışmanlık uygulamaları için yetkinlik kazanmak yeterli değildir.

E) Danışandan bu konuda deneyim kazanmasına izin vermesi için anlayış talep eder.

- Yanlıştır. Psikolojik danışmanlık süreci, danışmanın deneyim kazanma aracı olarak kullanılmaz. Danışanın güvenliği ve refahı, her zaman

birinci öncelik olmalıdır.

Buna göre, psikolojik danışmanlık sürecinde yetkinlik ilkesi, danışanın ihtiyaçlarını doğru şekilde karşılamamanın temel şartlarından biridir. Danışmanın eğitim almadığı veya deneyim sahibi olmadığı bir alanda çalışması hem etik kuralların ihlali hem de danışanın güvenliğini tehlikeye atar. Bu nedenle, danışanın en iyi şekilde desteklenmesi için gereken yönlendirme mutlaka yapılmalıdır.

Cevap: A

MEB AGS ÖABT

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ÇÖZÜM

6

1. Bu testte 50 soru vardır.

1. **Psikanaliz (A Şıkkı):** Freud'un geliştirdiği bu ekol, bilinçdışı süreçleri ve çocukluk deneyimlerini temel alır. Davranışları çevresel faktörlerden çok bilinçdışı dürtüler ve içsel çatışmalarla açıklar.

Hümanizm (B Şıkkı): Kişinin kendini gerçekleştirme sürecine ve içsel potansiyeline odaklanır. Çevresel koşullardan çok bireyin iç dünyasına vurgu yapar.

Bilişsel Psikoloji (C Şıkkı): İnsan zihninin bilgi işleme süreçlerine odaklanır. Düşünce, bellek ve problem çözme mekanizmalarını inceler.

Davranışçılık (D Şıkkı – Doğru Cevap): B.F. Skinner ve John Watson gibi psikologlar tarafından geliştirilen bu ekol, yalnızca gözlemlenebilir davranışları inceler. Koşullanma süreçleri (Pavlov'un klasik koşullanması, Skinner'in edimsel koşullanması) ile öğrenmenin nasıl gerçekleştiğini açıklar. Bilinçdışı süreçleri değil, çevresel uyarıcılara verilen tepkileri ele alır.

Gestalt Psikolojisi (E Şıkkı): İnsan algısının bütüncül bir şekilde nasıl şekillendiğini inceler. Algı süreçlerini daha çok vurgular, ancak davranışları çevresel faktörlerle değil, içsel organizasyonla açıklar.

Davranışçılık, gözlemlenebilir davranışları, çevresel uyarıcılara verilen tepkileri ve öğrenme süreçlerini temel alan bir psikoloji ekolüdür. Bilinçdışı süreçleri veya içsel deneyimleri değil, dış faktörlerin bireyin davranışlarını nasıl şekillendirdiğini vurgular.

Cevap: D

2. **Nöron:** Sinir sisteminin temel birimidir ve elektriksel sinyallerin iletiminden sorumludur. Nöronlar hücre gövdesi (soma), dendritler ve aksondan oluşur.

Dendritler: Diğer nöronlardan gelen sinyalleri alır ve hücre gövdesine iletir.

Sinaps: Nöronlar arası iletişim noktasıdır. Bu iletişim, nörotransmitterler aracılığıyla kimyasal olarak sağlanır.

Miyelinleşme: Akson etrafında miyelin kılıfının oluşmasıdır ve sinyal iletim hızını artırır. Miyelinsiz aksonlarda iletim daha yavaştır.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A Şıkkı: Yanlıştır, çünkü dendritler, miyelin kılıfı ile kaplı değildir. Miyelin kılıfı, yalnızca akson üzerinde bulunur ve sinyal iletim hızını artırır. Dendritlerin görevi, diğer nöronlardan gelen sinyalleri alıp hücre gövdesine taşımaktır.

B Şıkkı: Yanlıştır, çünkü sinaps, iki nöron arasında doğrudan fiziksel bir bağlantı oluşturmaz. Sinaps, presinaptik nörondan postsinaptik nörona nörotransmitterler aracılığıyla kimyasal bir iletişim sağlar.

C Şıkkı: Doğrudur, çünkü miyelinleşme, sinir impulslarının (aksiyon potansiyeli) iletim hızını artıran bir mekanizmadır. Miyelin kılıfı, aksonların etrafını sararak izolasyon sağlar ve impulsların daha hızlı iletilmesini mümkün kılar (saltatorik iletim). Merkezi sinir sisteminde miyelinleşme, oligodendrositler tarafından sağlanırken, periferik sinir sisteminde Schwann hücreleri tarafından yapılır.

D Şıkkı: Yanlıştır, çünkü hücre gövdesi (soma), sinaptik boşluğun bir parçası değildir. Hücre gövdesi, nöronun metabolik faaliyetlerini düzenler ve sinyallerin işlenmesinde rol oynar.

E Şıkkı: Yanlıştır, çünkü dendritler sinyalleri aksondan hücre gövdesine değil, tam tersine hücre gövdesinden aksona doğru taşır.

Cevap: C

3. Duyarsızlaşma ve alışmanın her ikisi de uyarıcılara verilen tepkilerin azalmasını açıklayan süreçlerdir, olması yönüyle benzerlik gösterirler. Ancak aralarında bazı önemli farklar vardır. Bunlar şu şekildedir:

Duyarsızlaşma, tekrarlanan veya sürekli bir uyarıcıya maruz kaldıkça, bu uyarıcıya karşı olan duygusal ve fizyolojik tepkilerin azalması sürecidir.

Alışma, tekrarlanan veya sürekli bir uyarıcıya maruz kaldıkça, bu uyarıcıya karşı olan davranışsal tepkilerin azalması sürecidir. Uyarıcı, artık birey için önemsiz hale gelir ve dikkati çeker olmaktan çıkar.

- Duyarsızlaşma, duygusal ve fizyolojik tepkilerin azalması üzerine odaklanır. Alışma davranışsal tepkilerin azalması üzerine odaklanır.
- Duyarsızlaşma, psikoterapi ve özellikle fobilerin tedavisinde kullanılır. Alışma ise doğal adaptasyon sürecinin bir parçası olarak kabul edilir ve terapötik bir müdahale olarak kullanılması daha sınırlıdır.

Verilen seçeneklerde D seçeneği duyarsızlaşma kavramına örnektir. Kişiler şiddet içerikli sahneleri tekrar tekrar izledikçe bu sahnelere karşı duygusal tepkileri azalır, yani duyarsızlaşırlar. Diğer seçenekler ise alışma süreçlerini ifade eder; yani kişiler tekrarlanan uyarılara alışır ve zamanla bu uyarıların fark etmeyebilirler.

Cevap: D

4. **Thorndike**, Spearman'ın "g" faktörünü reddetmiştir. Thorndike, zekânın "g" gibi tek bir faktörle ifade edilemeyeceğini, çeşitli zihinsel problemlerin çözümünde birden fazla farklı faktörlerin rol aldığını ileri sürmüş, "atomistik" bir yaklaşımla birden çok zihinsel faktör olabileceğini ifade etmiştir. Thorndike'a göre üç tür zekâ vardır: Mekanik, Sosyal ve Soyut Zekâ.

Thurstone, Spearman'ın genel zekâ üzerinde durmasına itiraz etmiştir. Thurstone, zekânın belli sayıda birincil yeteneğe bölünebileceğini düşünmüştür. Bu yetenekleri bulmak için, birçok farklı madde içeren çok sayıda testin sonuçlarına faktör analizi uygulamıştır. Bireyler arasındaki zihinsel farklılıkların bağımsız yedi faktörden kaynaklandığını öne süren Thurstone, zekânın değerlendirilmesinde grup faktörleri kuramını geliştirmiştir. Birincil yetenekler olarak tanımladığı 7 faktör şöyledir: Sözel

anlayış, sözle akıcılık, sayısal yetenek, uzay ilişkilerini kavrama, algısal hız, bellek ve mantıksal düşünme şeklindedir.

Sternberg, spesifik ölçüm araçlarıyla ölçülen zihinsel yeteneklerin zekâ kavramını açıklamakta dar kaldığını ifade etmiştir. Sternberg "Üçlü Saç Ayağı Kuramı"yla, insan zekâsının birbirleriyle karşılıklı etkileşim içinde olan üç boyut çerçevesinde açıklanabileceğini ileri sürmüştür. Bileşenler yaklaşımı; Spearman, Thorndike ve Thurstone'un temsilcisi oldukları faktöryel yaklaşımının tamamlanması ve yorumlanmasına olanak sağlar. Testler sonucunda bazı bileşenlerin bir bireyde diğerine oranla daha etkili bir biçimde işlediği görülebilir. Bu durum performanstaki bireysel farklılıklarla açıklanır.

Gardner, Çoklu zekâ kuramı Howard Gardner tarafından 1983 yılında geliştirilmiştir. Gardner, zekâyı "problem çözme kapasitesi ya da değerli bir veya birden çok kültürel yapı ürününe şekil vermek" olarak tanımlamaktadır. Zekânın oluşumunda biyolojik ve çevresel etkenler vardır. Bunlar; kaynaklara ulaşım şansı, kültürel etkenler, coğrafi etkenler, ailesel etkenler ve durumsal etkenlerdir. Bu etkenlere bağlı olarak zekânın değişik boyutları artabilir veya eksilebilir. Gardner'e göre zekâ; problem çözme kapasitesidir. Yaşadığı topluma değerli kültürel ürünler katma gücüdür. Her bireyin zekâ düzeyinin özerk güçler ve yetenekler tarafından oluştuğunu ve 8 zekâ gücünün var olduğunu savunmaktadır. Zekâ öğretilebilir, geliştirilebilir veya engellenebilir.

Spearman, zekâ testleri üzerinde yaptığı çalışmalarla, farklı zekâ testlerinin performansları arasında pozitif korelasyonlar olduğunu gözlemlemiştir. Bu, bir kişinin bir testteki başarısının, diğer testlerdeki başarıyla ilişkili olduğunu gösterir. Spearman, bu bulguları genel zekâ faktörü (g faktörü) teorisini desteklemek için kullanmıştır. Spearman'ın gözlemlerine göre, matematiksel akıl yürütme testinde yüksek puan alan öğrenciler, genellikle dil becerileri ve mekânsal yetenek testlerinde de yüksek puan alırlar. Spearman, bu pozitif korelasyonları g faktörü ile açıklar. Ona göre, g faktörü, bireylerin genel zihinsel yeteneklerinin bir göstergesidir ve farklı zihinsel testlerdeki başarıyı etkiler. Yani, genel zekâ faktörü yüksek olan bireyler, çeşitli bilişsel görevlerde başarılı olma eğilimindedirler.

Cevap: A

5. Sosyal psikolojide bazı önemli saldırganlık türleri şu şekildedir:

Fiziksel Saldırganlık: Fiziksel saldırganlık, bir başkasına fiziksel zarar vermeyi amaçlayan davranışları içerir. Örneğin, vurma, itme, tekmeleme gibi davranışlar fiziksel saldırganlık örnekleridir.

Sözel Saldırganlık: Sözel saldırganlık, bir başkasına zarar vermek amacıyla kullanılan sözlü davranışlardır. Bu tür saldırganlıkta hakaret etme, tehdit etme, küçümseme gibi ifadeler yer alır.

Dolaylı Saldırganlık: Dolaylı saldırganlık, hedef kişiye doğrudan zarar vermek yerine dolaylı yollarla zarar verme amacı güder. Örneğin, bir kişinin arkasından dedikodu yapmak, ona zarar verecek söylentiler yaymak dolaylı saldırganlık örnekleridir.

Düşmanca Saldırganlık: Düşmanca saldırganlık, öfke veya kırgınlık gibi yoğun olumsuz duygularla motive edilen ve zarar verme amacı taşıyan davranışlardır. Düşmanca saldırganlık genellikle ani ve kontrolsüz tepkiler içerir.

Araçsal Saldırganlık: Araçsal saldırganlık, belirli bir hedefe ulaşmak veya amaca hizmet etmek için kullanılan saldırgan davranışlardır. Bu tür saldırganlıkta zarar verme amacı doğrudan değildir, ancak istenilen hedefe ulaşmak için araç olarak kullanılır.

İlişkisel Saldırganlık: İlişkisel saldırganlık, başkalarıyla olan sosyal ilişkileri ve bağları zedelemeyi amaçlayan davranışları içerir. Örneğin, bir kişiyi sosyal gruptan dışlamak, arkadaşlık ilişkilerini bozmak veya manipüle etmek ilişkisel saldırganlık örnekleridir.

Özgeci saldırganlık: Grubun moral standartları açısından kabul edilebilir amaçlar çerçevesinde toplumsal olarak onaylanan saldırganlıktır.

İzin verilmiş saldırganlık: Toplumsal kuralların gerekli kılmadığı fakat toplumsal kuralların çerçevesi dışına taşmayan saldırgan eylemlerdir. Örneğin nefsi müdafa...

Fuat'ın arkadaşını zarar verme amacıyla değil hedefe ulaşmak amacıyla düşürmesi araçsal saldırganlığa örnektir.

Cevap: B

6. Belli başlı koşullanma türleri şöyledir:

Birincil Koşullanma: Birincil koşullanma, en temel klasik koşullanma türüdür ve doğrudan nötr bir uyarıcı (örneğin koşullanmadan önce zil sesi) ile koşulsuz uyarıcının (örneğin et) eşleştirilmesi sonucu oluşur. Bu süreçte, nötr uyarıcı koşullu uyarıcı haline gelir ve koşulsuz tepkiyi (salya) oluşturur.

Üst düzey koşullanma: Birincil koşullanma yoluyla oluşturulan koşullu uyarıcının (önceden koşullanmış zil sesi), başka bir nötr uyarıcıyla (yeni uyarıcı ışık) eşleştirilmesi sürecidir. Bu, ikinci bir koşullu uyarıcının oluşmasına ve tepkinin genişlemesine neden olur. Böylece zil ile bağlantısından dolayı ışığa da tepki vermeye başlar.

Duyusal ön şartlanma: İki nötr uyarıcının (mağazadaki müzik ile koku) önceden eşleştirildiği bir süreçtir. Daha sonra, bu uyarıcılardan biri koşullu uyarıcı olarak işlev görür (televizyondaki müzik) ve bu uyarıcının etkisi diğer uyarıcıya da genellenir. Yani bu uyarıcılar müzik ve koku önceden birbirine bağlanmıştır. Dolayısıyla birinin varlığı diğerini hatırlatır.

Birleşik Koşullama: Birleşik koşullama, iki veya daha fazla nötr uyarıcının aynı anda koşulsuz uyarıcı ile eşleştirildiği bir süreçtir. Bu süreçte, her bir nötr uyarıcı, koşullu uyarıcı haline gelir ve koşulsuz tepkiyi oluşturur. Örneğin zil ve ışık aynı anda nötr uyarıcılar olarak et ile eşleştğinde bundan sonra her biri ayrı ayrı salya tepkisine yol açar.

Geriye doğru koşullama: Koşulsuz uyarıcının, nötr uyarıcıdan önce sunulduğu bir süreçtir. Bu, geleneksel klasik koşullamanın tersidir ve genellikle daha az etkili bir öğrenme yöntemi olarak kabul edilir.

Soruda müzik ve koku önceden birlikte sunularak bunların önceden birbirine bağlanması sağlanmıştır. Uyarıcıların duyusal olarak önceden birbirine bağlanması ön koşullanma ile açıklanabilir.

Cevap: B

7. Aile tutumları, bireylerin kimlik gelişiminde kritik bir rol oynar. Marcia'nın Kimlik Statüleri, özellikleri ve aile tutumları ile ilişkisi şu şekilde özetlenebilir:

- **Başarılı kimlik:** Birey, kimlik arayışı ve keşif sürecinden geçerek kendi değerlerine ve hedeflerine uygun bir kimlik oluşturur. Demokratik, destekleyici ve teşvik edici aileler, çocuklarının kimlik araştırmalarını ve kişisel seçimlerini destekler.
- **Kimlik Moratoryumu:** Birey, kimlik arayışı içindedir, ancak henüz net bir kimlik oluşturmuş değildir. Kimlik krizi devam etmektedir. Aile, bireyin keşif ve deneme süreçlerini desteklemeli ve ona zaman tanımalıdır. Demokratik aile yapısı moratoryuma katkıda bulunabilir.
- **İpotekli Kimlik:** Birey, kimlik arayışı sürecine girmeden belirli bir kimlik benimser. Bu kimlik genellikle aile veya toplum tarafından dayatılır. Baskıcı ve otoriter aileler, çocuklarının kendi kimliklerini keşfetmelerine izin vermez ve onlara belirli bir kimlik dayatır. Bu durum kişinin ilerleyen yıllarda kendi kimliği ve yaşam hedefleri hakkında tatminsizlik ve belirsizlik yaşamasına neden olabilir.
- **Dağınık kimlik:** Birey, kimlik arayışı içinde değildir ve net bir kimlik duygusuna sahip değildir. Gelecekle ilgili belirsizlik ve kararsızlık içindedir. Reddedici, ilgisiz veya destekleyici olmayan aileler, çocuklarının kimlik gelişimine yardımcı olamaz.

Moratoryum genel olarak olumlu bir durum olarak kabul edilmektedir. Çünkü bireyin kimlik arayışında ve keşfinde aktif olması, sağlıklı bir kimlik gelişimine katkıda bulunur. Ayrıca bireysel gelişim özellikleri, toplumsal değişiklikler, aile ve sosyal çevre değişkenleri moratoryuma neden olabilir. Ayrıca destekleyici aileler de moratoryuma katkıda bulunur.

Cevap: E

8. Hans Eysenck'in tipoloji kuramı, kişilik psikolojisi alanında önemli bir teoridir. Eysenck, kişiliğin biyolojik temelleri üzerinde durarak, kişilik özelliklerinin genetik ve fizyolojik faktörlerden etkilendiğini öne sürmüştür. Kuramı, kişilik özelliklerini üç ana boyut üzerinden açıklar: Dışadönüklük, nevrotiklik ve psikotiklik. Bu boyutlar, kişilik özelliklerini, bireylerin davranışlarını, bireylerin çevreleriyle nasıl etkileşimde bulunduğunu ve stresle nasıl başa çıktığını anlamak için önemlidir.

1. Dışadönüklük: Bireylerin sosyal etkileşim ve uyarılma düzeyi ile ilgilidir. Eysenck, dışadönüklüğü biyolojik temelli olarak açıklar ve bu özellikte bireylerin merkezi sinir sisteminin uyarılma düzeyinin düşük olduğunu savunur. Bu tipler, sosyal, konuşkan, enerjik, dışa dönük, yüksek enerji düzeyine sahip ve yeni deneyimlere açık olmaktadır.

2. Nevrotiklik: Nevrotiklik, bireylerin duygusal istikrar düzeyi ile ilgilidir. Bu boyut, bireylerin stresle başa çıkma yeteneklerini ve duygusal tepkilerini yansıtır. Yüksek nevrotiklik, duygusal dengesizlik ve anksiyete ile ilişkilendirilir. Bu tipler, kaygılı, endişeli, duygusal olarak dengesiz, stresli durumlara karşı aşırı tepki verebilen ve kolayca üzüldüğü, sinirlenebilen kişiler olurlar.

3. Psikotiklik: Bireylerin antisosyal ve agresif davranış eğilimleri ile ilgilidir. Bu boyut, kişilik bozuklukları ve psikopati gibi durumlarla ilişkilendirilir. Yüksek psikotiklik, empati eksikliği ve antisosyal davranışlarla kendini yansıtır. Bu tipler, soğuk, empati yoksunu, antisosyal, düşünce ve davranışlarında sıra dışı ve bazen agresif olabilen kişilerdir. Ayrıca, sosyal normlara ve kurallara aykırı davranışlar sergileyebilirler.

Araştırmacının bulgularının Eysenck'in ortaya attığı dışadönüklük, nevrotiklik ve psikotiklik boyutları ile ilişkilendirildiği görülmektedir.

Cevap: D

9. **Özdeşim:** Bireyin başkalarının özelliklerini, davranışlarını, düşüncelerini veya duygularını benimseyerek, kendini onlarla özdeşleştirdiği bir psikolojik süreçtir. Bu mekanizma, bireyin kendini daha güçlü, daha güvende veya daha kabul edilebilir hissetmesine yardımcı olabilir.

İlkel idealleştirme: Bireyin bir kişiyi veya durumu tamamen mükemmel ve ideal olarak değerlendirdiği bir savunma mekanizmasıdır. Bu mekanizma, genellikle bireyin gerçekçilikten uzak, abartılı ve idealize edilmiş bir bakış açısıyla kişilere veya durumlara yaklaşmasıyla ilişkilidir.

Yansıtma: Bireyin kendi kabul edilemez dürtü, düşünce veya duygularını başkalarına atfetmesi ve bu şekilde bu içsel deneyimlerden kaçınmasıdır. Birey, kendi içsel çatışmalarını ve olumsuz duygularını başka birine yansıtarak kendini rahatlatır.

Pasif-agresif: Pasif-agresif davranış, bireyin dolaylı yollarla olumsuz duygularını ifade ettiği ve açık çatışmadan kaçındığı bir savunma mekanizmasıdır. Bu mekanizma, genellikle öfke, kızgınlık ve hayal kırıklığı gibi duyguların dolaylı yollardan dışa vurulmasıyla ilişkilidir. Eylemsizlik, iş yavaşlatma, boykot...vs

Özgecilik (Alturizm): Özgecilik, bireyin kendi içsel çatışmalarını veya duygusal sıkıntılarını, başkalarına yardım ederek ve onların ihtiyaçlarını karşılayarak yönetme eğilimidir. Bu savunma mekanizması, bireyin kendini daha iyi hissetmesine ve içsel gerginliği azaltmasına yardımcı olabilir.

Bu durumda öncülleri değerlendirsek:

- I. Ali'nin kendi kıskançlık duygularını kabul etmek yerine, eşinin kıskanç olduğunu düşünmesi yansıtma savunma mekanizmasına örnektir.
- II. Serhat'ın, yeni tanıştığı patronunu tamamen mükemmel ve kusursuz biri olarak değerlendirmesi ilkel idealleştirmeye örnektir.
- III. Ceylin'in, arkadaşına kızgınlığını açıkça ifade etmek yerine, sürekli olarak buluşma planlarını iptal etmesi pasif-agresif davranışa örnektir.
- IV. Şermin'in, kendi ilişkisel sorunlarıyla başa çıkmakta zorlanması fakat sürekli arkadaşlarının sorunlarını dinleyip onlara tavsiyelerde bulunarak kendi duygusal sıkıntısını hafifletmesi özgecilik örneğidir.

Buna göre öncüllerde özdeşim savunma mekanizmasına örnek yoktur.

Cevap A

10. **Gestalt terapi:** Bireylerin şu anki deneyimlerine ve hislerine odaklanarak, mevcut anı yaşamalarına yardımcı olmayı hedefler. Bu yaklaşım, bireylerin geçmiş olaylara ve gelecekteki endişelere sürekli odaklanmalarını azaltır ve onların şimdiki zamana odaklanarak duygusal denge bulmalarına yardımcı olur. Gestalt terapisi, farkındalığı artırmayı, duygusal ifadeyi teşvik etmeyi ve bireylerin kendilerini bütün olarak görmelerini sağlamayı amaçlar.

Terapi sürecinde geçmişe odaklanan kuramlar, bireylerin geçmişte yaşadıkları deneyimlerin ve bu deneyimlerin günümüzdeki etkilerini anlamaya yönelik çalışmalara odaklanır.

Psikoanalitik Terapi: Freud tarafından geliştirilen bu terapi yaklaşımı, bireyin bilinçdışı düşüncelerinin ve geçmişteki deneyimlerinin mevcut davranış ve duygularını nasıl etkilediğini inceler.

Adlerian (Bireysel) Terapi: Alfred Adler tarafından geliştirilen bu terapi yaklaşımı, bireyin çocukluk dönemi deneyimlerinin ve aile dinamiklerinin, bireyin yaşamını nasıl şekillendirdiğini inceler. Sosyal ilgilere, erken çocukluk anılarına ve bireyin yaşam tarzına odaklanır.

Analitik Psikoloji: Carl Jung tarafından geliştirilen bir terapi yaklaşımıdır ve bireyin geçmiş deneyimlerine, özellikle de bilinçdışına, büyük önem verir. Bu terapi yaklaşımı, bireyin erken çocukluk dönemi deneyimlerinin, travmaların ve bilinçdışı motiflerin mevcut davranış ve duygular üzerindeki etkilerini anlamaya odaklanır. Analitik psikoloji, bilinçdışı süreçlerin, arketiplerin ve bireyin gölge yönlerinin keşfedilmesine önem verir.

Nesne İlişkileri Kuramı: Melanie Klein, Donald Winnicott ve John Bowlby gibi kuramcılar tarafından geliştirilen bu terapi yaklaşımı, bireyin erken çocukluk dönemi ilişkilerinin (özellikle anne-baba ile olan ilişkilerin) duygusal ve psikolojik gelişim üzerindeki etkilerini inceler. Erken dönem nesne ilişkilerine (anne, baba, bakım verenler) odaklanır. Bu açıklamalara göre Gestalt kuramı dışında seçeneklerdeki diğer kuramlar geçmişe odaklanmaktadır.

Cevap C

11. Jung Psişenin 4 temel işlevi olduğunu belirlemiştir.

- **Düşünme:** Düşünerek, olayları anlama bir soruna çözüm getirme çabasını içerir.
- **Hissetme:** Hissedilen olumlu ya da olumsuz duygulara göre olayları değerlendirme ya da sorunlara çözüm getirme çabasıdır.
- **Duyum:** Duyu organlarının uyarılması sonucu oluşan bilgilere göre değerlendirme yapma çabası
- **Sezgi:** Düşünce ya da duygu katkısı olmaksızın yaşıntının insanda oluşturduğu sezgiye göre değerlendirme yapmasıdır.

TUTUMLAR: Dünya ile iletişimde iki temel eğilim, insanda aynı oranda bulunmaz, dönüşürler. Jun iki temel tutumdan söz eder bunlar: içedönük tutum-dışadönük tutum.

Buna göre zihnin işlevleri ve tutumların kombinasyonuna bağlı olarak 8 tip kişilik gelişir:

- **İçe Dönük Düşünen:** Mantıklı, analitik ve derin düşüncelidir. İçsel dünyasında mantıklı analiz yapar.
- **Dışa Dönük Düşünen:** Mantıklı, analitik ve dış dünyaya odaklıdır. Somut gerçeklere dayanarak mantıklı analiz yapar.
- **İçe Dönük Hisseden:** Duygusal değerlerine ve içsel duygularına önem verir. İçsel dünyasında duygusal değerler üzerinde odaklanır.
- **Dışa Dönük Hisseden:** Duygusal değerlerine ve kişiler arası ilişkilere önem verir. Başkalarının duygusal ihtiyaçlarına odaklanır.
- **İçe Dönük Duyum:** Duyusal ve somut deneyimlere içsel olarak odaklanır. İçsel dünyasında duyusal verileri dikkate alır.
- **Dışa Dönük Duyum:** Duyusal ve somut deneyimlere dış dünyada odaklanır. Somut gerçeklere dayanarak kararlar verir.
- **İçe Dönük Sezgi:** İçgüdüsel ve soyut düşünce süreçlerine içsel olarak odaklanır. Gelecekteki olasılıkları içsel dünyasında değerlendirir.
- **Dışa Dönük Sezgi:** İçgüdüsel ve soyut düşünce süreçlerine dış dünyada odaklanır. Gelecekteki olasılıkları dış dünyada değerlendirir.

Mete'nin derinlemesine düşünmeyi ve odaklanmayı seven, tek başına çalışmayı tercih eden, içsel dünyasında yaşayan, sosyal etkinliklerden hoşlanmayan biri olduğu vurgulanmıştır. Bu yönüyle Mete içedönük düşünen tiptir. Selen'in ise enerji ve canlı hisseden, somut deneyimlere, dış dünyada odaklanan, fiziksel aktivitelere önem veren, sosyal ortamlarda kendini rahat hissederek ve başkalarıyla etkileşimde bulunmaktan hoşlanan, soyut düşünme ve analiz yapma konusunda zorlanabilen bir karakter olduğu vurgulanmıştır. Bu yönüyle Selen dışadönük duygusal tiptir.

Cevap B

12. Öyküsel Terapi bireylerin yaşam deneyimlerini anlamlandırmalarına ve yeniden yapılandırmalarına yardımcı olmayı amaçlar. Yapının yıkılması kavramı danışma süreci açısından, bireylerin mevcut hikayelerini sorgulamalarına, bu hikayelerin altında yatan güç ilişkilerini fark etmelerine, bu hikayeleri parçalamalarına ve olumsuz inançları değiştirilmesine olanak tanır. Bu süreç, bireyin kendisi hakkında oluşturduğu olumsuz veya sınırlayıcı hikayeleri sorgulamasını ve bu hikayelerin gücünü azaltmasını sağlar. Yaşam öykülerinin yeniden yazılmasında en büyük aşama yapının yıkılmasıdır.

Bu sürece hizmet eden teknikler kısaca şöyle özetlenebilir:

1. Sorunu Dışsallaştırma: Bireyin sorunlarını kendisinden ayırarak, bu sorunları dışsallaştırma ve birer “nesne” haline getirme tekniğidir. Bu, bireyin sorunlarını daha rahat incelemesini sağlar.

2. Sorgulama (Sorular): Danışmanın, bireyin hikayesini ve bu hikâyenin altında yatan inançları ve güç ilişkilerini sorgulamasına yardımcı olduğu tekniktir.

3. Yeniden Yazım: Bireyin mevcut hikayesini yeniden yazmasına ve daha pozitif ve güçlendirici hikayeler oluşturmaya yardımcı olan tekniktir.

4. Alternatif Hikayelerin İnşası: Bireyin mevcut olumsuz hikayesinin yerine daha pozitif ve işlevsel alternatif hikayeler inşa etmesine yardımcı olan tekniktir.

İsmail'in çocukluktan beri süre gelen yaşantıları sonucunda gelişen, eleştiri ve beklentilerle şekillenen, okul ve iş hayatında, hatta kişisel ilişkilerinde benlik algısını çokça olumsuz etkilemiş olan değersizlik ve yetersizlik duyguları yaşam öyküsünü şekillendirmiştir. Bundan dolayı yaşam öykülerinin yeniden yazılması gerekmekte olup bunun ön koşulu ve en büyük aşaması mevcut yapının yıkılmasıdır. Diğer seçeneklerde yer alan uygulamalar ise yapının yıkılmasında etkili olan tekniklerdir.

Cevap A

13. ADDT'de akılcı inançlar ile akılcı olmayan inançların özellikleri özet şu şekildedir:

AKILCI İNANÇLAR

- Doğrudur.
- Koşulludur ve duruma göre değişir.
- Gerçeklikle tutarlıdır.
- Kanıtlarla desteklenebilir.
- Mantıklıdır.
- Arzu, istek veya tercih içerir.
- Esneklik.
- Bilimseldir.
- Orta düzeyde ve yapıcı duygular üretir.
- Amaca ulaşmaya yardımcı olur.

AKILCI OLMAYAN İNANÇLAR

- Hatalıdır.
- Katı ve kesindir.
- Gerçeklikle tutarlı değildir.
- Kanıtlarla desteklenemez.
- Aşırı genelleştirmeler içerir.
- Emir veya zorunluluk içerir.
- Sert ve zorlayıcıdır.
- Dogmatiktir.
- Yoğun ve yıkıcı duygular üretir.
- Amaca ulaşmayı engeller.

Soruda A, B, C ve seçenekleri akılcı inançlar ile akılcı olmayan inançların karşılaştırılması açısından doğru bilgiler içermektedir. Ancak D seçeneği akılcı inançların katı ve değişmez olduğunu, belirli koşulların kesinlikle yerine getirilmesi gerektiğine inandığını, akılcı olmayan inançların ise durumlara göre değişebilen ve esneklik gösterdikleri ifade edilmiştir. Bu bilgi yanlıştır. Tam aksine esneklik gösterip değişebilenler akılcı inançlardır.

Cevap D

14. Feminist terapi bir kişiyi anlamak için o kişinin problemlerine katkıda bulunan sosyal ve kültürel unsurlara dikkat edilmesi gerektiğini öne sürer. Kadınların psikolojik baskı altında bulundukları ve sosyopolitik statülerinin indirgenerek onları kısıtladığı temel kavramlarını önemser ve cinsiyet ve gücü terapisinin merkezine koyar. Psikolojik danışma sürecindeki amaçları bireyin ve toplumun değişimidir. Buradan da anlaşılacağı gibi sosyal bir değişim yaratma çabaları bulunmakta ve bunun da bireysel değişimi getireceği varsayılmaktadır.

Feminist terapide kullanılan terapötik teknikler, bireylerin cinsiyet rollerini ve toplumsal baskıları anlamalarına ve bu baskıları aşmalarına yardımcı olur.

Bazı teknikler özetle şöyledir:

1. Cinsiyet Rolü Analizi: Bireyin cinsiyet rollerini ve bu rollerin onu nasıl etkilediğini analiz eder. Danışman, bir kadın danışanın iş yerindeki eşitsizliklerle başa çıkma stratejilerini geliştirmesine yardımcı olur.

2. Güç Analizi ve Güç Müdahalesi: Bireyin güç dinamiklerini analiz eder ve bu dinamikleri değiştirmeye yönelik stratejiler geliştirir. Danışman, bir kadın danışanın evindeki güç dengesizliklerini fark eder ve bu dengesizlikleri nasıl değiştirebileceğini tartışır.

3. Kültür Analizi ve Kültürel Müdahale: Bireyin kültürel normlar ve değerlerini analiz eder ve bu normları değiştirmeye yönelik stratejiler geliştirir. Danışman, bir kadın danışanın toplumsal cinsiyet normlarına karşı nasıl direnebileceğini tartışır.

4. Atılmalık Eğitimi: Bireyin kendini ifade etme ve güçlü bir şekilde konuşma becerilerini geliştirir. Danışman, bir kadın danışanın kendini ifade etme becerilerini geliştirmesine yardımcı olur.

5. Yeniden Çerçeveleme ve Yeniden Etiketleme: Bireyin yaşadığı durumları farklı bir perspektiften yeniden değerlendirir ve bu durumları farklı bir şekilde etiketler. Danışman, bir kadın danışanın kendini yetersiz hissettiğini fark eder ve bu hissetmeyi "kendi güçlerini keşfetme süreci" olarak yeniden etiketler. Danışman tarafından durumu anlama, olumsuz düşünceleri yeniden çerçeveleme, kendi güçlü yönlerini yeniden etiketleme ve pozitif düşünceler geliştirme adımları izlenir.

Danışman verile sorunun öncülünde sorduğu sorularla, düşünceleri farklı bir perspektiften ele almayı, danışanın güçlü yönlerini ve başarılarını fark etmesini amaçlamaktadır. Bu amaçlar ve izlenen yol Yeniden çerçeveleme ve yeniden etiketleme tekniğine işaret etmektedir.

Cevap D

15. **Konuşmaya Açık Davet:** Grup liderinin, danışana daha fazla konuşma ve kendini ifade etme fırsatı vermek için açık ve davetkâr bir şekilde soru sormasıdır. Danışanın konuşmayı genişletmesine ve düşüncelerini rahatça paylaşmasına olanak sağlamak amacıyla ortaya konmaktadır.

Lider, Gülcan'ın kendisini ifade etme ihtiyacını fark etmiş ve ona daha fazla konuşma fırsatı sunmuştur. Soru açık uçlu ve davetkâr bir şekilde yöneltilmiştir. Bu, konuşmaya açık davet becerisini tam anlamıyla yansıtır.

Cevap A

- 16. Filtrelenmiş Dinleme:** Dinleyicinin, karşı tarafın söylediklerini kendi bakış açısına göre süzerek yalnızca belirli noktaları dikkate almasıdır. Konuşmanın içeriği tamamen duyulsa da dinleyici yalnızca kendi ilgilendiği veya önemli bulduğu kısmı alır. Konuşmacının tüm mesajı tam olarak algılanmaz, bazı bölümler bilinçli veya bilinçsiz şekilde süzülerek göz ardı edilir.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Değerlendirerek dinleme türü, tüm içeriğin analiz edilerek yorumlanmasını ve konuşmacının söylemlerine dayalı karar verilmesini içerir. Örneğin, yönetici Seray'ın söylediklerini değerlendirip iş için uygun olup olmadığını düşünüyor olsaydı, bu değerlendirerek dinleme olurdu. **Seçenek yanlıştır.**

B seçeneği: Seçerek dinleme, konuşmanın yalnızca belirli parçalarının aktif olarak duyulmasını ve geri kalanının göz ardı edilmesini içerir. Burada uzman, konuşmayı tamamen duyuyor fakat yalnızca bazı kısımlarını kendince ön plana çıkarıyor. **Seçenek yanlıştır.**

C seçeneği: Stereotipe dayalı dinleme, konuşmacıyı belli kalıp yargılara dayanarak dinlemeyi ifade eder. Eğer yönetici, Seray'ın yaşına veya geçmişine dayanarak onun belirli özelliklere sahip olduğunu varsaymış olsaydı, stereotipe dayalı dinleme olurdu. **Seçenek yanlıştır.**

D seçeneği: Etkin dinleme, konuşmacının tüm mesajını anlamaya ve ona uygun yanıt vermeye odaklanır. Eğer yönetici, Seray'ın takımla çalışma becerisi hakkındaki vurgusunu da dikkate almış olsaydı, etkin dinleme olurdu. **Seçenek yanlıştır.**

E seçeneği: Yönetici, Seray'ın söylediklerini kendi bakış açısına göre süzerek yalnızca belirli kısımları öne çıkarıyor. Seray takım çalışmasına yatkınlığını vurguladığı halde, uzman bunu göz ardı ediyor ve sürecin yalnızca yönetim ve geliştirme kısmına odaklanıyor. Filtrelenmiş dinleme, dinleyicinin tüm mesajı duymasına rağmen yalnızca belirli kısımları dikkate alması ile ortaya çıkar. Bu nedenle doğru cevap "E şıkkıdır **Seçenek doğrudur.**

Cevap E

- 17. Ben Dili:** Konuşmacının kendi duygularını ifade ettiği ve karşı tarafa suçlama yapmadan geri bildirim verdiği dil biçimidir. Ben dilinde amaç; dinleyiciye saldırgan olmayan bir şekilde durumun etkilerini iletme, empati kurmak ve yapıcı bir iletişim sağlamaktır. Ben dilinde danışman, kendi hislerine odaklanır, karşı tarafı suçlamadan, durumun etkilerini aktarır ve çözüme yönelik bir yol gösterir.

D seçeneğinde psikolojik danışman, kendi duygularını ifade ederek durumu fark ettiğini ve bu durumun süreci nasıl etkilediğini yapıcı bir şekilde açıklamaktadır. Suçlama yapmaktan kaçınılmış ve üyenin nasıl hissettiği üzerinde durulmuştur.

Cevap D

18. Kendini Açma: Danışmanın, danışanla daha güçlü bir güven bağı kurmak için kendi deneyimlerinden veya insani bakış açısından bazı içgörüler paylaşmasıdır. Amaç, danışanın daha fazla kendini açmasını teşvik etmek, güven ortamı yaratmak ve danışanın rahat hissetmesini sağlamak ve tek yönlü danışman-danışan ilişkisini dengeleyerek iletişimi güçlendirmektir. Kendini açmada danışman kişisel veya genel bir paylaşım yapar, ancak odak danışanın süreci üzerinde kalır. Kendini açma, destekleyici ve güven verici bir dil içerir. Böylece danışanın rahat hissetmesine yardımcı olur.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Yanlıştır. Çünkü burada danışman, danışanın hislerini anlamaya çalışıyor ama kendisiyle ilgili bir paylaşım yapmıyor. **Bu ifade empatik dinleme örneğidir.**

B seçeneği: Yanlıştır. Çünkü danışanın söyledikleri tekrar ediliyor ve açılım sağlanıyor, ancak danışman kendisiyle ilgili bir içgörü vermiyor. **Bu yansıtma örneğidir.**

C seçeneği: Doğrudur. Çünkü danışman, danışanın hissettiği güven sorunuyla ilgili olarak kişisel bir paylaşım yapıyor. Bu tepki, danışanın kendisini rahat hissetmesini ve kendisini açmasını teşvik edebilir. **Bu kendini açma örneğidir.**

D seçeneği: Yanlıştır. Çünkü danışman danışanın geçmiş deneyimlerini analiz etmeye çalışıyor, ancak kişisel bir içgörü paylaşmıyor. **Bu yorumlama örneğidir.**

E seçeneği: Yanlıştır. Çünkü danışman burada genel bir açıklama yapıyor ve güven eksikliğinin nasıl oluşabileceğini anlatıyor. Ancak kendini açma, danışmanın danışana kişisel bir içgörü sunarak bağlantı kurmasını sağlar. **Bu ifade açıklama örneğidir.**

Buna göre C şıkkındaki tepki, bu beceriyi en iyi şekilde yansıtmaktadır.

Cevap C

19. Grupla psikolojik danışma ve bireysel psikolojik danışma, her ikisi de bireylerin duygusal ve psikolojik iyilik hallerini artırmayı hedefleyen terapötik süreçlerdir. Ancak, bu iki danışmanlık türü arasında bazı belirgin farklar vardır:

Katılım Sayısı: Grupla psikolojik danışma birden fazla kişiyle gerçekleştirilir. Genellikle 6-15 arası katılımcı bulunur. Bireysel psikolojik danışma ise tek bir birey ve terapist arasında gerçekleştirilir.

Dinamikler ve Etkileşim: Grupla psikolojik danışmada grup üyeleri arasında etkileşim ve dinamikler ön plandadır. Grup üyeleri, birbirlerinden öğrenir ve duygusal destek alır. Bireysel psikolojik danışmada ise danışan ve terapist arasındaki etkileşim ve ilişki ön plandadır.

Geri Bildirim ve Yansıtma: Grupla psikolojik danışmada birden fazla kaynaktan geri bildirim alınabilir. Grup üyeleri, birbirlerine geri bildirimde bulunur ve yansıtma sağlar. Bireysel psikolojik danışmada ise geri bildirim ve yansıtma, yalnızca terapistten gelir.

Odak Noktası: Grupla psikolojik danışmada grup üyelerinin ortak sorunları ve deneyimleri üzerinde odaklanır. Grup sürecinde herkesin katkıda bulunması teşvik edilir. Bireysel psikolojik danışmada ise danışanın bireysel sorunları ve ihtiyaçları üzerinde odaklanır. Terapötik sürecin tümü danışanın özel durumuna göre şekillenir.

Süre ve Frekans: Grupla psikolojik danışmada genellikle belirli bir süre boyunca düzenli oturumlarla gerçekleştirilir (örneğin, haftalık oturumlar). Bireysel psikolojik danışmada ise danışanın ihtiyaçlarına göre esneklik gösterir ve oturum sıklığı değişebilir.

Maliyet: Grupla psikolojik danışmada genellikle bireysel danışmaya göre daha ekonomik olabilir, çünkü maliyet birden fazla katılımcı arasında paylaşılır. Bireysel psikolojik danışmada birebir hizmet sağlandığı için maliyet daha yüksek olabilir.

Lider: Grupla liderin, yani danışmanın görevleri daha da zor ve karmaşıktır.

Bu farkların yanı sıra; grupla psikolojik danışma ve bireysel psikolojik danışma, **terapötik ittifak, duygusal destek, içgörü kazanma, davranış ve düşünce değişimi, gizlilik ve güvenlik, terapötik**

müdahaleler ve teknikler gibi birçok ortak özelliğe sahiptir. Her iki danışmanlık türü de bireylerin duygusal ve psikolojik iyilik hallerini desteklemeyi amaçlar ve terapötik süreçte benzer hedefler doğrultusunda çalışır. Dolayısıyla grupta psikolojik danışmada liderin kullandığı terapötik müdahaleler ve teknikler bireysel psikolojik danışmadakiyle çoğunlukla benzerlik gösterir.

Cevap E

20. Grupta psikolojik danışmada eylem aşaması, grup sürecinin en aktif ve dinamik evresidir. Bu aşamada, grup üyeleri belirlenen terapötik hedefler doğrultusunda yoğun bir şekilde çalışır ve ilerleme kaydederler. Liderin bu aşamadaki fonksiyonları oldukça önemlidir, çünkü grup sürecinin verimliliğini ve üyelerin hedeflerine ulaşmasını sağlamak liderin rolüdür. Grubun eylem aşamasında liderin temel fonksiyonlarını özetleyecek olursak:

Yönlendirme ve Rehberlik: Grup üyelerine terapötik süreci yönlendirme ve rehberlik etme fonksiyonunu üstlenir.

Destek ve Empati: Grup üyelerine duygusal destek sağlar ve empati gösterir. Üyelerin kendilerini güvende ve rahat hissetmelerine yardımcı olur.

Geri Bildirim ve Yansıtma: Grup üyelerinin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını geri bildirim yoluyla değerlendirmelerine ve içgörü kazanmalarına yardımcı olur.

Katılım ve Etkileşim Teşviki: Grup üyelerinin aktif katılımını ve etkileşimini teşvik eder. Her üyenin görüşlerini ve katkılarını değerli kılar.

Sorun Çözme ve Çatışma Yönetimi: Grup içinde ortaya çıkan sorunları ve çatışmaları yapıcı bir şekilde yönetir. Çözüm odaklı yaklaşımlar geliştirir.

Güvenli ve Destekleyici Ortam Sağlama: Grup üyelerinin kendilerini güvende ve kabul edilmiş hissetmelerini sağlamak için destekleyici bir ortam yaratır.

Süreç ve İlerleme İzleme: Grup sürecini ve üyelerin ilerlemesini sürekli olarak izler ve değerlendirir. Gerekli müdahalelerde bulunur.

Çeşitli Terapötik Teknikler Kullanma: Farklı terapötik teknikler ve yöntemler kullanarak üyelerin terapötik hedeflerine ulaşmalarına yardımcı olur.

Buna göre sorunun öncüllerini değerlendirdiğimizde; II, III ve IV. Öncüllerin doğru olduğunu görebiliriz. Ancak **I. Öncül yanlıştır.** Çünkü grup üyeleri arasındaki çatışmalar arttığında liderin sorunu görmezden gelmesi, etkili bir liderlik yaklaşımı değildir. Lider, çatışmaları yapıcı bir şekilde ele almalı ve üyelerin çözüm bulmalarına rehberlik etmelidir. Öte yandan eylem aşamasında liderin fonksiyonları, duygusal destek sağlama, eşit katılımı teşvik etme ve yansıtıcı geri bildirimlerle üyelerin içgörü kazanmalarına yardımcı olma gibi önemli görevleri içerir.

Cevap B

21. Grupla psikolojik danışma süreci dört temel aşamadan oluşur:

Başlangıç Aşaması: Grup üyeleri birbirlerini tanır, güven ortamı oluşur. Katılımcılar kendilerini ifade etmek konusunda çekingen olabilir.

Geçiş Aşaması (Çatışma ve Direnç Aşaması): Grup içinde bazı üyeler danışmana veya gruptaki diğer kişilere karşı direnç gösterebilir. Otoriteye meydan okuma, grup kurallarına adaptasyon süreci yaşanabilir.

Eylem (Çalışma) Aşaması: Grup üyeleri artık birbirlerine karşı daha açık ve samimi olmaya başlar. Duygusal paylaşım derinleşir ve grup içi destek mekanizması güçlenir.

Sonlandırma Aşaması: Grup sürecinin sonuna gelindiğinde, katılımcılar süreçle ilgili değerlendirme yapar. Grubun sona ermesiyle ilgili düşünceler ve gruptan ayrılmanın duygusal etkileri ortaya çıkabilir.

Lider ifadelerinden yola çıkarak doğru eşleştirmeler şu şekilde yapılmıştır:

I. ÖNCÜL: Başlangıç Aşaması; grup lideri, güvenli bir ortam yaratmanın önemi üzerinde durarak üyelerin birbirini desteklemesini teşvik ediyor.

II. ÖNCÜL: Geçiş (Çatışma ve Direnç) Aşaması; Grup lideri, üyelerin süreçte direnç göstermesi ve grup dinamikleriyle ilgili geri bildirim verme üzerinde duruyor.

Buna göre doğru sıralamanın verildiği seçenek B seçeneğinde yer alan başlangıç-geçiş seçeneğidir.

Cevap B

22. Danışma sürecinin aşamaları ve ifadelerle eşleştirmelerinin detaylı açıklaması şu şekildedir:

1. İlişkinin Kurulması: Bu aşama, danışmanın Ahmet'e sürecin gizliliğini açıklaması ve güvenli bir ortam sağlamasıyla ilgilidir. IV. Öncül; "Danışman, gizlilik ilkelerini açıklayarak Ahmet'in kendisini rahat hissedebileceği bir ortam sağlar." **Bu nedenle doğru sıralamada ilk aşama IV. Öncüldür.**

2. Problemin Tanımlanması: Danışman, Ahmet'in stres kaynaklarını anlamak ve sorunlarını netleştirmek için sorular sormuştur. II. Öncül; "Danışman, Ahmet'in yaşadığı sorunları anlamak için detaylı sorular sorar." **Bu nedenle ikinci aşama II. Öncüldür.**

3. Amaç Oluşturma: Danışman ve Ahmet, danışma sürecinden beklenen hedefleri birlikte belirlemiştir. I. Öncül; "Danışman, oturumların amacını netleştirmek ve ulaşılmak istenen hedefleri belirlemek için çalışır." **Bu nedenle üçüncü aşama I. Öncüldür.**

4. Müdahale Seçme ve Uygulama: Bu aşamada danışman, Ahmet'e stresle başa çıkma becerileri kazandıracak müdahaleler uygular. III. Öncül; "Danışman, stres yönetimi tekniklerini önerir ve birlikte deneyimler." **Bu nedenle dördüncü aşama III. Öncüldür.**

5. Sonlandırma: Danışman, süreç boyunca elde edilen kazanımları ve bunların hayatına nasıl entegre edileceğini Ahmet'le değerlendirir. V. Öncül; "Danışman, Ahmet ile süreci değerlendirir ve kazanımlarını gözden geçirir." **Bu nedenle beşinci aşama V. Öncüldür.**

Buna göre doğru sıralama şu şekilde olur:

IV → II → I → III → V

Bu nedenle doğru cevap "A şıkkıdır."

Cevap A

23. Grupla psikolojik danışmasının en önemli avantajlarından biri, grubun bireyin gerçek dünyadaki sosyal ilişkilerinin bir yansıması gibi hareket etmesidir. Bu, grubun mikrokosmos (küçük evren) özelliği olarak adlandırılır. Bu özelliğin katkıları şu şekildedir:

Gerçek Hayatın Yansıması: Grup üyeleri, gerçek hayatta karşılaşabilecekleri sosyal etkileşimleri grup içinde deneyimler. Danışanlar, grup içindeki dinamikleri analiz ederek, gerçek dünyadaki sosyal becerilerini geliştirme fırsatı bulurlar.

Davranış Kalıplarının Fark Edilmesi ve Düzenlenmesi: Grup içinde yaşanan süreçler, bireyin kendi sosyal ilişkilerinde nasıl davrandığını anlamasına yardımcı olur.

Geri Bildirim ve Farkındalık: Grup üyeleri birbirlerine geri bildirim verdikçe, danışanlar kendi davranışlarını dışarıdan gözlemleme fırsatı bulur. Bu geri bildirimler, kişinin sosyal ilişkilerinde değişiklik yapmasına yardımcı olabilir.

Seçenekleri değerlendirecek olursak;

A – Grubun Normatif Etkisi: Yanlıştır. Çünkü normatif etki, grubun bireyin davranışlarını sosyal uyum amacıyla yönlendirdiği durumları ifade eder. Bu soruda bireyin gerçek hayatındaki sosyal kalıplarını deneyimlemesi vurgulanmıştır.

B – Bilişsel Yeniden Yapılandırma: Yanlıştır. Çünkü bilişsel yeniden yapılandırma, bireyin düşünce kalıplarını değiştirmesiyle ilgilidir; ancak burada sosyal deneyimlerin grup içindeki yansıması ele alınmaktadır.

C – Grubun Mikrokosmos Özelliği (Doğru Cevap): Grup, bireyin gerçek dünyadaki sosyal ilişkilerini yansıtan küçük bir evren (mikrokosmos) gibi davranır ve danışanların bu etkileşimlerden öğrenmelerini sağlar.

D – Geçiş Nesnesi Teorisi: Yanlıştır. Çünkü geçiş nesnesi, çocuk gelişimiyle ilgili bir kavramdır ve burada grup dinamikleri üzerine odaklanılmıştır.

E – Sosyal Destek Mekanizması: Yanlıştır. Çünkü sosyal destek grup sürecinin bir parçasıdır, ancak burada vurgulanan asıl nokta grubun bireyin sosyal hayatını yansıtan bir mikro ortam oluşturmaktır.

Bu duruma göre grup, bireyin gerçek dünyadaki sosyal ilişkilerinin bir mikrokosmos (küçük evren) şeklinde işleyerek, danışanın kendi davranışlarını ve sosyal kalıplarını fark etmesine yardımcı olur. Bu nedenle doğru cevap "C" şıkkıdır.

Cevap C

24. Liderlik Tarzları şu şekildedir:

Demokratik Liderlik: Demokratik liderlik tarzında, lider grup üyelerinin sürece aktif katılımını teşvik eder ve iş birliği yaparak grup hedeflerini belirler. Bu ifade, demokratik bir yaklaşımı açıkça ortaya koymaktadır.

Otoriter Liderlik: Otoriter liderlik tarzında, lider süreç üzerinde tam kontrol sahibidir ve grup üyelerini açıkça yönlendirir. Bu ifade liderin otoriter ve yönetici rolünü vurgulamaktadır.

Serbest Liderlik: Serbest liderlik tarzında, lider grup sürecine minimal müdahalede bulunur ve grup üyelerinin kendi dinamiklerini yönetmesine izin verir. Bu ifadede lider, rehberlik yapması istenirse devreye gireceğini belirtmiştir.

Paylaşımlı Liderlik: Yardımcı Liderlik türlerinden biridir. Lider görevlerini başka bir liderle paylaşır. Her iki liderin grupta eşit rol ve sorumluluk aldığı liderlik modelidir. Karar alma süreçleri ortak yürütülür ve liderler birbirlerini tamamlayıcı şekilde çalışır.

Dönüşümlü Liderlik: Yardımcı liderlik türlerinden biridir. Lider görevlerini başka bir liderle paylaşır. Liderler oturumlar boyunca belirli dönemlerde rol değiştirir ve süreç içinde farklı sorumluluklar alır. Grup üyelerine farklı liderlik yaklaşımlarını deneyimleme fırsatı verir.

Buna göre grup liderinin grup üyelerine "Grup sürecini mümkün olduğunca size bırakıyorum. Kendi düşüncelerinizi paylaşmakta özgürsünüz. Size rehberlik yapmamı istediğinizde buradayım." demesi serbest liderlik tarzının özelliklerini yansıttığını göstermektedir.

Cevap E

- 25. Majör Depresyon:** Kişinin en az iki hafta boyunca yoğun bir şekilde depresif duygu durumu içinde olması ve günlük işlevlerini sürdürmede belirgin zorluklar yaşaması ile karakterizedir. Belirtileri özetleyecek olursak:

Sürekli mutsuzluk ve isteksizlik.

Önceden zevk alınan aktivitelerden keyif alamama (anhedoni).

İştah ve uyku düzeninde değişiklikler (azalma veya artma).

Yoğun halsizlik ve enerji kaybı.

Kendini değersiz hissetme ve motivasyon eksikliği.

Günlük işlevlerde ve sosyal/mesleki hayatında belirgin bozulma.

Yasemin'in yaşadığı sürekli mutsuzluk, anhedoni, uyku ve iştah değişiklikleri gibi belirtiler, Majör Depresyon tanısını en iyi şekilde desteklemektedir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği – Bipolar Bozukluk: Kişinin mani (aşırı coşkulu ve enerjik) ve depresyon (yoğun mutsuzluk ve isteksizlik) dönemlerini ardışık olarak yaşadığı bir ruhsal bozukluktur. Yasemin'in durumu yalnızca depresif belirtilerle sınırlıdır, bu nedenle bipolar bozukluk tanısına uymaz.

C seçeneği – Distimi: Kişinin uzun süreli ancak hafif düzeyde kronik bir depresyon yaşamasıdır. Yasemin'in belirtileri daha yoğun ve işlevselliği belirgin şekilde bozduğu için distimi tanısına uymaz.

D seçeneği – Siklotimi: Kişinin daha hafif düzeyde mani ve depresyon epizodları yaşadığı bir bozukluktur. Yasemin'in durumu yalnızca depresif belirtiler içerdiği için siklotimi tanısına uymaz.

E seçeneği – Akut Stres Bozukluğu: Travmatik bir olay sonrasında meydana gelen geçici bir stres reaksiyonudur. Yasemin'in durumu, belirli bir travmatik olayla ilişkili değildir ve kronik depresyon belirtileri göstermektedir.

Sonuç olarak; Yasemin'in belirtileri (mutsuzluk, isteksizlik, işlev bozukluğu, uyku ve iştah değişiklikleri), Majör Depresyon tanısını en iyi şekilde destekler. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

- 26. Şizoid Kişilik Bozukluğu:** Bireyin sosyal ilişkilere karşı belirgin ilgisizlik göstermesi, duygusal olarak mesafeli olması ve yalnız kalmayı tercih etmesiyle karakterize edilen bir kişilik bozukluğudur. Belirtiler kısaca şu şekildedir:

Sosyal ilişkiler kurmada isteksizlik.

Duygularını ifade etmekten kaçınma.

Çevresine karşı genel bir ilgisizlik.

Yalnız olmayı tercih etme.

Yakın arkadaş edinme çabası göstermeme.

Burak'ın sosyal ortamlardan kaçınması, başkalarıyla bağ kurmaya yönelik isteksizlik sergilemesi ve yalnız olmayı tercih etmesi, Şizoid Kişilik Bozukluğu tanısını en iyi şekilde desteklemektedir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği – Şizotipal Kişilik Bozukluğu: Sosyal etkileşimde tuhaf düşünceler, inançlar ve sıra dışı davranışlar sergilerler. Burak'ın belirtileri garip düşünce ve inançları değil, sosyal ilişkilerden kaçınma ve ilgisizlik üzerine kuruludur.

C seçeneği – Çekingen Kişilik Bozukluğu: Bu bozukluğu olan kişiler, reddedilme korkusu nedeniyle sosyal ilişkilerden kaçınır ve yetersizlik hissederek. Burak'ın sosyal ilişkilerden kaçınması, reddedilme korkusuna değil, ilgisizliğe dayandığı için çekingen kişilik bozukluğu değildir.

D seçeneği – Obsesif-Kompulsif Kişilik Bozukluğu: Bireyin düzen, mükemmeliyetçilik ve kontrol takıntısı ile karakterizedir. Burak'ın belirtileri kontrol veya düzen takıntısından değil, sosyal ilgisizlikten kaynaklanmaktadır.

E seçeneği – Narsistik Kişilik Bozukluğu: Narsistik kişiler, kendilerini üstün görme, dikkat çekme ve başkalarını küçük görme eğilimindedir. Burak'ın durumu dikkat çekme isteği veya üstünlük duygusuyla ilgili değildir.

Sonuç olarak; Burak'ın sosyal ilgisizliği, duygusal mesafesi ve yalnızlığı tercih etmesi, Şizoid Kişilik Bozukluğu tanısını en iyi şekilde desteklemektedir. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

- 27. Obsesif-Kompulsif Bozukluk:** Kişinin istemsiz şekilde tekrar eden obsesyonlar (takıntılı düşünceler) ve kompulsiyonlar (zorlayıcı davranışlar) sergilemesiyle karakterize edilen bir psikolojik bozukluktur. Belirtiler kısaca şu şekildedir:

Obsesyonlar: Kişinin kontrol edemediği takıntılı düşünceler (ör. “Kapıyı kilitlemeyi unuttum, eve hırsız girer”).

Kompulsiyonlar: Kişinin bu takıntılı düşünceleri rahatlatmak için yaptığı tekrarlayıcı davranışlar (ör. kapıyı defalarca kontrol etmek).

Bu davranışların bireyin günlük yaşamını belirgin şekilde olumsuz etkilemesi.

Bora'nın belli düşüncelere bağlı olarak kapıyı tekrar tekrar kontrol etme davranışları, obsesyon ve kompulsiyon döngüsünü açıkça göstermektedir. Bu davranışların sosyal ve mesleki hayatını etkilemesi, OKB tanısını destekler.

Diğer seçenekleri analiz edecek olursak:

A seçeneği – Anksiyete Bozukluğu: Anksiyete bozuklukları genel olarak sürekli ve yaygın bir endişe hali içerir. Bora'nın yaşadığı obsesyon ve kompulsiyon döngüsü, anksiyete bozukluğundan daha spesifik bir tanıya işaret eder.

C seçeneği – Sosyal Fobi: Kişinin sosyal ortamlarda yargılanma korkusu nedeniyle kaçınma davranışı göstermesiyle karakterizedir. Bora'nın durumu sosyal etkileşimle ilgili değil, obsesyon ve kompulsiyonlarla ilişkilidir.

D seçeneği – Somatoform Bozukluk: Kişinin fiziksel belirtiler yaşaması ve bu belirtilerin herhangi bir tıbbi nedeni olmaması ile karakterizedir. Bora'nın belirtileri somatik değil, psikolojik takıntılarla ilişkilidir.

E seçeneği – Panik Bozukluk: Kişinin beklenmedik ve tekrarlayan panik ataklar yaşaması ile karakterizedir. Bora'nın durumu panik ataklar değil, obsesyon ve kompulsiyonlarla ilişkilidir.

Sonuç olarak; Bora'nın kapıyı defalarca kontrol etmesi davranışı, obsesif-kompulsif bozukluk (OKB) tanısını en iyi şekilde destekler. Bu nedenle doğru cevap “B şıkkıdır.”

Cevap B

- 28. Somatizasyon:** Bireyin fiziksel belirtiler ve şikayetler yaşaması ancak bu belirtilerin tıbbi bir açıklamasının bulunamaması durumudur. Belirtiler kısaca şu şekildedir:

Baş ağrısı, mide bulantısı, göğüs ağrısı gibi fiziksel rahatsızlıklar.

Belirtilerin stresle ilişkisinin belirgin olması.

Tıbbi testlerde fizyolojik bir nedenin bulunamaması.

Fiziksel semptomların bireyin sosyal ve mesleki yaşamını olumsuz etkilemesi.

Elif'in durumu, tıbbi bir nedeni olmayan ancak gerçek fiziksel rahatsızlıklar yaşaması ve bu belirtilerin stresle bağlantılı olması nedeniyle somatizasyon bozukluğunu işaret etmektedir.

Diğer seçenekleri analiz edecek olursak:

A seçeneği – Hipokondriyazis: (Hastalık Anksiyetesi Bozukluğu), kişinin ciddi bir hastalığı olduğuna inanması ve sürekli bu endişeyi taşıması durumudur. Elif'in durumunda, kendisinin ciddi bir hastalığı olduğu korkusu değil, tıbbi açıklaması olmayan fiziksel şikayetler ön pladadır.

C seçeneği – Konversiyon Bozukluğu: Bireyin bilinçdışı psikolojik çatışmalarını fiziksel (genellikle nörolojik) belirtilerle ifade etmesi durumudur. Örneğin, felç, görme kaybı veya konuşamama gibi belirtiler. Elif'in belirtileri nörolojik olmadığından bu tanıya uymaz.

D seçeneği – Akut Stres Bozukluğu: Bireyin travmatik bir olayın ardından yaşadığı kısa süreli stres tepkisidir. Elif'in durumu bir travmatik olayla bağlantılı değildir ve fiziksel semptomlar uzun sürelidir.

E seçeneği – Yapay Bozukluk: Bireyin bilerek ve isteyerek fiziksel veya psikolojik semptomlar üretmesi veya taklit etmesi durumudur. Elif'in belirtileri bilinçli olarak üretilen şikayetler değildir.

Sonuç olarak; Elif'in stresle ilişkili olarak ortaya çıkan tıbbi açıklaması olmayan fiziksel rahatsızlıkları, Somatizasyon Bozukluğu tanısını en iyi şekilde destekler. Bu nedenle doğru cevap “B şıkkıdır.”

Cevap B

29. Toplumsal İletişim Bozukluğu: (Sosyal İletişim Bozukluğu), bireyin dil ve konuşma yeteneği genel olarak sağlam olmasına rağmen sosyal bağlamda dili uygun şekilde kullanmakta zorluk çekmesiyle karakterize edilen bir nörogelişimsel bozukluktur. Belirtiler kısaca şu şekildedir:

Konuşmaların akışına uyum sağlamakta zorlanma.

Mizah, deyimler ve dolaylı anlatımları kavramakta güçlük.

Karşılıklı sohbeti sürdürmede eksiklik.

Akademik veya dil yeteneğinde genel bir bozulma olmamasına rağmen sosyal iletişimde belirgin zorluklar yaşama.

Nazmi'nin sosyal iletişimde belirgin zorluklar yaşaması ancak dil yeteneği açısından bir eksiklik göstermemesi, Toplumsal İletişim Bozukluğu ile en iyi şekilde açıklanabilir.

Diğer seçeneklerin analizi şu şekildedir:

A seçeneği – Disleksi: Bireyin okuma, yazma ve dil işleme becerilerinde belirgin güçlük yaşamasıyla karakterizedir. Nazmi'nin belirtileri okuma veya yazma becerisiyle değil, sosyal iletişimle ilgilidir.

B seçeneği – Otizm Spektrum Bozukluğu: Otizm, hem sosyal etkileşim zorlukları hem de tekrarlayan davranışlar ve belirli rutinlere aşırı bağlılık gibi özellikler içerir. Nazmi'nin dil kullanımı sosyal bağlamda bozulmuş olsa da otizme özgü rutinlere bağlılık ve tekrarlayan davranışlar göstermemektedir.

D seçeneği – Anlıksal Yeti Yitimi: (Zihinsel Yetersizlik), genel bilişsel işlevlerde belirgin bir düşüklük ile karakterizedir. Nazmi'nin akademik becerileri sağlıklı olduğundan, bu tanıya uymaz.

E seçeneği – Antisosyal Kişilik Bozukluğu: Kişinin başkalarının haklarını ihlal eden, empati göstermeyen ve sosyal kuralları umursamayan davranışlar sergilemesiyle karakterizedir. Nazmi'nin sorunu sosyal dili kavrayamaması ve sosyal becerilerde eksiklik üzerine kurulu olduğundan, antisosyal kişilik bozukluğu tanısına uymaz.

Buna göre; Nazmi'nin sosyal bağlamda dili kullanmada yaşadığı zorluklar ancak akademik olarak dil becerilerinin sağlam olması, Toplumsal İletişim Bo-

zukluğu tanısını en iyi şekilde desteklemektedir. Bu nedenle doğru cevap "C seçeneğidir."

Cevap C

30. Kaynaştırma ve bütünleştirme uygulamalarının başarısız olmasına yol açan faktörlerin bazıları şöyledir;

Öğretmenlerin Yetersiz Bilgi ve Donanımı: Özel eğitim konusunda yeterli bilgiye sahip olmayan öğretmenler, özel gereksinimli öğrenciler için uygun öğretim stratejileri geliştiremeyebilir. Bu durum, öğrencilerin gelişimine zarar verebilir ve kaynaştırma sürecinin başarısız olmasına yol açabilir. **(A seçeneği – Başarısızlığa Neden Olabilir)**

Sınıf Mevcudunun Fazlalığı: Kalabalık sınıflarda öğretmenler, bireysel farklılıklara yeterince odaklanamayabilir. Özel gereksinimli öğrenciler, bireysel destekten mahrum kalabilir. **(B seçeneği – Başarısızlığa Neden Olabilir)**

Okul Yönetiminin Yetersiz Desteği: Okul yönetiminin özel eğitim öğrencilerini destekleyecek mekanizmalar oluşturmaması, kaynaştırma sürecini olumsuz etkileyebilir. Öğretmenlere eğitim verilmemesi, gerekli materyallerin sağlanmaması sürecin başarısız olmasına neden olabilir. **(C seçeneği – Başarısızlığa Neden Olabilir)**

Sınıftaki Sosyal Uyum Sorunları: Eğer sınıftaki öğrenciler, özel gereksinimli arkadaşlarını dışlarsa, sosyal uyum sağlanamaz. Bu durum öğrencinin psikolojik olarak olumsuz etkilenmesine ve eğitim sürecinin başarısız olmasına yol açabilir. **(D seçeneği – Başarısızlığa Neden Olabilir)**

Buna göre başarısızlığa neden olmayan faktör:

Bireyselleştirilmiş Eğitim ve Destek: Özel gereksinimli öğrencilerin ihtiyaçlarına uygun bireyselleştirilmiş eğitim verilmesi sürecin başarısını artırır, başarısızlığa neden olmaz. Bireysel destek, özel eğitim öğretmenleri ve farklı materyallerle sağlandığında kaynaştırma uygulamaları daha etkili olur. **(E seçeneği – Doğru Cevap)**

Cevap E

31. Psikolojik danışmanın doğru ve destekleyici Uygulamaları şu şekildedir;

A seçeneği – Duygusal ve Sosyal Gelişimi Destekleyen Hedefler Belirleme: Öğrencinin öz güvenini geliştiren, sosyal uyumunu artıran hedefler belirlemek BEP sürecinde kritik öneme sahiptir.

B seçeneği – Bireysel Farklılıkları Göz Önünde Bulundurmak: Psikolojik danışman, öğrencinin bireysel öğrenme ihtiyaçlarına göre öneriler geliştirmelidir. Akademik ve sosyal gelişimi destekleyen yöntemler önererek öğretmenlere rehberlik etmelidir.

C seçenek – Öğretmen ve Aileye Bilgi Vermek: Öğrencinin psikososyal durumu hakkında öğretmenler ve aileye bilgi verilerek işbirliği artırılmalı ve eğitim süreci desteklenmelidir.

E – Geri Bildirimlerle Süreci Desteklemek: Psikolojik danışman, öğrencinin BEP hedeflerine ulaşma sürecini izlemeli ve gelişimi doğrultusunda geri bildirim sağlamalıdır. Eksik kalan alanlar için yeni düzenlemeler önerilmelidir.

Yanlış uygulama ise;

D seçeneği – akademik hedefleri belirleme: Öğrencinin akademik hedefleri bireyselleştirilmiş olup, sınıf ve branş öğretmenleri tarafından belirlenir. Bu hedefler, uzmanlar (özel eğitim, psikolojik danışman ve gerekli ise dil konuşma terapisti) ve ailesinin ortak kararıyla ve katkısıyla belirlenir. Bu hedeflerin belirlenmesinde dikkat edilecek hususlar sırasıyla;

Öğrencinin mevcut akademik düzeyi değerlendirilir (testler, gözlemler, önceki performans kayıtları).

Öğrencinin bireysel güçlü ve zayıf yönleri analiz edilir.

Akademik hedefler SMART (Ölçülebilir, Ulaşılabilir, Gerçekçi) kriterlerine göre belirlenir.

Hedefler dönemsel olarak gözden geçirilir ve gerekli güncellemeler yapılır.

Sonuç olarak; akademik hedefleri psikolojik danışman belirlemez, ancak belirlenmesine yardımcı olur.

Cevap D

32. Otobiyografi tekniği, bireyin yaşamını ve deneyimlerini yazılı olarak aktarmasını içeren bir yöntemdir. Bu teknik, bireyin kendisini anlaması ve içsel dünyasını keşfetmesi için faydalıdır. Ancak otobiyografi tekniği, her zaman yalnızca bireyin anlatımıyla yeterli olmayabilir; dışsal gözlemler ve klinik değerlendirmelerle desteklenmesi, daha doğru ve bütünsel bir anlayışa ulaşılmasını sağlar. Bu nedenle doğru cevap "B seçeneğidir."

Diğer seçeneklerin analizi şu şekildedir:

A seçeneği; yanlıştır, çünkü otobiyografilerde genellikle bireyin kişisel duyguları ve düşünceleri de yer alır. Bu, kişinin yaşantısını daha derinlemesine anlamamıza yardımcı olur.

C seçeneği; yanlıştır, çünkü otobiyografi genellikle bireyin öznel duygularına da yer verir, bu da tekniğin önemli bir yönüdür.

D seçeneği; yanlıştır, çünkü otobiyografi tekniği, yalnızca çocukluk dönemiyle sınırlı değildir; bireyin tüm yaşam dönemine dair yazılı anlatımlar içerebilir.

E seçeneği; yanlıştır, çünkü otobiyografi tekniği, sadece yazılı değil, sözlü anlatımları da içerebilir, özellikle kişinin sözlü olarak kendi hayatını anlatması da değerlendirilebilir.

Sonuç olarak, doğru cevap B şıkkıdır çünkü otobiyografi, bireyin yaşamını anlamada önemli bir araçtır, ancak objektif bir değerlendirme için genellikle dışsal gözlemler ve diğer veri toplama yöntemleriyle desteklenmesi gerekebilir.

Cevap: B

33. Anketler, belirli konular (toplumsal nitelik taşıyan konular, bir grubu ilgilendiren ortak kararlar...) hakkında bireylerin görüş ve tutumlarını ölçen araçlardır. Genellikle kapalı uçlu sorular içerir. Amaç, yüzeysel bilgi toplamak, nicel veriler elde etmektir. Anket, kişilik yapısını derinlemesine ortaya koymaz; çünkü bu, projektif testler (örneğin Rorschach) ya da detaylı görüşmelerle mümkündür. Anketin sınırlı ve standart yapısı, kişiliğin karmaşık doğasını anlamaya yetmez. Bu nedenle doğru cevap "D seçeneğidir."

Diğer seçeneklerin analiz edecek olursak:

A seçeneği: Görüşme – Danışanın kendini ifade etmesine yardımcı olmak: Uygunudur. Görüşme bireyi tanıma sürecinde danışanın kendini daha iyi ifade etmesini ve duygularını açmasını sağlar.

B seçeneği: Gözlem – Öğrencinin sınıf içi davranışlarını doğal ortamında değerlendirmek: Doğrudur. Gözlem, özellikle doğal ortamlarda bireyin davranışlarını analiz etmek için kullanılır.

C seçeneği: Sosyometri – Grup içindeki lideri ve dışlanan bireyleri belirlemek: Bu eşleştirme de doğrudur. Sosyometri, bireyler arası ilişkileri analiz ederek grup dinamiklerini ortaya koyar.

E seçeneği: Test – Bireyin ilgi alanlarını ölçmek: Doğrudur. İlgi envanterleri gibi testler, bireyin ilgi duyduğu alanları saptamada kullanılır.

Cevap: D

34. Verilen bilgiye göre: Öğrenci bir yetenek alanında ve üç ilgi alanında %75'lik dilimin üstünde yer almaktadır. Bu, bu alanlarda güçlü olduğunu gösterir. Diğer yetenek ve ilgi alanlarında ise %25'lik dilimin altında, yani zayıf olduğu anlaşılmaktadır.

Bu durum, öğrencinin bazı alanlarda belirgin bir güce sahip olduğunu, dolayısıyla bu güçlü alanlara yönlendirilmesinin uygun olacağını gösterir. Bu çıkarım kesin olarak yapılabilir çünkü hem yetenek hem ilgi açısından veri vardır. Bu nedenle doğru cevap "C seçeneğidir."

Yanlış seçenekler ve açıklamaları ise şöyledir:

A seçeneği: Öğrenci sadece bir alanda başarılı olabilir. Yanlıştır, çünkü öğrenci bir yetenek ve üç ilgi alanında başarılıdır. Bu nedenle birden fazla alanda güçlü yönleri vardır.

B seçeneği: Öğrencinin yetenek ve ilgi alanları arasında tutarsızlık vardır. Yanlıştır, çünkü veriler, bir yetenek alanı ve üç ilgi alanının güçlü olduğunu gösteriyor ama bu alanlar arasında bir tutarsızlık olduğu çıkarılamaz. Belki bu alanlar birbiriyle tutarlıdır (örneğin sanat yeteneği + sanatla ilgili ilgi alanları gibi).

D seçeneği: Öğrencinin tüm potansiyeli henüz açığa çıkmamıştır. Yanlıştır, çünkü bu ifade bir yorumdur, elimizdeki verilere dayanarak kesin olarak söylenemez.

E seçenek: Öğrenci çok yönlü bir profile sahiptir. Yanlıştır, çünkü, çok yönlülük, genellikle birçok alanda ortalama üstü başarı ya da ilgiyle ilişkilidir. Bu öğrenci yalnızca birkaç alanda üst düzey performans göstermekte, geri kalanlarında ise düşük durumdadır.

Cevap: C

35. Projektif testler, bireyin iç dünyasını, bilinçdışı süreçlerini ve kişilik özelliklerini yansıtmalı olarak değerlendirilmeyi amaçlayan, yapılandırılmamış veya yarı yapılandırılmış testlerdir. Katılımcının verilen uyaranlara serbest yanıtlar vermesi beklenir. Bu testlerde yorumlama büyük ölçüde uzman değerlendirmesine dayanır.

Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI): Bu, projektif değil, objektif ve standartlaştırılmış bir kişilik testidir. Çok sayıda evet/hayır sorusundan oluşur ve çeşitli kişilik bozukluklarını saptamak için kullanılır. Yorumlamaya değil, yapılandırılmış ölçümlere dayanır. Bu nedenle doğru cevap "E seçeneğidir."

Diğer seçeneklerin analiz edecek olursak:

A seçeneği: Rorschach Mürekkep Lekesi Testi: En bilinen projektif testlerden biridir. Mürekkep lekelerine verilen yanıtlar yorumlanarak bireyin kişilik yapısı analiz edilir.

B seçeneği: Tematik Algı Testi (TAT): Kişilere anlamlı ama açık olmayan resimler gösterilir ve bir hikâye anlatmaları istenir. Bu anlatım, bireyin motivasyonları ve içsel çatışmalarını ortaya koyabilir.

C seçeneği: Çizim Testleri (Ev-Ağaç-İnsan): Kişiye bir ev, ağaç ve insan çizmesi söylenir. Çizim üzerinden psikolojik değerlendirme yapılır. Bu da bir projektif test türüdür.

D seçeneği: Cümle Tamamlama Testi: Bireye "Hayatta en çok..." gibi başlayan cümleler verilir, kişi tamamlar. Tamamlanan cümleler üzerinden kişilik değerlendirmesi yapılır. Bu test de projektiftir.

Cevap: E

36. Öğrencilerin psikolojik testlerde soruları orta yol (kararsız/emin olmayan) şekilde yanıtlama ya da boş bırakma davranışları gözlemlenmektedir. Orta yol cevap verme ve boş bırakma durumu, seçenekleri derecelendirilmiş sorularda, cevaplayan "bazen", "kararsızım" gibi orta yol bir cevap vermektedir. Bazen de seçeneği boş bırakmaktadır. Bu nedenle bireyin alacağı puan düzeyi etkilenmekte ve hata payı da yükselmektedir.

Psikolojik testlerde orta yol yanıtların ya da boş bırakılan soruların temel nedenleri arasında şunlar

yer alır:

İçgörü eksikliği (kişinin kendini yeterince tanıması)

Sosyal beklentiye uygun cevap verme eğilimi

Kaygı ve mahremiyet endişesi

Karmaşık ya da öznel madde ifadeleri

Test ortamının güvensiz algılanması

Çözüm Önerileri:

Test öncesi açık bilgilendirme yapılmalı (anonimlik, gizlilik, değerlendirme amacı vs.)

İçgörü kazandırıcı etkinlikler/test öncesi yönlendirmeler yapılmalı

Test maddeleri sade ve net ifade edilmeli

Test ortamı güven verici olmalı (Psikolojik danışman, psikolog eşliği vb.)

Testin gizliliği ve güvenilirliği hakkında bilgilendirme yapılması: Bu durum bireyde güven oluşturur ve dürüst cevaplar verme olasılığını artırır. Bundan dolayı bu durum orta yol cevap verme ya da boş bırakma tutumuna neden değildir. Bu nedenle doğru cevap "D seçeneğidir."

Diğer seçeneklerin analiz edecek olursak:

A seçeneği: Sosyal onay ihtiyacı: Birey, toplumun kabul ettiği şekilde görünmek isteyebilir. Bu da dürüst ya da net olmayan cevaplara neden olabilir. Bu bir nedendir.

B seçeneği: Maddelerin belirsiz ya da çok genel ifade edilmesi: Maddeler çok soyut veya kişiye göre değişken anlamlar içerdiğinde, birey karar vermekte zorlanabilir ve "orta" cevapları işaretleyebilir. Bu da bir nedendir.

C seçeneği: Kendi duygu ve düşüncelerine dair farkındalığın düşük olması: Kişisel içgörüsü gelişmemiş bireyler, hangi seçeneği işaretleyeceğini bilemeyebilir. Bu da bir nedendir.

E seçeneği: Değerlendirilme korkusu veya etiketlenme kaygısı: Birey kendisine "hastalık" ya da "sorunlu" etiketi yapıştırılacağından korkarsa, dürüst cevaplamaktan kaçınabilir. Bu da bir nedendir.

Cevap: D

37. Psikolojik testler:

Bilimsel temelli, geçerli ve güvenilir olmalıdır.

Sadece psikolojik danışmanlar ve ilgili uzmanlar tarafından uygulanabilir.

Gizlilik, bilgilendirilmiş onam, gönüllülük ve doğru yorumlama gibi etik ilkelerle yürütülmelidir.

Zeynel Öğretmen'in yaptığı uygulama hem etik dışı, hem de öğrencilerin güvenliğini ve psikolojik bütünlüğünü riske atan bir durumdur. Bu, en temel ve ilk ihlaldir. Öğretmenin amacı iyi niyetli olabilir; ancak yeterli uzmanlık ve etik bilgiye sahip olmadan bu tür araçların uygulanması ciddi sonuçlara yol açabilir. Bu nedenle doğru cevap "C seçeneğidir."

Diğer seçenekleri tek tek analiz edecek olursak:

A seçeneği: Öğrencilerin gizlilik hakkını ihlal etmesi: Zeynel öğretmen gerçekten de öğrencilerin isimlerini istemekle mahremiyet ilkesini ihlal etmiştir. Ancak bu öncelikli değil, ikincil bir ihlaldir.

B seçeneği: Testin geçerliliğini ve güvenilirliğini göz ardı etmesi: İnternette indirilen, geçerliliği bilinmeyen bir testin uygulanması bu açıdan sorunludur. Yine de bu ihlal, testin uygulanması yetkisinin olmamasından sonra gelir.

D seçeneği: Öğrencilere yeterli bilgilendirme yapmadan uygulama yapması: Bilgilendirme yapılmaması da etik bir sorundur ancak yine yetkisiz uygulama ilk sırada gelir.

E seçeneği: Ölçme sonucunu pedagojik olmayan biçimde yorumlaması: Sonuçların doğru yorumlanmaması, yanlış pedagojik uygulamalara yol açabilir. Ancak bu, uygulama yapma yetkisi varsa değerlendirilir; oysa öğretmen başlangıçta bu yetkiye sahip değildir.

Cevap: C

38. Bibliyoterapi Uygulamalarında Bazı İlkeler:

Materyal seçimi: Öğrencinin yaşına, gelişim düzeyine ve yaşadığı probleme uygun olmalı

Gönüllülük: Öğrenci uygulamaya katılmak istemeli

Yansıtma ve tartışma: Metin sonrasında duygusal çözümleme yapılmalı

Danışman rehberliği: Süreç, uzman bir psikolojik danışman tarafından yürütülmeli

Duygusal güvenlik: Öğrenci kendini güvende ve anlaşılmış hissetmeli

Bibliyoterapide kullanılacak metnin dil düzeyi, içerdiği semboller, olay örgüsü ve karakterler öğrencinin bilişsel gelişim seviyesine uygun olmalıdır. Aksi hâlde öğrenci metni anlamakta zorlanabilir veya kendini metne yansıtamaz. Senaryoda, danışmanın doğru bir amaçla hareket ettiği görülüyor (kaygı düzeyini azaltmak), ancak metni öğrencinin gelişim özelliklerine uyarlamadan kullanmak istemesi, uygulamada önemli bir ilke ihlali doğuruyor. Bu nedenle doğru cevap "D seçeneğidir."

Diğer seçenekleri tek tek analiz edecek olursak:

A seçeneği: Danışanın isteği ve gönüllülüğü doğrultusunda hareket etmesi: Bu, bibliyoterapi de dahil olmak üzere tüm psikolojik yardım süreçlerinin temel etik ilkelerindendir. Ancak senaryoda öğrenci gönüllü mü, değil mi, buna dair bir sorun belirtilmemiş. Bu nedenle bu ilke senaryodaki temel eksiklik değildir.

B seçeneği: Seçilen materyalin bilimsel geçerliliğe sahip olması: Bibliyoterapi doğası gereği edebi içeriklere dayalıdır ve her zaman bilimsel ölçütlerle sınıflandırılmaz. Buradaki vurgu, daha çok uygunluk ve etkililik üzerinedir. Dolayısıyla bu doğrudan bir eksiklik sayılmaz.

C seçeneği: Uygulama sürecinde danışana psikoeğitim verilmesi: Psikoeğitim faydalı olabilir ama bibliyoterapi sürecinde bu şart değildir. Ayrıca senaryodaki temel sorun bu da değildir.

E seçeneği: Bibliyoterapi sürecinin sonunda mutlaka yazılı bir test uygulanması: Bu yanlış bir ifadedir. Bibliyoterapi süreci yazılı testlerle değil, duygusal yansıtma, tartışma, yorumlama gibi yollarla değerlendirilir. Ancak bu seçenekte yer alan sorun senaryoda Akif Bey'in yaptığı hatayla doğrudan bağlantılı değildir.

Cevap: D

39. Ali, mimarlık gibi yaratıcılık ve çizim yeteneği gerektiren bir alana yönelmek istemekte, ancak bu alandaki yeteneğinin yeterli olup olmadığını sorgulamaktadır. Yani asıl kararını etkileyen, sahip olduğu yetenek düzeyi. Bu açıdan bakıldığında Ali'nin meslek seçimini en çok etkileyen faktör "yetenek"tir. Cevap "E" seçeneğidir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: İlgi: Ali'nin resim yapmaya olan ilgisi hikâyede açıkça belirtilmiş. Ancak bu onun meslek seçimini etkileyen bir zayıflama değil, destekleyici bir unsur. Yani ilgisi zaten mimarlıkla örtüşüyor. Ancak Ali bu ilgisine rağmen mesleği seçip seçemeyeceğinden şüphe ediyor. Bu nedenle doğru cevap ilgi olamaz.

B seçeneği: Değer: Mesleki değerler, bireyin işte aradığı anlam ve katkılarla ilgilidir (örneğin toplum yararına katkı sağlama, prestij, kazanç vs.). Hikâyede Ali'nin mimarlıkla ilgili değer temelli bir açıklaması yok. Yani değer yönünden bir çatışma ya da yönelim gözlemlenmiyor. Bu yüzden bu da elenir.

C seçeneği: Psikolojik gereksinimler: Psikolojik gereksinimler bireyin içsel tatmin arayışını (ait olma, başarı hissi vb.) içerir. Ancak Ali'nin kararını etkileyen şey, böyle bir gereksinim değil. Kaygısı mesleği seçip seçemeyeceği yönünde. Dolayısıyla bu da uygun değil.

D seçeneği: Öz-yetkinlik inancı: Bu şık çok çeldirici. Çünkü Ali'nin "belki yeterince yaratıcı değilimdir" demesi, onun kendine olan güveninde bir sorun olduğunu düşündürtebilir. Öz-yetkinlik inancı, bireyin bir işi başarıyla yapabileceğine dair inancıdır. Ancak dikkat edin: burada sorun inançtan ziyade gerçek kapasiteye (yani yeteneğe) dair bir endişedir. Ali'nin çizim yeteneği yüksek olmasına rağmen, kendi yeteneğinin farkında değil veya yetmediğini düşünüyor. Ancak bu, temel sorunun onun gerçek becerisi/yeteneği ile ilgili olduğunu gösterir.

Cevap: E

40. İşe Uyum Kuramı, Dawis ve Lofquist tarafından geliştirilmiş olup birey-çevre uyumu yaklaşımı çerçevesinde değerlendirilir. Bu kuramın temel kavramları şunlardır:

Tatmin: Bireyin iş ortamından memnuniyetidir. İşin bireyin ihtiyaçlarını ne derece karşıladığına bağlıdır.

Yeterlilik: Bireyin iş performansını yansıtır. İşverenin beklentilerini karşılama düzeyidir.

Uygunluk: Hem bireyin işten tatmin olması hem de işverenin bireyin performansından memnun olmasıdır. Karşılıklı uyumu ifade eder.

Yeterlilik düzeyi: Bireyin işe yönelik sahip olduğu beceri, bilgi ve yetkinlik düzeyidir.

İşe Uyum Kuramı, birey ile çevresi (özellikle iş çevresi) arasındaki uyumun iş tatmini, performans, örgütsel bağlılık ve işe devam etme gibi çıktıları etkilediğini savunur. Bu kuramda uyum iki boyutta ele alınır:

Kiş-iş Uyumu: Bireyin bilgi, beceri ve yetkinliklerinin işin gereklilikleriyle ne ölçüde örtüştüğünü ifade eder. Bu uyum sağlandığında birey hem daha başarılı olur hem de işten tatmin duyar; bu da işte uzun süreli kalmasına katkı sağlar.

Kiş-i-Örgüt Uyumu: Bireyin değerleriyle örgütün değerleri arasındaki uyumdur. Bu da bağlılık ve motivasyonu etkiler. Bu bağlamda, çalışanın becerileriyle işin gereklilikleri arasındaki uyum, kişinin hem işte başarılı olmasını hem de uzun vadede organizasyonda kalmasını doğrudan etkileyen temel unsurdur.

Buna göre doğru cevap "çalışanın becerileri ve işin gerekleri arasındaki uyum"dur.

Cevap: B

41. Holland'ın Tipoloji Kuramı, bireylerin kişilik tipleri ile uyumlu mesleklerde daha mutlu, başarılı ve verimli olacaklarını öne sürer. Kuramda 6 temel kişilik tipi tanımlanır: Gerçekçi, Araştırmacı, Sanatsal, Sosyal, Girişimci ve Geleneksel.

Girişimci ve Araştırmacı kişilik tipleri, Holland'ın kuramında önemli bir karşıtlık oluşturur çünkü hedefleri, ilgi alanları ve güçlü yönleri bakımından belirgin şekilde farklıdır:

Girişimci Tip:

Özellikleri: Liderlik, ikna kabiliyeti, girişimcilik, risk alma eğilimi, pratiklik.

İlgi Alanları: İnsanları yönlendirme, ikna etme, satış, işletme yönetimi, organizasyon kurma.

Tercih Ettiği Meslekler: Yönetici, satış temsilcisi, politikacı, girişimci.

Motivasyon Kaynağı: Güç, statü, maddi kazanç, başarı.

Araştırmacı Tip:

Özellikleri: Meraklı, analitik, bağımsız, teorik düşünceye yatkın, sistematik.

İlgi Alanları: Bilimsel araştırma, problem çözme, deney yapma, soyut düşünme.

Tercih Ettiği Meslekler: Bilim insanı, mühendis, akademisyen, laborant.

Motivasyon Kaynağı: Bilgiye ulaşmak, çözüm üretmek, entelektüel merak.

Karşıtlık Nereden Kaynaklanır?

Yönelim Farkı: Girişimci tip insanlarla ve sonuçlarla ilgilenirken, araştırmacı tip nesnelerle, fikirlerle ve bilgiyle ilgilenir.

Çalışma Tarzı: Girişimci daha dışa dönük, hızlı karar alan, eylem odaklıdır; araştırmacı daha içe dönük, detaycı ve analiz odaklıdır.

Başarı Tanımı: Girişimci için başarı, etki ve kazançtır; araştırmacı içinse, bilgiye katkı ve keşiftir.

Sonuç olarak, girişimci tipi insanlarla etkileşimde bulunmayı ve ikna etmeyi severken, araştırmacı tipi yalnız çalışmayı ve analitik düşünmeyi tercih eder. Altıgenin zıt uçlarında yer alırlar.

Cevap: B

42. Donald Super'in Benlik Kuramı'na göre kariyer, bireyin benliğini gerçekleştirme sürecidir ve yaşam boyunca bireyin değerleri, ilgileri, yetenekleri ve koşulları değiştikçe kariyer örüntüsü de değişebilir. Super, bireyin kariyerinde zamanla değişiklik yapabileceğini ve bunun gelişimsel bir süreç olduğunu savunur.

Orhan'ın hikâyesi, kariyerinin başında aldığı mimarlık eğitimini kullanarak iş yaşamına adım attığını, fakat sonrasında farklı alanlara yöneldiğini ve zamanla hem iş kolunu hem de kariyer yönünü önemli ölçüde değiştirdiğini gösteriyor. Bu örüntü, sürekli değişim ve dönüşüm içeren, durağan olmayan bir kariyer örüntüsüdür. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneği Durağan olmayan kariyer örüntüsüdür.**

Yanlış seçenekleri açıklayacak olursak:

A seçeneği: Çoklu deneme kariyer örüntüsü:

Bu örüntüde birey, kariyerinde çok sayıda farklı işi kısa süreli olarak dener ancak kalıcı olmaz. Orhan'ın durumu bu değil çünkü o, yöneldiği alanlarda başarılı olmuş, istikrar sağlamış ve bir kariyer yolu oluşturmuştur. Bu yüzden sadece "deneme" aşamasında kalmamıştır.

B seçeneği: Geleneksel kariyer örüntüsü:

Geleneksel örüntüde birey, genellikle tek bir alanda çalışır, yukarı doğru ilerler ve kariyerinde süreklilik gösterir. Orhan ise birçok kez alan değiştirerek geleneksel kariyer yapısının dışına çıkmıştır.

C seçeneği: İstikrarlı kariyer örüntüsü:

Bu örüntü, uzun süre tek bir meslek ya da sektörde kalmayı ifade eder. Orhan ise hem meslek hem sektör değiştirerek farklı yollar denemiştir. Bu yüzden istikrarlı değildir.

E seçeneği: Çift yol kariyer örüntüsü:

Bireyin iki farklı alanda eş zamanlı kariyer geliştirmesi durumudur. Örneğin hem akademisyen hem sanatçı olmak gibi. Orhan zamanla alan değiştirmiş, fakat aynı anda iki kariyeri paralel sürdürmemiştir.

Cevap: D

43. Psikanalitik Kariyer Meslek Kuramı, bireyin meslek seçimlerinin bilinçaltı süreçler, kişilik dinamikleri ve çocukluk yaşantıları tarafından şekillendiğini öne sürer. Bu kuram, Sigmund Freud'un psikanalitik teorilerine ve psikodinamik yaklaşımlara dayanır. Temel varsayımlar kısaca şöyledir:

Bilinçaltı ve Meslek Seçimi: Bireyin meslek seçimi bilinçdışı motivasyonlar ve bastırılmış arzular tarafından yönlendirilir. Kişi farkında olmadan, psikolojik ihtiyaçlarını tatmin edebileceği mesleklere yönelir.

Erken Çocukluk Deneyimleri: Çocukluk döneminde yaşanan ebeveyn ilişkileri, ödüllendirme veya reddedilme gibi deneyimler, bireyin meslek seçiminde etkili olabilir. Birey, çocukken edindiği güven veya güvensizlik duygularını yetişkinlikte belirli meslek seçimleriyle dengelemeye çalışabilir.

Savunma Mekanizmalarının Etkisi: Birey, stres ve kaygıyı yönetmek için savunma mekanizmaları kullanır.

İçsel Çatışmalar ve Meslek Seçimi: Kişiler bilinçaltısında çözmek istediği içsel çatışmaları meslek seçimiyle telafi edebilir.

Meslek ve Kişilik Yapısı: Meslek seçimi bireyin temel kişilik yapısıyla bağlantılıdır.

Buna göre seçenekleri değerlendirecek olursak; A seçeneği "Bilinçdışı arzular ve çatışmalar", B seçeneği "Çocukluk döneminde ebeveynlerle kurulan ilişkiler", D seçeneği "Savunma mekanizmalarının bireyin benlik yapısını şekillendirmesi" ve E seçeneği "Meslek seçiminde cinsiyet rollerinin içselleştirilmesi" doğru ifadelerdir.

Ancak; C seçeneği "Toplumdaki güncel iş gücü ihtiyacı": Bu madde daha çok sosyolojik ve ekonomik kuramlarla ilişkilidir (örneğin, iş gücü piyasası teorileri). Psikanalitik kuram ise bireyin iç dünyasına, psikodinamik süreçlerine odaklanır. Dışsal faktörleri, özellikle ekonomik ihtiyaçları ön planda tutmaz.

Bu nedenle yanlıştır.

Cevap: C

44. Kariyer gelişimi süreci, çok boyutlu bir destek gerektirir. Psikolojik danışmanın rolü, öğrencinin kendini tanımasına, meslekleri tanımasına ve bu iki bilgiyi birleştirerek bilinçli bir karar vermesine yardımcı olmaktır. Bu süreçte sadece akademik başarıya odaklanmak öğrencinin potansiyelini ve mutluluğunu göz ardı edebilir. Çünkü, akademik başarıya göre öğrencilerin mesleklerine yönlendirilmesi, öğrencilerin bireysel ilgi, yetenek ve değerlerini göz ardı ederek sadece notlarına göre yönlendirme yapmayı içerir. Oysa meslek seçimi sadece akademik başarıya dayanamaz. Öğrencinin kişisel özellikleri ve yaşam değerleri de bu kararda çok önemlidir. Bu nedenle etkili olmayan ve uygun görülmeyen bir uygulamadır. Bu nedenle etkili değil, hatta olumsuz sonuçlara yol açabilecek olan seçenek D seçeneğidir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: İlgi ve yetenek envanterlerinin uygulanması: Bu tür envanterler, öğrencilerin kendi ilgi alanlarını, yeteneklerini ve değerlerini tanımlarına yardımcı olur. Kendi özelliklerini tanıyan öğrenci, meslek seçimini daha bilinçli yapar. Bu nedenle oldukça etkili ve uygun bir uygulamadır.

B seçeneği: Meslek tanıtım günleri düzenlenmesi: Farklı meslek gruplarından kişilerin okula davet edilerek mesleklerini tanıtmaları, öğrencilere gerçek hayattan bilgiler sunar. Bu tür etkinlikler mesleki farkındalığı artırır.

C seçeneği: Ailelerin sürece aktif katılımının sağlanması: Aileler, öğrencilerin karar süreçlerinde önemli bir etkiye sahiptir. Psikolojik danışman, ailelerin bilinçlenmesini sağlayarak sürece destek olmalarını teşvik etmelidir.

E seçeneği: İş yeri gözlem gezileri ve staj fırsatlarının organize edilmesi: Öğrencilerin gerçek iş ortamlarını görmeleri, meslekleri daha somut tanımlarını sağlar. Bu, karar verme sürecinde önemli bir deneyim sunar.

Cevap: D

45. Merkezi Eğilim Ölçüleri: Merkezi eğilim ölçüleri, bir veri kümesinin merkezini veya tipik değerini tanımlamak için kullanılır. Temel olarak, verilerin dağılımını özetler ve bir "ortalama" eğilimi ifade eder. Üç ana merkezi eğilim ölçüsü vardır:

- **Aritmetik Ortalama:** Tüm veri değerlerinin toplamının veri sayısına bölünmesiyle bulunur. **Örnek:** Bir sınıftaki öğrencilerin sınav notlarının ortalamasını hesaplamak.
- **Ortanca (Medyan):** Veriler sıralandıktan sonra tam ortada yer alan değerdir. Eğer veri sayısı çift ise, ortadaki iki sayının aritmetik ortalaması alınır. **Örnek:** Bir puan dağılımında grubun tam orta noktasındaki puanları belirlemek.
- **Mod:** Bir veri kümesinde en sık tekrar eden değer. **Örnek:** Bir satış mağazasında en çok satılan ürünün fiyatı.

Değişim Ölçüleri: Değişim ölçüleri, bir veri kümesindeki değerlerin merkezden ne kadar uzaklaştığını veya birbirinden ne kadar farklı olduğunu ölçer. Verilerin homojenliği veya heterojenliği hakkında bilgi sağlar.

- **Ranj (Aralık):** En büyük değerden en küçük değer çıkarılmasıyla elde edilir. **Örnek:** En yüksek ve en düşük sıcaklık arasındaki fark.
- **Varyans:** Verilerin aritmetik ortalamadan ne kadar saptığını ölçer. Verilerin dağılımının yaygınlığı hakkında bilgi verir. Standart sapmanın karesidir.
- **Standart Sapma:** Varyansın kareköküdür. Verilerin ortalamadan ortalama olarak ne kadar uzak olduğunu ifade eder. **Örnek:** Bir okulda öğrencilerin sınav notlarının ne kadar birbirine yakın olduğunu ölçmek.

Çarpıklık: Çarpıklık, veri kümesinin simetrik olup olmadığını ve dağılımın hangi yönde «yatay olarak uzandığını» belirtir.

- **Pozitif Çarpıklık (Sağa çarpık dağılım):** Sağ tarafa uzun bir kuyruk bulunur. Daha fazla düşük değer vardır. **Örnek:** Öğrencilerin büyük çoğunluğunun düşük not aldığı bir sınav dağılımı. Mod değeri ortalamadan küçüktür.
- **Negatif Çarpıklık (Sola çarpık dağılım):** Sol tarafa uzun bir kuyruk bulunur. Daha fazla yüksek değer vardır. **Örnek:** Çoğu bireyin yüksek

gelir elde ettiği bir gelir dağılımı. Mod değeri ortalamadan büyüktür.

- **Simetrik Dağılım (Normal dağılım):** Veri dağılımı iki tarafa eşit yayılır. Ortalama, medyan ve mod genellikle birbirine eşittir.

Bu bilgiler ışığında verilen grafik analiz edildiğinde;

B, C, D ve seçenekleri yapılan hesaplamalara göre doğrudur. Fakat A seçeneği yanlıştır. Çünkü mod değerinin ortalamadan yüksek olduğu dağılımlar sola çarpık olarak kabul edilir.

Cevap: A

46. REHBERLİK HİZMETLERİNDE ÖRGÜTSEL YAPI (14.08.2020 Tarihli yönetmeliğe göre)

REHBER ÖĞRETMEN/PSİKOLOJİK DANIŞMANIN GÖREVLERİ

MADDE 21 – (1) Eğitim kurumlarında rehber öğretmen/psikolojik danışman gelişimsel ve önleyici hizmetler, iyileştirici hizmetler ve destek hizmetlere ilişkin görevlerini yerine getirir.

(2) Gelişimsel ve önleyici hizmetler;

a) Sınıf rehberlik programı kapsamında rehberlik alanında özel bilgi ve beceri gerektiren etkinlikleri uygular.

b) Bireyi tanıma çalışmaları kapsamında bireyi tanıma tekniklerini uygular, değerlendirmelerini raporlaştırarak öğrencilere geribildirimde bulunur ve ilgililerle paylaşır. Gerektiğinde bireyi tanıma tekniklerini geliştirme çalışmalarına katılır.

c) Bilgi verme çalışmaları kapsamında öğrencilerin sosyal duygusal, akademik ve kariyer gelişim alanlarında ihtiyaç duydukları bilgileri bireysel çalışmalar, grup çalışmaları veya yayın hazırlama yoluyla öğrencilerle paylaşır.

ç) Yöneltilme ve izleme çalışmaları kapsamında bireyi tanıma ve bilgi verme hizmeti sunarak öğrenciyi kendine uygun olan eğitim kurumuna, alana, dala, staja, işe, mesleğe, okul içi ya da okul dışı sosyal ve kültürel etkinliklere yönlendirir ve öğrencinin gelişimini izler. Merkezî sınavlara ait tercih dönemlerinde görev alır.

(3) İyileştirici hizmetler;

a) Öğrencilerin sosyal duygusal, akademik ve kariyer gelişimlerinin desteklenmesi, kendilerini keşfetmeleri, duygusal, düşünsel, davranışsal düzeyde kapasitelerinin güçlendirilmesi, iyileştirme ve geliştirme amacıyla formasyonu uygun olan rehber öğretmen/psikolojik danışman bireysel ve grupla psikolojik danışma yapar.

b) Psikososyal destek hizmetleri kapsamında;

1) Doğal afetler ile kaza, ihmal, istismar, intihar, şiddet, savaş, göç ve salgın hastalıklar gibi zorlu yaşam olaylarında öğrenci, aile ve öğretmenlere psikolojik ve sosyal destek sağlar.

2) Hakkında danışmanlık tedbir kararı verilen çocuğa ve çocuğun bakımından sorumlu kişilere hizmet sunar.

3) Eğitim kurumlarında rehber öğretmen/psikolojik danışman bulunmaması veya çocuğun herhangi bir eğitim kurumu ile ilişkisinin olmaması durumunda danışmanlık tedbiri uygulamaları il veya ilçe millî eğitim müdürlüklerinin görevlendireceği, çocuğun ikamet adresinin bulunduğu eğitim bölgesinde görevli rehber öğretmen/psikolojik danışman yerine getirir. Danışmanlık tedbir kararlarına ilişkin görevlendirmelerde rehber öğretmen/psikolojik danışmanların hâlihazırda yerine getirmekte oldukları danışmanlık tedbir kararları da gözeticilerle dengeli bir dağılım sağlanır.

c) Sevk çalışmaları kapsamında bireyin, rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin müdahale alanı ya da rehber öğretmen/psikolojik danışmanın mesleki yeterlikleri dışında kalan bir uzmanlık alanında yardıma ihtiyaç duyması durumunda, bireyi yardım alabileceği düşünülen daha yetkin uzman kişi, kurum veya kuruluşlara yönlendirir.

(4) Destek hizmetler;

a) Müşavirlik hizmetleri kapsamında, öğrencinin gelişimini desteklemek için öğretmen, veli, yönetici ve okul içerisinde öğrenci ile iletişimde

olan diğer kişilere kendilerini geliştirmeleri, ortak ve yeterli bir rehberlik anlayışı kazanmaları amacıyla çalışmalar yürütür. Sınıf rehberlik programlarının hazırlanmasında, uygulanmasında, sınıf içi rehberlik uygulamalarının geliştirilmesinde sınıf rehber öğretmenlerine müşavirlik eder.

b) Program yönetimi çalışmaları kapsamında;

1) Okul rehberlik ve psikolojik danışma programını rehberlik ve araştırma merkezine iletilmek üzere en geç ekim ayının ilk haftasında e-Rehberlik sistemi üzerinden hazırlar.

2) Okul rehberlik ve psikolojik danışma programı doğrultusunda e-Rehberlik sistemi üzerinden kendi haftalık programını hazırlar.

3) Her yıl kasım ayı içerisinde sınıf rehber öğretmenleri tarafından bir örneği rehberlik ve psikolojik danışma servisine iletilen risk altındaki öğrencilere ait verileri birleştirerek eğitim kurumuna ait risk haritasını oluşturur.

4) Okul rehberlik ve psikolojik danışma programı kapsamında gerçekleştirilen çalışmaları e-Rehberlik sistemine işler. Danışma sürecinde danışan dosyası aracılığı ile gerekli kayıtları tutar. Elektronik ortama işlenmesi mümkün olmayan çalışmaları dosyalar ve usulüne uygun olarak saklar.

5) Okul rehberlik ve psikolojik danışma programını ders yılı boyunca sınıf rehber öğretmenleri, öğretmenler ve eğitim kurumu yöneticileri ile iş birliği içerisinde uygular ve programın etkililiğini ders yılı sonunda değerlendirir.

c) Araştırma ve proje çalışmaları kapsamında, sunduğu hizmetlerin etkililiğini ve verimliliğini artırmak amacıyla araştırma, izleme ve değerlendirme çalışmaları yapar. Gerekliğinde eğitim kurumunda yürütülen proje çalışmalarına katılır.

ç) İş birliği kapsamında, doğal üyesi olduğu kurul ve komisyona katılır, rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerine ilişkin görevlerini yerine getirir. Rehberlik ve araştırma merkezleri tarafından düzenlenen toplantı, eğitim etkinlikleri, proje ve ekip çalışmalarına katılır. Öğrencilerin gelişimsel ihtiyaç ya da sorunlarına yönelik olarak ortak bir amaç ve sorumluluk çerçevesinde veli, öğretmen, idareci, diğer kişi ve kurumlarla iş birliği yapar.

Ders saatinde bireysel veya grupla yürütülen çalışmalarda öğrencinin devamsız görünmemesi için okul yönetimi ve ders öğretmeniyle iş birliği yaparak gerekli tedbirleri alır.

e) Okul rehberlik ve psikolojik danışma programının etkililiğini artırmak, mesleki bilgi ve becerileri

geliştirmek, mesleğine ilişkin güncel gelişmeleri izleyerek daha nitelikli hizmet sunmak için bilimsel kongre, konferans, panel ve hizmet içi eğitimlere katılır, gerektiğinde hizmet içi eğitim verir.

f) Eğitim kurumu müdürünün vereceği rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri ile ilgili diğer görevleri yapar.

Diğer görevler

MADDE 22 – (1) Rehber öğretmen/psikolojik danışman merkezî sınavlarda görev alabilir ve istemesi hâlinde belleticilik görevi yapabilir. Ancak rehber öğretmen/psikolojik danışmanlara nöbet görevi verilemez.

Bu bilgiler ışığında C seçeneği yanlıştır. **Çünkü;** “Okul genelindeki rehberlik programını planlaması ve uygulanmasında iş birliği yapmak ve okulda rehberlik faaliyetlerinin koordinasyonunu sağlamak” Psikolojik Danışman’ın değil rehberlik hizmetleri yürütme komisyonunun görevidir.

Cevap: C

- 47. İdiyografik:** Bu kavram daha çok tekil olaylar veya bireyler üzerinde derinlemesine çalışmayı ifade eder. İnsan gruplarındaki özellikler ve eğilimler arasındaki ortak noktalara ve farklılıklara bakmak yerine, bir bireyin davranışlarındaki zaman içindeki ve farklı durumlardaki değişkenliği anlamaya odaklanan bir yöntemi ifade eder. Genellikle nitel araştırmalar için kullanılır ve genelleme yapılmaz.

Kesitsel: Bu desen, farklı gruplar arasında tek bir zaman diliminde veri toplama esasına dayanır. Amaç, o andaki durumları karşılaştırmaktır.

Sırasal: Birden fazla grubu birden çok kez ölçmeye dayanan bu yöntem, genelde bir şeyin sıralı gelişimini inceler, ama bu araştırma desenlerinden çok ölçek türleri veya gelişimsel sıralamalar için kullanılır.

Boylamsal: Aynı bireylerin zaman içinde tekrar tekrar ölçülmesi ile değişimin incelendiği araştırma türüdür.

Normatif: Genellikle belirli bir özelliğin veya davranışın normal seviyesinin belirlenmesi amacıyla yapılan çalışmalardır. Yani, “normal nedir?” sorusuna cevap arar. Diğer açıdan grubun ortak özelliklerine odaklanır.

Bu açıklamalara göre, araştırmacı, okul öncesi, ilkokul, ortaokul ve lise öğrencilerinden **bir defalık veri** toplayarak grupları karşılaştırmaktadır. Bu durum kesitsel desene uymaktadır. Bundan dolayı doğru seçenek “B” dir.

Cevap: B

48. Verilen parçaya göre programda yer alan uygulamalar şunlardır:

Bireysel danışmanlık oturumları

Grup rehberliği oturumları

Kariyer planlaması çalışmaları

Veli ve öğretmenlerle iş birliği toplantıları

Öğrencilere yönelik çeşitli kaynaklar sağlanması

Ayrıca, programın, öğrencilerin ihtiyaçlarına hızlı ve etkili çözümler sunmak ve bireysel gelişimlerini desteklemek amacına da yer verilmiştir.

Buna göre seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: İşlevsellik: Bu özellik, bir programın amacına hizmet etme düzeyini, yani ne kadar faydalı olduğunu ifade eder. Bu senaryoda program öğrencilerin gelişimlerine katkı sağlamak için çok çeşitli faaliyetler sunuyor, dolayısıyla işlevsel gibi gözüküyor. Ancak "işlevsellik", doğrudan ön planda olan bir yapı değil; programın daha çok sonuçlarıyla ilgilidir.

B seçeneği: Taşınabilirlik: Bu, bir programın başka okullara, bölgelere ya da ortamlara kolayca uyarlanabilirliği ile ilgilidir. Senaryoda bu tür bir taşınabilirlikten bahsedilmiyor; program belli bir okula özgü yürütülüyor.

C seçeneği: Uygulanabilirlik: Bu, programın gerçekçi, sürdürülebilir ve uygulanabilir olup olmadığını ifade eder. Eğer bir program tasarlanmışsa ama uygulanması mümkün değilse anlamını yitirir. Senaryoda programın uygulanmakta olduğu, çeşitli etkinliklerin düzenlendiği açıkça belirtiliyor. Ancak bu sadece uygulandığını gösteriyor, ön planda olan temel özellik bu değildir.

D seçeneği: Değerlendirilebilirlik: Bu, programın etkinliğinin ölçülüp ölçülemeyeceği, yani geribildirim ve değerlendirme sistemlerinin olup olmadığı ile ilgilidir. Senaryoda ölçme, değerlendirme veya sonuç analizine dair herhangi bir ifade bulunmuyor.

E seçeneği: Sistematiiklik: Bu özellik, programın planlı, düzenli, yapılandırılmış ve bütünsel bir şekilde yürütülmesi anlamına gelir. Senaryoda, bireysel danışmanlık, grup rehberliği, kariyer çalışmaları, veli-öğretmen iş birliği, kaynak sunumu gibi çeşitli

yönlerin bir arada ve planlı bir şekilde sunulduğu görülüyor. Yani programın, öğrencilerin gelişimini farklı açılardan desteklemek üzere sistemli bir yapıya sahip olduğu anlaşılıyor. Bu nedenler doğru cevap "E" seçeneği, yani, sistematiiklikler.

Cevap: E

49. TOPLUMSAL SORUMLULUK İLKESİ NEDİR?

Toplumsal sorumluluk, bir psikolojik danışmanın sadece bireysel danışanlarına değil, aynı zamanda yaşadığı topluma karşı da etik bir sorumluluk taşıdığı anlayışını ifade eder. Danışman, topluma katkıda bulunmayı hedeflemeli ve toplumun refahını artırmak için bilgi ve becerilerini kullanmalıdır. Özellikle eğitim, sağlık ve sosyal eşitlik gibi alanlarda mesleki bilgiler doğrultusunda çözüme katkı sağlamak önemli bir etik görevdir.

Seçeneklerin analizini yapacak olursak:

A) Sadece bireysel görüşmeler yaparak bu konunun kendi sorumluluğunda olmadığını ifade eder.

• Yanlıştır. Psikolojik danışmanlık, sadece bireysel düzeyde değil, aynı zamanda toplumsal düzeyde de sorumluluk taşır. Ekonomik zorlukların eğitim üzerindeki etkileri gibi bir toplumsal sorun, danışmanın katkıda bulunması gereken bir durumdur.

B) Okul yönetimi ve ailelerle iş birliği yaparak ekonomik sorunların eğitim üzerindeki etkilerini azaltmaya yönelik bir plan geliştirilmesine katkıda bulunur.

• Doğru bir davranıştır. Psikolojik danışman, toplumsal sorumluluk ilkesi gereği, böyle bir soruna çözüm arayan çalışmalara katkıda bulunmalı ve ilgili paydaşlarla iş birliği yaparak mesleki bilgi ve becerilerini toplumun yararına sunmalıdır.

C) Sorunun çözümünü tamamen okul yönetimine bırakır ve danışmanlık süreçlerini bu durumdan bağımsız sürdürür.

• Yanlıştır. Danışmanın bu tür toplumsal sorunlarda pasif bir tavır alması, mesleki etik ilkelerle bağdaşmaz. Toplumun refahına katkı sağlama sorumluluğu, danışmanın mesleki rolünün bir parçasıdır.

D) Konuyla ilgili herhangi bir profesyonel sorumluluk hissetmeden yalnızca danışanlarıyla bireysel sorunlarına odaklanır.

• Yanlıştır. Psikolojik danışman, bireysel sorunlar kadar toplumsal sorunlara da duyarlılık göstermeli ve aktif bir rol üstlenmelidir.

E) Kendi bilgi ve yetkinliklerini aşan toplumsal sorunlar üzerinde etkili çözümler üretmek için tek başına karar alır.

• Yanlıştır. Danışman, toplumsal sorunlara duyarlılık gösterirken, tek başına hareket etmek yerine iş birliği yapmalı ve profesyonel sınırları içinde kalmalıdır.

Buna göre psikolojik danışmanlar, yalnızca bireysel düzeyde değil, toplumsal düzeyde de etik sorumluluk taşırlar. Ekonomik zorlukların eğitim üzerindeki etkileri gibi toplumsal bir sorunda, psikolojik danışman okul yönetimi, aileler ve diğer paydaşlarla iş birliği yaparak çözüme katkıda bulunmalıdır. Bu hem mesleki hem de toplumsal etik sorumlulukların bir gereğidir.

Cevap: B

50. Bilgilendirilmiş Onam Formu, psikolojik danışma sürecine katılan bireyin hakları, sorumlulukları ve danışma sürecinin işleyişi hakkında detaylı bilgi almasını sağlayan resmi bir belgedir. Bu form, danışan ile uzman arasında karşılıklı anlaşma niteliği taşır ve sürecin etik kurallar çerçevesinde yürütülmesini garanti altına alır.

Bilgilendirilmiş Onam Formunun Temel Unsurları:

Danışanın Hakları: Gizlilik, gönüllülük, süreçten istediği zaman ayrılma hakkı.

Danışmanın Sorumlulukları: Gizliliğin korunması, etik kurallar çerçevesinde danışmanlık hizmeti sunulması.

Danışma Sürecinin Detayları: Seans süresi, yöntemi, kayıt alınma durumu ve gizlilik sınırları.

İstisnai Durumlar: Danışanın kendisine veya başkalarına zarar verme riski, yasal zorunluluklar gibi durumlarda gizliliğin sınırları.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Bilgilendirilmiş onam formu, danışanın sürecin koşulları ve hakları hakkında bilgilendirilmesini sağlar. Doğru ifadedir. Bilgilendirilmiş onam, danışanın danışma süreci hakkında bilgi sahibi olması, süreçle ilgili koşulları ve haklarını bilecek onay vermesi için kullanılan bir belgedir. Temel amacı, danışanın bilinçli bir şekilde karar vermesini sağlamaktır.

B seçeneği: Formda, danışmanın mesleki deneyimi ve aldığı eğitimler yanı sıra, danışma sürecinin amaç ve kapsamı ile gizlilik ilkesi ve istisnaları hakkında bilgilendirmeler de yer alır. **Genel olarak doğru bir ifadedir.** Formda danışmanın mesleki yeterliliği, sürecin kapsamı, gizlilik ve gizliliğin sınırları (örneğin, zarar verme riski gibi istisnalar) hakkında bilgiler verilmelidir. Ancak danışmanın mesleki deneyimi ve aldığı eğitimlerin formda yer alması zorunlu değildir. Bu detay, etik olarak danışanla paylaşılabilir ama bilgilendirilmiş onam formunun zorunlu unsurlarından biri değildir.

C seçeneği: Form, danışanın süreçle ilgili sorular sormasına ve karar vermeden önce bilgilendirilmesine olanak tanır. **Doğru bir ifadedir.** Bilgilendirilmiş onam süreci, danışanın soru sormasını, anlamadığı noktaları netleştirmesini ve tüm bu bilgilere dayanarak sürece katılıp katılmayacağına karar vermesini sağlar. Bu, etik ilkelere tamamen uygundur.

D seçeneği: Bilgilendirilmiş onam, yalnızca danışmanlık sürecinin başlangıcında alınması gereken bir belgedir. **Bu ifade yanlıştır.** Bilgilendirilmiş onam başlangıçta alınmakla birlikte, danışma sürecinde değişiklik olursa (örneğin yeni bir teknik kullanılacaksa, sürecin amacı değişirse veya grup danışmasına geçilecekse), onamın yeniden alınması gerekir. Yani, bu bir süreçtir, sadece başlangıçta yapılması yeterli değildir.

E seçeneği: Form, danışmanın etik ve yasal sorumluluklarını kapsayabilir. **Doğru kabul edilir.** Bilgilendirilmiş onam formu, danışmanın gizlilik, bilgi paylaşımı gibi temel etik ve yasal sorumluluklarını içermelidir. Ancak, formun tüm etik ve yasal sorumlulukları "detaylı" bir şekilde kapsamaması gerekmez; bu pratikte mümkün de değildir.

Kesin olarak yanlış olan ifade D şıkkıdır.

Cevap: D

MEB AGS ÖABT

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ÇÖZÜM

7

1. Bu testte 50 soru vardır.

1. Lazarus ve Folkman'ın Bilişsel Değerlendirme Kuramı, stresin bireyin olaylara yüklediği anlamdan kaynaklandığını ve stresle başa çıkma sürecinin iki temel aşamada gerçekleştiğini savunur:

Birincil Değerlendirme: Birey, stresli bir durumla karşılaştığında önce durumu değerlendirme sürecinden geçer: Bu durum zararsız mı, meydan okuma mı, yoksa tehdit mi? Eğer Caner, görüşmeyi olumsuz ve tehdit edici bir durum olarak değerlendirirse, stres seviyesi yükselir.

İkincil Değerlendirme: Birey, stres kaynağını belirledikten sonra bu durumla başa çıkma stratejilerini ve kişisel kaynaklarını değerlendirir: Sahip olduğu beceriler, geçmiş deneyimler ve başa çıkma yöntemleri göz önüne alınır. Eğer Caner, geçmişte benzer görüşmeleri başarıyla tamamladığını hatırlayıp kaynaklarına güvenirse, stres seviyesini kontrol edebilir.

Lazarus ve Folkman'ın bilişsel değerlendirme kuramına göre stres sadece dış faktörlerden değil, bireyin bu faktörleri nasıl değerlendirdiğinden kaynaklanır. Doğru cevap "A" şıkkıdır, çünkü Caner önce birincil değerlendirme yaparak görüşmeyi bir stres faktörü olarak algılıyor, ardından ikincil değerlendirme sürecinde sahip olduğu kaynakları kullanarak stres seviyesini kontrol ediyor.

Cevap: A

2. **Geriye Ket Vurma:** Yeni öğrenilen bilgilerin, eski bilgilerin hatırlanmasını engellemesi, zorlaştırmasıdır.

İleriye Ket Vurma: Önceden öğrenilen bilgilerin, yeni bilgilerin hatırlanmasını engellemesi, zorlaştırmasıdır.

Görüldüğü gibi ket vurma hangi yönde olursa olsun öğrenme süreci tamamlanmış iki bilgiden birinin diğeri üzerinde bozucu, hatırlamayı engelleyici bir etkisi olmaktadır.

Olumsuz transferde ise, öğrenilen bir bilginin veya becerinin, yeni bir bilgi veya beceri öğrenme sürecini zorlaştırması durumu söz konusudur. Yani öğrenilmiş olan eski bir becerinin şu an öğrenme süreci devam eden yeni bir öğrenme sürecini zorlaştırması söz konusu olup, bu durum alışkanlıkların çatışması olarak da adlandırılabilir.

Bu açıklamalara göre B ve D seçenekleri geriye ket vurma, C ve E seçenekleri ise ileriye ket vurmaya örnektir. A seçeneğinde ise önceki alışkanlıkların yeni öğrenme sürecini zorlaştırması söz konusu olduğundan olumsuz transfere örnektir. Dikkat edilirse olumsuz transferde unutma ya da hatırlayamama gibi bir durum değil, öğrenmekte zorlanma gibi bir durum söz konusudur.

Cevap: A

3. **Gelişimin Bağlamsallığı İlkesi:** Bireyin gelişiminin, yaşadığı çevresel, kültürel ve tarihsel bağlamlarla şekillendiğini ortaya koyar. Buna göre bu bağlamlar, bireyin gelişim sürecini doğrudan veya dolaylı olarak etkileyen unsurlardır. Bu ilke özellikle Paul Baltes'in çalışmalarıyla tanınan Yaşam Boyu Gelişim Kuramının gelişim ilkelerine katkısıdır. Aynı şekilde gelişimin çok boyutlu bir süreç olduğu yaklaşımı gelişimin fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal boyutlarını kapsar. Bu boyutlar birbiriyle etkileşir ve bireyin genel gelişimini şekillendirir. Bu da bizi gelişim bir bütündür ilkesine götürür.

Gelişim Bir Bütündür İlkesi: Gelişimin, çok boyutlu ve bütüncül bir süreç olduğunu ortaya koyar. Fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal boyutları içerir ve bu boyutlar birbirleriyle etkileşim içindedir. Bireyin gelişimi, bu farklı boyutların birbiriyle bağlantılı ve etkileşimli olduğu bir bütün olarak değerlendirilmelidir.

Gelişimin bağlamsallığı ilkesi, bireyin gelişiminin çevresel, kültürel ve tarihsel bağlamlarla şekillendiğini vurgularken, gelişim bir bütündür ilkesi, bu gelişimin çok boyutlu ve birbirine bağlı olduğunu belirtir. Bu iki ilke, bireyin gelişiminin sadece içsel faktörlerle değil, aynı zamanda dışsal faktörlerle de şekillendiğini ve bu faktörlerin birbirleriyle etkileşim içinde olduğunu gösterir.

Cevap: C

4. Albert Bandura'ya göre öz yeterlik algısını etkileyen dört ana faktör vardır. Bu faktörler, bireylerin belirli bir görevi gerçekleştirme yeteneğine olan inançlarını etkileyebilir. Bu faktörler şu şekilde açıklanabilir:

***Başarı Deneyimleri (Önceki yaşantılar):** Önceki yaşantılardaki başarı deneyimleri, bireylerin öz yeterlik algısının en güçlü belirleyicisidir. Başarılar, bireylerin kendilerine olan güvenini artırırken, başarısızlıklar bu güveni zayıflatır.

***Model Olarak Görme (Başkalarının yaşantıları):** Başkalarının başarılarını veya başarısızlıklarını gözlemlemek, bireylerin kendi yetenekleri hakkında düşüncelerini etkileyebilir. Özellikle, birey kendisine benzer özelliklere sahip kişilerin başarılarını gözlemlediğinde, kendisinin de benzer başarıları elde edebileceğine inanır.

***Sosyal İkna ve geri bildirimler:** Bireyler, başkalarından aldıkları olumlu geri bildirimler ve teşvikler sayesinde öz yeterlik algılarını artırabilirler. Ancak, eleştiri ve olumsuz geri bildirimler bu algıyı zayıflatır.

***Fizyolojik ve Duygusal Durumlar:** Bireylerin fizyolojik ve duygusal durumları, öz yeterlik algılarını etkileyebilir. Yorgunluk, stres ve kaygı gibi olumsuz durumlar öz yeterlik algısını düşürebilirken, pozitif duygular bu algıyı artırabilir.

A seçeneği başarı deneyimleri, B seçeneği model alma C seçeneği sözel ikna ve D seçeneği ise fizyolojik ve duygusal örnek olarak öz yeterlilik algısını etkiler. Ancak E seçeneğindeki durumda Kerem'in aynı sınava çokça kişinin gireceğini bilmesi yüzeysel ve tek başına anlamsız bir bilgi olması nedeniyle öz yeterlik algısını etkilemez.

Cevap: E

5. **Sönme:** Koşullu bir tepkinin, koşullu uyarıcı tekrar tekrar tek başına sunulduğunda zayıflayıp ortadan kalkması sürecidir.

Kendiliğinden geri gelme: Sönmüş bir koşullu tepkinin, bir süre sonra tekrar ortaya çıkması sürecidir.

Genelleme: Bireyin, öğrendiği bir tepkiyi benzer diğer uyarıcılara da göstermesi sürecidir.

Ayırt etme: Bireyin, belirli bir uyarıcıya tepki verirken, benzer diğer uyarıcılara tepki vermemesi sürecidir.

Eşik yöntemi: Guthrie'nin geliştirdiği bir yöntemdir. Bireyin, bir uyarıcıya alışmasını sağlamak amacıyla, o uyarıcının yoğunluğunu yavaşça artırarak tepki vermesini engelleme tekniğidir.

Sistemik duyarsızlaştırma: Bireyin, korku veya kaygı uyandıran durumlara karşı duyarsızlaşmasını sağlamak amacıyla gevşeme teknikleriyle birlikte uyarıcının en az tepki üreteceği durumdan başlanarak sunulması şeklinde kullanılan bir tekniktir.

Karşıt koşullama: İstenmeyen bir tepkinin yerini daha olumlu bir tepkinin alması için istenmeyen tepkiye yol açan uyarıcının yerine istenen tepkiye yol açacak uyarıcıların sunulması sürecidir.

Gölgeleme: İki veya daha fazla uyarıcı aynı anda sunulduğunda, daha güçlü olan uyarıcının diğerini gölgede bırakmasıdır.

Terapistin Ezgi'den saldırgan olmayan bir köpekle zaman geçirmesini ve rahatlaması için ona öğrettiği gevşeme tekniklerini uygulamasını, köpekle oynarken rahatlatıcı müzik dinlemek gibi olumlu deneyimler geçirmesini istemesi karşıt koşullama süreci ile ilişkilidir. Saldırgan köpekle yaşanan deneyim olumlu deneyimlerle değiştirilmiştir. Ayrıca köpekle oynarken en sevdiği yiyecekleri yemesini önermesi ise gölgeleme sürecidir. Burada en sevdiği yiyecek güçlü bir uyarıcı olarak diğerini gölgede bırakır.

Cevap: C

6. **Enformatif Etki:** Enformatif etki, bireyin belirsiz bir durumda doğru bilgiye ulaşmak için başkalarının görüşlerine güvenmesi olarak tanımlanır. Mert, restoran hakkında hiçbir kişisel deneyime sahip değildir. Ancak, diğer insanların yorumları ve bilgileri onun kararını etkilemiştir. Bu nedenle Mert, kendi yargısını oluşturmak yerine başkalarının bilgisine güvenerek hareket etmiş ve restorana gitmiştir.

Doğru cevap "B" şıkkıdır, çünkü Mert, restoranı önceden deneyimlemeden başkalarının bilgisine güvenerek karar almıştır.

Cevap: B

7. Heider, her insanın davranışı açıklamada bir genel kuramı olduğuna inanmıştır ve buna 'Naif psikolojisi' adını vermiştir. Heider'e göre atıf ile insanlar tutarlı, dengeli bir dünya görüşüne sahip olabilmek ve çevreleri üzerinde kontrol elde edebilmek gibi gereksinimlerini karşılarlar. Heider'e göre insanlar belli bir eylemi genel olarak içsel durumlara dayanarak açıklar. İçsel atıf, bir kişinin davranışının nedenlerinin o kişinin içsel özelliklerinden (Kişilik özellikleri, tutum, yetenekler vb.) kaynaklandığını varsayar. Dışsal atıfta ise davranışın nedeni, söz konusu olan kişinin dışında gerçekleşen herhangi bir durum ya da davranışla açıklanır.

Jones ve Davis'in Uygun Çıkarımlar Modelinde temel odak noktası bir kişinin bir davranışının, onun kişiliğinden kaynaklanıp kaynaklanmadığının çıkarımının yapılmasıdır. İnsanlar, olayları ve davranışları kişisel özelliklere dayalı olarak açıklamayı tercih ederler. Buna göre bir başkasının davranışının nedenini çıkarmada kullandığımız ölçüler: **Davranışın istendik olup olmadığı, özgürce mi seçildiği, yoksa yaşanan koşulların gereği mi olduğu ve bir rolün gereği olup olmadığıdır.**

Kelley'nin Ortak Değişim Modeli'ne göre, bir davranışın nedenini anlamak için, farklı zamanlarda, farklı durumlarda meydana gelmiş birçok davranış incelememiz gerekir. Bir yüklem oluştururken kovaryasyon için belirli bilgi türleri üzerinde dururuz.

Kelley bununla ilgili üç temel bilgi türü belirlemiştir. Bunlar, **tutarlılık, ayırt edicilik (belirginlik) ve genel geçerliliği (yaygınlık)**. Genel geçerlilikte belirli bir aktör ile başkalarının aynı uyarıcıya karşı

ne derece aynı şekilde davrandıkları, ayırt edicilikte kişinin farklı uyarıcılara karşı ne derece aynı şekilde davrandığı ve tutarlılıkta ise kişi ile uyarıcı arasındaki davranışın farklı zaman ve koşullarda ne derece aynı kaldığına bakılır.

Buna göre bu senaryoda, Kemal'in uyumsuzluklarının yalnızca Mehmet ile sınırlı olduğunu bilmek, yönetici Hayri Bey'in daha doğru bir atıfta bulunmasını sağlar. Bu durum, Kemal'in uyumsuzluk sorununun kişisel bir çatışmadan kaynaklanabileceğini ve geliştirilmemesi gerektiğini gösterir. Dolayısıyla Caner Bey'in açıklamaları Kelly'nin Ortak Değişim Modeli ile ilişkilendirilebilir.

Seçeneklerde yer alan Bilişsel Uygunluk Kuramı ile Objektif Denge Kuramı ise bilişsel tutarlılık kuramlarıdır. İnsanlar bilişlerinde tutarlı iken tutarsızlığa neden olabilecek yeni bir bilişle karşılaşmışlarsa, tutarsızlığı nasıl giderdiklerini anlamaya çalışır.

Cevap: C

8. Jean Piaget'in ahlak gelişimi kuramına göre heteronom ahlak evresinde (dışsal kurallara bağlılık) çocuklar kuralları mutlak ve değişmez olarak görürken, otonom (özerk) ahlak evresinde, kuralların esnek ve karşılıklı anlaşma ile düzenlenebilir olduğunu anlarlar. Heteronom ahlakta yargılar davranışın sonuçlarına göre verilir ve niyet önemsenmez. Ancak otonom ahlakta birey yargıda bulunurken kuralları ihlal edenlerin niyetleri ve içinde bulundukları durumları da dikkate alır.

D seçeneğinde Necmettin, bir çatışma durumunda arkadaşlarıyla tartışarak kuralları yeniden düzenler ve herkesin uzlaşmasını sağlar. Bu davranış otonom ahlak ile açıklanabilir.

Cevap: D

9. Eric Berne tarafından geliştirilen transaksyonel analiz, bireylerin içsel ve dışsal dünyalarını analiz ederek daha sağlıklı ve etkili iletişim kurmalarını sağlar. Kişiler arası ilişkilere ve sorunlara odaklanırken, kişilerin ego durumlarını, iletişimdeki transaksyonları ve yaşam tarzlarını ele alır. Kullanılan bazı teknikler şöyledir:

1. Yapısal Analiz: Bireyin kişilik yapısını ve içsel durumlarını anlamak için kullanılan tekniktir. Ego durumları (Ebeveyn, Yetişkin ve Çocuk) arasındaki dinamikleri inceler. Danışman, bireyin hangi ego durumunda olduğunu belirleyerek, bu ego durumlarının bireyin davranışlarına nasıl etki ettiğini analiz eder. Yapısal analiz, bireyin kendini ve ilişkilerini daha iyi anlamasına yardımcı olur.

2. Fonksiyonel Analiz: Bireylerin iletişimde kullandıkları ego durumlarının işlevselliğini incelemek için kullanılan tekniktir. Ego durumlarının iletişimdeki etkilerini ve işlevselliğini anlamaya yardımcı olur. Fonksiyonel analiz, bireyin daha işlevsel iletişim stratejileri geliştirmesine olanak tanır.

3. Transaksiyon Analizi: Bireyler arasındaki iletişim ve etkileşimleri analiz etmek için kullanılan tekniktir. Transaksyonlar, iki ego durumu arasındaki iletişim alışverişlerini ifade eder. Danışman, bireyler arasındaki transaksyonları analiz ederek, sağlıklı ve sağlıklı iletişim biçimlerini belirler. Bu analiz, bireylerin daha etkili ve uyumlu iletişim kurmalarına yardımcı olur.

4. Oyun Analizi: Bireylerin sosyal etkileşimlerde tekrarlayan ve sağlıklı iletişim kalıplarını anlamak için kullanılan tekniktir. Oyunlar, bireylerin belirli kazanımlar elde etmek için oynadığı bilinçdışı iletişim stratejilerini ifade eder. Oyun analizi, bireyin sağlıklı iletişim kalıplarını fark etmesine ve bu kalıpları değiştirmesine yardımcı olur.

5. Senaryo Analizi: Bireyin yaşam senaryosunu ve bu senaryonun nasıl oluştuğunu anlamak için kullanılan tekniktir. Senaryo, bireyin yaşamındaki temel inançları ve yaşam öyküsünü ifade eder. Senaryo analizi, bireyin yaşamındaki olumsuz inançları ve kalıpları değiştirmesine yardımcı olur.

Soru incelendiğinde öğrencilerle olan iletişimde kendini sürekli bir otorite figürü ve meslektaşları ile olan ilişkilerinde onay bekleyen rolü geliştirdiği anlaşılmaktadır. Bu bağlamda Sevim hanımın ego durumlarının analizi önem arz eder.

Cevap D

10. Gerçeklik terapisi, kişinin kendi ihtiyaçlarını karşılamak için sorumluluk almasını vurgular. Ali, işinden şikâyet etse de işini değiştirmek için hiçbir adım atmaz. Bu durum, Ali'nin kendi ihtiyaçlarını karşılamak için sorumluluk almaktan kaçındığını gösterir. Gerçeklik terapisi, Ali'nin kendi ihtiyaçlarını belirlemesini, bunları karşılamak için seçeneklerini değerlendirmesini ve sorumluluk almasını teşvik eder.

Diğer seçeneklerin açıklaması:

B) Geçmiş deneyimlerinin etkilerini fark etmek: Gerçeklik terapisi, geçmiş deneyimlere odaklanmak yerine, şimdiki zaman davranışlarına odaklanır.

C) Duygusal ihtiyaçlarını ifade etmek: Gerçeklik terapisi, duygusal ihtiyaçları ifade etmeyi vurgular, ancak bu, kişinin sorumluluk almaktan kaçınmasını haklı çıkarmak için bir araç olarak kullanılmamalıdır.

D) Olumsuz düşüncelerini değiştirmek: Gerçeklik terapisi, olumsuz düşünceleri değiştirmeyi amaçlar, ancak bu, kişinin kendi ihtiyaçlarını karşılamak için sorumluluk almaktan kaçınmasını haklı çıkarmak için bir araç olarak kullanılmamalıdır.

E) Başkalarının beklentilerine uyum sağlamak: Gerçeklik terapisi, kişinin kendi ihtiyaçlarını karşılamak için sorumluluk almasını ve başkalarının beklentilerine uyum sağlamaktan kaçınmasını teşvik eder.

Cevap A

11. Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi 'de "**Mucize soru**", danışanın olumlu bir değişimin gerçekleştiğini hayal etmesini ve bu değişimin nasıl olduğunu fark etmesini sağlamak için kullanılır. Danışmanın danışana "Eğer ilişkiniz biraz daha iyiye giderse, bunu nasıl fark edersiniz?" sorusu, danışanın ilişkisinde istediği olumlu değişimleri tanımlamasını ve bu değişimlere ulaşmak için ne yapması gerektiğini düşünmesini sağlar.

Diğer seçeneklerin açıklaması:

A) Küçük adımlar: Danışanın büyük hedeflere ulaşmak için küçük adımlar atmasını teşvik eder.

B) İstisare: Danışmanın danışanın kendi çözümü-nü bulmasına yardımcı olmak için danışana sorular sorarak yol göstermesi.

D) İstisnalar: Danışanın sorununa rağmen iyi gittiği zamanları ve durumları keşfetmek.

E) Geleceğe odaklanma: Danışanın gelecekteki hedeflerine odaklanmasını ve bunlara ulaşmak için planlar yapmasını teşvik eder.

Cevap C

12. Kişiselleştirme çarpıtması, dış olayları kişisel olarak kendine bağlama eğilimidir. Emrah, patronunun soğuk tavrını, kendi sunumuyla ilgili bir eleştiri olarak yorumlayarak, patronun tavrını kendisine yönelik bir yargı olarak algılıyor. Oysa patronun tavrının Emrah'ın sunumuyla ilgili olmaması da mümkündür.

Diğer seçeneklerin açıklaması:

A) Zihin okuma: Başkalarının düşüncelerini veya duygularını okuyabildiğini düşünme.

B) Keşif: Küçük bir olumsuzluğu, büyük bir felakete dönüştürme.

C) Etiketleme: Kendine veya başkalarına olumsuz etiketler yapıştırma.

E) Büyütme: Olumsuz bir olayı abartarak büyütme.

Cevap D

13. Birey merkezli terapi, Carl Rogers tarafından geliştirilmiş bir yaklaşım olup, kişinin kendi içsel kaynaklarına ve potansiyeline odaklanır. Bu yaklaşım, kişinin kendi duygularını ve deneyimlerini fark etmesine, kendini kabul etmesine ve kendi yaşamına yön vermesine yardımcı olmayı hedefler.

A seçeneğindeki geçmiş travmatik deneyimleri keşfetmek, bazı durumlarda faydalı olabilir, ancak birey merkezli terapinin temel odak noktası değildir. B seçeneğinde yer alan bilinçaltı ve bastırılmış duygular, psikanalitik yaklaşımın odağıdır. C ve E seçeneğindeki bilişsel ve davranışsal teknikler, bazı durumlarda yardımcı olabilir, ancak birey merkezli terapinin temel odak noktası değildir.

Yelda'nın durumunda, birey merkezli terapi, onun kendi duygularını ve deneyimlerini fark etmesine ve kendini kabul etmesine yardımcı olur. Danışman, Yelda'nın duygularını yargılamadan dinler, ona empatiyle yaklaşır ve onu koşulsuz olumlu kabul eder. Bu sayede Yelda, kendi duygularına ve deneyimlerine sahip çıkabilir, kendini daha iyi anlayabilir ve yaşamına yeni bir anlam kazandırabilir.

Dolayısıyla, (D) seçeneği, birey merkezli terapinin Yelda'nın durumuna nasıl yaklaşacağını en doğru şekilde yansıtır. Birey merkezli terapi, Yelda'nın kendi içsel kaynaklarını keşfetmesine ve kendi yaşamına yön vermesine yardımcı olarak, onu yalnızlık ve mutsuzluktan kurtarmayı amaçlar.

Cevap D

14. Gestalt terapide kutuplar kavramı, kişinin içindeki çatışan duyguların ve düşüncelerin farkına varmasını ve bunları bütünleştirerek daha sağlıklı bir şekilde deneyimlemesini vurgular. Örneğin, bir kişi "iyi" ve "kötü" gibi zıt kutuplar arasında sıkışıp kalmış olabilir. Gestalt terapisi, bu kutupları kabul etmeyi ve bunların arasında bir denge kurmayı hedefler.

Diğer seçenekler, Gestalt terapinin diğer önemli unsurlarını temsil eder, ancak kutuplar kavramını doğrudan açıklamaz.

Cevap A

- 15. Çiftli Mesaj:** Bir mesajın birbiriyle çelişen veya farklı anlamlar içeren iki farklı boyutta iletilmesi durumudur. Özellikleri kısaca şöyledir:

Bir yandan olumlu bir ifade içerirken, diğer yandan olumsuz veya çelişkili bir mesaj taşır.

Konuşmacının duygusal olarak karmaşık bir tepki verdiğini gösterir.

Mesajı alan kişi, hangi yönün ağır bastığını anlamakta zorlanabilir.

Danışanın İfadesi buna göre incelenecek olursa:

“Benim için çok önemli bir insansın.” → **Olumlu mesaj**

“Ama bazen senin söylediklerine hiç katlanamıyorum!” → **Olumsuz mesaj**

“Beni destekliyorsun ama aynı zamanda bazı yönlerden beni zor durumda bırakıyorsun.” → **Çelişkili mesaj**

Bu nedenle danışanın ifadesi, çiftli mesaj türüne örnektir.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Tamamlanmış mesaj örneğidir. Tamamlanmış mesajda net, anlaşılır ve çelişkisiz bir ifade bulunur. Çiftli mesajda ise birbiriyle çelişen iki yön olduğu için tamamlanmış mesaj özelliği taşımamaktadır. **Yanlış seçenektir.**

B seçeneği: Tamamlanmamış mesaj örneğidir. - Tamamlanmamış mesaj, ifadelerin eksik bırakıldığı veya tam olarak açıklanmadığı durumları içerir. Danışanın mesajı net bir şekilde verilmiş ancak içinde çelişki barındırıyor. **Yanlış seçenektir.**

C seçeneği: Çiftli mesaj örneğidir. Danışanın ifadesinde hem olumlu hem de olumsuz mesaj bulunuyor, bu nedenle çiftli mesaj örneğidir. **Doğru cevap.**

D seçeneği: Ego geliştirici dil örneğidir. Ego geliştirici dil, danışanı güçlendiren, destekleyen ve olumlu yönde teşvik eden ifadeleri içerir. Burada danışanın söyledikleri hem olumlu hem de olumsuz bir mesaj içeriyor. **Yanlış seçenektir.**

E seçeneği: Ben dili örneğidir. Ben dili, kişinin duygularını karşı tarafı suçlamadan ifade etmesini sağlar. Danışan burada karşı tarafa yönelik belirsiz ve çelişkili bir mesaj veriyor, bu nedenle ben dili kapsamına girmez. Yanlış seçenektir.

Buna göre çiftli mesaj, kişinin birbiriyle çelişen iki farklı ifadeyi aynı anda ilettiği mesaj türüdür. Bu nedenle doğru cevap “C şıkkıdır.”

Cevap C

- 16. Koşulsuz Kabul:** Danışanın tüm duygu, düşünce ve yaşantılarının yargılanmadan, olduğu gibi kabul edilmesi anlamına gelir. Burada amaç; danışanın kendisini güvende hissetmesini sağlamak, ona karşı olumsuz eleştiriler veya yargılar olmadan destekleyici bir ortam sunmak ve danışanın kendisini olduğu gibi ifade edebilmesini teşvik etmek.

Psikolojik danışman A seçeneğindeki “Burada tamamen güvendesin ve söylediklerin benim için önemli. Seni yargılamadan dinliyorum.” ifadesi ile, danışana doğrudan destek ve kabul sunmakta, yargısız ve koşulsuz bir dinleme ortamı sağlamakta ve danışanın hissettiği suçluluk hissini daha rahat keşfetmesine olanak tanımaktadır. **Doğru seçenektir.**

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

B seçeneği: Empatik tepki örneğidir. Empati, danışanın duygularını anlamak ve ona karşı duyarlılık göstermek anlamına gelir. Koşulsuz kabul ise sadece anlama değil, her haliyle kabul etme ilkesini kapsar. **Yanlış seçenektir.**

C seçeneği: Kendini açma örneğidir. Kendini açma, terapistin kendi içgörülerini ve deneyimlerini paylaşmasını ifade eder. Burada danışmanın kendi deneyimlerini paylaşması değil, danışanı yargısız bir şekilde kabul etmesi beklenmektedir. **Yanlış seçenektir.**

D seçeneği: Saygı örneğidir. Saygı, danışanla etik sınırlar içinde güvenli bir iletişim kurmayı ifade eder. Saygı ve koşulsuz kabul birbiriyle ilişkili olmakla beraber, koşulsuz kabul, danışanın olduğu gibi kabul edilmesini ve duygularını özgürce ifade etmesini destekler. Seçenek koşulsuz kabulü iyi ve tam şekilde yansıtmamaktadır. **Yanlış seçenektir.**

E seçeneği: Saydamlık örneğidir. Saydamlık, danışmanın açık ve dürüst iletişim kurmasını ifade eder. Koşulsuz kabulde ise danışman danışanı olduğu gibi kabul etmekle ilgilenir. **Yanlış seçenektir.**

Koşulsuz kabul, danışanın herhangi bir yargılama olmadan tam anlamıyla kabul edilmesini sağlayan bir psikolojik danışma ilkesidir. Bu nedenle doğru cevap “A şıkkıdır.”

Cevap A

- 17. Geçiş Aşaması:** Psikolojik danışmada geçiş aşaması, danışanların kendilerini açmaya başladığı, ancak hâlâ güven ve bağlılık konusunda tereddütler yaşadığı bir süreçtir.

Geçiş aşamasının bazı özellikleri kısaca şu şekildedir:

Grup üyeleri arasında direnç, savunmacı davranışlar ve içe kapanma gözlemlenebilir.

Bu aşamada güven ortamı oluşturmak hayati önem taşır.

Yanlış müdahaleler, danışanın gruba olan güvenini zayıflatır ve süreci olumsuz etkileyebilir.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Kendini açmayı teşvik etmek geçiş aşamasında direnç ve savunmacı davranışlar nedeniyle etkili olmayabilir, zorlama olması direnci tetikleyebilir, ancak teşvik etmek dendiği için etkili olmayacak bir yöntem olarak görülmesi daha uygun olacaktır. **Yanlış seçenektir.**

B seçeneği: Etkin dinleme doğru bir yaklaşımdır. Etkin dinleme, grup üyelerinin kendilerini anlaşıldığını hissetmelerini sağlar ve direnci azaltmaya yardımcı olur. **Yanlış seçenektir.**

C seçeneği: Duygu yansıtma doğru bir yaklaşımdır. Duygu yansıtma, üyelerin hislerini tanımlamalarına ve kabul etmelerine yardımcı olur, dirençle sonuçlanması beklenmez. **Yanlış seçenektir.**

D seçeneği: Cesaretlendirici müdahaleler doğru bir yaklaşımdır. Grup üyelerini destekleyici ve teşvik edici müdahaleler, güvenin artmasına katkı sağlar. **Yanlış seçenektir.**

E seçeneği: Yüzleştirme **yanlış** bir tekniktir. Grup üyeleri kendilerini hazır hissetmedikleri konular hakkında yüzleştirmeye maruz bırakıldığında, savunmaya geçebilir ve güven duygusu zedelenebilir. Bu nedenle doğrudan yüzleştirme, geçiş aşamasında kullanılmaması gereken bir tekniktir. **Doğru cevap seçeneğidir.**

Geçiş aşamasında güven oluşturulması kritik bir öneme sahiptir. Yüzleştirme gibi teknikler, danışanın kendisini savunmaya almasına ve direnç göstermesine neden olabilir. Bu nedenle doğru cevap “E şıkkıdır.”

Cevap E

18. Grup lideri, grup sürecindeki manipülatif veya sürekli duygusal yoğunluk yaratan üyelerle başa çıkarken aşağıdaki doğru müdahale yöntemlerini uygulayabilir:

Duyguların Tanınması ve Yönlendirme: Grup lideri, Selin'in yoğun duygusal tepkisini göz ardı etmemeli, ancak süreci sağlıklı ilerletebilmek için onu yönlendirmelidir. Duygusal destek verilirken grubun dengesi korunmalıdır. **(A seçeneği – Doğru müdahaledir)**

Bireysel Destek: Eğer Selin'in duygusal yükü grup sürecini fazlaca etkiliyorsa, bireysel bir görüşme önerilebilir. Böylece lider, onun durumunu daha iyi anlamaya çalışabilir ve gruptan bağımsız destek sağlayabilir. **(B seçeneği – Doğru müdahaledir.)**

Grup Dinamiğini Korumak: Grup, sadece tek bir üyeye odaklandığında sürecin sağlıklı ilerleyişi bozulabilir. Lider, diğer üyeleri de sürece dahil ederek dengeli bir grup etkileşimi oluşturmalıdır. **(C seçeneği – Doğru müdahaledir.)**

Açık ve Nazik Geri Bildirim: Selin'in duygusal deneyimi kabul edilmeli, ancak grup sürecine olan etkisi açıkça ifade edilmelidir. Örneğin: "Selin, yaşadığın duygusal deneyimi kabul ediyoruz. Ancak sürekli ağlama sürecinin grup dinamiğini etkilediğini fark ediyorum. Burada, hepimiz için dengeli bir paylaşım ortamı oluşturmayı hedefliyoruz." **(D seçeneği – Doğru müdahaledir.)**

Sınır Koymamak ve Müdahale Etmemek: Eğer grup lideri süreci kontrol altına almazsa, grup üyeleri sürekli Selin'i teselli etmeye çalışacak ve grup amaçlanan ilerleyişi kaybedecektir. Lider, sürecin sağlıklı devam edebilmesi için uygun sınırlar koymalı ve duygusal ifadeyi yönetebilir hale getirmelidir. **(E seçeneği – Yanlış Müdahaledir – Doğru Cevap)**

Buna göre grup liderinin, grubu manipüle eden zor bir üye karşısında pasif kalmaması ve duygusal yoğunluğu yönlendirmesi gerekir. Bu yüzden doğru cevap "E şıkkıdır."

Cevap E

19. **Bağlama Becerisi:** Terapistin, danışanın önceki oturumlarda anlattığı bilgilerle şu anki ifadeleri arasında bir ilişki kurması ve bu bağlantıyı danışana açık bir şekilde ifade etmesidir. Bağlama becerisinde amaç: Danışanın söylediklerini geçmiş bağlamda ele alarak daha derin bir anlayış oluşturmak, terapötik sürecin sürekliliğini sağlamak ve danışanın kendisini ifade etmesini teşvik etmek ve ayrıca önceki anlatılanlarla şu anki ifadeyi birleştirerek ilerleme sağlamaktır.

Buna göre C seçeneği incelendiğinde; "Son oturumda, benzer şekilde başarısızlık korkunuzdan bahsetmiştiniz. Bu korkunun sizi nasıl kontrol ettiğini ve sürecin tekrarlayıcı olup olmadığını birlikte inceleyebiliriz." tepkisiyle danışman, danışanın geçmiş oturumda bahsettiği başarısızlık korkusunu şu anki oturumla ilişkilendirerek bağlantı kurmaktadır. Bu, bağlama becerisini doğrudan yansıtan bir yaklaşımdır.

Diğer seçenekleri inceleyecek olursak:

A seçeneği: Yorumlama becerisine örnektir. Yorumlama, danışanın ifadelerini analiz ederek temel nedenlerini keşfetmeye çalışır. Bağlama ise danışanın geçmiş ifadeleriyle şu anki ifadeyi ilişkilendirir. **(Yanlış seçenektir)**

B seçeneği: Açıklama becerisine örnektir. Açıklama, danışanın söylediği konuları daha genel bir perspektiften ele alır. Bağlama, genel açıklama yerine geçmiş ve şu anki ifadeler arasında ilişki kurar. **(Yanlış seçenektir)**

D seçeneği: Paylaşırma becerisine örnektir. Paylaşırma, danışana diğer danışanların yaşadıklarından veya terapistin deneyimlerinden örnekler vermeyi içerir. Bağlama, danışanın kendi geçmiş ifadelerini temel alır. **(Yanlış seçenektir)**

E seçeneği: Yüzleştirme becerisine örnektir: Yüzleştirme, danışanın kendisiyle ilgili farkındalık geliştirmesi ve savunmacı tutumlarını sorgulaması için yapılan daha doğrudan bir müdahaledir. Bağlama ise yüzleştirme değil, önceki oturumlarla ilişki kurmaya odaklanır.

Buna göre bağlama becerisi, terapistin danışanın önceki oturumda anlattıklarını şu anki ifadeleriyle ilişkilendirerek süreci bütünleştirmesini sağlar. Bu nedenle doğru cevap "C şıkkıdır."

Cevap C

20. Grup ve bireysel psikolojik danışma birçok ortak noktaya sahip olsa da bazı yönlerden farklıdır.

Buna göre seçeneklerin analizi şu şekilde yapılabilir:

A seçeneği: Hem grup hem bireysel danışmada gizlilik esastır. Ancak grup danışmasında grup üyelerinin de bu ilkeye bağlı kalması beklenir. **Gizlilik İlkesi doğru ortak özelliktir.**

B seçeneği: Her iki danışma süreci, danışanın farkındalık kazanmasını, gelişim göstermesini ve değişim yaratmasını amaçlar. **Kişisel farkındalık ve gelişim doğru ortak özelliktir.**

C seçeneği: Danışanların duygularını, düşüncelerini ve yaşadıkları süreçleri ifade etmeleri teşvik edilir. **Kendini ifade etme doğru ortak özelliktir.**

D seçeneği: Bireysel psikolojik danışmada, müdahaleler tamamen danışanın kişisel özelliklerine ve ihtiyaçlarına uygun şekilde düzenlenirken, grup danışmasında genel grup dinamikleri dikkate alınır ve bireysel odaklanma sınırlı olabilir. Bu nedenle grup danışması, bireysel danışma kadar kişiye özel müdahaleler sunamaz. **Kişiye özel müdahale yanlış ortak özellik, yani doğru cevaptır.**

E seçeneği: Hem grup hem bireysel danışmada danışan, destekleyici bir ortamda kendisini güvende hissetmeli ve duygusal destek almalıdır. **Duygusal destek alma doğru ortak özelliktir.**

Buna göre grup psikolojik danışması, bireysel danışma ile aynı düzeyde kişiye özel müdahaleler sağlamaz. Çünkü, grup süreci içerisinde genel teknikler uygulanır. Bu yüzden doğru cevap "D şıkkıdır."

Cevap D

21. Gelişim odaklı yaklaşımı benimseyen bir psikolojik danışman, psikoeğitim grubunun etkili bir şekilde planlanması ve oluşturulması için şu temel adımlara dikkat etmelidir:

1. Adım: Amaç ve Hedef Belirleme (Doğru Adım – B seçeneği)

Grubun Amacı: Öğrencilerin akran zorbalığı ile ilgili farkındalık kazanmasını sağlamak. Empati ve sosyal beceriler geliştirmelerine yardımcı olmak.

Sağlıklı iletişim ve problem çözme yeteneklerini güçlendirmek.

Hedeflerin Belirlenmesi: Grubun oturumları için spesifik ve ölçülebilir hedefler oluşturulmalıdır. Örneğin, "Zorbalığın etkileri hakkında bilgi sahibi olmak" veya "Empati geliştirme oyunları ile grup içi iletişimi güçlendirmek."

2. Adım: Grup Üyelerinin Seçimi (Yanlış Adım – A ve D Şıkları): Grup üyeleri, yalnızca zorbalık mağdurları veya rastgele seçilmiş öğrenciler arasından alınmamalıdır.

Doğru Yaklaşım: Grup üyelerinin ihtiyaçlarına uygun bir ön değerlendirme yapılmalı. Zorbalık mağdurları, zorbalık yapan öğrenciler ve gözlemci konumundaki öğrenciler dengeli bir şekilde temsil edilmelidir.

3. Adım: Etkileşim ve Katılımı Destekleme (Yanlış Adım – C Şıkkı): Psikoeğitim süreci yalnızca bilgi aktarımı şeklinde ilerlememelidir.

Doğru Yaklaşım: Öğrencilerin grup içi etkileşimleri dikkatle yönetilmeli, sağlıklı bir grup dinamiği oluşturulmalıdır. Etkinlikler ve rol oynama çalışmaları gibi katılımcı yöntemler kullanılmalıdır.

4. Adım: Zorbalık Uygulayanlara Odaklanma (Yanlış Adım – E Şıkkı): Grup yalnızca zorbalık yapan öğrencilere odaklanmamalıdır.

Doğru Yaklaşım: Grup, zorbalık yapan öğrencilerin yanı sıra zorbalığa maruz kalanları ve diğer öğrencileri kapsamalı. Böylece bireylerin birbirleriyle etkileşim kurmaları ve empati geliştirmeleri sağlanır.

Buna göre; psikoeğitim grubunun etkili olması için grubun hedeflerinin açık ve net şekilde belirlenmesi gerekir. Grup üyelerinin özenle seçilmesi, etkileşimlerinin desteklenmesi ve dengeli bir dinamik oluşturulması sürecin başarısını artırır. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

22. Müdahale seçme ve uygulama aşamasında liderin dikkat etmesi gereken temel hususlar:

Grup Dinamiklerini Analiz Etmek: Grup üyelerinin birbirleriyle nasıl etkileşim kurduğunu ve hangi konularda zorlandıklarını anlamak önemlidir. Müdahaleler, grup üyelerinin ihtiyaçlarına göre esnek bir şekilde seçilmelidir.

Bireysel ve Grup İhtiyaçlarını Dengeli Bir Şekilde Göz Önünde Bulundurmak: Gruplarda bazı bireysel farklılıklar olsa da grup süreçleri de dikkate alınmalıdır. Örneğin, bir grup üyesi daha fazla destek ararken, diğerleri kendilerini ifade etmekte zorlanabilir.

Uygun Teknikleri Seçmek ve Açıklamak: Müdahale teknikleri, grubun doğasına ve üyelerin ihtiyaçlarına göre belirlenmelidir. Grup üyeleri, uygulanan tekniklerin nasıl işleyeceği konusunda bilgilendirilmelidir.

Geri Bildirim ve Esneklik: Lider, grup üyelerinden geri bildirim alarak süreci değerlendirmeli ve gerektiğinde müdahaleleri uyarlamalıdır.

Destekleyici ve Güvenli Bir Ortam Yaratmak: Grup üyelerinin kendilerini güvende hissetmesi sağlanmalıdır. Katılımcılar arasında saygı ve güven ortamının sürdürülmesine dikkat edilmelidir.

Bu doğrultuda seçenekleri değerlendirecek olursak:

A Seçeneği: Yanlıştır, çünkü her grup üyesinin ihtiyacı farklıdır, standart teknikler herkes için eşit fayda sağlamayabilir.

B Seçeneği: Doğrudur. Lider, grup üyelerini analiz ederek ihtiyaçlarına göre teknikleri seçmeli ve süreci esnek bir şekilde yönlendirmelidir.

C Seçeneği: Yanlıştır, çünkü lider önce grup üyelerinin ne hissettiğini ve ihtiyaçlarını anlamalıdır.

D Seçeneği: Yanlıştır, çünkü grup süreci göz ardı edilirse, bireysel etkileşimler etkili olmayabilir.

E Seçeneği: Yanlıştır, çünkü geri bildirim almak müdahalenin etkili olup olmadığını anlamak için kritiktir.

Sonuç olarak, B seçeneği, grup liderinin esneklik, analiz ve geri bildirim odaklı bir yaklaşım benimsemesi gerektiğini **en iyi şekilde açıklar**. Grup dinamiklerinin dikkate alınması ve uygun tekniklerin seçilmesi, başarılı bir müdahale sürecinin anahtarıdır.

Cevap B

23. Grup Dinamiğini Oluşturan Temel Terapötik Güçler:

Evrensellik: Grup üyeleri, yaşadıkları zorlukların yalnızca kendilerine özgü olmadığını fark ederler. Ortak deneyimler paylaşmak, bireyin yalnız olmadığını hissetmesine katkı sağlar.

Umut Verme: Grup üyeleri, sürecin sonunda olumlu değişimler yaşayabileceklerine dair motivasyon kazanır. Grup lideri ve üyeleri, birbirlerine cesaret vererek ilerlemeye teşvik eder.

Sosyal Öğrenme: Grup üyeleri, birbirlerinin davranışlarını gözlemleyerek iletişim ve ilişki becerileri kazanır. Sağlıklı etkileşim ve sosyal beceriler gelişir.

Kendini Açıklama: Grup üyeleri, iç dünyalarını paylaşarak kendilerini ifade etme fırsatı bulurlar. Duygusal boşalım ve psikolojik rahatlama sağlanır.

Katı Hiyerarşi terapötik güç değildir. Grup sürecinde katı hiyerarşinin olması, sağlıklı etkileşimi engeller. Üyeler arasında eşitlik ve güven sağlanmalıdır.

Buna göre, grup dinamiğini oluşturan terapötik güçler, üyelerin birbirlerini desteklemelerini ve grup sürecinin sağlıklı ilerlemesini sağlar. Katı hiyerarşi, grup içinde sağlıklı bir ortamı bozabileceği için terapötik bir güç olarak kabul edilmez. Bu nedenle doğru cevap "C şıkkıdır."

Cevap C

24. Grup Üyesinin Bireysel Danışmaya Yönlendirilmesi Gereken Durumlar:

C seçeneği: Bireysel Konuların Grup Konularına Uygun Olmaması: Grup içinde işlenen konular genel ve paylaşılabılır düzeyde olmalıdır. Ancak bazı üyeler, grup sürecinin ele alabileceğinden daha derin bireysel konularla uğraşabilir. Örneğin travma, ağır psikolojik rahatsızlıklar veya kişisel krizler grup ortamında yeterince desteklenemeyebilir ve bireysel terapiye yönlendirilmelidir. **(Doğru cevap – C seçeneğidir)**

Diğer seçenekleri neden eledik, yanlış olan müdahaleler ve nedenleri şöyledir:

A seçeneği: Üyenin paylaşımında bulunmayı reddetmesi: Yanlıştır, çünkü grup üyeleri sürece alışma sürecinde olabilir. Grup lideri, üyeyi destekleyerek sürece uyum sağlaması için çalışmalar yapmalıdır. Ancak, mutlak bir kapalı tutum gösterirse bireysel danışma düşünülebilir.

B seçeneği: Üyenin grup sürecini manipüle etmesi: Yanlıştır, çünkü manipülatif davranışları düzeltmek için öncelikle grup içi müdahaleler yapılmalıdır. Lider, grup içi dinamikleri yönlendirerek müdahalede bulunabilir. Ancak aşırı yıkıcı bir etki yaratıyorsa bireysel danışmaya yönlendirme gerekebilir.

D seçeneği: Üyenin düşük motivasyon göstermesi: Yanlıştır, çünkü motivasyon düşük olabilir ama grup sürecine zarar vermiyorsa bireysel yönlendirme gereksizdir. Grup lideri, üyenin motivasyonunu artırmaya yönelik teknikler kullanmalıdır.

E seçeneği: Üyenin gruptan tam verim alamaması: Yanlıştır, çünkü bu durum liderin grup içi çalışmalarla iyileştirebileceği bir süreçtir. Üye sürecin içinde kalabilir ancak bireysel danışma yalnızca ciddi bir ihtiyaç olduğunda önerilmelidir.

Sonuç olarak: Grup içinde ele alınamayacak kadar derin bireysel sorunlara sahip olan üyeler, bireysel danışmaya yönlendirilmelidir. Diğer durumlar ise genellikle grup sürecinde yönetilebilir. Bu nedenle doğru cevap “C şıkkıdır.”

Cevap C

25. **Yıkıcı Duygu Durumunu Düzenleyememe Bozukluğu:** Bu bozukluk, çocukluk ve ergenlik döneminde görülen yoğun, ani ve uygunsuz öfke patlamaları ile karakterizedir. Belirtiler özetle şöyledir:

Aşırı ve ani öfke patlamaları (saldırganlık içermese de kontrolsüz olabilir).

Öfke nöbetleri dışında sürekli olarak depresif veya sinirli ruh hali.

Patlamalar düzenli olarak görülür (haftada birkaç kez).

Sosyal ilişkiler ve akademik başarıda belirgin bozulma.

Bipolar bozukluktan farklı olarak, mani dönemleri olmadan sürekli sinirli bir ruh hali.

Asrın'ın yoğun öfke krizleri ve depresif ruh hali yıkıcı duygu durumunu düzenleyememe bozukluğu tanısını en iyi şekilde desteklemektedir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği – Karşıt Gelme Bozukluğu: Bu bozukluğu olan çocuklar otoriteye karşı sürekli meydan okuma, inatçılık ve kurallara uymama davranışları sergiler. Asrın'ın durumu ani öfke patlamaları ve depresif ruh hali içerdiğinden, Karşıt Gelme Bozukluğu değil Yıkıcı Duygu Durumunu Düzenleyememe Bozukluğu ile uyumludur.

C seçeneği – Davranım Bozukluğu: Bu bozukluğu olan çocuklar saldırganlık, başkalarına zarar verme ve kuralları ihlal etme gibi antisosyal davranışlar gösterir. Asrın'ın belirtileri daha çok öfke patlamaları ve depresif ruh hali ile ilişkili olduğundan, bu tanıya uymaz.

D seçeneği – Akut Stres Bozukluğu: Bu bozukluk, travmatik bir olay sonrası gelişen kısa süreli anksiyete ve stres tepkilerini içerir. Asrın'ın durumu kronik bir özellik taşıdığı için, bu bozuklukla ilişkili değildir.

E seçeneği – Tepkisel Bağlanma Bozukluğu: Bu bozukluk, erken çocukluk döneminde bakım verenlere karşı güvenli bağlanma kuramama ile karakterizedir. Asrın'ın sorunları bağlanma ile ilgili değil, öfke patlamaları ve depresif ruh haliyle ilgilidir.

Sonuç olarak, Asrın'ın yaşadığı ani öfke patlamaları, sürekli sinirli veya depresif ruh hali ve bu durumun akademik ve sosyal yaşamını etkilemesi, Yıkıcı Duygu Durumunu Düzenleyememe Bozukluğu tanısını en iyi şekilde desteklemektedir. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

- 26. Birincil Travmatizasyon:** Kişinin doğrudan travmatik olayın içinde bulunması veya olayı bizzat yaşaması sonucunda psikolojik olarak etkilenmesidir. Belirtiler kısaca şöyledir:

Şiddetli korku ve dehşet hissi.

Sürekli tekrarlayan travmatik anılar (flashbackler).

Yoğun anksiyete ve kaçınma davranışları.

Uyku bozuklukları ve kabuslar.

Birincil Travmatizasyona Yol Açabilecek Olaylar:

A seçeneği – Doğal Afet (Deprem, Sel vb.) İçinde Olmak: Doğrudan bir doğal afetin ortasında olmak, kişinin birincil travmatizasyon yaşamasına neden olabilir.

B seçeneği – Fiziksel Saldırı veya Cinsel Şiddet: Kişinin doğrudan saldırıya maruz kalması, psikolojik travma yaratabilir.

C seçeneği – Savaş Bölgesinde Yer Almak: Şiddet içeren olaylara doğrudan maruz kalmak, birincil travmatizasyonun nedenlerinden biridir.

E seçeneği – Ciddi Trafik Kazasına Maruz Kalmak: Kişi ciddi bir kazanın doğrudan mağduruysa, bu olay birincil travmatizasyon yaşamasına neden olabilir.

İkincil Travmatizasyona Yol Açabilecek Olaylar:

D seçeneği – Sosyal Medyada Travmatik Olayları İzlemek: Sosyal medyada travmatik olaylara ait görüntüleri tekrar tekrar izlemek, birincil travmatizasyon değil, ikincil travmatizasyon veya dolaylı travma ile ilişkilidir. Birincil travmatizasyon yalnızca doğrudan maruz kalma ile gerçekleşir.

Sonuç olarak; birincil travmatizasyon, kişinin doğrudan bir travmatik olayın içinde bulunması veya olayı birebir yaşaması ile ortaya çıkar. Sosyal medyada travmatik içeriklere maruz kalmak ise ikincil travmatizasyon ile ilişkilidir. Bu nedenle doğru cevap "D şıkkıdır."

Cevap D

27. Dissosiyatif Bozuklukların Etiyolojisi (Nedenleri) şu şekilde özetlenebilir:

Çocukluk Çağındaki Travmalar ve İstismar: Dissosiyatif bozuklukların en önemli nedenlerinden biri, bireyin çocukluk döneminde fiziksel, cinsel ya da duygusal istismar gibi kronik travmalara maruz kalmasıdır. Çocuk, bu tür durumlarla baş edebil-
mek için dissosiyasyonu bir savunma mekanizması olarak geliştirebilir. **(A seçeneği – Doğrudur)**

Biyolojik Anomaliler: Bellek ve kimlik işlevlerini etkileyen beyin bölgelerindeki (örn. amigdala, hipokampus) nörolojik işlev bozuklukları, dissosiyatif bozuklukların gelişimine katkıda bulunabilir. Özellikle travmaya bağlı olarak gelişen beynin yapısal ve fonksiyonel değişiklikleri bu süreçte önemli bir rol oynar. **(B seçeneği – Doğrudur)**

Stresle Başa Çıkma Mekanizması: Yoğun stres ya da tehdit altında, bireyin bu durumla baş edebil-
mek için kendisini çevreden ya da kendisinden “ko-
parma” mekanizmasını kullanması dissosiyasyona yol açabilir. **(C seçeneği – Doğrudur)**

Bağlanma Tarzı ve Erken Sosyal İlişkiler: Güvensiz bağlanma tarzı ve çocuklukta yeterli duygusal destek alamama, bireyin dissosiyatif bir tepki geliştirmesine neden olabilir. Erken dönemde yaşanan sosyal kopukluklar, kimlik bütünlüğünün zedelenmesine yol açabilir. **(E seçeneği – Doğrudur)**

Ancak;

Kişinin Uyarılara Duyarlılığının Genetik Olarak Düşük Olması: Dissosiyatif bozuklukların gelişiminde genetik faktörlerin belirgin bir rol oynadığına dair güçlü kanıtlar bulunmamaktadır. Daha çok çevresel faktörler (örneğin travma ve bağlanma sorunları) dissosiyatif bozuklukların temel nedenlerini oluşturur. Uyarılara duyarlılığın düşük olması, dissosiyatif bozuklukların nedeni değildir.

Sonuç olarak; Dissosiyatif bozukluklar genellikle travma, bağlanma sorunları, biyolojik faktörler ve stresle başa çıkma mekanizmaları ile ilişkilidir. Ancak genetik olarak uyarılara duyarlılığın düşük olması, bu bozuklukların gelişimine katkıda bulunmaz. Bu nedenle doğru cevap “D şıkkıdır.”

Cevap D

28. Borderline Kişilik Bozukluğu: Yani Sınır Kişilik Bozukluğu, bireyin duygularında, kişilerarası ilişkilerinde, kendilik algısında ve davranışlarında belirgin dengesizliklerle karakterize edilen bir kişilik bozukluğudur.

Belirtiler kısaca şu şekilde özetlenebilir:

Yoğun terk edilme korkusu ve buna karşı aşırı tepki.

İstikrarsız ve yoğun ilişkiler.

Duygu durumunda hızlı ve aşırı dalgalanmalar.

Kendilik algısında belirsizlik (kimlik sorunları).

Riskli davranışlar (örneğin, dürtüsel harcamalar, aşırı alkol kullanımı).

Kronik boşluk hissi.

Zeynep’in terk edilme korkusu, duygusal dalgalanmalar, istikrarsız ilişkiler ve riskli davranışları, Borderline Kişilik Bozukluğu tanısını en iyi şekilde desteklemektedir.

Diğer seçenekleri özetleyecek olursak:

A seçeneği – Narsistik Kişilik Bozukluğu: Narsistik kişiler genellikle kendilerini üstün görme eğilimindedir ve aşırı ilgi ve hayranlık beklerler. Zeynep’in terk edilme korkusu ve duygusal dalgalanmaları narsistik bozuklukla uyumlu değildir.

C seçeneği – Antisosyal Kişilik Bozukluğu: Antisosyal kişiler, başkalarının haklarını ihlal eden, empati yapmayan ve sorumsuz davranışlar sergiler. Zeynep’in belirtileri, daha çok duygusal dalgalanmalar ve terk edilme korkusuyla ilişkilidir, antisosyal davranışlarla değil.

D seçeneği – Histriyonik Kişilik Bozukluğu: Histriyonik kişiler, sürekli olarak ilgi çekme ihtiyacı hisseder ve dramatik, abartılı duygusal tepkiler gösterir. Zeynep’in durumunda ilgi çekme arzusu değil, duygusal istikrarsızlık ve terk edilme korkusu ön plandadır.

E seçeneği – Paranoid Kişilik Bozukluğu: Paranoid kişiler, başkalarına karşı sürekli bir güvensizlik duyar ve kötü niyetli olduklarına inanırlar. Zeynep’in belirtileri paranoid bir düşünce yapısından çok, duygusal dalgalanmalar ve ilişkilerde istikrarsızlıkla ilişkilidir.

Sonuç olarak: Zeynep'in terk edilme korkusu, duygusal dengesizlikleri, riskli davranışları ve istikrarsız ilişkileri, Borderline Kişilik Bozukluğu tanısını en iyi şekilde desteklemektedir. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

- 29. Madde Kötüye Kullanımı:** Kişinin fiziksel sağlığına zarar veren, sosyal ve mesleki işlevselliğini bozan ve kişisel yaşamını olumsuz etkileyen madde kullanım alışkanlıklarını ifade eder. **Belirtileri kısaca şu şekildedir:**

Maddeyi tekrar tekrar kullanarak sağlığına ve yaşamına zarar verme.

Sosyal ilişkilerde ve iş yaşamında bozulmalar.

Madde kullanımı nedeniyle kişinin hayatında sürekli bir kontrol kaybı yaşaması.

Ayhan'ın kullandığı maddelerin hayatında ciddi bozulmalara yol açması ve sosyal, mesleki işlevlerini sekteye uğratması, Madde Kötüye Kullanımı tanısını destekler.

Diğer seçenekleri açıklayacak olursak:

A seçeneği – Yoksunluk Sendromu: Kişinin bağımlı olduğu maddeyi kullanmayı bırakması veya azalttığı anda ortaya çıkan fiziksel ve psikolojik belirtileri ifade eder. Örneğin, titreme, sinirlilik, aşırı yorgunluk gibi semptomlar görülür. Ayhan'ın durumunda yoksunluk belirtileri yerine sürekli kullanım ön plandadır, bu yüzden yoksunluk sendromu tanısına uymaz.

C seçeneği – Tolerans: Kişinin sürekli madde kullanımı sonucu aynı etkiyi elde etmek için daha yüksek dozda maddeye ihtiyaç duyması durumudur. Ayhan'ın anlatımlarında tolerans geliştirme belirtileri değil, maddeyi kontrolsüz şekilde kullanma vurgulanmaktadır.

D seçeneği – İntoksikasyon: Kişinin maddeyi aldıktan sonra yaşadığı akut semptomları ve fiziksel etkileri ifade eder (örn. uyuşukluk, zehirlenme, bulanık düşünceler). Ayhan'ın durumu madde kullanımının fiziksel etkilerinden ziyade, sosyal ve mesleki işlev kaybı üzerine odaklanmaktadır.

E seçeneği – Esriklik: Esriklik, madde kullanımı-

nın zevk veya geçici bir keyif hali yaratma etkisini ifade eder. Ayhan'ın anlattıklarında esriklik veya zevk etkisi değil, madde kullanımının zararları ön plandadır.

Sonuç olarak; Ayhan'ın madde kullanımı nedeniyle sosyal ve mesleki işlevselliğinde ciddi bozulmalar yaşaması, Madde Kötüye Kullanımı tanısını en iyi şekilde desteklemektedir. Bu nedenle doğru cevap "B şıkkıdır."

Cevap B

- 30. Konuşma akıcılık bozukluğu tanılı öğrenciler için Destekleyici ve Doğru Yaklaşımlar:**

B seçeneği – Destekleyici İletişim Ortamı Sağlamak: Öğretmen, öğrencinin kendini rahatça ifade edebileceği bir sınıf atmosferi oluşturmalıdır. Olumlu geri bildirimlerle öğrencinin kendine güvenini artırmak önemlidir. **Bu yaklaşım doğrudur.**

C seçeneği – Baskı Yapmadan Konuşmaya Teşvik Etmek: Konuşmaya teşvik etmek yararlıdır, ancak baskı yapmak kekemelik üzerindeki kaygıyı artırabilir. Öğrencinin doğal konuşma sürecine saygı gösterilmelidir. **Bu yaklaşım doğrudur.**

D seçeneği – Zaman Kazandıran Teknikleri Kullanmak: Kekemelik yaşayan öğrencinin rahatlaması için yavaş konuşma, derin nefes alma gibi teknikler desteklenebilir. Konuşmayı tamamlaması için zaman tanınmalı, acele ettirilmemelidir. **Bu yaklaşım doğrudur.**

E seçeneği – Güvenli Konuşma Ortamı Sağlamak: Öğrencinin kendini güvende hissetmesi, sosyal kaygıyı azaltarak konuşma sürecini rahatlatılabilir. Arkadaşları ve öğretmenleri tarafından desteklenmesi önemlidir. **Bu yaklaşım doğrudur.**

Konuşma Akıcılık Bozukluğu Olan Bir Öğrenci İçin Olumsuz Yaklaşımlar:

A seçeneği- Sürekli Düzeltme ve Anında Müdahale: Konuşma bozukluğu olan bir öğrenciye sürekli müdahale etmek, konuşma sürecini daha stresli hale getirebilir. Öğrenci konuşurken kelimelerini düzeltmek veya hızlandırmaya zorlamak, kaygıyı artırabilir ve akıcılık bozukluğunu daha belirgin hale getirebilir. **Bu yaklaşım destekleyici değildir.**

Cevap A

- 31. En Az Sınırlandırılmış Ortam:** En az sınırlandırılmış ortam, özel gereksinimli öğrencilerin akranlarıyla birlikte eğitim alabilecekleri en uygun ortamda eğitim görmeleri gerektiğini ifade eden temel özel eğitim ilkesidir. Amaç; öğrencinin gereksiz şekilde ayrıştırılmadan ve maksimum etkileşim sağlayarak eğitimine devam etmesi sağlanmalıdır. En az sınırlandırılmış ortam ilkesi bir özel eğitim öğrencisinin ihtiyaçlarına en uygun biçimde eğitim almasını ve toplumla en fazla bütünleşmesini destekler. En az sınırlandırılmış ortamlar, normal akranlarının eğitim gördüğü normal sınıflarken, en çok sınırlandırılmış ortamlar hastanede özel eğitim hizmetleridir.

Diğer seçenekler açıklanacak olursa;

A seçeneği – Öğrenciye Görelik: Özel eğitim hizmetleri, öğrencinin bireysel ihtiyaçlarına göre planlanmalıdır. Eğitim programı, öğrencinin seviyesine ve gelişimine uygun şekilde uyarlanmalıdır.

B seçeneği – Erkenlik: Özel eğitim süreci mümkün olduğunca erken yaşta başlamalıdır. Erken müdahale, öğrencinin gelişimsel kazanımlarını artırabilir.

C seçeneği – Bütünlük: Eğitim süreci öğrencinin bütüncül gelişimini desteklemelidir. Sadece akademik gelişim değil, sosyal ve duygusal gelişim de önemlidir.

D seçeneği – İşbirliği: Özel gereksinimli bireylerin en iyi eğitimi alabilmeleri için öğretmenler, aileler, uzmanlar ve diğer paydaşlar arasında etkili bir işbirliği kurulmasını ifade eder. Bu ilke, öğrencinin akademik ve sosyal gelişimini en üst düzeye çıkarmayı hedefler.

Sonuç olarak; en az sınırlandırılmış ortam ilkesi, öğrencinin eğitim sürecini akranlarıyla en fazla etkileşim sağlayacak biçimde düzenlemeyi hedefler. Bu nedenle doğru cevap “E şıkkıdır.”

Cevap E

- 32. Psikolojik Testlerin Dört Temel Amacı Özetle Şöyledir:**

Seçme: Uygun bireylerin belirlenmesi için yapılır ve eleme söz konusudur. Örneğin, işe alımda kişilik envanteri kullanmak gibi.

Sınıflama: Bireyleri özelliklerine göre gruplamak için yapılır. Örneğin, zekâ düzeyine göre sınıflandırma ya da işte uygun pozisyona yerleştirme gibi.

Değerlendirme: Psikolojik özelliklerin mevcut düzeyini belirleme amacıyla yapılır. Örneğin, depresyon düzeyini belirlemek gibi.

Hipotezleri Test Etmek: Bilimsel sorulara yanıt aramak ve denenceleri test etmek amacıyla yapılır. Örneğin, kaygı ile başarı arasındaki ilişkiyi araştırmak gibi.

Şimdi seçenekleri, psikolojik testlerin dört amacı ile ilişkilendirerek inceleyelim:

A seçeneği: Seçme amacıyla ilişkilidir: “İşe alım sürecinde adayların uygunluklarını belirlemek” doğrudan seçme amacıdır. Yani doğru kullanım örneğidir.

B seçeneği: Sınıflama amacıyla ilişkilidir: “Zekâ düzeylerine göre eğitim programlarına yönlendirme” bireylerin yetenek veya özelliklerine göre gruplandırılması, yani sınıflama amacıdır. Bu da doğrudur.

C seçeneği: Değerlendirme amacıyla ilişkilidir: “Kaygı düzeyini belirlemek” psikolojik bir özelliğin mevcut durumunu belirlemek, değerlendirme amacıyla ilişkilidir. Bu da doğrudur.

D seçeneği: Hipotez testi amacıyla ilişkilidir: “Depresyonun akademik başarıyla ilişkisini araştırmak” bilimsel bir hipotezi test etmek amacıyla test kullanımına örnektir. Bu da doğrudur.

E seçeneği: Test puanlarına göre ödül sistemi oluşturmak. Bu örnek, psikolojik testin bir amacına değil, bir sonuç kullanımı biçimine örnektir. Bu nedenle doğru cevap (yani uygun olmayan örnek): E şıkkıdır.

Cevap: E

33. Uzmanlık gerektiren testler: Genellikle bireysel, klinik nitelikli, yorumlaması karmaşık ve etik sorumluluklar barındıran testlerdir. Kişilik, yetenek... testleri gibi

Uzmanlık gerektirmeyen testler: Gözlem, anket, sosyometri gibi basit bireyi tanıma teknikleridir. Test dışı teknikler genel olarak öyledir.

Seçenekleri analiz edecek olursak:

A seçeneği: WISC-IV Zekâ Testi: WISC-IV (Wechsler Intelligence Scale for Children – Fourth Edition), çocuklara uygulanan bireysel bir zekâ testidir.

Uzmanlık gerektirir çünkü: Uygulama sırasındaki yönlendirme, süre takibi, yanıtların kaydedilmesi ve standart puanlara dönüştürülmesi uzmanlık ister. Yanlış uygulama, sonuçları ciddi biçimde sapırabilir.

B seçeneği: MMPI (Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri): Kişilik bozukluklarını ve psikopatolojiyi belirlemeye yönelik, yetişkinlere uygulanan objektif bir testtir. **Uzmanlık gerektirir** çünkü: 500'ü aşkın maddeye verilen yanıtların ölçülmesi ve klinik alt ölçeklerin yorumlanması karmaşıktır. Ayrıca danışanın savunma mekanizmaları ve geçerlilik ölçekleri dikkate alınmalıdır.

C seçeneği: Projektif Resim Testleri (örnek: CAT, TAT): Bireyin iç dünyasını, çatışmalarını ve motivasyonlarını projektif yolla ortaya çıkarmaya çalışan testlerdir. **Uzmanlık gerektirir** çünkü: Yorumlamaları standarttan çok uzaktır; deneyim, klinik gözlem ve teori bilgisi gerekir. Bu testler yüksek derecede uzmanlık gerektirir.

D seçeneği: Beier Cümle Tamamlama Testi: Yarı projektif nitelikte olan bu testte birey, verilen cümle başlangıçlarını tamamlar. **Uzmanlık gerektirir** çünkü: Yorumlama sübjektiftir ve bireyin kişisel, duygusal ve sosyal durumlarıyla ilgili veriler elde edilir. Yanlış analizler hatalı yönlendirmelere yol açabilir.

E seçeneği: Sosyometri: Bir grubun sosyal ilişkilerini, üyelerin birbirini nasıl algıladıklarını ölçmek için kullanılan basit bir tekniktir **Uzmanlık gerektirmez**. Temel rehberlik hizmetlerinde öğretmenler ve psikolojik danışmanlar tarafından kolayca uygulanabilir. Uygulaması, veri toplaması ve yorumlaması oldukça basittir. Sayısal analiz veya grafiklerle gösterim gibi temel düzeyde analiz yeterlidir.

Cevap: E

34. Tutum testlerinde, özellikle Likert tipi ölçeklerde en sık görülen sorunlardan biri merkezileşme eğilimidir. **Merkezileşme eğilimi:** Katılımcıların, ölçeğin orta değerlerine yönelme eğiliminde olmasıdır. Örneğin, 1-5 arasında bir derecelendirme ölçeğinde, katılımcıların çoğunlukla "3" gibi nötr bir seçeneği işaretlemesi bu hatayı doğurur. Bu durum, uç değerlerden kaçınma eğiliminden kaynaklanabilir ve analizlerin anlamlılığını düşürebilir. (Orta yol cevap verme benzer olsa da merkezileşmeden farklı olarak, bilinçli ya da bilinçsiz olabilecek şekilde, karar vermekten kaçınma refleksi ile ilgilidir) Bu durum testin psikometrik kalitesini etkileyebilir ve yorumları yanıltabilir. Psikolojik danışmanların test uygularken sadece madde içeriğine değil, yanıt eğilimlerine, test formatına ve analiz sürecine de dikkat etmesi gerekir. Bu yüzden analiz sırasında verilerin normal dağılmadığı, uç cevapların baskılandığı göz önünde bulundurulmalı; gerekirse veri temizliği veya istatistiksel düzeltmeler yapılmalıdır. Bu nedenle doğru cevap "D şıkkıdır."

Diğer seçenekleri analiz edecek olursak:

A seçeneği: Elif Hanım'ın kullandığı ölçek, geçerliliğini kaybetmiş demektir. Yanlıştır çünkü, ölçekte kararsız yanıtların çokluğu, tek başına geçerlilik kaybına işaret etmez. Bu, ya öğrencilerin konuyla ilgili net bir tutumu olmadığını ya da test tekniğine bağlı bir yanlılık olduğunu gösterir. Geçerlilik, testin amacına uygun ölçüp ölçmediğiyle ilgilidir ve bu durumu analiz etmek için daha fazla bilgi gerekir.

B seçeneği: Öğrencilerin verdiği yanıtlar, tutumlarının çok net olduğunu göstermektedir. Yanlıştır çünkü, Aksine, öğrenciler uç noktalardan kaçınıyor, "kararsızım" seçeneğini tercih ediyorsa, bu tutumlarının belirsiz ya da yansıtılmaktan kaçınıldığını gösterir.

C seçeneği: Ölçeğin yapısı, öğrencilerin sosyal beklentiye uygun yanıtlar vermesini teşvik etmiş olabilir. Kısmen doğru ama eksiktir. Çünkü, Sosyal beğenirlik yanlılığı olasılığı vardır, fakat burada asıl gözlenen kararsızlık ve merkeze yığılma eğilimidir. C seçeneği durumu tam olarak kapsamamaktadır.

E seçeneği: Öğrencilerin düşük çevre bilincine sahip olduğu bu yanıtlar sayesinde anlaşılmıştır. Yanlıştır. Çünkü, "Kararsız" yanıtlar, öğrencilerin

bilinç düzeyinin düşük olduğu anlamına gelmez; bu yanıtlar aynı zamanda emin olamama, sorumluluk almaktan kaçınma, tepki vermekten çekinme gibi birçok nedene bağlı olabilir.

Cevap: D

- 35. Sosyal Atom Ölçeği:** Jacob L. Moreno tarafından geliştirilen bu ölçek, bireyin sosyal çevresindeki insanları "ben merkezli" bir sistemde duygusal yakınlığa göre konumlandırmasını ister. Bireyin yalnızlık, bağılılık, bağımlılık, sosyal destek gibi yönleri ortaya çıkartılır. Özellikle psikodrama ve bireyi tanıma tekniklerinde kullanılır. Bu ölçme aracı, sorudaki amaçla tamamen örtüşmektedir. Sorunun senaryosu incelendiğinde verilen özelliklere uygun olduğu görülmektedir. Bu nedenle doğru cevap "C" şıkkıdır."

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Sosyometri: Grup içi sosyal tercihleri ölçer. Grup odaklı, bireyin sosyal evrenini tam yansıtmaz. O nedenle yanlıştır.

B seçeneği: Aile Genogramı: Aile ilişkilerini gösterir, ancak aile dışı çevreyi kapsamaz. Danışanın tüm sosyal çevresi haritalandırılmak isteniyorsa yetersiz kalır. Bu yüzden yanlıştır.

D seçeneği: Kişilerarası İlişkiler Envanteri: Kişilerarası beceriler, ilişkilerdeki roller ve çatışmalar üzerine bilgi verir. Ancak genellikle ölçek şeklinde uygulanan özbebildirim anketidir ve sosyal çevreyi görselleştirmez ya da haritalandırmaz. Görsel ya da yapısal temsil sağlamadığı için yanlıştır.

E seçeneği: Akran Değerlendirme Formu: Bu form, öğrencilerin birbirlerini nasıl değerlendirdiğini ölçer. Genellikle davranışsal gözlem ve akran görüşleri elde etmek amacıyla kullanılır. Danışanın sosyal yapısının içsel haritası ya da duygusal bağılılık düzeylerini vermez.

Cevap: C

- 36. Kime Göre Ben Neyim?** Bu teknik, öğrencinin çevresindeki belirli kişiler (anne, baba, öğretmen, arkadaş vs.) tarafından nasıl algılandığını yansıtmayı sağlar. Öğrenci, "Annem için ben...", "Arkadaşlarım için ben..." gibi ifadeleri tamamlayarak kendisine yönelik toplumsal aynaları görmeye başlar. Bu, benlik algısı, sosyal farkındalık ve başkalarının beklentileriyle bireysel kimliğin çatışması gibi konularda içgörü sağlar. Bu nedenle, senaryoda belirtilen amaçla tamamen örtüşür. "A" seçeneği doğrudur.

Diğer seçenekleri analiz edecek olursak:

B seçeneği: Sosyometri: Sosyal ilişkileri ve tercihleri ölçer. Ancak bireyin nasıl algılandığını değil, kimlerle ilişki kurduğu ya da kimleri seçtiği ortaya çıkar. Bireysel farkındalık ve başkalarının algısı boyutu zayıftır. Bu yüzden elenir.

C seçeneği: Kimdir Bu? Kişinin kendisi hakkında farkındalık kazanmasını sağlayan bir yöntemdir. Bu teknik, bireyin kendi özelliklerini çevresdekilerin gözünden değerlendirmesine olanak tanır. Birey, kendisiyle ilgili geri bildirimleri inceleyerek kendini nasıl gördüğü ile başkalarının onu nasıl gördüğü arasındaki farkları analiz edebilir. Bu yüzden elenir.

D seçeneği: Genogram: Aile bireylerinin ilişkilerini, rollerini, kuşaklar arası örüntüleri gösterir. Ancak bireyin sosyal algılanışı veya kimlik farkındalığı ile doğrudan ilişkili değildir. Yapısal analiz sunar, algısal analiz değil.

E seçeneği: Problem Tarama Envanteri: Öğrencinin yaşadığı olası problemleri (akademik, sosyal, duygusal vb.) tespit etmeye yarar. Ancak benlik algısı ya da başkalarının gözünden "ben kimim" gibi derinlikli farkındalık süreçleriyle doğrudan bağlantılı değildir.

Cevap: A

37. **Problem Tarama Listesi;** öğrencilerin karşılaştığı başlıca sorun alanlarını belirlemek için kullanılan bir tarama aracıdır. Pratik, anonim, açık uçlu ya da kapalı uçlu olabilir. Genellikle şu başlıklar yer alır:

Akademik problemler (ders başarısı, dikkat eksikliği, sınav kaygısı)

Ailevi problemler (aile içi çatışma, ilgisizlik)

Arkadaş ilişkileri (uyum sorunları, dışlanma)

Kendine yönelik problemler (öz güven eksikliği, yalnızlık, kaygı)

Danışmanın müdahale önceliğini belirlemesine yardımcı olur. Bireysel görüşme planlaması için ön bilgi sağlar. Bu nedenle, en uygun araçtır. A seçeneği doğrudur.

Diğer seçenekleri kısaca değerlendirecek olursak:

B) Kimdir Bu? Bu teknik, bireyin kendi özelliklerini çevresindekilerin gözünden değerlendirmesine olanak tanır. Problem tespiti yapmaz

C) Genogram: Aile içi ilişkileri kuşaklar arası gösterir. Aile dışı sorunları kapsamaz.

D) Kime Göre Ben Neyim? Başkalarının algısını fark etme. Sorun alanlarını doğrudan vermez.

E) Sosyometri: Sınıf içi sosyal tercihleri kapsar. Ama diğer alanları kapsamaz.

Cevap: A

38. Yetenek ve başarı kıyaslaması, bireyin sahip olduğu potansiyel ile gerçek performansı arasındaki ilişkiyi değerlendirir. Öğrencileri bu doğrultuda üç temel grupta inceleyebiliriz:

1. Yeteneği Ölçüsünde Başarı Sergileyen Öğrenciler

Bu öğrenciler, doğal yetenekleri doğrultusunda istikrarlı bir başarı gösterir.

Genellikle ilgi duydukları ve yetkin oldukları alanlarda yüksek performans sergilerler.

Eğitim ve destek süreçleriyle daha ileri düzeyde gelişim gösterebilirler.

2. Yeteneğinin Altında Başarı Sergileyen Öğrenciler

Bireyin potansiyeli yüksek olmasına rağmen, çeşitli nedenlerle gerçek performansı düşük kalır.

Başarıyı etkileyen faktörler:

Motivasyon eksikliği

Çalışma alışkanlıklarının yetersiz olması

Dış çevre ve psikolojik faktörler (kaygı, özgüven eksikliği)

Bu öğrenciler için bireysel rehberlik, çalışma teknikleri ve motivasyon desteği sağlanarak başarı seviyeleri artırılabilir.

3. Yeteneğinin Üstünde Başarı Sergileyen Öğrenciler

Doğal yetenekleri belirli bir seviyede olsa da disiplinli çalışma, güçlü motivasyon ve etkili stratejilerle yüksek başarı elde ederler.

Başarılarını artıran faktörler:

Güçlü çalışma alışkanlıkları

Etkili öğrenme stratejileri

Çevresel destek (aile, öğretmenler, akran grupları)

Bu öğrenciler kararlılıkları ve azimleriyle dikkat çeker ve uzun vadede istikrarlı başarı gösterme eğilimindedirler.

Bu öğrencilerin baskı altında olup olmadıkları, test sonuçlarının güvenilirliği ...gibi faktörler de dikkate alınmalıdır.

Buna göre verilen tabloya göre seçenekleri değerlendirecek olursak:

BAŞARI/ YETENEK TABLOSU	YETENEK				
	1	2	3	4	5
BAŞARI	1	Z	R		
	2			G	A
	3		B-H	I-C	
	4		Ç-O	M-T	
	5				K

A seçeneği: "K sınıfta öğrenme yeteneği ve başarısı en iyi olan öğrencidir", doğrudur. Başarı 5 ve yetenek puanı 5' tir.

B seçeneği: "Z sınıfta yeteneği en düşük olarak ölçülen öğrencidir." Doğrudur. Çünkü yetenek ve başarı puanı 1 ile en düşük puanlı öğrencidir.

C seçeneği: "Sınıfta yetenek ve başarısı tamamen uyumlu olan 4 öğrenci vardır." **Yanlıştır.** Çünkü tabloya göre, Z, K, B, H, M ve T'nin yani 6 öğrencinin puanları tamamen uyumludur.

D seçeneği: "Ç ve O yeteneğinin üstünde başarı sergileyen öğrencilerdir." Doğrudur. Çünkü yetenek puanları 2 iken başarı puanları 4 olmuştur.

E seçeneği: "A ve G yeteneğinin altında başarı sergileyen öğrencilerdir." Doğrudur. Çünkü, G'nin yetenek puanı 4, A'nın yetenek puanı 5 iken bu öğrencilerin başarı puanları 2 olmuştur.

Cevap: C

39. Bandura, öz yeterlilik algısının üç boyut açısından değişkenlik gösterdiği ifade etmektedir. Bunlar düzey, güç ve genellik boyutlarıdır:

Düzy, bireyin başaracağı işin güçlük derecesini gösterir. Birey, zor bir işi başaracağına ne kadar inanıyorsa o konuda öz yeterlilik algı düzeyinin o kadar yüksek olduğu söylenebilir.

Güç, bir kimsenin engelleyici, caydırıcı şartlara rağmen davranışı sürdürmeye devam etmesidir. Öz yeterlilik algısı düşük olan bireyler, olumsuzluklarla karşılaşınca davranışlarını değiştirmekte, güçlü olanlar sebat ve ısrar etmektedirler.

Genellik, bir kimsenin kendini yetkin gördüğü durumların çeşitliliğini gösterir. Bandura'ya göre bunlardan en önemlisi bireyin geçirdiği yaşantılardır.

Hedefler ve performansla ilgili denenceler:

1-Hedefin ifade edilmesi (seçim hedefi), 2- Hedef için gereken eylemin yapılması (performans hedefi), 3- performansın gösterilmesi.

Buna göre sorunun seçenekleri analiz edilecek olursa:

A seçeneği: Tezli yüksek lisans programına katılıp uzman olmak istemesi seçim hedefidir. Doğru ifadedir.

B seçeneği: Programı 2 yıl içerisinde bir tez hazırlayarak bitirmek istemesi performans hedefidir. Doğru ifadedir.

C seçeneği: Tezi istenen sürede tamamlaması performanstır. Doğru ifadedir.

D seçeneği: Zorlayıcı şartlara rağmen hedefine ulaşması yetkinlik algı boyutlarından güç ile ilgilidir. Doğru ifadedir.

E seçeneği: Daha sonrasında köşe yazısı ve edebi eser yazması ise yetkinlik algısı boyutlarından düzey ile ilgilidir. **İfadesi yanlıştır.** Bu durum daha çok genellik boyutuyla açıklanabilir. Bundan dolayı sorunun cevabı "E" seçeneğidir.

Cevap: E

40. Krumboltz'un Sosyal Öğrenme Kuramı, bireylerin kariyer gelişimini ve meslek seçimlerini belirli öğrenme süreçleri ve çevresel etkenler doğrultusunda şekillendirdiğini savunur. Bu kurama göre meslek seçimini etkileyen dört temel faktör vardır:

Genetik özellikler ve özel yetenekler: Bireyin doğuştan getirdiği kapasite ve beceriler, hangi alanlarda başarılı olabileceğini etkiler.

Çevresel koşullar ve olaylar: Ekonomik durum, aile yapısı, sosyal çevre, fırsatlar veya engeller meslek seçimini etkiler.

Öğrenme deneyimleri: Bireyin yaşadığı pekiştirme (ödül/ceza), gözlem ve doğrudan deneyimlerle oluşan öğrenmeler kararlarını etkiler.

Bilişsel süreçler: Bireyin kendisi, çevresi ve meslekler hakkındaki düşünce ve inançları (beklentileri, hedefleri) kararlarını yönlendirir.

Buna göre B, C, D ve E seçenekleri doğrudur. Ancak; A seçeneği olan "Kişilik tipleri" doğru değildir. Kişilik tipleri, Holland'ın Mesleki Tipler Kuramı gibi diğer kariyer teorilerinin temelini oluşturur. Krumboltz'un kuramında bireyin kişilik yapısından ziyade, çevresel öğrenmeler ve deneyimsel faktörler ön plandadır. Bu yüzden "kişilik tipleri", Krumboltz'un modelinde doğrudan meslek seçimini etkileyen bir unsur olarak yer almaz.

Cevap: A

41. Super'in Benlik Kuramına yöneltilen eleştiriler açısından seçeneklerin değerlendirilmesi şu şekildedir:

A seçeneği: Çevresel faktörleri yeterince göz önünde bulundurmaması: Super'in kuramı, bireyin içsel gelişimine odaklanırken sosyal ve ekonomik çevrenin meslek seçimindeki etkisini yeterince vurgulamaması nedeniyle eleştirilmiştir. **Bu seçenek doğrudur.**

B seçeneği: Kariyer gelişimini yaşa bağlı aşamalarla sınırlaması: Kuram belirli yaş aralıklarına dayalı aşamalar sunduğu için, bireylerin yaşa bağlı olmayan kariyer değişikliklerini tam olarak kapsayamaması eleştirilmektedir. **Bu seçenek doğrudur.**

D seçeneği: Ani kariyer değişimlerini yeterince ele almaması: Super'in kuramı uzun vadeli gelişimi açıklasa da ani kariyer geçişlerini yeterince analiz etmemesi nedeniyle eleştirilmiştir. **Bu seçenek doğrudur.**

E seçeneği: Kültürel farklılıkları dikkate alması: Kuram kariyer gelişimini belirli evrensel aşamalar çerçevesinde ele aldığı için, kültürel ve bireysel farklılıkların yeterince değerlendirilmediği yönünde eleştirilmiştir. **Bu seçenek doğrudur.**

Ancak:

C seçeneği: "Bireyin mesleki kimliğinin gelişim sürecinde psikolojik ve sosyal değişkenlerin etkisini vurgulaması nedeniyle esneklik sunar" ifadesi doğru değildir.

Super'in mesleki gelişim kuramı, bireyin meslek seçiminde psikolojik ve sosyal faktörlerin etkisini kabul eder. Bu özellik, kuramın eleştirildiği değil, desteklendiği noktalar arasındadır. Kuram, bireyin meslek seçimini uzun vadede gelişen bir süreç olarak görerek esnekliği destekler. **Bu nedenle "C seçeneği" eleştiri değil, kuramın olumlu yönlerinden biridir.**

Cevap: C

42. Kimi araştırmacılar kariyer amaçlarını engelleyen tüm faktörler kariyer engeli olarak ifade etmiştir. Kariyer engelleri, bireyin kariyer hedeflerine ulaşmasını zorlaştıran içsel ve dışsal faktörleri içerir. İçsel engeller, motivasyon, özgüven, kişilik özellikleri ve benzeri gibi kişiye ait olan durumlardan oluşmaktayken; dışsal engeller, kişinin yaşadığı sosyo-kültürel çevrenin özelliklerinden oluşmaktadır. Bu özellikler cinsiyet rolleri, fırsatlar, maddi durum, çalışma koşulları, iş yaşamında etnik ayrımcılıktır. Işık'ın yaşadığı işsizlik, aile baskısı, çevresel sınırlılıklar (yaşadığı şehirdeki sınırlı iş imkânı), maddi zorluklar gibi durumlar bu kategoriye girer. Bu faktörler, Işık'ın mesleki ilerleyişini engellemektedir. Bu nedenle doğru cevap C seçeneği "Kariyer engelleri"dir.

Diğer seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Kariyer olgunluğu: Kariyer olgunluğu, bireyin mesleki kararlar verme ve uygulama sürecindeki yeterliliğini ifade eder. Işık aslında hedefini belirlemiş, gönüllü çalışmalarla bu hedefe ulaşmak için çaba göstermiştir. Bu nedenle olgunluk eksikliğinden değil, başka faktörlerden etkilenmektedir.

B seçeneği: Kariyer kararsızlığı: Kariyer kararsızlığı, bireyin hangi mesleği seçeceğine veya hangi alanda ilerleyeceğine karar verememesi durumudur. Işık'ın mesleki hedefi bellidir (psikoloji alanında çalışmak istemektedir), dolayısıyla bir kararsızlık yaşadığı söylenemez.

D seçeneği: Yetkinlik beklentisi: Yetkinlik beklentisi, bireyin bir görevi başarıyla yerine getirme becerisine dair inancıdır. Işık'ın özgüveni zedelense de temel sorunu kendi yeterliliğine olan inancı değil; dışsal engellerdir. Sosyal Bilişsel Kuram açısından önemli bir değişkendir.

E seçeneği: Kariyer stili değişkenleri: Bireyin geniş bir zaman dilimindeki tecrübelerinin sonucu olarak gelişen kararlı davranışsal eğilimleri olarak tanımlanabilir. (sürat, tempo ,ritim, dayanıklılık). Bu kavram İşe Uyum Kuramı açısından önemli bir kavramdır. Kariyer stili, bireyin kariyer gelişiminde izlediği yollar ve tercihleriyle ilgilidir. Işık'ın belirli bir stil geliştirmesi ya da bu stilin değişmesi söz konusu değildir.

Cevap: C

43. Williamson'un Özellik-Faktör Kuramı çerçevesinde geliştirdiği kariyer danışma süreci, bireyin meslek seçiminde sistematik bir yol izleyerek en uygun mesleği belirlemesini amaçlar. Bu süreç altı temel aşamadan oluşur¹:

1. Analiz: Bireyin kişisel özellikleri, ilgi alanları, yetenekleri ve değerleri değerlendirilir. Psikometrik testler, görüşmeler ve gözlemlerle bireyin güçlü ve zayıf yönleri belirlenir.

2. Sentez: Analiz aşamasında elde edilen bilgiler bir araya getirilerek bireyin mesleki yönelimi hakkında genel bir değerlendirme yapılır. Bireyin ilgi ve yetenekleri doğrultusunda uygun meslek seçenekleri belirlenir.

3. Tanı: Bireyin meslek seçiminde yaşadığı sorunlar ve kararsızlıklar belirlenir. Bireyin meslek seçiminde hangi faktörlerin engel oluşturduğu analiz edilir.

4. Prognoz (Öngörü): Bireyin meslek seçiminde başarılı olup olmayacağına dair tahminler yapılır. Bireyin kariyer yolunda karşılaşılabileceği olası zorluklar değerlendirilir.

5. Danışmanlık: Bireye uygun meslek seçenekleri sunularak karar verme sürecinde destek sağlanır. Bireyin meslek seçiminde bilinçli ve doğru karar alması için rehberlik edilir.

6. İzleme: Bireyin meslek seçim sürecinde ilerleyişi takip edilir. Kariyer planlamasının sürdürülebilir olması için bireye destek sağlanır.

Sentez aşamasında danışan bu aşamada kendisine uygun olabilecek alternatif meslekleri karşılaştırır ve değerlendirir. Aykut'un psikoloji ve insan kaynakları arasında gidip gelmesi, her iki alanda staj yaparak deneyim kazanması ve sonunda bilinçli bir tercihte bulunması, sentez aşamasının tipik bir örneğidir. Aykut alternatifleri bir araya getirip değerlendirmiş ve bilinçli bir karar almıştır. Bu nedenle doğru cevap B seçeneği yani, Sentezdir.

Cevap: B

44. Eli Ginzberg ve arkadaşlarının Mesleki Gelişim Kuramı, bireyin meslek seçim sürecinin çocukluktan yetişkinliğe kadar uzanan bir gelişim süreci olduğunu savunur. Bu kurama göre meslek seçimi üç ana dönem içinde gerçekleşir.

1. Hayal (Fantezi) Dönemi (5-11 yaş): Çocuklar, meslek seçimlerini zevk ve hayal gücü doğrultusunda yapar. Gerçekçi değerlendirmeler yerine, istedikleri her mesleği yapabileceklerini düşünürler. Oyunlar aracılığıyla farklı meslek rollerini deneyimleyerek iş dünyasına dair ilk yargılar oluşur.

2. Deneme (Geçici Seçimler) Dönemi (11-17 yaş): Birey, meslek seçiminde ilgi, yetenek ve değerlerini dikkate almaya başlar. Meslek seçimleri geçici ve deneyseldir, birey farklı alanları keşfeder. Bu dönem dört alt basamaktan oluşur:

İlgi Basamağı (11-12 yaş): Birey, hoşlandığı meslekleri keşfeder.

Yetenek Basamağı (13-14 yaş): Kendi becerilerini fark etmeye başlar.

Değer Basamağı (15-16 yaş): Meslek seçiminde kişisel değerler önem kazanmaya başlar.

Geçiş Basamağı (17-18 yaş): Sorumluluk ve bağımsızlaşmaya başlamakla birlikte birey yeteneklerini deneyebileceği çevre arar ve gerçekçi seçimlere yönelmeye başlar.

3. Gerçekçi Dönem (17-23 yaş): Birey, meslek seçiminde netleşmeye ve gerçekçi kararlar almaya başlar. Bu dönem üç alt basamaktan oluşur:

Araştırma (Keşfetme) Basamağı (17-19 yaş): Birey, meslekleri detaylı incelemeye başlar.

Billurlaşma Basamağı (19-21 yaş): Seçenekler daraltılır ve belirli bir meslek yönelimi oluşur.

Belirleme Basamağı (21-23 yaş): Birey, meslek seçiminde kesin kararını verir.

Ginzberg'in kuramı, meslek seçiminin bir anda gerçekleşen bir karar değil, gelişimsel bir süreç olduğunu savunur. Birey, önce hayal kurar, sonra deneme yapar ve sonunda gerçekçi bir seçim yapar.

Soruda Ecrin, lise son sınıfta, çeşitli tanıtımlar ve kişisel değerlendirmeler sonucunda daha gerçekçi bir algıyla hareket etmeye başlamıştır. Meslek seçiminin sorumluluklarının farkına varmaya başlama-

ya ve bu konuda bağımsızlaşmaya başladığını fark etmesi, kendi ilgi alanlarını, değerlerini ve yeteneklerini daha gerçekçi bir biçimde değerlendirmeye başlaması, Deneme Döneminin "Geçiş" alt evresinde bulunduğunu gösterir.

Cevap: C

45. Kapsamlı Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) Programı, bireylerin gelişimsel ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla dört temel süreç ögesi üzerine kurulmuştur¹:

Rehberlik Müfredatı: Öğrencilerin gelişimsel ihtiyaçlarını karşılamak için planlanmış rehberlik etkinliklerini içerir. Sınıf içi rehberlik etkinlikleriyle tüm öğrencilere ulaşmayı hedefler.

Bireysel Planlama: Öğrencilerin kişisel, akademik ve mesleki gelişimlerini desteklemek için bireysel rehberlik hizmetleri sunar. Bireyi tanıma, yönlendirme, izleme ve bireysel görüşmeler gibi süreçleri kapsar.

Müdahale Servisleri: Psikolojik danışma, kriz müdahalesi ve psiko-sosyal destek hizmetlerini içerir. Şiddeti önleme, risk altındaki çocuklara yönelik hizmetler ve velilere danışmanlık gibi alanları kapsar.

Sistem Desteği: PDR hizmetlerinin sürdürülebilirliğini sağlamak için organizasyonel ve yönetsel destek mekanizmalarını içerir. Araştırma-geliştirme çalışmaları, profesyonel gelişim, okul-toplum ilişkileri ve ekip çalışması gibi süreçleri kapsar.

Buna göre; Sistem desteği, okul personeliyle iş birliği, kaynak yönetimi, planlama, değerlendirme, koordinasyon gibi faaliyetleri içerir. Hizmetlerin sürekliliğini, sistematik işlemlerini sağlar. Tam olarak soruda sorulan "sürdürülebilir ve sistemli hale getirme" işleviyle örtüşür. Bundan dolayı cevap "Sistem Desteği" olacaktır.

Cevap: D

- 46. Ana problem:** “Öğrencilerin ders çalışma alışkanlıklarının akademik başarı üzerindeki etkisi nedir?” Bu ana problem, ders çalışma alışkanlıklarının (süre, yöntem, ortam, dinlenme gibi) akademik başarıya etkisini araştırmaktadır. Bu bağlamda alt problemlerin de ders çalışma alışkanlıklarına odaklanması ve bu alışkanlıkların akademik başarıyla ilişkilendirilmesi gerekir.

Öncülleri değerlendirecek olursak:

I. ÖNCÜL: “Ders çalışma süresi ile sınav notları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” **Uygun alt problemdir.** Ders çalışma süresi bir alışkanlıktır, sınav notu ise başarı göstergesidir.

II. ÖNCÜL: “Ders çalışırken dinlenme aralıklarının etkisi nedir?” **Uygun alt problemdir.** Dinlenme aralıkları da bir çalışma alışkanlığıdır ve etkisi başarı üzerinde olabilir.

III. ÖNCÜL: “Tüm öğrencilerin başarısızlık nedeni nedir?” **Uygun değildir.** Çok geniş ve doğrudan çalışma alışkanlıklarına odaklanmıyor.

IV. ÖNCÜL: “Çalışma ortamının fiziksel koşulları akademik performansı nasıl etkiler?” **Uygun alt problemdir.** Çalışma ortamı, alışkanlıkların bir parçası sayılabilir.

Bu değerlendirmeye göre I, II ve IV uygun alt problemler; fakat III uygun değildir. Doğru cevap: C) I-II ve IV olacaktır.

Cevap: C

47. KORELASYON KATSAYISI NEDİR?

Korelasyon katsayısı, iki değişken arasındaki doğrusal ilişkinin yönünü ve gücünü ölçen istatistiksel bir değerdir. Pearson korelasyon katsayısı olarak da bilinir ve şu özelliklere sahiptir:

Değer aralığı: -1 ile +1 arasında değişir.

+1 → İki değişken arasında mükemmel pozitif ilişki vardır.

-1 → İki değişken arasında mükemmel negatif ilişki vardır.

0 → Hiçbir doğrusal ilişki yoktur.

Değer 0'a yaklaştıkça ilişki zayıflar; ± 1 'e yaklaştıkça ilişki güçlenir.

Seçenekleri değerlendirecek olursak

A seçeneği: “0” değeri, Bu, A maddesi ile sağlık durumu arasında hiçbir ilişki olmadığını gösterir. Araştırmacı “çok iyi bir ilişki var” dediğine göre bu olamaz.

B seçeneği: “0,25” değeri, zayıf pozitif ilişki anlamına gelir. “Çok iyi ilişki” ifadesine göre yetersiz kalır.

C seçeneği: “0,60” değeri, Orta-güçlü pozitif ilişki anlamına gelir. Araştırmacının iddiasına (çok iyi ilişki) göre yeteri kadar güçlü değildir.

D seçeneği: “-0,50” değeri, Orta derecede negatif ilişki vardır. Yani A maddesi arttıkça sağlık durumu azalıyor olabilir. Ancak araştırmacı ilişki yönünü belirtmemiş (pozitif/negatif). Yine de bu değer güçlü sayılmaz.

E seçeneği: “-0,90” değeri, Çok güçlü negatif ilişki anlamına gelir. Bu, gerçekten “çok iyi bir ilişki”dir ama negatif yönde. Araştırmacının ilişkiyi “iyi” diye nitelendirmesi sadece ilişki gücünü ifade etmektedir, soru kökü bununla sınırlı kalmamızı istemektedir. Bundan dolayı doğru seçenek “E” seçeneğidir.

Cevap: E

48. Kapsamlı Psikolojik Danışma ve Rehberlik (KPDR) Programının Temel Özellikleri:

Bütüncül Yaklaşım: Öğrencilerin kişisel, sosyal, akademik ve kariyer gelişimini bir bütün olarak ele alır. Sadece sorun çözmeye değil, bireyin tüm yönleriyle gelişimine odaklanır.

Gelişimsel ve Önleyici Odak: Sadece problem ortaya çıktığında müdahale etmekle kalmaz, önleyici ve geliştirici çalışmalar da yapar. Bireyleri risklerden korumayı ve potansiyellerini geliştirmeyi hedefler.

Sistematiik ve Planlı Yapı: Amaçları, etkinlikleri, uygulama basamakları ve değerlendirme ölçütleri belirlenmiş, planlı bir programdır.

Çok Boyutlu Hizmet Alanları: Bireysel rehberlik, grup rehberliği, kriz müdahalesi, yönlendirme, bilgi verme, izleme gibi hizmetleri içerir.

İş Birliğine Dayalı: Rehberlik hizmetleri sadece psikolojik danışmanın değil; öğretmenler, yöneticiler, aile ve toplumun da katkısıyla yürütülür.

Bireysel ve Grupla Müdahale: Öğrencilere hem bireysel danışma hem de grup etkinlikleri yoluyla ulaşır.

Sınıf İçi Rehberlik Etkinlikleri: Bu etkinliklerin uygulanmasından birinci derecede öğretmen sorumludur. Psikolojik danışman destek ve rehberlik sağlar.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Bireylerin kişisel, sosyal, akademik ve kariyer gelişimlerini desteklemeyi hedefler. Bu, kapsamlı PDR'nin en temel amaçlarından biridir. **Seçenek doğrudur.**

B seçeneği: Psikolojik danışman sınıf içi rehberlik etkinliklerinin uygulanmasından birinci derecede sorumludur. **Bu ifade yanlıştır.** Sınıf içi rehberlik etkinliklerinin birinci derecede sorumlusu sınıf öğretmenidir. Psikolojik danışman planlama ve içerik geliştirme gibi konularda destek verir, uzmanlık gerektiren etkinlikler hariç, uygulama sorumluluğu öğretmendedir.

C seçeneği: Önleyici, geliştirici ve iyileştirici rehberlik hizmetlerini kapsar. Bu, kapsamlı programların üç temel işlevinden biridir. **Seçenek doğrudur.**

D seçeneği: Hem bireysel hem de grup rehberliği etkinliklerini içerir. Bu da programın temel özelliklerinden biridir. **Seçenek doğrudur.**

E seçeneği: Okul personeli, aile ve toplumla iş birliği yaparak rehberlik hizmetlerini organize eder. İş birliği temelli bir yaklaşımdır. **Seçenek doğrudur.**

Cevap: B

49. Etik karar verme süreci tek boyutlu değildir. Özellikle kendine zarar verme riski gibi kritik durumlarda, gizliliği ihlal etmeden önce tüm etik ilkeler bir arada değerlendirilmelidir: Danışanın güvenliği, risk derecesi, bilgilendirilmesi, duygusal etkileri ve mümkünse rızası... göz önüne alınarak uygun bir müdahale planlanmalıdır.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Danışanın gizliliği ihlal edildiğinde oluşabilecek duygusal etkiler. Bu önemlidir çünkü danışanın güven ilişkisi zarar görebilir. Ancak tek başına yeterli değildir. Sadece duygusal etkileri düşünerek hareket etmek, danışanın fiziksel güvenliğini ikinci plana atabilir.

B seçeneği: Riskin şiddeti ve danışanın güvenliği için öncelikli olarak yapılması gereken müdahaleler. Etik ilkelerde, ciddi bir zarar riski söz konusuysa gizliliğin ihlal edilebileceği belirtilir. Bu seçenek çok kritik bir etik değerlendirmeyi içeriyor.

C seçeneği: Gizlilik ihlali yapılmadan önce danışana bilgilendirme ve açıklama yapılması. Bu da etik bir zorunluluktur. Danışman, mümkünse danışana durumu ve olası sonuçları anlatmalıdır. Ancak bazı durumlarda danışanın rızasını beklemek vakit kaybı yaratabilir.

D seçeneği: Danışanın verdiği onay çerçevesinde hareket edilmesi ve ilgili kişilere bilgi verilmesi. Danışanın onayı önemlidir ama kendine zarar verme riski yüksekse danışan onay vermese bile gizlilik bozulabilir. Yani bu madde, bazı durumlar için yetersiz kalabilir.

E seçeneği: Yukarıdaki tüm seçenekler değerlendirilerek en uygun müdahalenin planlanması. Bu seçenek, tüm etik sorumlulukları bütüncül olarak içerdiği için en doğru ve etik yaklaşımdır.

Danışanın güvenliği, gizliliği, bilgilendirilmesi ve duygusal etkiler birlikte değerlendirilmelidir. Bu, danışmanın hem profesyonel hem de etik sorumluluklarını dengeli biçimde yerine getirmesini sağlar. Doğru yanıt E seçeneğidir.

Cevap: E

50. Psikolojik danışmanlar, danışanlarının bilgilerini sadece onların açık rızasıyla ve kimliklerini gizleyerek paylaşabilir. Bu koşullar sağlanmadan yapılan her türlü paylaşım:

Gizlilik ilkesine aykırıdır.

Danışanla kurulan güven ilişkisini zedeler.

Danışmanın mesleki yetkisini çıkarları için kullanması, etik dışı ve mesleği kötüye kullanma anlamına gelir.

Sorudaki senaryo incelendiğinde; danışman, danışanın bilgilerini bir kitapta danışanın izni olmadan kullanmış, danışanın kimliği gizlenmemiş, bu da kimliğinin açıkça anlaşılmasına yol açmıştır.

Bu eylem, hem gizlilik ilkesinin ihlali hem de mesleki sınırların aşılması anlamına gelir.

Seçenekleri değerlendirecek olursak:

A seçeneği: Etik kurallara uygun bir davranış; **bu seçenek yanlıştır.** Psikolojik danışmanlık mesleğinde gizlilik ilkesi temel etik kurallardan biridir. İzinsiz bilgi paylaşımı, özellikle kimlik belirlenebilir şekilde, kesinlikle etik dışıdır.

B seçeneği: Danışanın onayına dayanan bir uygulamaya; **bu seçenek yanlıştır.** Soruda danışanın izni alınmadan bu bilgilerin paylaşıldığı açıkça belirtilmiştir.

C seçeneği: Gizlilik ihlali ve mesleği kötüye kullanma; **bu seçenek doğrudur.**

Gizlilik ihlali: Danışanın özel bilgilerinin izinsiz paylaşılması.

Mesleği kötüye kullanma: Danışmanın, danışan ile arasında geçen süreci kendi kitabı için kullanması, danışan yararını gözetmek yerine kendi çıkarına hareket etmesidir. Bu, danışanın güvenliğini kötüye kullanmak anlamına gelir.

D seçeneği: Mesleki gelişime katkı sağlayan bir durum; **bu seçenek yanlıştır.** Bilimsel ya da mesleki gelişim adına vaka paylaşılacaksa mutlaka kimlik bilgilerinin tamamen gizlenmesi ve danışandan açık onam alınması gerekir. Bu şartlar yerine getirilmemiştir.

E seçeneği: Yasal çerçevede kabul edilebilir bir uygulamaya; **bu seçenek yanlıştır.** Danışanın kişisel bilgilerinin izinsiz paylaşılması hem etik hem de yasal olarak sorundur.

Doğru Cevap; Gizlilik ihlali ve mesleği kötüye kullanma

Cevap: C