

1. Ayşe'nin anlatımında dikkat çeken nokta, kendi isteklerinden uzaklaşıp **başkalarının beklentilerine göre şekillenmiş bir benlik geliştirmesi** ve buna bağlı olarak kendini yetersiz hissetmesidir. Buna karşılık son dönemde **kendi seçimlerini fark etmeye başlaması**, benliğe yönelişin güçlendiğini gösterir. Danışmanın izlediği yol ise yönlendirmekten çok, Ayşe'nin **kendi içsel kaynaklarını keşfetmesini ve yaşamını yönlendirme gücünü fark etmesini desteklemek** üzerinedir. Bu yaklaşım, bireyin doğuştan getirdiği potansiyelin uygun koşullarda açığa çıkacağını savunan **insancıl kuram** ile örtüşür. **İnsancıl kurama** göre birey özünde iyidir, kendini gerçekleştirme eğilimine sahiptir ve uygun psikolojik koşullar sağlandığında kendi gelişimini yönlendirebilir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Psikanalitik kuram:** Davranışların kökenini bilinç dışı süreçlerde ve çocukluk yaşantılarında arar; burada geçmiş çözümlemesinden çok mevcut farkındalık öne çıkmaktadır.
- B) **Davranışçı kuram:** Davranışı pekiştirme ve çevresel etkenlerle açıklar; içsel yaşantı ve benlik farkındalığı bu yaklaşımda merkezi değildir.
- C) **Bilişselci kuram:** Davranışı zihinsel süreçler, bilgi işleme ve düşünce yapıları üzerinden açıklar; burada düşünce değişiminden çok kendini keşfetme vurgulanmaktadır.
- D) **Varoluşçu kuram:** Seçim ve sorumluluk temalarını içerir; ancak soruda belirgin olan, bireyin içsel potansiyelini fark etmesi ve kendini gerçekleştirme sürecidir.

Cevap: E

2. Elif'in sosyal ortamlara katılımının, katıldığı her etkinlikten sonra aldığı **olumlu geri bildirimlerle artması**, davranışın **pekiştirme yoluyla şekillendiğini** açık biçimde ortaya koyar. Öğretmenin bu değişimi Elif'in çevresel koşullara verdiği tepkilerle açıklaması ve psikolojinin yalnızca **gözlenebilen davranışlarla ilgilenmesi gerektiğini vurgulaması**, yaklaşımın doğrudan **davranışçı kurama** dayandığını gösterir. **Davranışçı kurama** göre insan doğası doğuştan "boş levha" (tabula rasa) olarak kabul edilir; davranışlar çevreyle etkileşim, öğrenme süreçleri ve özellikle **pekiştirme** yoluyla

la kazanılır. Bu nedenle davranışın kaynağı içsel yapılar değil, **uyarıcı-tepki ilişkileri ve öğrenme yaşantılarıdır. Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilişselci kuram:** Davranışı zihinsel süreçler, bilgi işleme ve düşünce yapıları üzerinden açıklar; gözlenemeyen bilişsel süreçler merkezidir.
- B) **Psikanalitik kuram:** Davranışların temelini bilinç dışı dürtüler ve erken çocukluk yaşantıları oluşturur; çevresel pekiştirme belirleyici değildir.
- D) **Yapısalcı kuram:** Bilincin yapı taşlarını ve duyumları incelemeye yöneliktir; davranışın çevresel öğrenmeyle şekillenmesini açıklamaz.
- E) **İnsancıl kuram:** Bireyin öznel yaşantısı ve kendini gerçekleştirme eğilimine odaklanır; davranışı yalnızca gözlenebilir boyutla sınırlamaz.

Cevap: C

3. Katılımcıların, aralarında küçük boşluklar bulunmasına rağmen benzer biçimde dizilmiş öğeleri **"tek bir nesne" olarak algılaması**, algının yalnızca fiziksel uyaranlara dayanmadığını; zihnin bu uyaranları **bütünlük içinde örgütlediğini** gösterir. Parçaları ayırt etmede yaşanan güçlük ve bütün olarak algılama eğilimi, algıda **yakınlık ve benzerlik gibi örgütleme ilkelerinin** devreye girdiğini ortaya koyar. Birey çevresel bilgiyi pasif biçimde almak yerine, onu anlamlı bir bütün hâline getirecek şekilde düzenler. Bu durum, "bütün parçaların toplamından fazladır" ilkesine dayanan **gestalt kuramıyla** örtüşür. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Davranışçı kuram:** Davranışı uyarıcı-tepki ilişkisiyle açıklar ve gözlenebilir davranışlara odaklanır; algısal örgütleme ilkelerini açıklamaz.
- B) **Yapılandırmacılık:** Bireyin bilgiyi aktif olarak yapılandırdığını vurgular; ancak soruda özellikle algı örgütleme ilkeleri ön plandadır.
- D) **Bilişselci kuram:** Zihinsel süreçleri ve bilgi işlemeyi ele alır; ancak algı örgütlenmesine dair özgül ilkeler gestalt kadar belirgin değildir.
- E) **Psikanalitik kuram:** Davranışları bilinç dışı süreçlerle açıklar; algısal örgütleme bu yaklaşımın odağında yer almaz.

Cevap: C

4. Ergenlerde gözlenen duygudurum dalgalanmaları, dürtüsel davranışlar ve risk alma eğilimlerinin **prefrontal korteksin henüz tam olgunlaşmamış olması** ile açıklanması ve ayrıca **amigdala aktivasyonundaki artışın öfke patlamalarıyla ilişkilendirilmesi**, davranışın doğrudan **beyin yapıları ve nörofizyolojik süreçler** üzerinden ele alındığını gösterir. Davranışın kaynağını sinir sistemi, beyin işleyişi ve biyolojik olgunlaşma ile açıklayan bu yaklaşım **biyolojik kurama** karşılık gelir. **Biyolojik kurama** göre bireyin davranışları genetik yapı, beyin mekanizmaları ve fizyolojik süreçler tarafından belirlenir. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Davranışçı kuram:** Davranış çevresel uyarıcılar ve pekiştirme yoluyla açıklar; beyin temelli açıklama yapmaz.
- B) **Psikanalitik kuram:** Davranışları bilinç dışı dürtüler ve erken yaşantılar üzerinden açıklar.
- C) **Bilişselci kuram:** Davranış düşünme süreçleri ve zihinsel işlemler üzerinden açıklar.
- E) **İnsancıl kuram:** Bireyin öznel yaşantısı ve kendini gerçekleştirme sürecine odaklanır.

Cevap: D

5. **I numaralı ifadede** bilinçli yaşantıların deneysel yöntemlerle **bileşenlerine ayrılması** vurgulanmaktadır. Bu yaklaşım, zihni duyular, imgeler ve duygular gibi en küçük yapı taşlarına ayırarak incelemeyi amaçlayan **yapısalcı kurama** karşılık gelir. Yapısalcı yaklaşımda içe bakış yöntemi kullanılır ve bilincin yapısı sistematik biçimde analiz edilmeye çalışılır.

II numaralı ifadede davranış ve zihinsel süreçlerin temel işlevinin organizmanın **çevreye uyum sağlaması** olduğu belirtilmektedir. Bu vurgu, zihinsel süreçlerin ne işe yaradığını ve bireyin hayatta kalmasına nasıl katkı sağladığını inceleyen **işlevselci kurama** işaret eder. İşlevselcilik, zihni statik bir yapı olarak değil, çevreye uyum sağlayan dinamik bir süreç olarak ele alır.

III numaralı ifadede gelişimde **biyolojik faktörlerin önceliği** ve çevreden bağımsızlığı öne çıkarılmaktadır. Bu durum, gelişimin büyük ölçüde

kalıtım ve biyolojik olgunlaşma süreçlerine bağlı olduğunu savunan **olgunlaşma kuramıyla** örtüşür. Bu kurama göre gelişim, genetik program doğrultusunda ilerler ve çevresel etkiler ikincil düzeydedir.

IV numaralı ifadede zihinsel etkinliklerin, çevreden gelen bilgilerin **işlenmesi ve anlamlandırılması** sürecinde ortaya çıktığı belirtilmektedir. Bu yaklaşım, zihni bir bilgi işleme sistemi olarak ele alan **bilişselci kurama** karşılık gelir. Bilişsel yaklaşım, dikkat, bellek, algı ve problem çözme gibi zihinsel süreçlerin nasıl işlediğini açıklamaya odaklanır.

Cevap: A

6. Göçmen çocukların, kendileri gibi göç etmiş akranlarıyla kurdukları ilişkilerin **doğrudan etkileşim ve sosyal destek sağlaması**, bu ilişkinin çocuğun günlük yaşamında aktif olarak yer aldığını gösterir. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bireyin gelişimi, iç içe geçmiş çevresel sistemler aracılığıyla açıklanır ve bu sistemlerin en temelinde bireyin doğrudan etkileşimde bulunduğu yakın çevre yer alır. Akran ilişkileri de bireyin yüz yüze etkileşim kurduğu bir alan olduğundan **mikrosistem** kapsamında değerlendirilir. Mikrosistem, bireyin aile, okul ve arkadaş çevresi gibi doğrudan deneyimlediği ortamları içerir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Mezosistem: Mezosistem, bireyin içinde yer aldığı mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder. Örneğin aile ile okul arasındaki iletişim, öğretmen-veli iş birliği ya da arkadaş çevresinin okul yaşantısını etkilemesi bu sistem kapsamında değerlendirilir. Burada doğrudan bir ilişki değil, iki yakın çevrenin etkileşimi söz konusudur.

C) Ekzosistem: Ekzosistem, bireyin doğrudan içinde bulunmadığı ancak dolaylı olarak etkilendiği çevreleri kapsar. Örneğin ebeveynin iş ortamı, medya ya da yerel yönetim kararları çocuğu dolaylı biçimde etkiler. Çocuk bu sistemde aktif rol almaz.

D) Makrosistem: Makrosistem, toplumun genel kültürel yapısını, değerlerini, normlarını ve ideolojik çerçevesini içerir. Göç olgusu, kültürel uyum ve toplumsal değerler bu sistemde yer alır; ancak bireyin doğrudan ilişkileri bu düzeyde ele alınmaz.

E) **Kronosistem:** Kronosistem, bireyin yaşamı boyunca zaman içinde meydana gelen değişimleri ve geçişleri ifade eder. Göç etme, aile yapısındaki değişiklikler ya da tarihsel olaylar bu sistem kapsamında değerlendirilir.

Cevap: A

7. Ebeveynlerin ev sahibi ülkenin eğitim sistemine uyum sağlayamaması ve öğretmenlerle yeterli ilişki kuramaması, çocuğun gelişimini etkileyen iki temel çevre olan **aile ve okul arasındaki etkileşimin zayıf olduğunu** gösterir. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bireyin içinde bulunduğu mikrosistemler arasındaki ilişkiler **mezosistem** olarak adlandırılır. Aile ile okul arasındaki iletişimin niteliği; çocuğun akademik başarısını, okula uyumunu ve sosyal gelişimini doğrudan etkiler. Bu ilişkide yaşanan kopukluk, çocuğun iki önemli yaşam alanı arasında tutarsızlık ve destek eksikliği oluşturur. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Mikrosistem:** Mikrosistem, çocuğun doğrudan içinde bulunduğu ve yüz yüze etkileşim kurduğu ortamları kapsar (aile, okul, akran grubu). Bu düzeyde ilişkiler birebir yaşanır. Ancak soruda tek bir ortam değil, iki farklı ortam (aile ve okul) arasındaki ilişki vurgulanmaktadır; bu nedenle mikrosistem değildir.

C) **Ekzosistem:** Ekzosistem, çocuğun doğrudan içinde yer almadığı ancak dolaylı olarak etkilendiği çevreleri ifade eder. Örneğin ebeveynin iş koşulları çocuğu etkiler ama çocuk o ortamın parçası değildir. Bu soruda ise çocuk hem aile hem okul sisteminin içindedir; sorun bu iki sistemin birbirleriyle ilişkisindedir.

D) **Makrosistem:** Makrosistem, toplumun kültürel değerlerini, normlarını, eğitim anlayışını ve ideolojik yapısını kapsar. Göç ve kültürel uyum bu düzeyle ilişkili olabilir; ancak soruda kültürden ziyade aile-okul etkileşiminin zayıflığı ön plandadır.

E) **Kronosistem:** Kronosistem, bireyin yaşamı boyunca zaman içinde meydana gelen değişimleri ve geçişleri ifade eder. Göç süreci bu sistemle ilişkilendirilebilir; ancak soruda zamansal bir süreçten çok mevcut sistemler arası ilişki ele alınmaktadır.

Cevap: B

8. Çocuğun anne ve babasının işiyle **doğrudan bir ilişkisi olmaması**, buna rağmen işin özelliklerinin (çalışma süresi, ücret, kreş imkânı) çocuğun gelişimini **dolaylı olarak etkilemesi**, belirleyici noktadır. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bireyin içinde bulunmadığı ancak sonuçlarından etkilendiği çevreler **ekzosistem** olarak adlandırılır. Ebeveynin iş koşulları da çocuğun doğrudan parçası olmadığı hâlde gelişimini etkileyen bir alan olduğundan bu kapsamdadır. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Mikrosistem:** Çocuğun doğrudan içinde bulunduğu ve yüz yüze etkileşim kurduğu ortamları kapsar (aile, okul, akran grubu). Çocuk ebeveynin iş ortamında yer almadığı için bu sistemle açıklanamaz.

B) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder (örneğin aile-okul etkileşimi). Soruda iki ortam arasındaki ilişki değil, tek bir ortamın dolaylı etkisi söz konusudur.

D) **Makrosistem:** Toplumun kültürel değerleri, ekonomik yapısı ve normlarını içerir. Ebeveynin bireysel iş koşulları bu düzeyden ziyade daha yakın bir sistemle açıklanır.

E) **Kronosistem:** Zaman içinde meydana gelen değişimleri ve yaşam geçişlerini kapsar. Soruda zamansal bir değişim değil, mevcut bir durum anlatılmaktadır.

Cevap: C

9. Göçmen çocukların içinde yaşadığı ülkenin kültürü, değerleri ve toplumsal yapısı; onların uyum süreçlerini, kimlik gelişimini ve sosyal konumlarını belirleyen **geniş ölçekli kültürel çerçeveyi** ifade eder. Parçada vurgulanan kültürlenme, bütünleşme ve marjinalleşme gibi süreçler de bireyin içinde bulunduğu toplumun değerler sistemiyle ilgilidir. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bu tür kültürel değerler, normlar ve ideolojik yapı **makrosistem** kapsamında ele alınır. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Mikrosistem:** Çocuğun doğrudan içinde bulunduğu aile, okul ve akran çevresini kapsar; burada birebir etkileşim vardır, kültürel düzey açıklaması değildir.
- B) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder; örneğin aile-okul etkileşimi. Soruda böyle bir ilişki değil, kültürel yapı vurgulanmaktadır.
- C) **Ekzosistem:** Çocuğun doğrudan içinde yer almadığı ancak dolaylı olarak etkilendiği çevreleri kapsar (örneğin ebeveynin iş ortamı). Kültürel sistem bu düzeyden daha geniştir.
- E) **Kronosistem:** Zaman içinde yaşanan değişimleri ve geçişleri kapsar; soruda zamansal değişimden çok kültürel yapı ele alınmaktadır.

Cevap: D

10. Parçada ilk boşlukta, zamanın ve zaman içinde meydana gelen değişimlerin gelişim üzerindeki etkisi vurgulanmaktadır. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bu, bireyin yaşamındaki olayların zamanlamasını ve bu olayların gelişim üzerindeki etkilerini kapsayan **kronosistem**dir. Kronosistem, gelişimi yalnızca "ne yaşandığıyla" değil, "ne zaman yaşandığıyla" birlikte ele alır.

İkinci boşlukta verilen kardeş doğumu, okula başlama ve ergenliğe geçiş gibi örnekler; gelişim psikolojisi literatürüne göre **beklenen, yaşa bağlı ve toplumda aynı gelişim grubunda bulunan bireyler tarafından benzer dönemlerde deneyimlenen olaylardır**. Bu tür olaylar biyolojik olgunlaşma ve toplumsal beklentilerle ilişkilidir, öngörülebilir ve gelişimin doğal akışı içinde yer alır. Bu nedenle bunlar **normatif yaşam olaylarıdır**.

Üçüncü boşlukta yer alan ebeveyn boşanması, çocuk istismarı ve göç gibi durumlar ise **beklenmeyen, zamanlaması öngörülemeyen ve sadece bir bireyi etkileyen olaylardır**. Bu tür olaylar çoğu zaman stres verici olup bireyin uyum sürecini zorlaştırır ve gelişim sürecinde kesintilere neden olabilir. Bu nedenle bunlar **normatif olmayan yaşam olaylarıdır**.

Sıralama **kronosistem – normatif – normatif olmayan** şeklindedir.

Cevap: A

11. Parçada tanımlanan yapı, bireyin en geniş çevresini oluşturan; toplumun **kültürel değerlerini, inanç sistemlerini, yaşam tarzlarını ve sosyoekonomik yapısını** kapsayan bir düzeyi ifade etmektedir. Bu düzeydeki unsurlar çocuğun yaşamına doğrudan temas etmez; ancak onun içinde bulunduğu çevrenin niteliğini belirleyerek gelişimini **dolaylı olarak etkiler**. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bu özellikler **makrosisteme** aittir. **Makrosisteme** göre bireyin gelişimi, içinde bulunduğu toplumun genel kültürel ve ideolojik yapısı tarafından çerçevelenir. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Mikrosistem:** Bireyin doğrudan etkileşimde bulunduğu aile, okul ve akran çevresini kapsar; soruda doğrudan değil, geniş çevre vurgulanmaktadır.
- B) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder; burada sistemler arası etkileşim değil, üst düzey kültürel yapı anlatılmaktadır.
- C) **Ekzosistem:** Bireyin doğrudan içinde bulunmadığı ancak dolaylı etkilendiği çevreleri kapsar (örneğin ebeveynin iş ortamı); ancak bu düzey makrosistem kadar geniş ve kültürel değildir.
- E) **Kronosistem:** Zaman boyutunu ve yaşam sürecindeki değişimleri ifade eder; soruda zamansal bir vurgu yoktur.

Cevap: D

12. Parçada vurgulanan nokta, çocukların yaşadığı deneyimlerin **zaman içinde değişmesi** ve özellikle boşanma gibi bir olayın etkisinin ilk dönemde yoğun olup zamanla azalmasıdır. Bu durum, gelişimin yalnızca çevresel faktörlerle değil, bu faktörlerin **zamana yayılı biçimde nasıl değiştiğiyle** birlikte ele alındığını gösterir. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bireyin yaşamındaki geçişlerin zamanlamasını ve bu değişimlerin etkisini açıklayan yapı **kronosisteme** karşılık gelir. **Kronosisteme** göre önemli yaşam olaylarının etkisi zaman içinde farklılaşır ve gelişim bu süreçten etkilenir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Mikrosistem:** Bireyin doğrudan etkileşimde bulunduğu aile, okul ve akran çevresini kapsar; zaman boyutunu açıklamaz.
- B) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder; burada sistemler arası etkileşim değil, zaman içindeki değişim vurgulanmaktadır.
- C) **Ekzosistem:** Bireyin doğrudan içinde bulunmadığı ancak dolaylı etkilendiği çevreleri kapsar; zaman faktörü temel değildir.
- D) **Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir; zamansal değişim bu düzeyin odağı değildir.

Cevap: E

13. Bronfenbrenner'in modelinde çocuğun gelişimi, iç içe geçmiş sistemler içinde açıklanır ve **en doğrudan etki mikrosistemden gelir**. Aile, okul ve akran gibi çocuğun birebir etkileşimde bulunduğu ortamlar gelişimi en güçlü biçimde etkiler. Buna karşılık makrosistem; kültürel değerler, normlar ve toplumsal yapı gibi daha geniş ve dolaylı etkiler içerir. Bu nedenle "çocuğun gelişimi üzerinde en doğrudan etkiye sahip katman makrosistemdir" ifadesi yanlıştır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Çocuğun davranışları çevresindeki bireylerden ve ilişkilerden etkilendiği gibi, çocuk da onları etkiler:** Model karşılıklı etkileşimi (çift yönlü etkiyi) kabul eder; ifade doğrudur.
- B) **Çocuk, modelin merkezinde yer almaktadır:** Ekolojik modelde birey merkezdedir ve tüm sistemler onun etrafında yapılandırılır; ifade doğrudur.

- C) **Çocuğun sağlıklı gelişimi için sistemler arasındaki etkileşimin tutarlılığı önemlidir:** Özellikle aile-okul gibi sistemler arası uyum (mezosistem) gelişimi destekler; ifade doğrudur.

- E) **Çocuğun gelişimi bu sistemlerdeki deneyimlerin niteliğine bağlıdır:** Bireyin yaşadığı çevresel deneyimlerin kalitesi gelişimi belirler; ifade doğrudur.

Cevap: D

14. Akran zorbalığına neden olabilecek etmenler arasında sayılan **ilgi ve sevgiden yoksun, cezalandırıcı ve düşmanca ebeveyn tutumları**, çocuğun doğrudan içinde bulunduğu aile ortamına aittir. Çocuk bu ortamda birebir etkileşim yaşar ve bu etkileşimler gelişimini doğrudan şekillendirir. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bireyin yüz yüze ilişkiler kurduğu ve doğrudan etkilendiği en yakın çevre **mikrosistem** olarak adlandırılır. Bu nedenle ebeveyn tutumları **mikrosistem** kapsamında değerlendirilir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder (örneğin aile-okul etkileşimi). Soruda iki ortamın ilişkisi değil, doğrudan aile içi etkileşim anlatılmaktadır.
- C) **Ekzosistem:** Çocuğun doğrudan içinde yer almadığı ancak dolaylı olarak etkilendiği çevreleri kapsar (örneğin ebeveynin iş ortamı). Burada çocuk aile ortamının doğrudan içindedir.
- D) **Makrosistem:** Toplumsal değerler, kültür ve normları kapsar; ebeveyn tutumları bu kadar geniş bir düzeyde ele alınmaz.
- E) **Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ve yaşam geçişlerini ifade eder; soruda zamansal bir değişim değil, mevcut ilişki biçimi vurgulanmaktadır.

Cevap: A

15. Ebeveynlerin iş yerinde yaşadığı **yüksek stres ve anlaşmazlıkların**, çocuğun gelişimini etkilemesi; çocuğun bu ortama **doğrudan dâhil olmamasına rağmen dolaylı olarak etkilenmesi** anlamına gelir. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bireyin içinde yer almadığı ancak sonuçlarından etkilendiği çevreler **ekzosistem** olarak adlandırılır. Ebeveynin iş ortamı da çocuğun doğrudan parçası olmadığı hâlde onun gelişimini etkileyen bir alan olduğundan bu kapsamdadır. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Mikrosistem:** Çocuğun doğrudan etkileşimde bulunduğu aile, okul ve akran çevresini kapsar; iş ortamı bu kapsamda değildir.
- B) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder; burada sistemler arası etkileşim değil, dolaylı etki söz konusudur.
- D) **Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir; bireysel iş stresi bu düzeyde ele alınmaz.
- E) **Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ifade eder; soruda zamansal süreç değil, çevresel etki anlatılmaktadır.

Cevap: C

1. Eğitim programı doğrudan ebeveynlere uygulanmakta ve onların çocuklarıyla kurdukları ilişkileri değiştirmektedir. Bu durum, çocuğun **doğrudan içinde bulunduğu aile ortamındaki etkileşimin niteliğinin değişmesi** anlamına gelir. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bireyin yüz yüze etkileşimde bulunduğu ve gelişimini en doğrudan etkileyen çevre **mikrosistem**dir. Ebeveyn–çocuk ilişkisi de mikrosistemin temel bileşenlerinden biridir. Bu nedenle verilen eğitimin çocukla olan ilişkiye yansımaları **mikrosistem** kapsamında değerlendirilir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder (örneğin aile–okul etkileşimi); burada tek bir ortam içindeki değişim söz konusudur.
- C) Ekzosistem:** Çocuğun doğrudan içinde bulunmadığı ancak dolaylı etkilendiği çevreleri kapsar; burada etki doğrudan aile içindedir.
- D) Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir; bireysel eğitim programı bu düzeyde değildir.
- E) Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ifade eder; soruda zamansal süreçten çok müdahale etkisi anlatılmaktadır.

Cevap: A

2. Parçada okul psikolojik danışmanının **anne ve babalara doğrudan bir eğitim vermesi**, yani ebeveynlerle yüz yüze etkileşime girerek onların çocuklarıyla ilişkilerini değiştirmeye yönelik bir müdahalede bulunması söz konusudur. Psikolojik danışman da, aile de çocuğun **doğrudan etkileşim kurduğu yakın çevrelerdir (mikrosistem)**. Bu iki mikrosistem arasında kurulan bu etkileşim ve bağ, çocuğun gelişimini dolaylı olarak etkiler. **Ekolojik sistemler kuramına** göre mikrosistemler arasındaki bu tür ilişkiler **mezosistem** olarak adlandırılır. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Mikrosistem:** Tek bir doğrudan çevreyi ifade eder; burada ise iki farklı mikrosistemin etkileşimi vardır.
- C) Ekzosistem:** Çocuğun doğrudan içinde bulunmadığı çevreleri kapsar; burada ise danışman ve aile çocuğun yakın çevresindedir.

- D) Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir; bireysel eğitim süreci bu düzeyde değildir.
- E) Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ifade eder; soruda zamansal süreç değil, çevreler arası etkileşim vardır.

Cevap: B

3. Esra Hanım'ın akran zorbalığını yalnızca öğrencinin bireysel özellikleriyle değil; **aile, okul atmosferi, öğretmen tutumu, arkadaş ilişkileri ve kültür** gibi birden fazla çevresel faktörle birlikte ele alması, davranışı **çok katmanlı ve karşılıklı etkileşimler içinde değerlendirdiğini** gösterir. Bu bakış açısı, bireyin gelişimini iç içe geçmiş çevresel sistemler (mikro, mezo, ekzo, makro) aracılığıyla açıklayan **ekolojik sistemler kuramı** ile örtüşür. Bu kurama göre davranış tek bir nedene indirgenmez; farklı sistemlerin etkileşimi sonucu ortaya çıkar. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Psikanalitik:** Davranışları bilinç dışı süreçler ve erken çocukluk yaşantılarıyla açıklar; çoklu çevresel sistem vurgusu yoktur.
- B) Yapısalcılık:** Bilincin yapı taşlarını incelemeye odaklanır; sosyal çevre ve çoklu etkileşim boyutu bu yaklaşımın odağı değildir.
- C) Olgunlaşma:** Gelişimi büyük ölçüde biyolojik süreçlere bağlar; çevresel çok boyutluluk ön planda değildir.
- E) Davranışçılık:** Davranışı uyarıcı-tepki ve pekiştirme ile açıklar; kültür ve çok katmanlı çevresel sistemler bu kadar kapsamlı ele alınmaz.

Cevap: D

4. Araştırmacının, zihinsel süreçlerin **doğrudan gözlenemediği için bilimsel inceleme dışında tutulması gerektiğini** savunması ve yalnızca **uyarıcı-tepki ilişkisine dayalı gözlenebilir davranışları** ele alması, yaklaşımın temelini açıkça ortaya koyar. Davranışı yalnızca gözlenebilir yönleriyle inceleyen, içsel süreçleri psikolojinin konusu dışında bırakan bu anlayış **davranışçı yaklaşıma** aittir. **Davranışçı yaklaşıma** göre insan doğası büyük ölçüde çevre tarafından şekillenir ve öğrenme, uyarıcı-tepki bağları ile pekiştirme süreçleri üzerinden açıklanır. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel yaklaşım:** Zihinsel süreçleri (algı, bellek, düşünme) merkeze alır; araştırmacının tam tersine içsel süreçleri incelemeyi savunur.
- B) **Gestalt yaklaşımı:** Algının bütünlük içinde örgütlenmesini açıklar; zihinsel süreçleri dışlamaz, aksine vurgular.
- C) **Yapısalcı yaklaşım:** Bilinci ve zihinsel yaşantıyı incelemeyi amaçlar; içe bakış yöntemiyle zihinsel süreçlere odaklanır.
- E) **İşlevselci yaklaşım:** Zihinsel süreçlerin işlevini ve çevreye uyum sağlama rolünü inceler; zihni dışlamaz.

Cevap: D

5. Araştırmada zorbalık davranışlarının; **ilgi ve sevgiden yoksun aile ortamı, ebeveyn çatışması ve istismar** gibi faktörlerle ilişkili olduğu belirtilmektedir. Bu unsurlar, çocuğun **doğrudan içinde bulunduğu ve birebir etkileşim yaşadığı aile ortamına** aittir. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bireyin yüz yüze etkileşim kurduğu, gelişimini en doğrudan etkileyen çevre **mikrosistem** olarak adlandırılır. Aile içindeki ilişki biçimi ve ebeveyn tutumları da mikrosistemin temel bileşenleridir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Makrosistem:** Toplumsal değerler, kültür ve normları kapsar; burada aile içi doğrudan etkileşim vurgulanmaktadır.
- C) **Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ifade eder; soruda zamansal süreç değil, mevcut ilişki biçimi ele alınmıştır.

D) **Ekzosistem:** Çocuğun doğrudan içinde bulunmadığı ancak dolaylı etkilendiği çevreleri kapsar; burada çocuk aile ortamının doğrudan içindedir.

E) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder; soruda tek bir ortam (aile) içindeki etkileşim anlatılmaktadır.

Cevap: A

6. Davranışın temelinde **bilinçaltı güdüler**, bu güdüler arasındaki **çatışmalar** ve bu çatışmaların davranışa yansımaları olduğu vurgulanmaktadır. Bu bakış açısı, insan davranışını bilinç dışı süreçler üzerinden açıklayan **psikanalitik ekole** aittir. **Psikanalitik ekole** göre davranışların önemli bir kısmı farkında olunmayan dürtüler ve içsel çatışmalar tarafından yönlendirilir. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Davranışçı ekol:** Yalnızca gözlenebilir davranışlara odaklanır; bilinç dışı süreçleri dikkate almaz.
- B) **Tarihsel kültürel ekol:** Bireyin gelişimini toplumsal ve kültürel etkileşimler üzerinden açıklar.
- D) **İşlevselci ekol:** Zihinsel süreçlerin işlevine ve çevreye uyuma katkısına odaklanır.
- E) **Gestalt ekolü:** Algıda bütünlük ve örgütlenme ilkelerini temel alır.

Cevap: C

7. Parçada vurgulanan durum, ailenin çocuğun arkadaş çevresiyle ve okulla **yeterli iletişim kurmaması**, yani çocuğun içinde bulunduğu iki temel çevre olan **aile ve okul arasındaki etkileşimin zayıf olmasıdır**. **Ekolojik sistemler kuramına** göre mikrosistemler arasındaki bu tür ilişkiler **mezosistem** olarak adlandırılır. Aile-okul ve aile-akran çevresi arasındaki iletişimin kopuk olması, çocuğun akademik başarısını ve okula devamını olumsuz etkiler. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Mikrosistem:** Çocuğun doğrudan içinde bulunduğu ortamları kapsar; burada tek bir ortam değil, ortamlar arası ilişki söz konusudur.

- B) **Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir; soruda daha yakın çevreler arası ilişki vurgulanmaktadır.
- C) **Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ifade eder; burada zamansal değil, ilişkisel bir problem vardır.
- D) **Ekzosistem:** Çocuğun doğrudan içinde bulunmadığı çevreleri kapsar; burada çocuk hem aile hem okul sisteminin içindedir.

Cevap: E

8. I numaralı eşleştirmede **davranışçılık – bilinç dışı istekler** ifadesi verilmiştir. Oysa davranışçı yaklaşım, **yalnızca gözlenebilir davranışlara** odaklanır ve bilinç dışı süreçleri inceleme alanı dışında bırakır. Bu nedenle bu eşleştirme yanlıştır.

II numaralı eşleştirmede **bilişselcilik – davranışsal belirleyicilerle zihinsel süreçlerin açıklanması** ifadesi yer almaktadır. Bilişsel yaklaşım, zihinsel süreçleri merkeze alır ve davranışı bu süreçlerle açıklar; bu ifade genel olarak uygundur.

III numaralı eşleştirmede **hümanistik – belirli, gözlenebilir açık tepkiler** denilmiştir. Oysa hümanistik yaklaşım, bireyin **öznel yaşantısı, kendini gerçekleştirme eğilimi ve içsel potansiyeli** üzerine odaklanır; gözlenebilir tepkiler davranışçılığa aittir. Bu nedenle bu eşleştirme de yanlıştır.

IV numaralı eşleştirmede **sosyokültürel – kültürlerarası tavır ve davranış şekilleri** ifadesi yer alır ve bu yaklaşımın temel odağı kültür ve sosyal etkileşim olduğu için doğrudur.

V numaralı eşleştirmede **psikodinamik – bilinç dışı etkenler, engelleme ve çatışmalar** ifadesi verilmiştir; bu da doğru bir eşleştirmedir.

Yanlış olanlar I ve III'tür.

Cevap: D

9. Parçada okul ve aile arasındaki iletişimin yetersiz olmasının, çocuğun akademik ve davranışsal sorunlarının çözümünü zorlaştırdığı vurgulanmaktadır. Bu durum, çocuğun içinde bulunduğu iki temel çevre olan **aile ve okul arasındaki etkileşimin niteliğiyle** ilgilidir. **Ekolojik sistemler kuramına** göre mikrosistemler arasındaki bu tür ilişkiler **mezosistem** olarak adlandırılır. Aile-okul iletişiminin güçlü olması çocuğun gelişimini desteklerken, zayıf olması problemlerin çözümünü engeller. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir; burada yakın çevreler arası ilişki vurgulanmaktadır.
- B) **Ekzosistem:** Çocuğun doğrudan içinde bulunmadığı çevreleri kapsar; burada çocuk hem aile hem okul sisteminin içindedir.
- C) **Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ifade eder; soruda zamansal bir süreç değil, ilişki problemi vardır.
- D) **Mikrosistem:** Çocuğun doğrudan içinde bulunduğu tekil ortamları kapsar; burada ise bu ortamlar arasındaki etkileşim söz konusudur.

Cevap: E

10. Asım Bey'in işindeki yoğunluk, çocuğun **doğrudan içinde bulunmadığı bir ortamda (iş ortamı)** ortaya çıkmakta; ancak bu durum çocuğun babasıyla olan ilişkisini etkileyerek gelişimine **dolaylı yoldan yansımaktadır. Ekolojik sistemler kuramına** göre bireyin içinde yer almadığı fakat sonuçlarından etkilendiği çevreler **ekzosistem** olarak adlandırılır. Ebeveynin iş koşulları da bu kapsamda değerlendirilir. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ifade eder; burada zamansal süreçten çok çevresel etki söz konusudur.
- B) **Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir; bireysel iş yoğunluğu bu düzeyde ele alınmaz.
- C) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder; burada iki ortamın etkileşimi değil, dolaylı bir etki vardır.

E) **Mikrosistem:** Çocuğun doğrudan etkileşimde bulunduğu ortamları kapsar; iş ortamı bu kapsamda değildir.

Cevap: D

11. Verilen ifadelerde psikolojinin konusunun **bilinç** olduğu, amacın bu bilinci **öğelerine ayırarak incelemek** olduğu ve bunun için **içe bakış yönteminin kullanılması gerektiği** vurgulanmaktadır. Bu yaklaşım, zihni duyular ve algılar gibi temel bileşenlere ayırarak inceleyen **yapısalcı kurama** aittir. **Yapısalcı kurama** göre psikolojinin temel amacı, bilincin yapısını çözümlmek ve bu yapıyı oluşturan unsurları ortaya koymaktır. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **İşlevselcilik:** Zihinsel süreçlerin işlevine ve bireyin çevreye uyumuna odaklanır; bilinci yapı taşlarına ayırmayı amaçlamaz.

C) **Davranışçılık:** Yalnızca gözlenebilir davranışları inceler; bilinç ve içe bakış bu yaklaşımda yer almaz.

D) **Ekolojik sistemler:** Bireyin gelişimini çevresel sistemler üzerinden açıklar; bilinç çözümlemesiyle ilgilenmez.

E) **Psikanalitik:** Davranışları bilinç dışı süreçler ve içsel çatışmalar üzerinden açıklar; bilinç öğelerini analiz etmeye odaklanmaz.

Cevap: B

12. Öğretmenin çocuğun durumunu "ilgisizlik" ile açıklaması, davranış çevresel ya da motivasyonel faktörlere bağlamaktadır. Ancak Gesell'in yaklaşımı, gelişimi öncelikle **biyolojik olgunlaşma** süreciyle açıklar. 5 yaşındaki bir çocuğun makas tutma, kalem kavrama gibi **küçük kas becerileri**, sinir sistemi ve kas gelişimi belirli bir düzeye ulaşmadan beklenemez. Yani bu tür beceriler, öğrenmeden önce **nörolojik olgunlaşmaya bağlıdır**. Bu nedenle psikolojik danışman, çocuğun hazır oluş düzeyi tamamlanmadan bu becerilerin gelişmeyeceğini vurgulamalıdır. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Çocuk uygun ödüllerle motive edilirse el becerileri hızla gelişir:** Davranışçı yaklaşımı yansıtır; olgunlaşma sürecini göz ardı eder.

B) **Ebeveyn ilgisi yeterli değilse bu tür motor gerilikler kaçınılmazdır:** Gelişimi yalnızca çevresel faktörlere bağlar; biyolojik temeli ihmal eder.

D) **Çocuğun dikkat eksikliği bu becerileri kazanmasını engelliyor olabilir:** Sorunu bilişsel bir eksiklikle açıklar; motor gelişimin olgunlaşma boyutunu dikkate almaz.

E) **Yaşlılarıyla yarışma ortamı sağlanırsa çocuk beceri geliştirmeye yönelir:** Motivasyon ve rekabet vurgusu yapar; gelişimin biyolojik zamanlamasını göz ardı eder.

Cevap: C

13. "Psikolojinin amacı, davranışların insanın **çevreye uyum sağlamasına nasıl yardım ettiğini** açıklamaktır" ifadesi, zihinsel süreçlerin **ne işe yaradığını** ve bireyin yaşama uyumuna nasıl katkı sağladığını merkeze alır. Bu bakış açısı, zihnin yapısından çok **işlevine** odaklanan **işlevselci kurama** aittir. **İşlevselci kurama** göre psikolojinin temel amacı, davranış ve zihinsel süreçlerin organizmanın çevreye uyumuna nasıl hizmet ettiğini açıklamaktır. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Yapısalcılık:** Bilincin yapı taşlarını incelemeye odaklanır; işlev ve uyum vurgusu yoktur.

C) **İnsancıl:** Bireyin kendini gerçekleştirme ve öznel yaşantısına odaklanır; uyum işlevi temel vurgu değildir.

D) **Sosyal-kültürel:** Davranış kültürel ve toplumsal etkileşimler üzerinden açıklar; bireysel uyum işlevi bu şekilde ele alınmaz.

E) **Psikanalitik:** Davranışları bilinç dışı süreçler ve içsel çatışmalarla açıklar.

Cevap: A

14. Parçada okul yöneticilerinin tutumları, öğretmenlere eğitim verilmemesi ve rehberlik sisteminin kurulmamış olması gibi **okulun kurumsal yapısına ilişkin kararların**, öğrencilerin zorbalık davranışlarını artırdığı vurgulanmaktadır. Bu durum, çocuğun doğrudan karar verici olarak içinde yer almadığı ancak sonuçlarından etkilendiği bir çevreyi ifade eder. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bireyin doğrudan katılmadığı fakat dolaylı olarak etkilendiği bu tür yapılar **ekzosistem** kapsamında değerlendirilir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal normlarla ilgilidir; burada okulun kurumsal işleyişi söz konusudur.
- C) **Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ifade eder; soruda zamansal süreç değil, yapısal bir durum anlatılmaktadır.
- D) **Mikrosistem:** Bireyin doğrudan etkileşimde bulunduğu ortamları kapsar; burada doğrudan etkileşimden çok dolaylı etki vardır.
- E) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder; burada sistemler arası etkileşim değil, kurumsal yapı vurgulanmaktadır.

Cevap: B

15. Yapısalcı yaklaşımda amaç, bilincin temel bileşenlerini ortaya çıkarmaktır ve bunun için kullanılan temel yöntem **içe bakıştır**. Bu yöntemde birey, kendi bilinç yaşantısını gözlemleyip ifade eder. Ancak bu yöntem, kişiden kişiye değişen deneyimlere dayanması ve ölçümlerin **nesnel biçimde doğrulanamaması** nedeniyle eleştirilmiştir. Yani en temel sorun, verilerin **öznel olmasıdır. Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Davranış analizi – Duyguları göz ardı etmesi:** Davranışçılığa aittir; yapısalcılıkla ilişkili değildir.
- B) **Gözlem – Nesnelliği azaltması:** Genel bir yöntemdir; yapısalcılığın özgül yöntemi içe bakıştır.
- C) **Röportaj – Katılımcının tutarsız yanıtları:** Yapısalcı yaklaşımın temel yöntemi değildir.
- E) **Deney – Dışsal geçerliliği olmaması:** Yapısalcılığın eleştirisi bu değildir.

Cevap: D

1. Kronosistem, bireyin yaşamında **zamanın ve zaman içinde meydana gelen değişimlerin** gelişim üzerindeki etkisini ifade eder. Bu sistem; tarihsel dönemler, yaşam geçişleri ve önemli olayların zamanlamasıyla ilgilidir. Seçenekler içinde bu özelliği doğrudan karşılayan unsur **tarihsel zamandır. Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Akranlarla ilişkiler: Çocuğun doğrudan etkileşimde bulunduğu çevreyi ifade eder; mikrosistem kapsamındadır.

C) Öğretmenle ilişkiler: Doğrudan etkileşim içerir; mikrosistem örneğidir.

D) Ailenin öğretmenle ilişkileri: İki mikrosistem arasındaki etkileşimi ifade eder; mezosistemdir.

E) Anne ve babanın iş yerindeki ilişkileri: Çocuğun doğrudan içinde yer almadığı ancak dolaylı etkilendiği çevredir; ekzosistemdir.

Cevap: A

2. Scout'un gelişiminin **genetik bir plan doğrultusunda doğal olarak ilerlediğinin** vurgulanması, Gesell'in yaklaşımının özünü yansıtır. Gesell'e göre gelişim, büyük ölçüde **biyolojik olgunlaşma süreçleri tarafından belirlenir** ve belirli bir sıra izleyerek **evrensel biçimde gerçekleşir**. Çevre tamamen etkisiz değildir ancak belirleyici olan temel unsur biyolojik programdır. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Gelişim tamamen öğrenme ve çevreye bağlıdır: Davranışçı yaklaşımı yansıtır; olgunlaşma ilkesine aykırıdır.

C) Gelişim sadece sosyal etkileşimlerle belirlenir: Sosyokültürel yaklaşıma uygundur; biyolojik temeli göz ardı eder.

D) Gelişim bireyin bilinç dışı çatışmalarına bağlıdır: Psikanalitik yaklaşımı ifade eder.

E) Gelişim rastlantısal ve düzensizdir: Gesell'e göre gelişim belirli bir sıra ve düzen içinde ilerler.

Cevap: A

3. Parçada söz edilen kan davası ve namus cinayetleri gibi uygulamalar, toplumun **kültürel değerleri, gelenekleri ve normları** ile ilgilidir. Bu tür töreler çocuğun doğrudan etkileşimde bulunduğu bir ortam değil; içinde yaşadığı toplumun genel değerler sistemidir ve çocuğun davranışlarını **dolaylı olarak şekillendirir. Ekolojik sistemler kuramına** göre kültür, gelenek ve toplumsal normlar **makrosistem** kapsamında değerlendirilir. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Mikrosistem: Çocuğun doğrudan etkileşimde bulunduğu aile, okul gibi ortamları kapsar; burada kültürel düzey söz konusudur.

B) Mezosistem: Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder; sistemler arası etkileşim vurgulanmamaktadır.

C) Ekzosistem: Çocuğun doğrudan içinde bulunmadığı ancak dolaylı etkilendiği çevreleri kapsar; ancak burada daha geniş bir kültürel yapı söz konusudur.

E) Kronosistem: Zaman içindeki değişimleri ifade eder; soruda zamansal değil, kültürel bir durum anlatılmaktadır.

Cevap: D

4. Tanımda geçen "çocuğun etkin olarak katıldığı **iki veya daha fazla ortam arasındaki karşılıklı ilişki**" ifadesi, çocuğun içinde bulunduğu farklı mikrosistemlerin birbiriyle etkileşimini anlatır. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bu tür mikrosistemler arası bağlantılar **mezosistem** olarak adlandırılır (örneğin aile-okul ilişkisi). **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Mikrosistem: Çocuğun doğrudan içinde bulunduğu tekil ortamları kapsar; ortamlar arası ilişkiyi ifade etmez.

C) Ekzosistem: Çocuğun doğrudan içinde yer almadığı ancak dolaylı etkilendiği çevreleri kapsar.

D) Makrosistem: Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir.

E) Kronosistem: Zaman içindeki değişimleri ve yaşam geçişlerini ifade eder.

Cevap: B

5. Soruda vurgulanan “çift yönlü ilişkinin en güçlü olduğu”, “çocuğa en yakın” ve “doğrudan etkileşim içinde olunan” sistem, çocuğun **yüz yüze etkileşim kurduğu en yakın çevreyi** ifade eder. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bu özellikler **mikrosisteme** aittir. Mikrosistem; aile, okul ve akran çevresi gibi çocuğun hem etkilendiği hem de etkilediği, karşılıklı (çift yönlü) etkileşimin en yoğun olduğu düzeydir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder; doğrudan etkileşim değil, ortamlar arası bağlantıdır.
- C) **Ekzosistem:** Çocuğun doğrudan içinde bulunmadığı ancak dolaylı etkilendiği çevreleri kapsar.
- D) **Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir; doğrudan etkileşim içermez.
- E) **Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ifade eder.

Cevap: A

6. Psikolojik danışmanın vurguladığı nokta, çocukların kalem tutma ve çizgi çizme gibi becerilerinin **sinir sistemi ve kas koordinasyonu yeterince olgunlaştığında kendiliğinden ortaya çıkacaktır**. Bu yaklaşım, gelişimin temel belirleyicisinin öğrenmeden çok **biyolojik olgunlaşma** olduğunu savunan **olgunlaşma kuramıyla** örtüşür. Bu kurama göre her çocuk belirli bir gelişim sırasını izler ve hazır oluş düzeyi tamamlanmadan bazı beceriler beklenemez. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Davranışçılık:** Davranışı pekiştirme ve öğrenme yoluyla açıklar; biyolojik olgunlaşmayı temel almaz.
- B) **Yapılandırmacılık:** Bilginin aktif olarak yapılandırılmasını vurgular; motor gelişimin biyolojik zamanlamasını merkezine almaz.
- D) **Sosyal öğrenme kuramı:** Gözlem ve model alma yoluyla öğrenmeyi açıklar; burada biyolojik hazır oluş vurgusu vardır.
- E) **Bilişsel gelişim kuramı:** Zihinsel süreçlerin gelişimine odaklanır; motor becerilerin olgunlaşma temeli bu kadar belirgin değildir.

Cevap: C

7. Fenomenolojik anlayış, bireyin dünyayı **nasıl algıladığına, yaşantıyı nasıl deneyimlediğine ve bu deneyime yüklediği anlama** odaklanır. Bu yaklaşımda önemli olan nesnel gerçeklikten çok, bireyin **öznel yaşantısıdır**. Seçenekler incelendiğinde, öğrencilerin bir olay hakkındaki **kişisel düşüncelerini, duygularını ve algılarını anlamaya çalışmak** ve bu farklı bakış açılarına değer vermek, doğrudan bireysel deneyimi merkeze alan bir yaklaşımdır. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Standart testlerle ölçme:** Davranışı nesnel ve ölçülebilir çıktılar üzerinden değerlendirir; öznel deneyimi dikkate almaz.
- C) **Kurallarla davranış düzenleme:** Davranışçı bir anlayışı yansıtır; bireysel algı ve deneyim ön planda değildir.
- D) **Bilgiyi yapılandırılmış sunma:** Bilişsel/yapılandırmacı yaklaşımla ilişkilidir; öznel yaşantıdan çok bilişsel düzenleme önemlidir.
- E) **Ödül-ceza ile pekiştirme:** Davranışçı yaklaşıma aittir; içsel deneyim ve algıyı merkeze almaz.

Cevap: A

8. Davranışçı yaklaşım, öğrenmeyi **gözlenebilir davranış değişikliği** olarak ele alır ve bu değişimin **pekiştirme (ödül-ceza)** yoluyla gerçekleştiğini savunur. Öğrencinin doğru davranışının ardından ödül verilmesi, o davranışın tekrar edilme olasılığını artırır. Seçenekler içinde, doğru cevap veren öğrencilere **jeton verilip belirli sayıya ulaştığında ödül sunulması**, açıkça pekiştirme ilkesine dayalıdır. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) **Bireysel zorlukları anlamaya çalışma:** İnsancıl/birey merkezli yaklaşıma yakındır; içsel süreçleri önemser.
- C) **Öğrencinin kendi hedeflerini belirlemesi:** Özerklik ve kendini gerçekleştirme vurgusu taşır; insancıl yaklaşımla ilişkilidir.
- D) **Kendi anlamını inşa etme:** Yapılandırmacı yaklaşımı yansıtır; aktif bilişsel süreçler ön plandadır.

E) **Farklı görüşleri tartışma:** Eleştirel düşünme ve bilişsel süreçleri geliştirmeye yöneliktir; davranışçı değildir.

Cevap: B

9. Bilişselci yaklaşım, öğrenmeyi **bilginin zihinde işlenmesi, örgütlenmesi ve mevcut şemalarla ilişkilendirilmesi** olarak ele alır. Bu yaklaşımda öğretmen, öğrencinin yeni bilgileri önceki bilgileriyle bağlantı kurarak anlamlandırmasına yardımcı olur. Kavram haritaları, şemalar ve organize edici araçlar da bu süreci destekler. Bu nedenle yeni bilgileri mevcut zihinsel yapılarla ilişkilendirmeyi vurgulayan ifade bilişselci yaklaşıma aittir. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Duygusal ihtiyaçlara odaklanma:** İnsancıl yaklaşımı yansıtır.
- B) **Tekrar ve ezber:** Davranışçı yaklaşıma yakındır; zihinsel yapılandırma vurgusu yoktur.
- D) **Grup çalışması ve akran öğrenmesi:** Sosyal öğrenme/sosyokültürel yaklaşımla ilişkilidir.
- E) **Kişisel deneyim paylaşımı:** Fenomenolojik/insancıl yaklaşıma daha yakındır.

Cevap: C

10. Ece'nin başlangıçta kuleyi tek başına kuramaması, ancak öğretmenin verdiği ipuçları ve gösterimle bu beceriyi gerçekleştirebilmesi; yani yardımla yapabildiği bir beceriyi zamanla bağımsız hâle getirmesi, öğrenmenin hangi düzeyde gerçekleştiğini gösterir. Bu durum, çocuğun tek başına yapabildiği ile yetişkin desteğiyle yapabildiği arasındaki farkı ifade eden kavrama işaret eder. Vygotsky'nin sosyokültürel kuramına göre bu alan yakınsal gelişim alanıdır. Öğrenme tam olarak bu alanda gerçekleşir ve çocuk, destekle yapabildiğini zamanla bağımsız yapabilir. Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.

- A) **Yapı iskelesi:** Öğretmenin sağladığı destek sürecini ifade eder; ancak soru öğrenmenin gerçekleştiği alanı sormaktadır.
- B) **Bilişsel şema:** Piaget'ye aittir; zihinsel yapıların örgütlenmesini açıklar.

D) **Sosyal taklit:** Başkalarını gözlemleyerek öğrenmeyi ifade eder; burada rehberli öğrenme vurgusu vardır.

E) **İçsel motivasyon:** Öğrenmenin isteklilik boyutunu açıklar; bilişsel gelişim sürecini doğru olarak açıklamaz.

Cevap: C

11. Deniz'in başlangıçta fikrini somutlaştıramaması, parçaları ilişkilendirememesi ve sonuçları öngörememesi; öğretmenin yönelttiği sorularla **daha derin düşünmesi, olasılıkları değerlendirmesi ve planlama yapabilmesi**, gelişen becerinin niteliğini gösterir. Burada hedeflenen; **problem çözme, planlama, akıl yürütme ve öngöründe bulunma** gibi üst düzey bilişsel süreçlerdir. **Vygotsky'nin sosyokültürel kuramına** göre bu tür üst düzey, kültürle ve sosyal etkileşimle gelişen beceriler **ileri zihinsel işlevler** olarak adlandırılır. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Temel zihinsel süreçler:** Dikkat ve basit algı gibi daha ilkel süreçleri ifade eder; üst düzey düşünme becerilerini kapsamaz.
- B) **Bilişsel şemalar:** Piaget'ye aittir; zihinsel yapıların örgütlenmesini açıklar.
- C) **Yakınsal gelişim alanı:** Öğrenmenin gerçekleştiği destekli alanı ifade eder; burada özellikle geliştirilen becerinin türü sorulmaktadır.
- D) **Yapı iskelesi:** Sağlanan geçici desteği ifade eder; ancak soruda hedeflenen bilişsel becerinin adı sorulmaktadır.

Cevap: E

12. Zeynep'in başlangıçta karmaşık bilgileri anlamlandırmakta zorlanması, ancak öğretmenin verdiği **adım adım yönlendirmeler, sorular ve stratejilerle** bu süreci yönetebilir hâle gelmesi; yani daha yetkin bir kişinin sağladığı **geçici ve destekleyici rehberlik sayesinde becerinin gelişmesi**, bu durumun temel özelliğidir. Öğretmen, süreci yapılandırmakta; zamanla bu destek geri çekildiğinde öğrenci bağımsızlaşmaktadır. **Vygotsky'nin sosyokültürel kuramına** göre bu süreç **yapı iskelesi** kavramıyla ifade edilir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Birincil zihinsel yetenekler:** Temel ve daha basit zihinsel süreçleri ifade eder; burada üst düzey rehberlik söz konusudur.
- C) Bilişsel uyum sağlama:** Piaget'ye aittir; özümseme ve uyum süreçlerini kapsar.
- D) İleri zihinsel işlevler:** Gelişen becerinin türünü ifade eder; ancak soruda bu becerinin nasıl desteklendiği sorulmaktadır.
- E) Yakınsak gelişim alanı:** Öğrenmenin gerçekleştiği potansiyel alanı ifade eder; burada vurgulanan öğretmenin sağladığı destek sürecidir.

Cevap: A

13. Alin'in davranışlarına bakıldığında, yönerge verildiğinde kırmızı topları ayırt edebilmesi **basit algı ve dikkat süreçlerinin çalıştığını**, ancak bu davranışı **kendi başına planlayamaması**, sürekli **dış yönlendirmeye ihtiyaç duyması** ve **dikkatini sürdürememesi** dikkat çekmektedir. Bu durum, dikkatinin **istemli değil istemsiz** olduğunu gösterir. Çünkü davranış **kendi kontrolünde değildir**, dış uyarıcıya bağlıdır ve süreklilik göstermez.

Vygotsky'ye göre **istemsiz dikkat, basit algı ve sınırlı bellek gibi süreçler temel zihinsel işlevlerdir**. Üst düzey zihinsel işlevlerde ise istemli dikkat, planlama ve öz-düzenleme görülür; ancak Alin'de bu özellikler henüz gelişmemiştir. Bu nedenle Alin'in sergilediği zihinsel işlev **temel zihinsel işlevlerdir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Yakınsal gelişim alanı:** Destekle yapılabilen ile bağımsız yapılan arasındaki farkı ifade eder; burada işlev türü sorulmaktadır.
- B) Üst düzey zihinsel işlev:** İstemli dikkat ve planlama içerir; Alin'de bu özellikler yoktur.
- C) Öz-düzenleme:** Davranışı kendi kendine kontrol edebilme becerisidir; burada dış yönlendirme vardır.
- E) Ortak dikkat:** Bir nesneye başkasıyla birlikte odaklanmayı ifade eder; sorudaki durumla doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: D

14. I numaralı soruda kişinin **ilk cep telefonunun marka ve modelini hatırlaması**, bireyin geçmişte yaşadığı kişisel bir deneyimi geri çağırmasını gerektirir. Bu tür bilgiler **anısal bellek** kapsamında yer alır.

II numaralı soruda **on parmak klavye kullanma becerisi**, öğrenilmiş bir motor beceridir ve otomatikleşmiş davranışları içerir. Bu tür bilgiler **işlemsel bellek** ile ilgilidir.

III numaralı soruda **suyun kaynama noktasının kaç derece olduğu bilgisi**, genel kültürel ve kavramsal bilgidir. Bu tür bilgiler **anlamsal bellek** kapsamında değerlendirilir.

Sıralama **anısal – işlemsel – anlamsal** şeklindedir.

Cevap: B

15. Ayşegül aynı anda çantasına koyacaklarını aklında tutarken, telefonda konuşmakta, kahvaltı hazırlamakta ve e-postalarını kontrol etmektedir. Bu süreçte bilgiler zihninde sadece tutulmaz; o anda kullanılır, düzenlenir ve karar vermede işe koşılır. **Bu durum, Ayşegül'ün işleyen belleği kullandığını gösterir.**

İşleyen bellek, bilgiyi kısa süreli olarak zihinde tutan ve bu bilgiyi **eş zamanlı biçimde işleyerek planlama, sıralama, problem çözme ve karar verme süreçlerinde aktif olarak kullanan** bilişsel sistemdir. Yani bilgi burada pasif şekilde beklenmez; kişi o bilgiyle işlem yapar, öncelik belirler ve davranışını yönlendirir.

- A) İşlemsel bellek:** Uzun süreli belleğin bir türüdür ve **motor beceriler ile alışkanlıkları** kapsar. Bisiklet sürmek, araba kullanmak, klavye kullanmak gibi öğrenilmiş ve otomatikleşmiş davranışlar bu bellekte depolanır. Bilgi bilinçli olarak hatırlanmaz, doğrudan performansa yansır.
- B) Otobiyografik bellek:** Bireyin **kendi yaşamına ait anıları** içerir. Doğum günü, ilk okul günü, önemli yaşantılar gibi kişisel deneyimler bu bellekte saklanır ve geçmişe dönük hatırlama ile ilişkilidir.
- D) Duyusal bellek:** Çevreden gelen uyarıcıların **çok kısa süreli (milisaniyeler düzeyinde)** tutulduğu ilk bellek aşamasıdır. Görsel (ikonik) ve işitsel (ekhoik) kayıtları içerir; ancak bilgi burada işlenmez, hızla kaybolur ya da diğer bellek sistemlerine aktarılır.
- E) Yeniden kurgulayıcı bellek:** Geçmiş anıların **aynen saklanmadığını, hatırlanırken yenisinden yapılandırıldığını** ifade eder. Kişi geçmiş hatırlarken mevcut bilgi ve beklentilerine göre anıyı değiştirebilir.

Cevap: C

1. Oyunda yalnızca bir kez söylenen ama **dikkat çekici, çarpıcı ve farklı** olan sözlerin hatırlanması; buna karşılık sık tekrar edilen sıradan ifadelerin unutulması, hatırlamada **alışılmışın dışındaki ve dikkat çeken bilgilerin daha güçlü kodlanması** ile ilgilidir. Bu durum, bellekte “ayırt edici/çarpıcı olanın” daha iyi hatırlanmasını ifade eden **çekici detay etkisi** ile açıklanır. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kodlama çeşitliliği:** Bilginin farklı yollarla (görsel, işitsel vb.) kodlanmasını ifade eder; dikkat çekicilik vurgusu yoktur.
- C) **İşleyen bellek kapasitesi:** Aynı anda işlenebilen bilgi miktarıyla ilgilidir; hatırlamada ayırt edicilik etkisini açıklamaz.
- D) **Otomatik kodlama:** Bilginin çaba harcamadan kodlanmasını ifade eder; çarpıcılık/ayırt edicilik vurgusu yoktur.
- E) **Duyusal adaptasyon:** Sürekli uyarana karşı duyarlılığın azalmasını ifade eder; bellekle doğrudan ilgili değildir.

Cevap: B

2. Öğrencilerden kişiyi **yalnızca 10 saniye izledikten sonra** hatırlamaları istenmektedir. Bu durumda bilgi **çok kısa süreli olarak zihinde tutulur** ve sınırlı biçimde işlenir. Bu yüzden öğrenciler **daha belirgin ve dikkat çekici görsel özellikleri (kıyafet, gözlük)** hatırlayabilirken, **daha karmaşık ve dikkat gerektiren detayları (konuşma tarzı, ses tonu)** doğru biçimde tutamaz ve karıştırır.

Bu durum, bilginin **kısa süreli olarak tutulduğu ve kapasitenin sınırlı olduğu kısa süreli bellekle** açıklanır. Kısa süreli bellekte bilgi yüzeysel ve sınırlı işlendiği için ayrıntılar kaybolabilir veya karışabilir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Duyusal kayıt:** Çok kısa (milisaniyelik) ilk kayıt aşamasıdır; burada hatırlama süreci vardır.
- C) **Yeniden kurgulayıcı bellek:** Uzun süreli anıların hatırlanırken değişmesiyle ilgilidir.
- D) **Algısal bütünleme:** Algı süreçleriyle ilgilidir; bellek açıklaması değildir.
- E) **Kodlama çeşitliliği:** Bilginin farklı yollarla kodlanmasını ifade eder.

Cevap: A

3. Barış'ın parfüm kokusuyla geçmişe ait bir anıyı hatırlaması, belleğin ipuçlarıyla geri çağırılmasını gösterir; ancak asıl kritik nokta, bu anının sonradan abartılı ve kısmen gerçeğe uymayan şekilde hatırlandığını fark etmesidir. Bu durum, belleğin bilgiyi olduğu gibi saklamadığını, hatırlama sırasında yeniden yapılandırıldığını (kurguladığını) gösterir. Bu nedenle yaşanan durum **yeniden kurgulayıcı bellekle** açıklanır.

Yeniden kurgulayıcı bellek, geçmiş yaşantıların birebir kopyalar hâlinde depolanmadığını; hatırlama sırasında **mevcut bilgiler, beklentiler, inançlar ve duygular doğrultusunda yeniden düzenlendiğini** ifade eder. Bu yüzden anılar zamanla **değişebilir, eksik kalabilir ya da abartılabilir.** Özellikle aradan zaman geçtiğinde ya da güçlü duygular devreye girdiğinde, kişi farkında olmadan anıya yeni detaylar ekleyebilir.

Bu nedenle Barış'ın anılarının bir kısmını **hiç yaşanmamış olmasına rağmen gerçekmiş gibi hatırlaması,** yeniden kurgulayıcı belleğin tipik bir örneğidir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Kısa süreli bellek:** Bilginin **çok kısa süre (yaklaşık 20–30 saniye)** tutulduğu ve kapasitesinin sınırlı olduğu bellek sistemidir. Genellikle **7±2 birimlik** bilgi tutulabilir. Bilgi burada çoğunlukla **yüzeysel ve geçicidir;** tekrar edilmezse hızla kaybolur. Örneğin bir telefon numarasını kısa süre akılda tutmak bu belleğe örnektir.

- C) **İşleyen bellek:** Kısa süreli belleğin daha gelişmiş hâlidir. Bilgiyi sadece tutmaz; aynı zamanda **aktif olarak işler, düzenler ve kullanır.** Problem çözme, karar verme, zihinden işlem yapma gibi süreçlerde görev alır. Örneğin kafadan matematik işlemi yapmak ya da aynı anda konuşup plan yapmak işleyen bellekle ilgilidir.

- D) **Kodlama özgüllüğü:** Bilginin en iyi, **öğrenildiği bağlam ve ipuçlarıyla birlikte** hatırlandığını ifade eder. Yani hatırlama, kodlama sırasında mevcut olan çevresel veya içsel ipuçlarına bağlıdır. Örneğin bir kokunun geçmişte yaşanan bir anıyı hatırlatması bu ilkeye örnektir (ama çarpıtma yoksa).

E) **Çekici detay etkisi:** Dikkat çekici, sıra dışı veya duygusal olarak güçlü bilgilerin diğer bilgilere göre daha iyi hatırlanmasıdır. Örneğin sıradan cümleler unutulurken çok çarpıcı bir sözün akılda kalması bu etkiyle açıklanır.

Cevap: A

4. Fırat'ın telefon ekranını ilk açtığı anda **gözlerinin kamaşması**, ancak kısa süre sonra aynı uyarının artık rahatsız etmemesi; duyuşal sistemin **sürekli ve değişmeyen bir uyarana karşı hassasiyetinin azalması** ile açıklanır. Bu süreç **duyuşal adaptasyondur**. Yani uyarıcı değişmediğinde, algı sistemi ona alışır ve tepki giderek azalır. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Seçici dikkat:** Dikkatin belirli uyarılara yöneltilmesiyle ilgilidir; duyuşal alışma sürecini açıklamaz.

B) **Kısa süreli bellek:** Bilginin kısa süreli tutulmasıyla ilgilidir; duyuşal alışmayla ilişkili değildir.

D) **Kodlama çeşitliliği:** Bilginin farklı yollarla öğrenilmesini ifade eder.

E) **Çekici detay etkisi:** Dikkat çekici bilgilerin daha iyi hatırlanmasını açıklar.

Cevap: C

5. Erin Gruwell'in öğrencilerle **birebir ilişki kurması**, sınıf içi etkileşim ve doğrudan destek sağlaması; öğrencilerin gelişimini etkileyen **yüz yüze, anlık ve karşılıklı etkileşimleri** ifade eder. **Ekolojik sosyokültürel kuramına** göre bireyin doğrudan içinde bulunduğu ve en güçlü etkileşimin yaşandığı çevre **mikrosistem**dir. Öğretmen-öğrenci ilişkisi de mikrosistemin en tipik örneklerinden biridir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Mezosistem:** Aile-okul gibi iki mikrosistem arasındaki ilişkiyi ifade eder; burada doğrudan öğretmen-öğrenci etkileşimi vardır.

C) **Ekzosistem:** Bireyin doğrudan içinde bulunmadığı çevrelerin dolaylı etkisini kapsar.

D) **Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir.

E) **Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri ifade eder.

Cevap: B

6. Çocuğun ailesinin iş yerindeki stres ve ekonomik sıkıntıları, çocuğun **doğrudan içinde bulunduğu bir ortamda** ortaya çıkmasına rağmen onun okul motivasyonunu **dolaylı olarak etkilememektedir**. **Ekolojik sosyokültürel kuramına** göre bireyin içinde yer almadığı fakat etkilerine maruz kaldığı çevreler **ekzosistem** kapsamında değerlendirilir. Ebeveynin iş koşulları da bu duruma tipik bir örnektir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Mikrosistem:** Çocuğun doğrudan etkileşimde bulunduğu çevreleri kapsar (aile, okul); burada dolaylı etki söz konusudur.

B) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder; iki ortamın etkileşimi değil, dışsal bir faktör anlatılmaktadır.

C) **Kronosistem:** Zaman içindeki değişimleri kapsar; soruda zamansal süreç değil, çevresel etki vardır.

D) **Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir; burada daha yakın düzeyde bir çevresel etki söz konusudur.

Cevap: E

7. Parçada vurgulanan savaş, ırkçılık, toplumsal normlar, yasalar ve ideolojik yapı; bireyin içinde yaşadığı toplumun **kültürel ve değerler sistemini** ifade etmektedir. Bu tür geniş ölçekli etkiler, bireyin yaşamını **doğrudan değil, genel çerçeveyi belirleyerek dolaylı biçimde etkiler**. **Ekolojik sosyokültürel kuramına** göre kültür, ideoloji, değerler ve toplumsal yapı **makrosistem** kapsamında incelenir. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Mikrosistem:** Bireyin doğrudan etkileşimde bulunduğu yakın çevreyi kapsar.

B) **Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder.

C) **Ekzosistem:** Bireyin doğrudan içinde bulunmadığı ancak dolaylı etkilendiği çevreleri kapsar.

E) Kronosistem: Zaman içindeki değişimleri ve tarihsel süreçleri ifade eder; burada esas vurgu kültürel yapıdadır.

Cevap: D

8. Pandemi süreciyle birlikte eğitim, sosyal ilişkiler ve bireylerin yaşantılarında **zamana bağlı büyük değişimlerin** ortaya çıkması; gelişimin, tarihsel bir olay ve bu olayın **zaman içindeki etkileriyle** birlikte ele alındığını gösterir. **Ekolojik sosyokültürel kuramına** göre bireyin yaşamındaki bu tür **tarihsel olaylar, geçişler ve zamanla değişen koşullar kronosistem** kapsamında değerlendirilir. Pandemi de tüm bireylerin gelişimini etkileyen önemli bir tarihsel süreçtir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Mikrosistem:** Doğrudan etkileşimde bulunan yakın çevreyi kapsar.
- B) Mezosistem:** Mikrosistemler arasındaki ilişkileri ifade eder.
- C) Ekzosistem:** Bireyin dolaylı etkilendiği çevreleri kapsar.
- D) Makrosistem:** Kültürel değerler ve toplumsal yapı ile ilgilidir; burada esas vurgu zaman içindeki değişimdir.

Cevap: E

9. Soruda vurgulanan yaklaşım, çocuğun gelişimini **karşılıklı ve çift yönlü etkileşimler** üzerinden açıklar. Yani çocuk yalnızca çevreden etkilenmez; aynı zamanda çevreyi de etkiler. Bu nedenle gelişimi sadece tek yönlü ele alan ifadeler kuramla çelişir.

C seçeneğinde, çocuğun gelişimini açıklamak için yalnızca çevrenin birey üzerindeki etkisinin yeterli olduğu, çocuğun çevre üzerindeki etkisinin önemsiz olduğu belirtilmiştir. Bu ifade, kuramın temelindeki **çift yönlü etkileşim ilkesine aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneği: Ekolojik sistemlerin birbirinden bağımsız olmadığı, aksine bir bütün olarak karşılıklı etkileşim içinde çalıştığı vurgulanmaktadır. Bu ifade, kuramın temel varsayımıyla tamamen uyumludur.

B seçeneği: Çocuğun sistemlerden etkilendiği gibi, kendi davranışlarıyla bu sistemleri zamanla değiştirebileceği belirtilmektedir. Bu durum çift yönlü etkileşimi ifade ettiği için kurama uygundur.

D seçeneği: Çocuğun gelişiminin, içinde bulunduğu sistemlerin yapısı ve bu sistemler arasındaki uyumla ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Bu da kuramın sistemler arası etkileşim vurgusuyla örtüşür.

E seçeneği: Sistemler arası etkileşimin zaman içinde değişebileceği ve bu nedenle tarihsel sürecin dikkate alınması gerektiği belirtilmektedir. Bu ifade, kronosistem boyutunu yansıttığı için kurama uygundur.

Cevap: C

10. Starr'ın ev ve okul gibi farklı ortamlarda yaşadığı çatışmalar, onun içinde bulunduğu iki yakın çevre arasındaki etkileşimin **uyumsuz olduğunu göstermektedir.** Bu durum, bireyin farklı mikrosistemleri arasındaki ilişkinin önemini ortaya koyar. **Ekolojik sosyokültürel kuramına** göre bu tür etkileşimler **mezosistem** kapsamında değerlendirilir. Mezosistemde yaşanan çatışmalar, bireyin kimlik gelişiminde kararsızlık ve uyum sorunlarına yol açabilir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneği: Bireyin doğrudan içinde bulunduğu çevreyi ifade eder; bu mikrosistemin tanımınıdır.

C seçeneği: Kültürel normlar ve toplumsal değerleri kapsar; makrosisteme aittir.

D seçeneği: Zaman içindeki değişimleri ifade eder; kronosistemdir.

E seçeneği: Bireyin dolaylı etkilendiği çevreleri ifade eder; ekzosistemdir.

Cevap: A

11. Soruda vurgulanan nokta, davranışların **çevreye uyum sağlamaya hizmet eden işlevsel değerleri** olduğudur. Ayrıca zihinsel süreçlerin amacının, organizmanın **çevreye uyumunu kolaylaştırmak** olduğu ifade edilmektedir. Bu bakış açısı, zihnin yapısından çok **ne işe yaradığını** (işlevini) inceleyen **işlevselcilik** yaklaşımına aittir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Yapısalcılık: Bilincin yapı taşlarını incelemeye odaklanır; işlev ve uyum vurgusu yoktur.

- C) **Biyolojik yaklaşım:** Davranışı fizyolojik ve genetik temellerle açıklar; işlevsel uyum vurgusu bu şekilde değildir.
- D) **İnsancıl yaklaşım:** Kendini gerçekleştirme ve öznel deneyime odaklanır.
- E) **Gestalt yaklaşımı:** Algının bütünlük içinde örgütlenmesini açıklar.

Cevap: B

12. Çocuğun davranışlarının; **okul iklimi, arkadaş grubu, aile, komşu çevresi ve kültürel yapı** gibi birden fazla çevresel faktörün **birbiriyle etkileşimi içinde** açıklanması, gelişimin tek bir nedene indirgenmediğini gösterir. Bu bakış açısı, bireyin gelişimini **iç içe geçmiş sistemlerin karşılıklı etkileşimiyle** ele alan **Ekosistem yaklaşımına** aittir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Biyolojik yaklaşım:** Davranışı genetik ve fizyolojik temellerle açıklar; çoklu çevresel etkileşimi merkezine almaz.
- C) **Davranışçılık:** Davranışı uyarıcı–tepki ilişkisiyle açıklar; sistemler arası etkileşim vurgusu yoktur.
- D) **Gestalt yaklaşımı:** Algı ve bütünlük ilkelerine odaklanır; çevresel sistemleri bu şekilde ele almaz.
- E) **Psikanalitik yaklaşım:** Davranışı bilinç dışı süreçler ve içsel çatışmalarla açıklar.

Cevap: A

13. Çocuğun matematik problemini çözerken **daha önce öğrendiği bilgileri zihinsel olarak yeniden organize etmesi**, öğrenmenin pasif değil **aktif bir zihinsel işlem süreci** olduğunu gösterir. Bireyin çevreden aldığı bilgileri işleyip anlamlandırması, bilgiyi düzenlemesi ve yeni durumlara uyarlaması **Bilişselci yaklaşımın** temel varsayımdır. Bu yaklaşımda öğrenme, zihinsel süreçler (dikkat, bellek, düşünme) üzerinden açıklanır. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İşlevselcilik:** Zihinsel süreçlerin işlevine ve uyuma odaklanır; bilgi işleme sürecini bu şekilde ele almaz.

- B) **Biyolojik yaklaşım:** Davranışı genetik ve fizyolojik temellerle açıklar.
- C) **Yapısalcılık:** Bilincin yapı taşlarını incelemeye odaklanır.
- E) **Davranışçılık:** Gözlenebilir davranışlara odaklanır; zihinsel süreçleri merkeze almaz.

Cevap: D

14. Öğretmenin tekrar ve ödül kullanmasına rağmen bazı çocukların makas kullanamaması, rehber öğretmenin ise bu becerinin **sinirsel ve kas gelişimi belirli bir düzeye ulaşmadan kazanılamayacağını** vurgulaması; gelişimin temelinde **biyolojik olgunlaşmanın** belirleyici olduğunu gösterir. Bu yaklaşım, becerilerin öğrenmeden önce **hazır oluş (olgunlaşma) düzeyine bağlı olduğunu** savunan **olgunlaşma kuramına** aittir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Davranışçı kuram:** Öğrenmeyi pekiştirme ve tekrar ile açıklar; biyolojik hazır oluşu temel almaz.
- B) **Sosyal öğrenme kuramı:** Gözlem ve model alma yoluyla öğrenmeyi vurgular.
- C) **Bilişsel kuram:** Zihinsel süreçlerin işlenmesine odaklanır.
- D) **Yapılandırmacı kuram:** Bireyin bilgiyi aktif olarak yapılandırmasını esas alır.

Cevap: E

15. Çocuğun saldırgan davranışlarının **pekiştirme ve model alma yoluyla öğrenildiğinin** belirtilmesi, davranışın çevresel uyarıcılar ve öğrenme süreçleriyle açıklandığını gösterir; bu bakış açısı **davranışçılığa** aittir. İkinci açıklamada ise saldırganlığın **bilinç dışı dürtüler ve içsel çatışmaların dışı vurumu** olduğu vurgulanmaktadır; bu da **psikanalitik kuramın** temel varsayımdır.

Cevap: B

1. Öğrencinin zorbalık davranışının, **sosyal durumları yanlış değerlendirmesi, başkalarının niyetlerini düşmanca algılaması ve düşünce hatalarıyla açıklanması**, davranışın **bilişsel süreçler** üzerinden ele alındığını gösterir; bu yaklaşım **Bilişsel kurama** aittir. İkinci açıklamada ise davranışın **beyin yapısı, hormonlar (serotonin, testosteron)** gibi fizyolojik temellerle açıklanması söz konusudur; bu da **biyolojik kuramın** bakış açısıdır.

Cevap: A

2. Selin'in yaşadığı toplumda kız çocuklarının eğitiminin desteklenmemesi ve erken evlilik gibi durumlar, **toplumun kültürel değerleri ve normlarıyla** ilgilidir. Bu tür geniş ölçekli etkiler **makrosistem** kapsamında değerlendirilir.

Öte yandan öğretmenlerin bu duruma karşı çaba göstermesine rağmen **aile ile okul arasında iletişim sorunları yaşanması**, çocuğun içinde bulunduğu iki yakın çevre (aile ve okul) arasındaki etkileşimin zayıf olduğunu gösterir. **Ekolojik sistemler kuramına** göre bu tür mikrosistemler arası ilişkiler **mezosistemdir**.

Bu nedenle Selin'in durumunda etkili olan sistemler **makrosistem ve mezosistemdir**.

Cevap: C

3. Psikolojik danışmanın öğrencinin akademik başarısını; **aile, okul, arkadaş grubu ve kültürel değerler** gibi birden fazla düzeydeki etkenleri birlikte ele alarak incelemesi, gelişimin tek bir faktörle değil **birden fazla sistemin karşılıklı etkileşimiyle** açıklandığını gösterir. Bu bakış açısı, **Ekolojik sistemler kuramının** temel ilkesidir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Gelişim, sadece bireysel özelliklerle belirlenir:** Kuram çevresel etkileşimi vurgular; bu ifade tek yönlüdür.
- C) Gelişim sadece aile ve okul ortamlarıyla sınırlıdır:** Kuram daha geniş sistemleri de kapsar (makrosistem vb.). Bu açıklama yanlıştır.
- D) Bireyin gelişimi, sadece kültürel faktörlerle belirlenir:** Tek bir düzeye indirgeme vardır.
- E) Çevresel faktörlerin etkisi gelişim sürecinde sabittir:** Kuramda sistemler dinamik ve değişkendir. Bu açıklama yanlıştır.

Cevap: B

4. Ali'nin saldırgan davranışlarının **çevresel pekiştirmelerle öğrenildiğinin** belirtilmesi, davranışın öğrenme yoluyla kazanıldığını savunan **davranışçılıkla** örtüşür. Davranışçılığa göre saldırganlık, geçmişte **ödüllendirilmiş ya da pekiştirilmiş** olduğu için devam eder.

Psikanalitik kuram ise saldırganlığı **bilinç dışı dürtüler ve bastırılmış içsel çatışmaların dışa vurumu** olarak açıklar. Yani birey farkında olmadan içsel gerilimlerini davranışa döker.

Bu iki açıklama birlikte değerlendirildiğinde doğru eşleştirme **A seçeneğinde** verilmiştir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneği: Davranışçılık genetik değil öğrenmeye dayanır; psikanalitik kuram davranışı bilinçli karar olarak görmez.

C seçeneği: Davranışçılık doğuştanlık değil öğrenmeyi savunur; psikanalitik kuram sosyal öğrenmeyi temel almaz.

D seçeneği: Davranışçılık içsel değil çevresel faktörleri vurgular; psikanalitik kuram çevresel değil içsel süreçleri önceler.

E seçeneği: Her iki kuram da nörolojik açıklama yapmaz.

Cevap: A

5. Zorbalık davranışının **başkalarının niyetlerini yanlış yorumlama, empati kuramama ve düşünce hatalarıyla açıklanması** Bilişsel yaklaşımın temelidir. Bilişsel kurama göre birey, sosyal bilgiyi hatalı işlediğinde saldırgan davranışlar gösterebilir.

Diğer yandan zorbalığın **hormonal dengesizlikler, genetik yatkınlık ve beyin yapısıyla** açıklanması biyolojik yaklaşımın bakış açısıdır.

Bu iki doğru açıklama birlikte yalnızca **E seçeneğinde** verilmiştir.

A seçeneği: Psikanalitik kuram davranışı çevre- den öğrenme ile değil bilinç dışı süreçlerle açıklar.

B seçeneği: Bilişsel kuram içgüdüleri değil zihinsel süreçleri vurgular; davranışçılık karakter değil öğrenme der.

C seçeneği: Biyolojik kuram travma değil fizyolojiyi; insancıl kuram genetik değil öznel deneyimi vurgular.

D seçeneği: Psikanalitik kuram bilinç dışı süreçleri savunur; bilişsel kuram sadece çevresel açıklama yapmaz.

Cevap: E

6. Serkan'ın yardım etme davranışının **düşünme, değerlendirme ve içsel süreçlerle açıklanması** Bilişsel yaklaşımı yansıtır. Bilişsel kurama göre birey, durumu değerlendirir, sonuçlarını düşünür ve buna göre davranır.

İnsancıl kurama göre ise bu tür **özgecil davranışlar**, bireyin **kendini gerçekleştirme, değerler ve anlam arayışı** ile ilişkilidir. Kişi, içsel değerleri doğrultusunda yardım eder.

Bu iki açıklama birlikte yalnızca **A seçeneğinde** doğru verilmiştir.

B seçeneği: Bilişsel kuram genetik dürtüye indirgeme yapmaz; insancıl kuram sosyal öğrenmeyi temel almaz.

C seçeneği: Bilişsel kuram bilinç dışını değil bilinçli zihinsel süreçleri vurgular; insancıl kuram içgüdüsel açıklama yapmaz.

D seçeneği: Her iki kuram da nörolojik refleks açıklaması yapmaz.

E seçeneği: Bilişsel kuram sadece ödüle indirgemez; insancıl kuram bireysel çıkarı değil değerleri vurgular.

Cevap: A

7. Ayaz'ın evde düzenli davranırken, okulda yönergelere uymakta zorlanması; gelişimin tüm alanlarda aynı hızda ve eş zamanlı ilerlemediğini gösterir. **Gesell'in olgunlaşma kuramına** göre gelişim, biyolojik temelli bir süreçtir ve farklı gelişim alanları **farklı hızlarda olgunlaşabilir**. Bu nedenle bir çocuk bazı alanlarda ileri, bazı alanlarda daha geride olabilir; bu tür **dengesizlikler gelişimin doğal bir parçasıdır**.

Bu açıklama, seçenekler içinde yalnızca **B seçeneğinde** doğru biçimde ifade edilmiştir.

A seçeneği: Sosyalleşme vurgusu çevresel açıklamadır; olgunlaşma ilkesini yansıtmaz.

C seçeneği: Pekiştirme vurgusu davranışçı yaklaşıma aittir.

D seçeneği: Ayrılma kaygısı psikanalitik/duygusal bir açıklamadır.

E seçeneği: Bilişsel gelişime vurgu yapar; Gesell biyolojik olgunlaşmayı temel alır.

Cevap: B

8. Aynı yaşta olmalarına rağmen bazı çocukların etkinliklere yoğun ilgi göstermesi, bazılarının ise sıkılıp etkinliklerden kopması; çocukların **olgunlaşma düzeylerinin farklı olduğunu** gösterir. **Gesell'in olgunlaşma kuramına** göre gelişim biyolojik temellidir ve çocuklar aynı yaşta olsalar bile **bireysel gelişim hızları farklıdır**. Bu nedenle tüm çocuklardan aynı performans beklenemez. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği: Tüm çocukların aynı dönemde aynı davranışı göstereceğini savunur; bu Gesell'in bireysel farklılık ilkesine aykırıdır.

B seçeneği: davranışı çevresel uyarıcı ve motivasyonla açıklar; Davranışçı yaklaşıma aittir.

C seçeneği: Çocuklar arasında gelişim farkı olmadığını ileri sürer; bu olgunlaşma ilkesine ters düşer.

E seçeneği: Kritik dönem vurgusu yapar; Gesell'in temel açıklaması bireysel olgunlaşma farklılıklarıdır.

Cevap: D

9. **I numaralı ifade işlevselci kurama aittir.** İşlevselcilik zihinsel süreçlerin organizmanın çevreye **nasıl uyum sağladığını** açıklamaya odaklanır. Zihnin yapısından çok **işlevini** inceler; davranış ve zihinsel süreçlerin bireyin hayatta kalmasına ve çevreye uyumuna nasıl hizmet ettiğini araştırır.

II numaralı ifade yapısalci kurama uygundur. Bu kuram zihnin, deneyimlerin **küçük bileşenlerine ayrılarak incelenebileceğini** savunur. **Yapısalci kuram**, bilinci temel öğelere ayırarak analiz etmeyi amaçlar ve içe bakış yöntemiyle zihnin yapısını çözümlemeye çalışır.

III numaralı ifade sosyokültürel kurama aittir. Çünkü bilişsel gelişimin **sosyal etkileşimler ve kültürel bağlamla şekillendiğini** vurgular. **Sosyokültürel kuram**, öğrenmenin bireysel değil toplumsal bir süreç olduğunu ve gelişimin dil, kültür ve sosyal etkileşimle gerçekleştiğini savunur.

Cevap: C

10. **I numaralı ifade Vygotsky'nin sosyokültürel kuramıyla örtüşür.** Çünkü bu kurama göre çocuklar, **daha yetkin bireylerle etkileşim kurarak** yeni beceriler kazanır ve öğrenme sosyal bir süreçtir.

II numaralı ifade Vygotsky ile örtüşmez. Çünkü bu ifade gelişimi yalnızca **doğuştan gelen özellikler ve bireysel deneyimlere** indirger; oysa Vygotsky, gelişimde **sosyal etkileşimi ve kültürel bağlamı** temel alır.

III numaralı ifade Vygotsky'nin kuramıyla örtüşür. Çünkü **dil (konuşma)**, düşüncenin gelişiminde merkezi bir rol oynar ve bilişsel süreçleri yönlendirir.

IV numaralı ifade Vygotsky'nin kuramıyla örtüşür. Çünkü zihinsel gelişim, **kültürel araçlar ve semboller** (dil, yazı, sayılar vb.) aracılığıyla gerçekleşir.

Cevap: B

11. Ali'nin aynı ortamı geçmiş yaşantılarına göre **farklı anlamlandırması** ve psikolojik danışmanın onun bu anlamları nasıl oluşturduğunu keşfetmeye çalışması, bireyin gerçekliği **öznel yaşantıları ve algıları üzerinden kurduğunu** gösterir. Bu yaklaşım **öznelci kuramdır. Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneği: Davranışçı kuram gözlenebilir davranış ve pekiştirmeye odaklanır; öznel anlamlandırmayı açıklamaz.

C seçeneği: Sosyal öğrenme kuramı model alma ve gözlemle öğrenmeyi açıklar.

D seçeneği: Psikanalitik kuram bilinç dışı süreçlere odaklanır.

E seçeneği: Olgunlaşma kuramı biyolojik gelişimi temel alır.

Cevap: A

12. I numaralı ifade olgunlaşma kuramıyla örtüşür. Çünkü bu kurama göre çocuklar bazı becerileri **ancak biyolojik olarak hazır olduklarında** kazanabilirler.

II numaralı ifade olgunlaşma kuramıyla örtüşmez. Çünkü bu ifade becerinin çevresel uyarıcılarla hızlıca kazandırılabilceğini savunur; oysa olgunlaşma kuramı **biyolojik hazır oluşu** temel alır.

III numaralı ifade olgunlaşma kuramıyla örtüşür. Çünkü bazı becerilerin ortaya çıkması için **sinir sisteminin belirli bir olgunluk düzeyine ulaşması** gerekir.

IV numaralı ifade olgunlaşma kuramıyla örtüşmez. Çünkü tüm çocukların aynı hızda gelişeceğini savunur; oysa bu kuram **bireysel gelişim farklılıklarını** kabul eder.

Cevap: B

13. I numaralı ifade yakınsak gelişim alanıdır. Çünkü öğrencinin tek başına yapamadığı ancak **daha yetkin birinin desteğiyle yapabildiği görevleri** tanımlar. Bu alan, öğrenmenin gerçekleştiği potansiyel gelişim düzeyini ifade eder.

II numaralı ifade yapı iskelesidir. Çünkü öğretmenin öğrencinin düzeyine uygun olarak **geçici destek ve rehberlik sağlaması** ve bu desteği zamanla azaltması sürecini anlatır.

Cevap: A

14. I. İnsan zihninin bileşenlerini çözümleyerek bilinçli deneyimin temel öğelerini belirlemeyi hedefler ifadesi yapısalcı kurama aittir. Çünkü yapısalcı kuram, bilinci oluşturan temel öğeleri analiz etmeyi amaçlar.

II. Deneysel yöntemlerle duyum ve algı gibi zihinsel süreçlerin yapı taşlarını incelemeye odaklanır ifadesi yapısalcı kurama aittir. Çünkü bu kuram, zihinsel süreçleri deneysel yöntemlerle parçalara ayırarak incelemeyi savunur.

III. Zihinsel süreçlerin işlevinden çok, bu süreçlerin oluşumundaki içeriklere odaklanır ifadesi yapısalcı kurama aittir. Çünkü yapısalcılık, zihnin işlevinden ziyade yapısını ve içeriğini inceler.

IV. Psikolojiyi, öznel deneyimlerin sistematik gözlemi yoluyla bilimsel olarak incelemeyi savunur ifadesi yapısalcı kurama aittir. Çünkü bu yaklaşımda içe bakış yöntemi kullanılır.

Cevap: E

15. Ayşe'nin yeni bir ortama girdikten sonra **yalnızlık yaşaması**, ardından ders gruplarına katılması, spor kulübüne yazılması ve sosyal ilişkiler kurarak **çevreye uyum sağlaması**, bireyin davranış ve zihinsel süreçlerini **uyum sağlama amacıyla yeniden düzenlediğini** gösterir. Bu durum, zihinsel süreçlerin işlevine odaklanan ve bireyin çevreye nasıl uyum sağladığını açıklayan **işlevselci kuramın görüşleriyle örtüşür. Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneği: Yapısalcı kuram, zihnin yapı taşlarını incelemeye odaklanır.

B seçeneği: Davranışçı kuram, öğrenmeyi uyarıcı-tepki ilişkisiyle açıklar.

C seçeneği: Olgunlaşma kuramı, biyolojik gelişimi temel alır.

D seçeneği: Psikanalitik kuram, bilinç dışı süreçlere odaklanır.

Cevap: E

1. Soruda bizden istenen, majör depresyonun nörotransmitter düzeyindeki fizyolojik temeliyle en çok ilişkili olan seçeneği belirlemektir. Vaka belirtileri haz alamama (anhedoni), suçluluk ve düşük enerji majör depresyonla örtüşür ve bu bozukluk en klasik biçimde **serotonin düzeyindeki azalma ile açıklanır**. Serotonin; duygu durumun dengelemesi, uyku-uyanıklık döngüsü, iştah ve dürtü kontrolünde kritik rol oynar. Serotonin düzeyinin düşmesi; çökkünlük, isteksizlik, değersizlik düşünceleri ve genel enerji kaybı ile yakından ilişkilidir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Dopamin düzeyinin artması:** Dopamin, beynin ödül ve motivasyon sisteminin merkezinde yer alır. Haz alma, hedefe yönelik davranış başlatma ve sürdürme gibi işlevlerde etkilidir. Depresyonda özellikle haz alamama (anhedoni) dopamin sistemindeki **azalma** ile ilişkilidir. Dopamin artışı ise daha çok bağımlılık ve psikotik belirtilerle ilişkilidir; bu nedenle uygun değildir.

C) **GABA düzeyinin artması:** GABA, merkezi sinir sisteminin temel **baskılayıcı (ketleyici)** nörotransmitteridir. Sinirsel uyarılmayı azaltarak gevşeme sağlar. Daha çok anksiyete ile ilişkilidir; depresyonun temel mekanizmasını açıklamaz.

D) **Asetilkolin düzeyinin azalması:** Asetilkolin dikkat, öğrenme ve bellek gibi **bilişsel (nörobilişsel)** süreçlerde rol oynar. Azalması demans gibi tablolara ilişkilidir; depresyonun temel nedeni değildir.

E) **Glutamat düzeyinin artması:** Glutamat uyarıcı bir nörotransmitterdir ve öğrenme-bellek süreçlerinde etkilidir. Depresyonda rolü araştırılmaktadır ancak klasik açıklama değildir.

Cevap: B

2. Soruda bizden istenen, travmatik olaya ait **görsel imgeleri hatırlayamama** durumunun hangi beyin bölgesiyle ilişkili olduğunu belirlemektir. Görsel bilginin işlenmesi ve görsel belleğin temel olarak organize edilmesi **okspital lobun** işlevidir. Okspital lob, görme duyusunun kortikal merkezidir ve görsel uyarıların anlamlandırılmasında kritik rol oynar. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Frontal lob:** Yürütücü işlevler, karar verme, planlama ve dikkat süreçlerinden sorumludur; görsel bilginin temel işleme merkezi değildir.

B) **Beyincik:** Denge, koordinasyon ve motor kontrol ile ilişkilidir; görsel belleğin işlenmesinde temel rolü yoktur.

D) **Temporal lob:** İşitsel bilgi işleme ve uzun süreli bellekle ilişkilidir; ancak görsel bilginin ilk işleme merkezi değildir.

E) **Parietal lob:** Duyusal bilgilerin bütünleştirilmesi ve mekânsal algı ile ilişkilidir; doğrudan görsel belleğin temel işleme merkezi değildir.

Cevap: C

3. Erdem'in sınav anında yaşadığı kalp çarpıntısı, terleme ve "kaçma isteği" gibi belirtiler, vücudun tehdit algısına verdiği **savaş-kaç tepkisini** gösterir. Bu tepkinin hızlı biçimde başlatılmasında ve kaygının ortaya çıkmasında temel rol oynayan yapı **amigdaladır**. Amigdala, tehlikeyi algılar algılamaz otonom sinir sistemini harekete geçirerek bedensel stres tepkilerini başlatır. **Bu nedenle doğru cevap B'dir.**

A) **Hipokampus:** Yaşantıların bağlamını hatırlama ve bellek oluşturma ile ilişkilidir; doğrudan korku tepkisini başlatmaz.

C) **Talamus:** Duyusal bilgileri ilgili kortikal alanlara ileten bir aktarma merkezidir; duygusal tepkinin kaynağı değildir.

D) **Medulla oblongata:** Solunum ve kalp ritmi gibi yaşamsal işlevleri düzenler; ancak kaygının oluşumunu başlatan yapı değildir.

E) **Parietal lob:** Duyusal bilgilerin bütünleştirilmesi ve mekânsal algıdan sorumludur; stres tepkisinin merkezinde yer almaz.

Cevap: B

4. Merve'nin kaza sonrası **yeni bilgileri öğrenemesi**, özellikle **yeni anı oluşturma (anterograd bellek)** sürecinde bir bozulmaya işaret eder. Bu süreçten kritik düzeyde sorumlu yapı **hipokampus**dur. Hipokampus, bilgilerin kısa süreli bellekten uzun süreli belleğe aktarılmasında ve yeni anıların oluşturulmasında temel rol oynar. Bu nedenle bu yapının hasarı yeni öğrenmeleri ciddi biçimde zorlaştırır. **Bu nedenle doğru cevap D'dir.**

- A) **Hipotalamus:** Açlık, susuzluk, hormonlar ve homeostaz gibi yaşamsal düzenlemelerde rol oynar; bellek oluşumunun temel merkezi değildir.
- B) **Talamus:** Duyusal bilgilerin kortekse iletilmesini sağlar; bellek oluşumunda dolaylı rolü olsa da temel yapı değildir.
- C) **Serebellum:** Denge, koordinasyon ve motor öğrenme ile ilişkilidir; bilişsel bellek süreçlerinin ana merkezi değildir.
- E) **Pons:** Solunum ve uyku gibi temel yaşamsal işlevlerde rol oynar; bellek oluşumuyla doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: D

5. Danışanın "kendimi durduramıyorum" ifadesi, özellikle **dürtü kontrolü, davranışın inhibisyonu (ketlenmesi) ve duyguların düzenlenmesi** ile ilgili bir sorun olduğunu gösterir. Bu işlevlerin merkezi ise **frontal lobdur**. Frontal lob; karar verme, planlama, sosyal uygunluk ve özellikle dürtüleri kontrol etme (ketleme) süreçlerinden sorumludur. Bu bölgedeki işlev bozuklukları, ani öfke patlamaları ve kontrolsüz davranışlarla kendini gösterebilir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Parietal lob:** Duyusal bilgilerin bütünleştirilmesi ve mekânsal algı ile ilgilidir; dürtü kontrolünde temel rolü yoktur.
- C) **Oksipital lob:** Görsel bilgilerin işlenmesinden sorumludur; davranış kontrolüyle ilişkili değildir.
- D) **Temporal lob:** İşitsel süreçler ve bellekle ilişkilidir; duygusal içerik barındırır da dürtü kontrolünün ana merkezi değildir.
- E) **Limbik lob:** Duyguların oluşumu ve işlenmesinde rol oynar; ancak bu duyguların **kontrol edilmesi ve düzenlenmesi** frontal lobun temel işlevidir.

Cevap: A

6. Yusuf'un yaşadığı denge kaybı, koordinasyon güçlüğü ve ince motor beceri zayıflığı, hareketlerin **düzenlenmesi ve hassas biçimde ayarlanması** ile ilgili bir soruna işaret eder. Bu işlevlerin temel merkezi **serebellumdur**. Serebellum; denge, vücut duruşu (postür), kas tonusu ve hareketlerin akıcı-koordineli biçimde gerçekleşmesini sağlar. Bu nedenle bu tür belirtiler en çok serebellumla ilişkilidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Beyin sapı:** Solunum, kalp atımı gibi yaşamsal otomatik işlevleri düzenler; motor koordinasyonun ana merkezi değildir.
- C) **Parietal lob:** Duyusal bilgilerin bütünleştirilmesi ve mekânsal algı ile ilgilidir; doğrudan motor koordinasyonu yönetmez.
- D) **Frontal lob:** Planlama ve istemli hareketlerin başlatılmasında rol oynar; ancak hareketlerin dengeli ve koordineli yürütülmesi serebelluma aittir.
- E) **Talamus:** Duyusal bilgilerin iletiminde görev alır; motor koordinasyonun temel düzenleyicisi değildir.

Cevap: B

7. Öğrencinin yaşadığı planlama, dikkat toplama ve görevleri sıralama güçlükleri; **yürütücü işlevler** olarak adlandırılan bilişsel süreçlerle ilgilidir. Bu işlevler; hedef belirleme, organize olma, dikkati sürdürme ve davranışı kontrol etme gibi üst düzey süreçleri kapsar ve bu süreçlerin merkezi **frontal lobdur**. Özellikle **dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğunda** prefrontal korteks en çok etkilenen bölgedir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Temporal lob:** İşitsel bilgi işleme ve bellekle ilişkilidir; yürütücü işlevlerin merkezi değildir.
- C) **Oksipital lob:** Görsel bilgilerin işlenmesinden sorumludur; dikkat ve planlama süreçlerinde temel rolü yoktur.
- D) **Parietal lob:** Duyusal entegrasyon ve mekânsal algıyla ilişkilidir; yürütücü işlevleri doğrudan yönetmez.
- E) **Serebellum:** Denge, koordinasyon ve motor kontrolle ilişkilidir; bilişsel planlama süreçlerinin merkezi değildir.

Cevap: B

8. Mehmet'in yaşadığı durum yalnızca tek bir alana özgü değildir; dikkatini toplayamama, algılayamama ve gün sonunda yaşadıklarını hatırlayamama gibi **çoklu bilişsel süreçlerde bozulma** söz konusudur. Bu tür dikkat, algı, düşünme ve bellek gibi üst düzey zihinsel işlevlerin bütüncül olarak yürütüldüğü yapı **beyin korteksidir**. Özellikle korteks; bilgiyi işleme, anlamlandırma, dikkati sürdürme ve öğrenilen bilgileri organize etme gibi temel bilişsel faaliyetlerin merkezidir. Bu nedenle Mehmet'in yaşadığı yaygın sorunlar en iyi bu yapının işlev bozukluğuyla açıklanır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Talamus:** Duyusal bilgileri ilgili kortikal alanlara ileten bir aktarma merkezidir; tek başına dikkat, algı ve bellekteki yaygın bozulmayı açıklamaz.
- B) **Beyincik:** Denge ve motor koordinasyonla ilgilidir; bilişsel süreçlerin merkezi değildir.
- C) **Hipokampus:** Uzun süreli bellek oluşumunda etkilidir; ancak dikkat ve algı sorunlarını tek başına açıklamaz.
- E) **Amigdala:** Duyusal tepkilerle ilişkilidir; bilişsel süreçlerin genel işleyişinden sorumlu değildir.

Cevap: D

9. Zehra'nın yaşadığı kalp çarpıntısı, terleme ve mide bulantısı gibi belirtiler, **istemsiz (otonom) sinir sistemi tepkileridir**. Bu tür fizyolojik süreçlerin düzenlenmesinde temel rol oynayan yapı **hipotalamustur**. Hipotalamus; otonom sinir sistemi ile endokrin sistemi koordine ederek stres anında kalp atışı, terleme ve sindirim gibi tepkileri düzenler. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Beyin korteksi:** Bilinçli düşünme ve üst düzey bilişsel işlevlerden sorumludur; istemsiz fizyolojik tepkilerin doğrudan düzenleyicisi değildir.
- B) **Serebellum:** Denge ve motor koordinasyonla ilgilidir; otonom tepkileri yönetmez.
- C) **Medulla oblongata:** Solunum ve kalp ritmi gibi yaşamsal refleksleri düzenler; ancak stres kaynaklı bütüncül otonom tepkilerin merkezi değildir.
- E) **Bazal gangliyon:** Hareketlerin başlatılması ve düzenlenmesiyle ilişkilidir; otonom sinir sistemi tepkilerinde temel rolü yoktur.

Cevap: D

10. Zeliha Hanım'ın yılanla karşılaştığında yaşadığı donakalma, hızlı nefes alma, göz bebeklerinin büyümesi ve titreme gibi tepkiler, **ani tehdit algısına verilen savaş-kaç tepkisini** gösterir. Bu süreçte tehdit hızlı biçimde değerlendirilir ve vücut alarma geçirilir. Bu tepkinin başlatılmasında **amigdala**, fizyolojik yanıtların düzenlenmesinde ise **hipotalamus** etkin rol oynar. Bu iki yapı birlikte çalışarak **sempatik sinir sistemini** aktive eder ve bedeni acil duruma hazırlar. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Beyin sapı ve serebellum – Somatik sistem:** Beyin sapı yaşamsal refleksleri, serebellum koordinasyonu düzenler; somatik sistem istemli hareketlerle ilgilidir, bu tabloyu açıklamaz.
- B) **Hipokampus ve frontal lob – Parasempatik sistem:** Hipokampus bellekle, frontal lob yürütücü işlevlerle ilgilidir; parasempatik sistem ise gevşeme ile ilişkilidir, burada tam tersi bir durum vardır.
- D) **Oksipital lob ve pons – Endokrin sistem:** Oksipital lob görme ile ilgilidir; pons temel yaşamsal işlevlerde rol alır; bu tepkiyi açıklayan temel yapılar değildir.
- E) **Temporal lob ve talamus – Parasempatik sistem:** Temporal lob işitsel ve bellek süreçleriyle, talamus duyusal iletimle ilgilidir; parasempatik sistem bu durumda baskın değildir.

Cevap: C

11. Bebeğin ayak tabanına uyarı verildiğinde parmakların yukarı doğru açılması **babinski refleksidir** ve bu refleks, **üst motor nöronların (özellikle serebral korteksin) henüz yeterince olgunlaşmadığını** gösterir. Normalde yetişkinlerde korteks bu refleks baskılar; ancak bebeklerde kortikal kontrol gelişmediği için bu refleks görülür. Bu nedenle doğru eşleştirme **babinski refleksi – serebral kortektir** ve **doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Moro refleksi – Beyincik:** Moro refleksi (irkilme) beyin sapı düzeyinde organize edilir; beyincik temel merkez değildir.
- C) **Palmer refleksi – Bazal gangliyon:** Yakalama refleksi beyin sapı kontrolündedir; bazal gangliyonla doğrudan eşleşmez.
- D) **Plantar refleksi – Hipotalamus:** Hipotalamus otonom ve hormonal düzenleme yapar; bu refleksle ilişkili değildir.

- E) **Emme refleksi – Talamus:** Emme refleksi beyin sapı tarafından düzenlenir; talamus duyusal iletim merkezidir.

Cevap: A

12. Bebeğin ani sesle irkilip kollarını açması ve ardından gövdesine çekmesi **moro refleksi**ni gösterir. Bu refleks, hayatta kalma ile ilişkili ilkel bir refleks olup **beyin sapı** düzeyinde organize edilir. İlkel reflekslerin çoğu korteks dışı, daha alt düzey sinir sistemi yapılarından kaynaklanır. Bu nedenle doğru eşleştirme **moro refleksi – beyin sapıdır** ve **doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Palmer refleksi – Frontal lob:** Yakalama refleksi beyin sapı kontrolündedir; frontal lobla doğrudan ilişkili değildir.

- C) **Babinski refleksi – Hipotalamus:** Babinski refleksi üst motor nöron ve serebral korteksle ilişkilidir; hipotalamusla değil.

- D) **Plantar refleksi – Serebellum:** Plantar refleks serebellumla değil, daha çok kortikal kontrolle ilişkilidir.

- E) **Yutma refleksi – Talamus:** Yutma refleksi beyin sapı tarafından düzenlenir; talamus duyusal iletim merkezidir.

Cevap: A

13. Danışanın ifade ettiği kalp atışlarının yavaşlaması, sindirimin rahatlaması ve gevşeme hâli, vücudun **dinlenme ve toparlanma** durumuna geçtiğini gösterir. Bu tür fizyolojik değişiklikler **parasempatik sinir sisteminin** etkinleşmesiyle ortaya çıkar; çünkü bu sistem kalp hızını düşürür, sindirimi artırır ve bedeni sakinleştirir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Sempatik sinir sistemi:** Savaş-kaç tepkisini başlatır; kalp hızını artırır ve bedeni alarma geçirir, verilen durumun tersidir.

- C) **Somatik sistem:** İstimli kas hareketlerini kontrol eder; iç organların düzenlenmesinde görev almaz.

- D) **Retiküler aktivasyon sistemi:** Uyanıklık ve dikkat düzeyini düzenler; gevşeme ve otonom değişiklikleri açıklamaz.

- E) **Vestibüler sistem:** Denge ve uzaysal yönelimle ilgilidir; bu belirtilerle ilişkili değildir.

Cevap: B

14. Bebeklerde emme ve yutma gibi yaşamsal refleksler, istem dışı ve otomatik olarak gerçekleşir ve bu tür reflekslerin koordinasyonu **beyin sapı** tarafından sağlanır. Özellikle **medulla oblongata**, yutma gibi yaşamsal reflekslerin düzenlenmesinde kritik rol oynar. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Emme refleksi – Frontal korteks:** Emme refleksi istemsizdir ve beyin sapı tarafından düzenlenir; frontal korteksle ilişkili değildir.

- C) **Palmer refleksi – Serebellum:** Yakalama refleksi beyin sapı kökenlidir; serebellum motor koordinasyonla ilgilidir.

- D) **Moro refleksi – Hipokampus:** Moro refleksi ilkel bir refleks olup beyin sapı ile ilişkilidir; hipokampus bellekle ilgilidir.

- E) **Plantar refleksi – Mezensefalon:** Plantar refleks kortikal kontrolle ilişkilidir; mezensefalonla doğrudan eşleşmez.

Cevap: B

15. Mualla'nın yaşadığı sürekli gerginlik, uyuyamama ve tetikte olma hâli, sinir sisteminde **aşırı uyarılmışlık** durumuna işaret eder. Bu tablo en çok, merkezi sinir sisteminin temel **baskılayıcı (kettle-yici)** nörotransmitteri olan **GABA'nın azalması (baskılanması)** ile açıklanır. GABA normalde sinirsel aktiviteyi azaltarak gevşeme ve sakinleşme sağlar; düzeyinin düşmesi ise kaygı, gerginlik ve uykusuzluk gibi belirtilere yol açar. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Glutamat – Öğrenme hızının artması:** Glutamat uyarıcı bir nörotransmitterdir ve öğrenme-bellek süreçlerinde rol oynar; verilen tabloyu açıklamaz.

- C) **Dopamin – Enerji artışı:** Dopamin motivasyon ve ödül sistemiyle ilişkilidir; burada temel sorun aşırı uyarılmışlıktır.

- D) **Asetilkolin – Kas felci:** Asetilkolin kas hareketleri ve bilişsel süreçlerle ilişkilidir; bu eşleştirme doğru değildir.

- E) **Endorfin – Ağrı eşiğinin yükselmesi:** Endorfinler ağrı azaltma ve haz ile ilişkilidir; verilen belirtilerle uyumlu değildir.

Cevap: B

1. Berk'in EEG kayıtlarında **frontal loblarda aşırı elektriksel aktivite** görülmesi, doğrudan **sinirsel uyarılmanın artmasına** işaret eder. Bu tür aşırı uyarılmışlık durumları, beynin temel **uyarıcı nörotransmitteri olan glutamatın artışıyla** en iyi şekilde açıklanır. Glutamat; sinaptik iletimi güçlendirir ve nöronal aktiviteyi artırır. Bu nedenle tabloda öncelikle dikkate alınması gereken nörotransmitter glutamattır. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Endorfin:** Ağrı azaltma ve haz ile ilişkilidir; aşırı uyarılmışlık ve frontal aktivite artışıyla doğrudan ilişkili değildir.
- B) **Serotonin:** Duygudurum ve dürtü kontrolünde rol oynar; ancak burada öncelikli vurgu nöronal aşırı aktivitedir.
- C) **Noradrenalin:** Uyanıklık ve stres tepkisini artırır; fakat doğrudan elektriksel aktivite artışının temel belirleyicisi değildir.
- E) **Asetilkolin:** Dikkat ve öğrenme süreçlerinde rol oynar; bu tabloyu açıklamaz.

Cevap: D

2. Derya'nın motivasyonunun azalması, hiçbir şeyden heyecan duymaması ve özellikle ödül gecikmesi olan durumlarda çabuk vazgeçmesi; **ödül beklentisi ve hedefe yönelik davranışı sürdürme** süreçlerinde bozulmaya işaret eder. Bu süreçlerin temel nörotransmitteri **dopamindir**. Dopamin; haz alma, motivasyon, ödül beklentisi ve çabayı sürdürme ile doğrudan ilişkilidir. Düzeyinin azalması, isteksizlik ve kolay vazgeçme gibi belirtilerle kendini gösterir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Endorfin:** Ağrı azaltma ve kısa süreli haz ile ilişkilidir; motivasyon ve hedefe yönelik davranışı açıklamaz.
- B) **Asetilkolin:** Dikkat ve öğrenme süreçlerinde rol oynar; motivasyon eksikliğini açıklamada temel değildir.
- C) **Serotonin:** Duygudurum düzenleme ile ilişkilidir; ancak ödül ve motivasyon sistemi dopaminle daha doğrudan bağlantılıdır.
- D) **Noradrenalin:** Çevreye karşı tetikte olma ve dikkat açıklığını artırır; motivasyon ve ödül beklentisinin temel belirleyicisi değildir.

Cevap: E

3. Mehmet'in mide spazmları, kas gerginliği, dikkat dağınıklığı, uykusuzluk ve baş ağrıları; **sempatik sinir sisteminin aşırı çalıştığını** gösterir. Bu durum vücudu sürekli tetikte tutar ve fizyolojik uyarılmayı artırır. Bu tablo en çok **noradrenalin artışı** ile ilişkilidir; çünkü noradrenalin stres tepkisini güçlendirir, kalp atışını ve kas gerginliğini artırır, dikkat sistemini aşırı uyarır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Endorfin:** Ağrı azaltma ve haz ile ilişkilidir; stresin fizyolojik belirtilerini açıklamaz.
- B) **Serotonin:** Duygudurum düzenleme ile ilişkilidir; sempatik aşırı aktivasyonun temel belirleyicisi değildir.
- C) **Glutamat:** Uyarıcıdır ancak doğrudan stres sisteminin ana düzenleyicisi değildir.
- D) **GABA:** Baskılayıcı (ketleyici) nörotransmitterdir; artışı gevşeme sağlar, verilen duruma ters yöndedir.

Cevap: E

4. Özlem'in maraton sonrası kendini çok rahatlamış ve neşeli hissetmesi, aynı zamanda ağrı eşiğinin yükselmesi; **(koşucu sarhoşluğu** olarak bilinen durumla ilişkilidir. Bu tablo en çok **endorfin artışı** ile açıklanır. Endorfinler; doğal ağrı kesici etki gösterir, ağrı algısını azaltır ve yoğun fiziksel aktivite sonrası haz ve rahatlatma hissi oluşturur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Dopamin:** Ödül ve motivasyonla ilişkilidir; ancak ağrı eşiğinin yükselmesini doğrudan açıklamaz.
- C) **Serotonin:** Duygudurum düzenler; fakat koşu sonrası ani haz ve analjezik etki endorfinle daha doğrudan ilişkilidir.
- D) **Asetilkolin:** Kas hareketleri ve öğrenme süreçlerinde rol oynar; bu tabloyu açıklamaz.
- E) **GABA:** Baskılayıcı (ketleyici) nörotransmitterdir; gevşeme sağlar ancak ağrı eşiği artışıyla temel düzeyde ilişkili değildir.

Cevap: B

5. Özcan'ın yürürken nesnelere çarpması, sağ-sol yönleri karıştırması ve bedeninin bir tarafını kendine ait hissetmemesi; **mekânsal algı, beden farkındalığı ve duyuşsal bütünleştirme** ile ilgili bir bozulmaya işaret eder. Bu işlevlerin merkezi **parietal lobdur**. Özellikle parietal lob hasarında **uzaysal ihmal (neglect)** ve beden şeması bozuklukları görülebilir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Frontal lob:** Yürütücü işlevler ve motor planlama ile ilgilidir; mekânsal farkındalığın temel merkezi değildir.
- B) **Beyin sapı:** Yaşamsal refleksleri düzenler; bu tür bilişsel-mekânsal belirtileri açıklamaz.
- C) **Temporal lob:** İşitsel süreçler ve bellekle ilişkilidir; beden farkındalığıyla doğrudan ilişkili değildir.
- D) **Oksipital lob:** Görsel bilgiyi işler; ancak beden uzaysal temsili ve yönelim parietal lobla ilişkilidir.

Cevap: E

6. Turgay'ın sağ eliyle tuttuğu nesneyi adlandıramaması ancak sol eliyle tuttuğunda bunu yapabilmesi ve sol görsel alandan gelen kelimeleri ifade edememesi; **beyin yarımküreleri arasında bilgi aktarımında bir kopukluk** olduğunu gösterir. Sağ el ve sağ görsel alan sol hemisferle, sol el ve sol görsel alan ise sağ hemisferle ilişkilidir. Dil merkezleri çoğunlukla sol hemisferde bulunduğu için, sağ hemisfere gelen bilginin sol hemisfere aktarılması gerekir. Bu aktarımı sağlayan yapı **corpus callosumdur**. Bu yapı hasar gördüğünde iki yarımküre arasında iletişim bozulur ve bu tür ayrılmış performanslar ortaya çıkar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Hipokampus:** Bellek oluşumuyla ilgilidir; yarımküreler arası bilgi aktarımını sağlamaz.
- B) **Talamus:** Duyusal bilgileri ileten aktarma merkezidir; hemisferler arası bağlantıyı sağlamaz.
- C) **Amigdala:** Duygusal tepkilerle ilişkilidir; bu tabloyu açıklamaz.
- E) **Prefrontal korteks:** Yürütücü işlevlerle ilgilidir; hemisferler arası iletişimden sorumlu değildir.

Cevap: D

7. Mert'in sürekli yemek yeme isteği ve doygunluk hissi yaşamaması, **açlık-tokluk dengesinin bozulduğunu** gösterir. Bu dengenin düzenlenmesinden sorumlu temel yapı **hipotalamustur**. Hipotalamus; açlık, susuzluk ve enerji dengesi gibi homeostatik süreçleri kontrol eder. Özellikle tokluk merkezinin hasarında birey doygunluk hissetmez ve aşırı yeme davranışı ortaya çıkar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Hipokampus:** Bellek oluşumuyla ilgilidir; yeme davranışının düzenlenmesinde temel rolü yoktur.
- B) **Serebellum:** Denge ve motor koordinasyonla ilişkilidir; açlık-tokluk düzenlemesiyle ilgili değildir.
- C) **Talamus:** Duyusal bilgilerin iletiminde görev alır; iştah düzenlemesinin merkezi değildir.
- D) **Amigdala:** Duygusal tepkilerle ilişkilidir; doğrudan açlık-tokluk kontrolünden sorumlu değildir.

Cevap: E

8. Mehmet'te talamus bölgesine bası olması; **duyuşsal bilgilerin kortekse iletilmesi ve seçici dikkat süreçlerinde bozulmaya** yol açar. Talamus, duyuşsal bilgilerin "aktarma ve filtreleme merkezi"dir; hangi uyarının önemli olduğuna karar verilmesinde ve dikkatin yönlendirilmesinde kritik rol oynar. Bu nedenle duyuşsal iletimde gecikme, dikkat azalması, uyarıların anlamlandırmada güçlük ve önem sıralaması yapamama gibi belirtiler beklenir.

Ancak **uzun süreli belleğin işlenmesi** esas olarak hipokampus ve ilişkili yapılarla ilgilidir, talamusun birincil görevi değildir. Bu yüzden bu durum Mehmet'te **en az olası** bulgudur. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Duyusal bilgilerin kortekse ulaşmasında gecikme:** Talamusun temel görevi olduğu için beklenir.
- B) **Çevresel uyarılara karşı seçici dikkatin azalması:** Talamus dikkat filtrelemede rol oynar; bu belirti beklenir.
- C) **Duyular arasında bütünleşmenin zorlaşması:** Duyusal iletim bozulduğu için bütünleştirme de zorlaşır.
- E) **Uyarıcılar arasında önem sıralaması yapamama:** Talamus filtreleme işlevi nedeniyle bu durum ortaya çıkabilir.

Cevap: D

9. Deniz'in tanıdık yüzleri görebilmesi, yani kişileri tanıyabilmesi **tanıma belleğinin korunduğunu** gösterir. Buna rağmen isimlerini söyleyememesi, bilginin kaybolduğunu değil **sözcüğe erişimde (isimlendirme) güçlü** yaşandığını gösterir. Konuşma akıcılığının da korunmuş olması, sorunun konuşma üretiminden değil **anlamsal bellekten sözcük çağırma sürecinden** kaynaklandığını düşündürür. Bu süreçler en çok **temporal lob**, özellikle sol temporal bölge ile ilişkilidir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Broca alanı:** Konuşma üretimiyle ilgilidir; hasarında akıcılık bozulur, burada korunmuştur.
 B) **Frontal lob:** Yürütücü işlevlerle ilgilidir; spesifik isimlendirme sorununu açıklamaz.
 C) **Sol parietal lob:** Duyusal entegrasyonla ilişkilidir; temel isimlendirme merkezi değildir.
 D) **Spinal cord:** Omurilik olup iletim ve reflekslerle ilgilidir; dil işlevleriyle ilişkili değildir.

Cevap: E

10. Soruda özellikle vurgulanan nokta, kişinin **duyusal uyarıları alabilmesi (resepsiyon sağlam)** ancak bu bilgilerin **kortekse aktarılması ve yönlendirilmesinde bozulma** yaşamasıdır. Bu işlev, duyuşsal bilgileri ilgili kortikal alanlara ileten ve filtreleyen yapı olan **talamusa** aittir. Talamus, adeta beynin "aktarma ve yönlendirme merkezi"dir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Hipokampus:** Bellek oluşumu ile ilgilidir; duyuşsal iletim merkezi değildir.
 C) **Amigdala:** Duyuşsal tepkilerle ilişkilidir; duyuşsal bilgiyi kortekse aktarma görevi yoktur.
 D) **Medulla oblongata:** Solunum ve kalp atımı gibi yaşamsal işlevleri düzenler; duyuşsal yönlendirme yapmaz.
 E) **Hipotalamus:** Homeostatik denge ve hormon düzenleme ile ilgilidir; duyuşsal iletimin ana merkezi değildir.

Cevap: B

11. Mualla Hanım'ın göz hareketlerini kontrol edememesi, işitsel yansımalarla tepki vermemesi ve ağrılı uyaranlara geç yanıt vermesi; **görsel, işitsel ve ağrısız reflekslerin bütüncül olarak etkilendiğini** gösterir. Bu reflekslerin koordinasyonunda temel rol oynayan yapı orta beyindir (mezensefalon). Orta beyin; göz hareketleri, görsel-işitsel refleksler ve bazı ağrıya yönelik tepkilerin düzenlenmesinde kritik görev üstlenir. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Pons:** Solunum ve bazı geçiş işlevlerinde rol oynar; göz ve refleks koordinasyonunun ana merkezi değildir.
 B) **Medulla oblongata:** Yaşamsal fonksiyonları (solunum, kalp) düzenler; bu tür refleks bütünlüğünü açıklamaz.
 C) **Hipotalamus:** Hormon ve otonom denge ile ilgilidir; refleks kontrolünün merkezi değildir.
 E) **Serebellum:** Denge ve koordinasyonla ilgilidir; refleks yanıtlarının temel merkezi değildir.

Cevap: D

12. Fehim'de görülen refleks bozuklukları, solunum düzensizliği ve kalp ritmi problemleri; **yaşamsal (otonom) işlevlerin bozulduğunu** gösterir. Bu işlevlerin temel düzenleyicisi medulla oblongata'dır (omurilik soğanı). Medulla oblongata; solunum ritmini ayarlayan merkezleri, kalp atım hızını ve kan basıncını düzenleyen kardiyovasküler merkezleri içerir. Ayrıca yutma, öksürme, hapsirme ve kusma gibi reflekslerin koordinasyonunu sağlar. Bu nedenle bu yapıdaki hasar, hem reflekslerde bozulmaya hem de solunum ve kalp ritminde düzensizliklere yol açar. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Serebellum:** Denge, koordinasyon ve kas tonusu ile ilgilidir; yaşamsal otonom işlevleri düzenlemez.
 C) **Talamus:** Duyuşsal bilgilerin kortekse iletilmesini sağlar; solunum ve kalp ritmi üzerinde doğrudan etkili değildir.
 D) **Hipokampus:** Uzun süreli bellek oluşumunda rol oynar; refleks ve otonom işlevlerle ilişkili değildir.
 E) **Broca alanı:** Konuşma üretiminden sorumludur; yaşamsal fizyolojik süreçlerle bağlantılı değildir.

Cevap: A

13. Yiğit'in yaşadığı kalp çarpıntısı, terleme ve nefes darlığı; korku sonrası ortaya çıkan **savaş-kaç tepkisini** gösterir. Bu durumda **sempatik sinir sistemi** aktif hâle gelir. Sempatik sistem; kalp atımını hızlandırır, göz bebeklerini büyütür, terlemeyi artırır ve sindirimi yavaşlatır. Ancak bu sistem **tükürük salgısını artırmaz, aksine azaltır** (ağız kuruluğu görülür). **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kalp atımının hızlanması:** Sempatik sistemin temel etkilerindendir, beklenir.
- B) **Göz bebeklerinin genişlemesi:** Tehlikeye karşı daha iyi görme için artar, beklenir.
- C) **Sindirim yavaşlaması:** Enerji sindirimden çekilip kaslara yönlendirilir, beklenir.
- E) **Deriden ter boşalmasının artması:** Vücut ısını düzenlemek için artar, beklenir.

Cevap: D

14. Salih'in sınav öncesinde yaşadığı kalp çarpıntısı, hızlı solunum ve gerginlik belirtileri **sempatik sinir sisteminin** aktif olduğunu gösterir. Ancak sınav başladıktan sonra nefesinin düzenlenmesi, yutkunmanın normale dönmesi ve bedeninin sakinleşmesi; bu etkinliğin azalıp **parasempatik sinir sisteminin** devreye girdiğini gösterir. Parasempatik sistem, vücudu dengeye getirir ve özellikle **kalp atışlarını düzenler, solunumu sakinleştirir ve gevşeme sağlar.** **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Parasempatik sistem – Solunumun daha hızlı ve düzensiz hâle gelmesi:** Bu durum sempatik sisteme aittir, parasempatikle uyuzmaz.
- B) **Sempatik sistem – Göz bebeklerinin büyümeye devam etmesi:** Sempatik sistemin devam ettiğini gösterir; oysa belirtiler azalmaktadır.
- D) **Sempatik sistem – Sindirimin tamamen durması:** Sempatik etkiyi ifade eder; burada tersine bir süreç vardır.
- E) **Somatik sistem – Bilinç kaybının başlaması:** Somatik sistem istemli kasları kontrol eder; bilinç kaybı ile ilişkili değildir.

Cevap: C

15. Damla'nın yüksek ses sonrası irkilmesi, donakalması, kalp çarpıntısı ve terleme yaşaması; ani tehdit algısına verilen **savaş-kaç tepkisini** gösterir ve bu aşamada **sempatik sinir sistemi** aktiftir. Olaydan birkaç dakika sonra kalp ritminin normale dönmesi, rahatlama ve acıkma hissinin ortaya çıkması ise **parasempatik sinir sisteminin** devreye girdiğini gösterir; çünkü bu sistem bedeni sakinleştirir ve sindirimi yeniden başlatır. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Parasempatik - Sempatik:** Süreç ters verilmiştir; ilk aşamada sempatik sistem aktif olur.
- C) **Somatik - Otonom:** Somatik sistem istemli hareketlerle ilgilidir; bu durum otonom sistemle açıklanır.
- D) **Retiküler sistem - Endokrin sistem:** Uyanıklık ve hormon sistemiyle ilişkilidir; bu tabloyu doğrudan açıklamaz.
- E) **Medulla oblongata - Hipotalamus:** Bu yapılar süreçte rol oynasa da soruda sistem düzeyi sorulmaktadır.

Cevap: B

TEST - 8

1. Candan'ın tüy temasına karşı elini hızla geri çekmesi, **refleks yayı** ile açıklanır. Bu süreçte uyarı önce **duyu nöronları** ile alınır, ardından **ara nöronlar** tarafından omurilikte işlenir ve son olarak **motor nöronlar** aracılığıyla kasa iletilir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

Duyu nöronları: Reseptörlerden (deri gibi) gelen bilgiyi merkezi sinir sistemine taşır. Yani uyarıyı ilk alan ve ileten nöronlardır.

Ara nöronlar: Omurilik ve beyinde bulunur. Gelen bilgiyi değerlendirir, uygun yanıtı organize eder ve duyu ile motor nöronlar arasında köprü görevi görür.

Motor nöronlar: Merkezi sinir sisteminden çıkan komutu kaslara iletir. Böylece kas kasılır ve davranış (örneğin elin geri çekilmesi) ortaya çıkar.

Cevap: B

2. Prefrontal korteks; dürtü kontrolü, planlama, sosyal uygunluk ve muhakeme gibi **yürütücü işlevlerden** sorumludur. Bu bölgedeki hasar; dürtüleri bastıramama, plan yapamama, sosyal normlara uymada zorlanma ve sağlıklı muhakeme kuramama gibi sorunlara yol açar. Ancak **görsel bir uyarıcıyı algılama** işlevi oksipital lobla ilgilidir ve prefrontal korteks hasarından doğrudan etkilenmez. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Dürtüsünü bastırmak:** Prefrontal korteksin temel işlevidir; hasarda zorlanır.
- B) **Uzun vadeli plan yapmak:** Yürütücü işlevdir; bozulur.
- C) **Sosyal normlara uygun davranmak:** Sosyal düzenleme prefrontal kortekse bağlıdır; zorlanır.
- E) **Muhakeme yürütmek:** Karar verme ve değerlendirme süreçleri prefrontal kortekse bağlıdır; bozulur.

Cevap: D

3. Sağ hemisfer; yüz tanıma, duygusal tonlamaları anlama, görsel-uzamsal beceriler ve yaratıcılıkla daha çok ilişkilidir. Bu nedenle sağ hemisfer hasarında bu alanlarda bozulma beklenir. Buna karşılık **sözel mantık kurma** daha çok sol hemisferin işlevidir. Bu yüzden sağ hemisfer hasarında bu becerinin bozulması **en az olasıdır. Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Yüz ifadelerinin tanınması:** Sağ hemisferle ilişkilidir; hasarda bozulur.
- B) **Duygusal tonlamaların fark edilmesi:** Sağ hemisfer işlevlerinden biridir; bozulması beklenir.
- C) **Görsel-uzamsal beceriler:** Sağ hemisferin temel alanıdır; hasarda etkilenir.
- D) **Yaratıcılık:** Sağ hemisferle ilişkilidir; hasarda azalabilir.

Cevap: E

4. Broca alanı, dilin **motor üretiminden** sorumludur. Bu bölgedeki hasarda konuşma **akıcılığı bozulur**, telaffuz zorlaşır ve yazılı ifade de etkilenebilir; yani birey ne söylemek istediğini bilir ama ifade etmekte güçlük yaşar. Ancak **anlamaya dayalı dil işlevleri (anlama)** genellikle korunur. Bu nedenle soruda istenen "içermez" ifadesine uygun seçenek, anlama kaybıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Konuşma akıcılığında bozulma:** Broca hasarında görülür.
- B) **Dilin motor üretiminde güçlük:** Temel belirtidir.
- C) **Telaffuzda zorluk:** Sık görülür.
- D) **Yazılı anlatımda bozulma:** Dil üretimi etkilendiği için görülebilir.

Cevap: E

5. Danışanın düşüncelerini zihninde düzgün kurabilmesine rağmen bunları söze dökmemesi, **dil üretiminde (konuşmanın motor yönünde) bozulma** olduğunu gösterir. Anlama ve düşünce içeriği korunmuş, ancak ifade etme zorlaşmıştır. Bu tablo, dilin motor üretiminden sorumlu olan **Broca alanı** hasarıyla örtüşür. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sağ frontal lob:** Daha çok duygusal ve davranışsal düzenleme ile ilişkilidir; spesifik dil üretim bozukluğu oluşturmaz.
- B) **Sol oksipital lob:** Görsel işleme ile ilgilidir; konuşma üretimiyle ilişkili değildir.
- C) **Hipokampus:** Bellek oluşumuyla ilgilidir; ifade etme gücünü açıklamaz.
- D) **Amigdala:** Duygusal tepkilerle ilişkilidir; dil üretimiyle doğrudan bağlantılı değildir.

Cevap: E

6. Danışanın yazılı dili okuyabilmesine rağmen okuduğunu anlamlandıramaması ve akıcı fakat anlamsız cümleler kurması; **anlama bozukluğu ile birlikte akıcılığın korunması** durumunu gösterir. Soruda "okuyabiliyor ancak anlamlandıramıyor" ve "anlamsız kelimelerle dolu cümleler kuruyor" ifadeleri, dilin anlamsal yönünün bozulduğunu açıkça ortaya koyar. Bu tablo Wernicke afazisi ile uyumludur. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Broca afazisi:** Broca afazisinde kişi ne söylemek istediğini bilir ancak konuşması yavaş, kesik ve çabalıdır. Soruda ise konuşma akıcıdır; fark üretimde değil anlamdadır.
- C) **Disleksi:** Dislekside birey kelimeleri doğru okuyamaz. Soruda ise kişi okuyabilmektedir; fark okuma değil anlamlandırmadır.
- D) **Genel afazi:** Genel afazide hem konuşma hem anlama birlikte bozulur. Soruda ise yalnızca anlam bozulmuştur; konuşma akıcıdır.
- E) **Apraksi:** Aprakside konuşma seslerini oluşturmak zorlaşır. Soruda ise ses üretimi vardır; problem anlam içeriğindedir.

Cevap: A

7. Esengül'ün tabloların renk, kompozisyon ve teknik özelliklerini ayrıntılı biçimde yorumlayabilmesi, **temel görsel algının sağlam olduğunu** gösterir. Buna karşılık daha önce gördüğü eserleri tanıyamaması ve hangi sanatçıya ait olduğunu belirleyememesi, **öğrenilmiş uyaranların tanınmasında (tanıma belleği / algısal öğrenme)** bir bozulmaya işaret eder. Bu tür tanıma ve anlamlandırma süreçleri en çok **temporal lob** ile ilişkilidir. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Frontal lob:** Planlama ve karar verme ile ilgilidir; sorudaki tanıma gücünü açıklamaz.
- B) **Parietal lob:** Mekânsal yönelim ve dokunsal algıyla ilişkilidir; eserleri tanıma süreciyle doğrudan bağlantılı değildir.
- D) **Oksipital lob:** Temel görsel algıyı sağlar. Soruda bu beceri korunmuştur; problem tanımadır.
- E) **Serebellum:** Motor koordinasyon ve denge ile ilgilidir; bilişsel tanıma süreçlerini açıklamaz.

Cevap: C

8. Hipokampus; yeni bilgilerin uzun süreli belleğe aktarılması, olayların (episodik belleğin) oluşturulması ve anıların zaman bağlamı içinde kodlanmasında kritik rol oynar. Bu yapı zarar gördüğünde özellikle **yeni öğrenilen bilgilerin kalıcı hâle getirilememesi (anterograd amnezi)** görülür. Ancak **korku tepkilerinin yoğunluğu** daha çok amigdala ile ilişkilidir ve hipokampus hasarında doğrudan bozulması beklenmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Yeni bilgilerin uzun süreli hafızaya aktarılması:** Hipokampusun temel işlevidir. Hasarında kişi yeni bilgileri öğrenir gibi görünse de bunları kalıcı hâle getiremez; kısa süre sonra unutma görülür.
- B) **Geçmiş deneyimlere dayalı öğrenme:** Hipokampus, yaşantıların belleğe yerleştirilmesinde rol oynadığı için bu tür öğrenmelerin oluşumu ve kullanımı etkilenir. Özellikle yeni deneyimlerin geçmişle ilişkilendirilmesi zorlaşır.
- D) **Olay belleği oluşturma:** Kişinin yaşadığı olayları "ne, nerede, ne zaman" boyutuyla hatırlamasını sağlayan sistemdir. Hipokampus hasarında yeni olayların belleği oluşturulmaz ya da eksik kodlanır.
- E) **Zaman dizinli anıların kodlanması:** Hipokampus anıların kronolojik bağlamını kurar. Hasar durumunda olayların sırası, zamanı ve bağlamı karışır veya doğru şekilde oluşturulmaz.

Cevap: C

9. Danışanın karmaşık görsel bilgileri işlemekte ve anlamlandırmakta zorlanması ile müzik seslerini yorumlayamaması, **duyusal bilgilerin anlamlandırılması ve yorumlanması** sürecinde bir bozulma olduğunu gösterir. Bu işlevler özellikle **temporal lob** ile ilişkilidir; çünkü bu bölge hem işitsel bilgilerin (müzik, ses) analizinde hem de görsel uyarıların tanınması ve anlamlandırılmasında rol oynar. **Bu durumda doğru seçenek A'dır.**

- B) Frontal lob:** Yürütücü işlevler (planlama, karar verme) ile ilgilidir; duyusal bilgiyi anlamlandırma temel görevi değildir.
- C) Parietal lob:** Mekânsal algı ve duyusal entegrasyonla ilişkilidir; müzik ve karmaşık anlamlandırma süreçlerinin merkezi değildir.
- D) Oksipital lob:** Görmenin ilk işlendiği yerdir; ancak "gördüğünü anlamlandırma" temporal lobla ilişkilidir.
- E) Serebellum:** Denge ve koordinasyonla ilgilidir; bilişsel anlamlandırma süreçlerini açıklamaz.

Cevap: A

10. Ahmet Bey'in konuşmasının akıcı olmasına rağmen anlamsız olması ve sorulara mantıklı yanıt verememesi, **anlama ve anlamlı dil üretiminde bozulma** olduğunu gösterir. Sol temporal lob hasarı, dilin anlamsal boyutunu etkiler ve özellikle **anlamsal bellek** (kelime ve kavramların anlam bilgisi) ile ilişkilidir. Bu tablo Wernicke tipi dil bozukluğuna karşılık gelir. **Bu durumda doğru seçenek E'dir.**

- A) Sosyal değerlendirme becerisi:** Bu beceri frontal lobla ilişkilidir; sorudaki problem dilin anlam boyutundadır.
- B) Denge kaybı:** Serebellumla ilişkilidir; verilen belirtilerle bağlantılı değildir.
- C) Görsel algı bozukluğu:** Oksipital lobla ilgilidir; burada temel sorun görme değil anlamlandırmadır.
- D) El-göz koordinasyonu:** Motor koordinasyonla ilgilidir; temporal lob hasarının tipik sonucu değildir.

Cevap: E

11. Fatma Hanım'ın nesneleri **görebilmesine rağmen tanıyamaması**, ancak onların ne işe yaradığını anlatabilmesi; **algı ile tanıma süreçlerinin ayrıştığını** gösterir. Yani görsel bilgi alınmakta (görme sağlam), fakat bu bilgi daha önce öğrenilmiş temsillerle eşleştirilememektedir. Bu durum özellikle oksipital-temporal bağlantılarla ilişkili **görsel agnozi** tablosudur. Görsel agnozide kişi nesneyi tarif edebilir (rengi, şekli, işlevi) ama "bu nedir?" sorusuna cevap veremez. **Bu nedenle doğru seçenek C'dir.**

- A) Wernicke afazisi:** Bu durumda birey dili akıcı konuşur ancak anlam bozulur; söylenenleri ve okuduklarını anlamakta zorlanır. Soruda ise problem dilde değil, görsel tanımadadır. Kişi nesnenin işlevini doğru anlatabildiğine göre dilin anlamsal boyutu korunmuştur.
- B) Retrograd amnezi:** Kişinin geçmiş yaşantılarını hatırlayamaması durumudur. Eğer bu olsaydı Fatma Hanım nesnelerin ne işe yaradığını da açıklayamazdı; çünkü bu bilgi geçmiş deneyimlere dayanır. Soruda ise işlev bilgisi korunmuştur.
- D) İletim afazisi:** Temel sorun söylenenleri tekrar etmede ortaya çıkar; kişi anlar ve konuşur ama tekrar edemez. Görsel tanıma ile doğrudan ilişkili değildir.
- E) Prefrontal disfonksiyon:** Planlama, karar verme, dürtü kontrolü gibi yürütücü işlevlerle ilgilidir. Nesneleri tanıyamama gibi özgül algısal bir bozukluğu açıklamaz.

Cevap: C

12. Sürücünün ani bir tehlike karşısında **bilinçli düşünmeye fırsat kalmadan** hızla yön değiştirmesi, klasik bir "uyaran → hızlı motor yanıt" örneğidir. Burada kritik olan nokta, çevreden gelen görsel uyarının (çocuğun yola çıkması) **çok kısa sürede işlenip doğrudan motor sisteme aktarılmasıdır**. Bu tür hızlı yönelme ve kaçınma tepkileri, üst düzey düşünme süreçlerinden ziyade daha alt düzey, refleks benzeri mekanizmalarla yürütülür. Bu bağlantıyı kuran yapı mezensefalondur (orta beyin). Orta beyin; özellikle ani görsel-işitsel uyarılara karşı **baş ve göz hareketlerini yönlendirme, bedeni o yöne adapte etme ve hızlı motor tepki oluşturma** görevini üstlenir. Bu nedenle burada anlatılan süreç en iyi mezensefalonda açıklanır. **Bu durumda doğru seçenek B'dir.**

- A) **Hipotalamus:** Otonom ve hormonal dengeyi düzenler (açlık, susuzluk, stres hormonları). Soruda anlatılan durum hızlı motor uyumdur; hormonal düzenleme değildir.
- C) **Medulla oblongata:** Solunum ve kalp atımı gibi yaşamsal işlevleri sürdürür. Ani yön değiş-tirme gibi çevresel uyarılara verilen motor tepkileri organize etmez.
- D) **Talamus:** Duyusal bilgileri ilgili kortikal alanlara ileten bir aktarma merkezidir. Ancak tek başına motor yanıtı başlatıp organize etmez; sadece iletim görevi görür.
- E) **Serebellum:** Hareketlerin dengeli, koordineli ve hatasız yapılmasını sağlar (ince ayar). Ancak soruda vurgulanan şey hareketin hassasiyeti değil, **uyarana hızlı tepki verilmesidir.**

Cevap: B

13. Mualla Hanım'da göz hareketlerini kontrol edememe, işitsel uyarılara tepki verememe ve ağırlı uyarılara geç yanıt verme; **görsel, işitsel ve ağ-rısal reflekslerin birlikte etkilendiğini** gösterir. Bu tür hızlı yönelme ve refleks yanıtlarının koordinasyonu **orta beyin (mezensefalon)** tarafından sağlanır. Orta beyin; göz hareketlerini yöneten çekirdekleri (okülomotor kontrol), görsel ve işitsel refleks merkezlerini (örneğin superior ve inferior colliculus) içerir ve aynı zamanda ağırlı uyarılara verilen hızlı tepkilerde rol oynar. Bu nedenle bu belirtilerin bir arada görülmesi, en çok bu bölgedeki hasarla açıklanır. **Bu durumda doğru seçenek D'dir.**

- A) **Pons:** Daha çok beyin bölgeleri arasında iletim ve bazı solunum düzenlemeleriyle ilgilidir; göz hareketleri ve reflekslerin ana koordinasyon merkezi değildir.
- B) **Medulla oblongata:** Solunum, kalp atımı ve temel yaşamsal refleksleri düzenler; ancak görsel-işitsel yönelme tepkilerinin merkezi değildir.
- C) **Hipotalamus:** Hormonlar ve otonom dengeyi düzenler; refleksif yönelme ve göz hareketlerini açıklamaz.
- E) **Serebellum:** Denge ve hareketlerin ince koordinasyonunu sağlar; ancak bu soruda vurgulanan refleks yanıtların oluşumunda birincil yapı değildir.

Cevap: D

14. Danışanda gözlenen hızlı nefes alma, kalp atışının artması ve sindirimin yavaşlaması; vücudun **tehlikeye hazırlık (savaş-kaç)** durumuna geçtiğini gösterir. Bu durumda organizma enerjiyi sindirim gibi ikincil süreçlerden çekip kaslara ve hayati tepkilere yönlendirir. Bu fizyolojik değişimleri düzenleyen sistem **sempatik sinir sistemidir. Bu nedenle doğru seçenek E'dir.**

- A) **Parasempatik sinir sistemi:** Gevşeme, dinlenme ve sindirimi artırma ile ilgilidir. Soruda ise bunun tam tersi bir tablo vardır.
- B) **Retiküler formasyon sistemi:** Uyanıklık ve dikkat düzeyini ayarlar; kalp atışı ve sindirim gibi otonom değişiklikleri doğrudan yönetmez.
- C) **Somatik sinir sistemi:** İstemli kas hareketlerini kontrol eder; iç organlara ait bu tepkileri açıklamaz.
- D) **Endokrin sistem:** Hormonlar üzerinden daha yavaş etkiler oluşturur; sorudaki hızlı ve anlık fizyolojik değişimler otonom sinir sistemiyle açıklanır.

Cevap: E

15. Atınç Bey'in bacaklarını hareket ettirebilmesi, **motor yolların sağlam olduğunu** gösterir. Buna karşılık ağırlı uyarıları hissetmemesi, **duyusal iletimin bozulduğunu** açıkça ortaya koyar. Yani problem kaslara giden komutta değil, **vücuttan beyne gelen duyusal bilginin iletilmesindedir.** Bu nedenle en uygun açıklama, omurilikte **duyu yollarının hasar görmesidir. Bu durumda doğru seçenek B'dir.**

- A) **Motor yol hasarı:** Eğer motor yollar hasarlı olsaydı, danışan bacaklarını hareket ettiremezdi. Soruda hareket korunmuştur.
- C) **Parasempatik lif zedelenmesi:** Daha çok iç organların düzenlenmesiyle ilgilidir; ağrı duyusunun kaybını açıklamaz.
- D) **Sempatik merkez bozukluğu:** Otonom tepkilerle ilişkilidir; duyusal kaybı doğrudan açıklamaz.
- E) **Prefrontal koordinasyon bozukluğu:** Beynin üst düzey yürütücü işlevleriyle ilgilidir; omurilik düzeyindeki bu tabloyla ilişkili değildir.

Cevap: B

1. Melek'in yemek sonrası rahatlama hissetmesi, kalp atışının yavaşlaması ve sindirimin düzenli çalışması; vücudun **dinlenme ve sindirim** durumuna geçtiğini gösterir. Bu durumda enerji korunur, kalp hızı düşer ve sindirim sistemi aktifleşir. Bu fizyolojik düzenlemeleri sağlayan sistem **para-empatik sinir sistemidir. Bu durumda doğru seçenek C'dir.**
- A) **Sempatik sinir sistemi:** Tehlike durumunda devreye girer; kalp hızını artırır ve sindirimi yavaşlatır. Sorudaki durumun tersidir.
- B) **Retiküler sistem:** Uyanıklık ve dikkat düzeyini düzenler; sindirim ve kalp ritmi üzerinde doğrudan etkili değildir.
- D) **Hipotalamik geri bildirim sistemi:** Vücudun genel dengesini korumada rol oynar; ancak sorudaki belirtileri doğrudan açıklamaz.
- E) **Serebral korteks:** Düşünme ve bilinçli süreçlerle ilgilidir; iç organların otomatik düzenlenmesinden sorumlu değildir.

Cevap: C

2. Danışanın vücudunun sol tarafında dokunma duyusunun azalması, yazarken harfleri ters yazması ve nesnelere uzanırken zorlanması; **duyusal algı, mekânsal farkındalık ve bedenin uzaydaki konumunu organize etme** işlevlerinde bozulmaya işaret eder. Bu işlevler özellikle **parietal lob** ile ilişkilidir. Ayrıca beynin sağ yarımküresi vücudun sol tarafını kontrol ettiğinden, belirtilerin sol tarafta olması **sağ parietal lob hasarını** düşündürür. **Bu nedenle en uygun seçenek E'dir.**
- A) **Sol parietal lob:** Sağ vücut yarısıyla ilişkilidir; sorudaki sol taraf belirtilerini açıklamaz.
- B) **Sağ oksipital lob:** Görme ile ilgilidir; dokunma ve mekânsal organizasyonu açıklamaz.
- C) **Beyincik:** Denge ve koordinasyonla ilgilidir; duyusal kayıp ve mekânsal ihmal bulgularını açıklamaz.
- D) **Sol temporal lob:** Dil ve işitsel süreçlerle ilgilidir; verilen belirtilerle örtüşmez.

Cevap: E

3. Danışanın plan yapma, organize etme ve adımları sıralama konusunda zorlanması; **yürütücü işlevlerde bozulma** olduğunu gösterir. Bu tür süreçler (planlama, problem çözme, davranışı düzenleme ve sıraya koyma) özellikle **prefrontal korteks** tarafından yürütülür. Bu nedenle tablo en iyi bu bölgenin hasarıyla açıklanır. **Bu durumda doğru seçenek B'dir.**
- A) **Motor korteks:** Kas hareketlerini başlatır; planlama ve organizasyonla ilgili değildir.
- C) **Oksipital lob:** Görsel algıyla ilgilidir; yürütücü işlevleri açıklamaz.
- D) **Parietal lob:** Mekânsal algı ve duyuşal bütünleştirme ile ilgilidir; planlama süreçlerinin merkezi değildir.
- E) **Temporal korteks:** Bellek ve işitsel süreçlerle ilişkilidir; organize etme ve sıralama becerilerinin temel merkezi değildir.

Cevap: B

4. Danışanın birden fazla görevi aynı anda sürdürememesi ve dikkatini farklı alanlara yönlendirememesi; **dikkati yönetme, görevler arasında geçiş yapma ve bilişsel kontrol** süreçlerinde bozulma olduğunu gösterir. Bu beceriler **yürütücü işlevler** kapsamında değerlendirilir ve frontal lob tarafından düzenlenir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **Uzaysal algı:** Parietal lobla ilişkilidir; çoklu görev ve dikkat yönetimini açıklamaz.
- B) **Duyusal bütünleme:** Duyusal bilgilerin birleştirilmesidir; burada sorun dikkat ve kontrol süreçlerindedir.
- C) **Görsel tanıma:** Görsel nesneleri ayırt etme ile ilgilidir; görevler arası geçişle ilgili değildir.
- D) **İşitsel bellek:** Sesle ilgili bilgileri hatırlama ile ilgilidir; dikkat bölme ve yönetme ile doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: E

5. Deniz’de gözlenen içe kapanma, duygulanımda azalma, donuk yüz ifadesi ve düşük dopamin düzeyi; **negatif semptomlarla** uyumlu bir tabloyu gösterir. Sol frontal korteksin zayıf çalışması da planlama, başlatma ve ifade süreçlerini etkiler. Soru “hangisi değildir” diye sorduğu için, bu tabloyla **uyumlu olmayan** seçeneği bulmamız gerekir. Negatif semptomların bulunduğu bir durumda **pozitif semptomların artışı** beklenmez. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Planlama ve karar verme işlevlerinde zayıflık:** Frontal korteks işlevi bozulduğunda yürütücü işlevler zayıflar; bu durum soruyla uyumludur.
- C) İfade edici dilin akıcılığında bozulma:** Frontal bölgeler (özellikle sol taraf) dil üretimiyle ilişkilidir; donuk ve tekdüze konuşma bu durumu destekler.
- D) Motor inisiyatifin azalması ve donukluk:** Dopamin düşüklüğü ve frontal zayıflıkla birlikte hareket başlatma azalır; sorudaki belirtilerle örtüşür.
- E) Sosyal etkileşimde yetersizlik:** Negatif semptomların temel özelliklerindendir; verilen tabloyla doğrudan uyumludur.

Cevap: A

6. Cem’de görülen ani öfke patlamaları, saldırgan davranışlar ve kontrolsüz tepkiler; **dürtü kontrolünde zayıflık** olduğunu gösterir. Nörobiyolojik bulgular da bunu destekler: amigdalanın aşırı aktif olması duygusal tepkilerin yoğunlaşmasına, serotonin düşüklüğü dürtü ve agresyon kontrolünün azalmasına, sağ prefrontal korteksin düşük aktivitesi ise bu tepkilerin **denetlenememesine** yol açar. Bu nedenle tablo en iyi **sağ prefrontal korteks kaynaklı dürtü kontrol zayıflığı** ile açıklanır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Sol hemisfer baskınlığı:** Dil ve analitik süreçlerle ilgilidir; saldırganlık ve dürtü kontrolüyle doğrudan ilişkili değildir.
- B) Asetilkolin artışı:** Daha çok dikkat ve öğrenme süreçleriyle ilgilidir; agresyonu açıklamaz.
- C) Talamus aktivitesi artışı:** Duyusal iletimle ilgilidir; işitsel halüsinasyonlar bu tabloyla örtüşmez.

D) Kara madde dejenerasyonu: Parkinson benzeri motor sorunlara yol açar; davranışsal dürtü kontrolünü açıklamaz.

Cevap: E

7. Elif’in sınav dönemlerinde yaşadığı mide bulantısı, titreme, ağlama nöbetleri ve bilinç bulanıklığı; **yoğun stres ve panik tepkisini** gösterir. Nörolojik bulgularda noradrenalin ve kortizol artışı ile amigdala aktivasyonunun yüksek olması, vücudun sürekli **tehlike algısında** olduğunu gösterir. Bu durum, otonom sinir sisteminin **sempatik bileşeninin aşırı çalışması** ile açıklanır; çünkü sempatik sistem kalp hızını artırır, mideyi etkiler, titreme ve yoğun kaygı tepkileri oluşturur. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Parasempatik sinir sistemi:** Gevşeme ve sindirimi artırır; sorudaki yoğun stres belirtileriyle uyumlu değildir.
- B) GABA artışı:** Sakinleşme ve kas gevşemesi sağlar; burada tam tersi bir aşırı uyarılmışlık vardır.
- C) Hipokampal baskılama:** Bellek sorunlarıyla ilişkilidir; sorudaki tablo akut stres ve panik belirtileridir.
- E) Endorfin artışı:** Ağrı azaltma ve rahatlama ile ilgilidir; burada kaygı ve uyarılma ön plandadır.

Cevap: D

8. İnsanda en gelişmiş beyin bölgesi, üst düzey bilişsel süreçlerin (düşünme, planlama, dil, problem çözme, bilinçli farkındalık) yürütüldüğü **serebral kortekstir (beyin kabuğu)**. Bu yapı özellikle insanlarda diğer canlılara göre çok daha gelişmiştir ve karmaşık zihinsel işlevlerin temelini oluşturur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Hipotalamus:** Homeostaz, hormonlar ve otonom dengeyi düzenler; üst düzey bilişsel süreçlerin merkezi değildir.
- C) Beyin sapı:** Solunum, kalp atımı gibi yaşamal işlevleri kontrol eder; daha ilkel bir yapıdır.
- D) Talamus:** Duyusal bilgileri ileten bir aktarma merkezidir; en gelişmiş bölge değildir.

- E) **Medulla:** Yaşamsal refleksleri düzenler; evrimsel olarak daha eski bir yapıdır.

Cevap: B

9. Sempatik sinir sistemi, tehlike anlarında devreye girerek vücudu **uyarır ve harekete hazırlar**. Bu sistem kalp hızını artırır, kan şekerini yükseltir ve parasempatik sistemle zıt çalışır. Ancak **vücudun yenilenmesi, dinlenmesi ve onarımı** parasempatik sisteme aittir. **Bu nedenle yanlış ifade B seçeneğidir.**

- A) **Tehlike durumunda sempatik sinir sisteminin uyarısı artar:** Bu sistemin temel görevidir, doğru bir ifadedir.
- C) **Kalp hızını artırır:** Sempatik sistem kalp atımını hızlandırarak vücudu hazırlar, doğrudur.
- D) **Kan şekerini artırır:** Enerji sağlamak için glikoz düzeyini yükseltir, doğrudur.
- E) **Parasempatik sistem ile zıt etkilere sahiptir:** Biri uyarıcı, diğeri yatıştırıcıdır; bu ifade doğrudur.

Cevap: B

10. Otonom sinir sistemi; kalp atışı, solunum, sindirim ve hormon dengesi gibi **istem dışı (otomatik) yaşamsal süreçleri** düzenler. Bu sistemin merkezi düzenleyicisi **hipotalamustur**. Hipotalamus; iç dengeyi (homeostaz) korur, otonom sinir sistemi ile endokrin sistemi koordine eder ve vücudun iç ortamını sürekli dengede tutar. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Korteks:** Bilinçli düşünme ve üst düzey bilişsel süreçlerle ilgilidir; otonom sistemi doğru-
dan yönetmez.
- B) **Bazal gangliyonlar:** Hareketlerin düzenlenmesiyle ilgilidir; otonom kontrolün merkezi değildir.
- D) **Serebellum:** Denge ve koordinasyonu sağlar; otonom işlevleri düzenlemez.
- E) **Omurilik:** Refleksleri iletir ve bazı basit düzenlemeler yapar; ancak birinci derecede kontrol merkezi değildir.

Cevap: C

11. Broca alanı, dilin **motor üretiminden** sorumludur. Bu bölge hasar gördüğünde kişi ne söylemek istediğini bilir ancak bunu akıcı şekilde ifade edemez; konuşma yavaş, kesik ve çabalı hâle gelir. Bu nedenle ortaya çıkan temel tablo **konuşma bozukluğudur. Bu durumda doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Anlama bozukluğu:** Daha çok Wernicke alanı ile ilişkilidir; Broca hasarında anlama büyük ölçüde korunur.
- C) **Görme kaybı:** Oksipital lobla ilgilidir; dil merkezleriyle bağlantılı değildir.
- D) **Yürüme bozukluğu:** Motor sistem ve serebellumla ilişkilidir; dil üretimiyle ilgili değildir.
- E) **Refleks kaybı:** Omurilik ve alt merkezlerle ilgilidir; Broca alanı ile bağlantılı değildir.

Cevap: A

12. Öğrenme ve hafıza süreçlerinin temelinde sinaptik güçlenme (özellikle uzun süreli güçlenme) yer alır ve bu süreçte başlıca rol oynayan **uyarıcı nörotransmitter glutamattır**. Glutamat; sinir hücreleri arasındaki iletişimi artırır, yeni bağlantıların kurulmasını ve mevcut bağlantıların güçlenmesini sağlar. Bu nedenle öğrenme ve hafıza ile en doğrudan ilişkili nörotransmitterdir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Serotonin:** Duygudurum, uyku ve iştah düzenlemesiyle ilişkilidir; öğrenme-hafıza süreçlerinde temel uyarıcı rolü yoktur.
- B) **Dopamin:** Ödül, motivasyon ve pekiştirme süreçlerinde etkilidir; öğrenmeye katkı sağlar ancak temel uyarıcı nörotransmitter değildir.
- C) **Adrenalin:** Stres ve uyarılma durumlarında artar; öğrenmeyi dolaylı etkileyebilir fakat ana nörotransmitter değildir.
- E) **GABA:** Baskılayıcı (ketleyici) nörotransmitterdir; sinirsel aktiviteyi azaltır, öğrenmeyi doğru-
dan artırmaz.

Cevap: D

13. Beynin sol yarım küresi; **dil, konuşma, yazma ve sözel işlemler** gibi işlevlerde baskındır. Bu nedenle dil becerileri sol hemisferin temel görevleri arasında yer alır. **Bu durumda doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Görsel canlandırma:** Daha çok sağ hemisferle ilişkilidir.
- C) **Müzik:** Melodi ve ritim algısı genellikle sağ hemisferle bağlantılıdır.
- D) **Yüz tanıma:** Sağ hemisferin özellikle gelişmiş olduğu bir alandır.
- E) **Mekânsal uyum:** Uzaysal algı ve yön bulma sağ hemisferle ilişkilidir.

Cevap: A

14. Duyguların oluşumu, düzenlenmesi ve dışa vurumu; amigdala, hipokampus ve hipotalamus gibi yapıları içeren **limbik sistem** tarafından gerçekleştirilir. Bu sistem, özellikle korku, öfke, haz gibi temel duyguların ortaya çıkmasında ve davranışa yansıtılmasında merkezi rol oynar. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Beyin sapı:** Yaşamsal fonksiyonları düzenler; duyguların oluşumunun merkezi değildir.
- B) **Omurilik:** İletim ve reflekslerle ilgilidir; duygusal süreçleri yönetmez.
- C) **GABA:** Bir nörotransmitterdir; bir sinir sistemi bölgesi değildir.
- E) **Talamus:** Duyusal iletim merkezidir; duyguların oluşumunda birincil yapı değildir.

Cevap: D

15. Vücut dengesinin korunması, hareketlerin akıcı, hızlı ve koordineli şekilde yapılması; **motor koordinasyon ve denge** ile ilgilidir. Bu işlevlerin temel merkezi **beyinciktir (serebellum)**. Beyincik, kasların uyumlu çalışmasını sağlar, hareketleri düzeltir ve dengeyi korur. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Korteks:** Üst düzey bilişsel süreçler ve istemli hareketlerin planlanmasıyla ilgilidir; dengeyi doğrudan sağlamaz.
- B) **Omurilik:** Refleksler ve iletimle ilgilidir; hareketlerin ince koordinasyonunu yapmaz.
- C) **Broca alanı:** Konuşma üretimiyle ilgilidir; motor dengeyle ilişkili değildir.
- D) **Amigdala:** Duygularla ilgilidir; hareket koordinasyonunu açıklamaz.

Cevap: E

1. Beynin ödül sistemi; haz alma, motivasyon ve pekiştirme süreçleriyle ilgilidir. Doğal ödüllere (yemek, başarı, sosyal etkileşim gibi) ulaşıldığında artan temel nörotransmitter **dopamindir**. Dopamin, ödül beklentisini ve davranışın sürdürülmesini sağlar. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Asetilkolin:** Dikkat ve öğrenme süreçlerinde rol oynar; ödül sistemiyle doğrudan ilişkili değildir.
- C) **GABA:** Baskılayıcı (ketleyici) nörotransmitterdir; ödül ve haz ile ilişkili değildir.
- D) **Serotonin:** Duygudurum düzenlemede etkilidir; ancak ödül sisteminin temel nörotransmitteri değildir.
- E) **Adrenalin:** Stres ve uyarılma ile ilişkilidir; ödül mekanizmasının ana bileşeni değildir.

Cevap: B

2. Vücudun iç dengesinin korunması (homeostaz), hormon sisteminin düzenlenmesi ve biyolojik saatin kontrolü; **hipotalamusun** temel görevleri arasındadır. Hipotalamus, otonom sinir sistemi ile endokrin sistemi koordine eder ve vücudun iç ortamını dengede tutar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Talamus:** Duyusal bilgilerin iletim merkezidir; hormon ve biyolojik saat kontrolü yapmaz.
- B) **Omurilik:** Refleksler ve iletimle ilgilidir; iç dengeyi düzenleyen merkez değildir.
- C) **Amigdala:** Duyusal tepkilerle ilgilidir; homeostaz ve hormon düzenlemesiyle doğrudan ilişkili değildir.
- E) **Beyin sapı:** Yaşamsal fonksiyonları (solunum, kalp atımı) düzenler; biyolojik saatin ana kontrol merkezi değildir.

Cevap: D

3. Duygudurumun düzenlenmesi, iştah ve uyku gibi temel süreçlerin kontrolü; **serotonin** ile yakından ilişkilidir. Serotonin düzeyindeki değişiklikler depresyon, iştah değişiklikleri ve uyku sorunlarıyla bağlantılıdır. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Dopamin:** Ödül ve motivasyonla ilişkilidir; duygudurum üzerinde etkisi olsa da iştah ve uyku düzeninin temel belirleyicisi değildir.
- B) **GABA:** Baskılayıcı (ketleyici) nörotransmitterdir; daha çok sakinleşme ve kaygı azaltma ile ilişkilidir.
- C) **Asetilkolin:** Dikkat ve öğrenme süreçlerinde rol oynar; duygudurum ve iştah düzenlemede temel değildir.
- D) **Glutamat:** Uyarıcı nörotransmitterdir; öğrenme ve hafıza ile ilişkilidir, duygudurum düzenlemenin ana belirleyicisi değildir.

Cevap: E

4. İskelet kaslarına sinyal taşıyan sinirler, kasların kasılmasını sağlayan **motor sinirlerdir**. Bu sinirler merkezi sinir sisteminden çıkan komutları kaslara iletir ve istemli hareketlerin gerçekleşmesini sağlar. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Kafa siniri:** Beyinden çıkan sinirlerdir; hem duyu hem motor lifler içerebilir, ancak tanım olarak doğrudan bunu ifade etmez.
- C) **Duyusal sinir:** Uyarıları reseptörlerden merkeze taşır; kaslara komut götürmez.
- D) **Ara sinir:** Merkezi sinir sistemi içinde bağlantı kurar; kaslara doğrudan sinyal göndermez.
- E) **Merkezi sinir:** Beyin ve omuriliği ifade eder; sinir türü değildir.

Cevap: A

5. Duyusal ve motor sinirlerin vücut ile beyin arasında taşınmasını sağlayan, yani bu iletim için **ana geçiş yolu** oluşturan yapı **omurilik**dir. Omurilik; çevreden gelen duyusal bilgileri beyne iletirken, beyinden çıkan motor komutları da kaslara ulaştırır. **Bu nedenle doğru seçenek E'dir.**

- A) **Temporal lob:** İşitsel ve dil süreçleriyle ilgilidir; iletim yolu değildir.
- B) **Beyincik:** Denge ve koordinasyonu sağlar; sinir iletiminin ana geçiş yolu değildir.
- C) **Talamus:** Beyin içinde duyusal bilgilerin aktarıldığı merkezdir; ancak vücut ile beyin arasındaki ana iletim hattı değildir.
- D) **Korteks:** Üst düzey bilişsel işlemlerden sorumludur; iletim yolu görevi yoktur.

Cevap: E

6. Parasempatik sinir sistemi; vücudu **dinlenme ve toparlanma** durumuna geçirir. Bu süreçte kalp hızı düşer, enerji korunur ve özellikle **sindirim faaliyetleri artar**. **Bu nedenle doğru seçenek C'dir.**

- A) **Savaş tepkisi verir:** Bu, sempatik sinir sistemine aittir.
- B) **Tehlike durumunda etkinliği artar:** Tehlikede sempatik sistem devreye girer, parasempatik değil.
- D) **Kalp hızını artırır:** Parasempatik sistem kalp hızını düşürür.
- E) **Kan şekerini artırır:** Bu da sempatik sistemin etkisidir; parasempatikte böyle bir artış beklenmez.

Cevap: C

7. Uykuya geçişi kolaylaştıran, sinirsel aktiviteyi azaltarak sakinleştirici etki oluşturan temel **basıklayıcı (ketleyici) nörotransmitter GABA'dır**. GABA, nöronların ateşlenmesini azaltır ve merkezi sinir sisteminde genel bir yavaşlama sağlar; bu da gevşeme ve uykuya geçişi destekler. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Glutamat:** Uyarıcı nörotransmitterdir; sinirsel aktiviteyi artırır, uyku değil uyanıklıkla ilişkilidir.

- B) **Serotonin:** Duygudurum ve uyku düzeninde rol oynar; ancak temel basıklayıcı nörotransmitter değildir.
- C) **Dopamin:** Ödül ve motivasyonla ilişkilidir; sakinleştirici temel etkiye sahip değildir.
- D) **Asetilkolin:** Dikkat ve öğrenmeyle ilişkilidir; uykuya geçişte basıklayıcı rolü yoktur.

Cevap: E

8. Phineas Gage'in kazadan sonra sabırsız, agresif, dürtüsel ve sosyal açıdan uygunsuz davranışlar sergilemesi; **kişilik, dürtü kontrolü, sosyal davranış ve karar verme süreçlerinde bozulma** olduğunu gösterir. Bu işlevler özellikle **frontal lob**, daha da spesifik olarak prefrontal korteks tarafından düzenlenir. Frontal lob hasarında birey planlama yapamaz, davranışlarını kontrol etmekte zorlanır ve sosyal normlara uygun hareket edemez. Bu nedenle Gage'in yaşadığı değişim en iyi frontal lob hasarıyla açıklanır. **Bu durumda doğru seçenek D'dir.**

- A) **Oksipital lob:** Görme ile ilgilidir; kişilik ve davranış değişikliklerini açıklamaz.
- B) **Temporal lob:** Bellek ve işitsel süreçlerle ilişkilidir; bu düzeyde davranış kontrolünü açıklamaz.
- C) **Parietal lob:** Duyusal algı ve mekânsal işlemlerle ilgilidir; kişilik değişimiyle doğrudan ilişkili değildir.
- E) **Beyin sapı:** Yaşamsal fonksiyonları düzenler; davranış ve kişilikle ilgili değildir.

Cevap: D

9. Lobotomi, **prefrontal korteks bağlantılarının kesilmesi** ile gerçekleştirilir. Prefrontal korteks; kişilik, sosyal davranış, karar verme ve dürtü kontrolünden sorumludur. Bu bölgedeki bağlantıların kesilmesi, bireyin duygusal tepkilerini köreltir, sosyal uyumunu bozar ve kişilikte belirgin değişimlere yol açar. Bu nedenle en beklenen sonuç **kişilikte değişme ve sosyal ilişkilerde bozulmadır**. **Bu durumda doğru seçenek A'dır.**

- B) **Görme sorunları:** Oksipital lobla ilişkilidir; prefrontal korteksle bağlantılı değildir.

- C) **Sıcak ve soğuğu hissedememe:** Duyusal yollar ve parietal lobla ilgilidir; frontal lob hasarıyla açıklanmaz.
- D) **Yüzleri tanıyamama:** Sağ temporal lob (özellikle fusiform alan) ile ilişkilidir.
- E) **Renkleri ayırmada zorlanma:** Görsel korteksle ilgilidir; frontal lobla bağlantılı değildir.

Cevap: A

10. Soruda beyin ve sinir sistemiyle ilgili ifadelerden hangisinin yanlış olduğu sorulmaktadır. Mantıksal düşünme, analiz, matematiksel işlemler ve dil becerileri büyük ölçüde **sol yarıküre** ile ilişkilidir. Sol yarıküre bilgiyi daha adım adım ve analitik şekilde işler. Buna karşılık sağ yarıküre; yaratıcılık, müzik, görsel-uzamsal beceriler ve bütüncül algı ile ilişkilidir. Bu nedenle "mantıktan sağ yarıküre sorumludur" ifadesi yanlıştır. **Bu durumda doğru seçenek E'dir.**

- A) **Corpus callosum:** Beynin iki yarımküresini birbirine bağlayan sinir liflerinden oluşur; doğru bir bilgidir.
- B) **Beynin en büyük parçası serebral korteks-tir:** En gelişmiş ve geniş bölüm olarak kabul edilir; doğru bir ifadedir.
- C) **Yaratıcı düşünce:** Sağ yarıküre ile ilişkilidir; bu nedenle doğrudur.
- D) **Konuşma merkezi:** Sol yarıkürede yer alır; doğru bir bilgidir.

Cevap: E

11. "İç ve dış çevreden bilgi alır ve merkezi sinir sistemine iletir" → bu görev **duyusal nöronlara** aittir. "Hareketleri sağlar" → kaslara komut ileten **motor nöronların** görevidir. "Uyarıları değerlendirir" → merkezi sinir sisteminde bilgiyi işleyen **ara nöronların** görevidir. Bu eşleştirmeye göre doğru sıralama **duyusal – motor – ara** nöron şeklindedir.

Cevap: A

12. Açlık ve tokluk gibi temel yaşamsal ihtiyaçların düzenlenmesi, vücudun iç dengesini sağlayan mekanizmalarla ilgilidir. Bu süreçlerin merkezi **hipotalamustur**. Hipotalamus; açlık-tokluk merkezlerini içerir, enerji dengesini düzenler ve hormon sistemiyle birlikte çalışarak yeme davranışını kontrol eder. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Serebral korteks:** Üst düzey bilişsel işlevlerle ilgilidir; açlık-tokluk düzenlemesinin merkezi değildir.
- B) **Pons:** Beyin sapının bir parçasıdır; daha çok iletim ve bazı otomatik işlevlerle ilgilidir.
- C) **Medulla oblongata (omurilik soğanı):** Solunum ve kalp atımı gibi yaşamsal işlevleri düzenler; açlık-tokluk merkezi değildir.
- D) **Talamus:** Duyusal bilgilerin iletim merkezidir; iştah düzenlemesinde birincil yapı değildir.

Cevap: E

13. Nöronun hücre gövdesinden çıkan ve sinyali uzak mesafelere taşıyan **en uzun uzantı aksondur**. Akson, elektriksel uyarıyı hücre gövdesinden diğer nöronlara ya da kaslara iletir. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Vezikül:** Nörotransmitterleri depolayan yapılardır; uzantı değildir.
- B) **Akson terminali:** Aksonun uç kısmıdır; en uzun bölüm değildir.
- C) **Dendrit:** Uyarıyı hücre gövdesine doğru alır; genellikle kısa ve dallıdır.
- E) **Sinaps:** İki nöron arasındaki bağlantı noktasıdır; uzantı değildir.

Cevap: D

14. İşitme ile ilgili temel işlemler (seslerin algılanması, yorumlanması ve anlamlandırılması) **temporal lob** tarafından gerçekleştirilir. Bu lobda yer alan işitsel korteks, ses bilgilerini işler ve anlamlı hâle getirir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Frontal:** Planlama, karar verme ve motor kontrol ile ilgilidir; işitmenin merkezi değildir.
- C) **Oksipital:** Görme ile ilgilidir.
- D) **Parietal:** Dokunma, mekânsal algı ve duyuşal bütünleme ile ilgilidir.
- E) **Limbik:** Duygularla ilişkilidir; işitmenin birincil kortikal merkezi değildir.

Cevap: B

15. Öğrenme ve belleğin oluşumu, özellikle yeni bilgilerin kalıcı hâle getirilmesi süreçleri **hipokampus** ile yakından ilişkilidir. Hipokampus; bilgilerin kısa süreli bellekten uzun süreli belleğe aktarılmasında ve özellikle olay belleğinin oluşturulmasında temel rol oynar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Beyin sapı:** Yaşamsal fonksiyonları düzenler; öğrenme ve bellekle doğrudan ilişkili değildir.
- C) **Orta beyin:** Refleksler ve bazı otomatik tepkilerle ilgilidir; bellek merkezi değildir.
- D) **Serebellum:** Denge ve motor öğrenmeyle ilişkilidir; genel bellek süreçlerinin merkezi değildir.
- E) **Bazal gangliyonlar:** Hareketlerin düzenlenmesi ve alışkanlık öğrenmesiyle ilgilidir; temel bellek merkezi değildir.

Cevap: B

1. Soruda bizden, **yürüme ve denge problemlerinin hangi beyin bölgesi hasarıyla ilişkili olduğunu** belirlememiz isteniyor. Bu tür motor koordinasyon ve denge işlevleri doğrudan **serebellumun (beyincik)** temel görevleri arasındadır. Serebellum; kas hareketlerinin uyumlu, dengeli ve akıcı şekilde gerçekleşmesini sağlar. Hasarında **ataksi (denge kaybı), koordinasyon bozukluğu ve düzgün yürüyememe** gibi belirtiler ortaya çıkar. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Oksipital lob:** Görme ile ilgilidir; denge ve koordinasyon üzerinde doğrudan etkisi yoktur.
- B) **Corpus callosum:** İki yarım küre arasındaki iletişimi sağlar; motor koordinasyonun temel merkezi değildir.
- C) **Medulla oblongata:** Solunum, kalp atımı gibi yaşamsal fonksiyonları düzenler; denge ile doğrudan ilişkili değildir.
- E) **Temporal lob:** İşitme ve bellek süreçlerinde rol oynar; yürüyüş ve dengeyi düzenlemez.

Cevap: D

2. Soruda **insanda düşünce ve konuşma gibi üst seviyedeki beyin fonksiyonlarından sorumlu en büyük beyin bölgesi** sorulmaktadır. Bu işlevler; akıl yürütme, dil, planlama ve bilinçli davranışları kapsar ve bu süreçlerin merkezi **beyin korteksidir (serebral korteks)**. Korteks, beynin en gelişmiş ve en geniş alanını oluşturur ve özellikle frontal, parietal, temporal ve oksipital loblarıyla üst düzey zihinsel faaliyetleri yönetir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Arka beyin:** Daha çok denge, solunum ve temel yaşamsal işlevlerle ilgilidir; üst düzey bilişsel süreçlerin merkezi değildir.
- B) **Beyin korteksi:** Düşünme, konuşma, karar verme ve bilinçli davranışların merkezidir.
- C) **Hipotalamus:** Homeostaz, hormonlar ve iç dengeyi düzenler; bilişsel süreçlerin ana merkezi değildir.
- D) **Orta beyin:** Refleksler ve bazı otomatik tepkilerle ilgilidir; üst düzey zihinsel işlevleri yönetmez.
- E) **Omurilik:** Refleksler ve sinir iletimiyle ilgilidir; düşünme ve konuşma ile ilişkili değildir.

Cevap: B

3. Soruda **beynin sağ lobunun baskın olduğu işlevlerden hangisinin olmadığı** sorulmaktadır. Sağ yarım küre; **ritim, müzik, hayal gücü, görsel-uzamsal algı, sezgisel ve bütüncül (holistik) işleme** ile ilişkilidir. Buna karşılık **konuşma ve dil üretimi** büyük ölçüde sol yarım kürenin (özellikle Broca ve Wernicke alanlarının) baskın işlevidir. Sol yarım küre ayrıca **mantık yürütme, matematiksel işlemler, analitik düşünme, ayrıntıya odaklanma ve ardışık bilgi işleme** gibi işlevlerde öne çıkar. Bu bağlamda konuşma sağ lobun değil sol lobun işlevidir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Ritim duygusu:** Müzik ve ritim algısı sağ yarım kürede baskındır.
- C) **Hayal gücü:** Yaratıcılık ve imgesel düşünme sağ yarım küreyle ilişkilidir.
- D) **Artistik soyut değerlendirmeler:** Sanatsal ve sezgisel değerlendirme sağ yarım kürenin işlevlerindendir.
- E) **Şekilsel bütünleştirme:** Görsel parçaları anlamlı bir bütün hâline getirme sağ yarım kürede baskındır.

Cevap: A

4. Soruda **otonom sinir sisteminin sempatik dalları uyarıldığında beklenmeyen durum** sorulmaktadır. Sempatik sinir sistemi vücudu acil duruma hazırlar; bu süreçte **enerji mobilize edilir (glikoz artar), kalp atışı ve kan basıncı yükselir, solunum hızlanır, sindirim baskılanır ve göz bebekleri büyür**. Dolayısıyla **göz bebeklerinin küçülmesi** sempatik değil, parasempatik etkinin sonucudur. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Glikoz seviyesinin artması:** Enerji ihtiyacını karşılamak için kandaki glikoz artırılır.
- B) **Kan basıncının yükselmesi:** Kalp daha hızlı ve güçlü çalışır, basınç artar.
- C) **Sindirimin yavaşlaması:** Enerji sindirime değil, hayati organlara yönlendirilir.
- D) **Solunumun artması:** Oksijen ihtiyacını karşılamak için solunum hızlanır.

Cevap: E

5. Soruda hangisinin hipotalamusun işlevlerinden birisi olmadığı sorulmaktadır. Hipotalamus; homeostazın sağlanmasında temel rol oynar ve vücut sıcaklığı, susama (su alımı), açlık-tokluk dengesi ve cinsel davranışların düzenlenmesi gibi yaşamsal süreçleri kontrol eder. Buna karşılık iskelet kaslarının kasılması doğrudan hipotalamusun değil, somatik sinir sistemi ve motor korteksin kontrolündedir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Vücut sıcaklığının düzenlenmesi:** Hipotalamus vücut ısını dengeleyen merkezdir.
- C) Su alımının düzenlenmesi:** Susama mekanizmasını kontrol ederek sıvı dengesini sağlar.
- D) Cinsel aktivitelerin düzenlenmesi:** Hormonlar ve içsel dürtüler üzerinden rol oynar.
- E) Açlık ve tokluğun düzenlenmesi:** Beslenme davranışını kontrol eden merkezleri içerir.

Cevap: A

6. Soruda vücut fonksiyonlarından hangisinin otonom sinir sistemi kontrolü altında olmadığı sorulmaktadır. Otonom sinir sistemi; kalp atımı, kan basıncı, terleme ve solunumun otomatik düzenlenmesi gibi istem dışı süreçleri kontrol eder. Buna karşılık göz küresi hareketleri çizgili kaslarla gerçekleştirilir ve somatik sinir sistemi tarafından kontrol edilir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Solunum:** Büyük ölçüde otomatik olarak düzenlenir ve otonom kontrol altındadır.
- B) Terleme:** Otonom sinir sistemi tarafından düzenlenir.
- C) Kan basıncı:** Damar çapı ve kalp etkinliği üzerinden otonom sistem kontrol eder.
- D) Kalp atımı:** Otonom sinir sistemi tarafından hız ve ritmi ayarlanır.

Cevap: E

7. Soruda planlama, muhakeme ve yargılama gibi bilişsel işlevlerde sorun yaşayan bir bireyde hangi beyin bölümünün etkilenmiş olabileceği sorulmaktadır. Bu tür üst düzey yürütücü işlevler (planlama, karar verme, problem çözme, yargılama) frontal lobun, özellikle de prefrontal korteksin temel görevleridir. Bu bölgede meydana gelen hasarlar bireyin davranışlarını organize etmesini, uygun kararlar vermesini ve sonuçları öngörmesini zorlaştırır. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Limbik sistem:** Duyguların düzenlenmesi, motivasyon, öğrenme ve özellikle bellek oluşumunda rol oynar (amigdala ve hipokampus gibi yapıları içerir); ancak planlama ve mantıksal karar verme süreçlerinin merkezi değildir.
- B) Temporal lob:** İşitme algısı, dilin anlaşılması (Wernicke alanı) ve uzun süreli bellek süreçleriyle ilişkilidir; yürütücü işlevlerde birincil rolü yoktur.
- D) Serebellum:** Denge, koordinasyon ve motor hareketlerin hassas ayarlanmasını sağlar; bilişsel karar verme süreçlerinden çok hareketlerin düzenlenmesiyle ilgilidir.
- E) Oksipital lob:** Görsel bilgilerin işlenmesinden sorumludur; görme dışında üst düzey bilişsel işlevlerde temel rol oynamaz.

Cevap: C

8. Soruda duygusal davranışların düzenlendiği beyin bölümü sorulmaktadır. Duyguların ortaya çıkması, işlenmesi ve davranışa dönüşmesi büyük ölçüde limbik sistem tarafından sağlanır. Limbik sistem içinde yer alan amigdala duygusal tepkilerin (özellikle korku ve öfke) oluşumunda, hipokampus ise bu duygularla ilişkili anıların oluşturulmasında kritik rol oynar. Bu yapıların birlikte çalışması, bireyin hem duyguyu yaşamasını hem de buna uygun davranış geliştirmesini sağlar. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Wernicke alanı:** Temporal lobda yer alır ve dilin anlamlandırılmasıyla ilgilidir. Kişinin konuşulan dili anlama, sözcükleri doğru yorumlama ve anlamlı dil üretimine katkı sağlar; ancak duyguların düzenlenmesinde temel bir rolü yoktur.

- B) Talamus:** Beyne gelen duyuşal bilgilerin (görme, işitme, dokunma vb.) kortekse iletilmeden önce uğradığı bir "aktarma ve filtreleme" merkezidir. Uyarıcıların önemine göre yönlendirilmesini sağlar; dolaylı olarak duyuşal süreçlere katkı sunabilse de duyguların düzenlenmesinde birincil yapı değildir.
- D) Serebellum:** Hareketlerin koordinasyonu, denge ve kas tonusunun ayarlanmasında görev alır. Son yıllarda bilişsel süreçlerle ilişkisi de araştırılsa da temel işlevi motor düzenlemedir; duyuşal davranışların merkezi değildir.
- E) Oksipital lob:** Görsel bilgilerin işlenmesinden sorumludur. Renk, şekil ve hareket gibi görsel özelliklerin analizini yapar; duyuşal düzenleme ile doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: C

9. Soruda **sinirin hangi bölümünün hücrenin faaliyetlerini sürdürmesi ve canlı kalabilmesi için önemli olduğu** sorulmaktadır. Nöronun yaşamsal faaliyetlerini sürdürebilmesi, metabolik süreçlerini gerçekleştirebilmesi ve hücresel bütünlüğünü koruyabilmesi **soma (hücre gövdesi)** sayesinde mümkündür. Soma; **çekirdeği ve organelleri** içerir, protein sentezi ve enerji üretimi gibi temel yaşamsal işlevlerin merkezidir. Bu nedenle hücrenin canlı kalması doğrudan bu yapıya bağlıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Miyelin:** Aksonu saran yalıtıcı tabakadır; sinir iletim hızını artırır ancak hücrenin yaşamsal merkezi değildir.
- B) Akson:** Uyarıyı hücre gövdesinden diğer hücrelere ileten uzantıdır; iletimde görev alır, yaşamsal merkez değildir.
- C) Dentritler:** Diğer nöronlardan gelen uyarıları alır ve hücre gövdesine iletir; yaşamı sürdüren yapı değildir.
- D) Ranvier boğumları:** Miyelin kılıf üzerindeki boşluklardır; impulsun sıçrayarak iletilmesini sağlar, yaşamsal işlevlerin merkezi değildir.

Cevap: E

10. Soruda **hangisinin otonom sinir sisteminin kontrolündeki vücut yapılarından birisi olmadığı** sorulmaktadır. Otonom sinir sistemi; **düz kaslar, kalp kası ve bezler** üzerinde etkilidir ve istem dışı çalışan iç organların faaliyetlerini düzenler. Buna karşılık **iskelet kasları** istemli hareketleri gerçekleştirir ve **somatik sinir sistemi** tarafından kontrol edilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Düz kaslar:** İç organların (damarlar, mide, bağırsaklar) yapısında bulunur ve otonom sinir sistemi tarafından kontrol edilir.
- C) Hormon salgılayan bezler:** Endokrin bezlerin çalışması otonom sistem ve hipotalamus aracılığıyla düzenlenir.
- D) Kalp kası:** Kalbin çalışma hızı ve ritmi otonom sinir sistemi tarafından ayarlanır.
- E) Mide-bağırsak:** Sindirim sistemi organları düz kas içerir ve otonom sinir sistemi tarafından düzenlenir.

Cevap: B

11. Soruda **beynin oksipital lobunun vücuttan hangi bilgileri alıp işlediği** sorulmaktadır. Oksipital lob, beynin arka kısmında yer alır ve **görsel bilgilerin işlenmesinden sorumludur**. Gözlerden gelen uyarılar burada analiz edilir; renk, şekil ve hareket gibi görsel özellikler anlamlandırılır. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Ağrı:** Daha çok parietal lobda yer alan somatosensoriyel alanlarda işlenir.
- C) İşitme:** Temporal lobda bulunan işitsel korteks tarafından değerlendirilir.
- D) Vücut pozisyonu:** Kas ve eklem duyuları yine parietal lob tarafından işlenir.
- E) Koku:** Olfaktör (koku alma) sistem ve temporal lobla ilişkilidir.

Cevap: B

12. Soruda bir sinir hücresinden diğer sinir hücre-
sine sinir uyarılarının aktarıldığı bölüm sorul-
maktadır. Nöronlar arasındaki iletişim, bir hücrenin
akson ucundan salınan nörotransmitterlerin diğer
hücrenin dendritine geçmesiyle **sinaps** adı veri-
len bağlantı bölgesinde gerçekleşir. Yani nöronlar
arası bilgi aktarımının gerçekleştiği temel yapı si-
napstır. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Hücre gövdesi:** Nöronun yaşamsal faaliyet-
lerini sürdürdüğü merkezdir; iletimin gerçek-
leştiği yer değildir.
- C) **Akson:** Uyarıyı hücre gövdesinden diğer
hücrelere doğru iletir ancak hücreler arası ak-
tarım noktası değildir.
- D) **Miyelin kılıfı:** İletim hızını artıran yalıtıcı taba-
kadır; aktarımın gerçekleştiği yapı değildir.
- E) **Dendrit:** Diğer nöronlardan gelen uyarıları
alır; ancak iki hücre arasındaki aktarım bölge-
si değildir.

Cevap: A

13. Ali Bey'in kulaklarında fiziksel bir sorun olmama-
sına rağmen işitememesi, problemin **duyusal or-
ganlarda değil, işitsel bilginin işlendiği beyin
merkezinde** olduğunu düşündürür. İşitme ile ilgili
bilgilerin işlendiği temel bölge **temporal lobdur**
(işitsel korteks burada yer alır). Bu bölgede oluşan
bir hasar, kulak sağlam olsa bile işitme algısında
bozulmaya yol açabilir. **Bu nedenle doğru cevap
B seçeneğidir.**
- A) **Oksipital lob:** Görme ile ilgili bilgilerin işlendi-
ği merkezdir.
- C) **Parietal lob:** Dokunma, basınç, ağrı ve vücut
pozisyonu gibi somatosensoryel bilgileri işler.
- D) **Frontal lob:** Hareketlerin kontrolü ve yürütü-
cü işlevlerle ilişkilidir.
- E) **Prefrontal korteks:** Planlama, karar verme
ve üst düzey bilişsel süreçlerde rol oynar.

Cevap: B

14. Sinir sisteminde bazı nörotransmitterler uyarıcı,
bazıları ise **baskılayıcı (inhibitör)** etki gösterir.
Beyinde başlıca **aktiviteyi azaltıcı, sinirsel ileti-
mi baskılayıcı** nörotransmitter **GABA'dır (gam-
ma-aminobütirik asit)**. GABA, nöronların aşırı
uyarılmasını engelleyerek sinir sisteminde denge
sağlar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **Norepinefrin:** Uyarıcı etki gösterir; dikkat ve
uyanıklığı artırır.
- B) **Serotonin:** Duygudurum, uyku ve iştah üye-
rinde etkilidir; temel inhibitör nörotransmitter
değildir.
- C) **Dopamin:** Ödül, motivasyon ve hareketle iliş-
kilidir; baskılayıcı temel rolü yoktur.
- D) **Asetilkolin:** Kas hareketleri ve bazı bilişsel
süreçlerde görev alır; inhibitör ana nörotrans-
mitter değildir.

Cevap: E

15. Bir bireyin konuşulanları anlayabilmesine rağmen
konuşma üretiminin kaybı, **ifade edici dilin (ko-
nuşma üretimi)** bozulduğunu gösterir. Bu durum
Broca alanı hasarı ile açıklanır ve bu alan genel-
likle **sol yarım kürede** bulunur. Yani birey anlar
ama akıcı konuşamaz (motor afazi). **Bu nedenle
doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Sağ yarı küre:** Daha çok duygusal tonlama,
görsel-uzamsal ve bütüncül işleme ile ilgi-
lidir; dil üretiminin merkezi değildir.
- C) **Oksipital lob:** Görme ile ilgilidir; konuşma ile
doğrudan bağlantılı değildir.
- D) **Parietal lob:** Duyusal bilgilerin işlenmesi ve
mekânsal algıyla ilişkilidir; konuşma üretimi-
nin merkezi değildir.
- E) **Beyincik:** Denge ve motor koordinasyonu
sağlar; dil üretiminden sorumlu değildir.

Cevap: A

1. Ağrı veren bir uyarana karşı elin **bilinç dışı ve çok hızlı şekilde geri çekilmesi**, refleks olarak gerçekleşir. Refleksler, beynin üst merkezlerine uğramadan **omurilik düzeyinde** organize edilir; böylece tepki süresi kısılır ve birey korunur. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) **Frontal lob:** İstemli hareketlerin planlanması ve yürütücü işlevlerle ilgilidir; reflekslerin merkezi değildir.
- C) **Hipotalamus:** Homeostaz, hormonlar ve iç dengeyi düzenler; refleks hareketleri yönetmez.
- D) **Medulla:** Solunum ve kalp atımı gibi yaşamsal otomatik işlevleri düzenler; bu tip geri çekme refleksinin merkezi değildir.
- E) **Beyincik:** Denge ve koordinasyonla ilgilidir; refleksin oluştuğu temel merkez değildir.

Cevap: B

2. Depresyonun biyolojik temellerine bakıldığında, özellikle **duygudurumun düzenlenmesinde önemli rol oynayan serotonin düzeyindeki düşüklük** öne çıkar. Serotonin; duygu durumu, uyku, iştah ve genel psikolojik denge üzerinde etkilidir. Bu nörotransmitterin yetersizliği depresif belirtilerle ilişkilendirilir. **Cevap D seçeneğidir.**
- A) **GABA:** Daha çok sinirsel aktiviteyi baskılayan inhibitör bir nörotransmitterdir; depresyonun temel nedeni olarak kabul edilmez.
- B) **Norepinefrin:** Dikkat ve uyanıklıkla ilişkilidir; depresyonda rolü olsa da temel vurgu serotonin üzerinedir.
- C) **Asetilkolin:** Kas hareketleri ve bazı bilişsel süreçlerde görev alır; depresyonun ana belirleyicisi değildir.
- E) **Glutamat:** Uyarıcı bir nörotransmitterdir; son yıllarda depresyonla ilişkisi araştırılrsa da klasik yaklaşımda temel neden olarak kabul edilmez.

Cevap: D

3. Öfke ve korku gibi **temel duyguların tanınması ve bu duygulara verilen tepkilerin düzenlenmesi** özellikle **amigdala** tarafından sağlanır. Amigdala, yüz ifadeleri ve ses tonlarındaki duygusal ipuçlarını değerlendirmede kritik rol oynar. Bu yapı hasar gördüğünde birey **özellikle korku ve öfke gibi duyguları tanımakta zorlanır. Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **Hipokampus:** Daha çok bellek oluşumu ve öğrenme süreçleriyle ilgilidir; duyguların tanınmasında temel yapı değildir.
- B) **Serebral korteks:** Genel bilişsel süreçlerin merkezidir; duygusal tanıma özel olarak tek başına bu işleve indirgenemez.
- C) **Oksipital lob:** Görsel bilgilerin işlenmesinden sorumludur; duygusal değerlendirme yapmaz.
- D) **Beyincik:** Denge ve motor koordinasyonla ilgilidir; duygusal süreçlerin merkezi değildir.

Cevap: E

4. Dengenin sağlanması, hareketlerin uyumlu hâle getirilmesi ve göz hareketlerinin koordinasyonu büyük ölçüde **serebellum (beyincik)** tarafından gerçekleştirilir. Serebellum; kas hareketlerini hassas biçimde ayarlar, dengeyi korur ve göz-baş koordinasyonunu düzenler. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) **Talamus:** Duyusal bilgilerin kortekse iletilmesinde görev alan bir aktarma merkezidir; denge ve göz hareketlerinin ana kontrol merkezi değildir.
- C) **Serebrum:** Üst düzey bilişsel süreçlerden sorumludur; denge ve koordinasyonun temel merkezi değildir.
- D) **Hipokampus:** Bellek oluşumu ve öğrenmeyle ilgilidir.
- E) **Amigdala:** Duygusal süreçlerin düzenlenmesinde rol oynar.

Cevap: B

5. Öğrenme ve bellek süreçlerinin temelinde **sinaptik güçlenme (özellikle uzun süreli potansiyasyon)** yer alır ve bu süreçte en önemli rolü **glutamat** oynar. Glutamat, beyindeki başlıca **uyarıcı nörotransmitterdir** ve öğrenme, hafıza oluşumu ve bilişsel işlemlerde kritik etkiye sahiptir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

B) GABA: Sinirsel aktiviteyi baskılayan inhibitör nörotransmitterdir; öğrenmeden çok dengeleyici rol oynar.

C) Norepinefrin: Dikkat ve uyanıklık düzeyini artırır; öğrenmeye dolaylı katkı sağlar ancak temel nörotransmitter değildir.

D) Serotonin: Duygudurum, uyku ve iştahla ilişkilidir; bellek oluşumunda birincil rolü yoktur.

E) Dopamin: Ödül, motivasyon ve pekiştirme süreçlerinde etkilidir; öğrenmeye katkı sağlar ancak temel öğrenme nörotransmitteri glutamattır.

Cevap: A

6. Beynin iki yarım küresi arasındaki bilgi alışverişini sağlayan, onların **birbirinden haberdar şekilde uyumlu çalışmasına imkân tanıyan yapı** kalın bir sinir lifi demeti olan **corpus callosumdur**. Bu yapı, sağ ve sol yarım küre arasında adeta bir köprü görevi görerek motor, duysal ve bilişsel bilgilerin karşılıklı iletimini sağlar. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Pons: Beyin sapının bir parçasıdır; solunum ve bazı reflekslerin düzenlenmesinde rol oynar, yarım küreler arası bağlantı sağlamaz.

B) Omurilik: Beyin ile vücut arasındaki iletimi sağlar; yarım küreler arasında köprü değildir.

D) Medulla oblongata: Yaşamsal fonksiyonları (solunum, kalp atımı) düzenler; yarım küreler arası iletişimle ilgili değildir.

E) Beyincik: Denge ve koordinasyonu sağlar; yarım küreleri birbirine bağlayan yapı değildir.

Cevap: C

7. Solunumun ritmi ve sürekliliği gibi **yaşamsal otomatik işlevlerin temel düzenlenmesi** beyin sapında yer alan **medulla oblongata** tarafından gerçekleştirilir. Medulla, solunum merkezlerini içerir ve nefes alıp verme sürecini istemsiz olarak kontrol eder. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Pons: Solunumu düzenleyici merkezlere yardımcı olur ve ritmin ayarlanmasına katkı sağlar; ancak temel kontrol merkezi değildir.

C) Serebellum: Denge ve hareket koordinasyonu ile ilgilidir; solunumu yönetmez.

D) Oksipital lob: Görme ile ilgili bilgileri işler.

E) Prefrontal korteks: Planlama ve karar verme gibi üst düzey bilişsel işlevlerle ilgilidir.

Cevap: A

8. Omurilik, **beyin ile çevresel sinir sistemi arasında iletim sağlayan ana yoldur** ve aynı zamanda **reflekslerin merkezidir**. Vücuttan gelen duysal bilgileri beyne iletir, beyinden çıkan motor komutları ilgili organlara taşır. Ayrıca **geri çekme refleksi (acıdan kaçma), diz kapağı refleksi (patellar refleksi), çapraz ekstansör refleksi (çapraz germe refleksi)** gibi hızlı ve istemsiz tepkiler omurilik düzeyinde organize edilir. Bu reflekslerde amaç, tehlikeye karşı **en kısa sürede koruyucu tepki oluşturmaktır**. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Duyu organlarını kontrol etmek: Duyuların yorumlanması beyinde gerçekleşir; omurilik doğrudan kontrol etmez.

B) Vücut sıcaklığını ayarlamak: Hipotalamusun görevidir.

C) Dolaşım sistemindeki organların yönetimini sağlamak: Otonom sinir sistemi ve beyin sapı tarafından düzenlenir.

E) Hayal kurma gibi etkinlikleri kontrol etmek: Üst düzey bilişsel süreçler serebral korteksle ilgilidir.

Cevap: D

9. Akşam saatlerinde çay veya kahve tüketimiyle alınan kafein, beyinde **uyanıklığı artıran sistemleri aktif tutarken uykuya geçişi kolaylaştıran merkezlerin etkisini baskılar**. Uyku-uyanıklık döngüsünün düzenlenmesinde, özellikle biyolojik ritim ve uykuya geçiş süreçlerinde önemli rol oynayan yapı **hipotalamustur**. Kafein etkisiyle hipotalamusun uykuya yönelik düzenleyici etkisi baskılanır ve bu durum **uykuya dalamama** şeklinde ortaya çıkar. **Cevap A seçeneğidir.**
- B) **Talamus:** Duyusal bilgilerin kortekse iletilmesinde görev alır; uyku düzeninde dolaylı rolü olsa da temel merkez değildir.
- C) **Omurilik:** İletim ve reflekslerle ilgilidir; uyku-uyanıklık düzenini kontrol etmez.
- D) **Uç beyin (serebrum):** Üst düzey bilişsel işlevlerle ilgilidir; uyku başlatıcı ana merkez değildir.
- E) **Beyincik:** Denge ve koordinasyonla ilgilidir.

Cevap: A

10. Dolaşım ve sindirim gibi **yaşamsal ve istem dışı çalışan sistemlerin düzenlenmesi**, beyin sapında yer alan merkezler tarafından gerçekleştirilir. Bu işlevlerin temel kontrolü özellikle **omurilik soğanı (medulla oblongata)** tarafından sağlanır. Medulla; **kalp atımı, damar tonusu ve sindirimle ilişkili bazı reflekslerin** düzenlenmesinde kritik rol oynar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**
- A) **Omurilik:** İletim ve reflekslerle ilgilidir; iç organların yönetim merkezi değildir.
- B) **Temporal lob:** İşitme ve bellek süreçleriyle ilişkilidir.
- C) **Beyincik:** Denge ve koordinasyonu sağlar.
- E) **Pons:** Solunumun düzenlenmesine katkı sağlar; ancak dolaşım ve sindirimin temel kontrol merkezi değildir.

Cevap: D

11. Verilen ipuçlarını birlikte düşündüğümüzde kritik ifade beyin yarımküreleri arası iletişimi sağlamadığıdır. Bu işlev doğrudan **corpus callosum**a aittir. Corpus callosum, sağ ve sol yarımküre arasında bilgi alışverişini sağlar; ayrıca bu iletişim sayesinde **görsel, dokunsal ve dikkatle ilgili bilgilerin bütüncül işlenmesine dolaylı katkı sunar**. Bu nedenle soruda sayılan işlevleri bir arada karşılayan en uygun yapı budur. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **Beyincik:** Denge ve koordinasyonu sağlar; yarımküreler arası iletişim görevi yoktur.
- B) **Omurilik:** Beyin ile vücut arasında iletim sağlar; yarımküreler arası bağlantı kurmaz.
- C) **Pons:** Beyin sapında yer alır, solunum ve bazı otomatik süreçlere katkı sağlar; yarımküreleri birbirine bağlayan yapı değildir.
- D) **Korteks:** Üst düzey bilişsel süreçlerden sorumludur; ancak yarımküreler arası bağlantıyı sağlayan spesifik yapı değildir.

Cevap: E

12. Serebral korteks; **duyusal bilgilerin değerlendirilmesi, bilinçli düşünme, karar verme, dil, bellek ve üst düzey bilişsel (yürütücü) işlevlerin** merkezidir. Yani insanın "bilinçli zihinsel faaliyetleri" büyük ölçüde bu yapıda gerçekleşir. Buna karşılık **vücudun ısı dengesinin sağlanması** korteksin değil, **hipotalamusun** temel görevidir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **Duyu organları tarafından alınan verileri değerlendirmek:** Korteks, duyu bilgileri analiz eder ve anlamlandırır.
- B) **Eski bilgi ile yeni bilgi arasında karşılaştırma yapmak:** Bellek ve bilişsel işleme sayesinde kortekste gerçekleştirilir.
- C) **Bilinçli değerlendirmeler yapmak:** Karar verme ve farkındalık korteksin temel işlevidir.
- D) **Bellek, düşünme, dil, yönetsel işlevleri yönetmek:** Üst düzey bilişsel süreçler korteks tarafından yürütülür.

Cevap: E

13. Omurilik soğanı, **yaşamsal reflekslerin ve temel yaşam fonksiyonlarının düzenlendiği merkezdir.**

- I. **Yutkunma, hapşırma reflekslerini denetler.** Bu ifade doğrudur, çünkü bu reflekslerin merkezi omurilik soğanıdır.
- II. **Omurilik soğanı zedelenen bir insan yaşamını sürdüremez.** Bu ifade doğrudur, çünkü solunum ve kalp gibi hayati merkezler burada bulunur.
- III. **Solunum merkezi omurilik soğanında bulunur.** Bu ifade doğrudur, çünkü solunumun temel kontrolü bu yapı tarafından sağlanır.

Cevap: C

14. Beyin kabuğu (serebral korteks), **bilinçli düşünme, öğrenme ve bellek gibi üst düzey bilişsel işlevlerin** merkezidir. Bu yapı zedelendiğinde özellikle **öğrenilmiş bilgilerin hatırlanması** gibi bilinçli süreçler bozulur. Buna karşılık solunum, kalp atımı ve metabolik süreçler daha alt merkezler tarafından sürdürülebilir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Nefes alıp vermesi normal olarak devam eder:** Solunum, beyin sapı tarafından düzenlenir.
- B) **Kalp atımı devam eder:** Kalp atımı otonom sinir sistemi ve beyin sapı tarafından kontrol edilir.
- D) **Karaciğerinde glikojen depolar:** Bu metabolik süreçler hormonlar ve otonom sistemle düzenlenir.
- E) **Böbrekleri üre atımını sürdürür:** Boşaltım sistemi işlevleri korteksten bağımsızdır.

Cevap: C

15. Duyusal bilgiler koku hariç önce **talamusa** gelir, burada düzenlenir ve ilgili korteks alanlarına iletilir. Bu nedenle talamus, duyular için **toplanma ve dağıtım merkezi** olarak kabul edilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Epitalamus:** Daha çok biyolojik ritim ve epifiz bezi ile ilişkilidir; duyuların ana aktarım merkezi değildir.
- C) **Hipotalamus:** Homeostaz ve hormonal düzenlemeyle ilgilidir.
- D) **Omurilik soğanı:** Yaşamsal refleksleri düzenler.
- E) **Beyincik:** Denge ve koordinasyonu sağlar.

Cevap: B

1. Omurilik soğanı; yaşamsal reflekslerin ve otonom işlevlerin düzenlenmesinde görev alır. Yutkunma, hapsirme, kusma refleksleri, kalp-damar faaliyetleri ve sindirim sistemi hareketlerinin bir kısmı bu yapı tarafından kontrol edilir. Ayrıca beyin ile omurilik arasında iletim görevi de vardır. Buna karşılık vücudun tuz-su dengesinin ayarlanması temel olarak hipotalamusun görevidir. Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Beyin ile omurilik arasındaki uyarıları taşımak: İletim görevi vardır.
- B) Yutkunma, hapsirme, kusma gibi refleksleri yönetmek: Bu reflekslerin merkezi omurilik soğanıdır.
- C) Kalp damarlarının büzülme gevşemesini kontrol etmek: Dolaşım sistemi üzerinde düzenleyici etkisi vardır.
- E) Sindirim sisteminin hareketlerini denetlemek: Otonom kontrol kapsamında rol oynar.

Cevap: D

2. Sempatik sinir sistemi vücudu harekete geçirir (kalp hızını artırır, solunumu hızlandırır, sindirimi baskılar), parasempatik sistem ise dinlenme ve onarım durumunu destekler (kalp hızını düşürür, sindirimi artırır).

- I. Akciğer/Hava kesecikleri: Genişletir – Daraltır. Bu ifade doğrudur, çünkü sempatik sistem bronşları genişletir, parasempatik sistem daraltır.
- II. Kalp atışı: Yavaşlatır – Hızlandırır. Bu ifade yanlıştır, çünkü sempatik sistem kalp atışını hızlandırır, parasempatik sistem yavaşlatır.
- III. Mide: Sindirimi artırır – Sindirimi yavaşlatır. Bu ifade yanlıştır, çünkü sempatik sistem sindirimi yavaşlatır, parasempatik sistem artırır.
- IV. Kan basıncı: Artırır – Azaltır. Bu ifade doğrudur, çünkü sempatik sistem kan basıncını yükseltir, parasempatik sistem düşürür.

Cevap: B

3. Vücudun su dengesi, vücut sıcaklığı ve hormonların düzenlenmesi gibi homeostatik süreçleri hipotalamus tarafından kontrol edilir. Hipotalamus, hem otonom sinir sistemi hem de endokrin sistem üzerinde etkili olarak iç dengeyi sağlar. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Talamus: Duyusal bilgilerin iletim ve dağıtım merkezidir.
- B) Omurilik: İletim ve reflekslerden sorumludur.
- C) Beyincik: Denge ve koordinasyonu sağlar.
- E) Omurilik soğanı: Yaşamsal refleksleri (solunum, kalp atımı) düzenler.

Cevap: D

4. Adrenalin, sempatik sinir sistemi etkisi oluşturarak vücudu harekete geçirir. Bu durumda kalp atışı hızlanır, göz bebekleri büyür, kan şekeri yükselir ve kan basıncı artar; buna karşılık sindirim faaliyetleri baskılanır. Bu nedenle sindirimin hızlanması beklenmez. Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Kalp atışlarının hızlanması: Sempatik etkiyle artar.
- B) Göz bebeklerinin büyümesi: Daha fazla ışık almak için genişler.
- C) Kan şekerinin yükselmesi: Enerji ihtiyacını karşılamak için artar.
- E) Kan basıncının yükselmesi: Damar daralması ve kalp hızının artmasıyla yükselir.

Cevap: D

5. Travma veya aşırı korku durumlarında vücut, ağrı algısını azaltmak ve dayanıklılığı artırmak için endorfin salgılar. Endorfinler, etkileri bakımından morfin benzeri olup doğal ağrı kesici görevi görür ve kişide rahatlama hissi oluşturur. Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Asetilkolin: Kas hareketleri ve bazı bilişsel süreçlerde görev alır; ağrı kesici etkisi yoktur.
- C) Norepinefrin: Dikkat ve uyanıklıkla ilişkilidir; stres yanıtında rol oynar.

- D) **Serotonin:** Duygudurum ve uyku düzeniyle ilgilidir.
- E) **Dopamin:** Ödül ve motivasyon süreçlerinde etkilidir.

Cevap: B

6. Stres durumunda ortaya çıkan **uyanıklık, dikkat artışı ve "hazır olma" hâli**, aynı zamanda **kalp atım hızının ve kan basıncının yükselmesi** ile birlikte görülür. Bu etkiler, **sempatik sinir sistemiyle ilişkili olan norepinefrin** tarafından oluşturulur. Norepinefrin hem beyinde dikkat ve uyarılmayı artırır hem de vücutta stres yanıtını destekler. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **GABA:** Sinirsel aktiviteyi baskılayan inhibitör bir nörotransmitterdir.
- B) **Endorfin:** Doğal ağrı kesici etki gösterir.
- D) **Serotonin:** Duygudurum, uyku ve iştahla ilgilidir.
- E) **Dopamin:** Ödül, motivasyon ve hareketle ilgilidir.

Cevap: C

7. Prefrontal lob; **davranışların kontrolü, dürtü denetimi, planlama, karar verme ve içgörü** gibi yürütücü işlevlerden sorumludur. Bu bölgedeki hasarlarda birey **dürtüsel davranır, kendini kontrol etmekte zorlanır, sosyal kurallara uymakta güçlük çeker ve içgörü kaybı yaşar**. Buna karşılık **kalp atım hızının kontrolü** prefrontal lobun değil, **otonom sinir sistemi ve beyin sapının** görevidir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Davranış ve amaçlarını anlık düşüncelerine göre gerçekleştirme:** Bu ifade **doğrudur**, çünkü dürtü kontrolü bozulur.
- B) **İçgörü kaybı yaşama:** Bu ifade **doğrudur**, kişi kendi davranışlarını değerlendirmekte zorlanır.
- C) **Tepkilerini kontrol edememe ve aşırıya kaçma:** Bu ifade **doğrudur**, inhibisyon mekanizması zayıflar.

- D) **Kuyrukta sırasını bekleyememe:** Bu ifade **doğrudur**, sosyal kurallara uyum ve sabır azalır.

Cevap: E

8. Kaygı yaratan durum ortadan kalktığında **para-sempatik sinir sistemi** devreye girer ve vücut **dinlenme-onarım durumuna** geçer. Bu durumda **kalp atışı yavaşlar, sindirim artar, bronşlar daralır ve mesane kasılarak boşaltım kolaylaşır**. Buna karşılık **göz bebeklerinin büyümesi** sempatik etkinin sonucudur ve bu durumda beklenmez. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Sindirimin artması:** Bu ifade **doğrudur**, parasempatik sistem sindirimi artırır.
- C) **Mesannenin daralması:** Bu ifade **doğrudur**, idrar yapmayı kolaylaştırır.
- D) **Kalp atışının yavaşlaması:** Bu ifade **doğrudur**, dinlenme durumunda kalp hızı düşer.
- E) **Bronşların daralması:** Bu ifade **doğrudur**, solunum daha sakin hâle gelir.

Cevap: A

9. Soruda **beynin sağ yarım küresi ile ilişkilendirilemeyen işlev** sorulmaktadır. Sağ yarım küre; **bütüncül algılama, sezgisel düşünme, hayal gücü ve yüz tanıma** gibi daha çok **görsel-uzamsal ve yaratıcı süreçlerle** ilişkilidir. Buna karşılık **gerçekçi (mantıksal-analitik) düşünme** daha çok sol yarım kürenin baskın işlevidir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bütüncül algılama:** Bu ifade **doğrudur**, sağ yarım küre parçadan çok bütünü algılar.
- C) **Sezgisel düşünme:** Bu ifade **doğrudur**, sağ yarım küre sezgisel işleme yapar.
- D) **Hayal kurma:** Bu ifade **doğrudur**, yaratıcılık ve imgesel süreçler sağ yarım küreyle ilişkilidir.
- E) **Yüzleri tanıma:** Bu ifade **doğrudur**, yüz tanıma sağ yarım kürede baskındır.

Cevap: B

10. Soruda limbik sistemden gelen duygusal isteklerin kontrolünde zorlanma durumunun hangi beyin yapısıyla açıklanabileceği sorulmaktadır. Limbik sistem duyguları üretirken, bu duyguların uygun ve kontrollü davranışlara dönüştürülmesi görevi frontal loba (özellikle prefrontal kortekse) aittir. Bu bölgede bir sorun olduğunda kişi dürtülerini denetlemekte zorlanır. Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Omurilik: Omuriliğin görevi refleksleri düzenlemek ve beyin ile vücut arasında iletimi sağlamaktır; duygusal kontrolle ilgili değildir.
- B) Corpus callosum: İki yarım küre arasında bilgi alışverişini sağlar; duygusal isteklerin kontrolünden sorumlu değildir.
- D) Talamus: Duyusal bilgileri düzenleyip kortekse iletir; duygusal denetim görevi yoktur.
- E) Orta beyin: Görsel ve işitsel reflekslerle ilgilidir; duygusal davranışların kontrolünü sağlamaz.

Cevap: C

11. Soruda omurilik soğanının yapısı ve işlevleriyle ilgili yanlış olan ifade sorulmaktadır. Omurilik soğanı; yaşamsal faaliyetlerin (solunum, dolaşım vb.) düzenlenmesi ve reflekslerin kontrolü ile görevli bir yapıdır, ancak karar verme gibi üst düzey bilişsel işlevlerin merkezi değildir. Bu tür işlevler serebral kortekste, özellikle frontal lobda gerçekleşir. Cevap D seçeneğidir.

- A) İstemsiz çalışan iç organların kontrol merkezidir: Omurilik soğanı otonom işlevleri düzenler, bu nedenle bu ifade doğrudur.
- B) Beyne giren bütün sinirler omurilik soğanından geçer: Beyin-vücut arasındaki sinir yolları büyük ölçüde buradan geçer, bu ifade doğru kabul edilir.
- C) Solunum, dolaşım, boşaltım ve sindirim sisteminin çalışmasını düzenler: Yaşamsal sistemlerin düzenlenmesinde rol aldığı için bu ifade doğrudur.
- E) Beyinden gelen sinirlerin çaprazlanması buradadır: Piramidal çaprazlanma burada gerçekleşir, bu ifade doğrudur.

Cevap: D

12. Göz bebeğinin ışığa karşı otomatik olarak küçülmesi, istem dışı bir reflekstir ve bu refleksin merkezi orta beyinde yer alır. Orta beyin, özellikle görsel reflekslerin (ışığa pupilla tepkisi gibi) düzenlenmesinde görev alır. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Prefrontal korteks: Üst düzey bilişsel işlevlerden sorumludur; refleks merkezi değildir.
- B) Oksipital lob: Görsel bilgilerin algılanması ve yorumlanmasıyla ilgilidir; refleksin oluştuğu merkez değildir.
- C) Beyincik: Denge ve koordinasyonu sağlar; bu tür refleksleri yönetmez.
- D) Ön beyin: Daha çok bilinçli ve karmaşık işlevlerle ilgilidir; refleks kontrol merkezi değildir.

Cevap: E

13. İç kulaktan (vestibüler sistem) ve gözden gelen bilgileri kas hareketleriyle uyumlu hâle getirerek dengeyi sağlama görevi beyinciğe (serebellum) aittir. Beyincik, farklı duyu kaynaklarından gelen bilgileri bütünleştirir ve hareketlerin koordineli ve dengeli olmasını sağlar. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Orta beyin: Görsel ve işitsel reflekslerle ilgilidir; dengeyi düzenlemez.
- B) Ön beyin: Üst düzey bilişsel süreçlerle ilgilidir.
- C) Korteks: Bilinçli algı ve düşünme süreçlerini yönetir; dengeyi doğrudan sağlamaz.
- E) Hipotalamus: Homeostaz ve hormon düzenlemesiyle ilgilidir.

Cevap: D

14. Soruda merkezî sinir sistemi organları ile görevlerinin eşleştirilmesinde hangisinin yanlış olduğu sorulmaktadır. Koku duyusu hariç diğer duyu bilgileri kortekse iletilmesi görevi talamusa aittir, hipotalamusa değil. Hipotalamus daha çok homeostaz (ısı, su dengesi, hormonlar) ile ilgilidir. Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.

- A) **Omurilik - Refleksleri ve alışkanlık hareketlerini kontrol eder:** Omurilik reflekslerin merkezidir; ifade doğrudur.
- B) **Omurilik soğanı - Solunum, sindirim, dolaşım, boşaltım gibi sistemlerin çalışmasını kontrol eder:** Yaşamsal işlevleri düzenlediği için doğrudur.
- C) **Beyincik - Vücut dengesini sağlar:** Denge ve koordinasyon görevi vardır; doğrudur.
- E) **Orta beyin - Görme ve duyma reflekslerini kontrol eder:** Görsel ve işitsel reflekslerde rol alır; doğrudur.

Cevap: D

15. Yutma ve solunum gibi **yaşamsal ve otomatik işlevlerin devam etmesi**, omurilik soğanının çalıştığını gösterir. Buna karşılık **öğrenmeye dayalı işlevlerin gerçekleştirilememesi**, üst düzey bilişsel süreçlerin merkezinin çalışmadığını düşündürür. Öğrenme, bellek ve bilinçli işlemler **se-rebral korteksin** temel görevleridir. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Beyincik:** Denge ve koordinasyonu sağlar; öğrenmenin merkezi değildir.
- B) **Omurilik soğanı:** Solunum ve yutma gibi yaşamsal işlevleri düzenler; soruda bu işlevler korunmuştur.
- D) **Talamus:** Duyusal bilgilerin iletim merkezidir; öğrenmenin ana merkezi değildir.
- E) **Hipotalamus:** Homeostaz ve hormon düzenlemesiyle ilgilidir.

Cevap: C

1. Verilen eşleştirmelerde her bir faaliyetin ilgili beyin bölgesiyle uyumuna bakılır:
 - I. **Periyodik cetvelin ezberlenmesi – Korteks** → Bu ifade **doğrudur**, çünkü öğrenme ve bellek korteksle ilişkilidir.
 - II. **Vücut ısısının ayarlanması – Omurilik soğanı** → Bu ifade **yanlıştır**, çünkü vücut ısısı **hipotalamus** tarafından düzenlenir.
 - III. **Vücut dengesinin sağlanması – Serebellum** → Bu ifade **doğrudur**, çünkü denge ve koordinasyon beyinciğin görevidir.
 - IV. **Beyincik yarım kürelerinin bağlanması – Pons** → Bu ifade **doğrudur**, pons beyincik yarım küreleri arasında bağlantı sağlar.
 - V. **Solunumun kontrolü – Hipotalamus** → Bu ifade **yanlıştır**, çünkü solunumun temel kontrol merkezi **omurilik soğanıdır** (pons destekler).

Yanlış olanlar II. ve V. eşleştirmedir.

Cevap: E

2. Reflekslerin hangi merkezler tarafından kontrol edildiği değerlendirildiğinde:
 - I. **Diz kapağı refleksi (Patella) – Omurilik** → Bu ifade **doğrudur**, spinal refleksler omurilik tarafından düzenlenir.
 - II. **Göz bebeği refleksi – Orta beyin** → Bu ifade **doğrudur**, ışık refleksi orta beyinde düzenlenir.
 - III. **Kusma – Omurilik soğanı** → Bu ifade **doğrudur**, kusma refleksi medulla tarafından kontrol edilir.
 - IV. **Yanan sobaya değince elini çekme – Omurilik** → Bu ifade **doğrudur**, geri çekme refleksi omurilik düzeyinde gerçekleşir.
 - V. **Hapşırma – Omurilik soğanı** → Bu ifade **doğrudur**, hapşırma refleksi medulla tarafından kontrol edilir.

Cevap: E

3. Ani bir ses karşısında kulakların o yöne çevrilmesi, **işitsel uyarana verilen refleksif yönelme tepkisidir**. Bu tür **görsel-işitsel refleksler** orta beyinde (mezensefalon) yer alan merkezler tarafından düzenlenir. **Cevap D seçeneğidir**.
 - A) **Omurilik**: Daha çok basit spinal refleksleri (çekme refleksi gibi) düzenler; işitsel yönelme refleksiyle ilgili değildir.
 - B) **Beyincik**: Denge ve koordinasyonu sağlar; refleksin olduğu merkez değildir.
 - C) **Talamus**: Duyusal bilgilerin iletim merkezidir; refleks yanıtı oluşturmaz.
 - E) **Diensefalon**: Talamus ve hipotalamusu içerir; bu tür reflekslerin merkezi değildir.

Cevap: D

4. İğne batması normalde **geri çekme refleksi** oluşturur ve bu refleks omurilik düzeyinde hızlıca gerçekleşir. Ancak aşı olurken kişinin elini çekmemesi, **üst merkezlerin (özellikle beyin korteksinin)** devreye girerek refleksi **baskılaması ve istemli kontrol sağlaması** ile açıklanır. Yani kişi durumu değerlendirir ve refleks tepkisini bilinçli olarak engeller. Bu reflekslerin ertelenebilir olma özelliğiyle ilişkilidir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.
 - B) **Bu davranış içgüdüsel olduğundan dolayı içgüdülerin ertelenme özelliğiyle ilgilidir**: İçgüdü kavramı bu durumu açıklamaz; burada bilişsel kontrol söz konusudur.
 - C) **Bu durumda omuriliğin hasar gördüğünden şüphe edilmelidir**: Omurilik sağlamdır; aksine refleks üst merkezler tarafından baskılanmaktadır.
 - D) **Acı verici uyarıcılarda verilecek tepkilerde orta beyin devreye girer**: Bu durum orta beyinle değil, kortikal kontrolle ilgilidir.
 - E) **Söz konusu refleks omurilik soğanıyla ilgilidir**: Geri çekme refleksi omurilikle ilgilidir; medulla refleksleri ertelemeyebilir.

Cevap: A

5. Kişinin ne söylemek istediğini bilmesine rağmen uygun kelimeleri seçememesi, akıcı ve anlamlı konuşma üretememesi durumu, ifade edici dil bozukluğu olarak bilinen **Broca afazisini** gösterir. Bu durumda anlama büyük ölçüde korunur ancak konuşma üretimi bozulur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Wernicke afazisi: Dilin anlaşılması bozulur; kişi akıcı konuşur ancak anlamsızdır ve genellikle söylediğinin farkında değildir.

C) Metastaz: Kanserin başka dokulara yayılmasıdır; dil bozukluğu tanımı değildir.

D) Tourette sendromu: İstem dışı tiklerle karakterizedir; dil üretim bozukluğu değildir.

E) Basit tik bozukluğu: Tekrarlayıcı istemsiz hareket veya seslerdir; afaziyle ilgili değildir.

Cevap: A

6. Farklı duyuların (özellikle **işitme ve koku**) algılanması ve anlamlandırılması büyük ölçüde **temporal lobda** gerçekleşir. Temporal lob; **işitsel korteks** ve **koku ile ilişkili yapılar** sayesinde bu duyuları işler ve yorumlar. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Frontal lob: Hareket kontrolü ve yürütücü işlevlerle ilgilidir; duyuşsal algının merkezi değildir.

B) Oksipital lob: Görme ile ilgilidir; diğer duyuları işlemez.

C) Prefrontal lob: Planlama ve karar verme gibi üst düzey işlevlerle ilgilidir.

E) Parietal lob: Dokunma, basınç ve vücut pozisyonu gibi somatosensoriyel bilgileri işler.

Cevap: D

7. Soruda **hipotalamusun görevleri** arasında yer almayan ifade sorulmaktadır. Hipotalamus; **homeostazın sağlanması, otonom sinir sisteminin kontrolü, hipofiz bezi aracılığıyla hormonların düzenlenmesi ve vücut sıcaklığı, açlık, susuzluk, cinsel dürtüler gibi süreçlerin kontrolünden** sorumludur. Buna karşılık **sonradan kazanılmış reflekslerin kontrolü** hipotalamusun değil, daha çok **korteks ve ilgili öğrenme merkezlerinin** işlevidir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Otonom sinir sistemini kontrol etmek: Bu ifade **doğrudur**, hipotalamus otonom sistemi düzenler.

B) Homeostatik düzenleme merkezi olarak görev yapmak: Bu ifade **doğrudur**, iç dengeyi sağlar.

C) Hipofiz bezinin çalışmasını düzenleyerek diğer organlardan salgılanan hormonları kontrol etmek: Bu ifade **doğrudur**, endokrin sistem üzerinde etkilidir.

D) Vücut sıcaklığını, kan basıncını, açlığı, cinsel dürtüleri düzenlemek: Bu ifade **doğrudur**, temel düzenleyici merkezdir.

Cevap: E

8. Sempatik sinir sistemi **vücudu harekete geçirir**; bu durumda **bronşlar genişler, kalp atışı hızlanır, göz bebekleri büyür ve sindirim baskılanır**. Bronşların genişlemesi, daha fazla oksijen alımını sağlayarak vücudu acil duruma hazırlar. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Kalp atımının yavaşlaması: Bu ifade **doğru değildir**, çünkü sempatik sistem kalp hızını artırır.

B) Kan damarlarının genişlemesi: Bu ifade **doğru değildir**, sempatik sistem çoğunlukla damarları daraltır.

C) Göz bebeklerinin daralması: Bu ifade **doğru değildir**, sempatik sistem göz bebeklerini büyütür.

E) Mesanenin daralmasıyla idrara çıkılması: Bu ifade **doğru değildir**, bu durum parasempatik sistemle gerçekleşir.

Cevap: D

9. Otonom sinir sistemi; **terleme, göz bebeği tepkileri, sindirim ve bağırsak hareketleri** gibi istem dışı çalışan iç organ faaliyetlerini düzenler. Buna karşılık **diz kapağı refleksi (patellar refleksi)** bir **somatik refleks**tir ve omurilik tarafından kontrol edilir, otonom sistemle ilgili değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**
- A) **Vücudun ısınmasıyla terleme meydana gelmesi:** Bu ifade **doğrudur**, otonom sistem tarafından düzenlenir.
- B) **Göz bebeğinin karanlıkta büyümesi:** Bu ifade **doğrudur**, sempatik sistem etkisiyle gerçekleşir.
- C) **Yemek yenildiğinde midede sindirim salgılarının artması:** Bu ifade **doğrudur**, parasempatik sistemle ilişkilidir.
- E) **Yemek yedikten sonra bağırsak hareketlerinin başlaması:** Bu ifade **doğrudur**, otonom sistem kontrolündedir.

Cevap: D

10. Köpek tarafından kovalanma gibi bir durumda **sempatik sinir sistemi devreye girer** ve vücudu acil duruma hazırlar. Bu süreçte **sindirim faaliyetleri baskılanır**, çünkü enerji kaslara yönlendirilir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) **Tükürük salgısının artması:** Bu ifade **doğru değildir**, sempatik sistem salgıyı azaltır.
- B) **Kalp atım hızının yavaşlaması:** Bu ifade **doğru değildir**, kalp hızı artar.
- D) **Bronşların daralması:** Bu ifade **doğru değildir**, bronşlar genişler.
- E) **Göz bebeğinin daralması:** Bu ifade **doğru değildir**, göz bebekleri büyür.

Cevap: C

11. Soruda **Wernicke bölgesi** hasarında hangisinin **görülmeceği** sorulmaktadır. Wernicke alanı hasarında **dilin anlaşılması bozulur**, kişi konuşulanı anlayamaz; buna rağmen **konusması akıcıdır ancak anlamsızdır**. Buna karşılık **konuşma üretimindeki temel bozukluk (ne söyleyeceğini bilip ifade edememe)** Broca afazisine aittir. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **Bu kişilerin motor konuşma alanı sağlamdır:** Bu ifade **doğrudur**, Broca alanı genellikle sağlamdır.
- B) **Yorum yapamadıkları için kelimeleri dizemezler ve konuşamazlar:** Bu ifade **doğrudur**, anlama bozulduğu için anlamlı dil üretimi etkilenir.
- C) **Kişi işitir ama anlamaz:** Bu ifade **doğrudur**, Wernicke afazisinin temel özelliğidir.
- D) **Konusması yapısal olarak normal ama anlamsızdır:** Bu ifade **doğrudur**, akıcı fakat anlamsız konuşma görülür.

Cevap: E

12. Ahmet Bey'in ani ve kontrolsüz şekilde **öfke patlaması yaşaması**, davranışın **duygusal ve ilkel tepkilerle yönlendirildiğini** gösterir. Bu tür **ani öfke, saldırganlık ve yoğun duygusal tepkiler** limbik sistem içinde yer alan **amigdala** tarafından düzenlenir. Amigdala baskın olduğunda, üst düzey kontrol (korteks) geri planda kalabilir. **Cevap D seçeneğidir.**
- A) **Korteks:** Üst düzey düşünme ve kontrol sağlar; bu durumda baskılanmıştır.
- B) **Talamus:** Duyusal bilgilerin iletim merkezidir; duygusal tepkinin kaynağı değildir.
- C) **Oksipital lob:** Görme ile ilgilidir.
- E) **Epifiz bezi:** Melatonin salgılar; uyku-uyanıklık döngüsüyle ilişkilidir.

Cevap: D

13. Soruda aşık olunan kişiyle karşılaşınca yüzde kızarma gibi fizyolojik bir tepkinin hangi sinir sistemiyle ilişkili olduğu sorulmaktadır. Bu tür istem dışı bedensel tepkiler (yüzde kızarma, kalp hızında artış, terleme vb.) **otonom sinir sistemi** kapsamında değerlendirilir. Özellikle heyecan, stres ve duygusal uyarılma durumlarında **sempatik sinir sistemi** devreye girer ve damar genişlemesi gibi tepkilerle yüzde kızarma oluşabilir. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Korteks:** Korteksin görevi bilinçli düşünme, karar verme ve üst düzey bilişsel süreçlerdir; yüz kızarması gibi otomatik tepkileri doğrudan kontrol etmez.
- B) **Prefrontal lob:** Planlama, dürtü kontrolü ve karar verme ile ilgilidir; bu tür fizyolojik tepkilerin merkezi değildir.
- C) **Parasempatik sistem:** Dinlenme ve sakinleşme durumlarını destekler; heyecanla ortaya çıkan kızarma tepkisinin temel nedeni değildir.
- D) **Sempatik sistem:** Bu ifade **doğrudur**, çünkü duygusal uyarılma durumlarında devreye girecek kalp hızı artışı, damar değişiklikleri ve yüz kızarması gibi tepkilere yol açar.
- E) **Somatik sistem:** İstemli kas hareketlerini kontrol eder; otomatik duygusal tepkilerle ilişkili değildir.

Cevap: D

14. Soruda **miyelinleşme sürecinin doğru tanımı** sorulmaktadır. Miyelinleşme, nöronların aksonlarının etrafının **miyelin kılıf adı verilen yağlı bir tabaka ile sarılması** sürecidir. Bu yapı sinir iletimini yalıtarak **iletim hızını artırır ve daha verimli hâle getirir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sinir hücreleri arasındaki kimyasal mesajların iletimini sağlayan boşlukların genişlemesi süreci:** Bu ifade **doğru değildir**, sinaptik boşluğa ilgilidir, miyelinleşme değildir.
- B) **Beyindeki nöronların dendritlerinin dallanarak yeni bağlantılar kurması süreci:** Bu ifade **doğru değildir**, bu durum sinaptik bağlantı artışı (dallanma) ile ilgilidir.
- C) **Beyindeki nöronların sayısının doğumdan sonra artması süreci:** Bu ifade **doğru değildir**, nöron sayısı büyük ölçüde doğumdan önce belirlenir.

D) **Sinaptik bağlantıların gereksiz olanlarının budanarak azalması süreci:** Bu ifade **doğru değildir**, bu süreç sinaptik budamadır.

Cevap: E

15. Kahraman Bey'in **tabağın ya da yüzünün sadece bir yarısını fark etmesi**, uzaysal farkındalık ve dikkatle ilgili bir bozulmayı gösterir (ihmal sendromu). Bu tür durumlar **vücudun ve çevrenin mekânsal algılanmasından sorumlu parietal lob** hasarında ortaya çıkar. Özellikle sağ parietal lob hasarında kişi karşı tarafı ihmal edebilir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Temporal lob:** İşitme ve bellekle ilgilidir; mekânsal ihmalin temel nedeni değildir.
- C) **Oksipital lob:** Görme ile ilgilidir; ancak burada sorunun algnın yorumlanmasıdır.
- D) **Hipokampus:** Bellek oluşumunda rol oynar.
- E) **Omurilik soğanı:** Yaşamsal refleksleri düzenler.

Cevap: B

1. Urbach-Wiethe hastalığı nadir görülen genetik bir hastalıktır ve özellikle **amigdala bölgesinde hasara** yol açar. Amigdala; **korku, tehdit algısı ve duygusal tepkilerin düzenlenmesinde** kritik rol oynar. Bu hastalıkta amigdala işlevini kaybettiği için birey **korku hissedemez, tehlikeli durumlara karşı olağan dışı sakin kalır**. Verilen örnekteki davranışlar (yılandan korkmama, tehdit karşısında sakin kalma) bu durumu açıkça göstermektedir. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Talamus:** Duyusal bilgileri iletir; korku tepkisinin merkezi değildir.
- B) **Korteks:** Üst düzey bilişsel süreçleri yönetir; korku duygusunun temel kaynağı değildir.
- C) **Beyincik:** Denge ve koordinasyonla ilgilidir.
- E) **Pons:** Solunum ve bazı otomatik süreçlerde rol oynar; duygusal korku tepkisiyle ilgili değildir.

Cevap: D

2. Soruda **parietal lob hasarında hangisinin görülmeceği** sorulmaktadır. Parietal lob; **dokunma, ağrı, vücut duyuları ve mekânsal farkındalık** ile ilgilidir. Bu nedenle bu bölgede hasar olduğunda **duyusal algı ve uzaysal yön bulma problemleri** ortaya çıkar. Buna karşılık **vücut iç dengesinin sağlanması (homeostaz)** hipotalamusun görevidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kas, deri, eklem ve vücudun diğer bölgelelerinden dokunma ile ilgili duyuları işleme sorunları:** Bu ifade **doğrudur**, parietal lob somatosensoriyel bilgileri işler.
- B) **Acı ve dokunma hissi kayıpları:** Bu ifade **doğrudur**, duyusal algı bozulur.
- D) **Mekânsal yön belirleme sıkıntısı:** Bu ifade **doğrudur**, uzaysal farkındalık etkilenir.
- E) **Sağını solunu tayin etmede sorunlar:** Bu ifade **doğrudur**, lateralizasyon ve yön bulma bozulabilir.

Cevap: C

3. Sinir hücrelerinin belirli görevlerde uzmanlaşması ve yapı-işlev bakımından farklılaşması, gelişimde ayrımlaşma olarak adlandırılır. Bu süreçte nöronlar belirli işlevlere uyum sağlayarak özelleşir.

- A) **Sinaptik budama:** Bu ifade yanlıştır, gereksiz bağlantıların azaltılmasıdır.
- B) **Miyelinleşme:** Bu ifade yanlıştır, aksonların miyelinle kaplanarak iletim hızının artmasıdır.
- D) **Sinaptogenez:** Bu ifade yanlıştır, yeni sinaptik bağlantıların kurulmasıdır.
- E) **Nöral plastisite:** Bu ifade yanlıştır, beyin deneyime bağlı değişebilme kapasitesidir; doğrudan özelleşme süreci değildir.

Cevap: C

4. Ataksi; **denge, koordinasyon ve hareketlerin uyumlu şekilde yürütülememesi** ile karakterizedir. Parçada belirtilen **geniş tabanlı, dengesiz yürüyüş ve koordinasyon bozukluğu** özellikle **beyinciğin (serebellum)** temel işlevlerinin bozulduğunu gösterir. Beyincik; kas hareketlerini hassas biçimde ayarlar ve dengeyi sağlar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Korteks:** Üst düzey bilişsel süreçlerle ilgilidir; temel denge merkezi değildir.
- B) **Talamus:** Duyusal bilgilerin iletim merkezidir; koordinasyonun ana merkezi değildir.
- C) **Oksipital lob:** Görme ile ilgilidir.
- D) **Hipotalamus:** Homeostaz ve hormon düzenlemesiyle ilgilidir.

Cevap: E

5. I. **Frontal – Yaşanacak sonuçlardan ders çıkartmada sorun yaşama.** Bu ifade **doğrudur**, çünkü frontal lob yürütücü işlevler, karar verme ve sonuçları değerlendirme ile ilgilidir.
- II. **Temporal – Yönünü tayin etmede sorun yaşama.** Bu ifade **yanlıştır**, çünkü mekânsal yön bulma ve uzaysal algı **parietal lob** ile ilişkilidir.
- III. **Oksipital – İşitsel verileri işlemede sorun yaşama.** Bu ifade **yanlıştır**, çünkü işitsel veriler **temporal lobda** işlenir; oksipital lob görme ile ilgilidir.

IV. Parietal – Sıcak ve soğuk gibi dokunsal uyarıcıları algılamada sorun yaşama. Bu ifade **doğrudur**, çünkü parietal lob somato-sensoriyel duyuuları işler.

Yanlış olanlar II. ve III. eşleştirmedir.

Cevap: C

6. I. **Frontal lob – İşitilenlerin anlamlandırılması sağlar.** Bu ifade **yanlıştır**, çünkü işitilenlerin anlamlandırılması **temporal lobun** (Wernicke alanı) görevidir.
- II. **Temporal lob – Algısal öğrenme merkezi olarak görev yapar.** Bu ifade **doğrudur**, temporal lob işitsel algı ve bellekle ilişkili öğrenmede rol oynar.
- III. **Oksipital lob – Dokunarak tanımayı sağlar.** Bu ifade **yanlıştır**, dokunarak tanıma **parietal lobun** işlevidir; oksipital lob görme ile ilgilidir.
- IV. **Parietal lob – Limbik sistemden gelen duygusal istekleri kontrollü davranışlara dönüştürür.** Bu ifade **yanlıştır**, bu görev **frontal lobun** (prefrontal korteks) işlevidir.

Yanlış olanlar I, III ve IV. eşleştirmedir.

Cevap: A

7. Sinir iletim hızını artıran temel mekanizma, aksonların etrafının **yağlı bir tabaka ile sarılmasıdır**. Bu yapı, elektriksel uyarının akson boyunca **daha hızlı ve sıçrayarak iletilmesini** sağlar ve iletimi daha verimli hâle getirir. Bu özellikler **miyelin kılıfı** aittir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) **Sinaptik boşluk:** Nöronlar arası kimyasal iletimin gerçekleştiği alandır; hız artırıcı yapı değildir.
- B) **Dendrit:** Uyarıları alan yapıdır; iletim hızını artırmaz.
- D) **Nörotransmitter:** Kimyasal iletimi sağlar; yapışsal bir iletim hızlandırıcı değildir.
- E) **Glia hücresi:** Destek hücreleridir; doğrudan iletim hızını sağlayan yapı değildir (miyelin üretimine katkı sağlar).

Cevap: C

8. Soruda **beynin sağ ve sol yarımkürelerinin farklı işlevlere uzmanlaşması** durumu açıklanmaktadır. Dilin sol yarımkürede, mekânsal algı ve yüz tanımanın sağ yarımkürede baskın olması, işlevlerin yarımküreler arasında **dağılım göstermesi** anlamına gelir. Bu durum **lateralizasyon** olarak adlandırılır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sinaptik plastisite:** Sinaptik bağlantıların deneyime bağlı değişmesidir; yarımküre uzmanlaşmasını ifade etmez.
- C) **Nöronal nöroplastite:** Beynin değişebilme kapasitesidir; spesifik olarak işlevlerin yarımküreler dağılımını anlatmaz.
- D) **Miyelinleşme:** İletim hızının artmasıyla ilgilidir.
- E) **Nörogenez:** Yeni nöron oluşumudur.

Cevap: B

9. Kullanılmayan sinaptik bağlantıların ortadan kaldırılması ve işlevsel olanların güçlendirilmesi süreci sinaptik budama olarak adlandırılır. Bu mekanizma, beynin daha organize ve verimli çalışmasını sağlar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Miyelinleşme:** Bu ifade doğru değildir, aksonların miyelinle kaplanarak iletim hızının artmasıdır.
- B) **Ayrımlaşma:** Bu ifade doğru değildir, hücrelerin yapı ve işlev bakımından özelleşmesidir.
- D) **Sinaptogenez:** Bu ifade doğru değildir, yeni sinaptik bağlantıların oluşmasıdır.
- E) **Nöral plastisite:** Bu ifade doğru değildir, beynin deneyime bağlı değişebilme kapasitesidir; burada özel olarak bağlantıların elenmesi vurgulanmaktadır.

Cevap: C

10. Soruda **serotonin düzeyindeki düşüşle ilişkilendirilemeyecek durum** sorulmaktadır. Serotonin; **duygudurum, uyku ve iştah düzeni** üzerinde etkilidir. Düzeyinin düşmesi durumunda **depresyon belirtileri, anksiyete artışı, uyku bozuklukları ve iştah değişiklikleri** görülür. Buna karşılık **mutluluk ve iyi oluş hâlinin artması** beklenmez. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Depresyon belirtilerinde artış:** Bu ifade **doğrudur**, serotonin düşüklüğü depresyonla ilişkilidir.
- B) **Uyku düzeninin bozulması:** Bu ifade **doğrudur**, serotonin uyku döngüsünde rol oynar.
- C) **Anksiyete düzeyinde yükselme:** Bu ifade **doğrudur**, düşük serotonin kaygıyı artırabilir.
- E) **İştah değişiklikleri ve duygudurum dalgalanmaları:** Bu ifade **doğrudur**, serotonin bu süreçleri etkiler.

Cevap: D

11. Soruda **norepinefrin düzeyindeki artışla ilişkilendirilebilecek durum** sorulmaktadır. Norepinefrin; **bireyin çevresel uyarıcılara karşı daha tetikte, dikkatinin odaklanmış ve zihinsel olarak hazır olduğu bir uyarılmışlık düzeyini artırır**. Bu durum, özellikle tehdit ya da önemli uyarılara hızlı ve etkili tepki verebilmeyi sağlar. **Cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kalp atış hızında yavaşlama:** Bu ifade **doğru değildir**, norepinefrin kalp hızını artırır.
- B) **Enerji düzeyinde azalma ve motivasyon kaybı:** Bu ifade **doğru değildir**, aksine uyarılma ve enerji artar.
- D) **Uykuya geçiş süresinin kısalması:** Bu ifade **doğru değildir**, uyanıklık arttığı için uyku zorlaşır.
- E) **Parasempatik sinir sisteminin baskın hâle gelmesi:** Bu ifade **doğru değildir**, sempatik sistem etkisi artar.

Cevap: C

12. Soruda **serebrumun (uç beyin) temel işlevlerinden hangisinin olmadığı** sorulmaktadır. Serebrum; **duyusal bilgilerin işlenmesi, bilinçli hareketlerin kontrolü, dil, düşünme, karar verme, öğrenme ve bellek** gibi üst düzey bilişsel işlevlerden sorumludur. Buna karşılık **denge ve koordinasyonun sağlanması** temel olarak **beyinciğin (serebellum)** görevidir. **Cevap D seçeneğidir.**

- A) **Duyusal bilgilerin işlenmesi:** Bu ifade **doğrudur**, serebrum duyusal bilgileri değerlendirir.
- B) **Bilinçli hareketlerin kontrolü:** Bu ifade **doğrudur**, istemli hareketler korteks tarafından yönetilir.
- C) **Dil, düşünme ve karar verme gibi bilişsel işlevlerin yürütülmesi:** Bu ifade **doğrudur**, üst düzey zihinsel süreçler serebruma aittir.
- E) **Bellek ve öğrenme süreçlerinin desteklenmesi:** Bu ifade **doğrudur**, serebrum bu süreçlerde rol oynar.

Cevap: D

13. Nöronlar arasında **yeni sinaptik bağlantıların kurulması** süreci **sinaptogenez** olarak adlandırılır. Özellikle erken gelişim döneminde çevresel uyarıcılarla artış gösterir. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sinaptik budama:** Bu ifade **doğru değildir**, var olan bağlantıların azaltılmasıdır.
- B) **Miyelinleşme:** Bu ifade **doğru değildir**, iletim hızının artmasıyla ilgilidir.
- C) **Ayrımlaşma:** Bu ifade **doğru değildir**, hücrelerin özelleşmesidir.
- E) **Nöral plastisite:** Bu ifade **doğru değildir**, daha genel bir kavramdır; burada spesifik olarak yeni bağlantı oluşumu anlatılmaktadır.

Cevap: D

14. Beynin deneyim, öğrenme ya da hasar sonrası yeniden organize olabilme ve işlevleri yeniden düzenleyebilme kapasitesi nöral plastisite olarak adlandırılır. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Sinaptik budama: Bu ifade doğru değildir, bağlantıların azaltılmasıdır.
- B) Miyelinleşme: Bu ifade doğru değildir, iletim hızının artmasıyla ilgilidir.
- C) Ayrışma: Bu ifade doğru değildir, hücrelerin özelleşmesidir.
- D) Sinaptogenez: Bu ifade doğru değildir, yeni bağlantı oluşumudur; burada daha geniş bir yeniden yapılanma söz konusudur.

Cevap: E

15. Vaka incelendiğinde iki kritik belirti öne çıkmaktadır: **unutkanlık ve öğrenme güçlüğü (hipokampal işlev)** ile **olumsuz uyaranlara aşırı duyarlılık (amigdala hiperaktivitesi)**. Ancak seçenekler içinde bu durumu en doğrudan açıklayan mekanizma, depresyonda sıklıkla görülen **hipokampus hacminde küçülme ve buna eşlik eden kronik kortizol artışıdır**. Hipokampusun stres geri bildirim mekanizmasındaki rolü bozulduğunda kortizol düzeyi yüksek kalır ve bu durum hem bellek süreçlerini hem de stres düzenlemesini olumsuz etkiler. Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.

- A seçeneğinde, amigdala aktivitesinin azalması belirtilmiştir; oysa depresyonda genellikle **amigdala hiperaktiftir** ve bu durum olumsuz yorumlama eğilimini artırır.
- B seçeneğinde, hipokampusta artan nöroenezden (yeni nöron üretimi) bahsedilmektedir; ancak depresyonda tam tersine **nöroenez azalır**.
- C seçeneğinde, prefrontal korteks aktivitesinin artması ifade edilmiştir; oysa depresyonda genellikle **prefrontal aktivite azalır** ve bu durum duygusal düzenlemeyi zayıflatır.
- E seçeneğinde, amigdalanın işlev kaybı belirtilmiştir; bu da depresyonun tipik bulgularıyla örtüşmez çünkü depresyonda **tehdit algısı artar, azalmaz**.

Cevap: D

1. Soruda, Eriyen Saatler tablosunda saatlerin alışılmış biçimlerinden sapmasına rağmen izleyicinin onları hâlâ “saat” olarak tanımlaması vurgulanmaktadır. Bu durum, nesnenin **retinaya düşen görüntüsü değişse bile zihinde aynı nesne olarak algılanması** anlamına gelir ve **algısal değişmezlik** ile açıklanır. **Algısal değişmezlik**, üç temel türde incelenir: **büyüklik değişmezliği**, **şekil değişmezliği** ve **renk/parlaklık değişmezliği**. Soruda özellikle nesnenin biçimi bozulmasına rağmen tanınması, **şekil değişmezliğine** örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Şekil-zemin ilişkisi:** Nesne ile arka planın ayrımını ifade eder; nesnenin değişmesine rağmen aynı kalmasını açıklamaz.
- C) **Tamamlama ilkesi:** Eksik uyarıcıların zihinde tamamlanmasıdır; burada eksiklik değil, biçim değişimi vardır.
- D) **Yakınlık ilkesi:** Birbirine yakın uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; tek bir nesnenin tanınmasıyla ilgili değildir.
- E) **Basitlik ilkesi:** Uyarıcıların en sade biçimde örgütlenmesini ifade eder; nesnenin kimliğinin korunmasını açıklamaz.

Cevap: A

2. Soruda, Cobb'un karısı Mal'i farklı gerçeklik katmanlarında, **arka plan sürekli değişmesine rağmen kalabalık içinde hemen ayırt edebilmesi** vurgulanmaktadır. Bu durum, bir uyarıcının diğer uyarıcılardan **ön plana çıkarılarak arka plandan ayrılması** anlamına gelir ve **şekil-zemin ayrımı** ile açıklanır. Özellikle **kalabalık (zemin) içinden belirli bir kişinin (şekil) seçilmesi**, bu algı sürecinin doğrudan göstergesidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Yakınlık ilkesi:** Birbirine yakın uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; tek bir kişinin kalabalık içinden seçilmesini açıklamaz. Örneğin, **birbirine yakın duran insanların grup olarak algılanması yakınlık ilkesine** örnektir.
- C) **Algıda basitlik:** Uyarıcıların en sade ve düzenli biçimde örgütlenmesidir; burada sadelik değil, **belirli bir uyarıcının öne çıkarılması** söz konusudur. Örneğin, **karmaşık bir şekli daha düzenli bir formda algılamamız basitlik ilkesine** örnektir.

- D) **Tamamlama ilkesi:** Eksik uyarıcıların zihinde tamamlanmasıdır; soruda eksiklik değil, **mevcut uyarıcılar arasından seçim yapılması** vardır. Örneğin, **yarım çizilmiş bir daireyi tam daire olarak algılamamız tamamlama ilkesine** örnektir.

- E) **Benzerlik ilkesi:** Benzer özellikteki uyarıcıların gruplanmasıdır; tek bir kişinin seçilmesini açıklamaz. Örneğin, **aynı kıyafeti giyen kişilerin birlikte algılanması benzerlik ilkesine** örnektir.

Cevap: B

3. Soruda, Winston'ın çevresinde çok sayıda uyarıcı bulunmasına rağmen, **partinin sembolünün yüzlerce afiş içinde her zaman ilk dikkatini çekmesi** vurgulanmaktadır. Bu durum, algının tüm uyarıcılara değil, **belirli bir uyarana yönelmesi ve diğerlerini geri planda bırakması** anlamına gelir ve **algıda seçicilik** ile açıklanır. Özellikle **çoklu uyarıcı ortamında belirli bir uyarıcının öne çıkması**, bu sürecin temel göstergesidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Benzerlik:** Benzer özellikteki uyarıcıların gruplanmasıdır; dikkat odağının seçilmesini açıklamaz. Örneğin, **aynı renkteki afişlerin birlikte bir grup gibi algılanması benzerlik ilkesine** örnektir.
- B) **Yakınlık:** Birbirine yakın uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; belirli bir uyarıcının seçilmesiyle ilgili değildir. Örneğin, **yan yana asılmış afişlerin bir bütün gibi algılanması yakınlık ilkesidir.**
- C) **Algıda süreklilik:** Uyarıcıların sürekli ve kesintisiz olarak algılanma eğilimidir; dikkat yönelimiyle doğrudan ilgili değildir. Örneğin, kesintili çizgilerden oluşan bir şekli **kesintisiz bir çizgi gibi algılamamız süreklilik ilkesine** örnektir.
- D) **Basitlik ilkesi:** Uyarıcıların en sade ve düzenli biçimde örgütlenmesidir; belirli bir uyarıcının seçilmesini açıklamaz. Örneğin, karmaşık afiş düzenini **daha düzenli ve anlamlı bir bütün olarak algılamamız basitlik ilkesine** örnektir.

Cevap: E

4. Soruda, "Son Akşam Yemeği" tablosunda figürlerin **yan yana ve belirli bir mesafe içinde düzenli biçimde yerleştirilmesi** vurgulanmaktadır. Bu durum, birbirine **yakın olan uyarıcıların birlikte bir grup olarak algılanması** anlamına gelir ve **yakınlık ilkesi** ile açıklanır. Özellikle **masada yan yana oturan figürlerin mesafe bakımından birbirine yakın olması**, onların tek bir grup olarak algılanmasını sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Süreklilik:** Uyarıcıların **kesintisiz ve devam eden bir bütün olarak algılanmasıdır**; burada vurgu devamlılık değil, **mesafe temelli gruplanmadır**. Örneğin, **kesik çizgileri tek bir çizgi gibi algılamamız süreklilik ilkesine örnektir.**
- C) **Tamamlama:** Eksik uyarıcıların **zihinde tamamlanmasıdır**; soruda eksiklik değil, **mevcut figürlerin gruplanması** vardır. Örneğin, **yarım bırakılmış bir şekli tamamlanmış gibi algılamamız tamamlama ilkesine örnektir.**
- D) **Benzerlik:** Benzer özellikteki uyarıcıların **birlikte algılanmasıdır**; burada belirleyici olan benzerlik değil, **yakınlıktır**. Örneğin, **aynı kıyafeti giyen kişilerin birlikte algılanması benzerlik ilkesine örnektir.**
- E) **Şekil-zemin:** Bir uyarıcının **arka plandan ayrılmasıdır**; soruda figür-zemin ayrımı değil, **figürlerin kendi aralarında gruplanması** söz konusudur. Örneğin, **bir nesneyi arka plandan ayırt etmemiz şekil-zemin ilkesine örnektir.**

Cevap: B

5. Soruda, Mozart'ın eserinin **sade yapısı, tekrar eden melodik hatları ve net bölümlere ayrılması** sayesinde dinleyici tarafından kolay algılanıp akılda kalması vurgulanmaktadır. Bu durum, uyarıcıların **en basit, düzenli ve anlamlı biçimde örgütlenmesi** eğilimini ifade eder ve gestalt kuramına göre **basitlik (Prägnanz) ilkesi** ile açıklanır. Özellikle karmaşık olmayan, açık ve düzenli yapıların zihinde daha kolay işlenmesi bu ilkenin temel özelliğidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Figür-zemin:** Bir uyarıcının arka plandan ayrılmasıdır; burada vurgu ayrım değil, yapının sade ve düzenli olmasıdır. Örneğin, bir resimde siyah bir nesneyi beyaz fondan ayırt etmemiz figür-zemin ilkesine örnektir.

- B) **Tamamlama:** Eksik uyarıcıların zihinde tamamlanmasıdır; soruda eksik bırakılmış bir yapı yoktur. Örneğin, yarım çizilmiş bir çemberi zihninizde tamamlayarak tam çember gibi algılamamız bu ilkeye örnektir.

- C) **Yakınlık:** Birbirine yakın uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; burada belirleyici olan mesafe değil, yapının sadeliğidir. Örneğin, birbirine yakın notaların bir melodi grubu gibi algılanması yakınlık ilkesine örnektir.

- E) **Benzerlik:** Benzer özellikteki uyarıcıların gruplanmasıdır; soruda benzerlikten çok düzen ve sadelik ön plandadır. Örneğin, aynı ritimde çalınan seslerin birlikte algılanması benzerlik ilkesine örnektir.

Cevap: D

6. Soruda, yalnızca birkaç çizgi ve eksik parçalarla verilmiş bir figürün öğrenciler tarafından **bütün bir hayvan silueti olarak algılanması** vurgulanmaktadır. Bu durum, eksik ya da tamamlanmamış uyarıcıların zihinde **tamamlanarak anlamlı bir bütün hâline getirilmesi** ile açıklanır ve gestalt kuramına göre **tamamlama ilkesini** gösterir. Özellikle **eksik çizgilere rağmen bütünün görülmesi**, bu ilkenin temel göstergesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yakınlık:** Birbirine yakın uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; burada belirleyici olan mesafe değil, eksik parçaların tamamlanmasıdır. Örneğin, birbirine yakın noktaların bir şekil oluşturuyormuş gibi algılanması yakınlık ilkesine örnektir.

- B) **Basitlik:** Uyarıcıların en sade ve düzenli biçimde örgütlenmesidir; soruda sadelikten çok **eksik parçaların tamamlanması** söz konusudur. Örneğin, karmaşık bir şekli daha düzenli bir formda algılamamız basitlik ilkesine örnektir.

- C) **Benzerlik:** Benzer özellikteki uyarıcıların gruplanmasıdır; burada benzerlik değil, parçaların birleştirilmesi vardır. Örneğin, aynı renkteki nesnelerin birlikte algılanması benzerlik ilkesine örnektir.

E) **Figür-zemin:** Bir uyarıcının arka plandan ayrılmasıdır; soruda ayırım değil, **eksik uyarıcıların tamamlanması** söz konusudur. Örneğin, bir nesneyi arka plandan seçmemiz figür-zemin ilkesine örnektir.

Cevap: D

7. Soruda, filmdeki kamera geçişlerinin **tek planda ve kesintisiz bir akış varmış gibi algılanması** vurgulanmaktadır. İzleyici, sahneler arasında kopukluk olsa bile anlatımı **sürekli ve devam eden bir bütün** olarak algılar. Bu durum, uyarıcıların zihinde **kesintisiz bir akış şeklinde örgütlenmesi** ile açıklanır ve gestalt kuramına göre **süreklilik ilkesini** yansıtır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Yakınlık:** Uyarıcıların birbirine olan mesafesine göre gruplanmasıdır; burada mesafe değil, **akışın devamlılığı** söz konusudur. Örneğin, birbirine yakın noktaların aynı grupta algılanması yakınlık ilkesine örnektir.

B) **Figür-zemin:** Bir uyarıcının arka plandan ayrılmasıdır; soruda ayırım değil, **kesintisiz algı** ön plandadır. Örneğin, bir nesneyi arka plandan seçmemiz figür-zemin ilkesine örnektir.

D) **Simetri:** Simetrik yapıların birlikte ve düzenli algılanmasıdır; burada simetriden çok **akışın sürekliliği** vardır. Örneğin, aynadaki yansıma gibi düzenli yapıların birlikte algılanması simetri ilkesine örnektir.

E) **Tersine çevrilebilirlik:** Algının farklı şekillerde yorumlanabilmesidir; soruda çoklu yorum değil, **tek ve kesintisiz akış algısı** vardır. Örneğin, hem vazo hem yüz olarak algılanabilen şekiller tersine çevrilebilirliğe örnektir.

Cevap: C

8. Soruda, katılımcıların giderek azalan şiddetteki sesleri dinlediği ve **katılımcıların %50'sinin belirli bir düzeyde sesi duyabildiği noktanın** belirlendiği vurgulanmaktadır. Bu durum, bir uyarıcının **algılanabildiği en düşük şiddet düzeyini** ifade eder ve psikofizikte **duyum eşiği (mutlak eşik)** olarak adlandırılır. Özellikle **%50 algılama kriteri**, bu kavramın temel ölçütüdür. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Fark eşiği:** İki uyarıcı arasındaki **en küçük farkın ayırt edilebildiği düzeydir**; burada tek bir uyarıcının algılanma sınırı ölçülmektedir. Örneğin, iki ses arasındaki çok küçük şiddet farkını fark edebilmek fark eşiğine örnektir.

B) **Üst eşik:** Bir uyarıcının **algılanabildiği en yüksek sınırdır**; soruda alt sınır (en düşük algılanabilir düzey) söz konusudur. Örneğin, çok yüksek bir sesin artık rahatsız edici hâle geldiği nokta üst eşiğe örnektir.

C) **Duyusal adaptasyon:** Sürekli uyarıcılara karşı **duyarlılığın azalmasıdır**; soruda tekrar eden uyarıcıya alışma değil, algılama sınırı ölçülmektedir. Örneğin, bir süre sonra ortam kokusunu fark etmemek duyuşsal adaptasyondur.

E) **Uyarıcı genellemesi:** Benzer uyarıcılara **aynı tepkinin verilmesidir**; burada genelleme değil, algılama eşiği ölçülmektedir. Örneğin, benzer tonlardaki seslere aynı tepkiyi vermek uyarıcı genellemesine örnektir.

Cevap: D

9. Soruda, Ceren'in çok düşük şiddetteki bir sesi **diğerlerinin fark edemediği düzeyde algılayabilmesi** vurgulanmaktadır. Bu durum, bir uyarıcının **algılanabildiği en düşük şiddet düzeyi** ile ilgilidir ve psikofizikte **mutlak eşik (duyum eşiği)** olarak adlandırılır. Mutlak eşik, bir uyarıcının **%50 olasılıkla fark edildiği en düşük düzeyi** ifade eder; yani uyarıcı bazen algılanır bazen algılanmaz, tam bu sınır noktası eşiktir. Ceren'in bu sesi duyabilmesi, onun **mutlak eşiğinin diğerlerine göre daha düşük olması** ile açıklanır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Fark eşiği:** İki uyarıcı arasındaki **en küçük farkın ayırt edilmesi** ile ilgilidir; burada tek bir uyarıcının algılanması söz konusudur. Örneğin, iki ses arasındaki küçük bir şiddet farkını ayırt etmek fark eşiğine örnektir.
- B) **Duyusal adaptasyon:** Sürekli uyarıcılara karşı **duyarlılığın azalmasıdır**; burada alışma değil, düşük şiddetteki uyarıcının fark edilmesi vardır. Örneğin, bir süre sonra ortam kokusunu fark etmemek adaptasyondur.
- D) **Üst eşik:** Bir uyarıcının **algılanabildiği en yüksek sınırdır**; soruda alt sınır söz konusudur. Örneğin, çok yüksek bir sesin rahatsız edici hâle gelmesi üst eşiğe örnektir.
- E) **Uyarıcı genellemesi:** Benzer uyarıcılara **aynı tepkinin verilmesidir**; burada genelleme değil, **algılama sınırı** söz konusudur. Örneğin, benzer tonlardaki seslere aynı tepkiyi vermek genellemedir.

Cevap: C

10. Soruda, iki farklı yoğunluktaki kokunun bazı kişiler tarafından **ayırt edilebilmesi**, bazılarının ise bu farkı algılayamaması vurgulanmaktadır. Bu durum, iki uyarıcı arasındaki **en küçük farkın fark edilebildiği düzey** ile ilgilidir ve psikofizikte **fark eşiği (ayırt etme eşiği)** olarak adlandırılır. Elif'in, farkı hisseden müşteri oranını incelemesi de bu eşik düzeyini belirlemeye yöneliktir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Mutlak eşik:** Bir uyarıcının **algılanabildiği en düşük düzeydir**; burada tek bir kokunun algılanması değil, iki koku arasındaki fark söz konusudur. Örneğin, çok hafif bir kokuyu fark edebilmek mutlak eşiğe örnektir.
- C) **Duyusal adaptasyon:** Sürekli uyarıcıya maruz kalınca **duyarlılığın azalmasıdır**; burada alışma değil, farkı ayırt etme vardır. Örneğin, bir süre sonra parfüm kokusunu fark etmemek adaptasyondur.
- D) **Üst eşik:** Uyarıcının **algılanabildiği en yüksek sınırdır**; soruda üst sınır değil, iki uyarıcı arasındaki fark incelenmektedir. Örneğin, çok yoğun kokunun rahatsız edici olması üst eşiğe örnektir.
- E) **Duyusal yoksunluk:** Uyarıcı eksikliğine bağlı olarak **algısal deneyimin azalmasıdır**; burada uyarıcı eksikliği değil, karşılaştırma vardır. Örneğin, tamamen sessiz bir ortamda uzun süre kalmak duyusal yoksunluktur.

Cevap: B

11. Soruda, bireyin çevresindeki çok sayıda uyarıcıdan **yalnızca bazılarını fark etmesi ve onları anlamlandırması**, bunun da **dikkat, yaşantı, beklenti ve kültürel faktörlerden etkilenmesi** vurgulanmaktadır. Bu durum, algının tüm uyarıcılara değil **belirli uyarıcılara yönelmesi** ile açıklanır ve **seçici dikkat** kavramını ifade eder. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Algı alanı:** Bireyin fark edebildiği tüm uyarıcıları kapsar; burada tüm alan değil, **seçim yapma** süreci vurgulanmaktadır. Örneğin, bir ortamda birçok uyarıcıyı potansiyel olarak algılayabilmemiz algı alanıdır.
- B) **Duyum eşiği:** Bir uyarıcının **algılanabildiği en düşük düzeydir**; burada eşik değil, **hangi uyarıcının seçildiği** önemlidir. Örneğin, çok hafif bir sesi duyabilmek duyum eşiği ile ilgilidir.
- C) **Alt eşik:** Bilinçli farkındalığın **altında kalan uyarıcılardır**; soruda fark edilen uyarıcılar söz konusudur. Örneğin, fark etmeden maruz kalınan çok kısa süreli görüntüler alt eşik kapsamındadır.
- D) **Duyusal adaptasyon:** Sürekli uyarıcıya karşı **duyarlılığın azalmasıdır**; burada alışma değil, **seçim ve yönelim** vardır. Örneğin, bir süre sonra ortam kokusunu fark etmemek adaptasyondur.

Cevap: E

12. Danışmanın, öğrencinin davranışını yalnızca **gözlenen eylem olarak değil**, bu davranışın arkasındaki **anlam ve yaşantıları çözümlemeye çalışması** vurgulanmaktadır. Öfkeyle sınıftan çıkmayı sadece "kurallara uymama" olarak değil, **altta yatan duyguların bir ifadesi** olarak ele almak, bireyin davranışını onun **algısal çerçevesi ve yüklediği anlam üzerinden açıklamayı** ifade eder. Bu yaklaşım **algı dayanağı** ile ilişkilidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Yüzeysel dinleme:** Sadece **söyleneni yüzeyde dinlemektir**; burada derin anlam çözümlemesi vardır.
- B) **Davranışçı analiz:** Davranışı **uyarıcı-tepki ilişkisiyle açıklar**; içsel anlamları incelemeyiz.

- C) **Koşulsuz kabul:** Danışanı **yargılamadan kabul etmektir**; anlamlandırma sürecini açıklamaz.
- D) **Basitlik:** Uyarıcıların **en sade biçimde örgütlenmesidir**; davranışın arkasındaki anlamla ilgili değildir.

Cevap: E

13. Ayşe ve Mehmet'in aynı ortamda bulunmalarına rağmen **farklı uyarıcılara odaklanmaları** ve bunun **ilgi, ihtiyaç ve yaşantılarla şekillenmesi** vurgulanmaktadır. Bu durum, algının çevredeki tüm uyarıcıları eşit biçimde işlemesi yerine, bireyin **dikkatini belirli uyarıcılara yöneltip diğerlerini geri planda bırakması** anlamına gelir ve **algıda seçicilik** ile açıklanır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Duyusal adaptasyon:** Sürekli uyarıcıya maruz kalınca **duyarlılığın azalmasıdır**; burada alışma değil, **seçme** vardır. Örneğin, bir süre sonra ortam kokusunu fark etmemek adaptasyondur.
- B) **Fark eşiği:** İki uyarıcı arasındaki **en küçük farkın ayırt edilmesidir**; burada karşılaştırma değil, dikkat yönelimi vardır.
- C) **Alt eşik:** Bilinçli farkındalığın **altında kalan uyarıcılardır**; burada fark edilen uyarıcılar söz konusudur.
- D) **Algısal yanılğı:** Uyarıcıların **yanlış ya da hatalı algılanmasıdır**; burada hata değil, **seçici yönelim** vardır.

Cevap: E

14. Heykelin farklı açılardan görünümünün değişmesine rağmen gözlemcinin **nesnenin aynı kaldığını algılaması** vurgulanmaktadır. Bu durum, nesnenin retinaya düşen görüntüsü değişse bile zihinde **aynı biçimde algılanması** ile açıklanır ve **şekil değişmezliği** kavramını ifade eder. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Hareket algısı:** Nesnelerin hareketini algılama ile ilgilidir; burada hareket değil, **değişmeyen algı** söz konusudur. Örneğin, bir aracın ilerlediğini fark etmek hareket algısına örnektir.

C) **Derinlik algısı:** Nesnelerin **uzaklık ve üç boyutluluğunu algılamadır**; soruda mesafe değil, biçimin sabit kalması vardır. Örneğin, bir nesnenin bize yakın mı uzak mı olduğunu anlamak derinlik algısıdır.

D) **Işık uyumu:** Farklı ışık koşullarında **görmenin uyum sağlamasıdır**; burada ışık değil, nesnenin biçimi ön plandadır. Örneğin, karanlıktan aydınlığa geçince gözün uyum sağlaması ışık uyumudur.

E) **Görsel dikkat:** Belirli uyarıcılara **dikkatin yöneltilmesidir**; burada dikkat değil, **algının değişmezliği** söz konusudur.

Cevap: A

15. Nesnelerin uzaklığı değiştikçe retinada oluşan görüntü **küçülüp büyüse de**, kişinin nesneleri **gerçek (fiziksel) boyutlarıyla aynı kabul etmesi** vurgulanmaktadır. Bu durum, uyarıcı koşulları değişmesine rağmen nesnenin **büyükliğünün sabit algılanması** ile açıklanır ve **büyüklik değişmezliği** kavramını ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Görsel uyum mekanizmaları:** Gözün **ışık ve odaklanmaya uyum sağlamasıdır**; burada uyum değil, büyüklüğün sabit algılanması vardır. Örneğin, karanlıkta gözün uyum sağlaması bu kapsamdadır.

C) **Perspektif yanılsaması:** Derinlik ipuçlarının **yanıltıcı algıya yol açmasıdır**; soruda yanılgı değil, doğru ve sabit algı söz konusudur. Örneğin, paralel çizgilerin uzaklaştıkça birleşiyor gibi görünmesi perspektif yanılsamasıdır.

D) **Derinlik algısı:** Nesnelerin **uzaklık ve üç boyutluluğunu algılamadır**; burada mesafe değil, **büyüküğün değişmemesi** ön plandadır.

E) **Görsel sabitlik:** Genel bir ifade olup, özel olarak **büyükük değişmezliğini** karşılayan en doğru kavram değildir.

Cevap: B

1. başını ve gözlerini hareket ettirmesiyle retinaya düşen görüntü **sürekli değişmesine rağmen**, nesneleri **konum, büyüklük ve renk açısından sabit algılaması** vurgulanmaktadır. Bu durum, değişen uyarıcı koşullarına rağmen nesnelerin **aynı ve tutarlı biçimde algılanması** ile açıklanır ve **algısal değişmezlik** kavramını ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Duyusal adaptasyon:** Sürekli uyarıcıya karşı **duyarlılığın azalmasıdır**; burada azalma değil, **sabit algılama** vardır. Örneğin, bir süre sonra kokuyu fark etmemek adaptasyondur.
- C) **Seçici dikkat:** Belirli uyarıcılara **dikkatin yöneltmesidir**; burada dikkat değil, **değişmez algı** söz konusudur.
- D) **Fark eşiği:** İki uyarıcı arasındaki **en küçük farkın ayırt edilmesidir**; burada karşılaştırma değil, sabitlik vardır.
- E) **Gestalt ilkeleri:** Uyarıcıların **örgütlenme biçimini açıklar**; bu soru özel olarak **değişmezlik** ilkesini hedeflemektedir.

Cevap: B

2. Ayşegül'ün yarım kalan sunumunu ve Emre'nin bitiremediği film sahnesini **tamamlanmış işlere göre daha ayrıntılı ve sürekli hatırlaması** vurgulanmaktadır. Bu durum, tamamlanmamış görevlerin zihinde **gerilim oluşturarak daha uzun süre hatırdan kalması ve zihni meşgul etmesi** ile açıklanır ve **Zeigarnik etkisini** ifade eder. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Duyusal bellek etkisi:** Duyusal yoğunluğu yüksek olayların **daha iyi hatırlanmasıdır**; burada belirleyici olan duygu değil, **yarım kalmışlıktır**. Örneğin, korkutucu bir olayı uzun süre hatırlamak duyusal bellekle ilgilidir.
- B) **İşlemsel belleğin kalıcılığı:** **Becerilere ve alışkanlıklara ilişkin bellektir**; burada bir beceri değil, tamamlanmamış görevler söz konusudur. Örneğin, bisiklet sürmeyi unutmamak işlemsel bellektir.
- C) **Geriye dönük ket vurma:** Yeni öğrenilen bilgilerin **eski bilgileri bozmasıdır**; burada bilgi çatışması değil, **tamamlanmamışlık etkisi** vardır.

- D) **Serbest çağrışım etkisi:** Düşüncelerin **birbirini çağrıştırmasıyla ilerlemesidir**; burada çağrışım değil, yarım kalan işin zihni meşgul etmesi söz konusudur.

Cevap: E

3. **Derinlik algısı**, bireyin çevresindeki nesneleri **üç boyutlu olarak algılamasını** ve onların **uzaklıklarını doğru biçimde değerlendirmesini** sağlayan süreçtir. Bu sayede nesnelerin bize **yakın mı uzak mı olduğu**, çeşitli görsel ipuçlarıyla doğru biçimde anlaşılır.

Soruda istenen, bu durumu **doğrudan yansıtan örneği** bulmaktır. Melis'in, daha büyük görünen otobüse rağmen aslında daha küçük görünenin daha yakın olduğunu fark etmesi, görünüşe aldanmayıp **uzaklığı doğru değerlendirmesi** anlamına gelir ve derinlik algısını gösterir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Simge'nin dikkatini dağıtan seslere rağmen metne odaklanabilmesi, **dikkatini belirli bir uyarıcıya yöneltmesi** ile ilgilidir; bu durum **seçici dikkattir**, derinlik algısı değildir.
- B) Berkan'ın farklı kaynaklardan edindiği bilgileri tek bir şema altında toplaması, bilgileri **zihinsel olarak organize etme** sürecidir; algısal bir derinlik değerlendirmesi içermez.
- C) Duru'nun karanlıkta gördüğü silueti geçmiş deneyimlerine dayanarak yorumlaması, algının **önceki yaşantılardan etkilenmesi** ile ilgilidir; nesnenin ne olduğu tahmin edilir, ancak uzaklık bilgisi yoktur.
- D) Arda'nın parmaklarını bir süre sonra net görmemesi, sürekli uyarıcıya maruz kalmaya bağlı olarak **duyarlılığın azalması** yani **duyusal adaptasyon** ile açıklanır; derinlik algısıyla ilgili değildir.

Cevap: E

4. Galerideki tabloda, paralel çizgilerin **ölçüldüğünde eşit olmasına rağmen farklı uzunlukta algılanması** vurgulanmaktadır. Yani fiziksel gerçeklik ile algı arasında **bir çelişki oluşmaktadır**. Bu durum, uyarıcıların olduğundan **farklı ya da hatalı algılanması** ile açıklanır ve **görsel illüzyon** kavramını ifade eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Algısal sabitlik:** Nesnelerin değişen koşullara rağmen **aynı algılanmasıdır**; burada sabitlik değil, **yanılma** vardır. Örneğin, uzaklaşan bir nesneyi aynı büyüklükte algılamak sabitliktir.
- B) **Renk değişmezliği:** Farklı ışık koşullarında nesnelerin **renklerinin aynı algılanmasıdır**; soruda renk değil, uzunluk algısı söz konusudur.
- D) **Derinlik algısı:** Nesnelerin **uzaklık ve üç boyutluluğunu algılamadır**; burada mesafe değil, **yanıltıcı uzunluk algısı** vardır.
- E) **Algıda örgütlenme:** Uyarıcıların **anlamli bütünler hâlinde düzenlenmesidir**; soruda örgütlenme değil, **algısal hata** ön plandadır.

Cevap: C

5. Yan yana duran sabit ışık noktalarının **sırayla yanıp sönmesi sonucu hareket varmış gibi algılanması** vurgulanmaktadır. Bu durum Phi fenomeni olarak adlandırılır. **Phi fenomeni**, gerçekte hareket olmayan durumlarda, ardışık uyarıcıların zihinde **sürekli bir hareket gibi algılanmasıdır**. Bu durumda ışıklar yer değiştirmez; ancak beyin bu değişimi **tek bir hareketli ışık** olarak yorumlar. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Algıda seçicilik:** Bireyin dikkatini **belirli uyarıcılara yöneltmesi** ile ilgilidir; burada dikkat değil, **hareket yanılması** vardır.
- B) **Hareket körlüğü:** Hareketi **fark edememe** durumudur; burada tam tersine **hareket algısı oluşmaktadır**.
- D) **Derinlik algısı:** Nesnelerin **uzaklık ve üç boyutluluğunu algılamadır**; soruda mesafe değil, hareket hissi söz konusudur.
- E) **Algısal sabitlik:** Değişen koşullara rağmen nesnelerin **aynı algılanmasıdır**; burada sabitlik değil, **yanılsama** vardır.

Cevap: C

6. Algıda seçicilik, bireyin çevresindeki çok sayıda uyarıcı arasından **bazılarını seçip diğerlerini göz ardı etmesi** sürecidir. Bu süreçte **iç faktörler** (ilgi, ihtiyaç, duygu, beklenti gibi bireye ait özellikler) ve **dış faktörler** (uyarıcının şiddeti, parlaklığı, hareketliliği gibi çevresel özellikler) etkili olur.

Bu ayrım dikkate alındığında, **duygusal durum** bireyin içsel bir özelliğidir (iç faktör), **parlak renkler** ise uyarıcının dikkat çekici fiziksel özelliğidir (dış faktör). **Bu nedenle doğru eşleştirme B seçeneğidir.**

- A) Açık iç faktördür, yüksek ses dış faktördür; eşleştirme ters verilmiştir.
- C) İlgili alanları iç faktördür, hareketli nesneler dış faktördür; yanlış sınıflandırılmıştır.
- D) Ortam ışığı dış faktördür, kişisel beklentiler iç faktördür; yine ters verilmiştir.
- E) Fiziksel sıcaklık dış faktördür, kişisel deneyimler iç faktördür; eşleştirme hatalıdır.

Cevap: B

7. Okula yeni başlayan çocukların, birbirine benzeyen harfleri (**m-n, u-v**) **kariştirmaları**, farklı görünümlere sahip uyarıcıları **kararlı ve tutarlı biçimde ayırt edememeleri** ile ilgilidir. Bu durum, uyarıcılar değişse ya da benzerlik gösterse bile nesneleri **aynı ve doğru biçimde tanıyabilme** becerisinin henüz gelişmemiş olduğunu gösterir. Bu beceri **algısal değişmezliktir**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Algıda seçicilik:** Dikkatin belirli uyarıcılara yönelmesidir; burada dikkat değil, **ayırt etme ve tanıma sorunu** vardır.
- C) **Algısal basitlik:** Uyarıcıların en sade biçimde algılanmasıdır; burada sadelik değil, **benzer uyarıcıları ayırt edememe** söz konusudur.
- D) **Zeigarnik etkisi:** Yarım kalan işlerin **daha iyi hatırlanmasıdır**; algı süreciyle ilgili değildir.
- E) **Algısal farkındalık:** Uyarıcının fark edilmesidir; çocuklar harfleri görmekte ancak **doğru biçimde tanıyamamaktadır**.

Cevap: B

8. Bazı görsel deneyimlerde, aynı uyarıcıya bakılmasına rağmen zamanla **öne çıkan unsurun değişmesi**, yani bazen nesnenin (figür) bazen de arka planın (fon) algıda öne geçmesi vurgulanmaktadır. Bu durum, algının uyarıcıları **figür ve zemin olarak organize etmesi ve bu ikisinin yer değiştirebilmesi** ile açıklanır. Bu olgu **figür-fon ilişkisi**dir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Algısal değişmezlik:** Değişen koşullara rağmen nesnelerin aynı algılanmasıdır; burada sabitlik değil, **algının yer değiştirmesi** vardır.
- B) **Algıda seçicilik:** Dikkatin belirli uyarıcılara yönelmesidir; burada dikkat değil, **algısal organizasyonun değişimi** söz konusudur.
- C) **Derinlik algısı:** Nesnelerin uzaklık ve üç boyutluluğunu algılamadır; burada derinlik değil, **figür-zemin dönüşümü** vardır.
- E) **Algısal kapanma:** Eksik uyarıcıların zihinde tamamlanmasıdır; burada eksiklik değil, **algının odak değiştirmesi** vardır.

Cevap: D

9. Gestalt psikolojisinde **şekil-zemin ilişkisi**, algının uyarıcıları **ön plan (şekil) ve arka plan (zemin)** olarak ayırmasıyla ilgilidir. Bu yapı **sabit değildir**, aksine algı sürecinde **yer değiştirebilir ve esnek**tir (örneğin aynı görselde bazen vazo, bazen iki yüz görülmesi gibi).

Bu nedenle, "şekil ve zemin algısı **statik olup değişmezdir**" ifadesi yanlıştır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Şeklin ön planda ve daha belirgin olması, şekil-zemin ilişkisinin temel özelliğidir.
- B) Zeminin arka planı oluşturması ve daha az dikkat çekmesi doğrudur.
- D) Algının şekil ve zemin arasında ayırım yapması bu ilkenin özüdür.
- E) Şekil-zemin ilişkisi, uyarıcıların anlamlı biçimde algılanmasını sağladığı için algısal bütünlüğe katkı sağlar.

Cevap: C

10. Ali ve Deniz'in farklı özelliklere sahip olmalarına rağmen **aynı takımda yer almaları ve sürekli birlikte görülmeleri**, antrenörün onları **benzer şekilde değerlendirmesine** yol açmıştır. Yani bireyler arasındaki farklar göz ardı edilerek, **birlikte bulunma (yakın olma) durumuna göre algısal bir genelleme yapılmıştır**. Bu durum gestalt kurama göre **yakınlık ilkesi** ile açıklanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Ön yargı:** Kişi hakkında önceden oluşmuş genel yargılardır; burada belirleyici olan **birlikte bulunma etkisidir**.
- C) **İlk izlenim etkisi:** İlk karşılaşmada oluşan izlenimin kalıcı olmasıdır; soruda buna dair bir vurgu yoktur.
- D) **Benzerlik ilkesi:** Benzer özelliklere sahip olanların birlikte algılanmasıdır; burada benzerlikten çok **birlikte bulunma** söz konusudur.
- E) **Karakterizasyon:** Kişinin davranışlarına dayanarak genel bir kişilik yargısı oluşturmaz; ancak burada esas etki gruplamadır (yakınlık).

Cevap: A

11. Danışmanın, öğrencilerin aslında rastgele gruplandığını bilmesine rağmen, **aynı renkte üniforma giyenleri daha samimi ve bir grup gibi algılaması** vurgulanmaktadır. Bu durum, benzer özelliklere sahip uyarıcıların **birlikte ve ilişkiliymiş gibi algılanması** ile açıklanır ve gestalt kurama göre **benzerlik ilkesini** gösterir. Özellikle **renk benzerliği**, bireylerin aynı gruba aitmiş gibi algılanmasına yol açmıştır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yakınlık ilkesi:** Birbirine yakın olan uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; burada belirleyici olan mesafe değil, **benzerliktir**.
- B) **Tamamlama ilkesi:** Eksik uyarıcıların zihinde tamamlanmasıdır; soruda eksiklik değil, **gruplama** vardır.
- C) **Şekil-zemin ilişkisi:** Uyarıcının arka plandan ayrılmasıdır; burada figür-zemin ayrımı değil, **benzerliğe dayalı gruplanma** söz konusudur.
- E) **Süreklilik ilkesi:** Uyarıcıların kesintisiz bir bütün olarak algılanmasıdır; soruda süreklilik değil, **benzerlik temelli algı** vardır.

Cevap: D

12. Noktalar arasında gerçekte bir bağlantı olmamasına rağmen, öğrencilerin bu dizilimi **tek bir yol ya da akış gibi algılaması** vurgulanmaktadır. Bu durum, uyarıcıların zihinde **kesintisiz ve devam eden bir bütün olarak organize edilmesi** ile açıklanır ve gestalt kurama göre **süreklilik ilkesini** gösterir. Özellikle kavisli dizilim, algının **bir çizgi akışı şeklinde kurulmasına** yol açmıştır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yakınlık ilkesi:** Birbirine yakın uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; burada yakınlık olsa da belirleyici olan **akış hissidir**.
- B) **Şekil-zemin ilişkisi:** Uyarıcının arka plandan ayrılmasıdır; burada figür-zemin değil, **devamlılık algısı** vardır.
- C) **Tamamlama ilkesi:** Eksik uyarıcıların zihinde tamamlanmasıdır; burada eksiklik değil, **süreklilik kurma** söz konusudur.
- E) **Benzerlik ilkesi:** Benzer özellikteki uyarıcıların gruplanmasıdır; burada belirleyici olan benzerlik değil, **akışın sürmesidir**.

Cevap: D

13. Trafik işaretlerinin bir kısmı silinmiş olmasına rağmen sürücülerin bu işaretleri **doğru şekilde tanıyabilmesi** vurgulanmaktadır. Bu durum, eksik ya da tamamlanmamış uyarıcıların zihinde **tamamlanarak anlamlı bir bütün hâline getirilmesi** ile açıklanır ve gestalt yaklaşımına göre **tamamlama ilkesini** gösterir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Şekil-zemin:** Uyarıcının arka plandan ayrılmasıdır; burada ayırım değil, **eksik bilgiyi tamamlama** söz konusudur.
- B) **Benzerlik:** Benzer uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; burada benzerlik değil, **eksikliği tamamlama** vardır.
- C) **Süreklilik:** Uyarıcıların kesintisiz bir akış gibi algılanmasıdır; burada akış değil, **eksik parçaları bütünleme** vardır.
- E) **Yakınlık:** Birbirine yakın uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; burada mesafe değil, **tamamlama süreci** belirleyicidir.

Cevap: D

14. Karmaşık şekillerin bir arada bulunmasına rağmen öğrencilerin bu desenleri **daha tanıdık ve düzenli formlar (daire, üçgen, kare)** şeklinde algılaması vurgulanmaktadır. Bu durum, uyarıcıların zihinde **en sade, düzenli ve anlamlı biçimde örgütlenmesi** eğilimi ile açıklanır ve gestalt yaklaşımına göre **basitlik (Prägnanz) ilkesini** gösterir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yakınlık:** Birbirine yakın uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; burada mesafe değil, **sadeleştirme eğilimi** vardır.
- B) **Tamamlama:** Eksik uyarıcıların zihinde tamamlanmasıdır; burada eksiklik değil, **karmaşık yapıyı basitleştirme** vardır.
- C) **Benzerlik:** Benzer uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; burada benzerlik değil, **düzenli forma indirgeme** söz konusudur.
- E) **Şekil-zemin:** Uyarıcının arka plandan ayrılmasıdır; burada figür-zemin değil, **basit ve düzenli algılama** vardır.

Cevap: D

15. Vitrinde ürünlerin **arka plandan farklı renk ve ışıklandırmayla öne çıkarılması** vurgulanmaktadır. Bu düzenleme, belirli uyarıcıların **arka plandan ayrılarak daha belirgin hâle getirilmesi** ile açıklanır ve gestalt kurama göre **şekil-zemin ilişkisine** dayanır. Ürünler şekil (ön plan), arka plan ise zemin olarak algılanır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Benzerlik:** Benzer uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; burada benzerlik değil, **ön plana çıkarma** vardır.
- B) **Süreklilik:** Uyarıcıların kesintisiz bir akış gibi algılanmasıdır; burada akış değil, **figür-zemin ayrımı** söz konusudur.
- C) **Yakınlık:** Birbirine yakın uyarıcıların birlikte algılanmasıdır; burada mesafe değil, **kontrast ve ayırım** belirleyicidir.
- D) **Tamamlama:** Eksik uyarıcıların zihinde tamamlanmasıdır; burada eksiklik değil, **vurgulama ve ayırıştırma** vardır.

Cevap: E

1. I. Aslı'nın, kişinin ilk günü **cana yakın davranışını genelleyerek** onu "genel olarak sıcak biri" olarak değerlendirmesi ve sonradan yaşadığı olumsuzluğu görmezden gelmesi **öncelik etkisidir**. Bu hatada, kişi hakkında edinilen **ilk bilgi zihinde güçlü bir çerçeve oluşturur** ve sonraki bilgiler bu çerçeveye göre yorumlanır ya da göz ardı edilir.
- II. Öğretmenin öğrencinin başarısızlığını **"tembel" gibi kişisel özelliklere bağlaması**, ancak ailevi sorunları dikkate almaması **temel atıf hatasıdır**. Bu hatada bireyler, başkalarının davranışlarını açıklarken **durumsal nedenleri küçümseyip içsel nedenleri abartırlar**.
- III. Hasan'ın "çok düzenlidir" bilgisinden yola çıkarak kişinin tüm davranışlarını bu yönde değerlendirmesi **gizli kişilik kuramıdır**. Bu hatada insanlar, bir özellikten hareketle **o kişide başka hangi özelliklerin de bulunması gerektiğine dair zihinsel bir şema kurar** ve davranışları buna göre yorumlar.
- IV. Ayşe'nin kendi olumsuz ruh hâli nedeniyle çevresindeki yüz ifadelerini **hep olumsuz algılaması olumsuzluk yanılığıdır**. Bu hatada birey, bilgileri değerlendirirken **negatif olanlara daha fazla ağırlık verir** ve nötr ya da olumlu ipuçlarını göz ardı eder.

Bu durumda örneği verilmeyen kavram **olumlu- luk yanılığıdır**. Bu yanılığ, bireyin kişi ya da durumları **gerçekte olduğundan daha olumlu de- ğerlendirmesi**, olumsuz yönleri fark etmemesi ya da önemsememesi şeklinde ortaya çıkar.

Cevap: E

2. I. Melek'in bir öğrenciyi başarılı bulduktan sonra onun **iyi kalpli, dürüst ve çalışkan olduğunu da varsayması halo etkisidir**. Bu hatada bi- rey, bir kişide gördüğü **tek bir olumlu özelliği diğer özelliklere geneller** ve o kişiyi bütünü- le olumlu algılar. Yani tek bir özellik, tüm kişilik hakkında genelleme yapılmasına yol açar.
- II. Taner'in birinin başarısızlığını hemen **kişilik özelliğine bağlaması** ve ortam koşullarını hiç dikkate almaması **temel atıf hatasıdır**. Bu hatada birey, başkalarının davranışlarını açık- larken **durumsal etkenleri göz ardı eder** ve davranışı doğrudan kişinin karakterine bağlar.

III. Zeynep'in biri hakkında ilk kötü izlenimden sonra onun **olumlu yönlerini fark edeme- mesi öncelik etkisidir**. Bu hatada ilk edinilen bilgi, sonraki bilgileri **filtreler**; kişi artık yeni bil- gileri tarafsız değerlendiremez.

IV. Fatih'in kötü bir gün geçirdikten sonra herke- sin kendisine **sert davrandığını düşünmesi olumsuzluk yanılığıdır**. Bu hatada birey, içinde bulunduğu ruh hâlinin de etkisiyle çev- redeki durumları **olumsuz yorumlama eğili- mi gösterir** ve nötr davranışları bile negatif algılar.

Bu örnekler arasında **kendine hizmet eden yan- lılık** yer almamaktadır. Bu yanılıktaki birey, **baş- arılarını kendi özelliklerine**, başarısızlıklarını ise **dış faktörlere bağlama eğilimindedir** (örneğin "başardım çünkü zekiyim", "başaramadım çünkü şartlar kötüydü").

Cevap: E

3. I. Nil'in başarıyı **"çok çalıştım"** diyerek kendine, başarısızlığı ise **"sorular zordu"** diyerek dış faktörlere bağlaması **kendine hizmet eden yanılıktır**. Bu hatada birey, başarıyı **içsel**, ba- şarısızlığı **dışsal nedenlerle** açıklar.
- II. Deniz'in arkadaşının başarısızlığını **ilgisizliği- ne bağlaması temel atıf hatasıdır**. Bu hatada birey, başkalarının davranışlarını açıklarken **durumsal etkenleri göz ardı edip kişisel özelliklere odaklanır**.
- III. Arda'nın bir kişinin bir kez yardım etmesini görüp onu **"cömert biri"** olarak **genellemesi halo etkisidir**. Bu hatada tek bir olumlu dav- ranıştan yola çıkarak **genel bir kişilik yargısı oluşturulur**.
- IV. Sude'nin morali bozukken herkesin ona **me- safeli davrandığını düşünmesi olumsuzluk yanılığıdır**. Bu hatada birey, durumu **olum- suz yorumlama eğilimi gösterir** ve nötr dav- ranışları bile negatif algılar.

Bu örnekler arasında **stereotip (kalıp yargı)** yer almamaktadır. Stereotip, bir gruba ait bireyler hakkında **genelleştirilmiş ve önceden oluşmuş yargılar geliştirme** durumudur.

Cevap: A

4. Dilara'nın uyguladığı yöntem **önce küçük sonra büyük rica tekniğidir**. Küçük bir isteği kabul eden kişi, kendini tutarlı görmek istediği için daha büyük isteğe de "evet" deme eğilimindedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Önce büyük sonra küçük rica: Kişiden önce zor bir istek istenir, reddedilince daha küçük ve kabul edilebilir bir isteğe geçilir. Örneğin, "Bir hafta gönüllü çalışır mısın?" sorusu reddedilince "O zaman sadece bugün yardım eder misin?" denmesi.

C) Sadece o değil tekniği: Teklif sunulduktan sonra cazip bir ek yapılarak ikna artırılır. Örneğin, "Bu kursa katılırsan sertifika alacaksın, üstelik ücretsiz materyaller de veriyoruz."

D) Sıra dışı istek: Alışılmadık ya da dikkat çekici bir talep sunularak kişinin düşünmeden kabul etmesi sağlanır. Örneğin, "Bugün yabancılara gülümseyip onlara iyi günler diler misin?" gibi beklenmedik bir rica.

E) Öncelik etkisi: İlk verilen bilginin sonraki değerlendirmeleri etkilemesidir; bir ikna tekniği değil, algı yanlılığıdır. Örneğin, bir kişi hakkında önce olumlu bir özellik duyulduğunda, sonraki bilgilerin buna göre yorumlanması.

Cevap: A

5. Cansu'nun ürünü tanıtırken "**ürünü alırsanız yanında kulaklık, çanta ve garanti de hediye**" demesi, temel teklifin yanına **ek avantajlar sunarak cazibeyi artırma** stratejisidir. Bu durum, teklif sunulduktan sonra "**sadece o değil, bunun yanında şunlar da var**" diyerek iknayı güçlendiren **sadece o değil tekniğidir**. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Önce küçük sonra büyük rica: Önce küçük bir istek kabul ettirilir, ardından daha büyük bir isteğe geçilir. Örneğin, önce "Broşür dağıtır mısın?" deyip kabul eden kişiden sonra "Tüm gün etkinlikte görev alır mısın?" demek.

B) Önce büyük sonra küçük rica: İlk olarak büyük bir istek sunulur, reddedilince daha küçük bir isteğe geçilir. Örneğin, "Bu pahalı paketi alır mısınız?" reddedilince "O zaman daha uygun fiyatlı olanı tercih eder misiniz?" denmesi.

D) Sıra dışı istek: Alışılmadık, dikkat çekici bir talep sunularak kişinin düşünmeden kabul etmesi sağlanır. Örneğin, "Bugün hiç tanımadığınız üç kişiye teşekkür eder misiniz?" gibi beklenmedik bir rica.

E) Sonralık etkisi: En son verilen bilginin daha etkili olmasıdır; bir ikna tekniğinden çok **algısal/bilişsel bir etkidir**. Örneğin, bir sunumda en son söylenen bilginin daha çok hatırlanması.

Cevap: C

6. Okan'ın önce **yüksek miktarda bir istekte bulunması (2000 TL)** ve bu istek reddedilince **daha küçük bir isteğe (200 TL) geçmesi** vurgulanmaktadır. Bu durum, kişinin ilk büyük talebi reddettikten sonra ikinci talebi **daha makul bulup kabul etme eğilimine girmesi** ile açıklanır ve **önce büyük sonra küçük rica tekniğidir**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Önce küçük sonra büyük rica: Önce küçük bir istek kabul ettirilir, sonra daha büyük bir istek sunulur. Örneğin, önce "5 dakika yardım eder misin?" deyip sonra "Tüm gün destek olur musun?" demek.

C) Sadece o değil tekniği: Teklifin cazibesini artırmak için **ek avantajlar sunulur**. Örneğin, "Bu ürünü alırsanız yanında aksesuarlar da hediye."

D) Sıra dışı istek: Alışılmadık ve dikkat çekici bir talep sunulur. Örneğin, "Bugün hiç tanımadığın birine iyilik yapar mısın?" gibi beklenmedik bir rica.

E) Öncelik etkisi: İlk bilginin sonraki değerlendirmeleri etkilemesidir; bir ikna tekniği değildir. Örneğin, bir kişi hakkında ilk duyulan bilginin tüm yargıyı etkilemesi.

Cevap: B

7. Sinem'in kendi başarısızlığını **dışsal nedenlere (hava sıcaklığı)** bağlarken, aynı durumu yaşayan arkadaşının başarısızlığını **içsel nedenlere (çalışmamak)** bağlaması vurgulanmaktadır. Bu durum, kişinin **kendi davranışlarını durumsal, başkalarınınkini kişisel nedenlerle açıklaması** eğilimini ifade eder ve **aktör-gözlemci yanılgısıdır. Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Kendini gerçekleştiren kehanet: Bireyin beklentilerinin davranışları etkileyerek **beklentinin gerçekleşmesine yol açmasıdır.** Örneğin, "Nasıl olsa başarısız olacağım" diyen birinin çalışmayıp gerçekten başarısız olması.

C) Sosyal kolaylaştırma: Başkalarının varlığında performansın **artması ya da azalmasıdır.** Örneğin, kalabalık önünde basit bir işi daha iyi yapmak.

D) Normatif etki: Bireyin, gruba uyum sağlamak için **davranışını değiştirmesidir.** Örneğin, gruba uyum için herkes gibi giyinmek.

E) Bilişsel uyumsuzluk: Bireyin çelişen düşünce ve davranışları arasında **rahatsızlık hissetmesi ve bunu azaltmaya çalışmasıdır.** Örneğin, sağlıklı olduğunu bildiği hâlde sigara içen birinin "o kadar da zararlı değil" demesi.

Cevap: A

8. Sınıfta bir öğrencinin "Nasıl olsa başkası yapar" diyerek yardım etmemesi ve diğer öğrencilerin de benzer şekilde davranması, sorumluluğun **grup içinde dağılması** ile açıklanır. Birey sayısı arttıkça herkes yardım etme sorumluluğunu başkasına yükler. Bu durum **seyirci etkisidir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Sosyal öğrenme: Bireyin başkalarını gözlemleyerek davranış öğrenmesidir. Örneğin, bir öğrencinin arkadaşını taklit ederek aynı davranışı göstermesi.

B) Bilişsel çelişki: Kişinin düşünce ve davranışları arasında uyumsuzluk yaşamasıdır. Örneğin, sağlığa zararlı olduğunu bildiği hâlde sigara içen birinin kendini rahatlatmak gerekçeleri üretmesi.

C) Grup kutuplaşması: Grup tartışmaları sonucunda görüşlerin **daha uç noktalara kaymasıdır.** Örneğin, bir grubun tartışma sonrası daha radikal kararlar alması.

E) Bilgi etkisi: Bireyin doğruyu bulmak için başkalarının davranışlarını **bilgi kaynağı olarak kullanmasıdır.** Örneğin, ne yapacağını bilemeyen birinin diğerlerine bakarak hareket etmesi.

Cevap: D

9. Elif'in, Ahmet'in ilk yaptığı espriden hareketle onun kişiliğine dair genel bir yargıya varması ve sonraki davranışlarını bu ilk izlenime göre yorumlayarak çelişen bilgileri görmezden gelmesi, **ilk bilginin sonraki değerlendirmeleri yönlendirmesi** ile ilgilidir. Buna **öncelik etkisi** denir. **Öncelik etkisi**, birey hakkında ilk edinilen bilginin daha etkili olması ve sonraki bilgilerin bu çerçevede değerlendirilmesidir. Yani kişi, ilk izlenimi temel alarak diğer davranışları ya görmezden gelir ya da ona göre yorumlar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Temel atfı hatası: Başkalarının davranışlarını açıklarken **durumsal etkenleri göz ardı edip içsel (kişilik) nedenlere aşırı vurgu yapma eğilimidir.** Örneğin bir öğrencinin derste konuşmasını "saygısız biri" diye açıklamak, oysa belki de o gün önemli bir sorun yaşıyor olabilir. Bu soruda ise bir davranış açıklama yok, **ilk izlenimin baskınlığı** söz konusudur.

C) Gizil kişilik kuramı: Sosyal psikolojide bireylerin, bazı kişilik özelliklerinin **birlikte bulunduğu zihinsel (örtük) inançlarıdır.** Yani kişi, birinde gördüğü **tek bir özelliğe dayanarak**, onun diğer özellikleri hakkında da çıkarım yapar. Örneğin bir öğrenciyi **dürüst, çalışkan ve saygılı** olarak değerlendiren birinin, onun olumsuz bir davranış yaptığını duyduğunda **"bu kişi bunu yapmış olamaz"** demesi de, bu özelliklerin zihinde bir bütün olarak örgütlenmesine dayanan bir örnektir.

D) Olumsuzluk yanılgısı: Olumsuz bilgilerin daha dikkat çekici ve etkili olmasıdır. Örneğin bir kişi hakkında birçok olumlu bilgi varken tek bir olumsuz davranışın tüm izlenimi bozması. Bu soruda ise olumlu ilk izlenim etkisini sürdürmektedir.

E) **Aktör-gözlemci yanılığı:** Kendi davranışlarımızı duruma, başkalarının davranışlarını kişiliğe bağlama eğilimidir. Örneğin sınavdan düşük aldığımızda “zor sorulmuştu” demek, ama başkası düşük aldığında “yetersiz” demek. Bu durum soruda yer almamaktadır.

Cevap: A

10. Murat'ın, öğrencinin sürekli geç kalmasını **ulaşım gibi durumsal bir nedene rağmen** onun “sorumsuz” kişiliğiyle açıklaması, davranışı değerlendirirken bağlamı göz ardı edip içsel nedenlere yükleme yapmasıyla ilgilidir. Buna **temel atfı hatası** denir. **Temel atfı hatası**, başkalarının davranışlarını açıklarken **durumsal etkenleri ihmal edip kişilik özelliklerine aşırı vurgu yapma eğilimidir. Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Öncelik etkisi:** İlk edinilen bilginin sonraki değerlendirmeleri yönlendirmesidir. Örneğin bir öğretmen, öğrenciyi ilk derste çok başarılı görüp daha sonra yaptığı hataları fark etmezse bu etki görülür. Bu soruda ise ilk izlenim değil, **davranışı açıklama biçimi** vardır.

C) **Gizil kişilik kuramı:** Sosyal psikolojide bireylerin, bazı kişilik özelliklerinin **birlikte bulunduğu dair zihinsel (örtük) inançlarıdır.** Yani kişi, birinde gördüğü **tek bir özelliğe dayanarak**, onun diğer özellikleri hakkında da çıkarım yapar. Örneğin birini **esprili ve zeki** olarak gören birinin, onun aynı zamanda **sıcakkanlı ve sosyal** olduğunu da düşünmesi ya da bir öğrenciyi **dürüst, çalışkan ve saygılı** olarak değerlendirip onun olumsuz bir davranış yapmış olabileceğini reddetmesi bu kurama örnektir.

D) **Olumsuzluk yanılığı:** Olumsuz bilgilerin olumlu bilgilere göre daha etkili olmasıdır. Örneğin bir çalışan hakkında birçok olumlu bilgi varken tek bir hatasının tüm değerlendirmeyi olumsuz etkilemesi. Bu soruda böyle bir durum yoktur.

E) **Aktör-gözlemci yanılığı:** Kendi davranışlarımızı duruma, başkalarının davranışlarını kişiliğe bağlama eğilimidir. Örneğin kişi kendi geç kalmasını “trafik vardı” diye açıklarken, başkasının geç kalmasını “sorumsuz” diye açıklarsa bu yanılığı oluşur. Bu soruda yalnızca başkasına yönelik değerlendirme vardır, **karşılaştırma yoktur.**

Cevap: B

11. Ayşe'nin, bir kişinin sadece “yardımsever” olduğunu duyunca onu tüm yönleriyle olumlu algılaması, kişilik özelliklerinin birlikte bulunduğu dair önceden var olan inançlara dayanır. Buna **gizil kişilik kuramı** denir. **Gizil kişilik kuramı**, bireylerin insanların hangi özelliklerinin bir arada bulunduğuna ilişkin **önceden oluşturulmuş inanç ve varsayımlarına dayanarak**, tek bir özellikten hareketle diğer özellikleri de çıkarmasıdır. Özellikle bilimsel olmayan biçiminde, **“iyi özellikler birlikte, kötü özellikler birlikte bulunur”** varsayımı etkilidir. Örneğin **yardımsever** birinin aynı zamanda **dürüst, güvenilir ve iyi biri** olarak algılanması ya da **çalışkan ve saygılı** bir öğrencinin suç işlemiş olabileceğine inanmakta zorlanması bu duruma örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Öncelik etkisi:** İlk edinilen bilginin sonraki değerlendirmeleri yönlendirmesidir. Örneğin bir öğretmenin öğrenciyi ilk derste başarılı görüp daha sonra hatalarını fark etmemesi. Bu soruda zaman sırasına bağlı bir etki değil, **özellikten özellik çıkarımı** vardır.

B) **Temel atfı hatası:** Başkalarının davranışlarını açıklarken durumsal etkenleri göz ardı edip kişiliğe yükleme yapmadır. Örneğin birinin geç kalmasını “sorumsuz” diye açıklamak. Bu soruda bir davranışın nedeni değil, **kisilik algısı** söz konusudur.

D) **Olumsuzluk yanılığı:** Olumsuz bilgilerin daha baskın olmasıdır. Örneğin bir kişi hakkında tek bir olumsuz bilginin tüm izlenimi bozması. Burada ise olumlu bir özellikten hareketle genelleme yapılmaktadır.

E) **Aktör-gözlemci yanılığı:** Kendi davranışlarımızı duruma, başkalarının kişiliğe bağlama eğilimidir. Örneğin kendi hatamızı “şartlar zor” diye açıklarken başkasını “yetersiz” görmek. Bu soruda böyle bir karşılaştırma yoktur.

Cevap: C

12. Bir arkadaşının, Süleyman'ın sadece "sakin ve sessiz" olmasından yola çıkarak onun aynı zamanda utangaç ve sosyal kaygılı olduğunu düşünmesi, bir özelliği nedensel olarak başka özelliklerin kanıtı gibi görme ile ilgilidir. Yani kişi, gözlediği davranışı yanlış bir akıl yürütmeyle farklı kişilik özelliklerine bağlamaktadır. Bu durum mantık hatasıdır. Mantık hatası, bireyin sınırlı bir bilgidan hareketle geçerli olmayan çıkarımlar yapması ve bunu doğruymuş gibi kabul etmesidir. Örneğin "Az konuşan insanlar utangaçtır, Süleyman az konuşuyor, o hâlde utangaçtır" şeklindeki çıkarım hatalıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Genelleme yanılığı:** Sınırlı bir gözleme dayanarak geniş ve kapsayıcı sonuçlara ulaşmadır. Örneğin bir öğrencinin bir derste başarısız olmasına bakarak "bu öğrenci her derste başarısızdır" demek. Bu soruda ise vurgu, genellemeden çok hatalı çıkarım (akıl yürütme) üzerinedir.

C) **Nihai yükleme yanılığı:** Grup temelli bir atıf hatasıdır; kişi kendi grubunu olumlu, dış grubu olumsuz nedenlerle açıklar. Örneğin "Biz başarılıyız çünkü zekiyiz, onlar başarısız çünkü tembel." Bu soruda grup yoktur.

D) **İç grup kayırmacılığı:** Kendi grubunu diğer gruplara göre daha olumlu değerlendirme eğilimidir. Örneğin kendi okulunu diğerlerinden üstün görmek. Bu soruda grup karşılaştırması yoktur.

E) **Kalıp yargı tehdidi:** Bireyin, grubuna yönelik olumsuz bir stereotip nedeniyle performansının düşmesidir. Örneğin "erkekler duygusal değildir" inancı altında duygularını ifade etmekte zorlanmak. Bu soruda performans düşüşü yoktur.

Cevap: A

13. Kerem'in, çalışma arkadaşının **tek bir davranışına dayanarak** onun tüm kişiliği hakkında **genel ve kapsayıcı yargılar geliştirmesi**, sınırlı gözlemden geniş sonuç çıkarma ile ilgilidir. Bu durum **genelleme yanılığıdır**. **Genelleme yanılığı**, bireyin az sayıda örnekten hareketle kişi hakkında genel ve kesin yargılara ulaşmasıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Mantık hatası:** Hatalı akıl yürütme sürecidir. Örneğin "Nazik insanlar güvenilirler, o nazik, o hâlde güvenilir" gibi bir çıkarım. Bu soruda böyle açık bir akıl yürütme zinciri yoktur.

B) **Öncelik etkisi:** İlk bilginin sonraki değerlendirmeleri yönlendirmesidir. Bu soruda ilk izlenim vurgusu değil, **tek davranıştan genelleme** vardır.

D) **Gizil kişilik kuramı:** Bireylerin bazı kişilik özelliklerinin **birlikte bulunduğu**na dair **önceden oluşturulmuş inançlara dayanarak**, bir özellikten diğer özellikleri çıkarma eğilimidir. Özellikle bilimsel olmayan biçiminde, **iyi özelliklerin birlikte, kötü özelliklerin birlikte bulunduğu** varsayımı vardır. Örneğin birini yardımsever gören kişinin onun aynı zamanda dürüst ve güvenilir olduğunu düşünmesi bu duruma örnektir. Bu soruda bu duruma benzerlik olsa da asıl vurgu **sınırlı gözlem**den **genel yargı üretme** üzerinedir.

E) **Temel atıf hatası:** Davranışı açıklarken dursalsal etkenleri göz ardı edip kişiliğe yükleme yapmadır. Bu soruda açıklama değil, **genelleme** yapılmaktadır.

Cevap: C

14. Üniversitedeki kadın öğrencilerin, matematikte kadınların daha başarısız olduğuna dair **yaygın bir kalıp yargıyı fark etmeleri ve bunun performanslarını olumsuz etkilemesi**, bireyin ait olduğu gruba yönelik olumsuz stereotip nedeniyle **kaygı yaşaması ve performansının düşmesi** ile ilgilidir. Buna **kalıp yargı tehdidi** denir. **Kalıp yargı tehdidi**, bireyin ait olduğu gruba ilişkin olumsuz bir yargının doğrulanacağı kaygısıyla **bilişsel yükünün artması ve performansının düşmesidir**. Örneğin "kadınlar matematikte başarısızdır" inancı altında sınava giren bir öğrencinin daha düşük performans göstermesi buna örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Sosyal hızlandırma:** Başkalarının varlığının performansı artırması ya da zor görevlerde düşürmesidir. Örneğin seyirci önünde daha hızlı koşmak. Bu soruda performansın nedeni **başkalarının varlığı değil, kalıp yargıdır.**
- C) Öncelik-sonralık etkisi:** İlk ya da son bilginin değerlendirmeyi daha fazla etkilemesidir. Örneğin bir kişi hakkında ilk izlenimin tüm yargıyı belirlemesi. Bu soruda böyle bir **zaman sırası etkisi** yoktur.
- D) Nihai yükleme yanılığı:** Grup düzeyinde yapılan atıf hatasıdır; kişi kendi grubunu olumlu, dış grubu olumsuz nedenlerle açıklar. Örneğin “biz başarılıyız çünkü zekiyiz, onlar başarısız çünkü tembel.” Bu soruda **atıf değil performans etkisi** vardır.
- E) Eşsizlik yanılığı:** Bireyin kendini diğerlerinden daha farklı ve özel görme eğilimidir. Örneğin “kimse benim kadar zorlanmıyor” demek. Bu soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: A

- D) Bilgilendirici sosyal etki:** Bireyin belirsizlik durumunda başkalarını **doğru bilgi kaynağı olarak görüp onlara uymasındır.** Örneğin ne yapacağını bilemeyince başkalarına bakarak karar vermek. Bu durum burada yoktur.
- E) Uyma:** Bireyin grup baskısı sonucu davranışlarını değiştirmesidir. Örneğin çoğunluğa katılmak. Bu soruda grup baskısı söz konusu değildir.

Cevap: B

15. Murat'ın, daha önce hiç tanımadığı bir grubun üyelerini yalnızca **farklı bir etnik kökene sahip olmalarına dayanarak “güvenilmez” olarak değerlendirmesi**, yeterli bilgiye dayanmayan, genellenmiş ve peşin bir yargı oluşturmasıyla ilgilidir. Bu durum **ön yargıdır. Ön yargı**, bireyin bir grup hakkında **deneyime dayanmadan, kalıplaşmış ve genellenmiş olumsuz (ya da olumlu) tutum geliştirmesidir.** Örneğin bir kişiyi sadece ait olduğu gruba bakarak değerlendirmek bu kavrama örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Ayrımcılık:** Bir gruba yönelik olumsuz tutumların **davranışa dönüşmesidir.** Örneğin bir kişiyi işe almamak ya da dışlamak. Bu soruda henüz davranış yok, **düşünce/tutum düzeyi** vardır.
- C) Normatif sosyal etki:** Bireyin, grup tarafından kabul görmek ya da dışlanmamak için **gruba uyum sağlamasıdır.** Örneğin herkes aynı fikri savunduğu için katılmadığı hâlde aynı şeyi söylemek. Bu soruda böyle bir uyma yoktur.

1. Bir şirkette kadın çalışanlara eşit fırsatlar verilmesi ve terfi olanaklarının kısıtlanması, bir gruba yönelik olumsuz tutumların **davranışa dönüşmesi** ile ilgilidir. Bu durum **ayrımcılıktır**. **Ayrımcılık**, belirli bir gruba yönelik olumsuz değerlendirmelerin **somut davranış ve uygulamalara yansımalarıdır**. Örneğin işe almama, terfi ettirmeme ya da dışlama bu kapsamdadır. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) Normatif sosyal etki: Bireyin grup tarafından kabul görmek için çoğunluğa uymasındır. Örneğin herkes aynı görüşü savunduğu için katılmadığı hâlde desteklemek. Bu soruda grup baskısı yoktur.

C) Bilgilendirici sosyal etki: Bireyin belirsizlik durumunda başkalarını doğru bilgi kaynağı olarak görerek onlara uymasındır. Bu soruda bilgiye dayalı bir uyma söz konusu değildir.

D) Uyma: Bireyin grup baskısı sonucu davranışlarını değiştirmesidir. Örneğin çoğunluğa katılmak. Bu soruda böyle bir süreç yoktur.

E) Ön yargı: Bir gruba yönelik deneyime dayanmayan genellenmiş tutumdur. Bu soruda ise tutum değil, **davranışsal uygulama** vardır.

Cevap: B

2. Gamze'nin, partiye giderken diğerleri gibi giyinmesi ve bunu **grubun onayını almak istemesi**, bireyin kabul edilme ve dışlanmama ihtiyacıyla davranışını değiştirmesi ile ilgilidir. Buna **normatif sosyal etki** denir. **Normatif sosyal etki**, bireyin doğru olduğuna inandığı için değil, **grup tarafından kabul görmek ve reddedilmemek için** uyum göstermesidir. Örneğin bir kişinin aslında beğenmediği bir tarzı sırf arkadaş grubuna uyum sağlamak için tercih etmesi bu duruma örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) Bilgilendirici sosyal etki: Bireyin belirsizlik durumunda başkalarını doğru bilgi kaynağı olarak görüp onlara uymasındır. Örneğin ne yapacağını bilmediğinde başkalarına bakarak karar vermek. Bu soruda amaç bilgi edinmek değil, **onay almaktır**.

C) Kalıp yargı tehdidi: Bireyin ait olduğu gruba yönelik olumsuz bir yargı nedeniyle performansının düşmesidir. Bu soruda performansla ilgili bir durum yoktur.

D) Ayrımcılık: Bir gruba yönelik olumsuz tutumların **davranışa dönüşmesidir**. Bu soruda böyle bir durum yoktur.

E) Genelleme yanlılığı: Gözlenen bir özellikten yola çıkarak kişi hakkında **genel ve ilgisiz özellikleri de varmış gibi düşünmektir**. Örneğin iyi giyimli birini aynı zamanda dürüst ve güvenilir olarak değerlendirmek (halo etkisi) ya da olumsuz bir özelliğe bakarak tüm kişiliği kötü görmek (horn etkisi). Bu soruda böyle bir çıkarım yoktur.

Cevap: B

3. Kişinin, ailesi ve çevresinden gelen **yoğun ısrara rağmen kendi değerlerine bağlı kalması ve bu baskılara boyun eğmemesi**, bireyin dışsal etkilere karşı **direnç göstermesi** ile ilgilidir. Bu durum, **dış baskıya direnme tekniğinin etkisiz kaldığını** gösterir. **Dış baskıya direnme**, bireyin kendisine yöneltilen ikna ve baskı girişimlerine karşı **kendi tutumunu koruyabilmesidir**. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

B) Önce küçük sonra büyük rica: Kişiden önce küçük bir isteği kabul etmesi sağlanıp ardından daha büyük bir istekte bulunulmasıdır. Örneğin önce kısa bir anket doldurtup sonra bağış istemek. Bu soruda böyle aşamalı bir rica yoktur.

C) Sadece o değil tekniği: İlk sunulan teklife ek avantajlar ekleyerek kabul olasılığını artırma yöntemidir. Örneğin "Bunu alırsanız yanında şu da ücretsiz." Bu soruda böyle bir durum yoktur.

D) Giderek artan ricalar: Kişi başlangıçta kabul ettiği bir isteğin ardından giderek daha büyük taleplerle karşılaşır. Bu soruda bu tür bir süreç yoktur.

E) Öncelik-sonralık etkisi: İlk ya da son bilginin daha etkili olmasıdır. Bu bir ikna tekniği değil, algı hatasıdır ve soruyla ilişkili değildir.

Cevap: A

4. Romanda Roger'ın, başlangıçta isteksiz olmasına rağmen Jack'in **baskıcı ve güçlü liderliği** altında, onun yönlendirmelerine uyarak şiddet eylemine katılması, bireyin güçlü bir otorite figürünün etkisiyle **kendi içsel onayı olmasa bile davranışını değiştirmesi** ile ilgilidir. Bu durum **otoriteye itaattir**. Otoriteye itaat, bireyin, güçlü ve meşru görülen bir liderin talimatlarına **sorgulamadan ya da içten katılmasa bile uymasındır**. Roger'ın davranışı, grup kabulünden çok **liderin otoritesine boyun eğme** ile açıklanır. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **Normatif sosyal etki – Kabul görmek için grubun beklentilerine uyum sağlama:** Bireyin dışlanmamak ve kabul görmek için gruba uymasındır. Örneğin arkadaş grubuna aykırı düşmemek için onların kararlarına katılmak. Bu olayda vurgu grup onayından çok **liderin otoritesine itaat** üzerinedir.

C) **Bilişsel uyumsuzluk – Davranış ve inançlar arasındaki çelişkinin rahatsızlık yaratması:** Kişinin inançlarıyla davranışları çeliştiğinde rahatsızlık duymasındır. Örneğin sigara içen birinin bunu haklı çıkarmaya çalışması. Bu soruda bu tür bir içsel çatışma vurgusu yoktur.

D) **Grup kutuplaşması – Grup içinde fikirlerin daha uç noktalara taşınması:** Grup tartışmaları sonucunda bireylerin daha aşırı tutumlar geliştirmesidir. Örneğin bir grubun zamanla daha radikal kararlar alması. Bu durum metinde kısmen görülse de Roger'ın davranışını en iyi açıklayan kavram değildir.

E) **Azınlık etkisi – Küçük bir grubun çoğunluk üzerinde etkili olması:** Az sayıda kişinin tutarlı davranarak çoğunluğu etkilemesidir. Bu soruda azınlık değil, **liderin etkisi** söz konusudur.

Cevap: B

5. Başlangıçta çoğunluğun aynı görüşte olduğu bir ortamda, **tek bir kişinin (azınlığın) tutarlı, kararlı ve mantıklı duruşuyla çoğunluğun görüşünü değiştirmesi** söz konusudur. Bu durum **azınlık etkisidir**. Azınlık etkisi, sayıca az olan birey ya da grubun, **tutarlılık ve kararlılık göstererek çoğunluğun düşüncelerini etkilemesi ve değiştirmesidir**. Filmde tek bir jüri üyesinin zamanla tüm grubun kararını değiştirmesi bu kavramın klasik bir örneğidir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A) **Normatif sosyal etki:** Bireyin kabul görmek ve dışlanmamak için çoğunluğa uymasındır. Bu filmde ise tam tersine **çoğunluk azınlığa uyum sağlamaktadır**.

B) **Otoriteye itaat:** Bireyin güçlü bir otorite figürünün talimatlarına uymasındır. Bu durumda yönlendiren bir otorite yoktur.

C) **Bilgilendirici sosyal etki:** Bireyin başkalarını doğru bilgi kaynağı olarak görerek fikir değiştirmesidir. Bu kavram kısmen uygun olsa da burada asıl belirleyici olan **azınlığın çoğunluğa etkilemesidir**.

E) **Grup düşüncesi:** Grup uyumunu korumak için eleştirel düşünmenin bastırılmasıdır. Bu filmde ise tam tersine **eleştirel düşünme artmaktadır**.

Cevap: D

6. Raskolnikov'un, cinayeti işlemekten önce geliştirdiği **"bazı insanların yasa dışı eylemleri yapabileceği"** düşüncesi ile suç sonrası yaşadığı **vicdani rahatsızlık ve toplum değerleriyle çatışma**, inançları ile davranışları arasında ortaya çıkan uyumsuzlukla ilgilidir. Bu durum **bilişsel çelişkidir**. **Bilişsel çelişki**, bireyin inançları, tutumları ve davranışları arasında **uyumsuzluk olduğunda ortaya çıkan psikolojik rahatsızlık durumudur**. Raskolnikov'un, işlediği suçu zihinsel olarak meşrulaştırmaya çalışmasına rağmen zamanla yoğun bir içsel çatışma yaşaması bu duruma örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **Sosyal dışlanma:** Bireyin grup tarafından reddedilmesi ya da dışlanmasıdır. Bu soruda asıl vurgu dışlanma değil, **içsel çatışmadır**.

C) **Uyma:** Bireyin grup baskısı sonucu davranışlarını değiştirmesidir. Bu olayda grup baskısıyla davranış değişimi yoktur.

- D) **Sosyal kolaylaştırma:** Başkalarının varlığının performansı artırması ya da zor görevlerde düşürmesidir. Bu durum performansla ilgilidir, içsel çatışmayla değil.
- E) **Grup normu:** Bir grubun kabul ettiği davranış kurallarıdır. Bu soruda normdan sapma var ancak açıklanan durum **çelişki yaşamamasıdır**.

Cevap: B

7. Andrew'ın, sınıfta tek başına çalıştığında ortalama performans göstermesine rağmen, prova sırasında **başkalarının (grup arkadaşları ve eğitmen) varlığında daha yüksek performans sergilemesi**, gözlemcilerin varlığının performansı artırması ile ilgilidir. Bu durum **sosyal hızlandırma**dır. **Sosyal hızlandırma**, bireyin başkalarının varlığında **iyi öğrenilmiş ya da basit görevlerde performansının artmasıdır**. Andrew'ın performans anında motivasyonunun yükselmesi ve daha iyi çalışması bu duruma örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Sosyal kaytarma:** Bireyin grup içinde sorumluluğun dağılması nedeniyle daha az çaba göstermesidir. Örneğin grup çalışmasında bazı kişilerin daha az katkı sağlaması. Bu soruda ise performans düşüşü değil **artışı** vardır.
- C) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda görüşlerin daha uç noktalara kaymasıdır. Bu durum tutumlarla ilgilidir, performansla değil.
- D) **Normatif etki:** Bireyin kabul görmek için gruba uymasındır. Bu soruda amaç onay almak değil, **performansın artmasıdır**.
- E) **Azınlık etkisi:** Az sayıda kişinin çoğunluğu etkilemesidir. Bu soruda böyle bir etkileme süreci yoktur.

Cevap: B

8. Ofiste çalışanların grup hâlinde çalışırken **bireysel sorumluluklarının azaldığını hissetmeleri** ve “nasıl olsa başkası yapar” düşüncesiyle çabalarını azaltmaları, bireyin grup içinde **daha az çaba göstermesi** ile ilgilidir. Bu durum **sosyal kaytarmadır**. **Sosyal kaytarma**, bireyin grup içinde çalışırken sorumluluğun dağılması nedeniyle **bireysel performansını düşürmesi ve daha az çaba göstermesidir**. İş verimliliğinin düşmesi bu durumun tipik sonucudur. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Sosyal hızlandırma:** Başkalarının varlığının performansı artırmasıdır. Bu soruda performans artışı değil, **azalma** söz konusudur.
- C) **Uyma:** Bireyin grup baskısı nedeniyle davranışlarını değiştirmesidir. Bu soruda grup baskısıyla uyum değil, **çaba azalması** vardır.
- D) **Bilinçli direnç:** Bireyin dış baskılara rağmen kendi tutumunu korumasıdır. Bu soruda direnç değil, **pasifleşme** vardır.
- E) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda görüşlerin daha uç noktalara kaymasıdır. Bu durum tutumlarla ilgilidir, performansla değil.

Cevap: A

9. Feribotlardaki insanların, başlangıçta var olan düşüncelerinin tartışmalar ilerledikçe **daha uç ve daha tehlikeli hâle gelmesi**, grup içinde etkileşim arttıkça görüşlerin **aşırılması** ile ilgilidir. Bu durum **grup kutuplaşmasıdır**. **Grup kutuplaşması**, bireylerin grup içinde tartışma ve etkileşim sonucunda **başlangıçtaki eğilimlerini daha uç noktalara taşımasıdır**. Örneğin başlangıçta tereddüt eden bireylerin zamanla daha radikal kararlar savunmaya başlaması bu duruma örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Azınlık etkisi:** Az sayıda kişinin çoğunluğu etkilemesidir. Bu soruda azınlık değil, **grup içi aşırılama** vardır.
- C) **Enformasyonel sosyal etki:** Bireyin başkalarını doğru bilgi kaynağı olarak görerek fikir değiştirmesidir. Bu soruda amaç doğruyu bulmak değil, **görüşlerin uçlaşmasıdır**.

- D) **Sosyal kaytarma:** Grup içinde bireysel çabanın azalmasıdır. Bu soruda çaba değil, **tutum değişimi** söz konusudur.
- E) **Sosyal kolaylaştırma:** Başkalarının varlığının performansı etkilemesidir. Bu durum performansla ilgilidir, görüşlerin uçuşmasıyla değil.

Cevap: B

10. Schindler'in, Nazi yetkililerini önce **küçük ve kabul edilebilir bir gerekçeyle (ekonomik fayda)** ikna etmesi, ardından bu kabulün üzerine **giderek daha büyük ve kapsamlı talepler eklemesi**, aşamalı olarak artan isteklerle ilerleme stratejisini gösterir. Bu durum **giderek artan ricalar tekniğidir**. **Giderek artan ricalar tekniği**, bireyin başlangıçta kabul ettiği bir isteğin ardından **kademeli olarak daha büyük taleplerle karşılaşması ve bunları da kabul etme eğilimi göstermesidir**. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Sadece o değil tekniği:** İlk sunulan teklife ek avantajlar ekleyerek kabul olasılığını artırma-
dır. Bu sahnede ek avantaj sunma değil, **isteklerin kademeli artırılması** vardır.
- B) **Önce büyük sonra küçük rica tekniği:** Önce reddedilmesi muhtemel büyük bir istek sunulup ardından daha küçük bir isteğe geçilmesidir. Bu sahnede başlangıç küçük taleplerle yapılmaktadır.
- D) **Önce küçük sonra büyük rica tekniği:** Önce küçük bir isteğin kabul edilmesi sağlanıp ardından daha büyük bir isteğe geçilmesidir. Bu seçenek yakın görünse de burada yalnızca iki aşama değil, **sürekli artan talepler dizisi** vardır.
- E) **Etkili karşılaştırma:** Seçenekleri karşılaştırarak birini daha cazip göstermedir. Bu sahnede böyle bir durum yoktur.

Cevap: C

11. Evey'in, devletin propagandasına karşı başlangıçta direnç göstermemesine rağmen, V'nin uyguladığı süreç sonrasında **zihinsel olarak hazırlanması ve ikna girişimlerine karşı bağımsızlık kazanması**, bireyin ileride karşılaşacağı ikna edici mesajlara karşı **önceden güçlendirilmesi** ile ilgilidir. Bu durum **aşılama tekniğidir**. **Aşılama tekniği**, bireye zayıf karşı argümanlar sunarak onun **kendi savunmalarını geliştirmesini ve güçlü ikna girişimlerine karşı direnç kazanmasını sağlamadığı**. Evey'in yaşadığı deneyim, onu sistemin etkilerine karşı **daha dirençli hâle getirmiştir**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Sosyal kaytarma:** Grup içinde bireysel çabanın azalmasıdır. Bu soruda böyle bir durum yoktur.
- C) **Ön uyarı:** Bireyin yaklaşan bir ikna girişiminden haberdar edilmesidir. Bu durumda doğru-
dan bir uyarı değil, **direnç kazandırma süreci** vardır.
- D) **Normatif etki:** Bireyin kabul görmek için gruba uymasındır. Bu soruda uyma değil, **direnç geliştirme** söz konusudur.
- E) **Azınlık etkisi:** Az sayıda kişinin çoğunluğu etkilemesidir. Bu soruda böyle bir süreç yoktur.

Cevap: B

12. Winston'un, Parti'nin propagandalarına rağmen kendi düşüncelerini zihninde tekrar ederek **kendi inançlarını destekleyen içsel argümanlar geliştirmesi** ve bu sayede karşıt görüşlere karşı direnç oluşturmaya, bireyin mevcut tutumunu **destekleyici bilgilerle güçlendirmesi** ile ilgilidir. Buna **destekleyici savunma** denir. **Destekleyici savunma**, bireyin sahip olduğu inanç, tutum ya da görüşü, **onu destekleyen tez ve bilgilerle pekiştirerek karşıt görüşlere karşı sağlamlaştırmasıdır**. Winston'un kendi düşüncelerini sürekli zihninde canlandırarak Parti'nin mesajlarına karşı direnç geliştirmesi bu duruma örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Aşılama:** Bireyin zayıf karşı argümanlarla karşılaştırılarak güçlü ikna girişimlerine karşı direnç kazanmasıdır. Bu soruda dışarıdan sunulan karşı argümanlar değil, **kişinin kendi inançlarını desteklemesi** vardır.

- B) Sosyal karşılaştırma:** Bireyin kendini başkalarıyla kıyaslayarak değerlendirmesidir. Bu soruda böyle bir kıyaslama yoktur.
- D) Önce küçük sonra büyük rica:** Önce küçük bir isteğin kabul ettirilip ardından daha büyük bir isteğe geçilmesidir. Bu bir ikna tekniğidir, **direnç mekanizması değildir.**
- E) Normatif etki:** Bireyin kabul görmek için gruba uymasındır. Bu soruda uyma değil, **direnç geliştirme** vardır.

Cevap: C

- 13. Truman'ın, çevresindeki insanların onu durdurmak için ikna etmeye çalışacaklarını önceden fark etmesi ve buna karşı zihinsel olarak kendini hazırlaması,** yaklaşan ikna girişimine karşı bilinçli farkındalık geliştirmesi ile ilgilidir. Buna **ön uyarı** denir. **Ön uyarı,** bireyin kendisine yönelik bir ikna girişimini **önceden fark etmesi ve bu sayede direnç geliştirmesidir.** Truman'ın "beni ikna etmeye çalışacaklar" diyerek kendini hazırlaması bu duruma örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Aşılama:** Bireyin zayıf karşı argümanlarla karşılaştırılarak güçlü ikna girişimlerine karşı direnç kazanmasıdır. Bu soruda böyle bir karşı argüman sunumu yoktur.
- C) Sosyal kolaylaştırma:** Başkalarının varlığının performansı etkilemesidir. Bu soruda performans değil, **iknaya direnç** vardır.
- D) Uyma:** Bireyin grup baskısıyla davranışını değiştirmesidir. Bu soruda uyma değil, **direnç** söz konusudur.
- E) Tepkisellik:** Bireyin özgürlüğü kısıtlandığında tam tersini yapma eğilimidir. Bu soruda karşı koyma değil, **önceden hazırlık** vardır.

Cevap: A

- 14. Tris'in, kendisine ne yapması gerektiği dikte edildiğinde özgürlüğünün kısıtlandığını hissedip buna karşı öfke duyarak tam tersine daha da direnç göstermesi,** bireyin özgürlüğü tehdit edildiğinde karşı tepki geliştirmesi ile ilgilidir. Bu durum **tepkiselliktir. Tepkisellik,** bireyin davranış özgürlüğü sınırlandığında ya da tehdit edildiğinde, **bu sınırlamaya karşı çıkararak tam tersini yapma eğilimidir.** Tris'in baskı arttıkça daha da inatçı hâle gelmesi bu duruma örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Sosyal kolaylaştırma:** Başkalarının varlığının performansı artırması ya da zor görevlerde düşürmesidir. Bu soruda performans değil, **direnç davranışı** vardır.
- B) Normatif sosyal etki:** Bireyin kabul görmek için gruba uymasındır. Tris uyum sağlamamakta, aksine **karşı çıkmaktadır.**
- D) Aşılama:** Bireyin zayıf karşı argümanlarla karşılaştırılarak güçlü ikna girişimlerine karşı direnç kazanmasıdır. Bu soruda böyle bir hazırlık süreci yoktur.
- E) Grup kutuplaşması:** Grup içinde görüşlerin daha uç noktalara kaymasıdır. Bu soruda bireysel tepki söz konusudur.

Cevap: C

15. Prof. Dr. Ece Hanım'ın, dürüstlük ve iş ahlakı gibi olumlu özelliklerin toplumda **çok nadir olduğunu**, buna karşılık **kendisi ve çevresinin bu özellikleri taşıyan ayrıcalıklı bir grup olduğunu düşünmesi**, bireyin kendisini başkalarından daha farklı ve özel görmesi ile ilgilidir. Bu durum **eşsizlik yanılgısıdır**. **Eşsizlik yanılgısı**, bireyin sahip olduğu olumlu özelliklerin başkalarında daha az bulunduğunu düşünerek **kendini ayrıcalıklı ve nadir görmesidir**. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) Temel atıf hatası:** Başkalarının davranışlarını açıklarken durumsal etkenleri göz ardı edip kişiliğe yükleme yapmadır. Bu soruda bir davranışı açıklama değil, **kendini değerlendirme** vardır.
- B) Kendine hizmet eden yanılgı:** Başarıları içsel, başarısızlıkları dışsal nedenlere bağlamadır. Örneğin başarıyı "ben yaptım", başarısızlığı "şartlar kötüydü" diye açıklamak. Bu soruda böyle bir yükleme yoktur.
- C) Bilişsel çelişki:** İnanç ve davranışlar arasındaki uyumsuzluktan doğan rahatsızlıktır. Bu soruda bir çelişki durumu yoktur.
- D) Görüş birliği yanılgısı:** Bireyin kendi düşüncelerinin çoğunluk tarafından paylaşıldığını sanmasıdır. Bu soruda ise tam tersi, **kendisini azınlık ve özel görme** vardır.

Cevap: E

1. Prof. Dr. Selim Bey'in, sınırlı sayıda öğrencinin çevreye duyarlı olduğunu ifade etmesine dayanarak, **toplumun genelinin de aynı görüşü paylaştığını düşünmesi**, kendi görüşlerinin yaygın olduğunu varsayması ile ilgilidir. Bu durum **görüş birliği yanlışlığıdır**. **Görüş birliği yanlışlığı**, bireyin kendi düşünce ve tutumlarının **çoğunluk tarafından da paylaşıldığını abartılı biçimde varsaymasıdır**. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) **Temel atf hatası**: Davranışları açıklarken durumsal etkenleri göz ardı edip kişiliğe yükleme yapmadır. Bu soruda böyle bir açıklama yoktur.
- B) **Bilişsel çelişki**: İnanç ve davranışlar arasındaki uyumsuzluktan doğan rahatsızlıktır. Bu soruda çelişki yoktur.
- C) **Eşsizlik yanlışlığı**: Bireyin kendini diğerlerinden daha farklı ve özel görmesidir. Bu soruda ise tam tersi, **kendi görüşünü yaygın sanma** vardır.
- E) **Sosyal kolaylaştırma**: Başkalarının varlığının performansı etkilemesidir. Bu soruda performansla ilgili bir durum yoktur.

Cevap: D

2. Öğrencilerin, öğretmenin görüşüne aslında katılmamalarına rağmen sınıfın çoğunluğu aynı görüşte olduğu için **aynı fikri benimsemeleri**, bireyin grup baskısı altında davranış ve tutumlarını değiştirmesi ile ilgilidir. Bu durum **uymadır (konformizm)**. **Uyma**, bireyin kendi görüşüne aykırı olsa bile **çoğunluğa uyum sağlayarak düşünce ya da davranışını değiştirmesidir**. Örneğin bir öğrenci, cevabın yanlış olduğunu bilse bile sınıftaki herkes farklı bir seçeneği işaretlediği için aynı seçeneği işaretleyebilir. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) **Ayrımcılık**: Bir gruba yönelik olumsuz tutumların **davranışa dönüşmesidir**. Örneğin bir öğrenciyi sadece etnik kökeni nedeniyle dışlamak ya da bir işe almamak. Bu soruda böyle bir davranış yoktur.
- C) **Bilgilendirici sosyal etki**: Bireyin belirsizlik durumunda başkalarını **doğru bilgi kaynağı olarak görüp** onlara uymasındır. Örneğin zor bir soruda ne yapacağını bilemeyen bir öğrencinin arkadaşlarının cevabına bakarak karar

vermesi. Bu soruda ise öğrenciler doğruyu bulmak için değil, **çoğunluğa uyum sağlamak için** davranmaktadır.

- D) **Ön yargı**: Bir grup hakkında deneyime dayanmadan **genellenmiş ve peşin yargılar geliştirmek**tedir. Örneğin "X bölümündekiler tembel" gibi düşünmek. Bu soruda böyle bir yargı yoktur.
- E) **Kalıp yargı tehdidi**: Bireyin ait olduğu gruba yönelik olumsuz bir yargı nedeniyle **performansının düşmesidir**. Örneğin "kızlar matematikte başarısızdır" inancı altında sınava giren bir öğrencinin kaygı yaşaması. Bu soruda performans düşüşü yoktur.

Cevap: A

3. **Heider'in bilişsel denge kuramı**, bireylerin kişiler arası ilişkilerinde **tutarlılık ve uyum aradığını** savunur. İnsanlar, sevdikleri ve sevmedikleri kişiler arasında **mantıksal bir denge kurmak ister**. Bu denge bozulduğunda bireyde **psikolojik rahatsızlık (gerilim)** oluşur ve kişi bu durumu düzeltmeye çalışır.

Kuram **P-O-X modeli** ile açıklanır: **P (kişi)**, **O (diğer kişi)** ve **X (üçüncü kişi ya da nesne)** arasındaki ilişkiler **olumlu (+)** ya da **olumsuz (-)** olarak değerlendirilir. Temel ilke şudur: **İlişkilerin çarpımı pozitif ise denge, negatif ise dengesizlik vardır**.

Dengeli durumlarda birey rahat hissedebilir. Örneğin bir kişinin sevdiği biriyle aynı kişiyi sevmesi ya da sevmediği biriyle aynı kişiyi sevmemesi denge oluşturur. Dengesiz durumlarda ise çelişki ortaya çıkar. Örneğin bir kişinin sevdiği birinin, kendisinin sevmediği birini sevmesi bireyde gerilim yaratır.

Birey bu dengesizliği gidermek için genellikle üç yoldan birini seçer: tutumunu değiştirir, kişiler arası ilişkisini değiştirir ya da durumu yeniden yorumlar.

Soruda Ali, Ahmet'i **seviyor (+)**, Ahmet Murat'ı **seviyor (+)**, Ali ise Murat'ı **sevmiyor (-)**. Bu durumda yapı **(+)(+)(-)** olur ve sonuç **negatif**, yani **dengesizdir**. Ali'nin sevdiği bir kişinin sevdiği kişiyi sevmemesi kurama göre uyumsuzluk yaratır.

Cevap: B

4. Selin'in, aynı görüşte olduğu öğretmeni **sevmesi (+)** ve öğretmenin sevdiği öğrencilerden de **hoşlanması (+)**, üçlü ilişkide tüm bağların **olumlu ve tutarlı olması** ile ilgilidir. Heider'in bilişsel denge kuramına göre birey, sevdiği bir kişinin sevdiği kişileri de sevdiğinde yapı **uyumlu ve dengelidir**. Bu durumda ilişkiler **(+)(+)(+)** biçimindedir ve bireyde herhangi bir psikolojik gerilim oluşmaz.

Cevap: B

5. Başlangıçta **küçük ve marjinal bir grubun (hippiler)**, ana akım kültüre aykırı fikirler savunmasına rağmen zamanla **geniş kitleleri etkilemesi ve bu değerlerin yaygınlaşması**, az sayıda bireyin tutarlı duruşuyla çoğunluğun düşüncelerini değiştirmesi ile ilgilidir. Bu durum **azınlık etkisidir**. **Azınlık etkisi**, sayıca az olan bir grubun, **tutarlı, kararlı ve istikrarlı duruşuyla çoğunluğun tutum ve inançlarını zamanla değiştirmesidir**. Hippie hareketinin başlangıçta dışlanıp sonrasında yaygınlaşması bu kavramın tipik örneğidir. Cevap C seçeneğidir.

- A) **Bilgiye dayalı grup kutuplaşması**: Grup tartışmaları sonucunda görüşlerin daha uç noktalara kaymasıdır. Bu olayda tartışma sonucu uçlaşma değil, **azınlığın çoğunluğu etkilemesi** vardır.
- B) **Normatif sosyal etki**: Bireyin kabul görmek için çoğunluğa uymasısıdır. Burada çoğunluğa uyum değil, **çoğunluğun azınlıktan etkilenmesi** söz konusudur.
- D) **Bireysel direnç mekanizması**: Bireyin ikna girişimlerine karşı direnç geliştirmesidir. Bu olayda bireysel direnç değil, **toplumsal etkilere süreci** vardır.
- E) **Sosyal kolaylaştırma**: Başkalarının varlığının performansı etkilemesidir. Bu durum performansla ilgili değildir.

Cevap: C

6. Zeynep'in, önemli bir sınava geç kalmayı göze alarak kaza geçiren çocuğa yardım etmesi, herhangi bir çıkar, ödül ya da beklenti olmadan sadece **başkasının yararını gözetmesi** ile ilgilidir. Bu durum **özgeci davranıştır**. **Özgeci davranış**, bireyin kendi çıkarını bilinçli olarak geri plana atarak, **karşılık beklemeden başkasına yardım etmesidir**. Bu tür davranışlarda temel ölçüt **niyettir** ve kişi yalnızca yardım etmiş olmanın verdiği doyumla hareket eder. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Sude**, kalabalık bir caddede fenalaşan yaşlı bir kadına yardım eder ve bunu sosyal medyada paylaşarak takipçi kazanır. Bu davranış özgeci değildir çünkü **yardımanın ardından elde edilen bir ödül (takipçi)** söz konusudur.
- B) **Emre**, trafik kazası geçiren birine yardım eder çünkü insanların saygı duyacağını düşünür. Bu davranış özgeci değildir çünkü **toplumsal onay beklentisi** vardır.
- C) **Mert**, komşusuna yardım eder çünkü ileride kendisinin de yardıma ihtiyacı olabileceğini düşünür. Bu davranış özgeci değildir çünkü **karşılık bekleme düşüncesi** vardır.
- D) **Deniz**, yaşlı bakım merkezinde gönüllü çalışır çünkü bunu CV'sine yazmak ister. Bu davranış özgeci değildir çünkü **kişisel çıkar amacı** vardır.

Cevap: E

7. Bir toplumda insanların çoğunluğun giyim tarzına uygun şekilde giyinmesi ve buna uymayanlara karşı olumsuz tepkiler verilmesi, birey davranışlarını yönlendiren **toplumsal kurallar ve beklentiler** ile ilgilidir. Bu durum **normlar ile açıklanır**. **Normlar**, toplumda hangi davranışların uygun ya da uygun olmadığını belirleyen, bireylerin uyması beklenen **yazılı olmayan kurallardır**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.
- A) **Roller**, bireyin sahip olduğu statüye bağlı olarak üstlenmesi beklenen davranışlardır. Bu soruda belirli bir rol değil, **genel davranış kuralı** vardır.
- C) **Öğrenilmiş çaresizlik**, bireyin tekrar eden başarısızlıklar sonucunda kontrol duygusunu kaybetmesidir. Bu soruyla ilgili değildir.

- D) **Ayna benlik**, bireyin kendini başkalarının onu nasıl gördüğüne göre değerlendirmesidir. Bu soruda benlik algısı değil, **davranışı düzenleyen toplumsal kural** vardır.
- E) **Yansıtılmış benlik**, bireyin kendine ilişkin algısını başkalarının tepkilerine göre oluşturmaktadır. Bu da benlik ile ilgilidir.

Cevap: B

8. Öğrencilerin, kendi başarılarını sınıfın büyük bir kısmından daha yüksek görmeleri ve hatta kendilerini en başarılılar arasında değerlendirmeleri, bireylerin kendilerini ortalamaya göre **olduğundan daha iyi görme eğilimi** ile ilgilidir. Bu durum **ortalama üstü etkisidir. Ortalama üstü etkisi**, bireyin kendi yetenek, başarı ya da özelliklerini **gerçek duruma göre abartarak ortalamanın üzerinde değerlendirmesidir**. Sınav sonuçlarının bunu doğrulamaması, bu algının bir **yanılgı** olduğunu gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kendini gerçekleştiren kehanet**, bireyin beklentilerinin davranışlarını etkileyerek o sonucun gerçekleşmesine yol açmasıdır. Bu soruda beklenti sonucu şekillendirme değil, **yanlış öz değerlendirme** vardır.
- C) **Sosyal hızlandırma**, başkalarının varlığının performansı etkilemesidir. Bu soruda performans değil, **algı yanılgısı** vardır.
- D) **Grup kutuplaşması**, grup içinde görüşlerin daha uç noktalara kaymasıdır. Bu soruda grup tartışması değil, **bireysel değerlendirme hatası** vardır.
- E) **Bilişsel uyumsuzluk**, inanç ve davranışlar arasındaki çelişkiden doğan rahatsızlıktır. Bu soruda böyle bir içsel çatışma yoktur.

Cevap: B

9. Muhammed Ali'nin, devletin ve otoritenin baskısına rağmen savaşımayı reddetmesi ve bu kararını **kendi dini, ahlaki ve vicdani değerlerine dayanarak sürdürmesi**, bireyin güçlü bir otoriteye karşı **bilinçli biçimde direnç göstermesi** ile ilgilidir. Bu durum **otoriteye dirençtir. Otoriteye direnç**, bireyin otoritenin beklenti ve baskılarına rağmen, **kendi değer ve inançlarını koruyarak itaat etmemesidir**. Ali'nin ağır yaptırımlara rağmen kararından dönmemesi bu kavramın güçlü bir örneğidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilgiye Dayalı Uyma**, bireyin başkalarını doğru bilgi kaynağı olarak görerek onlara uymasıdır. Bu olayda uyma değil, **karşı çıkma** vardır.
- B) **Grup Düşüncesi**, grup uyumunu korumak için eleştirel düşünmenin bastırılmasıdır. Ali tam tersine **çoğunluğa karşı çıkmaktadır**.
- D) **İçsel Uyum**, bireyin toplumsal normları benimseyerek içselleştirmesidir. Bu soruda normlara uyum değil, **reddetme** vardır.
- E) **Normatif Uyma**, bireyin kabul görmek için gruba uymasıdır. Ali ise **toplumsal baskıya rağmen uyum göstermemektedir**.

Cevap: C

10. Rosa Parks'ın, toplumun baskın normlarına rağmen otobüste yer vermeyi reddetmesi, bireyin **çoğunluğa karşı bilinçli bir direnç göstermesi** ile ilgilidir. Bu davranış aynı zamanda zamanla geniş kitleleri etkileyerek toplumsal değişime yol açtığı için **azınlık etkisini** de içerir. Bu durum **bireysel direnç ve azınlık etkisidir. Azınlık etkisi**, küçük bir grubun ya da bireyin **kararlı ve tutarlı duruşuyla çoğunluğu etkilemesidir**. Rosa Parks'ın eylemi, başlangıçta bireysel bir dirençken, sonrasında toplumsal dönüşümü tetiklemiştir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Normatif uyma**, bireyin kabul görmek için çoğunluğa uymasıdır. Parks tam tersine **çoğunluğa karşı çıkmıştır**.
- B) **Bilgiye dayalı uyma**, bireyin başkalarını doğru bilgi kaynağı olarak görerek onlara uymasıdır. Bu olayda uyma değil, **direnç vardır**.
- C) **Uyma**, genel olarak çoğunluğa uygun davranma sürecidir. Bu soruda uyma söz konusu değildir.

E) **Sosyal kaytarma**, grup içinde bireysel çabanın azalmasıdır. Bu durumla ilgisi yoktur.

Cevap: D

11. Zübükzade İbrahim'in, kendi olumsuz davranışlarını "sistem böyle, mecburuz" diyerek **dışsal nedenlerle açıklaması**, buna karşılık rakip siyasetçinin benzer davranışlarını "üçkağıtçı" diyerek **kişiliğe bağlaması**, kişinin kendisi ile başkalarını farklı biçimde değerlendirmesi ile ilgilidir. Bu durum **aktör gözlemci hatasıdır**. **Aktör gözlemci hatası**, bireyin kendi davranışlarını **durumsal nedenlerle**, başkalarının davranışlarını ise **kişisel özelliklerle açıklamasıdır**. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

A) **Kendine yontan atf hatası**, bireyin başarıyı kendine, başarısızlığı dış faktörlere yüklemesidir. Bu soruda başarı-başarısızlık değil, **davranışların farklı açıklanması** vardır.

B) **Sosyal etki**, bireylerin birbirlerini etkilemesi sürecidir. Bu soruda özel bir atf hatası söz konusudur.

C) **Temel atf hatası**, başkalarının davranışlarını açıklarken durumsal etkenleri göz ardı edip kişiliğe yükleme yapmaktır. Ancak soruda kişi **kendisi için farklı, başkası için farklı açıklama** yapmaktadır.

D) **Eşsizlik yanılgısı**, bireyin kendini diğerlerinden daha farklı ve özel görmesidir. Bu durumla ilgili değildir.

Cevap: E

12. İnek Şaban'ın, doğru cevap verdiğinde bunu **kendi zekâsına bağlaması (içsel neden)**, başarısız olduğunda ise durumu **öğretmene ve ortama yüklemesi (dışsal neden)**, bireyin olumlu sonuçları kendine, olumsuz sonuçları dış faktörlere atfetmesi ile ilgilidir. Bu durum **kendine yontan atf hatasıdır**. **Kendine yontan atf hatası**, bireyin başarıyı **içsel nedenlere**, başarısızlığı ise **dışsal nedenlere bağlamasıdır**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **Temel atf hatası**, başkalarının davranışlarını açıklarken durumsal etkenleri göz ardı edip kişiliğe yükleme yapmaktır. Bu soruda kişi **kendi davranışını değerlendirmektedir**.

C) **Gözlemci-aktör yanılgısı**, bireyin kendi davranışlarını durumsal, başkalarınınkini kişisel nedenlerle açıklamasıdır. Bu soruda başkaları değil, **aynı kişinin kendi durumları** vardır.

D) **Benlik sunumu**, bireyin başkaları üzerinde olumlu izlenim bırakmaya çalışmasıdır. Bu soruda sistematik bir izlenim yönetimi değil, **atf biçimi** vardır.

E) **Kendini gerçekleştiren kehanet**, bireyin beklentilerinin davranışlarını etkileyerek sonucu şekillendirmesidir. Bu soruda böyle bir süreç yoktur.

Cevap: B

13. Kampanyada ürünün klasik sunumundan farklı olarak şişe üzerinde kişisel isimlerin yer alması ve "markayı değil arkadaşının adını al" gibi bir çağrı yapılması, bireylerin dikkatini çekerek onları alışılmışın dışında bir davranışa yönlendirme ile ilgilidir. Bu durum **sıra dışı istek tekniğidir**. **Sıra dışı istek tekniği**, bireyin alışık olmadığı, dikkat çekici ve farklı bir sunumla karşılaşması sonucunda **ikna olma olasılığının artmasıdır**. Kişisel isim kullanımı, ürüne duygusal ve kişisel anlam yükleyerek bu etkiyi güçlendirmiştir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **Sadece o değil tekniği**, bir teklife ek avantajlar ekleyerek kabulü artırmadır. Bu kampanyada ek avantaj değil, **farklı sunum** vardır.

C) **Önce küçük, sonra büyük rica tekniği**, önce küçük bir isteği kabul ettirip ardından daha büyük bir istekte bulunmaktır. Bu kampanyada böyle aşamalı bir süreç yoktur.

D) **Giderek artan ricalar tekniği**, taleplerin aşamalı olarak büyütülmesidir. Bu durum burada görülmez.

E) **Önce büyük sonra küçük rica tekniği**, önce büyük bir isteğin sunulup ardından daha küçük bir istekle kabulün artırılmasıdır. Bu kampanyada böyle bir strateji yoktur.

Cevap: B

14. Kampanyada bireylere önce **aşırı büyük ve kabul edilmesi zor bir istek (100 kişi için kola alma)** sunulmakta, bu istek reddedildikten sonra **daha küçük ve makul bir teklif (bir kişi için alma)** yapılmaktadır. Bireyler ikinci teklifi daha kabul edilebilir bulup kabul etmektedir. Bu durum **önce büyük sonra küçük rica tekniğidir. Önce büyük sonra küçük rica tekniği**, bireye önce reddedilmesi muhtemel büyük bir istek sunup ardından daha küçük bir istekle **kabul olasılığını artırma** yöntemidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sadece o değil tekniği**, bir teklife ek avantajlar ekleyerek kabulü artırmadır. Bu soruda avantaj ekleme yoktur.
- B) **Sıra dışı istek**, alışılmışın dışında dikkat çekici taleplerle ikna etmektir. Bu soruda dikkat çekicilikten çok **aşamalı talep** vardır.
- C) **Önce küçük, sonra büyük rica tekniği**, önce küçük bir isteğin kabul ettirilip ardından daha büyük bir isteğe geçilmesidir. Bu soruda tam tersi yapılmaktadır.
- D) **Giderek artan ricalar tekniği**, taleplerin kademeli olarak büyütülmesidir. Bu soruda ise büyükten küçüğe geçiş vardır.

Cevap: E

15. Reklamda ürün önce temel işleviyle (bulaşık yıkama) tanıtılmakta, ardından buna ek olarak **düşük su tüketimi, enerji verimliliği ve otomatik deterjan dozlama gibi ekstra özellikler** vurgulanmaktadır. Bu durum, sunulan teklife ek avantajlar ekleyerek ürünü daha cazip hâle getirme ile ilgilidir. Bu nedenle kullanılan strateji **sadece o değil tekniğidir. Sadece o değil tekniği**, bireye sunulan bir ürüne ya da teklife **ek özellikler/avantajlar ekleyerek kabul etme olasılığını artırma** yöntemidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Sıra dışı istek**, alışılmışın dışında dikkat çekici taleplerle ikna etmektir. Bu reklamda sıra dışı bir talep yoktur.
- C) **Önce küçük, sonra büyük rica tekniği**, önce küçük bir isteğin kabul ettirilip ardından daha büyük bir isteğe geçilmesidir. Bu reklamda **aşamalı rica** yoktur.

D) **Giderek artan ricalar tekniği**, taleplerin kademeli olarak artırılmasıdır. Bu reklamda talep değil, **ürün özellikleri sunulmaktadır.**

E) **Önce büyük sonra küçük rica tekniği**, önce büyük bir isteğin sunulup ardından daha küçük bir istekle kabulün artırılmasıdır. Bu durum burada yoktur.

Cevap: A

1. Kampanyada kullanıcılara önce **küçük ve kolay kabul edilebilir bir teklif (ücretsiz 1 GB internet)** sunulmakta, ardından bu kabulün üzerine **daha büyük bir teklif (ücretli 10 GB paket)** getirilmektedir. Kullanıcılar ilk teklifi kabul ettikleri için ikinci teklife de daha yatkın hâle gelmektedir. Bu durum **önce küçük, sonra büyük rica tekniği**dir. **Önce küçük, sonra büyük rica tekniği**, bireye önce küçük bir isteği kabul ettirip ardından daha büyük bir istekte bulunarak **kabul olasılığını artırma** yöntemidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sadece o değil tekniği**, teklife ek avantajlar ekleyerek kabulü artırmadır. Bu soruda avantaj ekleme değil, **aşamalı istek** vardır.
- B) **Sıra dışı istek**, alışılmışın dışında dikkat çeken taleplerle ikna etmektir. Bu soruda böyle bir durum yoktur.
- C) **Giderek artan ricalar tekniği**, taleplerin kademeli olarak artırılmasıdır. Bu seçenek yakın görünse de burada belirgin olarak **ilk küçük kabul üzerine büyük teklif** vardır.
- D) **Önce büyük sonra küçük rica tekniği**, önce büyük bir isteğin sunulup ardından daha küçük bir istekle kabulün artırılmasıdır. Bu soruda tam tersi söz konusudur.

Cevap: E

2. Bu soruda, Zeynep'in yaptığı şey **kendi görüşünü destekleyen bilimsel veriler ve içeriklerle tutumunu güçlendirmesi ve bu sayede karşı görüşleri kolayca çürütebilmesidir**. Bu durum destekleyici savunma olarak adlandırılır. **Destekleyici savunma**, bireyin mevcut tutumunu destekleyen bilgilerle bu tutumu pekiştirmesi ve ikna girişimlerine karşı daha dirençli hâle gelmesidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Tepkisellik**: Bireyin özgürlüğünün tehdit edildiğini hissettiğinde karşıt yönde tepki vermesidir. Örnek: Bir öğrenciye sürekli "bu bölümü seçmelisin" diye baskı yapılması sonucu öğrencinin özellikle başka bir bölümü tercih etmesi. Bu soruda böyle bir baskı yoktur.
- B) **Aşılama**: Bireye karşıt görüşlerin zayıf örnekleri verilerek bunları çürütmesi sağlanır. Örnek: Sigaranın zararlarını savunan bir kişiye, "bazı insanlar içiyor ama bir şey olmuyor" gibi yaygın ama zayıf bir karşı görüşün sunulup bunun neden geçerli olmadığı üzerinde durulması. Bu soruda böyle bir karşı argümanla

hazırlama yoktur.

- D) **Ön uyarı**: Bireyin ikna edilmeye çalışıldığını önceden fark etmesiyle savunmaya geçmesidir. Örnek: Bir ürünün reklamı olduğunu anlayan kişinin verilen mesajlara daha eleştirel yaklaşması. Bu soruda böyle bir farkındalık yoktur.
- E) **Bilişsel çelişki azaltımı**: Bireyin tutum ve davranışları arasındaki uyumsuzluğu azaltmasıdır. Örnek: Sağlıksız olduğunu bildiği hâlde abur cubur yiyen birinin "zaten bugün çok yordum" diyerek bunu gerekçelendirmesi. Bu soruda çelişki değil, tutumun güçlenmesi vardır.

Cevap: C

3. Bu soruda, Merih'in yaptığı şey **baskıcı ve zorlayıcı mesajlar karşısında özgürlüğünün kısıtlandığını hissedip ters yönde davranarak sigara içmeye devam etmesidir**. Bu durum tepkisellik olarak adlandırılır. **Tepkisellik**, bireyin seçim özgürlüğü tehdit edildiğinde buna karşı çıkarak tam tersini yapma eğilimidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Aşılama**: Bireye zayıf karşıt görüşler verilerek bunları çürütmesi sağlanır. Örnek: Sigaranın zararlarını savunan birine, "bazı insanlar içiyor ama zarar görmüyor" gibi zayıf bir karşı görüş sunulup bunun geçersizliği gösterilir. Bu soruda böyle bir hazırlama yoktur.
- C) **Destekleyici savunma**: Bireyin kendi görüşünü destekleyen bilgilerle tutumunu güçlendirmesidir. Örnek: Sigaranın zararlı olduğunu düşünen birinin bu görüşünü destekleyen belgeler izleyerek daha da kesinleşmesi. Bu soruda ise destekleme değil, tepki vardır.
- D) **Ön uyarı**: Bireyin ikna edilmeye çalışıldığını önceden fark etmesiyle daha dirençli hâle gelmesidir. Örnek: Bir reklam olduğunu anlayan kişinin mesajlara daha şüpheyle yaklaşması. Bu soruda farkındalıktan çok baskıya tepki vardır.
- E) **Bilişsel çelişki azaltımı**: Bireyin tutum ve davranışları arasındaki uyumsuzluğu azaltmasıdır. Örnek: Sigara içen birinin "zaten çok stresliyim" diyerek bunu gerekçelendirmesi. Bu soruda gerekçelendirme değil, karşı koyma vardır.

Cevap: A

4. Bu soruda, öğretmenin yaptığı şey **öğrencilere zayıf karşıt argümanlar vererek bu argümanları çürütmelerini sağlamak ve böylece ileride karşılaşacakları daha güçlü ikna girişimlerine karşı direnç kazandırmaktır**. Bu durum aşılama yoluyla savunma olarak adlandırılır. **Aşılama yoluyla savunma**, bireyin karşıt görüşleri önceden tanıyıp çürütmeyi öğrenmesi sayesinde daha güçlü ikna girişimlerine karşı direnç geliştirmesidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Tepkisellik**: Bireyin özgürlüğünün tehdit edildiğini hissettiğinde ters yönde davranmasıdır. Örnek: "Bunu yapmalısın" denildiğinde özellikle yapmamak. Bu soruda özgürlük tehdidine tepki yoktur.
- C) **Destekleyici savunma**: Bireyin kendi görüşünü destekleyen bilgilerle tutumunu güçlendirmesidir. Örnek: GDO'ların zararlı olduğunu düşünen birinin bu görüşünü destekleyen içerikler izleyerek daha da kesinleşmesi. Bu soruda destekleme değil, karşı argümanla hazırlama vardır.
- D) **Ön uyarı**: Bireyin ikna edilmeye çalışılacağını önceden fark etmesiyle daha dirençli hâle gelmesidir. Örnek: Bir reklam olduğunu anlayan kişinin mesajlara daha eleştirel yaklaşması. Bu soruda sadece farkındalık değil, aktif çürütme süreci vardır.
- E) **Bilişsel çelişki azaltımı**: Bireyin tutum ve davranışları arasındaki uyumsuzluğu azaltmasıdır. Örnek: Sağlıksız olduğunu bildiği hâlde abur cubur yiyen birinin bunu gerekçelendirmesi. Bu soruda çelişki yoktur.

Cevap: B

5. Bu soruda, Ayça'nın yaptığı şey **reklamlarda kullanılan ikna teknikleri hakkında önceden bilgilendirilmesi ve "yakında bu tür reklamlara maruz kalacağı" bilgisini edinmesi sonucunda daha temkinli ve eleştirel yaklaşmasıdır**. Burada birey, ikna edilmeye çalışılacağını önceden fark ederek zihinsel olarak savunmaya geçmektedir. Bu durum ön uyarı olarak adlandırılır. **Ön uyarı**, bireyin ikna girişiminin farkında olmasıyla birlikte karşı argüman üretmeye başlaması ve daha dirençli hâle gelmesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Tepkisellik**: Bireyin özgürlüğü tehdit edildiğinde ters yönde davranmasıdır. Örnek: "Bunu almalısın" denildiğinde özellikle almamak. Bu soruda özgürlük tehdidine tepki yoktur.
- B) **Aşılama**: Bireye zayıf karşı argümanlar verilerek bunları çürütmesi sağlanır. Örnek: Bir ürüne yönelik basit karşı iddiaların önceden sunulup neden geçersiz olduğunun gösterilmesi. Bu soruda karşı argümanla hazırlama yoktur.
- C) **Destekleyici savunma**: Bireyin kendi görüşünü destekleyen bilgilerle tutumunu güçlendirmesidir. Örnek: Bir markayı seven kişinin o markayı öven içerikleri izleyerek daha da bağlanması. Bu soruda destekleme değil, bilinçlenme vardır.
- E) **Bilişsel çelişki azaltımı**: Bireyin tutum ve davranış uyumsuzluğunu azaltmasıdır. Örnek: Beğenmediği bir ürünü aldıktan sonra "aslında fena değil" demesi. Bu soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: D

6. Bu soruda, bireyin **otorite konumundaki bir kişinin görüşüne, kendi düşüncesine ters olsa bile uyması** durumu sorulmaktadır. Bu, sosyal psikolojide itaat davranışıyla ilişkilidir ve özellikle otoritenin etkisiyle ortaya çıkar. Doğru seçenekte hem otorite figürü olmalı hem de birey kendi düşüncesine rağmen uyum göstermelidir. Bu koşulları sağlayan ifade **Zeynep'in bölüm başkanına katılmasa da öneriyi uygulamasıdır**. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Yalçın, arkadaşlarının fikrini kendi fikrinden üstün tutar**: Bu durum otoriteye değil, akran etkisine dayalı uyma davranışıdır.
- C) **Canan, grubun ortak kararına karşı çıkar**: Bu uyma değil, karşı koyma davranışıdır.
- D) **Serkan, öğretmenin fikrine rağmen kendi görüşünü savunur**: Bu da uyma değil, bağımsız davranıştır.
- E) **Ayşe, konuyla ilgili herkesin fikrine eşit mesafede yaklaşır**: Bu tarafsızlık durumudur, uyma davranışı değildir.

Cevap: A

7. Bu soruda, **öz güveni yüksek bireyin grup içinde azınlıkta kalsa bile kendi görüşünü savunması ve grup baskısına direnç göstermesi** durumu sorulmaktadır. Bu durumu en iyi yansıtan kişi Tuğçe'dir. Tuğçe, çoğunluk farklı düşünse de kendi görüşünü kararlılıkla ifade ederek grup baskısına boyun eğmemekte ve bağımsız davranmaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Murat:** Herkesin aynı düşündüğünü görünce susarak grup baskısına uyum sağlamaktadır, direnç göstermemektedir.
- C) **Hande:** Grup kararını mantıklı bulmasa da uyum sağlayarak kendi görüşünden vazgeçmektedir.
- D) **Eren:** Kendi fikrinden emin olmasına rağmen çoğunluğa uyarak bağımsızlığını koruyamamaktadır.
- E) **Seda:** Yalnız kalmamak için çoğunluğa katılarak normatif uyma göstermektedir.

Cevap: B

8. Bu soruda, bireyin **uzman olarak gördüğü ya da bilgi sahibi olduğuna inandığı kişinin görüşüne dayanarak tutumunu değiştirmesi** durumu sorulmaktadır. Bu, bilgiye dayalı uyma davranışıdır. Bu durumu en iyi yansıtan kişi Barış'tır. Barış, alanında yetkin bir akademisyenin görüşünü duyunca kendi fikrini gözden geçirerek uzmanlığa dayalı bir uyma göstermektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Esra:** Uzmanlık ya da bilgiye dayalı uyma yoktur, öneriyi reddetmektedir.
- B) **Cem:** Uzman olmayan birine grup baskısıyla uyduğu için bu durum normatif uyma ile ilgilidir.
- C) **Gül:** Uzman görüşünü dikkate almadığı için uyma davranışı yoktur.
- D) **Ferhat:** Kim ne derse desin kararını değiştirmemesi bağımsızlık gösterir, uyma içermez.

Cevap: E

9. Bu soruda, **bireyin grup içinde olsa bile kendi görüşünü koruması ve grup baskısına rağmen bağımsız davranması** durumu sorulmaktadır. Bu durumu en iyi yansıtan kişi Nehir'dir. Nehir, grubun tamamı farklı düşünse de kendi kararını açıkça savunarak bağımsızlığını korumakta ve uyma davranışı göstermemektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Elvan:** Çoğunlukla aynı görüşteymiş gibi davranarak uyum göstermektedir, bağımsızlık yoktur.
- B) **Ozan:** Kendi fikrini bastırarak gruba uymaktadır.
- D) **Kadir:** Katılmasa da uyum sağlayarak grup baskısına boyun eğmektedir.
- E) **Melis:** Dışlanmamak için sessiz kalarak normatif uyma göstermektedir.

Cevap: C

10. Bu soruda, **bireyin gruba aidiyet duygusu nedeniyle dışlanmamak ve kabul görmek için içten katılmasa bile grup normuna uyması** durumu sorulmaktadır. Bu durumu en iyi yansıtan kişi Ahmet'tir. Ahmet, çok değer verdiği arkadaş grubunda yalnız kalmamak için fikir değiştirerek normatif uyma göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Berk:** Grup baskısına rağmen kendi görüşünü savunarak bağımsız davranmaktadır.
- B) **Ayla:** Grubun fikrini reddedip ortamdaki ayrılmaktadır, uyma yoktur.
- C) **Sinan:** Grup değerlerine karşı çıkararak tartışma başlatmaktadır, uyum göstermemektedir.
- E) **Yağmur:** Çoğunluktan farklı düşündüğü için gruptan ayrılmaktadır, bu da uyma değildir.

Cevap: D

11. Bu soruda, **grupta aynı görüşü paylaşan kişi sayısı arttıkça bireyin çoğunluğa uyma eğiliminin artması** durumu sorulmaktadır. Yani birey, kalabalık bir çoğunluğun etkisiyle kendi fikrinden vazgeçerek uyum göstermektedir. Bu durumu en iyi yansıtan kişi Elif'tir. Elif, sınıfın neredeyse tamamının desteklediği fikre sessizce katılarak çoğunluk etkisiyle uyma davranışı göstermektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Sude:** Çoğunluğa rağmen kendi fikrini koruyarak bağımsız davranmaktadır.
- B) **Can:** Herkes susarken itiraz ederek çoğunluğa karşı çıkmaktadır.
- D) **Mert:** Çoğunluğa katılmayarak eleştirel ve bağımsız davranmaktadır.
- E) **Derya:** Kalabalığın düşüncesini eleştirerek uyum göstermemektedir.

Cevap: C

12. Bu soruda, Selin'in arkadaşının davranışını **bilinçli, isteyerek ve toplumsal beklentilere aykırı şekilde yaptığına inanarak onun kişiliğine (kibirli, kötü niyetli) yönelik çıkarımda bulunması** durumu sorulmaktadır. Bu, davranıştan hareketle bireyin içsel özelliklerine yönelik çıkarım yapmayı açıklayan **Jones ve Davis'in uyuşan çıkarsamalar kuramı** ile örtüşür. Bu kurama göre özellikle **isteyerek yapılan ve toplumsal normlara aykırı davranışlar**, kişinin karakteri hakkında güçlü çıkarımlar yapılmasına yol açar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Weiner'in başarı atf kuramı:** Başarı ve başarısızlığın nedenlerini (içsel-dışsal, kontrol edilebilirlik vb.) açıklar. Bu soruda başarıya ilişkin bir durum yoktur.
- B) **Kelley'nin kovaryasyon modeli:** Davranışı; tutarlılık, ayırt edicilik ve uzlaşma bilgilerine göre açıklar. Soruda bu tür karşılaştırmalı bilgi yoktur.
- D) **Heider'in bilişsel denge kuramı:** Kişiler arası tutumların dengede olmasını açıklar. Bu soruda denge ilişkisi yoktur.
- E) **Festinger'in bilişsel çelişki kuramı:** Tutum ve davranış arasındaki uyumsuzluğu azaltmayı açıklar. Bu soruda çelişki değil, kişilik çıkarımı vardır.

Cevap: C

13. Bu soruda, Mükerrerem'in şaşkınlığı **Cem'in beklenen performansının dışına çıkması ve bu durumu açıklamaya çalışması** ile ilgilidir. Bu tür durumlar, bireyin bir davranışın nedenini anlamak için farklı bilgi kaynaklarını birlikte değerlendirdiği **Kelley'nin Kovaryasyon Modeli** ile açıklanır. **Kovaryasyon modeli**, bir davranışın nedenini belirlerken üç tür bilgiye bakar: **tutarlılık (kişinin aynı durumda benzer davranışı gösterip göstermemesi), uzlaşma (başkalarının aynı durumda nasıl davrandığı) ve ayırt edicilik (kişinin bu davranışı sadece bu duruma mı özgü yaptığı).** Soruda, Cem'in genelde başarılı olması (yüksek tutarlılık beklentisi) ve diğer öğrencilerin yüksek not alması (yüksek uzlaşma) bu düşük notun dikkat çekici ve açıklanması gereken bir durum olduğunu gösterir. Bu nedenle Mükerrerem'in şaşkınlığı kovaryasyon modelinin öngördüğü atf süreciyle örtüşür. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Heider'in bilişsel denge kuramı:** Kişiler arası ilişkilerde tutumların dengede olmasını açıklar, burada performans analizi vardır.
- C) **Festinger'in bilişsel çelişki kuramı:** Tutum ve davranış uyumsuzluğunu açıklar, bu soruda çelişki değil açıklama arayışı vardır.
- D) **Bem'in öz-ayırt kuramı:** Bireyin kendi davranışından hareketle tutum geliştirmesini açıklar, burada başkası değerlendirilmektedir.
- E) **Weiner'in başarı atf modeli:** Başarı ve başarısızlığın nedenlerini sınıflandırır, ancak burada temel vurgu atf türlerinden çok bilgiye dayalı değerlendirme sürecidir.

Cevap: B

14. Bu soruda, insanların **başkalarının davranışlarının nedenlerini anlamaya çalışması ve bu davranışları içsel (kişilik, niyet) ya da dışsal (durum, şans) faktörlere bağlaması** durumu sorulmaktadır. Ayrıca bireylerin gündelik yaşamda "amatör psikologlar gibi" davranarak sürekli atf yapması vurgulanmıştır. Bu özellikler, Heider'in naif psikoloji kuramına aittir. **Heider'in naif psikoloji kuramı**, insanların sosyal dünyayı anlamlandırmak için davranışların nedenlerini açıklamaya çalıştığını ve bu açıklamaları içsel-dışsal atıflar üzerinden yaptığını savunur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Heider'in bilişsel denge kuramı:** Kişiler arası ilişkilerde tutumların dengede olmasını açıklar, atıf sürecine odaklanmaz.
- B) **Festinger'in bilişsel çelişki kuramı:** Tutum ve davranış uyumsuzluğunu azaltma sürecini açıklar.
- D) **Kelley'in kovaryasyon modeli:** Davranışın nedenini belirlerken tutarlılık, uzlaşma ve ayırt edicilik bilgilerini kullanır; daha sistematik bir atıf modelidir.
- E) **Bem'in öz-ayırt kuramı:** Bireyin kendi davranışlarından hareketle tutum geliştirmesini açıklar.

Cevap: C

15. Bu soruda, Berat'ın yaşadığı durum **sonuç ortaya çıktıktan sonra geçmişteki tutumunu yeniden yorumlaması** ile ilgilidir. Bölümden mutsuz olduktan sonra "zaten böyle olacağı belliydi, o kadar da istememiştim" demesi, olayın sonucunu öğrendikten sonra geçmişi sanki baştan beri böyleymiş gibi değerlendirmesidir. Bu durum geçmişi değerlendirme yanlılığı olarak adlandırılır. **Geçmişi değerlendirme yanlılığı**, bireyin bir olayın sonucunu öğrendikten sonra, geçmişteki düşünce ve öngörülerini çarpıtarak hatırlamasıdır. Olayın sonucu öğrenildikten sonra, olayın gidişatı da sanki bu sonucu zorunlu olarak doğuruyormuş gibi görünür. Bu da kişinin, sonucu önceden sezdiği yanılışına kapılmasına neden olur. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Kalıpyargı tehdidi:** Bireyin ait olduğu gruba yönelik olumsuz bir yargı nedeniyle performansının düşmesidir. Örnek: "Kadınlar matematikte başarısızdır" inancını bilen bir öğrencinin sınavda kaygılanıp düşük performans göstermesi.
- B) **Saydamlık yanılması:** Bireyin kendi duygu ve düşüncelerinin başkaları tarafından kolayca anlaşıldığını sanmasıdır. Örnek: Sunum yaparken heyecanlandığını herkesin fark ettiğini düşünmek.
- C) **Bağışıklık bilgisizliği:** Bireyin gelecekte yaşayacağı duygusal tepkileri olduğundan farklı tahmin etmesidir. Örnek: Bir sınavı kazanamazsa "çok uzun süre toparlanamam" diye düşünmek ama kısa sürede normale dönmek.

- D) **Sahne ışığı etkisi:** Bireyin başkalarının kendisine olduğundan fazla dikkat ettiğini düşüncesidir. Örnek: Üzerine kahve döken birinin herkesin bunu fark ettiğini sanması.

Cevap: E

1. Bu soruda ölçülen kavram, bireyin **gelecekte yaşayacağı duygusal tepkileri olduğundan daha yoğun ve uzun süreli öngörmesi** ile ilgilidir. Ayşenur'un, sınavda başarısız olursa "çok büyük bir yıkım yaşayacağını" ve "uzun süre toparlanamayacağını" düşünmesi; buna rağmen Defne'nin benzer bir durumu kısa sürede atlattığını belirtmesine karşın bu inancı sürdürmesi, bireyin kendi psikolojik dayanıklılığını ve uyum sağlama kapasitesini göz ardı ettiğini gösterir. Bu durum **bağışıklık bilgisizliği** olarak adlandırılır. Birey, olumsuz bir olay sonrası devreye girecek başa çıkma, alışma ve yeniden anlamlandırma süreçlerini hesaba katmaz ve duygusal etkinin süresini abartır. Nitekim bir kişinin "işten çıkarılırsam aylarca kendime gelemem" diye düşünmesi, ancak gerçekte birkaç hafta içinde yeni koşullara uyum sağlayabilmesi bu yanlışlığa tipik bir örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Saydamlık yanılsaması: Bireyin kendi duygular ve düşüncelerinin başkaları tarafından kolayca anlaşıldığını sanmasıdır. Örnek: Sunum yapan bir öğrencinin, heyecanını herkesin fark ettiğini düşünmesi.

C) Temel atfı hatası: Başkalarının davranışlarını kişilik özelliklerine, kendi davranışlarını ise durumsal etkenlere bağlama eğilimidir. Örnek: Bir arkadaşının düşük not almasını "yetersiz biri" diye açıklarken, kendi düşük notunu "sınav çok zordu" şeklinde açıklamak.

D) Geçmiş değerlendirme yanlışlığı: Olayın sonucunu öğrendikten sonra geçmişteki düşünceleri çarpıtarak "zaten böyle olacağı belliydi" şeklinde hatırlamadır. Örnek: Bir maç bittikten sonra "bu takımın kazanacağı baştan belliydi" demek.

E) Sahne ışığı etkisi: Bireyin başkalarının kendisine olduğundan fazla dikkat ettiğini düşünmesidir. Örnek: Üzerine içecek döken birinin, herkesin ona baktığını sanması; oysa çoğu kişi bunu fark etmez.

Cevap: A

2. Bu soruda ölçülen kavram, bireyin **kendi içsel yaşantılarının (duygu, düşünce, fizyolojik tepkiler) başkaları tarafından ne ölçüde fark edildiğini yanlış değerlendirmesi** ile ilgilidir. Başak'ın sunum sırasında kalp çarpıntısı, terleme ve ses titremesi yaşaması tamamen içsel bir deneyimdir; ancak sunum sonrasında herkesin onun ne kadar gergin olduğunu fark ettiğini düşünmesi, buna karşın çevresindekilerin onu oldukça rahat görmesi bu çarpıtmayı açıkça gösterir. Bu durum **saydamlık yanılsaması** olarak adlandırılır. Birey, kendi içsel durumunun dışarıdan da aynı açıklıkla görülebildiğini varsayar. Örneğin bir kişi sunum yaparken "ellerim titriyor, kesin herkes fark ediyor" diye düşünür; oysa izleyiciler bunu çoğu zaman fark etmez bile. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Aktör-gözlemci yanlışlığı: Bireyin kendi davranışlarını durumsal, başkalarının davranışlarını ise kişisel özelliklerle açıklama eğilimidir. Örnek: Kendi geç kalmasını "trafik vardı" diye açıklarken, başkasının geç kalmasını "sorum-suz biri" diye değerlendirmek.

B) Aşırı genelleme: Tek bir olumsuz deneyimden yola çıkarak geniş ve genelleyleyici sonuçlara varmaktır. Örnek: Bir sınavdan düşük not alan bir öğrencinin "ben zaten hiçbir derste başarılı olamam" demesi.

D) Ayna benlik algısı: Bireyin kendisini, başkalarının kendisi hakkındaki değerlendirmelerini yansıtarak algılamasıdır. Örnek: Arkadaşlarının onu zeki bulduğunu düşünen birinin kendini gerçekten zeki olarak görmeye başlaması.

E) Gözlemci ön yargısı: Gözlem yapan kişinin kendi beklenti ve inançlarının, değerlendirmelerini etkilemesidir. Örnek: Bir öğretmenin, başarılı olduğunu düşündüğü öğrencilerin performansını daha olumlu değerlendirmesi.

Cevap: C

3. Emir'in, arkadaşlarının ona bakıp fısıldaştığını görünce herkesin kazaktaki lekeyi fark ettiğini düşünmesi ve gün boyunca herkesin onu izlediğine, hakkında konuştuğuna inanması; sosyal ortamda dikkat odağı olma algısını abarttığını gösterir. Yüzünün kızardığını hissettiğinde bunun herkes tarafından fark edildiğinden emin olması da bu durumu pekiştirir. Bu durum **sahne ışığı etkisi** olarak adlandırılır. Birey, sanki bir sahnedeymiş gibi herkesin dikkatinin kendi üzerinde olduğunu varsayar. Örneğin bir kişi tişörtünde küçük bir leke olduğunda, herkesin bunu fark edip kendisine baktığını düşünür; oysa çoğu insan bunu ya fark etmez ya da önemsemez. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Saydamlık yanılsaması:** Bireyin kendi duygu ve içsel durumlarının başkaları tarafından kolayca anlaşıldığını sanmasıdır. Örnek: Sunum yapan bir öğrencinin heyecanının herkes tarafından fark edildiğini düşünmesi.
- B) **Kendine yontma yanlılığı:** Başarıları içsel nedenlere, başarısızlıkları dışsal nedenlere bağlama eğilimidir. Örnek: Yüksek not alınca "zekiyim", düşük not alınca "sınav çok zordu" demek.
- C) **Temel atf hatası:** Başkalarının davranışlarını onların kişilik özellikleriyle açıklama eğilimidir. Örnek: Birinin geç kalmasını "sorumsuz biri" diye yorumlamak.
- D) **Yanlış görüş birliği etkisi:** Bireyin kendi düşüncelerinin çoğu kişi tarafından paylaşıldığını sanmasıdır. Örnek: Kendi tuttuğu takımın herkes tarafından desteklendiğini düşünmek.

Cevap: E

4. Annenin, çocuğunun olumlu davranışlarını kendisiyle ilişkilendirmesi ("bana çekmiş") ancak olumsuz davranışlarını dışsal bir kaynağa atfetmesi ("kime çekmiş bilmiyorum") başarıyı içsel, başarısızlığı ise dışsal nedenlerle açıklama eğilimini gösterir. Bu durum **kendine yontan atf hatası** olarak adlandırılır. Birey, benlik saygısını korumak için olumlu sonuçları kendine mal ederken olumsuz sonuçlardan uzaklaşır. Örneğin bir öğrenci yüksek not aldığı anda "çok çalıştım" derken, düşük not aldığı anda "sınav çok zordu" diyerek durumu dışsal nedenlere bağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İçsel saplanma:** Bireyin belirli bir gelişim dönemine ya da davranış örüntüsüne takılı kalmasıdır. Örnek: Yetişkin birinin aşırı bağımlı davranışlar sergilemesi.
- C) **İçsel bastırma:** Kabul edilemeyen duygu ve düşüncelerin bilinç dışına itilmesidir. Örnek: Kişinin yaşadığı öfkeyi fark etmeyip tamamen bastırması.
- D) **İçsel atf:** Davranışların nedenini bireyin kişilik özellikleriyle açıklamadır. Örnek: Başarılı bir öğrenciyi "zeki biri" olarak değerlendirmek.
- E) **Temel atf hatası:** Başkalarının davranışlarını kişisel özelliklerle açıklama eğilimidir. Örnek: Birinin başarısızlığını "yetersiz biri" olarak yorumlamak.

Cevap: B

5. Ayşe'nin kilo aldığını düşünüp yediklerine dikkat etmesi gerektiğine inanmasına rağmen pastane gördüğünde kendini durduramayıp pasta ve börek alması; yani "sağlıklı beslenmeliyim" düşüncesi ile "sağlıksız yiyecek tüketme" davranışının birbiriyle çelişmesi ve bu durumdan rahatsızlık duyması, bireyin iki zıt biliş arasında kalmasına işaret eder. Bu durum **bilişsel çelişki** olarak adlandırılır. **Bilişsel çelişki**, birey tutumu ile davranışı arasında uyumsuzluk yaşadığında ortaya çıkan psikolojik gerilim durumudur ve kişi bu rahatsızlığı azaltmaya çalışır. Örneğin sigaranın zararlı olduğunu bilen birinin sigara içmeye devam etmesi ve bundan dolayı huzursuzluk yaşaması da aynı duruma örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Şema tutarsızlığı:** Bireyin mevcut zihinsel şemalarıyla uyuşmayan bir durumla karşılaşmasıdır. Örnek: "Tüm öğrenciler sessizdir" inancına sahip birinin çok hareketli bir sınıfla karşılaşması.
- B) **Temel atf hatası:** Başkalarının davranışlarını kişisel özelliklerle açıklama eğilimidir. Örnek: Birinin başarısızlığını "yetersiz biri" olarak değerlendirmek.
- D) **Tutumsal zayıflık:** Bireyin tutumunun güçlü olmaması ve kolayca değişebilmesidir. Örnek: Bir ürün hakkında net fikri olmayan birinin reklamlardan etkilenecek görüşünü değiştirmesi.

E) **Kendine yontan yanlılık:** Başarıları kendine, başarısızlıkları dışsal nedenlere bağlama eğilimidir. Örnek: Sınavdan yüksek not alınca “çok çalıştım”, düşük alınca “sınav zordu” demek.

Cevap: C

6. Deneyde, **tek başına** anket dolduranların %70'inin yardım etmesi, buna karşılık **grup hâlinde** olanlarda bu oranın %40'a düşmesi; birey sayısı arttıkça yardım etme olasılığının azaldığını göstermektedir. Yani kişi yalnızken sorumluluğu tamamen kendisi hissederken, grup içindeyken “nasıl olsa biri yardım eder” düşüncesiyle sorumluluğu başkalarına yayar. Bu durum **seyirci etkisi** olarak adlandırılır. **Seyirci etkisi**, bir olay karşısında yardım etme davranışının, ortamda bulunan kişi sayısı arttıkça azalmasıdır. Örneğin kalabalık bir ortamda birinin yere düştüğünü gören bireylerin, başkalarının da orada olması nedeniyle müdahale etmemesi bu duruma tipik bir örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Aktör-gözlemci yanlılığı:** Bireyin kendi davranışlarını **durumsal**, başkalarının davranışlarını ise **kişisel özelliklerle** açıklama eğilimidir. Örnek: Kendi başarısızlığını “şartlar zordu” diye açıklarken, başkasının başarısızlığını “yetersiz biri” olarak değerlendirmek.

C) **Temel atıf hatası:** Başkalarının davranışlarını **içsel özelliklere** bağlama eğilimidir. Örnek: Birinin geç kalmasını “sorumusuz biri” diye yorumlamak.

D) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda bireylerin başlangıçtaki görüşlerinin **daha uç noktalara kaymasıdır**. Örnek: Bir konuda kararsız olan bireylerin grup tartışması sonrası daha keskin bir görüş benimsemesi.

E) **Zıtlştırma etkisi:** Bir uyarıcının, kendisinden önce gelen uyarıcıyla **zıtlık oluşturacak şekilde algılanmasıdır**. Örnek: Çok zor bir sorudan sonra gelen orta zorluktaki sorunun kolay algılanması.

Cevap: A

7. Eski hükümlülerin bir şirkette çalışmaya başladıklarında çalışma huzurunu bozacaklarına inanmak, bir gruba yönelik **genelleyici ve peşin hüküm içeren bir değerlendirme** yapıldığını gösterir. Bireyler, bu kişileri tanımadan, sadece ait oldukları gruba bakarak olumsuz bir yargıya varmaktadır. Bu durum **ön yargı** olarak adlandırılır. **Ön yargı**, bir gruba yönelik yeterli bilgiye dayanmadan, önceden oluşturulmuş olumlu ya da olumsuz tutum ve inançlardır. Örneğin bir işverenin, “gençler sorumsuzdur” diyerek adayları değerlendirmeden elemesi de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Grup birliği:** Grup üyeleri arasındaki bağlılık ve dayanışma düzeyidir. Örnek: Bir takımın üyelerinin birbirine destek olarak ortak hedef doğrultusunda hareket etmesi.

B) **Mobbing:** İş ortamında bir kişiye yönelik sistematik psikolojik baskı ve yıldırma davranışlarıdır. Örnek: Bir çalışanın sürekli küçümsenmesi ve dışlanması.

C) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda bireylerin görüşlerinin daha uç noktalara kaymasıdır. Örnek: Kararsız bir grubun tartışma sonrası çok daha keskin bir karar alması.

E) **Düşmanlık:** Bir kişi ya da gruba karşı açık ve yoğun olumsuz duygular besleme durumudur. Örnek: Bir gruba karşı nefret söylemlerinde bulunmak.

Cevap: D

8. “Bütün İtalyanlar neşelidir” ya da “bütün kadınlar kötü sürücüdür” gibi ifadeler, bir gruba ait tüm bireyleri **tek tip özelliklerle genelleyerek değerlendirme** içerir. Bu tür genellemeler, bireyleri tek tek tanımadan, ait oldukları gruba bakarak özellik atfetmeyi ifade eder. Bu durum **kalıp yargı** kavramına karşılık gelir. **Kalıp yargı**, belirli bir gruba ilişkin özelliklerin tüm üyelere aynen atfedilmesidir. Örneğin “tüm mühendisler içine kapanıktır” gibi bir genelleme yapmak da aynı duruma örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Mobbing:** İş ortamında bir kişiye yönelik sistematik baskı ve yıldırma davranışlarıdır. Örnek: Bir çalışanın sürekli küçümsenmesi ve dışlanması.

- C) **Düşmanlık:** Bir kişi ya da gruba karşı **yoğun olumsuz duygular (öfke, nefret)** besleme durumudur. Örnek: Bir gruba yönelik hakaret ve nefret söylemlerinde bulunmak.
- D) **İç grup kayırmacılığı:** Bireyin kendi grubunu **diğer gruplara göre daha olumlu değerlendirmesi ve avantaj sağlamasıdır.** Örnek: Kendi okulundan mezun olan adaylara öncelik tanımak.
- E) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda bireylerin görüşlerinin **daha uç noktalara kaymasıdır.** Örnek: Başta kararsız olan bir grubun tartışma sonrası çok daha keskin bir tutum benimsemesi.

Cevap: A

9. **Sosyal kaytarma,** bireyin **grup içinde çalışırken bireysel çabasını azaltması** durumudur. Kişi, katkısının fark edilmeyeceğini düşündüğünde ya da sorumluluğun dağıldığını hissettiğinde daha az çaba gösterir.

Bireyin sarf ettiği **kişisel eforun gözleneceğini bilmesi**, yaptığı katkının görünür olmasını sağlar ve sorumluluk hissini artırır. Bu durumda birey daha fazla çaba gösterir ve sosyal kaytarma azalır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Bireyin yapacağı işi sıkıcı bulması:** İşe yönelik motivasyon düşer ve birey daha az çaba gösterir. Bu durumda sosyal kaytarma artar.
- C) **Bireyin yapılan işte kendi performansının anlamlı bir etkisinin olmayacağına inanması:** Kişi kendi katkısını önemsiz görür ve sorumluluk hissi azalır. Bu durumda sosyal kaytarma artar.
- D) **Bireyin büyük gruplar içinde çalışması:** Grup büyüdükçe bireysel sorumluluk dağılır. Bu durumda sosyal kaytarma artar.
- E) **Bireyin yapılan işi önemsiz bulması:** İşe verilen değer azaldıkça bireyin çabası düşer. Bu durumda sosyal kaytarma artar.

Cevap: A

10. Prenses Diana'nın hayatını kaybettiği kazada, olay yerinde birçok paparazzi bulunmasına rağmen yalnızca bir kişinin yardım çağırması; diğerlerinin ise "nasıl olsa bir başkası aramıştır" diye düşünmesi, **sorumluluğun başkalarına dağıtılması** durumunu gösterir. Birey sayısı arttıkça kişi, müdahale etme sorumluluğunu daha az hisseder ve başkalarının harekete geçeceğini varsayar. Bu durum **seyirci etkisi** olarak adlandırılır. **Seyirci etkisi**, bir olay karşısında yardım etme davranışının, ortamda bulunan kişi sayısı arttıkça azalmasıdır. Örneğin kalabalık bir ortamda birinin yardıma ihtiyacı olduğunda herkesin birbirine bakması ve kimsenin müdahale etmemesi bu duruma tipik bir örnektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Kitlelerin bilgeliği:** Kitlelerin bilgeliği, bireylerin birbirinden bağımsız yaptıkları tahmin ve değerlendirmelerin bir araya geldiğinde çoğu zaman daha doğru sonuç vermesidir. Bu durumun ortaya çıkması için çeşitlilik, bağımsızlık ve merkezi olmayan yapı gerekir. Örnek: Bir grup insanın bağımsız olarak yaptığı tahminlerin ortalamasının gerçek değere çok yakın çıkması. Bu soruda ise bireyler bağımsız karar üretmek yerine sorumluluğu başkalarına bırakmaktadır.

B) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda bireylerin başlangıçtaki görüşlerinin daha uç noktalara kaymasıdır. Örnek: Başta orta düzeyde risk alan bir grubun tartışma sonrası daha riskli kararlar alması. Bu olayda tartışma ve görüş değişimi yoktur.

C) **Aktör-gözlemci yanılığı:** Bireyin kendi davranışını durumsal, başkalarının davranışını kişisel nedenlerle açıklamasıdır. Örnek: Kendi hatasını "şartlar zordu" diye açıklarken, başkasının hatasını "dikkatsiz biri" diye yorumlamak. Bu senaryoda atıf biçimi değil, sorumluluk dağılımı söz konusudur.

E) **Mantık hatası:** Bireyin, birbirine yakın ve benzer özellikleri birbirinden ayırt edememesi durumudur. Örneğin çalışkan bir kişiyi doğrudan zeki olarak değerlendirmek, iki farklı özelliği karıştırmaktır. Bu soruda ise problem benzer özellikleri karıştırmak değil, sorumluluğun başkalarına aktarılmasıdır.

Cevap: D

11. Saldırganlığın artmasında **olumsuz duygular ve kötü ruh hâli önemli bir rol oynar**. Birey öfke, engellenme, stres gibi durumlar yaşadığında saldırgan tepkiler verme olasılığı yükselir. Bu durum, özellikle engellenme-saldırganlık yaklaşımı ve duygusal uyarılma temelli açıklamalarla desteklenir. Örneğin yoğun stres yaşayan bir kişinin küçük bir uyarana karşı bile daha sert tepki vermesi bu duruma örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Saldırganlığı en çok etkileyen faktör çevresel faktördür:** Saldırganlık tek bir faktörle açıklanamaz; biyolojik, psikolojik ve çevresel etkenlerin etkileşimi söz konusudur. Bu nedenle tek başına çevresel faktör demek doğru değildir.
- C) **Saldırganlık, bireysel bir sorundur:** Saldırganlık sadece bireyin içsel özellikleriyle değil, sosyal çevre, öğrenme ve durumlarla da ilişkilidir. Bu ifade eksik ve yanlıştır.
- D) **Saldırganlık, yardımseverliğin tam tersi bir davranıştır:** Saldırganlık ve yardımseverlik farklı boyutlardır; biri diğerinin basitçe zıttı değildir. Birey farklı durumlarda her iki davranışı da sergileyebilir.
- E) **Saldırganlık, sadece doğuştan gelen bir özelliktir:** Saldırganlık yalnızca biyolojik temelli değildir; öğrenme, model alma ve çevresel etkiler de belirleyicidir.

Cevap: B

12. Asitli içeceklerin zararlı olduğunu bilmesine rağmen içmeye devam eden bir kişinin bu durumdan **rahatsızlık duyması** ve bu huzursuzluğu azaltmak için **sağlıklı içeceklere yönelmesi**, bireyin düşünce ve davranışları arasındaki uyumsuzluğu gidermeye çalıştığını gösterir. Bu durum **bilişsel çelişki kuramı** ile açıklanır. **Bilişsel çelişki**, bireyin sahip olduğu bilgi, tutum ve davranışlar arasında uyumsuzluk olduğunda ortaya çıkan psikolojik gerilimdir ve birey bu gerilimi azaltmak için ya davranışını değiştirir ya da düşüncesini yeniden düzenler. Örneğin sigaranın zararlı olduğunu bilip içmeye devam eden birinin bu çelişkiyi azaltmak için sigarayı bırakmaya çalışması da aynı duruma örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Düşünölmüş eylem kuramı:** Davranışın, bireyin niyeti ve bu niyeti belirleyen tutumlar ile özne normlara bağı olduğunu açıklar. Bu durumda ise temel vurgu çelişkiyi azaltma üzerinedir.
- B) **Pasif öğrenme kuramı:** Bireyin çevresinden gelen uyarıcılarla, aktif çaba göstermeden öğrenmesini ifade eder. Bu senaryoda öğrenmeden çok içsel uyumsuzluk söz konusudur.
- D) **Planlı davranış kuramı:** Davranışın, niyet, tutum, özne normlar ve algılanan davranışsal kontrol ile belirlendiğini savunur. Burada ise davranışı yönlendiren unsur çelişkiyi azaltma ihtiyacıdır.
- E) **Sosyal yargı kuramı:** Bireyin mesajları kendi tutumlarına göre değerlendirmesi ve kabul-ret aralıklarıyla ilgilidir. Bu olayda tutum değerlendirmesi değil, içsel gerilim söz konusudur.

Cevap: C

13. İlhan'ın, önündeki arabanın yavaş gitmesini **sürücünün beceriksizliğiyle açıklaması** ve "ehliyeti yeni almış olabilir, trafikte ilk gün olabilir" gibi **durumsal nedenleri hiç dikkate almaması**, başkasının davranışını doğrudan kişisel özelliklere bağladığını gösterir. Bu durum **temel atf hatası** olarak adlandırılır. **Temel atf hatası**, bireyin başkalarının davranışlarını açıklarken durumsal etkenleri göz ardı edip içsel özelliklere ağırlık vermesidir. Örneğin trafikte hata yapan birini hemen "dikkatsiz biri" olarak etiketlemek, o kişinin o anki koşullarını düşünmemek bu hataya tipik bir örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kendine yontan atf hatası:** Bireyin başarılarını kendine, başarısızlıklarını dışsal nedenlere bağlamasıdır. Bu durumda kişi kendi davranışını değil, başkasının davranışını açıklamaktadır.
- B) **Normatif sosyal etki:** Bireyin grup tarafından kabul görmek için çoğunluğa uyum sağlamasıdır. Bu örnekte sosyal uyum değil, atf yapma biçimi söz konusudur.
- D) **Dışsal atf:** Davranışın nedenini çevresel ve durumsal faktörlerle açıklamaktır. İlhan tam tersini yaparak içsel nedenlere odaklanmaktadır.

E) **Bilgilendirici sosyal etki:** Bireyin doğruyu bulmak için başkalarını bilgi kaynağı olarak almasıdır. Bu durumda başkalarından etkilenme değil, bireysel yorum söz konusudur.

Cevap: C

14. Pazarlama ve finans departmanlarının toplantı sırasında **karşıt görüşler üzerinden tartışması** ve bu tartışmaların sonunda **daha sağlıklı bir karara varılması**, grup içi etkileşim sonucunda görüşlerin daha **uç ve dengesiz noktalara kaydığını** gösterir. Başlangıçta daha dengeli olabilecek görüşler, tartışma sürecinde keskinleşmiş ve sonuçta daha hatalı bir karar ortaya çıkmıştır. Bu durum **grup kutuplaşması** olarak adlandırılır. **Grup kutuplaşması**, grup tartışmaları sonucunda bireylerin başlangıçtaki eğilimlerinin daha uç noktalara taşınmasıdır. Örneğin riskli bir karara yatkın bir grubun tartışma sonrası çok daha riskli bir karar alması buna tipik bir örnektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Kitlelerin bilgeliği:** Bireylerin bağımsız değerlendirmeleri bir araya geldiğinde daha isabetli sonuçlar ortaya çıkmasıdır. Bu durumda ise karar kalitesi düşmektedir.

B) **İtaat:** Bireyin bir otoritenin talimatlarına uymasıdır. Bu senaryoda otoriteye uyma değil, grup içi tartışma söz konusudur.

C) **Sosyal kolaylaştırma:** Bireyin başkalarının varlığında bazı görevleri daha iyi yapmasıdır. Burada performans artışı değil, karar süreci bozulmaktadır.

E) **Sosyal kaytarma:** Grup içinde bireysel çabanın azalmasıdır. Bu durumda tartışma ve karar süreci ön plandadır, çaba azaltma değil.

Cevap: D

15. Kişinin ait olduğu grubu üstün görme ihtiyacı, diğer gruplarla temas eksikliği, sınırlı kaynaklar için rekabet ve dünyayı “biz ve onlar” şeklinde algılama eğilimi; **gruplar arası ayrımı keskinleştirerek ön yargı ve düşmanlığı artıran** durumlardır. Buna karşılık **ortak hedeflere ulaşmak için dış grupla birlikte hareket etme gerekliliği**, gruplar arası iş birliğini artırır ve ön yargıları azaltır. Bu durum, grupların ortak amaç doğrultusunda bir araya geldiğinde aralarındaki olumsuz tutumların zayıfladığını gösterir. Bu nedenle **ön yargı ve düşmanlığı körüklemeyen** seçenek budur. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Kişinin ait olduğu grupları başka gruplardan daha üstün görme ihtiyacında olması:** Kişi kendi grubunu yüceltir, diğer grupları değersizleştirir. Bu durumda ön yargı artar.

B) **Diğer grubun üyeleriyle temasın olmaması, onları tanımaması ve bilmemesi:** Bilgi eksikliği yanlış genellemelere yol açar. Bu durumda ön yargı artar.

C) **Diğer grubun üyeleriyle sınırlı kaynaklara ulaşmak için rekabet hâlinde olunması:** Rekabet çatışmayı tetikler. Bu durumda düşmanlık artar.

D) **Sosyal hayatı “biz ve onlar” ekseninde algılamaya doğal eğilim gösterilmesi:** Grup ayrımı keskinleşir. Bu durumda ön yargı artar.

Cevap: E

1. Altan'ın matematik sınavında iyi not aldığı**nda bunu "çok çalıştım" diyerek kendisine bağlaması**, kötü not aldığı**nda ise "öğretmen kıt not veriyor" diyerek dışsal bir nedene yüklemesi**, başarıyı içsel; başarısızlığı dışsal nedenlerle açıklama eğilimini gösterir. Bu durum **kendine yontan atıf hatası** olarak adlandırılır. **Kendine yontan atıf hatası**, bireyin benlik saygısını korumak için olumlu sonuçları kendine, olumsuz sonuçları ise dış etkenlere bağlamasıdır. Örneğin bir öğrencinin yüksek not aldığı**nda "çok çalıştım"**, düşük not aldığı**nda "sorular çok zordu"** demesi de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Olumluluk yanlılığı:** Bireyin olumlu bilgileri daha fazla hatırlama ya da önemseme eğilimidir. Örnek: Bir öğrencinin aldığı yüksek notları hatırlayıp düşük notlarını göz ardı etmesi. Altan'ın durumunda ise bilgi seçmek değil, **başarı ve başarısızlığın nedenini farklı şekilde açıklamak** söz konusudur.
- C) Seçici dikkatsizlik:** Bireyin bazı uyarıcılara odaklanırken diğerlerini görmezden gelmesidir. Örnek: Derste sadece öğretmenin anlattığına odaklanıp dış sesleri fark etmemek. Altan'ın durumunda dikkat süreci değil, **notlarının nedenini nasıl yorumladığı** ön plandadır.
- D) Sosyal kaytarma:** Bireyin grup içinde çalışırken çabasını azaltmasıdır. Örnek: Grup ödevinde bazı öğrencilerin "nasıl olsa diğerleri yapar" diyerek daha az çalışması. Altan'ın yaşadığı durumda ise **bir grup çalışması yoktur**, bireysel başarısını ve başarısızlığını yorumlamaktadır.
- E) Olumsuzluk yanlılığı:** Bireyin olumsuz bilgileri daha güçlü ve etkili algılamasıdır. Örnek: Bir öğrencinin aldığı tek bir düşük notu abartarak genel başarısını kötü görmesi. Altan'ın durumunda ise **olumsuz bilgiye odaklanmak değil**, başarısızlığın nedenini dışa yüklemek söz konusudur.

Cevap: B

2. "Ön yargının duygusal boyutuna kalıp yargı denir" ifadesi yanlıştır. Ön yargı üç boyuttan oluşur: **bilişsel boyut (kalıp yargı)**, **duygusal boyut (duygu; örneğin hoşlanmama, nefret)** ve **davranışsal boyut (ayrımcılık)**. Bu nedenle kalıp yargı, duygusal değil **bilişsel** boyuta aittir. Örneğin "X grubu tembeldir" demek kalıp yargıdır (bilişsel); bu gruptan hoşlanmamak duygusal boyuttur; o gruba iş vermemek ise davranışsal boyuttur. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Soykırım, ön yargının davranışsal boyutunun ulaşabileceği en aşırı noktalardan birisidir:** Doğrudur. Ön yargı davranışa dönüşümünde ayrımcılık ve en uçta kitlesel şiddet görülebilir.
- B) "Biz'i "onlar"dan üstün görme arzusu ön yargının temel nedenlerinden birisidir:** Doğrudur. İç grup kayırmacılığı ve sosyal kimlik süreçleri ön yargıyı artırır.
- C) Sınırlı kaynaklara ulaşmak için rekabet eden grupların üyeleri birbirlerine karşı ön yargılı olabilirler:** Doğrudur. Gerçekçi çatışma yaklaşımına göre rekabet ön yargıyı besler.
- D) Kendini belli bir gruptan çok insanlık aleminin bir üyesi olarak algılamak ön yargıyı azaltacaktır:** Doğrudur. Üst kimlik vurgusu grup ayrımlarını zayıflatır.

Cevap: E

3. **Grup içi etkileşimlerin, üyeleri başlangıçtaki görüşlerine göre daha uç noktalara taşınması** grup kutuplaşmasının temel özelliğidir. Yani bireyler başlangıçta belirli bir eğilime sahipken, grup tartışmaları sonrasında bu eğilim **daha keskin ve aşırı hâle gelir**. Bu durum **grup kutuplaşması** olarak adlandırılır. **Grup kutuplaşması**, grup içi etkileşimler sonucunda bireylerin tutumlarının başlangıca göre daha uç noktalara kaymasıdır. Örneğin risk almaya yatkın bir grubun tartışma sonrası çok daha riskli kararlar alması buna tipik bir örnektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Grupların sınırlı kaynaklara ulaşmak için başka gruplarla sürekli rekabet hâlinde olması:** Bu durum gruplar arası rekabeti artırır ve ön yargıyı besler. Bu durumda grup kutuplaşması değil, gruplar arası çatışma söz konusudur.

- B) **Bir grubun üyelerinin hiç tanımadıkları hâlde başka bir gruba ait olanlara karşı ön yargı beslemesi:** Bu durum ön yargı ile ilgilidir. Bu durumda grup içi tartışma sonucu oluşan bir aşırılığa yoktur.
- C) **Bireysel rekabete kıyasla gruplar arası rekabetin daha motive edici olması:** Bu durum performans ve motivasyonla ilgilidir. Bu durumda tutumların uçuşması söz konusu değildir.
- D) **Grup içinde bireyin kendi kimliğini kaybetmesi:** Bu durum **bireyselliğin kaybı (kimlik-sizleşme)** ile ilgilidir. Örnek: Kalabalık içinde bireyin anonimleşerek normalde yapmayacağı davranışları sergilemesi. Bu durumda tutumların aşırılığası değil, kimlik algısının zayıflaması söz konusudur.

Cevap: E

4. Cem'in Hindistan'da izlediği polo maçında **oyunun kurallarını bilmediği için ne olup bittiğini anlamaya çalışması ve nasıl tepki vereceğini etrafındakilerin davranışlarına bakarak belirlemesi**, belirsiz bir durumda başkalarını **bilgi kaynağı olarak kullanmasıdır**. Bu durum **bilgilendirici sosyal etki** olarak adlandırılır. **Bilgilendirici sosyal etki**, bireyin doğru davranışı belirlemek için başkalarının davranışlarını rehber olarak almasıdır. Örneğin yeni girilen bir ortamda nasıl davranacağını bilemeyen birinin diğer insanları gözlemleyerek hareket etmesi buna tipik bir örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Mert'in futbolla ilgiliymiş gibi yapması:** Başkaları tarafından beğenilmek için davranış değiştirme söz konusudur. Bu durumda **normatif sosyal etki** vardır.
- B) **Nihan'ın olumlu düşünmesine rağmen çoğunluğa katılır gibi yapması:** Farklı görünmemek için uyum sağlama söz konusudur. Bu durumda **normatif sosyal etki** vardır.
- D) **Müge'nin dışlanmamak için fikirlerini saklaması:** Sosyal kabul görmek için uyum sağlama söz konusudur. Bu durumda **normatif sosyal etki** vardır.
- E) **Leyla'nın dergileri saklaması:** Başkalarının olumsuz değerlendirmesinden kaçınma söz konusudur. Bu durumda **normatif sosyal etki** vardır.

Cevap: C

5. Katıldığı grubun görüşlerini benimsemek, dışarı çıkarken görünümünü düzenlemek, hediye seçerken karşı tarafın beğenisini dikkate almak ya da ortama göre giyinmek; hepsi **başkalarının beklenti, norm ve değerlendirmelerini dikkate alarak davranma**, yani sosyal etkiden etkilenme örnekleridir. Buna karşılık **okuyup beğenmediği bir kitap hakkındaki düşüncelerini açıkça ifade etmek**, bireyin başkalarının görüşlerine uyum sağlama ya da onları dikkate alma ihtiyacı duymadan, kendi değerlendirmesine göre davranmasıdır. Bu durumda sosyal etki yoktur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Katıldığı grubun görüşlerini benimseme:** Grup normlarına uyum sağlama söz konusudur, sosyal etki vardır.
- B) **Sokağa çıkarken kılık, kıyafetini düzeltme:** Toplumsal beklentilere uygun görünme çabası vardır, sosyal etki vardır.
- D) **Arkadaşına hediye alırken onun zevk ve beğenisini göz önünde bulundurma:** Başkasının beklentisini dikkate alma söz konusudur, sosyal etki vardır.
- E) **Bir toplantıya giderken ortama göre giyinme:** Ortama uygun davranma ve sosyal normlara uyum vardır, sosyal etki vardır.

Cevap: C

6. İnsanların **başkalarıyla aynı işi yaptığı ortamlarda verimliliklerinin artması**, bireyin başkalarının varlığında performansının yükselmesini ifade eder. Bu durum **sosyal kolaylaştırma** olarak adlandırılır. **Sosyal kolaylaştırma**, bireyin tek başına olduğuna kıyasla başkalarının varlığında özellikle iyi öğrenilmiş ya da basit görevlerde daha yüksek performans göstermesidir. Örneğin spor yapan birinin seyirci varken daha iyi performans sergilemesi buna tipik bir örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda tutumların daha uç noktalara kaymasıdır. Bu durumda performans artışı değil, görüşlerin aşırılığası söz konusudur.
- B) **Sosyal kaytarma:** Bireyin grup içinde çabasını azaltmasıdır. Bu durumda performans artışı değil, tam tersine düşüş beklenir.

- D) **İkna:** Bireyin tutum ve düşüncelerinin başkaları tarafından değiştirilmesidir. Bu durumda performans değil, tutum değişimi ön plandadır.
- E) **Tutum değiştirme:** Bireyin bir konuya yönelik görüşünün değişmesidir. Bu durumda davranış performansı değil, düşünce değişimi söz konusudur.

Cevap: C

7. **Grup üyelerinin birbirlerinden bağımsız tahminde bulunmaları ve bu tahminlerin bir araya geldiğinde daha doğru bir sonuca ulaşılması,** kitlelerin bilgeliğinin temel özelliğidir. Yani bireyler **birbirinden etkilenmeden** değerlendirme yaptığında, ortaya çıkan ortak sonuç çoğu zaman tek tek bireylerden daha isabetli olur. Bu durum **kitlelerin bilgeliği** olarak adlandırılır. **Kitlelerin bilgeliği,** bireylerin bağımsız ve çeşitli değerlendirmelerinin birleşmesiyle daha doğru sonuçlara ulaşılmasıdır. Örneğin bir sorunun cevabını bilmeyen birçok kişinin yaptığı tahminlerin ortalamasının doğruya çok yakın çıkması buna örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bireylerin grup içinde daha erdemli ve bilgece davranması:** Bu ifade bireysel davranışın değişimine odaklanır. Kitlelerin bilgeliğinde ise **bağımsız tahminlerin birleşmesi** söz konusudur.
- B) **Grup üyelerinin birlikte düşünüp ortak karar vermesi:** Bu durumda bireyler birbirini etkiler. Kitlelerin bilgeliğinde ise **bağımsızlık esastır,** birlikte tartışma değil.
- D) **Grup içi etkileşimlerin üyeleri daha ılımlı tutumlara itmesi:** Bu durum grup kutuplaşmasının tersine bir ifade içerir ve tutum değişimiyle ilgilidir. Kitlelerin bilgeliği ise tahmin doğruluğuyla ilgilidir.
- E) **Grup üyelerinin uyum içinde yaşaması:** Bu ifade grup uyumu ile ilgilidir. Kitlelerin bilgeliği ise karar ve tahmin doğruluğu ile ilgilidir.

Cevap: C

8. Katılımcıların, karşılarındaki kişinin acı çektiğini bilmelerine rağmen araştırmacının yönlendirmesiyle davranışı sürdürmeleri, **otoriteye bağlı olarak kendi ahlaki yargılarına rağmen hareket ettiklerini** gösterir. Bu durum **itaat** kavramıyla açıklanır. **İtaat,** bireyin bir otorite figürünün doğrudan talimatları doğrultusunda, kendi değerleriyle çelişse bile davranış sergilemesidir. Örneğin bir çalışanın, yanlış olduğunu düşündüğü bir işi sadece yöneticisi istediği için yapması da aynı duruma örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Davranış sonuçlarını analiz edememe:** Katılımcılar durumun farkındadır; sorun analiz değil, otoriteye uyumdur.
- B) **Model alma:** Başkalarının davranışını gözlemleyerek öğrenme söz konusudur; bu senaryoda böyle bir süreç yoktur.
- D) **Sorumluluğun paylaşılması:** Bu durum seyirci etkisiyle ilgilidir; burada belirleyici olan otorite baskısıdır.
- E) **Kişiyi yanlış değerlendirme:** Atıf hatalarıyla ilgilidir; bu olayda temel süreç otoriteye uyma davranışdır.

Cevap: C

9. Bir başkası çürük tahtaya basıp düştüğünde “önüne baksaydı” diyerek **durumu kişinin dikkatsizliğiyle açıklamak,** ancak aynı durum kendi başına geldiğinde “bu tahtanın burada ne işi var” diyerek **durumsal nedenlere yönelmek,** kişinin aynı olaya farklı bakış açılarıyla tepki verdiğini gösterir. Yani birey, **başkası söz konusu olduğunda içsel nedenlere,** kendisi söz konusu olduğunda ise **dışsal nedenlere** vurgu yapmaktadır. Bu durum, insanın aynı olayı **kendi yaşadığında ve başkası yaşadığında farklı değerlendirebildiğini** gösterir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İnsan yalnızken farklı, toplum içinde farklı tutum sergileyebilir:** Bu ifade sosyal ortamın davranışı etkilemesiyle ilgilidir. Bu örnekte yalnızlık-toplum farkı yoktur.
- B) **Sosyal etki, davranışı belirleyen ve yönlendiren temel kriterlerden biridir:** Bu ifade genel bir yargıdır. Bu örnekte sosyal etki değil, atıf farkı söz konusudur.

C) **Sosyal ilişkileri objektif bakımdan değerlendirmemiz mümkündür:** Bu ifade tam tersine yanlıştır; örnek de öznel değerlendirme yapıldığını göstermektedir.

E) **Ön yargılarımız, davranışlarımız üzerinde etkilidir:** Bu durum genelleme ve kalıp yargılarla ilgilidir. Bu örnekte ise aynı olayın farklı kişilere göre farklı yorumlanması vardır.

Cevap: D

10. Bir arkadaşımızın davranışını **tamamen onun kişiliği ve tutumlarıyla açıklamak**, yani durumsal etkenleri göz ardı ederek doğrudan içsel nedenlere bağlamak, başkalarının davranışlarını değerlendirirken yapılan sistematik bir hatadır. Bu durum **temel yükleme hatası** olarak adlandırılır. **Temel yükleme hatası**, bireyin başkalarının davranışlarını açıklarken çevresel ve durumsal faktörleri ihmal edip kişilik özelliklerine aşırı vurgu yapmasıdır. Örneğin birinin geç kalmasını "sorum-suz biri" olarak değerlendirmek, o kişinin yaşadığı koşulları dikkate almamaktır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Eşsizlik yanılgısı:** Bireyin kendisini diğerlerinden daha farklı ve özel görmesidir. Örnek: "Kimse benim yaşadıklarımı yaşayamaz" diye düşünmek. Bu durumda başkasının davranışını açıklama yoktur.

C) **Görüş birliği yanılgısı:** Bireyin kendi düşünce ve davranışlarının çoğu kişi tarafından paylaşıldığını sanmasıdır. Örnek: Kendi sevdiği bir müziği herkesin sevdiğini varsaymak. Bu soruda böyle bir genelleme yoktur.

D) **Kendine kayıran yanlılık:** Bireyin başarıyı kendine, başarısızlığı dışsal nedenlere bağlamasıdır. Örnek: Sınavdan yüksek alınca "çok çalıştım", düşük alınca "sınav zordu" demek. Bu durumda kişi kendi davranışını açıklamaktadır, başkasını değil.

E) **Aktör-gözlemci yanılgısı:** Bireyin kendi davranışını durumsal, başkalarının davranışını içsel nedenlerle açıklamasıdır. Bu soruda sadece başkasına yönelik atıf vardır, karşılaştırma yoktur.

Cevap: A

11. Bir davranışın, onu yapan kişi hakkında en doğru bilgiyi verebilmesi için dış baskılardan bağımsız olması, yani bireyin kendi isteği ve tercihiyle ortaya çıkması gerekir. Kişi davranışı özgür iradesiyle yaptığında, bu davranış onun gerçek tutum ve özelliklerini daha iyi yansıtır. Bu nedenle en ayırt edici durum, davranışın kişinin kendi seçimiyle gerçekleşmesidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Davranışın, kişinin görevi gereği yapılması:** Kişi rolü gereği davranır. Bu durumda davranış kişinin gerçek tutumunu yansıtmayabilir.

C) **Davranışın iki ya da daha çok sonucunun olması:** Davranışın sonuç çeşitliliği, kişinin özelliklerini doğrudan daha iyi yansıtmaz.

D) **Davranışın beğenilme güdüsüyle yapılması:** Kişi sosyal onay için davranır. Bu durumda gerçek düşünce ve tutumlar gizlenebilir.

E) **Davranışın bir emir nedeniyle yapılması:** Davranış otorite etkisiyle ortaya çıkar. Bu durumda bireyin kendi özelliklerinden çok dış etki belirleyicidir.

Cevap: B

12. "İtalyanlar üç öğün yemek yer" ifadesi, bir gruba yönelik **kişilik ya da karakter özelliği atfetmez**, daha çok kültürel bir alışkanlığı ifade eder. Oysa **kalıp yargı**, bir gruba ait tüm bireyleri **genelleyici ve sabit kişilik özellikleriyle değerlendirme** durumudur. Bu nedenle bu ifade kalıp yargı özelliği taşımaz. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Yaşlılar aksi olur:** Genelleyici kişilik atfı içerir, **kalıp yargıdır.**

B) **Ergenler asi olur:** Gelişim grubuna yönelik genelleyici özellik yüklenir, **kalıp yargıdır.**

C) **Sanatçılar garip giyinirler:** Meslek grubuna yönelik genelleme vardır, **kalıp yargıdır.**

D) **Almanlar soğuktur:** Bir millete yönelik genelleyici kişilik atfı vardır, **kalıp yargıdır.**

Cevap: E

13. Zihinsel kısa yollar, yani **sezgisel kestirme yollar**, bireyin karşılaştığı durumlarda **detaylı ve sistematik düşünmek yerine hızlı ve pratik biçimde karar vermesini sağlayan bilişsel stratejilerdir**. Bu süreçte kişi, geçmiş deneyimlerinden, şemalarından ve eldeki sınırlı bilgilerden yararlanarak hızlı yargılara ulaşır. Günlük hayatta zaman kazandırır ve karar vermeyi kolaylaştırır; ancak bu hızlı işleyiş nedeniyle **yanılgılara ve hatalı yargılara açık** olabilir. Bu yüzden zihinsel kısa yollar her zaman en doğru sonucu vermez.

Bu nedenle "Kişinin karşılaştığı bir sorunu çözmesinin en doğru yoludur" ifadesi yanlıştır. Çünkü bu yollar pratik ve hızlıdır ama doğruluk garantisi yoktur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kişinin bir yargıya varmasını kolaylaştırır:** Karar verme sürecini hızlandırır, zihinsel kısa yolların temel özelliğidir.
- B) **Kişiyi problem çözme sürecinde zaman kazandırır:** Hızlı değerlendirme sağlar, zihinsel kısa yolların özelliğidir.
- D) **Şemaları harekete geçirirler:** Önceden var olan bilişsel yapıları kullanır, zihinsel kısa yolların özelliğidir.
- E) **Çevreden alınan bilgilere dayalıdır:** Deneyim ve gözlemlerden beslenir, zihinsel kısa yolların özelliğidir.

Cevap: C

14. Kendini **çirkin olarak algılayan birinin**, bu durumdan kaynaklanan olumsuz duygularla baş etmek ve kendini daha değerli hissetmek için yaşamını bir ideolojiye adanarak **toplumda saygınlık kazanmaya çalışması**, bireyin benliğini koruma ve tehdit eden duygulardan uzaklaşma çabasını gösterir. Bu durum **benlik koruyucu işlev** ile açıklanır. **Benlik koruyucu işlev**, bireyin kendine yönelik olumsuz duygu ve düşüncelerle başa çıkmak, benlik saygısını korumak ve içsel çatışmaları azaltmak için tutum geliştirmesidir. Örneğin kendini yetersiz hisseden birinin, bu duyguyu telafi etmek için farklı alanlarda aşırı başarıya yönelmesi de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Araçsal:** Tutumların ödül elde etme ya da cezadan kaçınma amacıyla kullanılmasıdır. Bu durumda temel amaç benliği korumaktır.

- C) **Değer ifade edici:** Bireyin kendi değerlerini ve kimliğini yansıtmasıdır. Bu örnekte değer ifade etmekten çok benlik saygısını koruma ön plandadır.
- D) **Bilgi sağlayıcı:** Tutumların dünyayı anlamlandırmaya yardımcı olmasıdır. Bu durumda bilişsel düzenleme değil, duygusal korunma söz konusudur.
- E) **Öğrenme:** Tutumların öğrenme süreçleriyle kazanılmasıdır. Bu örnekte işlevsel yön ön plandadır.

Cevap: B

15. Mehmet Bey'in, karşısındaki kadının kendisini dikkatle incelediğini fark ettikten sonra **kendi davranışını ve görünümünü değiştirmesi**, başkasının varlığının ve değerlendirmesinin davranışı yönlendirdiğini gösterir. Yani birey, **başkalarının algı ve tepkilerini dikkate alarak davranışını düzenlemektedir**. Bu durum **sosyal etki** olarak adlandırılır. **Sosyal etki**, bireyin düşünce, duygu ve davranışlarının başkalarının gerçek ya da algılanan varlığıyla değişmesidir. Örneğin bir kişinin toplum içinde daha düzenli giyinmesi veya davranışlarını kontrol etmesi de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Boyun eğme:** Bireyin açık bir talep ya da baskı karşısında davranışını değiştirmesidir. Bu durumda doğrudan bir talep yoktur.
- C) **Benimseme:** Bireyin bir görüşü içtenlikle kabul etmesidir. Mehmet Bey'in yaptığı davranış geçici bir uyumdur, içselleştirme yoktur.
- D) **Çekicilik:** Bir kişinin başkaları tarafından beğenilmesiyle ilgilidir. Bu durumda temel süreç davranış değişimidir.
- E) **Sosyal davranış:** Başkalarına yönelik tüm davranışları kapsayan genel bir kavramdır. Bu soru daha özel bir mekanizmayı sormaktadır.

Cevap: A

1. Ali ve Veli'nin, okul müdürünün **azarlaması üzerine şakalaşmayı bırakmaları**, davranışın bir **otorite figürünün doğrudan uyarısı ve baskısı** sonucu değiştiğini gösterir. Yani davranış değişikliği kendi isteklerinden değil, **otoriteye uyma zorunluluğundan** kaynaklanmaktadır. Bu durum **itaat** olarak adlandırılır. **İtaat**, bireyin bir otoritenin talimatı ya da baskısı doğrultusunda davranışını değiştirmesidir. Örneğin bir öğrencinin öğretmeni "sessiz olun" dediği için konuşmayı kesmesi ya da bir çalışanın yöneticisi istediği için istemediği bir görevi yapması da aynı duruma örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Benimseme:** Bireyin bir davranışı gerçekten doğru bulduğu için içtenlikle kabul etmesidir. Örnek: Bir öğrencinin düzenli çalışmanın faydasına inanıp kimse söylemeden ders çalışmaya başlaması. Bu durumda içten kabul vardır.
- C) **Özdeşleşme:** Bireyin bir gruba ait olmak ya da beğenilmek için o grubun davranışlarına uyum sağlamasıdır. Örnek: Bir öğrencinin arkadaş grubuna uyum sağlamak için onların konuşma tarzını taklit etmesi.
- D) **Sosyal kaytarma:** Bireyin grup içinde çalışırken çabasını azaltmasıdır. Örnek: Grup ödevinde bazı öğrencilerin "nasıl olsa diğerleri yapar" diyerek daha az çalışması.
- E) **Sosyal hızlandırma:** Bireyin başkalarının varlığında performansının artmasıdır. Örnek: Bir sporcunun seyirci önünde daha iyi performans göstermesi.

Cevap: B

2. Öğrencilerin, kariyer günlerinde konuşma yapan psikolojik danışmanın **şık görünümü, etkileyici konuşması ve çekiciliğinden etkilenerek** onun mesleğini seçmeye yönelmeleri, **kişinin özelliklerinden etkilenerek ona benzemek isteme ve onunla özdeşim kurma** durumunu gösterir. Burada öğrenciler mesleği yalnızca mantıksal olarak değerlendirmemiş, konuşmacının **çekiciliği ve etkileyiciliği nedeniyle ona yakın hissetmiş ve onun gibi olmak istemiştir.** Bu durum **özdeşleşme** olarak adlandırılır. **Özdeşleşme**, bireyin beğendiği ya da çekici bulunduğu kişi ya da grupla benzerlik kurarak onun tutum ve davranışlarını

benimsemesidir. Örneğin bir öğrencinin sevdiği bir öğretmenin mesleğini seçmek istemesi de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Benimseme:** Bireyin bir görüşü gerçekten doğru bulduğu için içtenlikle kabul etmesidir. Örnek: Bir öğrencinin meslek hakkında araştırma yapıp gerçekten uygun olduğunu düşündüğü için seçmesi. Bu durumda çekicilikten çok içsel kabul vardır.
- B) **İtaat:** Bireyin bir otoritenin talimatı doğrultusunda davranışını değiştirmesidir. Örnek: Ailesi istediği için belirli bir mesleği seçmek. Bu durumda zorlayıcı bir otorite yoktur.
- D) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda görüşlerin daha uç noktalara kaymasıdır. Örnek: Bir grubun tartışma sonrası daha radikal kararlar alması. Bu senaryoda grup tartışması yoktur.
- E) **Sosyal hızlandırma:** Başkalarının varlığında performansın artmasıdır. Örnek: Bir öğrencinin kalabalık önünde daha iyi sunum yapması. Bu durumda performans değil, meslek seçimi etkilenmektedir.

Cevap: C

3. Danışanın **size farklı gelen bir davranışını tamamen onun kişilik özelliğiyle açıklamamız**, yani durumsal etkenleri hiç dikkate almadan doğrudan içsel nedenlere bağlamamız, başkalarının davranışlarını değerlendirirken yapılan sistematik bir hatadır. Bu durum **temel yükleme hatası** olarak adlandırılır. **Temel yükleme hatası**, bireyin başkalarının davranışlarını açıklarken çevresel ve durumsal faktörleri ihmal edip kişilik özelliklerine aşırı vurgu yapmasıdır. Örneğin bir danışanın sessiz kalmasını "içe kapanık biri" olarak yorumlamak, o anki kaygı ya da ortam etkisini göz ardı etmektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Dışsal atıf:** Davranışı çevresel ve durumsal nedenlerle açıklamaktır. Örnek: Aynı danışanın sessizliğini "ortama alışamadı" diye açıklamak. Bu soruda bunun tersi yapılmaktadır.
- C) **Gözlemci yanlılığı:** Gözlem yapan kişinin kendi beklenti ve inançlarının değerlendirmesini etkilemesidir. Örnek: Danışmanın ön yargıları nedeniyle davranışı çarpıtması. Bu soruda ise özellikle içsel atıf vurgusu vardır.

- D) **Seyirci etkisi:** Kalabalık ortamlarda yardım etme davranışının azalmasıdır. Örnek: Birinin düştüğünü gören kalabalığın müdahale etmesi. Bu durumla ilgisi yoktur.
- E) **Aktör-gözlemci yanlılığı:** Bireyin kendi davranışını durumsal, başkalarının davranışını içsel nedenlerle açıklamasıdır. Örnek: Kendi sessizliğini "yorgundum", başkasınınkini "asosyal" diye açıklamak. Bu soruda yalnızca başkasına yönelik atıf vardır, karşılaştırma yoktur.

Cevap: A

4. Danışanın **size farklı gelen bir davranışını tamamen onun kişilik özelliğiyle açıklamaz**, yani durumsal etkenleri hiç dikkate almadan doğrudan içsel nedenlere bağlamanız, başkalarının davranışlarını değerlendirirken yapılan sistematik bir hatadır. Bu durum **temel yükleme hatası** olarak adlandırılır. **Temel yükleme hatası**, bireyin başkalarının davranışlarını açıklarken çevresel ve durumsal faktörleri ihmal edip kişilik özelliklerine aşırı vurgu yapmasıdır. Örneğin bir danışanın sessiz kalmasını "içe kapanık biri" olarak yorumlamak, o anki kaygı ya da ortama alışma sürecini göz ardı etmektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Dışsal atıf:** Davranışı çevresel ve durumsal nedenlerle açıklamaktır. Örnek: Danışanın davranışını "ortama alışamadı" diye yorumlamak. Bu soruda bunun tersi yapılmaktadır.
- C) **Eşsizlik yanlılığı:** Bireyin kendisini diğerlerinden daha farklı ve özel görmesidir. Örnek: "Kimse benim yaşadıklarımı anlayamaz" demek. Bu durumda başkasının davranışını açıklama yoktur.
- D) **Seyirci etkisi:** Kalabalık ortamlarda yardım etme davranışının azalmasıdır. Örnek: Birinin düştüğünü gören kalabalığın müdahale etmesi. Bu durumla ilgisi yoktur.
- E) **Aktör-gözlemci yanlılığı:** Bireyin kendi davranışını durumsal, başkalarının davranışını içsel nedenlerle açıklamasıdır. Örnek: Kendi sessizliğini "yorgundum", başkasınınkini "asosyal" diye açıklamak. Bu soruda yalnızca başkasına yönelik atıf vardır, karşılaştırma yoktur.

Cevap: A

5. Epilepsisi nedeniyle yolda düşüp nöbet geçiren bir kişiyi **herhangi bir çıkar gözetmeden** hastaneye götürmek, başkasının iyiliğini ön planda tutan ve karşılık beklenmeden yapılan bir davranıştır. Bu durum **özgecilik (özgeci davranış)** olarak adlandırılır. **Özgeci davranış**, bireyin başkasına yardım ederken kendi çıkarını gözetmemesi ve karşılık beklememesidir. Örneğin tanımadığı birine zor durumda yardım etmek de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İhtiyacı olan bir arkadaşına "ileride o da bana verir" düşüncesiyle para vermek:** Davranış karşılık beklentisi içerir, bu nedenle özgeci değildir.
- B) **İş gereği görevleri yerine getirmek:** Zorunluluk ve rol gereği yapılan bir davranıştır, özgeci değildir.
- C) **Polis aracını görüp yavaşlamak:** Cezadan kaçınma amacı vardır, özgeci değildir.
- D) **Tanıdık aracılığıyla gelen birinin işini halletmek:** Sosyal ilişki ve çıkar ilişkisi söz konusudur, özgeci değildir.

Cevap: E

6. "Kadınlar duygusaldır, erkekler mantıklıdır" gibi ifadeler, bir gruba ait bireyleri **genelleyci ve kalıplaşmış özelliklerle tanımlama** içerir. Bireyler tek tek değerlendirilmeden, ait oldukları gruba göre yargıya varılır. Bu durum **kalıp yargı** olarak adlandırılır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Gizil kişilik kuramı:** İnsanların, belirli özelliklerin bir arada bulunduğu dair önceden oluşturdukları inançlara dayanarak çıkarım yapmalarıdır. Örnek: Bir öğrenciyi "çalışkan" olarak gören birinin, onun aynı zamanda "sorumluluk sahibi ve dürüst" olduğunu da düşünmesi.
- B) **Öncelik etkisi:** İlk edinilen bilginin daha etkili olmasıdır. Örnek: Bir kişi hakkında önce "çok yardımsever" olduğu bilgisi verildiğinde, sonradan duyulan olumsuz özelliklerin daha az etkili olması.

C) **Sonralık etkisi:** Son edinilen bilginin daha etkili olmasıdır. Örnek: Bir kişi hakkında görüşmenin sonunda söylenen olumsuz bir özelliğin genel değerlendirmeyi daha fazla etkilemesi.

E) **Kendine yontan atf hatası:** Bireyin başarıyı kendine, başarısızlığı dışsal nedenlere bağlamasıdır. Örnek: Sınavdan yüksek not alınca “çok çalıştım”, düşük alınca “sınav çok zordu” demek.

Cevap: D

7. Sürücülerin “araba önüme çıktı”, “güneş gözümü aldı”, “yaya bana çarptı” gibi ifadeler kullanması, kazanın sorumluluğunu **kendilerinden uzaklaştırarak dışsal nedenlere yükleme** eğilimini gösterir. Yani kişi olumsuz sonucu kendi hatasıyla değil, çevresel faktörlerle açıklamaktadır. Bu durum **kendine hizmet eden yanlışlık hatası** olarak adlandırılır. **Kendine hizmet eden yanlışlık**, bireyin benlik saygısını korumak için başarısızlıkları dışsal, başarıları ise içsel nedenlere bağlamasıdır. Örneğin bir öğrencinin düşük not aldığı anda “sorular zordu” demesi de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Temel atf hatası:** Başkalarının davranışlarını içsel özelliklerle açıklamaktır. Örnek: Birinin kaza yapmasını “dikkatsiz biri” diye yorumlamak. Bu soruda kişi kendi davranışını açıklamaktadır.

C) **Gizil kişilik kuramı:** Belirli özelliklerin birlikte bulunduğu dair önceden var olan inançlara dayanarak çıkarım yapmaktır. Örnek: “Çalışkan biri aynı zamanda dürüsttür” diye düşünmek. Bu soruda özellikler arası çıkarım değil, sorumluluğu dışa atma vardır.

D) **İçsel atf:** Davranışı kişinin özellikleriyle açıklamaktır. Örnek: “Kazayı ben dikkatsiz olduğum için yaptım” demek. Soruda bunun tam tersi vardır.

E) **Normatif sosyal etki:** Başkaları tarafından kabul görmek için uyum sağlamadır. Örnek: Grup içinde dışlanmamak için çoğunluğa katılmak. Bu olayla ilgili değildir.

Cevap: B

8. Arif Bey’in, Selami Bey’e karşı **doğrudan saldırı yerine onu sürekli küçümsemesi ve önemsemediğini hissettirmesi**, saldırganlığın **örtük ve dolaylı biçimde ifade edildiğini** gösterir. Yani açık bir saldırı yoktur; ancak davranışlar yoluyla karşı tarafı değersiz hissettirme söz konusudur. Bu durum **pasif saldırganlık** olarak adlandırılır. **Pasif saldırganlık**, bireyin öfke ve düşmanlığını doğrudan değil, dolaylı yollarla (görmezden gelme, küçümseme, alay etme gibi) ifade etmesidir. Örneğin birine kızıp onunla konuşmamak ya da sürekli iğneleyici tavırlar sergilemek de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **İzin verilmiş saldırganlık:** Toplum tarafından kabul edilen ya da meşru görülen saldırganlıktır. Örnek: Kendini savunmak için karşılık vermek. Bu durumda dolaylı küçümseme yoktur.

B) **Araçsal saldırganlık:** Belirli bir amaca ulaşmak için kullanılan saldırganlıktır. Örnek: Karate ya da boks maçında kazanmak için rakibe fiziksel müdahalede bulunmak. Bu durumda amaç vardır; Arif Bey’in davranışında böyle bir hedef yoktur.

D) **Antisozyal saldırganlık:** Toplumsal kurallara zarar veren, açık ve doğrudan saldırganlıktır. Örnek: Kavga etmek ya da birine fiziksel zarar vermek. Bu durumda davranış açık ve doğrudandır.

E) **Özgeci saldırganlık:** Başkasını korumak ya da yarar sağlamak için yapılan saldırganlıktır. Örnek: Birini savunmak için saldırgan davranmak. Bu durumla ilişkili değildir.

Cevap: C

9. Ferhat Bey’in, müşteri ürünü almaktan vazgeçecekken **“sadece bugün geçerli bir promosyon da var” diyerek ürünü cazip hâle getirmesi**, ürüne ek bir avantaj sunarak ikna etmeye çalıştığını gösterir. Yani kişi, teklifin değerini artırmak için **“sadece bu değil, yanında ekstra bir şey daha var” mesajı vermektedir.** Bu durum **sadece o değil tekniği** olarak adlandırılır. **Sadece o değil tekniği**, sunulan teklife ek avantajlar ekleyerek karşı tarafın kabul etme olasılığını artırma yöntemidir. Örneğin “Bu ürünü alırsanız yanında hediye de veriyoruz” demek buna tipik bir örnektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sıra dışı istek tekniği:** Kişiden beklenmedik ya da alışılmadık bir istekte bulunarak dikkat çekmeyi amaçlar. Örnek: Sokakta birine doğrudan yüksek bir bağış talep etmek.
- B) **Önce büyük, sonra küçük rica tekniği:** Önce kabul edilmesi zor büyük bir istek sunulup reddedilince daha küçük istek yapılır. Örnek: Önce yüksek miktarda bağış isteyip, reddedilince daha düşük miktar istemek.
- C) **Giderek artan ricalar tekniği:** Kişi bir isteği kabul ettikten sonra taleplerin aşamalı olarak artırılmasıdır. Örnek: Önce küçük bir ürünü satıp sonra daha pahalı ürünlere yönlendirmek.
- E) **Önce küçük, sonra büyük rica tekniği:** Önce küçük bir isteği kabul ettirip ardından daha büyük istekte bulunmaktır. Örnek: Önce küçük bir yardım isteyip sonra daha büyük bir yardım talep etmek.

Cevap: D

10. Çetin Bey'in, oyunda **yüksek puan aldığına bunu kendi sözel yeteneğine bağlaması**, ancak kötü oynadığında ya da kaybettiğinde **"harfler uygun gelmedi"** diyerek durumu dışsal nedenlerle açıklaması, başarıyı içsel; başarısızlığı dışsal nedenlere yükleme eğilimini gösterir. Bu durum **kendine hizmet eden yanlışlık hatası** olarak adlandırılır. **Kendine hizmet eden yanlışlık**, bireyin benlik saygısını korumak için olumlu sonuçları kendine, olumsuz sonuçları ise dış etkenlere bağlamasıdır. Örneğin bir öğrencinin yüksek not alınca "çok çalıştım", düşük not alınca "sınav zordu" demesi de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Olumsuzluk yanlışlığı:** Bireyin olumsuz bilgileri daha güçlü ve etkili algılamasıdır. Örnek: Bir kişinin tek bir eleştiriyi abartarak tüm performansını kötü görmesi. Bu soruda atıf biçimi söz konusudur.
- B) **Seyirci-aktör yanlışlığı:** Bireyin kendi davranışını durumsal, başkalarının davranışını içsel nedenlerle açıklamasıdır. Örnek: Kendi başarısızlığını "şartlar zordu", başkasınınkini "yetersiz" diye açıklamak. Bu soruda kişi sadece kendi davranışını yorumlamaktadır.

- C) **Sosyal kaytarma:** Grup içinde bireysel çabanın azalmasıdır. Örnek: Grup ödevinde bazı kişilerin daha az çalışması. Bu durum bireysel performans yorumuyla ilgili değildir.
- D) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda görüşlerin daha uç noktalara kaymasıdır. Örnek: Bir grubun tartışma sonrası daha radikal kararlar alması. Bu olayla ilişkili değildir.

Cevap: E

11. Ahmet Bey'in **kendisi yalan söylediğinde "diğer çalışanlar da yalan söylüyordur" diye düşünmesi**, kendi davranışını başkalarına genelleyerek çoğunluğun da aynı şekilde davrandığını varsaymasıdır. Yani kişi, **kendi tutum ve davranışlarını yaygın ve normalmiş gibi algılayarak kendini rahatlatmaktadır**. Bu durum **görüş birliği yanlışlığı** olarak adlandırılır. **Görüş birliği yanlışlığı**, bireyin kendi düşünce ve davranışlarının başkaları tarafından da paylaşıldığını sanmasıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Genelleme hatası:** Bir kişinin tek bir özelliğinden yola çıkarak henüz gözlenmeyen diğer özelliklerini de aynı yönde değerlendirmektir. Örnek: Birini "nazik" gördüğü için onun aynı zamanda "dürüst ve yardımsever" olduğunu da düşünmek. Bu soruda ise kişi başkalarının özelliklerini değil, kendi davranışını genellemektedir.
- C) **Mantık hatası:** Birbirine benzer özellikleri ayırt edememektir. Örnek: Çalışkan birini otomatik olarak zeki sanmak. Bu durumla ilgili değildir.
- D) **Olumsuzluk yanlışlığı:** Olumsuz bilgilerin daha güçlü algılanmasıdır. Örnek: Tek bir eleştirinin tüm değerlendirmeyi etkilemesi. Bu soruda böyle bir durum yoktur.
- E) **Öncelik-sonralık etkisi:** İlk ya da son bilginin daha etkili olmasıdır. Örnek: İlk izlenimin genel yargıyı belirlemesi. Bu olayla ilişkili değildir.

Cevap: A

12. Salih Bey'in kendisinin kurallara çok uyduğunu düşünmesi ve bunu diğer insanlarda nadir gördüğünü varsayması, kendi olumlu özelliklerini başkalarından daha az yaygın görmesi anlamına gelir. Yani kişi, "ben farklıyım, benim gibi az kişi var" şeklinde düşünmektedir. Bu durum **eşsizlik yanılığı** olarak adlandırılır. **Eşsizlik yanılığı**, bireyin kendi olumlu özellik ve davranışlarını başkalarına göre daha nadir ve kendine özgü görmesidir. Örneğin bir kişinin "ben çok dürüstüm, çoğu insan benim gibi değil" demesi de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Görüş birliği yanılığı**: Kişinin kendi davranışlarının çoğu kişi tarafından paylaşıldığını sanmasıdır. Örnek: Yalan söyleyen birinin "herkes yalan söyler" diye düşünmesi. Bu soruda bunun tam tersi vardır.

B) **Olumluluk yanılığı**: Bireyin olumlu bilgileri daha fazla hatırlaması ya da kendini olumlu değerlendirmeye eğilimli olmasıdır. Örnek: Kendi başarılarını abartılı şekilde hatırlamak. Bu durumda başkalarıyla karşılaştırmalı bir nadirlik algısı yoktur.

D) **Mantıksal hata**: Benzer özellikleri ayırt edememektir. Örnek: Çalışkan birini otomatik olarak zeki sanmak. Bu durumla ilgili değildir.

E) **Öncelik-sonralık etkisi**: İlk ya da son bilginin daha etkili olmasıdır. Örnek: İlk izlenimin daha baskın olması. Bu olayla ilişkili değildir.

Cevap: C

13. Kerem Bey'in **alkollü araç kullanmasına rağmen "benim gibi çok kişi var" diye düşünmesi**, kendi davranışını başkalarına genelleyerek **yaygın ve normalmiş gibi algılamasıdır**. Yani birey, kendi yaptığı davranışın çoğunluk tarafından da yapıldığını varsayarak kendini rahatlatmaktadır. Bu durum **görüş birliği yanılığı** olarak adlandırılır. **Görüş birliği yanılığı**, bireyin kendi tutum ve davranışlarının başkaları tarafından da paylaşıldığını sanmasıdır. Örneğin sigara içen birinin "zaten çoğu insan içiyor" demesi de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Olumluluk yanılığı**: Bireyin olumlu bilgileri daha fazla hatırlaması ya da kendini olumlu değerlendirme eğilimidir. Örnek: Kendi başarılarını abartması. Bu soruda davranışın yaygınlığına dair yanlış algı vardır.

C) **Eşsizlik yanılığı**: Kişinin kendi olumlu özelliklerini başkalarından daha nadir görmesidir. Örnek: "Ben çok dürüstüm, çoğu insan benim gibi değil" demek. Bu soruda bunun tam tersi vardır.

D) **Mantıksal hata**: Benzer özellikleri ayırt edememektir. Örnek: Çalışkan birini zeki sanmak. Bu durumla ilgili değildir.

E) **Öncelik-sonralık etkisi**: İlk ya da son bilginin daha etkili olmasıdır. Örnek: İlk izlenimin baskın olması. Bu olayla ilişkili değildir.

Cevap: A

14. Sevgi Hanım'ın, Olcay'ın derse geç kalmasını **"tembel ve uykucu" gibi kişilik özellikleriyle açıklaması**, yani durumsal etkenleri (kış şartları, ulaşım sorunu) tamamen göz ardı etmesi, başkalarının davranışlarını değerlendirirken yapılan tipik bir yanılıktır. Bu durum **temel atf hatası** olarak adlandırılır. **Temel atf hatası**, bireyin başkalarının davranışlarını açıklarken çevresel koşulları ihmal edip içsel özelliklere aşırı vurgu yapmasıdır. Örneğin bir öğrencinin derste konuşmasını "saygısız" diye yorumlayıp, o gün yaşadığı bir sorunu hiç düşünmemek de aynı hataya örnektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Genelleme**: Bir kişinin tek bir davranışından yola çıkarak diğer özelliklerini de aynı yönde değerlendirmektir. Örnek: Bir öğrenciyi bir kez geç kaldı diye "hep sorumsuzdur" diye etiketlemek. Bu soruda ise doğrudan neden yüklemeye vardır.

B) **Mantık hatası**: Birbirine yakın özellikleri ayırt edememektir. Örnek: Sessiz bir öğrenciyi otomatik olarak "utangaç" sanmak. Bu durumla ilgili değildir.

C) **Eşsizlik yanılığı**: Kişinin kendisini diğerlerinden daha farklı ve nadir görmesidir. Örnek: "Benim kadar disiplinli insan azdır" diye düşünmek. Bu soruda böyle bir karşılaştırma yoktur.

E) **Aktör-gözlemci yanılığı**: Kişinin kendi davranışını durumsal, başkalarının davranışını içsel nedenlerle açıklamasıdır. Örnek: Kendi geç kalmasını "trafik vardı" diye açıklayıp, başkasının geç kalmasını "sorumsuz" diye yorumlamak. Bu soruda yalnızca başkasına yönelik değerlendirme vardır.

Cevap: D

15. İç grup yanlılığı, bireyin **kendi grubunu daha üstün görmesi ve dış grubu küçümsemesi** ile karakterizedir. Bu süreçte bireyler genellikle dış gruba karşı olumsuz tutum geliştirir, kendi grubunu yüceltir ve grup kimliğinden beslenir. Ancak **dış grup üyeleriyle iş birliği yapmayı istemek**, bu eğilimin tersine bir durumdur; çünkü iç grup yanlılığı genellikle **ayrım, mesafe ve rekabeti artırır**, iş birliğini değil. Bu nedenle bu durumun ortaya çıkması beklenmez. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Diğerlerini ikinci sınıf, ahlaki değerleri zayıf ve yetersiz görmek:** Dış grubu küçümseme söz konusudur. Bu durum iç grup yanlılığının tipik sonucudur.
- B) Grup içindeki otoritelere boyun eğmek:** Grup bağlılığının artmasıyla birlikte grup normlarına ve otoritesine uyum artabilir. Bu durum iç grup yanlılığıyla ilişkili olabilir.
- C) Diğerlerinin değerlerini reddetmek:** Dış grubun değerlerini değersiz görme eğilimi vardır. Bu durum iç grup yanlılığının sonucudur.
- D) İç grubun başarılarından kendine pay çıkarmak:** Birey grup başarısını sahiplenir. Örnek: "Biz kazandık" demek. Bu durum iç grup yanlılığının tipik sonucudur.

Cevap: E

1. Bisikletçilerin **tek başlarına yarıştıklarına göre başkalarıyla birlikte yarıştıklarında daha hızlı olmaları**, başkalarının varlığının performansı artırdığını gösterir. Yani birey, aynı işi başkalarının varlığında yaptığından **daha yüksek performans sergilemektedir**. Bu durum **sosyal hızlandırma** olarak adlandırılır. **Sosyal hızlandırma**, bireyin başkalarının varlığında özellikle iyi öğrenilmiş ya da basit görevlerde daha iyi performans göstermesidir. Örneğin bir öğrencinin sınıfta soru çözerken tek başına olduğundan daha hızlı çözmesi de buna örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Öncelik-sonralık etkisi:** İlk ya da son bilginin daha etkili olmasıdır. Örnek: İlk izlenimin değerlendirmeyi belirlemesi. Bu durum performansla ilgili değildir.
- C) **Sosyal kaytarma:** Grup içinde bireysel çabanın azalmasıdır. Örnek: Grup ödevinde bazı kişilerin daha az çalışması. Bu durumda performans artmaz, azalır.
- D) **Seyirci etkisi:** Kalabalık ortamlarda yardım etme davranışının azalmasıdır. Örnek: Birinin düştüğünü gören kalabalığın müdahale etmesi. Bu durumla ilgili yoktur.
- E) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda görüşlerin daha uç noktalara kaymasıdır. Örnek: Bir grubun tartışma sonrası daha radikal kararlar alması. Bu olayla ilgili değildir.

Cevap: B

2. Kalabalık bir ortamda bir kişinin bayılmasına rağmen insanların **müdahale etmemesi ve herkesin “nasıl olsa biri yardım eder” diye düşünmesi**, sorumluluğun bireyler arasında dağılmasıyla açıklanır. Yani kişi, tek başına olsaydı yardım edebilecekken, kalabalık içinde **sorumluluğu başkalarına atarak pasif kalmaktadır**. Bu durum **seyirci etkisi** olarak adlandırılır. **Seyirci etkisi**, bir olay karşısında yardım etme davranışının, ortamda bulunan kişi sayısı arttıkça azalmasıdır. Örneğin kalabalık bir caddede düşen birine kimsenin yardım etmemesi de aynı duruma örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Aktör-gözlemci yanılığı:** Bireyin kendi davranışını durumsal, başkalarının davranışını içsel nedenlerle açıklamasıdır. Örnek: Kendi geç kalmasını “trafik vardı”, başkasınınkini

“sorumsuz” diye açıklamak. Bu soruda yardım davranışı söz konusudur.

- B) **Genelleme hatası:** Bir özelliğe bakarak diğer özellikleri de aynı yönde değerlendirmektir. Örnek: Birini “nazik” bulup “dürüsttür” diye düşünmek. Bu durumla ilgili değildir.
- D) **Öncelik-sonralık etkisi:** İlk ya da son bilginin daha etkili olmasıdır. Örnek: İlk izlenimin bas-kın olması. Bu olayla ilişkili değildir.
- E) **Olumsuzluk yanılığı:** Olumsuz bilgilerin daha güçlü algılanmasıdır. Örnek: Tek bir kötü olayın tüm değerlendirmeyi etkilemesi. Bu durum söz konusu değildir.

Cevap: C

3. Dilan Hanım'ın, konuşma sırasında **“çoğunuzun benimle aynı düşündüğünü biliyorum” demesi**, kendi düşüncesinin başkaları tarafından da paylaşıldığını varsaymasıdır. Yani birey, kendi görüşünü **yaygın ve çoğunluk tarafından kabul edilen bir düşünce gibi algılamaktadır**. Bu durum **görüş birliği yanılığı** olarak adlandırılır. **Görüş birliği yanılığı**, bireyin kendi düşünce ve tutumlarının başkaları tarafından da paylaşıldığını sanmasıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Eşsizlik yanılığı:** Bireyin kendisini ya da bazı özelliklerini diğer insanlardan daha farklı ve nadir görmesidir. Örnek: Bir yöneticinin “benim kadar disiplinli çalışan çok az kişi var” diye düşünmesi.
- C) **Temel atfı yanılığı:** Başkalarının davranışlarını kişilik özellikleriyle açıklayıp durumsal etkenleri göz ardı etmektir. Örnek: Bir çalışanın raporu geç teslim etmesini “sorumsuz” diye yorumlayıp yoğun iş yükünü dikkate almamak.
- D) **Mantık hatası:** Birbirine yakın özellikleri ayırt edememektir. Örnek: Düzgün konuşan birini otomatik olarak “çok bilgili” sanmak.
- E) **Öncelik etkisi:** İlk edinilen bilginin sonraki değerlendirmeleri daha fazla etkilemesidir. Örnek: Bir iş görüşmesinde adayın ilk izlenimde olumlu görünmesi nedeniyle küçük hatalarının göz ardı edilmesi.

Cevap: A

4. Deniz'in, ortak bir başarıda kendi payını olduğundan daha büyük görmesi ve diğerlerinin katkılarını küçümsemesi, grup içindeki katkı dağılımını çarpıtarak değerlendirdiğini gösterir. Yani birey, eşit katkı olmasına rağmen başarıyı kendine daha fazla mal etmektedir. Bu durum kendi katkısını abartma olarak adlandırılır. Kendi katkısını abartma, bireyin ortak bir işte kendi rolünü gerçekte olduğundan daha büyük algılamasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Kendine hizmet eden yanlılık: Başarıyı kendine, başarısızlığı dışsal nedenlere bağlamaktır. Örnek: Bir çalışan başarılı projede "ben yaptım", başarısız projede "ekip kötüydü" demesi.
- C) İç grup yanlılığı: Kendi grubunu diğer gruplardan üstün görme eğilimidir. Örnek: "Bizim ekip diğer ekiplerden daha iyi" demek.
- D) Görüş birliği yanlılığı: Kişinin kendi davranışlarının çoğu kişi tarafından paylaşıldığını sanmasıdır. Örnek: "Herkes benim kadar çalışıyor" diye düşünmek.
- E) Temel atf hatası: Başkalarının davranışlarını içsel nedenlerle açıklamaktır. Örnek: Birinin başarısızlığını "yetersiz" diye yorumlamak.

Cevap: B

5. Dışsal yükleme, bir davranışı kişinin karakteriyle değil, içinde bulunduğu durum ve koşullarla açıklamaktır. Soruda da mutlu çiftlerin olumsuz davranışları dışsal nedenlere bağladığı vurgulanıyor. Bu nedenle seçeneklerde davranış durum-sal bir nedene bağlayan ifade aranır. "Seni bu akşam biraz gergin görüyorum, işte ters giden bir şey mi oldu?" ifadesinde davranış, kişinin kişiliğine değil işte yaşanan bir duruma bağlanmaktadır. Bu nedenle bu ifade dışsal yükleme örneğidir. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Sen nasıl bir insansın her şeye hemen sinirlenmek zorunda mısın?: Davranış kişilik özelliğine (sinirli olmak) bağlanır, dışsal değil içsel yüklemedir.
- B) Senden ne zaman bir şey istesem eline yüzüne buluşturursun çünkü sen sakarın birisin: Davranış "sakar" kişilik özelliğiyle açıklanır, içsel yüklemedir.

- C) Ne zaman senden bir şey istesem böyle oluyor, güvenilmez bir insansın: Davranış kişinin karakterine bağlanır, içsel yüklemedir.
- D) Bir evlilik yıl dönümümüzü de hatırlasan ne olur: Bu ifade sitem içerir ancak belirgin bir durumsal neden sunmaz; daha çok kişiye yönelik beklenti ve eleştiridir.

Cevap: E

6. Ayfer'in, kendi içsel durumunun (heyecanının) başkaları tarafından fark edildiğini düşünmesi, bireyin kendi duygu ve yaşantısını merkeze alarak değerlendirme yapmasıdır. Bu durum saydamlık yanılması olarak adlandırılır. Saydamlık yanılması, bireyin içsel duygu ve düşüncelerinin başkaları tarafından kolayca anlaşıldığını sanmasıdır. Bu yanılma, bireyin kendi yaşantısını referans alması nedeniyle ortaya çıkan benmerkezci bilişsel yanlılıklardan biridir. Bu nedenle doğru seçenek, bu üst yapıyı kapsayan benmerkezli düşüncedir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Seyirci etkisi: Kalabalık ortamlarda bireylerin yardım etme davranışının azalmasıdır. Örnek: Yoğun bir caddede yere düşen birine kimsenin müdahale etmemesi.
- C) Görüş birliği yanlılığı: Kişinin kendi düşüncelerinin başkaları tarafından da paylaşıldığını sanmasıdır. Örnek: Bir öğrencinin kendi ders çalışma yönteminin herkes için en doğru yöntem olduğunu düşünmesi.
- D) Temel atf hatası: Başkalarının davranışlarını kişilik özellikleriyle açıklamaktır. Örnek: Bir çalışanın hatasını "dikkatsiz biri" diye yorumlayıp iş yoğunluğunu göz ardı etmek.
- E) Sosyal kaytarma: Grup içinde bireysel çabanın azalmasıdır. Örnek: Grup sunumunda bazı üyelerin sorumluluk almaktan kaçınması.

Cevap: B

7. Öğrencinin, öğretmenin davranışını değerlendirirken **kendi bakış açısını merkeze alması ve öğretmenin içinde bulunduğu durumu dikkate almaması**, olaylara başkasının perspektifinden bakamama durumunu gösterir. Yani birey, **karşı tarafın koşullarını ve niyetini anlamaya çalışmadan kendi yorumunu merkeze almaktadır**. Bu durum **perspektif alma hatasıdır**. **Perspektif alma hatası**, bireyin karşısındaki kişinin bakış açısını yeterince hesaba katamamasıdır ve bu, **benmerkezci bilişsel yanlılıklardan biridir**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) Saydamlık yanılması:** Bireyin içsel duygu ve düşüncelerinin başkaları tarafından fark edildiğini sanmasıdır. Örnek: Sunumda heyecanlanan birinin bunu herkesin anladığını düşünmesi.
- C) Görüş birliği yanılması:** Kişinin kendi düşüncelerinin başkaları tarafından da paylaşıldığını sanmasıdır. Örnek: Kendi fikrinin sınıftaki çoğunluk tarafından desteklendiğini varsaymak.
- D) Sahne ışığı etkisi:** Bireyin başkalarının dikkatinin sürekli kendi üzerinde olduğunu düşünmesidir. Örnek: Küçük bir hatanın herkes tarafından fark edildiğini sanmak.
- E) Sosyal kaytarma:** Grup içinde bireysel çabanın azalmasıdır. Örnek: Grup çalışmasında bazı üyelerin daha az sorumluluk alması.

Cevap: B

8. Mehmet Ali Bey'in, öğrencinin **yaşına bağlı hareketliliğini göz ardı ederek** bunu farklı bir problemle ilişkilendirmesi, gözlenen bir özelliği yanlış yorumlayarak hatalı sonuca ulaşmasıdır. Bu durum **mantıksal hata** olarak adlandırılır. **Mantıksal hata**, birbirine yakın ya da ilişkili görülen özelliklerin yanlış biçimde ilişkilendirilmesidir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) Genelleme hatası:** Bir özelliğe bakarak kişinin diğer özelliklerini de aynı yönde değerlendirmektir. Örnek: "Okul birincisi olan bir öğrencinin her şeyi iyidir" diye düşünmek.
- C) Olumsuzluk yanılması:** Olumsuz bilgilere daha fazla ağırlık verilmesidir. Örnek: Başarılı bir öğrencinin tek bir hatasına odaklanıp onu yetersiz görmek.

D) Seyirci etkisi: Kalabalık ortamlarda yardım etme davranışının azalmasıdır. Örnek: Birinin düştüğünü gören kalabalığın müdahale etmemesi.

E) Kendine yontan atfı hatası: Başarıyı kendine, başarısızlığı dışsal nedenlere bağlamadır. Örnek: Sınavdan düşük alınca "sorular zordu" demek.

Cevap: B

9. Okul yöneticisinin, adayın **pantolonunun ütüsüz olması ve kravatının uyumsuzluğu gibi sınırlı ve yüzeysel özelliklerinden yola çıkarak onun mesleki yeterliliği hakkında genel bir yargıya varması**, tek bir (ya da birkaç) özelliğin tüm değerlendirmeyi etkilemesi durumudur. Yani birey, **bir özelliğe bakarak kişinin diğer özelliklerini de aynı yönde değerlendirmektedir**. Bu durum **hâle etkisi** olarak adlandırılır. **Hâle etkisi**, bir kişi hakkında edinilen olumlu ya da olumsuz bir izlenimin, o kişinin diğer özelliklerine ilişkin değerlendirmeleri de etkilemesidir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

B) Mantıksal hata: Birbirine benzer ya da ilişkili görülen özellikleri yanlış biçimde ilişkilendirmektir. Örnek: Düzgün konuşan birini doğru-
dan "çok bilgili" kabul etmek. Bu soruda ise genel izlenimin tüm yargıyı etkilemesi söz konusudur.

C) Olumsuzluk yanılması: Olumsuz bilgilerin daha dikkat çekici ve etkili olmasıdır. Örnek: Bir adayın birçok iyi özelliği varken tek bir hatasına odaklanmak. Bu soruda esas olan genelleme etkisidir.

D) Seyirci etkisi: Kalabalık ortamlarda yardım etme davranışının azalmasıdır. Bu durumla ilgisi yoktur.

E) Temel yükleme hatası: Davranışı kişilik özellikleriyle açıklayıp durumsal etkenleri göz ardı etmektir. Örnek: Bir çalışanın geç kalmasını "sorumusuz" diye yorumlamak. Bu soruda izlenim genellemesi vardır.

Cevap: B

10. Verilen özelliklerde, grubun **yürürlükte olan işleri sürdürmeye odaklanması, resmî bir yapıya sahip olması ve ast-üst ilişkilerinin bulunması**, belirli görevleri yerine getiren ve organizasyon içinde işleyişi devam ettiren grupları ifade eder. Bu özellikler **işlevsel gruplara** aittir. **İşlevsel gruplar**, bir kurumda belirli görevleri yürütmek, sürekliliği sağlamak ve organizasyonel işleyişi devam ettirmek amacıyla oluşturulan, genellikle hiyerarşik yapıya sahip gruplardır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Taraftar grubu:** Ortak ilgi veya bağlılık etrafında oluşur. Örnek: Bir spor takımını destekleyen kişiler. Resmî yapı ve hiyerarşi yoktur.
- B) **Proje grubu:** Belirli bir işi tamamlamak için geçici olarak oluşturulur. Örnek: Bir proje bitince grup dağılır. Süreklilik amacı yoktur.
- C) **Psikolojik danışma grubu:** Bireylerin kendilerini tanıma ve geliştirme amacıyla oluşturulur. Resmî hiyerarşi ve iş yürütme amacı yoktur.
- D) **Arkadaşlık grubu:** Duygusal yakınlık ve sosyal ihtiyaçlar temelinde oluşur. Hiyerarşik yapı bulunmaz.

Cevap: E

11. Grubun **belirli bir hedef doğrultusunda kurulması** ve bu hedef gerçekleştiğinde **varlık nedeninin ortadan kalkması**, geçici ve amaç odaklı bir yapı olduğunu gösterir. Bu özellikler **proje grubuna** aittir. **Proje grupları**, belirli bir işi tamamlamak için oluşturulur ve hedef gerçekleştiğinde dağılır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **İlgi grubu:** Ortak ilgi alanları etrafında oluşur. Örnek: Fotoğrafçılıkla ilgilenen kişilerin bir araya gelmesi. Hedef tamamlanınca dağılma zorunluluğu yoktur.
- B) **Arkadaş grubu:** Duygusal yakınlık ve sosyal ihtiyaçlara dayanır. Örnek: Yakın arkadaş çevresi. Belirli bir hedefe bağlı değildir.
- D) **İşlevsel grup:** Kurum içinde sürekliliği sağlamak için oluşturulan, genellikle kalıcı ve hiyerarşik gruplardır. Hedef bitince dağılmaz.
- E) **Taraftar grubu:** Ortak bir takımı destekleyen kişilerden oluşur. Sürekli, belirli bir hedefle sınırlı değildir.

Cevap: C

12. Necip Bey'in, geçmişteki olayları hatırlarken **kendi rolünü olduğundan daha büyük, kendisini ise daha olumlu biçimde hatırlaması**, olayların zihinde **benmerkezci biçimde yeniden yapılandırıldığını** gösterir. Yani birey, geçmiş yaşantıları **kendi lehine çarpıtarak ve kendi katkısını abartarak hatırlamaktadır**. Bu durum **hafızada benmerkezcilik** olarak adlandırılır. **Hafızada benmerkezcilik**, bireyin geçmiş olayları anımsarken kendisini merkeze alması ve kendi katkısını abartmasıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Kendine hizmet eden yanlılık:** Bireyin başarıyı kendine, başarısızlığı dışsal nedenlere bağlamasıdır. Örnek: Bir projede başarıyı "ben yaptım", başarısızlığı "şartlar kötüydü" diye açıklamak.
- B) **Görüş birliği yanlılığı:** Kişinin kendi düşüncelerinin başkaları tarafından da paylaşıldığını sanmasıdır. Örnek: Kendi görüşünün çoğunluk tarafından desteklendiğini varsaymak.
- C) **Temel atıf hatası:** Başkalarının davranışlarını kişilik özellikleriyle açıklamaktır. Örnek: Birinin hatasını "dikkatsiz biri" diye yorumlamak.
- D) **Saydamlık yanılsaması:** Kişinin içsel durumlarının başkaları tarafından fark edildiğini sanmasıdır. Örnek: Heyecanlandığında herkesin bunu anladığını düşünmek.

Cevap: E

13. Seda Hanım'ın, Mihriban'ın **alışılmamış saç tarzı ve aykırı görünümünden yola çıkarak onun "asi biri" olduğunu ve grup uyumunu bozacağını düşünmesi**, gözlenen tek bir özelliğe dayanarak kişinin diğer özellikleri hakkında **genelleleyici bir yargıya varmasıdır**. Yani birey, sınırlı bir gözlemden hareketle **henüz gözlenmeyen özellikleri de aynı yönde değerlendirmektedir**. Bu durum **genelleme hatası** olarak adlandırılır. **Genelleme hatası**, bir özelliğe bakarak kişinin diğer özelliklerini de aynı doğrultuda yorumlamaktır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Mantıksal hata:** Birbirine yakın özellikleri ayırt edememektir. Örnek: Düzgün konuşan birini doğrudan "çok bilgili" sanmak. Bu soruda ise genelleleyici çıkarım vardır.

- B) Öncelik etkisi:** İlk edinilen bilginin değerlendirilmeyi daha fazla etkilemesidir. Örnek: Bir aday hakkında ilk izlenimin sonraki yargıları belirlemesi. Bu durumda bilgi sırası değil, çıkarım biçimi önemlidir.
- C) Olumsuzluk etkisi:** Olumsuz bilgilere daha fazla ağırlık verilmesidir. Örnek: Bir kişinin birçok olumlu özelliği varken tek bir olumsuz özelliğine odaklanmak. Bu soruda genelleme söz konusudur.
- E) Aktör-gözlemci yanılgısı:** Kişinin kendi davranışını durumsal, başkalarının davranışını içsel nedenlerle açıklamasıdır. Örnek: Kendi geç kalmasını "trafik vardı", başkasınınkini "sorumsuz" diye yorumlamak. Bu durumla ilgili değildir.

Cevap: D

- 14.** Bu grupta bireyler, **kuşlara olan ortak merak ve ilgi** etrafında bir araya gelmekte, hafta sonları birlikte geziler düzenleyip zaman geçirmektedir. Yani grubun oluşum nedeni **ortak ilgi alanıdır**, belirli bir görev, zorunluluk ya da resmî yapı söz konusu değildir. Bu durum **ilgi grubunu** ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) İşlevsel grup:** Kurum içinde belirli görevleri yerine getirmek ve işleyişi sürdürmek için oluşturulur. Bu örnekte resmî görev yoktur.
- C) İş grubu:** Belirli bir işi yapmak için bir araya gelen gruplardır. Burada amaç iş değil, ortak ilgi ve zaman geçirmedir.
- D) Proje grubu:** Belirli bir hedefe ulaşmak için geçici olarak kurulur ve hedef bitince dağılır. Bu grupta süreklilik ve hobi vardır.
- E) Psikoeğitim grubu:** Bireylerin bilgi ve beceri kazanması için oluşturulur. Bu örnekte eğitimsel bir amaç yoktur.

Cevap: B

- 15.** Parçada, insanların **belirli kişilik özelliklerinin birlikte bulunduğu**na dair **önceden sahip oldukları inançlara dayanarak** başkaları hakkında yargıya vardıkları ifade edilmektedir. Örneğin bir öğrenciyi "iyi, düzgün" olarak algıladığımızda, onun **olumsuz bir davranış (kopya çekme)** yapabileceğine inanmakta zorlanmamız, özelliklerin birlikte bulunduğuna dair zihinsel bir şemaya dayanır. Bu durum **gizil kişilik kuramı** ile açıklanır. **Gizil kişilik kuramı**, bireylerin bazı özelliklerin birlikte bulunduğuna dair inanç sistemlerine dayanarak kişiler hakkında çıkarım yapmalarıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Olumsuzluk yanılgısı:** Olumsuz bilgilerin daha etkili olmasıdır. Örnek: Bir kişinin tek bir hatasına odaklanmak. Bu soruda özellikler arası ilişki söz konusudur.
- B) Olumluluk yanılgısı:** Olumlu bilgilere daha fazla ağırlık verilmesidir. Örnek: Bir kişinin olumlu yönlerini abartmak. Bu soruda sistematik çıkarım vardır.
- D) Seyirci etkisi:** Kalabalık ortamlarda yardım etme davranışının azalmasıdır. Bu durumla ilgisi yoktur.
- E) Kendine yontan atfı hatası:** Başarıyı kendine, başarısızlığı dışsal nedenlere bağlamaktır. Bu örnek başkalarını değerlendirme ile ilgilidir.

Cevap: C

1. Soruda anlatılan durumda, **A partisine üye bireyler kendi gruplarını (A partisi) B partisine göre daha dürüst, güvenilir ve iyi olarak değerlendirmektedir.** Bu, bireyin ait olduğu grubu kayırması ve onu diğer gruplara göre daha olumlu görmesi anlamına gelen **iç grup yanlılığıdır. İç grup yanlılığı**, kişinin kendi grubunu sistematik biçimde daha iyi ve değerli görmesi, dış grupları ise daha olumsuz değerlendirmesidir. Örneğin bir kişinin "Biz daha adildir, onlar güvenilmez" demesi bu duruma örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Sosyal kolaylaştırma: Sosyal kolaylaştırma, bireyin başkalarının varlığında bazı görevleri daha hızlı ya da daha iyi yapmasıdır. Soruda anlatılan durumda ise performans değişimi yoktur; kişi sadece kendi grubunu daha iyi görmektedir.

C) Olumluluk yanılığı: Olumluluk yanılığı, bir kişi ya da durumun olumlu yönlerini abartma eğilimidir. Soruda anlatılan durumda ise genel bir olumlu abartma değil, kendi grubunu diğer gruba göre üstün görme vardır.

D) Olumsuzluk yanılığı: Olumsuzluk yanılığı, olumsuz bilgilerin daha fazla dikkat çekmesi ve daha etkili olmasıdır. Soruda anlatılan durumda ise olumsuz bilgiye odaklanma yoktur; aksine kendi grubu olumlu değerlendirilmektedir.

E) Aktör-gözlemci yanılığı: Aktör-gözlemci yanılığı, kişinin kendi davranışını duruma, başkasının davranışını kişiliğe bağlamasıdır. Soruda anlatılan durumda ise davranışın nedeni açıklanmamakta, sadece grup karşılaştırması yapılmaktadır.

Cevap: A

2. Soruda anlatılan durumda, başlangıçta **çoğunluk tarafından benimsenmeyen "aykırı fikirlerin" (hippiler)** zamanla yaygınlaşarak toplumun ve hatta devletlerin sosyal anlayışını etkilemeye başladığı ifade edilmektedir. Yani **küçük bir grubun (azınlığın) görüşleri zamanla çoğunluğu etkilemiş ve dönüşüm yaratmıştır.** Bu durum **azınlık etkisidir. Azınlık etkisi**, sayıca az olan bir grubun tutarlı, kararlı ve istikrarlı biçimde görüşlerini savunarak zamanla çoğunluğu etkilemesi ve düşünce değişimi oluşturmalarıdır. Örneğin çevre aktivist-

lerinin başlangıçta az sayıda olmalarına rağmen zamanla toplumun çevre bilincini artırmaları buna örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Bilgisel etki: Bilgisel etki, bireyin doğruya ulaşmak için başkalarının bilgisini rehber almasıdır. Soruda anlatılan durumda insanlar doğruyu öğrenmek için değil, zamanla azınlığın fikirlerinden etkilenerek dönüşmektedir.

B) Normatif etki: Normatif etki, bireyin dışlanmak ya da kabul görmek için çoğunluğa uyum sağlamasıdır. Soruda ise çoğunluğa uyum değil, azınlığın çoğunluğu etkilemesi söz konusudur.

D) Grup bütünlüğü: Grup bütünlüğü, grup üyelerinin birbirine bağlılık ve birlik duygusudur. Soruda grup içi bağ değil, toplum düzeyinde fikir değişimi anlatılmaktadır.

E) Grup vaadi: Grup vaadi, bireyin grup içinde elde edeceği kazançlara yönelik beklentisidir. Soruda bireysel çıkar beklentisi değil, fikirlerin yayılması söz konusudur.

Cevap: C

3. Soruda anlatılan durumda, katılımcının **gruptaki herkesin aynı cevabı vermesi nedeniyle kendi doğru bildiği cevabı değiştirdiği ve görüş birliği bozulduğunda uyma davranışının azaldığı** vurgulanmaktadır. Bu, grubun tek ses olması ve ittifak hâlinde bulunmasının birey üzerinde güçlü bir baskı oluşturduğunu gösterir. Bu durum **grup bütünlüğüdür. Grup bütünlüğü**, grubun söz birliği içinde olması nedeniyle bireyin gruba ters düşmemek için uyma eğiliminin artmasıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Bilgisel etki: Bilgisel etki, bireyin doğruyu bulmak için başkalarının bilgisini referans almasıdır. Soruda anlatılan durumda kişi doğruyu bildiği hâlde grubun etkisiyle fikrini değiştirmektedir.

B) Normatif etki: Normatif etki, bireyin dışlanmak için çoğunluğa uyum sağlamasıdır. Soruda ise özellikle grubun söz birliği içinde olması ve bunun etkisi vurgulanmaktadır.

D) Azınlık etkisi: Azınlık etkisi, küçük bir grubun çoğunluğu etkilemesidir. Soruda çoğunluk bireyi etkilemektedir.

E) **Sosyal kolaylaştırma:** Sosyal kolaylaştırma, başkalarının varlığında performansın değişmesidir. Soruda performans değil, uyma davranışı söz konusudur.

Cevap: C

4. Çağrı aldığı notu **sınıf ortalamasıyla karşılaştırmakta ve ortalamadan daha yüksek olduğunu gördüğü için kendisiyle gurur duymaktadır.** Yani birey, kendini başkalarına göre daha başarılı ve ortalamanın üzerinde değerlendirerek olumlu bir benlik algısı geliştirmektedir. Bu durum **ortalamanın üstü etkisidir. Ortalamanın üstü etkisi**, bireylerin kendilerini çoğunluğa göre daha başarılı, daha iyi ya da daha yeterli görme eğilimidir. Örneğin birçok kişinin "Ben çoğu insandan daha iyi araba kullanırım" demesi bu etkiye örnektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Ait olma:** Ait olma, bireyin bir gruba kabul edilme ve o grubun parçası olma ihtiyacıdır. Soruda anlatılan durumda grup üyeliği değil, bireyin kendini değerlendirmesi söz konusudur.
- B) **Kendini güvende hissetme:** Kendini güvende hissetme, bireyin fiziksel ve psikolojik güvenlik ihtiyacıdır. Soruda güvenlik değil, başarıya dayalı bir değerlendirme vardır.
- C) **Azınlık etkisi:** Azınlık etkisi, küçük bir grubun çoğunluğu etkilemesidir. Soruda böyle bir etkileme süreci yoktur.
- E) **Kendine yontan yükleme:** Kendine yontan yükleme, bireyin başarıyı kendine, başarısızlığı dış faktörlere bağlamasıdır. Soruda ise başarı nedeninin açıklanması değil, başkalarıyla karşılaştırma vardır.

Cevap: D

5. Başlangıçta ılımlı olan tartışmanın, grup içi etkileşimler sonucunda her iki grubun da **kendi görüşlerinde daha aşırı ve keskin hâle gelmesi**, grubun başlangıçtaki eğiliminin daha uç noktaya taşındığını gösterir. Bu durum **grup kutuplaşmasıdır. Grup kutuplaşması**, bir grubun bir konu hakkındaki başlangıç eğiliminin, grup içi tartışmalar sonucunda daha aşırı hâle gelmesidir. Örneğin bir grup bir konuya hafifçe karşıyken tartışma son-

rası tamamen karşıt bir tutum geliştirebilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kitlelerin bilgeliği:** Farklı bireylerin bağımsız görüşlerinin birleşmesiyle daha doğru sonuca ulaşılmasıdır. Burada doğruluğa değil, uçaşmaya gidilmektedir.
- C) **Sosyal hızlandırma:** Başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Burada performans değil, tutum değişimi vardır.
- D) **Sosyal kaytarma:** Grup içinde bireyin çabasını azaltmasıdır. Burada bireyler daha pasif değil, daha keskin hâle gelmektedir.
- E) **Azınlık etkisi:** Azınlık grubun çoğunluğu etkilemesidir. Burada gruplar kendi içinde daha uç noktaya kaymaktadır.

Cevap: B

6. Deneklerin, tek tek verilen bireysel görüşler yerine **bir grubun birlikte oluşturduğu cevabı tercih etmeleri**, birden fazla kişinin ortak yargısının tek tek bireysel yargılardan daha doğru olacağına duyulan güveni gösterir. Yani birey, **grubun ortak aklını daha güvenilir kabul etmektedir.** Bu durum **kitlelerin bilgeliğidir. Kitlelerin bilgeliği**, birçok kişinin görüşünün bir araya gelmesiyle daha doğru sonuca ulaşılabilceği anlayışına dayanır. Örneğin "seyirciye sor" jokerinde çoğunluğun cevabına güvenilmesi buna örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Grup kutuplaşması:** Grup içi etkileşim sonucunda başlangıçtaki eğilimin daha aşırı hâle gelmesidir. Soruda uçaşma değil, bilgi kaynağı tercihi vardır.
- C) **Grup bağlılığı:** Bireyin gruba aidiyet hissetmesi ve gruba bağlı davranmasıdır. Soruda aidiyet ya da duygusal bağlılık yoktur.
- D) **Sosyal hızlandırma:** Başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Soruda performans değil, karar tercihi söz konusudur.
- E) **Azınlık etkisi:** Az sayıda kişinin çoğunluğu etkilemesidir. Soruda böyle bir etkileme süreci yoktur.

Cevap: A

7. Gerçek deneğin, doğru cevabı bildiği hâlde **ayıplanmamak ve gruba ters düşmemek için grubun verdiği yanlış cevaba katılması**, bireyin çoğunluğa uyum sağladığını gösterir. Bu durum **uyma davranışdır**. Uyma davranışının nedeni ise doğruyu bulmak değil, **sosyal kabul görmek ve dışlanmamak isteğidir**. Bu nedenle burada **normatif etki** söz konusudur. **Normatif etki**, bireyin grup tarafından kabul edilmek için kendi düşüncesine aykırı olsa bile çoğunluğa uymasındır. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Uyma-Bilgisel etki**: Bilgisel etkide birey doğruyu bulmak için başkalarına uyar. Burada birey doğruyu bilmesine rağmen sosyal baskı nedeniyle uyum göstermektedir.
- C) **Uyma-Grup vaadi**: Grup vaadi, bireyin gruba bağlılık ya da grup içinde elde edeceği kazanç beklentisidir. Bu durumda aidiyet ya da çıkar beklentisi değil, dışlanmama isteği vardır.
- D) **Sosyal hızlandırma-Benimseme**: Sosyal hızlandırma performansla ilgilidir; benimsemede ise birey davranışı içselleştirir. Soruda performans ya da içselleştirme yoktur.
- E) **Tutum-Özdeşleşme**: Özdeşleşmede birey bir kişi ya da gruba benzer olmak ister. Soruda böyle bir özdeşim değil, baskı sonucu uyum vardır.

Cevap: B

8. Deneklerin, yapmak istemedikleri hâlde **otorite konumundaki araştırmacının talimatlarını yerine getirerek elektrik şoku uygulamaları**, bireyin bir otoritenin isteğine boyun eğmesiyle açıklanır. Yani kişi kendi isteğine aykırı olsa bile **otoriteye itaat etmektedir**. Bu durum **itaattir**. **İtaat**, bireyin bir otoritenin emirlerine uyarak davranışını şekillendirmesidir. Milgram deneyleri bu duruma klasik örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Benimseme**: Benimseme, bireyin bir davranışı içselleştirerek gerçekten doğru olduğuna inanmasıdır. Soruda birey davranışı istemeden yapmaktadır.
- B) **Özdeşleşme**: Özdeşleşme, bireyin bir kişi ya da gruba benzer olmak istemesi nedeniyle uyum göstermesidir. Soruda böyle bir benzerlik kurma isteği yoktur.

- D) **Sosyal hızlandırma**: Sosyal hızlandırma, başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Soruda performans değil, otoriteye uyma vardır.

- E) **Bilgisel etki**: Bilgisel etki, bireyin doğruyu bulmak için başkalarının bilgisini referans almasıdır. Soruda doğruyu arama değil, otoriteye boyun eğme söz konusudur.

Cevap: C

9. Deneklerin tek başınayken yaptıkları tahminlerin, grup ortamına girdiklerinde **grubun ortak tahminine doğru değişmesi**, bireyin kendi yargısını değiştirerek başkalarının görüşlerine uyum sağlamasını gösterir. Özellikle belirsiz bir durumda birey "Ben yanlış görüyorum olabilirim" diyerek grubu referans alır. Bu durum **uymadır**. **Uyma**, bireyin düşünce ya da davranışını gerçek ya da algılanan grup etkisi doğrultusunda değiştirmesidir. Örneğin sınıfta zor bir soruda emin olamayan bir öğrencinin çoğunluğun işaretlediği seçeneğe yönelmesi ya da yeni bir ortamda kalabalığın tercih ettiği yere gitmek buna benzer. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Sosyal hızlandırma**: Sosyal hızlandırma, başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Örneğin bir öğrencinin sınıfta herkesin önünde kolay soruları daha hızlı çözmesi ya da zor sorularda daha çok hata yapması bu duruma örnektir. Soruda performans değil, yargı değişimi vardır.

- C) **Sosyal kaytarma**: Sosyal kaytarma, grup içinde bireyin çabasını azaltmasıdır. Örneğin grup ödevinde bazı öğrencilerin daha az çalışıp yükü diğerlerine bırakması buna örnektir. Soruda çaba azalması değil, görüş değişimi söz konusudur.

- D) **Seyirci etkisi**: Seyirci etkisi, kişi sayısı arttıkça sorumluluğun dağılması nedeniyle müdahale etme olasılığının azalmasıdır. Örneğin kalabalık bir ortamda düşen birine herkesin bakıp kimsenin yardım etmemesi bu duruma örnektir. Soruda yardım etme durumu yoktur.

E) **Kendine hizmet eden yanlılık:** Kendine hizmet eden yanlılık, bireyin başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamasıdır. Örneğin "Sınavı kazandım çünkü zekiyim, kalırsam hoca zor sordu" demek buna örnektir. Soruda böyle bir atıf süreci yoktur.

Cevap: B

10. Kemal Bey'in, **hiçbir karşılık ya da çıkar gözetmeden başkalarının yararını öncelemesi** ve bunu yaptıktan sonra sessizce uzaklaşması, davranışın **ödül, takdir ya da sosyal onay beklentisi olmadan** gerçekleştiğini gösterir. Burada belirleyici ölçüt **yardım edenin niyetidir**. Kemal Bey'in amacı yalnızca başkalarının iyiliğini sağlamaktır. Bu nedenle bu davranış **özgeci davranıştır**. **Özgeci davranış**, bireyin kendi çıkarını bilinçli olarak geri planda bırakıp sadece karşısındakinin iyiliği için yardım etmesidir. Örneğin bir kişinin kimse görmeden ihtiyaç sahibine yardım etmesi de buna örnektir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A) **Seyirci etkisi:** Seyirci etkisi, kişi sayısı arttıkça bireylerin yardım etme sorumluluğunu başkalarına bırakmasıdır. Örneğin kalabalıkta kimsenin müdahale etmemesi. Bu soruda ise tam tersine birey sorumluluk alarak yardım etmektedir.

B) **Sosyal kolaylaştırma:** Sosyal kolaylaştırma, başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Örneğin birinin seyirci önünde daha iyi performans göstermesi. Soruda performans değil, yardım davranışı vardır.

C) **İç grup yanlılığı:** İç grup yanlılığı, bireyin kendi grubunu diğerlerine göre daha olumlu değerlendirmesidir. Örneğin kendi takımını diğerlerinden üstün görmek. Soruda grup karşılaştırması yoktur.

E) **Uyma:** Uyma, bireyin grup baskısıyla düşünce ya da davranışını değiştirmesidir. Örneğin çoğunluğa uyarak farklı düşündüğü hâlde aynı davranışı sergilemek. Soruda birey kendi isteğiyle hareket etmektedir.

Cevap: D

11. Şeyma Hanım'ın bir derneğe üye olduktan sonra zamanla o grubun değerleriyle **özdeşleşmesi ve meslektaşlarıyla ortak tutum ve davranışlar geliştirmesi**, bireyin kendisini bir grubun parçası olarak tanımlamasıyla ilgilidir. Yani kişi "ben kimim?" sorusuna, ait olduğu grup üzerinden cevap vermeye başlar. Bu durum **sosyal kimliktir**. **Sosyal kimlik**, bireyin kendisini ait olduğu sosyal gruplar üzerinden tanımlaması ve o grubun değerlerini benimsemesidir. Örneğin bir kişinin "ben psikolojik danışmanım" diyerek meslek grubunun değerlerine uygun davranması buna örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **İç grup yanlılığı:** İç grup yanlılığı, bireyin kendi grubunu diğer gruplara göre daha olumlu değerlendirmesidir. Örneğin kendi grubunu daha iyi görmek. Soruda değerlendirme değil, kimlik geliştirme vardır.

C) **Karakter:** Karakter, bireyin ahlaki yönlerini ve değerler sistemini ifade eder. Örneğin dürüstlük gibi. Soruda bireysel ahlaki yapı değil, grup temelli kimlik söz konusudur.

D) **Mizaç:** Mizaç, doğuştan gelen kişilik özellikleridir. Örneğin sakin ya da hareketli olmak. Soruda öğrenilmiş ve grup temelli bir süreç vardır.

E) **Dış grup karşıtlığı:** Dış grup karşıtlığı, bireyin kendi grubu dışındaki gruplara olumsuz tutum geliştirmesidir. Soruda böyle bir karşıtlık yoktur.

Cevap: B

12. Mert Bey'in, öğrencinin **ilginç sorular sormasından hareketle onun yaratıcı olduğu sonucuna ulaşması**, birbirine yakın görülen iki özelliğin (ilginç soru sorma – yaratıcılık) birbirinden ayırt edilememesi ve biri diğerinin göstergesiymiş gibi düşünülmesidir. Bu durum **mantık hatasıdır**. **Mantık hatası**, bireyin benzer ya da ilişkili görülen özellikleri ayırt edemeyerek birini diğerine bağlamasıdır. Örneğin "çalışkan birinin zeki olduğu" şeklinde düşünmek buna örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **Eşsizlik yanılgısı:** Eşsizlik yanılgısı, bireyin kendisini başkalarından daha farklı ve özel görmesidir. Örneğin "kimse benim gibi düşünmez" demek. Soruda başkasını değerlendirme vardır.

- C) **Genelleme hatası:** Genelleme hatası, sınırlı sayıda gözleme dayanarak geniş ve kesin yargılara varmaktır. Örneğin bir öğrencinin birkaç dersteki başarısına bakarak “çok zeki” demek. Soruda asıl vurgu özellikler arasında ilişki kurmadadır.
- D) **Görüş birliği yanılığı:** Görüş birliği yanılığı, kişinin kendi düşüncelerinin başkaları tarafından da paylaşıldığını sanmasıdır. Soruyla ilgili değildir.
- E) **Seyirci etkisi:** Seyirci etkisi, kişi sayısı arttıkça yardım etme olasılığının azalmasıdır. Soruda yardım davranışı yoktur.

Cevap: B

13. Başarıyı içsel ve kalıcı nedenlere, başarısızlığı ise dışsal ve geçici nedenlere bağlama eğilimi, bireyin **benlik saygısını koruma ve kendini değerli hissetme ihtiyacından** kaynaklanır. Yani kişi “başarı benim yeteneğimden, başarısızlık dış etkenlerden” diyerek **olumlu benlik algısını sürdürmeye çalışır**. Bu nedenle kendine hizmet eden yüklemeye yanılığının temelinde **benliği değerli görme arzusu** vardır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Öğrenilmiş çaresizlikten kurtulma çabası:** Öğrenilmiş çaresizlik, bireyin kontrol edemediği olumsuzluklar karşısında pasifleşmesidir. Burada ise aktif bir benlik koruma mekanizması vardır.
- C) **Öğrenilmiş iyimserlik çabası:** Öğrenilmiş iyimserlik, olumsuz olayları geçici ve değiştirilebilir görme eğilimidir. Bu kavram kendine hizmet eden yüklemeye ile ilişkili olsa da onun temel nedeni değildir.
- D) **Olumluluk yanılığı:** Olumluluk yanılığı, genel olarak olumlu bilgilere daha fazla ağırlık verilmesidir. Burada ise özel olarak **yüklemeye biçimi** söz konusudur.
- E) **İç grup kayırmacılığı:** İç grup kayırmacılığı, bireyin kendi grubunu diğer gruplara göre daha olumlu değerlendirmesidir. Soruda bireysel düzeyde benlik korunması vardır.

Cevap: A

14. Ercan Bey’in, kendi meslek grubu olan doktorları diğer meslek gruplarına göre daha entelektüel, sosyal ve yardımsever olarak değerlendirmesi, bireyin ait olduğu grubu kayırdığını gösterir. Yani kişi kendi grubunu sistematik biçimde daha olumlu görmektedir. Bu durum **iç grup kayırmacılığıdır**. **İç grup kayırmacılığı**, bireyin ait olduğu grubu diğer gruplara kıyasla daha olumlu değerlendirmesi ve ona ayrıcalık tanımasıdır. Örneğin bir öğrencinin “bizim bölüm daha kaliteli” ya da bir taraftarın “bizim takım daha ahlaklı” demesi buna benzer. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Aktör-gözlemci yanılığı:** Aktör-gözlemci yanılığı, bireyin kendi davranışını durumsal, başkalarının davranışını kişisel nedenlerle açıklamasıdır. Örneğin “ben geç kaldım çünkü trafik vardı, o geç kaldı çünkü sorumsuz.” Soruda davranışın nedeni açıklanmamakta, grup değerlendirmesi yapılmaktadır.
- B) **Olumluluk yanılığı:** Olumluluk yanılığı, bir kişi ya da durumu genel olarak olumlu değerlendirme eğilimidir. Örneğin yeni tanışılan birini tek bir iyi özelliğine bakarak tamamen iyi biri sanmak. Soruda genel olumlu değerlendirme değil, kendi grubunu diğerine göre üstün görme vardır.
- C) **Seyirci etkisi:** Seyirci etkisi, kişi sayısı arttıkça sorumluluğun dağılması nedeniyle yardım etme olasılığının azalmasıdır. Örneğin kalabalıkta kimsenin yardım etmemesi. Soruyla ilgisi yoktur.
- D) **Temel atıf hatası:** Temel atıf hatası, başkalarının davranışlarını kişisel özelliklerle açıklayıp durumsal etkenleri göz ardı etmektir. Örneğin birinin başarısızlığını “tembel” diye açıklamak. Soruda böyle bir nedensel yüklemeye yoktur.

Cevap: E

15. Meltem'in, beklediği notu alamamasını **"daha çok çalışmalıyım, daha dikkatli olmalıyım"** şeklinde açıklaması, başarısızlığın nedenini kendi davranışlarına bağladığını gösterir. Yani birey sonucu **içsel ve kontrol edilebilir nedenlerle açıklamakta ve sorumluluğu üstlenmektedir**. Bu durum **iç denetim odağına sahip olduğunu gösterir. İç denetim odağı**, bireyin yaşadığı sonuçları kendi çabası, dikkat düzeyi gibi içsel etkenlerle açıklamasıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Benliğini değerli görebilmek için kendine yontan atıf hatası yapmaktadır:** Kendine yontan atıf hatasında birey başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlar. Meltem ise başarısızlığı kendine yüklemektedir.
- B) Başarısızlığından duyduğu üzüntü nedeniyle olumsuzluk yanılığı göstermektedir:** Olumsuzluk yanılığı, olumsuz bilgilere daha fazla ağırlık verilmesidir. Burada bilişsel değerlendirme değil, nedensel yükleme vardır.
- C) Notunu beğenmediği için aktör-gözlemci yanılığı sergilemektedir:** Aktör-gözlemci yanılığı, kişinin kendi davranışını duruma, başkalarınınkini kişiliğe bağlamasıdır. Soruda böyle bir karşılaştırma yoktur.
- E) Başarısızlığının yarattığı hayal kırıklığını telafi etmek için mantığa bürüne savunma mekanizması kullanmaktadır:** Mantığa bürünmede birey başarısızlığı kabul etmek yerine mantıklı görünen açıklamalar üretir. Meltem ise açıkça sorumluluğu üstlenmektedir.

Cevap: D

1. Ekranda daha çok öne çıkan kişinin tartışmayı yönlendirdiğinin düşünülmesi, dikkat çeken unsurun davranışın nedeni olarak algılanmasıdır. Yani bireyler, görsel olarak daha belirgin olan kişiye nedensellik ve sorumluluk atfetmektedir. Bu durum **ağır basma denencesidir. Ağır basma denencesi**, dikkat çeken ya da algısal olarak öne çıkan kişinin ya da unsurun olayın nedeni olarak değerlendirilmesidir. Örneğin bir tartışmada kameranın sürekli bir kişiye odaklanması, onun daha etkili olduğu izlenimini yaratır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Temel atıf hatası:** Temel atıf hatası, başkalarının davranışlarını kişilik özelliklerine bağlayıp durumsal etkenleri ihmal etmektir. Bu soruda dikkat çekme etkisi vardır.
- B) **Aktör-gözlemci yanılığı:** Kişinin kendi davranışını duruma, başkalarının davranışını kişiliğe bağlamasıdır. Bu soruda böyle bir karşılaştırma yoktur.
- D) **Olumluluk yanılığı:** Bir kişi ya da durumu genel olarak olumlu değerlendirme eğilimidir. Soruda olumlu-olumsuz değerlendirme yoktur.
- E) **İç grup kayırmacılığı:** Bireyin kendi grubunu diğer gruplara göre daha olumlu değerlendirmesidir. Soruda grup karşılaştırması yoktur.

Cevap: C

2. Kalabalık içinde bireylerin anonimlik duygusuyla **kişisel kimlik bilincini yitirmesi, sorumluluk duygusunun azalması ve davranışlarını grup normlarına göre yönlendirmesi** söz konusudur. Yani birey tek başınayken yapmayacağı davranışları, grup içinde kendini anonim hissederek sergilemektedir. Bu durum **kimliksizleşmedir. Kimliksizleşme**, bireyin anonimlik ve grup etkisiyle kişisel kimliğinin zayıflaması ve grup normlarına göre davranmasıdır. Örneğin sosyal medyada anonim hesaplarla daha saldırgan davranışlar sergilenmesi buna benzer. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sosyal kaytarma:** Sosyal kaytarma, grup içinde bireyin çabasını azaltmasıdır. Örneğin grup ödevinde bazı üyelerin daha az çalışması. Soruda çaba azalması değil, norm dışı davranış artışı vardır.

- B) **Grup kutuplaşması:** Grup kutuplaşması, başlangıçtaki eğilimin daha aşırı hâle gelmesidir. Soruda görüşlerin uçlaşması değil, kimlik kaybı vardır.

- C) **İç grup yanılığı:** İç grup yanılığı, bireyin kendi grubunu diğer gruplara göre daha olumlu değerlendirmesidir. Soruda grup karşılaştırması yoktur.

- D) **Seyirci etkisi:** Seyirci etkisi, kişi sayısı arttıkça yardım etme olasılığının azalmasıdır. Soruda yardım değil, davranış değişimi vardır.

Cevap: E

3. Manolya Hanım'ın, öğrencinin **sınıf birincisi olmasından hareketle "o hâlde bu çocuğun her şeyi iyidir"** şeklinde düşünmesi, tek bir olumlu özelliğe dayanarak bireyin tüm özelliklerini olumlu kabul etmesidir. Yani sınırlı bir bilgiden yola çıkarak kişi hakkında **genel ve kapsamlı bir yargıya varılmaktadır**. Bu durum **genelleme hatasıdır. Genelleme hatası**, bireyin az sayıda gözleme dayanarak kişi hakkında geniş ve kesin sonuçlar çıkarmasıdır. Örneğin bir öğrencinin bir dersteki başarısına bakarak "çok zeki ve her alanda başarılı" demek buna benzer. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Eşsizlik yanılığı:** Eşsizlik yanılığı, bireyin kendisini başkalarından daha farklı ve özel görmesidir. Soruda başkasını değerlendirme vardır.

- B) **Benlik yanılığı:** Benlik yanılığı, bireyin kendisine yönelik algı hatalarıdır. Soruda başkasına yönelik değerlendirme yapılmaktadır.

- D) **Mantık hatası:** Mantık hatası, birbirine benzer özelliklerin ayırt edilememesi ve birinin diğerinin göstergesi gibi düşünülmesidir. Örneğin "çalışkan biri zekidir" demek. Soruda ise tek bir özelliğe dayanarak genelleme yapılmaktadır.

- E) **Dışsal atıf:** Dışsal atıf, bireyin davranışları çevresel nedenlerle açıklamasıdır. Soruda atıf değil, algı hatası vardır.

Cevap: C

4. Hakan Bey'in, müdürün zaman zaman asabi davranmasına rağmen **öğretmenlerle sohbet etmesi, çiçek göndermesi gibi olumlu davranışlarına odaklanarak onu "çok iyi huylu, iyi bir insan" olarak değerlendirmesi**, olumlu bilgilere daha fazla ağırlık vererek genel bir yargıya ulaşmasıdır. Yani birey, kişinin olumlu yönlerini öne çıkarıp olumsuz yönlerini göz ardı etmektedir. Bu durum **olumluluk yanılığıdır. Oumluluk yanılığı**, bir kişi ya da durum hakkında olumlu özelliklere daha fazla önem vererek genel değerlendirmeyi bu yönde yapma eğilimidir. Örneğin bir kişinin birkaç iyi davranışına bakarak tamamen iyi biri olduğunu düşünmek buna benzer. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kendine yontan atfı hatası:** Bireyin başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamasıdır. Soruda başkasını değerlendirme vardır.
- B) **Olumsuzluk yanılığı:** Olumsuzluk yanılığı, olumsuz bilgilerin daha etkili olmasıdır. Örneğin bir kişinin tek bir hatasına odaklanmak. Soruda tam tersine olumlu özellikler baskındır.
- D) **Sonralık etkisi:** Sonralık etkisi, en son edinilen bilgilerin daha etkili olmasıdır. Soruda son bilgi değil, genel olumlu değerlendirme vardır.
- E) **Aktör-gözlemci yanılığı:** Kişinin kendi davranışını duruma, başkalarının davranışını kişiye bağlamasıdır. Soruda böyle bir atfı süreci yoktur.

Cevap: C

5. Hakan Bey'in, müdürün resmî işlem yapacağını söylemesinden sonra **önceki olumlu izlenimlerini bir kenara bırakarak tek bir olumsuz duruma dayanıp "bu adam da diğerleri gibi" şeklinde değerlendirme yapması**, olumsuz bilginin daha etkili olmasıdır. Yani birey, olumsuz bir davranış genelleyerek genel yargısını değiştirmektedir. Bu durum **olumsuzluk yanılığıdır. Olumsuzluk yanılığı**, olumsuz bilgilerin olumlu bilgilere göre daha fazla dikkat çekmesi ve değerlendirmeyi daha güçlü biçimde etkilemesidir. Örneğin bir kişinin birçok iyi davranışına rağmen tek bir hatasıyla olumsuz etiketlenmesi buna benzer. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kendine yontan atfı hatası:** Bireyin başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamasıdır. Soruda başkasını değerlendirme vardır.
- C) **Olumluluk yanılığı:** Olumlu bilgilere daha fazla ağırlık verilmesidir. Bu soruda ise olumsuz bilgi baskındır.
- D) **Öncelik etkisi:** İlk edinilen bilgilerin daha etkili olmasıdır. Soruda sonradan gelen olumsuz bilgi daha etkilidir.
- E) **Aktör-gözlemci yanılığı:** Kişinin kendi davranışını duruma, başkalarının davranışını kişiye bağlamasıdır. Soruda böyle bir atfı yoktur.

Cevap: B

6. Jesse Owens'in, olimpiyatlarda büyük başarı kazanmasına rağmen **ülkesinde yalnızca siyahi olduğu için otelin ana kapısından alınmaması**, bireyin ait olduğu gruba (ırkına) bağlı olarak farklı ve olumsuz muamele görmesidir. Yani kişi, bireysel özelliklerinden bağımsız olarak **grup üyeliği nedeniyle dışlanmakta ve eşit olmayan davranışa maruz kalmaktadır**. Bu durum **ayrımcılıktır. Ayrımcılık**, bireylere ait oldukları sosyal grup (ırk, cinsiyet, din vb.) nedeniyle farklı ve genellikle olumsuz davranılmasıdır. Örneğin bir kişinin sadece etnik kökeni nedeniyle işe alınmaması da buna örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Olumsuzluk yanılığı:** Olumsuzluk yanılığı, olumsuz bilgilerin değerlendirme üzerinde daha baskın olmasıdır. Örneğin bir kişinin birçok iyi özelliğine rağmen tek bir hatasıyla olumsuz değerlendirilmesi. Bu soruda bilişsel değerlendirme değil, doğrudan **davranışsal ayırım** vardır.
- B) **Öğrenilmiş çaresizlik:** Öğrenilmiş çaresizlik, bireyin tekrar eden başarısızlıklar sonucunda kontrol duygusunu kaybedip çaba göstermemesidir. Örneğin sürekli başarısız olan bir öğrencinin artık ders çalışmayı bırakması. Owens'in durumu bireysel pasiflik değil, dışsal engellemeye maruz kalmadır.
- D) **Seyirci etkisi:** Seyirci etkisi, bir olayda kişi sayısı arttıkça yardım etme olasılığının azalmasıdır. Örneğin kalabalıkta kimsenin düşen birine yardım etmemesi. Bu olayda yardım davranışı değil, sistematik dışlama vardır.

E) Sonralık etkisi: Sonralık etkisi, en son edinilen bilgilerin değerlendirme üzerinde daha etkili olmasıdır. Örneğin bir kişi hakkında son duyulan bilginin daha baskın olması. Bu soruda bilgi sırası değil, **toplumsal eşitsizlik ve dışlama** söz konusudur.

Cevap: C

7. Olayın sonucu ortaya çıktıktan sonra analistlerin “zaten belliydi” şeklinde yorum yapmaları, sonucu öğrendikten sonra geçmiş sanki baştan öngörülebilir ve açıkmiş gibi hatırlamalarıdır. Yani bireyler, olay gerçekleşmeden önceki belirsizliği göz ardı ederek sonucu **kaçınılmazmış gibi değerlendirmektedir**. Bu durum **geçmiş değerlendirme yanlışlığıdır**. **Geçmiş değerlendirme yanlışlığı**, bireyin bir olayın sonucunu öğrendikten sonra, o sonucu önceden tahmin etmiş gibi hatırlaması ya da olayın baştan beri açık olduğunu düşünmesidir. Örneğin bir maç bittikten sonra “zaten bu takım kazanacaktı” demek buna benzer. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

B) Temel atıf hatası: Davranışları kişisel özelliklerle açıklayıp durumu ihmal etmektir. Soruda nedensel yükleme yoktur.

C) Olumluluk yanılığı: Olumlu bilgilere daha fazla ağırlık verilmesidir. Soruda zaman sonrası değerlendirme vardır.

D) Kendine yontan atıf hatası: Başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamaktır. Soruda bireysel çıkar yoktur.

E) Mantık hatası: Özellikler arasında yanlış ilişki kurmaktır. Soruda geçmişe yönelik çarpıtma vardır.

Cevap: A

8. Zeynep’in, olumsuz bir olayın kendisini **çok uzun süre ve çok yoğun etkileyeceğini düşünmesi**, ancak gerçekte daha hızlı toparlanması; bireyin psikolojik dayanıklılığını ve uyum kapasitesini küçümsemesi durumudur. Yani kişi, gelecekteki duygusal tepkisini **abartmakta** ve kendi psikolojik “bağımsızlık sistemini” hesaba katmamaktadır. Bu durum **bağımsızlık bilgisizliğidir**. **Bağımsızlık bilgisizliği**, bireyin olumsuz olayların etkisini olduğundan daha uzun ve ağır sürecekmış gibi tahmin etmesidir. Örneğin birinin “bu ayrılıktan asla çıkamam” demesi ama zamanla toparlanması buna benzer. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A) Olumsuzluk yanılığı: Olumsuzluk yanılığı, olumsuz bilgilerin daha fazla dikkat çekmesi ve değerlendirmeyi etkilemesidir. Örneğin bir kişinin tek bir hatasına odaklanmak. Bu soruda dikkat değil, **geleceğe yönelik yanlış duygusal tahmin** vardır.

B) Kendine yontan atıf hatası: Bireyin başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamasıdır. Örneğin “kazandım çünkü zekiym, kaybettim çünkü şanssızdım.” Bu soruda atıf değil, **duygusal öngörü hatası** vardır.

C) Geçmiş değerlendirme yanlışlığı: Sonuç öğrenildikten sonra geçmiş “zaten belliydi” şeklinde değerlendirmektir. Örneğin maç bittikten sonra “bu takım kazanacaktı” demek. Bu soruda geçmiş değil, **gelecek tahmini** vardır.

E) Mantık hatası: Birbirine benzer özellikleri ayırt edemeyip yanlış ilişki kurmaktır. Örneğin “çalışkan biri zekidir” demek. Bu soruda özellik ilişkisi değil, **duygusal dayanıklılığı küçümseme** vardır.

Cevap: D

9. Sebahattin Bey'in, çoğunlukla gençlerin bulunduğu bir spor salonuna giderken **gerginlik yaşaması**, bulunduğu ortamda kendi grubuna (yaş grubuna) yönelik olumsuz kalıp yargıların etkisinde kalmasıyla açıklanır. Birey, "yaşlılar sporda yetersizdir" gibi toplumsal kalıp yargıların farkında olduğunda, bu yargıyı doğrulama kaygısı yaşayabilir ve performansına ya da rahatlığına olumsuz yansıtacak bir gerginlik hisseder. Bu durum **kalıp yargı tehdididir**. **Kalıp yargı tehdidi**, bireyin ait olduğu gruba yönelik olumsuz stereotiplerin farkında olarak bu yargıyı doğrulama kaygısı yaşaması ve bunun kaygı oluşturmalarıdır. Örneğin yaşlı birinin teknoloji kullanırken "yapamayacağım" diye gerilmesi buna benzer. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Seyirci etkisi**: Seyirci etkisi, kişi sayısı arttıkça sorumluluğun dağılması nedeniyle yardım etme olasılığının azalmasıdır. Örneğin kalabalıkta kimsenin müdahale etmemesi. Bu soruda yardım davranışı yoktur.
- B) **Öncelik-sonralık etkisi**: Bilgilerin sunulduğu sırasına göre ilk ya da son bilgilerin daha etkili olmasıdır. Örneğin bir kişi hakkında ilk duyulan bilginin daha kalıcı olması. Bu soruda bilgi sırası değil, **sosyal kaygı** vardır.
- C) **Olumsuzluk yanılığı**: Olumsuz bilgilerin daha fazla dikkat çekmesidir. Örneğin bir kişinin tek hatasına odaklanmak. Bu soruda dikkat değil, **grup temelli kaygı** vardır.
- D) **Temel atıf hatası**: Başkalarının davranışlarını kişisel özelliklerle açıklayıp durumu ihmal etmektir. Örneğin birinin başarısızlığını "tembel" diye açıklamak. Bu soruda atıf yoktur.

Cevap: E

10. Seyhan'ın, geçmişte yaşanan bir olayı hatırlarken **kendisini daha olumlu, daha sakin ve daha haklı gösterecek şekilde hatırlaması**, hafızanın benlik lehine çarpıtılmasıdır. Yani birey, geçmiş nesnel biçimde değil, **kendi rolünü olduğundan daha iyi gösterecek şekilde yeniden kurgulamaktadır**. Bu durum **hafızada benmerkezciliktir**. **Hafızada benmerkezcilik**, kişinin geçmiş olayları kendisini daha başarılı, daha haklı ya da daha olumlu gösterecek biçimde hatırlamasıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Kendine yontan atıf hatası**: Başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamaktır. Örneğin "başardım çünkü zekiym, olmadı çünkü şanssızdım." Bu soruda neden yükleme değil, **hatırlama biçimi** vardır.
- B) **Olumluluk yanılığı**: Bir kişi ya da durumu genel olarak olumlu değerlendirme eğilimidir. Örneğin birinin tek iyi özelliğine bakarak tamamen iyi olduğunu düşünmek. Bu soruda değerlendirme değil, **geçmişin çarpıtılması** vardır.
- C) **Mantık hatası**: Benzer özellikleri ayırt edemeyip yanlış ilişki kurmaktır. Örneğin "çalışkan biri zekidir" demek. Bu soruda özellik ilişkisi yoktur.
- D) **Geçmiş değerlendirme yanılığı**: Sonuç öğrenildikten sonra "zaten belliydi" şeklinde geçmiş değerlendirilmiştir. Bu soruda ise **önceden bilme değil, kendini daha olumlu hatırlama** vardır.

Cevap: E

11. Osman'ın, yöneticinin geri bildirimini değerlendirirken **yöneticinin bakış açısını ve beklentilerini dikkate almaması**, olayı yalnızca kendi açısından yorumlamasıdır. Yani birey, karşı tarafın perspektifini anlayamamakta ve durumu kendi merkezinden açıklamaktadır. Bu durum **perspektif alma hatasıdır**. **Perspektif alma hatası**, bireyin olayları başkalarının bakış açısından değerlendirememesi ve kendi bakış açısına sıkışmasıdır. Örneğin bir çalışanın, yöneticinin standartlarını göz ardı ederek eleştiriyi kişisel algılaması buna benzer. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Temel atıf hatası**: Başkalarının davranışlarını kişisel özelliklerle açıklayıp durumsal etkenleri ihmal etmektir. Örneğin bir yöneticinin eleştirisini "o kötü biri" diye yorumlamak. Bu soruda vurgu, neden yüklemeden çok **perspektif almamadır**.
- C) **Olumsuzluk yanılığı**: Olumsuz bilgilerin daha baskın olmasıdır. Örneğin bir kişinin tek eleştirisine odaklanmak. Bu soruda dikkat değil, **yorumlama biçimi** vardır.

D) Kendine yontan atıf hatası: Başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamaktır. Örneğin “başardım çünkü iyiyim, olmadı çünkü patron kötü.” Bu soruda atıf değil, **bakış açısı sorunu** vardır.

E) İç grup yanlılığı: Kendi grubunu diğer gruplardan üstün görmektir. Örneğin “bizim ekip daha iyi.” Bu soruda grup karşılaştırması yoktur.

Cevap: A

12. Osman'ın, kendi içsel duygusu olan heyecanın **başkaları tarafından da açıkça fark edildiğini düşünmesi**, bireyin içsel durumlarının dışarıdan da aynı şekilde görüldüğünü varsaymasıdır. Yani kişi, kendi duygularının ve düşüncelerinin başkaları için de şeffaf olduğunu zannetmektedir. Bu durum **saydamlık yanılsamasıdır. Saydamlık yanılsaması**, bireyin kendi içsel durumlarının (duygu, düşünce, kaygı) başkaları tarafından olduğundan daha kolay fark edildiğini düşünmesidir. Örneğin sunum yaparken titremenin herkes tarafından fark edildiğini sanmak buna benzer. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Geçmiş değerlendirme yanlılığı: Sonuç ortaya çıktıktan sonra “zaten biliyordum” demektir. Örneğin maç bittikten sonra sonucu önceden bildiğini iddia etmek. Bu seçenek geçmişe dönük çarpıtmadır.

B) Kendine yontan atıf hatası: Başarısızlığı dış etkenlere yüklemektir. Örneğin “başarısız oldum çünkü ekip kötüydü.” Bu seçenek atıf yanlılığıdır.

C) Genelleme hatası: Tek bir özelliğe bakarak genel yargıya varmaktır. Örneğin bir davranıştan tüm kişiliği çıkarmak. Bu seçenek aşırı genellemedir.

E) İç grup yanlılığı: Kendi grubunu diğer gruplardan üstün görmektir. Örneğin “bizim ekip en iyisi.” Bu seçenek grup kayırmadır.

Cevap: D

13. Mehmet Bey'in, evliliğinde ve iş yerinde yaşadığı sorunlarda **sorumluluğu sürekli başkalarına yüklemesi ve kendi payını kabul etmemesi**, yaşanan sonuçları dışsal etkenlerle açıklama eğilimidir. Yani birey, kontrolü kendisinde değil çevrede görmekte ve “sorun bende değil, başkalarında” şeklinde düşünmektedir. Bu durum **dışsal denetim odağına sahip olduğunu gösterir. Dışsal denetim odağı**, bireyin yaşadığı olayların nede-nini kendi davranışları yerine şans, diğer insanlar ya da çevresel faktörlerle açıklamasıdır. Örneğin bir kişinin başarısızlığını “iş yerim kötü, insanlar sorunlu” diye açıklaması buna benzer. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Temel yükleme hatası: Başkalarının davranışlarını kişisel özelliklerle açıklayıp durumsal etkenleri göz ardı etmektir. Örneğin birinin hatasını “tembel” diye açıklamak. Bu soruda birey başkalarını yargılamaktan çok **sorumluluğu dışa atmaktadır.**

B) Eşsizlik yanılgısı: Bireyin kendisini diğerlerinden daha farklı ve özel görmesidir. Örneğin “ben diğerlerinden çok farklıyım” düşüncesi. Bu soruda böyle bir kıyas yoktur.

C) Görüş birliği yanılgısı: Kişinin kendi düşüncelerinin çoğunluk tarafından paylaşıldığını sanmasıdır. Örneğin “herkes benim gibi düşünüyor” demek. Bu soruda ortak görüş algısı yoktur.

D) Öncelik hatası: İlk edinilen bilgilerin daha etkili olmasıdır. Örneğin bir kişi hakkında ilk izlenimin baskın olması. Bu soruda bilgi sırası değil, **nedensel yükleme tarzı** vardır.

Cevap: E

14. Muhittin Bey'in, kendi davranışlarını anlatırken “**ben kurallara uyuyorum ama artık böyle insanlar çok az**” demesi, kendisini diğer insanlardan daha farklı ve olumlu bir konumda görmesidir. Yani birey, sahip olduğu özelliklerin toplumda nadir olduğunu düşünerek **kendisini ayrı ve özel bir yerde konumlandırmaktadır.** Bu durum **eşsizlik yanılgısıdır. Eşsizlik yanılgısı**, bireyin olumlu özelliklerinin ve davranışlarının başkalarında nadir olduğunu düşünmesi, kendisini ortalamadan daha farklı ve üstün görmesidir. Örneğin bir kişinin “benim kadar dürüst insan yok” demesi buna benzer. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Görüş birliği yanılması:** Kişinin kendi düşünce ve davranışlarının çoğunluk tarafından paylaşıldığını sanmasıdır. Örneğin “herkes benim gibi kurallara uyar” demek. Bu soruda tam tersine, başkalarının böyle olmadığını düşünme vardır.
- C) Kendini doğrulayan kehanet:** Bireyin beklentilerinin davranışları yönlendirerek sonucu doğrulamasıdır. Örneğin bir öğretmenin başarılı gördüğü öğrenciye daha çok ilgi göstermesi ve öğrencinin gerçekten başarılı olması. Bu soruda beklenti-sonuç ilişkisi yoktur.
- D) Sosyal hızlandırma:** Başkalarının varlığında performansın artmasıdır. Örneğin kalabalıkta daha hızlı iş yapmak. Bu soruda performans değişimi yoktur.
- E) Sosyal kaytarma:** Grup içinde bireyin çabasını azaltmasıdır. Örneğin grup ödevinde daha az çalışmak. Bu soruda grup çalışması yoktur.

Cevap: B

15. Deneklerin aynı kişi hakkında verilen bilgileri **farklı biçimde yorumlayarak bir grubun olumlu, diğer grubun ise olumsuz değerlendirme yapması**, bireylerin bilgileri işlerken ya **olumlu yönlere ağırlık vermesi** ya da **olumsuz yönle odaklanması** ile ilgilidir. Yani aynı metindeki özellikler, bazı denekler tarafından “cesur, maceracı” şeklinde olumlu; bazıları tarafından ise “tehlikeye atılan, gösterişçi” şeklinde olumsuz yorumlanmaktadır. Bu durum **olumluluk ve olumsuzluk yanılmasıdır**. **Olumluluk yanılması**, olumlu bilgilere daha fazla ağırlık vererek değerlendirme yapma; **olumsuzluk yanılması** ise olumsuz bilgileri daha baskın görme eğilimidir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) Aktör-gözlemci yanılması:** Kişinin kendi davranışını duruma, başkalarının davranışını kişiliğe bağlamasıdır. Örneğin “ben geç kaldım çünkü trafik vardı, o geç kaldı çünkü sorumsuz.” Bu soruda böyle bir karşılaştırma yoktur.
- B) Seyirci etkisi:** Kişi sayısı arttıkça yardım etme olasılığının azalmasıdır. Örneğin kalabalıkta kimsenin müdahale etmemesi. Bu soruda yardım davranışı yoktur.

- D) Görüş birliği yanılması:** Kişinin kendi düşüncelerinin çoğunluk tarafından paylaşıldığını sanmasıdır. Örneğin “herkes benim gibi düşünüyor.” Bu soruda farklı yorumlar vardır.
- E) Eşsizlik yanılması:** Bireyin kendisini diğerlerinden daha farklı ve özel görmesidir. Örneğin “benim gibi insan az.” Bu soruda başkalarını değerlendirme vardır.

Cevap: C

1. Fen bilgisi öğretmenin, Sevgi'nin kötü not almasını ve devamsızlığını **annesinin hastalığı gibi dışsal bir nedene bağlaması**, davranışın nedenini bireyin iç özellikleri yerine çevresel koşullarla açıklamaktır. Yani öğretmen, öğrencinin durumunu kişiliği ya da tembelliğiyle değil, **dışsal bir yaşam olayıyla ilişkilendirmektedir**. Bu durum **dışsal yüklem**dir. **Dışsal yüklem**, bireyin davranışlarının nedenini çevresel etkenler, durumlar ya da dış koşullarla açıklamasıdır. Örneğin bir öğrencinin başarısızlığını "ailevi sorunları var" diye açıklamak buna benzer. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) İçsel yüklem: Davranışın nedenini bireyin kişilik özellikleriyle açıklamaktır. Örneğin "başarısız çünkü tembel." Bu soruda tam tersine dış neden vurgulanmıştır.

C) Temel yüklem hatası: Başkalarının davranışlarını açıklarken durumsal etkenleri göz ardı edip kişisel özelliklere aşırı vurgu yapmaktır. Örneğin bir öğrenciyi "sorumsuz" diye etiketlemek. Bu soruda öğretmen durumu dikte almaktadır.

D) Kendine yontan atıf hatası: Başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamaktır. Örneğin "kazandım çünkü zekiyim, kaybettim çünkü şanssızdım." Bu soruda başkası hakkında değerlendirme vardır.

E) Mantiğa bürüme: Bireyin kabul etmekte zorlandığı durumları mantıklı gerekçelerle açıklamasıdır. Örneğin başarısızlığı farklı nedenlerle rasyonalize etmek. Bu soruda savunma mekanizması yoktur.

Cevap: B

2. Okullarda verilen eğitim, bireylere belirli değerlerin, normların ve davranışların **planlı ve sistemli şekilde öğretilmesi** sürecidir. Yani birey, bilinçli bir eğitim programı aracılığıyla toplumsal kurallara uyum sağlamaya yönlendirilir. Bu durum **kasıtlı kültürlemedir**. **Kasıtlı kültürleme**, bireyin planlı ve bilinçli bir süreçle (okul, eğitim programları gibi) toplumsal değerleri öğrenmesidir. Örneğin derslerde kuralların, sorumlulukların öğretilmesi buna örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Zoraki kültürleme: Bireyin baskı ve zorlamayla belirli davranışlara yönlendirilmesidir. Örneğin cezayla kurallara uymaya zorlanmak. Okul eğitimi temel olarak zorlamaya değil, öğretime dayanır.

B) Gelişigüzel kültürleme: Bireyin planlı olmayan, günlük yaşam içinde kendiliğinden öğrenmesidir. Örneğin arkadaş çevresinden davranış öğrenmek. Okul ise planlı bir süreçtir.

D) Sosyal hızlandırma: Başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Örneğin kalabalıkta daha hızlı çalışmak. Bu soruda öğrenme süreci vardır.

E) İç grup yanlılığı: Bireyin kendi grubunu diğer gruplara göre daha olumlu değerlendirmesidir. Örneğin "bizim okul daha iyi." Bu soruyla ilgisi yoktur.

Cevap: C

3. Nezihi Bey'in, önce **çok yüksek bir miktar (10.000 TL)** isteyip reddedildikten sonra isteğini **daha küçük ve kabul edilebilir bir düzeye (1.000 TL)** indirmesi, bireyin ikinci isteği bir "ödün" gibi algılayarak kabul etmesine dayanır. Yani kişi, ilk büyük isteği reddettiği için ikinci isteği geri çevirmeyi zor bulur ve uyum gösterir. Bu durum **önce büyük sonra küçük rica tekniğidir**. Bu teknik, literatürde "kapıyı yüzüne kapatma" (door-in-the-face) olarak da bilinir ve karşılıklılık ilkesine dayanır. Örneğin birinin önce yüksek bağış isteyip sonra daha düşük bir miktar talep etmesi buna benzer. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Önce küçük sonra büyük rica tekniği: Önce küçük bir isteğin kabul edilip ardından daha büyük bir isteğin sunulmasıdır. Örneğin önce küçük bir yardım isteyip sonra daha büyük bir talepte bulunmak. Bu soruda süreç tersidir.

C) Sıra dışı istek tekniği: Beklenmedik ve şaşırtıcı bir istekte bulunarak dikkat çekmeyi amaçlar. Örneğin alışılmadık bir şekilde yardım istemek. Bu soruda dikkat çekme değil, **isteğin kademeli küçültülmesi** vardır.

D) Sadece o değil tekniği: Teklif sunulurken yanında ek avantajlar verilmesidir. Örneğin "bunu alırsan yanında şu da ücretsiz." Bu soruda ek fayda yoktur.

E) **Acizliğin gücü:** Kişinin kendini zayıf ve yardıma muhtaç göstererek yardım istemesidir. Örneğin “çok zor durumdayım” diyerek destek istemek. Bu soruda asıl strateji **istek büyüklüğünü değiştirmektir.**

Cevap: B

4. Kadınların önce **küçük ve kabul edilmesi kolay bir isteği (dilekçeyi imzalamaya)** yerine getirmeleri, ardından daha **büyük ve daha zor bir isteği (bahçeye tabela asma)** kabul etmelerini kolaylaştırmıştır. Yani birey, ilk davranışıyla kendisini belirli bir tutumla uyumlu hâle getirir ve daha sonra bu tutarlılığı sürdürmek için ikinci isteğe de uyum gösterir. Bu durum **önce küçük sonra büyük rica tekniğidir.** Bu teknik tutarlılık ilkesine dayanır. Örneğin önce küçük bir yardım isteyen kişinin daha sonra daha büyük bir yardım istemesi buna benzer. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Önce büyük sonra küçük rica tekniği:** Önce büyük bir isteğin reddedilmesi, ardından daha küçük bir isteğin sunulmasıdır. Örneğin önce yüksek bir miktar isteyip sonra daha azını istemek. Bu soruda süreç tersidir.

C) **Giderek artan ricalar tekniği:** Kişiden aşamalı olarak giderek artan taleplerde bulunmaktır. Örneğin önce küçük bir istek, sonra biraz daha büyük, sonra daha da büyük istekler. Bu soruda iki aşamalı yapı vardır, kademeli artış yoktur.

D) **Sadece o değil tekniği:** Teklif sunulurken ek avantajlar verilmesidir. Örneğin “bunu alırsan yanında şu da var.” Bu soruda ek fayda yoktur.

E) **Acizliğin gücü:** Kişinin kendini çaresiz göstererek yardım istemesidir. Örneğin “çok zor durumdayım” diyerek destek istemek. Bu soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: A

5. Ertuğrul Bey sigaranın zararlı olduğunu **biliyor ve bu yüzden rahatsızlık yaşıyor.** Yani zihninde zaten “**sigara zararlıdır**” inancı **güçlü ve kabul edilmiş durumda.** Bu durumda bilişsel çelişkiyi azaltmanın en gerçekçi yolu, bu temel inancı tamamen tersine çevirmek değil, davranışı **gerekelendirmektir.** “Beni sinirlendiriyorlar, sakinleşmek için içiyorum” demesi, davranışı mantıklı bir sebebe bağlayarak çelişkiyi azaltır. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Çevresine çok az sigara içtiğini söylemesi:** Davranışı küçültmektir. Örneğin “çok içmiyorum” demek, zararlı olduğu bilgisiyle çelişkiyi tam çözmez çünkü kişi hâlâ içmektedir.

C) **Çevresine çok haklı olduklarını ama bu işi başaramadığını söylemesi:** Çelişkiyi kabul etmektir. Örneğin “zararlı biliyorum ama bırakamıyorum” demek, rahatsızlığı azaltmaz, sürdürür.

D) **Sigara içmenin ne kadar yanlış olduğunu düşünmeyi sürdürmesi:** Çelişkiyi artırır. Çünkü kişi hem yanlış olduğunu düşünür hem davranışı sürdürür.

E) **Sigaranın sağlığına hiçbir zararı olmadığını söylemeye başlaması:** Bu seçenek teorik olarak “bilişi değiştirme” yoludur; ancak soruda kişi **zaten zararı bildiği için rahatsızdır.** Bu kadar güçlü ve yerleşmiş bir inancı tamamen tersine çevirmek gerçekçi değildir ve verilen senaryoya uyumsuzdur. Bu nedenle bu seçenek uygun değildir.

Cevap: B

6. Tutumlar ve bilişsel çelişki kuramına göre bireyler, tutum ve davranışları arasında uyumsuzluk olduğunda **psikolojik bir gerilim yaşar ve bu gerilimi azaltmak için ya davranışını ya da tutumunu değiştirme eğilimi gösterir.** Yani bireyler her zaman tutumlarını sabit tutmaz; aksine duruma göre **tutumlarını da değiştirebilirler.** Bu nedenle “kişiler her zaman içsel tutumlarını korur” ifadesi doğru değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Kişilerin sahip olduğu çelişkiler, kişiler üzerinde çeşitli seviyelerde psikolojik gerilime yol açabilir:** Bilişsel çelişkinin temelidir. Örneğin sigaranın zararlı olduğunu bilip içen birinin rahatsızlık duyması. Bu ifade doğrudur.

- B) Kişiler çelişki durumunda yaşadıkları gerilimi azaltmak için, tutumlarına ters düşen davranışı değiştirebilirler:** Örneğin sigarayı bırakmak. Bu, çelişkiyi azaltmanın temel yollarından biridir ve doğrudur.
- C) Kişiler çelişkinin önemini kendilerince azaltma yoluna gidebilirler veya davranışları ile çelişmeyecek şekilde tutumlarını değiştirebilirler:** Örneğin “o kadar da zararlı değil” demek. Bu da literatürde yer alan bir yoldur ve doğrudur.
- D) Kişiler çelişkili durumlarda davranışlarına yön verirken, içsel değerler ve dış çevreden gelen etkileri değerlendirerek karar verebilirler:** Örneğin hem kendi değerlerini hem sosyal baskıyı dikkate alarak davranmak. Bu da tutum-davranış ilişkisinde kabul edilen bir durumdur.

Cevap: E

- 7.** Toplantıda söylediği küçük bir yanlış kelimenin herkes tarafından fark edildiğini ve sürekli kendisine dikkat edildiğini düşünmesi, bireyin kendi yaptığı hatayı olduğundan çok daha görünür sanmasıdır. Yani kişi, kendi odağında olan bir detayı başkalarının da fark ettiğini varsayar. Oysa gerçekte insanlar çoğunlukla kendi işleriyle meşguldür ve bu tür küçük hataları fark etmez. Bu durum **sahne ışığı etkisidir. Sahne ışığı etkisi**, bireyin başkalarının kendisini gerçekte olduğundan daha fazla gözlemlediğini ve değerlendirdiğini düşünmesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Geçmiş değerlendirme yanlışlığı:** Sonuç ortaya çıktıktan sonra “zaten belliydi” demektir. Örneğin iş görüşmesinden sonra sonucu önceden bildiğini söylemek.
- B) Kendine yontan atfı hatası:** Başarısızlığı dış etkenlere bağlamaktır. Örneğin “yoğunluktan oldu” demek.
- C) Genelleme hatası:** Tek bir özelliğe bakarak genel yargıya varmaktır. Örneğin bir davranıştan tüm kişiliği çıkarmak.
- E) İç grup yanlışlığı:** Kendi grubunu diğer gruplardan üstün görmektir. Örneğin “bizim ekip daha iyi.”

Cevap: D

- 8.** Deneklerin, aslında istememelerine rağmen deneycinin “devam etmelisiniz” şeklindeki **otoriteye dayalı yönergelerine uymaları**, sosyal psikolojide **uyma davranışı** kapsamında değerlendirilir. Burada birey, dışsal bir baskı (otorite figürü) nedeniyle kendi isteğine ters düşse bile davranışını değiştirmekte ve verilen talimatlara uygun hareket etmektedir. Bu durum özellikle **itaat (uyma türü)** olarak adlandırılır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Özdeşleşme:** Bireyin, beğendiği ya da kendine yakın gördüğü bir kişi ya da grupla benzer davranışlar sergilemesidir. Örneğin sevdiği bir öğretmeni taklit etmek. Bu soruda otorite baskısı vardır, özdeşleşme yoktur.
- C) Benimseme:** Bireyin bir davranışı gerçekten doğru bulduğu için içselleştirerek yapmasıdır. Örneğin kurallara içten inanarak uymak. Bu soruda bireyler istemeden davranmaktadır.
- D) Seyirci etkisi:** Kalabalık arttıkça yardım etme davranışının azalmasıdır. Bu soruda yardım durumu yoktur.
- E) Sosyal hızlandırma:** Başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Bu soruda performans değil, **otoriteye uyma** vardır.

Cevap: B

- 9.** Fiyat listesinin yanına asılan **göz resmi**, ortamda kimse olmasa bile bireylerde “izleniyorum” algısı oluşturmuştur. Bu algı, kişilerin davranışlarını sosyal normlara daha uygun hâle getirmesine (daha dürüst ödeme yapmasına) yol açmıştır. Yani bireyler, gerçekten biri izlemese bile **gözleniyormuş gibi hissettiklerinde** daha uyumlu ve kurallara uygun davranırlar. Bu durum **gözlenmenin etkisidir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Seyirci etkisi:** Kalabalık arttıkça yardım etme davranışının azalmasıdır. Örneğin bir olayda kimsenin müdahale etmemesi. Bu soruda yardım değil, **dürüst davranma** vardır.
- B) Grup bağlılığı:** Bireyin ait olduğu gruba duygusal bağ hissetmesi ve grup normlarına uyum göstermesidir. Örneğin ekip arkadaşlarına bağlılık. Bu soruda ortada bir grup ilişkisi yoktur.

- C) **Azınlık etkisi:** Azınlıkta olan bir grubun, tutarlı davranarak çoğunluğu etkilemesidir. Örneğin küçük bir grubun fikir değiştirmesi sağlaması. Bu soruda böyle bir etkileme yoktur.
- D) **Grup bütünlüğü:** Grup üyeleri arasındaki birlik ve dayanışma düzeyidir. Örneğin bir takımın çok kenetlenmiş olması. Bu soruda grup yapısı yoktur.

Cevap: E

10. Mine'nin, kendi davranışını genelleyerek **başkalarının da kendisi gibi davrandığını varsayması**, bireyin kendi tutum ve davranışlarını yaygın görmesidir. Yani kişi, kendi özelliklerini başkalarına yansıtarak **benzerlik algısını abartmaktadır**. Bu durum **yanlış benzerlik etkisidir**. **Yanlış benzerlik etkisi**, bireyin kendi düşünce, tutum ve davranışlarının başkaları tarafından da yaygın biçimde paylaşıldığını sanmasıdır. Örneğin bir kişinin "herkes benim gibi son gün çalışır" demesi buna benzer. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Eşsizlik yanılgısı:** Bireyin kendisini diğerlerinden daha farklı ve özel görmesidir. Örneğin "benim gibi çalışan az." Bu soruda tam tersi, benzerlik varsayımı vardır.
- C) **Temel atıf hatası:** Başkalarının davranışlarını kişisel özelliklerle açıklayıp durumsal etkenleri ihmal etmektir. Bu soruda atıf yoktur.
- D) **Olumluluk yanılgısı:** Olumlu bilgileri daha baskın değerlendirmektir. Örneğin birinin tek iyi özelliğine bakarak genel olumlu yargıya varmak. Bu soruda böyle bir durum yoktur.
- E) **Seyirci etkisi:** Kalabalık arttıkça yardım etme davranışının azalmasıdır. Örneğin bir olayda kimsenin müdahale etmemesi. Bu soruda yardım davranışı yoktur.

Cevap: A

11. Festinger'in belirttiği gibi bireylerin, kendi görüşlerini, yeteneklerini ve değerlerini değerlendirmek için **başkalarıyla kıyaslama yapmaları**, özellikle objektif ölçütler olmadığında ortaya çıkar. Yani birey, "ben ne kadar iyiyim, doğru düşünüyorumuyum?" gibi soruların cevabını **başkalarını referans alarak** bulmaya çalışır. Bu durum **sosyal karşılaştırmadır**. **Sosyal karşılaştırma**, bireyin kendisini değerlendirmek için diğer insanlarla kıyaslama yapmasıdır. Örneğin bir öğrencinin kendi başarısını sınıf arkadaşlarıyla karşılaştırması buna benzer. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Sosyal hızlandırma:** Başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Örneğin kalabalıkta daha hızlı çalışmak. Bu soruda performans değil, **kendini değerlendirme** vardır.
- C) **Sosyal kaytarma:** Grup içinde bireyin çabasını azaltmasıdır. Örneğin grup ödevinde daha az çalışmak. Bu soruyla ilgisi yoktur.
- D) **Kalıpyargı:** Bir grup hakkında genelleştirilmiş inançlardır. Örneğin "X grubu tembeldir." Bu soruda grup değerlendirmesi yoktur.
- E) **Ön yargı:** Bir gruba karşı olumlu ya da olumsuz duygusal tutumdur. Örneğin bir gruba karşı peşin hükümlü olmak. Bu soruda duygu değil, **karşılaştırma süreci** vardır.

Cevap: B

12. Emre'nin, etkinliği değerlendirirken **kendi katkısını abartması ve süreci kendi merkezinden açıklaması**, başkalarının katkılarını göz ardı etmesidir. Yani birey, olayları kendi bakış açısına göre yorumlayarak **kendisini merkeze yerleştirmektedir**. Bu durum **benmerkezli düşüncedir**. **Benmerkezli düşünce**, bireyin kendi rolünü olduğundan büyük görmesi ve başkalarının bakış açılarını ihmal etmesidir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Sosyal karşılaştırma:** Bireyin kendisini başkalarıyla kıyaslamasıdır. Örneğin "ben ondan daha iyiyim." Bu soruda kıyas yoktur.
- C) **Temel atıf hatası:** Başkalarının davranışlarını kişisel özelliklerle açıklayıp durumu ihmal etmektir. Bu soruda başkalarını açıklama değil, **kendini merkeze koyma** vardır.

- D) **Olumsuzluk yanılığı:** Olumsuz bilgilerin daha baskın değerlendirilmesidir. Örneğin bir kişinin tek hatasına odaklanmak. Bu soruda böyle bir durum yoktur.
- E) **İç grup yanılığı:** Kişinin kendi grubunu diğer gruplardan üstün görmesidir. Bu soruda grup karşılaştırması yoktur.

Cevap: A

13. Kalıp yargı, bir grup hakkında **genelleyici ve temellendirilmemiş yargılardır**. Bu yargılar çoğu zaman abartılı, kesinlik içeren ve bireysel farklılıkları göz ardı eden ifadelerdir. Seçeneklere bakıldığında A, B, C ve D'de belirli gruplara yönelik genelleyici ve doğruluğu tartışmalı özellikler atfedilmektedir. Ancak "İngilizler gece olduğunda uyur" ifadesi, belirli bir gruba özgü olmayan, **insanların genel biyolojik ihtiyacını ifade eden** bir durumdur ve temellendirilmemiş bir grup yargısı değildir. Bu nedenle kalıp yargı örneği değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Almanlar disiplinlidir:** Bir ulusa genelleyici özellik yüklemektir. Örneğin tüm bireyleri aynı kabul etmek kalıp yargıdır.
- B) **Fransızlar iyi aşçıdır:** Bir gruba genellenmiş olumlu özellik atfetmektir. Bu da kalıp yargıdır.
- C) **Japonlar onurlarına düşkündür:** Kültürel bir özelliği tüm bireylere genellemektir. Bu da kalıp yargıdır.
- D) **Zenciler tembeldir:** Olumsuz ve genelleyici bir yargıdır. Bu açık bir kalıp yargıdır.

Cevap: E

14. Dağlar Bey'in, gençlere yönelik "tecrübesizdir, güven olmaz" gibi **olumsuz kalıpyargıların farkında olarak görüşmeye giderken gerginlik yaşaması**, bu yargıyı doğrulama kaygısından kaynaklanır. Yani birey, ait olduğu gruba (gençler) yönelik olumsuz stereotiplerin performansını etkileyebileceğini hisseder ve bu durum kaygı yaratır. Bu durum **kalıp yargı tehdididir**. **Kalıp yargı tehdidi**, bireyin ait olduğu gruba yönelik olumsuz kalıp yargıları doğrulama endişesi yaşaması sonucu ortaya çıkan gerginliktir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Seyirci etkisi:** Kalabalık arttıkça yardım etme davranışının azalmasıdır. Örneğin bir olayda kimsenin müdahale etmemesi. Bu soruda yardım davranışı yoktur.
- B) **Öğrenilmiş çaresizlik:** Tekrarlayan başarısızlıklar sonucu bireyin kontrol duygusunu kaybetmesidir. Örneğin sürekli başarısız olan birinin çaba göstermeyi bırakması. Bu soruda çaresizlik değil, **kaygı** vardır.
- D) **Sosyal kaytarma:** Grup içinde bireyin çabasını azaltmasıdır. Örneğin grup ödevinde daha az çalışmak. Bu soruda grup performansı yoktur.
- E) **Kendine yontan atıf hatası:** Başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamaktır. Bu soruda atıf değil, **kalıp yargı kaynaklı kaygı** vardır.

Cevap: C

15. Sami Bey'in, kendisi gibi **otoriter bir yönetim anlayışına sahip olan** Ertuğrul Bey'i beğenmesi, bireylerin **kendilerine benzer tutum, değer ve özelliklere sahip kişilere daha fazla ilgi duyması** ile açıklanır. Yani kişi, kendi özelliklerini paylaşan bireyleri daha yakın ve çekici bulmaktadır. Bu durum **benzerlik ilkesidir**. **Benzerlik**, kişilerarası çekiciliği artıran en güçlü faktörlerden biridir; insanlar kendilerine benzeyen kişileri daha çok sever ve onlarla daha kolay bağ kurar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Fiziksel yakınlık:** Aynı ortamda bulunma ve sık karşılaşma durumudur. Örneğin aynı ofiste çalışanların zamanla yakınlaşması. Bu soruda mekânsal yakınlık yoktur.
- B) **Tanışıklık:** Bir kişiyle sık karşılaşma sonucu aşinalık gelişmesidir. Örneğin sürekli gördüğümüz kişilere daha sıcak bakmak. Bu soruda tanışıklık değil, **ortak özellik** vurgulanmıştır.
- D) **Olumlu kişilik özellikleri:** Dürüstlük, yardımseverlik gibi genel olarak olumlu kabul edilen özelliklerdir. Bu soruda belirleyici olan, olumlu olup olmaması değil **benzer olmasıdır**.
- E) **Fiziksel özellikler:** Dış görünüşle ilgili özelliklerdir. Örneğin çekicilik. Bu soruda fiziksel görünümle ilgili bir durum yoktur.

Cevap: C

1. Tuğrul'un, başarıyı **içsel nedenlere (kendi yeteneği)**, başarısızlığı ise **dışsal nedenlere (ekip, yönetim)** bağlaması, bireyin benlik saygısını korumaya yönelik yaptığı atfı biçimidir. Yani kişi olumlu sonuçları kendine, olumsuz sonuçları dış etkenlere yükleyerek kendisini olumlu algılamayı sürdürür. Bu durum **kendine hizmet eden yanlılıktır. Kendine hizmet eden yanlılık**, bireyin başarıyı kendine, başarısızlığı dış faktörlere atfetmesidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Temel yükleme hatası:** Başkalarının davranışlarını kişisel özelliklerle açıklayıp durumu ihmal etmektir. Bu soruda kişi **kendi sonuçlarını açıklamaktadır.**
- B) Nihai yükleme hatası:** Grup temelli atfı hatasıdır. Örneğin kendi grubunu olumlu, diğer grubu olumsuz değerlendirmek. Bu soruda grup karşılaştırması yoktur.
- C) Bilişsel uyumsuzluk:** Çelişkili düşünceler sonucu oluşan rahatsızlık ve bunu azaltma sürecidir. Bu soruda çelişki değil, **atfı yönü** vardır.
- D) Kendini gerçekleştiren kehanet:** Beklentilerin davranışları etkileyerek sonucu oluşturmalarıdır. Bu soruda beklenti-sonuç döngüsü yoktur.

Cevap: E

2. Sıla'nın, kişinin **tek bir olumlu özelliğinden (kendinden emin ve düzgün konuşma)** yola çıkarak onun diğer özelliklerini de olumlu şekilde değerlendirmesi, bir özelliğin diğer özelliklere genellenmesidir. Yani birey, sınırlı bir bilgiye dayanarak bütüncül ve olumlu bir izlenim oluşturmaktadır. Bu durum **hale etkisidir. Hale etkisi**, bir kişinin tek bir özelliğinin diğer özelliklerine ilişkin yargıları etkilemesidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Ağır basma denencesi:** Dikkat çeken unsurun neden olarak algılanmasıdır. Örneğin önde görülen kişinin daha etkili sanılması. Bu soruda neden-sonuç atfı yoktur.
- C) Benlik sunumu:** Kişinin başkaları üzerinde izlenim bırakmak için kendini sunmasıdır. Bu soruda değerlendirme yapan Sıla'dır.
- D) Kalıpyargı:** Bir grup hakkında genelleseyici yargıdır. Bu soruda bireysel değerlendirme vardır.

E) Destekleyici savunma: Kişinin mevcut inançlarını koruyacak şekilde bilgiyi yorumlamasıdır. Bu soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: B

3. Temel atfı hatası, başkalarının davranışlarını **kişisel özelliklere bağlayıp durumsal etkenleri ihmal etme** eğilimidir. Bu hatayı azaltmak için bireyin daha dikkatli, esnek ve çok yönlü değerlendirme yapması gerekir. Buna göre çevreyi dikkate almak, empati yapmak, acele etmemek ve hata yapabileceğini kabul etmek bu yanlılığı **azaltır**. Ancak **ilk izlenimle hızlıca karar vermek**, durumsal faktörleri göz ardı etmeye yol açacağı için bu hatayı azaltmaz, aksine artırır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Davranışın olduğu çevreyi ve koşulları dikkate almak:** Örneğin bir öğrencinin başarısızlığını sadece "tembel" diye açıklamak yerine ailesel ya da çevresel koşulları düşünmek hatayı azaltır.
- B) Kendimizi karşıdakinin yerine koyarak empati yapmak:** Örneğin yoğun stres yaşayan birinin davranışını anlamaya çalışmak, durumsal faktörleri görmeyi sağlar.
- C) Acele karar vermek yerine biraz daha düştükten sonra karar vermek:** Örneğin ilk izlenime göre değil, zaman içinde gözlem yaparak değerlendirmek hatayı azaltır.
- D) Davranışı tekrar tekrar değerlendirmek yerine ilk izlenimle karar vermek:** Örneğin birini ilk gördüğünde "kibirli" deyip geçmek, durumu analiz etmemek hatayı artırır.
- E) Algılamada hata yapabileceğimizi düşünmek:** Örneğin "yanılıyor olabilirim" diyerek alternatif açıklamalar üretmek hatayı azaltır.

Cevap: D

4. Aylin Hanım'ın, psikolojik danışmanın **yalnızca fiziksel görünümüne (iri yarı, kalın bıyıklı olması)** bakarak onun mesleki yeterliliği ve anlayış düzeyi hakkında genel bir yargıya varması, sınırlı bir ipucundan hareketle geniş ve kesin bir sonuca ulaşmaktır. Yani birey, tek bir özelliğe dayanarak kişi hakkında bütüncül bir değerlendirme yapmaktadır. Bu durum **genelleme hatasıdır. Genelleme hatası**, bir kişinin tek bir özelliğinden yola çıkarak onun diğer özellikleri hakkında genelleme yapmaktır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Mantık hatası:** Birbirine benzer iki özelliği ayırt edememektir. Örneğin çalışkan birini zeki sanmak. Bu soruda benzer özellik karıştırma değil, **tek ipucundan genelleme** vardır.
- C) **Sonralık etkisi:** Son alınan bilginin daha etkili olmasıdır. Bu soruda bilgi sırası değil, **ilk izlenime dayalı genelleme** vardır.
- D) **Kendine yontan atf hatası:** Başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamaktır. Bu soruda atf yoktur.
- E) **Seyirci etkisi:** Kalabalıkta yardım etme davranışının azalmasıdır. Bu soruyla ilgisi yoktur.

Cevap: B

5. Kalabalık, maske ve anonimlik koşullarında bireylerin **kimliklerinin ayırt edilememesi**, içsel deneyimin zayıflamasına ve **sorumluluk duygusunun azalmasına** yol açar. Ayhan'ın normalde sergilemeyeceği davranışları "grubun enerjisine kapılarak" yapması, bireyin kişisel kimliğinden uzaklaşıp grup normlarına göre hareket etmesidir. Bu durum **kimliksizleşmedir. Kimliksizleşme**, anonimlik ve kalabalık içinde bireyin öz denetimini kaybederek olağan dışı davranışlar sergilemesidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel çelişki:** Kişinin tutum ve davranışları arasındaki uyumsuzluktan doğan gerilimdir. Örneğin sigaranın zararlı olduğunu bilip içmek. Bu soruda çelişki değil, **anonimlik kaynaklı davranış değişimi** vardır.
- B) **Seyirci etkisi:** Kalabalık arttıkça yardım etme davranışının azalmasıdır. Örneğin birine kimse müdahale etmemesi. Bu soruda yardım değil, **taşkın davranış** vardır.

- C) **Sosyal kolaylaştırma:** Başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Bu soruda performans değil, **denetim kaybı** vardır.

- D) **Normatif sosyal etki:** Kabul edilmek için bilinçli uyum göstermedir. Örneğin dışlanmamak için gruba uymak. Bu soruda davranış bilinçli uyumdan çok **kimlik çözülmesi** ile açıklanır.

Cevap: E

6. Deniz'in kendisini **başkalarının kendisi hakkındaki değerlendirmelerine göre tanımlaması**, yani olumlu geri bildirimde öz güveninin artması ve eleştiride kendini yetersiz hissetmesi, benliğin sosyal geri bildirimler üzerinden şekillenmesidir. Birey, kendisini başkalarının gözünden görerek benlik algısını oluşturur. Bu durum **ayna benliktir. Ayna benlik**, kişinin kendisini başkalarının kendisi hakkındaki düşüncelerine göre değerlendirme-sidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bilgisel etki:** Bireyin doğruyu bulmak için başkalarını bilgi kaynağı olarak kullanmasıdır. Örneğin kararsız kaldığında başkalarının görüşüne uymak. Bu soruda bilgi arama değil, **benlik değerlendirme** vardır.
- B) **Roller:** Bireyin toplum içindeki konumuna bağlı davranış kalıplarıdır. Bu soruda rol değil, **benlik algısı** vardır.
- C) **Öğrenilmiş çaresizlik:** Tekrarlayan başarısızlıklar sonucu çaba göstermeyi bırakmaktır. Bu soruda çaresizlik değil, **geri bildirimle bağlı benlik değişimi** vardır.
- D) **Normlar:** Toplumun kabul ettiği davranış kurallarıdır. Bu soruda kurallar değil, **başkalarının algısına göre kendini değerlendirme** vardır.

Cevap: E

7. Grup içinde **ortak davranış kurallarının belirlenmesi ve herkesin bu kurallara uymasının beklenmesi** “normlar”ı; üyelerin sırayla duygu günlüğü yazma, örnek olay sunma gibi **belirli görev ve sorumluluklar üstlenmesi** ise “roller”i ifade eder. Yani grup hem kurallar (normlar) hem de görev dağılımı (roller) üzerinden işlemektedir. Bu nedenle en uygun kavram çifti **normlar ve roller**dir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Uyum – Liderlik:** Uyum (konformizm) grup baskısına bağlı davranış değişimidir, liderlik ise grubu yönlendirme sürecidir. Bu soruda belirleyici olan kurallar ve görev dağılımıdır.
- B) **Statü – Sosyal etki:** Statü grup içindeki konum, sosyal etki ise bireylerin birbirini etkilemesidir. Metinde statü farkı vurgulanmamıştır.
- C) **Stereotip – Beklenti:** Kalıpyargılar ve beklentilerle ilgilidir. Bu soruda grup içi yapı söz konusudur.
- D) **Konformizm – Hiyerarşi:** Konformizm uyma davranışı, hiyerarşi ise üst-alt ilişkisini ifade eder. Metinde hiyerarşik yapıdan çok **kurallar ve görevler** vardır.

Cevap: E

8. Ahmet’in başarısızlığını “**sınav günü şanssızdım, salon gürültülüydü, sorular alışık olmadığım türdendi**” şeklinde açıklaması, nedeni **kendi dışında (dışsal)** faktörlere bağladığını gösterir. Bu etkenler aynı zamanda **duruma özgü (geçici/istikrarsız)** ve bireyin doğrudan kontrol edemeyeceği (**kontrol edilemez**) niteliktedir. Weiner’in Başarı Atıf Kuramı’na göre bu açıklama **dışsal – geçici – kontrol edilemez** boyutlarına karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İçsel, istikrarlı, kontrol edilebilir:** Örneğin “yeterince çalışmadım” gibi bireyin kendi çabasıyla ilgili bir açıklama olurdu.
- C) **İçsel, geçici, kontrol edilebilir:** Örneğin “o gün iyi odaklanamadım” gibi kısmen kontrol edilebilir içsel bir neden olurdu.
- D) **Dışsal, istikrarlı, kontrol edilebilir:** Örneğin “sınav sistemi hep böyle ve ben bunu yönetebilirim” gibi daha kalıcı ve kontrol edilebilir dışsal bir durum gerekir.

E) **İçsel, istikrarlı, kontrol edilemez:** Örneğin “ben zekâ olarak yetersizim” gibi içsel ama değişmez bir neden olurdu.

Cevap: B

9. Selen’in, gün boyunca sergilediği davranışlara bakarak “**insanlarla vakit geçirmeyi seviyorum, demek ki dışa dönüğüm**” sonucuna ulaşması, bireyin kendi davranışlarını gözlemleyerek içsel özellikleri hakkında çıkarım yapmasıdır. Bem’in Öz-Ayırıt Kuramı’na göre kişi, özellikle içsel ipuçları zayıf olduğunda, **kendi davranışlarını dışarıdan bir gözlemci gibi değerlendirerek** benlik hakkında yargıya varır. Bu nedenle Selen’in yaptığı değerlendirme, davranıştan yola çıkarak kişilik özelliği çıkarmadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Şemalar:** Çocukluktan itibaren oluşan bilişsel yapılardır. Bu soruda geçmiş şemalar değil, **anlık davranış gözlemi** vardır.

C) **Sosyal kimlik:** Bireyin kendisini gruplar üzerinden tanımlamasıdır. Bu soruda grup karşılaştırması yoktur.

D) **Ayna benlik:** Başkalarının değerlendirmelerine göre benlik oluşturmaktır. Bu soruda başkalarının görüşü değil, **kendi davranışı** temel alınmıştır.

E) **Duygusal değerlendirme:** Duyguların bilinçli nedenlerle açıklanmasıdır. Bu soruda vurgu duygu değil, **davranıştan çıkarım** üzerinedir.

Cevap: A

10. Ayşe’nin tartışma sırasında **konusmaları yönlendirmesi, fikirleri değerlendirmesi ve süreci kontrol eder gibi görünmesi**, grubun dikkatinin onun üzerinde yoğunlaşmasına neden olur. Bu görünürlük ve belirginlik, diğer üyelerin onu daha etkili ve yönlendirici algılamasına yol açar. Sonuçta grup kararı, Ayşe’nin baştaki önerisiyle örtüşür. Bu durum, dikkat çeken kişinin **etkinliğinin olduğundan fazla algılanması** ile açıklanır ve **ağır basma denencesi (algısal belirginlik etkisi)** kapsamına girer. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sosyal tembellik:** Grup içinde bireyin çabasını azaltmasıdır. Bu soruda üyeler pasifleşse de vurgu çaba azalması değil, **bir kişinin öne çıkmasıdır.**
- B) **Grup kutuplaşması:** Tartışma sonrası görüşlerin daha uç hâle gelmesidir. Bu soruda görüşler uçlaşmıyor, **tek bir kişinin görüşü baskınlaşıyor.**
- C) **Normatif etki:** Kabul görmek için gruba uyma davranışdır. Bu soruda uyum olsa da belirleyici unsur, **Ayşe'nin dikkat çekerek etkili algılanmasıdır.**
- D) **Bilişsel çelişki:** Tutum ve davranışlar arasındaki uyumsuzluktan doğan gerilimdir. Bu soruda böyle bir içsel çatışma yoktur.

Cevap: E

11. Ahmet'in, grup notu verileceğini bildiği için **bireysel katkısını azaltması ve sorumluluğu diğer grup üyelerine bırakması**, grup içinde çabanın düşmesi durumudur. Birey, yaptığı katkının ayrı ayrı değerlendirilmeyeceğini düşündüğünde daha az çaba gösterir. Bu durum **sosyal tembelliktir.** **Sosyal tembellik**, grup çalışmalarında bireylerin bireysel sorumluluklarının belirsizleşmesiyle çabalarını azaltmalarıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Seyirci etkisi:** Kalabalık arttıkça yardım etme davranışının azalmasıdır. Bu soruda yardım değil, **görev sorumluluğu** vardır.
- B) **Sosyal kolaylaştırma:** Başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Bu soruda performans değil, **çaba düşüşü** vardır.
- D) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucunda görüşlerin daha uç hâle gelmesidir. Bu soruda görüş değişimi yoktur.
- E) **Normatif etki:** Kabul görmek için gruba uyma davranışdır. Bu soruda uyum değil, **sorumluluktan kaçınma** vardır.

Cevap: C

12. Öğrencilerin, **gerçekte rastgele olan imgeler ile tanılar arasında anlamlı bir ilişki varmış gibi görmeleri**, dikkat çekici ve alışılmadık uyarıcıları birbiriyle ilişkilendirme eğilimidir. Yani birey, gerçekte var olmayan bir bağlantıyı zihinsel olarak kurmaktadır. Bu durum **hayali ilişkisellik** olarak adlandırılır. **Hayali ilişkisellik**, iki olay ya da özellik arasında gerçekte olmayan bir ilişkiyi varmış gibi algılamadır. Örneğin nadir görülen bir davranışı belirli bir gruba ilişkilendirmek buna benzer. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Temel atfı hatası:** Davranışları kişisel özelliklerle açıklayıp durumu ihmal etmektir. Bu soruda atfı değil, **yanlış ilişki kurma** vardır.
- B) **Stereotip tehdidi:** Bireyin ait olduğu gruba yönelik olumsuz kalıpyargıyı doğrulama kaygısıdır. Bu soruda performans kaygısı yoktur.
- C) **Kategorizasyon kolaylığı:** Bilgiyi sınıflandırarak işlemeyi kolaylaştırmaktır. Bu soruda sınıflama değil, **yanlış bağlantı kurma** vardır.
- D) **Benlik hizmetinde çarpıtma:** Başarıyı kendine, başarısızlığı dış etkenlere bağlamaktır. Bu soruda benlik korunumu yoktur.

Cevap: E

13. Ayşe'nin komşusuna ilk olarak kek ikram etmesi ve ardından komşunun Ayşe'ye yardım etmesi, insanların kendilerine yapılan iyiliğe karşılık verme eğilimini gösterir. Yani birey, gördüğü olumlu davranışı **karşılıksız bırakmamaya ve benzer bir iyilikle karşılık vermeye** yönelir. Bu durum **karşılıklılık ilkesi** ile açıklanır. **Karşılıklılık ilkesi**, bireylerin kendilerine yapılan bir iyiliği geri ödeme eğiliminde olmalarıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Temel atfı hatası:** Davranışları kişisel özelliklerle açıklayıp durumu ihmal etmektir. Bu soruda atfı değil, **karşılık verme davranışı** vardır.
- B) **Sosyal kolaylaştırma:** Başkalarının varlığında performansın değişmesidir. Bu soruda performans yoktur.
- C) **Grup kutuplaşması:** Grup tartışmaları sonucu görüşlerin aşırılılaşmasıdır. Bu soruda grup kararı yoktur.
- D) **Sosyal tembellik:** Grup içinde bireyin çabasını azaltmasıdır. Bu soruda yardım davranışı vardır.

Cevap: E

14. Mehmet'in, grup içinde **hem liderin beklentisine uyma hem de kendi görüşünü savunma arasında kalması**, aynı anda birden fazla sosyal uyarana ve beklentiye odaklanmasına yol açmaktadır. Bu durum, bireyin dikkatinin farklı yönlere bölünmesi ve karar vermede zorlanmasıyla ilgilidir. Bu nedenle en uygun kavram **dikkat çelişkisidir**. **Dikkat çelişkisi**, bireyin birden fazla sosyal beklenti ya da uyarana aynı anda odaklanması sonucu yaşadığı kararsızlık ve bilişsel zorlanmadır. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Sosyal kolaylaştırma**: Başkalarının varlığında performansın artması ya da azalmasıdır. Bu soruda performans değil, **karar çatışması** vardır.
- B) **Sosyal tembellik**: Grup içinde bireyin çabasını azaltmasıdır. Bu soruda çaba azaltma yoktur.
- D) **Temel atıf hatası**: Davranışları kişisel özelliklerle açıklayıp durumu ihmal etmektir. Bu soruda atıf yoktur.
- E) **Grup düşüncesi**: Grup uyumunu korumak için eleştirel düşünmenin bastırılmasıdır. Bu soruda birey henüz karar verememekte, **içsel dikkat çatışması yaşamaktadır**.

Cevap: C

15. Öğrencinin, sınıf arkadaşını "daha sessiz ol" diye uarması **sınıf ortamına ilişkin yerleşik beklentilere (sessizlik normuna)** dayanır ve ortamın düzenini korumayı amaçlar. Yani davranış, grubun kabul ettiği kuralların (normların) ihlaline verilen bir tepkidir. Bu durum **normatif yargı** ile açıklanır. **Normatif yargı**, bireyin davranışlarını sosyal normlara göre değerlendirmesi ve bu normları sürdürmeye yönelik tepkiler vermesidir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Bilgiye dayalı uyma**: Doğruyu bulmak için başkalarının davranışlarını rehber almakla ilgilidir. Bu soruda amaç doğruyu öğrenmek değil, **normu korumaktır**.
- B) **Sosyal kolaylaştırma**: Başkalarının varlığında performansın değişmesidir. Bu soruda performans yoktur.

D) **Grup kutuplaşması**: Tartışma sonrası görüşlerin uçlaşmasıdır. Bu soruda böyle bir süreç yoktur.

E) **Bilişsel çelişki**: Tutum ve davranışlar arasındaki uyumsuzluktan doğan gerilimdir. Bu soruda içsel çatışma değil, **norma dayalı tepki** vardır.

Cevap: C

1. Eysenck'e göre **içe dönük bireyler**, daha çok **sessiz, çekingen, sosyal etkileşimden kaçınan ve sınırlı arkadaşlık ilişkileri kuran** kişilerdir. Bu nedenle içe dönük bireylerde **arkadaş edinmede zorlanma** beklenen bir özelliktir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Neşeli ve hareketli olma:** Daha çok dışa dönük bireylerin özelliğidir.
- C) Konuşkan olma:** Dışa dönüklüğün temel göstergelerindendir.
- D) Tasasızlık:** Daha rahat ve dışa dönük bireylerde görülür.
- E) İyimserlik:** Genellikle dışa dönük bireylerle ilişkilidir.

Cevap: A

2. İlhan'ın özellikleri arasında **aşırı ve değişken duygular, kaygı, tedirginlik, alınganlık ve çabuk tepki verme** bulunmaktadır. Eysenck'e göre bu tür duygusal dalgalanmalar ve hassasiyet, bireyin **duygusal dengesizliğini** ifade eder ve **nevrotiklik** boyutuna karşılık gelir. Yani birey, yüksek düzeyde kaygı ve duygusal tepkisellik göstermektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) Dışa dönüklük:** Sosyallik, konuşkanlık ve hareketlilikle ilgilidir. Bu soruda sosyal yön değil, **duygusal yapı** vurgulanmıştır.
- B) İçe dönüklük:** Daha sessiz ve içe kapanık olmayı ifade eder. Bu soruda temel özellik **duygusal dengesizliktir.**
- D) Duygusal dengelilik:** Sakin, istikrarlı ve kontrollü duyguları ifade eder. İlhan bunun tersini göstermektedir.
- E) Normallik:** Duygusal açıdan dengeli ve stabil bireyleri ifade eder. Bu soruda dengesizlik vardır.

Cevap: C

3. Soru kökü **McCrae ve Costa'nın beş faktör kişilik modelindeki boyutları** sormaktadır. Bu modelde **dışa dönüklük, nevrotizm, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk** yer alır. **"Sosyal yetkin tip" ise bir kişilik boyutu değil, Adler'in tiplerinden biridir ve bu modelde bulunmaz.** Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir.**
- A) Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlik boyutudur, modelde vardır.
- B) Nevrotizm:** Duygusal dengesizliği ifade eder, modelde yer alır.
- C) Deneyime açıklık:** Yeniliklere açıklığı ifade eder, modelde vardır.
- D) Uyumluluk:** İş birliği ve uyum düzeyidir, modelde yer alır.

Cevap: E

4. Buğra'nın **"çalışkan, dakik, hırslı ve azimli"** olması; planlı, düzenli, sorumluluk sahibi ve hedefe yönelik davranma özelliklerini gösterir. Bu özellikler **beş faktör kişilik kuramında öz disiplinlilik boyutuna karşılık gelir.** **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlikle ilgilidir; burada sosyal yön değil görev bilinci öne çıkmaktadır.
- C) Deneyime açıklık:** Yaratıcılık ve yeniliğe açıklıkla ilgilidir; soruda bu tür özellikler yoktur.
- D) Uyumluluk:** Yardımseverlik ve iş birliği ile ilgilidir; verilen özellikler daha çok başarı ve sorumluluk odaklıdır.
- E) Nevrotiklik:** Kaygı ve duygusal dengesizlikle ilgilidir; soruda bu yönde bir vurgu bulunmamaktadır.

Cevap: B

5. Hülya'nın kendisini "girişken, sosyal, kolay arkadaş edinen, enerjik, konuşkan ve açık sözlü" olarak tanımlaması; insanlarla etkileşimden hoşlanma, yüksek enerji düzeyi ve sosyal ortamlarda aktif olma özelliklerini gösterir. Bu özellikler **beş faktör kişilik kuramında dışa dönüklük boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Öz disiplin:** Planlılık, sorumluluk ve düzenlilikle ilgilidir; soruda bu tür özellikler vurgulanmamıştır.
- C) **Uyumluluk:** Yardımseverlik, hoşgörü ve iş birliği ile ilgilidir; burada sosyal olma var ama uyumluluk vurgusu yoktur.
- D) **Duygusal dengelilik:** Sakinlik ve duygusal istikrarı ifade eder; soruda duygusal yapıdan çok sosyal özellikler ön plandadır.
- E) **Yeni deneyime açıklık:** Yaratıcılık ve yeniliğe açıklıkla ilgilidir; soruda bu özelliklere yer verilmemiştir.

Cevap: A

6. İlanda "takım çalışmasına yatkın, işbirlikçi ve birlikte çalışacak" ifadeleri; başkalarıyla uyumlu ilişkiler kurma, iş birliğine açık olma ve çatışmadan kaçınma özelliklerini vurgular. Bu özellikler **beş faktör kişilik kuramında uyumluluk boyutuna karşılık gelir. Uyumluluk;** bireyin yardımsever, empatik, hoşgörülü, güvenilir, uzlaşmacı ve başkalarıyla kolay iş birliği kurabilen biri olmasını ifade eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlikle ilgilidir; burada sosyal enerji değil, kişilerarası uyum vurgulanmaktadır.
- B) **Öz disiplin:** Planlılık ve sorumlulukla ilgilidir; ilanda görev bilinci değil, birlikte çalışabilme ön plandadır.
- D) **Duygusal dengelilik:** Sakinlik ve duygusal istikrarla ilgilidir; ilanda duygusal yapıdan söz edilmemektedir.
- E) **Yeni deneyime açıklık:** Yaratıcılık ve yeniliğe açıklıkla ilgilidir; ilanın odağı kişilerarası ilişkidir.

Cevap: C

7. Verilen ifadeler; zihinsel merak, hayal gücü, yaratıcılık, kavramsal düşünme ve entelektüel zenginliği vurgulamaktadır. Bu özellikler beş faktör kişilik kuramında yeni deneyime açıklık boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap E seçeneğidir.
- A) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlikle ilgilidir; burada sosyal özellikler değil bilişsel ve yaratıcı özellikler öne çıkmaktadır.
- B) **Öz disiplin:** Planlılık ve sorumlulukla ilgilidir; verilen ifadeler düzen ve görev bilincine değil zihinsel üretkenliğe yöneliktir.
- C) **Uyumluluk:** İş birliği ve yardımseverlikle ilgilidir; burada kişilerarası uyumdan söz edilmemektedir.
- D) **Duygusal dengelilik:** Sakinlik ve duygusal istikrarı ifade eder; soruda duygusal yapı değil zihinsel özellikler vurgulanmıştır.

Cevap: E

8. "İş ve performans odaklı" bir çalışan; planlı, sorumluluk sahibi, hedeflerine bağlı, düzenli ve görev bilinci yüksek bireyleri ifade eder. Bu özellikler **beş faktör kişilik kuramında öz disiplin boyutuna karşılık gelir. Öz disiplin;** bireyin amaç belirleyebilmesi, bu amaç doğrultusunda kararlı şekilde çalışabilmesi, zamanı etkili kullanması, ertelemeden görevlerini yerine getirmesi ve yüksek başarı motivasyonuna sahip olmasıyla ilişkilidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**
- A) **Uyumluluk:** İş birliği ve geçinme kolaylığı ile ilgilidir; performans ve görev odaklılık vurgusu içermez.
- B) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlikle ilgilidir; iş disiplini ve sorumluluk boyutunu doğrudan karşılamaz.
- C) **Yeni deneyime açıklık:** Yaratıcılık ve yenilik arayışıyla ilgilidir; performans ve düzenlilikten ziyade bilişsel esneklik ön plandadır.
- E) **Duygusal dengelilik:** Sakinlik ve stresle başa çıkma ile ilgilidir; iş ve performans odaklılıkla doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: D

9. Verilen ifadelerde kişinin hatadan, utançtan, küçük düşmeden ve alay edilmekten kaçınması; yani olumsuz değerlendirilme ve başarısızlık ihtimalinden uzak durmaya çalışması vurgulanmaktadır. Bu durum **Murray'in öğrenilmiş ihtiyaçlar kuramında kaçınma ihtiyacına karşılık gelir. Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Düzen:** Planlı, tertipli ve sistemli olma eğilimini ifade eder; kaçınma ve olumsuz durumdan uzak durma ile ilgili değildir.
- C) Elde etme:** Başarma, hedeflere ulaşma ve başarı gösterme isteğini içerir; burada başarıya yönelme değil, başarısızlıktan kaçınma vardır.
- D) Savunma:** Eleştirilere karşı kendini haklı çıkarma ve benliğini koruma eğilimini ifade eder; soruda daha çok riskten kaçınma vurgulanmaktadır.
- E) Açıklama:** Kendini ifade etme ve düşüncelerini anlatma ihtiyacını ifade eder; verilen durumla ilişkili değildir.

Cevap: A

10. Tabloda verilen eşleştirmeler incelendiğinde, II numaralı "duygusal dengelilik" boyutuna "bağımsız düşünme, gelenekleri sorgulama" özelliklerinin verildiği görülmektedir. Oysa bu özellikler **yeni deneyime açıklık** boyutuna aittir; duygusal dengelilik ise sakinlik, stresle başa çıkabilme ve duygusal istikrarla ilgilidir. Bu nedenle eşleştirme hatalıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) I: Öz disiplin;** düzenli olma, planlılık ve azimlilikle doğru eşleştirilmiştir.
- C) III: Dışa dönüklük;** atılganlık, aktiflik ve sosyal canlılıkla uyumludur.
- D) IV: Uyumluluk;** uysallık, güvenilirlik ve kibarlık özelliklerini kapsar.
- E) V: Yeni deneyime açıklık;** esneklik ve yaratıcılıkla doğru eşleştirilmiştir.

Cevap: B

11. Alev'in "düzeni sevme ve ayrıntılara dikkat etme" davranışları, planlı olma ve sorumluluk bilinciyle hareket etme gibi özellikleri gösterir. Bu nedenle öz disiplin boyutuna karşılık gelir. Burak'ın "kolay öfkelenmesi ve strese girmesi", duygusal olarak dengesiz ve tepkisel bir yapı sergilediğini gösterir. Bu durum nevroitiklik boyutuna işaret eder. Taylan'ın "sosyal ortamlarda ilgi odağı olması" ise girişkenlik, sosyallik ve aktiflik özelliklerini yansıtır. Bu da dışa dönüklük boyutuna karşılık gelir. Bu sıralama **öz disiplin – nevroitiklik – dışa dönüklük** şeklindedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Cevap: B

12. **Cattell'in faktör analizi yaklaşımında** "kuralları sorgulama bilinci düşük" olan bireyler, geleneklere ve otoriteye bağlı, kurallara uyma eğilimi yüksek ve bağımsız hareket etmekten kaçınan bir yapı sergiler. Bu durum, başına buyrukluğun (bağımsız ve kuralları sorgulayan olma) zıttıdır; dolayısıyla böyle bir kişide başına buyrukluğun görülmesi beklenmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) İçine kapalılık:** Sosyal etkileşimden kaçınma ile ilgilidir; kuralları sorgulama ile doğrudan ilişkili değildir.
- B) Duygusal açıdan dengelilik:** Duygusal istikrarla ilgilidir; otoriteye bağlılıkla bağlantılı değildir.
- D) Utangaçlık:** Sosyal çekingenliği ifade eder; kurallara bağlılıkla doğrudan ilişkili değildir.
- E) Duygusuzluk:** Duygusal tepkilerin zayıf olmasıyla ilgilidir; verilen durumla ilişkili değildir.

Cevap: C

13. Danışanın “başkalarını kendinden üstün görmesi, onlara rıza göstermesi, onları takip etmesi ve takdir etmesi” ifadeleri; başkalarına boyun eğme, yönlendirilme ve otoriteyi kabul etme eğilimini göstermektedir. Bu durum **Murray’in öğrenilmiş ihtiyaçlar kuramında itaat ihtiyacına karşılık gelir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Başatlık:** Başkalarını kontrol etme ve yönlendirme isteğini ifade eder; burada tam tersi bir durum vardır.
- B) **Benzerlik:** Başkalarıyla aynı olma ve kabul görme eğilimini içerir; ancak soruda vurgulanan boyun eğme davranışdır.
- C) **Bağımsızlık:** Kendi kararlarını alma ve özgür hareket etme isteğidir; verilen ifadelerle çelişir.
- E) **Kavrama-anlama:** Olayları analiz etme ve anlamlandırma eğilimini ifade eder; kişilerarası boyun eğme ile ilgili değildir.

Cevap: D

14. Sefa'nın “başkalarından farklı hareket etmeyi sevmesi, biricik olmayı istemesi ve geleneklere uymayan görüşleri benimsemesi” ifadeleri; sıradanlıktan uzaklaşma, özgün olma ve farklılaşma eğilimini açıkça göstermektedir. Bu durum **Murray'in öğrenilmiş ihtiyaçlar kuramında farklı olma ihtiyacına karşılık gelir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Başatlık:** Başkalarını yönetme ve kontrol etme isteğini ifade eder; soruda böyle bir güç kurma durumu yoktur.
- B) **Koruma:** Başkalarına yardım etme ve onları koruma eğilimini içerir; verilen ifadelerle ilişkili değildir.
- C) **Düzen:** Planlılık, tertip ve sistemli olmayı ifade eder; burada özgünlük vurgulanmaktadır.
- D) **Reddetme:** Başkalarını küçümseme veya uzaklaştırma eğilimini ifade eder; soruda esas vurgu farklı ve özgün olmaktır.

Cevap: E

15. Allport'a göre olgun kişilik; geniş bir benlik duygusu, sıcak ve yakın ilişkiler kurabilme, gerçekçi algılar ve hedefler geliştirme, kendini kabul etme ve içgörü gibi özellikleri içerir. Bu yapı bağımsız, kendine güvenen ve özerk bir bireyi ifade eder. Başkalarına boyun eğme ve onları üstün görerek takip etme ise olgun kişilikle bağdaşmaz. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Geniş bir alanda kendisini gösteren benlik duygusu:** Olgun birey, ilgi alanlarını genişletmiş ve kendini farklı alanlarda ortaya koyabilen bir yapıdadır.
- B) **Sıcak sosyal ilişkilere girebilme:** Olgun kişilik, empatik ve içten ilişkiler kurabilme kapasitesine sahiptir.
- C) **Gerçekçi algılara, becerilere ve hedeflere sahip olma:** Olgun birey, kendisini ve çevresini gerçekçi biçimde değerlendirir.
- D) **Yüksek kendini kabul ve güven duygusu:** Olgun kişilik, kendini olduğu gibi kabul eder ve içsel bir güven duygusuna sahiptir.

Cevap: E

1. Adayın “yeni ve müthiş fikirlere sahip olması, kavramları hızlı anlaması ve yüksek hayal gücüne sahip olması”; yaratıcılık, entelektüel merak ve bilişsel esneklik özelliklerini göstermektedir. Bu özellikler **beş faktör kişilik kuramında yeni deneyime açıklık boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Uyumluluk:** İş birliği ve kişilerarası uyumla ilgilidir; burada bilişsel ve yaratıcı özellikler vurgulanmaktadır.
- B) **Dışa dönüklük:** Sosyalite ve girişkenlikle ilgilidir; verilen ifadeler sosyal değil zihinsel özelliklere yöneliktir.
- D) **Öz disiplin:** Planlılık ve sorumlulukla ilgilidir; soruda düzen ve görev bilinci değil yaratıcılık ön plandadır.
- E) **Duygusal dengelilik:** Sakinlik ve duygusal istikrarla ilgilidir; burada duygusal yapıdan söz edilmemektedir.

Cevap: C

2. Eysenck'in kişilik kuramı, kişiliğin biyolojik ve fizyolojik temellerine vurgu yapar; kalıtım, sinir sistemi özellikleri ve fizyolojik süreçler kişilik farklılıklarının temelini oluşturur. Bu nedenle kişiliğin esas olarak sosyal ve kültürel çevre tarafından şekillendiğini söylemek bu yaklaşımla örtüşmez. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Kalıtım sadece dış görünüş özelliklerini değil, kişiliği de etkiler:** Eysenck'e göre doğrudur; kişilikte kalıtım önemli bir rol oynar.
- B) **Kişilik fizyolojik yapıdan ayrı ele alınamaz:** Kişiliğin biyolojik temelleri olduğu için bu ifade uygundur.
- C) **Kişilikteki bireysel farklılıklar fizyolojik farklılıklardan kaynaklanmaktadır:** Kuramın temel varsayımlarından biridir.
- D) **Beyin dalgası etkinliği, kalp atış hızları, hormon düzeyleri gibi fizyolojik özelliklerde insanlar arasında farklılıklar vardır:** Bu tür biyolojik farklılıklar kişilik farklılıklarının temelini oluşturur.

Cevap: E

3. Eysenck kişiliği iki temel boyutta ele alır: dışa dönüklük–içe dönüklük ve nevrotiklik–duygusal dengelilik (normallik). Bu modelde “deneyime açıklık” boyutu yer almaz; bu özellik beş faktör kişilik kuramına aittir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Nevrotiklik:** Eysenck'in temel boyutlarından biridir ve duygusal dengesizliği ifade eder.
- C) **Normallik:** Nevrotikliğin karşı ucu olarak duygusal dengeliliği ifade eder ve modelde yer alır.
- D) **İçe dönüklük:** Dışa dönüklüğün karşı ucu olup modelin temel boyutlarından biridir.
- E) **Dışa dönüklük:** Sosyalite ve girişkenlikle ilgili temel boyutlardan biridir.

Cevap: A

4. **Eysenck'in kuramında** nevrotiklik; kaygı, duygusal dengesizlik ve hassasiyetle ilişkilidir, “sessiz ve içine kapalı olma” ise içe dönüklük özelliğidir. Ayrıca içe dönük bireyler genellikle yalnız kalmaktan hoşlanmaz; verilen ifadede bunun tersi söylenmiştir. Buna karşılık normallik (duygusal dengelilik) düşünceli ve kontrollü davranmayı, dışa dönüklük ise tasasız ve iyimser olmayı içerir. Bu nedenle I ve III numaralı eşleştirmeler hatalıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Cevap: D

5. Danışanın “küçük olaylar karşısında aşırı kaygılanması, huzursuzluk hissetmesi, duygularının hızlı değişmesi ve stres altında kontrolünü kaybetmesi” ifadeleri; duygusal dengesizlik, kaygı ve yüksek tepkisellik özelliklerini göstermektedir. Bu özellikler **Eysenck'in Faktör Analizi Yaklaşımı'nda nevrotiklik boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Dışa dönüklük:** Sosyalite ve girişkenlikle ilgilidir; verilen ifadeler duygusal yapı ile ilgilidir.
- B) **İçe dönüklük:** Sosyal geri çekilme ile ilgilidir; burada temel vurgu kaygı ve duygusal dalgalanmadır.
- C) **Normallik:** Duygusal dengeliliği ifade eder; soruda bunun tam tersi özellikler vardır.

E) **Psikotiklik:** Saldırganlık, empati düşüklüğü ve soğukluk gibi özelliklerle ilişkilidir; verilen durumla örtüşmez.

Cevap: D

6. “Yumuşak kalpli olma, insanları rahatlatma, onların duygularına ilgi duyma ve vakit ayırma” ifadeleri; empati kurma, yardımseverlik ve kişilerarası duyarlılığı gösterir. Bu özellikler **beş faktör kişilik kuramında uyumluluk boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Deneyime açıklık:** Yaratıcılık ve hayal gücü ile ilgilidir; kişilerarası duyarlılığı açıklamaz.

B) **Öz disiplin:** Planlılık ve sorumlulukla ilgilidir; verilen ifadeler daha çok kişilerarası ilişkilerle ilgilidir.

C) **Dengeli:** Duygusal istikrarı ifade eder; empati ve yardımseverlik vurgusu içermez.

E) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlikle ilgilidir; burada temel vurgu başkalarına duyarlılıktır.

Cevap: D

7. Annenin “daha fazla dışarı çık, gez, eğlen” şeklindeki yönlendirmesi; Furkan’ın sosyal ortamlardan uzak durduğunu, içe kapanık olduğunu ve daha az sosyal etkileşim kurduğunu düşündüğünü gösterir. Bu durum **beş faktör kişilik kuramında içe dönüklük boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Nevrotiklik:** Kaygı ve duygusal dengesizlikle ilgilidir; burada sosyal geri çekilme vurgulanmaktadır.

B) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenliği ifade eder; annenin önerisi bunun eksikliğine işaret eder.

C) **Öz denetimlilik:** Planlılık ve sorumlulukla ilgilidir; soruda bu yönde bir vurgu yoktur.

D) **Uyumluluk:** Yardımseverlik ve iş birliği ile ilgilidir; sosyal aktiflik ile doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: E

8. Şiyar’ın çevresinden “eğlenmekten başka şeyler de var, biraz yavaşla” şeklinde uyarılar alması; onun sosyal, hareketli, eğlenceye düşkün ve yüksek enerjiye sahip olduğunu gösterir. Bu özellikler **beş faktör kişilik kuramında dışa dönüklük boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Nevrotiklik:** Kaygı ve duygusal dengesizlikle ilgilidir; burada eğlence ve hareketlilik vurgulanmaktadır.

C) **Öz denetimlilik:** Planlılık ve kontrol ile ilgilidir; verilen durumda daha çok spontane ve hareketli bir yapı vardır.

D) **Uyumluluk:** İş birliği ve yardımseverlikle ilgilidir; soruda kişilerarası uyum değil yaşam tarzı vurgulanmaktadır.

E) **İçe dönüklük:** Sosyal geri çekilme ile ilgilidir; verilen özellikler bunun tam tersidir.

Cevap: B

9. Gürültülü ve açık ortamlarda ders çalışmayı tercih eden bireyler daha fazla uyarana ihtiyaç duyan, sosyal ve hareketli yapıda olan kişilerdir; bu özellikler dışa dönüklüğü ifade eder. Buna karşılık sessiz ortamlarda çalışmayı tercih edenler daha az uyarana tercih eden, içe dönük bireylerdir. Bu nedenle sıralama **dışa dönüklük – içe dönüklük** şeklindedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **İçe dönüklük-Dışa dönüklük:** Sıralama ters verilmiştir.

C) **Nevrotiklik-Uyumluluk:** Kaygı ve kişilerarası uyumla ilgilidir; ortam tercihiyle doğrudan ilişkili değildir.

D) **Öz denetimlilik-Uyumluluk:** Planlılık ve iş birliği ile ilgilidir; uyarıcı düzeyi tercihini açıklamaz.

E) **Dışa dönüklük-Dengeli:** İkinci boşluk içe dönüklük olmalıdır, dengeli uygun değildir.

Cevap: B

10. Dışa dönük bireyler; sosyal, enerjik, girişken ve eğlenceye açık özellikler gösterirler. Buna karşılık “ağırkanlı olmak” yavaş hareket eden, düşük enerji düzeyine sahip ve daha durağan bir yapıyı ifade eder; bu özellik dışa dönüklükle uyuşmaz. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sosyaldirler:** Dışa dönüklüğün temel özelliklerinden biridir.
- B) **Enerjiktirler:** Yüksek hareketlilik ve canlılık dışa dönük bireylerde görülür.
- C) **Girişkendirler:** İnsanlarla iletişim kurmada aktif ve atılgandırlar.
- E) **Eğlencelidirler:** Eğlenceye açık ve neşeli olma dışa dönüklükle uyumludur.

Cevap: D

11. Muhammed'in “iş ve başarı durumlarında yüksek sorumluluk sahibi izlenimi bırakması”; görev bilinci, planlılık, güvenilirlik ve hedef odaklılık özelliklerini göstermektedir. Bu özellikler **Büyük Beşli Kuramı'nda öz denetimlilik (öz disiplin) boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Dengellilik:** Duygusal istikrarla ilgilidir; sorumluluk ve görev bilinciyle doğrudan ilişkili değildir.
- B) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenliği ifade eder; verilen durumda performans ve sorumluluk ön plandadır.
- D) **Uyumluluk:** Yardımseverlik ve iş birliği ile ilgilidir; burada görev sorumluluğu vurgulanmaktadır.
- E) **İçe dönüklük:** Sosyal geri çekilme ile ilgilidir; soruda bu yönde bir ifade yoktur.

Cevap: C

12. Yusuf Bey'in “yüksek zihinsel merak, çok yönlü düşünme, güçlü hayal gücü ve yenilikçi etkinlikler üretme” özellikleri; yaratıcılık, entelektüel esneklik ve yeniliğe açıklığı göstermektedir. Bu özellikler **Büyük Beşli Kuramı'nda açıklık (deneyime açıklık) boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Dengellilik:** Duygusal istikrarla ilgilidir; bilişsel merak ve yaratıcılığı açıklamaz.
- B) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlikle ilgilidir; burada zihinsel üretkenlik ön plandadır.
- C) **Öz disiplin:** Planlılık ve sorumlulukla ilgilidir; soruda yaratıcılık ve yenilik vurgulanmaktadır.
- D) **Uyumluluk:** İş birliği ve yardımseverlikle ilgilidir; verilen özellikler daha çok bilişsel esneklikle ilgilidir.

Cevap: E

13. Öğrencilerde “üzüntü, öfke, suçluluk” gibi yoğun ve olumsuz duyguların belirgin olması; duygusal dengesizlik, hassasiyet ve olumsuz duygulanım eğilimini gösterir. Bu özellikler **beş faktör kişilik kuramında nevroitiklik boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlikle ilgilidir; duygusal olumsuzlukları açıklamaz.
- C) **Öz disiplin:** Planlılık ve sorumlulukla ilgilidir; burada duygusal yapı ön plandadır.
- D) **Uyumluluk:** Empati ve iş birliği ile ilgilidir; verilen özellikler kişilerarası uyumdan ziyade duygusal tepkilerdir.
- E) **Deneyime açıklık:** Yaratıcılık ve zihinsel merakla ilgilidir; duygusal dengesizlikle ilişkili değildir.

Cevap: A

14. Dağlar'ın "yardımsever, bağışlayıcı ve kabul edici" olması empati, hoşgörü ve iş birliğini gösterir; bu **uyumluluk** boyutudur. Aslı'nın "iyi organize, hırslı, azimli ve planlı" olması görev bilinci ve düzenliliği ifade eder; bu **öz disiplin** boyutudur. Elif'in "sıcakkanlı, girişken, heyecanı seven" yapısı ise sosyallik ve enerji düzeyiyle ilgilidir; bu da **dışa dönüklük** boyutudur. Bu sıralama **uyumluluk – öz disiplin – dışa dönüklük** şeklindedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Uyumluluk-Öz disiplin-Duygusal dengelilik:** Elif'in özellikleri dengelilik değil dışa dönüklüktür.
- B) **Öz disiplin-Deneyime açıklık-Uyumluluk:** İlk ve ikinci eşleştirme hatalıdır.
- D) **Dışa dönüklük-Öz disiplin-Uyumluluk:** Dağlar dışa dönük değil uyumludur; Elif de uyumluluk değil dışa dönüklük gösterir.
- E) **Uyumluluk-Öz disiplin-Nevrotiklik:** Elif'te kaygı ve duygusal dengesizlik değil sosyallik ve enerji vardır.

Cevap: C

15. "Pişmanlık, umutsuzluk, çaresizlik, suçluluk ve kendine acıma" gibi yoğun olumsuz duygular; duygusal dengesizlik, hassasiyet ve yüksek olumsuz duygulanım düzeyini gösterir. Bu özellikler **Eysenck'in Faktör Analizi Kuramı'nda nevro-tiklik boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İçe dönüklük:** Sosyal geri çekilme ile ilgilidir; duygusal yoğunluk ve olumsuzluk bu boyutun temel özelliği değildir.
- B) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve enerji ile ilgilidir; verilen özellikler bunun tersidir.
- C) **Normallik:** Duygusal dengeliliği ifade eder; burada dengesizlik söz konusudur.
- E) **Dengelilik:** Sakinlik ve istikrarı ifade eder; verilen özelliklerle çelişir.

Cevap: D

1. Murat'ın grup sürecinde "sessiz kalması, duygularını ifade etmemesi ve kapalı bir tutum sergilemesi"; sosyal geri çekilme, içe kapanıklık ve düşük sosyal etkileşim düzeyini göstermektedir. Bu özellikler **Eysenck'in faktör analizi kuramında içe dönüklük boyutuna karşılık gelir**. İçe dönüklük; bireyin daha az uyarana ihtiyaç duyması, yalnız kalmayı tercih etmesi, derin düşünmeye eğilimli olması, duygularını kolay ifade etmemesi ve sosyal ortamlarda geri planda kalmayı seçmesiyle karakterizedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Dışa dönüklük:** Sosyallik ve konuşkanlık içerir; Murat'ın davranışları bunun tersidir.
- C) Normallik:** Duygusal dengeliliği ifade eder; soruda duygusal yapıdan ziyade sosyal tutum vurgulanmaktadır.
- D) Nevrotiklik:** Kaygı ve duygusal dengesizlikle ilgilidir; verilen durumda bu tür belirtiler yoktur.
- E) Dengelilik:** Sakinlik ve istikrarı ifade eder; burada belirgin olan özellik içe kapanmadır.

Cevap: A

2. Beş faktör kişilik kuramı kişiliği, bireyleri kesin kategorilere ayıran bir yapı olarak değil; herkesin farklı düzeylerde sahip olduğu **sürekli (boyutsal) özellikler bütünü** olarak ele alır. Bu nedenle kişiliğin katı ve değişmez tipler hâlinde sınıflandırılması bu kuramın temel yaklaşımına aykırıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B)** Bireyler aynı kişilik özelliklerine farklı düzeylerde sahip olabilir; bu kuramın temel varsayımlarındandır.
- C)** Kişilik özellikleri zaman içinde belirli bir tutarlılık gösterir; kuram bu sürekliliği kabul eder.
- D)** Kişilik, davranış eğilimlerini açıklamada kullanılır; bu yaklaşımın temel amacıdır.
- E)** Kişilik boyutları evrensel nitelik taşır; farklı kültürlerde de benzer yapılar bulunur.

Cevap: A

3. Cattell'in 16 faktörlü kişilik yapısında "net ve soyut düşünme" ile "somut ve daha az zekice düşünme" karşıtlığı, bireyin zihinsel kapasitesi ve akıl yürütme düzeyiyle ilgilidir. Bu özellik, kuramda **mantıklı düşünme faktörü altında ele alınır. Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Sıcaklık:** Samimiyet ve kişilerarası yakınlıkla ilgilidir; bilişsel kapasiteyi ifade etmez.
- C) Sosyal cesaret:** Sosyal ortamlarda girişkenlik ve rahatlıkla ilgilidir; düşünme biçimiyle ilişkili değildir.
- D) Değişikliğe açıklık:** Yeniliklere ve farklı fikirlerle açıklığı ifade eder; doğrudan zihinsel kapasiteyi açıklamaz.
- E) Mükemmelliyetçilik:** Düzen ve titizlikle ilgilidir; soyut düşünme ile bağlantılı değildir.

Cevap: A

4. "Şüpheli olma – insanlara güvenme" karşıtlığı; bireyin başkalarına karşı kuşkucu, temkinli ve mesafeli olma ile güvenen, açık ve rahat olma eğilimi arasında değişen bir özelliği ifade eder. Cattell'in 16 faktörlü yapısında bu özellik **tedbirlilik boyutuna karşılık gelir**. Tedbirlilik; bireyin kişilerarası ilişkilerde başkalarının niyetlerini sorgulama, kolay güvenmeme, eleştirel ve temkinli olma ya da tam tersine daha güvenen, açık ve kabullenici olma eğilimini içerir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) Mantıklı düşünme:** Soyut düşünme, akıl yürütme ve zihinsel kapasiteyle ilgilidir; kişilerearası güven düzeyini açıklamaz.
- B) Sıcaklık:** Samimiyet, içtenlik ve başkalarına karşı yakınlık kurma eğilimini ifade eder; ancak güven-şüphe ekseninden ziyade duygusal yakınlık boyutudur.
- D) Gerginlik:** İçsel huzursuzluk, sabırsızlık ve stres düzeyiyle ilgilidir; başkalarına güvenme ile doğrudan ilişkili değildir.
- E) Mükemmelliyetçilik:** Düzen, kontrol ve yüksek standartlara sahip olma ile ilgilidir; kişilerearası güvenle bağlantılı değildir.

Cevap: C

5. Vito Corleone'nin "ailesine bağlı, sadakat ve şerefi ön planda tutan, ilişkileri stratejik şekilde yöneten ve yüksek kontrol sahibi" yapısı; planlılık, sorumluluk alma, uzun vadeli düşünme ve görev bilinci gibi özellikleri gösterir. Bu durum **faktör kişilik kuramında sorumluluk (öz disiplin) boyutunun yüksek olduğunu** gösterir. Allport'a göre ise bu tür değer temelli ve tutarlı özellikler bireyin davranışlarını yönlendiren **merkezi kişilik özellikleri** kapsamında değerlendirilir; "bağlılık" bu yapıya uygun bir merkezi özelliktir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Düşük dışa dönüklük:** Vito sosyal etki gücü yüksek bir liderdir; düşük dışa dönüklük uygun değildir.
- B) **Yüksek deneyime açıklık:** Yaratıcılık ve yenilikten ziyade kontrol ve düzen ön plandadır; ayrıca "sezgisellik" Allport'un sınıflamasında uygun bir başat özellik değildir.
- D) **Düşük uyumluluk:** Zaman zaman sert olsa da temel vurgu strateji ve sorumluluktur; ayrıca içe dönüklük ikincil özellik olarak uygun değildir.
- E) **Yüksek sorumluluk - Başat kişilik özelliği olarak kaygı:** Kaygı bu karakterin belirleyici özelliği değildir ve başat özellik olarak uygun değildir.

Cevap: C

6. Jean Valjean'ın "dürüst, yardımsever, merhametli olması ve insanlara yardım etme tutkusunu sürdürmesi"; empati, fedakârlık, bağışlayıcılık ve başkalarının iyiliğini gözetme özelliklerini göstermektedir. Bu özellikler **beş faktör kişilik kuramında uyumluluk boyutuna karşılık gelir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Öz disiplin:** Planlılık ve sorumlulukla ilgilidir; karakterde ahlaki dönüşüm var ancak temel vurgu kişilerarası duyarlılıktır.
- B) **Duygusal denge:** Sakinlik ve istikrarı ifade eder; burada öne çıkan özellik merhamet ve yardımseverliktir.
- C) **Deneyime açıklık:** Yaratıcılık ve zihinsel merakla ilgilidir; karakterin temel özelliği bu değildir.

D) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlikle ilgilidir; verilen özellikler daha çok başkalarına duyarlılıkla ilişkilidir.

Cevap: E

7. Zehra'nın "her gün aynı saatte ders çalışması, plan yapması ve bu planlara harfiyen uyması" düzenlilik, sorumluluk ve hedef odaklılık özelliklerini gösterir. Ayrıca grup çalışmalarında katı kuralları koyması da kontrol ve düzen ihtiyacını yansıtır. Bu durum **beş faktör kişilik kuramında öz disiplin boyutunun yüksekliğine işaret eder.** Esneklik göstermekte zorlanması da bu boyutun aşırı düzeyine bağlı olabilir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Uyumluluk:** İş birliği ve esneklik içerir; Zehra'nın katı ve kuralcı yapısı bunun tersine işaret eder.
- C) **Yaşantıya açıklık:** Yenilik ve esneklikle ilgilidir; Zehra değişime direnç göstermektedir.
- D) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlikle ilgilidir; soruda bu yönde bir vurgu yoktur.
- E) **Duygusal denge:** Stres karşısında sakin kalmayı ifade eder; Zehra planı bozulduğunda zorlanmaktadır.

Cevap: A

8. Meryem'in "eleştiride hemen kaygılanması, başarısızlık düşüncelerine kapılması, geçmiş hatalara takılması ve psikosomatik belirtiler göstermesi"; duygusal hassasiyet, kaygı ve olumsuz duygulanımın yüksek olduğunu gösterir. Bu özellikler **beş faktör kişilik kuramında nevrozizm boyutunun yüksekliğine karşılık gelir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Uyumluluk:** Empati ve iş birliği ile ilgilidir; verilen durum duygusal hassasiyetle ilişkilidir.
- B) **Sorumluluk:** Planlılık ve görev bilinciyle ilgilidir; burada kaygı ve duygusal tepkisellik ön plandadır.
- C) **Duygusal denge:** Sakinlik ve istikrarı ifade eder; soruda bunun tam tersi özellikler vardır.
- D) **Dışa dönüklük:** Sosyallik ve girişkenlikle ilgilidir; verilen özellikler duygusal yapı ile ilgilidir.

Cevap: E

9. Görkem Bey'in "içe dönük ve mesafeli olması" düşük sıcaklığa; "karar verirken sistematik analizler yapması" yüksek soyut düşünmeye; "otoriteye saygılı ve kurallara bağlı olması" ise yüksek kuralcılığa işaret eder. Ayrıca insanların niyetlerine karşı temkinli olması da bu yapıyı destekler. Bu nedenle en uygun kombinasyon **düşük sıcaklık – yüksek soyut düşünme – yüksek kuralcılıktır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Yüksek dominantlık – Yüksek sosyallik – Düşük duygusal denge:** Görkem Bey sosyal ve baskın değil, daha mesafeli ve kontrollüdür.
- C) **Yüksek dışa dönüklük – Düşük duygusal denge – Yüksek açıklık:** İçe dönük bir yapısı vardır; dışa dönüklük uygun değildir.
- D) **Yüksek sıcaklık – Düşük soyut düşünme – Düşük kuralcılık:** Verilen özelliklerin tam tersini ifade eder.
- E) **Yüksek duygusal denge – Düşük dominantlık – Yüksek uyumluluk:** Duygularını bastırmakta zorlanması yüksek dengeliğe işaret etmez; ayrıca uyumluluk vurgusu zayıftır.

Cevap: B

10. Dilara'nın "sorumluluk sahibi, kurallara önem veren, ayrıntılara dikkat eden, mantığını ön planda tutan ve mesafe koyabilen" yapısı; kuralcılık, analitik düşünme ve kişilerarası mesafeyi gösterir. Bu özellikler, duygular yerine mantığın baskın olduğunu ve daha kontrollü bir yapıyı ifade eder. Bu nedenle **yüksek duygusallık** (duygularla hareket etme, hassasiyetin baskın olması) bu profil ile örtüşmez. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Yüksek kuralcılık:** Kurallara önem verme ve düzenli olma ile uyumludur.
- B) **Yüksek soyut düşünme:** Mantık ve analizle karar verme özelliğini destekler.
- C) **Düşük sıcaklık:** Mesafeli ve daha resmî ilişkiler kurma eğilimiyle uyumludur.
- D) **Yüksek gözü peklik:** Rekabet ortamında motive olma ve risk almaya açıklıkla ilişkilidir.

Cevap: E

11. Arda'nın "sessiz, mesafeli ve riskten kaçınan" yapısı temkinli ve kontrollü olmayı; "sistemli çalışması ve detaylara önem vermesi" yüksek kuralcılığı; "alışkanlıklarını sürdürmesi ve ani değişimlerden hoşlanmaması" ise geleneklere bağlılığı göstermektedir. Bu özellikler, bağımsız ve alışılmışın dışında düşünmekten ziyade mevcut düzeni sürdürme eğilimine işaret eder. Bu nedenle **düşünce bağımsızlığı** Arda'da yüksek düzeyde değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kuralcılık:** Planlı, düzenli ve kurallara bağlı olma ile uyumludur.
- B) **Soyut düşünme:** Akademik başarı ve zihinsel kapasite ile desteklenebilir; verilen bilgilerle gelişmez.
- C) **Koruyuculuk:** Temkinli ve riskten kaçınan yapı ile uyumludur.
- E) **Duygusal denge:** Kontrollü ve ani tepkiler vermeyen yapı ile gelişmez.

Cevap: D

12. Zeynep'in "kendi hedeflerine odaklanması, bireysel başarıyı ön planda tutması ve özellikle bir alanda en iyi olmayı istemesi"; üstün performans gösterme, hedefe ulaşma ve başarı elde etme güdüsünü yansıtır. Liderlik isteği olsa da temel motivasyon başkalarını kontrol etmekten ziyade **başarılı olmak ve en iyisi olmaktır.** Bu nedenle davranışlarını en çok yönlendiren ihtiyaç **başarı ihtiyacıdır. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Bağılılık ihtiyacı:** Başkalarıyla yakın ilişkiler kurma isteğidir; Zeynep daha çok bireysel başarıya odaklıdır.
- C) **Güç ihtiyacı:** Başkalarını kontrol etme ve etkileme isteğidir; liderlik eğilimi olsa da temel vurgu başarıdır.
- D) **Dış kontrol ihtiyacı:** Kontrolün dış faktörlerde olduğunu düşünme ile ilgilidir; verilen durumla ilişkili değildir.
- E) **Güvence ihtiyacı:** Güvenlik ve riskten kaçınma ile ilgilidir; Zeynep'in motivasyonu bu değildir.

Cevap: A

13. Murray'e göre bir gereksinimin davranışı yönlendirmesi, yalnızca o gereksinimin varlığına değil, aynı zamanda çevresel **baskının** (durumun) o gereksinimi aktive etmesine bağlıdır. Yani bireyde bir eğilim zayıf olsa bile, uygun çevresel koşul olduğunda davranış ortaya çıkabilir. Bu nedenle **düşük düzen gereksinimine sahip birinin, önemli bir misafir (baskı) nedeniyle odasını toplaması**, gereksinim ve baskının birlikte işleyişini en iyi yansıtır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Düzenli olmasına rağmen ortamda baskı yoksa davranışın ortaya çıkmaması vurgulanıyor; ancak kuramın temel örneği bu değildir.
- B) Başarı ihtiyacına rağmen davranışın ortaya çıkmaması, baskı ile ilişkili açık bir durum içermez.
- C) Sosyal olmasına rağmen çekingen davranma durumu, daha çok durumluk davranışla ilgilidir; gereksinim-baskı ilişkisi net değildir.
- E) Sosyal kabul olmasına rağmen yalnızlığı tercih etme, gereksinim-baskı etkileşimini açıklayamaz.

Cevap: D

14. Ayhan'ın "insanlara yardım etmesi, onlarla samimi bağlar kurması ve bu süreçte duygusal tatmin yaşaması"; başkalarıyla yakın ilişkiler kurma, kabul görme ve bağlanma isteğini gösterir. Bu durum Murray'e göre **ait olma ihtiyacının** baskın olduğunu ortaya koyar. Bu süreçte kişi ilişkilerden **duygusal doyum** sağlar ve zamanla bu davranış **toplumsal onay** ile pekişir. Bu nedenle en uygun sıralama bu üçlü süreci içeren seçenektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Başarı ve güç ihtiyacı ön planda değildir; davranışın odağı kişilerarası yakınlıktır.
- B) Güç ihtiyacı bu durumda belirgin değildir; kontrol kurma amacı yoktur.
- D) Güç ihtiyacı baskın değildir; yardım etme davranışı kontrol değil bağ kurma temellidir.
- E) Başarı ve bağımsızlık ihtiyacı bu davranışı açıklamaz; temel vurgu ilişkisel doyumdur.

Cevap: C

15. "Yeni deneyime açıklık"; bireyin yeniliklere açık olması, farklı düşünceleri kabul etmesi, hayal gücünün yüksek olması ve yeni yöntemleri denemeye istekli olmasıyla ilgilidir. Bu nedenle yeni öğretim tekniklerini denemek ve farklı fikirleri desteklemek bu boyutun en tipik yansımasıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Değişime kapalı ve rutin davranmayı ifade eder; açıklığın tersidir.
- B) Sosyal mesafe uyumluluk veya dışa dönüklükle ilgilidir; açıklıkla doğrudan ilişkili değildir.
- D) Katı kurallara bağlılık ve riskten kaçınma, açıklığın zıttıdır.
- E) Duygusal kontrol güçlüğü nevrozizm ile ilgilidir.

Cevap: C

1. Büşra öğretmenin öğrencilerin farklı öğrenme yollarına sahip olduğunu fark edip derslerini buna göre çeşitlendirmesi; zekânın tek boyutlu değil, farklı alanlardan oluştuğu anlayışına dayanır. Bu yaklaşım **Gardner'ın çoklu zekâ kuramını** yansıtır. Gardner'a göre zekâ tek bir genel kapasite değildir; sözel-dilsel, mantıksal-matematiksel, görsel-uzamsal, bedensel-kinestetik, müziksel, kişilerarası ve içsel gibi **birden fazla zekâ alanı vardır** ve bireyler bu alanlarda farklı düzeylerde güçlü olabilir. Eğitim sürecinde bu farklılıklara uygun öğretim yapılması gerekir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sternberg'in üçlü zekâ kuramı:** Zekâyı **analitik (akademik problem çözme), yaratıcı (yeni durumlara uyum) ve pratik (günlük yaşam becerileri)** olmak üzere üç boyutta ele alır; ancak çok sayıda farklı zekâ alanı vurgusu yoktur.
- C) **Spearman'ın g faktörü yaklaşımı:** Zekânın temelinde **tek bir genel zekâ (g)** olduğunu savunur; tüm zihinsel performans bu genel faktöre dayanır. Bu nedenle bireysel zekâ türleri ayrımı yapmaz.
- D) **Cattell'in akıcı-kristalize zekâ kuramı:** Zekâyı **akıcı zekâ (doğuştan gelen, yeni problemleri çözme)** ve **kristalize zekâ (öğrenilmiş bilgi ve deneyim)** olarak ikiye ayırır; öğrenme stillerine göre öğretim çeşitlendirmesi önermez.
- E) **Thorndike'ın sosyal zekâ modeli:** Zekâyı **soyut, mekanik ve sosyal zekâ** olarak üçe ayırır; özellikle insanları anlama ve ilişkileri yönetme becerisine vurgu yapar, ancak çoklu zekâ kadar kapsamlı alan çeşitliliği içermez.

Cevap: B

2. Mozart'ın küçük yaşta beste yapabilmesi ve duyduğu notaları doğru şekilde ayırt edip yazabilmesi; sesleri algılama, ritim ve melodiye duyarlılık, müzikal üretim becerisi gibi özellikleri göstermektedir. Bu özellikler **Gardner'ın çoklu zekâ kuramında müziksel-ritmik zekâ** kapsamında değerlendirilir. Müziksel zekâ; bireyin sesleri ayırt etme, ritim tutma, melodi oluşturma ve müzikle ifade becerilerini içerir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Sözel-dilsel zekâ:** Dil kullanımı, konuşma ve yazma becerileriyle ilgilidir; müziksel üretimi açıklamaz.
- B) **Görsel-uzamsal zekâ:** Şekil, renk ve mekânsal ilişkileri algılama ile ilgilidir; işitsel-müzikal becerileri kapsamaz.
- D) **Bedensel-kinestetik zekâ:** Bedeni kullanma ve hareketle ifade etme becerilerini içerir; müziksel işitme ile ilişkili değildir.
- E) **İçsel zekâ:** Kendi duygularını ve iç dünyasını tanıma ile ilgilidir; müziksel yetenekleri açıklamaz.

Cevap: C

3. Karellen'in "insan toplumlarını anlaması, kültürlerarası çözümleme yapabilmesi ve diplomatik iletişimi yönetebilmesi"; başkalarının duygularını, niyetlerini ve davranışlarını anlama ve kişilerarası ilişkileri etkili biçimde düzenleme becerisini gösterir. Bu özellikler **Gardner'ın çoklu zekâ kuramında sosyal (kişilerarası) zekâ** kapsamında yer alır. Sosyal zekâ; empati kurma, iletişimi yönetme ve insanları etkileme becerilerini içerir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Mantıksal-matematiksel zekâ:** Sayısal akıl yürütme ve problem çözmeyle ilgilidir; kişilerarası becerileri açıklamaz.
- C) **Doğacı zekâ:** Doğa ve canlıları tanıma ile ilgilidir; sosyal analizle ilişkili değildir.
- D) **İçsel zekâ:** Kendi duygularını ve iç dünyasını tanıma ile ilgilidir; başkalarını anlama boyutunu kapsamaz.
- E) **Görsel-uzamsal zekâ:** Mekânsal algı ve görsel düşünmeyle ilgilidir; kişilerarası iletişimi açıklamaz.

Cevap: B

4. Will'in "herhangi bir formal eğitim almamasına rağmen yeni ve karmaşık matematik problemlerini çözebilmesi"; öğrenilmiş bilgiye değil, doğuştan gelen zihinsel kapasiteye, yani yeni durumlarda akıl yürütme ve problem çözme becerisine işaret eder. Bu özellikler **Cattell'in zekâ kuramında akıcı zekâ** kapsamında değerlendirilir. Akıcı zekâ; bireyin daha önce karşılaşmadığı problemleri çözebilme, soyut düşünme, ilişkileri hızlı kurabilme ve zihinsel esneklik gösterme kapasitesidir. Kristalize zekâdan farklı olarak eğitim ve deneyimden bağımsızdır. Doğuştan gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kristalize zekâ:** Öğrenilmiş bilgi, eğitim ve deneyime dayalıdır (kelime bilgisi, genel kültür gibi); Will'in durumu eğitimden bağımsızdır.
- B) **İçsel zekâ:** Kendi duygularını ve iç dünyasını tanıma ile ilgilidir; bilişsel problem çözmeyle ilgili değildir.
- C) **Sosyal zekâ:** İnsanları anlama ve ilişkileri yönetme becerisidir; matematiksel yetenekle ilişkili değildir.
- E) **Doğacı zekâ:** Doğa ve canlıları tanıma ile ilgilidir; soyut problem çözmeyle bağlantılı değildir.

Cevap: D

5. Sherlock Holmes'un "geçmiş tecrübelerine, literatüre ve bilgi birikimine dayanarak suç çözümlemesi yapması"; öğrenilmiş bilgi, deneyim ve kültürel birikimin kullanılması anlamına gelir. Bu durum **Cattell'in zekâ kuramında kristalize zekâ** kapsamında değerlendirilir. Kristalize zekâ; eğitim, yaşantı ve deneyim yoluyla kazanılan bilgilerin kullanılması, kavramlar arası ilişkilerin kurulması ve bu birikimin problem çözmede işe koşulmasıdır. Holmes'un analizleri yeni bir problemle karşılaşsa bile, büyük ölçüde geçmiş bilgi repertuarına dayanır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Akıcı zekâ:** Yeni ve daha önce karşılaşılma-
mış problemleri, öğrenilmiş bilgiye dayanma-
dan çözme becerisidir; burada temel vurgu
geçmiş bilgiye dayalı çözümlemedir.
- C) **Görsel zekâ:** Mekânsal algı ve görsel düzen-
lemelerle ilgilidir; suç çözümlemesini açıkla-
maz.

- D) **Duygusal zekâ:** Duyguları anlama ve yönet-
me ile ilgilidir; bilişsel analiz sürecini açıkla-
maz.

- E) **Sosyal zekâ:** İnsanları anlama ve ilişkileri yö-
netme becerisidir; burada bilgi temelli akıl yü-
rütme ön plandadır.

Cevap: B

6. Forrest'in "başkalarının üzgün, mutlu ya da he-
yecanlı olduğunu kolayca anlayabilmesi ve buna
uygun tepkiler verebilmesi"; başkalarının duygula-
rını tanıma ve onların duygusal durumuna duyarlı
olma becerisini gösterir. Bu özellik **Goleman'ın
duygusal zekâ modelinde empati** başlığı al-
tında açıklanır. Empati; başkalarının duygularını
doğru biçimde algılama, anlama ve buna uygun
davranabilme yeteneğidir. **Doğru cevap B seçe-
neğidir.**

- A) **Öz-farkındalık:** Kendi duygularını tanıma ile
ilgilidir; başkalarının duygularını anlama içere-
mez.
- C) **İçsel motivasyon:** Kişinin kendi hedeflerine
yönelik içsel güdülenmesini ifade eder; kişile-
rarası duyarlılığı açıklamaz.
- D) **Sosyal beceri:** İlişkileri yönetme ve iletişim
kurma ile ilgilidir; ancak soruda vurgulanan te-
mel nokta duyguyu anlama (empati)dir.
- E) **Duyguları düzenleme:** Kendi duygularını
kontrol etme ile ilgilidir; başkalarının duygula-
rını anlama boyutunu kapsamaz.

Cevap: B

7. Küçük Prens'in "kendi iç dünyasını, yalnızlığını
ve duygularını derinlemesine fark etmesi"; bire-
yin kendi duygularını tanıması, içsel yaşantısının
farkında olması ve kendini anlamasıyla ilgilidir. Bu
özellik **Goleman'ın duygusal zekâ modelinde
öz farkındalık** bileşenine karşılık gelir. Öz farkın-
dalık; kişinin kendi duygularını doğru biçimde ta-
nıması, nedenlerini anlaması ve içsel durumunun
bilincinde olmasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Empati:** Başkalarının duygularını anlama ile
ilgilidir; burada kişinin kendi iç dünyası vurgu-
lanmaktadır.

- C) **Duyguları düzenleme:** Duyguları kontrol etme ve yönetme ile ilgilidir; soruda fark etme ön plandadır.
- D) **Sosyal beceri:** İlişkileri yönetme ve iletişim kurma ile ilgilidir; içsel farkındalıkla ilgili değildir.
- E) **İç motivasyon:** Kişinin hedeflerine yönelik içsel güdülenmesini ifade eder; duyguları tanıma boyutunu içermez.

Cevap: B

8. Chris'in "yoksulluk ve evsizlik gibi zorluklara rağmen hedefinden vazgeçmemesi, oğluna bakma sorumluluğunu sürdürmesi ve kararlılıkla ilerlemesi"; içsel olarak güdülenme, hedefe bağlılık ve direnç gösterme özelliklerini yansıtır. Bu durum **Goleman'ın duygusal zekâ modelinde iç motivasyon** bileşenine karşılık gelir. İç motivasyon; bireyin dış ödüllerden bağımsız olarak hedeflerine ulaşma isteği, azim ve sebat göstermesidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Sosyal beceri:** İlişkileri yönetme ve iletişim kurma ile ilgilidir; burada bireysel direnç ön plandadır.
- B) **Empati:** Başkalarının duygularını anlama ile ilgilidir; soruda kendi hedeflerine yönelik çaba vardır.
- D) **Öz-farkındalık:** Kendi duygularını tanıma ile ilgilidir; burada davranışı sürdüren güç motivasyondur.
- E) **Duyguları düzenleme:** Duyguları kontrol etme ile ilgilidir; temel vurgu kararlılık ve hedefe bağlılıktır.

Cevap: C

9. Anna'nın "anlık öfke ve üzüntülerinin davranışlarını kontrolsüz biçimde yönlendirmesi"; duygularını bastıramama değil, **duygularını dengeleyeme ve uygun biçimde yönetememe** durumunu gösterir. Verilen bilgilere göre öz düzenleme (kendini ayarlama), bireyin olumsuz duygularını kontrol altına alıp daha işlevsel bir hâle getirebilmesi ve duygusal tepkilerini dengeleyebilmesidir. Anna'nın davranışlarında bu denge ve kontrol mekanizması yoktur. Bu nedenle eksik olan bileşen **duyguları düzenlemedir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Öz farkındalık:** Kendi duygularını tanıma ile ilgilidir; burada sorun fark etme değil kontrol edememedir.
- B) **İç motivasyon:** Hedefe yönelik içsel güdülenmeyle ilgilidir; duygusal kontrolle doğrudan ilişkili değildir.
- C) **Sosyal beceri:** İlişkileri yönetme ve iletişim kurma ile ilgilidir; temel problem duyguların kontrolüdür.
- E) **Empati:** Başkalarının duygularını anlama ile ilgilidir; burada bireyin kendi duygularını yönetememesi söz konusudur.

Cevap: D

10. Robinson Crusoe'nun "doğal kaynaklardan yiyecek üretmesi, barınak yapması ve doğayla uyum içinde yaşaması"; doğayı tanıma, çevredeki canlı ve cansız unsurları ayırt etme ve doğaya uyum sağlama becerilerini göstermektedir. Bu özellikler **Gardner'ın çoklu zekâ kuramında doğacı zekâ** kapsamında değerlendirilir. Doğacı zekâ; doğadaki varlıkları tanıma, sınıflandırma, çevreye uyum sağlama ve doğal kaynakları etkili kullanma becerisini içerir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bedensel-kinestetik zekâ:** Bedeni kullanma ve hareket becerileriyle ilgilidir; doğayı anlama boyutunu kapsamaz.
- C) **İçsel zekâ:** Kendi duygularını ve iç dünyasını tanıma ile ilgilidir; çevresel uyumla ilgili değildir.
- D) **Görsel-uzamsal zekâ:** Mekânsal algı ve görsel düzenlemelerle ilgilidir; doğayla etkileşimi açıklamaz.
- E) **Sosyal zekâ:** İnsanları anlama ve ilişkileri yönetme ile ilgilidir; burada doğayla etkileşim ön plandadır.

Cevap: B

11. Turing'in "karmaşık kalıpları fark etmesi, şifre çözme sürecinde akıl yürütmesi ve sistematik problem çözmesi"; analiz yapma, örüntüleri tanıma ve mantıksal çıkarımlar üretme becerilerini gösterir. Bu özellikler **Gardner'in çoklu zekâ kuramında mantıksal-matematiksel zekâ** kapsamında değerlendirilir. Bu zekâ türü; problem çözme, akıl yürütme, soyut ilişkileri kavrama ve sayısal-mantıksal işlemler yapma becerilerini içerir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sözel-dilsel zekâ:** Dil kullanımı ve ifade becerileriyle ilgilidir; şifre çözme sürecini açıklamaz.
- B) **Görsel-uzamsal zekâ:** Mekânsal ilişkileri algılama ile ilgilidir; burada mantıksal analiz ön plandadır.
- C) **Bedensel-kinestetik zekâ:** Bedeni kullanma ve hareket becerileriyle ilgilidir; bilişsel analizle ilgili değildir.
- D) **Müziksel-ritmik zekâ:** Ritim ve melodiyle ilgilidir; verilen durumla ilişkili değildir.

Cevap: E

12. John Nash'in "matematiksel problemleri çözerken literatüre değil, kendi sezgisel analizine dayanması"; öğrenilmiş bilgiye değil, tamamen yeni durumlarda **ilişkileri fark etme, soyut düşünme ve özgün çözüm üretme** becerisine işaret eder. Bu durum Cattell'e göre **akıcı zekâ** kapsamında değerlendirilir. Akıcı zekâ; doğuştan gelen, öğrenme ve deneyimden bağımsız olarak yeni problemleri çözme ve akıl yürütme kapasitesidir. Buna karşılık kristalize zekâ, eğitim ve yaşantılar yoluyla edinilen bilgiye dayanır. Nash'in mevcut bilgiden bağımsız hareket etmesi, akıcı zekânın tipik bir göstergesidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kristalize zekâ:** Öğrenilmiş bilgi ve deneyime dayanır; soruda özellikle bunun kullanılmadığı vurgulanmıştır.
- C) **Sosyal zekâ:** İnsanları anlama ve ilişkileri yönetme ile ilgilidir; matematiksel problem çözmeyle ilişkili değildir.
- D) **İçsel zekâ:** Kendi duygularını tanıma ile ilgilidir; bilişsel analiz sürecini açıklamaz.
- E) **Doğacı zekâ:** Doğa ve çevreyi tanıma ile ilgilidir; verilen durumla bağlantılı değildir.

Cevap: B

13. Montag'ın "kitaplara dair hatırladığı bilgileri zamanla anlamlandırması ve başkalarıyla paylaşarak toplumsal bilinç oluşturmaları"; öğrenilmiş bilgi ve deneyimlerin kullanılması, kavramların yorumlanması ve bu bilginin başkalarına aktarılması sürecini ifade eder. Bu durum Cattell'e göre **kristalize zekâ** kapsamında değerlendirilir. Kristalize zekâ; eğitim, yaşantı ve birikim yoluyla kazanılan bilgilerin kullanılması ve geliştirilmesidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Akıcı zekâ:** Yeni ve daha önce karşılaşılmamış problemleri çözme ile ilgilidir. Doğuştan gelir. Soruda öğrenilmiş bilgi kullanılmaktadır.
- C) **Görsel-uzamsal zekâ:** Mekânsal algı ve görsel düzenlemelerle ilgilidir; verilen durumla ilişkili değildir.
- D) **Duygusal zekâ:** Duyguları anlama ve yönetme ile ilgilidir; bilişsel bilgi aktarımını açıklamaz.
- E) **Bedensel zekâ:** Bedeni kullanma ve hareket becerileriyle ilgilidir; verilen durumla bağlantılı değildir.

Cevap: A

14. Arthur Fleck'in "toplumdan dışlanma sonrası yoğun öfke patlamaları yaşaması ve bu duyguları dengeleyememesi"; duygularını kontrol edememe, dürtülerini yönetememe ve duygusal tepkilerini uygun biçimde düzenleyememe durumunu gösterir. Goleman'a göre **duyguları düzenleme (öz düzenleme)**, bireyin olumsuz duygularını kontrol altına alabilmesi ve dengede tutabilmesidir. Arthur'un bu dengeyi kuramaması, bu bileşen-deki eksikliği açıkça ortaya koyar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sosyal beceri:** İlişkileri yönetme ve iletişim kurma ile ilgilidir; temel sorun duygusal kontrol eksikliğidir.
- B) **İçsel motivasyon:** Hedeflere yönelik içsel güdülenmeyi ifade eder; öfke kontrolüyle doğrudan ilişkili değildir.
- C) **Empati:** Başkalarının duygularını anlama ile ilgilidir; burada bireyin kendi duygularını yönetememesi söz konusudur.

- E) **Öz-farkındalık:** Duyguların farkında olmayı ifade eder; sorun fark etmekten çok düzenleyememektir.

Cevap: D

15. Raskolnikov'un "işlediği suçun ardından vicdan azabını derinlemesine fark etmesi ve içsel çatışma yaşaması"; bireyin kendi duygularını tanıması, iç dünyasının farkında olması ve duygularının bilincinde olmasıyla ilgilidir. Bu durum **Goleman'ın duygusal zekâ modelinde öz bilinç (öz farkındalık)** bileşenine karşılık gelir. Öz bilinç; kişinin kendi duygularını, nedenlerini ve içsel süreçlerini fark edebilme yetisidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Empati:** Başkalarının duygularını anlama ile ilgilidir; burada kişinin kendi duygularına odaklanma söz konusudur.
- B) **Sosyal beceri:** İlişkileri yönetme ve iletişim kurma ile ilgilidir; içsel farkındalıkla ilgili değildir.
- C) **İç motivasyon:** Hedeflere yönelik içsel güdülenmeyi ifade eder; duyguların fark edilmesini açıklamaz.
- D) **Duyguları düzenleme:** Duyguları kontrol etme ile ilgilidir; burada düzenlemekten çok fark etmek ön plandadır.

Cevap: E

1. Beth Harmon'un "daha önce hiç karşılaşmadığı açılışlara hızlıca çözüm üretmesi ve yeni hamle kombinasyonlarına karşılık verebilmesi"; öğrenilmiş bilgiye değil, **yeni durumlarda akıl yürütme, ilişkileri fark etme ve özgün çözüm üretme** kapasitesine işaret eder. Bu durum Cattell'e göre **akıcı zekâ** kapsamında değerlendirilir. Akıcı zekâ; doğuştan gelen, deneyimden bağımsız olarak yeni problemleri çözme ve zihinsel esneklik gösterme yeteneğidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Kristalize zekâ geçmiş bilgi ve deneyime dayanır; soruda özellikle yeni durumlara uyum vurgulanmıştır.
- B) Görsel-uzamsal zekâ mekânsal hayal etme ile ilgilidir; burada asıl vurgu problem çözme ve akıl yürütmedir.
- C) Sosyal zekâ kişilerarası ilişkilerle ilgilidir; satrançta bilişsel süreç ön plandadır.
- E) İçsel zekâ kişinin kendi duygularını tanımasıyla ilgilidir; stratejik problem çözmeyle açıklamaz.

Cevap: D

2. "Zekânın kendi kendini kontrol etme, istek, süreklilik ve kendini motive etme yeteneğini kapsaması"; duyguları yönetme, içsel motivasyon ve öz düzenleme gibi süreçleri ifade eder. Bu özellikler **Goleman'ın duygusal zekâ kuramının** temel bileşenleridir. Duygusal zekâ; bireyin duygularını tanıması, kontrol etmesi, kendini motive etmesi ve bu duyguları yaşamını yönlendirmede kullanabilmesini kapsar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Çoklu zekâ kuramı:** Zekâyı farklı alanlara (sözel, görsel, sosyal vb.) ayırır; öz kontrol ve motivasyon vurgusu yapmaz.
- C) **Sac ayağı kuramı:** Analitik, yaratıcı ve pratik zekâyı ele alır; duygusal süreçleri merkez almaz.
- D) **Çift etmen kuramı:** Genel zekâ ve özel yetenekler üzerine kuruludur; duygusal kontrolü içermez.
- E) **Tek etmen kuramı:** Zekâyı tek bir genel faktörle açıklar; motivasyon ve öz düzenleme boyutlarını kapsamaz.

Cevap: A

3. Kristalize zekâ; bireyin eğitim, yaşantı ve deneyimleri yoluyla edindiği bilgileri kullanma kapasitesini ifade eder. Sözel bilgi, kavramlar ve kültürel birikim bu zekâ türünün temelini oluşturur. Verilen bilgilere göre kristalize zekâ **geçmiş öğrenmelere dayanır, okuduğunu anlama, kelime bilgisi ve mantıksal çıkarım yapma gibi becerileri içerir** ve yaşla birlikte artma eğilimindedir. Bu nedenle **bilgi gibi yaşam deneyimleri ve eğitim yoluyla gelişir. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kalıtımla gelir:** Bu özellik akıcı zekâyı aittir; kristalize zekâ sonradan gelişir.
- C) **Görsel uzaysal yetenekleri içerir:** Bu özellik daha çok akıcı zekâ ile ilişkilidir.
- D) **Orta yetişkinlikte gelişimi durur:** Kristalize zekâ yaşam boyu gelişmeye devam eder.
- E) **Yaşla birlikte düşer:** Bu durum akıcı zekâ için geçerlidir; kristalize zekâ genellikle artar.

Cevap: B

4. Doğuştan gelen (kalıtımsal) zekâ; bireyin öğrenme ve deneyimden bağımsız olarak yeni problemleri çözebilme, akıl yürütme ve ilişkileri fark edebilme kapasitesini ifade eder. Cattell'e göre bu özellikler **akıcı zekâ** kapsamında değerlendirilir. Akıcı zekâ; soyut düşünme, yeni durumlara uyum sağlama ve daha önce karşılaşmamış problemleri çözme becerisini içerir ve yaşla birlikte azalma eğilimi gösterir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Kristalize:** Eğitim ve yaşantılar yoluyla edinilen bilgiye dayanır; doğuştan gelmez.
- C) **İçsel:** Kendi duygularını tanıma ile ilgilidir; bilişsel zekâ türü değildir.
- D) **Toplumsal:** İnsanları anlama ve ilişkileri yönetme ile ilgilidir; kalıtımsal zekâ tanımı değildir.
- E) **Kendini tanıma:** Duygusal zekâ kapsamında yer alır; bilişsel zekâ türü değildir.

Cevap: A

5. Spearman'ın kuramında zekâ iki bileşenden oluşur: **g faktörü (genel zekâ)** ve **s faktörü (özel yetenekler)**. "g" faktörü, bireyin tüm zihinsel etkinliklerinde rol oynayan, farklı alanlara aktarılabilen genel zihinsel kapasiteyi ifade eder. Yani problem çözme, öğrenme ve akıl yürütme gibi süreçlerin temelinde yer alan ortak zihinsel enerjidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Duygusal zekâ:** Duyguları anlama ve yönetme ile ilgilidir; Spearman'ın modelinde yer almaz.
- B) **Kendini ayarlama:** Duygusal zekâ bileşenidir; genel zekâ faktörü değildir.
- D) **Özel yetenek:** Spearman'da "s faktörü"nü ifade eder; soruda "g" sorulmaktadır.
- E) **Motive olabilme:** Duygusal süreçlerle ilgilidir; bilişsel genel zekâ kavramı değildir.

Cevap: C

6. Thorndike zekâyı üçe ayırır: soyut, sosyal ve pratik zekâ. Pratik zekâ; bireyin nesnelerle, araçlarla ve somut çevreyle etkili biçimde başa çıkabilmesini ifade eder. Bu kapsamda günlük yaşamda **araç-gereç kullanma, fiziksel çevreyi düzenleme ve somut problemleri çözme** becerileri ön plandadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Duyguların farkında olma, duygusal zekâ ile ilgilidir.
- B) Çevreyle uyum daha genel bir ifadedir; Thorndike'in sınıflamasında pratik zekâyı doğrudan tanımlamaz.
- C) Başkalarını anlayabilme sosyal zekâyı karşılar.
- E) Kendini ifade etme sözel/dilsel becerilerle ilgilidir.

Cevap: D

7. Thurstone'un çok etmen kuramı (Grup Faktör Kuramı), zekânın tek bir genel yapıdan değil, **yedi bağımsız zihinsel yetenektan** oluştuğunu savunur. Bu yetenekler; **sözel anlayış, sözle akıcılık, sayısal yetkinlik, uzay ilişkilerini kavrama, bellek, algısal hız ve mantıksal düşünme** olarak sıralanır. Bu kuramda her bir yetenek farklı bilişsel becerileri temsil eder. Sayısal yetkinlik ise bu bileşenlerden biri olup, bireyin sayılarla işlem yapabilme, aritmetik işlemleri hızlı ve doğru gerçekleştirme ve sayısal problemleri çözebilme kapasitesini ifade eder. Bu nedenle sayısal yetkinliği gelişmiş bir birey matematiksel işlemleri hızlı ve doğru yapmada daha becerilidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Kelimeleri tanıma ve anlama, **sözel anlayış (dilsel yeterlik)** ile ilgilidir.
- B) Nesnelerin uzaydaki biçimlerini kavrama, **uzay (yersel) ilişkileri** yeteneğine girer.
- C) Karmaşık bir nesnenin ayrıntılarını görebilme, **algısal hız (algı)** ile ilgilidir.
- D) Sözel düşünme, **sözel anlayış ve sözle akıcılık** ile ilişkilidir.

Cevap: E

8. Sternberg'in **başarılı zekâ (Üçlü sacayağı kuramı)** zekâyı **analitik, yaratıcı ve pratik** olmak üzere üç boyutta ele alır. Analitik zekâ daha çok analiz ve akademik problem çözmeyle, pratik zekâ günlük yaşamda bilgiyi uygulama ve uyum sağlama ile ilgilidir. **Yaratıcı zekâ ise bireyin yeni ve alışılmadık durumlarda, alışılmadık yollarla çözüm üretme ve özgün düşünme kapasitesini ifade eder.** Soruda özellikle "yeni ve alışılmadık durumlar" ve "alışılmadık bilgi ve becerilerle baş etme" vurgulandığı için bu durum doğrudan yaratıcı zekâyı tanımlar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Analitik:** Mantık yürütme ve analiz etme becerisidir; yeni durumlara özgün çözüm üretme ön planda değildir.
- B) **Pratik:** Günlük yaşamda uyum sağlama ve uygulama becerisidir.
- D) **İçsel:** Gardner'ın çoklu zekâ kuramında yer alır; Sternberg'e ait değildir.
- E) **Görsel-uzamsal:** Uzamsal ilişkileri kavrama ile ilgilidir; Sternberg'in sınıflaması değildir.

Cevap: C

9. Soruda verilen özellikler; **kendini harekete geçirebilme (iç motivasyon), dürtü kontrolü ve erteleme (öz düzenleme), ruh hâlini yönetebilme (duyguları düzenleme) ve başkasının yerine kendini koyabilme (empati)** gibi becerileri kapsamaktadır. Bu beceriler, Goleman'ın modelinde duygusal zekânın temel bileşenleridir (öz farkındalık, öz düzenleme, motivasyon, empati ve sosyal beceriler). Dolayısıyla Mehmet Bey'in özellikleri bilişsel değil, **duygusal süreçleri etkili yönetme kapasitesini** göstermektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Soyut:** Mantıksal ve kavramsal düşünme ile ilgilidir; duyguları yönetmeyi kapsamaz.
- B) **Analitik:** Problem çözme ve analiz becerisidir; duygusal düzenleme içermez.
- C) **Yaratıcı:** Özgün fikir üretme ile ilgilidir; duygusal kontrol ön planda değildir.
- D) **Kristalize:** Deneyimle kazanılan bilgiye dayanır; duygusal süreçlerle ilgili değildir.

Cevap: E

10. Gardner'ın **çoklu zekâ kuramı**, zekâyı farklı alanlara ayırır ve her bir alan farklı bilişsel becerileri temsil eder. Bu alanlardan **mantıksal-matematiksel zekâ**, bireyin neden-sonuç ilişkileri kurabilme, soyut düşünme, akıl yürütme ve problem çözme kapasitesini ifade eder. Soruda Ali'nin özellikle **neden-sonuç ilişkilerine duyarlı olması ve soyut işlemlerde güçlü olması**, doğrudan bu zekâ alanına işaret etmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Görsel-uzamsal:** Nesnelerin uzaydaki ilişkilerini kavrama ile ilgilidir.
- C) **Bedensel-kinestetik:** Bedeni kullanma ve motor becerilerle ilgilidir.
- D) **Kişilerarası-sosyal:** İnsanları anlama ve ilişkileri yönetme ile ilgilidir.
- E) **Müziksel-ritmik:** Ses, ritim ve müzikle ilgili becerileri kapsar.

Cevap: A

11. Gardner'ın **çoklu zekâ kuramı**, zekâyı farklı alanlara ayırır ve her bir alan bireyin belirli becerilerini temsil eder. Bu alanlardan **içsel (kişisel) zekâ**, bireyin kendi duygularını, güçlü ve zayıf yönlerini tanıması, kendini objektif değerlendirebilmesi, ihtiyaçlarının farkında olması ve öz disiplin geliştirebilmesi gibi özellikleri kapsar. Soruda verilen tüm özellikler doğrudan bireyin kendi iç dünyasına yönelik farkındalığını ve kendini yönetme becerisini ifade etmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Mantıksal-matematiksel:** Sayısal akıl yürütme ve problem çözme ile ilgilidir.
- B) **Görsel-uzamsal:** Mekânsal ilişkileri ve görsel düşünmeyi içerir.
- C) **Bedensel-kinestetik:** Bedeni kullanma ve hareket becerileriyle ilgilidir.
- D) **Kişilerarası-sosyal:** Başkalarını anlama ve ilişkileri yönetme ile ilgilidir.

Cevap: E

12. Duygusal zekâ modelinde bireyin "kendi arzu ve istekleriyle bir hedefe yönelmesi, zorluklara rağmen çaba göstermesi ve kendini harekete geçirebilmesi" **motivasyon** bileşeniyle açıklanır. Motivasyon; dış ödüllerden bağımsız olarak bireyin içsel güdülerle hedefe yönelmesi, sebat etmesi ve çaba göstermesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Empati:** Başkalarının duygularını anlama ile ilgilidir.
- B) **Kendini ayarlama:** Duyguları kontrol etme ve dengeleme becerisidir.
- C) **Kendini tanıma:** Kendi duygularının farkında olma ile ilgilidir.
- E) **İçsel zekâ:** Gardner'ın kuramında yer alır; duygusal zekâ bileşeni değildir.

Cevap: D

13. Thorndike zekâyı **soyut, mekanik ve sosyal zekâ** olmak üzere üçe ayırır. **Soyut zekâ**, sembollerle (sayılar, kavramlar, sözcükler) düşünme, matematiksel ilişkiler kurma ve mantıksal akıl yürütme becerilerini kapsar. Soruda Serap'ın matematik kavramlarını kullanabilmesi ve matematiksel ilişkiler kurabilmesi doğrudan bu zekâ türüne işaret eder. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Mekanik: Araç-gereç kullanma ve fiziksel nesnelerle çalışma ile ilgilidir.

C) Pratik: Günlük yaşam problemlerini çözme ve çevreye uyum sağlama ile ilişkilidir.

D) Görsel-uzamsal: Mekânsal algı ve şekillerle düşünme ile ilgilidir.

E) İçsel: Kendi duygularını tanıma ile ilgilidir.

Cevap: A

14. Thorndike zekâyı **soyut, mekanik (pratik) ve sosyal** olmak üzere üçe ayırır. **Mekanik (pratik) zekâ**, bireyin araç-gereç kullanma, makine-leri anlama, fiziksel nesnelerle çalışma ve somut problemleri çözme becerisini kapsar. Bu nedenle mühendisler, tamirciler ve teknik işlerde çalışan kişilerde bu zekâ türünün gelişmiş olması beklenir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Soyut-sözlü: Kavramlar, sayılar ve dil ile düşünme becerisidir; teknik uygulamayı doğrudan açıklamaz.

C) Akıcı: Yeni problemleri çözme kapasitesidir; Thorndike'in sınıflaması değildir.

D) Kristalize: Deneyim ve öğrenilmiş bilgiye dayanır; Thorndike'a ait değildir.

E) Yaratıcı: Özgün fikir üretme ile ilgilidir; teknik uygulama becerisini doğrudan ifade etmez.

Cevap: B

15. Sternberg'in **üçlü sacayağı kuramı**, zekâyı **analitik, yaratıcı ve pratik** olmak üzere üç boyutta ele alır. **Analitik zekâ**; karşılaştırma yapma, neden-sonuç ilişkisi kurma, bilgiyi analiz etme, varsayımları değerlendirme ve mantıksal çıkarımlar yapma gibi becerileri kapsar. Soruda verilen "benzerlik-farklılık belirleme, geçerlilik değerlendirme, nedenleri açıklama" gibi süreçler doğrudan analitik zekânın özellikleridir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Yaratıcı: Yeni ve özgün fikir üretme ile ilgilidir; analizden ziyade yenilik ön plandadır.

B) Pratik: Günlük yaşamda bilgiyi uygulama ve uyum sağlama ile ilgilidir.

D) Doğacı: Gardner'ın kuramında yer alır; doğayı tanıma ile ilgilidir.

E) Soyut-sözlü: Thorndike'in sınıflamasına aittir; Sternberg'in kuramında yer almaz.

Cevap: C

1. Cattell'in kuramında zekâ **akıcı ve kristalize** olmak üzere iki temel bileşenden oluşur. **Kristalize zekâ**, bireyin eğitim, öğrenme ve yaşam deneyimleri yoluyla edindiği bilgi birikimine dayanır; kelime bilgisi, genel kültür, okuduğunu anlama ve mantıksal çıkarım yapma gibi becerileri kapsar ve yaşla birlikte artma eğilimindedir. Bu nedenle birey ne kadar çok öğrenme ve deneyim yaşarsa, kristalize zekâsı o kadar gelişir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Kişilerarası-sosyal:** Gardner'ın çoklu zekâ kuramına aittir; bireyin başkalarının duygularını anlama, empati kurma ve ilişkileri yönetme becerisini ifade eder, Cattell'in kuramıyla ilişkili değildir.
- C) Akıcı:** Cattell'e ait diğer zekâ türüdür; doğuştan gelir, öğrenmeden bağımsızdır ve yeni problemlere çözüm üretme, soyut düşünme ve akıl yürütme kapasitesini içerir. Yaş ilerledikçe azalma eğilimi gösterir.
- D) İçsel:** Gardner'ın kuramında yer alır; bireyin kendi duygularını, güçlü ve zayıf yönlerini tanıması ve kendini değerlendirebilmesi ile ilgilidir.
- E) Öz bilinç:** Goleman'ın duygusal zekâ modelinin bir bileşenidir; kişinin kendi duygularının farkında olması ve içsel süreçlerini tanımasıdır.

Cevap: B

2. Sternberg'in **üçlü sacayağı kuramı**, zekâyı **analitik, yaratıcı ve pratik** olmak üzere üç boyutta ele alır. **Pratik zekâ**, bireyin gerçek yaşam koşullarında etkili olabilmesi; çevreye uyum sağlaması, çevreyi gerektiğinde değiştirmesi ve kendine uygun çevreyi seçebilmesi gibi becerileri kapsar. Soruda verilen "yaşama uygun hedefler doğrultusunda uyum sağlama, şekillendirme ve seçim yapma" ifadeleri doğrudan pratik zekânın tanımıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Analitik:** Bilgiyi analiz etme ve akademik problem çözme ile ilgilidir; günlük yaşam uyu- mu vurgusu yoktur.
- B) Yaratıcı:** Yeni ve özgün fikirler üretme ile ilgilidir; uyum ve uygulama ön planda değildir.
- D) Görsel-uzamsal:** Mekânsal algı ve şekil ilişkileriyle ilgilidir; Sternberg'in sınıflamasında yer almaz.
- E) Soyut:** Kavramsal düşünme ile ilgilidir; Sternberg'e ait bir zekâ türü değildir.

Cevap: C

3. Thurstone'un çok etmen kuramına göre zekâ, **yedi temel zihinsel yetenekten** oluşur: sözel anlayış, sözle akıcılık, sayısal yetkinlik, uzay ilişkilerini kavrama, bellek, algısal hız ve mantıksal düşünme. Bu yeteneklerden **mantıksal düşünme (akıl yürütme)**; bireyin bir kuralı ya da ilkeyi keşfetmesi, çıkarım yapması ve usullama becerisini ifade eder. Soruda verilen tanım doğrudan bu yeteneğe karşılık gelmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Bellek:** Bilgiyi hatırlama ve ezberleme gücüdür; akıl yürütme içermez.
- B) Algısal hız:** Benzerlik ve farklılıkları hızlı fark etme ile ilgilidir.
- D) Uzay ilişkilerini kavrama:** Nesnelerin uzaydaki konumlarını zihinde canlandırma becerisidir.
- E) Sayısal yetkinlik:** Sayılarla işlem yapma ve matematiksel problemleri çözme ile ilgilidir.

Cevap: C

4. Sternberg'in **üçlü sacayağı kuramı**, zekâyı **analitik, yaratıcı ve pratik** olmak üzere üç boyutta ele alır ve zekâyı yalnızca akademik başarıya indirmez. Bu kuramda zekâ; bireyin **çevreye uyum sağlama, çevreyi değiştirme ve uygun çevreyi seçme** süreçleriyle ilişkilidir ve dinamik, geliştirilebilir bir yapıdır; sabit ve sadece doğuştan gelen bir kapasite olarak görülmez. Bu nedenle "zekâ doğuştan gelen sabit bir kapasitedir" ifadesi kuramla çelişir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Zekânın sadece akademik başarıyla sınırlı olmadığını vurgular; kuramla uyumludur.
 B) Yaratıcı zekâyı doğru tanımlar; kuramın temel bileşenlerindendir.
 C) Pratik zekâyı doğru açıklar; günlük yaşam becerilerini kapsar.
 E) Çevreye uyum, değiştirme ve seçme süreçleri kuramın temelidir.

Cevap: D

5. Thurstone'un çok etmen kuramına göre zekâ **yedi temel zihinsel yetenekten** oluşur: sözel anlayış, sözle akıcılık, sayısal yetkinlik, uzay ilişkileri, bellek, algısal hız ve mantıksal düşünme. Bu yeteneklerden **algısal hız**, bireyin karmaşık bir nesnenin ayrıntılarını fark edebilmesi, benzerlik ve farklılıkları hızlı ve doğru biçimde ayırt edebilmesiyle ilgilidir. Soruda verilen tanım doğrudan bu yeteneği ifade etmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sayısal yetkinlik:** Sayılarla işlem yapma ve matematiksel problemleri çözme ile ilgilidir.
 B) **Uzay ilişkileri:** Nesnelerin uzaydaki konumlarını zihinde canlandırma becerisidir.
 C) **Bellek:** Bilgiyi hatırlama ve ezberleme ile ilgilidir.
 D) **Mantıksal düşünme:** Akıl yürütme ve kural bulma ile ilgilidir.

Cevap: E

6. Soruda psikolojik danışmanın "kendi duygularını, güçlü ve zayıf yönlerini, ihtiyaç ve güdülerini tanıması ve anlaması" vurgulanmaktadır. Goleman'ın duygusal zekâ modelinde bu özellik **öz bilinç (öz farkındalık)** bileşenine karşılık gelir. Öz bilinç; bireyin kendi duygularının farkında olması, kendini doğru değerlendirmesi ve içsel süreçlerini tanımasıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Kendini ayarlama:** Duyguları kontrol etme ve düzenleme ile ilgilidir; burada fark etme ön plandadır.
 C) **Motivasyon:** Hedeflere yönelik içsel güdülenmeyi ifade eder.
 D) **Empati:** Başkalarının duygularını anlama ile ilgilidir.
 E) **Sosyal beceriler:** İlişkileri yönetme ve iletişim kurma becerisidir.

Cevap: A

7. Sternberg'in **üçlü sacayağı kuramı**, zekâyı tek boyutlu değil; **analitik, yaratıcı ve pratik** olmak üzere üç temel bileşenden oluşan bir sistem olarak ele alır. Bu kurama göre zekâ sadece akademik başarı değil, aynı zamanda yeni durumlara çözüm üretme ve günlük yaşamda bilgiyi etkili kullanabilme kapasitesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Zekâyı tek bir alana indirger; Sternberg çok boyutlu bir yapı savunur.
 B) Zekânın sabit olduğunu söyler; kuram zekâyı dinamik ve geliştirilebilir görür.
 C) Sadece akademik başarıya odaklanır; kurama aykırıdır.
 E) Duygusal tepkilere dayandırır; bu Goleman'ın duygusal zekâ yaklaşımıyla ilgilidir.

Cevap: D

8. Gardner'ın **çoklu zekâ kuramı**, zekâyı farklı alanlara ayırır ve her alan belirli becerilerle tanımlanır. **Sözel-dilsel zekâ**; kelimeleri etkili kullanma, hikâye anlatma, espri yapma, dil oyunlarından hoşlanma ve güçlü sözel hafıza gibi özellikleri kapsar. Soruda verilen "hikâye anlatma, espri yapma, olay uydurma, kelime oyunlarını sevme ve iyi hafıza" ifadeleri doğrudan bu zekâ alanına işaret etmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İçsel**: Kendi duygularını ve iç dünyasını tanıma ile ilgilidir.
- B) **Kişilerarası-sosyal**: Başkalarını anlama ve iletişim kurma ile ilgilidir.
- C) **Mantıksal-matematiksel**: Sayısal akıl yürütme ve problem çözme ile ilgilidir.
- E) **Görsel-uzamsal**: Mekânsal algı ve görsel düşünme ile ilgilidir.

Cevap: D

9. Gardner'ın çoklu zekâ kuramına göre mantıksal-matematiksel zekâ; neden-sonuç ilişkisi kurma, akıl yürütme, problem çözme, sayılarla işlem yapma ve stratejik düşünme becerilerini kapsar. Bu bireyler sayısal bilgileri hızlı işler, zihinsel işlemleri etkin kullanır ve soyut ilişkileri kolayca kavrar. Buna karşılık **resimlerden öğrenme eğilimi** görsel-uzamsal zekâyı aittir, mantıksal-matematiksel zekânın tipik bir özelliği değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Sistemleri sorgulama, "nasıl çalışıyor?" diye düşünme mantıksal analiz sürecinin bir parçasıdır.
- B) Strateji oyunlarını sevme, planlama ve akıl yürütme becerisiyle doğrudan ilişkilidir.
- C) Üst düzey düşünme becerileri (analiz, değerlendirme, çıkarım yapma) bu zekâ alanının temelidir.
- E) Akıldan hızlı işlem yapabilme; sayısal işlemleri zihinde tutma, hızlı hesaplama ve işlem basamaklarını organize edebilme becerisini içerir. Bu da mantıksal-matematiksel zekânın en belirgin göstergelerinden biridir.

Cevap: D

10. Gardner'ın **çoklu zekâ kuramı**, zekâyı farklı alanlara ayırır ve bu alanlardan **kişiler arası (sosyal) zekâ**; bireyin başkalarını anlama, onların duygularını fark etme, etkili iletişim kurma, liderlik yapma ve kişiler arası sorunları çözebilme becerilerini kapsar. Soruda Büşra'nın liderlik göstermesi, arkadaşlarına önerilerde bulunması ve sevilmesi; sosyal ilişkileri yönetme ve insanları anlama becerisinin yüksek olduğunu gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Doğacı**: Doğa ve canlıları tanıma ile ilgilidir.
- C) **Mantıksal-matematiksel**: Sayısal akıl yürütme ve problem çözme ile ilgilidir.
- D) **Sözel-dilsel**: Dil kullanımı ve ifade becerileriyle ilgilidir.
- E) **Görsel-uzamsal**: Mekânsal algı ve görsel düşünme ile ilgilidir.

Cevap: B

11. Gardner'ın **çoklu zekâ kuramı**, zekâyı farklı alanlara ayırır ve her alan bireyin belirli becerilerini temsil eder. Bu alanlardan **içsel (kişisel) zekâ**; bireyin kendi duygularını tanıması, güçlü ve zayıf yönlerinin farkında olması, öz bilinç geliştirmesi ve kendine güven duyması gibi özellikleri kapsar. Soruda verilen "öz güveni ve öz bilinci yüksek olma" ifadeleri doğrudan bireyin kendini tanıması ve değerlendirmesiyle ilgilidir. Bu nedenle bu öğrenci içsel zekâsı gelişmiş bir bireydir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Kişiler arası-sosyal:** Başkalarının duygularını anlama ve ilişkileri yönetme ile ilgilidir; burada odak bireyin kendisidir.
- C) Mantıksal-matematiksel:** Sayısal akıl yürütme ve problem çözme ile ilgilidir.
- D) Sözel-dilsel:** Dil kullanımı ve ifade becerileriyle ilgilidir.
- E) Görsel-uzamsal:** Mekânsal algı ve görsel düşünme ile ilgilidir.

Cevap: A

12. Gardner'ın **çoklu zekâ kuramına** göre **doğacı zekâ**, bireyin canlıları tanıma, doğayı gözlemleme, çevreyi koruma ve doğayla etkileşim kurma becerilerini kapsar. Bitkiler, hayvanlar ve ekosistemlere karşı duyarlılık geliştirme bu zekâ alanının temel göstergelerindendir. Soruda verilen "canlılarla etkileşim kurma ve onları koruma bilinci" doğrudan doğacı zekâyı işaret eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) Kişiler arası-sosyal:** İnsanları anlama ve ilişkileri yönetme ile ilgilidir.
- B) Mantıksal-matematiksel:** Sayısal akıl yürütme ve problem çözme ile ilgilidir.
- D) Sözel-dilsel:** Dil kullanımı ve ifade becerilerini kapsar.
- E) Görsel-uzamsal:** Mekânsal algı ve görsel düşünme ile ilgilidir.

Cevap: C

13. "Zekâyı soyut düşünebilme yeteneği" olarak ele alan yaklaşımlar, bireyin **sembollerle (sayılar, kavramlar, dil) düşünme, soyut ilişkileri kurma ve bu semboller üzerinden problem çözebilme** kapasitesine vurgu yapar. Bu bakış açısına göre zeki birey; somut durumların ötesine geçerek sembollerle ifade edilen bilgileri anlayabilir ve işleyebilir. Bu nedenle en uygun ifade, bireyin **sözel ve sembolik yapıları kullanabilmesi ve bunlarla problem çözebilmesidir. Doğru cevap D seçeneğidir.**
- A) Öğrenme kapasitesiyle ilişkilidir; doğrudan soyut düşünmeyi tanımlamaz.**
- B) Yeni durumlara uyum daha çok akıcı zekâ ile ilgilidir.**
- C) Bellek gücünü vurgular; soyut düşünmenin temel göstergesi değildir.**
- E) Problem çözme geneldir; ancak soyut ve sembolik boyutu açıkça ifade etmez.**

Cevap: D

14. Thorndike zekâyı **soyut, mekanik (pratik) ve sosyal** olmak üzere üç bileşene ayırır. Soruda verilen "insanları anlayabilme, idare etme ve doğru insan ilişkileri kurabilme" ifadeleri doğrudan **sosyal zekâyı** tanımlar. Sosyal zekâ; bireyin başkalarının duygularını ve davranışlarını anlama, ilişkileri etkili biçimde yönetme ve kişilerarası uyum sağlama becerisidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) Analitik:** Sternberg'in kuramına aittir; mantık ve analiz becerilerini ifade eder.
- B) Soyut:** Kavramsal ve sayısal düşünmeyle ilgilidir.
- D) Yaratıcı:** Özgün fikir üretme ile ilgilidir.
- E) Hafıza:** Bilgiyi hatırlama ve depolama ile ilgilidir.

Cevap: C

15. Sternberg'in üçlü sacayağı kuramı zekâyı analitik, yaratıcı ve pratik olmak üzere üç boyutta ele alır. Parçada verilen ifadeler bu boyutlarla eşleştirildiğinde; birinci ifade olan karmaşık problemleri çözme ve bilgiyi analiz etme **analitik zekâyı** gösterir. İkinci ifade olan özgün fikirler üretme ve farklı çözümler ortaya koyma **yaratıcı zekâyı** ifade eder. Üçüncü ifade ise günlük yaşamda sosyal durumları yönetme ve insan ilişkilerini sürdürme becerisiyle **pratik zekâyı** tanımlar. Bu nedenle sıralama analitik, yaratıcı ve pratik şeklindedir.

Cevap: E

1. Bu soruda gelişim psikolojisinin temel kavramlarına ilişkin tanımlardan hangisinin hatalı olduğu sorgulanmaktadır. **Öğrenme**, psikoloji literatüründe yalnızca **bilinçli çaba** ile sınırlı değildir; bireyin **yaşantıları** ve **tekrarları** sonucunda davranışta meydana gelen **nispeten kalıcı değişiklikleri** ifade eder. Bu değişimler bilinçli olabileceği gibi, **klasik koşullanma**, **edimsel koşullanma** ve **örtük öğrenme** süreçlerinde olduğu gibi bireyin farkında olmadan da gerçekleşebilir. Bu nedenle öğrenmeyi sadece bilinçli çabaya indirgemek, kavramın kapsamını daraltır ve bilimsel tanımı hatalı hâle getirir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kritik dönem**, organizmanın belirli çevresel uyarıcılara karşı en duyarlı olduğu ve bazı becerilerin en kolay kazanıldığı zaman dilimini ifade eder; **bu ifade doğrudur.**
- B) **Olgunlaşma**, genetik yapı tarafından belirlenen ve **öğrenmeden bağımsız** olarak ilerleyen biyolojik gelişim sürecidir; **bu ifade doğrudur.**
- C) **Hazırbulunuşluk**, bireyin öğrenme için gerekli **fiziksel, bilişsel ve duyuşsal yeterliliğe** sahip olma düzeyidir; **bu ifade doğrudur.**
- E) **Gelişim**, bireyin doğumdan itibaren **yaşam boyu** süren **fiziksel, bilişsel ve duygusal değişimlerini** kapsayan bir süreçtir; **bu ifade doğrudur.**

Cevap: D

2. Emir'in **ayakkabı bağlama becerisini henüz gerçekleştirememesi**, uzmanın açıklamasına göre **ince motor kaslarının yeterince gelişmemiş olmasından** kaynaklanmaktadır ve bu tür becerilerin **zaman içinde doğal süreçlerle kazanıldığı** vurgulanmaktadır. Bu ifade, öğrenmeden bağımsız olarak ilerleyen **biyolojik gelişim sürecine**, yani **olgunlaşma** kavramına karşılık gelir. **Olgunlaşma**, organizmanın genetik program doğrultusunda belirli beceriler için gerekli **fizyolojik yeterliliğe kendiliğinden ulaşmasıdır**. Bu nedenle burada belirleyici olan unsur çevresel öğrenme değil, biyolojik gelişim düzeyidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Öğrenme**, yaşantı ve tekrar yoluyla davranışta meydana gelen **nispeten kalıcı değişiklikleri** ifade eder; ancak verilen durumda davranışın öğrenilmemesi değil, gerekli biyolojik altyapının henüz oluşmamış olması söz konusudur, bu açıklama **doğru değildir.**
- C) **Gelişimsel görev**, bireyin belirli bir gelişim döneminde kazanması beklenen becerileri ifade eder; burada ise bu becerinin neden henüz kazanılamadığı biyolojik açıdan açıklanmaktadır, bu açıklama **doğru değildir.**
- D) **Hazırbulunuşluk**, bireyin öğrenmeye başlayabilmesi için gerekli **fiziksel ve psikolojik yeterlilik düzeyini** ifade eder; ancak soruda bu yeterliliğin öğrenme bağlamında değil, doğrudan biyolojik gelişim süreciyle ilişkili olduğu vurgulanmaktadır, bu açıklama **doğru değildir.**
- E) **Büyüme**, organizmanın **boy ve kilo gibi nicel artışlarını** ifade eder; burada ise nitel bir becerinin ortaya çıkmasını sağlayan gelişim süreci söz konusudur, bu açıklama **doğru değildir.**

Cevap: B

3. Öğrencilerin **ayakkabılarının dar gelmesi, formalarının kısılması ve oturma pozisyonlarının değişmesi** gibi gözlemler, organizmada meydana gelen **boy, kilo ve hacim artışı** gibi **nicel değişimlere** işaret etmektedir. Danışmanın bu değişimleri özellikle **davranışsal değil nicel** olarak değerlendirmesi de bu durumu açıkça destekler. Bu tür değişimler gelişim psikolojisinde **büyüme** kavramıyla açıklanır. **Büyüme**, organizmada **yaşa bağlı olarak meydana gelen boy, kilo ve hacim artışıdır**. Bu nedenle verilen durum doğrudan büyüme ile ilişkilidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Gelişim**, bireyin yaşam boyu süren **fiziksel, bilişsel ve duygusal değişimlerinin tümünü kapsayan geniş bir kavramdır**; burada ise yalnızca nicel fiziksel değişimler vurgulanmaktadır, bu açıklama **doğru değildir.**
- B) **Hazırbulunuşluk**, bireyin öğrenmeye başlayabilmesi için gerekli **fiziksel ve psikolojik yeterlilik düzeyini** ifade eder; verilen durumda öğrenmeye hazırlık değil fiziksel artış söz konusudur, bu açıklama **doğru değildir.**

- D) **Olgunlaşma**, genetik olarak programlanmış **biyolojik süreçler sonucunda belirli becerilerin ortaya çıkmasını** ifade eder; burada beceri kazanımı değil fiziksel artış söz konusudur, bu açıklama **doğru değildir**.
- E) **Uyum**, bireyin çevreye **dengeli ve işlevsel tepkiler vermesi** durumudur; verilen örnek çevreye uyum değil fiziksel değişimle ilgilidir, bu açıklama **doğru değildir**.

Cevap: C

4. Deniz'in **kalem tutma, makas kullanma, düğme ilikleme** gibi **ince motor becerilerinde ilerleme göstermesi**, soruda özellikle **yaşına ve sinir sisteminin işleyişine bağlı olarak** açıklanmaktadır. Bu vurgu, becerilerin ortaya çıkışında belirleyici olanın **öğrenmeden ziyade biyolojik altyapının gelişmesi** olduğunu gösterir. Bu durum gelişim psikolojisinde **olgunlaşma** kavramıyla açıklanır. **Olgunlaşma**, organizmanın genetik olarak programlanmış **sinir sistemi ve kas yapısının belirli bir yeterliliğe ulaşmasıyla** bazı davranışların kendiliğinden ortaya çıkmasını ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir**.
- A) **Öğrenme**, yaşantı ve tekrar yoluyla davranışta meydana gelen **nispeten kalıcı değişiklikler** ifade eder; ancak soruda becerilerin kazanımı öğrenmeden çok sinir sistemi gelişimiyle açıklanmaktadır, bu açıklama **doğru değildir**.
- C) **Büyüme**, organizmada **yaşa bağlı olarak meydana gelen boy, kilo ve hacim artışıdır**; burada fiziksel artış değil beceri kazanımı söz konusudur, bu açıklama **doğru değildir**.
- D) **Gelişimsel görev**, bireyin belirli bir dönemde kazanması beklenen becerileri ifade eder; soruda bu becerilerin neden ortaya çıktığı biyolojik temelde açıklanmaktadır, bu açıklama **doğru değildir**.
- E) **Psikososyal gelişim**, bireyin sosyal ilişkileri ve kimlik gelişimiyle ilgilidir; verilen durum motor becerilerle ilgilidir, bu açıklama **doğru değildir**.

Cevap: B

5. Öğretmenin öğrencilerin **okuma hızından ziyade anlama düzeyine odaklanması**, her biri için **düzeğe uygun metin seçmesi**, gerektiğinde **metinleri sadeleştirilmesi** ve **birebir takip yapması**, sınıftaki öğrencilerin **aynı gelişim hızında ve düzeyinde olmadığını dikkate aldığını** gösterir. Yani öğretim sürecini **her öğrencinin bireysel özelliklerine göre uyarlamaktadır**. Bu yaklaşım, gelişimin **bireysel farklılıklar gösterdiği** ilkesine dayanır. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Gelişim kalıtım ve çevre etkileşiminin ürünüdür** ilkesi, gelişimin kaynaklarını açıklar; ancak öğretmenin yaptığı şey bu etkileşimi açıklamak değil, sınıf içindeki farklılıklara göre öğretimi uyarlamaktır, bu nedenle sorudaki durumu karşılamaz.
- B) **Gelişim genelden özele doğrudur** ilkesi, kaba becerilerden ince becerilere ilerlemeyi ifade eder; öğretmenin uygulamasında böyle bir gelişim yönü ya da sıra vurgusu yoktur.
- C) **Gelişim kritik dönemler ve görevlerle sınırlıdır** ifadesi, gelişimi dönemsel sınırlamalar üzerinden ele alır; öğretmenin yaklaşımı ise öğrencilerin mevcut bireysel düzeylerine göre düzenleme yapmaktır.
- E) **Gelişim belli bir sıraya göre ve basamaklıdır** ilkesi, tüm bireylerin benzer aşamalardan geçtiğini vurgular; burada ise öğretmen tam tersine aynı sınıftaki öğrencilerin farklı düzeylerde olduğunu kabul ederek hareket etmektedir.

Cevap: D

6. Mustafa Öğretmen'in öğrencilerin **ince motor gelişim düzeylerini dikkate alması**, yazı öğretimini **hemen başlatmaması**, yetersiz olanları **etkinliklerle desteklemesi** ve öğretimi **uygun biyolojik düzeğe ulaşıldığında başlatması**, gelişimin ne sadece **olgunlaşma (kalıtım)** ne de sadece **çevre (öğretim)** ile açıklanamayacağını gösterir. Öğretmen hem **biyolojik hazır oluşu** dikkate almakta hem de **çevresel desteklerle gelişimi hızlandırmaktadır**. Bu durum gelişimin **kalıtım ve çevre etkileşiminin bir ürünü olduğunu** ortaya koyar. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Gelişimin genetik özellikler tarafından belirlenmesi**, süreci tek yönlü açıklar; parçada ise öğretmenin müdahaleleriyle çevresel etki açıkça görülmektedir.
- C) **Gelişimin çevresel uyarıcılara bağlı olması**, yalnızca öğrenmeyi vurgular; oysa burada biyolojik hazır oluş belirleyici bir koşul olarak dikkate alınmaktadır.
- D) **Gelişimin hızlanıp yavaşlaması**, sürecin temposuna ilişkindir; öğretmenin yaptığı ise gelişim hızından ziyade uygun zaman ve koşulu belirlemektir.
- E) **Gelişimin öğretimle eş zamanlı ilerlemesi**, öğretimi ön plana çıkarır; ancak parçada öğretim tek başına değil, olgunlaşma ile birlikte ele alınmaktadır.

Cevap: A

7. Cem Bey'in dört işleme geçmeden önce öğrencilerle **somut nesnelerle sayma ve gruplama çalışmaları yapması**, her öğrencinin **düzeyinin farklı olduğunu vurgulaması** ve **temel oluşmadan soyut işlemlere geçilmemesi gerektiğini savunması**, öğretimin öğrencilerin **hazırbulunuşluk düzeyine göre düzenlenmesi gerektiğini** göstermektedir. **Hazırbulunuşluk**, bireyin yeni bir öğrenmeye başlayabilmesi için gerekli **ön bilgi, bilişsel yeterlilik ve gelişim düzeyine sahip olmasıdır**. Bu nedenle öğretmen, öğrencilerin mevcut hazır oluş düzeyine uygun bir öğretim planlamaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Gelişim süreklilik gösterir**, gelişimin kesintisiz ilerlediğini ifade eder; öğretmenin vurgusu süreklilik değil, öğrenme öncesi uygun düzeyin sağlanmasıdır.
- B) **Olgunlaşma, öğretimden bağımsızdır**, biyolojik süreci tek başına açıklar; öğretmen ise öğretimi aktif biçimde düzenlemektedir.
- C) **Kritik dönemlerde öğrenme daha kolaydır**, belirli zaman aralıklarını vurgular; burada öğrencinin mevcut düzeyi esas alınmaktadır.
- E) **Gelişim baştan ayağa doğrudur**, fiziksel gelişim yönünü ifade eder; verilen durum bilişsel öğrenme süreciyle ilgilidir.

Cevap: D

8. Melek Hanım'ın Ömer'in konuşma sorununa **erken müdahale etmesi** ve **geç kalmaktan endişe etmesi**, dil gelişiminde **zamanın kritik olduğunu** ve bazı becerilerin **belirli dönemlerde daha etkili kazanıldığını** düşündüğünü gösterir. **Kritik dönem**, belirli bir becerinin kazanılmasının **en uygun ve en kolay olduğu, kaçırıldığında ise öğrenmenin zorlaştığı zaman dilimidir**. Bu nedenle öğretmenin yaklaşımı kritik dönem ilkesine dayanır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Gelişim bireyden bireye farklılık gösterir**, bireyler arası farklılıkları açıklar; burada vurgu zamanlamaya yapılmaktadır.
- B) **Gelişimde kalıtım çevreden daha etkilidir**, gelişimi tek yönlü açıklar; öğretmen çevresel müdahalede bulunmaktadır.
- D) **Gelişim yaşantı ile yönlendirilmez**, öğrenmenin etkisini reddeder; öğretmenin uygulamaları yaşantıya dayalıdır.
- E) **Gelişim düz bir çizgide ilerler**, gelişimin doğrusal olduğunu ifade eder; verilen durumda böyle bir vurgu yoktur.

Cevap: C

9. Ayhan Bey'in İrem'in **okuma yazma sürecindeki yavaşlığını sadece bilişsel bir sorun olarak görmemesi**, bunu **duygusal gelişimiyle birlikte değerlendirmesi** ve bu nedenle **sosyal etkileşim içeren etkinliklere de yer vermesi**, gelişimin farklı alanlarının **birbirini etkilediğini ve birlikte ele alınması gerektiğini** gösterir. Yani öğretmen, bilişsel gelişim ile duygusal-sosyal gelişimi **bir bütün olarak değerlendirmektedir**. Bu yaklaşım gelişimin **bir bütün olduğu** ilkesine dayanır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Gelişimin kalıtsal faktörlerle sınırlı olması**, gelişimi tek yönlü açıklar; öğretmen birden fazla gelişim alanını birlikte ele almaktadır.
- B) **Gelişimin düz bir çizgide ilerlemesi, doğrusal bir süreç vurgular**; burada farklı alanların etkileşimi söz konusudur.
- C) **Gelişimin bireysel farklara duyarlı olmaması**, bireyler arası farklılıkları yok sayar; öğretmen tam tersine bireysel durumu dikkate almaktadır.

- E) Gelişimde olgunlaşmanın öğretimi gereksiz kılması, çevresel müdahaleyi dışlar; öğretmen aktif olarak sürece müdahale etmektedir.

Cevap: D

10. Alaz'ın yürümeyi öğrenmesi, ardından **kelimeler kullanmaya başlaması** ve daha sonra **cümle kurması**, gelişimin **bir anda değil zaman içinde, önceki becerilerin üzerine eklenerek ilerlediğini** göstermektedir. Becerilerin **sıralı, birikimli** ve **aşamalı biçimde gelişmesi**, gelişimin **sürekli ve birikimsellik özelliğini** ortaya koyar. Bu nedenle gelişim, her yeni kazanımın öncekinin üzerine inşa edildiği **aşamalı bir süreçtir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Gelişimin aniden ve hızlı bir şekilde gerçekleşmesi, sürecin kademeli yapısını yok sayar; verilen durumda gelişim zamana yayılarak ilerlemektedir.
- B) Gelişimin her alanda eş zamanlı olarak tamamlanması, tüm gelişim alanlarının aynı hızda ilerlediğini varsayar; burada beceriler farklı zamanlarda ortaya çıkmaktadır.
- C) Gelişimin sadece motor becerilerle sınırlı olması, dil gelişimini dışlar; örnekte dil gelişimi açıkça yer almaktadır.
- D) Gelişimin tamamen öğrenmeyle sağlanması, biyolojik temeli göz ardı eder; gelişim hem olgunlaşma hem öğrenmeyi içerir.

Cevap: E

11. Songül'ün **dil gelişiminde hızlı ilerleme gösterirken, ince motor becerilerinde ilerlemenin yavaşlaması**, gelişimin tüm alanlarda aynı hızda ilerlemediğini, bazı alanların öne çıkarken diğerlerinin daha yavaş ilerleyebildiğini gösterir. Bu durum gelişimin **alanlar arasında sırayla hız kazanıp yavaşlayabildiğini**, yani **nöbetleşe ilerlediğini** ifade eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Gelişim bireyseldir ve herkes için aynı hızda gerçekleşir, ifadesi çelişkilidir; bireysellik zaten hızın farklı olduğunu ifade eder, ayrıca soruda alanlar arası hız farkı vurgulanmaktadır.

- B) Gelişim hızı her yaşta sabit ve sürekli ilerler, gelişimin değişken doğasını yok sayar; verilen durumda hız farklılığı açıkça görülmektedir.

- D) Gelişim sadece kalıtsal faktörlere bağlıdır, çevresel ve alanlara özgü değişimleri göz ardı eder; soruda gelişim alanları arasındaki farklılık vurgulanmaktadır.

- E) Gelişim tüm alanlarda paralel ve eşzamanlıdır, tüm gelişim alanlarının aynı hızda ilerlediğini savunur; verilen durum bunun tersini göstermektedir.

Cevap: C

12. Bebeğin **ses ve ışık gibi uyaranlara tepki vermesi**, baş bölgesine ilişkin işlevlerin daha erken geliştiğini; buna karşılık **başını dik tutamaması ve henüz emekleyememesi**, alt bölgelere ilişkin kontrolün daha sonra geliştiğini gösterir. Bu durum gelişimin **baştan ayağa doğru ilerlediğini** ifade eder. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- A) Gelişim, baştan ayağa doğrudur, motor ve sinir sistemi gelişiminin baştan başlayarak aşağı doğru ilerlediğini açıklar; verilen durum bu ilkeyi doğrudan yansıtmaktadır.

- B) Gelişim çevreden içe doğrudur, gelişim yönünü yanlış ifade eder; burada söz konusu olan bedenin üstten alta doğru gelişimidir.

- C) Gelişim kritik dönemde yaşanmazsa tamamlanamaz, zamanlama vurgusu yapar; verilen durumda gelişim yönü ele alınmaktadır.

- D) Gelişim, sosyo-duygusal temelli başlar, gelişimin başlangıç alanını açıklar; burada fiziksel gelişim yönü söz konusudur.

- E) Gelişim dış uyaranlardan bağımsızdır, çevrenin etkisini yok sayar; verilen durumda böyle bir vurgu yoktur.

Cevap: A

13. Ersin'in akademik başarısı ve yardımsever davranışları sonucunda aldığı olumlu geri bildirimlerin, onun öz güvenini artırması ve sosyal olarak daha aktif hâle gelmesine yol açması, bir gelişim alanındaki olumlu değişimin diğer gelişim alanlarını da etkilediğini göstermektedir. Yani bilişsel/akademik alandaki başarı, duygusal (özgüven) ve sosyal gelişimi olumlu yönde etkilemektedir. Bu durum gelişimin farklı alanlarının birbirini etkileyerek bir bütün oluşturduğunu ifade eder. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Gelişim süreklidir ve birikimlidir, gelişimin zaman içinde ilerlemesini açıklar; burada ise alanlar arası etkileşim vurgulanmaktadır.
- C) Gelişim bireyseldir ve çevresel etkileşimle şekillenir, çevrenin etkisini vurgular; ancak soruda asıl vurgu gelişim alanlarının birbirini etkilemesidir.
- D) Gelişim her alanda eş zamanlıdır, tüm alanların aynı hızda ilerlediğini savunur; burada böyle bir durum yoktur.
- E) Gelişim kalıtsal ve çevresel etkenlerin etkileşimindedir, gelişimin kaynaklarını açıklar; verilen durumda ise gelişim alanlarının birbirine etkisi ön plandadır.

Cevap: B

14. Seda Öğretmen'in sosyal becerileri geliştirmeye yönelik etkinlikler planlaması ve öğrencileri düzenli olarak gözlemlemesi, süreci izlediğini gösterir. Ancak bazı öğrenciler gelişim gösterirken bazılarının aynı sorunları sürdürmesi, sınıf içinde aynı uygulamanın herkeste aynı sonucu vermediğini ortaya koyar. Buna rağmen öğretmenin eksik kalan yönü belirleyememesi, öğrenciler arasındaki bireysel farklılıkları yeterince analiz etmediğini gösterir. Yani öğretmen süreci genel olarak yürütmekte, fakat öğrencilerin farklı ihtiyaç, hazırbulunuşluk ve özelliklerine göre ayırıştırma yapamamaktadır. Bu nedenle temel eksiklik bireysel farklılıkları dikkate almamaktır. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) Öğrencilerin çevresel koşullarını göz ardı etmesi, aile ve çevre etkisini vurgular; soruda böyle bir veri bulunmamaktadır.

- C) Süreç boyunca ölçme ve değerlendirme yapmaması, süreci izlememeyi ifade eder; öğretmen öğrencileri düzenli olarak gözlemlemektedir.
- D) Uygulanan yöntemlerin etkili olup olmadığını analiz etmemesi, daha çok yöntem değerlendirmesine yöneliktir; burada asıl sorun öğrenciler arası farklılıkların dikkate alınmamasıdır.
- E) Öğrencilerin büyüme hızlarını yanlış değerlendirmesi, fiziksel gelişimle ilgilidir; verilen durum sosyal becerilerle ilişkilidir.

Cevap: A

15. Mehmet'in dil gelişiminin yoğun olduğu dönemde yeterli dil ve sosyal uyarıcıya maruz kalmaması ve bunun ileride geri dönüşü zor etkiler oluşturabileceğinin belirtilmesi, gelişimde belirli dönemlerin özel önem taşıdığını göstermektedir. Bu durum kritik dönem kavramıyla açıklanır. Kritik dönem, belirli becerilerin kazanılması için organizmanın çevresel uyarıcılara karşı en duyarlı olduğu, bu dönemde öğrenmenin daha hızlı ve kolay gerçekleştiği, kaçırıldığında ise gelişimin olumsuz etkilenebileceği zaman aralıklarıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Duyusal bütünleme, duyusal bilgilerin organize edilmesiyle ilgilidir; soruda dil gelişimi ve zamanlama vurgulanmaktadır.
- C) Olgunlaşma, biyolojik altyapının gelişmesini ifade eder; burada çevresel uyarıcı eksikliği belirleyicidir.
- D) Pekiştirme, davranışın güçlenmesiyle ilgilidir; verilen durumda uygun dönemde uyarıcı alamama söz konusudur.
- E) Genetik yatkınlık, kalıtsal etkileri ifade eder; burada çevresel yoksunluk ön plandadır.

Cevap: B

1. Araştırmada **tek yumurta ikizlerinde (aynı genetik yapı)** birlikte büyüyenlerde korelasyonun **.85**, ayrı büyüyenlerde ise **.72** olması; ayrıca **farklı yumurta ikizlerinde** bu değerlerin daha düşük çıkması, zekâ üzerinde **genetik benzerliğin güçlü bir etkisi olduğunu** göstermektedir. Çevre değişse bile tek yumurta ikizlerinde korelasyonun hâlâ yüksek kalması, kalıtımın etkisinin daha baskın olduğunu ortaya koyar. Bu nedenle bulgular, zekâ gelişiminde **kalıtımın daha etkili olduğunu** destekler. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Zekâ gelişiminde yalnızca kalıtsal faktörler belirleyicidir**, ifadesi çevre etkisini tamamen yok sayar; oysa birlikte büyüyenlerde korelasyonun daha yüksek olması çevrenin de etkili olduğunu gösterir.
- B) **Çevre, kalıttan bağımsız olarak gelişimi belirler**, ifadesi genetik etkiyi yok sayar; tek yumurta ikizlerinde yüksek benzerlik bunu çürütür.
- D) **Zekâ, tamamen rastlantısal ve ölçülemez bir kavramdır**, araştırmanın kendisi ölçüm yapıldığı için bu ifadeyle çelişir.
- E) **Ayrı çevrelerde büyümek zekâ düzeyini tamamen koparır**, ifadesi yanlıştır; ayrı büyüyen tek yumurta ikizlerinde bile yüksek korelasyon devam etmektedir.

Cevap: C

2. 1950 ve 2000 doğumlu bireylerin **sözcük dağarcıkları arasındaki farkın, eğitime erişim, medya ve teknoloji gibi dönemsel koşullarla açıklanması**, aynı yaş grubundan değil, **farklı tarihsel dönemlerde yetişmiş olmanın etkisini** gösterir. Bu durum **normatif tarihsel zaman etkisi** ile açıklanır. **Normatif tarihsel zaman etkisi**, belirli bir dönemde yaşayan bireylerin, o dönemin **toplumsal, kültürel ve teknolojik koşullarından benzer biçimde etkilenmesidir**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Normatif yaşa bağlı etkiler**, yaşa bağlı biyolojik ve gelişimsel değişimleri ifade eder; burada fark yaştan değil dönemden kaynaklanmaktadır.

- B) **Normatif olmayan etkiler**, bireye özgü ve sıra dışı yaşantıları ifade eder; verilen durum geniş bir kuşağı etkileyen ortak koşullardır.
- C) **Kritik dönem etkisi**, belirli zaman aralıklarında öğrenme duyarlılığını ifade eder; burada dönemsel toplumsal etkiler söz konusudur.
- D) **Gelişimsel sıralama etkisi**, becerilerin belirli bir sırayla gelişmesini ifade eder; soruda böyle bir vurgu yoktur.

Cevap: E

3. Düşük sosyo-ekonomik düzeydeki çocukların başlangıçta **daha sınırlı kelime dağarcığına sahip olması**, ancak **kaliteli erken çocukluk eğitimiyle bu farkın önemli ölçüde kapanması**, gelişimde belirleyici olanın **çevresel uyarıcılar ve eğitim fırsatları** olduğunu gösterir. Yani uygun çevresel koşullar sağlandığında gelişim düzeyi anlamlı biçimde değişebilmektedir. Bu durum **gelişimde çevresel uyarıcının etkisini** ortaya koyar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kalıtımın mutlak belirleyiciliği**, çevresel etkileri yok sayar; oysa eğitimle farkın kapanması bunu çürütür.
- C) **Normatif olmayan yaşam olayları**, bireye özgü sıra dışı yaşantıları ifade eder; burada geniş bir grubu etkileyen çevresel koşullar söz konusudur.
- D) **Doğal olgunlaşma sürecinin önceliği**, biyolojik gelişimi vurgular; burada eğitim gibi çevresel etken belirleyicidir.
- E) **Genetik kodların eğitimle değiştirilebilmesi**, bilimsel olarak doğru değildir; eğitim genetiği değil gelişim düzeyini etkiler.

Cevap: B

4. Aynı yıl doğan bireylerin **benzer oyunlara yönelmesi, aynı eğitim süreçlerinden geçmesi** ve buna bağlı olarak **benzer değer ve tutumlar geliştirmesi**, onların aynı yaş döneminde bulunmalarına bağlı olarak **benzer gelişimsel özellikler göstermesiyle** ilgilidir. Yani burada belirleyici olan, bireylerin yaşlarına bağlı olarak **benzer bilişsel, sosyal ve duygusal özellikler sergilemesidir**. Bu durum **normatif yaşa bağlı etkiler** ile açıklanır. **Normatif yaşa bağlı etkiler**, bireylerin yaşlarına bağlı olarak ortaya çıkan **ortak gelişimsel özellikler nedeniyle benzer davranış ve tutumlar göstermesidir**. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Bireysel farklılıklar**, bireyler arasındaki farklılıkları ifade eder; soruda ise bireyler arasındaki benzerlikler vurgulanmaktadır.
- C) **Kalıtımın belirleyiciliği**, genetik etkenleri açıklar; verilen durumda yaşa bağlı ortak gelişimsel özellikler ön plandadır.
- D) **Normatif olmayan ani yaşam olayları**, bireye özgü ve sıra dışı yaşantıları ifade eder; burada geniş bir gruba kapsayan ortak özellikler söz konusudur.
- E) **Kritik dönemlerin evrenselliği**, belirli becerilerin zamanlamasına odaklanır; soruda yaşa bağlı genel gelişim özellikleri vurgulanmaktadır.

Cevap: B

5. Elif'in babasının ölümü gibi ani ve travmatik bir olay yaşaması ve bunun sonucunda konuşmayı bırakması ile sosyal becerilerinde gerileme görülmesi, gelişimi etkileyen durumun **bireye özgü, sıra dışı ve herkeste görülmeyen bir yaşantı** olduğunu gösterir. Bu tür olaylar gelişimi güçlü ve kalıcı biçimde etkileyebilir. Bu durum **normatif olmayan bireysel etkiler** ile açıklanır. **Normatif olmayan bireysel etkiler**, herkes için geçerli olmayan, **kişiye özgü ve genellikle beklenmedik yaşam olaylarının gelişim üzerindeki etkisidir**. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Normatif tarihsel etkiler**, aynı dönemde yaşayan geniş grupları etkileyen toplumsal olayları ifade eder; burada bireye özgü bir durum söz konusudur.

- B) **Normatif yaşa bağlı etkiler**, belirli yaş dönemlerinde görülen ortak gelişimsel özelliklerle ilgilidir; verilen durum yaşa bağlı değildir.
- C) **Gelişimde evrimsel etkiler**, türün genel gelişimsel özelliklerini açıklar; burada bireysel yaşantı etkisi vardır.
- D) **Kalıtımsal etkiler**, genetik faktörleri ifade eder; verilen durumda çevresel ve bireysel bir olay belirleyicidir.

Cevap: E

6. Ayşe'nin ailesinin onun fikirlerine önem vermesi, karar süreçlerine katması ve kuralların gerekçelerini açıklaması, çocuğa hem **sınır koyan hem de açıklayıcı ve destekleyici** olan bir yaklaşımı gösterir; bu **demokratik tutumdur**. Mehmet'in ailesinin ise **katı kurallar koyması, sorgusuz itaat beklemesi ve duygusal ifadeye izin vermemesi**, çocuğu baskı altına alan **otoriter-baskıcı tutumdur**. Bu nedenle iki tutum sırasıyla **demokratik ve otoriter-baskıcıdır**. Doğru cevap B seçeneğidir.

İzin verici tutum: Çocuğa geniş özgürlük tanınan, sınırların oldukça gevşek olduğu yaklaşımdır.

İlgisiz tutum: Çocuğun ihtiyaçlarına karşı duyar-sız kalınan, ilgi ve denetimin düşük olduğu tutumdur.

Koruyucu tutum: Çocuğun aşırı korunması ve bağımsızlık fırsatlarının sınırlandırılmasıdır.

Mükemmeliyetçi tutum: Çocuktan sürekli yüksek başarı beklenmesi ve hata yapmasına izin verilmemesidir.

Tutarsız tutum: Ebeveyn davranışlarının değişken ve öngörülemez olmasıdır.

Cevap: B

7. I. Mert'in ailesi, çocuktan **kusursuzluk bekle-mesi, en küçük başarıyı abartması ve eleş-tiriye kapalı olması** ile **mükemmeliyetçi tu-tuma** karşılık gelir. **Mükemmeliyetçi tutum**, çocuktan sürekli **yüksek başarı beklenen**, hata yapmasına tolerans gösterilmeyen ve **ku-sursuzluk baskısının** olduğu bir yaklaşımdır.
- II. Duru'nun ailesi, çocuğun **tüm ihtiyaçlarını kendilerinin karşılaması, onun yerine ka-rar vermesi ve aşırı koruma göstermesi** ile **koruyucu tutuma** karşılık gelir. **Koruyucu tu-tum**, çocuğun **bağımsız davranmasının en-gellendiği**, sürekli kontrol altında tutulduğu ve **aşırı güvenlik odaklı** bir yaklaşımdır.
- III. Kerem'in ailesi, **kurallarda esnek olması, hayır diyememesi ve çocuğun isteklerini çoğunlukla yerine getirmesi** ile **izin verici tutuma** karşılık gelir. **İzin verici tutum**, çocu-ğa **geniş özgürlük tanınan**, sınır ve disiplinin zayıf olduğu bir yaklaşımdır.

Cevap: A

8. Ailenin **çocuklarla sınırlı iletişim kurması, bir-likte vakit geçirmemesi, okul ve duygusal durumlarından habersiz olması** ve sorunlara **müdahale etmemesi**, ebeveynlerin çocuklarına karşı **ilgi ve denetim düzeyinin düşük oldu-ğunu** göstermektedir. Ayrıca yalnızca **temel ihti-yaçları karşılamayı yeterli görmeleri**, rehberlik ve sınır koyma işlevlerini yerine getirmediklerini ortaya koyar. Bu durum **ilgisiz aile tutumu** ile açıklanır. **İlgisiz aile**, çocuğun **duygusal ve ge-lişimsel ihtiyaçlarına karşı duyarsız kalan, ilgi ve denetimi düşük** ebeveyn yaklaşımıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Aşırı hoşgörülü aile:** Çocuğa geniş özgürlük tanınan, sınırların zayıf olduğu ancak ilginin bulunduğu tutumdur.
- B) **Otoriter-baskıcı aile:** Katı kuralların olduğu, itaatin beklendiği ve duygusal ifadenin sınır-landığı yaklaşımdır.
- C) **Demokratik aile:** Açıklayıcı, destekleyici ve dengeli sınırların olduğu ebeveyn tutumudur.
- D) **Koruyucu aile:** Çocuğun aşırı korunarak ba-ğımsızlığının sınırlandığı yaklaşımdır.

Cevap: E

9. Aynı yaşta olmalarına rağmen çocukların **farklı kültürlerde yetişmeleri nedeniyle sosyal ileti-şim ve problem çözme biçimlerinin değişmesi**, gelişimde belirleyici olanın **içinde bulunulan kül-türel çevre** olduğunu göstermektedir. Japon ço-cuklarının **grup uyumuna**, Amerikalı çocukların ise **bireysel başarıya odaklanması**, kültürün de-ğerlerinin davranışlara yansıdığını ortaya koyar. Bu durum **kültürel çevrenin gelişim üzerindeki etkisini** vurgular. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kalıtım:** Genetik özelliklerin etkisini ifade eder; burada farklılıklar kültüre bağlıdır.
- B) **Kritik dönem:** Belirli becerilerin kazanılmasın-da zamanlamayı ifade eder; soruda zamanla-ma değil kültürel farklılık vurgulanmaktadır.
- C) **Normatif yaş etkisi:** Aynı yaş grubuna bağlı ortak gelişim özelliklerini açıklar; burada aynı yaşta olmalarına rağmen farklılık görülmekte-dir.
- E) **Evrensel gelişim evreleri:** Tüm bireylerde benzer gelişim aşamalarını ifade eder; verilen durumda farklılaşma söz konusudur.

Cevap: D

10. Tek yumurta ikizlerinin aynı genetik yapıya sahip olmalarına rağmen farklı çevrelerde yetişmeleri sonucunda **zekâ puanlarının benzer, ancak ki-şilik özelliklerinin farklı olması**, gelişimde farklı alanlarda farklı etkenlerin daha baskın olabildiğini gösterir. Bu durumda **bilişsel gelişimde kalıtı-mın, kişilik gelişiminde ise çevrenin daha etkili olduğu** anlaşılmaktadır. **Doğru cevap C seçene-ğidir.**

- A) **Zekâ gelişiminde çevrenin etkisi yoktur:** Çevrenin tamamen etkisiz olduğunu savunur; araştırma bunu desteklemez.
- B) **Kişilik özellikleri yalnızca kalıtıma bağlıdır:** Kişilikte çevresel etkiler açıkça görülmektedir.
- D) **Gelişim yalnızca çevre tarafından yönlendi-rilir:** Kalıtımın etkisini yok sayar; zekâ benzer-liği bunu çürütür.
- E) **Kişilik gelişimi evrensel bir sırayla ilerler:** Gelişim sırasını vurgular; burada etkenlerin farklılığı söz konusudur.

Cevap: C

11. Genetik olarak zihinsel engel riski taşıyan bir çocuğun, erken ve yoğun eğitimle desteklenmesi sonucu yaşatlarına yakın başarı göstermesi, çevresel düzenlemelerin gelişimi **olumlu yönde destekleyebildiğini** gösterir. Yani kalıtsal risk bulunmasına rağmen uygun eğitimle gelişim ilerletilebilmektedir. Bu durum çevrenin destekleyici rolünü vurgular. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Kalıtım belirleyicidir, eğitim yetersiz kalır:** Soruda eğitim sayesinde çocuğun gelişiminin ilerlediği açıkça belirtilmiştir; bu ifade duruma ters düşer.
- B) **Çevresel etki, kalıtımı bastırabilir:** Soruda kalıtımın tamamen ortadan kalktığı değil, eğitimle gelişimin desteklendiği görülmektedir; "bastırma" ifadesi aşırıdır.
- C) **Kalıtım çevreye göre daha baskındır:** Verilen örnekte çevresel müdahalenin güçlü etkisi vurgulanmaktadır; bu ifade bunu açıklamaz.
- D) **Bilişsel gelişim yalnızca kalıtımla açıklanır:** Soruda çevresel eğitim etkisi belirleyicidir; bu ifade durumu karşılamaz.

Cevap: E

12. Aras'ın **boyama yaparken sınırların dışına taşması, makas kullanırken çizgileri takip edememesi ve boncuk dizme etkinliklerinde zorlanması**, el ve parmak kaslarını gerektiren becerilerde yetersizlik yaşadığını gösterir. Buna karşın **koşma, tırmanma ve zıplama gibi etkinliklere aktif katılması**, kaba motor becerilerinin yeterli olduğunu ortaya koyar. Bu durum Aras'ın özellikle **ince motor becerilerinde gelişime ihtiyaç duyduğunu** gösterir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kaba motor becerileri:** Soruda Aras'ın koşma, zıplama gibi etkinliklerde aktif olduğu belirtilmiştir; bu alan güçlüdür.
- B) **Duyusal bütünleme becerileri:** Soruda duyuşal uyarıları işleme ile ilgili bir problem den söz edilmemektedir; zorlanma daha çok el becerileriyle ilgilidir.
- D) **Sosyal-duygusal becerileri:** Aras'ın arkadaşlarıyla etkinliklere katıldığı belirtilmiştir; sosyal alanda bir sorun vurgulanmamıştır.

E) **Bilişsel planlama becerileri:** Soruda planlama ya da problem çözmeye dair bir güçlük değil, motor beceriye dayalı zorlanmalar yer almaktadır.

Cevap: C

13. Toplantıda vurgulanan beceriler **el-göz koordinasyonu gerektiren ince motor becerilerdir**. Düğme ilikleme, kalem kullanma, küçük nesnelerle çalışma gibi davranışlar **el ve parmak kaslarının kontrolünü** gerektirir. Ancak **yüzme sırasında suya ayak vurma**, büyük kas gruplarını kullanan bir beceridir ve **kaba motor beceriler** kapsamında değerlendirilir. Bu nedenle verilen beceriler arasında yer almaz. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Düğme ilikleme:** Küçük kasların koordinasyonunu gerektirir; ince motor beceridir.
- B) **Oyun hamuruna şekil verebilme:** El-parmak kontrolü gerektirir; ince motor beceridir.
- C) **Kalem kontrolü sağlayarak çizim yapabilme:** El-göz koordinasyonu gerektirir; ince motor beceridir.
- E) **Sayfa çevirme gibi küçük el hareketlerini yapabilme:** Küçük kas kullanımına dayanır; ince motor beceridir.

Cevap: D

14. Farklı yaşlardaki çocukların aynı nesneyi **farklı amaçlarla kullanmaları**, onların nesneyi **nasıl algıladıklarının ve anlamlandırdıklarının yaşa bağlı olarak değiştiğini** gösterir. Yani bebek nesneyi duyuşal olarak deneyimlerken, küçük çocuk oyun aracı olarak kullanmakta, daha büyük çocuk ise işlevsel anlamını kavramaktadır. Bu farklılıkların temelinde, bireyin dünyayı anlamlandırma biçimini belirleyen **bilişsel yapı** yer alır. **Bilişsel yapı**, bireyin zihinsel şemaları doğrultusunda nesne ve olayları algılama ve yorumlama biçimidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Motor gelişim:** Nesneyi kullanma biçimindeki fiziksel değişimleri açıklar; burada anlamlandırma farklılığı söz konusudur.

- B) Sosyal öğrenme:** Başkalarını gözlemleyerek öğrenmeyi ifade eder; soruda böyle bir durum yoktur.
- D) Duygusal bağlanma:** Bireyin bakım verenle kurduğu ilişkiyi ifade eder; nesne kullanımıyla ilgili değildir.
- E) Kişilik gelişimi:** Bireyin kalıcı özelliklerini ifade eder; burada bilişsel farklılaşma söz konusudur.

Cevap: C

- 15.** Bilişsel dengelenme sürecinde birey, yeni bilgilerle karşılaştığında **özümleme ve uyma süreçlerini kullanarak dengeyi yeniden kurar**. Yani yalnızca yeni bilgiyi olduğu gibi almakla kalmaz, gerektiğinde **mevcut şemalarını da değiştirir (uyma)**. Bu nedenle "birey sadece yeni bilgiyi kabul eder, şemasını değiştirmez" ifadesi yanlıştır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Bilişsel denge,** yeni bilgiler ile mevcut şemaların uyumlaştırılmasıyla sağlanır; bu ifade dengelenme sürecini doğru açıklar.
- B) Bilişsel dengesizlik,** bireyi yeni denge kurma sürecine yönelttiği için öğrenmenin temelini oluşturur; ifade doğrudur.
- C) Özümleme ve uyma,** dengelenmenin temel mekanizmalarıdır; bu süreçler birlikte işler.
- D) Gelişim ilerledikçe denge kurma süreçleri hızlanır,** çünkü bilişsel yapılar daha esnek hâle gelir; ifade doğrudur.

Cevap: E

1. Yeni doğmuş bir bebeğin **parmağına dokunulduğunda otomatik olarak emmeye başlaması**, istemli değil **doğuştan gelen ve otomatik gerçekleşen bir tepki** olduğunu gösterir. Bu tür davranışlar, bebeğin çevreye uyum sağlamak için kullandığı **refleksif tepkilerdir**. Yani davranış bilinçli ya da amaçlı değil, **refleks temellidir**. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) İlk şemaların ortaya çıkması, reflekslerin zamanla organize edilmesiyle ilgilidir; burada doğrudan refleks davranış söz konusudur.
- B) Amaçlı davranışların gelişimi, bilinçli ve hedefe yönelik davranışları ifade eder; verilen tepki otomatik gerçekleşmektedir.
- D) Nesne sürekliliğinin farkına varma, nesnelerin görünme de var olduğunu anlamayı ifade eder; bu durumla ilgili değildir.
- E) Temsili düşüncenin başlangıcı, zihinsel imgelerle düşünmeyi içerir; yenidoğan dönemine ait değildir.

Cevap: C

2. 4 aylık bebeğin **kendi bedenine yönelik bir davranışı (parmağını emme) hoşuna gittiği için tekrar etmesi**, Piaget'ye göre **beden merkezli ve haz veren hareketlerin yinelenmesi** ile açıklanır. Bu tür davranışlar **birincil devresel tepkiler** kapsamında yer alır ve **ilk alışkanlıklar ve birincil devresel tepkiler (1-4 ay)** dönemine aittir. Bu dönemde bebek, **kendi bedeni üzerinde gerçekleşen ve hoşuna giden davranışları bilinçli biçimde tekrar eder**. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) İkincil devresel tepkiler (4-8 ay): Bebek kendi bedeni yerine **dış dünyadaki nesnelerle** etkileşime girerek davranışı tekrar eder; soruda beden merkezli bir durum vardır.
- C) İkincil devresel tepkilerin koordinasyonu (8-12 ay): Amaçlı ve planlı davranışların başladığı dönemdir; burada basit tekrar söz konusudur.
- D) Üçüncül devresel tepkiler (12-18 ay): Deneme-yanılma yoluyla yeni davranışların keşfedildiği dönemdir; soruda keşif değil tekrar vardır.

- E) Şemaların içselleştirilmesi (18-24 ay): Zihinsel temsillerin oluştuğu ileri dönemdir; verilen davranış erken döneme aittir.

Cevap: A

3. Ahmet'in **oyuncağa vurunca ses çıktığını fark edip bu davranışı tekrar etmesi**, kendi bedeni yerine **dış dünyadaki nesne üzerinde etki oluşturmaya** ve bu sonucu **bilinçli olarak sürdürmesi**, davranışın çevreye yöneldiğini gösterir. Bu tür tekrarlar Piaget'ye göre **ikincil devresel tepkiler** kapsamındadır. Bu dönem yaklaşık **4-8 ay** aralığına karşılık gelir ve bebek, **nesnelerle etkileşim sonucu ortaya çıkan ilginç sonuçları tekrarlar**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) Basit refleksler (0-1 ay): Doğuştan gelen otomatik tepkilerdir; soruda bilinçli tekrar vardır.
- C) İkincil devresel tepkilerin koordinasyonu (8-12 ay): Amaçlı ve planlı davranışlar görülür; soruda basit tekrar vardır.
- D) Üçüncül devresel tepkiler (12-18 ay): Deneme-yanılma ile yeni yollar deneme söz konusudur; burada aynı davranış tekrarlanır.
- E) Şemaların içselleştirilmesi (18-24 ay): Zihinsel temsil ve içsel düşünme vardır; bu durum erken döneme aittir.

Cevap: B

4. Bebeğin **istediği oyuncaya ulaşmak için engeli (yastığı) itmesi**, davranışın artık **amaçlı ve planlı** olduğunu gösterir. Yani bebek yalnızca bir davranışı tekrar etmemekte, **birden fazla davranışı koordine ederek hedefe ulaşmaya çalışmaktadır**. Bu durum Piaget'ye göre **ikincil devresel tepkilerin koordinasyonu** aşamasına karşılık gelir. Bu aşama yaklaşık **8-12 ay** aralığını kapsar ve bebekte **amaçlı davranışların** ortaya çıktığı dönemdir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) Basit refleksler (0-1 ay): Otomatik tepkilerdir; burada bilinçli ve planlı davranış vardır.
- B) İkincil devresel tepkiler (4-8 ay): Davranışlar tekrara dayalıdır; amaçlı planlama görülmez.

- D) **Üçüncül devresel tepkiler (12–18 ay):** Deneme-yanılma ile yeni yollar denenir; burada doğrudan hedefe yönelik davranış vardır.
- E) **Şemaların içselleştirilmesi (18–24 ay):** Zihinsel temsil ve düşünme söz konusudur; bu durum daha ileri bir evredir.

Cevap: C

5. Soruda 15 aylık çocuğun **oyuncak arabayı farklı şekillerde iterek her denemede yeni sonuç elde etmeye çalıştığı** belirtilmiştir. Bu durum çocuğun yalnızca bir sonucu tekrar etmediğini, **davranışı değiştirerek yeni sonuçlar aradığını**, yani **deneme-yanılma yoluyla aktif keşif yaptığını** gösterir. Bu özellikler Piaget'ye göre **üçüncül devresel tepkiler (12–18 ay)** dönemine aittir; bu dönemde çocuk **yenilik arar, farklı yollar dener ve sonucu değiştirmeye çalışır**. Doğru cevap C seçeneğidir.

A) **Basit refleksler (0–1 ay):** Bu dönemde davranışlar **doğuştan gelen, istemsiz ve otomatik tepkilerdir** (emme, yakalama gibi). Çocuk çevreyi keşfetmez, davranışı değiştirmez; sorudaki gibi bilinçli deneme-yanılma görülmez.

B) **İkincil devresel tepkiler (4–8 ay):** Bebek, dış dünyadaki nesnelerle etkileşim kurar ve **ilginç bir sonuç elde ettiğinde aynı davranışı tekrar eder**. Burada önemli nokta **tekrarın aynı şekilde yapılmasıdır**; davranış çeşitlendirilmez. Soruda ise çocuk davranışı değiştirerek yeni sonuç aramaktadır.

D) **Şemaların içselleştirilmesi (18–24 ay):** Bu dönemde çocuk artık problemi **zihinsel olarak çözer**, davranışı denemeden önce düşünür ve **içsel temsiller kullanır**. Soruda ise çözüm zihinsel değil, doğrudan fiziksel deneme-yanılma ile gerçekleşmektedir.

E) **İkincil devresel tepkilerin koordinasyonu (8–12 ay):** Bu aşamada çocuk **amaç ve aracı birleştirerek planlı davranış sergiler** (örneğin engeli kaldırıp oyuncaya ulaşma). Ancak burada davranış **tek bir hedefe yöneliktir**, keşif ve yeni yollar deneme yoktur. Soruda ise amaçtan çok **keşif ve farklı denemeler** ön plandadır.

Cevap: C

6. Soruda çocuğun **kapıyı açmak için sandalyeyi çekmesi gerektiğini önceden bilmesi, davranışı planlayarak uygulaması, ertelenmiş taklit yapabilmesi ve problemleri zihinsel olarak çözmesi** vurgulanmaktadır. Bu ifadeler, çocuğun artık davranışı deneme-yanılma ile değil, **zihinsel temsiller kullanarak çözüm ürettiğini** gösterir. Bu özellikler Piaget'ye göre **şemaların içselleştirilmesi / zihinsel temsil (18–24 ay)** aşamasına aittir. Doğru cevap D seçeneğidir.

A) **Duyu-hareket evresinin başlangıcı (0–1 ay):** Davranışlar refleksiftir ve zihinsel planlama yoktur; sorudaki bilinçli planlama bu aşamaya uymaz.

B) **Birincil devresel tepkiler (1–4 ay):** Davranışlar bebeğin kendi bedenine yöneliktir ve tesadüfi tekrar içerir; zihinsel çözüm yoktur.

C) **Amaçlı davranışlar (8–12 ay):** Bebek amaç ve aracı birleştirir ancak çözüm **fiziksel deneme ile** bulunur; soruda ise zihinsel planlama vardır.

E) **Somut işlemler dönemi (7–11 yaş):** Mantıksal düşünme gelişmiştir; ancak sorudaki özellikler daha erken, duyu-hareket evresinin sonuna aittir.

Cevap: D

7. Soruda 6 aylık bebeğin nesne gözden kaybolduğunda **yok olduğunu düşünmesi**, 10 aylık çocuğun ise nesnenin **görünme de var olduğunu anlayarak araması** vurgulanmaktadır. Bu durum, çocuğun nesnelerin **algıdan bağımsız olarak varlığını sürdürdüğünü kavramasıyla** ilgilidir. Bu kavram **nesne devamlılığıdır**. **Nesne devamlılığı**, bir nesne göz önünde olmasa bile varlığını sürdürdüğünü anlama becerisidir. Doğru cevap B seçeneğidir.

A) **Sembolik düşünce:** Nesneleri sembollerle temsil etme becerisidir; soruda nesnenin varlığını sürdürmesi söz konusudur.

C) **Özümleme:** Yeni bilgiyi mevcut şemalara katma sürecidir; burada nesne varlığına ilişkin kavrayış anlatılmaktadır.

D) **Duyusal-motor aşama:** Genel bir dönem adıdır; soruda bu döneme ait özel bir kazanım vurgulanmaktadır.

- E) **Ertelenmiş taklit:** Daha önce görülen davranışın sonradan tekrar edilmesidir; burada nesne algısı söz konusudur.

Cevap: B

8. Soruda 6 yaşındaki çocukların **nesneleri ya tamamen aynı ya da tamamen farklı olarak algıladığı ve birden fazla özelliğe aynı anda odaklanmakta zorlandığı** belirtilmiştir. Bu durum, işlem öncesi döneme özgü **odaklanma (tek boyuta dikkat etme)** özelliğini gösterir. Bu nedenle öğretmenin, çocukların bilişsel düzeyine uygun olarak **tek bir özelliğe odaklanabilecekleri etkinliklerle başlaması** gerekir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Birden fazla özelliği dikkate alma**, işlem öncesi dönemde zorlanılan bir durumdur; soruda çocukların bu beceriyi yapamadığı belirtilmiştir.
- B) **Farklı tatları ayırt edip eşleştirme**, yine birden fazla özelliği karşılaştırmayı gerektirir; çocukların mevcut düzeyini aşar.
- C) **Soyut neden-sonuç ilişkisi kurma**, daha ileri bilişsel düzey gerektirir; bu yaş grubu somutla sınırlıdır.
- D) **Kendi hatalarını değerlendirme**, üst düzey bilişsel farkındalık gerektirir; bu dönemde sınırlıdır.

Cevap: E

9. Soruda Ayça'nın **oyuncak ayının düştüğü için ağladığını ve ona kötü davranıldığını söylemesi**, cansız bir nesneye **canlılık ve duygular atfetmesi** anlamına gelir. Bu durum, Piaget'e göre çocuğun **cansız varlıklara canlı özellikler yüklediği düşünme biçimini** yansıtır. Bu düşünme biçimi **animistik düşünce** olarak adlandırılır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Nesne sürekliliği:** Nesnenin görünmese de var olduğunu anlamaktır; soruda böyle bir durum yoktur.
- B) **Sınıflama hatası:** Nesneleri doğru kategorize edememe ile ilgilidir; burada duygusal yükleme söz konusudur.

- D) **Tersine çevirebilme yetersizliği:** Bir işlemi zihinde geri döndürememektir; soruda bu yoktur.

- E) **Benmerkezci düşünce:** Başkalarının bakış açısını dikkate alamamaktır; burada nesneye canlılık atfetme vardır.

Cevap: C

10. Soruda Nehir'in **parçalanmış çikolatayı daha fazla sanması**, çocuğun miktarın değişmediğini fark edemeyip **yalnızca dikkatini çeken özelliğe (parça sayısına)** odaklanmasıyla açıklanır. Yani çocuk, durumun diğer yönlerini (toplam miktarın aynı olması) dikkate alamayıp tek boyuta yoğunlaşmaktadır. Bu durum Piaget'e göre **odaklanma** özelliğini gösterir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sınıflama becerisi:** Nesneleri belirli özelliklerine göre gruplama yeteneğidir; soruda miktar değerlendirmesi söz konusudur.
- B) **Korunum kazanımı:** Miktarın şekil değişse de aynı kaldığını anlayabilmektir; çocuk bunu başaramamıştır.
- C) **Animistik düşünme:** Cansız varlıklara canlı özellikler yüklemektir; soruda böyle bir durum yoktur.
- E) **Tersine çevirebilme:** Bir işlemi zihinde geri döndürebilme becerisidir; çocuk bu beceriye sahip olmadığı için hata yapmaktadır, ancak doğrudan gösterilen özellik odaklanmadır.

Cevap: D

11. Soruda Burak'ın **arabaları sondan başa doğru yeniden dizememesi** ve "nereden başlayacağını unuttum" demesi, yapılan işlemi zihinde **tersine çevirememesi** ile ilgilidir. Yani çocuk, gerçekleştirdiği bir sıralama işlemini **geri döndürememektedir**. Bu durum işlem öncesi dönemin tipik özelliğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Nesne sürekliliği:** Nesnenin görünmese de var olduğunu anlamayı ifade eder; soruda sıralama işlemi vardır.
- C) **Benmerkezcilik:** Başkalarının bakış açısını dikkate alamama ile ilgilidir; soruda böyle bir durum yoktur.

- D) **Odaktan uzaklaşma:** Birden fazla özelliği aynı anda dikkate alabilmeyi ifade eder; soruda işlemi tersine çevirme söz konusudur.
- E) **Sınıflama güçlüğü:** Nesneleri gruplama ile ilgilidir; soruda sıralama işlemi vardır.

Cevap: A

12. İşlem öncesi dönemde (2–7 yaş) çocuklar **sembolik düşünme, hayali oyun kurma, benmerkezcilik, odaklanma (tek özelliğe dikkat etme) ve mantıksal işlemleri yapamama** özellikleri gösterir. Bu dönemin en ayırt edici yönü, çocuğun **gerçek nesneler olmadan zihinsel temsiller oluşturabilmesi ve mış gibi oyunlar oynayabilmesidir.**

Soruda bu dönemi en iyi gösteren özellik sorulmaktadır. **Sembolik oyun oynayabilme ve hayali durumlar yaratabilme**, işlem öncesi dönemin doğrudan göstergesidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Korunum:** Bir nesnenin **görünümü değişse bile miktarının (sayı, uzunluk, alan, hacim, ağırlık)** aynı kaldığını anlayabilmedir. Bu beceri **somut işlemler döneminde** kazanılır; işlem öncesi çocuklar görünüme göre karar verir.
- B) **Başkalarının bakış açısını anlayabilme:** Bireyin kendi düşüncesinden farklı olarak başkalarının ne gördüğünü ve ne düşündüğünü kavrayabilmesidir; yani **benmerkezcilikten çıkmadır.** Bu özellik **somut işlemler döneminde** gelişir.
- D) **Tersine çevirebilme:** Yapılan bir işlemi zihinde **geri döndürebilme ve başlangıç durumuna ulaşabilmedir.** Bu beceri **somut işlemler dönemine** aittir.
- E) **Somut işlemlerle problem çözme:** Mantıksal düşünmenin **somut nesneler üzerinde uygulanabilmesi**, sınıflama ve sıralama yapabilir. Bu özellik **somut işlemler döneminde** görülür.

Cevap: C

13. İşlem öncesi dönemdeki çocuklar (2–7 yaş) **benmerkezci düşünme, sembolik oyun, odaklanma ve mantıksal işlemleri yapamama** özellikleri gösterir. Bu dönemde çocuk dünyayı **kendi bakış açısından değerlendirir** ve başkalarının ne düşündüğünü ya da ne gördüğünü anlamakta zorlanır.

Soruda benmerkezci düşüncenin en belirgin göstergesi sorulmaktadır. Bu, çocuğun **başkalarının bakış açılarını dikkate alamaması** ile açıklanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Tersine çevirebilme:** Yapılan bir işlemi zihinde geri döndürebilmedir; bu beceri **somut işlemler döneminde** gelişir.
- C) **Korunum:** Bir nesnenin **şekli değişse bile miktarının (sayı, uzunluk, alan, hacim, ağırlık)** aynı kaldığını anlayabilmedir; bu özellik **somut işlemler döneminde** kazanılır.
- D) **Soyut kavramları kullanabilme:** Soyut düşünme ve varsayımsal akıl yürütme becerisidir; bu özellik **soyut işlemler dönemine** aittir.
- E) **Sınıflama ve kategorize etme becerileri:** Nesneleri özelliklerine göre gruplama ve düzenleme becerisidir; bu beceri **somut işlemler döneminde** gelişir.

Cevap: A

14. İşlem öncesi dönemde çocuklar doğa olaylarını açıklarken **yapaycılık düşüncesi** gösterir. **Yapaycılık**, doğadaki olayların **insanlar tarafından yapılmış ya da insanların etkisiyle gerçekleştiğini düşünmedir**; yani çocuk doğal süreçleri **insani bir nedene bağlar.**

Soruda bu düşünme biçimini yansıtan ifade sorulmaktadır.

- A) **Güneşin hareketini, insanların onu yerinden ittiğiyle açıklamak:** Doğa olayını insan etkisiyle açıklamaktır; yapaycılığa uygundur.
- B) **Bulutların neden oluştuğunu bilmeyi istemek:** Açıklama değil, merak ve soru sormadır.
- C) **Yağmurun bulutların suyu bırakmasıyla oluştuğunu anlamak:** Doğal süreci gerçekçi biçimde açıklamadır.

- D) Bitkilerin büyümesi için suya ihtiyaç duyduğunu bilmek: Nedensel ve doğru bilgidir.
- E) Rüzgarın ağaçları sallamasını doğal bir olay olarak görmek: Doğal süreçleri doğru kabul etmektir.

Cevap: A

15. Soruda Elif'in bilyelerin sayısını değerlendirirken yalnızca sıranın uzunluğuna bakması ve eşit sayıda olduklarını dikkate almaması, çocuğun tek bir özelliğe odaklanarak karar verdiğini gösterir. Bu durum **odaklanmadır**. **Odaklanma**, çocuğun bir durumun yalnızca **tek bir dikkat çekici özelliğine yoğunlaşıp diğer özellikleri göz ardı etmesidir**. Bu nedenle işlem öncesi dönemde çocuklar, miktar değişmese bile görünüşe göre değerlendirme yaparlar. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Tersine çevirebilme**: Yapılan bir işlemi zihinde geri döndürebilme ve başlangıç durumuna ulaşabilmedir.
- C) **Benmerkezcilik**: Çocuğun yalnızca kendi bakış açısını merkeze alması ve başkalarının bakış açısını dikkate alamamasıdır.
- D) **Korunum kazanımı**: Bir nesnenin **şekli, düzeni veya görünümü değişse bile miktarının (sayı, uzunluk, alan, hacim, ağırlık)** aynı kaldığını anlayabilmedir.
- E) **Sınıflama becerisi**: Nesneleri ortak özelliklerine göre gruplama ve kategorilere ayırabilme becerisidir.

Cevap: B

1. Soruda Cansu'nun **gökyüzünün kapalı olması ile yorgun hissetmesi arasında doğrudan bir ilişki kurması**, iki ayrı durumu **mantıksal bir nedensellik olmadan bağlaması** söz konusudur. Çocuk burada genel bir kuraldan hareket etmez; yalnızca iki özel durumu birbirine bağlayarak açıklama yapar. Bu durum **özelden özele akıl yürütme**dir. **Özelden özele akıl yürütme**, çocukların iki somut olayı **mantıksal bağ kurmadan ilişkilendirmesidir**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Benmerkezcilik**: Çocuğun yalnızca kendi bakış açısını merkeze alması ve başkalarının bakış açısını dikkate alamamasıdır.
- C) **Tümevarımsal düşünme**: Tek tek örneklerden genel kurallara ulaşabilme biçimidir.
- D) **Somut işlemsellik**: Çocuğun somut olaylar arasında mantıklı neden-sonuç ilişkileri kurabilmesidir.
- E) **Tersine çevirebilme**: Bir işlemi zihinde geri döndürebilme ve başlangıç durumuna ulaşabilmedir.

Cevap: B

2. Soruda çocuğun **önce mevcut bilgilerini kullanması**, ardından **yeni bilgiye göre zihinsel yapısını değiştirmesi** ve sonunda **yeni bir denge kurması** anlatılmaktadır. Bu süreç sırasıyla **özümseme → uyma → denge** şeklinde ilerler. **Özümseme**, yeni bilgiyi mevcut şemalara katmadır; **uyma**, mevcut şemaların yeni bilgiye göre değiştirilmesidir; **denge** ise bu iki sürecin sonunda bilişsel dengenin yeniden sağlanmasıdır.

Cevap: C

3. Somut işlemler dönemindeki çocuklar (7–11 yaş) **korunum kazanımı, mantıksal düşünme, sınıflama ve sıralama yapabilme** gibi becerilere sahiptir; ancak düşünceleri **somut nesne ve deneyimlere bağlıdır**, soyut kavramları işlemekte zorlanırlar. Bu nedenle öğretimde **gözlenebilir, deneyimlenebilir ve somut materyallerle yapılan etkinlikler** tercih edilmelidir. Soruda verilen seçenekler içinde bu özelliklere en uygun olan, öğrencilerin doğrudan **ölçme ve karşılaştırma yapabilecekleri somut bir deneyimdir**. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Deneme yazdırma (özgürlük)**: Soyut kavram gerektirir.
- B) **Soyut terimlerle anlatım**: Somut işlem düzeyine uygun değildir.
- D) **Toplum kavramı tartışması**: Soyut ve genelleyci düşünme gerektirir.
- E) **Vicdan üzerine yorum**: Soyut ve içsel kavramdır.

Cevap: C

4. Soruda öğrencilerin **somut dağılıma (eşitlik) odaklanıp adaletin bağlamsal ve soyut boyutunu kavrayamaması**, düşüncelerinin hâlâ **somutla sınırlı olduğunu** gösterir. Yani öğrenciler, soyut kavramları farklı durumlara göre esnetip değerlendirecek bilişsel düzeye henüz ulaşmamıştır. Bu durum, onların **soyut işlemler dönemine geçmediklerini** gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Üst düzey akıl yürütme**: Soyut ve esnek düşünmeyi içerir.
- C) **Duygusal tepki verme**: Ahlaki akıl yürütmeden ziyade duygusal reaksiyonla ilgilidir.
- D) **Genelleme yapabilme**: Deneyimlerden genel sonuçlara ulaşabilme becerisidir.
- E) **Denge kurma**: Özümseme ve uyma süreçleriyle bilişsel dengeyi sağlamadır.

Cevap: B

5. Soruda Baran'ın **parkta büyük ve dikkat çekici olan kaydırak ve salıncağı anlatması**, buna karşılık **küçük ve daha az dikkat çeken çiçekler ile kuşları göz ardı etmesi**, çocuğun yalnızca dikkatini çeken belirli özelliklere yoğunlaştığını gösterir. Bu durum **odaklanmadır**. **Odaklanma**, çocuğun bir durumun yalnızca **dikkat çekici tek yönüne yoğunlaşıp diğer özellikleri ihmal etmesidir**. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Tersine çevirebilme**: Bir işlemi zihinde geri döndürebilme becerisidir.

- B) **Korunum kazanımı:** Bir nesnenin **şekli değişse bile miktarının (sayı, uzunluk, alan, hacim, ağırlık)** aynı kaldığını anlayabilir.
- C) **Benmerkezcilik:** Çocuğun yalnızca kendi bakış açısını merkeze almasıdır.
- D) **Özelden özele akıl yürütme:** İki özel durumu mantıksal bağ kurmadan ilişkilendirir.

Cevap: E

6. Esra'nın **havlamayan bir köpeği "iyi kalpli", havlayan bir köpeği "kötü kalpli" olarak değerlendirmesi**, iki ayrı durumu **genel ve mantıklı bir kural oluşturmadan doğrudan birbirine bağlamasıdır**. Çocuk burada bilimsel ya da mantıksal bir genelleme yapmaz; yalnızca iki somut olayı ilişkilendirerek sonuç çıkarır. Bu durum **özelden özele akıl yürütmedir**. **Özelden özele akıl yürütme**, çocukların iki özel durumu **mantıksal bağ kurmadan ilişkilendirmesidir**. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Tersine çevireme:** Bir işlemi zihinde geri döndürebilme becerisinin olmamasıdır.
- C) **Benmerkezcilik:** Çocuğun yalnızca kendi bakış açısını merkeze almasıdır.
- D) **Odaktan uzaklaşma:** Birden fazla özelliği aynı anda dikkate alabilme becerisidir.
- E) **Canlandırmacılık:** Cansız varlıklara canlı özellikler yükleme eğilimidir.

Cevap: A

7. Ayşe'nin **farklı bahçelerde gördüğü kırmızı elmalar**dan yola çıkarak **"tüm elmalar kırmızıdır"** sonucuna ulaşması, tek tek gözlemlerden genel bir sonuca gitmesidir. Bu durum **tümevarımsal akıl yürütmedir**. Ayrıca bu çıkarım **somut gözlemlere dayanarak** yapılmaktadır; yani düşünme somut verilerle sınırlıdır. Bu özellikler **somut işlemler dönemine** aittir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **İşlem öncesi dönem - Özelden özele akıl yürütme:** İki özel durumu mantıksal bağ kurmadan ilişkilendirir.

- C) **Duyusal motor dönem - Nesne sürekliliği:** Nesnenin görünmese de var olduğunu anlamaz.
- D) **Soyut işlemler dönemi - Tümdengelimsel akıl yürütme:** Genelden özele, soyut kurallardan özel durumlara ulaşmaz.
- E) **İşlem öncesi dönem - Sezgisel düşünce:** Mantıksal temele dayanmayan, sezgiye dayalı düşünmedir.

Cevap: B

8. Zeynep'in **misketlerin dizilişi değişmesine rağmen sayının aynı kaldığını söylemesi**, çocuğun yalnızca tek bir özelliğe değil birden fazla özelliğe (hem sayı hem diziliş) dikkat edebildiğini gösterir. Yani artık yalnızca "uzunluk" gibi dikkat çekici bir özelliğe takılı kalmayıp diğer boyutu da hesaba katmaktadır. Bu durum **odaktan uzaklaşmadır**. **Odaktan uzaklaşma**, çocuğun birden fazla özelliği aynı anda dikkate alabilmesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Yapaycılık:** Doğa olaylarını insan etkisiyle açıklamadır.
- B) **Animizm:** Cansız varlıklara canlı özellikler yüklemektir.
- C) **Tersine çevirmeme:** Yapılan işlemi zihinde geri döndürememe durumudur.
- E) **Tümdengelimsel akıl yürütme:** Genelden özele doğru mantıksal çıkarım yapabilir.

Cevap: D

9. Alp'in **oyun hamurunun şekli değişmesine rağmen miktarın aynı kaldığını söylemesi**, çocuğun **şekil değişse bile maddenin miktarının değişmediğini kavradığını** gösterir. Bu durum **madde korunumdur**. **Madde korunumu**, bir maddenin **biçimi değişse bile miktarının değişmediğini** anlayabilir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Tersine çevireme:** Yapılan işlemi zihinde geri döndürememe durumudur.
- B) **Nesne sürekliliği:** Nesnenin görünmese de varlığını sürdürdüğünü anlayabilir.

- D) **Alan korunumu:** Yüzey alanı değişse bile miktarın aynı kaldığını kavramadır.
- E) **Benmerkezcilik:** Çocuğun yalnızca kendi bakış açısını merkeze almasıdır.

Cevap: C

10. Ezgi'nin **blokları birleştirdikten sonra yeniden eski hâline ayırabilmesi**, yaptığı işlemi zihinde **geri alabilmesini** ve başlangıç durumunu yeniden kurabilmesini gösterir. Bu durum **tersine çevirebilirliktir**. **Tersine çevirebilirlik**, yapılan bir işlemi zihinde **geri döndürebilme ve başlangıç durumuna ulaşabilmedir**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Odaklanma:** Tek bir özelliğe dikkat edip diğerlerini göz ardı etmedir.
- C) **Üst düzey sınıflandırma:** Nesneleri hiyerarşik biçimde gruplandırabilme becerisidir.
- D) **Özelden özele akıl yürütme:** İki özel durumu mantıksal bağ kurmadan ilişkilendirmedir.
- E) **Tümevarımsal akıl yürütme:** Tek tek gözlemlerden genel sonuca ulaşmadır.

Cevap: B

11. Murat'ın **kâğıdın parçalanıp dağınık hâle getirilmesine rağmen aynı yer kapladığını söylemesi**, şekil ve düzen değişse bile yüzeyin kapladığı alanın değişmediğini kavradığını gösterir. Bu durum **alan korunumudur**. **Alan korunumu**, bir nesnenin **düzeni ya da şekli değişse bile kapladığı alanın aynı kaldığını anlayabilmedir**. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Madde korunumu:** Maddenin şekli değişse bile miktarının değişmediğini kavramadır.
- C) **Sayı korunumu:** Nesnelerin dizilişi değişse bile sayının aynı kaldığını anlayabilmedir.
- D) **Hacim korunumu:** Sıvıların veya nesnelerin farklı kaplarda da aynı hacme sahip olduğunu kavramadır.
- E) **Uzunluk korunumu:** Nesnelerin dizilişi değişse bile uzunluklarının aynı kaldığını anlayabilmedir.

Cevap: A

12. Zeynep'in **"eğer insanlar elektrikli araçlara geçseydi..." şeklinde varsayımsal bir durum kurup bunun olası sonuçlarını değerlendirmesi**, gerçek olmayan bir durumu zihinde canlandırarak olasılıklar üzerinden akıl yürüttüğünü gösterir. Bu durum **hipotetik düşüncedir**. **Hipotetik düşünce**, bireyin **varsayımlar kurarak "eğer-ise" ilişkileri üzerinden olası sonuçları değerlendirebilmesidir**. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Korunum:** Bir nesnenin şekli değişse bile miktarının aynı kaldığını anlayabilmedir.
- B) **Tersine çevirebilirlik:** Yapılan bir işlemi zihinde geri döndürebilme becerisidir.
- C) **Özelden özele akıl yürütme:** İki özel durumu mantıksal bağ kurmadan ilişkilendirmedir.
- D) **Odaktan uzaklaşma:** Birden fazla özelliği aynı anda dikkate alabilme becerisidir.

Cevap: E

13. Burak'ın **genel bir bilgiden** ("tüm memeliler doğurarak çoğalır") hareketle **özel bir duruma** ("kaplan da doğurarak çoğalır") ulaşması, genelden özele doğru mantıklı çıkarım yapmasıdır. Bu durum **tümdengelimsel düşüncedir**. **Tümdengelimsel düşünce**, bireyin genel bir kuraldan yola çıkarak özel bir sonuca ulaşabilmesidir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Tümevarımsal düşünce:** Tek tek gözlemlerden genel sonuca ulaşmadır.
- B) **Korunum:** Bir nesnenin şekli değişse bile miktarının aynı kaldığını anlayabilmedir.
- D) **Özelden özele akıl yürütme:** İki özel durumu mantıksal bağ kurmadan ilişkilendirmedir.
- E) **Odaklanma:** Tek bir özelliğe dikkat edip diğerlerini göz ardı etmedir.

Cevap: C

14. Eda'nın küçük bir leke nedeniyle herkesin kendisine baktığını ve onu yargıladığını düşünmesi, başkalarının sürekli kendisini izlediğine inanmasıdır. Bu durum ergenlik dönemine özgü **hayali seyirci** düşüncesini yansıtır ve bu da **ergen benmerkezciliği**dir. **Ergen benmerkezciliği**, bireyin herkesin kendisine odaklandığını ve kendisini değerlendirdiğini düşünmesidir. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) **Hipotetik düşünce:** Varsayımlar kurarak "eğer-ise" şeklinde akıl yürütmedir.
- B) **Tümdengimsel düşünce:** Genelden özele doğru mantıklı çıkarım yapmadır.
- C) **Tersine çevirebilirlik:** Bir işlemi zihinde geri döndürebilme becerisidir.
- E) **Somut işlemler:** Düşünmenin somut nesnelere bağlı olduğu gelişim dönemidir.

Cevap: D

15. Arif'in "Bana bir şey olmaz, ben farklıyım" düşüncesi, kendisini diğer insanlardan ayrı, **eşsiz ve incitilemez** görmesiyle ilgilidir. Bu durum ergenlikte görülen, bireyin kendisini özel ve zarar görmez olarak algılamasıdır. Bu bilişsel çarpıtma **kişisel efsanedir**. **Kişisel efsane**, bireyin kendisinin özel, benzersiz ve olumsuz durumlardan etkilenmeyeceğine inanmasıdır. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Hayali seyirci:** Başkalarının sürekli kendisini izlediğini düşünmedir.
- B) **Hipotetik düşünce:** Varsayımlar üzerinden "eğer-ise" şeklinde akıl yürütmedir.
- C) **Tümdengimsel düşünce:** Genelden özele doğru mantıklı çıkarım yapmadır.
- D) **Soyut düşünce:** Somut olmayan kavramlar üzerinde düşünebilme becerisidir.

Cevap: E

1. Damla'nın herkesin kendisini izlediğini, saçına bakacağını ve onunla alay edeceğini düşünmesi, ergenlik döneminde bireyin **sürekli başkalarının dikkat odağında olduğunu varsayması**, yani **hayali seyirci** kavramını ifade eder. Bu kavram, ergenlikte görülen **benmerkezci düşünce biçiminin bir yansımasıdır. Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Kişisel efsane: Bireyin kendisini özel, eşsiz ve başına kötü bir şey gelmeyeceğine inanmasıdır.

C) Hipotetik düşünce: Olasılıklar üzerinden "eğer-ise" ilişkisi kurarak akıl yürütmedir.

D) Tümevarımsal düşünce: Tekil gözlemlerden genel sonuçlara ulaşmadır.

E) Özelden özele akıl yürütme: İki özel durum arasında mantıksal bağ kurmadan ilişki kurmadır.

Cevap: A

2. Öğretmenin başlangıçta öğrencilere adım adım rehberlik etmesi, ardından grup içinde destekli çözüm fırsatı sunması ve en sonunda bireysel çözüme yönlendirmesi, öğrenmenin **sosyal destekten bağımsız performansa doğru ilerlemesi**, yani **yakınsal gelişim alanı içinde kazanılan becerilerin içselleştirilmesi** sürecini ifade eder. Bu süreçte öğrenci önce dış yardımla yapabildiğini zamanla tek başına yapabilir hâle gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Güdülenme düzeylerini artırmalarını: Bireyin öğrenmeye yönelik isteklilik ve enerji düzeyinin artırılmasıdır.

B) Yaparak-yaşayarak öğrenmelerini: Deneyim ve etkin katılım yoluyla öğrenmenin gerçekleşmesidir.

C) Zihinsel araçlarla otomatikleşme kazanmalarını: Bilişsel süreçlerin tekrar yoluyla hızlı ve çaba gerektirmeden yapılar hâle gelmesidir.

E) Davranışlarını ödül ve ceza ile şekillendirmelerini: Davranışların pekiştirme ve cezalar yoluyla değiştirilmesidir.

Cevap: D

3. Öğretmenin öğrencilerle birlikte adım adım ilerlemesi ve öğrenciler beceri kazandıkça verdiği desteği kademeli olarak azaltması, öğrenme sürecinde sunulan **geçici rehberlik ve desteklerin zamanla geri çekilmesi**, yani **yapı iskelesi** kavramını ifade eder. Bu yaklaşım, çocuğun yakınsal gelişim alanını destekleyen araçlar yoluyla bağımsızlaşmasını sağlamayı amaçlar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Yakınsak gelişim alanı: Bireyin tek başına yapabildiği ile destekle yapabildiği arasındaki potansiyel farktır.

B) Radikal yapılandırılmış öğretim: Öğretmenin tamamen yapılandırılmış ve öğretmen kontrolünde ilerlediği yaklaşımdır.

C) Sokratik tartışma: Sorular yoluyla bireyin düşünmesini ve farkındalık kazanmasını sağlamaya dayalı yöntemdir.

E) Edimsel koşullanma: Davranışların pekiştirme ve cezalar yoluyla şekillendirilmesidir.

Cevap: D

4. Öğretmenin öğrencilerin kullandığı dili, yerel deyimleri ve günlük yaşam deneyimlerini dikkate alması; ayrıca yöresel araç-gereçlerle örnekler vermesi, öğrenmenin **kültürel bağlam içinde şekillendiğini** vurgular. Vygotsky'ye göre bilişsel gelişim, bireyin içinde bulunduğu **kültür tarafından yönlendirilir** ve öğrenme bu sosyal-kültürel etkileşimler üzerinden gerçekleşir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Öğrenme, soyut düzeyde gerçekleşir: Öğrenmenin somut ve sosyal bağlamdan bağımsız olduğunu savunur.

B) Tüm öğrenciler aynı öğrenme sürecinden geçer: Bireysel ve kültürel farklılıkları göz ardı eder.

D) Öğrenme yalnızca bireysel çabayla mümkündür: Sosyal etkileşimi dışlayan bir yaklaşımdır.

E) Dil, düşünceden bağımsız gelişir: Dil ile düşünce arasında ilişki olmadığını savunur.

Cevap: C

5. Öğretmenin öğrencilerin mevcut düşünce yapılarıyla çelişen bir durum sunarak zihinsel karmaşa oluşturması, bireyin dengesinin bozulmasına ve yeni bir denge kurma ihtiyacına yol açar. Piaget'ye göre bu süreç, bilişsel gelişimin temelini oluşturan **bilişsel dengeleme (denge kurma)** ilkesidir; birey dengesizlikten yeniden dengeye ulaşmak için düşünme yapısını yeniden düzenler. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Uyum sağlama (adaptasyon):** Bireyin çevreye uyum sağlamak için özümseme ve uyumsama süreçlerini birlikte kullanmasıdır.
- C) **Özümseme (asimilasyon):** Yeni bilgilerin mevcut şemalara katılmasıdır.
- D) **Öz-düzenleme:** Bireyin kendi öğrenme sürecini planlama ve kontrol etmesidir.
- E) **Taklit yoluyla öğrenme:** Başkalarının davranışlarını gözlemleyerek öğrenmedir.

Cevap: B

6. Çocukların oyun hamurunun şekli değiştiğinde miktarının da değiştiğini düşünmeleri, **korunum kavramının kazanılmadığını** gösterir. **Korunum**, bir nesnenin miktar, hacim ya da sayısının, şekli veya görünümü değişse bile aynı kaldığını anlayabilme becerisidir. Bu beceri henüz gelişmediği için çocuklar görünüşe göre karar verir. Korunum kavramı **somut işlemler döneminde** kazanılır; dolayısıyla bu örnek, görünüşe bağlı düşünmenin baskın olduğu ve mantıksal işlemlerin henüz gelişmediği **işlem öncesi dönemin** tipik özelliğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Somut işlemler dönemi:** Korunum kavramının kazanıldığı ve mantıksal işlemlerin geliştiği dönemdir.
- C) **Duyusal motor dönem:** Düşünmenin duysal ve motor etkinliklere dayandığı ilk dönemdir.
- D) **Soyut işlemler dönemi:** Soyut ve varsayımsal düşünmenin geliştiği dönemdir.
- E) **Ahlaki gelişim dönemi:** Ahlaki yargıların gelişimine odaklanan bir süreçtir.

Cevap: A

7. Öğrencilerin toplama işlemini parmaklarıyla sayarak, yani **somut materyallerle** gerçekleştirmeleri, düşünmenin hâlâ somut nesne ve eylemlere dayandığını gösterir. Piaget'ye göre bu özellik, mantıksal işlemlerin geliştiği ancak **soyut düşünmenin henüz tam gelişmediği somut işlemler dönemine** aittir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Özümseme (asimilasyon):** Yeni bilgilerin mevcut şemalara katılmasıdır.
- B) **Soyut işlemler dönemi:** Soyut ve varsayımsal düşünmenin geliştiği dönemdir.
- C) **Duyu-motor dönem:** Düşünmenin duysal ve motor etkinliklere dayandığı ilk dönemdir.
- E) **İşlem öncesi evre:** Mantıksal işlemlerin henüz gelişmediği, sezgisel düşünmenin baskın olduğu dönemdir.

Cevap: D

8. Öğrencilerin “yerçekimi yok olursa ne olur?” gibi **varsayımsal ve soyut bir durumu hayal etmekte zorlanmaları**, henüz soyut işlemler düzeyine ulaşmadıklarını ve düşünmelerinin somut yaşantılara bağlı olduğunu gösterir. Bu nedenle öğretmenin, öğrenmeyi öğrencilerin anlayabileceği düzeye indirerek **somut yaşantılarla desteklemesi** en uygun yaklaşımdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bilgiyi kavramsal haritalarla somutlaştırmak:** Kavramlar arası ilişkileri şematik olarak göstermeye dayalı bir tekniktir.
- B) **Soyut kavramlar üzerinden tartışmalar yürütmek:** Varsayımsal ve soyut düşünmeyi gerektiren bir yaklaşımdır.
- C) **Deneme-yanılma ile öğrenme ortamı sağlamak:** Davranışın tekrarlar yoluyla öğrenilmesine dayalıdır.
- D) **Hipotetik düşünmeyi destekleyici felsefi metinleri kullanmak:** Soyut ve varsayımsal düşünmeyi geliştirmeye yöneliktir.

Cevap: E

9. Öğretmenin “adalet nedir?”, “adaletle eşitlik aynı şey midir?” gibi **soyut ve kavramsal** sorularla öğrencileri tartışmaya yönlendirmesi, bireylerin varsayımsal, kavramsal ve çok boyutlu düşünebildiği dönemi ifade eder. Piaget’e göre bu özellikler **soyut işlemler dönemine** aittir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Duyusal motor dönem:** Düşünmenin duysal ve motor etkinliklere dayandığı ilk dönemdir.
- B) **İşlem öncesi dönem:** Mantıksal işlemlerin henüz gelişmediği, sezgisel düşünmenin baskın olduğu dönemdir.
- C) **Somut işlemler dönemi:** Mantıksal işlemlerin geliştiği ancak somut nesnelere bağlı kaldığı dönemdir.
- E) **Sezgisel dönem:** İşlem öncesi dönemin bir alt evresi olup sezgiye dayalı düşünmenin baskın olduğu süreçtir.

Cevap: D

10. Çocukların oyuncaklarını paylaşmakta zorlanmaları ve başkalarının bakış açısını dikkate alamayıp yalnızca kendi ihtiyaçlarını merkeze almaları, Piaget’e göre **başkalarının perspektifini görememe**, yani **benmerkezcilik** kavramını ifade eder. Bu durum özellikle **işlem öncesi dönemin** temel özelliklerinden biridir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Nesne sürekliliği:** Nesnelerin görünmese bile varlığını sürdürdüğünü anlama becerisidir.
- B) **Ertelenmiş taklit:** Daha önce gözlenen bir davranışın zaman geçtikten sonra tekrar edilmesidir.
- C) **Öz düzenleme:** Bireyin kendi davranışlarını kontrol etme ve düzenleme becerisidir.
- D) **Özelden özele akıl yürütme:** İki özel durum arasında mantıksal bağ kurmadan ilişki kurmadır.

Cevap: E

11. Çocukların yalnızca bardağın yüksekliğine bakarak karar vermeleri, miktarın şekil ve görünüm değişse bile aynı kaldığını anlayamadıklarını gösterir. Bu durum **korunum kavramının gelişmediğini** ifade eder. Öğretmenin geliştirmesi gereken temel beceri, sıvı miktarının kap değişse bile sabit kaldığını kavratmak, yani **korunumdur**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Tersine çevrilebilirlik:** Yapılan bir işlemin zihinde tersinin düşünülebilmesidir.
- B) **Soyutlama:** Somut deneyimlerden genel ve soyut kavramlara ulaşma becerisidir.
- C) **Nesne sürekliliği:** Nesnelerin görünmese bile varlığını sürdürdüğünü anlama becerisidir.
- E) **Hipotetik düşünce:** Olasılıklar üzerinden “eğer-ise” şeklinde akıl yürütmedir.

Cevap: D

12. Ayşe’nin daha önce yaşadığı olumsuz köpek deneyimine dayanarak yeni karşılaştığı köpeği de aynı şekilde tehlikeli olarak değerlendirmesi, yeni bilgiyi mevcut şemalarına uydurmasıdır. Piaget’e göre bu durum **özümleme** kavramını ifade eder; birey yeni yaşantıyı değiştirmek yerine mevcut bilişsel yapısına göre yorumlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Uyumsama:** Mevcut şemaların yeni duruma göre değiştirilmesi veya yeniden düzenlenmesidir.
- C) **Benmerkezcilik:** Bireyin başkalarının bakış açısını dikkate alamamasıdır.
- D) **Psikolojik stres:** Bireyin zorlayıcı durumlara verdiği duygusal ve fizyolojik tepkidir.
- E) **Genelleme:** Benzer durumlara aynı tepkinin verilmesidir.

Cevap: B

13. Ali'nin "uçak" ve "helikopter" gibi ayrı ayrı öğrendiği kavramları ortak özellikleri doğrultusunda bir araya getirerek "uçan araçlar" şeklinde yeniden düzenlemesi, bilişsel yapıları **birleştirip sistemli hâle getirme**, yani **örgütlenme** kavramını ifade eder. Bu süreçte birey farklı şemalar arasında bağlantı kurarak daha üst düzey bir yapı oluşturur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Özelden özele akıl yürütme:** İki özel durum arasında mantıksal bağ kurmadan ilişki kurmadır.
- B) **Odaklanma:** Dikkatin tek bir özelliğe yönelip diğerlerinin göz ardı edilmesidir.
- D) **Ertelenmiş taklit:** Daha önce gözlenen bir davranışın zaman sonra tekrar edilmesidir.
- E) **Sezgisel düşünce:** Mantıksal temele dayanmayan, sezgiye bağlı düşünmedir.

Cevap: C

14. Arzu Öğretmen'in öğrencileri küçük gruplar hâlinde çalıştırması, daha bilgili öğrencilerin diğerlerine yardım etmesini sağlaması ve gerektiğinde ipuçlarıyla rehberlik etmesi, öğrenmenin **sosyal etkileşim ve iş birliği yoluyla gerçekleştiğini** vurgular. Vygotsky'ye göre bilişsel gelişimde **akran iş birliği ve daha bilgili bireyin rehberliği** merkezi bir rol oynar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Öğrencinin bireysel keşfine ve kendi hızında ilerlemesine öncelik verilmesi:** Bireysel öğrenmeye vurgu yapan bir yaklaşımdır.
- C) **Öğretim materyallerinin soyut düşünmeyi teşvik edecek şekilde yapılandırılması:** Soyut düşünme becerilerini geliştirmeye odaklanır.
- D) **Çocuğun hazırbulunuşluk düzeyine ve gelişimsel aşamasına uygun materyallerin sunulması:** Gelişim düzeyine uygunluk ilkesine dayanır.
- E) **Öğretmenin dersi sadece bilgi aktaran bir otorite olarak tek yönlü yürütmesi:** Öğretmen merkezli, pasif öğrenmeye dayalı yaklaşımdır.

Cevap: B

15. Vygotsky'ye göre bilişsel gelişim, bireyin tek başına keşifleriyle değil; **sosyal etkileşim, kültür ve dil aracılığıyla** şekillenir. Öğrenme, gelişimi tetikler ve yönlendirir. Bu nedenle bilişsel gelişimin kendiliğinden ve öğrenmeden bağımsız gerçekleştiğini savunan ifade Vygotsky'nin görüşlerine aykırıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel gelişim büyük ölçüde sosyal etkileşimler ve kültürel bağlam tarafından şekillenir:** Vygotsky'nin görüşüyle uyumludur.
- B) **Yakınsak gelişim alanı:** Bireyin tek başına yapabildiği ile destekle yapabildiği arasındaki potansiyel farktır ve Vygotsky'nin görüşüyle uyumludur.
- C) **Dilin rolü:** Öğrenme sürecinde bireye verilen destek, yönlendirme ve rehberlik **dil aracılığıyla gerçekleşir**; bu yönüyle Vygotsky'nin görüşüyle uyumludur.
- D) **Öğrenme gelişimi önceler:** Öğrenmenin gelişimi yönlendirdiği anlayışı Vygotsky'nin görüşüyle uyumludur.

Cevap: E

1. Pelin'in atom ve molekülleri formüller ve semboller aracılığıyla anlaması, bilgiyi soyut semboller üzerinden temsil ettiğini gösterir. Bruner'e göre bu durum, dil ve sembollerin kullanıldığı, yaklaşık 7 yaş ve sonrasında görülen sembolik evreye karşılık gelir; bu evrede birey somut nesnelere ihtiyaç duymadan zihinsel işlemler yapabilir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Eylemsel:** Bilginin hareket ve eylemler yoluyla temsil edilmesidir.
- B) **İmgesel:** Bilginin zihinsel imgeler ve görseller aracılığıyla temsil edilmesidir.
- D) **Şema:** Bilgiyi organize eden bilişsel yapılarıdır.
- E) **Asimilasyon:** Yeni bilgilerin mevcut şemalara katılmasıdır.

Cevap: C

2. Ceren'in hayvanları öğrenirken görselleri incelemesi ve daha sonra bu bilgileri **zihninde canlandırdığı imgeler üzerinden hatırlaması**, bilginin **görsel imgeler yoluyla temsil edildiğini** gösterir. Bruner'e göre bu durum, özellikle **3-6 yaş aralığında baskın olan imgesel evreye** karşılık gelir; birey bilgiyi resimler ve zihinsel görüntüler aracılığıyla işler. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Eylemsel:** Bilginin hareket ve eylemler yoluyla temsil edilmesidir.
- C) **Sembolik:** Bilginin dil, kavram ve semboller aracılığıyla temsil edilmesidir.
- D) **Benmerkezcilik:** Bireyin başkalarının bakış açısını dikkate alamamasıdır.
- E) **Asimilasyon:** Yeni bilgilerin mevcut şemalara katılmasıdır.

Cevap: B

3. Efe'nin "karıştırma" davranışını **fiziksel olarak yaparak ve taklit ederek öğrenmesi**, bilginin hareket ve eylemler yoluyla temsil edildiğini gösterir. Bruner'e göre bu durum, özellikle **0-3 yaş aralığında görülen eylemsel evreye** karşılık gelir; birey bilgiyi doğrudan davranışları üzerinden öğrenir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **İmgesel:** Bilginin zihinsel imgeler ve görseller aracılığıyla temsil edilmesidir.
- C) **Sembolik:** Bilginin dil ve semboller aracılığıyla temsil edilmesidir.
- D) **Nesne sürekliliği:** Nesnelerin görünmese bile varlığını sürdürdüğünü anlama becerisidir.
- E) **Yapaycılık:** Doğadaki olayların insan eliyle yapılmış gibi algılanmasıdır.

Cevap: A

4. Tolga'nın kuralların insanlar tarafından konulduğunu, oyunun adil olması için gerektiğinde değiştirilebileceğini ifade etmesi, kuralları **esnek ve uzlaşmaya dayalı** olarak gördüğünü gösterir. Piaget'e göre bu anlayış, bireyin kuralları sorgulayabildiği ve niyetleri dikkate aldığı **ahlaki özerklik dönemine** aittir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Ahlaki gerçekçilik:** Piaget'in kuramına aittir; kuralların değişmez ve otorite tarafından konulduğu anlayıştır.
- B) **Otoriteye bağlı dönem:** Kurallara sorgulama-
dan uyulan, dış denetimin baskın olduğu dönemdir.
- D) **Saf çıkarıcı evre:** Kohlberg'in kuramına aittir; davranışların bireysel çıkar ve karşılıklılık temelinde değerlendirildiği düzeydir.
- E) **Kanun ve düzen evresi:** Kohlberg'in kuramına aittir; toplumsal düzenin korunmasına ve kurallara uyuma vurgu yapar.

Cevap: C

5. Nisan'ın çikolatayı verirken "Ben de sonra onun oyuncağıyla oynayacağım" demesi, davranışını **karşılıklılık ve çıkar ilişkisi** üzerine kurduğunu gösterir. Bu durum, bireyin "ben sana, sen bana" mantığıyla hareket ettiği **saf çıkarıcı / araçsal ilişkiler evresine** aittir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) **İtaat ve ceza yönelimi:** Davranışların cezadan kaçınma amacıyla düzenlendiği düzeydir.
- C) **Kural ve düzene bağlılık:** Toplumsal düzeni koruma ve kurallara uyma ön plandadır.
- D) **Sosyal sözleşme:** Kuralların toplum yararı için değiştirilebilir olduğu anlayışıdır.
- E) **İyi çocuk evresi:** Başkaları tarafından onaylanma ve iyi görünme isteğinin baskın olduğu düzeydir.

Cevap: B

6. Elif'in arkadaşını "Öğretmen bizi çok seviyor, böyle yaparsan üzülür" diyerek uyarması, davranışını **başkalarının onayını kazanma ve onları mutlu etme** üzerine kurduğunu gösterir. Bu durum, bireyin iyi görünmeye ve başkaları tarafından kabul edilmeye önem verdiği **iyi çocuk eğilimi** evresine karşılık gelir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) **Ceza korkusu yönelimi:** Davranışların cezadan kaçınma amacıyla düzenlendiği düzeydir.
- B) **Araçsal ilişkiler:** Davranışların karşılıklılık ve çıkar ilişkisine göre belirlendiği düzeydir.
- D) **Sosyal sözleşme:** Kuralların toplum yararı için değiştirilebilir olduğu anlayışıdır.
- E) **Evrensel ilkeler:** Evrensel etik ilkeler doğrultusunda karar verme düzeyidir.

Cevap: C

7. Elvin'in çoğunluğun beklentilerine ya da mevcut yasalara bağlı kalmak yerine, **tüm insanlığın ve gelecek nesillerin yararını gözeterek evrensel etik ilkeler doğrultusunda hareket etmesi**, ahlaki yargılarını yasaların üstünde konumlandığını gösterir. Bu durum, bireyin evrensel değerler temelinde karar verdiği **gelenek sonrası düzey - evrensel ahlaki ilkeler eğilimine** karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) **Gelenek öncesi düzey - İtaat ve ceza eğilimi:** Davranışların cezadan kaçınma amacıyla belirlendiği düzeydir.
- C) **Geleneksel düzey - İyi çocuk eğilimi:** Başkaları tarafından onaylanma ve iyi görünme isteğinin baskın olduğu düzeydir.
- D) **Gelenek öncesi düzey - Saf çıkarıcılık eğilimi:** Davranışların bireysel çıkar ve karşılıklılık temelinde değerlendirildiği düzeydir.
- E) **Geleneksel düzey - Kanun ve düzen eğilimi:** Kurallara ve yasalara uyumun ön planda olduğu düzeydir.

Cevap: B

8. Burak'ın "Kurallar herkesin güvenliği için var, uymak zorundayız" demesi, kurallara **toplumsal düzeni koruma ve güvenliği sağlama amacıyla bağlılık** gösterdiğini ifade eder. Bu durum, bireyin yasaları ve kuralları sürdürülmesi gereken bir sistem olarak gördüğü **kanun ve düzene uyum evresine** karşılık gelir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **İyi çocuk evresi:** Başkaları tarafından onaylanma ve iyi görünme isteğinin baskın olduğu düzeydir.
- B) **Araçsal ilişkiler:** Davranışların karşılıklılık ve çıkar ilişkisine göre belirlendiği düzeydir.
- C) **Ceza ve itaat:** Davranışların cezadan kaçınma amacıyla düzenlendiği düzeydir.
- D) **İyi çocuk eğilimi:** Sosyal onay ve kabul görmeye dayalı davranışların ön planda olduğu düzeydir.

Cevap: E

9. Zeynep'in bir kuralı sorgulayıp "artık adil değil, herkesin görüşünü alıp yeniden düzenlemeliyiz" demesi, kuralları **değişmez değil, toplum yararı için yeniden düzenlenebilir** olarak gördüğünü gösterir. Bu durum, bireyin yasaları toplumsal uzlaşma ve adalet çerçevesinde değerlendirdiği **toplumsal sözleşme evresine** karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kanun ve düzene uyum:** Kurallara ve yasalara bağlılığın ön planda olduğu düzeydir.
- C) **İtaat ve ceza:** Davranışların cezadan kaçınma amacıyla düzenlendiği düzeydir.
- D) **İyi çocuk eğilimi:** Başkaları tarafından onaylanma ve iyi görünme isteğinin baskın olduğu düzeydir.
- E) **Evrensel ilkelere bağlılık:** Evrensel etik ilkeler doğrultusunda karar verme düzeyidir.

Cevap: B

10. Deniz'in "Doğru olanı savunmak gerek, adalet her şeyden önce gelir" diyerek hareket etmesi, davranışlarını **evrensel etik ilkelere (adalet, doğruluk)** dayandığını gösterir. Bu durum, bireyin yasaların ve sosyal beklentilerin ötesinde, evrensel değerlere göre karar verdiği **evrensel ahlaki ilkeler evresine** karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Toplumsal sözleşme:** Kuralların toplum yararı için değiştirilebilir olduğu anlayışıdır.
- B) **İyi çocuk eğilimi:** Başkaları tarafından onaylanma ve iyi görünme isteğinin baskın olduğu düzeydir.
- C) **Kural ve düzene uyum:** Toplumsal düzeni koruma ve kurallara uyma ön plandadır.
- E) **Ceza korkusu yönelimi:** Davranışların cezadan kaçınma amacıyla düzenlendiği düzeydir.

Cevap: D

11. Ece'nin kalemi almak üzereyken öğretmenin kendisine baktığını fark edip davranışını değiştirmesi, davranışlarının **dış denetim ve otoriteye bağlı olarak şekillendiğini** gösterir. Piaget'ye göre bu durum, kuralların değişmez ve otoriteye bağlı olarak algılandığı **ahlaki gerçekçilik** dönemine aittir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Ahlaki özerklik:** Kuralların esnek ve değiştirilebilir olarak görüldüğü dönemdir.
- C) **Gelenek sonrası:** Sosyal anlaşmalar ve evrensel değerlere dayalı ahlaki değerlendirmelerin yapıldığı düzeydir.
- D) **İyi çocuk eğilimi:** Başkaları tarafından onaylanma isteğinin baskın olduğu düzeydir.
- E) **Sosyal anlaşma:** Kuralların toplumsal uzlaşma ile belirlendiği anlayıştır.

Cevap: B

12. Baran'ın kardeşine vurmaya düşünmesine rağmen annesinin kızacağını düşünüp vazgeçmesi, davranışını **cezadan kaçınma** temelinde düzenlediğini gösterir. Bu durum, bireyin doğru-yanlış kararlarını olası cezaya göre belirlediği **itaat ve ceza yönelimi** evresine karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **İyi çocuk eğilimi:** Başkaları tarafından onaylanma ve iyi görünme isteğinin baskın olduğu düzeydir.
- C) **Evrensel etik ilkelere bağlılık:** Evrensel değerler doğrultusunda karar verme düzeyidir.
- D) **Toplumsal sözleşme:** Kuralların toplum yararı için değiştirilebilir olduğu anlayışıdır.
- E) **Kanun ve düzen:** Toplumsal düzeni koruma ve kurallara uyma ön plandadır.

Cevap: A

13. Öğretmenin yüksek not alanları ödüllendirmesi ve düşük not alanları diğerlerinin önünde örnek göstermesi, öğrencilerin davranışlarını **ödül ve ceza gibi dışsal motivasyonlara göre düzenlemesi-ne** yol açar. Bu durum, ahlaki davranışın içselleştirilmesini değil, dış denetime bağlı kalmasını sağlar; dolayısıyla ahlaki gelişimi desteklemek yerine zayıflatır.

Cevap: C

14. Annenin “Eğer vermezsen seni sevmem” demesi, sevgiyi davranışa bağlayan **koşullu sevgi** ifadesidir. Bu yaklaşım, çocuğun davranışını içselleştirmesini değil, sevgiyi kaybetme korkusuyla hareket etmesine neden olur ve sağlıklı ahlaki gelişimi olumsuz etkileyebilir.

Cevap: D

15. Babanın davranışı, çocuğun izinsiz eşya almasını önemsemeyip yalnızca yalan söylememeye vurgu yapması nedeniyle, **mülkiyet hakkı ve sorumluluk bilincini göz ardı etmektedir**. Bu durum, çocuğun doğru-yanlış ayrımını sağlıklı şekilde geliştirmesini engelleyebilir ve ahlaki gelişimi olumsuz etkileyebilir.

Cevap: B

1. Yeliz, başkasının topuna bilerek vurup onu uzağa gönderdikten sonra, annesinin kaşlarını çatmasıyla birlikte davranışını hemen değiştirmiş, topu geri getirip özür dilemiştir. Bu durumda davranışın düzeltilmesinin temel nedeni, yaptığı eylemin başkasına zarar verdiğini içselleştirmesi değil; **otoritenin olumsuz tepkisini fark edip bundan kaçınma isteğidir**. Yani davranış, ahlaki ilkelere göre değil, **ceza ya da olumsuz sonuçtan kaçınmaya göre düzenlenmektedir**. Bu özellik, Kohlberg'in ahlak gelişim kuramı kapsamında gelenek öncesi düzeyin itaat ve ceza eğilimine karşılık gelir.

A) İyi çocuk eğilimi: Davranışın temelinde başkaları tarafından beğenilme ve onaylanma isteği vardır; burada ise amaç sosyal onay değil, olumsuz tepkiden kaçınmadır.

C) Sosyal sözleşme eğilimi: Kurallar bireysel haklar ve toplumsal yarar açısından değerlendirilir; Yeliz'in davranışında böyle bir ilkesel sorgulama yoktur.

D) Saf çıkarıcı eğilim: Davranış karşılıklı çıkar ve ödül beklentisine dayanır; olayda herhangi bir ödül ya da pazarlık söz konusu değildir.

E) Kanun ve düzen eğilimi: Toplumsal düzeni koruma ve kurallara bağlılık ön plandadır; burada davranış genel bir kural bilincinden değil, anlık otorite tepkisinden etkilenmiştir.

Cevap: B

2. Bülent, arkadaşına ait bir sırrı saklaması gerektiğini bilmesine rağmen, bu bilginin başka bir kişinin hayatını tehlikeye atabileceğini fark ettiğinde kararını yeniden değerlendirmektedir. Burada Bülent'in yaptığı şey, yalnızca bir kurala ya da ilişkiye bağlı kalmak değildir; **insan yaşamını koruma değerini, sır saklama yükümlülüğünden daha üstün görerek bilinçli bir ahlaki tercih yapmasıdır**. Yani kararını belirleyen unsur, kişilerarası sadakat değil; herkes için geçerli olabilecek daha üst düzey bir ahlaki ilkedir. Bu durum, Kohlberg'in ahlak gelişim kuramı kapsamında gelenek sonrası düzeyin evrensel ahlaki ilkeler eğilimine karşılık gelir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

A) İyi çocuk eğilimi: Davranış başkaları tarafından onaylanma ve iyi görünme isteğine dayanır; burada ise karar sosyal beklentilere değil, üst düzey bir değere dayanmaktadır.

B) Sosyal sözleşme eğilimi: Kurallar toplum yararı açısından esnetilebilir; ancak bu düzeyde hâlâ toplumsal uzlaşa temeldir, evrensel ve mutlak ilkelere dayalı bir değerlendirme yoktur.

D) Kanun ve düzen eğilimi: Kurallara ve düzene bağlılık esastır; Bülent ise mevcut kuralı aşarak daha üstün bir değere göre hareket etmektedir.

E) Araçsal ilişkiler eğilimi: Davranış karşılıklı çıkar ve fayda temellidir; olayda çıkar odaklı bir değerlendirme bulunmamaktadır.

Cevap: C

3. İklim, bir yasanın doğruluğunu yalnızca var olmasıyla değil; toplumun genel yararına hizmet edip etmemesi ve bireylerin temel haklarını koruyup korumaması üzerinden değerlendirmektedir. Ayrıca yasa uygun değilse bunun demokratik yollarla değiştirilmesi gerektiğini savunmaktadır. Bu yaklaşımda kurallar mutlak kabul edilmez; **toplumsal yarar ve bireysel haklar temelinde sorgulanır ve gerektiğinde değiştirilebilir görülür**. Bu özellik, Kohlberg'in Ahlak gelişim kuramı kapsamında gelenek sonrası düzeyin sosyal sözleşme eğilimine karşılık gelir. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

A) Kanun ve düzen: Mevcut yasaların korunması ve toplumsal düzenin sürdürülmesi esastır; burada ise yasa sorgulanmakta ve değiştirilebilir görülmektedir.

B) İtaat ve ceza: Davranış cezadan kaçınmaya göre belirlenir; olayda böyle bir motivasyon bulunmamaktadır.

C) İyi çocuk: Başkalarının onayını kazanma ön plandadır; burada karar sosyal beklentilerden bağımsız, ilkesel bir değerlendirmeye dayanmaktadır.

D) Evrensel ahlaki ilkeler: Tüm kuralların üstünde, evrensel ve değişmez etik ilkeler temel alınır; burada ise vurgu toplumsal sözleşme ve ortak yarar üzerinedir.

Cevap: E

4. Taylan, davranışı "kimseye zarar vermedi" diyerek **sonuca ve bireysel duruma göre esnetilebilecek** bir bakış açısıyla değerlendirirken; Rüzgar, buna karşı çıkarak **kütüphanedeki sessizlik kuralının herkes için geçerli olduğunu ve uyulmazsa düzenin bozulacağını** vurgulamaktadır. Yani Rüzgar, davranışı değerlendirirken bireysel zarar olup olmamasına değil, **kuralların korunması ve toplumsal düzenin sürdürülmesi gerekliliğine** odaklanmaktadır. Bu yaklaşım, Kohlberg'in ahlak gelişim kuramı kapsamında geleneksel düzeyin kanun ve düzen eğilimine karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İtaat ve ceza:** Davranış cezadan kaçınma üzerinden değerlendirilir; Rüzgar'ın vurgusu ceza değil düzenin korunmasıdır.
- B) **İyi çocuk:** Amaç başkaları tarafından onaylanmak ve iyi görünmektir; burada ise onay değil kurala bağlılık ön plandadır.
- C) **Evrensel ahlaki:** Evrensel ve soyut ilkeler temel alınır; Rüzgar mevcut kuralların korunmasına odaklanmaktadır.
- E) **Amaca yönelik değiş tokuş:** Davranış karşılıklı çıkar ve faydaya dayanır; olayda çıkar temelli bir değerlendirme yoktur.

Cevap: D

5. Gilligan'a göre ahlaki gelişim, Kohlberg'de olduğu gibi evrensel ve soyut adalet ilkelerine bağlılık üzerinden değil; **bakım, ilişkiler, sorumluluk ve bağlam** üzerinden açıklanır. Bu yaklaşımda kadın ve erkeklerin farklı ahlaki yönelimler geliştirme- sinin temelinde biyolojik farklar değil, **toplumsal cinsiyet rolleri ve sosyalleşme süreçleri** yer alır. Kadınlar daha çok bakım, şefkat ve ilişkileri sürdürme odaklı; erkekler ise hak, adalet ve kurallar odaklı bir ahlaki anlayış geliştirme eğilimindedir. Bu nedenle Gilligan, adalet temelli, evrensel ve soyut ilkelere dayalı açıklamaları eleştirir ve bakım etiğini alternatif olarak sunar. Dolayısıyla ahlaki gelişimin temelinde evrensel ve soyut adalet ilkelerine bağlılığı vurgulayan ifade, Gilligan'ın yaklaşımıyla çelişmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kohlberg'in kuramını erkek merkezli olduğu gerekçesiyle eleştirir:** Gilligan, kuramın erkeklerin adalet odaklı bakış açısını merkeze aldığını ve kadınların bakım odaklı ahlakını yeterince yansıtmadığını belirtir.
- B) **Ahlaki muhakemede ilişkilerin, sorumluluğun ve bağlamın önemini vurgular:** Gilligan'ın kuramında birey, kararlarını kişilerarası bağlar ve bakım sorumluluğu çerçevesinde değerlendirir.
- D) **Kadınların ahlaki gelişimlerinin erkeklerden farklı bir yol izlediğini savunur:** Kadınların bakım etiği, erkeklerin ise adalet etiği yöneliminde gelişim gösterdiğini ifade eder.
- E) **Bakım etiğini adalet etiğine karşı bir alternatif olarak sunar:** Gilligan, bakım etiğini bağımsız ve geçerli bir ahlaki yaklaşım olarak ortaya koymuştur.

Cevap: C

6. Kohlberg'e göre ahlaki gelişim; gelenek öncesi düzeyde ceza ve çıkar odaklı, geleneksel düzeyde sosyal beklenti ve kurallara uyum odaklı, gelenek sonrası düzeyde ise evrensel değerler ve içselleştirilmiş etik ilkeler doğrultusunda gerçekleşir. Soruda bu düzeyler, öğrencilerin etkinliğe katılım gerekçeleri üzerinden ayırt edilmektedir. Gelenek sonrası düzeyi yansıtan ifade, davranışı **toplumsal sorumluluk ve doğaya karşı etik bir yükümlülük** üzerinden temellendiren seçenektir. Bu nedenle doğru seçenek E'dir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **"Ceza almak istemem" düşüncesi davranışı cezadan kaçınmaya göre belirlemektedir:** Bu yaklaşım itaat ve ceza eğilimine, yani gelenek öncesi düzeye karşılık gelir.
- B) **"Arkadaşlarım gidiyor, ben de geri kalmak istemem" düşüncesi sosyal kabul ve gruba uyum isteğini yansıtmaktadır:** Bu yaklaşım iyi çocuk eğilimine, yani geleneksel düzeye karşılık gelir.
- C) **"Okul yönetimi çağırdığı için mecburen gideceğim" düşüncesi otoriteye ve kurallara bağlılığı göstermektedir:** Bu yaklaşım kanun ve düzen eğilimine, yani geleneksel düzeye karşılık gelir.

- D) “Okulda iyi bir imaj çizerim” düşüncesi **kişisel fayda ve çıkar elde etmeye yöneliktir**: Bu yaklaşım araçsal çıkar eğilimine, yani gelecek öncesi düzeye karşılık gelir.

Cevap: E

7. Bir fabrikada iş güvenliği uzmanı tarafından zorunlu bir bilgilendirme toplantısı düzenlenmiş ve çalışanlar bu toplantıya katılma nedenlerini farklı şekillerde ifade etmiştir. Bu ifadeler içinde kanun ve düzen eğilimini yansıtan yaklaşım, kurallara sadece zorunlu olduğu için değil; **iş yerindeki düzenin korunması ve herkesin güvenliğinin sağlanması için gerekli olduğu düşüncesiyle uyulmasıdır**. “Kurallara uymak herkesin güvenliği için gereklidir; bu tür kurallar iş yeri düzenini sağlar” diyen çalışan, toplantıyı ve kuralları düzenin devamı açısından anlamlandırmaktadır. Bu nedenle bu ifade kanun ve düzen eğilimine karşılık gelir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) “Herkes katılıyor, ben de eksik kalmak istemem” düşüncesi davranışı diğer çalışanlara uyum sağlama üzerinden açıklar: Bu yaklaşım iyi çocuk eğilimine, yani geleneksel düzeye karşılık gelir.
- B) “Yönetim çağırdı, mecburen geldim” düşüncesi katılımı yalnızca zorunluluk ve otoriteye uyma olarak temellendirir: Bu yaklaşım itaat ve ceza eğilimine, yani gelenek öncesi düzeye karşılık gelir.
- D) “Öğrendiklerim ileride işime yarayabilir” düşüncesi katılımı kişisel fayda üzerinden açıklar: Bu yaklaşım araçsal çıkar eğilimine, yani gelenek öncesi düzeye karşılık gelir.
- E) “Yöneticim fark eder, terfi şansım artar” düşüncesi ödül ve çıkar beklentisine dayanır: Bu yaklaşım araçsal çıkar eğilimine, yani gelenek öncesi düzeye karşılık gelir.

Cevap: C

8. Bir devlet hastanesinde başlatılan eğitim programına katılımın gerekçeleri verilmiştir. Saf çıkarıcı eğilimde birey, davranışını **kişisel kazanç, ödül ve fayda** üzerinden değerlendirir; yani yaptığı şeyin kendisine ne sağlayacağı belirleyicidir. “Programa katılacağım çünkü sonunda teşekkür belgesi alacağım, bu da özgeçmişime katkı sağlar” ifadesinde hemşire, katılımını doğrudan **kişisel yarar ve kazanç** üzerinden temellendirmektedir. Bu nedenle bu ifade saf çıkarıcı eğilime karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) “Hasta ve yakınlarıyla daha sağlıklı iletişim kurmak görevimin bir parçası” düşüncesi mesleki sorumluluk ve görev bilincine dayanır: Bu yaklaşım kanun ve düzen eğilimine, yani geleneksel düzeye karşılık gelir.
- C) “Bütün arkadaşlarım katılıyor” düşüncesi gruba uyum sağlama isteğini yansıtır: Bu yaklaşım iyi çocuk eğilimine, yani geleneksel düzeye karşılık gelir.
- D) “Katılmasam ayıp olur” düşüncesi sosyal onay ve çevre beklentisine dayanır: Bu yaklaşım iyi çocuk eğilimine, yani geleneksel düzeye karşılık gelir.
- E) “Mesleki gelişimim için önemli, katılmak etik bir sorumluluktur” düşüncesi içselleştirilmiş ilkelere dayanır: Bu yaklaşım gelenek sonrası düzeye karşılık gelir.

Cevap: A

9. Okul yönetiminin geç kalanlara nöbet görevi vereceğini açıklamasından sonra Özgür’ün zamanında gelmeye başlaması, davranışını **cezadan kaçınma** üzerinden düzenlediğini göstermektedir. Yani kurala uyma nedeni, kuralın doğruluğunu benimsemesi değil; **olumsuz bir sonuçla karşılaşmamak istemesidir**. Bu durum, Kohlberg’in ahlak gelişim kuramında ceza ve itaat eğilimine karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kişiler arası uyum eğilimi**: Bu evrede temel anlayış, başkaları tarafından kabul görmek ve iyi biri olarak değerlendirilmek için davranmaktır.
- C) **Saf çıkarıcı eğilim**: Bu evrede temel anlayış, davranışın kişiye sağlayacağı fayda ve çıkar üzerinden değerlendirilmesidir.

- D) **Kanun ve düzen eğilimi:** Bu evrede temel anlayış, kuralların ve düzenin sürdürülmesi için uyulması gerektiği düşüncesidir.
- E) **Evrensel etik ilkelere bağlılık eğilimi:** Bu evrede temel anlayış, evrensel ve ilkesel değerlere göre davranmaktır.

Cevap: B

10. Emre, sınıf arkadaşına yardım etmeyi kabul ederken bunu karşılıksız bir sorumluluk ya da kural gereği değil; **kendi ihtiyacını karşılamak için bir karşılık ilişkisi kurarak** yapmaktadır. Yani "ben sana yardım edeyim, sen de bana yardım et" mantığıyla hareket etmektedir. Bu durumda davranışın temelinde karşılıklı çıkar ve fayda dengesi vardır. Bu özellik, Kohlberg'in ahlak gelişim kuramında amaca yönelik değiş tokuş evresine karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İtaat ve ceza evresi:** Bu evrede davranış cezadan kaçınmaya göre belirlenir; Emre'nin davranışında ceza ya da otorite baskısı yoktur.
- C) **İyi çocuk evresi:** Bu evrede başkalarının onayını kazanma ve iyi görünme isteği belirleyicidir; burada ise temel motivasyon karşılıklı çıkar ilişkisidir.
- D) **Kanun ve düzen evresi:** Bu evrede kuralların ve düzenin korunması ön plandadır; Emre'nin davranışı kurala değil bireysel anlaşılmaya dayanmaktadır.
- E) **Sosyal sözleşme evresi:** Bu evrede toplumsal yarar ve haklar doğrultusunda kurallar değerlendirilir; olayda böyle bir ilkesel değerlendirme bulunmamaktadır.

Cevap: B

11. I. Ferhat, annesinin yasağı sonrasında odasını toplamaya başlamıştır; yani davranışını **ceza-dan kaçınma** üzerinden düzenlemektedir. Bu durum itaat ve ceza eğilimine karşılık gelir.
- II. Kuzey, yardım kampanyasına katılırken daha popüler olmak ve öğretmenlerinin takdirini kazanmak istemektedir; yani davranışını **başkalarının onayını kazanma ve iyi görünme** üzerinden temellendirmektedir. Bu durum iyi çocuk eğilimine karşılık gelir.

- III. Ege, okul kuralını sorgularken bunun öğrencilerin ifade özgürlüğünü engellediğini ve adil olmadığını savunmakta, kuralın yeniden değerlendirilmesini istemektedir; yani **kuralları bireysel haklar ve adalet açısından sorgulamakta** ve değiştirilmesini talep etmektedir. Bu durum sosyal sözleşme eğilimine karşılık gelir.

Cevap: E

12. Ali Bey aynı anda hem eşinin ameliyatta olması hem de yaşamla ölüm arasında olan bir çocuğun acil müdahaleye ihtiyaç duyması gibi iki güçlü durumla karşı karşıyadır. Evrensel etik ilkeler evresinde birey, kararını kişisel ilişkiler ya da rol beklentilerinden ziyade **yaşam hakkı gibi en temel ve evrensel değeri merkeze alarak** verir. Bu durumda Ali Bey'in, kimliği belirsiz ve hayati riski yüksek olan çocuğa müdahale etmeyi seçmesi, **insan yaşamını en üstün değer olarak görüp buna göre hareket ettiğini** gösterir. Bu nedenle bu davranış evrensel etik ilkeler evresine karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Eşini düşünerek ameliyathaneye koşma davranışı yakınlık ve kişisel bağları öncelermeye dayanır:** Bu yaklaşım evrensel ilke değil, ilişkisel öncelik temellidir.
- B) **Başka birinin görevlendirilmesini sağlama düşüncesi sorumluluğu devretmeye yöneliktir:** Bu yaklaşım ilkesel bir tercih değil, durumu dengeleme çabasıdır.
- C) **Karar vermeden bekleme davranışı ahlaki sorumluluğu ertelemeyi gösterir:** Bu yaklaşım ilkesel ve aktif bir seçim içermez.
- E) **Eşine refakat ayarlayıp sonra ilgilenme düşüncesi iki durumu dengelemeye yöneliktir:** Bu yaklaşım önceliği net biçimde evrensel ilkeye göre belirlemez.

Cevap: D

13. Gelenek sonrası düzeyde birey, davranışlarını yalnızca kurallara uymak ya da başkalarının beklentilerini karşılamak için değil; **kuralların adil olup olmadığını değerlendirerek, bireysel haklar ve evrensel ilkeler doğrultusunda belirler**. “Kurallar adil değilse birey olarak onları sorgulamalı ve gerektiğinde karşı çıkmalıyım” ifadesinde birey, kuralları mutlak kabul etmeyip adalet açısından değerlendirmekte ve gerektiğinde değiştirilmesini savunmaktadır. Bu nedenle bu ifade gelenek sonrası düzeye karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) “Beni bencil bulmasınlar” düşüncesi davranışı sosyal onaya göre belirler: Bu yaklaşım iyi çocuk eğilimine karşılık gelir.
- B) “Kurallar olduğu gibi kabul edilmelidir” düşüncesi kurallara sorgulamadan bağlılığı ifade eder: Bu yaklaşım kanun ve düzen eğilimine karşılık gelir.
- C) “Cezadan kaçınmak için uymalıyım” düşüncesi davranışı cezadan kaçınmaya göre belirler: Bu yaklaşım itaat ve ceza eğilimine karşılık gelir.
- E) “Ailemin beklentisi” düşüncesi davranışı yakın çevrenin beklentilerine göre belirler: Bu yaklaşım iyi çocuk eğilimine karşılık gelir.

Cevap: D

14. Kohlberg’e göre gelenek öncesi düzeyde birey, davranışlarını **ceza ve ödül gibi dışsal sonuçlara göre** belirler; kuralların doğruluğu içselleştirilmez, önemli olan olumsuz sonuçlardan kaçınmaktır. “Ceza almamak için kurallara uymak” ifadesinde davranışın temelinde **cezadan kaçınma** bulunmaktadır. Bu nedenle bu ifade gelenek öncesi düzeye karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) “Yasalara ve kurallara bağlı kalmak” düşüncesi düzenin sürdürülmesini esas alır: Bu yaklaşım kanun ve düzen eğilimine karşılık gelir.
- C) “Sosyal sözleşmelerin önemini anlamak” düşüncesi kuralları toplumsal yarar açısından değerlendirmeyi içerir: Bu yaklaşım sosyal sözleşme eğilimine karşılık gelir.

- D) “Bашkalarının beklentilerine uygun davranmak” düşüncesi sosyal onay ve kabul görmeye dayanır: Bu yaklaşım iyi çocuk eğilimine karşılık gelir.
- E) “Evrensel etik ilkeleri benimsemek” düşüncesi ilkesel ve evrensel değerlere dayanır: Bu yaklaşım evrensel etik ilkeler eğilimine karşılık gelir.

Cevap: D

15. Kohlberg’e göre geleneksel düzeyde birey, davranışlarını **toplumun beklentileri, sosyal roller ve kurallar doğrultusunda** belirler; amaç, uyum sağlamak ve düzeni sürdürmektir. “Toplumun beklentilerine uygun davranmak” ifadesinde birey, doğruyu **çevrenin beklentilerine göre** tanımlamakta ve buna göre hareket etmektedir. Bu nedenle bu ifade geleneksel düzeye karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) “Kendi çıkarları doğrultusunda hareket etmek” düşüncesi davranışı kişisel fayda üzerinden belirler: Bu yaklaşım saf çıkarıcı eğilime karşılık gelir.
- B) “Ceza korkusuyla kurallara uymak” düşüncesi cezadan kaçınmaya dayanır: Bu yaklaşım itaat ve ceza eğilimine karşılık gelir.
- C) “Kişisel ahlaki prensiplere göre hareket etmek” düşüncesi bireysel ve ilkesel değerlendirmeyi içerir: Bu yaklaşım evrensel etik ilkeler eğilimine karşılık gelir.
- E) “Kanunların insanların yararı doğrultusunda değişmesi gerektiğine inanmak” düşüncesi kuralları sorgulamayı içerir: Bu yaklaşım sosyal sözleşme eğilimine karşılık gelir.

Cevap: D

1. Öğrenme; yaşantı ve tekrar sonucu ortaya çıkan, **kalıcı davranış değişikliği**dir. Buna göre bir davranışın öğrenme sayılabilmesi için yaşantı ürünün olması, davranışta değişiklik oluşturması ve bu değişikliğin kalıcı olması gerekir. Doğuştan gelen refleksler ise bu koşulları sağlamaz; çünkü **yaşantı sonucu kazanılmazlar** ve öğrenme kapsamında değerlendirilmezler. “Yeni doğan bir bebeğin avucuna dokunulduğunda parmaklarını kapatması” doğuştan gelen bir refleks olup öğrenmeye dayalı değildir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) “Deneme-yanılma yoluyla bisiklet sürmeyi öğrenmek” davranışı yaşantı ve tekrar sonucu kazanılır: Bu nedenle öğrenilmiş bir davranıştır.
- C) “Yemek kabı sallanınca heyecanlanmak” davranışı koşullanma yoluyla oluşur: Yaşantı ürünü olduğu için öğrenmedir.
- D) “Sıcak sobaya dokunup bir daha dokunmamak” davranışı deneyim sonucu oluşan kalıcı bir değişikliktir: Bu da öğrenmedir.
- E) “Kırmızı ışıktaki durmayı alışkanlık hâline getirmek” tekrar ve pekiştirme ile kazanılır: Bu nedenle öğrenilmiş bir davranıştır.

Cevap: B

2. Refleks ve içgüdüler her ikisi de **doğuştan gelen, öğrenmeye dayalı olmayan davranışlardır**; ancak yapı ve işleyiş bakımından farklılık gösterirler. **Refleks**, belirli bir uyarana karşı verilen **ani, otomatik ve basit tepkidir** (örneğin göze ışık tutulunca göz bebeğinin küçülmesi). Genellikle kısa sürelidir ve tek bir uyarana bağlıdır. **İçgüdü** ise doğuştan gelen fakat **birden fazla basamağı olan, daha karmaşık ve amaca yönelik davranış örüntüleridir** (örneğin yuva yapma, yavruyu koruma). İçgüdüler daha uzun süreli ve türün devamını da kapsayan işlevlere sahiptir.

Bu nedenle reflekslerin doğuştan, içgüdülerin ise sonradan öğrenildiğini söyleyen ifade yanlıştır. Soruda “temel farklılıklardan biri değildir” denildiği için bu yanlış ifade doğru seçenek olur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Reflekslerin basit ve kısa; içgüdülerin ise ardışık ve karmaşık olması doğru bir ayrımdır.

- C) Reflekslerin bireysel farklılık göstermemesi ve içgüdülerin tür genelinde benzer olması her ikisinin de kalıtsal yönünü vurgular.
- D) Reflekslerin daha çok anlık hayatta kalma; içgüdülerin ise hem hayatta kalma hem türün devamına hizmet etmesi doğru bir ayırmadır.
- E) İçgüdülerin daha uzun süreli ve amaçlı; reflekslerin ani ve kısa süreli olması iki davranış arasındaki temel farklardan biridir.

Cevap: B

3. Miraç'ın piyano geçmişi sayesinde gitar öğrenirken notaları okuma, ritim tutma ve koordinasyon gibi becerilerde zorlanmaması, **önceden öğrenilmiş bilgilerin yeni öğrenmeyi kolaylaştırması** durumudur. Bu tür öğrenmede eski bilgi ve beceriler, yeni duruma uyum sağlamayı hızlandırır ve öğrenme sürecini destekler. Bu durum öğrenme psikolojisinde **olumlu aktarma** olarak adlandırılır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Üst bilişsel stratejiler**: Bu yaklaşım bireyin kendi öğrenmesini planlama ve denetlemesiyle ilgilidir; soruda vurgulanan durum önceki öğrenmenin etkisidir.
- B) **Olumsuz aktarma**: Önceki öğrenmeler yeni öğrenmeyi zorlaştırır; burada tam tersine kolaylaştırma söz konusudur.
- D) **Klasik koşullanma**: Davranışların uyarıcı-tepki bağıyla kazanılmasıdır; müzik becerilerinin aktarımı bu yolla açıklanamaz.
- E) **Bilişsel çelişki**: Çatışma ve uyumsuzluk öğrenmeyi zorlaştırır; burada öğrenme süreci hızlanmıştır.

Cevap: C

4. Öğretmen, öğrencilere canlılar ve özellikleri hakkında bilgi verdikten sonra bu kavramları **benzerliklerine göre gruplayarak tablo oluşturma ve her gruba başlık verme** görevi vermektedir. Bu süreçte öğrenciler yalnızca bilgiyi hatırlamakla kalmaz; kavramlar arasında ilişki kurar, benzerlik ve farklılıkları analiz eder ve bunları anlamlı kategorilere ayırır. Bu durum, **kavramsal gruplandırma yapma ve üst düzey düşünme becerilerinin** kullanıldığını gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Sıralama ve eşleme:** Bu beceri daha çok verilen öğeleri belirli bir düzene koyma veya birebir eşleştirme ile ilgilidir; burada ise sınıflandırma ön plandadır.
- C) Sayısal çözümleme ve hipotez oluşturma:** Deneysel ve sayısal işlemler gerektirir; soruda böyle bir süreç yoktur.
- D) Görsel dikkat ve motor planlama:** Daha çok algısal ve fiziksel koordinasyon becerileriyle ilgilidir; bilişsel sınıflandırma süreci değildir.
- E) Duyuşsal tepkileri düzenleme:** Duyuların kontrolüyle ilgilidir; etkinlik bilişsel bir süreçtir.

Cevap: B

5. Ayşe Öğretmen'in matematik dersinde yaptırdığı problem çözme etkinlikleri, öğrencilerin **düşünme ve organize etme becerilerini geliştirmiştir**. Bir hafta sonra Türkçe dersinde öğrencilerin paragraf oluştururken daha sistematik ve mantıklı bir yapı kurmaları, bu becerilerin **farklı bir ders alanına taşındığını** göstermektedir. Yani matematikte kazanılan zihinsel beceriler, Türkçe dersindeki yazılı anlatıma aktarılmıştır. Bu durum, öğrenmenin **başka alanlara transfer edilebilmesi** özelliğini ifade eder. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Kalıcılık:** Öğrenmenin zamanla devam etmesini ifade eder; burada vurgulanan durum aktarım, yani transferdir.
- B) Güdülenme:** Öğrencinin öğrenmeye yönelik isteğiyle ilgilidir; olayda motivasyon değil beceri aktarımı söz konusudur.
- C) Yeni davranış kazanma:** Öğrenmenin genel tanımıdır; soruda özel olarak öğrenmenin başka alana taşınması vurgulanmaktadır.

- E) Bilişsel yükün azalması:** Bilgi işleme sürecindeki zorlanmanın azalmasıdır; burada böyle bir durum yoktur.

Cevap: D

6. Öğretmen, okuma-yazma öğretimine başlamadan önce öğrencilerin **kalem tutma becerilerini ve harf farkındalıklarını gözlemlenmekte**, ardından eksik ya da yetersiz oldukları alanlara göre bireysel çalışmalar planlanmaktadır. Yani öğretim sürecini başlatmadan önce öğrencilerin **mevcut düzeylerini (hazırbulunuşluklarını)** belirlemek ve buna uygun düzenleme yapmaktadır. Bu yaklaşım, öğrenmenin öğrencinin hazırbulunuşluk düzeyine bağlı olduğunu ve bu düzey dikkate alınmadan yapılan öğretimin etkili olmayacağını vurgular. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Pekiştirme sıklığının öğrenme üzerindeki etkisi:** Davranışın ne sıklıkla pekiştirildiğiyle ilgilidir; burada değerlendirme ve düzeye göre planlama vardır.
- B) Öğrenmenin zihinsel süreçlerle gerçekleştiği ilkesi:** Bilişsel süreçlere vurgu yapar; soruda öncelik öğrencinin hazır düzeyinin belirlenmesidir.
- C) Genelleme ve ayırt etme:** Uyarıcılar arasındaki benzerlik ve farkları öğrenme sürecidir; burada böyle bir vurgu yoktur.
- E) Olumsuz pekiştirme ve ceza:** Davranış değiştirmeye yöneliktir; soruda böyle bir uygulama bulunmamaktadır.

Cevap: D

7. Kerem, uzun yıllar Q klavyede yazı yazarak belirli bir **alışkanlık geliştirmiştir**. F klavyeye geçtiğinde ise bu eski alışkanlıklar devam etmiş, yeni tuş düzenine uyum sağlamasını zorlaştırmış ve sürekli hata yapmasına neden olmuştur. Yani daha önce öğrenilmiş davranışlar, yeni öğrenmeyi kolaylaştırmak yerine **zorlaştırmış ve alışkanlık çatışması oluşturmuştur**. Bu durum, eski öğrenmelerin yeni öğrenmeleri olumsuz etkilemesi olarak tanımlanan **olumsuz aktarmaya (transfer)** karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Pekiştirici eksikliği:** Öğrenmenin sürmesi için ödül ya da geri bildirimle ilgilidir; burada sorun eski alışkanlıkların yeni öğrenmeyi bozmasıdır.
- C) **Düşük hazırbulunuşluk:** Bireyin öğrenmeye hazır olmamasıyla ilgilidir; Kerem yazma becerisine sahiptir, problem uyum sürecindedir.
- D) **Kısa süreli bellek:** Bilginin geçici tutulmasıyla ilgilidir; burada uzun süreli öğrenilmiş alışkanlıkların etkisi söz konusudur.
- E) **Tepki genellemesi:** Aynı uyarıcıya benzer fakat farklı tepkilerin verilmesidir; burada ise eski öğrenmenin yeni duruma yanlış aktarılması söz konusudur.

Cevap: B

8. 3 yaş grubundaki bazı çocukların kalem tutmakta zorlanmasının nedeni, gelişim uzmanının da belirttiği gibi **kas gelişimlerinin henüz yeterli olmamasıdır**. Olgunlaşma ilkesine göre bazı beceriler, ancak organizma belirli bir biyolojik gelişim düzeyine ulaştığında kazanılabilir; bu düzeye ulaşmadan yapılan yoğun öğretim çabaları etkili olmaz. Bu nedenle öğretmenin yapması gereken, bu çocukları zorlamak yerine **olgunlaşma düzeylerine uygun alternatif etkinlikler sunmaktır**. Bu yaklaşım olgunlaşma ilkesine en uygun davranıştır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **"Evde yazı yazma ödevi vermek" düşüncesi gelişim düzeyi yetersizken zorlayıcı tekrar yaptırmayı içerir:** Olgunlaşma ilkesine aykırıdır.
- B) **"Gözlemleyip raporlamak" süreci tanımlamaya yöneliktir:** Ancak doğrudan uygun öğretimsel düzenleme içermez.
- C) **"Gruplandırıp eşit süre çalıştırmak" bireysel farklılıkları dikkate alsa da olgunlaşma yetersizliğini telafi etmez:** Süreyi eşitlemek uygun değildir.
- D) **"Tüm çocuklara aynı hızda uygulamak" gelişim farklarını göz ardı eder:** Olgunlaşma ilkesine aykırıdır.

Cevap: E

9. Sena Öğretmen, dört işlem öğretimine geçmeden önce öğrencilerin **sayma, sayı tanıma ve temel işlem becerilerini ölçmüş** ve bazı öğrencilerin bu ön öğrenmelere yeterince sahip olmadığını fark etmiştir. Hazırbulunuşluk ilkesine göre yeni bir öğrenmenin sağlıklı gerçekleşebilmesi için **gerekli ön bilgi ve becerilerin tamamlanması gerekir**. Bu nedenle öğretmenin öncelikli yapması gereken, eksikliği olan öğrencileri doğrudan yeni konuya zorlamak değil; **bu eksiklikleri gidermeye yönelik destekleyici çalışmalar planlamaktır**. Küçük gruplar hâlinde yapılan hedefe yönelik etkinlikler, öğrencilerin hazır hâle gelmesini sağlar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **"Konuya doğrudan geçmek" düşüncesi hazırbulunuşluk eksikliğini göz ardı eder:** Bu yaklaşım öğrenmeyi zorlaştırır.
- B) **"Sadece gözlemlemek ve not vermemek" süreci izler ancak eksikliği gidermeye yönelik müdahale içermez:** Bu nedenle yeterli değildir.
- C) **"Herkesi aynı ödevi vermek" bireysel farklılıkları dikkate almaz:** Hazırbulunuşluk ilkesine uygun değildir.
- E) **"Programdan konu atlamak" öğretim hedeflerinden uzaklaşmaya neden olur:** Sorunu çözmez.

Cevap: D

10. Öğrencilerin okuma-yazmada zorlanmasının temelinde, anaokulu deneyiminin olmaması ve **ince motor becerilerinin yeterince gelişmemiş olması** yer almaktadır. Bu durum, öğrencilerin gerekli **ön becerilere (hazırbulunuşluk)** sahip olmadığını gösterir. Bu nedenle öğretmenin doğrudan okuma-yazma öğretimini zorlamak yerine, önce bu eksikliği gidermesi gerekir. **Kalem tutma ve çizgi çalışmaları gibi ön becerileri geliştiren etkinlikler**, öğrencilerin gelişim düzeyine uygun bir hazırlık sağlayarak öğrenmeyi kolaylaştırır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **"Zorlayarak süreci hızlandırmak" düşüncesi gelişim düzeyini göz ardı eder:** Öğrenmeyi zorlaştırır ve olumsuz etki yaratır.
- B) **"Evde daha fazla tekrar yaptırmak" eksik temel becerileri doğrudan geliştirmez:** Sorunun kaynağına yönelik değildir.

- C) “Daha sık sınav yapmak” öğrenciyi motive etmekten çok kaygı oluşturabilir: Gelişimsel eksikliği gidermez.
- D) “Bireysel farklılıkları göz ardı etmek” öğretimi etkisiz hâle getirir: Hazırbulunuşluk ilkesine aykırıdır.

Cevap: E

11. Ket vurma, öğrenilmiş bilgilerin hatırlanması sırasında **bellek izlerinin birbirini bozması ve karışmasıdır**. İleriye ket vurma, **önceden öğrenilen bilgilerin sonradan öğrenilen bilgileri bozmasıdır**; geriye ket vurma ise **sonradan öğrenilen bilgilerin önceden öğrenilen bilgileri bozmasıdır**. Cemre’nin ilk durumda Almanca kelimeleri (“danke”) Fransızca kelimelerin (“merci”) yerine kullanması, eski bilginin yeniye bozduğunu gösterir ve ileriye ket vurmadır. Cemre’nin Fransızcaya yoğunlaştıktan sonra Almanca kelimeleri hatırlamakta zorlanması ise yeni bilginin eskiyi bozduğunu gösterir ve geriye ket vurmadır. Bu nedenle doğru sıralama ileriye ket vurma – geriye ket vurmadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Geriye ket vurma – ileriye ket vurma:** Kavramlar doğru olsa da sıralama ters verilmiştir.
- B) **Anlamsal karışıklık – duysal ketlenme:** Anlamsal karışıklık benzer anlamlı bilgilerin karışmasıdır; duysal ketlenme algısal düzeyle ilgilidir. Soruda ise iki öğrenmenin birbirini bozması vardır.
- D) **Kısa süreli bellek karışması – uzun süreli bellek silinmesi:** Burada bilgi silinmemiştir; sadece hatırlama sırasında bozucu etki vardır.
- E) **Bellek aşırı yüklenmesi – bellek bastırması:** Aşırı yüklenme kapasiteyle, bastırma ise duygusal içerikle ilgilidir; sorudaki durum ket vurmadır.

Cevap: C

12. Bu araştırmada gözlenen durum, **öncelik ve sonralık etkisi (seri pozisyon etkisi)** ile açıklanır. **Öncelik etkisi**, listenin başındaki bilgilerin daha fazla tekrar edilip işlendiği için **uzun süreli belleğe aktarılması ve daha kalıcı olmasıdır**. **Sonralık etkisi** ise listenin sonundaki bilgilerin henüz unutulmadığı için **kısa süreli bellekte bulunması ve hemen hatırlanabilmesidir**.

İlk grupta son kelimelerin hatırlanması sonralık etkisini, ikinci grupta zaman geçtikten sonra baştaki kelimelerin hatırlanması ise öncelik etkisini göstermektedir. Bu da baştaki bilgilerin uzun süreli belleğe, sondaki bilgilerin ise kısa süreli belleğe bağlı olduğunu ortaya koyar.

Cevap: B.

13. Ahmet’in ders öncesi hafif egzersiz yaptığında daha iyi öğrenmesi, buna karşılık yorgun ve geç kaldığı günlerde performansının düşmesi, öğrenmenin **uyarılmışlık düzeyiyle doğrudan ilişkili olduğunu** göstermektedir. Ancak burada önemli olan nokta, uyarılmışlığın her zaman artmasının öğrenmeyi artırmaması; **çok düşük ya da çok yüksek uyarılmışlık yerine orta düzeyde uyarılmışlığın öğrenmeyi en çok desteklemesidir**. Egzersiz yaptığı günlerde Ahmet’in uyarılmışlık düzeyi optimal (orta) seviyeye çıkmakta ve öğrenmesi kolaylaşmaktadır; yorgun olduğu günlerde ise uyarılmışlık düşmekte ve performans gerilemektedir. Bu durum, orta düzey uyarılmışlığın öğrenmeyi en iyi şekilde desteklediğini gösterir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **“Uyarılmışlık öğrenmeyi etkilemez” düşüncesi yanlıştır:** Soruda performansın doğru- dan değiştiği görülmektedir.
- B) **“Uyarılmışlık arttıkça öğrenme artar” düşüncesi eksiktir:** Çok yüksek uyarılmışlık da performansı düşürebilir.
- D) **“Sadece egzersiz öğrenmeyi artırır” düşüncesi yanlıştır:** Etkili olan egzersizin oluşturduğu uyarılmışlık düzeyidir.
- E) **“Sadece içerik zorluk düzeyi etkilidir” düşüncesi yanlıştır:** Soruda içsel durum (uyarılmışlık) belirleyicidir.

Cevap: C

14. Öğretmen “kuşlar” kavramını yalnızca tanım vererek değil; **görseller, sesler, videolar, şiir ve öykü** gibi farklı yollarla sunmuştur. Bu durumda öğrenciler bilgiyi tek bir yoldan değil, **birden fazla duyu ve zihinsel süreç üzerinden belleğe kaydetmiştir**. Bu durum öğrenmede **kodlama çeşitliliği** olarak adlandırılır. Kodlama çeşitliliği, bilginin **farklı biçimlerde (görsel, işitsel, sözel, anlamsal vb.) işlenerek belleğe yerleştirilmesi** anlamına gelir ve bu çeşitlilik arttıkça bellek izi güçlenir, hatırlama kolaylaşır. Bu nedenle öğrenciler “kuşlar” kavramını daha net hatırlamıştır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**
- A) “Anlamsal benzerliğin düşük olması” hatırlamayı açıklamaz: Soruda sunum biçimi belirleyicidir.
- B) “Çekici detaylar” dikkat çekebilir ancak asıl etki çoklu kodlamadır: Tek başına yeterli değildir.
- C) “Dikkat süresinin uzaması” yardımcı olabilir ancak temel neden değildir: Bellek izini güçlendiren kodlama biçimidir.
- E) “İşitsel belleğin üstünlüğü” söz konusu değildir: Birden fazla kanal birlikte kullanılmıştır.

Cevap: D

15. Cem Bey’in uygulamasında öğrenciler doğru cevap verdikçe **puan panosuna yıldız eklenmekte** ve belirli bir sayıya ulaşıldığında **ek oyun süresi gibi ödül** verilmektedir. Bu durumda istenen davranış (derse katılım) sonrasında **ödül verilerek davranışın artması sağlanmaktadır**. Bu, davranışın ardından hoş bir uyarıcı sunularak davranışın güçlendirilmesi anlamına gelir ve **olumlu pekiştirme** olarak adlandırılır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) Olumsuz pekiştirme: İstenmeyen bir durumun ortadan kaldırılmasıyla davranışın artmasıdır; burada ödül eklenmektedir.
- B) Ceza: İstenmeyen davranışı azaltmaya yöneliktir; burada davranış artırılmaktadır.
- D) Sönme: Davranışın pekiştirilmemesi sonucu ortadan kalkmasıdır; burada tam tersine pekiştirme vardır.
- E) Alışkanlık: Tekrar yoluyla öğrenmeyi ifade eder; burada belirleyici olan ödül temelli pekiştirme değildir.

Cevap: C

1. Öğretmen, konuşan öğrencileri tahtaya kaldırarak onları **cezalandırdığını düşünmektedir**. Ancak öğrencilerin bu durumu eğlenceli bulması ve daha fazla konuşmaya başlaması, verilen tepkinin öğrenciler tarafından **olumsuz değil, aksine hoş ve dikkat çekici bir durum olarak algılandığını** gösterir. Yani öğretmenin “ceza” olarak uyguladığı durum, öğrenciler için **pekiştirici hâle gelmiş ve davranışı artırmıştır**. Bu nedenle amaçlananla ortaya çıkan sonuç çelişmiştir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) “Ceza etkili olmuş” ifadesi yanlıştır: Davranış azalmamış, artmıştır.
- B) “Pekiştirme geçersizdir” ifadesi yanlıştır: Tam tersine pekiştirme etkisi oluşmuştur.
- D) “Olumsuz pekiştirme” ifadesi uygun değildir: Burada istenmeyen bir durumun kaldırılması değil, hoş bir durumun eklenmesi söz konusudur.
- E) “Model alma” açıklaması yetersizdir: Temel durum, cezanın pekiştiriciye dönüşmesidir.

Cevap: C

2. Sibel Hanım’ın uygulamasında öğrenciler kelime çalışmayı **ödül olduğu zaman yapmakta**, ödül olmadığında ise katılım ve motivasyon düşmektedir. Bu durum, davranışın **içsel bir istekten değil, dışsal pekiştiriciden (ödülden)** kaynaklandığını gösterir. Edimsel koşullanma açısından bu, öğrencilerin zamanla **ödüle bağımlı hâle gelmesi** ve ödül olmadığında davranışı sürdürmemesi anlamına gelir. Yani aşırı ve sürekli dışsal pekiştirme, davranışın içselleşmesini zorlaştırarak dışsal bağımlılık oluşturmuştur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) “İçsel güdülenme” ifadesi yanlıştır: Öğrenciler ödül olmadığında çalışmamaktadır.
- B) “Sürekli pekiştirme kalıcılığı sağlar” ifadesi eksiktir: Sürekli dışsal pekiştirme bağımlılık oluşturabilir.
- C) “Aşırı pekiştirme içsel motivasyonu artırır” ifadesi yanlıştır: Tam tersine içsel motivasyonu zayıflatır.
- E) “Sönme süreci tamamlanmıştır” ifadesi uygun değildir: Davranış tamamen ortadan kalkmamış, sadece ödüle bağlı hâle gelmiştir.

Cevap: D

3. Öğretmen yanlış cevap veren öğrencileri **söz hakkı vermeyerek ve sessiz kalmaya zorlayarak cezalandırmaktadır**. Bu durumda öğrenciler hata yapmaktan kaçınmak için yalnızca yanlış cevap vermeyi değil, **derse katılma davranışını da azaltmaya başlamıştır**. Yani ceza, sadece istenmeyen davranışı değil; onunla ilişkili olan istenen davranışı da baskılamıştır. Edimsel koşullanma açısından bu durum, **cezanın bastırıcı etkisi nedeniyle hedeflenen davranışın da ortadan kalkması** olarak açıklanır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) “Davranış pekiştiği için yaygınlaşmıştır” ifadesi yanlıştır: Davranış artmamış, azalmıştır.
- B) “Olumlu pekiştirme uygulanmıştır” ifadesi yanlıştır: Ödül değil, ceza söz konusudur.
- C) “Ceza öğrenmeyi kalıcı artırmıştır” ifadesi yanlıştır: Ceza katılımı azaltmıştır.
- E) “Sönme gerçekleşmiştir” ifadesi uygun değildir: Davranış pekiştirilmediği için değil, ceza nedeniyle bastırılmıştır.

Cevap: D

4. Ali Öğretmen, öğrencilerin **bireysel farklılıklarını dikkate almakta**, onların **kendi hızlarında öğrenmelerine fırsat tanımakta** ve özellikle **içsel motivasyonlarını desteklemeye odaklanmaktadır**. Ayrıca “Bugün ne öğrenmek istersiniz?” gibi sorularla öğrencilerin sürece katılımını artırmakta ve **duygularını rahatça ifade edebilecekleri güvenli bir ortam** oluşturmaktadır. Bu özellikler, öğrenmede bireyin kendini gerçekleştirmesine, duygularına ve içsel potansiyeline önem veren yaklaşımı yansıtır. Bu nedenle öğretmenin yaklaşımı **hümanist (insancıl) eğitim anlayışına uygundur**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Davranışçı yaklaşım: Ödül-ceza ve gözlenebilir davranışlara odaklanır; burada içsel süreçler ön plandadır.
- B) Yapılandırmacı yaklaşım: Öğrencinin aktif bilgi yapılandırmasını vurgular; ancak soruda özellikle duygular ve içsel motivasyon öne çıkmaktadır.

- C) **Tepkisel sınıf yönetimi:** Sorunlara anlık tepki vermeye dayanır; burada planlı ve öğrenci merkezli bir yaklaşım vardır.
- D) **Geleneksel yaklaşım:** Öğretmen merkezlidir; burada öğrenci merkezlilik hâkimdir.

Cevap: E

5. Beyza Öğretmen'in sınıfında öğrencilerin **karar süreçlerine katılması, duygu ve düşüncelerini özgürce ifade edebilmesi, not vermek yerine öz değerlendirme ve gelişime fırsat tanınması** ve sürekli olarak öğrencinin görüşünün sorulması, öğrenmenin merkezine öğrenciyi ve onun içsel gelişimini yerleştiren bir anlayışı göstermektedir. Bu yaklaşımda amaç, öğrencinin kendini tanıması, potansiyelini ortaya koyması ve **kendini gerçekleştirmesidir**. Bu nedenle bu sınıf ortamı öğrenci merkezli ve kendini gerçekleştirme odaklı yaklaşıma dayanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Bilişsel gelişim basamaklarına göre öğretim:** Zihinsel gelişim düzeyine uygun öğretimi vurgular; burada duyuşsal ve öznel gelişim ön plandadır.
- C) **Otomatik pekiştirme:** Davranışın ödül-ceza ile şekillendirilmesini ifade eder; soruda böyle bir vurgu yoktur.
- D) **Model alma:** Gözlem yoluyla öğrenmeye dayanır; burada öğrencinin kendi ifadesi ve içsel süreci önemlidir.
- E) **Ezbere dayalı başarı:** Bilgi tekrarına dayalıdır; burada bireysel gelişim ve ifade özgürlüğü vardır.

Cevap: A

6. Mehmet'in ilk başta uzun süre tek seferde çalışmasına rağmen unutması, toplu çalışmanın kalıcılığı düşürdüğünü göstermektedir. Öğretmenin önerdiği gibi çalışmayı zamana yayması ise bilgilerin daha iyi pekişmesini ve kalıcı olmasını sağlamıştır. Bu durum, öğrenmenin kısa aralıklarla tekrar edilerek zamana yayılması anlamına gelen **aralıklı öğrenme** ilkesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Öncelik etkisi:** Listenin başındaki bilgilerin daha iyi hatırlanmasıyla ilgilidir; burada çalışma düzeni söz konusudur.
- B) **Parçalara bölerek öğrenme:** Konunun bölünmesiyle ilgilidir; soruda zaman dağılımı vurgulanmaktadır.
- C) **Genel uyarılmışlık:** Dikkat ve uyanıklık düzeyiyle ilgilidir; burada tekrar zamanlaması önemlidir.
- E) **Bütün hâlinde öğrenme:** Konunun tek parça hâlinde öğrenilmesini ifade eder; soruda bunun tersine yayarak öğrenme vardır.

Cevap: D

7. Cemil, teneffüslerde arkadaşlarının sohbetlerine katılmak istemekte ancak dışlandığını hissettiğini ifade etmektedir. "Sanki beni sevmiyorlar" şeklindeki ifadesi, onun temel olarak **bir gruba ait olma, kabul edilme ve sosyal bağ kurma ihtiyacının karşılanmadığını** göstermektedir. Danışman öğretmenin akran ilişkilerini güçlendirmeye yönelik çalışmalar planlaması da bu ihtiyaca yöneliktir. Bu nedenle Cemil'in yaşadığı durum, **ait olma ve kabul görme ihtiyacı** ile açıklanır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Başarı ihtiyacı:** Akademik ya da performans odaklıdır; soruda sosyal ilişkiler ön plandadır.
- C) **Güç ve üstünlük arzusu:** Başkaları üzerinde etki kurma isteğidir; Cemil'in ifadesi buna işaret etmez.
- D) **Dışsal ödüllendirme:** Ödül beklentisiyle ilgilidir; burada sosyal kabul ihtiyacı vardır.
- E) **Özerklik:** Bağımsız hareket etme isteğidir; Cemil aksine gruba dâhil olmak istemektedir.

Cevap: B

8. Mert Bey'in öğrencilerine "değerli bir parçasınız" demesi, hata yaptıklarında yargılamadan süreci desteklemesi ve öğrencilerin kendi hedeflerini belirlemelerine fırsat tanınması, öğrenmede **bireyin kendini değerli hissetmesi ve sorumluluk alması** üzerinde durduğunu gösterir. Bu yaklaşım, insancıl eğitim anlayışında önemli olan **öz değer (kendilik değeri) ve bireyin kendi öğrenme sürecinin sorumluluğunu üstlenmesi** ilkesini destekler. Öğrenciler hem kendilerini kabul edilmiş hisseder hem de öğrenmelerinin sorumluluğunu üstlenir. Bu nedenle doğru seçenek **öz değer ve kişisel sorumluluğun gelişimidir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Başarı temelli yönetim:** Performans ve sonuç odaklıdır; burada süreç ve birey ön plandadır.
- B) **Rekabet:** Öğrenciler arası yarışmayı vurgular; burada destekleyici ve kabul edici ortam vardır.
- C) **Koşullu sevgi:** Başarıya bağlı kabulü ifade eder; öğretmen koşulsuz kabul göstermektedir.
- E) **Tek tip hedefler:** Bireysel farklılıkları göz ardı eder; burada bireyselleştirme vardır.

Cevap: D

9. Ayda, kendini olduğu gibi ortaya koyamadığını ve başkalarının onu beğenmesine göre davrandığını ifade ederek **içsel yaşantısını ve çatışmasını dile getirmektedir.** Öğretmenin verdiği cevap ise onun sözlerini yargılamadan, olduğu gibi anlamaya çalışarak **duygusunu yansıtmaya ve anlamlandırma** içerir. Bu yaklaşımda öğretmen, öğrencinin öznel yaşantısına odaklanmakta ve onu empatik biçimde anlamaya çalışmaktadır. Bu durum insancıl Kuram'da **empatik anlayış ve bireyin öznel yaşantısına yönelme** ile açıklanır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Koşullu kabul:** Bireyin belirli davranışlara göre kabul edilmesidir; öğretmen koşulsuz ve anlayışlıdır.
- C) **Dışsal ödüllendirme:** Davranışı pekiştirmeye yöneliktir; burada duygusal anlama vardır.
- D) **Davranışçı modelleme:** Gözlem yoluyla öğrenmedir; bu durumla ilişkili değildir.

- E) **Bilişsel çarpıtmaları düzeltme:** Düşünceleri değiştirmeye yöneliktir; burada duyguyu anlamaya ön plandadır.

Cevap: B

10. Başlangıçta müzik, öğrenciler için herhangi bir anlam taşımayan yani **nötr uyarıcıdır**; nötr uyarıcı, tek başına verildiğinde belirli bir tepki oluşturmayan uyarıcıdır. Öğretmen her derse başlarken bu müziği çaldıkça, müzik ile "derse başlama ve odaklanma" durumu arasında bağ kurulmuştur. Bu öğrenme sonucunda müzik artık **koşullu uyarıcı** hâline gelmiştir. Koşullu uyarıcı, başlangıçta nötr olup sonradan öğrenme yoluyla belirli bir tepkiyi ortaya çıkaran uyarıcıdır. Bu nedenle öğrenciler müziği duyduklarında otomatik olarak derse odaklanmaya başlamıştır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Koşulsuz tepki:** Doğuştan verilen otomatik tepkidir; burada öğrenilmiş bir tepki söz konusudur.
- B) **Koşulsuz uyarıcı:** Doğuştan tepki oluşturan uyarıcıdır; müzik başlangıçta böyle değildir.
- C) **Koşullu tepki:** Öğrenme sonucu ortaya çıkan tepkidir; müzik bir tepki değil uyarıcıdır.
- D) **Genelleştirilmiş pekiştirici:** Farklı pekiştiricilerle ilişkilendirilmiş ödüllendirir; burada klasik koşullanma süreci vardır.

Cevap: E

11. Öğrenci, bir öğretmen tarafından sert şekilde uyarıldıktan sonra yalnızca o öğretmene değil, **başka öğretmenlerin bulunduğu ortamlarda da benzer kaygıyı yaşamaya başlamıştır.** Yani başlangıçta belirli bir uyarıcıya (o öğretmen) verilen tepki, zamanla benzer uyarıcılara (diğer öğretmenler) da yayılmıştır. Bu durum klasik koşullanma kapsamında **uyarıcı genellemesi** olarak adlandırılır. Uyarıcı genellemesi, bir uyarıcıya verilen tepkinin o uyarıcıya benzeyen diğer uyarıcılara da verilmesidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Tepki genellemesi:** Aynı uyarıcıya farklı tepkiler verilmesidir; burada benzer uyarıcılara aynı tepki söz konusudur.

- B) **Koşullu uyarıcı:** Öğrenme sonucu tepki oluşturan uyarıcıdır; soruda süreç genellemedir.
- D) **Ayirt etme:** Benzer uyarıcılar arasında ayırım yapabilmektir; burada ayırım değil genelleme vardır.
- E) **Olumsuz pekiştirme:** Davranışın istenmeyen durumun ortadan kalkmasıyla artmasıdır; burada kaygı tepkisi söz konusudur.

Cevap: C

12. Öğrencilerin ses efektini duyduklarında derse hazırlanma davranışı göstermesi, **koşullu tepki** ile açıklanır. **Koşullu tepki**, koşullu bir uyarıcıya (burada ses efekti) öğrenme süreci sonucunda verilen tepkidir. Bu örnekte öğrenciler önce zil sesine doğal olarak tepki verirken, zamanla benzer ses efektine de aynı hazırlık tepkisini vermeyi öğrenmişlerdir. Bu nedenle hazırlık davranışı koşullu tepkidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Koşulsuz uyarıcı:** Doğuştan tepki oluşturan uyarıcıdır; burada ses efekti sonradan anlam kazanmıştır.
- C) **Pekiştirilmiş davranış:** Ödül-ceza yoluyla artan davranıştır; burada klasik koşullanma söz konusudur.
- D) **Koşulsuz tepki:** Doğuştan verilen tepkidir; bu davranış öğrenilmiştir.
- E) **Koşullu uyarıcı:** Öğrenme sonucu tepki oluşturan uyarıcıdır; soruda uyarıcı değil, tepki sorulmaktadır.

Cevap: A

13. Öğretmenin kavramları yalnızca tanımlamakla kalmayıp **örnekler vermesi, benzetmeler yapması, şemalar çizmesi ve öğrencilerden kendi cümleleriyle açıklama istemesi**, öğrencilerin yeni bilgileri mevcut bilgileriyle ilişkilendirmesini sağlar. Bu süreç **anamlı kodlama (anamlandırma)** olarak adlandırılır. Anamlandırma, eski bilgi ile yeni bilgi arasında **doğal ve anlamsal bağlantılar kurulması**, bu sayede bilgilerin zihinde bütünleşmesi ve şemaların gelişmesidir. Bu nedenle öğrenme daha derin ve kalıcı hâle gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Koruma tekrarı:** Bilginin anlamlandırılmadan tekrar edilmesidir; burada anlam kurma vardır.
- C) **Otomatik işleme:** Bilinçli çaba olmadan gerçekleşir; burada aktif zihinsel işlem vardır.
- D) **Dışsal güdüleme:** Ödül-ceza ile ilgilidir; soruda bilişsel süreç vurgulanmıştır.
- E) **Dolaylı pekiştirme:** Gözlem yoluyla öğrenmedir; burada bireyin aktif anlamlandırması söz konusudur.

Cevap: B

14. Öğretmenin ders sonunda öğrencilerden o gün öğrenilenleri **özetletmesi ve tekrar ettirmesi**, bilgilerin yalnızca geçici olarak tutulmasını değil, **işlenip kalıcı hâle getirilmesini** amaçlar. Bu süreçte bilgiler tekrar edilerek ve anlamlandırılarak **uzun süreli belleğe aktarılır**. Uzun süreli bellek, bilgilerin kalıcı olarak depolandığı bellek sistemidir ve tekrar-özetleme gibi işlemler bu aktarımı güçlendirir. Bu nedenle uygulama en çok uzun süreli belleği destekler. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Duyusal bellek:** Çok kısa süreli (anlık) kayıt yapar; soruda kalıcılık hedeflenmektedir.
- B) **Kısa süreli bellek:** Bilgiyi geçici olarak tutar; öğretmenin amacı kalıcı öğrenmedir.
- C) **Çalışma belleği:** Bilginin aktif olarak işlendiği alandır; ancak burada vurgulanan kalıcı depolamadır.
- D) **Otomatik bellek:** Bilinçsiz süreçlerle ilgilidir; burada bilinçli tekrar vardır.

Cevap: E

15. Öğretmenin formülleri ezberletmek yerine **nasıl, nerede ve neden kullanıldığını problem çözme bağlamında açıklaması**, bilginin yüzeysel değil **anlamlandırılarak öğrenilmesini** sağlar. Bu tür öğrenmede bilgiler yalnızca geçici olarak tutulmaz; anlamlı ilişkiler kurularak **anlamsal belleğe aktarılır**. Anlamsal bellek, kavramlar, kurallar ve genel bilgiler gibi anlamlı içeriklerin depolandığı uzun süreli bellek türüdür. Bu nedenle bu öğretim stratejisi anlamsal belleği güçlendirir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Ezberleme:** Yüzeysel tekrar içerir; burada anlamlandırma vardır.
- C) **Duyusal farkındalık:** Algısal süreçlerle ilgilidir; bilişsel anlamlandırma ön plandadır.
- D) **Kısa süreli hafıza:** Geçici depolamadır; burada kalıcı öğrenme hedeflenir.
- E) **Alışkanlık:** Tekrar yoluyla otomatikleşme ile ilgilidir; burada kavramsal anlama vardır.

Cevap: B

1. Cankat'ın aynı anda birden fazla bilgiyi zihninde tutup bunlar üzerinde işlem yapabilmesi, işleyen belleğin temel özelliğidir. İşleyen bellek, bilgiyi geçici olarak aktif biçimde tutan ve aynı anda işleyen bir sistemdir; özellikle karar verme ve problem çözme süreçlerinde kullanılır. Bu nedenle bu durum işleyen bellekle açıklanır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Duyusal bellek:** Anlık algısal kayıt yapar; burada aktif zihinsel işlem vardır.
- B) **Anlamsal bellek:** Kavramsal bilgilerin depolanmasıyla ilgilidir; burada anlık işlem yapılmaktadır.
- D) **Anısal bellek:** Yaşantıların hatırlanmasıdır; burada karşılaştırma ve değerlendirme vardır.
- E) **İşlemsel bellek:** "Nasıl yapılır" bilgisi ve motor becerilerle ilgilidir; burada bilişsel karşılaştırma süreci vardır.

Cevap: C

2. Öğretmenin matematik stratejisini anlatırken **renkli kalemler kullanması ve işlem adımlarını yavaş, vurgulu şekilde tekrar etmesi**, öğrencilerin anlatılanlara odaklanmasını sağlamaya yöneliktir. Bandura'ya göre gözlem yoluyla öğrenmenin ilk aşaması **dikkattir**; birey modele dikkat etmeden diğer süreçler (hatırd tutma, uygulama) gerçekleşmez. Bu nedenle öğretmenin yaptığı bu düzenlemeler dikkat sürecini desteklemektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Hatırd tutma:** Gözlenen bilginin zihinde saklanmasıdır; burada öncelik dikkat çekmedir.
- B) **Uygulama:** Davranışın gerçekleştirilmesidir; öğretmen henüz modeli sunmaktadır.
- D) **Öz yeterlik:** Bireyin kendine olan inancıdır; burada dikkat yönlendirme vardır.
- E) **Dolaylı pekiştirme:** Başkalarının sonuçlarından öğrenmedir; bu durum söz konusu değildir.

Cevap: C

3. Öğrenci, arkadaşının öğretmen tarafından takdir edildiğini gördükten sonra aynı yöntemi kendi ödevine uygulamaktadır. Bu durumda öğrenci davranışı **kendi yaşantısıyla değil, başkasının aldığı ödülü gözlemleyerek** öğrenmektedir. Bandura'ya göre bu tür öğrenme, başkasının pekiştirilmesini gözlemleyerek davranışın benimsenmesi anlamına gelir ve **dolaylı pekiştirme** olarak adlandırılır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Edimsel koşullanma:** Davranışın doğrudan ödül-ceza ile şekillenmesidir; burada gözlem yoluyla öğrenme vardır.
- B) **Doğrudan pekiştirme:** Bireyin kendi davranışının ödüllendirilmesidir; burada başkası üzerinden öğrenme vardır.
- C) **İçsel güdülenme:** Bireyin kendi isteğiyle hareket etmesidir; burada modelin etkisi vardır.
- D) **Öz düzenleme:** Bireyin kendi davranışını kontrol etmesidir; soruda gözlem yoluyla öğrenme vardır.

Cevap: E

4. Öğrencinin "Ben bu sunumu yapamam" şeklindeki ifadesi, belirli bir görevi yerine getirme konusunda **kendi kapasitesine yönelik inancını** yansıtır. Bandura'ya göre bireyin bir işi başarıp başaramayacağına dair kendi hakkındaki bu değerlendirmesi **öz yeterlik inancı** olarak adlandırılır. Bu nedenle öğrencinin kalabalık önünde konuşamayacağına inanması, öz yeterlik inancıyla doğrudan ilişkilidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Öz yargılama kapasitesi:** Bireyin kendi davranışlarını değerlendirmesiyle ilgilidir; burada yeterlik inancı ön plandadır.
- C) **Öngörü kapasitesi:** Geleceği planlama ve sonuçları öngörme ile ilgilidir; burada kendine güven söz konusudur.
- D) **Sembolleştirme kapasitesi:** Bilgileri zihinsel sembollerle temsil etme sürecidir; bu durumla ilgili değildir.
- E) **Öz düzenleme kapasitesi:** Davranışları kontrol etme ve yönlendirme ile ilgilidir; burada inanç düzeyi vurgulanmaktadır.

Cevap: B

5. Bandura'ya göre gözlem yoluyla öğrenmenin gerçekleşebilmesi için dört süreç **belirli bir sırayla** işler: önce birey modele **dikkat eder**, ardından gördüklerini **hatırd tutar**, daha sonra bu davranışı **uygular** ve son olarak davranışı sürdürmesi için **güdülenme** gerekir. Bu sıra **dikkat → hatırd tutma → uygulama → güdülenme** şeklindedir.

Dikkat: Bireyin modeli ve davranışı seçici biçimde fark etmesi ve odaklanmasıdır. Dikkat olmadan öğrenme süreci başlamaz.

Hatırd tutma: Gözlenen davranışın zihinde kodlanması ve saklanmasıdır. Birey, gördüğünü semboller veya imgelerle bellekte tutar.

Uygulama: Hatırd tutulan davranışın fiilen ortaya konmasıdır. Birey öğrendiğini davranışa dönüştürür.

Güdülenme: Davranışın yapılması ve sürdürülmesi için gerekli istektir. Ödül beklentisi, sonuçlar ya da içsel nedenler güdülenmeyi artırır.

Cevap: D

6. Öğrenciler, öğretmen'in geç kalan öğrenciyi sınıf önünde uyarmasına tanık olduktan sonra kendileri derse zamanında gelmeye başlamıştır. Yani davranış değişikliği, **doğrudan yaşantı sonucu değil, başkasına uygulanan sonucun gözlemlenmesiyle** ortaya çıkmıştır. Bandura'ya göre bireylerin başkalarını gözlemleyerek yeni davranışlar öğrenmesi **gözlem yoluyla öğrenme** olarak adlandırılır. Bu nedenle durum bu kavramla açıklanır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Doğrudan koşullanma: Bireyin kendi yaşantısıyla öğrenmesidir; burada başkasını gözlemleme vardır.

B) Sönme: Davranışın pekiştirilmemesi sonucu azalmasıdır; burada davranış artmıştır.

D) Edimsel öğrenme: Ödül-ceza yoluyla doğrudan öğrenmedir; burada dolaylı öğrenme vardır.

E) İçsel güdülenme: Bireyin kendi isteğiyle davranmasıdır; burada dışsal gözlem etkisi vardır.

Cevap: C

7. Öz yeterlik, bireyin belirli bir görevi başarıyla yapabileceğine dair **kendi kapasitesine yönelik inancıdır**. Bu inanç en güçlü şekilde, bireyin **kendi başarılarını fark etmesi ve "ben yapabiliyorum" deneyimi yaşamasıyla** gelişir. Öğrencinin kendi bireysel başarılarını görmesi, bu inancı doğrudan güçlendirir. Bu nedenle en uygun davranış, öğrencilerin bireysel başarılarını fark ettirmektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Model alma: Başkalarını gözlemleyerek öğrenmeyi destekler; ancak doğrudan öz yeterliği oluşturmaz.

B) Grup çalışması: Sosyal etkileşimi artırır; öz yeterliğe dolaylı katkı sağlar.

C) Pekiştirme verme: Davranışı artırır; ancak öz yeterlikten çok dışsal motivasyonu etkiler.

D) Sadece başarıları sunma: Diğer öğrencilerde yetersizlik algısı oluşturabilir; öz yeterliği zayıflatır.

Cevap: E

8. Öğretmenin öğrencilerine hedef belirleme, bu hedeflere ulaşmak için strateji geliştirme ve düzenli olarak kendini değerlendirme becerilerini kazandırması, öğrencilerin **kendi öğrenme süreçlerini planlama, izleme ve değerlendirme** becerisini geliştirmeye yöneliktir. Bu süreç, bireyin kendi davranışlarını ve öğrenmesini kontrol etmesi anlamına gelen **öz düzenleme becerisi** ile açıklanır. Bu nedenle öğretmenin uygulaması öncelikle öz düzenlemeyi destekler. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Dışsal motivasyon: Ödül-ceza ile ilgilidir; burada bireyin kendi sürecini yönetmesi vardır.

C) Öz yeterlik: Kişinin yapabilme inancıdır; burada süreç yönetimi ön plandadır.

D) Sosyal karşılaştırma: Başkalarıyla kıyaslamadır; soruda bireysel değerlendirme vardır.

E) Öngörü kapasitesi: Geleceği tahmin etmeyi içerir; burada planlama ve izleme süreci vardır.

Cevap: B

9. Öğretmen, zor problemler karşısında vazgeçen öğrencilere geçmişte başardıkları durumları hatırlatarak onların “**ben yapabilirim**” inancını **yeniden güçlendirmeye** çalışmaktadır. Bandura'ya göre bireyin geçmiş başarı deneyimlerini hatırlaması, belirli bir görevi başarma konusundaki **öz yeterlik inancını** doğrudan artırır. Bu nedenle bu yaklaşım, öğrencilerin kendi kapasitelerine olan güvenini güçlendirmeye yöneliktir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Öz yargılama:** Bireyin davranışlarını değerlendirmesidir; burada yapabilme inancı vurgulanmaktadır.
- B) **Öngörü:** Geleceğe yönelik tahmin ve planlamadır; burada geçmiş başarıya dayalı inanç vardır.
- D) **Gözlem yoluyla öğrenme:** Başkalarını izleyerek öğrenmedir; burada bireyin kendi deneyimi ön plandadır.
- E) **Duygusal farkındalık:** Duyguları tanıma ile ilgilidir; burada yeterlik algısı vardır.

Cevap: C

10. Öğretmenin öğrencilerden öğrendiklerini **gelecekteki proje ya da mesleki hedeflerle ilişkilendirerek nasıl kullanacaklarını yazmalarını istemesi**, onların kendi yeteneklerini değerlendirip **geleceğe yönelik tahmin ve plan yapmalarını** sağlamaktadır. Bandura'ya göre bireyin davranışlarının olası sonuçlarını önceden düşünmesi ve buna göre yön belirlemesi **öngörü kapasitesi** olarak adlandırılır. Bu nedenle bu uygulama doğrudan **öngörü kapasitesini** geliştirmeye yöneliktir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Öz yeterlik inancı:** Yapabilme inancıdır; burada geleceği planlama ön plandadır.
- B) **Anında geri bildirim:** Öğretmenin hemen dönüt vermesidir; soruda böyle bir durum yoktur.
- D) **Doğrudan pekiştirme:** Davranışın ödül-ceza ile güçlendirilmesidir; burada bilişsel planlama vardır.
- E) **Öz yargılama kapasitesi:** Bireyin kendi performansını değerlendirmesidir; burada geleceğe yönelik öngörü vardır.

Cevap: C

11. Öğrencilerin kendi yazılarını puanlaması ve ardından akran geri bildirimini alarak güçlü ve gelişime açık yönlerini fark etmesi, onların **kendi davranışlarını değerlendirip yargıya varmalarını** sağlamaktadır. Bu süreçte öğrenci, yaptığı çalışmanın sonucuna bakarak kendisi hakkında bir değerlendirme yapar ve bu davranışı sürdürüp sürdürmeye karar verir. Bu durum Bandura'ya göre **öz yargılama kapasitesi** ile açıklanır. Öz yargılama kapasitesi, bireyin kendi davranışlarını değerlendirmesi, sonuçlarına göre kendisi hakkında yargıya varmasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Dışsal güdülenme:** Ödül-ceza ile ilgilidir; burada içsel değerlendirme vardır.
- C) **Model alma:** Başkalarını gözlemleyerek öğrenmedir; burada bireyin kendini değerlendirmesi vardır.
- D) **Dikkat:** Modele odaklanma sürecidir; burada değerlendirme süreci ön plandadır.
- E) **Öz yeterlik inancı:** Yapabilme inancıdır; burada performansın değerlendirilmesi söz konusudur.

Cevap: B

12. Öz yeterlik inancı, bireyin bir işi başarabileceğine dair **kendi kapasitesine yönelik inancıdır** ve özellikle bireyin **kendi başarı deneyimleri, ilerlemesini fark etmesi ve baş etme becerileri** ile güçlenir. Buna karşılık başarıyı yalnızca en iyi öğrencilerle ilişkilendirmek, diğer öğrencilerde “ben yapamam” algısı oluşturur ve öz yeterliği zayıflatır. Bu nedenle öğretmenin kaçınması gereken uygulama budur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Önceki başarıları hatırlatmak:** Öz yeterliği artırır çünkü geçmiş başarı deneyimleri en güçlü kaynaktır.
- B) **Bireysel ilerlemeyi fark ettirmek:** Öğrencinin gelişimini görmesini sağlar ve öz yeterliği destekler.
- C) **Zorluklarla baş etme yollarını öğretmek:** Başarı beklentisini artırır ve öz yeterliği güçlendirir.
- E) **Strateji modellemek:** Öğrencinin nasıl başaracağını görmesini sağlar ve öz yeterliği destekler.

Cevap: D

13. Öz yargılama kapasitesi, bireyin **kendi davranışlarını değerlendirip güçlü ve gelişime açık yönleri hakkında yargıya varmasıdır**. Bu beceriyi geliştirmek için öğrencinin kendi performansını analiz etmesi gerekir. Öğrencilere güçlü ve geliştirilmesi gereken yönlerini yazdırmak, onların kendi çalışmalarını değerlendirerek bilinçli bir yargıya ulaşmasını sağlar. Bu nedenle en uygun uygulama budur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Otomatik geri bildirim:** Dışsal değerlendirmedir; öz yargılama gelişmez.
- C) **Sadece öğretmenin değerlendirmesi:** Öğrenciyi pasif bırakır; öz değerlendirme yoktur.
- D) **Çoktan seçmeli testler:** Yüzeysel ölçüm sağlar; derin değerlendirme içermez.
- E) **Birbirleriyle kıyaslama:** Sosyal karşılaştırmadır; öz yargılamadan farklıdır.

Cevap: B

14. Elvan Öğretmen'in sorduğu sorular, öğrencilerin **kendi öğrenme süreçlerini düşüncelerini, kullandıkları stratejileri fark etmelerini ve gelecekte nasıl daha iyi yapabileceklerini planlamalarını** sağlar. Bu durum, bireyin kendi bilişsel süreçlerini izleme, değerlendirme ve düzenleme becerisi olan **üst biliş (metabiliş)** ile açıklanır. Üst bilişsel beceriler, "nasıl öğrendiğini bilme ve öğrenmeyi yönetme"yi içerir. Bu nedenle etkinliğin temel amacı üst bilişsel becerileri geliştirmektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Öz saygı:** Kişinin kendine verdiği değerle ilgilidir; burada öğrenme sürecini analiz etme vardır.
- B) **Duygusal zekâ:** Duyguları tanıma ve yönetme ile ilgilidir; burada bilişsel süreçler ön plandadır.
- C) **Sosyal karşılaştırma:** Başkalarıyla kıyaslamadır; burada bireysel değerlendirme vardır.
- D) **Akademik benlik algısı:** Kişinin akademik yeterliliğine dair algısıdır; burada süreç farkındalığı vardır.

Cevap: E

15. Öğretmenin önce hikâye anlatması, ardından anahtar kavramları yazması ve öğrencilerden bu kavramları kendi cümleleriyle ifade etmelerini istemesi, bilginin **anlamlandırılarak ve farklı yollarla işlenmesini** sağlar. Bu tür işlemler, bilginin yüzeysel kalmayıp **uzun süreli belleğe etkili biçimde kodlanmasını** kolaylaştırır. Bilgi işleme kuramına göre anlamlandırma, örgütleme ve yeniden ifade etme gibi stratejiler, bilgilerin kalıcı olarak depolanmasını destekler. Bu nedenle uygulama, uzun süreli belleğe kodlama sürecini güçlendirmeye yöneliktir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Duyusal kayıt:** Anlık dikkatle ilgilidir; burada derin işleme vardır.
- C) **Kısa süreli bellek:** Geçici tekrar söz konusudur; burada kalıcı öğrenme hedeflenir.
- D) **Çalışma belleği kapasitesi:** Kapasite artırımı değil, etkili kodlama söz konusudur.
- E) **Duyusal bilgiyi bastırma:** Unutmayı önleme bu şekilde gerçekleşmez; burada anlamlandırma vardır.

Cevap: A

1. Rana Öğretmen'in öğrencileri notla değil, **kendi öğrenme süreçlerine yönelik hedefler koyarak motive etmesi** ve onların her hafta **kendi gelişimlerini değerlendirmelerini istemesi**, öğrenmenin dışsal ödüllere değil **bireyin kendi içsel isteğine ve süreci yönetmesine** dayandığını gösterir. Bu yaklaşımda öğrenci, kendi öğrenmesini planlar, izler ve değerlendirir; yani **öz düzenleme becerisini kullanır** ve motivasyonu içseldir. Bu nedenle durum **içsel motivasyon – öz düzenleme** ile açıklanır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Dışsal motivasyon – ceza:** Not ve ceza temellidir; soruda içsel süreç vardır.
- C) **Sosyal motivasyon:** Akran etkisi ön plandadır; soruda bireysel süreç vardır.
- D) **İçsel motivasyon – pekiştireç:** Pekiştireç dışsal bir unsurdur; soruda ödül yoktur.
- E) **Simgesel ödül sistemi:** Semboller gibi ödüllerle ilgilidir; soruda böyle bir sistem yoktur.

Cevap: B

2. Öğretmen her hafta bir öğrenciyi "haftanın kitap elçisi" yaparak onun kitap tanıtımı yapmasını ve arkadaşlarına öneride bulunmasını sağlamaktadır. Bu süreçte diğer öğrenciler, arkadaşlarının davranışını **gözlemleyerek** kitap okumaya yönelmekte ve bu davranışı benimsemektedir. Yani öğrenme, doğrudan ödül-ceza yoluyla değil, **modelin gözlemlenmesi yoluyla** gerçekleşmektedir. Bu durum sosyal öğrenme kuramı kapsamında **gözlem yoluyla öğrenme** ile açıklanır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Davranışçı kuram – pekiştirme:** Ödül-ceza temellidir; burada model alma ön plandadır.
- B) **Yapılandırmacı kuram:** Bireyin bilgiyi aktif olarak yapılandırmasını vurgular; burada gözlem etkisi vardır.
- C) **Bilişsel kuram:** Zihinsel süreçlere odaklanır; soruda sosyal öğrenme vardır.
- E) **Gestalt kuramı:** Kavrama ve bütünsel algı ile ilgilidir; bu durumla örtüşmez.

Cevap: D

3. Öğretmen, kurallara uygun davranan öğrencilere teşekkür ederek bu davranışı **ödüllendirmekte**, yani **olumlu pekiştirme** yapmaktadır. Olumlu pekiştirme, davranıştan sonra hoş bir uyarıcı verilerek o davranışın artmasını sağlamaktır. Aynı zamanda öğretmen, söz almadan konuşan öğrencilere dikkat göstermeyerek bu davranışı **pekiştirmemekte** ve zamanla azalmasına yol açmaktadır; bu durum **sönme** olarak adlandırılır. Sönme, bir davranışın pekiştirilmemesi sonucu giderek ortadan kalkmasıdır. Bu nedenle istenen davranış artarken, istenmeyen davranış azalmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Olumlu pekiştirme ve model alma:** Model alma yoktur.
- B) **Olumsuz pekiştirme ve ceza:** Ceza uygulanmamaktadır.
- C) **Ayırt edici uyarıcı ve tepkisel koşullanma:** Klasik koşullanma süreci yoktur.
- E) **Aşamalı yaklaşım ve düzeltici geri bildirim:** Bu tür bir süreç yoktur.

Cevap: D

4. Öz düzenleme kapasitesi, bireyin **kendi davranışlarını planlama, izleme ve kontrol etme**, yani hedefe ulaşmak için sürecini **kendi içsel standartlarına göre yönetebilme** becerisidir. Öğretmenin görevleri küçük adımlara bölmesi ve öğrencilerin ilerlemelerini çizelgeyle takip etmelerini sağlaması, öğrencilerin ne yapacaklarına karar vermelerini, süreçlerini izlemelerini ve davranışlarını yönlendirmelerini sağlar. Böylece öğrenci kendi öğrenmesini aktif biçimde kontrol eder; bu da öz düzenleme kapasitesini doğrudan geliştirir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Düşük not verme:** Dışsal baskı oluşturur; bireyin kendi sürecini yönetmesini sağlamaz.
- C) **Aileden yardım isteme:** Sorumluluğu dışarıya aktarır; öz düzenlemeyi zayıflatır.
- D) **Hazır örnekler sunma:** Öğrenciyi pasif hâle getirir; kendi davranışını yönetmez.
- E) **Gruplardan ayırma:** Öğrenme sürecini desteklemez; öz düzenleme gelişmez.

Cevap: B

5. Öğrenciler, popüler bir arkadaşlarının belirli davranışlar sergilediğinde öğretmen tarafından ödüllendirildiğini **gözlemlemekte** ve bu ödülün etkisiyle aynı davranışları yapmaya başlamaktadır. Bu durumda öğrenme, bireyin kendi yaşantısından değil, başkasının aldığı ödülü görerek gerçekleşmektedir. Bandura'ya göre başkasının pekiştirilmesini gözlemleyerek davranışın benimsenmesi **dolaylı pekiştirme** olarak adlandırılır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Olumlu pekiştirme:** Bireyin kendi davranışının ödüllendirilmesidir; burada başkasının ödülü etkilidir.
- C) Edimsel koşullanma:** Doğrudan ödül-ceza yoluyla öğrenmedir; burada gözlem vardır.
- D) Zihinsel prova:** Davranışın zihinde canlandırılmasıdır; burada gözlem yoluyla öğrenme vardır.
- E) Aşamalı yaklaşma:** Davranışın kademeli olarak şekillendirilmesidir; bu durum söz konusu değildir.

Cevap: A

6. Öğrencilerin derse katılımı başlangıçta yıldız ve ödül gibi **dışsal pekiştiricilerle artırılmış**, ancak zamanla öğrenciler yalnızca ödül olduğunda katılım göstermeye başlamıştır. Bu durum, dışsal ödüllerin aşırı kullanımının bireyin kendi isteğine dayalı öğrenme motivasyonunu zayıflatmasıyla açıklanır. Yani **dışsal güdüleme içsel motivasyonu baskılamıştır.** **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Doğrudan öğretim yaklaşımı:** Öğretim yöntemiyle ilgilidir; motivasyon süreci değildir.
- B) İçsel güdülenmenin artması:** Tam tersine içsel motivasyon azalmıştır.
- C) Pekiştirmenin kalıcılığı artırması:** Burada bağımlılık oluşmuştur, kalıcılık değil.
- E) Gözlem yoluyla öğrenme:** Başkalarını izleyerek öğrenmedir; bu durumla ilgili değildir.

Cevap: D

7. Kerem, her gün aynı yolu kullanmasına rağmen yön bulmaya bilinçli olarak odaklanmamış, yani öğrenme amacıyla çaba göstermemiştir. Ancak zamanı geldiğinde yolu tek başına bulabilmesi, bu bilgilerin **farkında olmadan zihninde depolandığını** gösterir. Bu durum **gizil öğrenme** ile açıklanır. Gizil öğrenme, bireyin farkında olmadan, pekiştirme olmadan edindiği ve ihtiyaç duyulduğunda ortaya çıkan öğrenmedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Edimsel koşullanma:** Ödül-ceza ile öğrenmedir; burada böyle bir durum yoktur.
- B) Dolaylı pekiştirme:** Başkalarının ödülleri gözlemleyerek öğrenmedir; söz konusu değildir.
- C) Model alma:** Başkasını bilinçli taklit etmedir; Kerem bilinçli öğrenmemiştir.
- D) İçgörü:** Ani kavrayışla çözüm bulmadır; burada süreç farkında olmadan gerçekleşmiştir.

Cevap: E

8. Melis'in sınavdan hemen önce duyduğu formülü **kısa süreli olarak zihninde tutup kısa bir süre sonra unutması**, bilginin kalıcı olarak depolanmadığını gösterir. Bu durum **kısa süreli bellek** ile açıklanır. Kısa süreli bellek, bilgiyi **20-30 saniye kadar geçici olarak tutan**, kapasitesi sınırlı (yaklaşık 7 ± 2 birim) olan ve tekrar edilmezse hızla unutilan bir bellek sistemidir. Bu belleğin temel görevi, bilgiyi kısa süreli tutmak ve gerektiğinde kullanmaktır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Uzun süreli anlamsal bellek:** Bilgilerin kalıcı olarak depolandığı bellektir; kapasitesi sınırsızdır ve formüller normalde burada tutulur. Ancak Melis bilgiyi kalıcı öğrenmemiştir.
- B) İşlemsel bellek:** "Nasıl yapılır" bilgisiyle ilgilidir (örneğin bisiklet sürmek); beceriler ve otomatik davranışlar bu bellekte yer alır.
- D) Anısal bellek:** Kişisel yaşantıların (ne, nerede, ne zaman) saklandığı bellektir; burada olay değil bilgi tutulmuştur.
- E) Duyusal bellek:** Çok kısa süreli (milisaniyelik) algısal kayıt yapar; Melis'in durumu bundan daha uzun sürmüştür.

Cevap: C

9. Baba, Derin'in bisiklet sürme becerisini **basitten zora doğru aşamalara bölerek** öğretmekte ve her başarılı adımı **pekiştirerek** bir sonraki basamağa geçirmektedir. Davranış, küçük adımlar hâlinde şekillendirilmekte ve her adımda ödül verilerek hedef davranışa ulaşılmaktadır. Bu süreç **kademeli yaklaşma** yöntemidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Doğrudan öğretim:** Anlatım ve açıklamaya dayanır; burada davranış aşamalı olarak şekillendirilmektedir.

C) **Model alma:** Başkalarını izleyerek öğrenmedir; burada bireyin kendi davranışı geliştirilmiştir.

D) **Sistemik duyarsızlaştırma:** Kaygıyı azaltmaya yöneliktir; burada beceri öğretimi vardır.

E) **Eşik yöntemi:** İstenmeyen bir alışkanlığı ortadan kaldırmak için kullanılır; uyarıcı tepki eşliğini aşmayacak şekilde yavaş yavaş artırılır. Soruda ise yeni bir davranış **pekiştirilerek** kazandırılmaktadır.

Cevap: A

10. Murat Bey'in uygulamasında içerik **küçük adımlara bölünmüş**, her adımda öğrenciye **hemen geri bildirim verilmiş**, doğru cevapta **bir sonraki adıma geçme**, yanı sıra ise **aynı basamakta tekrar etme** sağlanmıştır. Ayrıca öğrenciler **kendi hızlarında ilerlemekte** ve her doğru yanıt **anında** pekiştirilmektedir. Bu özellikler; **küçük adımlar, aktif katılım, anında dönüt-düzeltilme ve bireysel hız** ilkelerine dayanan **programlı öğretim** yönteminin temel özellikleridir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Yapılandırıcı öğrenme:** Öğrencinin bilgiyi aktif olarak yapılandırmasına dayanır; bu kadar sistematik basamaklandırma yoktur.

C) **Buluş yoluyla öğretim:** Öğrencinin keşfederek öğrenmesini içerir; burada yönlendirilmiş adımlar vardır.

D) **Proje tabanlı öğrenme:** Uzun süreli, ürün odaklı çalışmaları içerir; burada aşamalı öğretim vardır.

E) **İş birliğine dayalı öğrenme:** Grup çalışmasına dayanır; burada bireysel ilerleme söz konusudur.

Cevap: B

11. Yiğit, yaptığı hamlelerin işe yarayıp yaramadığına bakarak **denemeler yapmakta, hatalı olanları bırakıp başarılı olanları seçerek ilerlemekte**dir. Bu süreçte öğrenme ani bir kavrayışla değil, **tekrar eden denemeler ve sonuçlara göre davranışı değiştirme** yoluyla gerçekleşmektedir. Bu durum **deneme-yanılma yoluyla öğrenmeyi** ifade eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Edimsel koşullanma:** Davranışın ödül-ceza ile şekillenmesidir; burada sistematik pekiştirme değil deneme süreci vardır.

B) **Tepkisel koşullanma:** Uyarıcı-tepki bağının kurulmasıdır; bu durumla ilgili değildir.

D) **Dolaylı öğrenme:** Başkalarını gözlemleyerek öğrenmedir; burada bireyin kendi deneyimi vardır.

E) **İçgörüselsel öğrenme:** Ani ve bütünsel kavrayışla çözüm bulmadır; burada aşamalı deneme süreci vardır.

Cevap: C

12. Öğretmen, Arda'nın yüzme davranışını **bir anda değil, küçük ve aşamalı basamaklara bölerek** öğretmektedir. Ayakları suya sokma, sıg alanda oturma, suyla oynama ve en son tamamen suya girme gibi adımlar belirlenmiş; her adım başarılığında **övgü ve ödülle pekiştirme yapılmıştır**. Bu süreç, hedef davranışın **küçük adımlar hâlinde şekillendirilmesi** ilkesine dayanır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Gözlem yoluyla öğrenme:** Başkalarını izleyerek öğrenmedir; burada bireyin kendi davranışı aşamalı geliştirilmiştir.

B) **Olumsuz pekiştirme:** Olumsuz bir durumun kaldırılmasıyla davranışın artmasıdır; burada ödül verilmiştir.

C) **Koşulsuz uyarıcı:** Klasik koşullanma kavramıdır; bu durumla ilgili değildir.

E) **Tersine koşullama:** Olumsuz duyguyu başka bir tepkiyle değiştirmedir; burada temel süreç davranışın şekillendirilmesidir.

Cevap: D

13. İrem'in bisiklet sürmeyi **hiç düşünmeden, otomatik biçimde yapabilmesi** işlemsel belleğe; ilk kez bisiklet sürmeyi denediği yaz tatilini, düşmesini ve babasının ona moral verdiği anları **yaşantı olarak hatırlaması** anısal belleğe; kardeşine bisikletin fren ve vites sistemini **bilgi olarak açıklaması** ise anlamsal belleğe karşılık gelir. Bu sıralama **işlemsel → anısal → anlamsal** şeklindedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

İşlemsel bellek (Prosedürel): "Nasıl yapılır" bilgisini içerir. Motor beceriler ve otomatikleşmiş davranışlar bu bellekte yer alır (bisiklet sürmek, araba kullanmak gibi). Bilinçli düşünme gerektirmez ve kolay kolay unutulmaz.

Anısal bellek (Epizodik): Kişinin yaşadığı olayları, zaman ve mekân bağlamıyla birlikte saklar. "Ne, nerede, ne zaman" sorularına cevap verir (ilk bisiklet denemesi, düşme anı gibi).

Anlamsal bellek (Semantik): Kavramlar, genel bilgiler, kurallar ve sistematik bilgiler bu bellekte tutulur. Kişisel yaşantıdan bağımsızdır (fren sistemi nasıl çalışır gibi bilgiler).

Cevap: E

14. Meryem'in ödül alması **her hafta belirli bir gün (cuma)** gerçekleşmektedir ve bu süre dolduğunda, eğer ödevleri tam ise pekiştirme verilmektedir. Yani pekiştirme **baştan belli olan sabit zamanlarda yapılmaktadır**. Bu durum **sabit aralıklı pekiştirmeye** örnektir. Sabit aralıklı tarifelerde bireyler genellikle **pekiştirme zamanı yaklaştıkça davranışı artırır**; Meryem'in cuma günü derslere daha çok odaklanması bunun tipik göstergesidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sabit oranlı:** Belirli sayıda davranıştan sonra ödül verilir. Örnek: 10 soru çözen öğrenciye ödül verilmesi.
- C) **Değişken oranlı:** Belirsiz sayıda davranıştan sonra ödül gelir. Örnek: Kumar makineleri (kaç denemede kazanılacağı belli değildir).
- D) **Değişken aralıklı:** Pekiştirme zamanı belirsizdir. Örnek: Öğretmenin habersiz yaptığı yoklamalar.
- E) **Sürekli pekiştirme:** Her doğru davranış ödüllendirilir. Örnek: Her doğru cevaba yıldız verilmesi.

Cevap: B

15. Zeynep Hanım'ın uygulamasında ödül, **belirli bir kitap sayısına sabit biçimde bağlı değildir**; bazen 2 kitapta bir, bazen 4 kitapta bir, bazen de üst üste verilmektedir. Yani pekiştirme, **davranış sayısına bağlıdır ama bu sayı değişkendir ve öngörülemezdir**. Bu durum **değişken oranlı pekiştirme** tarifesine karşılık gelir. Bu tarifede birey, ödülün kaçınıcı davranışa geleceğini bilmediği için davranışı **yüksek ve sürekli bir tempoda sürdürür** (kumarda olduğu gibi). **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Sabit oranlı:** Belirli sayıda davranıştan sonra ödül verilir. Örnek: Her 3 kitapta bir ödül.
- B) **Sabit aralıklı:** Belirli zaman aralıklarında ödül verilir. Örnek: Her hafta yapılan ödüllendirme.
- D) **Değişken aralıklı:** Ödülün zamanı belirsizdir, davranış sayısına bağlı değildir. Örnek: Öğretmenin rastgele zamanlarda yoklama yapması.
- E) **Artan oranlı:** Ödül için gereken davranış sayısı giderek artar. Örnek: Önce 2 kitap, sonra 5 kitap, sonra 10 kitapta ödül verilmesi.

Cevap: C

1. I. Cemre'ye **her hafta sonu** harçlık verilmesi, pekiştirmenin **belirli zaman aralıklarına bağlı** olduğunu gösterir. Bu durum **sabit aralıklı** pekiştirmedir (örnek: maaşın her ay verilmesi).
- II. Ece'nin **her üçüncü davranıştan sonra** ödül alması, pekiştirmenin **belirli sayıda davranışa bağlı** olduğunu gösterir. Bu durum **sabit oranlı** pekiştirmedir (örnek: her 3 doğruya ödül).
- III. Arda'nın **rastgele günlerde** ödül alması, pekiştirmenin **zamanının belirsiz** olduğunu gösterir. Bu durum **değişken aralıklı** pekiştirmedir (örnek: habersiz yoklamalar).

Sıralama **sabit aralıklı – sabit oranlı – değişken aralıklı** şeklindedir.

Cevap: A

2. I. Öykü'nün **her cuma günü** ödül alması, pekiştirmenin **belirli zaman aralıklarına bağlı** olduğunu gösterir. Bu nedenle **sabit aralıklı** pekiştirmedir (örnek: haftalık ödül).
- II. Berat'ın ödülü **bazen 2, bazen 5 doğru cevapta bir alması** ve bunu önceden bilememesi, pekiştirmenin **davranış sayısına bağlı ama değişken** olduğunu gösterir. Bu nedenle **değişken oranlı** pekiştirmedir (örnek: kumar makineleri).
- III. Duru'nun **her 3 ödevde bir** ödül alması, pekiştirmenin **belirli sayıda davranışa bağlı** olduğunu gösterir. Bu nedenle **sabit oranlı** pekiştirmedir (örnek: her 3 doğruya ödül).

Sıralama **sabit aralıklı – değişken oranlı – sabit oranlı** şeklindedir.

Cevap: A

3. Bandura'nın **karşılıklı belirleyicilik** ilkesi, davranışın bireysel faktörler, davranış ve çevre arasındaki **karşılıklı etkileşimle** oluştuğunu ifade eder. Örneğin derste kendine güvenen bir öğrenci daha çok söz alır, öğretmen onu destekledikçe öz güveni artar ve bu süreç karşılıklı olarak birbirini etkiler. Bu nedenle doğru seçenek **E seçeneğidir**.

- A) Davranışın yalnızca çevre tarafından belirlendiğini savunduğu için, bireyin çevreyi de etkilediği karşılıklı etkileşim durumunu açıklayamaz.
- B) Davranışı sadece biyolojik ve genetik etkenlere bağladığı için, çevresel ve davranışsal etkileşimi dışladığından uygun değildir.
- C) Öğrenmeyi sadece ödül-ceza ile açıkladığı için, bilişsel ve sosyal etkileşim boyutunu kapsamaz.
- D) Çevrenin tek yönlü belirleyici olduğunu ileri sürdüğü için, bireyin aktif rolünü ve karşılıklı etkileşimi göz ardı eder.

Cevap: E

4. I. Baran'ın daha önce iğne yapan hemşireden korkması ve şimdi **beyaz önlük giyen tüm sağlık çalışanlarından çekinmesi**, korkunun benzer uyarıcılara yayılmasıdır. Bu durum **uyarıcı genellemesidir**. Uyarıcı genellemesi, başlangıçta tepki verilen bir uyarıcıya benzer diğer uyarıcılara da aynı tepkinin verilmesidir.
- II. Defne'nin uyarıldıktan sonra yalnızca ellerini yüzüne kapatmakla kalmayıp **ağlama, sınıftan çıkma ve öğretmenden kaçınma gibi farklı tepkiler geliştirmesi**, aynı uyarana karşı tepkilerin çeşitlenmesidir. Bu durum **tepki genellemesidir**. Tepki genellemesi, aynı uyarana karşı farklı ama benzer tepkilerin ortaya çıkmasıdır.

Bu nedenle sıralama **uyarıcı genellemesi – tepki genellemesi** şeklindedir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) Tepki genellemesi – uyarıcı genellemesi sıralaması verilmiştir; sorudaki durumların sırası buna uygun değildir.
- C) Ayırt etme, bireyin benzer uyarıcılar arasında ayırım yaparak yalnızca belirli uyarıcıya tepki vermesidir; kademeli yaklaşma ise davranışın basitten zora doğru aşamalarla her aşamada pekiştirilerek öğretilmesidir. Soruda bu süreçler yoktur.

- D) Sönme, pekiştirilmeyen davranışın zamanla azalıp kaybolmasıdır. Kaçınma davranışı ise bireyin olumsuz bir durumdan uzak durmasıdır. Soruda davranış azalması değil genelleme vardır.
- E) Davranışta kontrast, bir ortamda pekiştirilen davranışın başka bir ortamda farklılaşmasıdır; bu durum sorudaki genelleme süreçlerini açıklamaz. Tepki genellemesi ise yalnızca ikinci durumu kapsar, birinciyi açıklamaz.

Cevap: A

5. Çocuğa **her gün diş fırçalama sonrası çıkartma verilmesi**, davranışın **sürekli pekiştirme** ile güçlendirildiğini gösterir. Sürekli pekiştirmede davranış hızlı öğrenilir; ancak pekiştirme kesildiğinde davranış **dayanıksızdır ve hızla sönebilir**. Çocuğun çıkartma verilmediğinde öfke göstermesi ve ertesi gün davranışı bırakması bu durumu açıkça yansıtır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Sürekli pekiştirmenin sönmeyi geciktirdiği ifadesi yanlıştır; tam tersine pekiştirme kesildiğinde davranış hızlı söner.
- B) Bu pekiştirme biçimi içsel motivasyonu desteklemekten çok dışsal ödülle bağımlılık oluşturur.
- D) Değişken aralıklı pekiştirme, davranışı daha dirençli kılar; sürekli pekiştirme daha zayıf kalır.
- E) Zaman temelli pekiştirme bu durumun temel açıklaması değildir; burada önemli olan sürekli pekiştirmedir.

Cevap: C

6. Merve'nin köpeği, "otur" komutunda ödül aldığı için bu komuta tepki vermeyi sürdürürken, "yat" komutunda ödül almadığı için bu davranışı zamanla bırakmaktadır. Bu süreçte köpek, hangi davranışın pekiştirildiğini ve hangisinin edilmediğini **ayırt etmeyi öğrenmektedir**. Edimsel koşullanmadaki **ayırt etme**, bireyin yalnızca pekiştirilen uyarıcıya/komuta tepki verip diğerlerine tepki vermemesi durumudur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Genelleme:** Benzer uyarıcılara aynı tepkinin verilmesidir; burada tam tersi bir ayırım vardır.
- B) **Pekiştirme:** Davranışı artırma sürecidir; burada seçici tepki söz konusudur.
- C) **Sönme:** Pekiştirilmeyen davranışın ortadan kalkmasıdır; bu durum kısmen var olsa da temel süreç ayırt etmedir.
- E) **Kendiliğinden geri gelme:** Sönmüş davranışın bir süre sonra tekrar ortaya çıkmasıdır; burada böyle bir durum yoktur.

Cevap: D

7. Ödüller kesildiğinde köpeğin komutlara verdiği tepkilerin **azalarak ortadan kalkması**, edimsel koşullanmada **sönmeyi** ifade eder. Sönme, bir davranışın pekiştirilmemesi sonucunda zamanla zayıflayıp tamamen ortadan kalkmasıdır. Ancak bir süre sonra, **herhangi bir pekiştireç verilmeden** köpeğe tekrar komut verildiğinde bazı tepkilerin yeniden ortaya çıkması, sönmüş davranışın kısa süreli geri dönmesi anlamına gelir ve bu durum **kendiliğinden geri gelme** olarak adlandırılır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir.**

- A) **Pekiştirme:** Davranışı artırmak için ödül verilmesidir; burada ödül kesilmiştir.
- B) **Sönme:** Davranışın pekiştirilmemesi sonucu azalması ve ortadan kalkmasıdır; ancak soruda bunun ardından yeniden ortaya çıkma vurgulanmıştır.
- D) **Genelleme:** Benzer uyarıcılara aynı tepkinin verilmesidir; bu durumla ilgili değildir.
- E) **Ayırt etme:** Belirli uyarıcıya tepki verip diğerlerine vermemektir; burada böyle bir ayırım yoktur.

Cevap: C

8. Ahmet'in sunumları başlangıçta alkışla **pekiştirilmiş**, bu da davranışın (sunum yapma isteği ve çabası) artmasını sağlamıştır. Ancak alkış (pekiştireç) ortadan kalkınca, davranış **zamanla azalmış ve sönmeye başlamıştır**. Bu durum, bir davranışın **devam etmesi için pekiştirmenin gerekli olduğunu** gösterir. Yani davranışın sürdürülmesinde temel belirleyici **pekiştirmedir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Genelleme:** Benzer durumlara aynı tepkinin verilmesidir; burada böyle bir durum yoktur.
- C) Kendiliğinden geri gelme:** Sönmüş davranışın pekiştireç olmadan tekrar ortaya çıkmasıdır; burada davranış azalmaktadır.
- D) Edimsel şartlanma:** Genel kuramdır; soruda özel olarak pekiştirmenin rolü vurgulanmaktadır.
- E) Sönme:** Davranışın azalmasını açıklar; ancak soru davranışın devamını sağlayan unsuru sormaktadır.

Cevap: A

9. Ayşe'nin yaşadığı durumda **kişisel faktörleri (stres, ruh hâli), davranışları (çekingenlik, iş birliğinin azalması) ve çevresi (iş arkadaşlarının tutumları)** birbirini karşılıklı olarak etkilemektedir. Ayşe'nin ruh hâli davranışlarını değiştirirken, bu davranışlar çevrenin tepkisini değiştirmekte ve çevredeki değişim tekrar Ayşe'yi etkilemektedir. Bu döngü, Bandura'nın **karşılıklı belirlemecilik** ilkesini ifade eder. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Pekiştirme:** Davranışın ödül-ceza ile artmasıdır; burada karşılıklı etkileşim vardır.
- B) Gözlemsel öğrenme:** Başkalarını izleyerek öğrenmedir; bu durum söz konusu değildir.
- C) Duygusal tepki:** Sadece duygusal boyutu açıklar; burada üçlü etkileşim vardır.
- E) Model alma:** Başkalarını taklit etmeyi ifade eder; burada karşılıklı etkileşim ön plandadır.

Cevap: D

10. Cemile'nin elleri kurduğunda krem kullanarak **rahatsız edici durumu ortadan kaldırması** ve bu rahatlamanın ardından aynı davranışı yüz kurulduğunda da sürdürmesi, davranışın **olumsuz bir durumun ortadan kalkmasıyla güçlenmesi** ile açıklanır. Bu süreç **olumsuz pekiştirmedir**. Olumsuz pekiştirme, bireyin hoş olmayan bir durumdan kurtulması sonucunda o davranışı tekrar etme eğiliminin artmasıdır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir.**

- A) İçgörüselsel öğrenme:** Ani kavrayışla çözüm bulmadır; burada önceki deneyime dayalı tekrar vardır.
- B) Tepki genellemesi:** Aynı uyarana farklı tepkiler verilmesidir; burada aynı davranış sürdürülmektedir. Bu seçenek aldatılabilir burada aynı uyarıcıya yönelik farklı tepkiler yoktur. El çatlamasına da yüz çatlamasına da yönelik olarak tek bir davranış olan krem sürme vardır.
- C) Ayırt etme:** Farklı uyarıcılara farklı tepkiler verilmesidir; burada aynı tepki uygulanmıştır.
- D) Deneme-yanılma:** Farklı davranışların denenmesiyle öğrenmedir; burada doğrudan önceki davranış sürdürülmüştür.

Cevap: E

11. I. Nil'in arkadaşının defterini yırtması sonrası öğretmenin yüksek sesle uyarması, davranışın ardından ortama rahatsız edici bir uyarıcının eklenmesidir. Bu durum **birinci tip cezadır**. Birinci tip ceza, davranışı azaltmak için ortama olumsuz bir uyarıcının eklenmesidir.
- II. Ege'nin kural ihlali sonrası masa tenisi turnuvasından men edilmesi ise hoş bir etkinliğin ortamdan kaldırılmasıdır. Bu durum **ikinci tip cezadır**. İkinci tip ceza, davranışı azaltmak için olumlu bir uyarıcının ortamdan çıkarılmasıdır.

Cevap: C

12. I. **durumda Mert için** daha önce öğrenilen Almanca bilgilerin, yeni öğrenilen İngilizce kelimeleri hatırlamayı zorlaştırması söz konusudur. Bu, eski öğrenmelerin yeni öğrenmeleri bozmasıdır ve **ileriye ket vurmaz**.

II. **durumda Elif için** yeni öğrenilen Fransızca bilgilerin, daha önce öğrenilen İtalyanca kelimeleri hatırlamayı zorlaştırması vardır. Bu da yeni öğrenmelerin eski öğrenmeleri bozmasıdır ve **geriye ket vurmaz**.

Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Olumsuz transfer: Önceki öğrenmelerin yeni öğrenmeleri zorlaştırmasıdır.

Olumlu transfer: Önceki öğrenmelerin yeni öğrenmeleri kolaylaştırmasıdır.

Çağrışımsal geçiş: Uyarıcılar arasında bağ kurularak öğrenmenin gerçekleşmesidir.

Bastırma: Kişinin rahatsız edici düşünce ve anıları bilinç dışına itmesidir.

Zincirleme öğrenme: Davranışların birbirine bağlı olarak sırayla öğrenilmesidir.

Kavrama: Bütünsel olarak ani anlayışla öğrenmedir.

Cevap: E

13. Linet'in başlangıçta siren sesine tepki vermesine rağmen, aynı uyarıcıya tekrar tekrar maruz kaldıkça tepkisinin giderek azalması söz konusudur. Bu durum **alışma** olarak adlandırılır. Alışma, organizmanın sürekli karşılaştığı bir uyarıcıya verdiği tepkinin zamanla azalmasıdır. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A) **Sönme:** Pekiştirilmeyen bir davranışın zamanla azalması ve ortadan kalkmasıdır. Bu soruda pekiştirmenin ortadan kalkması yoktur. Aksine aynı uyarıcının sürekli verilmesi vardır.

B) **Karşı koşullama:** Var olan tepkinin uyarıcısını değiştirilerek tersinin oluşturulmasıdır. Soruda bu durum söz konusu değildir.

C) **Uyarıcı genellemesi:** Benzer uyarıcılara aynı tepkinin verilmesidir. Burada tepki azalması vardır.

D) **Duyarlılaşma:** Tekrarlanan uyarıcıya karşı tepkinin artmasıdır. Bu soruda tam tersi yaşanmıştır.

Cevap: E

14. Klasik koşullanma sürecinde **koşullu uyarıcı**, başlangıçta nötr olan ve tek başına tepki oluşturmayan uyarıcıdır; koşulsuz uyarıcı ile eşleştirildikten sonra tepki oluşturmaya başlar. Bu nedenle koşullu uyarıcının doğal olarak tepki doğurduğunu söyleyen ifade yanlıştır. Doğal tepkiyi oluşturan uyarıcıya koşulsuz uyarıcı denir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

B) Koşulsuz uyarıcı, organizmada doğal ve otomatik bir tepki oluşturur ifadesi doğrudur çünkü bu uyarıcı öğrenme olmadan tepki doğurur.

C) Koşullu uyarıcının, tepki doğurabilmesi için koşulsuz uyarıcıyla tekrar tekrar eşleştirilmesi gerekir ifadesi doğrudur çünkü koşullanma bu eşleştirme ile oluşur.

D) Koşullanma gerçekleştiğinde, artık koşulsuz uyarıcı olmadan da koşulsuz tepki ortaya çıkar ifadesi doğrudur çünkü koşullu uyarıcı tek başına benzer tepkiyi oluşturur.

E) Koşullu tepkiler, başlangıçta refleksif olan tepkilerle aynıdır ifadesi doğrudur çünkü koşullu tepki koşulsuz tepkiye benzer özellik gösterir.

Cevap: A

15. Kedinin doğru davranışı yaptığıında ödül alması ve zamanla bu davranışı daha sık sergilemeye başlaması, Thorndike'in **etki yasası** ile açıklanır. Etki yasasına göre, bir davranışın ardından **haz veren bir sonuç (pekiştireç)** gelirse, uyarıcı ile tepki arasındaki bağ güçlenir ve davranışın tekrar edilme olasılığı artar. Doğru cevap **C seçeneğidir**.

A) **Hazırbulunuşluk:** Organizmanın öğrenmeye hazır olma durumudur; soruda belirleyici olan hazır oluş değil, davranışın sonucudur.

B) **Tekrar:** Davranışın tekrar edilmesiyle bağın güçlenmesidir; ancak burada tekrarın nedeni ödüldür, temel ilke etki yasasıdır.

D) **Çağrışımsal geçiş:** Bir uyarıcıya verilen tepkinin, araya yeni bir uyarıcı sokularak başka bir uyarıcıya aktarılmasıdır; soruda böyle bir süreç yoktur.

E) **Çağrışımsal zıtlık:** Kurulan bağın ters yönde kurulmasının zor olmasıdır; örneğin ileri saymayı öğrenen birinin geriye saymakta zorlanması gibi. Soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: C

1. Bu soruda kısa süreli bellekle ilgili olan unutma durumu sorulmaktadır. Kısa süreli bellek, bilgiyi yaklaşık **20–30 saniye boyunca** tutar; dikkat ve tekrar (zihinsel yinleme) ile sürdürülebilen bir bellek türüdür. Kantinde çay içerken kalemin masada unutulması, bilginin kısa süreli bellekte tutulmasına rağmen dikkat ve tekrar olmadığı için kaybolmasına örnektir; bu durum kısa süreli bellekle ilgilidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) Paranın saklandığı yer daha önce öğrenilmiş ve uzun süreli bellekte depolanmış bir bilgidir; bu unutma uzun süreli bellekte meydana gelir.
- C) Çok iyi tanınan komşunun adını hatırlayamamak, uzun süreli bellekte yer alan bilginin geri çağrılmamasıdır.
- D) Sürekli alışveriş yapılan mağazanın adını hatırlayamamak, uzun süreli bellekteki bilginin geri getirilememesidir.
- E) Uzun yıllar birlikte çalışılan arkadaşın adını hatırlayamamak, uzun süreli bellekteki bilgiye erişim sorunudur.

Cevap: B

2. Bu soruda **Thorndike'in hangi öğrenme ilkesi** sorulmaktadır. "Tekin berberdir. İzzet kasaptır." cümlelerinde bitişiklik olmasına rağmen "berberdir" ile "İzzet" arasında anlamlı bir bağ kurulamamaktadır. Bu durum, **uyaranların anlamlı ve birbirine ait bir bütün oluşturmaması nedeniyle bağın zayıf kalmasını ifade eder; bu da ait olma ilkesidir. Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Etki yasası:** Davranışın sonucunda haz veren bir durum varsa bağ güçlenir; soruda sonuç veya pekiştirme yoktur.
- C) **Tepki analojisi:** Benzer durumlara benzer tepkiler verilmesidir; burada benzerlikten doğan bir genelleme yoktur.
- D) **Tekrar yasası:** Davranışın tekrar edilmesiyle bağın güçlenmesini ifade eder; soruda tekrar söz konusu değildir.
- E) **Çağrışımsal zıtlık:** Kurulan bağın tersinin kurulmasının zor olmasıyla ilgilidir; soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: A

3. I. Tarkan'ın sattığı **her 5 tişörtte bir ek ödeme alması**, belirli sayıda davranıştan sonra pekiştirme verilmesini ifade eder; bu **sabit oranlı tarifiedir**. Sabit oranlı tarifiede pekiştirme, belirli sayıda tepki (davranış) sonrasında düzenli olarak verilir.
- II. Aydın'ın ücretini **her hafta Pazar günü alması**, belirli zaman aralıklarına bağlı pekiştirme; bu **sabit aralıklı tarifiedir**. Sabit aralıklı tarifiede pekiştirme, eşit zaman aralıklarının sonunda verilir.
- III. Güller Hanım'ın ödevleri **bazen Pazartesi bazen Perşembe günü kontrol etmesi**, zamanın düzensiz olduğu bir pekiştirmeyi ifade eder; bu **değişken aralıklı tarifiedir**. Değişken aralıklı tarifiede pekiştirme, öngörülemez zaman aralıklarında verilir.
- IV. Merve Hanım'ın ücretini **bazen 500, bazen 750, bazen 1000 paketlemede alması**, davranış sayısının değişken olduğu bir durumu ifade eder; bu **değişken oranlı tarifiedir**. Değişken oranlı tarifiede pekiştirme, değişken sayıda tepki sonrasında verilir.

Cevap: A

4. Öğrencilerin metni anladığını kontrol etmesi, anlamadığı yerleri fark edip yeniden okuması ve gerektiğinde öğrenme stratejilerini değiştirmesi, kişinin **ne bildiğinin, ne kadar bildiğinin ve nasıl öğrendiğinin farkında olarak kendi bilişsel süreçlerini izleyip düzenlemesi** anlamına gelir; bu durum **üst biliş** kavramıdır. Üst biliş, kısaca **kişinin bilişine ilişkin bilgisi ve öğrenmeyi öğrenmesidir. Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) **Öz yeterlik:** Bireyin bir işi başarabileceğine dair inancıdır; burada inanç değil bilişsel süreci izleme vardır.
- C) **Duygusal zekâ:** Duyguları tanıma ve yönetme ile ilgilidir; bilişsel süreçleri denetleme içermez.
- D) **Bilişsel esneklik:** Farklı durumlara uyum sağlama ve alternatif düşünme becerisidir; burada temel vurgu izleme ve düzenlemedir.
- E) **Bellek stratejileri:** Bilgiyi kodlama ve hatırlamayı kolaylaştıran tekniklerdir; burada strateji kullanımı değil, stratejiyi izleme ve kontrol etme vardır.

Cevap: B

5. Öğrencilerin film hakkında tartıştıktan sonra filmde yer almayan sahneleri hatırladıklarını söylemeleri, **tartışma sürecinde birbirlerinin yorumlarından etkilenecek anıyı değiştirmeleri** anlamına gelir; bu durum **yeniden kurgulayıcı bellek** ile açıklanır. Yeniden kurgulayıcı bellek, bilgilerin olduğu gibi saklanmadığını; **bireyin beklentileri, inançları ve sosyal etkileşimleri doğrultusunda yeniden düzenlenerek hatırlandığını** ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Prosedürel bellek:** Motor beceri ve alışkanlıkların saklandığı bellek türüdür; anıların değişmesiyle ilgili değildir.
- C) **Kısa süreli bellek:** Bilginin kısa süre tutulmasıyla ilgilidir; burada hatırlamanın çarpıtılması söz konusudur.
- D) **Semantik bellek:** Genel bilgiler ve kavramlar depolanır; yaşantıların yeniden yapılandırılmasıyla ilgili değildir.
- E) **Duyusal bellek:** Uyarıcıların çok kısa süreli izlerini tutar; tartışma sonrası değişen hatırlamayı açıklamaz.

Cevap: B

6. Zeynep'in kelimeleri kütüphanede öğrenip farklı bir ortamda hatırlamakta zorlanması, **öğrenilen bilginin öğrenildiği ortamla birlikte kodlanması ve farklı ortamda ipuçlarının değişmesi** ile açıklanır; bu durum **kodlama özgüllüğüdür**. Kodlama özgüllüğü, bilginin **öğrenildiği bağlamla birlikte depolandığını ve aynı bağlam olduğunda daha kolay hatırlandığını** ifade eder. **Örneğin**, okulda sürekli gördüğün bir öğrenciyi okulda hemen tanırsan, parkta gördüğünde bir an çıkarmayabilirsin. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Kodlama çeşitliliği:** Bilginin farklı ortamlarda öğrenilmesinin hatırlamayı kolaylaştırmasıdır. **Örneğin**, bir konuyu hem evde hem okulda hem arkadaşlarıyla tartışarak öğrenmek hatırlamayı güçlendirir.
- C) **Alışkanlık:** Tekrarlanan davranışların otomatikleşmesidir. **Örneğin**, her gün aynı saatte ders çalışmak zamanla düşünmeden yapılan bir davranışa dönüşür.

D) **Sönme:** Pekiştirilmeyen davranışın zamanla ortadan kalkmasıdır. **Örneğin**, derste konuşan bir öğrenciyi artık tepki verilmezse davranış azalır.

E) **Çekici detay etkisi:** Dikkat çekici ama önemsiz bilgilerin öğrenmeyi zorlaştırmasıdır. **Örneğin**, ders sırasında anlatılan gereksiz ama eğlenceli bir hikâye ana konunun öğrenilmesini zorlaştırabilir.

Cevap: A

7. Davetiyede tek bir kelimenin parlak renk ve büyük puntuyla sunulması, **dikkat çekici bir unsurun diğer bilgilere göre daha iyi hatırlanmasına yol açmıştır**; bu durum **çekici detay etkisi** ile açıklanır. Çekici detay etkisi, **önemsiz ya da bağlam dışı olsa bile dikkat çeken unsurların daha iyi hatırlanmasına, diğer bilgilerin ise geri planda kalmasına neden olmasıdır**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kodlama özgüllüğü:** Bilginin öğrenildiği ortamla birlikte hatırlanmasıdır; burada bağlam değil dikkat çekicilik ön plandadır.
- C) **Kodlama çeşitliliği:** Bilginin farklı ortamlarda öğrenilmesinin hatırlamayı artırmasıdır; soruda tek bir sunum vardır.
- D) **Sönme:** Pekiştirilmeyen davranışın zamanla ortadan kalkmasıdır; bellekle ilgili değildir.
- E) **Alıştırma:** Tekrar yoluyla öğrenmenin güçlenmesidir; burada tekrar değil dikkat çekicilik etkilidir.

Cevap: B

8. Listede aynı kelimenin ("BAHÇE") farklı bağlamlarla (doğal ortam ve ders çalışma ortamı) ilişkilendirilerek kodlanması, **bilginin farklı ipuçlarıyla ve farklı bağlamlarda öğrenilmesi sayesinde daha iyi hatırlanmasını sağlar**; bu durum **kodlama çeşitliliği** ile açıklanır. Kodlama çeşitliliği, bilginin **birden fazla bağlam ve ipucuyla kodlanmasının hatırlamayı güçlendirdiğini** ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İşlemsel bellek:** Motor beceri ve alışkanlıkların saklandığı bellek türüdür; bağlam çeşitliliğiyle ilgili değildir.
- C) **Sönme:** Pekiştirilmeyen davranışın zamanla ortadan kalkmasıdır; bellek kodlamasıyla ilgili değildir.
- D) **Gözlemsel öğrenme:** Başkalarını gözleyerek öğrenmedir; burada böyle bir süreç yoktur.
- E) **Bellek sönmesi:** Bilginin zamanla kaybolmasıdır; soruda tam tersine hatırlama artmıştır.

Cevap: B

9. Bilgiyi bireyin kendisinin üretmesi ya da oluşturması, öğrenilen bilginin daha derin işlenmesini ve daha güçlü biçimde hatırlanmasını sağlar; bu durum **üretme etkisi** ile açıklanır. Üretme etkisi, öğrencinin bilgiyi pasif şekilde almak yerine **aktif olarak üretmesi (boşluk doldurma, örnek oluşturma, kendi cümlesiyle ifade etme gibi)** durumunda, bilginin daha anlamlı kodlanmasına ve uzun süreli bellekte daha kalıcı olmasına neden olur. Çünkü birey bu süreçte bilgiyi sadece görmez, **üzerinde düşünür, ilişkilendirir ve zihinsel olarak işler**. Bu da hatırlamayı belirgin biçimde artırır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Pasif dinleme:** Bilginin sadece dinlenmesi yüzeysel işlemeye yol açar; üretme etkisi aktif katılım gerektirir.
- B) **Sadece tekrar etme:** Mekanik tekrar derin işlemeye göre daha zayıf kalır; üretme etkisinde bilgi yeniden oluşturulur.
- C) **Sadece görsel materyal:** Tek başına görsellik kalıcılığı garanti etmez; önemli olan bilginin aktif üretilmesidir.
- D) **Aktarmama:** Bilgiyi paylaşmamak unutmayı etkileyebilir ancak üretme etkisinin temelini oluşturmaz.

Cevap: E

10. Şenol'a önerilen, her yeni terimi geçmiş yaşantılar ya da bilinen kavramlarla ilişkilendirmesidir; bu durum **yeni bilginin mevcut bilgilerle anlamlı bağlar kurularak öğrenilmesini** ifade eder ve **anlamsal çağırışım** ile açıklanır. Anlamsal çağırışım, bilginin **anlam temelli bağlantılar kurularak kodlanmasını ve bu sayede daha kolay hatırlanmasını** sağlar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Üstbiliş:** Bireyin kendi bilişsel süreçlerini izleyip düzenlemesidir; burada izleme değil ilişkilendirme vardır.
- B) **Kavram haritası:** Kavramlar arası ilişkilerin şematik olarak gösterilmesidir; soruda görsel düzenleme yoktur.
- C) **Kavram kategorileri:** Bilgilerin benzer özelliklerine göre gruplandırılmasıdır; burada doğrudan ilişkilendirme söz konusudur.
- E) **Dikkat:** Uyarıcıya odaklanma ile ilgilidir; burada anlamlı bağ kurma ön plandadır.

Cevap: D

11. Seda'nın tarih olaylarını evinin odalarına yerleştirerek zihninde canlandırması ve hatırlarken bu odalar arasında gezmesi, **bilgilerin zihinsel mekânlara yerleştirilerek hatırlanmasını** ifade eder; bu durum **yerleştirme yöntemi (loci yöntemi)** ile açıklanır. Yerleştirme, bilgilerin **tanıdık mekânlarla ilişkilendirilerek daha kolay hatırlanmasını sağlayan** bir bellek tekniğidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Gruplama:** Benzer bilgilerin kategorilere ayrılmasıdır; mekânsal yerleştirme yoktur.
- B) **Anlamlandırma:** Bilginin anlamlı hâle getirilmesidir; burada mekân kullanımı ön plandadır.
- D) **Tekrarlama:** Bilginin tekrar edilmesidir; zihinsel yerleştirme içermez.
- E) **Ezberleme:** Anlamlandırmadan doğrudan öğrenmedir; burada aktif bir teknik kullanılmaktadır.

Cevap: C

12. Emre'nin öğrendiği kavramları günlük yaşamındaki deneyimlerle ilişkilendirmesi, **bilgiyi mevcut yaşantılarla anlamlı şekilde bağlayarak derinlemesine işlemesi** anlamına gelir; bu durum **genişletici tekrar** ile açıklanır. Genişletici tekrar, bilginin **mevcut bilgilerle ilişkilendirilerek anlamlandırılması ve bu sayede uzun süreli belleğe daha kalıcı biçimde aktarılmasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Koruma tekrarı:** Bilginin yüzeysel biçimde tekrar edilmesidir; anlamlı ilişkilendirme içermez.
- C) **Ezberleme:** Anlamlandırmadan öğrenmedir; burada derin işleme vardır.
- D) **Otomatikleştirme:** Davranışın pratikle otomatik hâle gelmesidir; bellek aktarımı süreci değildir.
- E) **Yerleştirme:** Bilginin zihinsel mekânlara yerleştirilmesidir; burada ilişkilendirme ön plandadır.

Cevap: B

13. Ahmet'in köpek gördüğünde korkup ağlaması, daha önce köpeklerle yaşanan olumsuz bir deneyim sonucu **köpeğin korku tepkisiyle eşleşmesi** ile oluşmuştur; bu durum **klasik koşullanmadır**. Klasik koşullanma, başlangıçta nötr olan bir uyarıcının başka bir uyarıcıyla eşleşerek otomatik bir tepki oluşturmaktır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Buzlu yolda kaydıktan sonra dikkatli yürüme, yaşanan sonuca bağlı davranış değişikliğidir; bu **edimsel koşullanmaya** örnektir.
- C) Yemek yedikten sonra mide ağrısı yaşanması, öğrenilmiş değil **fizyolojik bir tepkidir**.
- D) Yüksek ses duyunca irkilme, öğrenilmemiş **doğuştan reflekstir**.
- E) Spor yaptıktan sonra terleme, öğrenmeye değil **bedensel (fizyolojik) bir tepkiye** örnektir.

Cevap: A

14. Kahve makinesinin sesi başlangıçta ağız sulanması tepkisini oluşturmadığı için **nötr uyarıcıdır**; yani başlangıçta herhangi bir tepki oluşturmayan uyarıcıdır. Kahve kokusu doğal olarak ağız sulanmasına yol açtığı için **koşulsuz uyarıcıdır**; yani öğrenme olmadan tepki oluşturan uyarıcıdır. Zamanla ses ile koku eşleştiğinde, makinenin sesi tek başına da ağız sulanmasına yol açmaya başlar ve **koşullu uyarıcı hâline gelir**; yani öğrenme sonucu tepki oluşturan uyarıcıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Cevap: B

15. Melisa'nın sunum sürecinde yaşadığı kaygı ile sınıf ortamının birlikte bulunması sonucu sınıfa karşı huzursuzluk geliştirmesi, **uyarıcı ile tepkinin birlikte sunulması sonucu aralarında bağ kurulmasıdır**; bu durum **bitişiklik** ile açıklanır. Bitişiklik, uyarıcıların **zamansal olarak yakın sunulmasıyla aralarında bağ kurulmasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Habercilik:** Bir uyarıcının başka bir uyarıcının geleceğini haber vermesidir; burada bağ kurma ön plandadır.
- C) **Pekiştirme:** Davranışın sonucuna bağlı olarak güçlenmesidir; klasik koşullanma ilkesi değildir.
- D) **Ayirt etme:** Benzer uyarıcılar arasında farklı tepkiler verilmesidir; burada böyle bir durum yoktur.
- E) **Genelleme:** Benzer uyarıcılara aynı tepkinin verilmesidir; burada tek bir uyarıcıyla bağ kurulmuştur.

Cevap: B

1. Rüzgar'ın yemek kokusunu duyduğunda annesinin kendisini yemeğe çağıracağını beklemesi, **bir uyarıcının başka bir uyarıcının geleceğini haber vermesi** durumudur; bu süreç **habercilik** ile açıklanır. Habercilik, koşullanma sürecinde bir uyarıcının **yaklaşan diğer uyarıcı hakkında ipucu vermesi ve beklenti oluşturmaktır. Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Pekiştirme:** Davranışın sonucuna bağlı olarak güçlenmesidir; burada beklenti oluşumu söz konusudur.
- B) **Bitişiklik:** Uyarıcıların birlikte sunulmasıyla bağ kurulmasıdır; burada asıl vurgu haber verme üzerinedir.
- D) **Kendiliğinden geri gelme:** Söndürülmüş bir tepkinin bir süre sonra yeniden ortaya çıkmasıdır; soruda böyle bir durum yoktur.
- E) **Ayırt etme:** Benzer uyarıcılar arasında farklı tepkiler verilmesidir; burada beklenti söz konusudur.

Cevap: C

2. Sema'nın hastanede iğne olurken yaşadığı korku sonucu hastane kokusuna karşı korku geliştirmesi ve daha sonra hastanedeki zil sesi ile bu kokunun eşleşmesi sonucunda zil sesine de korku tepkisi vermesi, **koşullu bir uyarıcının başka bir nötr uyarıcıyla eşleşerek yeni bir koşullu uyarıcı oluşturmaktır**; bu durum **ikinci derece koşullanma** ile açıklanır. İkinci derece koşullanma, daha önce koşullanmış bir uyarıcının, yeni bir uyarıcıyla eşleşerek **yeni bir koşullu tepki oluşturmaktır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Edimsel koşullanma:** Davranışın sonucuna bağlı öğrenmedir; burada uyarıcı eşleşmesi vardır.
- C) **Tepki genellemesi:** Aynı uyarıcıya farklı tepkiler verilmesidir; burada yeni bir uyarıcıya tepki gelişmiştir.
- D) **Kendiliğinden geri gelme:** Söndürülmüş tepkinin tekrar ortaya çıkmasıdır; soruda böyle bir süreç yoktur.
- E) **Ayırt etme:** Benzer uyarıcılar arasında farklı tepki verilmesidir; burada yeni uyarıcıya tepki oluşmuştur.

Cevap: B

3. Öğretmenin yeni kelimeleri öğretirken aynı anda yüksek sesli müzik çalması sonucunda öğrencilerin kelimeler yerine şarkıyı hatırlamaları, **iki uyarıcının birlikte sunulması durumunda daha baskın olanın öğrenilmesi ve diğerinin geri planda kalması** ile açıklanır; bu durum **gölgelemedir**. Gölgeleme, iki nötr uyarıcının koşulsuz uyarıcı ile birlikte verildiğinde **daha dikkat çekici olanın koşullu hâle gelmesi, diğerinin ise yeterince öğrenilememesi** durumudur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Pekiştirme:** Davranışın sonucuna bağlı olarak güçlenmesidir; burada uyarıcılar arası baskınlık söz konusudur.
- C) **Sönme:** Pekiştirilmeyen davranışın zamanla ortadan kalkmasıdır; burada öğrenme engellenmiştir.
- D) **Ayırt etme:** Benzer uyarıcılar arasında farklı tepki verilmesidir; burada bir uyarıcı diğerini bastırmaktadır.
- E) **Genelleme:** Benzer uyarıcılara aynı tepkinin verilmesidir; burada baskın uyarıcı etkisi vardır.

Cevap: A

4. Ayşe'nin pilav yedikten sonra mide bulantısı ve kusma yaşaması sonucu pilava karşı tikslenme geliştirmesi, **belirli bir yiyeceğin olumsuz bir fizyolojik tepkiyle eşleşmesi** durumudur; bu süreç **olumsuz tat koşullanması** ile açıklanır. Olumsuz tat koşullanması, bir yiyeceğin **hasta olma gibi olumsuz bir yaşantıyla eşleşmesi sonucu o yiyeceğe karşı kaçınma tepkisi geliştirilmesidir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Edimsel koşullanma:** Davranışın sonucuna bağlı öğrenmedir; burada uyarıcı-tepki eşleşmesi vardır.
- C) **Gölgeleme:** İki uyarıcı birlikte verildiğinde baskın olanın öğrenilmesidir; burada böyle bir durum yoktur.
- D) **Tepki genellemesi:** Aynı uyarıcıya farklı tepkiler verilmesidir; burada belirli bir yiyeceğe karşı tek bir tepki vardır.
- E) **Pekiştirme:** Davranışın sonucuna bağlı güçlenmedir; burada kaçınma söz konusudur.

Cevap: A

5. Elvan'ın parçaları deneme yanılma sürecinden sonra bir anda doğru ilişkiyi kavrayarak montajı tamamlaması, **problemin çözümünü ani ve bütüncül şekilde fark etmesi** durumudur; bu süreç **icgörsel öğrenme** ile açıklanır. İcgörsel öğrenme, bireyin **parçalar arasındaki ilişkileri bir anda kavrayarak çözüme ulaşmasıdır. Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Edimsel koşullanma:** Davranışın sonuçlarına bağlı öğrenmedir; burada ani kavrayış söz konusudur.
- B) **Klasik koşullanma:** Uyarıcılar arası eşleşmeye dayanır; problem çözme içermez.
- D) **Alışkanlık:** Tekrarlanan davranışların otomatikleşmesidir; burada yeni bir çözüm keşfedilmiştir.
- E) **Gizil öğrenme:** Farkında olmadan öğrenilen bilginin daha sonra ortaya çıkmasıdır; burada ani kavrayış ön plandadır.

Cevap: C

6. Hasan'ın cihazı kullanmayı bilmezken farklı tuşlara basarak denemeler yapması ve doğru tuş kombinasyonunu bulduğunda bu davranışı sürdürmesi, **davranışların sonuçlarına göre seçilmesi ve doğru olanın pekişerek devam etmesi** durumudur; bu süreç **deneme-yanılma yoluyla öğrenme** ile açıklanır. Deneme-yanılma öğrenmesi, bireyin **farklı davranışları deneyerek doğru olanı bulması ve bunu sürdürmesidir. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İcgörsel öğrenme:** Çözümün bir anda kavranmasıdır; burada aşamalı deneme süreci vardır.
- C) **Klasik koşullanma:** Uyarıcılar arası eşleşmeye dayanır; burada davranış-sonuç ilişkisi vardır.
- D) **Edimsel koşullanma:** Davranışın sonuçlarına bağlı öğrenmedir; burada özel olarak deneme-yanılma süreci vurgulanmaktadır.
- E) **Gölgeleme:** İki uyarıcıdan baskın olanın öğrenilmesidir; burada böyle bir durum yoktur.

Cevap: B

7. Cenap'ın kullanıcı adını aşamalı olarak "Cenap Yılmaz"dan "Cenap Yılmaz Kaan"a ve ardından "Cenap Kaan"a değiştirmesi sırasında, takipçilerin bu isimleri birbirine bağlayarak aynı kişiye ait olduğunu anlaması, **bir uyarıcıya verilen tepkinin araya yeni bir uyarıcı eklenerek başka bir uyarıcıya aktarılması** durumudur; bu süreç **çağrışımsal geçiş** ile açıklanır. Çağrışımsal geçiş, bir uyarıcı ile kurulan bağın **ara aşamalar yoluyla başka bir uyarıcıya aktarılmasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Genelleme:** Benzer uyarıcılara aynı tepkinin verilmesidir; burada aşamalı geçiş vardır.
- C) **Ayırt etme:** Benzer uyarıcılar arasında farklı tepkiler verilmesidir; burada bağ kurulmaktadır.
- D) **Gölgeleme:** İki uyarıcıdan baskın olanın öğrenilmesidir; burada böyle bir durum yoktur.
- E) **Sönme:** Pekiştirilmeyen davranışın zamanla ortadan kalkmasıdır; burada öğrenme devam etmektedir.

Cevap: B

8. Ediz'in kelimeleri alfabetik sırayla öğrenip bu sıraya göre doğru hatırlayabilmesine rağmen, aynı kelimeleri sondan başa doğru sıralarken zorlanması, **öğrenilen bağın ters yönde kurulmasının zor olması** durumudur; bu süreç **çağrışımsal zıtlık** ile açıklanır. Çağrışımsal zıtlık, bir öğrenmenin **ters yönde kullanılmasının güç olmasını** ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Alıştırma:** Davranışın tekrar edilmesiyle bağın güçlenmesidir; burada tekrar değil yön değiştirme sorunu vardır.
- C) **Çağrışımsal geçiş:** Bir uyarıcıyla kurulan bağın başka bir uyarıcıya aktarılmasıdır; burada böyle bir aktarım yoktur.
- D) **Etki yayılması:** Pekiştirilen davranışın etkisinin ilgisiz diğer davranışlara da yayılmasıdır; burada böyle bir pekiştirme durumu yoktur.
- E) **Hazırbulunuşluk kanunu:** Organizmanın öğrenmeye hazır olmasıyla ilgilidir; burada hazır oluş değil bağın yönü söz konusudur.

Cevap: B

9. Asya'nın arkadaşının eşyasını izinsiz almasına rağmen yaptığı resim nedeniyle övgü ve alkış alması, **doğru davranışla birlikte ortaya çıkan başka bir davranışın da pekiştirilmesine yol açmıştır**; bu durum **etkinin yayılması** ile açıklanır. Etkinin yayılması, pekiştirmenin yalnızca doğru davranışı değil, **onunla birlikte yapılan ilgisiz ya da yanlış davranışları da güçlendirmesidir**. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) **Sönme**: Pekiştirilmeyen davranışın zamanla ortadan kalkmasıdır; burada davranış güçlenmiştir.
- B) **Olumsuz pekiştirme**: Olumsuz bir durumun ortadan kaldırılmasıyla davranışın artmasıdır; burada ödül vardır.
- C) **Olumsuz aktarma**: Önceki öğrenmenin yeni öğrenmeyi zorlaştırmasıdır; burada böyle bir durum yoktur.
- E) **Tepki genellemesi**: Aynı uyarıcıya farklı tepkiler verilmesidir; burada farklı davranışın pekişmesi söz konusudur.

Cevap: D

10. Ödevlerini yapan öğrencinin çabasından dolayı ödüllendirilmesi, **bir davranışın sonucuna bağlı olarak güçlenmesi** durumudur; bu süreç **edimsel koşullanma** ile açıklanır. Edimsel koşullanma, davranışların **pekiştirme ya da ceza yoluyla artırılması veya azaltılmasıdır**. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) **Okul kurallarına uymayan öğrenciye kuralları anlatma**: Bilgilendirme ve açıklama söz konusudur; davranış-sonuç ilişkisi yoktur.
- B) **Çekingen öğrenciye sorumluluk verme**: Destekleyici bir uygulamadır; doğrudan pekiştirme temelli öğrenme değildir.
- C) **Veliyle program yürütme**: Planlama ve iş birliği sürecidir; öğrenme ilkesi değildir.
- E) **Kantin düzenlemesi yapma**: Ortam düzenlemesidir; bireysel davranışın pekiştirilmesi yoktur.

Cevap: D

11. Çocukların önce ellerini suya değdirmeleri, sonra sabun kullanmaları ve en sonunda düzenli el yıkamaya ulaşmaları için her aşamanın ödüllendirilmesi, **hedef davranışa adım adım yaklaşan davranışların pekiştirilmesi** sürecidir; bu yöntem **kademeli yaklaşma** ile açıklanır. Kademeli yaklaşma, istenen davranışa ulaşmaya kadar **ona giderek yaklaşan davranışların pekiştirilmesidir**. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Deneme yanılma yoluyla öğrenme**: Farklı davranışların denenerek doğru olanın bulunmasıdır; burada sistematik ilerleme vardır.
- C) **Gözlem yoluyla öğrenme**: Başkalarını izleyerek öğrenmedir; burada pekiştirme ile aşamalı ilerleme vardır.
- D) **Klasik koşullanma**: Uyarıcılar arası eşleşmeye dayanır; burada davranışın şekillendirilmesidir.
- E) **İçgörüselsel öğrenme**: Çözümün bir anda kavranmasıdır; burada aşamalı öğrenme söz konusudur.

Cevap: B

12. Köpeğin kapıyı açması, ardından bahçeye çıkması, topu bulması ve sahibine getirmesi gibi davranışları **belirli bir sırayla ve birbirine bağlı şekilde gerçekleştirmesi**, her adımın bir sonrakinin ön koşulu olmasıdır; bu durum **zincirleme** ile açıklanır. Zincirleme, **hiyerarşik olarak düzenlenmiş davranışların sırayla öğrenildiği, bir basamak yapılmadan diğerine geçilemeyen ve pekiştiricinin zincirin sonunda verildiği** öğrenme sürecidir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) **Klasik koşullanma**: Uyarıcılar arası eşleşmeye dayanır; burada ardışık davranışlar söz konusudur.
- B) **Deneme yanılma**: Farklı davranışların denenerek doğru olanın bulunmasıdır; burada düzenli bir davranış zinciri vardır.
- D) **Dolaylı pekiştirme**: Başkalarının davranışlarının sonuçlarını gözleyerek öğrenmedir; burada bireysel performans vardır.
- E) **İçgörüselsel öğrenme**: Çözümün bir anda kavranmasıdır; burada aşamalı ve sıralı öğrenme vardır.

Cevap: C

13. Çalışanların kapı değişmesine rağmen eski kapıyı kullanmaya devam etmeleri, **daha önce sık tekrar edilen davranışın otomatikleşerek sürdürülmesi** durumudur; bu süreç **alışkanlık** ile açıklanır. Alışkanlık, bir davranışın **tekrarlar sonucu otomatik hâle gelmesi ve yeni duruma rağmen devam etmesidir. Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Alışma:** Sürekli maruz kalınan uyarıcıya verilen tepkinin azalmasıdır; burada davranış sürmektedir.
- B) **Duyarsızlaşma:** Olumsuz uyarıcılara karşı tepkinin azaltılmasıdır; burada böyle bir süreç yoktur.
- D) **Pekiştirme:** Davranışın sonuçlarına bağlı güçlenmesidir; burada otomatikleşme vardır.
- E) **İçgörü:** Çözümün bir anda kavranmasıdır; burada eski davranışın sürdürülmesi söz konusudur.

Cevap: C

14. Selin'in sınıfı düzenlediğinde öğretmeninden teşekkür alması sonrası yalnızca aynı davranışı değil, **benzer başka düzenleme davranışlarını da göstermeye başlaması, aynı uyarıcıya (öğretmenin varlığı/geri bildirimi) farklı ama benzer tepkiler verilmesi** durumudur; bu süreç **tepki genellemesi** ile açıklanır. Tepki genellemesi, öğrenilmiş bir davranışın **benzer yeni davranışlara genişlemesidir. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Ayırt etme:** Benzer uyarıcılar arasında farklı tepkiler verilmesidir; burada davranışlar genişlemektedir.
- C) **Uyarıcı genellemesi:** Benzer uyarıcılara aynı tepkinin verilmesidir; burada farklı davranışlar ortaya çıkmaktadır.
- D) **Kendiliğinden geri gelme:** Söndürülmüş davranışın bir süre sonra yeniden ortaya çıkmasıdır; burada yeni davranışlar oluşmaktadır.
- E) **Garcia etkisi:** Tat ile hastalık arasında kurulan koşullanmadır; burada böyle bir durum yoktur.

Cevap: B

15. Aysun Hanım'ın yalnızca oturma odasında kahve içmesi sonucu, bir süre sonra oturma odasına girdiğinde kahve yapma isteği hissetmesi, **belirli bir ortamın belirli bir davranışı başlatan ipucu hâline gelmesi** durumudur; bu süreçte oturma odası **ayırt edici uyarıcı** işlevi görür. Ayırt edici uyarıcı, belirli bir davranışın **hangi durumda ortaya çıkacağını işaret eden uyarıcıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Pekiştirici:** Davranışın sonucunda gelen ve davranışı güçlendiren uyarıcıdır; burada davranışı başlatan ipucu söz konusudur.
- C) **Sönme:** Pekiştirilmeyen davranışın zamanla ortadan kalkmasıdır; burada davranış ortaya çıkmaktadır.
- D) **Genelleme:** Benzer uyarıcılara aynı tepkinin verilmesidir; burada belirli bir ortama özgü durum vardır.
- E) **Koşulsuz uyarıcı:** Doğrudan tepki oluşturan uyarıcıdır; burada öğrenilmiş bir ipucu söz konusudur.

Cevap: B

1. Davut'un okulda yüksek sesle konuştuğunda hemen uyarılması, evde ise aynı davranışa daha az tepki verilmesi sonucunda evde yüksek sesle konuşma davranışının artması, **farklı ortamlardaki pekiştirme/ceza koşullarına bağlı olarak davranışın bir ortamda azalırken diğerinde artması** durumudur; bu süreç **davranışta kontrast** ile açıklanır. Davranışta kontrast, bir ortamda davranışın bastırılmasının, başka bir ortamda **aynı davranışın artmasına yol açmasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Alışma:** Sürekli uyarıcıya maruz kalma sonucu tepkinin azalmasıdır; burada ortamlar arası fark vardır.
- C) **Duyarsızlaşma:** Olumsuz uyarıcılara karşı tepkinin azaltılmasıdır; burada davranış artışı söz konusudur.
- D) **Sönme:** Pekiştirilmeyen davranışın zamanla ortadan kalkmasıdır; burada evde davranış artmaktadır.
- E) **Genelleme:** Benzer uyarıcılara aynı tepkinin verilmesidir; burada farklı ortamlarda farklı davranış düzeyi vardır.

Cevap: B

2. Mehmet'in öğretmeni dinlerken aynı anda not alması, bilgileri kısa süreli olarak zihninde tutması, önceki bilgileriyle ilişkilendirerek anlamlandırması ve problem çözmede aktif olarak kullanması, **bilgiyi geçici olarak depolayıp aynı anda işleme sürecidir**; bu durum **işleyen bellek** ile açıklanır. İşleyen bellek, bilginin **kısa süreli tutulduğu ve eş zamanlı olarak işlendiği bilişsel sistemdir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Duyusal bellek:** Uyarıcıların çok kısa süreli izlerini tutar; aktif işleme yoktur.
- B) **Uzun süreli bellek:** Bilgilerin kalıcı olarak depolandığı sistemdir; anlık işleme yapmaz.
- C) **Anlamsal bellek:** Kavram ve genel bilgilerin depolandığı uzun süreli bellek türüdür; aktif işlem süreci değildir.
- D) **İşlemsel bellek:** Motor beceri ve alışkanlıkların saklandığı sistemdir; bilişsel işleme içermez.

Cevap: E

3. İsmet'in maçlarda başarılı sonuçları kırmızı bilekliğiyle ilişkilendirmesi ve bu nedenle bilekliği takmaya devam etmesi, **gerçekte nedensel bir ilişki olmadığı hâlde iki durum arasında bağ kurmasıdır**; bu durum **batıl inanç** ile açıklanır. Batıl inanç, bireyin **rastlantısal olaylar arasında yanlış neden-sonuç ilişkisi kurmasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Deneme yanılma:** Farklı davranışların denenecek doğru olanın bulunmasıdır; burada yanlış ilişki kurma vardır.
- C) **Gözlem yoluyla öğrenme:** Başkalarını izleyerek öğrenmedir; burada bireysel inanç söz konusudur.
- D) **İçgörüselle öğrenme:** Çözümün bir anda kavranmasıdır; burada yanlış çıkarım vardır.
- E) **Alışma:** Sürekli uyarıcıya maruz kalma sonucu tepkinin azalmasıdır; burada davranış sürmektedir.

Cevap: B

4. Öğretmenin öğrencilere davranışları karşılığında yıldız verip bu yıldızların belirli sayıya ulaştığında ödüle dönüşmesi, **soyut bir sembolün (yıldızın) pekiştirici olarak kullanılmasıdır**; bu durum **sembolik pekiştirme (jeton ekonomisi)** ile açıklanır. Sembolik pekiştirme, doğrudan ödül yerine **sonradan ödüle dönüştürülebilen sembollerin kullanılmasıyla davranışın artırılmasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Olumsuz pekiştirme:** Olumsuz bir durumun ortadan kaldırılmasıyla davranışın artmasıdır; burada ödül verilmiştir.
- C) **Gözlem yoluyla öğrenme:** Başkalarını izleyerek öğrenmedir; burada doğrudan pekiştirme vardır.
- D) **Klasik koşullanma:** Uyarıcılar arası eşleşmeye dayanır; burada davranış-sonuç ilişkisi vardır.
- E) **Tepki analojisi:** Benzer durumlara benzer tepkiler verilmesidir; burada sembolik ödül sistemi vardır.

Cevap: B

5. Ahmet'in sevmediği ders çalışma davranışını, sevdiği oyun oynama davranışını elde etmek için yapmaya başlaması, **yüksek olasılıklı bir davranışın düşük olasılıklı bir davranışa pekiştirmesi** durumudur; bu süreç **Premack ilkesi** ile açıklanır. Premack ilkesi, bireyin **daha çok tercih ettiği bir etkinliğin, daha az tercih ettiği davranışa artırarak için kullanılmasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Olumsuz pekiştirme:** Olumsuz bir durumun ortadan kaldırılmasıyla davranışın artmasıdır; burada ödül niteliğinde bir etkinlik vardır.
- C) **Sönme:** Pekiştirilmeyen davranışın zamanla ortadan kalkmasıdır; burada davranış artırılmaktadır.
- D) **Gözlem yoluyla öğrenme:** Başkalarını izleyerek öğrenmedir; burada bireyin kendi davranış söz konusudur.
- E) **Kademeli yaklaşma:** Hedef davranışa adım adım yaklaşan davranışların pekiştirilmesidir; burada iki davranışın ilişkisi vardır.

Cevap: B

6. Dürdane'nin mahallede dolaşarak market ve durağın yerini öğrenmesine rağmen bu bilgileri bir süre kullanmayıp ihtiyaç anında kolayca kullanması, **öğrenmenin gerçekleşmesine rağmen davranışın hemen ortaya çıkmaması ve uygun durumda ortaya çıkmasıdır; bu durum gizil öğrenme ile açıklanır. Gizil öğrenme, bireyin farkında olmadan öğrendiği bilgileri ihtiyaç duyduğunda kullanmasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Edimsel koşullanma:** Davranışın sonuçlarına bağlı öğrenmedir; burada pekiştirme yoktur.
- C) **Klasik koşullanma:** Uyarıcılar arası eşleşmeye dayanır; burada çevresel öğrenme vardır.
- D) **Model alma:** Başkalarını gözleyerek öğrenmedir; burada bireysel keşif vardır.
- E) **İçgörüsül öğrenme:** Çözümün bir anda kavranmasıdır; burada önceden öğrenilen bilginin kullanımı vardır.

Cevap: B

7. İçgörüsül öğrenme, bireyin bir problemi **parçalar arasındaki ilişkileri bir anda kavrayarak çözmesidir.** Bu öğrenme türünde çözüm deneme-yanılma ile değil, **ani fark etme (Aha deneyimi)** ile ortaya çıkar. İçgörüsül öğrenmenin temel özellikleri; çözümün **birdenbire gerçekleşmesi**, sonucun genellikle **doğru olması**, öğrenilen bilginin **benzer durumlara aktarılabilmesi** ve bilişsel düzeyi yüksek bireylerin bu süreci **daha hızlı gerçekleştirebilmesidir.**

- A) **Çözüm süreci aşamalı ve yavaş ilerler:** İçgörüsül öğrenmede çözüm ani gerçekleşir; bu ifade uygun değildir.
- B) **Problem çözme süreci aniden gerçekleşir:** İçgörüsül öğrenmenin temel özelliğidir, uygundur.
- C) **Çözüme ulaşıldığında performans genellikle doğrudur:** İçgörüsülde çözüm doğruya yakındır, uygundur.
- D) **Edinilen çözüm benzer problemlere uygulanabilir:** Öğrenme transferi vardır, uygundur.
- E) **Zeki bireyler problemi daha hızlı kavrar:** Bilişsel kapasiteyle ilişkilidir, uygundur.

Cevap: A

8. Merve'nin sınavdan sonra sadece doğru-yanlışlarını değil, **nasıl çalıştığını, hangi stratejilerin işe yaradığını ve nerede daha fazla çaba göstermesi gerektiğini değerlendirmesi**, kendi öğrenme sürecini fark etmesi ve düzenlemesi anlamına gelir; bu durum **üstbiliş** ile açıklanır. Üstbiliş, bireyin **kendi bilişsel süreçlerinin farkında olması ve bu süreçleri izleyip kontrol etmesidir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yaratıcılık:** Yeni ve özgün fikirler üretme becerisidir; burada süreç değerlendirme vardır.
- B) **Bellek:** Bilgiyi depolama ve hatırlama sürecidir; burada izleme ve düzenleme söz konusudur.
- C) **Algı:** Uyarıcıların anlamlandırılmasıdır; burada bilişsel süreçlerin farkındalığı vardır.
- E) **Problem çözme:** Bir soruna çözüm üretme sürecidir; burada çözümden çok süreci değerlendirme vardır.

Cevap: D

9. I. Berkay'ın tatilde yaşadığı tekne kazasını detaylarıyla hatırlaması **anısal (epizodik) bellektir**; anısal bellek, bireyin **kendi yaşadığı olaylara ve kişisel deneyimlere ait bilgileri** hatırlamasıdır.
- II. Selin'in karadeliklerle ilgili bilgileri tanım ve kavramlarla açıklayabilmesi **anlamsal bellektir**; anlamsal bellek, **genel bilgiler, kavramlar ve kuralların depolandığı** bellek türüdür.
- III. Deniz'in bisiklet sürmeyi yıllar sonra bile zorlanmadan yapabilmesi **işlemsel (prosedürel) bellektir**; işlemsel bellek, **beceri ve alışkanlıkların depolandığı ve otomatik olarak gerçekleştirildiği** bellek türüdür.

Cevap: C

10. Ezgi'nin "proaktif interferans" kavramını kendi yaşadığı bir anıyla ilişkilendirerek anlamlandırması, **yeni bilgiyi eski bilgi ve yaşantılarla anlamsal bağlantılar kurarak öğrenmesidir**; bu durum **anlamalı kodlama** ile açıklanır. Anlamalı kodlama, yalnızca ilişki kurmak değil, **mevcut şemalarla bütünleşmeyi sağlayan doğal ve anlamlı bağlantılar oluşturmaya** ifade eder. Bu sayede yeni bilgi, zihindeki eski bilgilerle entegre olur ve daha kalıcı hâle gelir. Ezgi'nin kendi yaşantısını kullanması, bu kavramı soyut olmaktan çıkarıp anlamlı bir yapı içine yerleştirmesini sağlamıştır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Görsel imgeleme**: Bilgilerin zihinde görsellerle canlandırılmasıdır; burada anlamsal bağ kurma ön plandadır.
- C) **Ezberleme**: Anlamlandırmadan öğrenmedir; burada derin ve anlamlı işleme vardır.
- D) **Duyusal tekrar**: Bilginin yüzeysel tekrar edilmesidir; burada şemalarla bütünleşme söz konusudur.
- E) **Askı sözcük**: Sayı-sözcük eşleştirmesine dayalı tekniktir; burada doğal anlam ilişkisi kurulmuştur.

Cevap: B

11. Reyhan'ın bir danışana ait ifadeyi başka bir danışana atfetmesi, **bilginin içeriğini hatırlayıp kaynağını (kime ait olduğunu) yanlış hatırlaması** durumudur; bu süreç **yanlış yerleştirme** ile açıklanır. Yanlış yerleştirme, bellekteki bilginin **doğru kaynağıyla eşleştirememesi ve başka bir kaynağa atfedilmesidir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bastırma**: Kaygı verici bilgilerin bilinç dışına itilmesidir; burada hatırlama vardır.
- B) **Ket vurma**: Eski ya da yeni bilgilerin birbirini engellemesidir; burada kaynak karışması vardır.
- C) **Kodlama başarısızlığı**: Bilginin baştan doğru kodlanamamasıdır; burada bilgi hatırlanmıştır.
- E) **Bellek izlerinin silinmesi**: Bilginin zamanla kaybolmasıdır; burada yanlış atfetme söz konusudur.

Cevap: D

12. Işık'ın kazadan **önceki birkaç günü hatırlamaması**, ancak kazadan sonraki olayları normal şekilde hatırlayıp yeni bilgiler öğrenebilmesi, **geçmişe ait bilgilerin kaybı ama yeni öğrenmenin korunması** durumudur; bu süreç **geriye dönük amnezi** ile açıklanır. Geriye dönük amnezi, travma ya da olaydan sonra **olay öncesine ait bilgilerin hatırlanamamasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İleriye dönük amnezi**: Yeni bilgilerin öğrenilememesidir; burada yeni öğrenme korunmuştur.
- C) **Disosiyatif bellek yitimi**: Psikolojik nedenlerle kimlik ya da kişisel bilgilerin unutulmasıdır; burada fiziksel travma söz konusudur.
- D) **Bellek izlerinin silinmesi**: Bilginin zamanla kaybolmasıdır; burada spesifik bir dönem kaybı vardır.
- E) **Bilginin belleğe kodlanamaması**: Bilginin baştan öğrenilememesidir; burada önceden öğrenilmiş bilgiler kaybolmuştur.

Cevap: B

13. İlkur'un Almanca bilgilerini uzun süre kullanmaması sonucu kelime ve kuralları hatırlayamaması, **bilginin zamanla zayıflaması ve bellekteki izlerin giderek silinmesi** durumudur; bu süreç **bozulma** kuramı ile açıklanır. Bozulma kuramı, bilginin **kullanılmadığında zamanla kaybolduğunu** ifade eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bastırma:** Kaygı verici bilgilerin bilinç dışına itilmesidir; burada kullanım eksikliği vardır.
- B) **Geriye ket vurma:** Yeni öğrenilen bilgilerin eski bilgileri hatırlamayı zorlaştırmasıdır; burada zaman etkisi vardır.
- D) **İleri dönük bellek yitimi:** Yeni bilgilerin öğrenilememesidir; burada eski bilgiler unutulmuştur.
- E) **İleri ket vurma:** Eski bilgilerin yeni öğrenmeyi zorlaştırmasıdır; burada yeni öğrenme söz konusu değildir.

Cevap: C

14. Aslı Hanım'ın komşusunu parkta tanıyabilmesine rağmen farklı bir ortamda (düşünde) tanıyamaması, **bilginin öğrenildiği bağlamla birlikte kodlanması ve farklı bağlamda hatırlamanın zorlaşması** durumudur; bu süreç **kodlama özgüllüğü** ile açıklanır. Kodlama özgüllüğü, bilginin **öğrenildiği ortam ve ipuçlarıyla birlikte depolandığını ve aynı bağlamda daha kolay hatırlandığını** ifade eder. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Çekici detay etkisi:** Dikkat çekici ama önemsiz bilgilerin hatırlanmasıdır; burada bağlam etkisi vardır.
- C) **Amnezi:** Bellek kaybıdır; burada durum bağlama bağlıdır.
- D) **Yanlış yerleştirme:** Bilginin kaynağının yanlış hatırlanmasıdır; burada tanıyamama vardır.
- E) **Ket vurma:** Bilgilerin birbirini engellemesidir; burada bağlam değişimi vardır.

Cevap: A

15. Okan'ın kazayı anlatırken arkadaşının abartılı ifadelerinden etkilenecek kendi anısını değiştirmesi ve zamanla olayı olduğundan farklı hatırlaması, **anıların dış etkiler ve yeni bilgiler doğrultusunda yeniden düzenlenmesi** durumudur; bu süreç **yeniden kurgulayıcı bellek** ile açıklanır. Yeniden kurgulayıcı bellek, bilgilerin **olduğu gibi saklanmadığını; bireyin beklentileri, yorumları ve sosyal etkileşimleriyle yeniden yapılandırılarak hatırlandığını** ifade eder. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bellek kodlaması:** Bilginin ilk öğrenilme sürecidir; burada hatırlama sonrası değişim vardır.
- B) **Bellek izlerinin güçlendirilmesi:** Bilginin tekrar ve kullanım ile güçlenmesidir; burada çarpıtma söz konusudur.
- C) **Kısa süreli bellek:** Bilginin kısa süre tutulmasıdır; burada uzun süreli anı değişimi vardır.
- D) **Flash bellek:** Duygusal ve önemli olayların çok canlı hatırlanmasıdır; burada içerik değişimi vardır.

Cevap: E

1. Soruda Ayşe'nin bebeği Deniz'e ağıladığında hemen karşılık verdiği, ihtiyaçlarını zamanında karşıladığı ve onu kucağına alarak temas kurduğu bir bakım yaklaşımı anlatılmaktadır. Bu yaklaşımda bebek, bakım vereninin tutarlı, ulaşılabilir ve ihtiyaç giderici olduğunu deneyimler. Erikson'a göre bu durum 0-1,5 yaş döneminde görülen "temel güvene karşı güvensizlik" krizinin sağlıklı çözümünü destekler. Bu evrede bebek, ihtiyaçları düzenli ve sevgiyle karşılanırsa "dünya güvenilir, ben değerliyim" algısını geliştirir ve temel güven duygusu kazanır; aksi durumda güvensizlik, kaygı ve çevreye karşı kuşku gelişir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Özerkliğe karşı utanç ve kuşku: 1-3 yaş dönemidir; çocuk yürüme, konuşma, tuvalet kontrolü gibi alanlarda bağımsızlık denemeleri yapar. Başarılı yaşanırsa özerklik, kendine güven ve kontrol duygusu gelişir; aşırı baskı, utandırma ve cezalandırma durumunda utanç ve kuşku oluşur, çocuk kendinden emin olamaz ve bağımlı hale gelir.
- B) Girişimciliğe karşı suçluluk: 3-6 yaş dönemidir; çocuk merak eder, keşfeder, oyunlar kurar ve girişimlerde bulunur. Desteklenirse girişimcilik, amaçlı davranma ve sosyal katılım gelişir; sürekli engellenir veya cezalandırılırsa suçluluk duygusu, çekingenlik ve pasiflik ortaya çıkar.
- D) Kimliğe karşı rol karmaşası: 12-18 yaş dönemidir; birey "ben kimim?" sorusuna yanıt arar, mesleki, toplumsal ve cinsel kimliğini oluşturur. Başarılı yaşanırsa tutarlı ve benimsenmiş bir kimlik gelişir; başarısızlıkta rol karmaşası, kimlik dağınıklığı ve yönsüzlük görülür.
- E) Yakınlığa karşı yalıtılmışlık: 18-30 yaş dönemidir; birey kimliğini kaybetmeden başkalarıyla duygusal yakınlık ve bağ kurma sürecindedir. Başarılı olursa sevgi, bağlılık ve yakın ilişkiler gelişir; başarısız olursa yalıtılmışlık, yalnızlık ve duygusal uzaklık ortaya çıkar.

Cevap: C

2. Soruda 68 yaşındaki Nihat Bey'in yaşamını değerlendirdiği, geçmişteki bazı pişmanlıklarına rağmen torunlarıyla vakit geçirerek deneyimlerini paylaşabildiğinde hayatını anlamlı bulduğu ve içsel huzur yaşadığı anlatılmaktadır. Bu durum, bireyin yaşamını bir bütün olarak kabul etmesi ve "yaşamım anlamlıydı" duygusuna ulaşmasıyla ilgilidir. Erikson'a göre bu, 65 yaş ve üzerini kapsayan benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk evresinin sağlıklı şekilde çözülmesidir. Bu evrede başarılı olunursa benlik bütünlüğü, kabullenme ve içsel huzur gelişir; başarısız olunursa pişmanlık, umutsuzluk ve ölüm korkusu ortaya çıkar. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Üretkenliğe karşı durgunluk: 30-64 yaş dönemidir; birey üretir, topluma katkı sağlar ve yeni kuşaklara rehberlik eder. Başarılı yaşanırsa üretkenlik ve işe yararlık duygusu, başarısız yaşanırsa durgunluk, verimsizlik ve benliğin yoksullaşması gelişir.
- B) Yakınlığa karşı yalıtılmışlık: Genç yetişkinlik dönemidir; birey başkalarıyla yakın ve anlamlı ilişkiler kurmaya yönelir. Başarılı yaşanırsa sevgi ve bağlanma, başarısız yaşanırsa yalnızlık ve yalıtılmışlık ortaya çıkar.
- C) Kimliğe karşı rol karmaşası: 12-18 yaş dönemidir; birey kimlik arayışı içindedir. Başarılı yaşanırsa tutarlı ve benimsenmiş bir kimlik, başarısız yaşanırsa rol karmaşası, kimlik dağınıklığı ve yönsüzlük gelişir.
- E) Temel güvene karşı güvensizlik: 0-1,5 yaş dönemidir; bebek bakım verenle kurduğu ilişki üzerinden dünyayı algılar. Başarılı yaşanırsa temel güven ve değerli olma duygusu, başarısız yaşanırsa güvensizlik ve kaygı gelişir.

Cevap: D

3. Soruda annenin çoğunlukla bebeğin ihtiyaçlarına duyarlı davrandığı ancak zaman zaman bebeği uzun süre ağlarken müdahalesiz bıraktığı bir durum anlatılmaktadır. Erikson'a göre 0-1,5 yaş döneminde temel güven duygusunun gelişebilmesi için bakımın tutarlı, zamanında ve duyarlı olması gerekir. Bebeğin ihtiyaçlarına uzun süre karşılık verilmemesi, bakım verenin öngörülemez ve ulaşılmaz algılanmasına yol açar ve güvensizlik duygu-

sunu artırır. Bu nedenle temel güvenin sağlıklı gelişimini engelleyen durum, bebeğin ağladığında uzun süre müdahale edilmemesidir. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Bebeğin ağladığında gecikmeden kucağa alınması:** Bu yaklaşım bebeğin ihtiyaçlarının zamanında karşılandığını gösterir; başarılı yaşanır **temel güven ve bağlanma** gelişir.
- B) Fiziksel temasın artırılması ve göz teması kurulması:** Duygusal bağlanmayı güçlendirir; başarılı yaşanır **güven, yakınlık ve değerli olma duygusu** gelişir.
- C) Rutinlerin tutarlı bir şekilde sürdürülmesi:** Öngörülebilirlik sağlar; başarılı yaşanır **dünyayı güvenilir algılama** gelişir.
- E) Bebeğe konuşarak ihtiyaçlarının giderilmesi:** Sözel ve duygusal etkileşimi artırır; başarılı yaşanır **güven ve duygusal bağ** güçlenir.

Cevap: D

- 4. Gökhan'ın duygusal yakınlıktan kaçınması, insanlara güvenmemesi ve yalnızlığı tercih etmesi, ayrıca annenin bu durumu desteklemesi, bireyin yakın ilişkiler kuramaması ve yalıtılmışlığı tercih etmesi ile ilgilidir. Erikson'a göre bu durum yakınlığa karşı yalnızlık (yalıtılmışlık) evresine aittir. Bu evre başarılı yaşanır **sevgi, bağlanma ve yakın ilişki kurabilme**, başarısız yaşanır **yalnızlık, duygusal uzaklık ve ilişkilerden kaçınma** gelişir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Başarıya karşı aşâğılık:** 6–12 yaş dönemidir; çocuk akademik ve sosyal beceriler geliştirir. Başarılı yaşanır **çalışkanlık ve yeterlik**, başarısız yaşanır **aşâğılık ve yetersizlik duygusu** gelişir.
- C) Kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası:** 12–18 yaş dönemidir; birey kimlik arayışı içindedir. Başarılı yaşanır **başarılı kimlik**, başarısız yaşanır **rol karmaşası ve kimlik dağınıklığı** ortaya çıkar.
- D) Temel güvene karşı güvensizlik:** 0–1,5 yaş dönemidir; bakımın niteliği belirleyicidir. Başarılı yaşanır **temel güven**, başarısız yaşanır **güvensizlik** gelişir.

- E) Girişimciliğe karşı suçluluk:** 3–6 yaş dönemidir; çocuk girişimlerde bulunur. Başarılı yaşanır **girişimcilik**, başarısız yaşanır **suçluluk duygusu** gelişir.

Cevap: A

- 5. Çocuğa seçim yapma fırsatı sunulması ve kendi başına denemelerine izin verilmesi, çocuğun bağımsızlık geliştirmesi ve kontrol duygusu kazanması ile ilgilidir. Erikson'a göre bu durum özerkliğe karşı utanç ve kuşku evresi (1–3 yaş) ile ilişkilidir. Bu evresi başarılı yaşanır **özerklik, kendine güven ve bağımsız hareket edebilme**, başarısız yaşanır **utanç, kuşku ve bağımlılık** gelişir. Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Çocuğun üstünü her zaman kendisi giydirir:** Çocuğun bağımsız denemelerini engeller; başarısız yaşantıya yol açarak **utanç ve bağımlılık** geliştirebilir.
- B) Hatalı yaptığıında hemen müdahale eder:** Deneme-yanılma sürecini sınırlar; çocukta **kuşku ve kendine güvensizlik** oluşturur.
- D) Kendi bildiği gibi yönlendirip kararları kendisi alır:** Çocuğun seçim yapmasını engeller; **özerklik yerine bağımlılık** gelişir.
- E) Her başarısızlıktan sonra uyarır:** Sürekli eleştiri ve baskı, çocukta **utanç ve yetersizlik duygusu** oluşturur.

Cevap: C

- 6. Soruda 5 yaşındaki öğrencilerine girişimcilik duygusu kazandırmak isteyen bir öğretmenin ne yapması gerektiği sorulmaktadır. Bu yaşta çocukların hayal kurabileceği, rol alabileceği ve kendi başına denemeler yapabileceği ortamlar girişimciliği destekler. Bu nedenle doğru yaklaşım, onlara serbest oyun ortamı sunmaktır. Erikson'a göre bu durum girişimciliğe karşı suçluluk evresi (3–6 yaş) ile ilişkilidir. Bu evre başarılı yaşanır **girişimcilik ve amaçlı davranma**, başarısız yaşanır **suçluluk ve çekingenlik** gelişir. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Tüm çocuklara aynı şekilde oynayacakları oyunu kendisi belirler: Çocuğun girişimde bulunmasını engeller, **pasiflik** oluşturur.
- C) Oyuncaklarla sadece kurallar dahilinde oynamasına izin verir: Aşırı kuralcılık **yaratıcılığı** ve girişimi sınırlar.
- D) Çocuklara değerler kazandırmak amacıyla kendi fikirlerini anlatır: Çocuk pasif kalır, **girişim fırsatı** azalır.
- E) Yaratıcı davranışları “gereksiz hayalcilik” olarak nitelendirir: Çocuğun girişimlerini bastırır, **suçluluk duygusu** geliştirir.

Cevap: B

7. Soruda 3. sınıf öğrencilerinde başarı (çalışkanlık) duygusunu geliştirmek isteyen bir öğretmenin ne yapması gerektiği sorulmaktadır. Bu dönemde çocukların çabalarının fark edilmesi ve ilerlemelerinin desteklenmesi başarı duygusunu geliştirir. Bu nedenle doğru yaklaşım, öğrencilerin bireysel çabalarını takdir ederek ilerlemeyi teşvik etmektir. Bu durum **çalışkanlık ve yeterlik duygusunu destekler**. Başarısız yaşanırsa **asağılık ve yetersizlik duygusu** gelişir. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Sadece yüksek not alanlara sınıfta ödül vermek: Diğer öğrencilerde **yetersizlik ve değersizlik algısı** oluşturur.
- B) Yalnızca başarılı öğrencilerin söz hakkı almasına izin vermek: Katılımı sınırlar, **öz güven ve yeterlik duygusunu zedeler**.
- C) Öğrenciler arasında kıyaslama yaparak rekabeti artırmak: Sürekli karşılaştırma **asağılık duygusunu güçlendirir**.
- E) Herkesin aynı hızda öğrenmesini beklemek: Bireysel farklılıkları yok sayar, **başarısızlık ve yetersizlik hissi** oluşturur.

Cevap: D

8. Bebeğin emme ihtiyacının karşılanmaması ve bu ihtiyacın **şımartma** olarak görülüp **erken kesilmesi**, oral dönemin sağlıklı yaşanmasını engeller. Bu dönemde (0–1 yaş) bebek, ihtiyaçlarını ağız yoluyla giderir ve **doyum sağlanması güven ve rahatlatma oluşturur**. Bu nedenle uygun olmayan davranış, **emme isteğini şımartma** olarak görüp **memeyi erken kesmektir**. Bu durum **güvensizlik, bağımlılık ya da oral doyum-suzluk** gibi sonuçlara yol açabilir. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Bebeğini düzenli emzirmesi ve beslenme ihtiyacını karşılaması: Oral ihtiyaçların karşılanmasını sağlar, **güven ve doyum** geliştirir.
- B) Emme davranışına karşı sabırlı ve duyarlı olması: Bebeğin ihtiyacına uygun tepki verilmesini sağlar, **rahatlatma ve güven** oluşturur.
- C) Ağladığında fiziksel temasla güven vermesi: Duygusal ihtiyaçları karşılar, **bağlanmayı güçlendirir**.
- E) Ağız yoluyla çevreyi keşfetmesine izin vermesi: Gelişimsel olarak normaldir, **keşfetme ve doyum** sağlar.

Cevap: D

9. Hikmet Bey'in geçmişine bakıp pişmanlık duygusu ve hayatını anlamsız görmesi, eşinin ise ona **geçmişteki başarılarını ve anlamlı yaşantılarını hatırlatması** durumu anlatılmaktadır. Bu yaklaşım, bireyin yaşamını bir bütün olarak kabul etmesine ve “**yaşamım anlamlıydı**” duygusunu geliştirmesine yardımcı olur. Bu durum **benlik bütünlüğü duygusunu destekler**; başarısız yaşanırsa **umutsuzluk, pişmanlık ve ölüm korkusu** gelişir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Yakınlık: Genç yetişkinlikte görülür; başkalarıyla **duygusal bağ kurabilme** ile ilgilidir.
- C) Girişimcilik: 3–6 yaş dönemine aittir; **keşfetme ve girişimde bulunma** ile ilgilidir.
- D) Üretkenlik: Orta yetişkinlikte görülür; **topluma katkı ve üretme** ile ilgilidir.
- E) Temel güven: 0-1 yaş dönemine aittir; bakım verenle kurulan ilişki sonucu **güven duygusu** gelişir.

Cevap: B

10. Oğlunun **ergenlik döneminde kimliğini oluşturma, sınırlarını belirleme ve bireyselleşme sürecine destek olunması** gerekirken, babanın **kendi ergenlik döneminden söz ederek süreci yönlendirmeye çalışması**, gencin kendi deneyimini yaşamasını gölgeleyebilir ve **bireyselleşmesini sınırlandırabilir**. Bu nedenle olumsuz etki eden davranış budur. Bu süreçte sağlıklı gelişim **kimlik kazanımı ve bireyselleşmeyi destekler**; aksi durumda **rol karmaşası ve kimlik dağınıklığı** gelişebilir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Duygusal paylaşımlara açık ve destekleyici olması:** Gencin kendini ifade etmesini sağlar, **sağlıklı kimlik gelişimini destekler.**
- B) **Oğlunun kimliğini ve sınırlarını tanımaya fırsat tanınması:** Bireyselleşmeyi güçlendirir, **kimlik oluşumuna katkı sağlar.**
- C) **Cinsel konularda yaşına uygun şekilde bilgilendirmesi:** Sağlıklı farkındalık oluşturur, **gelişimi destekler.**
- E) **Sosyal ilişkilerini destekleyerek sağlıklı bağlar kurmasına ortam sağlaması:** Sosyal gelişimi güçlendirir, **kimlik ve ilişki becerilerini destekler.**

Cevap: D

11. 2 yaşındaki çocuğa tuvalet alışkanlığı kazandırırken **sabırlı, destekleyici ve anlayışlı davranılması**, çocuğun **kontrol duygusu** gelişmesini ve **kendine güven kazanmasını** sağlar. Anal dönemde (1–3 yaş) çocuk, bedensel kontrol üzerinden **özerklik** geliştirir; bu süreç desteklenirse **özerklik ve kendine güven**, baskı ve cezalandırma olursa **utanç ve kuşku** gelişir. Bu nedenle en uygun tutum budur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Tuvalet eğitimi sırasında her hatasında cezalandırıcı olmak:** Baskı oluşturur, **utanç ve kaygı** geliştirir.
- C) **Tuvalet eğitimi tamamen kendi haline bırakmak:** Rehberlik eksikliği yaratır, **öğrenme sürecini zorlaştırır.**
- D) **Alt ıslatmalarda kardeşini örnek göstermek:** Kıyaslama yapar, **yetersizlik ve utanç** oluşturur.

E) **Tuvalet yapmadığında pekiştirmek:** Olumlu davranışı desteklemez, **motivasyonu azaltır.**

Cevap: B

12. Eren'in **annesiyile yakın olmak istemesi ve babayı dışlaması**, fallik dönemde görülen **özdeşim süreci ve karşı cinse yönelim** ile ilgilidir. Bu dönemde babanın **çocuğa yakınlık kurması ve model olması**, çocuğun sağlıklı özdeşim gelişmesine yardımcı olur. Bu nedenle uygun davranış, **oğluya oyun oynayarak yakın ilişki kurmak ve model olmaktır.** Bu süreç sağlıklı yaşanırsa **sağlıklı cinsiyet kimliği ve özdeşim**, olumsuz yaşanırsa **çatışma ve kimlik sorunları** gelişebilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Oğlunu annesinden uzaklaştırmak:** Çocuğun duygusal ihtiyacını bastırır, **çatışmayı artırır.**
- C) **Oğlunun davranışlarını annesine yönlendirmek:** Süreci yanlış yönlendirir, **sağlıklı özdeşimi engeller.**
- D) **Bu süreci yok saymak:** Gelişimsel ihtiyacı göz ardı eder, **sağlıksız sonuçlara yol açabilir.**
- E) **Annesiyile arasına girip ceza vermek:** Baskı oluşturur, **kaygı ve çatışmayı artırır.**

Cevap: B

13. Soruda **7 yaşındaki öğrencilerin sosyal ve akademik gelişimini desteklemek isteyen bir öğretmenin ne yapması gerektiği** sorulmaktadır. Bu dönemde çocukların **hem akranlarıyla etkileşim kurması hem de birlikte öğrenme deneyimi yaşaması** gelişimi destekler. Bu nedenle doğru yaklaşım, **iş birliğine dayalı grup çalışmaları ve oyunlarla sosyal etkileşim fırsatı sunmaktır.** Bu durum **çalışkanlık ve yeterli duygusunu destekler**, aksi durumda **aşşağılık ve yetersizlik duygusu** gelişebilir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Öğrencilere sürekli ev ödevleri vermek:** Tek yönlü akademik yük oluşturur, **sosyal gelişimi desteklemez.**

TEST - 1

- B) Cinsiyet farklarına uygun gruplar oluşturmak: Ayrıştırıcıdır, sosyal etkileşimi sınırlar.
- D) Sessizlik esaslı bireysel çalışmalarla süreci sınırlandırmak: Akran etkileşimini azaltır, sosyal gelişimi zayıflatır.
- E) Akran ilişkilerine müdahale etmeden kendi haline bırakmak: Rehberlik eksikliği yaratır, sağlıklı sosyal beceriler gelişmeyebilir.

Cevap: C

14. Soruda ergenlik dönemindeki çocukların sağlıklı cinsellik ve kimlik gelişimini desteklemek isteyen ebeveynin ne yapması gerektiği sorulmaktadır. Bu dönem **kimliğe karşı rol karmaşası evresi** ile ilgilidir. Ergenin merak ettiği konuların açık, doğru ve yaşına uygun şekilde açıklanması sağlıklı gelişimi destekler. Bu yaklaşım kimlik gelişimini güçlendirir, aksi durumda rol karmaşası görülebilir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Cinsellikle ilgili konuşmalardan kaçınmak: Bilgi eksikliği oluşturur, ergen yanlış kaynaklara yönelebilir.
- B) Karşı cins arkadaşlıklarını yasaklamak: Sosyal gelişimi sınırlar, kimlik ve ilişki becerilerini zedeler.
- C) Mahremiyet ihtiyaçlarını göz ardı etmek: Bireyselleşmeyi engeller, kimlik gelişimini olumsuz etkiler.
- D) Duygusal yakınlıklarını abartılı bularak eleştirmek: Duyguların bastırılmasına yol açar, öz güveni zayıflatır.

Cevap: E

15. Yiğit'in çikolata alma isteğini erteleyip annesinin ihtiyacını dikkate alarak daha uygun bir karar vermesi, dürtüyü doğrudan doyumak yerine gerçek koşulları değerlendirme sürecini gösterir. Bu durum **ego** ile açıklanır. Ego, **gerçeklik ilkesine göre çalışır**, id'den gelen "hemen al" dürtüsünü kontrol eder, çevresel koşulları (annenin otobüs parası) değerlendirir ve davranışı **erteleyerek daha uygun bir çözüm üretir**. Aynı zamanda ego, **problem çözücü ve karar verici** yapısıyla id'in isteklerini gerçekliğe uygun hale getirir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İd**: Haz ilkesine göre çalışır; çikolatayı hemen alma isteğini temsil eder, erteleme yoktur.
- C) **Süperego**: Ahlaki ve vicdani kurallarla ilgilidir; "ayıp/günah" gibi değerlendirme ön planda olurdu.
- D) **Bilinçaltı**: Farkında olunmayan süreçleri ifade eder, doğrudan karar verici bir yapı değildir.
- E) **İlkel benlik**: İd ile aynı anlamdadır; dürtüsel ve anında doyum ister.

Cevap: B

1. Berfin'in çok sevdiği öğretmeninin konuşma ve giyim tarzını taklit etmesi, onun gibi olmaya çalışması durumu söz konusudur. Bu, bireyin **beğendiği ya da değer verdiği bir kişiyle kendini özdeşleştirmesi** anlamına gelir ve **özdeşim kurma** savunma mekanizmasıdır. Özdeşimde kişi, güçlü ya da ideal gördüğü özellikleri içselleştirerek kendine katar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yüceltme:** Kabul edilemeyen dürtülerin toplumsal olarak kabul edilen alanlara yönlendirilmesidir. Örneğin saldırganlık dürtüsü olan birinin boksla uğraşması.
- B) **Yansıtmı:** Kişinin kendi duygu ve düşüncelerini başkasına yüklemesidir. Örneğin sınavdan kopya çekmeyi düşünen bir öğrencinin "Herkes kopya çekiyor zaten" demesi.
- C) **Bastırma:** Rahatsız edici yaşantıların bilinç dışına itilmesidir. Örneğin travmatik bir olayı hatırlayamamak.
- E) **Gerileme:** Stres altında daha ilkel davranışlara dönmedir. Örneğin kardeşi doğan çocuğun yeniden alt ıslatmaya başlaması.

Cevap: D

2. Mete'nin **deneme yapmasına rağmen "sen yapamazsın" denilerek engellenmesi** onun çabasının değersizleştirilmesine yol açmış ve etkinliklerden uzaklaşmasına neden olmuştur. Bu durum 6–12 yaşta görülen **başarıya karşı aşağılık duygusu evresi** ile ilgilidir. Bu evrede çocukların çabaları desteklenirse **çalışkanlık ve yeterlik**, engellenirse **aşağılık ve yetersizlik** gelişir. Bu nedenle öğretmenin Mete'yi sürece katarak desteklemesi gerekir. En uygun davranış, **panoyu birlikte düzenleyerek Mete'yi cesaretlendirmektir. Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Görevi tümüyle öğretmen üstlenmeliydi:** Çocuğun katılımını engeller, **yetersizlik duygusu** geliştirir.
- B) **Mete'nin parmakları olgunlaşana kadar beklemeliydi:** Gelişim fırsatını erteler, **çalışkanlık duygusunu desteklemez.**
- D) **Sınıftaki bu davranışı başarıyla yapan birisine görevi vererek örnek olmasını sağlamalıydı:** Kıyaslama yapar, **aşağılık duygusunu artırır.**

- E) **Panoyu tamamen yeniden düzenlemeli, hatayı düzeltmeliydi:** Çocuğun emeğini yok sayar, **öz güveni zedeler.**

Cevap: C

3. Ali'nin **yazısını çekinerek okumasına rağmen öğretmenin aşağılayıcı tepki vermesi ve akranların gülmesi**, çocuğun çabasının değersizleştirilmesine yol açar. Bu durum 6–12 yaşta görülen **başarıya karşı aşağılık duygusu evresi** ile ilgilidir. Bu evrede desteklenmeyen çocuklarda **aşağılık duygusu ve yetersizlik algısı** gelişir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Suçluluk:** 3–6 yaşta görülür; girişimlerin engellenmesiyle ortaya çıkar.
- C) **Rol karmaşası:** Ergenlik dönemine aittir; kimlik oluşturmama ile ilgilidir.
- D) **Güvensizlik:** 0–1 yaş döneminde bakım yetersizliğiyle gelişir.
- E) **Yalıtılmışlık:** Genç yetişkinlikte yakın ilişki kuramama ile ilgilidir.

Cevap: B

4. Öğrencilerin **kararsızlık yaşaması, meslek seçimiyle ilgili zorlanması ve farklı kimlik rolleri arasında gidip gelmesi** ergenlik dönemine özgü bir durumdur. Bu süreç **kimliğe karşı rol karmaşası evresi** ile ilgilidir. Bu evrede bireyin farklı seçenekleri **araştırması ve sorgulaması**, sağlıklı bir kimlik geliştirmesi için gereklidir. Bu nedenle öğretmenin yapması gereken, öğrencilere **farklı kimlik alanlarını tanıma ve sorgulama fırsatı sunmaktır.** Bu yaklaşım **başarılı kimlik gelişimini** destekler; aksi durumda **rol karmaşası** devam eder. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Ailelerle iş birliği yaparak öğrencilerin kararlarını aile değerlerine göre şekillendirmesi:** Öğrencinin kendi kimliğini oluşturmamış olma, **ipoteke kimlik** gelişebilir.
- C) **Öğrencilerin arkadaş gruplarındaki baskıya uyum sağlamalarını desteklemesi:** Bireysel karar sürecini zayıflatır, **kimlik gelişimini olumsuz etkiler.**

- D) Öğrenciler için belirli meslekler önererek karar vermelerini kolaylaştırması: Keşif sürecini sınırlar, **yüzeysel ve dayatılmış seçimlere yol açar.**
- E) Öğrencilere başarılı rol modelleri sunarak belirli mesleklere yönlendirmesi: Alternatifleri daraltır, **kimlik araştırmasını sınırlar.**

Cevap: A

5. Hasan'ın öfkesini doğrudan zarar verici şekilde ortaya koymak yerine boks gibi toplumsal olarak kabul edilen bir alana yönlendirmesi söz konusudur. Bu mekanizma **yüceltmedir.** Yüceltme, kabul edilemeyen dürtü ve isteklerin toplum tarafından kabul edilen, yapıcı ve üretken alanlara yönlendirilmesidir. Bu örnekte saldırganlık dürtüsü spora aktarılmıştır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bastırma:** Rahatsız edici duygu ve düşüncelerin bilinç dışına itilmesidir; burada duygu yok edilmemiş, yön değiştirmiştir.
- B) **Karşıt tepki geliştirme:** Kişinin gerçek duygusunun tam tersini göstermesidir; örneğin nefret ettiği birine aşırı ilgili davranmak.
- C) **Yalıtma:** Duygunun olaydan ayrılmasıdır; kişi olayı anlatır ama duygusal tepki göstermez.
- E) **Özdeşleşme:** Başka birinin özelliklerini benimsemektir; burada model alma değil, dürtü yönlendirme vardır.

Cevap: D

6. Psikanalitik kuramda amaç, davranışı doğrudan değiştirmek değil, **bilinç dışı süreçleri fark ettirerek içgörü kazandırmaktır.** Bu nedenle terapide semptomu doğrudan değiştirmeye yönelik bir yaklaşım yoktur; değişim içgörüyle dolaylı olarak gerçekleşir. Bu yüzden "davranışların doğrudan değiştirilmek istenmesi" ifadesi yanlıştır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Terapide ortaya çıkan direnç, danışanın bilinç dışı çatışmalarına işaret edebilir:** Doğrudur; direnç, bastırılmış içeriklere yaklaşırken ortaya çıkar.
- C) **Aktarım, danışanın geçmiş figürlerine ilişkin duygularını danışmana yöneltmesiyle ilgilidir:** Doğrudur; özellikle ebeveyn figürlerine ait duygular terapistte aktarılır.

- D) **Rüyaların sembolik anlamları çözülerek bilinç dışı içeriklere ulaşılabilir:** Doğrudur; rüyalar bilinç dışına giden "kraliyet yolu" olarak görülür.

- E) **Serbest çağrışım danışanın sansürsüz şekilde düşüncelerini ifade etmesini sağlar:** Doğrudur; danışan aklına gelenleri filtresiz ifade eder.

Cevap: B

7. Soruda **5 yaş grubu çocuklardan** söz edilmektedir. Bu yaşta çocuklar kendi oyunlarını kurmak, liderlik etmek ve kuralları belirlemek ister. Bu girişimlerin desteklenmesi gerekir. Öğretmenin bu süreci tamamen kontrol etmesi yerine çocuklara fırsat verip süreci **rehberlikle yönlendirmesi** daha uygundur. Bu yaklaşım **girişimciliğe karşı suçluluk evresi** kapsamında **girişimcilik duygusunu destekler.** **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Oyunun her aşamasında kuralları belirleyip çocuklara uygulama görevi vermek:** Girişimleri sınırlar, pasiflik oluşturur.
- B) **Çocukların oyuna liderlik etmelerine izin verip sınıf içi rekabeti artırmak:** Aşırı rekabet bazı çocukları geri plana iter.
- C) **Her etkinliği aynı sırayla uygulamak:** Esneklik yoktur, girişim fırsatını azaltır.
- D) **Oyunu başlatmak isteyen çocukları uyararak kuralların öğretmen tarafından belirleneceğini hatırlatmak:** Girişimleri bastırır, suçluluk duygusunu artırır.

Cevap: E

8. Kerem'in **kendi başına yemek yemek, kıyafet seçmek ve düzen kurmak istemesi** bağımsızlık arayışını gösterir. Bu yaş (2,5 yaş) çocukların **özerklik geliştirme** dönemidir. Annenin sürekli müdahale etmesi bu süreci engeller. Bu nedenle çocuğa tamamen serbestlik değil, **yaşına uygun sınırlı seçenekler sunarak kendi kararlarını vermesine fırsat tanımak** en uygun yaklaşımdır. Bu durum **özerkliğe karşı utanç ve kuşku evresi** kapsamında **özerklik ve kendine güveni destekler.** **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kerem'in yemeklerini annenin yedirerek dökmesini engellemek:** Bağımsızlık deneyimlerini engeller, utanç geliştirebilir.
- B) **Kıyafet seçimini tümüyle anneye bırakmak:** Karar verme fırsatını ortadan kaldırır, bağımlılık oluşturur.
- C) **Çocuğun yaptığı hatalar karşısında hemen müdahale etmek:** Deneme-yanılmayı sınırlar, kuşku geliştirir.
- E) **Ev ortamında karar vermeyi anne-baba otoritesinde tutmak:** Özerklik gelişimini baskılar.

Cevap: D

9. Zehra Hanım'ın öğrencilerinin kendisini sevmediğini düşündüğü, aralarında gizlice hakkında kötü konuştuklarına inandığı, ancak yapılan gözlemlerde böyle bir durumun gerçekte olmadığı belirtilmektedir. Bu durumda dikkat edilmesi gereken nokta, olumsuz düşüncenin dış dünyadan değil **Zehra Hanım'ın kendi içsel yaşantısından kaynaklanmasıdır**. Yani kişi, kendi kaygılarını ve olumsuz duygularını fark etmek yerine bunları çevresindeki insanlara yüklemektedir. Bu mekanizma **yansıtmadır**. Yansıtma, bireyin kabul etmekte zorlandığı duygu ve düşüncelerini başkalarına atfetmesidir. Bu sayede kişi kendi içsel rahatsızlığıyla yüzleşmekten kaçınır. **Doğru cevap A seçeneğidir**.
- B) **Yüceltme:** Kabul edilemeyen dürtülerin toplumsal olarak kabul edilen alanlara yönlendirilmesidir; örneğin saldırganlığın spora aktarılması.
- C) **Ödünleme:** Kişinin yetersiz hissettiği bir alanı başka bir alandaki başarıyla telafi etmesidir; örneğin akademik başarısı düşük olan birinin sporda öne çıkması.
- D) **Bastırma:** Rahatsız edici düşünce ve yaşantıların bilinç dışına itilmesidir; kişi bu içeriklerin farkında değildir.
- E) **Özdeşim kurma:** Başka birinin özelliklerini benimseyerek ona benzemeye çalışmaktır; model alma söz konusudur.

Cevap: A

10. Soruda Psikanalitik kurama dayalı danışma sürecine ilişkin **yanlış ifade** sorulmaktadır. Psikanalitik yaklaşımın temelinde, danışanın **bilinç dışı süreçlerini fark etmesi, geçmiş yaşantılarını anlamlandırması ve içgörü kazanması** vardır. Bu süreç genellikle uzun sürelidir ve doğrudan çözüm önerileri sunmaya değil, danışanın kendi farkındalığını geliştirmesine dayanır. Bu nedenle "danışana hızlı çözüm stratejileri sunmak" psikanalitik yaklaşımın özüne aykırıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Danışanın bilinç dışı süreçleri fark etmesi:** psikanalitik yaklaşımın temel amacıdır.
- B) **Danışanın çocukluk yaşantılarına ulaşmak:** Geçmiş yaşantılar, özellikle çocukluk deneyimleri, kişinin anlaşılmasında kritik öneme sahiptir.
- C) **Aktarım ve karşı aktarım:** Danışan ve danışman arasındaki duygusal yansımalar analiz edilerek sürecin anlaşılmasına katkı sağlar.
- D) **Bastırılmış duyguların açığa çıkarılması:** Bilinç dışı içeriklerin fark edilmesi içgörü gelişimini destekler.

Cevap: E

11. Soruda **psikanalitik terapi sürecinde**, danışanın **zihninden geçenleri sansürlemeden aktarmasına dayanan** ve bu yolla **bilinç dışı çatışmaların fark edilmesini sağlayan teknik** sorulmaktadır. Psikanalitik kurama göre bu durum **serbest çağrışım** tekniğini ifade eder. Bu teknikte danışan, aklına gelen düşünce, duygu ve imgeleri **ne kadar anlamsız, önemsiz ya da rahatsız edici olursa olsun filtrelemeden ifade eder**. Bu sayede bilinç dışı istekler, çatışmalar ve bastırılmış yaşantılar açığa çıkmaya başlar.

Serbest çağrışım, danışanın **bilinç dışına açılan bir kapı** işlevi görür. Çağrışımların sırası, duraksamalar ya da tıkanmalar terapistin danışanın içsel çatışmaları hakkında ipuçları verir. Bu süreçte terapist, ortaya çıkan materyali **yorumlayarak danışanın içgörü kazanmasına yardımcı olur**. Aynı zamanda bastırılmış duyguların açığa çıkmasıyla **katarsis (duygusal boşalma)** yaşanabilir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- A) **Serbest çağrışım:** Danışanın aklına gelenleri sansürlemeden ifade etmesine dayanan temel tekniktir.
- B) **Aktarım analizi:** Danışanın geçmiş ilişkilerinin danışmana yansıtılması ve bunun incelenmesidir.
- C) **Yorumlama:** Terapistin danışanın bilinç dışı süreçlerine anlam vermesidir.
- D) **Karşıt tepki geliştirme:** Bir savunma mekanizmasıdır, terapi tekniği değildir.
- E) **Katarsis:** Bastırılmış duyguların boşalmasıdır, ancak başlı başına bir teknik değildir.

Cevap: A

12. Danışanın **terapistine karşı öfke ve güvensizlik hissetmesi**, bu duyguların aslında **çocuklukta babasına yönelik hislerle örtüşmesi**, geçmişteki ilişki örüntülerinin bugünkü ilişkiye taşındığını gösterir. Psikanalitik kurama göre bu durum **aktarımdır**. Aktarım, danışanın geçmişte önemli kişilerle (özellikle ebeveynlerle) yaşadığı duygu ve tepkileri çarpıtarak terapistte yöneltmesidir. Bu sayede danışan, başka türlü ulaşamayacağı duyguları terapötik ortamda yeniden yaşar ve terapist bu süreç üzerinden yorum yaparak **içgörü kazanılmasını sağlar**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Bastırma:** Kabul edilmesi zor duygu ve düşüncelerin bilinç dışına itilmesidir; burada duygu dışı yansıtılmıştır.
- C) **Bilinç öncesi:** Farkında olunmayan ancak kolayca hatırlanabilen içerikleri ifade eder.
- D) **Özdeşim:** Başka birinin özelliklerini benimseyerek ona benzemeye çalışmaktır.
- E) **Saplanma:** Gelişimin belirli bir döneminde takılı kalmadır.

Cevap: B

13. Murat'ın **öfkesini açıkça ifade edememesi**, buna karşılık kendisine kötü davranan kişilere **aşırı nazik ve kibar davranması**, gerçek duygusunun tam tersini sergilediğini gösterir. Yani kişi kabul etmekte zorlandığı duygunun zıddını davranış olarak ortaya koymaktadır. Bu mekanizma **karşıt tepki geliştirmedir**. Karşıt tepki geliştirmede birey, bastırdığı dürtü ya da duygunun tam tersini abartılı biçimde gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Yansıtma:** Kişinin kendi duygu ve düşüncelerini başkalarına atfetmesidir.
- C) **Ketlenme:** Davranışın çeşitli nedenlerle engellenmesi ya da durdurulmasıdır.
- D) **Özdeşim kurma:** Başka birinin özelliklerini benimseyerek ona benzemeye çalışmaktır.
- E) **Yalıtma:** Duygunun olaydan ayrılmasıdır; kişi olayı anlatır ama duygusal tepki göstermez.

Cevap: B

14. Soruda Psikanalitik kurama göre çalışan bir danışmanın **hangi davranışı en az göstermesinin beklendiği** sorulmaktadır. Psikanalitik yaklaşımda danışman daha çok **yorumlayan, anlamlandırıcı ve bilinç dışı süreçleri ortaya çıkarmaya çalışan** konumdadır; süreci yapılandırmaz ve danışanı doğrudan yönlendirmez. "Şimdi ve burada deneyimlerine odaklanma" ve **yapılandırılmış, yönlendirici sorular** ise daha çok diğer yaklaşımlara (özellikle birey merkezli ve gestalt yaklaşımları) özgüdür. Bu nedenle bu ifade psikanalitik yaklaşıma en az uyan seçenektir. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Serbest çağrışımı dinleyerek bilinç dışı süreçleri anlamaya çalışması:** Psikanalitik sürecin temel tekniklerindendir.
- B) **Rüyalar, dil sürçmeleri ve unutkanlıkları yorumlaması:** Bilinç dışına ulaşmada kullanılan önemli ipuçlarıdır.
- C) **Aktarım ve karşı aktarımı gözlemlemesi:** Terapötik sürecin merkezinde yer alan dinamiklerdir.
- D) **Direnci yorumlaması:** Direnç, bilinç dışı çatışmalar hakkında bilgi verir ve analiz edilir.

Cevap: E

15. Soruda psikanalitik kurama göre çalışan bir danışmanın seans sürecinde **hangi davranışı yapmasının beklenmeyeceği** sorulmaktadır. Psikanalitik yaklaşımda danışman, danışanın **bilinç dışı süreçlerini ortaya çıkarmaya**, geçmiş yaşantıların anlamlandırmaya ve içgörü kazandırmaya odaklanır; doğrudan beceri öğretimi yapmaz. “Baş etme becerileri öğretmek” daha çok bilişsel-davranışçı yaklaşımlara özgüdür. Bu nedenle psikanalitik yaklaşım açısından uygun değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Serbest çağrışım tekniğini kullanması:** Psikanalitik sürecin temel tekniklerinden biridir.
- B) **Rüyaların bilinç dışı içeriklerini analiz etmesi:** Bilinç dışına ulaşmada önemli bir yöntemdir.
- C) **Direnç gösteren danışanı fark edip süreci buna göre şekillendirmesi:** Direnç, analiz edilmesi gereken önemli bir ipucudur.
- D) **Aktarımı tanımlayıp analiz etmesi:** Terapötik sürecin merkezinde yer alan dinamiklerden biridir.

Cevap: E

1. Soruda psikanalitik kurama göre çalışan bir danışmanın, danışanın **iç çatışmalarını ortaya çıkarmaya yönelik yaklaşımının nasıl olduğu** sorulmaktadır. Psikanalitik yaklaşımda danışman, danışanın sorunlarının kaynağını **geçmiş yaşantılarda**, özellikle **çocukluk döneminde bastırılmış duygu ve çatışmalarda** arar. Bu nedenle danışma sürecinde bu yaşantılara odaklanarak bilinç dışı içeriklerin fark edilmesini sağlamaya çalışır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Danışanı mevcut sorunlarına odaklayarak çözüm üretmeye yönlendirir: Daha çok çözüm odaklı yaklaşıma özgüdür.

C) Olumsuz otomatik düşünceleri yeniden yapılandırır: Bilişsel davranışçı terapinin temel tekniklerindendir.

D) Sosyal ilişkileri düzenleme ve problem çözme becerileri kazandırma: Davranışçı ve beceri temelli yaklaşımlarda görülür.

E) Ödül ve ceza sistemleri oluşturma: Davranışçı yaklaşımın temel uygulamalarıdır.

Cevap: A

2. Ayşegül'ün ilk düşüncesi **"Zaten çok bunaldım, biraz eğlenmeyi hak ediyorum"** ifadesidir; bu, hazza yönelen ve anında doyum isteyen **id'i** gösterir. İkinci düşüncesi **"Ama deneme sınavı önemli, bu gece çalışmalıyım"** ifadesidir; bu, kurallar ve sorumluluk üzerinden değerlendirme yapan **süperego'dur**. Son olarak **"Filmden sonra birkaç saat çalışırsam ikisini de dengelerim"** diyerek gerçekçi bir çözüm üretmesi, **id ve süperego** arasında denge kuran **ego'yu** gösterir.

Cevap: B

3. Soruda **oral dönemin başarısız yaşanması sonucunda ortaya çıkmayacak durum** sorulmaktadır. Oral dönemde (0–1 yaş) doyum ağız yoluyla sağlanır; bu dönemdeki saplanmalar ileriki yaşamda **ağızla ilgili alışkanlıklar (sigara, tırnak yeme)**, **bağımlılık ve pasiflik** gibi özelliklerle kendini gösterir. Ancak **E seçeneğinde verilen düzen, titizlik ve inatçılık özellikleri anal döneme aittir**, bu yüzden oral dönemle ilişkilendirilemez.

A) Aşırı sigara içme ve tırnak yeme davranışları gösterme: Oral döneme özgü saplanma davranışlarıdır.

B) İlişkilerde aşırı bağımlı ve pasif bir tutum sergileme: Oral bağımlılık ile ilişkilidir.

C) Saldırganlık, dürtüsellik ve aşırı hareketlilik: Erken doyumsuzlukla ilişkili olarak görülebilir.

D) Ağız yoluyla haz almayı önceleyen davranışlar: Oral dönemin temel özelliğidir.

Cevap: E

4. Danışanın **sorular karşısında kısa cevaplar vermesi ve sessiz kalması**, psikanalitik açıdan yüzeysel bir kaçınma değil, **bilinç dışı çatışmalar ve ilişki örüntülerine dair ipuçları** olarak değerlendirilir. Danışmanın bu sessizlikleri, geçmiş ilişkilerle (örneğin ebeveyn figürleriyle) bağlantılı **aktarım ve direnç** bağlamında anlamlandırması beklenir. Psikanalitik yaklaşımda süreç yorumlama ve içgörüye dayanır; davranışı doğrudan değiştirmeye yönelik teknikler kullanılmaz. Bu nedenle ödül-ceza uygulaması bu yaklaşıma uygun değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Sessizlikleri, danışanın bastırdığı duygulara ulaşmak için ipucu olarak değerlendirmek: Psikanalitik süreçte direnç ve bastırılmış içeriklere ulaşmada önemli bir yaklaşımdır.

B) Sessizliğin danışanın annesiyle olan ilişkisiyle benzerlik gösterip göstermediğini araştırmak: Geçmiş ilişkilerin bugüne yansımaları analiz edilir.

C) Sessizliğin aktarım sürecine dair bilgi verebileceğini göz önünde bulundurmak: Aktarım, temel analiz alanlarından biridir.

D) Danışanın sessizliğine karşı sabırlı olup iç dünyasını keşfetmesi için zaman tanımak: Sürecin doğal akışına uygun bir tutumdur.

Cevap: E

5. Danışanın “içimde bir ses var gibi, yaptığım her şeyi denetliyor ve yargılıyor”, “kendimi sürekli eleştiriyorum” ve “suçluluk duyuyorum” ifadeleri, kişinin kendi davranışlarını içselleştirilmiş ahlaki kurallar üzerinden yargıladığını gösterir. Bu durum psikanalitik kuramda süperegounun baskınlığıyla ortaya çıkan ahlaki kaygıyı ifade eder. Kişi, doğru-yanlış değerlendirmesi yaparken kendini suçlar ve yargılar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Gerçeklik kaygısı: Dış dünyadan gelen gerçek bir tehlikeye karşı duyulan kaygıdır.
- B) Nevrotik kaygı: İd'in dürtülerinin kontrol dışı kalacağına yönelik korkudur.
- D) Fobik kaygı: Belirli nesne ya da durumlara yönelik yoğun ve irrasyonel korkudur.
- E) Performans kaygısı: Başarı ve değerlendirilme durumlarına yönelik kaygıdır.

Cevap: C

6. Danışanın terapistin davranışlarını babasına benzetmesi ve ona karşı öfke hissetmesi, geçmişteki önemli bir figürle kurulan ilişkinin terapötik ilişkiye taşındığını gösterir. Bu durum psikanalitik açıdan aktarımdır. Danışmanın uygun tutumu, bu süreci fark edip danışanla birlikte anlamlandırması ve yorumlamasıdır. Bu sayede danışan, geçmiş yaşantılarının bugünkü ilişkilerine etkisini görerek içgörü kazanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Danışanı, öfke duygusunun yersiz olduğuna ikna etmeye çalışmak: Duyguyu bastırır, içgörü gelişimini engeller.
- C) Danışanın öfkesini yatıştırmak amacıyla kişisel yaşantılarından örnekler vermek: Terapötik sınırları zedeler, psikanalitik yaklaşıma uygun değildir.
- D) Öfke davranışını azaltmak için bilişsel yeniden yapılandırma yöntemine başvurmak: Bilişsel-davranışçı yaklaşıma aittir.
- E) Bu tür duygusal tepkileri terapi dışı yaşantılarla sınırlı görmek: Aktarım sürecini göz ardı eder.

Cevap: A

7. Aylin Hanım'ın aşırı titiz olması, düzen ve kontrol ihtiyacının yüksek olması, plan dışı durumlarda kaygılanması ve ayrıntılara takılması, normal düzenlilikten farklı olarak katı ve kontrol odaklı bir kişilik örüntüsünü gösterir. Psikanalitik kurama göre bu özellikler, çocuğun dışkı tutma-bırakma üzerinden denetim ve kontrol geliştirdiği anal dönem (1-3 yaş) ile ilişkilidir. Bu dönemde aşırı baskıcı ya da katı tutumlar, ileriki yaşamda aşırı düzenlilik, kontrolcülük, inatçılık ve obsesif özellikler şeklinde ortaya çıkabilir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Oral dönem (0-1 yaş): Bağımlılık, pasiflik ve ağızla ilgili davranışlarla ilişkilidir.
- B) Fallik dönem (3-6 yaş): Cinsiyet kimliği ve özdeşim süreçleriyle ilgilidir.
- D) Latent dönem (6-12 yaş): Sosyal ve akademik becerilerin geliştiği dönemdir.
- E) Genital dönem (ergenlik): Olgun ilişkiler ve cinsellik ile ilgilidir.

Cevap: C

8. Danışanın babasıyla rekabet halinde olması, onun onayını kazanma çabası, ayrıca anneye yakınlık-suçluluk arasında gidip gelmesi psikanalitik açıdan dikkat çekici ipuçlarıdır. Bu tür rekabet, karşı cinse yönelim ve suçluluk duyguları, Freud'un fallik dönem (3-6 yaş) çatışmalarıyla ilişkilidir. Bu dönemde çocuk, karşı cinse ilgi duyar ve aynı cins ebeveynle rekabet yaşar (Oidipus/Elektra karmaşaları). Bu çatışmalar sağlıklı çözülemezse ileriki yaşamda ilişkilerde kontrol ihtiyacı, suçluluk ve kendini tam ifade edememe gibi özellikler görülebilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Oral dönem (0-1 yaş): Bağımlılık ve ağızla ilgili haz alma davranışlarıyla ilgilidir.
- C) Anal dönem (1-3 yaş): Kontrol, düzen ve tuvalet eğitimiyle ilişkilidir.
- D) Latent dönem (6-12 yaş): Cinsel dürtülerin geri planda olduğu, sosyal becerilerin geliştiği dönemdir.
- E) Genital dönem (Ergenlik): Olgun cinsellik ve yetişkin ilişkileriyle ilgilidir.

Cevap: B

9. Danışanın seanslara geç gelmesi, bahaneler üretmesi ve “gelmek istemiyorum ama bırakmak da istemiyorum” demesi, yüzeyde bir isteksizlik gibi görünse de psikanalitik açıdan **yaklaşma-kaçınma çatışmasına bağlı direnç** göstergesidir. Direnç, danışanın bilinç dışı çatışmalardan kaçınmak için geliştirdiği bir savunmadır. Psikanalitik kuramda danışmanın görevi bu direnci ortadan kaldırmak değil, **yorumlayarak danışanın fark etmesini sağlamaktır**. Bu nedenle en uygun yaklaşım, direnç üzerine yorum yaparak alttaki çatışmaya dikkat çekmektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Zaman yönetimi eğitimi vermek:** Davranışa odaklanır, bilinç dışı süreci göz ardı eder.
- B) **İsteksizliği normalleştirip konuyu kapatmak:** Direnci görmezden gelir, terapötik fırsatı kaçırır.
- D) **Yapılandırılmış plan hazırlamak:** Davranışçı bir müdahaledir, psikanalitik yaklaşıma uygun değildir.
- E) **Motivasyonel destek vermek:** Yüzeyde kalır, direncin altında yatan çatışmayı ele almaz.

Cevap: C

10. Danışanın **terapistin sorularını geçmişteki öğretmeni gibi algılaması**, yani bugünkü ilişkiye geçmişteki bir figürle ilgili duygu ve algılarını taşıması söz konusudur. Bu, psikanalitik kuramda **aktarım** göstergesidir. Psikanalitik yaklaşımda danışmanın görevi bu tür tepkileri değiştirmek ya da kaçınmak değil, **terapi ilişkisi içinde fark edip yorumlamaktır**. Bu sayede danışan, geçmiş yaşantılarının bugünkü ilişkilerine nasıl yansıdığını anlar ve içgörü geliştirir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın öğretmeniyle yaşadığı olayları detaylıca hatırlatmak:** Geçmiş önemlidir ancak doğrudan zorlamak yerine aktarım üzerinden çalışılır.
- B) **Terapistin kendi kişiliğiyle açıklama yapmak:** Terapötik sınırları bozar, süreci kişiselleştirir.
- C) **Şu anki duygulara odaklanıp geçmişi irdelememek:** Psikanalitik yaklaşımın temelini göz ardı eder.
- E) **Daha az soru sormak:** Aktarımı çalışmak yerine yüzeysel bir düzenleme yapar.

Cevap: D

11. Danışanın “**içimde bir çatışma var ama ne olduğunu bilmiyorum**”, “kendimi kontrol etmekte zorlanıyorum” ve “sebepsiz huzursuzluk” ifadeleri, kaygının kaynağının **bilinç dışı çatışmalar** olduğunu gösterir. Psikanalitik kurama göre bu durum **nevrotik kaygıdır** ve temelinde **id’in dürtülerinin kontrolden çıkacağına dair ego’nun yaşadığı tehdit algısı** vardır. Bu kaygı, id ile süperegö arasında değil, **id ile ego arasındaki çatışmadan** doğar. Bu nedenle seçenekler içinde en uygun karşılık, çatışmayı vurgulayan **B seçeneğidir.**

- A) **Gerçek dışı tehditler:** Kaygının niteliğini tam karşılamaz, çatışma boyutunu içermez.
- C) **Çevresel stres faktörleri:** Daha çok gerçeklik kaygısı ile ilişkilidir.
- D) **Dış dünyadan gelen gerçek tehlikeler:** Gerçeklik kaygısını açıklar.
- E) **Bedensel hastalıklar:** Psikanalitik kaygı türleriyle doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: B

12. Danışanın **seans boyunca susması, göz teması kurmaktan kaçınması ve kendini ifade etmekte zorlanması**, psikanalitik açıdan yüzeyde bir iletişim sorunu değil; **direnç, bastırılmış duygular ve bilinç dışı çatışmaların bir göstergesi** olarak değerlendirilir. Bu nedenle danışmanın görevi bu davranışı değiştirmek değil, **anlamlandırmak ve yorumlamaktır**. “İletişim becerileri öğretmek” ise davranışçı/beceri temelli bir müdahaledir ve psikanalitik yaklaşıma uygun değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sessizlikleri anlamlı bir direnç biçimi olarak değerlendirmek:** Psikanalitik açıdan doğru bir yaklaşımdır.
- B) **Danışanın suskunluğuna zaman tanımak:** Sürecin doğal akışına uygundur.
- C) **Sessizliğin altında yatan bilinç dışı çatışmalarla ilgili yorum yapmak:** Temel müdahalelerden biridir.
- E) **Sessizliği aktarım ya da savunma mekanizmaları açısından ele almak:** Psikanalitik değerlendirme biçimine uygundur.

Cevap: D

13. Danışanın rüyasında karanlık ormanda kaybolması ve babasının sesini duyması, psikanalitik açıdan yüzeydeki olaydan çok **bilinç dışı içeriklerin sembolik ifadesi** olarak ele alınır. Psikanalitik kurama göre rüyalar iki düzeyde incelenir: görünen (açık içerik) ve asıl önemli olan **örtük (gizli) anlam**. Danışmanın amacı, rüyadaki imgelerin arkasındaki **sembolik temsilleri çözümleyerek bilinç dışı çatışmalara ulaşmaktır. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Rüyanın geleceğe yönelik hedeflerle ilişkisi: Psikanalitik yaklaşım rüyayı gelecekte çok geçmiş ve bilinç dışı ile ilişkilendirir.
- B) Rüyadaki imgelerin bilinçli yaşantıyla doğrudan bağlantısı: Rüyalar doğrudan değil, sembolik ve dolaylı şekilde ifade edilir.
- C) Kullanılan kelimelerin bilişsel içeriği: Bilişsel yaklaşıma daha uygundur.
- E) Olayların mantıksal sıralaması: Rüyalar mantık dışıdır, bu nedenle bu ölçüt öncelikli değildir.

Cevap: D

14. Danışanın “kapının ardında bir şey var ama ne olduğunu bilmiyorum” ifadesi, bilinç dışı bir içeriğin farkında olunmadan hissedildiğini gösterir. Danışmanın “**bu kapı bastırılmış duyguları temsil ediyor olabilir**” şeklinde açıklama yapması ise danışanın getirdiği materyalin altında yatan anlamı ortaya koyma girişimidir. Bu müdahale psikanalitik kuramda **yorumlamadır**. Yorumlama, rüyalar, serbest çağrışımlar, dirençler ve terapötik ilişki içinde ortaya çıkan davranışların **bilinç dışı anlamlarını danışana gösterme ve açıklama sürecidir**. Amaç, danışanın kendi yaşantılarına farklı bir açıdan bakmasını sağlayarak **içgörü geliştirmesidir**. Yorumun zamanlaması önemlidir; danışan farkındalığa yakın olduğunda yapılır ve yüzeyden derine doğru ilerler. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Serbest çağrışım: Danışanın aklına gelenleri sansürlemeden ifade etmesidir.
- C) Duygu yansıtması: Danışanın duygularını olduğu gibi geri yansıtmaktır.
- D) Karşı aktarımı fark etme: Terapistin kendi duygularını fark etmesidir.

E) Duygusal yüzleştirme: Danışanın çelişkilerini doğrudan ortaya koymaktır.

Cevap: B

15. Danışanın “siz bir şey söylediğinizde sizi memnun etmem gerektiğini düşünüyorum” ifadesi, terapistle yönelik tutumunun **çocuklukta annesiyle yaşadığı eleştirel ilişkiyle bağlantılı olduğunu** gösterir. Yani danışan, geçmişteki önemli figüre (anneye) yönelik duygu ve ilişki örüntüsünü terapistle yansıtmaktadır. Danışmanın **bu durumu fark edip danışana göstermesi**, psikanalitik süreçte **aktarımın analiz edilmesidir**. Aktarımın analizinde terapist, danışanın terapistle kurduğu ilişkiyi inceleyerek, bu ilişkinin geçmişteki önemli kişilerle bağlantısını **yüzeyden derine doğru yorumlar** ve danışanın içgörü kazanmasını sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Serbest çağrışımı teşvik etme: Danışanın aklına gelenleri sansürlüz ifade etmesini sağlamaktır.
- C) Yüceltme davranışını destekleme: Dürtülerin toplumsal olarak kabul edilen alanlara yönlendirilmesidir.
- D) Bastırılmış duyguları harekete geçirme: Doğrudan böyle bir müdahale söz konusu değildir.
- E) Rüya yorumlama: Rüyalar üzerinden bilinç dışı anlam çözümlemesidir.

Cevap: B

1. Ego savunma mekanizmaları, bireyin **benliğini tehdit eden kaygılarla baş etmek için ego tarafından geliştirilen ve çoğunlukla bilinç dışı işleyen süreçlerdir**. Temel amaçları, içsel çatışmaları yöneterek **psikolojik dengeyi korumaktır**; bu nedenle gerçekliği tamamen ortadan kaldırmazlar, sadece çarpıtabilir veya kısmen inkâr edebilirler. “Gerçekliğin tümünden reddedilmesi” ifadesi ise tüm savunma mekanizmaları için geçerli değildir (bu daha çok inkâr gibi özel bir savunmaya özgüdür). **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Genellikle bilinç dışı düzeyde işlerler:** Savunmaların temel özelliğidir.
- B) **Kaygıyla baş etmeyi sağlarlar:** Temel işlevlerinden biridir.
- D) **Gelişim evrelerine göre farklı savunmalar görülebilir:** Psikodinamik gelişimle ilişkilidir.
- E) **Ego tarafından denge kurmak amacıyla kullanılırlar:** Tanımın merkezinde yer alır.

Cevap: C

2. Danışanın arkadaşlarının artık görüşmek istemediğini fark etmesine rağmen, bunu “çok meşguller” diyerek açıklaması, yani gerçek durumu kabul etmek yerine kendini rahatlatarak **mantıklı bir gerekçe üretmesi** söz konusudur. Bu, kişinin rahatsız edici bir durumu daha kabul edilebilir açıklamalarla yeniden yorumlamasıdır. Bu savunma mekanizması **mantığa bürümedir**. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Bastırma:** Rahatsız edici düşünce ve duyguların bilinç dışına itilmesidir.
- C) **Yansıtma:** Kişinin kendi duygularını başkalarına atfetmesidir.
- D) **Gerileme:** Daha ilkel bir gelişim dönemine ait davranışlara dönmektir.
- E) **Karşıt tepki geliştirme:** Kabul edilemeyen duygunun tam tersini sergilemektir.

Cevap: A

3. Danışanın annesinin öldüğünü bilmesine rağmen “hâlâ hayatta gibi, her an geleceğim gibi” düşünmesi ve durumu kabul etmemesi, gerçekliğin yarattığı acıyı tolere edemediğini gösterir. Bu durumda kişi, kaygı verici gerçeği bilinçli olarak reddederek kendini korur. Bu savunma mekanizması **inkârdır**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Yansıtma:** Kişinin kendi duygu ve düşüncelerini başkalarına atfetmesidir.
- B) **Karşıt tepki geliştirme:** Kabul edilemeyen duygunun tam tersini sergilemektir.
- C) **Yalıtma:** Duygunun olaydan ayrılmasıdır; kişi olayı anlatır ama duygusal tepki göstermez.
- D) **Bastırma:** Rahatsız edici içeriklerin bilinç dışına itilmesidir.

Cevap: E

4. Danışanın **müdürüne karşı hissettiği öfkeyi doğrudan ifade edemeyip, bu öfkeyi daha güvenli bir hedef olan oğluna yöneltmesi** söz konusudur. Yani duygu asıl kaynağından alınıp başka bir kişiye aktarılmaktadır. Bu savunma mekanizması **yer değiştirmedir**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bastırma:** Duygu ve düşüncelerin bilinç dışına itilmesidir.
- B) **İnkâr:** Gerçeğin yok sayılmasıdır.
- C) **Yüceltme:** Dürtülerin toplumsal olarak kabul edilen alanlara yönlendirilmesidir.
- D) **Akla uydurma:** Davranışlara mantıklı açıklamalar getirilmesidir.

Cevap: E

5. Danışanın **çocukluk hayal kırıklıklarından söz ederken öfkesini ifade etmemesi**, bunun yerine **aşırı neşeli ve pozitif davranması**, gerçek duygusunun tam tersini sergilediğini gösterir. Yani kişi kabul etmekte zorlandığı duyguyu bastırıp onun **zıddını abartılı şekilde ortaya koymaktadır**. Bu savunma mekanizması **karşıt tepki geliştirme**dir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bastırma:** Duygu ve düşüncelerin bilinç dışına itilmesidir.

- C) **Yansıtma:** Kişinin kendi duygularını başkalarına atfetmesidir.
- D) **İnkâr:** Gerçeğin yok sayılmasıdır.
- E) **Rasyonalizasyon:** Davranışlara mantıklı açıklamalar getirilmesidir.

Cevap: B

6. Mehmet'in **işteki başarısızlıklarını kabul etmek yerine**, durumu **"başkaları beni kıskanıyor ve engelliyor"** şeklinde yeniden yorumlaması söz konusudur. Yani kişi, gerçekliği olduğu gibi kabul etmek yerine **kendi benliğini koruyacak şekilde gerçeği değiştirip çarpıtmaktadır**. Bu savunma mekanizması **çarpıtmadır**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **İnkâr:** Gerçeğin tamamen yok sayılmasıdır; burada gerçeklik reddedilmiyor, değiştirilerek yorumlanıyor.
- C) **Rasyonalizasyon:** Davranışlara mantıklı açıklamalar getirmektir; oysa verilen örnekte gerçeklik yeniden kurgulanmaktadır.
- D) **Yansıtma:** Kişinin kendi duygu ve düşüncelerini başkalarına atfetmesidir; burada içsel duygu yükleme değil, durumu çarpıtma vardır.
- E) **Karşıt tepki geliştirme:** Kabul edilemeyen duygunun zıddını sergilemektir.

Cevap: B

7. Demet'in **yaşadığı kayıplar sonucu oluşan içsel acıyı, başkalarına yardım ederek hafifletmeye çalışması** söz konusudur. Bu savunma mekanizması **özgeciliktir**. Özgecilik, bireyin **kendi kaygı ve sıkıntılarını bastırarak ilgi, sevgi ve enerjisini başkalarına yöneltmesi ve bu yolla rahatlama sağlamasıdır**. Kişi sürekli başkalarının sorunlarıyla ilgilenerek kendi içsel çatışmalarından uzaklaşır. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Yansıtma:** Kişinin kendi duygu ve düşüncelerini başkalarına atfetmesidir.
- B) **Mantığa bürüme:** Davranışlara mantıklı açıklamalar getirmektir.
- C) **İnkâr:** Gerçeğin yok sayılmasıdır.
- D) **Yüceltme:** Toplumsal olarak kabul edilmeyen dürtülerin (özellikle cinsel ve saldırgan) kabul edilebilir ve yararlı etkinliklere dönüştürülmesidir.

Cevap: E

8. Ekrem'in **yoğun suçluluk duygusunu azaltmak için kendini sürekli zorlaması, en zor işleri seçmesi ve keyif verici etkinliklerden bilinçli olarak uzak durması**, kendini adeta cezalandıran bir yaşam biçimi geliştirdiğini gösterir. Bu durum **hazdan kaçınma ve kendine yüklenme yoluyla içsel çatışmayı dengeleme** şeklinde ortaya çıkar. Bu savunma mekanizması **çileciliktir**. Çilecilik, bireyin suçluluk ya da çatışmalarla baş etmek için kendini yoksun bırakması ve zorlayıcı bir yaşam sürmesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Karşıt tepki geliştirme:** Kabul edilemeyen duygunun zıddını sergilemektir.
- B) **Yüceltme:** Toplumsal olarak kabul edilmeyen dürtülerin yararlı etkinliklere dönüştürülmesidir.
- C) **Özgecilik:** Kişinin kendi sıkıntılarını başkalarına yardım ederek hafifletmesidir.
- E) **Rasyonalizasyon:** Davranışlara mantıklı açıklamalar getirmektir.

Cevap: D

9. Levent'in boşanma gibi duygusal açıdan yoğun bir yaşantıya rağmen duygu **göstermemesi**, bunun yerine süreci **hukuki, istatistiksel ve akademik açıklamalarla ele alması**, yani olayı kişisel bir deneyim olarak değil **soyut ve bilgi düzeyinde değerlendirmesi** söz konusudur. Bu savunma mekanizması **entelektüelleştirmedir**. Entelektüelleştirme, bireyin kaygı verici bir durumu **duygusal boyutundan koparıp, teorik ve zihinsel düzeyde ele alarak duygudan kaçınmasıdır**. Kişi gerçek tutumunu ve hislerini ortaya koymaz, bunun yerine **bilgi, kavram ve açıklamalar üzerinden konuşur**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Bastırma:** Duygu ve düşüncelerin bilinç dışına itilmesidir.
- C) **Yüceltme:** Kabul edilmeyen dürtülerin toplumsal olarak kabul edilen davranışlara çevrilmesidir.
- D) **İnkâr:** Gerçeğin yok sayılmasıdır.
- E) **Özgecilik:** Kişinin kendi sıkıntılarını başkalarına yardım ederek dengelemesidir.

Cevap: B

10. Zeynep'in arkadaşına öfkeyle zarar verici sözler söyledikten sonra, hemen ardından hediye alma, yemek yapma gibi telafi edici davranışlara yönelmesi, yaptığı olumsuz davranışı "geri alma" ya da etkisini silme çabasıdır. Yani kişi, kabul edilemeyen davranışın yarattığı suçluluğu **karşıt bir davranışla ortadan kaldırmaya çalışır**. Bu savunma mekanizması **yapma-bozma**dır. Yapma-bozma, bireyin yaptığı bir davranışı sanki hiç olmamış gibi **başka bir davranışla iptal etmeye çalışmasıdır**. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) **Yüceltme**: Kabul edilmeyen dürtülerin toplumsal olarak kabul edilen etkinliklere dönüştürülmesidir.
- B) **Karşıt tepki geliştirme**: Kişinin hissettiği duygunun tam tersini sürekli ve abartılı şekilde sergilemesidir.
- C) **Özgecilik**: Kendi sıkıntılarını başkalarına yardım ederek dengelemektir.
- E) **Bastırma**: Rahatsız edici duygu ve düşüncelerin bilinç dışına itilmesidir.

Cevap: D

11. Ayla'nın iş yerindeki yoğun baskı ve duygusal zorlanmaya rağmen bu durumu dile getirmemesi, buna karşılık mide bulantısı, baş dönmesi ve göğüs sıkışması gibi fiziksel belirtiler yaşaması, üstelik tıbbi incelemelerde organik bir neden bulunmaması dikkat çekicidir. Bu durumda psikolojik gerilim **bedensel belirtiler üzerinden ifade edilmektedir**. Bu savunma mekanizması **bedenselleştirmedir**. Bedenselleştirme, bireyin fark etmekte ya da ifade etmekte zorlandığı duygusal çatışmaları **fiziksel şikâyetlere dönüştürmesidir**. Örneğin yoğun stres yaşayan birinin sürekli mide ağrısı çekmesi ya da kaygı yaşayan birinin kalp çarpıntısı hissetmesi bu duruma örnektir. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Bastırma**: Kişi rahatsız edici duygu ve düşünceleri bilinç dışına iter. Örneğin travmatik bir olayı hiç hatırlamamak. Ancak burada duygu doğrudan bedene yansımaktadır.
- B) **Yansıtma**: Kişi kendi duygu ve düşüncelerini başkalarına yükler. Örneğin başarısız olan birinin "herkes bana karşı" demesi. Bu soruda böyle bir yüklem yoktur.

- C) **Karşıt tepki geliştirme**: Kişi hissettiğinin tam tersini abartılı şekilde gösterir. Örneğin nefret ettiği birine aşırı nazık davranmak. Ayla'da böyle bir tersine çevirme yoktur.
- D) **İnkâr**: Kişi gerçeği yok sayar. Örneğin ciddi bir hastalığı olduğunu kabul etmemek. Burada gerçek reddedilmiyor, bedensel belirtilerle ifade ediliyor.

Cevap: E

12. Umut'un yüksek lisans başvurusu gibi önemli bir hedefi olmasına rağmen, tam başvuru sürecinde **halsizlik, dikkat dağınıklığı, erteleme ve motivasyon kaybı yaşaması**, ardından akademik işlere karşı da isteksizlik geliştirmesi dikkat çekicidir. Burada kişi bilinçli olarak kaçınmıyor; ancak **içsel çatışma (başarı isteği-başarısızlık kaygısı gibi) davranışı engelliyor**. Bu durum **ketlenme** olarak adlandırılır. Ketlenme, bireyin bir işi yapma kapasitesi olmasına rağmen **içsel engeller nedeniyle harekete geçememesi ve performansının bloke olmasıdır**. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) **İnkâr**: Kişinin gerçeği yok saymasıdır; burada başvuru süreci inkâr edilmiyor, yapılamıyor.
- C) **Pasif-agresif davranış**: Kişinin dolaylı biçimde karşı koymasındır (örneğin bilerek geciktirme); burada bilinçli bir karşı koyma yoktur.
- D) **Geri çekilme**: Kişinin sosyal ya da duygusal olarak ortamdan uzaklaşmasıdır; burada temel durum eylemin engellenmesidir.
- E) **Yansıtma**: Kişinin kendi duygu ve düşüncelerini başkalarına yüklemesidir.

Cevap: A

13. Ayfer'in yoğun duygusal çatışmalar yaşamasına rağmen öfkesini fark edememesi ve ifade edememesi, bunun yerine kolunda güçsüzlük ve hareket kısıtlılığı gibi fiziksel belirtiler geliştirmesi, psikolojik içeriğin bedensel bir belirtiyeye çevrildiğini gösterir. Bu durum duygu dönüşümüdür (konversiyon). Duygu dönüşümü, bireyin kabul etmekte zorlandığı ya da bilinç düzeyine çıkarmadığı duyguların bedensel belirtilere dönüşmesi şeklinde ortaya çıkar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Bastırma:** Duyguların bilinç dışına itilmesidir; ancak burada sadece bastırma değil, aynı zamanda bedenselleşme vardır.

C) **İnkâr:** Gerçeğin yok sayılmasıdır.

D) **Ödünleme:** Kişinin üstünlük duygusunu doyurmaya çalışması, herhangi bir alandaki eksikliğini veya başarısızlığını başka alanlardaki etkinliklerle kapatma çabasıdır. Daha çok bireyin üstün olma ve beğenilme ihtiyacının herhangi bir nedenle engellenmesi durumunda ortaya çıkar, bu engellenme nedeniyle kişi onurunu korumak için aşırı çaba göstererek üstünlük dürtüsünü tatmin etmek ister.

E) **Rasyonalizasyon:** Davranışlara mantıklı açıklamalar getirmektir.

Cevap: B

14. Merve'nin kazayı tüm ayrıntılarıyla anlatabilmesine rağmen, bu olaya eşlik eden korku, üzüntü ve travma duygularını yaşamadan adeta ayırması, yani olayı anlatırken duygusal tepki göstermemesi dikkat çekicidir. Bu savunma mekanizması izolasyondur. İzolasyon, bireyin yaşadığı olay ile o olaya ait duyguları birbirinden ayırması, olayı bilişsel düzeyde anlatırken duygusal yükü devre dışı bırakmasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Bastırma:** Duyguların bilinç dışına itilmesidir; burada olay bilinçtedir ancak duygu ayrıştırılmıştır.

C) **İnkâr:** Gerçeğin yok sayılmasıdır; Merve olayı kabul etmektedir.

D) **Rasyonalizasyon:** Davranışlara mantıklı açıklamalar getirmektir.

E) **Karşıt tepki geliştirme:** Duygunun zıddını sergilemektir.

Cevap: B

15. Zerrin'in insanları ya tamamen iyi ya tamamen kötü olarak değerlendirmesi, küçük bir hayal kırıklığında birini bir uçtan diğer uca geçirmesi, yani gri alan bırakmayan siyah-beyaz algı geliştirmesi söz konusudur. Bu savunma mekanizması bölünmedir. Bölünme, bireyin nesneleri ve kişileri iyi-kötü şeklinde keskin uçlara ayırarak değerlendirmesi, bu iki yönü bir arada tutamamasıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **İnkâr:** Gerçeğin yok sayılmasıdır.

C) **Yansıtma:** Kişinin kendi duygu ve düşüncelerini başkalarına yüklemesidir.

D) **Rasyonalizasyon:** Davranışlara mantıklı açıklamalar getirmektir.

E) **Karşıt tepki geliştirme:** Kabul edilemeyen duygunun zıddını sergilemektir.

Cevap: A

1. Merve'nin ablasını sürekli kusursuz ve hatasız görmesi ve olumsuz yönlerini yok sayarak **aşırı yüceltmesi idealleştirme savunma mekanizmasıdır. İdealleştirme**, bireyin bir kişiyi ya da nesneyi gerçekçi olmayan biçimde abartılı şekilde olumlu özelliklerle donatması ve olumsuz yönlerini görmezden gelmesidir. Bu durum genellikle bağlanılan kişiyi kaybetme kaygısı ya da olumsuz yönlerle yüzleşememe sonucu ortaya çıkar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Bölünme: Kişinin aynı bireyi bazen tamamen iyi bazen tamamen kötü olarak değerlendirmesidir; örneğin bir arkadaşını küçük bir hayal kırıklığında tamamen değersiz görmesi. Bu soruda iki uç arasında geçiş yoktur, yalnızca yüceltme vardır.

C) Yansıtma: Kişinin kendi kabul edemediği duygu ve düşüncelerini başkasına atfetmesidir; örneğin öfke hissedene birinin "Herkes bana karşı" demesi. Bu vakada başkasına duygu yükleme yoktur.

D) Rasyonalizasyon: Davranışları mantıklı görünen gerekçelerle açıklamadır; örneğin başarısız olan birinin "Zaten sınav adil değildi" demesi. Bu soruda açıklama üretme değil, idealize etme söz konusudur.

E) Karşıt tepki geliştirme: Kişinin hissettiğinin tam tersini abartılı biçimde göstermesidir; örneğin sevmediği birine aşırı ilgili davranmak. Merve'de böyle bir zıtlık bulunmaz.

Cevap: A

2. Murat'ın yaşadığı olumsuz sonuçları **kendi sorumluluğu yerine dış koşullara bağlaması ve kontrolün kendisi dışında olduğunu düşünmesi**, sorumluluğu dış etkenlere yüklemesi anlamına gelir; bu durum **dışsallaştırma savunma mekanizmasıdır. Dışsallaştırma**, bireyin kendi davranışlarının sonuçlarını içsel nedenler yerine çevresel, kontrol dışı faktörlerle açıklamasıdır. Bu sayede kişi suçluluk duygusundan kaçınır ancak hatalarını fark etmediği için aynı davranışları sürdürme eğilimi gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) İnkâr: Gerçeği yok saymadır; örneğin ciddi bir başarısızlığı "aslında olmadı" diye reddetmek. Murat durumu inkâr etmiyor, nedenini dışarıya bağlıyor.

C) Rasyonalizasyon: Davranışı mantıklı görünen gerekçelerle savunmadır; örneğin başarısızlığı "zaten şartlar uygun değildi" diyerek gerekçelendirmek. Ancak burada temel vurgu mantıklı açıklama üretmekten çok sorumluluğu dışa atmadır.

D) Yansıtma: Kendi duygu ve düşüncelerini başkasına yüklemeye; örneğin hatasını başkasının hatası gibi görmek. Bu vakada başkasına duygu yükleme yoktur.

E) Bastırma: Rahatsız edici düşünce ve duyguları bilinç dışına itmedir; örneğin olayı hatırlamamak. Murat durumu hatırlamakta ancak sorumluluğu dışarıya vermektedir.

Cevap: B

3. Serkan'ın ebeveynlerine yöneltmediği öfkeyi **kendi içine çevirerek kendine zarar verme davranışları göstermesi**, duygunun hedefini değiştirmeden doğrudan kendine yöneltmesi anlamına gelir; bu durum **kendine yöneltme savunma mekanizmasıdır. Kendine yöneltme**, bireyin kabul edemediği öfke, kızgınlık gibi duyguları dışa vurmak yerine kendisine yöneltmesiyle ortaya çıkar ve çoğu zaman suçluluk, değersizlik ve kendine zarar verme davranışlarıyla kendini gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Yer değiştirme: Duyguların asıl hedeften daha az tehdit edici bir başka hedefe yöneltilmesidir; örneğin patronuna kızan birinin eve gidip eşyaları kırması. Bu soruda öfke başka birine değil, doğrudan kendine yöneltilmiştir.

C) Yansıtma: Kişinin kendi kabul edemediği duygu ve özellikleri başkalarına atfetmesidir; örneğin öfkesini "Asıl onlar bana kızgın" şeklinde ifade etmesi. Bu vakada başkasına yükleme yoktur.

D) Rasyonalizasyon: Davranışlara mantıklı görünen gerekçeler bulmadır; örneğin başarısızlığı dış nedenlerle açıklamak. Serkan açıklama üretmemekte, duygusunu kendine yöneltmektedir.

E) **İnkâr:** Gerçeği reddetmedir; örneğin yaşanan çatışmayı yok saymak. Serkan öfkesinin farkındadır ancak onu kendine yöneltmektedir.

Cevap: B

4. Aslı'nın ailesinin eleştirel ve mükemmeliyetçi tutumlarını **kendi düşünceleri gibi benimseyip kendine yöneltmesi**, dıştaki değer ve yargıların içselleştirilmesi anlamına gelir; bu durum **İçe yansıtma savunma mekanizmasıdır. İçe yansıtma**, bireyin başkalarına ait tutum, değer ve eleştirileri kendi benliğinin bir parçası haline getirmesidir. Bu süreç sonucunda kişi kendini başkalarının gözünden değerlendirir, yoğun kaygı ve yetersizlik duyguları yaşayabilir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Karşıt tepki geliştirme:** Kişinin kabul edemediği duygunun tam tersini göstermesidir; örneğin hoşlanmadığı birine aşırı ilgili davranmak. Aslı'da zıt duygu gösterimi yoktur.

B) **Yer değiştirme:** Duyguların asıl hedeften daha az tehdit edici bir hedefe yönltilmesidir; örneğin öğretmenine kızan birinin arkadaşına bağırması. Bu vakada duygu yön değiştirilmektedir.

C) **Ödünleme:** Kişinin zayıf olduğu alanı başka bir alandaki başarıyla dengelemesidir; örneğin akademik başarısızlığı sporda telafi etmek. Aslı'da böyle bir telafi çabası yoktur.

D) **Gerileme:** Stres karşısında daha ilkel, çocukça davranışlara dönüşür; örneğin yetişkin birinin ağlama nöbetleri geçirmesi. Bu vakada gelişimsel geriye dönüş yoktur.

Cevap: E

5. Murat Bey'in uzun yıllar aynı işi yapmaktan sıkılması sonrası, genç öğretmenlere mentörlük yaparak **kendini yeniden işe yarar ve üretken hissetmesi**, topluma katkı sağlama ve sonraki kuşağa rehberlik etme ihtiyacının karşılanmasıyla ilgilidir; bu durum **üretkenliğe karşı durgunluk evresidir. Üretkenlik**, bireyin deneyimlerini başkalarına aktarması, rehberlik etmesi ve fayda üretmesiyle ortaya çıkar; karşılanmadığında ise durgunluk ve anlamsızlık duyguları görülür. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Yakınlığa karşı yalıtılmışlık:** Genç yetişkinlikte yakın ilişkiler kurma ihtiyacıyla ilgilidir; romantik ve sosyal bağlar ön plandadır.

B) **Kimliğe karşı rol karmaşası:** Ergenlik döneminde kimlik oluşturma sürecidir; "Ben kimim?" sorusu merkezde yer alır.

C) **Başarıya karşı aşağılık duygusu:** Okul çağında yeterlilik kazanma ve başarılı olma ihtiyacına odaklanır.

D) **Girişimciliğe karşı suçluluk:** Okul öncesi dönemde bireyin girişimde bulunma ve inisiyatif alma süreciyle ilgilidir.

Cevap: E

6. Danışmanın danışandan **aklına gelen her şeyi, mantıklı olup olmadığını süzmeden ifade etmesini istemesi**, bilinç dışı içeriğe ulaşmayı amaçlayan **serbest çağrışım tekniğini** doğrudan kullanmasıdır; bu nedenle bu müdahale **serbest çağrışımı teşvik etme tekniğidir. Serbest çağrışım**, danışanın zihnine gelen düşünce, duygu ve imgeleri sansürlemeden ifade etmesi yoluyla bastırılmış içeriklerin ortaya çıkarılmasını hedefler. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Bastırılmış duyguları yüzleştirme:** Danışanın bastırdığı duygularla doğrudan karşılaşmasını sağlamaktır; burada yönlendirme değil, serbest ifade teşvikidir.

B) **Aktarımı yorumlama:** Danışanın terapistle yönelik duygularını geçmiş ilişkiler bağlamında açıklamadır; bu vakada aktarım yorumu yapılmamaktadır.

C) **Karşı aktarımı tanımlama:** Terapistin danışana yönelik kendi duygularını fark etmesiyle ilgilidir; danışana yönelik bir teknik değildir.

D) **Duygusal dışavurumu yönlendirme:** Danışanın duygularını ifade etmesini teşvik etse de belirli bir duyguya odaklanır; burada sınırsız, yapılandırılmamış çağrışım söz konusudur.

Cevap: E

7. Danışanın çocuklukta otoriter baba yaşantısı ile şu an iş yerindeki otorite figürleri karşısında yaşadığı zorlanma arasında **bağlantı kurulması ve bu bağlantının benlik ifadesini nasıl etkilediğinin anlamlandırılarak açıklanması**, danışanın bilinç dışı süreçlerine yönelik içgörü kazandırma-ya dönük bir müdahaledir; bu durum **yorumlama tekniğidir**. **Yorumlama**, terapistin danışanın geçmiş yaşantıları, bastırılmış duyguları, dirençleri ve mevcut davranışları arasındaki ilişkileri değerlendirerek bunları danışana açıklaması ve anlamlandırmasıdır. Bu süreçte amaç; bilinç dışı malzemeyi bilinç düzeyine taşımak, danışanın kendi davranışlarına farklı bir açıdan bakmasını sağlamak ve içgörü geliştirmektir. Terapist, danışanın anlattıkları arasındaki tutarsızlıkları, tekrar eden örüntüleri ve özellikle direnç gösterdiği alanları fark ederek yorum yapar. Böylece danışan, geçmiş yaşantılarının bugünkü ilişkilerini nasıl şekillendirdiğini kavrar, egosu yeni bilgiyi özümser ve değişim için farkındalık kazanır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Karşı aktarımı fark etme:** Terapistin kendi içsel tepkilerini tanımasıdır; danışana yönelik doğrudan bir teknik değildir.
- B) **İçerik yansıtması:** Danışanın söylediklerini benzer şekilde geri sunmadır; yeni anlam veya içgörü eklenmez.
- D) **Serbest çağrışım:** Danışanın aklına gelenleri sansürlüz ifade etmesidir; burada danışanı buna yönlendirme yoktur.
- E) **Bağlama:** Danışanın geçmiş ve şimdiki yaşantıları arasında bağlantı kurmaktır; ancak bu örnekte yalnızca ilişki kurmakla kalınmamış, bu ilişkinin anlamı açıklanarak içgörü kazandırılmıştır.

Cevap: C

8. Danışanın çocuklukta **temizlik, düzen ve kontrol vurgusuyla ellerini yıkamaya zorlanması ve bunun yetişkinlikte aşırı titizlik ve takıntı olarak sürmesi**, kontrol ve düzen temalarının öne çıktığı döneme işaret eder; bu durum **anal evre ile ilişkilidir**. **Anal evre (1–3 yaş)**, tuvalet eğitiminin verildiği ve çocuğun kontrol, düzen, temizlik gibi özellikleri geliştirdiği dönemdir. Bu dönemde katı ya da aşırı denetleyici tutumlar, ileriki yaşam-

da aşırı titizlik, kuralcılık ve obsesif özelliklerle kendini gösterebilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Oral evre (0–1 yaş):** Haz kaynağı ağızdır; emme, yeme gibi davranışlar ön plandadır. Örneğin tırnak yeme, sigara kullanımı gibi davranışlarla ilişkilidir; temizlik ve kontrol vurgusu yoktur.
- C) **Fallik evre (3–6 yaş):** Cinsel kimlik gelişimi ve ebeveynle özdeşim ön plandadır; Oedipus/ Elektra çatışmaları bu dönemde görülür.
- D) **Latent evre (6–12 yaş):** Cinsel dürtüler görece bastırılır, sosyal ve akademik beceriler gelişir; belirgin bir temizlik-titizlik teması yoktur.
- E) **Genital evre (12–18 yaş):** Ergenlikle birlikte olgun cinsellik ve yakın ilişkiler gelişir; çocukluk kökenli temizlik takıntılarıyla doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: B

9. Danışanın çocuklukta **sosyal çevresinin sınırlı olması ve arkadaş edinmede zorlanması**, bunun yetişkinlikte **duygusal yakınlık kurma güçlüğü olarak sürmesi**, sosyal becerilerin ve akran ilişkilerinin geliştiği döneme işaret eder; bu durum **latent (gizil) evre ile ilişkilidir**. **Latent (gizil) evre (6–12 yaş)**, cinsel enerjinin adeta ortadan kalktığı/bastırıldığı, enerjinin okul yaşantısına, arkadaşlık ilişkilerine ve sosyal becerilerin geliştirilmesine yöneldiği dönemdir. Bu dönemde kurulan akran ilişkileri ve kazanılan sosyal beceriler, ileriki yaşamda kişiler arası yakınlık kurma kapasitesini doğrudan etkiler. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Oral evre (0–1 yaş):** Haz kaynağı ağızdır; emme, yeme gibi davranışlar ön plandadır. Sosyal ilişki kurma becerileri bu dönemin temel odağı değildir.
- B) **Anal evre (1–3 yaş):** Kontrol, düzen ve temizlik temaları ön plandadır; sosyal becerilerden çok özdenetim gelişir.
- C) **Fallik evre (3–6 yaş):** Cinsel kimlik gelişimi ve ebeveynle özdeşim ön plandadır; akran ilişkileri bu dönemin merkezinde değildir.
- E) **Genital evre (12–18 yaş):** Ergenlikle birlikte olgun ilişkiler ve yakınlık kurma gelişir; ancak soruda köken olarak çocukluk sosyal gelişim sürecine vurgu yapılmaktadır.

Cevap: D

10. Danışanın terapisteye yönelik “**bana güvensiz hissediyorum, yargılanıyorum**” gibi duygularını ifade etmesi, geçmişteki önemli kişilerle yaşadığı duyguların terapisteye yönlendirilmesidir; bu durum **aktarım (transferans) kavramıdır**. Aktarım, danışanın geçmiş ilişkilerinde geliştirdiği duygu ve tepki örüntülerini çarpıtarak terapisteye yönlendirmesi ve terapisti geçmişteki figürler gibi algılamasıdır. Bu süreç, danışanın başka türlü ulaşamayacağı duyguları terapi ortamında yeniden yaşamasını sağlar ve “şimdi ve burada” ilkesiyle içgörü kazanmasına yardımcı olur. Danışman ise bu duyguların geçmişle bağlantısını fark ettirmeye çalışarak aktarımı görünür kılar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Yüzleştirme:** Danışanın çelişkili ya da kaçındığı yönleriyle doğrudan karşı karşıya getirilmesidir; burada böyle bir müdahale yoktur.
- C) **Karşı aktarımı dışlama:** Terapistin kendi duygularını sürece katmamasıyla ilgilidir; bu durum danışanın değil terapistin sürecidir.
- D) **Savunma mekanizması analizi:** Danışanın kullandığı savunmaların incelenmesidir; burada temel vurgu ilişki örüntüsüne yönelen duygulardır.
- E) **Telkin:** Danışana doğrudan öneri verme ya da yönlendirme yapmadır; burada amaç farkındalık kazandırmaktır.

Cevap: B

11. Fatma'nın **babaya yoğun yakınlık hissetmesi, anneye rekabet yaşaması ve buna eşlik eden suçluluk duyguları**, kız çocuğunun babaya yönelip anneye rekabet ettiği tipik bir çatışma örüntüsüdür; bu durum **Elektra kompleksi ile ilişkilidir**. Elektra kompleksi, Freud'un psikoseksüel gelişim kuramında **fallik evrede (3–6 yaş)** ortaya çıkar ve kız çocuğunun babaya yönelik duygusal yakınlık geliştirmesi, anneyi rakip olarak algılaması ve zamanla bu çatışmayı çözerek anneye özdeşim kurması sürecini ifade eder. Bu süreç sağlıklı şekilde çözülmediğinde, bireyde suçluluk duyguları, ilişkilerde karmaşa ve bağlanma sorunları görülebilir. Verilen vakada hem babaya yakınlık hem anneye rekabet hem de suçluluk birlikte bulunduğu için bu yapı doğrudan Elektra kompleksine işaret eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Oidipus kompleksi:** Erkek çocuğun anneye yönelip babayla rekabet etmesidir; bu vaka kız çocuğuna ait olduğu için uygun değildir.
- C) **Karşıt direnç:** Terapistin (liderin) kendi içsel çatışmaları nedeniyle terapi sürecine karşı isteksizlik, kaçınma ya da süreci yüzeysel yürütme gibi direnç göstermesidir; danışanın yaşantısını açıklamaz.
- D) **Penis kıskançlığı:** Kız çocuğun erkek cinsiyete yönelik eksiklik algısı geliştirmesidir; burada temel vurgu ebeveynle kurulan ilişki ve rekabet dinamiğidir.
- E) **Oral dönem (0–1 yaş):** Haz kaynağı ağızdır; ebeveynle rekabet ve bu düzeyde karmaşık duygular bu dönemin özelliği değildir.

Cevap: B

12. Zeynep'in **yoğun kaygı belirtileri (boğulma hissi, nefes darlığı, çarpıntı), kontrolcü anne ve pasif baba figürü, karar alma güçlüğü ve danışmana yönelik onay arayışı**, erken dönem yaşantıların ve bastırılmış duyguların bugünkü işlevselliği etkilediğini gösterir; bu durum **bilinç dışı çatışmalar ve geçmiş yaşantılar üzerinden açıklanır**. **Psikanalitik yaklaşım**, bireyin mevcut belirtilerinin kökenini çocukluk deneyimlerinde, ebeveynlerle kurulan ilişkilerde ve bilinç dışı süreçlerde arar. Bu vakada danışman; Zeynep'in bağımlılık–özerklik çatışmasını, bastırılmış duygularını ve terapötik ilişkide ortaya çıkan **aktarım (onay arama)** örüntülerini inceleyerek içgörü kazandırmayı hedefler. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Zeynep'in öğrenilmiş yanlış düşünce kalıpları:** Bilişsel-davranışçı yaklaşımın odağıdır; otomatik düşünceler ve bilişsel çarpıtmalar üzerinde durur.
- B) **Aile içindeki güç dengelerinin sistemsel analizi:** Aile terapisi yaklaşımına aittir; bireyin iç dünyasından çok aile sistemi incelenir.
- D) **Şu andaki davranışları üzerinde durarak hedef belirleme:** William Glasser'ın Gerçeklik Terapisi ile ilişkilidir; şimdiki davranışlara odaklanıp çözüm ve sorumluluk geliştirmeyi amaçlar.

- E) Zeynep'in olumlu yönlerini fark ederek benlik algısını güçlendirme: Hümanistik yaklaşımın odağıdır; koşulsuz kabul ve benlik saygısı ön plandadır.

Cevap: C

13. Ayşegül'ün çocuklukta duygusal ihmal yaşayan bir anne ve terk eden baba figürü, yetişkinlikte ilişkilerde aşırı bağlanma ve yoğun terk edilme kaygısı göstermesi, erken dönem yaşantıların ve içsel çatışmaların bugünkü ilişkilerini belirlediğini gösterir; bu durum savunma mekanizmaları ve erken dönem yaşantılar üzerinden ele alınır. Psikanalitik yaklaşım, bireyin mevcut ilişki örüntülerinin kökenini çocukluk deneyimlerinde, bağlanma figürleriyle kurulan ilişkilerde ve bilinç dışı süreçlerde arar. Bu vakada danışman, Ayşegül'ün terk edilme kaygısının kökenini, geliştirdiği savunmaları ve terapötik ilişkide ortaya çıkabilecek aktarım örüntülerini inceleyerek içgörü kazandırmayı hedefler. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Bağlanma stillerine yönelik güncel davranış kalıpları: Daha çok bağlanma kuramı ve çağdaş yaklaşımların odağıdır; psikanalitik yaklaşım kökene iner.
- C) Sağlıklı sınır kurma becerilerinin eğitimi: Beceri kazandırmaya yönelik daha çok davranışçı/psikoeğitimsel yaklaşımlarla ilişkilidir.
- D) Kişiler arası iletişim becerileri: Sosyal beceri ve iletişim eğitimi kapsamında ele alınır; derin içsel çatışmaları açıklamaz.
- E) Bilişsel çarpıtmalara dayalı düşünce hataları: Bilişsel-davranışçı yaklaşımın odağıdır; otomatik düşünceler üzerinde durur.

Cevap: B

14. Buse'nin bazı konulara geldiğinde konuşmayı kapatması, savunmaya geçmesi, göz temasını kesmesi ve ellerini sıkması, ayrıca çocuklukta duygularını ifade ettiğinde bastırılması, bilinç dışı çatışmaların ve savunma mekanizmalarının devrede olduğunu gösterir; bu durum içsel çatışmalar üzerinden ele alınmalıdır. Psikanalitik yaklaşım, danışanın erken dönem yaşantılarının, bastırılmış duygularının ve dirençlerinin bugünkü

davranışlara nasıl yansıdığını inceleyerek içgörü kazandırmayı hedefler. Bu vakada danışmanın öncelikle bu çatışmalara ve bunların kökenine odaklanması gerekir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Stresle başa çıkma yolları: Daha çok bilişsel-davranışçı ve beceri temelli yaklaşımlarla ilişkilidir.
- C) Kas gevşemesi: Davranışçı tekniklerdir, semptom azaltmaya yöneliktir.
- D) Duygu düzenleme becerileri: Beceri kazandırmaya dayalı yaklaşımların odağıdır.
- E) Güçlü yönleri yapılandırma: Daha çok çözüm odaklı yaklaşımlarla ilişkilidir; ancak psikanalitik yaklaşımın temelinde yer alan bilinç dışı çatışma analizini içermez.

Cevap: B

15. Zeynep'in bölümünü ailesinin isteğiyle seçmesi, farklı alanları denemesine rağmen hiçbirine bağlanmaması, kim olduğu ve ne istediği konusunda netleşememesi ve derinlemesine bir arayış içinde olmaması, hem kimlik bunalımının (araştırma) yaşanmadığını hem de bağlanmanın oluşmadığını gösterir; bu durum dağınık kimlik statüsüdür. Dağınık kimlik, bireyin ne aktif bir kimlik arayışı içinde olduğu ne de bir kimliğe bağlandığı, kararsız ve dış yönlendirmelere açık olduğu durumdur. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Başarılı kimlik: Araştırma yapılmış ve bir kimliğe bağlanılmıştır; Zeynep'te bu yoktur.
- B) Askıya alınmış kimlik: Aktif arayış vardır ancak bağlanma yoktur; Zeynep'te derinlemesine arayış bulunmamaktadır.
- C) İpotekli kimlik: Araştırma yapılmadan başkalarının yönlendirmesiyle bağlanma vardır; Zeynep bağlanma geliştirmemiştir.
- E) Psikososyal moratoryum: Askıya alınmış kimlikle eş anlamlıdır; aktif araştırma sürecini ifade eder, bu vakaya uymaz.

Cevap: D

1. İlayda'nın ailesinin yönlendirmesiyle hukuk fakültesini seçmesi, kendi ilgi ve değerlerini araştırmaması ve seçenekleri sorgulamadan kabul etmesi, kimlik gelişiminde araştırma (bunalım) olmadan doğrudan bağlanma olduğunu gösterir; bu durum **ipotekli kimlik statüsüdür**. **İpotekli kimlik**, bireyin kendi benlik arayışına girmeden, anne-baba ya da otorite figürlerinin beklentilerini benimseyerek kimliğini oluşturmaktadır. Bu bireyler genellikle sorgulama yapmaz, alternatifleri değerlendirmez ve kendileri adına verilen kararları içselleştirirler. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Askiya alınmış kimlik**: Birey aktif bir arayış içindedir, farklı seçenekleri dener ve sorgular; ancak henüz kesin bir bağlanma yapmaz. İlayda'da ise araştırma süreci yoktur, doğrudan kabul vardır.
- B) **Dağınık kimlik**: Ne araştırma ne de bağlanma vardır. Bu bireyler kimlik arayışının ciddiye-tinde değildir, kararsızdır ve dış etkilerle yön değiştirirler. İlayda'da ise net bir bağlanma bulunmaktadır.
- C) **Kimlik karmaşası**: Erikson'un genel bir kavramıdır ve kimlik gelişimindeki belirsizliği ifade eder; ancak Marcia'nın net kimlik statülerinden biri değildir.
- D) **Başarılmış kimlik**: Birey önce araştırma yapar, seçenekleri değerlendirir ve ardından bilinçli bir bağlanma geliştirir. İlayda'da bu bilinçli seçim süreci yoktur.

Cevap: E

2. Ferhan'ın farklı meslekleri araştırması, zaman zaman yön değiştirmesi, psikolojik danışmanlığa yönelmeden önce aktif bir arayış süreci yaşaması ve sonunda kendi değerleri doğrultusunda bilinçli bir karar vererek bu alana bağlanması, kimlik gelişiminde **hem araştırma (bunalım) hem de bağlanmanın gerçekleştiğini** gösterir; bu durum **başarılı kimlik statüsüdür**. **Başarılı kimlik**, bireyin seçenekleri aktif olarak araştırdıktan sonra kendi değer ve hedeflerine uygun bir kimliğe bilinçli şekilde bağlanmasıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Askiya alınmış kimlik**: Birey aktif arayış içindedir ancak henüz bir kimliğe bağlanmamıştır; Ferhan ise bağlanma geliştirmiştir.
- B) **Dağınık kimlik**: Ne araştırma ne de bağlanma vardır; Ferhan'da her ikisi de vardır.
- C) **İpotekli kimlik**: Araştırma yapmadan başkalarının beklentilerine göre bağlanma vardır; Ferhan kendi kararını vermiştir.
- E) **Ters kimlik**: Birey toplumun beklentilerine karşı çıkarak olumsuz/marjinal rolleri benimser; Ferhan'ın seçimi bilinçli ve uyumludur.

Cevap: D

3. Alper'in ailesinin benimsediği **"başarılı, saygılı, çalışkan"** rolünü bilinçli biçimde reddetmesi, **otorite figürleriyle çatışması ve kendi kimliğini bu değerlerin tam karşısı üzerine kurması**, sadece kararsızlık ya da arayış değil, **bilinçli bir karşıt konum alma** durumudur; bu nedenle **ters (olumsuz) kimlik statüsüdür**. **Ters kimlikte** birey, toplumun ve ailenin ondan beklediği rolleri kabul etmek yerine, bunların zıttını benimseyerek kendini tanımlar. Erikson'a göre bu durum, "hiç kimlik oluşturmamaktansa karşıt bir kimlik geliştirme" eğilimiyle ilişkilidir. Bu bireyler çevreleri tarafından fark edilirler ancak bu tanınma sağlıklı değildir; çünkü kimlik, olumlu bir içsel yapıdan çok **karşıtlık üzerinden inşa edilir**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İpotekli kimlik**: Bireyin kendi seçeneklerini araştırmadan, aile ya da otorite beklentilerini doğrudan benimsemesidir. Alper bu beklentilere uyum sağlamamakta, aksine onları reddetmektedir.
- B) **Dağınık kimlik**: Ne arayış ne de bağlanmanın olduğu, yönsüz ve ilgisiz bir durumdur. Alper'de ise belirgin bir yön vardır: karşı çıkma ve zıt değerleri benimseme.
- C) **Başarılı kimlik**: Araştırma sürecinden sonra bilinçli ve içselleştirilmiş bir bağlanma söz konusudur. Alper'in davranışları bilinçli bir tercih gibi görünse de, bu tercih olumlu bir kimlik inşasından çok karşıtlık temellidir.
- E) **Askiya alınmış kimlik**: Bireyin aktif olarak seçenekleri araştırdığı ancak henüz bağlanmadığı geçici bir dönemdir. Alper'de araştırmadan çok, doğrudan karşıt kimlik geliştirme vardır.

Cevap: D

4. Psikososyal moratoryumda birey **aktif bir kimlik arayışı içindedir, seçenekleri araştırır ancak henüz kalıcı bir bağlanma yapmamıştır**. Soruda istenen, bu duruma **uymayan** seçeneği bulmaktır. A, B, C ve D seçeneklerinde bireylerin **araştırma yaptığı, farklı seçenekleri denediği ve henüz kesin karar vermediği** açıkça görülmektedir; bu özellikler psikososyal moratoryumun tipik göstergeleridir.

Oğuz'un bölümünü ailesinin isteğiyle seçtiği ve bu kararı sorgulamadan kabul ettiği, yani **araştırma yapmadan doğrudan bağlanma geliştirdiği** ifade edilmektedir; bu durum **ipotekli kimliktir** ve moratoryum değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Eda:** Aktif araştırma ve kararsızlık vardır; moratoryuma uygundur.
- B) **Bora:** Farklı seçenekleri araştırmakta ve kararını ertelemektedir; moratoryuma uygundur.
- C) **Kübra:** Deneyimler yoluyla kendini tanımaya çalışmaktadır; moratoryuma uygundur.
- D) **Melis:** Karar vermemiş, farklı deneyimlere açıktır; moratoryuma uygundur.

Cevap: E

5. Freud'a göre psikanalitik terapinin amacı, **danışanın bilinç dışı çatışmalarını fark ederek bilinç düzeyine çıkarması, bastırılmış yaşantılarını anlamlandırması ve egonun güçlenmesiyle davranışlarını daha gerçekçi biçimde düzenleyebilmesidir**; bu doğrultuda terapi, içgörü kazandırma ve kişilik yapılanmasını daha dengeli hale getirmeyi hedefler. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Davranışları değiştirme ve sosyal beceri kazandırma:** Davranışçı yaklaşıma aittir; çevreye uyum ve öğrenme ön plandadır.
- C) **Düşünce kalıplarını yeniden yapılandırma:** Bilişsel-davranışçı yaklaşımın temelidir; otomatik düşünceler ve inançlar üzerinde durur.
- D) **Hızlı çözüm için pratik stratejiler:** Çözüm odaklı ve kısa süreli yaklaşımların özelliğidir.
- E) **Sadece bilinçli düşüncelere odaklanma:** Psikanalitik yaklaşımın tersine, bilinç dışı süreçleri dışlar; bu nedenle uygun değildir.

Cevap: A

6. Psikanalitik yönelimli psikolojik danışmada temel amaç, **bilinç dışı süreçleri açığa çıkarmak, geçmiş yaşantıları analiz etmek ve kişilik yapısında derin değişim sağlayarak içgörü kazandırmaktır**; bu yaklaşım semptomun kendisine değil, onun altında yatan dinamiklere odaklanır. Bu nedenle **davranışsal semptomlara doğrudan müdahale edilmesi** psikanalitik sürecin özelliği değildir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilinçaltı malzemenin açığa çıkarılması:** Psikanalitik terapinin temelidir; serbest çağrışım, rüya analizi gibi tekniklerle yapılır.
- B) **Geçmiş yaşantıların analiz edilmesi:** Çocukluk deneyimleri ve erken ilişkiler psikanalitik sürecin merkezindedir.
- D) **Duyguların ve anıların yeniden yaşanması:** Aktarım ve terapi süreci içinde geçmiş duygular yeniden deneyimlenir.
- E) **Kişilik ve karakter yapısında değişim:** Yüzeysel değil, derin ve kalıcı değişim hedeflenir.

Cevap: C

7. Ezgi'nin **çevresiyle mesafeli olması, ilişki kurmaktan kaçınması ve sosyal geri çekilme yaşaması**, buna karşılık Merve'nin **yakınlık kurmasını desteklemesi ve sosyal bağlarını güçlendirmeye çalışması**, bireyin başkalarıyla anlamlı ve güvene dayalı ilişkiler kurma sürecine işaret eder; bu durum **yakınlığa karşı yalıtılmışlık gelişim krizidir**. Bu evre genç yetişkinlik dönemine aittir ve birey ya yakın ilişkiler kurarak bağlanır ya da yalnızlık ve yalıtılmışlık yaşar. Merve'nin desteği, Ezgi'nin bu krizi sağlıklı şekilde aşmasına katkı sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Üretkenliğe karşı durgunluk:** Orta yetişkinlik döneminde bireyin topluma katkı sağlama, üretken olma ve sonraki kuşağa rehberlik etme ihtiyacıyla ilgilidir. Bu evrede birey üretken olamazsa durgunluk ve anlamsızlık hissi yaşar; ancak soruda kişiler arası yakınlık değil, üretkenlik teması vardır.
- C) **Kimliğe karşı rol karmaşası:** Ergenlik dönemine aittir ve bireyin "Ben kimim?" sorusuna yanıt aradığı süreçtir. Meslek seçimi, değerler ve kimlik oluşumu ön plandadır; burada ise kimlikten çok ilişki kurma problemi vardır.

- D) **Girişimciliğe karşı suçluluk:** Okul öncesi dönemde (yaklaşık 3–6 yaş) görülür. Çocuk yeni şeyler denemek, girişimde bulunmak ister; aşırı engellenirse suçluluk duygusu gelişir. Bu durum yetişkinlikteki sosyal yakınlıkla ilişkili değildir.
- E) **Temel güvene karşı güvensizlik:** Bebeklik döneminde (0–1 yaş) bakım verenle kurulan ilişkinin niteliğine bağlı olarak gelişir. Güven duygusu temel bağlanmanın temelidir; ancak sorudaki problem doğrudan bu erken evreyle değil, yetişkinlikteki yakınlık kurma ile ilgilidir.

Cevap: B

8. Psikanalitik danışmada terapist, **nötr ve geri planda kalarak danışanın kendisini yansıtmaya (aktarım geliştirmesine) olanak tanır**; terapistin kişiliğini aktif biçimde ortaya koyması bu yaklaşımın temel ilkelerine aykırıdır. Bu nedenle yanlış ifade, terapistin aktif ve belirgin şekilde kendini ortaya koyması gerektiğini savunan seçenektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **Bilinç dışını açığa çıkarma:** Psikanalitik terapistin temelidir; serbest çağrışım, rüya analizi gibi tekniklerle gerçekleştirilir.
- B) **Çocukluk yaşantılarının analizi:** Erken dönem deneyimler kişilik yapılanmasının merkezindedir; terapide ayrıntılı biçimde ele alınır.
- C) **Zamanlama ve yorum:** Danışanın hazır oluşu ve yorumların uygun zamanda yapılması kritik önemdedir; zamansız yorumlar direnci artırabilir.
- D) **Kişiliği bütünleştirme:** Terapi, bilinç dışı unsurların fark edilmesiyle kişiliğin daha bütüncül hale gelmesini amaçlar.

Cevap: E

9. Terapistin **çocukluk yaşantılarını incelemesi, duyguların yeniden yaşanmasına olanak tanınması, dirençleri gözlemlemesi ve müdahaleleri danışanın hazır oluşuna göre planlaması**, psikanalitik yaklaşımın temel ilkeleriyle uyumludur; bu yaklaşımda terapist **nötr, sabırlı ve mümkün olduğunca geri planda kalarak danışanın aktarım geliştirmesine alan açar**. Bu nedenle terapistin kendi duygu ve düşüncelerini sürece katması, yani danışana yansıtmayı psikanalitik rol ile gelişir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) **Sabırlı ve tarafsız olmak:** Psikanalitik terapistin temel tutumudur; bilinç dışı materyalin ortaya çıkmasını kolaylaştırır.
- C) **Direnç ve aktarımı gözlemlemek:** Terapinin merkezinde yer alır; danışanın içsel çatışmalarını anlamada kritik öneme sahiptir.
- D) **Hazır oluş düzeyini dikkate almak:** Zamansız yorumlardan kaçınmak için gereklidir; aksi halde direnç artabilir.
- E) **Yorum yapmak:** Terapistin en temel araçlarından biridir; danışanın içgörü kazanmasını sağlar.

Cevap: B

10. Psikanalitik terapide ilişki, **terapistin nötr, yansız ve geri planda kaldığı; danışanın aktarım geliştirmesine alan tanınan bir yapıdadır**. Bu nedenle terapistin danışanla **yoğun duygusal yakınlık kurması**, ilişkinin doğasına uygun değildir; çünkü bu durum aktarımı bozabilir ve terapistin nesnellliğini zayıflatır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **Nötr ve yansız duruş:** Psikanalitik terapistin temelidir; danışanın terapistte geçmiş ilişkilerini yansıtmayı sağlar.
- B) **İlişkinin sahne işlevi görmesi:** Terapötik ilişki, danışanın geçmiş ilişki örüntülerini yeniden yaşadığı bir alan olarak kabul edilir.
- C) **Yansıtıcı işlev:** Terapist, danışanın bilinç dışı süreçlerini anlamlandırmasına yardımcı olur; yorumlama burada temel araçtır.
- D) **Dirençle çalışma:** Danışanın dirençleri analiz edilerek içgörü geliştirmesi sağlanır.

Cevap: E

11. Çağdaş psikanalitik terapi, klasik yaklaşımdan farklı olarak **ilişkisel boyutu, terapötik etkileşimi ve terapistin öznel farkındalığını** daha fazla vurgular; süreç yalnızca rüya yorumlarına indirgenmez ve tek bir tekniğe bağlı kalmaz. Bu nedenle terapistin merkezine rüya yorumlarını yerleştirip buna katı biçimde bağlı kalmak, çağdaş psikanalitik anlayışa uygun değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Karşılıklı etkileşim:** Çağdaş yaklaşımda terapötik ilişki çift yönlüdür; yalnızca aktarım analiziyle sınırlı değildir.
- B) **Terapistin öznel farkındalığı:** Terapist kendi duygularının (karşı aktarımın) farkındadır ve bunu terapötik süreçte anlamlı biçimde kullanabilir.
- C) **İlişkisel örüntüler:** Danışanın sadece dürtüsel çatışmaları değil, kişiler arası ilişki kalıpları da çalışılır.
- E) **Terapistin katılımcı rolü:** Terapist artık tamamen nötr gözlemci değil, etkileşim içinde olan bir katılımcıdır.

Cevap: D

12. Levent'in **başlangıçta danışmana karşı yoğun yakınlık ve güven göstermesi, ilerleyen süreçte ise mesafe koyması, eleştirel ve kaçınan davranışlar sergilemesi**, terapötik ilişkide geçmiş ilişki örüntülerinin yeniden ortaya çıktığını gösterir. Danışmanın bu değişimi **ilişki üzerinden fark ettirerek geçmişle bağlantısını sorgulaması**, danışanın terapistte yönelttiği duyguların anlamlandırılmasıdır; bu durum **aktarımın yorumudur** ve yaklaşım **psikanalitik danışmadır**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Birey merkezli danışma – Yansıtma:** Bu yaklaşımda terapist koşulsuz kabul ve empati ile danışanın duygularını olduğu gibi yansıtır. Yansıtma tekniği, danışanın söylediklerini yeniden ifade ederek farkındalık kazandırır; ancak burada terapist yalnızca yansıtmamakta, ilişki örüntüsünü yorumlayarak anlam katmaktadır.

B) **Bilişsel davranışçı terapi – Otomatik düşünce analizi:** BDT'de odak, danışanın işlevsel olmayan düşüncelerini belirlemek ve bunları yeniden yapılandırmaktır. Otomatik düşünce analizi, olay-düşünce-duygu bağlantısını incelemeyi içerir; bu soruda ise bilişsel çarpıtmalar değil, terapötik ilişkideki örüntü ele alınmaktadır.

C) **Çözüm odaklı kısa süreli danışma – Mucize soru:** Bu yaklaşım geleceğe ve çözüme odaklanır. Mucize soru, danışanın problem çözülmüş olsaydı neyin farklı olacağını hayal etmesini sağlar. Soruda ise geçmiş yaşantılar ve ilişki örüntüsü analiz edilmektedir.

D) **Varoluşçu danışma – Şimdi ve burada farkındalığı:** Varoluşçu yaklaşım bireyin anlık yaşantısına, seçimlerine ve sorumluluğuna odaklanır. "Şimdi ve burada" farkındalığı danışanın mevcut deneyimini keşfetmesini sağlar; ancak burada yalnızca anlık farkındalık değil, geçmişle bağlantılı yorum yapılmaktadır.

Cevap: E

13. Danışanın **çocuklukta yüksek beklenti ve takdir eksikliği yaşaması ile bugün kendini yetersiz hissetmesi arasında bağlantı kurulması**, psikanalitik anlamda yorumlama gerektirir; ancak bu yorumun **zamanı ve sunumu kritik önemdedir**. Psikanalitik yaklaşımda yorum, danışanın hazır olduğu, farkındalığın oluşmaya başladığı anda, **yargılayıcı olmayan ve nazik bir biçimde** yapılmalıdır. Bu, hem direnci azaltır hem de içgörünün kalıcı olmasını sağlar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Yorumun duygusal yoğunluk anında yapılması:** Duygu yoğunluğu yüksekken yapılan erken yorumlar danışanın savunmalarını artırabilir; bu nedenle zamanlama uygun değildir.

B) **Yorumdan tamamen kaçınmak:** Danışanın hazır olmadığı durumlarda beklemek doğru olsa da, uygun anda yorum yapmamak terapötik süreci sınırlar.

C) **Eleştirel yorum yapmak:** Psikanalitik yaklaşım yargılayıcı değildir; eleştirel tutum direnci artırır ve terapötik ilişkiyi zedeler.

E) **Güçlü ve zorlayıcı yorumlar:** Danışanın henüz hazır olmadığı içerikleri doğrudan ve sert biçimde sunmak, değişimi hızlandırmak yerine engeller.

Cevap: D

14. Psikolojik danışmanın **danışana karşı sabrının tükenmesi, onunla görüşmekten kaçınma isteği duyması ve süreci sonlandırmayı düşünmesi**, terapistin sürece yönelik isteksizlik ve kaçınma geliştirdiğini gösterir; bu durum **karşıt dirençtir**. **Karşıt direnç**, terapistin danışanla çalışırken zorlanması sonucu sürece karşı motivasyonunun düşmesi, kaçınma davranışları göstermesi ve süreci sürdürmekte güçlük yaşamasıdır. Bu durumda süpervizyon almak ve terapistin kendi süreçlerini fark etmesi gerekir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

A) **Aktarım:** Danışanın geçmişte önemli kişilerle yaşadığı duygu ve ilişki örüntülerini terapistte yönlendirmesidir. Örneğin danışanın terapisti ebeveyni gibi algılaması ve benzer tepkiler vermesi.

B) **Karşıt aktarım:** Terapistin kendi geçmiş yaşantılarından kaynaklanan duygularını danışana yansıtmasıdır. Örneğin terapistin danışana karşı aşırı koruyucu, öfkeli ya da özel bir yakınlık hissetmesi.

D) **Direnç:** Danışanın değişime karşı bilinç dışı şekilde savunma geliştirmesidir. Örneğin danışanın önemli konuları konuşmaktan kaçınması veya seanslara geç gelmesi.

E) **Terapötik gerilim:** Terapi sürecinde ortaya çıkan **yapıcı ve kontrollü bir duygusal yoğunluktur**. Bu gerilim, danışanın yüzleşmeler yaşaması, duygularını açması, geri bildirim alması ve farklı bakış açılarıyla karşılaşması sonucu oluşur. Amaç, danışanın farkındalık kazanmasını ve değişime yönelmesini sağlamaktır. Bu gerilim **danışmanın kaçınmasına değil**, aksine süreci yöneterek gelişimi desteklemesine hizmet eder; aşırı olduğunda ise savunmaları artırarak süreci zorlaştırabilir.

Cevap: C

15. Murat Bey'in **danışanın anlattıklarına karşı beklenmedik şekilde huzursuzluk, sabırsızlık ve sinirlilik hissetmesi**, bu duyguların nedenini tam olarak anlayamaması ve süpervizyon ihtiyacı duyması, terapistin kendi içsel süreçlerinin danışanla etkileşim içinde ortaya çıktığını gösterir; bu durum **karşıt aktarımdır**. **Karşıt aktarım**, terapistin kendi geçmiş yaşantıları, çatışmaları ve duygusal yükleri nedeniyle danışana karşı geliştirdiği duygusal ve tepkisel yanıtları ifade eder. Bu tepkiler fark edilmediğinde terapötik süreci bozabilir; bu yüzden süpervizyon almak oldukça yerinde bir müdahaledir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **Aktarım:** Danışanın geçmişte önemli kişilerle yaşadığı duygu ve ilişki örüntülerini terapistte yönlendirmesidir.

C) **Direnç:** Danışanın değişime karşı bilinç dışı şekilde engelleyici tutumlar geliştirmesidir.

D) **Temas zorluğu:** Daha çok gestalt yaklaşımında kullanılan bir kavramdır; bireyin çevresiyle sağlıklı temas kuramamasıyla ilgilidir.

E) **Terapötik gerilim:** Terapide ortaya çıkan yapıcı ve kontrollü bir duygusal yoğunluktur; danışanın farkındalık kazanmasını destekler ancak terapistin kaçınma ve zorlanma yaşamasıyla açıklanmaz.

Cevap: B

1. Psikanalitik yaklaşımda **direnç**, danışanın bilinç dışı çatışmalarını korumak için geliştirdiği, terapi sürecinde ortaya çıkan **kaçınma, inkâr, gecikme, yüzeysel konuşma gibi davranışlarla kendini gösteren** bir savunmadır. Direnç, terapide engel olarak değil, **en önemli çalışma materyallerinden biri** olarak görülür; çünkü danışanın hangi konularda zorlandığını ve bastırılmış içeriğin nerede olduğunu gösterir. Bu nedenle direnç **göz ardı edilmez**, aksine dikkatle ele alınır, yorumlanır ve üzerinde çalışılır. Bu bağlamda, direncin yok sayılması gerektiğini söyleyen ifade yanlıştır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Bilinç dışı farkındalık: Psikanalitik terapinin temel amacıdır. Danışanın bastırdığı duygu, düşünce ve yaşantıların bilinç düzeyine çıkarılması sağlanır; böylece kişi kendi davranışlarının nedenlerini anlayarak içgörü kazanır.

C) Aktarım: Danışanın geçmişte önemli kişilerle yaşadığı duygu ve ilişki örüntülerini terapistte yönlendirmesidir. Terapide bu aktarım tepkileri analiz edilerek danışanın ilişki kalıpları anlaşılır.

D) Karşı aktarım: Terapistin danışana yönelik geliştirdiği duygusal tepkilerdir. Bu tepkiler terapistin kendi geçmişinden kaynaklanabilir ve fark edilip yönetilmesi gerekir; aksi halde terapi sürecini olumsuz etkileyebilir.

E) Rüya yorumlama: Bilinç dışına ulaşmanın önemli yollarından biridir. Rüya, bastırılmış istek ve çatışmaların sembolik ifadesi olarak görülür ve analiz edilerek danışanın iç dünyası hakkında bilgi sağlar.

Cevap: A

2. **Berra – güvensiz/kaçınan bağlanma:** Berra'nın annesi ayrıldığında **sakin, kayıtsız ve tepkisiz kalması**, anne geri döndüğünde de **ilgi göstermemesi ve uzak durması**, güvensiz/kaçınan bağlanmanın tipik göstergesidir. Bu bağlanma türünde çocuk, bakım verenin **duyarsız, mesafeli ve ihmalkâr** tutumlarına karşılık olarak **duygusal kopukluk geliştirir**; ayrılıkta kaygı gösteremeyebilir, yeniden birleşmede de **reddedici ve uzaklaştırıcı** davranır.

Eymen – güvensiz/kararsız (kaygılı/ikircikli) bağlanma: Eymen'in annesi ayrıldığında **yoğun biçimde ağlaması, aşırı kaygı yaşaması ve sakinleşememesi**, anne döndüğünde ise **hem sarılıp hem itmesi**, kararsız bağlanmanın temel özelliğidir. Bu bağlanma türünde çocuk, bakım verenin **tutarsız ve öngörülemez** tepkileri nedeniyle **yüksek kaygı geliştirir**; yakınlık ister ama aynı zamanda **öfke ve reddetme** davranışı sergiler.

Zehra – güvenli bağlanma: Zehra'nın annesi ayrıldığında **kısa süreli üzülmesi ancak ardından oyuna dönebilmesi**, anne geldiğinde ise **sevinçle karşılayıp fiziksel temas kurması**, güvenli bağlanmanın göstergesidir. Güvenli bağlanmada bakım veren **duyarlı ve ihtiyaçlara uygun tepkiler verir**; çocuk da **ayrılığı tolere edebilir**, yeniden birleşmede **mutlu ve yakınlık arayan** bir tepki gösterir ve kendini güvende hisseder.

Cevap: B

3. Buse'nin yakın ilişkilerde **rahat ve güvende hissetmesi**, yeni ilişkilerde **sınırlarını koruyarak güveni zamanla geliştirmesi**, çatışmalarda **duygularını açıkça ifade edip çözüm odaklı davranması** ve ayrılık sonrası **kendini değersiz hissetmeyip umutlu kalabilmesi**, hem kendilik algısının hem de başkalarına yönelik algısının **olumlu** olduğunu gösterir. Bu özellikler **güvenli bağlanmanın** temel göstergeleridir; birey hem yakınlık kurabilir hem de bağımsızlığını koruyabilir, ilişkilerde denge ve güven vardır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Kaygılı: Terk edilme korkusu, aşırı onay ihtiyacı ve duygusal dalgalanmalar görülür; Buse'de bu yoktur.

B) Korkulu: Hem kendini hem başkalarını olumsuz görme, yakınlıktan kaçınma ve güvensizlik baskındır; Buse bunun tersine güvenlidir.

C) Saplantılı: Kendini değersiz görme ve ilişkide aşırı bağımlılık söz konusudur; Buse dengeli ve sağlıklı ilişki kurmaktadır.

D) Kayıtsız: Yakınlıktan kaçınma, başkalarına güvensizlik ve aşırı bağımsızlık vardır; Buse ise yakın ilişkileri sürdürebilmektedir.

Cevap: E

4. Emre'nin farklı meslekler arasında gidip gelmesi, karar verememesi ve seçenekleri araştırma sürecinde olması, ergenlik dönemine özgü **kimlik arayışını** gösterir. Rehber öğretmenin **keşfi destekleyen, yönlendirmeyen ve seçenek sunan tutumu**, Erikson'un **kimliğe karşı rol karmaşası** krizinin sağlıklı çözümünü destekler. Bu evrede birey kimliğini oluşturur; sağlıklı çözülmezse rol karmaşası yaşanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Üretkenliğe karşı durgunluk (orta yetişkinlik): Bu evrede bireyden beklenen, topluma katkı sağlamak ve üretken olmaktır; Emre'nin yaşadığı durum üretkenlik değil, kimlik arayışıdır.

C) Girişimciliğe karşı suçluluk (3–6 yaş): Bu evrede çocuk yeni şeyler denemek ister; Emre'nin durumu ise oyun ve girişim değil, mesleki kimlik belirleme sürecidir.

D) Başarıya karşı aşağılık duygusu (6–12 yaş): Bu evrede çocuk akademik yeterlilik ve başarı üzerinden kendini değerlendirir; Emre'nin problemi başarı değil, kimlik kararsızlığıdır.

E) Özerkliğe karşı utanç (1–3 yaş): Bu evrede çocuk bağımsız hareket etmeyi öğrenir; Emre'nin yaşadığı durum bağımsızlık değil, kimlik oluşturma sürecidir.

Cevap: A

5. Tolga'nın insanlarla arasına mesafe koyması, yakın ilişkilere ihtiyaç duymaması, kararlarını tek başına alması ve ilişkileri yorucu bulması, buna karşılık dışarıdan öz güvenli ve güçlü görünmesi, kendilik algısının olumlu, başkalarına yönelik algısının ise olumsuz olduğunu gösterir; bu durum **yetişkinlik bağlanma türlerinden güvensiz/kayıtsız (kaçınmalı-kayıtsız) bağlanmadır**. Bu bağlanma biçiminde birey kendini değerli görür ancak başkalarına güvenmez, yakın ilişkilerden kaçınır ve bağımsızlığını ön planda tutar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Güvensiz/ikircikli (kararsız): Bu **bebeklik bağlanma türüdür**; çocuk bakım verene karşı hem yakınlık arar hem reddeder. Tolga'da ise yakınlık arama davranışı yoktur.

C) Güvensiz/korkulu: Bu **yetişkin bağlanma türüdür**; birey hem kendini hem başkalarını olumsuz değerlendirir ve yakınlıktan kaçınır. Tolga kendini olumsuz görmemektedir.

D) Güvenli: Hem **bebeklikte hem yetişkinlikte** görülen bağlanmadır; birey hem kendine hem başkalarına güvenir ve dengeli ilişkiler kurar. Tolga ilişkilerden kaçınmaktadır.

E) Saplantılı: Bu **yetişkin bağlanma türüdür**; birey kendini değersiz görür, başkalarını ise olumlu değerlendirir ve ilişkilerde **aşırı yakınlık, onay arayışı ve bağımlılık** gösterir. Tolga'da ise bunun tersine mesafe koyma ve bağımsızlık vardır.

Cevap: A

6. Onur'un **yakın ilişki kurmak istemesi ancak reddedilme korkusu nedeniyle geri çekilmesi, insanlar ona yaklaştığında uzaklaşması ve kimseye güvenmemesi**, hem **yakınlık ihtiyacı** hem de **yakınlıktan kaçınma** içerir; ayrıca hem kendisini hem de başkalarını **olumsuz değerlendirdiğini** gösterir. Bu durum **yetişkin bağlanma türlerinden korkulu bağlanmadır**. Korkulu bağlanmada birey, **kendini sevilmeye layık görmez ve başkalarını da reddedici olarak algılar**; bu nedenle ilişki kurmak ister ama **incinme ve reddedilme korkusu nedeniyle kaçınır**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Kayıtsız bağlanma: Bu **yetişkin bağlanma türüdür**; birey kendini olumlu, başkalarını olumsuz görür ve bu yüzden yakın ilişkileri gereksiz bulup bilinçli şekilde mesafe koyar. Onur'da ise ilişkiyi isteme vardır.

B) Güvenli bağlanma: Hem **bebeklikte hem yetişkinlikte** görülen bağlanmadır; birey kendine ve başkalarına güvenir, dengeli ilişkiler kurar. Onur'da güvensizlik vardır.

C) İkircikli bağlanma: Bu **bebeklik bağlanma türüdür**; çocuk bakım verene karşı hem yakınlık arar hem reddeder. Sorudaki örüntü yetişkin ilişkilerine aittir.

E) Saplantılı bağlanma: Bu **yetişkin bağlanma türüdür**; birey kendini değersiz, başkalarını olumlu görür ve aşırı yakınlık, onay arayışı gösterir. Onur ise başkalarına da güvenmemektedir.

Cevap: D

7. Gamze'nin ilişkilerde hızlı bağlanması, sürekli ilgi ve onay ihtiyacı duyması, mesajlara geç cevap geldiğinde yoğun kaygı yaşaması, partnerine bağımlı hale gelmesi ve "onsuz ne yapacağımı bilemem" demesi, kendisini değersiz, karşısındakini ise değerli ve vazgeçilmez görme eğilimini gösterir. Bu örneği **yetişkin bağlanma türlerinden saplantılı (kaygılı/kararsız) bağlanmadır**. Saplantılı bağlanmada birey, terk edilme korkusu yaşar, sürekli onay arar, ilişkilerde aşırı yakınlık ve bağımlılık geliştirir, bu da ilişkide baskı ve dengesizlik yaratır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Güvenli bağlanma:** Bu bağlanma hem **bebeklikte hem yetişkinlikte** görülür; birey hem kendine hem başkalarına güvenir, ilişkilerde denge kurar. Gamze'de ise yoğun kaygı ve bağımlılık vardır.
- B) **Korkulu bağlanma:** Bu **yetişkin bağlanma türüdür**; birey hem kendini hem başkalarını olumsuz görür, yakınlık ister ama reddedilme korkusuyla kaçınır. Gamze ise kaçınmaz, aksine aşırı yakınlık ister.
- C) **Kayıtsız bağlanma:** Bu **yetişkin bağlanma türüdür**; birey kendini olumlu, başkalarını olumsuz görür ve ilişkilerden kaçınır. Gamze ise ilişkiye aşırı yönelmiştir.
- E) **İkircikli bağlanma:** Bu **bebeklik bağlanma türüdür**; çocuk bakım verene karşı hem yakınlık arar hem reddeder. Soruda yetişkin romantik ilişki örneği anlatılmaktadır.

Cevap: D

8. Sullivan'a göre kişilik, bireyin içsel dürtülerinden ziyade **başkalarıyla kurduğu ilişkiler içinde şekillenir**. Kuramın merkezinde **kişiler arası ilişkiler, sosyal etkileşimler ve özellikle yakın ilişkilerde yaşanan deneyimler** vardır. Bu nedenle kişilik gelişimi, bireyin çevresiyle kurduğu ilişkiler üzerinden açıklanır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İçsel dürtüler ve bilinç dışı süreçler:** Bu yaklaşım daha çok psikanalitik kurama aittir; Sullivan kişiler arası boyutu vurgular.
- C) **Sadece erken çocukluk:** Sullivan gelişimi dönemlere ayırır ve ergenlik dâhil sosyal ilişkilerin etkisini vurgular; yalnızca erken dönemle sınırlamaz.

D) **Genetik ve biyolojik açıklama:** Bu ifade biyolojik yaklaşıma aittir; Sullivan sosyal çevreyi ön plana çıkarır.

E) **İçsel çatışmalar:** Bu da psikanalitik bakış açısidir; Sullivan için temel olan kişiler arası deneyimlerdir.

Cevap: B

9. Dursun'un **huzursuzluk ve gerginlik yaşaması**, bunun hem **biyolojik ihtiyaçlardan (açlık, uykusuzluk)** hem de **kişiler arası ilişkilerdeki eksikliklerden** kaynaklanması ve özellikle **şefkat ihtiyacının vurgulanması**, Sullivan'ın kuramındaki temel ilkeyi yansıtır. Sullivan'a göre bireyde ortaya çıkan gerilimler yalnızca fizyolojik değildir; **kişiler arası ihtiyaçlar (özellikle şefkat ve yakınlık)** karşılanmadığında da psikolojik gerilim oluşur ve bu gerilim **ilişkiler yoluyla azaltılır**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Sadece biyolojik ihtiyaçlar:** Sullivan'a göre kişiler arası ihtiyaçlar da en az biyolojik ihtiyaçlar kadar belirleyicidir.

B) **Kişilik doğuştan sabittir:** Sullivan kişiliği kişiler arası deneyimlerle gelişen dinamik bir yapı olarak görür.

C) **Şefkat ihtiyacı sonradan ortaya çıkar:** Şefkat ihtiyacı erken dönemden itibaren temel bir kişiler arası ihtiyaçtır.

D) **İhtiyaçların doyurulması gerilimi artırır:** Aksine ihtiyaçların karşılanması gerilimi azaltır.

Cevap: E

10. Sorunun kökü, **Sullivan'ın kişiler arası ilişkiler kuramında gerilimin kaynağı ve nasıl azaltıldığını** sorgulamaktadır. Vakada Dursun'un huzursuzluğunun hem **biyolojik ihtiyaçlardan (açlık, uykusuzluk)** hem de **kişiler arası ihtiyaçlardan (şefkat, yakınlık eksikliği)** kaynaklanması, Sullivan'ın temel varsayımını doğrudan yansıtır. Sullivan'a göre insan davranışının merkezinde **gerilim** yer alır ve bu gerilim yalnızca fizyolojik değildir; **kişiler arası ihtiyaçların karşılanmaması da kaygı ve huzursuzluk oluşturur**. Özellikle **şefkat ihtiyacı**, erken dönemden itibaren temel bir

kişiler arası gereksinimdir. Bu ihtiyaçlar karşılanmadığında bireyde **kaygı oluşur** ve birey bu gerilimi azaltmak için **kişiler arası ilişkiler kurar**. Bu nedenle doğru seçenek, **gerilimin hem biyolojik hem kişiler arası kaynaklı olduğunu ve ilişkiler yoluyla azaltıldığını** ifade eden seçenektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sadece biyolojik ihtiyaçlar:** Sullivan'a göre kişiler arası ihtiyaçlar da en az biyolojik ihtiyaçlar kadar belirleyicidir.
- B) **Kişilik doğuştan sabittir:** Kişilik, kişiler arası deneyimlerle gelişen dinamik bir yapıdır.
- C) **Şefkat ihtiyacı sonradan ortaya çıkar:** Şefkat ihtiyacı erken dönemden itibaren vardır, sonradan ortaya çıkmaz.
- D) **İhtiyaçların doyurulması gerilimi artırır:** İhtiyaçların karşılanması gerilimi azaltır, artırmaz.

Cevap: E

11. Sorunun kökü, **Sullivan'ın kişiler arası ilişkiler kuramında "kişiselleştirme" kavramının neyi ifade ettiğini** sorgulamaktadır. Vakada Şehnaz'ın, anne-baba çatışmaları içinde büyümesi sonucu kendisini bazen **"iyi ve değerli"**, bazen **"yetersiz ve önemsiz"** olarak algılaması, Sullivan'ın tanımladığı **"iyi ben – kötü ben"** kişiselleştirmelerine işaret eder. Sullivan'a göre kişiselleştirme; bireyin hem **kendisi** hem de **başkaları** hakkında geliştirdiği, yaşantılarla oluşan **özel, duygusal ve bilişsel temsillerdir**. Bu temsiller her zaman gerçekliği yansıtmayabilir ve bireyin kişiler arası ilişkilerini yönlendirir. Bu nedenle doğru seçenek, **bireyin kendisi ve diğerleri hakkında geliştirdiği içsel, duygusal temsilleri** ifade eden seçenektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bireyin sosyal çevresindeki kişilere attığı genellemeler ve kalıplar:** Bu ifade **kalıpyargı (stereotip)** kavramına karşılık gelir; kişiselleştirme ise daha çok bireysel ve duygusal iç temsillerdir.
- C) **Bireyin başkalarına karşı gösterdiği yüzeysel davranış biçimleri:** Bu seçenek **davranışın dışsal görünümüne** odaklanır, oysa kişiselleştirme **içsel algı ve anlamlandırma** sürecidir.

D) **Kişilik özelliklerinin genetik olarak belirlenmesi:** Sullivan'a göre kişilik **biyolojik değil, kişiler arası ilişkilerle şekillenir**.

E) **Kişisel gelişimin yalnızca erken çocuklukta şekillenmesi:** Sullivan gelişimi **yaşam boyu devam eden kişiler arası bir süreç** olarak ele alır.

Cevap: B

12. Ayhan'ın annesiyle ilgili anılarında **şefkat, ilgi, anlayış ve destek** vurgusu vardır ve bu anıları anlatırken **rahatlama, güven ve yumuşama** göstermesi, annesine ilişkin olumlu bir içsel temsil geliştirdiğini gösterir. Sullivan'a göre **iyi anne kişiselleştirmesi**, çocuğun ihtiyaçlarının (özellikle **şefkat ve güvenlik ihtiyacının**) tutarlı biçimde karşılanması sonucu oluşan, **bakım verenin destekleyici ve koruyucu olarak algılandığı içsel temsildir**. Bu kişiselleştirme, tekrar eden olumlu kişiler arası yaşantılarla gelişir ve bireyin sonraki ilişkilerinde beklentilerini belirler. Ayhan'ın danışman benzer şekilde anlayışlı ve destekleyici olduğunda daha rahat açılması, bu olumlu anne imgesini danışmana aktardığını gösterir. Bu nedenle doğru seçenek, **danışanın destekleyici anne imgesini danışmana yansıtmasıdır**. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kötü anne kişiselleştirmesi:** Çocuğun ihtiyaçlarının karşılanmaması, ihmal ya da cezalandırıcı tutumlar sonucu gelişen, **bakım verenin tehdit edici ve güvensiz olarak algılandığı içsel temsildir**; vakadaki olumlu ilişkiyle uyumsuz.
- B) **Yabancılaştırılmış benlik:** Bireyin kendine ait duygu ve yaşantılardan kopması, kendini **tanıyamama ve uzaklaşma hissi yaşamayı** durumudur; Sullivan'ın temel kişiselleştirme kavramlarından biri değildir.
- D) **Empatik aynalama:** Bireyin duygularının bir başkası tarafından **anlaşıp yansıtılmasıyla değerli ve kabul edilmiş hissetmesini sağlayan süreçtir**; burada ise içsel anne imgesinin aktarımı söz konusudur.
- E) **Gerçek benlik:** Bireyin **koşulsuz kabul gördüğü ortamlarda ortaya çıkan, savunmasız ve doğal benliğini ifade eder**; vakada benlikten çok kişiler arası içsel temsil ön plandadır.

Cevap: C

13. Anaokulu öğretmeni Filiz Hanım'ın öğrencilerinden **kendi oyunlarını kurmalarını ve hayal ettiklerini canlandırmalarını istemesi**, Mete'nin de kendi oluşturduğu oyunu sunmak istemesi ve öğretmenin bunu **destekleyici ve teşvik edici biçimde karşılması**, çocuğun **inisiyatif alma ve girişimde bulunma davranışını güçlendirmektedir**. Bu durum Erikson'a göre **erken çocukluk dönemine (3-6 yaş)** karşılık gelen **girişimcilik karşı suçluluk** evresidir. Bu evrede çocukların girişimleri desteklenirse **girişimcilik duygusu gelişir**, engellenirse **suçluluk duygusu oluşur**. Bu nedenle doğru seçenek, **girişim davranışının desteklenmesini ifade eden A seçeneğidir**. Doğru cevap A seçeneğidir.

B) **Özerkliğe karşı utanç ve şüphe: 1,5-3 yaş (ilk çocukluk)** dönemine aittir; çocuğun **bağımsız hareket etme ve kontrol kazanma** ihtiyacını içerir.

C) **Kimliğe karşı rol karmaşası: Ergenlik dönemi (12-18 yaş)** ile ilgilidir; bireyin **kimlik arayışı ve benlik bütünlüğü** ön plandadır.

D) **Yakınlığa karşı yalıtılmışlık: Genç yetişkinlik dönemi (18-30 yaş)** ile ilişkilidir; **duygusal yakın ilişkiler kurma** ihtiyacını içerir.

E) **Başarıya karşı aşağılık duygusu: Okul çağı (6-12 yaş)** dönemine aittir; çocuğun **sosyal beceri geliştirme ve yeterlilik kazanma** sürecine odaklanır.

Cevap: A

14. Ebru'nun öğretmenin sınıftaki uyarısını doğrudan kendisine yönelmiş bir tehdit gibi algılaması, geçmişte annesiyle yaşadığı utandırıcı, cezalandırıcı ve kaygı yüklü ilişkilerin etkisiyle açıklanır. Sullivan'a göre çocuk, bakım verenin tutumlarına bağlı olarak kötü anne kişiselleştirmesi geliştirir; bu durumda bakım veren tehdit edici, eleştiren ve kaygı uyandıran bir figür olarak içselleştirilir. Ebru'nun annesinin bağırması, utandırması ve geri çekilmesi, onda bu olumsuz kişiselleştirmenin oluşmasına neden olmuştur. Bu nedenle Ebru, öğretmenin nötr bir uyarısını bile geçmişteki bu içsel temsile göre yorumlayarak kişisel bir tehdit gibi algılamakta. Bu nedenle doğru seçenek, kötü anne kişiselleştirmesidir. Doğru cevap B seçeneğidir.

A) **Kaygı aktarımı:** Kaygının bakım verenden çocuğa geçmesi sürecini ifade eder; ancak burada vurgulanan, kaygının varlığı değil annenin olumsuz imgesinin içselleştirilerek diğer ilişkilere yansıtılmasıdır.

C) **Olumsuz öz saygı şeması:** Bireyin kendini değersiz görmesiyle ilgilidir; vakada bu durum olsa da temel mekanizma kişiler arası içsel anne imgesinin etkisidir.

D) **Sosyal yansıma hipotezi:** Bireyin kendini başkalarının tepkilerine göre değerlendirme- siyle ilgilidir; burada özgül olarak geçmiş anne ilişkisine dayalı içsel temsil söz konusudur.

E) **Gerçek benliğin bölünmesi:** Daha çok benliğin parçalanması ya da uyumsuzluğu ile ilgilidir; Sullivan'ın temel açıklaması bu yönde değildir.

Cevap: B

15. Sullivan'a göre **prototaksik yaşantı**, bireyin deneyimlerini **düzensiz, kopuk ve anlamlandırılmayan biçimde yaşadığı**, henüz **neden-sonuç ilişkisi kuramadığı** en ilkel yaşantı düzeyidir. Bu yaşantı türü özellikle **bebeklik döneminde (0-2 yaş)** baskındır; çünkü bebek henüz dili kullanamaz ve yaşantılarını organize edemez. Algılar anlık ve dağınıktır, diğerlerine aktarılamaz ve tamamen ilkel düzeydedir. Bu nedenle prototaksik yaşantıların en yoğun olduğu dönem **bebekliktir**. Doğru cevap A seçeneğidir.

B) **Rüya görme:** Rüya da dağınık ve mantık dışı olabilir; ancak bu bir **dönem değil**, belirli bir bilinç durumudur.

C) **Anksiyete krizi:** Yoğun kaygı sırasında düşünce düzeni bozulabilir; fakat bu da **geçici bir durumdur**, gelişimsel bir dönem değildir.

D) **Bilinç dışı fantezi:** Psikanalitik bir kavramdır; Sullivan'ın yaşantı modlarıyla doğrudan ilişkili değildir.

E) **Uyku:** Uyku, Sullivan'da bir **gerilim azaltma** durumudur; prototaksik yaşantının tanımlan- dığı gelişimsel dönem değildir.

Cevap: A

1. Bu soruda Sullivan'ın benlik sistemi içinde yer alan kişiselleştirmeler (iyi ben, kötü ben, ben değil) bireylerin yaşantıları üzerinden analiz edilmektedir. Her öncülde, bireyin kaygı ile ilişkisi ve kendilik algısını nasıl yapılandığı temel belirleyicidir.

I. **Öncül (Beril): İyi ben:** Beril'in kendisini başarılı ve sevilen biri olarak tanımlaması, çevresinden aldığı olumlu geri bildirimlerle desteklenmektedir. Sullivan'a göre çocuk, bakım verenlerden onay, kabul ve sevgi gördüğü yaşantıları benliğine "iyi" olarak katar. Bu yaşantılar kaygıyı azaltır ve güven duygusunu pekiştirir. Beril'in kaygıdan uzak olması da bu kabul edilen yaşantıların baskın olduğunu gösterir. Dolayısıyla Beril'in benlik algısı, ödüllendirilen ve onaylanan özelliklerden oluşan **iyi ben kişiselleştirmesine** dayanır.

II. **Öncül (Nejat): Kötü ben:** Nejat'ın çocuklukta sık eleştirilmesi, onun benlik sisteminde olumsuz bir yapı oluşturmuştur. Sullivan'a göre cezalandırılan, eleştirilen ya da utandırılan yaşantılar "kötü ben" olarak örgütlenir. Bu yapı, bireyin kendisini yetersiz ve değersiz hissetmesine neden olur ve yoğun kaygı üretir. Nejat'ın hata yapmaktan aşırı korkması ve reddedileceğini düşünmesi, bu içselleştirilmiş olumsuz benlik algısının doğrudan sonucudur. Bu nedenle Nejat'ın durumu **kötü ben kişiselleştirmesine** örnektir.

III. **Öncül (Elif): Ben değil:** Elif'in topluluk önünde konuşma sırasında yaşadığı yoğun korkuyu kendine ait görmemesi ve bastırmaya çalışması, "ben değil" yapısının tipik bir örneğidir. Bu kişiselleştirme, aşırı kaygı yaratan ve benlik bütünlüğünü tehdit eden yaşantıların bilinçten uzaklaştırılmasıyla oluşur. Birey bu deneyimleri sahiplenmez, adeta "bu ben değilim" diyerek dışlar. Elif'in korkusunu inkâr etmesi ve yüzleşmekten kaçınması, bu yaşantının benlik sisteminin dışında tutulduğunu gösterir. Bu nedenle Elif'in durumu **ben değil kişiselleştirmesine** karşılık gelir.

Doğru sıralama: İyi ben – Kötü ben – Ben değil

Cevap: E

2. Bireyin sosyal ilişkilerinde benlik algısını şekillendiren yapı, Sullivan'a göre **kendilik sistemidir**. Bu sistem, kişinin kendini kaygıdan korumak için geliştirdiği güvenlik işlemlerinden oluşur. Birey, duygusal sıkıntı yaşadığında bu kişiler arası araçları kullanarak rahatlamaya çalışır. Aynı zamanda zamanla oluşturduğu benlik imgesini korumaya hizmet eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kişilik gelişimi:** Bireyin genel gelişim sürecidir.
- C) **Sosyal öğrenme:** Gözlem ve pekiştirme yoluyla öğrenmeyi açıklar.
- D) **Psikososyal kriz:** Erikson'un kuramına aittir.
- E) **Duygusal bağlanma:** Bağlanma kuramıyla ilgilidir.

Cevap: B

3. Danışman Selin'i duygularını ifade etmeye teşvik ettiğinde Selin'in **göz teması kurmaması, konuyu değiştirmesi ve bazı duygusal uyarıcılara sistematik biçimde tepkisiz kalması**, kaygı uyandıran duygusal içerikleri farkındalığa almadan **görmezden geldiğini** gösterir ve bu durum **seçici dikkatsizliktir**. Seçici dikkatsizlik, kendilik sisteminin dengesini tehdit eden bilgiyi **algısal olarak reddetmesi ve yok saymasıdır**. Selin, çocuklukta duygularının eleştirilmesi nedeniyle bu içerikleri tehdit edici öğrenmiş ve yetişkinlikte bu içerikleri "görmemeyi" seçerek kendini korumaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Yön değiştirme:** Duygunun ya da dürtünün asıl kaynağından başka bir hedefe aktarılmasıdır. Örneğin öğretmene kızan bir öğrencinin öfkesini arkadaşına yöneltmesi. Selin'de duygu yön değiştirmiyor, doğrudan görmezden geliniyor.

C) **Çözülme:** Kişinin bilincine girmesine izin vermediği dürtü ve yaşantıları içerir. Bastırmaya benzer şekilde içerik bilinç dışında tutulur. Ancak bu daha genel bir bilinç dışına itmedir. Selin'de ise belirli duygusal içeriklere karşı seçici bir "görmeme" vardır.

D) **İnkâr:** Gerçekliğin açık biçimde reddedilmesidir. Örneğin ciddi bir sorunu olan kişinin "hiçbir şeyim yok" demesi. Selin gerçekliği reddetmez, duygusal içeriği fark etmez.

E) **Bastırma:** Kabul edilemeyen dürtü ve duyguların bilinç dışına itilmesidir. İçerik vardır ama erişilemez durumdadır. Selin'de ise içerik baştan algıya alınmaz, yani seçici biçimde dışlanır.

Cevap: A

4. Bireyde temel kaygının ortaya çıkması, Sullivan'a göre **anne-bebek etkileşiminde bakım verenin kaygılı tutumlarının çocuğa aktarılmasıyla** gerçekleşir. Bebek, bakım verenin gerginliğini ve kaygısını kişiler arası ilişki yoluyla hisseder ve bu durum onda temel kaygının oluşmasına neden olur. Yani kaygı doğuştan değil, erken ilişkisel deneyimler yoluyla öğrenilir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Doğuştan gelen saldırgan dürtüler:** İçgüdü temelli bir açıklamadır. Sullivan kişiler arası sürece vurgu yapar.

B) **Bilişsel çelişkiler:** Daha çok bilişsel kuramlarla ilgilidir.

D) **Akran ilişkilerinde yaşanan dışlanma:** Daha sonraki dönemlerde etkili olabilir. Temel kaygının ilk kaynağı değildir.

E) **Kişinin kendi iç çatışmalarını bastırması:** İçsel süreçlere vurgu yapar. Sullivan ise kişiler arası ilişkilere odaklanır.

Cevap: C

5. Irmak'ın **yoğun kaygı yaşamayı, sınavlarda titreme ve unutmaya yaşamayı, zaman zaman kendini tanıyamadığını söylemesi ve kendi davranışlarına yabancılaşması**, benlik bütünlüğünün zedelenerek bazı yaşantıların benlikten kopmasıyla ilgilidir ve bu durum **çözülmez**. Çözülme, kişinin kaygı yaratan duygu ve yaşantıları bilincine almaması ve bunları benlikten ayırarak "kendine ait değilmiş" gibi deneyimlemesidir. Irmak'ın "kim olduğunu sorgulaması" ve davranışlarına yabancılaşması bu kopmanın açık göstergesidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Seçici dikkatsizlik:** Kaygı yaratan içeriğin algısal olarak yok sayılmasıdır. Irmak'ta görmezden gelme değil, benlikte kopma vardır.

B) **Yansıtma:** Kişinin kendi duygu ve düşüncelerini başkalarına atfetmesidir. Irmak'ta böyle bir dışsallaştırma yoktur.

C) **Bölünme:** Nesneleri ya tamamen iyi ya tamamen kötü olarak algılama eğilimidir. Bu tür bir siyah-beyaz değerlendirme görülmemektedir.

D) **İnkâr:** Gerçekliğin açık biçimde reddedilmesidir. Irmak yaşadıklarını inkâr etmemekte, aksine ifade etmektedir.

Cevap: E

6. Sullivan'a göre psikolojik sorunlar, bireyin gelişim sürecinde yaşadığı **işlevsiz kişiler arası ilişkiler** nedeniyle ortaya çıkar. Bu nedenle terapinin amacı, danışanın **sınırlayıcı ilişki örüntülerini fark etmesi ve değiştirmesidir**. Böylece birey, daha sağlıklı etkileşimler kurarak benliğini daha otantik ve doyurucu biçimde yaşayabilir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Bilinç dışı çatışmaların fark edilmesi:** Bireyin farkında olmadığı içsel çatışmaların ortaya çıkarılmasıdır. **Psikanalitik kurama** aittir ve bastırılmış dürtülerin bilinç düzeyine getirilmesini amaçlar.

B) **Davranışsal alışkanlıkların yeniden yapılandırılması:** Problem davranışların değiştirilmesi ve yeni davranışların kazandırılmasıdır. **Davranışçı kurama** aittir ve öğrenme ilkeleleriyle çalışır.

C) **İç görü kazanarak varoluşsal sorumluluğun üstlenilmesi:** Bireyin yaşamına anlam verme ve seçimlerinin sorumluluğunu almasıdır. **Varoluşçu yaklaşıma** aittir.

E) **İrrasyonel inançların mantıklı düşüncelerle değiştirilmesi:** Bireyin akıl dışı düşüncelerini fark edip daha işlevsel olanlarla değiştirmesidir. **Akılcı-Duygusal Davranışçı terapiye** aittir.

Cevap: D

7. Sullivan'a göre psikolojik danışman, danışanın kişiler arası ilişkilerinde nasıl etkileşim kurduğunu anlamaya çalışan ve bu etkileşimlerdeki işlevsiz örüntüleri fark ettirerek daha sağlıklı ilişki kurma biçimlerini geliştirmesine yardımcı olan kişidir. Danışma süreci, iki kişi arasındaki karşılıklı etkileşime dayanır ve değişim de bu ilişkisel alan içinde gerçekleşir. Bu nedenle danışmanın temel rolü, danışanın sosyal ilişkilerini anlamasına ve bu ilişkilerde işlevsel değişiklikler yapmasına rehberlik etmektir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Bilinç dışı çatışmaların ortaya çıkarılması:** Danışanın bastırılmış dürtülerini ve geçmiş yaşantılarını analiz etmeye yöneliktir. **Psikanalitik kurama** aittir.
- C) **Davranışların pekiştirilmesi:** Uygun davranışların ödüllendirilmesi ve uyumsuz davranışların azaltılmasıdır. **Davranışçı kurama** aittir.
- D) **Kendini gerçekleştirme:** Danışanın iç potansiyelini ortaya çıkarması ve benliğini geliştirmesine odaklanır. **Hümanistik yaklaşıma** aittir.
- E) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Danışanın düşünce kalıplarını değiştirerek duyu ve davranışlarını düzenlemeyi hedefler. **Bilişsel-davranışçı yaklaşıma** aittir.

Cevap: B

8. I. öncülde yeni doğmuş bebeğin **neden-sonuç ilişkisi kuramadan, dağınık ve düzensiz tepkiler vermesi** Sullivan'a göre **prototaksik yaşantıdır**. Bu dönemde yaşantılar parçalıdır ve anlamlı bir bağlantı yoktur.
- II. öncülde çocuğun öğretmenin kaş çatmasını **gerçekçi biçimde sorgulamadan, kendine yönelik bir anlam yüklemesi** ise **parataksik yaşantıdır**. Bu yaşantıda birey, ilişkiler arasında mantıksız ve öznel bağlar kurar.
- III. öncülde gencin olayı **mantıklı analiz etmesi ve farklı bakış açılarını değerlendirmesi** ise **sintaksik yaşantıdır**. Bu düzeyde düşünme mantıklı, gerçekçi ve toplumsal olarak paylaşılabılır niteliktedir.

Doğru sıralama: Prototaksik – Parataksik – Sintaksik

Cevap: E

9. Umut'un **sıra beklemeden oyuncakları alması, arkadaşlarını itmesi, istediğini hemen elde etmeye çalışması ve engellenince yoğun tepki göstermesi**, haz ilkesine göre çalışan ve dürtülerin anında doyumunu isteyen yapıyı gösterir ve bu durum **id ile ilişkilidir**. İd, doğuştan gelen, ilkel, dürtüsel ve bekleme tahammülü olmayan yapıdır. Umut'un davranışlarında gerçeklik ya da toplumsal kurallar dikkate alınmamaktadır; temel motivasyon "hemen istediğimi elde etmeliyim"dır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Ego:** Gerçeklik ilkesine göre çalışır. İd'in isteklerini çevre koşullarına uygun şekilde düzenler. Örneğin çocuk sıranın kendisine gelmesini bekler ya da öğretmenin uyarısını dikkate alır. Umut'ta bu dengeleyici yapı yeterince devrede değildir.
- C) **Süperego:** Ahlaki kuralları ve toplumsal değerleri temsil eder. Suçluluk, utanç gibi duygularla davranışı kontrol eder. Örneğin çocuk başkasının oyuncağını almanın yanlış olduğunu düşünüp kendini durdurur. Umut'ta bu tür bir içsel denetim görülmemektedir.
- D) **Bilinç dışı:** Zihinde farkında olunmayan duygu, düşünce ve dürtülerin bulunduğu alandır. Bir yapı değil, zihinsel bir düzeydir. Soruda ise davranışı yöneten kişilik yapısı sorulmaktadır.
- E) **Savunma mekanizmaları:** Ego'nun kaygıyı azaltmak için kullandığı koruyucu süreçlerdir. Örneğin inkâr, bastırma gibi mekanizmalar. Umut'un davranışı bir savunma değil, doğrudan dürtüsel boşalımdır.

Cevap: A

10. Kubilay'ın **sürekli farklı inanç sistemleri ve ideolojiler arasında gidip gelmesi, hiçbirine bağlanamaması ve bu nedenle yaşamını anlamlandırmakta zorlanması**, bireyin dünyayı nasıl anlamlandıracağını ve nasıl davranacağını belirleyen bir çerçeveye sahip olamamasıyla ilgilidir ve bu durum **yönelim çerçevesi ihtiyacıdır**. Fromm'a göre yönelim çerçevesi, bireyin "dünyadaki yerim ne?" ve "nasıl yaşamalıyım?" sorularına cevap bulmasını sağlar. Bu ihtiyaç karşılanmadığında kişi kararsızlık yaşar, tutarlı bir yaşam felsefesi geliştiremez ve anlam duygusu zayıflar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Ait olma (ilişki ihtiyacı):** Bireyin diğer insanlarla bağ kurma ve yalnızlıktan kurtulma ihtiyacıdır. Soruda kişiler arası bağdan çok anlam arayışı vurgulanmaktadır.
- B) **Kimlik:** Bireyin kendini ayrı ve özgün bir varlık olarak tanımlamasıdır. Kubilay'da sorun kim olduğunu bilmekten çok dünyayı nasıl anlamlandıracağıdır.
- C) **Kendini aşma (aşkınlık):** Bireyin edilgenliğini aşarak üretme ya da yok etme yoluyla etkide bulunma ihtiyacıdır. Soruda üretme/yok etme teması yoktur.
- E) **Köklenme:** Bireyin dünyaya ait hissetme ve güvenli bir temele bağlanma ihtiyacıdır. Daha çok aidiyet ve güven duygusuyla ilgilidir.

Cevap: D

11. I. Neriman'ın farklı şehirlerde iş değiştirerek kariyerini ilerletmesine rağmen sık sık çocukluğunu geçirdiği mahalleyi özlediğini ve kendini hiçbir yere ait hissetmediğini dile getirmesi, bireyin bir yere ait olma ve güvenli bir temele bağlanma ihtiyacının karşılanamamasıyla ilgilidir ve bu durum köklülük ihtiyacıdır.
- II. Tuncay'ın günlük hayatın sıradanlığından sıkıldığını, yeni deneyimlere ve tehlikeli sporlara yöneldiğini, yoğun yaşantılarla kendini daha "canlı" hissettiğini ifade etmesi, bireyin uyarılma ve harekete geçirici yaşantılara duyduğu ihtiyaçla ilgilidir ve bu durum heyecanlanma ve uyarılma ihtiyacıdır.

Doğru sıralama: Köklülük – Heyecanlanma ve uyarılma

Cevap: B

12. I. Esmeray'ın kendini yalnız hissettiği dönemlerde arkadaşlarıyla uzun sohbetler yaparak ve duygusal paylaşımlarda bulunarak rahatlaması, bireyin diğer insanlarla bağ kurma ve yalnızlıktan kurtulma ihtiyacıyla ilgilidir ve bu durum ilişki ihtiyacıdır. Fromm'a göre birey, doğayla bağını yitirdiği için bu boşluğu diğer insanlarla kurduğu anlamlı ilişkilerle doldurur.

- II. Zeki'nin iş hayatında başarılı olmasına rağmen içsel boşluk yaşaması ve yaptığı işin bir amaca hizmet etmediğini düşünmesi, bireyin edilgenliğini aşma, üretme ve yaşamına anlam katma ihtiyacının karşılanamamasıyla ilgilidir ve bu durum aşkınlık ihtiyacıdır. Fromm'a göre birey, üretkenlik ve yaratma yoluyla varoluşuna anlam kazandırır; bu eksik olduğunda anlamsızlık hissi ortaya çıkar.

Doğru sıralama: İlişki – Aşkınlık

Cevap: C

13. I. Gülşen'in farklı yaşam tarzlarını denemesi, dış görünüşünü sık sık değiştirmesi ve "Ben kimim?" sorusuna yanıt veremediğini ifade etmesi, bireyin kendini ayrı ve özgün bir varlık olarak tanımlama ihtiyacının karşılanamamasıyla ilgilidir ve bu durum kimlik ihtiyacıdır. Fromm'a göre kişi, kendi benliğini net biçimde oluşturamadığında kimlik arayışı içinde farklı denemelere yönelir.
- II. Alp'in doğduğu kasabadan hiç kopmaması, aynı çevrede yaşamayı sürdürmesi ve başka bir yere gitme düşüncesinin huzursuzluk yaratması, bireyin ait olduğu güvenli bir temele bağlanma ihtiyacıyla ilgilidir ve bu durum köklülük ihtiyacıdır. Fromm'a göre köklülük, bireyin dünyada kendini güvende ve ait hissetmesini sağlar.

Doğru sıralama: Kimlik duygusu – Köklülük

Cevap: A

14. I. Alperen'in çevresindeki insanların yaşamalarını kolaylaştırmak, topluma katkı sağlamak ve yaptığı işin anlamlı olmasını istemesi, bireyin edilgenliğini aşarak üretme ve dünyada anlamlı bir etki bırakma çabasıyla ilgilidir ve bu durum aşkınlık ihtiyacıdır. Fromm'a göre birey, yaratma ve üretme yoluyla varoluşuna anlam katar.

- II. Şükran'ın **sürekli başkalarıyla anlamlı bağlar kurmaya çalışması ve kalabalıklar içinde bile yalnız hissettiğini ifade etmesi**, bireyin diğer insanlarla gerçek ve doyurucu ilişkiler kurma ihtiyacının karşılanamamasıyla ilgilidir ve bu durum **ilişki ihtiyacıdır**. Fromm'a göre insan, yalnızlığını ancak sağlıklı ve anlamlı ilişkilerle aşabilir.

Doğru sıralama: Aşkınlık – İlişki

Cevap: B

15. I. Bebek Musa'nın **dış dünyayı kendisinden ayrı bir gerçeklik olarak ayırt edememesi, her şeyi kendisi için varmış gibi algılaması ve paylaşmak istememesi**, Fromm'a göre erken dönemde görülen benmerkezci yapıyla ilgilidir ve bu durum **primer narsizmdir**. Bu dönemde bebek, kendisi ile dış dünya arasında ayırım yapamaz.
- II. Neriman'ın **sosyal ortamlarda sürekli ilgi odağı olmak istemesi, eleştiriye tahammülsüz olması ve başkalarının ihtiyaçlarını göz ardı ederek kendi isteklerini öne koyması**, yetişkinlikte yeniden ortaya çıkan benmerkezci yapı ile ilgilidir ve bu durum **sekonder narsizmdir**. Fromm'a göre bu, gelişimde aksama olduğunda bireyin tekrar narsisistik yapıya yönelmesidir.

Doğru sıralama: Primer narsizm – Sekonder narsizm

Cevap: B

1. Kutay'ın iş yerinde zorluklara rağmen sakinliğini koruması, agresifleşmeden kendini ifade etmesi ve çatışmaları yapıcı şekilde çözmeye çalışması, bireyin saldırgan enerjisini yıkıcı değil yapıcı ve üretken biçimde kullanmasıyla ilgilidir ve bu durum **iyi huylu saldırganlıktır**. Fromm'a göre iyi huylu saldırganlık, yaşamı korumaya, sürdürmeye ve geliştirmeye hizmet eden, kontrol edilebilir ve işlevsel bir güçtür. Kutay'ın davranışları da ilişkileri yıkmak yerine düzenlemeye yöneliktir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Kötü huylu saldırganlık:** Yaşamı yok etmeye, zarar vermeye ve yıkıcılığa yöneliktir. Nefret, şiddet ve düşmanlık içerir.
- C) Pasif saldırganlık:** Öfkenin dolaylı ve gizli biçimde ifade edilmesidir. Örneğin işi bilerek geciktirme veya ima yoluyla karşı koyma.
- D) Sekonder narsizm:** Bireyin kendine aşırı yönelmesi, başkalarını göz ardı etmesi ve benmerkezci tutumlar sergilemesidir.
- E) Bilişsel saldırganlık:** Fromm'un kuramında yer alan bir kavram değildir.

Cevap: A

2. Ömer'in meslektaşına karşı küçümseyici, manipülatif ve açıkça zarar vermeye yönelik davranışlar sergilemesi, ilişkileri bozması ve ortamda gerginlik yaratması, saldırganlığın yıkıcı ve zarar verici biçimde ortaya çıktığını gösterir ve bu durum **kötü huylu saldırganlıktır**. Fromm'a göre kötü huylu saldırganlık, yaşamı korumaya değil **yok etmeye ve zarar vermeye yöneliktir**. Ömer'in davranışları da karşısındakini incitmeye ve ilişkileri tahrip etmeye yönelmiştir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) İyi huylu saldırganlık:** Kendini koruma ve sorunları yapıcı biçimde çözmeye yöneliktir. Zarar verme amacı yoktur.
- C) Pasif saldırganlık:** Öfkenin dolaylı ve gizli biçimde ifade edilmesidir. Ömer'in davranışları ise açık ve doğrudan zararlıdır.
- D) Kendini aşma yoluyla saldırganlık:** Fromm'da aşkınlık ihtiyacıyla ilişkilidir ve üretkenlik ya da yıkıcılık üzerinden açıklanır. Bu seçenek doğrudan bir saldırganlık türü değildir.

- E) Sağlıklı öfke ifadesi:** Duyguların kontrol edilerek uygun biçimde ifade edilmesidir. Ömer'in davranışları kontrolsüz ve yıkıcıdır.

Cevap: B

3. Fromm'a göre özgürlükten kaçış, bireyin yalnızlık ve güçsüzlük duygusuyla baş etmek için başvurduğu üç temel mekanizma ile gerçekleşir: **otoriterlik (yetkencilik), yıkıcılık ve uyguculuk (otomatik uyum sağlama)**. Bu bağlamda **yaratıcı üretkenlik**, özgürlükten kaçış değil; aksine bireyin sağlıklı biçimde kendini gerçekleştirmesi ve özgürlüğünü kullanmasıdır. Bu nedenle doğru seçenek **yaratıcı üretkenliktir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Otoriter kişilik yapısı:** Bireyin bağımsızlığından vazgeçerek güçlü bir otoriteye boyun eğmesi ya da başkalarını kontrol etmesiyle özgürlükten kaçış biçimidir.
- B) Otomatik uyum sağlama:** Bireyin kendi benliğinden vazgeçerek toplumun beklentilerine göre davranmasıdır.
- C) Yıkıcı davranışlar:** Bireyin yalnızlık ve güçsüzlük duygusunu azaltmak için çevresine ya da kendine zarar vermesidir.
- D) Toplumsal yalnızlaşma:** Doğrudan temel mekanizma olarak adlandırılmasa da, yıkıcılık ve geri çekilme süreçleriyle ilişkili bir kaçış biçimi olarak değerlendirilebilir.

Cevap: E

4. Danışanın kendini güçsüz hissettiğinde kontrolü başkalarına vermesi, onların kurallarına sıkı sıkıya uyması ve bu süreçte özgün düşüncelerini bastırması, bireyin kaygıdan kurtulmak için kendi benliğinden vazgeçerek çevrenin beklentilerine göre şekillenmesiyle ilgilidir ve bu durum **uyguculuktur**. Fromm'a göre uyguculuk, özgürlükten kaçışın bir biçimidir ve kişi yalnızlık ile güçsüzlük duygusunu azaltmak için "başkalarının istediği gibi biri" olur. Bu durum güven ve aidiyet sağlasa da öz benliğin bastırılmasına yol açar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yıkıcılık:** Kaygıyı azaltmak için çevreye ya da kendine zarar verme davranışıdır.
- B) **Narsisizm:** Bireyin kendine aşırı yönelmesi ve başkalarını ihmal etmesidir.
- C) **Otantiklik:** Bireyin kendisi olmasıdır, sağlıklı bir durumdur.
- E) **Özgürlükten kaçış:** Üst kavramdır; uyguculuk, yetkencilik ve yıkıcılığı kapsar. Soruda özel mekanizma sorulmaktadır.

Cevap: D

5. Arif'in kendisine zarar verenlere karşı öfke ve yıkıcı davranışlar sergilemesi ve bu nedenle çevresiyle çatışma yaşaması, bireyin kaygı ve güçsüzlük duygusunu **zarar verme ve yok etme yoluyla aşmaya çalışmasıyla** ilgilidir ve bu durum **yıkıcı yönelimdir**. Fromm'a göre bu yönelimde kişi, yaşamı geliştirmek yerine tahrip etmeye yönelir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Üretken:** Sevgi, akıl ve üretkenlik temelinde sağlıklı ve yapıcı ilişkiler kuran bireyleri ifade eder.
- B) **Alıcı:** Başkalarından sürekli destek ve sevgi bekleyen, bağımlı özellikler gösteren yönelimdir.
- D) **Pazarlamacı:** Kendisini bir "ürün" gibi sunan, değerini dış onay ve başarı üzerinden belirleyen yönelimdir.
- E) **İstifçi:** Güvenliği sahip olduklarıyla sağlayan, biriktirmeye ve kontrol etmeye odaklanan yönelimdir.

Cevap: C

6. Nevin'in kendisinin fazla çaba göstermeden başkalarının emeğinden faydalanması ve sürekli çevresinden bir şeyler elde etmeye çalışması, bireyin ihtiyaçlarını kendi üretimiyle değil başkalarından sağlamaya yönelmesiyle ilgilidir ve bu durum **alıcı yönelimdir**. Fromm'a göre alıcı yönelimde kişi, almakla beslenir, başkalarına bağımlıdır ve kendi başına üretme eğilimi düşüktür. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Pazarlayıcı yönelme:** Kişinin kendini bir meta gibi sunarak değerini dış onaya göre belirlemesidir.
- B) **Sömürücü yönelme:** Kişinin başkalarından zorla, hileyle ya da güç kullanarak elde etmesidir. Burada aktif olarak alma ve kullanma vardır.
- C) **İstifçi yönelme:** Sahip olduklarını biriktirme ve koruma üzerine kuruludur.
- E) **Üretken yönelme:** Sevgi, akıl ve üretkenlik temelinde sağlıklı ve yaratıcı bir yönelimdir.

Cevap: D

7. Aras'ın kendi başına çorap giymek istemesi ve babasının bu çabayı desteklemesi, çocuğun bağımsızlık kazanma girişimlerinin desteklenmesiyle ilgilidir ve bu durum **özerkliğe karşı utanç ve kuşku evresidir**. Erikson'a göre bu dönemde çocuk kendi başına yapabildikçe özerklik geliştirir; aşırı eleştirilirse utanç ve kuşku oluşur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Girişimciliğe karşı suçluluk:** Çocuğun yeni etkinlikler başlatma ve plan yapma isteğiyle ilgilidir. Örneğin oyun kurmak, rol almak. Engellenirse suçluluk gelişir.
- B) **Üretkenliğe karşı durgunluk:** Orta yetişkinlikte bireyin topluma katkı sağlama ve üretken olma çabasıdır. Üretkenlik olmazsa durgunluk görülür.
- C) **Kimliğe karşı rol karmaşası:** Ergenlikte bireyin "Ben kimim?" sorusuna cevap aradığı dönemdir. Kimlik oluşmazsa rol karmaşası yaşanır.
- E) **Temel güvene karşı güvensizlik:** Bebeklikte bakım verenin tutarlı ve güven verici olmasıyla gelişir. Karşılanmazsa güvensizlik oluşur.

Cevap: D

8. Kenan'ın başkalarını manipüle ederek onların emeğini ve kaynaklarını kendi çıkarı için kullanması ve bu yolla kendini güçlü hissetmesi, bireyin istediklerini hile, güç veya manipülasyon yoluyla elde etmesi ile ilgilidir ve bu durum **sömürücü yönelimdir**. Fromm'a göre sömürücü

yönelimde kişi, değerli olanı başkalarından alır ve bunu elde etmek için baskı, kurnazlık ya da manipülasyon kullanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Pazarlayıcı:** Kişinin kendini bir meta gibi sunarak değerini dış onay ve başarıya göre belirlemesidir.
- C) Üretken:** Sevgi, akıl ve üretkenlik temelinde sağlıklı, yaratıcı ve yapıcı bir yönelimdir.
- D) Alıcı:** Kişinin ihtiyaçlarını başkalarından beklemesi ve bağımlı olmasıdır; aktif sömürme yoktur.
- E) İstifçi:** Sahip olduklarını biriktirme ve koruma üzerine kurulu, değişime kapalı bir yönelimdir.

Cevap: A

9. I. Berat'ın **insanların onu sevmesi için sürekli verici ve uyumlu davranması, kendi ihtiyaçlarını geri plana atması ve başkalarından sevgi beklemesi**, bireyin ihtiyaçlarını başkalarından karşılamaya yönelmesiyle ilgilidir ve bu durum **alıcı yönelimdir**. Fromm'a göre alıcı yönelimde kişi, sevgiyi ve değeri dışarıdan almayı bekler; "beni sev, yeter" tutumu tipiktir.
- II. Arzu'nun **bulunduğu ortama göre görünümünü, konuşmasını ve değerlerini değiştirmesi, kendini adeta bir meta gibi sunarak uyum sağlaması**, bireyin kendini piyasaya uygun biçimde sunmasıyla ilgilidir ve bu durum **pazarlayıcı yönelimdir**. Fromm'a göre pazarlayıcı yönelimde kişi, değerini çevrenin beklentilerine göre şekillendirir.

Doğru sıralama: Alıcı – Pazarlayıcı

Cevap: E

10. I. Ali'nin **çevresindekilere ima yoluyla bir şeyler elde etmeye çalışması, yaptıklarını karşılık bekleyerek kullanması ve "ben verdim, siz de vermelisiniz" diyerek öfke göstermesi**, başkalarından elde etmeye odaklanan ve bunu dolaylı yollarla talep eden bir tutumu gösterir ve bu durum **alıcı yönelimdir**. Fromm'a göre alıcı yönelimde kişi, ihtiyaçlarını dışarıdan karşılamaya çalışır ve başkalarından beklenti içindedir.

- II. Canan'ın **kullanmadığı eşyaları bile atması, her şeyi biriktirmesi ve sahip olduklarını korumaya odaklanması**, güvenliğini sahip oldukları üzerinden sağlamasıyla ilgilidir ve bu durum **istifçi yönelimdir**. Fromm'a göre istifçi yönelimde kişi, biriktirme ve koruma üzerinden kendini güvende hisseder.

Doğru sıralama: Alıcı – İstifçi

Cevap: C

11. Danışanın kendi hatalarını görmezden gelmesi, başkalarını suçlaması ve sorumluluk almaktan kaçınması, terapistin de belirttiği gibi **çocuk ego durumunun baskınlığıyla** ilişkilidir. Çocuk ego durumu; dürtüsel, duygusal, spontan ve çoğu zaman sorumluluktan kaçınan bir yapıdadır. Buna karşılık **sorumluluk alma**, gerçekliği değerlendirme, sonuçları düşünme ve bilinçli karar verme gerektirir ve bu özellik **yetişkin ego durumuna aittir**. Bu nedenle çocuk ego durumunun özelliği değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) İtaatsizlik:** Uyarlanmış (asi) çocuk ego durumunun özelliğidir. Kurallara karşı gelme ve direnme içerir.
- B) Yaratıcılık:** Doğal çocuk ego durumunun özelliğidir. Spontanlık ve üretkenlik içerir.
- C) Suçluluk duygusu:** Uyarlanmış çocukta görülür. Ebeveyn beklentilerine uymadığında ortaya çıkar.
- E) Öfke:** Engellenme durumunda ortaya çıkan dürtüsel çocuk tepkisidir.

Cevap: D

12. Terapistin danışana **yetişkin ego durumunu kullanarak durumları nesnel değerlendirmesini ve duygusal tepkilerden uzak durmasını söylemesi**, yetişkin ego durumunun "şimdi ve burada"ya odaklanarak verileri değerlendiren, mantıklı ve objektif karar veren yönünü ifade eder ve bu durum **dış dünyadan gelen bilgileri objektif şekilde analiz etmektir**. Yetişkin ego, duygulardan ya da geçmiş kayıtlardan değil, mevcut gerçeklikten hareket eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Duygusal ihtiyaçları karşılamak:** Çocuk ego durumuna aittir. Spontan ve duygusal tepkileri içerir.
- C) **Kuralları ve normları içselleştirmek:** Ebeveyn ego durumuna aittir. Toplumsal değerler ve kurallar burada yer alır.
- D) **Otoriter ve eleştirel tutum sergilemek:** Eleştiren ebeveyn ego durumunun özelliğidir.
- E) **Geçmiş travmaları yeniden yaşamak:** Çocuk ego durumunda geçmiş yaşantıların tekrar edilmesiyle ilgilidir.

Cevap: B

13. Terapistin danışana **şefkatli ebeveyn ego durumunu güçlendirmesini önermesi**, bu ego durumunun destekleyici, koruyucu ve anlayışlı yönünü ifade eder. Şefkatli ebeveyn; bireye güven veren, olumlu iç konuşmalar geliştiren ve kabul edici bir tutum sergileyen yapıdır. Buna karşılık **yargılayıcı ve eleştirici olmak**, şefkatli ebeveynin değil **eleştiren ebeveyn ego durumunun** özelliğidir. Bu nedenle doğru seçenek değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Kendine ve başkalarına karşı anlayışlı olmak:** Şefkatli ebeveynin temel özelliğidir. Kabul edici ve empatik yaklaşımı içerir.
- B) **Destekleyici ve koruyucu tutum:** Şefkatli ebeveynin bakım veren yönünü ifade eder.
- C) **Olumlu iç ses yaratmak:** Bireyin kendine karşı şefkatli ve destekleyici konuşmasını sağlar.
- D) **Güven verici davranış sergilemek:** Şefkatli ebeveynin bireye güven ve cesaret kazandıran yönüdür.

Cevap: E

14. Danışanın tekrar eden ilişki örüntülerini fark etmesi ve ego durumları arasındaki etkileşimleri anlaması gerektiğinin vurgulanması, transaksyonel analizin temel amacına işaret eder. Bu kurama göre amaç, bireyin **çocuk, ebeveyn ve yetişkin ego durumlarını fark etmesi ve bu ego durumlarını dengeli kullanarak daha sağlıklı iletişim ve davranışlar geliştirmesidir**. Böylece kişi, tekrarlayan ilişki döngülerini değiştirebilir ve daha

işlevsel etkileşimler kurabilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bilinç dışı çatışmaları analiz etmek:** Psikanalitik kurama aittir.
- C) **Çocukluk deneyimlerini yeniden yaşamak:** Psikanalitik ve bazı duygusal boşalım yaklaşımlarına özgüdür.
- D) **Ödül ve ceza ile davranış değiştirme:** Davranışçı kurama aittir.
- E) **Grup normlarına uyumu artırmak:** Grup dinamikleri ve sosyal psikoloji ile ilgilidir.

Cevap: B

15. Danışmanın vurguladığı gibi Transaksyonel analiz kuramı, insanın değişebilir ve kendi yaşamını yönlendirebilir bir varlık olduğunu kabul eder. Kuramın temel varsayımlarına göre bireyler seçim yapabilir, yaşam senaryolarını değiştirebilir ve sorunlarını çözme potansiyeline sahiptir. Bu nedenle **“insan doğası temelde kötüdür ve dışarıdan kontrol edilmelidir”** ifadesi, kuramın insancıl ve olumlu insan anlayışıyla çelişir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İnsanlar kendi kaderlerini belirleme kapasitesine sahiptir:** TA'nın temel varsayımlarındandır. Birey yaşam akışını değiştirebilir.
- B) **Kişiler, ego durumları arasındaki etkileşimlerle davranışlarını düzenler:** Kuramın merkezinde yer alan ego durumları ve transaksyon kavramına uygundur.
- C) **Kişilik ve davranış çocuklukta kazanılan senaryolarla şekillenir:** Yaşam senaryosu kavramına dayanır, temel kabuldür.
- E) **Her birey kendi sorunlarını çözme potansiyeline sahiptir:** TA'nın “herkes OK'dir” ve özerklik vurgusuyla uyumludur.

Cevap: D

1. Danışanın üstleri tarafından eleştirildiğinde içine kapanması, duygularını ifade edememesi ve sonrasında kendini değersiz hissetmesi, otorite figürlerine karşı boyun eğen, bastırılmış ve kendini geri çeken bir tepkiyi gösterir ve bu durum **uyarlanmış çocuk ego durumudur**. Uyarlanmış çocuk, ebeveyn beklentilerine göre şekillenen, kendi ihtiyaçlarını bastıran ve eleştiri karşısında suçluluk ya da değersizlik hisseden yapıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Eleştirel ebeveyn:** Yargılayıcı, suçlayıcı ve eleştiren tutumdur. Danışan bu rolde değil, eleştiriyi maruz kalan konumdadır.
- B) **Özgür çocuk:** Spontan, rahat ve duygularını özgürce ifade eden yapıdır. Danışanın davranışı bunun tersidir.
- D) **Yetişkin:** Nesnel, mantıklı ve dengeli değerlendirme yapar. Burada duygusal geri çekilme vardır.
- E) **Şefkatli ebeveyn:** Destekleyici ve koruyucu tutum sergiler. Danışanda böyle bir özellik yoktur.

Cevap: C

2. Danışanın kendini “Bu işi ben en iyi şekilde yaparım” diyerek motive etmesi ve sorunlarla karşılaştığında mantıklı çözüm yolları araması, verileri değerlendiren, gerçekliğe dayalı ve problem çözücü bir yaklaşımı gösterir ve bu durum **yetişkin ego durumudur**. Yetişkin ego, “şimdi ve burada”ya odaklanır, duygulardan ziyade mantıkla hareket eder ve en uygun çözümü bulmaya çalışır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Şefkatli ebeveyn:** Destekleyici ve koruyucu bir iç ses içerir ancak burada belirgin olan mantıklı analizdir.
- B) **Eleştirel ebeveyn:** Yargılayıcı ve eleştirel tutum sergiler.
- C) **Doğal çocuk:** Spontan, duygusal ve içinden geldiği gibi davranır.
- D) **Uyarlanmış çocuk:** Başkalarına göre şekillenen ve kendi ihtiyaçlarını bastıran yapıdır.

Cevap: E

3. Yetişkin ego durumu, bireyin “şimdi ve burada”ya odaklanarak verileri değerlendirmesi, mantıklı ve gerçekliğe dayalı kararlar vermesi ile karakterizedir ve bu durum **mantıklı ve gerçeklere dayalı karar verme** özelliğini ifade eder. Yetişkin ego, duygulardan ve geçmiş kayıtlardan bağımsız biçimde objektif değerlendirme yapar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Spontane ve duygusal tepki verme:** Doğal çocuk ego durumuna aittir.
- C) **Kuralcı ve eleştirel tutum sergileme:** Eleştirel ebeveyn ego durumunun özelliğidir.
- D) **Destekleyici ve koruyucu yaklaşım:** Şefkatli ebeveyn ego durumunu ifade eder.
- E) **Başkalarının beklentilerine uyum sağlama:** Uyarlanmış çocuk ego durumuna aittir.

Cevap: A

4. Ayşe'nin “Bu projeyi daha dikkatli yapmalısın, yoksa işler kötü gider” şeklindeki uyarıcı ve yönlendirici ifadesi, kural koyan ve eleştirel bir tutumu yansıtır ve bu durum **eleştirel ebeveyn ego durumudur**. Mehmet'in “Haklısın, daha planlı olmam gerekiyor” demesi ise durumu gerçekçi biçimde değerlendirip mantıklı bir çıkarım yapmasıyla ilgilidir ve bu durum **yetişkin ego durumudur**. Doğru eşleşme Eleştirel ebeveyn – Yetişkin şeklindedir.

Cevap: A

5. Murat'ın yöneticisine açık bir şekilde soru sorması ve yöneticinin de beklenen biçimde açık ve uygun bir yanıt vermesi, uyarıcı ile tepkinin aynı doğrultuda ilerlediğini gösterir ve bu durum **paralel (tamamlayıcı) transaksyondur**. Transaksyonel analizde iletişim, beklenen ego durumundan gelen uygun yanıtla sürdüğünde iletişim kesintisiz devam eder. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Kesişen transaksiyon:** Beklenen ego durumundan farklı bir tepki verildiğinde ortaya çıkar ve iletişim aksar.

- C) **Gizli transaksiyon:** Aynı anda hem açık hem örtük mesaj içerir; burada iletişim nettir.

- D) **Çapraz transaksyon:** Kesişen transaksyonun diğer adıdır; beklenen yanıt alınmaz.
- E) **Karmaşık transaksyon:** Kuramda temel bir sınıflama olarak yer almaz.

Cevap: A

6. Pelin'in **resim yapmayı sevmesine rağmen ailesinin onu farklı bir mesleğe zorlaması ve ilgi alanlarını kısıtlaması**, ergenlik döneminde bireyin "Ben kimim?" sorusuna cevap aradığı süreçte kimlik geliştirmesini engeller ve bu durum **rol karmaşası** ile ilişkilidir. Erikson'a göre ergenlikte birey kendi ilgi, değer ve hedeflerini belirleyerek kimlik oluşturur; dış baskılar bu süreci sekteye uğratır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Aşağılık duygusu:** Okul çağı dönemine aittir. Başarı ve yeterlilikle ilgilidir.
- B) **Suçluluk:** Okul öncesi dönemde girişimlerin engellenmesiyle ilgilidir.
- C) **Yalıtılmışlık:** Genç yetişkinlik döneminde yakın ilişkiler kuramama ile ilgilidir.
- D) **Kuşku ve utanç:** Erken çocuklukta özerklik gelişiminin engellenmesiyle ortaya çıkar.

Cevap: E

7. Ayşe'nin **duygusal ve suçlayıcı bir ifadeyle tepki vermesi (çocuk/ebeveyn tonu)** karşısında arkadaşının **durumu açıklayan ve kendini savunan bir yanıt vermesi (yetişkin ego)**, beklenen ego durumundan farklı bir tepkinin gelmesine neden olur ve bu durum **kesişen transaksyondur**. Transaksiyonel analizde uyarıcıya beklenen ego durumundan yanıt gelmediğinde iletişim çizgisi kesilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Paralel (Tamamlayıcı) transaksyon:** Beklenen ego durumundan uygun yanıt verildiğinde görülür.
- C) **Gizli transaksyon:** Açık ve örtük iki mesajın aynı anda verilmesini içerir.
- D) **Çapraz transaksyon:** Kesişen transaksyonla eş anlamlıdır; ancak doğru seçenek tek olarak B'de verilmiştir.
- E) **Paralel ve gizli transaksyon:** Bu durum söz konusu değildir.

Cevap: B

8. Ayşegül'ün "**Seninle gurur duyuyorum**" demesine **rağmen ses tonu ve beden diliyle alay ettiğini ima etmesi**, açık (sosyal) mesaj ile örtük (psikolojik) mesajın birbirinden farklı olduğunu gösterir ve bu durum **gizli transaksyondur**. Transaksiyonel analizde gizli transaksyonlarda iki düzeyde mesaj vardır: söylenen ve ima edilen. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Paralel (Tamamlayıcı) transaksyon:** Uyarıcı ve tepki aynı doğrultudadır, örtük mesaj yoktur.
- B) **Kesişen transaksyon:** Beklenen ego durumundan farklı yanıt verildiğinde ortaya çıkar.
- D) **Çapraz transaksyon:** Kesişen transaksyonla eş anlamlıdır.
- E) **Karmaşık transaksyon:** Kuramda temel bir sınıflama değildir.

Cevap: C

9. Danışmanın **danışanın yaşam öyküsünü, seçimlerini, kaderini ve tekrarlayan davranış örüntülerini birlikte ele alması**, sadece davranışların kendisini değil bu davranışların arkasındaki **farkında olunmayan yaşam planını (yazgıyı)** çözümlemeye yöneliktir ve bu durum **yazgı analizidir**. Yazgı analizi, bireyin yaşamı boyunca sürdürdüğü senaryoyu, bu senaryonun davranışlara nasıl yansıdığını ve kişinin yaşam yolunu anlamayı amaçlar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Transaksiyonel analiz:** Kişiler arası iletişimde uyarıcı ve tepkinin hangi ego durumlarından geldiğini inceler.
- B) **Oyun analizi:** Bireyin farklı durumlarda tekrar ettiği davranış kalıplarını (psikolojik oyunları) belirler; ancak bu kalıpların arkasındaki yaşam planını çözmez.
- D) **Yapısal analiz:** Çocuk, ebeveyn ve yetişkin ego durumlarının ayrıştırılması ve tanınmasına yöneliktir.
- E) **Davranış analizi:** Transaksiyonel Analiz'in temel analiz aşamalarından biri değildir.

Cevap: C

10. Elif'in 4. sınıf öğrencisi olması (6–12 yaş) ve akademik olarak zorlanması, Erikson'un **başarıya karşı aşağılık duygusu** evresine karşılık gelir. Bu dönemde çocuk, başardıkça yeterlilik duygusu geliştirir; başarısızlık ve olumsuz geri bildirimler ise aşağılık duygusuna yol açar. Öğretmenin **alay edilmesini engelleyip çabayı takdir etmesi**, Elif'in kendini yetersiz hissetmesini önleyerek aşağılık duygusunun gelişmesini engeller. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Suçluluk:** 3–6 yaş döneminde çocuk girişimlerde bulunur; bu girişimler desteklenirse girişimcilik gelişir, sürekli engellenirse suçluluk duygusu oluşur.
- C) **Rol karmaşası:** 12–18 yaş döneminde birey kimliğini oluşturur; kendi seçimlerini yapabilirse kimlik kazanır, baskılanırsa rol karmaşası yaşar.
- D) **Güvensizlik:** 0–1 yaş döneminde bakım veren tutarlı ve güven vericiyse temel güven gelişir, değilse güvensizlik oluşur.
- E) **Utanç ve kuşku:** 1,5–3 yaş döneminde çocuk bağımsızlık dener; desteklenirse özerklik gelişir, engellenirse utanç ve kuşku oluşur.

Cevap: B

11. Danışmanın ilk görüşmede danışanın aile ilişkilerini, kişilik yapısını ve geçmiş yaşantılarını anlamaya çalışması, danışanın sahip olduğu benlik durumlarını (çocuk, ebeveyn, yetişkin) tanımlama ve bu yapıların nasıl oluştuğunu çözümlemeye yöneliktir ve bu durum **yapısal analizdir**. Yapısal analizde amaç, danışanın ego durumlarını ayırt etmesi ve bu yapılar arasındaki işleyişi anlamasıdır. Bu aşama, sonraki müdahaleler için temel oluşturur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yazgı analizi:** Bireyin yaşam senaryosunu, kaderini ve bilinç dışı yaşam planını inceler; daha ileri aşamada ele alınır.
- B) **Oyun analizi:** Tekrarlayan davranış kalıplarını (psikolojik oyunları) ortaya çıkarır; ancak başlangıçta temel odak değildir.
- C) **Transaksiyonel analiz:** Kişiler arası iletişimde uyarıcı-tepki süreçlerini inceler; daha çok etkileşim düzeyine odaklanır.

E) **Performans analizi:** Transaksiyonel analizin temel analiz türlerinden biri değildir.

Cevap: D

12. Danışmanın danışanın hayatında tekrar eden olumsuz iletişim ve ilişki kalıplarını fark etmesi ve bu davranışların arkasındaki gizli motivasyonları ortaya çıkarması, bireyin farklı durumlarda tekrar ettiği psikolojik oyunları çözümlemeye yöneliktir ve bu durum **oyun analizidir**. Oyun analizi, kişinin sürekli tekrarladığı davranış örüntülerini ve bu örüntülerin altında yatan gizli kazançları (motivasyonları) açığa çıkarmayı amaçlar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Yazgı analizi:** Bireyin yaşam senaryosunu ve kaderini inceler; daha geniş ve uzun vadeli yaşam planına odaklanır.
- B) **Yapısal analiz:** Ego durumlarının (çocuk, ebeveyn, yetişkin) ayrıştırılmasıdır.
- C) **Transaksiyonel analiz:** Kişiler arası iletişimde uyarıcı-tepki süreçlerini inceler.
- D) **Performans analizi:** Transaksiyonel analizin temel analiz türlerinden biri değildir.

Cevap: E

13. Transaksiyonel analiz kuramına göre insan, seçim yapabilen, değişebilen ve yaşam senaryosunu yeniden düzenleyebilen bir varlıktır. Kuramın temel varsayımlarında bireyin **özerklik kazanma potansiyeli, seçim yapabilme gücü ve yaşamını değiştirebilme kapasitesi** vurgulanır. Bu nedenle **davranışın büyük ölçüde koşullanmalarla belirlendiğini ve seçim özgürlüğünün sınırlı olduğunu savunan ifade**, bu bakış açısıyla çelişir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İnsan seçim yapar:** Kuramın temel varsayımlarındandır. Birey bilinçli ya da bilinçsiz seçimler yapar.
- C) **Özerklik potansiyeli:** TA'nın insancıl yaklaşımına uygundur; her birey gelişebilir.
- D) **Döngüleri değiştirme:** Kişi farkındalık kazandığında yaşamındaki tekrarları değiştirebilir.

E) **Yaşam senaryosunu yeniden yazma:** Yazgı analizinin temel hedefidir; birey senaryosunu değiştirebilir.

Cevap: B

14. Efe'nin kendi hayal ettiği oyunu sahnelemek istemesi, okul öncesi dönemde çocuğun girişimde bulunma ve hayal gücünü kullanma çabasını gösterir. Öğretmenin bu girişimi "hayal kurma" diyerek reddetmesi, çocuğun başlattığı etkinliklerin engellenmesine yol açar ve bu durum suçluluk duygusunun gelişmesine neden olur. Erikson'a göre 3-6 yaş döneminde çocuk girişimleri desteklenirse girişimcilik, engellenirse suçluluk gelişir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Başarıya karşı aşağılık:** 6-12 yaş döneminde akademik başarı ve yeterlilikle ilgilidir. Başarı desteklenmezse aşağılık duygusu gelişir.

C) **Özerkliğe karşı utanç:** 1,5-3 yaş döneminde bağımsızlık denemeleriyle ilgilidir. Engellenirse utanç gelişir.

D) **Kimliğe karşı rol karmaşası:** Ergenlik döneminde kimlik arayışıyla ilgilidir.

E) **Temel güvene karşı güvensizlik:** 0-1 yaş döneminde bakım verenle kurulan güven ilişkisine bağlıdır.

Cevap: B

15. Transaksiyonel analiz kuramına göre birey, çevreden etkilenir ancak tamamen bağımsız değildir; insanlar seçim yapabilir ama bu seçimler içinde bulunulan koşullar ve çevresel etkilerle birlikte şekillenir. Bu nedenle bireyin sosyal çevreden tamamen bağımsız olduğu ifadesi kuramın varsayımlarıyla çelişir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Her insan kendi yaşam yolunu belirleyebilir:** Kuramın temel varsayımlarındandır. Birey geçmişine rağmen değişim gösterebilir.

C) **Üç benlik durumu vardır:** Ebeveyn, yetişkin ve çocuk ego durumları TA'nın temel kavramıdır.

D) **Her birey okeydir:** Kuramın insancıl bakış açısını yansıtır. İnsan doğası temelde değerlidir.

E) **İnsan seçim yapar ve sorumludur:** Bireyler bilinçli ya da bilinç dışı seçimler yapar ve bundan sorumludur.

Cevap: B

1. Modülde “çocuk, yetişkin ve ebeveyn ego durumları” üzerinden iletişim örüntülerinin incelenmesi ve bu ego durumlarına uygun mesajların seçilmesi, doğrudan ego durumları ve kişiler arası iletişim (transaksiyonlar) üzerine kurulu bir yaklaşımı ifade eder ve bu durum **Transaksiyonel analiz kuramına** özgüdür. Bu kuramda bireyler arası iletişim, hangi ego durumundan mesaj verildiği ve buna nasıl yanıt alındığı üzerinden analiz edilir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel davranışçı terapi:** Düşünce-duygu-davranış ilişkisini değiştirmeye odaklanır, ego durumları kavramını kullanmaz.
- B) **Gerçeklik terapisi:** Seçim kuramı ve ihtiyaçların karşılanması üzerine kuruludur.
- D) **Duygu odaklı terapi:** Temel duyguların fark edilmesi ve düzenlenmesine odaklanır.
- E) **Birey merkezli terapi:** Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik ile kendini gerçekleştirmeyi destekler.

Cevap: C

2. Öğretmenin “Neden yine bunu yaptın?”, “Bu doğru değil” gibi yargılayıcı ve eleştirel ifadeler kullanması, kuralları dayatan ve yargılayan bir tutumu gösterir ve bu durum **eleştirel ebeveyn ego durumudur**. Psikolojik danışmanın önerdiği ise öğrencilerle **daha eş düzeyli, nesnel ve sağlıklı iletişim kurabilmek için yetişkin ego durumunun kullanılmasıdır**. Yetişkin ego, “şimdi ve burada”ya odaklanan, yargılamadan iletişim kurma yapısıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Ebeveyn – Eleştirel ebeveyn:** İlk durum doğruya yakın olsa da önerilen ego durumu yine eleştirel ebeveyn olamaz.
- B) **Çocuk – Özgür çocuk:** Öğretmenin ifadeleri çocuk değil, otoriter/yargılayıcıdır.
- C) **Ebeveyn – Yetişkin:** İlk ifade genel ebeveyn olarak düşünülebilir; ancak burada spesifik olarak eleştirel ebeveyn vurgusu vardır.
- D) **Yetişkin – Çocuk:** Öğretmenin dili nesnel değil, yargılayıcıdır.

Cevap: E

3. Ada'nın 2 yaşında olması (1–3 yaş) ve tuvalet eğitimi sürecinde altını ıslattığında **sert ve eleştirel bir tepkiyle karşılaşması**, çocuğun bağımsızlık denemelerinin engellenmesine yol açar ve bu durum **utanç ve kuşku duygusunun gelişmesine neden olur**. Erikson'a göre bu dönemde desteklenen çocuk özerklik geliştirir; eleştiri ve baskı ise utanç ve kuşkuya yol açar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Güvensizlik:** 0–1 yaş döneminde bakım verenin tutarsızlığıyla gelişir; burada konu özerklik dönemidir.
- C) **Suçluluk:** 3–6 yaş döneminde girişimlerin engellenmesiyle ortaya çıkar; bu örnek daha erken dönemdedir.
- D) **Rol karmaşası:** Ergenlik dönemine (12–18 yaş) aittir ve kimlik gelişimiyle ilgilidir.
- E) **Aşağılık duygusu:** 6–12 yaş döneminde akademik ve sosyal başarıyla ilişkilidir.

Cevap: B

4. Dinçer'in “mükemmel olmazsam terk ederim” düşüncesiyle başkalarına boyun eğmesi, çevresindekileri küçümsemesi ve zaman zaman insanlardan uzaklaşması, Horney'e göre **temel kaygıyla baş etmek için üç nevrotik eğilim (insanlara yönelme – karşı olma – uzaklaşma) arasında gidip gelmesini** gösterir. Ayrıca soruda verilen **yoğun ideal benlik beklentileri (görmek arayışı) ve bastırılmış öfke (temel düşmanlık)** bu yapıyı destekler. Bu nedenle Dinçer'in durumu en kapsamlı biçimde E seçeneğiyle açıklanır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Dinçer'in davranışları aşağılık duygusunu telafi etme çabasıdır:** Bu ifade Adler'e aittir; Dinçer'de üstünlük telafisinden çok kaygıya bağlı yönelimler vardır.
- B) **Dinçer'in davranışları benlik-yaşantı uyumsuzluğu ve koşulsuz kabul eksikliğinden kaynaklanır:** Bu açıklama Rogers'a aittir; Dinçer'de nevrotik eğilimler ön plandadır.
- C) **Dinçer kişiler arası güvenlik için güvenlik işlemleri kullanmaktadır:** Bu ifade Sullivan'a aittir; Dinçer'in üçlü yönelim yapısı bu açıklamayı aşar.

D) Dinçer'in davranışları bastırılmış dürtüler ile üstbenlik çatışmasından kaynaklanır: Bu açıklama Freud'a aittir; burada temel belirleyici temel kaygıdır.

Cevap: E

5. Zeynep'in çocuklukta soğuk, mesafeli ve aşırı kontrolcü ebeveyn tutumlarına maruz kalması, Horney'e göre temel kaygının gelişmesine neden olur. Bu kaygı bireyin gelişme potansiyelini engeller ve yetişkinlikte nevroitik eğilimler arasında (insanlara yönelme – uzaklaşma) dalgalanmasına yol açar. Soruda verilen aşırı bağımlılık ve uzaklaşma bu durumu açıkça yansıtır. Doğru cevap B seçeneğidir.

A) Çocuklukta gelişen aşağılık duygusunu telafi etmek için üstünlük arayışı: Bu ifade Adler'e aittir; birey yetersizlik duygusunu üstünlük kurarak telafi etmeye çalışır.

C) Koşulsuz kabul yoksunluğu benlik-yabancı uyumsuzluğunu artırır: Bu açıklama Rogers'a aittir; gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki uyumsuzluk vurgulanır.

D) Kişiler arası güvenlik için güvenlik işlemleri geliştirme: Bu ifade Sullivan'a aittir; kaygıyı azaltmaya yönelik kişiler arası savunmalar söz konusudur.

E) Bastırılmış dürtüler ile üstbenlik baskısı arasındaki çatışma: Bu açıklama Freud'a aittir; id-süperego çatışması temel alınır.

Cevap: B

6. Seminerde vurgulanan çocuğun doğuştan gelişme potansiyeline sahip olduğu ancak bu potansiyelin sevgi dolu, güvenli ve aşırı müdahaleden uzak bir ortamda gerçekleşebileceği, aksi durumda temel kaygı ve içsel düşmanlık gelişeceği ifadesi doğrudan Horney'in görüşünü yansıtır. Yani ebeveyn tutumları yetersiz olduğunda çocuk temel kaygı yaşar ve gelişme potansiyelini gerçekleştiremez. Bu durum A seçeneğinde birebir ifade edilmiştir. Doğru cevap A seçeneğidir.

B) Aşırı disiplin ya da serbestlik gelişimi etkilemez: Bu ifade yanlış; Horney'e göre çevre doğrudan gelişme potansiyelini etkiler ve engelleyebilir.

C) Gelişme potansiyeli sabittir, çevre sadece hızını belirler: Bu biyolojik determinist bir yaklaşımdır; Horney çevresel etkileri belirleyici görür.

D) Tek belirleyici biyolojik donanımdır: Horney'e göre sosyal ve kültürel çevre temel belirleyicidir, bu ifade yanlıştır.

E) Sevgi dolu ortam gerekli değildir: Horney'e göre sağlıklı gelişim için sevgi ve güvenlik zorunludur; bu ifade kuramla çelişir.

Cevap: A

7. Eda'nın "kaygının asıl kaynağının babasının onayını kaybetme korkusu olmasına rağmen bunu fark edememesi ve kaygıyı derslerin zorluğuna bağlaması", bastırılmış duyguların farkındalık dışında kalıp davranış ve düşünceleri yönlendirdiğini gösterir ve bu durum bilinç dışının davranış üzerindeki belirleyiciliğidir. Psikanalitik kurama göre birey, farkında olmadığı çatışmaların etkisiyle davranır. Doğru cevap A seçeneğidir.

B) Bilinç öncesi süreçlerin sembolleştirilmesi: Bilinç öncesi içerik kolayca farkındalığa getirilebilir; burada ise bastırılmış ve erişimi zor içerik söz konusudur.

C) Gerçeklik ilkesinin benlikteki yansımaları: Ego'nun gerçeklik doğrultusunda denge kurmasıdır; burada bilinç dışı çatışma belirleyicidir.

D) Nesne ilişkilerinde idealizasyon eğilimi: Başkalarını aşırı yüceltme ile ilgilidir; soruda böyle bir vurgu yoktur.

E) Savunma mekanizmalarının işlevsizleşmesi: Burada savunma (bastırma/inkâr benzeri) çalışmaktadır; işlevsizleşme değil, aktif kullanım söz konusudur.

Cevap: A

8. Gündüz'ün ilişkilerinde sergilediği örüntüler incelendiğinde, bu davranışlar aşağıdaki **nevrotik eğilimlerle** açıklanır:

- I. **İnsanlara yönelme (uysal tip):** Başkalarının onayını almak için kendi ihtiyaçlarını geri plana atması, sevilme ve kabul edilme ihtiyacıyla uyumlu davranmasıdır. Bu tipte birey güvenliği başkalarına uyum sağlayarak elde etmeye çalışır.
- II. **İnsanlara karşı gelme (saldırgan tip):** Eleştirildiğinde insanları küçümseyip üstünlük göstermesi, dünyayı rekabet ve güç alanı olarak görmesiyle ilgilidir. Bu tipte birey başkaları üzerinde üstünlük kurmaya çalışır.
- III. **İnsanlardan uzaklaşma (çekilme tipi):** Çatışma dönemlerinde herkesten uzaklaşıp iletişimi kesmesi, ilişkilerden uzak durarak kendini koruma eğilimidir. Bu tipte birey duygusal mesafe koyar.

Cevap: C

9. Mümtaz'ın ilişkilerinde sergilediği örüntüler incelendiğinde, bireyin **insanlara yönelme (yakınlık kurma), insanlara karşı olma (düşmanca/savunmacı tutum) ve insanlardan uzaklaşma (geri çekilme)** eğilimlerini birlikte kullandığı görülür. Horney'e göre bu üç strateji hem sağlıklı bireylerde **esnek biçimde** kullanılabilir hem de nevrotik bireylerde **aşırı ve katı biçimde** ortaya çıkabilir. Dolayısıyla bu stratejiler tamamen yok değildir; önemli olan kullanım biçimidir. Bu nedenle "sağlıklı bireyler bu stratejileri kesinlikle kullanmaz" ifadesi kuramla çelişir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Birey, üç stratejiyi gerektiğinde kullanabilir:** Horney'e göre sağlıklı bireyler bu üç yönelimi esnek biçimde kullanabilir, ifade doğrudur.
- B) **Nevrotik bireyler, bu stratejilerden sadece birine aşırı bağlı kalma eğilimindedir:** Nevrotik yapıda tek yönetime saplanma görülür, ifade doğrudur.
- C) **Birey ne kadar çok bu stratejileri kullanırsa, o kadar yoğun kaygı yaşar:** Stratejilerin aşırı ve katı kullanımı kaygıyı artırır, ifade doğrudur.
- E) **Nevrotik eğilimlerin aşırı kullanımı kişinin kaygı düzeyini artırır ve sağlıklı ilişkiler kurmasını engeller:** Nevrotik eğilimler ilişkileri bozar, ifade doğrudur.

Cevap: D

10. Esra'nın "kusursuz olmazsam sevilmem" düşüncesiyle ulaşılması imkânsız hedefler koyması, sürekli mükemmeliyet peşinde koşması ve başarısızlıkta yoğun öfke ve değersizlik yaşaması, Horney'e göre **idealleştirilmiş benliğe yönelme ve buna bağlı görkem arayışı** gösterir. Görkem arayışı; **kusursuz olma zorunluluğu, nevrotik hırs ve kendini yüceltme** ile karakterizedir ve bireyin gerçek benliğinden uzaklaşmasına yol açar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Temel kaygı:** Çocuğun güvensizlik ve yalnızlık hissetmesiyle ortaya çıkar; burada sonuç değil, daha ileri bir yapı söz konusudur.
- C) **Güvenlik işlemleri:** Sullivan'a aittir; kaygıyı azaltmaya yönelik kişiler arası savunmalardır.
- D) **Gerçek benlik:** Bireyin doğal ve sağlıklı gelişim potansiyelini ifade eder; soruda bunun yerine idealleştirilmiş benlik vurgulanmıştır.
- E) **Nevrotik yönelimler:** İnsanlara yönelme, karşı olma ve uzaklaşma biçiminde üç stratejidir; soruda daha spesifik olarak görkem arayışı anlatılmaktadır.

Cevap: A

11. Kerem'in kendisini kusursuz ve hatasız görmesi, sürekli övgü beklemesi ve bu idealleştirilmiş benliğin başkaları tarafından da onaylanmasını istemesi, Horney'e göre nevrotik gururu gösterir. Nevrotik gurur, bireyin idealleştirilmiş benlik imgesiyle özdeşleşmesi ve bu imgenin başkaları tarafından sürekli onaylanmasını beklemesidir; eleştiri karşısında yoğun öfke ve utanç yaşaması da bu yapıyla uyumludur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Temel kaygı:** Yalnızlık ve güvensizlik duygusudur; burada bunun üzerine kurulu bir benlik yapısı söz konusudur.
- C) **Güvenlik işlemleri:** Sullivan'a aittir; kişiler arası kaygıyı azaltmaya yönelik savunmalardır.
- D) **Görkem arayışı:** Kusursuzluk ve üstünlük için çabalama sürecidir; ancak burada vurgulanan, bu imgeyle özdeşleşip onay bekleme (gurur) boyutudur.
- E) **Gerçek benlik:** Bireyin doğal ve sağlıklı yönünü ifade eder; soruda bunun yerine ideal benliğe bağlı yapı vardır.

Cevap: B

12. Soruda **Ayşe'nin çocukluk dönemine ait davranışları yetişkinlikte de sürdürmesi**, gelişim dönemine ait özelliklerin kalıcı biçimde devam ettiğini gösterir ve bu durum **saplanmadır**. Sapanmada birey belirli bir döneme takılı kalır ve o dönemin davranış örüntülerini yaşam boyu sürdürrebilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Yansıtma:** Kişinin kabul edemediği duygu ve düşünceleri başkalarına atfetmesidir. Örnek: Kendi öfkesini kabul edemeyen birinin "Herkes bana karşı çok sinirli" demesi.
- B) Sapanma:** Bireyin bir gelişim dönemine takılı kalması ve o döneme ait davranışları sürdürmesidir. Örnek: Yetişkin birinin stresli anlarda sürekli tırnak yemesi veya aşırı bağımlı ilişkiler kurması.
- C) İnkâr:** Gerçeği reddetme ve yok saymadır. Örnek: Ciddi bir hastalık tanısı alan kişinin "Doktorlar yanlış söylüyor, hiçbir şeyim yok" demesi.
- D) Gerileme:** Bireyin stres karşısında geçici olarak daha erken gelişim dönemine ait davranışlara dönmesidir. Örnek: Yetişkin birinin yoğun stres altında ağlama krizleri yaşaması veya çocuk gibi davranması.
- E) Rasyonalizasyon:** Davranışlara mantıklı ama gerçek dışı açıklamalar getirmedir. Örnek: Sınavdan düşük not alan birinin "Zaten sınav çok anlamsızdı" diyerek kendini rahatlatması.

Cevap: B

13. 10 yaşındaki Melek'in sınav başarısına bağlı olarak kendini "aptalım" şeklinde değerlendirmesi dikkate alındığında, Erikson'un **başarıya karşı aşağılık duygusu** evresine karşılık gelir. Bu dönemde çocuk, akademik ve sosyal başarı üzerinden kendini değerlendirir; başarısızlık yaşadığında **yetersizlik ve aşağılık duygusu** geliştirebilir. Annenin "**hatalar öğrenmenin parçası**" diyerek **destekleyici tutumu**, bu olumsuz duygunun gelişmesini engeller. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Utanç ve şüphe:** 1-3 yaşta çocuğun bağımsızlık denemeleri engellenirse ortaya çıkar. Örnek: Çocuğun kendi başına yemek yemesine izin verilmemesi.

- B) Yalıtılmışlık:** Genç yetişkinlikte (yakınlığa karşı yalıtılmışlık) görülür. Örnek: Yakın ilişki kuramayan bireyin yalnızlaşması.
- C) Suçluluk:** 3-6 yaşta girişimlerin engellenmesiyle ortaya çıkar. Örnek: Oyun kuran çocuğun sürekli eleştirilmesi.
- E) Rol karmaşası:** Ergenlik döneminde kimlik arayışıyla ilgilidir. Örnek: "Ben kimim?" sorusuna yanıt bulamama.

Cevap: D

14. Beril'in "**Bu haksızlık olur, vicdanım rahat etmez**" diyerek **kopyayı reddetmesi**, içselleştirilmiş ahlaki değerler ve vicdanla hareket ettiğini gösterir. Psikanalitik kurama göre bu durum **süperego** ile açıklanır. Süperego, doğru-yanlış ayrımını yapan ve bireyi ahlaki ilkelere göre yönlendiren yapıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Ego:** Gerçeklik ilkesine göre id ve süperego arasında denge kurar.
- C) İd:** Haz ilkesine göre anlık istek ve dürtülerle hareket eder.
- D) Bilinç:** Farkında olunan zihinsel süreçleri ifade eder, bir kişilik yapısı değildir.
- E) Ahlaki gelişim evresi:** Psikanalitik yapı değil gelişimsel bir aşamadır.

Cevap: B

15. Meryem'in **matematikte yaşadığı yetersizlik duygusunu, güçlü olduğu sanatsal alanda başarı elde ederek telafi etmesi**, zayıf olduğu alanı başka bir alandaki başarıyla dengelemesini ifade eder ve bu durum **ödünleme** savunma mekanizmasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Yansıtma:** Kişinin kendi kabul edemediği duygu ve düşüncelerini başkalarına atfetmesidir.
- C) Yüceltme:** Kabul edilemeyen dürtülerin toplumsal olarak kabul gören etkinliklere dönüştürülmesidir.
- D) Gerileme:** Stres karşısında daha erken gelişim dönemine ait davranışlara dönmedir.
- E) Mantiğa bürünme:** Davranışlara mantıklı ama gerçek dışı açıklamalar getirmedir.

Cevap: B

1. Psikanalitik kuramda haz ilkesiyle çalışan ve dürtülerin doğrudan doyumunu amaçlayan yapı **id** olarak tanımlanır; süperegö ise ahlaki normlar doğrultusunda denetleyici bir işlev üstlenir. Bu nedenle C seçeneğinde süperegönün haz ilkesiyle çalıştığının belirtilmesi kurama aykırıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Bilinç dışı, bireyin farkında olmadığı ancak davranışlarını etkileyen süreçleri içerir:** Psikanalitik kuramın temel kavramlarından biridir, ifadesi doğrudur.
- B) Ego, dürtülerle gerçeklik arasında denge kuran yapıdır:** Ego gerçeklik ilkesi doğrultusunda dengeleyici bir işlev görür, ifadesi doğrudur.
- D) Psikanalitik kuramda içsel çatışmalar kişilik gelişiminde belirleyicidir:** İd, ego ve süperegö arasındaki çatışmalar belirleyicidir, ifadesi doğrudur.
- E) İd, doğuştan gelen ve dürtülerle hareket eden yapı olarak kabul edilir:** İd kişiliğin en ilkel ve doğuştan gelen bileşenidir, ifadesi doğrudur.

Cevap: C

2. Psikanalitik kurama göre kişilik gelişimi; bilinç dışı, id, ego, süperegö, psikoseksüel gelişim evreleri, erken çocukluk yaşantıları, özdeşim, kastrasyon anksiyetesi, anksiyete ve içsel çatışmalar gibi kavramlarla açıklanır. Buna karşılık kişiliğin bilişsel yapıların gelişimiyle oluştuğunu savunan ifade doğru değildir. Bu açıklama bilişselci yaklaşıma aittir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Çocuklar özdeşim kurdukları ebeveynlerinin özelliklerini içselleştirerek kişilik gelişimlerini sürdürürler açıklaması psikanalitik kurama göre doğrudur.**
- B) Kastrasyon anksiyetesi, kişilik gelişiminde önemli rol oynayan psikodinamik süreçlerden biridir açıklaması psikanalitik kurama göre doğrudur.**
- C) Ebeveyn sevgisinin yitirileceği düşüncesi, çocuğun davranışlarını düzenlemesine etki eder açıklaması psikanalitik kurama göre doğrudur.**
- D) Psikolojik enerji yok olmayıp anksiyeteye dönüşür açıklaması psikanalitik kurama göre doğrudur.**

Cevap: E

3. Danışanın çocuklukta akran ilişkilerinden uzak durması, sosyal etkinliklere katılmaması ve yalnızlığı tercih etmesi, psikanalitik kuramda latent (gizil) dönemin (6–12 yaş) temel özellikleriyle ilişkilidir. Bu dönemde çocuk, cinsel dürtülerini geri planda tutarak enerjisini okul, akran ilişkileri, grup etkinlikleri ve sosyal becerilere yöneltir. Sosyalleşme, arkadaşlık kurma ve grupla uyum sağlama bu dönemin en önemli gelişim görevleridir. Bu sürecin sağlıklı yaşanmaması ise ilerleyen dönemlerde yakın ilişki kurmada güçlük, sosyal çekingenlik ve güvensizlik olarak kendini gösterebilir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Oral:** Yaşamın ilk yılında ağız bölgesi haz kaynağıdır; beslenme, emme ve bağımlılık temaları ön plandadır.
- B) Fallik:** 3–6 yaş döneminde cinsel kimlik gelişimi ve Oidipus/Elektra yaşantıları belirgindir.
- C) Anal:** 1–3 yaş döneminde tuvalet eğitimi, kontrol ve düzen temaları öne çıkar.
- E) Genital:** Ergenlik döneminde olgun cinsel kimlik ve karşı cinsle ilişkiler gelişir.

Cevap: D

4. Psikanalitik kurama göre bilinç dışı süreçler; serbest çağrışım, rüyalar, dil sürçmeleri, direnç ve projektif teknikler aracılığıyla ortaya konur. Gerçeklik kaygısı ise egonun dış dünyaya yönelik tehdit algısıyla ilişkili bir kaygı türüdür ve bilinç dışının kanıtı değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Psikanalitik kurama göre serbest çağrışım sırasında anlatılanlar bilinç dışının kanıtıdır.**
- B) Rüyaların sembolik içerikleri bilinç dışını ortaya çıkarır.**
- C) Dil sürçmeleri ve terapideki dirençler bilinç dışı ele verir.**
- E) Projektif testlerden elde edilen içerikler bilinç dışı süreçleri ortaya çıkarır.**

Cevap: D

5. Danışanın “herkesten üstün olmak isteme, dikkat çekme ve ilgi odağı olma” yönündeki ifadeleri, psikanalitik kuramda fallik dönemin (3–6 yaş) özellikleriyle ilişkilidir. Bu dönemde çocuk, ebeveyn ilgisini kazanma, kendini gösterme ve karşı cins ebeveyne yönelim gibi süreçler yaşar; rekabet ve dikkat çekme davranışları belirginleşir. Bu nedenle danışmanın vurguladığı evre fallik dönemdir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Oral:** Yaşamın ilk yılında ağız bölgesi haz kaynağıdır; beslenme ve bağımlılık temaları ön plandadır.
- B) Anal:** 1–3 yaş döneminde tuvalet eğitimi, kontrol ve düzen temaları belirgindir.
- D) Latent:** 6–12 yaş döneminde dürtüler bastırılır, akran ilişkileri ve sosyal beceriler gelişir.
- E) Genital:** Ergenlik döneminde olgun cinsel kimlik ve karşı cinsle ilişkiler gelişir.

Cevap: C

6. Bu soruda Dinç’in içinde bulunduğu kimlik statüsü sorulmaktadır. Dinç, farklı alanlarda staj yaparak ve gönüllü çalışmalara katılarak seçeneklerini aktif biçimde araştırmaktadır (keşif vardır); ancak henüz bir mesleki yönelim belirlemediği, yani kalıcı bağlanma yoktur. Ayrıca karar vermeyi ertelemesi ve kendini sorgulaması, verilen tanımındaki “askıya alma/ertelenmiş kimlik (psikososyal moratoryum)” ile örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap psikososyal moratoryumdur.

- A) Dağınık Kimlik:** Bunalımın yaşanmadığı, keşif ve bağlanmanın olmadığı; bireyin kimlik arayışına girmediği durumdur.
- B) İpotekli (Erken Bağlanmış) Kimlik:** Seçenekleri araştırmadan, genellikle aile beklentilerine göre erken bağlanma yapmasıdır.
- D) Başarılı Kimlik:** Bunalım yaşanmış, seçenekler araştırılmış ve sonunda güçlü bir kimlik bağlanması gerçekleştirilmiştir.
- E) Ters (Olumsuz) Kimlik:** Toplumun beklentilerine karşı çıkarak, zıt ve kabul görmeyen bir kimliğe bağlanma durumudur.

Cevap: C

7. Cansu’nun partnerinin ilgisini yeterli bulmaması, mesajlara geç dönüldüğünde yoğun kaygı yaşaması ve kontrol edici davranışlar göstermesi terk edilme korkusu ve aşırı yakınlık ihtiyacı ile karakterizedir; bu durum kaygılı bağlanmaya işaret eder. Mert’in ise duygusal yakınlıktan kaçınması, yalnız kalma ihtiyacını vurgulaması ve ilişki taleplerini baskılayıcı bulması mesafe koyma ve yakınlıktan kaçınma özellikleriyle kaçınmacı bağlanmaya karşılık gelir.

Cevap: B

8. Psikanalitik kurama göre danışmanın kendi duyguları, düşünce ve değerlerini sürece yansıtmaması; tarafsız ve görünmez bir konumda kalması, danışanın geçmişteki önemli figürlere ilişkin duygu ve çatışmalarını danışmana yöneltmesini kolaylaştırır. Bu turum psikanalitik kuramda “boş ekran” kavramıyla açıklanır.

- A) Empatik anlayış:** Danışanın duygularını anlama ve yansıtma sürecidir; burada vurgulanan tarafsızlık ve görünmezlik değildir.
- C) Karşıt aktarım:** Danışmanın kendi bilinç dışı duygularını danışana yansıtmasıdır; burada tam tersine danışman bunları yansıtmamaktadır.
- D) İdealize etme:** Danışanın danışmanı aşırı olumlu özelliklerle donatmasıdır; bu bir savunma mekanizmasıdır.
- E) Yansıtma özdeşim:** Kişinin kendi duygularını başkasına yansıtırıp onu bu doğrultuda davranmaya itmesidir.

Cevap: B

9. Verilen ifadelerde, bireyin davranışlarını yönlendiren temel psikik enerjiden söz edilmekte; bu enerjinin önce cinsellikle ilişkilendirilip daha sonra tüm yaşam içgüdülerini kapsayacak şekilde genişletildiği belirtilmektedir. Ayrıca hazza yönelme ve doyum arayışı vurgulanmaktadır. Bu özellikler, Freud’un tanımladığı libido (yaşam enerjisi) kavramına karşılık gelir. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) Thanatos:** Ölüm içgüdüsünü ifade eder; yıkıcılık, saldırganlık ve organizmanın gerilimi azaltarak cansız duruma dönme eğilimini kapsar.
- C) Bilinç dışı:** Bastırılmış dürtü, düşünce ve anıların bulunduğu zihinsel alandır; bir enerji değil, zihinsel içerik düzeyidir.
- D) Gerçeklik ilkesi:** Haz ilkesinin aksine, doyum erteleyerek çevre koşullarına uygun ve gerçekçi davranmayı sağlar.
- E) Süperego:** Toplumsal değerleri, ahlaki kuralları ve vicdanı temsil eden kişilik yapısıdır; bireyin davranışlarını yargılar ve denetler.

Cevap: A

- 10.** Bu soruda psikanalitik kurama göre bilinç dışını ortaya çıkaran klinik kanıtlar arasında yer almayan seçenek sorulmaktadır. Freud'a göre rüyalar, dil sürçmeleri, serbest çağrışım ve hipnoz gibi yöntemler bilinç dışına ulaşmada kullanılan temel klinik göstergelerdir. Ancak davranışın bilişsel süreçlerle açıklanması, psikanalitik değil daha çok bilişsel yaklaşımın bir açıklamasıdır; bilinç dışını ortaya koyan klinik kanıtlar arasında yer almaz. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Rüyaların analizi:** Freud'a göre rüyalar bilinç dışına giden "kral yolu"dur ve bastırılmış içerikleri ortaya çıkarır.
- B) Dil sürçmeleri:** Günlük hatalar ve sürçmeler, bastırılmış düşüncelerin bilinç dışından sızması olarak kabul edilir.
- C) Serbest çağrışımlar:** Danışanın sansürlü biçimde aklına gelenleri ifade etmesiyle bilinç dışı içeriklere ulaşılır.
- D) Hipnoz yoluyla ortaya çıkan bastırılmış anılar:** Bilinç dışında yer alan bastırılmış yaşantıların ortaya çıkarılmasını sağlar.

Cevap: E

- 11.** Murat, sınıfı terk ederek oyun oynama isteğiyle haz ilkesine uygun anlık doyuma yönelmek istemekte, ancak okul kuralları, öğretmenin tepkisi ve gelecekteki sonuçları düşünerek bu isteğini ertelemetedir. Bu durum, gereksinimin hemen giderilmesini engelleyip uygun koşullar oluşana kadar beklemeyi ve planlamayı ifade eder. Psikanalitik kuramda bu işleyiş, egonun gerçeklik ilkesi doğrultusunda ikincil süreçle çalışması olarak açıklanır. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Birincil süreç – idin işleyişi:** Haz ilkesine göre çalışır; anında doyum ve hayal yoluyla geçici tatmin söz konusudur.
- B) Savunma mekanizması – bastırma:** Kabul edilemeyen dürtülerin bilinç dışına itilmesidir; burada bilinçli değerlendirme vardır.
- C) Haz ilkesi – idin yönlendirmesi:** Anında doyum arayışını ifade eder; erteleme içermez.
- E) Üst benliğin cezalandırıcı tutumu:** Suçluluk ve vicdan baskısı ön plandadır; burada esas olan gerçekçi değerlendirmedir.

Cevap: D

- 12.** Danışan, danışmanı geçmişteki otorite figürleri gibi algılayarak "beni eleştiriyorsunuz" şeklinde bir anlam yüklemektedir. Danışman ise bu durumu düzeltmek yerine, danışanın bu duygularının geçmiş ilişkileriyle bağlantılı olduğunu fark ettirerek bu yaşantının kökenini keşfetmeye yönelmektedir. Bu durum, danışanın geçmişteki önemli kişilerle yaşadığı duygu ve çatışmaları danışmana yöneltmesi (aktarım) ve danışmanın bunu fark edip anlamlandırması (yorumlama) sürecidir. Bu nedenle doğru seçenek aktarımın ortaya konulması ve yorumlanmasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Bilişsel yeniden yapılandırma:** Danışanın düşüncelerini değiştirmeye yönelik bilişsel yaklaşım tekniğidir; psikanalitik değildir.
- C) Pekiştirme:** Davranışçı kurama aittir; öğrenme ilkeleriyle ilgilidir.
- D) Koşulsuz kabul ve empati:** Hümanistik yaklaşımın temel özellikleridir.
- E) Problem çözme becerisi geliştirme:** Daha çok bilişsel-davranışçı yaklaşımlarda görülür.

Cevap: B

13. Buse'nin farklı arkadaş gruplarına göre değişen davranışları ve danışmanın bu etkileşim örüntülerine odaklanması, kişiliğin kişiler arası ilişkiler içinde ve bu ilişkiler üzerinden anlaşılabilirliğini gösterir. Sullivan'a göre kişilik, bireyin başkalarıyla kurduğu ilişkilerde ortaya çıkan örüntülerle değerlendirilir. Bu nedenle doğru seçenek kişiliği gözlemlenebilir kişiler arası etkileşimler üzerinden değerlendirmektir. Doğru cevap A seçeneğidir.
- B) Kişiliği yalnızca bireyin içsel eğilimleri ve duygusal durumları üzerinden açıklamak: Bu yaklaşım kişiler arası boyutu ihmal eder; Sullivan'a uygun değildir.
- C) Kişiliği genetik ve biyolojik eğilimlerle açıklamaya çalışmak: Biyolojik temelli açıklamadır; kişiler arası ilişkileri merkeze almaz.
- D) Kişiliği yalnızca geçmiş deneyimlere dayandırmak: Geçmiş önemli olsa da Sullivan, mevcut ilişkisel örüntülere vurgu yapar.
- E) Kişiliği yalnızca bireyin kendisiyle olan içsel diyalogları üzerinden anlamak: İçsel süreçlere indirger; kişiler arası etkileşimi dışlar.

Cevap: A

14. Erkan'ın verdiği bilgide, hata yaptığında yoğun kaygı yaşadığı ancak "bu kaygıyı fark etmediği" ve "sanki bu hisler bana ait değilmiş gibi" davranıldığı belirtilmektedir. Bu ifade, yaşadığı duyguların benlikten koparıldığını ve sahiplenilmediğini göstermektedir. Bu durum ben-değil kişileştirmesine örnektir. Sullivan'a göre ben-değil kişileştirmesi, başa çıkılamayan yoğun kaygı yaratan yaşantıların kendilik sisteminden dışlanarak bilinç dışında tutulduğu ve bireyin bu yaşantıları kendine ait hissetmediği yapıdır. Bu nedenle doğru seçenek E seçeneğidir.
- A) **Çözüstürme:** Kişinin bilincine girmesine izin vermediği dürtü, arzu ve ihtiyaçları içerir ve bastırmaya benzer bir güvenlik işlemidir; ancak bu bir süreçtir, soruda ise bireyin yaşantısını açıklayan yapı sorulmaktadır.
- B) **Seçici dikkatsizlik:** Tehdit edici bilginin görmezden gelinmesidir; benlikten tamamen koparma yoktur.
- C) **İyi ben:** Güvenlik ve olumlu yaşantılarla ilişkilidir; kaygı içermez.

- D) **Kötü ben:** Kaygı içerir ancak birey bunun farkındadır; benlikten koparma söz konusu değildir.

Cevap: E

15. I. **Ulaş'ın** davranışında başkaları tarafından kabul görme ve onaylanma ihtiyacı ön plandadır; sürekli kendini sevdirmeye çalışması **insanlara yaklaşma** eğilimini gösterir.
- II. **Sertaç'ın** kendi başına hareket etmeyi tercih etmesi, bağımsızlık ve yalnız kalma isteği insanlardan uzaklaşma eğilimine işaret eder.
- III. **Kerime'nin** rekabetçi, eleştirel ve baskın olmaya çalışan tutumu ise insanlara karşı çıkma eğilimini yansıtır.

Doğru sıralama insanlara yaklaşmak – insanlardan uzaklaşmak – insanlara karşı çıkmak şeklindedir.

Cevap: C

1. Jung'un Analitik psikoloji yaklaşımında psikolojik danışma süreci, danışanın bilinç dışı içeriklerini fark ederek **kişiliğin bütünleşmesini sağlaması (bireyleşme süreci)** üzerine kuruludur. Bu süreçte psikolojik danışman, danışanla karşılıklı ve etkileşimsel bir ilişki kurar; katı, mesafeli ve yalnızca yorumlayıcı bir konumda değildir. Jung, klasik psikanalizden farklı olarak terapistin **tamamen nötr ve uzak** kalmasını değil, sürece uygun biçimde katılım göstermesini benimser. Bu nedenle danışanın bilinç dışı çatışmalarını çözebilmesi için psikolojik danışmanın **nötr ve mesafeli kalmasını** savunan anlayış, Jung'un yaklaşımıyla bağdaşmaz. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Danışanla eşitliğe dayalı ve saygılı bir ilişki kurmak:** Analitik psikolojide terapötik ilişki karşılıklı saygıya dayanır; danışman otoriter bir konumda değildir.
- B) **Danışanla etkin bir iletişim içinde olmak:** Jungçu yaklaşım, semboller, rüyalar ve yaşantılar üzerinden yürüyen aktif bir etkileşim sürecini içerir.
- C) **Danışanın kendi yaşam yolunu bulabilmesi için gerekli gücü kazanmasına yardımcı olmak:** Bu ifade, bireyleşme sürecinin özünü yansıtır; danışanın kendini gerçekleştirme hedeflenir.
- D) **Gerektiğinde kendi duygu ve yaşantılarını, hatta rüyalarını danışanla paylaşabilmek:** Jung, terapötik süreçte karşılıklılığı ve uygun düzeyde kendini açmayı dışlamaz.
- E) **Danışanın bilinç dışı çatışmalarını çözebilmesi için nötr ve mesafeli kalarak yorumlar yapmak:** Bu anlayış klasik psikanalitik yaklaşımın özelliğidir; Jung'un yaklaşımında terapist daha katılımcıdır.

Cevap: E

2. Analitik kuramda **anima**, erkeğin bilinç dışında yer alan dişil yönü; **animus** ise kadının bilinç dışında yer alan eril yönü temsil eden arketipsel yapılarıdır. Bu arketipler, bireyin karşı cinsle yönelik algılarını, ilişkilerini ve kendi iç dünyasındaki karşı cinsle ait özelliklerle kurduğu bağı etkiler. Aynı zamanda bireyin karşıt yönlerini tanımaya katkı sağlayarak **psikolojik bütünleşme (bireyleşme süreci)** açısından önemli bir işleve sahiptir.

Bu nedenle anima/animus'un işlevleri, bireyin ilişkilerini biçimlendirme ve içsel denge kurma ile ilgilidir. Buna karşın bireyi ilişkilerden tamamen uzaklaştıran bir yapı değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bireyin, karşı cinsteki insanları idealize etmesine veya onlara belirli özellikler yansıtmasına neden olabilir:** Bu ifade doğrudur. Anima/animus projeksiyonları, bireyin bilinç dışında taşıdığı karşı cinsle ait arketipsel özellikleri gerçek kişiler üzerine yansıtmasına neden olur. Bu durum, karşı cinsin olduğundan farklı algılanmasına ve çoğu zaman idealize edilmesine yol açar.
- B) **Bireyin, kendi içindeki dişil veya eril yönleriyle daha derin bir bağlantı kurmasına yardımcı olabilir:** Bu ifade doğrudur. Anima ve animus, bireyin kendi içinde bastırılmış ya da fark edilmemiş karşıt yönlerini tanımaya ve bu yönleriyle ilişki kurmasına aracılık eder.
- C) **Bireyin, toplumsal cinsiyet rollerini sorgulamasına ve daha esnek bir kimlik geliştirmesine katkıda bulunabilir:** Bu ifade doğrudur. Birey, içsel dişil ve eril özelliklerini fark ettikçe katı rol kalıplarının ötesine geçebilir ve daha bütünleşmiş bir kimlik geliştirebilir.
- D) **Bireyin, tamamen asexüel bir kimlik geliştirmesine ve romantik ilişkilerden uzak durmasına yol açabilir:** Bu ifade yanlıştır. Anima/animus, bireyin ilişkilerden uzaklaşmasına değil, aksine ilişkilerinin niteliğini anlamlandırmasına ve dengelemesine hizmet eder.
- E) **Bireyin, karşı cinsle daha sağlıklı ve dengeli ilişkiler kurmasına zemin hazırlayabilir:** Bu ifade doğrudur. Anima/animus'un fark edilmesi ve bütünleştirilmesi, projeksiyonların azalmasına ve daha gerçekçi, dengeli ilişkiler kurulmasına katkı sağlar.

Cevap: D

3. Merve'nin iş ortamında beğenilmek amacıyla sürekli güler yüzlü ve yardımsever davranması, buna karşın içten içe bazı arkadaşlarına yönelik öfke duymasına rağmen bu duyguyu dışa yansıtmaması, **içsel yaşantıları ile dış dünyaya sunduğu davranışlar arasında bir ayrım olduğunu** göstermektedir. Merve, gerçek duygularını

geri planda tutarak sosyal beklentilere uygun bir rol sergilemektedir. Bu durum, bireyin toplum tarafından kabul görmek için takındığı sosyal kimliği ifade eder. Bu nedenle Merve'nin davranışı **persona** kavramına karşılık gelmektedir. Persona, bireyin toplumsal uyum sağlamak ve kabul görmek amacıyla geliştirdiği **sosyal maskedir**.

Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Anima:** Anima, erkeğin bilinç dışındaki dişil yönü temsil eden arketiptir. Parçada karşı cinse ait içsel bir yapı değil, sosyal ortama uyum sağlamak için sergilenen davranış söz konusudur.
- C) Ego:** Ego, bilincin merkezi olup bireyin kimlik duygusunu, algılarını ve düşüncelerini organize eder. Parçada egonun düzenleyici işlevinden ziyade, toplumsal beklentiye uygun maske kullanımı vurgulanmaktadır.
- D) Gölge:** Gölge, bireyin kabul etmek istemediği, bastırdığı ve bilinç dışına ittiği yönlerini içerir. Parçada Merve'nin öfke duygusu gölge kapsamında değerlendirilebilir; ancak soruda bu duygunun gizlenmesi ve yerine sosyal bir rol konulması ön plandadır.
- E) Kompleks:** Kompleks, belirli yaşantılar etrafında örgütlenen ve yüksek duygusal yük taşıyan düşünce-duygu kümeleridir. Parçada belirli bir kompleks yapısından değil, sosyal rol davranışından söz edilmektedir.

Cevap: B

4. Persona, bireyin toplumsal yaşamda kabul görmek ve uyum sağlamak amacıyla geliştirdiği **sosyal maskedir**. Ancak bu yapının **aşırı derecede baskın hale gelmesi**, bireyin gerçek benliği ile dışa sunduğu kimlik arasındaki farkın artmasına yol açar. Bu durumda kişi, toplumsal beklentilere uyum sağlarken kendi içsel duygu ve düşüncelerinden uzaklaşabilir ve **otantik benliğini ifade etmekte zorlanabilir**. Bu nedenle soruda persona'nın aşırı baskın olmasının sonucu olarak aranan durum, bireyin kendiliğini bastırmasıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Bireyin, sosyal ortamlarda rahat ve kendiliğinden davranması:** Bu durum, personanın aşırı baskın olmasını değil, bireyin doğal ve otantik şekilde davranabildiğini gösterir.

- B) Bireyin, farklı sosyal gruplara kolayca uyum sağlaması ve esnek davranışlar sergilemesi:** Persona'nın işlevsel ve dengeli kullanımıyla ilişkilidir; aşırılık belirtisi değildir.

- D) Bireyin, sosyal beklentilere uygun davranışlar sergileyerek kabul görmesi:** Persona'nın temel işlevlerinden biridir; patolojik ya da aşırı kullanım göstergesi değildir.

- E) Bireyin, farklı roller arasında geçiş yaparken uyum sorunları yaşamaması:** Bu durum da persona'nın sağlıklı ve esnek kullanımına işaret eder; aşırı baskınlıkla ilişkili değildir.

Cevap: C

5. Jung'un analitik yaklaşımında kişilik tutumları **içedönüklük ve dışadönüklük** olarak ele alınır ve bu tutumlar yalnızca bilinç düzeyinde değil, bilinç dışında da karşıt biçimde örgütlenir. Jung'a göre bilinçli tutum ile bilinç dışındaki tutum **birbirini dengeleyici (ödünleyici)** bir ilişki içindedir. Yani bilinçte baskın olan tutumun karşıtı bilinç dışında yer alır ve dengeyi sağlamaya çalışır. Bu nedenle bilinç ve bilinç dışındaki tutumların aynı yönde olduğunu savunan ifade kurama aykırıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Bilinç düzeyindeki tutum ile bilinç dışında egemen olan tutum birbirinin karşıtıdır:** Bu ifade doğrudur. Jung'a göre bilinç ve bilinç dışı karşıt tutumlar içerir.

- B) Dışadönük bir bilince sahip kişinin bilinç dışı genellikle içedönüktür:** Bu ifade doğrudur. Bilinçte dışadönüklük baskınsa bilinç dışı bunu dengelemek için içedönüklük içerir.

- C) İçedönük bir bilince sahip kişinin bilinç dışı genellikle dışadönüktür:** Bu ifade doğrudur. Aynı dengeleyici (ödünleyici) ilke burada da geçerlidir.

- D) Bilinç dışı, bilinçteki tutumu ödünleyici bir görev üstlenir:** Bu ifade doğrudur. Jung'a göre bilinç dışı, bilinçteki tek yönlülüğü dengelemeye çalışır.

- E) Bilinç düzeyindeki tutum ve bilinç dışındaki tutum daima aynı yöndedir:** Bu ifade yanlıştır. Jung'un kuramında bu iki yapı karşıtlık içinde çalışır.

Cevap: E

6. Aybuke'nin tekrarlayan **kabuslar görmesi** ve bu kabuslarda **karanlık bir dehlizde kaybolduğunu hissetmesi**, bilinç dışından gelen içeriklerin **sembolik biçimde ortaya çıktığını** göstermektedir. Jung'a göre rüyalar, bilinç dışının kendini ifade ettiği en önemli yollardan biridir ve çoğu zaman **arketipsel imgeler** içerir. Bu nedenle terapist, Aybuke'nin yaşadığı durumu anlamak için rüyaları **sembolik düzeyde inceleyerek** bu imgelerin anlamlarını çözümlemeye yönelmelidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Aybuke'nin çocukluk travmalarını detaylı bir şekilde araştırmaya yönelik serbest çağrışım: Serbest çağrışım klasik psikanalizin temel tekniğidir; burada rüya ve sembol analizi ön plandadır.

C) Aybuke'ye rahatlatma egzersizleri ve bilişsel yeniden yapılandırma teknikleri öğretme: Bu yaklaşım bilişsel davranışçı terapiye aittir; analitik psikolojinin temel yöntemi değildir.

D) Aybuke'nin aile geçmişini ve kuşaklar arası aktarılan psikolojik örüntüleri analiz etme: Bu ifade daha çok sistemik/aile yaklaşımlarıyla ilişkilidir; sorudaki odak rüya içerikleridir.

E) Aybuke'nin sosyal çevresini ve günlük yaşamındaki stres kaynaklarını değerlendirmek: Bu yaklaşım çevresel değerlendirmeye yöneliktir; Jung yaklaşımında öncelik bilinç dışı sembollerdir.

Cevap: B

7. Kemal'in rüyasındaki **imgeleri yeniden canlandırması**, bu imgelerle **sanki gerçekmiş gibi konuşması**, onlara sorular sorup yanıtlarını dinlemeye çalışması, bilinç dışı içeriklerle **doğrudan etkileşime girme** sürecini göstermektedir. Bu süreçte Kemal'in rüyadaki karanlık figürle diyalog kurarak bunun **kendi bastırılmış öfkesini temsil ettiğini fark etmesi**, bilinç dışı materyalin bilinç düzeyine taşındığını gösterir. Bu özellikler, Jung'un **aktif imgeleme** tekniğine karşılık gelmektedir. Aktif imgeleme, bireyin bilinç dışından gelen imgeleri, sembolleri ve duyguları zihninde canlandırarak onlarla etkileşime girmesi, bu içeriklerle diyalog kurması ve böylece bilinç dışı materyali bilince entegre etmesini amaçlayan bir tekniktir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Serbest çağrışım**: Serbest çağrışım, bireyin aklına gelenleri sansürlüz ifade etmesine dayanır; burada ise imgelerle etkileşim ve diyalog söz konusudur.

C) **Rüya analizi**: Rüya analizi, rüyaların sembolik olarak yorumlanmasını içerir; ancak burada rüya içeriğiyle aktif etkileşim kurulması vurgulanmaktadır.

D) **Transferans analizi**: Transferans, danışanın geçmiş ilişkilerini terapistte yansıtmasıdır; burada böyle bir ilişki örüntüsü bulunmamaktadır.

E) **Bilişsel yeniden yapılandırma**: Bu teknik, düşünce hatalarını değiştirmeye yöneliktir; burada bilinç dışı imgelerle çalışma söz konusudur.

Cevap: A

8. Parçada **analitik kuramın** insan doğasına bakışı; insanın **yalnızca geçmişle belirlenmediği, sürekli gelişme ve büyüme eğiliminde olduğu** ve **hem yapıcı hem yıkıcı yönlerini bütünleştirerek dengeli bir kişilik geliştirdiği** şeklinde ifade edilmektedir. Ayrıca bireyin **karanlık yönünü (gölge)** kabul etmesinin gelişim açısından önemli olduğu vurgulanmaktadır. Buna göre insanın yalnızca dış çevre tarafından belirlenen pasif bir varlık olduğu görüşü, bu anlayışla çelişmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **İnsan geçmiş deneyimlerinin etkisi altındadır fakat geleceğe yönelik hedefleri de vardır**: Bu ifade Analitik kuramın insanın yalnızca geçmişle sınırlı olmadığını vurgulayan bakışıyla uyumludur.

C) **İnsan hem olumlu hem de olumsuz yönlerini bütünleştirme eğilimindedir**: Bu ifade doğrudur. Analitik kuramda karşıtların bütünleştirilmesi (bireyleşme) temel hedeftir.

D) **İnsan kendi karanlık tarafını kabul ettiğinde daha dengeli bir kişilik gelişimi gösterebilir**: Bu ifade doğrudur. Gölgenin kabulü, kişilik bütünleşmesini destekler.

E) **İnsan büyüme ve gelişme ihtiyacına sahip dinamik bir yapıya sahiptir**: Bu ifade doğrudur. Analitik kurama göre insan sürekli gelişen ve kendini yenileyen bir varlıktır.

Cevap: A

9. Parçada psişenin bilinçli ve bilinç dışı tüm süreçleri kapsadığı, bilinç, kişisel bilinç dışı ve **ortak bilinç dışından oluştuğu** ve bireyin **çevreye uyum sağlamasına yardımcı olduğu** ifade edilmektedir. Ayrıca libido, **yaşam enerjisi (psişik enerji)** olarak tanımlanmış ve yalnızca cinsellikle sınırlandırılmadığı özellikle vurgulanmıştır. Bu nedenle psikolojik enerjinin sadece cinsellikten ibaret olduğunu savunan ifade, Analitik kuramın temel anlayışıyla çelişmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Libido yaşam enerjisi olarak görülür:** Bu ifade doğrudur. Analitik kuramda libido, genel yaşam enerjisi olarak kabul edilir.
- C) **Psişe, bilinçli ve bilinç dışı tüm süreçleri kapsar:** Bu ifade doğrudur. Psişe, bireyin tüm zihinsel süreçlerini içerir.
- D) **Bilinç dışının bir kısmı tüm insanlık için ortak olan yapılar içerir:** Bu ifade doğrudur. Bu yapı kolektif (ortak) bilinç dışı olarak adlandırılır ve arketipleri içerir.
- E) **Psişe, insanın çevreye uyum sağlamasında önemli bir rol oynar:** Bu ifade doğrudur. Psişe, bireyin hem içsel hem dışsal uyumunu düzenler.

Cevap: B

10. Parçada ruhsal yapının **dinamik ve kendi kendini düzenleyebilen** bir sistem olduğu, enerji kaynağının **libido (psişik enerji)** olduğu ve bu enerjinin **karşıt ögeler arasındaki gerilim ile yaşantılardan** elde edildiği belirtilmektedir. Ayrıca bu enerji, kişiliğin işleyişini sürdürmek için kullanılmaktadır. Analitik kuramda psişik enerji **nicel olarak ölçülebilir** bir yapı değildir; daha çok davranış, düşünce ve duygular aracılığıyla kendini gösterir. Bu nedenle psişik enerjinin ölçülebilir olduğunu ifade eden seçenek parçadan çıkarılamaz. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Ruhsal yapı, yaşantılardan elde ettiği enerjiyi kişiliğin düzeni için kullanır:** Bu ifade doğrudur. Parçada yaşantıların psişik enerjiye dönüştüğü ve kişiliğin işleyişini sağladığı belirtilmektedir.
- B) **Libidonun temel görevi kişiliğin bütün işlevlerini sürdürmektir:** Bu ifade doğrudur. Libido, kişiliğin işleyişini sağlayan temel enerji kaynağıdır.

C) **Ruhsal yapı, içsel gerilimleri kullanarak enerji üretir:** Bu ifade doğrudur. Karşıt ögeler arasındaki gerilim psişik enerjinin kaynağıdır.

E) **Ruhsal yapı dinamik bir yapıdır ve kendi dengesini sağlayabilir:** Bu ifade doğrudur. Parçada ruhsal yapının dinamik ve kendini düzenleyen bir sistem olduğu vurgulanmaktadır.

Cevap: D

11. Parçada değerlerin, bireyin **psişik enerjisini yönlendirdiği alanları belirlediği**, bir alana yönelen enerjinin diğer alanlardan **azalabileceği** ve değerlerin birey için **anamlı amaçlarla ilişkili olduğu** vurgulanmaktadır. Analitik kuramda değerler yalnızca dış çevreden öğrenilen yapılar değildir; bireyin içsel yönelimleri ve psişik enerjisiyle bağlantılıdır. Bu nedenle değerlerin sadece çevresel kalıplardan oluştuğunu savunan ifade kuramla çelişmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Değerler, bireyin enerjisini yönlendirdiği alanları belirler:** Bu ifade doğrudur. Değerler, psişik enerjinin hangi alanlara yoğunlaşacağını belirler.
- B) **Bir değere yönelen enerji, diğer alanlara ayrılan enerjiyi azaltabilir:** Bu ifade doğrudur. Enerji bir alana kaydıgında diğer alanlarda azalma olabilir (eşdeğerlik ilkesiyle ilişkilidir).
- C) **Değerler birey için anlamlı olan hedeflerle ilişkilidir:** Bu ifade doğrudur. Değerler, bireyin yöneldiği amaç ve hedeflerle bağlantılıdır.
- D) **Değerler, bireyin davranışlarını yönlendirme işlevi görür:** Bu ifade doğrudur. Bireyin tercihleri ve davranışları üzerinde belirleyicidir.

Cevap: E

12. Parçada komplekslerin, bireyin **egosuna kata-
madığı, anlam veremediği ve acı verici yaşan-
tılar** sonucu oluştuğu; bilinç dışına itildiklerinde **septomlara yol açabildiği** ve iyileşmenin bu içeriklerin **bilinçli hale getirilip egoya katılma-
sıyla** mümkün olduğu vurgulanmaktadır. Burada semptom, kompleksin doğrudan ifade edilemeyen içeriğinin dolaylı biçimde ortaya çıkmasıdır; yani bireyin yaşadığı içsel çatışmaların **kaygı, korku, rüya, bedensel yakınmalar veya davranışsal belirtiler** şeklinde dışa yansımasıdır. Bu nedenle komplekslerin bireyin hassas olduğu yönler oldu-
ğu ve bilinç dışına itildiklerinde semptom oluştura-
bileceğini ifade eden seçenek doğruyu yansıtır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kompleksler sadece bilinç düzeyinde ya-
şanan duygulardır, semptom oluşturmaz-
lar:** Bu ifade doğru değildir. Kompleksler ço-
ğunlukla bilinç dışındadır ve semptomlara yol
açabilir.
- B) **Komplekslerin oluşumu, bireyin olayları ta-
mamen anlaması ve ego ile bütünleşmesi-
le engellenir:** Bu ifade doğru değildir. Kom-
pleksler, tam tersine anlamlandırılmayan ve
egoya katılamayan yaşantılar sonucu oluşur.
- D) **Kompleksler, bireyin toplumsal kurallara
uyuma çabası sonucu ortaya çıkar:** Bu ifade
doğru değildir. Bu durum daha çok persona
ile ilişkilidir; kompleksler acı verici yaşantılarla
bağlantılıdır.
- E) **Komplekslerin etkisi egoya tamamen bağlı
değildir ve bilinç düzeyinde fark edilmesi
gerekmez:** Bu ifade doğru değildir. İyileşme
için komplekslerin bilinçli hale getirilmesi ve
egoya katılması gereklidir.

Cevap: C

13. Hamdi'nin iş hayatında **aşırı disiplinli ve kont-
rolcü**, özel hayatında ise **ani öfke patlamaları ve
geri çekilme** davranışları göstermesi, kişiliğinde **zıt eğilimlerin bir arada bulunduğunu** ve bu zıtlıklar arasında bir gerilim yaşandığını göstermektedir. Jung'a göre ruhsal yapının temelinde, birbirine karşıt olan eğilimler (örneğin kontrol-
dürtüsellik, bastırma-ifade etme) bulunur ve bu karşıtlıklar arasındaki **gerilim psişik enerjinin kaynağını oluşturur**. Hamdi'nin yaşadığı içsel çatışma da bu karşıt eğilimlerin oluşturduğu gerilimle açıklanır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Komplekslerin bastırılması:** Kompleksler bastırıldığında belirtiler ortaya çıkabilir; ancak soruda vurgulanan durum karşıt eğilimlerin çatışmasıdır.
- B) **Arketiplerin dengelenmesi:** Arketiplerin den-
gelenmesi daha çok bütünleşme süreciyle ilgi-
lidir; burada dengesizlik ve çatışma ön planda-
dır.
- D) **Kolektif bilinç dışının etkileri:** Kolektif bilinç dışı arketipsel içerikleri ifade eder; soruda doğrudan buna işaret eden bir durum yoktur.
- E) **Egonun güçlenmesi:** Ego güçlenmesi daha çok bilinçli kontrol ve uyumla ilgilidir; burada kontrol ile taşkınlık arasında bir çatışma söz konusudur.

Cevap: C

14. Jung'a göre ego, **bilincin merkezi** olup bireyin farkında olduğu duygu, düşünce, anı ve algıları içerir; ayrıca kişiye **süreklilik ve kimlik duygusu** kazandırır ve **bilince gelen içerikleri düzenleyen bir kapı işlevi görür**. Buna göre ifadeler şu şekilde değerlendirilir:

- I. **Ego, bilinçli duygular, düşünceler, anılar ve algılardan oluşur.** Bu ifade doğrudur. Ego, bilincin içeriğini oluşturan temel yapıdır.
- II. **Ego, kişiye kalıcı ve sürekli bir kimlik duygusu verir.** Bu ifade doğrudur. Ego, bireyin kendini süreklilik içinde algılamasını sağlar.
- III. **Ego, bilincin kapısı işlevi görür.** Bu ifade doğrudur. Hangi yaşantıların bilince alınacağını düzenler.
- IV. **Ego, bilinç dışındaki komplekslerin toplamıdır.** Bu ifade doğru değildir. Kompleksler bilinç dışı yapılardır; ego ise bilinçli yapıdır.

Cevap: B

15. Gölge, bireyin **ego tarafından reddedilen, toplumsal olarak kabul görmeyen** ve bu nedenle bilinç dışına itilen yönlerini ifade eder. Bu yönler çoğunlukla saldırganlık, bencillik, kıskançlık gibi ilkel dürtülerden oluşsa da Jung'a göre gölge yalnızca olumsuz içeriklerden ibaret değildir; aynı zamanda bireyin geliştirmedeği ya da bastırdığı **yaratıcılık, canlılık ve spontanlık gibi potansiyel olumlu özellikleri** de barındırır. Gölge, psişenin önemli bir parçasıdır ve **ego ile dengeli bir ilişki kurduğunda** bireyin daha bütünleşmiş ve canlı bir kişilik geliştirmesine katkı sağlar. Bu nedenle gölgeyi sadece kötü ve karanlık yönlerle sınırlayan ifade Analitik kuramla çelişmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Gölge, bireyin kişisel bilinç dışında yer alır ve genellikle bilinçten uzak tutulur, ancak bireyin farkına varması mümkündür.** Bu ifade doğrudur. Gölge bilinç dışında yer alır ancak farkındalıkla bilince taşınabilir.
- B) **Gölge, yalnızca bastırılmış olumsuz özelliklerin toplamı olmayıp, aynı zamanda potansiyel olumlu yönleri de içerebilir.** Bu ifade doğrudur. Gölge hem olumsuz hem gelişmemiş olumlu yönleri içerir.
- C) **Gölgeyle yüzleşmek, bireyin kendini gerçekleştirme sürecinde kritik bir adımdır.** Bu ifade doğrudur. Gölgenin kabulü bireyleşmenin temel aşamalarındandır.
- D) **Gölge, bireyin sosyal benliği ve toplum tarafından kabul edilmeyen kişilik yönlerini kapsar.** Bu ifade doğrudur. Gölge kabul edilmeyen yönleri içerir.

Cevap: E

1. Parçada ruhsal yapının **bilinç ve bilinç dışı unsurların etkileşimiyle** işleyen **dinamik bir sistem** olduğu vurgulanmaktadır. Analitik kurama göre ego, bilinçli benliği temsil eder ve bilinç dışında yer alan içeriklerle, özellikle **komplekslerle etkileşim halindedir**. Bu etkileşim, ruhsal yapının canlı ve sürekli hareket halinde olmasını sağlar. Bu nedenle bilinç ile bilinç dışı arasındaki karşılıklı etkileşimi doğru yansıtan ifade doğru seçenektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bilinç, ruhsal yapının tamamını oluşturur ve bilinç dışı sadece pasif bir depodur.** Bu ifade doğru değildir. Ruhsal yapı bilinç ve bilinç dışından oluşur; bilinç dışı aktif ve etkilidir.
- C) **Kompleksler, bilinç dışında etkisiz ve hareketsizdir, bireyin ruhsal dengesini bozmazlar.** Bu ifade doğru değildir. Kompleksler güçlü psişik yapılarıdır ve davranışları etkileyebilir, hatta semptomlara yol açabilir.
- D) **Kolektif bilinç dışı, sadece bireysel deneyimlerden oluşur ve nesnel olarak evrensel değildir.** Bu ifade doğru değildir. Kolektif bilinç dışı kalıtsal ve evrensel; bireysel deneyimlerle sınırlı değildir.
- E) **Ruhsal enerji (libido) sadece cinsel içerikli dürtülerle sınırlıdır.** Bu ifade doğru değildir. Analitik kuramda libido genel yaşam enerjisidir, yalnızca cinsellikle sınırlı değildir.

Cevap: B

2. **Eşdeğerlilik ilkesi**, ruhsal yapının **kapalı bir sistem** olduğunu ve psişik enerjinin yok olmayıp yalnızca **yer değiştirdiğini** ifade eder. Buna göre enerjinin bir alanda azalması, başka bir alanda ortaya çıkmasıyla sonuçlanır. Bu ilke, kişiliğin farklı yönleri arasında enerji dağılımının **dengeleyici bir biçimde gerçekleştiğini** açıklar. Bu nedenle bir alanda azalan enerjinin başka bir alanda ortaya çıkmasını ifade eden seçenek doğruyu yansıtır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bir bireyin bilinç dışıyla yüzleşmemesi sonucunda oluşan psikolojik sorunlardan meydana gelir.** Bu ifade doğru değildir. Bu durum daha çok kompleks ve bastırma süreçleriyle ilişkilidir.

- C) **Egonun bilinç dışından tamamen bağımsız olarak işlev görür.** Bu ifade doğru değildir. Ego ve bilinç dışı sürekli etkileşim halindedir.
- D) **Kolektif bilinç dışındaki arketiplerin kişilik üzerindeki etkisinin olmamasıdır.** Bu ifade doğru değildir. Arketipler kişilik üzerinde etkilidir.
- E) **Komplekslerin ruhsal enerjiyi tamamen tüketmesi ve başka alanlara enerji kalmasıdır.** Bu ifade doğru değildir. Enerji yok olmaz; başka alanlara yönelir.

Cevap: B

3. **Entropi ilkesi**, ruhsal yapının karşıt kutupları arasında **denge kurma eğilimini** ifade eder. Buna göre psişik enerji, yoğun olan taraftan daha zayıf olan tarafa doğru akarak sistem içinde bir denge oluşturmaya çalışır. Bu süreçte bilinçte baskın olan bir duygu ya da düşüncenin karşıtı zamanla ortaya çıkabilir ve böylece denge sağlanmaya çalışılır. Bu nedenle bilinçte yoğun olan bir içeriğin zamanla karşıtıyla yer değiştirmesini ifade eden durum entropi ilkesine örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Ego'nun bilinç dışı ile tamamen uyumlu ve çatışmasız olması:** Bu ifade doğru değildir. Ruhsal yapı karşıtlıklar içerir ve tam bir çatışmasızlık söz konusu değildir.
- C) **Komplekslerin hiçbir zaman bilinç düzeyine çıkmaması:** Bu ifade doğru değildir. Kompleksler bilinç düzeyine çıkabilir ve terapi sürecinde bu hedeflenir.
- D) **Ruhsal yapının tamamen dengede olması ve değişime ihtiyaç duymaması:** Bu ifade doğru değildir. Jung'a göre mutlak denge yoktur; bu durum durağanlık ve hatta ölümle ilişkilendirilir.
- E) **Kişiliğin tüm bölümlerinin eşit derecede güçlü ve yoğun olması:** Bu ifade doğru değildir. Entropi bir eğilimi ifade eder; mutlak eşitlik değil, dengeye yönelim söz konusudur.

Cevap: A

4. Aşkınlık, bireyin kişiliğinde yer alan **karşıt eğilimlerin farkına varması**, bu karşıtları **kabul etmesi** ve sonunda onları **ortak bir noktada bütünleştirilmesi** sürecini ifade eder. Jung'a göre bu süreç, bireyin tek yönlü gelişimini aşarak daha dengeli ve bütünleşmiş bir yapıya ulaşmasını sağlar ve **kendini gerçekleştirme** sürecine katkıda bulunur. Bu nedenle karşıt uçların fark edilip birleştirilmesini vurgulayan ifade doğru seçenektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Kişiliğin uç noktalarında yoğunlaşması, ruhsal dengeyi sağlar. Bu ifade doğru değildir. Aşırı uçlarda kalmak dengeyi bozar, bütünleşmeyi engeller.
- B) Karşıtların birbirinden tamamen ayrılması, kişinin kendini gerçekleştirmesini kolaylaştırır. Bu ifade doğru değildir. Aşkınlık, ayrışmayı değil bütünleşmeyi ifade eder.
- D) Kişinin sadece bilinçli yönleriyle ilgilenmesi, aşkınlık sürecinin temelidir. Bu ifade doğru değildir. Aşkınlık, bilinç ve bilinç dışı karşıtlarının birlikte ele alınmasını gerektirir.
- E) Yaş ilerledikçe bireyler karşıt uçlarda kalmayı tercih eder. Bu ifade doğru değildir. Yaş ilerledikçe karşıtların dengelenmesi ve orta noktada buluşması beklenir.

Cevap: C

5. Jung'a göre bilinç, bireyin **doğrudan farkında olduğu yaşantıları** kapsayan ve yaşam boyu gelişen bir yapıdır. Ego ise bu bilinçli süreçlerin **merkezinde yer alır**, bireyin duygu, düşünce ve anılarını organize ederek **kimlik ve süreklilik duygusu** sağlar. Ayrıca ego, hangi içeriklerin bilince alınacağını düzenleyen bir yapı olarak işlev görür. Buna göre **"Ego, bilincin kapısıdır; bilinçli duygu, düşünce ve anılardan oluşur ve kişiye sürekli bir kimlik duygusu verir."** ifadesi doğrudur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Ego, bilinç dışındaki tüm komplekslerin toplamıdır ve kişiliğin temelidir. Bu ifade doğru değildir. Kompleksler bilinç dışı yapılar; ego bilinçli yapının merkezidir.
- C) Bilinç, doğuştan itibaren sabit ve değişmez bir yapıdır. Bu ifade doğru değildir. Bilinç yaşam boyu gelişir ve değişir.

D) Bilinç, ruhsal yapının en derin ve gizli bölümüdür. Bu ifade doğru değildir. Ruhsal yapının en derin bölümü bilinç dışıdır.

E) Ego, kişinin dış dünyayla hiçbir etkileşim içinde olmadığı pasif bir yapıdır. Bu ifade doğru değildir. Ego aktif bir yapıdır ve bireyin hem içsel hem dışsal uyumunu düzenler.

Cevap: A

6. Analitik psikoloji kuramında kişisel bilinç dışı, bireyin yaşamı boyunca deneyimlediği ancak bilinç düzeyinde tutulmayan ya da bastırılan **anı, duygu ve yaşantılardan oluşur**. Bu içerikler bireye özgüdür ve zaman zaman rüyalar ya da davranışlar aracılığıyla ortaya çıkabilir. Buna göre doğru ifade: **"Kişisel bilinç dışı, bireyin kendi yaşam deneyimlerinden oluşan ve bireye özgü içeriklere sahiptir."** Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Kişisel bilinç dışı, tüm insanlarda ortak olan evrensel arketipleri içerir. Bu ifade doğru değildir. Evrensel arketipler kolektif (ortak) bilinç dışına aittir.
- C) Kişisel bilinç dışı, yalnızca olumlu ve uyum sağlayıcı anılardan oluşur. Bu ifade doğru değildir. Kişisel bilinç dışı hem olumlu hem olumsuz içerikleri barındırır.
- D) Kişisel bilinç dışı, sadece bilinçli olarak hatırlanan anıları kapsar. Bu ifade doğru değildir. Bilinçli olarak hatırlanan içerikler zaten bilinç düzeyindedir.
- E) Kişisel bilinç dışı, egonun bilinçli süreçlerinden tamamen bağımsızdır. Bu ifade doğru değildir. Ego ile kişisel bilinç dışı arasında sürekli bir etkileşim vardır.

Cevap: B

7. Hasan'ın sosyal ortamlarda sürekli **rol yapması, gerçek duygularını gizlemesi** ve zamanla **kim olduğunu ayırt edememesi**, personanın aşırı baskın hale gelerek bireyin içsel yaşantısından kopmasına yol açtığını göstermektedir. Bu durumda kişi, dış dünyaya sunduğu sosyal maskeyle özdeşleşir ve kendi **otantik benliğinden uzaklaşarak** boşluk duygusu yaşayabilir. Buna göre doğru

ifade: “Persona aşırı gelişirse birey kendi içsel benliğinden uzaklaşabilir.” Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Persona geliştiremeyen kişiler sosyal uyumda zorlanır. Bu ifade doğrudur; ancak soruda personanın aşırı gelişiminin sonucu sorulmaktadır.
- B) Persona çocuklukta ortaya çıkar ve erişkinlikte kaybolur. Bu ifade doğru değildir. Persona yaşam boyu varlığını sürdürür.
- C) Persona bireyin bilinç dışındaki tüm yönleri yok eder. Bu ifade doğru değildir. Persona bilinç dışı içerikleri yok etmez; yalnızca maskeler.
- E) Persona sosyal ilişkilerde işlevsiz bir yapıdır. Bu ifade doğru değildir. Persona, sosyal uyumu sağlayan işlevsel bir yapıdır.

Cevap: D

8. Ayten’in bazı anı ve duyguları kendine yabancı ve kontrol edilemez bulması, bu içeriklerin bilinç dışından geldiğini ve egonun bunlar üzerinde doğrudan bir denetim kurmadığını gösterir. Terapi sürecinde bu içeriklerin fark edilmesi, egonun bu yaşantıları bilince alıp anlamlandırmaya çalıştığını, ancak kabul etmenin zor olabildiğini ifade eder. Jung’a göre ego, bilinçli yaşantıları organize eder; ancak bilinç dışındaki içeriklere tam anlamıyla hakim değildir. Buna göre doğru ifade: “Ego, Ayten’in bilinçli algılarını ve duygularını organize etmekle sorumludur ancak bilinç dışındaki içeriklere doğrudan hakim değildir.” Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Ayten’in bilinç dışındaki tüm içerikleri tam olarak kontrol edebilmektedir. Bu ifade doğru değildir. Bilinç dışı içerikler egonun doğrudan kontrolü altında değildir.
- C) Ayten’in yaşadığı yabancı duygular ego tarafından seçilip bilinç düzeyine sürekli olarak aktarılır. Bu ifade doğru değildir. Bu içerikler ego tarafından değil, bilinç dışından kendiliğinden ortaya çıkar.
- D) Ego, bilinç dışı ile tamamen kopuktur ve Ayten’in farkındalığı ego ile ilgisizdir. Bu ifade doğru değildir. Ego ve bilinç dışı etkileşim halindedir; farkındalık egoyla ilişkilidir.

- E) Ego, kişilik bütünlüğünü sağlamaktan sorumlu değildir ve sadece bilinç dışı süreçlerle ilgilenir. Bu ifade doğru değildir. Ego bilinçli yapının merkezidir ve kişilik bütünlüğünde önemli rol oynar.

Cevap: B

9. Analitik psikoloji kuramına göre kolektif bilinç dışı, bireysel yaşantılardan bağımsız olarak, insanlığın ortak geçmişinden gelen kalıtsal ve evrensel içerikleri barındırır. Bu yapı, bireyin yaşamı boyunca bilinçte yaşanmamış olan, ancak doğuştan getirilen arketipsel izleri ve gizli bellek kalıntıları içerir. Buna göre “Kolektif bilinç dışı, kalıtsal nitelik taşıyan ve insanın insan olma evresinden önce oluşan gizli bellek kalıntıları içerir.” açıklaması doğrudur. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Kolektif bilinç dışı, yaşam boyunca bilinçte yaşanmış anılardan oluşur. Bu ifade doğru değildir. Bu durum kişisel bilinç dışı ile ilgilidir.
- B) Kolektif bilinç dışı, sadece bireysel deneyimlerin toplamıdır. Bu ifade doğru değildir. Kolektif bilinç dışı evrenseldir.
- C) Kolektif bilinç dışı, yalnızca bilinçli süreçlerle ilişkilidir ve bilinç dışından tamamen bağımsızdır. Bu ifade doğru değildir. Kolektif bilinç dışı bilinç dışının bir düzeyidir.
- D) Kolektif bilinç dışının içeriği kişiye özgü komplekslerden oluşur. Bu ifade doğru değildir. Kompleksler kişisel bilinç dışına aittir; kolektif bilinç dışının içeriği arketiplerdir.

Cevap: E

10. Alp’in yoğun stres altında kendini savaşçı bir lider gibi güçlü ve cesur hissetmesi, bireysel yaşantılardan çok, insanlığın ortak geçmişinden gelen evrensel bir imgeyle bağlantı kurduğunu göstermektedir. Bu durum arketip kavramıyla açıklanır. Arketipler, kolektif bilinç dışında yer alan, kalıtsal olarak aktarılan ve insanlığın ortak deneyimlerinden oluşan evrensel düşünme ve algılama kalıplarıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Kompleks:** Kompleksler, bireyin kişisel yaşantılarına bağlı olarak oluşan ve duygusal yük taşıyan yapılardır; evrensel ve kalıtsal değildir.
- C) **Kişisel bilinç dışı:** Kişisel bilinç dışı, bireye özgü yaşantıları içerir; burada ise evrensel bir imge söz konusudur.
- D) **Ego:** Ego, bilinçli süreçlerin merkezidir; bu durum bilinç dışındaki evrensel içeriklerle ilgilidir.
- E) **Entropi:** Entropi, karşıtlar arasında denge sağlama eğilimini ifade eder; soruda böyle bir denge süreci yoktur.

Cevap: B

11. Zühâl'in genellikle **duygusal ve sezgisel** bir yapıya sahip olmasına rağmen son dönemde içinde **mantıklı, kararlı ve otoriter bir erkek figürü** hissetmesi, kişiliğinde karşı cinsin özelliklerinin ortaya çıkmaya başladığını göstermektedir. Bu durum **animus kavramıyla açıklanır**. Animus, kadının bilinç dışında yer alan ve **mantık, akılcılık, kararlılık gibi erkeksi özellikleri** temsil eden arketiptir. Bu içsel yapı, bireyin daha dengeli kararlar almasına katkı sağlar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Persona:** Bireyin toplumsal ortamlarda takındığı sosyal maskedir. İçsel karşı cins figürüyle ilgili değildir.
- B) **Anima:** Erkeğin bilinç dışındaki dişil yönü ifade eder. Burada söz konusu olan kadındaki erkeksi yönlerdir.
- D) **Gölge:** Bireyin bastırdığı ve kabul etmek istemediği yönlerini içerir. Karşı cins arketipi değildir.
- E) **Ego:** Bilinçli süreçlerin merkezidir. Bu durum bilinç dışındaki arketipsel içeriklerle ilgilidir.

Cevap: C

12. **Persona**, bireyin toplumsal yaşamda kabul görmek ve uyum sağlamak amacıyla geliştirdiği **sosyal maskedir**. Bu yapı, bireyin toplumun beklentilerine uygun davranmasını sağlar; ancak **aşırı geliştiğinde** bireyin kendi içsel benliğinden uzaklaşmasına ve kendine yabancılaşmasına yol açabilir. Bu nedenle personanın içsel benlikle bağı güçlendirdiğini savunan ifade **Analitik kuramla gelişmektedir**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bireyin sosyal rollerini yerine getirebilmesi için toplumun beklentilerine göre geliştirilir.** Bu ifade doğrudur. Persona toplumsal uyum için geliştirilir.
- B) **Çocukluk yıllarında ebeveynlerin beklentilerine uygun davranma ihtiyacından doğar.** Bu ifade doğrudur. Persona erken yaşlarda gelişir.
- C) **Persona geliştiremeyen kişiler sosyal ilişkilerde zorlanabilir.** Bu ifade doğrudur. Persona sosyal uyumu sağlar.
- E) **Persona, başkalarına nasıl görünmek istediğimizi de ifade eder.** Bu ifade doğrudur. Persona dış dünyaya sunulan maskedir.

Cevap: D

13. Atakan'ın farklı kültürlere ait masallarda **benzer kahramanlar, simgeler ve temalar** olduğunu fark etmesi, bu içeriklerin bireysel deneyimlerden bağımsız olarak **evrensel ve kalıtsal bir kaynaktan geldiğini** göstermektedir. Bu durum **kolektif bilinç dışı kavramıyla açıklanır**. Kolektif bilinç dışı, tüm insanlarda ortak olan ve insanlığın geçmişinden aktarılan **arketipsel içerikleri** barındırır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kişisel bilinç dışı:** Bireyin kendi yaşantılarından oluşur. Evrensel ortak temaları açıklamaz.
- B) **Kompleks:** Duygusal yüklü bireysel yaşantılara dayanır. Kültürler arası ortaklıkla ilgili değildir.
- D) **Ego:** Bilinçli süreçlerin merkezidir. Bu durum bilinç dışı ve evrensel içeriklerle ilgilidir.
- E) **Persona:** Bireyin topluma sunduğu sosyal maskedir. Evrensel sembollerle ilgili değildir.

Cevap: C

14. Mustafa'nın **sosyal ortamlarda aktif olması**, insanlarla etkileşimden **enerji alması** onun **dışa dönük** bir tutuma sahip olduğunu gösterir. Kararlarını verirken **başkalarının duygularını ve beklentilerini dikkate alması** ise baskın işlevinin **hissetme (duygu)** olduğunu gösterir. Jung'a göre hissetme işlevi, olayları **değerler ve kişiler arası uyum** açısından değerlendirmeyi içerir. Buna göre Mustafa'nın baskın tutumu ve işlevi **dışa dönüklük ve hissetmedir. Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Dışa dönüklük – Sezgi:** Sezgi, olasılıklara ve geleceğe yönelik çıkarımlar yapmayı ifade eder. Soruda duygulara dayalı değerlendirme ön plandadır.
- C) İçe dönüklük – Düşünme:** İçe dönüklük iç dünyaya yönelimi, düşünme ise mantıksal analizleri ifade eder. Sorudaki özelliklerle uyumsuz.
- D) İçe dönüklük – Duyum:** Duyum, somut verilerle ilgilidir. Ayrıca içe dönüklük, sosyal etkileşimden enerji alma özelliğiyle çelişir.
- E) İçe dönüklük – Hissetme:** Hissetme işlevi uygun olsa da içe dönüklük, sorudaki dışa dönük özelliklerle uyumsuz.

Cevap: A

15. Kerem'in genellikle **mantıklı ve analitik** bir yapıya sahip olmasına rağmen son dönemde **duygusal, empatik ve sezgisel** davranışlar göstermesi, kişiliğinde karşıt özelliklerin ortaya çıkmaya başladığını göstermektedir. Bu durum **anima kavramıyla açıklanır**. Anima, erkeğin bilinç dışında yer alan ve **duygusallık, sezgisellik ve empati gibi dişil özellikleri** temsil eden arketiptir. Bu yönün fark edilmesi, bireyin daha dengeli ve bütünleşmiş bir kişilik geliştirmesine katkı sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) Persona:** Bireyin toplumsal ortamlarda takındığı sosyal maskedir. Bu durum içsel karşı cins özelliklerinin ortaya çıkmasıyla ilgilidir.
- C) Animus:** Kadının bilinç dışındaki erkeksi yönü ifade eder. Soruda erkek bireyin dişil yönleri söz konusudur.
- D) Kompleks:** Duygusal yük taşıyan bireysel yaşantılara bağlı yapılardır. Bu durum arketipsel bir içerikle ilgilidir.
- E) Gölge:** Bireyin bastırdığı ve kabul etmek istemediği yönlerini içerir. Soruda karşı cins özelliklerinin ortaya çıkması vurgulanmaktadır.

Cevap: B

1. Rıdvan'ın **kendi başına vakit geçirmekten hoşlanması** ve iç dünyasına yönelmesi, onun **içe dönüklük tutumuna** sahip olduğunu gösterir. İçe dönük bireyler enerjilerini dış dünyadan çok **kendi içsel yaşantılarından** alır, yalnız kalmayı tercih eder ve gözlem yaparak anlamlandırmaya yönelir. Ayrıca çevresindeki **ayrıntılara dikkat etmesi**, kararlarını **somut verilere dayandırması** ve **gerçek, gözlemlenebilir olana yönelmesi**, baskın işlevinin **duyum** olduğunu gösterir. Duyum işlevi, bireyin dünyayı **duyu organları aracılığıyla algılaması, şimdi ve burada olana odaklanması** ve **somut gerçekliği esas alması** ile karakterizedir. Buna göre Rıdvan'ın baskın tutumu ve işlevi **içe dönüklük ve duyumdur. Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Dışa dönüklük – Sezgi:** Dışa dönüklük, enerjinin dış dünyaya yönelmesi, sosyal etkileşimden beslenme ve çevreyle aktif ilişki kurma ile ilgilidir. Sezgi ise somut verilerden çok **olasılıklar, geleceğe yönelik çıkarımlar ve soyut bağlantılar** üzerinden çalışır. Bu seçenek hem dışa dönük sosyal yönelimi hem de soyut düşünmeyi içerir; oysa soruda bireyin içe yönelimi ve somut gerçekliğe odaklanması vurgulanmaktadır.

B) **İçe dönüklük – Düşünme:** İçe dönüklük kısmı uygun görünse de düşünme işlevi, kararların **mantıksal analiz, neden-sonuç ilişkisi ve nesnel akıl yürütme** ile verilmesini ifade eder. Soruda ise belirleyici olan unsur mantıksal çözümleme değil, **duyusal veriler ve gözleme dayalı değerlendirmedir.**

C) **Dışa dönüklük – Duyum:** Duyum işlevi somut gerçekliğe odaklanma açısından uygun olsa da dışa dönüklük, bireyin enerjisini **çevreye ve sosyal etkileşime yöneltmesini** gerektirir. Rıdvan'ın yalnız kalmayı tercih etmesi bu tutuma çelişmektedir.

D) **İçe dönüklük – Hissetme:** İçe dönüklük uygun olmakla birlikte hissetme işlevi, kararların **değerler, duygular ve kişiler arası ilişkiler** temelinde verilmesini ifade eder. Soruda ise duygusal değerlendirmeden ziyade **somut gözlem ve veri temelli yaklaşım** ön plandadır.

Cevap: E

2. Ayça'nın sosyal ortamlarda **neşeli, esprili ve girişken** davranması, buna karşın iç dünyasında **yalnız, kaygılı ve çekingen** hissetmesi, dış dünyaya sunduğu kimlik ile içsel yaşantısı arasında bir fark olduğunu göstermektedir. Bu durum **persona kavramıyla açıklanır. Persona**, bireyin toplumsal ortamlarda kabul görmek, kendini korumak ve uyum sağlamak amacıyla geliştirdiği **sosyal maskedir**. Ayça'nın dışa dönük davranışları da bu maskenin bir yansımasıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Anima:** Erkeğin bilinç dışındaki dişi yönü ifade eder. Soruda kadının sosyal rolü söz konusudur.

C) **Gölge:** Bireyin bastırdığı ve kabul etmek istemediği yönlerini içerir. Soruda vurgulanan durum sosyal maskedir.

D) **Kompleks:** Duygusal yüklü bireysel yaşantılara bağlı yapılardır. Bu durum sosyal rol ile ilgilidir.

E) **Ego:** Bilinçli süreçlerin merkezidir. Soruda sosyal ortama uyum sağlamak için geliştirilen maske anlatılmaktadır.

Cevap: A

3. Mehmet'in iş yerinde **sakin, sabırlı ve uyumlu** biri olarak tanınmasına rağmen küçük bir eleştiri karşısında **ani bir öfke patlaması yaşaması**, ardından **"Ben aslında böyle biri değilim"** diyerek bu durumu reddetmesi, kişiliğinin kabul etmediği yönlerinin ortaya çıktığını göstermektedir. Bu durum **gölge kavramıyla açıklanır. Gölge**, bireyin ego tarafından kabul edilmeyen, bastırılan ve çoğunlukla bilinç dışında tutulan yönlerini içerir. Bu yönler yalnızca olumsuz dürtülerle sınırlı değildir; aynı zamanda bireyin fark etmediği potansiyelleri de barındırabilir. Ancak bastırıldıklarında, uygun bir tetikleyiciyle **kontROLSÜZ ve ani biçimde ortaya çıkabilirler**. Mehmet'in öfkesini reddetmesi, bu içeriğin henüz egoya katılmadığını ve gölge alanında kaldığını gösterir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Persona:** Bireyin toplumsal ortamlarda kabul görmek için geliştirdiği **sosyal maskedir**. Mehmet'in iş yerindeki uyumlu ve sakin görünümü persona ile açıklanabilir. Ancak soruda vurgulanan durum, bu maskenin arkasında

kalan bastırılmış yönün aniden ortaya çıkmasıdır; bu da gölge ile ilgilidir.

- B) Animus:** Kadının bilinç dışındaki erkeksi yönünü ifade eden arketiptir. Mantık, otorite ve kararlılık gibi özellikleri içerir. Mehmet'in yaşadığı durum karşı cins arketipiyle değil, bastırılmış kişilik yönleriyle ilgilidir.
- D) Kompleks:** Bireyin geçmiş yaşantılarından kaynaklanan, duygusal yük taşıyan ve davranışları etkileyen yapılardır. Kompleksler tetiklendiğinde yoğun tepkiler ortaya çıkabilir; ancak soruda özellikle **reddedilen kişilik yönünün ortaya çıkması** söz konusudur, bu yönüyle gölge daha açıklayıcıdır.
- E) Kolektif bilinç dışı:** İnsanlığın ortak geçmişinden gelen, kalıtsal ve evrensel içerikleri kapsar. Arketipler bu yapının içindedir. Mehmet'in yaşadığı durum bireysel düzeyde olup evrensel imgelerle ilgili değildir.

Cevap: C

- 4.** Analitik psikoloji kuramında **ben arketipi**, kişiliğin **merkezinde yer alan** ve tüm sistemi **bütünleştiren** temel yapıdır. Bilinç ve bilinç dışı süreçleri bir arada düzenler, diğer arketipleri **örgütleyerek kişiliğin bütünlüğünü sağlar**. Bu yapı özellikle yaşamın ilerleyen dönemlerinde, bireyin kendini tanıma ve bütünleşme süreciyle birlikte daha belirgin hale gelir. Bu nedenle ben arketipinin ergenlik döneminde tamamlanmış şekilde ortaya çıktığını savunan ifade **Analitik kuramla çelişmektedir**. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) Ben arketipi, kişiliğin merkezinde yer alır ve bütünlüğü sağlar.** Bu ifade doğrudur. Ben arketipi kişinin düzenleyici merkezidir.
- B) Bilinç ve bilinç dışı süreçleri bir arada yürütür.** Bu ifade doğrudur. Ben arketipi bu iki yapıyı bütünleştirir.
- C) Diğer arketipleri düzenleyip örgütler.** Bu ifade doğrudur. Ben arketipi sistemin organizasyonunu sağlar.
- E) Ben arketipinin işlevini yerine getirmemesi bireyin kendini dağılmış hissetmesine yol açabilir.** Bu ifade doğrudur. Bütünlük sağlanmadığında parçalanmışlık hissi ortaya çıkar.

Cevap: D

- 5.** Jung'a göre kişilik tutumları **içe dönüklük** ve **dışa dönüklük** olmak üzere iki temel yönelimden oluşur. **İçe dönüklük**, bireyin enerjisini kendi iç dünyasına yöneltmesi, yaşantılarını içsel olarak değerlendirmesi ve daha çok **yalnızlık, gözlem ve içsel düşünme** ile ilişkilidir. **Dışa dönüklük** ise enerjinin dış dünyaya yönelmesi, **insanlarla etkileşim kurma, sosyal ortamlardan beslenme ve çevreye yönelme** ile karakterizedir. Bu iki tutumdan biri genellikle baskın olur ve bireyin genel davranış biçimini belirler. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) Bir kişi yaşamı boyunca hem içe dönük hem de dışa dönük tutumu aynı anda baskın olarak gösterebilir.** Bu ifade doğru değildir. İçe dönüklük ve dışa dönüklük birlikte bulunabilir ancak aynı anda baskın olamaz.
- B) İçe dönüklük ve dışa dönüklük tutumları aynı anda bilinçli olarak birlikte bulunabilir.** Bu ifade doğru değildir. İçe dönüklük ve dışa dönüklük karşıt tutumlardır ve bilinç düzeyinde aynı anda birlikte baskın şekilde yer almaz.
- D) İnsanlar sadece dışa dönük tutum sergileyebilir, içe dönüklük bir tutum değildir.** Bu ifade doğru değildir. İçe dönüklük de Jung'a göre temel bir kişilik tutumudur.
- E) Kişilik tutumları zaman içinde değişmez ve hayat boyu sabit kalır.** Bu ifade doğru değildir. İçe dönüklük ya da dışa dönüklükten biri baskın olsa da birey farklı durumlarda diğer tutuma ait özellikler gösterebilir.

Cevap: C

6. Sevgican'ın kalabalık gruplarda olmaktan keyif alması ve insanlarla etkileşimden enerji kazanması, onun dışa dönük bir tutuma sahip olduğunu gösterir. **Dışa dönüklük**, bireyin enerjisini dış dünyaya yöneltmesi, sosyal ortamlarda aktif olması, insanlarla etkileşim kurarak canlılık hissetmesi ve çevreye dönük yaşamasıyla karakterizedir. Ayrıca Sevgican'ın geleceğe dair fırsatları fark etmesi, hayal gücünün yüksek olması, yeni fikirler üretmesi ve olasılıklara odaklanması, baskın işlevinin sezgi olduğunu gösterir. **Sezgi**, bireyin somut gerçeklikten çok olasılıkları, potansiyelleri, geleceğe yönelik anlamları ve henüz gerçekleşmemiş ihtimalleri algılamasını ifade eder; sezgisel bireyler ayrıntılardan çok büyük resme ve yeniliğe odaklanır. Buna göre Sevgican'ın baskın tutumu ve işlevi dışa dönüklük ve sezgidir. Doğru cevap B seçeneğidir.

A) **İçe dönüklük – Sezgi:** İçe dönüklük, bireyin enerjisini kendi iç dünyasına yöneltmesi, yalnız kalmayı tercih etmesi ve yaşantılarını içsel olarak değerlendirmesiyle ilgilidir. Sezgi işlevi burada uygun görünse de Sevgican'ın sosyal ortamlardan beslenmesi içe dönüklükle çelişir. İçe dönük sezgisel bireyler daha çok iç dünyalarındaki imgeler ve anlamlarla ilgilenir.

C) **Dışa dönüklük – Duyum:** Dışa dönüklük uygun olsa da **duyum işlevi**, bireyin dünyayı duyu organlarıyla algılaması, somut gerçeklik, ayrıntılar ve mevcut durum üzerine odaklanmasıyla ilgilidir. Duyumsal bireyler “şu an ne var?” sorusuna odaklanır. Oysa soruda ayrıntılar değil, **olasılıklar ve gelecek** vurgulanmaktadır.

D) **İçe dönüklük – Düşünme:** İçe dönüklük içe yönelimi ifade ederken **düşünme işlevi**, kararların mantık, analiz, neden-sonuç ilişkisi ve nesnel ölçütlere göre verilmesini içerir. Bu tip bireyler sistemli ve kuramsal düşünür. Soruda ise mantıksal analizden çok **yaratıcılık ve sezgisel üretkenlik** ön plandadır.

E) **İçe dönüklük – Hissetme:** İçe dönüklük uygun değildir çünkü Sevgican dışa yöneliktir. **Hissetme işlevi** ise kararların değerler, duygular ve kişiler arası ilişkiler temelinde verilmesini ifade eder. Bu tip bireyler uyum ve duygusal dengeye önem verir. Soruda ise duygusal değerlendirmeden çok **olasılıkları görme ve yeni fikir üretme** vurgulanmaktadır.

Cevap: B

7. I. **Selenay**, karar verirken mantıklı analizler yapar, olayları neden-sonuç ilişkisi içinde değerlendirir. Bu ifade **düşünme işlevine** karşılık gelir. **Düşünme**, olayları mantık, analiz ve nesnel ölçütler çerçevesinde değerlendirmeyi ifade eder. Bu işlevde birey, karar verirken duygulardan çok **doğru-yanlış, tutarlılık ve akıl yürütme** üzerinde durur.

II. **Murathan**, kararlarını başkalarının duygularını ve kendi değerlerini dikkate alarak verir. Bu ifade **hissetme işlevine** karşılık gelir. **Hissetme**, bireyin kararlarını değerler, duygular ve kişiler arası ilişkiler doğrultusunda vermesini ifade eder. Bu işlevde **uyum, empati ve ilişkilerin korunması** ön plandadır.

III. **Esilay**, yeni fırsatları hızlıca fark eder, geleceğe yönelik olasılıkları görme konusunda çok güçlüdür. Bu ifade **sezgi işlevine** karşılık gelir. **Sezgi**, bireyin olasılıkları, potansiyelleri ve geleceğe yönelik anlamları algılamasını sağlar. Sezgisel bireyler ayrıntılardan çok **büyük resme ve yeniliklere** odaklanır.

IV. **Nami**, olayları gözlemleyerek anlamaya çalışır, somut verilere ve duyularına güvenir. Bu ifade **duyum işlevine** karşılık gelir. **Duyum**, bireyin dünyayı duyu organlarıyla algılaması, somut gerçeklik ve mevcut durum üzerinden değerlendirmesi anlamına gelir. Bu işlevde **gerçekçilik ve ayrıntılara dikkat** ön plandadır.

Cevap: A

8. Jung'a göre psikolojik danışmanın temel amacı, danışanın yalnızca semptomlarını azaltmak değil; onun **psişesini bütünleştirmesine**, bilinç ve bilinç dışı yönlerini **bir araya getirmesine** ve böylece **potansiyelini en üst düzeyde kullanabilen bir birey** haline gelmesine yardımcı olmaktır. Bu süreç, bireyin kendini tanıması, karşıt yönlerini kabul etmesi ve **bireyleşme** yolunda ilerlemesiyle ilişkilidir. Buna göre **"Danışanın psişesini bütünleştirmek, potansiyelini tam kullanan birey olmasını sağlamaktır."** açıklaması doğrudur. Doğru cevap E seçeneğidir.
- A) **Bilinç dışındaki bastırılmış içgüdüleri serbest bırakmaktır.** Bu ifade daha çok psikanalitik yaklaşımla ilişkilidir. Analitik kuramda amaç yalnızca boşaltım değil, bütünleştirmedir.
- B) **Danışanın benliği ile toplumun beklentilerini uyumlu hale getirmektir.** Bu ifade daha çok sosyal uyum ve persona ile ilgilidir. Analitik kuramın temel amacı bundan daha kapsamlıdır.
- C) **Danışanın sorunlu davranışlarını ortadan kaldırarak sosyal uyum sağlamasını kolaylaştırmaktır.** Bu ifade davranışçı yaklaşıma yakındır. Analitik kuramda odak içsel bütünleşmedir.
- D) **Danışanın erken çocukluk yaşantılarını yeniden yapılandırarak kişilik gelişimini sağlamaktır.** Bu ifade psikanalitik ve bazı gelişimsel yaklaşımlarla ilişkilidir. Analitik kuramda yaşam boyu gelişim vurgulanır.

Cevap: E

9. Ayşenur'un **enerjisini en çok yalnızken toplaması** onun **içe dönük** bir tutuma sahip olduğunu gösterir. İçe dönüklük, bireyin enerjisini **kendi iç dünyasına yöneltmesi**, kararlarını dış etkilere çok **içsel değerlendirmelerine göre vermesi** ile karakterizedir. Ayrıca Ayşenur'un kararlarını verirken **kendi duygularını ve değerlerini dikkate alması**, başkalarının onayından çok **kendi içsel ölçütlerine göre hareket etmesi**, baskın işlevinin **hissetme** olduğunu gösterir. Hissetme işlevi, bireyin kararlarını **değerler, duygular ve kişisel anlamlar** doğrultusunda vermesini ifade eder. Buna göre Ayşenur'un baskın tutumu ve işlevi **içe dönüklük ve hissetmedir.** Doğru cevap C seçeneğidir.
- A) **Dışa dönüklük – Hissetme:** Hissetme uygun olsa da dışa dönüklük, enerjinin sosyal çevreye yönelmesini ifade eder. Ayşenur enerjisini yalnızken toplamaktadır.
- B) **İçe dönüklük – Duyum:** İçe dönüklük uygun olmakla birlikte duyum işlevi **somut veriler ve duygusal deneyimlere odaklanmayı** ifade eder. Soruda ise duygular ve değerler ön plandadır.
- D) **Dışa dönüklük – Duyum:** Hem dışa dönüklük hem duyum işlevi sorudaki özelliklerle uyuşmaz. Ayşenur içe yöneliktir ve somuttan çok duygusal değerlendirme yapmaktadır.
- E) **İçe dönüklük – Sezgi:** İçe dönüklük uygun olsa da sezgi işlevi **olasılıklar ve geleceğe yönelik anlamlar** ile ilgilidir. Soruda vurgulanan temel unsur duygular ve değerlerdir.

Cevap: C

10. Jung'un analitik psikolojisine göre terapist, danışana **yön veren, talimat veren** bir otorite değil; onun içsel süreçlerine eşlik eden, **psişenin kendini düzenleme kapasitesine güvenen** bir rehberdir. Analitik yaklaşımda terapist, danışanı hızlıca değiştirmeye çalışmaz; aksine onun **bilinç ve bilinç dışı süreçlerini anlamasına**, kendi içgörüsünü geliştirmesine ve bireyleşme sürecine ilerlemesine yardımcı olur. Bu nedenle danışana doğrudan yönlendirme ve talimat verme yaklaşımı **Analitik kuramla çelişmektedir.** Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) Psikolojik danışman, danışanın psişesinin kendini düzenleme kapasitesine güvenir ve sürece saygı duyar. Bu ifade doğrudur. Analitik kuramda psişenin kendini düzenleyici doğası kabul edilir.
- C) Bilinç dışının hem koruyucu hem de yaratıcı bir rol oynadığını göz önünde bulundurur. Bu ifade doğrudur. Bilinç dışı yalnızca bastırılmış içerik değil, aynı zamanda yaratıcılığın kaynağıdır.
- D) Terapide analist-danışan ilişkisinin iş birliğine ve güvene dayalı olmasını önemser. Bu ifade doğrudur. İlişki terapisinin temel unsurlarındandır.
- E) Danışanın yaşam boyu yeni kompleksler geliştirebileceğini ve bunların çözümlenebileceğini kabul eder. Bu ifade doğrudur. Analitik kurama göre gelişim yaşam boyu sürer.

Cevap: A

11. I. Danışanın bastırdığı duygularını itiraf etmeye başlaması. Bu ifade itiraf (katharsis) aşamasına karşılık gelir. Bu aşamada danışan, geçmiş yaşantılarını ve bastırdığı duygularını açığa çıkarır, duygusal boşalım yaşar ve kendini ifade etmeye başlar.
- II. Danışmanın aktarımları dinleyip yorum yaparak farkındalık kazandırması. Bu ifade transferansın netleştirilmesi ve yorumlanması aşamasına karşılık gelir. Bu aşamada danışanın danışmana yönelttiği duygular ele alınır, yorumlama yoluyla içgörü geliştirilir.
- III. Danışana kendini tanıma ve başa çıkma becerileri kazandırılması. Bu ifade eğitim aşamasına karşılık gelir. Bu aşamada danışan, kazandığı farkındalıkları günlük yaşama aktarmayı öğrenir ve uyum sağlayıcı beceriler geliştirir.
- IV. Danışanın davranışlarını ve bakış açısını değiştirmeye başlaması. Bu ifade dönüşüm/değişim aşamasına karşılık gelir. Bu aşamada birey, içgörülerini davranışlarına yansıtarak daha bütünleşmiş bir yapı geliştirir.

Cevap: B

12. Şeyma'nın ailesinden ayrıldıktan sonra yalnızlık yaşaması, ardından kendi kararlarını almaya başlaması, içsel çatışmalarını fark edip bunlarla yüzleşmesi ve rüyalarında sembolik içeriklerle karşılaşması, onun bilinç ve bilinç dışı süreçlerini tanıyarak kişiliğinin farklı parçalarını bütünleştirmeye başladığını göstermektedir. Bu durum bireyleşme süreciyle açıklanır. Bireyleşme, bireyin hem bilinçli hem bilinç dışı yönlerini tanıyıp kabul ederek daha bütünleşmiş ve özgün bir benlik geliştirmesi sürecidir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Gölgeyle yüzleşme: Gölgeyle yüzleşme bu sürecin bir parçası olabilir; ancak soruda daha kapsamlı bir bütünleşme süreci anlatılmaktadır.
- B) Persona geliştirme: Persona, sosyal maskeyle ilgilidir. Soruda içsel farkındalık ve bütünleşme vurgulanmaktadır.
- D) Komplekslerin çözülmesi: Komplekslerin çözülmesi sürece dahil olabilir; ancak burada daha geniş bir gelişim süreci söz konusudur.
- E) Anima ve animusun dengelenmesi: Bu da bireyleşmenin bir boyutudur; ancak soruda tüm kişiliğin bütünleşmesi anlatılmaktadır.

Cevap: C

13. I. Ayfer, genellikle yalnız kalmayı tercih eder, enerjisini iç dünyasından alır. Bu ifade içe dönüklük tutumuna karşılık gelir. İçe dönüklük, bireyin enerjisini dış dünyadan çok kendi içsel yaşantılarından alması, yalnız kalmayı tercih etmesi ve daha çok gözlemci, içsel değerlendirme yapan bir yapıda olmasıyla karakterizedir. Ayfer'in sosyal ortamlarda çekingen olması ve içe yönelimi bu tutumu açıkça göstermektedir.
- II. Levent, sosyal ortamlarda enerjik birisidir, insanlarla kolay iletişim kurar. Bu ifade dışa dönüklük tutumuna karşılık gelir. Dışa dönüklük, bireyin enerjisini dış dünyaya yöneltmesi, insanlarla etkileşimden beslenmesi ve duygularını açıkça ifade etmesi ile karakterizedir. Levent'in sosyal, açık ve ilişkilerde aktif olması bu tutumun tipik göstergesidir.

Cevap: A

14. Analitik psikolojide kullanılan teknikler, danışanın **bilinç dışı materyaline ulaşmasını**, bu içerikleri **semboller aracılığıyla anlamlandırmasını** ve sonuçta **bireyleşme sürecini desteklemeyi** amaçlar. Rüya analizi, kelime çağrışım testi, etkin hayal etme ve kum terapisi gibi tekniklerin ortak yönü, bilinç dışı içeriğin **doğrudan değil sembolik yollarla** ortaya çıkmasını sağlamasıdır. Kum terapisi özellikle danışanın **sözsüz ve sembolik bir dünya kurarak** bilinç dışını ifade etmesine dayanır. Bu nedenle arketiplerin **sözlü anlatım yoluyla açığa çıktığını** savunan ifade **Analitik kuramla çelişmektedir**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Rüya analizi, bireysel bilinç dışı ile kolektif bilinç dışı arasındaki bağlantıyı ortaya çıkarak bireyleşme sürecini destekler. Bu ifade doğrudur. Rüyalar arketipsel semboller içerir ve bilinç dışıyla bağlantı kurar.
- B) Kelime çağrışım testi, danışanın bilinç dışı komplekslerini ve kişisel tarihinden kaynaklanan duygusal blokajları belirlemeye yöneliktir. Bu ifade doğrudur. Tepki süreleri ve fizyolojik değişimler komplekslere işaret eder.
- C) Etkin hayal etme, danışanın kendi kendine bilinç dışı imgeleri yaratmasını ve bu imgelerle aktif bir ilişki kurmasını sağlar. Bu ifade doğrudur. Danışan imgelerle etkileşime girerek bilinç dışı içeriği fark eder.
- D) Danışanın bilinç dışı materyalleri semboller aracılığıyla ifade etmesi, hem bireysel hem de kolektif bilinç dışı içeriğe ulaşmayı mümkün kılar. Bu ifade doğrudur. Semboller arketiplerin taşıyıcısıdır.

Cevap: E

15. Neslihan'ın kalabalık ortamlardan hoşlanmaması, genellikle **yalnız kalmayı tercih etmesi** ve enerjisini iç dünyasından alması, onun **içe dönüklük** tutumuna sahip olduğunu gösterir. **içe dönüklük**, bireyin enerjisini dış dünyadan çok **kendi içsel süreçlerine yöneltmesi**, daha çok **gözlemci ve içsel değerlendirme yapan** bir yapı sergilemesiyle karakterizedir. Ayrıca Neslihan'ın karar verirken **mantığına ve sistemli düşünmeye güvenmesi**, olayları **neden-sonuç ilişkisi içinde değerlendirmesi** ve duygularını ifade etmekte

zorlanması, baskın işlevinin **düşünme** olduğunu gösterir. **Düşünme işlevi**, kararların **mantık, analiz, tutarlılık ve nesnel ölçütler** doğrultusunda verilmesini ifade eder. Buna göre Neslihan'ın baskın tutumu ve işlevi **içe dönüklük ve düşünmedir**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Dışa dönüklük – Hissetme:** Dışa dönüklük, bireyin enerjisini dış dünyaya yöneltmesi ve sosyal etkileşimden beslenmesiyle ilgilidir. Hissetme işlevi ise kararların **duygular ve kişiler arası değerler** doğrultusunda verilmesini içerir. Neslihan hem sosyal olarak içe yöneliktir hem de duygular yerine mantığı kullanmaktadır.
- C) **içe dönüklük – Sezgi:** içe dönüklük uygun olmakla birlikte sezgi işlevi, bireyin **olasılıklar, geleceğe yönelik çıkarımlar ve soyut anlamlar** üzerine odaklanmasını ifade eder. Neslihan ise somut biçimde **mantıksal analiz ve neden-sonuç ilişkisi** ile karar vermektedir.
- D) **Dışa dönüklük – Duyum:** Dışa dönüklük sosyal yönelimi ifade eder ve bu durum Neslihan'ın yalnız kalma tercihi zıttır. Duyum işlevi ise **somut gerçeklik ve duygusal veriler** üzerine odaklanır; soruda böyle bir vurgu yoktur.
- E) **içe dönüklük – Duyum:** içe dönüklük uygun olsa da duyum işlevi, **duyu organlarıyla elde edilen somut veriler ve anlık gerçeklik** üzerine odaklanmayı ifade eder. Neslihan'ın belirlenmiş özelliği ise **mantıksal analiz ve düşünme süreçleridir**.

Cevap: B

1. Yılmaz'ın çocukluk döneminde sürekli olarak kardeşiyle kıyaslanması, onda **yoğun bir aşağılık (yetersizlik) duygusu** oluşturmuştur. Adler'e göre birey bu aşağılık duygusunu telafi etmek için **üstünlük çabasına** yönelir. Ancak bu süreç sağlıklı olduğunda birey, başkalarıyla işbirliği kurmak yerine **rekabetçi, benmerkezci ve uzak durucu** bir tutum geliştirir. Yılmaz'ın **ekip çalışmasından kaçınması, başkalarına güvenmemesi**, desteği **zayıflık olarak görmesi** ve sürekli **rekabet içinde olması**, onun **sosyal ilgisinin gelişmediğini** ve üstünlük çabasını **yıkıcı biçimde kullandığını** göstermektedir. Bu nedenle Yılmaz'ın davranışları en iyi şekilde **sosyal ilgi eksikliğiyle birlikte ortaya çıkan üstünlük arayışı** ile açıklanır. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Yaşam göreviyle çatışma: İş, arkadaşlık ve sevgi alanlarında uyum sorunlarını ifade eder. Soruda bu alanlara dair dolaylı ipuçları olsa da temel problem bu değildir; asıl vurgu **üstünlük çabası ve sosyal ilgisizliktir**.
- B) Yetersizlik kompleksine tepki: Soruda **aşağılık duygusu vardır**, ancak bu seçenek yalnızca genel tepkiyi ifade eder; davranışların **sosyal ilgisizlikle birleşmiş üstünlük arayışı** boyutunu tam karşılamaz, eksik kalır.
- C) Nevrotik yaşam tarzı: Bireyin **genel uyumsuz davranış örüntüsünü** ifade eder; ancak soruda daha özgül bir mekanizma sorulmaktadır, bu nedenle fazla genel kalır.
- D) Güvenliğin korunmasına yönelik ikincil kazanç: **İkincil kazanç**, bireyin bir problem ya da belirti sayesinde **dolaylı fayda elde etmesi** (örneğin ilgi görme, sorumluluktan kaçma) durumudur. Soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: E

2. Adler'in Bireysel psikoloji kuramında psikolojik danışmanın temel amacı; bireyin **sosyal ilgisini geliştirmek, aşağılık duygularıyla baş etmesine yardımcı olmak ve yaşam tarzını fark ederek daha işlevsel hedefler oluşturmasını sağlamaktır**. Danışma süreci, bireyin kendini ve yaşam örüntülerini anlaması, ardından bunları daha sağlıklı biçimde yeniden yapılandırması üzerine kuruludur.

- I. Danışanların sosyal ilgi geliştirmelerine yardımcı olmak: Adler'in temel amaçlarından biridir, uygundur.
- II. Aşağılık duygularıyla baş etmeleri için danışanlara destek verilmesi: Adler'in kuramında merkezi bir hedeftir, uygundur.
- III. Danışanların yaşam tarzlarını fark etmeleri ve bu doğrultuda hedeflerini yeniden yapılandırmaları: Danışma sürecinin temel amaçlarından biridir, uygundur.
- IV. Danışanın bastırılmış dürtülerini fark ederek, bu dürtülerle yüzleşmesi: Bastırılmış dürtüler vurgusu Adler'e değil, psikanalitik yaklaşıma aittir; uygun değildir.
- V. Danışanın temel kaygısını azaltmak için insanlara karşı, onlardan uzak ya da onlara yönelik stratejiler geliştirmesi: Bu ifade Horney'nin kişiler arası yönelimleriyle ilgilidir; Adler'le örtüşmez.

Cevap: B

3. Adler'in bireysel psikoloji kuramına göre insan davranışı **amaç yönelimlidir**, birey davranışlarını **geleceğe dönük hedeflerine göre şekillendirir** ve **sosyal ilgi sağlıklı kişiliğin temelidir**. Ayrıca birey, çevresiyle etkileşim içinde değerlendirilir; kişilik çevreden bağımsız değildir.

- I. İnsan davranışları, bilinçli olarak seçilen hedefler ve sosyal amaçlarla şekillenir: Adler'in amaçlılık ve sosyal yönelim anlayışıyla uyumludur.
- II. Sosyal ilgi, sağlıklı kişiliğin gelişimi için vazgeçilmez bir ihtiyaçtır: Adler'in en temel kavramlarından biridir, uyumludur.
- III. Kişilik, bireyin içinde bulunduğu çevreden tamamen bağımsızdır: Adler'e göre birey sosyal bir varlıktır ve çevresiyle etkileşim içindedir, bu ifade kuramla çelişir.
- IV. Bireyin davranışlarını anlamada, gelecekteki amaç ve hedeflerin rolü büyüktür: Adler'in teleolojik (amaç yönelimli) yaklaşımıyla uyumludur.
- V. Yaşam tarzı, bireyin dünyayı algılayış biçimi ve üstünlük çabalarını yansıtan özgün bir örüntüdür: Adler'in yaşam tarzı kavramını doğru şekilde ifade eder, uyumludur.

Cevap: B

4. Adler'in bireysel psikoloji kuramında insan davranışı **amaç yönelimli, bütüncül ve sosyal bağlam içinde** ele alınır. Birey yalnızca geçmişin ürünü değildir; **geleceğe dönük hedefleri, yaşam tarzı ve sosyal ilişkileri** davranışlarını belirler. Bu nedenle Adler yaklaşımı, insanı **id, ego, süperego çatışmalarıyla** açıklamaz, bu yapı psikanalitik kurama aittir. Soruda bu yaklaşıma aykırı olan ifade aranmıştır ve bu doğrultuda **kişiliği id, ego ve süperego çatışmalarıyla** açıklayan seçenek Adler'le çelişir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) **Kişiliğin anlaşılması, bireyin yaşam hedefleriyle ilişkilidir:** Kişiliğin anlaşılmasında bireyin **geleceğe dönük amaçlarının belirleyici olması**, bu kuramın temel özelliklerinden biridir.
- B) **Birey, geçmiş deneyimlerinin etkisinde kalmak zorunda değildir:** Bireyin kendi yaşamını yeniden yapılandırma gücüne sahip olması, bu kuramla uyumludur.
- D) **Davranışlar, bireyin sosyal çevresiyle kurduğu ilişkiler içinde anlam kazanır:** Davranışların **sosyal ilişkiler içinde anlam kazanması**, bu kuramın önemli özelliklerinden biridir.
- E) **İnsan davranışı, amaç yönelimli ve bütüncül bir anlayışla ele alınır:** Davranışların **amaç yönelimli ve bütüncül ele alınması**, bu kuramın temel varsayımlarındandır.

Cevap: C

5. Adler'in bireysel psikoloji kuramında insan davranışı **amaç yönelimli, bütüncül ve sosyal bağlam içinde** ele alınır. Birey doğuştan **sosyal bir varlıktır**, davranışları **geleceğe dönük hedefleriyle** anlaşılır ve kişilik **yaşam tarzı doğrultusunda özgün biçimde gelişir**. Bu nedenle kişiliği **bilinç dışı çatışmalarla** açıklayan yaklaşım Adler'in kuramıyla örtüşmez. Doğru cevap A seçeneğidir.
- B) **İnsan doğuştan sosyal bir varlıktır ve toplumla kurduğu ilişkiler kişiliğin gelişiminde belirleyicidir:** İnsanın **doğuştan sosyal olması ve ilişkilerin belirleyici olması**, bu kuramın temel özelliklerindendir.

- C) **Bireyin kişilik yapısını anlayabilmek için davranışları amaçlarıyla birlikte ele almak gerekir:** Davranışların **amaçlarıyla birlikte ele alınması**, bu kuramın temel varsayımlarındandır.
- D) **Her birey, yaşam biçimi doğrultusunda kendine özgü bir kişilik yapısı geliştirir:** Bireyin **yaşam tarzına göre özgün bir kişilik geliştirmesi**, bu kuramla uyumludur.
- E) **Birey bir bütün olarak ele alınmalı ve kişilik, sosyal bağlam içinde değerlendirilmelidir:** Kişiliğin **bütüncül ve sosyal bağlam içinde ele alınması**, bu kuramın temel yaklaşımıdır.

Cevap: A

6. Adler'in bireysel psikoloji kuramında bireyler, **sosyal ilgi düzeyleri ve yaşam görevlerini (iş, arkadaşlık, sevgi) üstlenme biçimlerine** göre sınıflandırılır. **Kaçınan tip**, sosyal ilgisi düşük olan ve yaşam görevlerinden **kaçınarak** başarısızlık riskini ortadan kaldırmaya çalışan bireyleri ifade eder. Emre'nin **başvuru yapmaması**, kendini **"hazır değilim" diyerek savunması, sorumluluk almaktan kaçınması ve yeni durumlarla yüzleşmemesi**, yaşam görevlerinden kaçındığını ve sosyal ilgisinin düşük olduğunu göstermektedir. Bu nedenle örüntü **kaçınan tipe** karşılık gelir. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Alıcı tip:** Sosyal ilgisi düşüktür; yaşam görevlerini **başkalarına bağımlı biçimde**, destek ve ilgi alarak sürdürmeye çalışır. **Pasif, bağımlı ve bekleyici** bir tutum sergiler.
- B) **Sosyal yetkin tip:** Sosyal ilgisi yüksektir; yaşam görevlerini **aktif, sorumluluk alarak ve işbirliği içinde** yerine getirir. **Uyumlu, üretken ve topluma katkı sağlayan** birey tipidir.
- C) **Baskın tip:** Sosyal ilgisi düşüktür; yaşam görevlerini **güç ve kontrol kurarak** yürütmeye çalışır. **Saldırganlık, düşmanlık, otoriterlik ve yıkıcı üstünlük çabası** belirgindir.
- D) **Telafi edici tip:** Adler'in tipolojisinde bu adla tanımlanan bir tip yoktur.

Cevap: E

7. Adler'in bireysel psikoloji kuramında insan davranışı **amaç yönelimli, geleceğe dönük, bütüncül** ve **sosyal bağlam içinde** ele alınır. Birey davranışlarını **gelecekte ulaşmak istediği hedeflere göre şekillendirir**, doğuştan **sosyal bir varlıktır** ve **üstünlük/mükemmellik çabası** davranışların temel güdüsüdür. Ayrıca danışma sürecinde bireyin **güçlü yönlerine ve kaynaklarına odaklanması** önemlidir. Buna göre:

- I. Bireyin davranışlarını **geleceğe dönük amaçlara göre şekillendirmesi**, bu kuramın temel özelliklerinden biridir.
- II. Danışanın **sorumluluk alması ve gerçekçi seçimler yapmasına rehberlik edilmesi**, daha çok gerçeklik terapisinin vurgusudur, bu nedenle uygun değildir.
- III. İnsanın **doğuştan sosyal olması ve üstünlük/mükemmellik çabası içinde bulunması**, bu kuramın temel varsayımlarındandır.
- IV. Danışanın **güçlü yönlerine ve mevcut kaynaklarına odaklanması**, bu kuramla uyumludur.
- V. Kişiliğin **içsel dürtüler ve bastırılmış arzuların çatışmasıyla açıklanması**, bu kuramla çelişir.

Cevap: D

8. Adler'in bireysel psikoloji kuramında birey davranışları yalnızca geçmişten değil, **geleceğe dönük, çoğu zaman gerçekçi olmayan ideallerden** de etkilenir. **Kurgusal finalizm**, bireyin gerçekte var olmayan ancak yönlendirici güce sahip olan **hayali ve ulaşılması güç amaçlara** göre davranmasıdır. Pelin'in **mükemmeliyetçi ve ulaşılması zor hedeflere yönelmesi**, buna rağmen sürekli **tatminsizlik yaşaması** ve davranışlarının bu **ideal amaca göre şekillenmesi**, bu kavramı doğrudan yansıtır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Telafi**: Bireyin yetersizlik duygularını **gelişme çabasıyla dengelemesi** durumudur; burada belirleyici olan hayali nihai amaç değildir.
- C) **Sosyal ilgi**: Bireyin **başkalarıyla işbirliği ve toplumsal uyum** geliştirmesini ifade eder; soruda bireysel mükemmeliyetçilik ön plandadır.

D) **Yaşam tarzı**: Bireyin dünyayı algılayış ve davranış örüntüsüdür; ancak soruda daha özgül olarak **hayali hedefe yönelim** vurgulanmaktadır.

E) **Aşağılık kompleksi**: Yoğun yetersizlik duygusunu ifade eder; soruda bu duygunun sonucu olan **hayali hedefe yönelim** daha belirgindir.

Cevap: B

9. Adler'in Bireysel psikoloji kuramında doğum sırası, bireyin yaşam tarzını ve sosyal ilişkilerini etkileyen önemli bir değişkendir. **İlk çocuk**, kardeş doğana kadar ilgi odağıdır; ancak yeni kardeşin gelişimiyle bu konumunu kaybeder ve **"tahtı sarsılmış çocuk"** olarak tanımlanır. Bu durumda çocuk **ilginin azalmasını tehdit olarak algılayabilir, kıskançlık, geri çekilme ve olumsuz duygular** geliştirebilir. Nilay'ın kardeşinin doğumuyla birlikte kendini **kenara atılmış hissetmesi, içe kapanması ve olumsuz tepkiler geliştirmesi** bu durumu doğrudan yansıtır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **İlk çocukların sorumluluk üstlenmekten kaçınması**: İlk çocuklar genellikle **sorumluluk almaya eğilimlidir**, bu ifade uygun değildir.

C) **İlk çocukların bağımsızlık geliştirmesi ve yalnız kalmayı tercih etmesi**: Bu özellik daha çok **farklı örüntülerle ilişkilidir**, sorudaki temel durum ilgi kaybına verilen tepkidir.

D) **İlk çocukların kurallara karşı gelerek asi tavır sergilemesi**: Bu ifade doğrudan ilk çocukların tipik özelliği değildir ve soruyla örtüşmez.

E) **İlk çocukların ailesinden ilgi görmeye devam ederek üstünlük hissetmesi**: Bu durum kardeş doğmadan önceki süreci ifade eder; sorudaki durumla çelişir.

Cevap: A

10. Soruda **danışmanın neyi değerlendirdiği** sorulmaktadır. Pelin Hanım, Boran'ın erken çocukluk yaşantılarından hareketle onun hayata bakışını, insanları ve olayları nasıl anlamlandırdığını ve sorunlarla baş etme biçimini **bütüncül bir örüntü olarak ele almaktadır**. Adler'e göre bu, bireyin çocuklukta şekillenen ve yaşam boyunca tutarlı şekilde sürdürülen algı, tutum ve davranış örüntüsü olan **yaşam stilidir**. Boran'ın sorunları dışsallaştırması ve çevrenin değişmesi gerektiğini düşünmesi de bu yaşam stilinin bir yansımasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sosyal ilgi:** Topluma katkı ve iş birliği eğilimini ifade eder; burada bireyin genel yaşam örüntüsü vurgulanmaktadır.
- C) **Temel görevler:** İş, arkadaşlık ve sevgi alanlarındaki yaşam sorumluluklarını kapsar; soruda bu alanlara odaklanılmamıştır.
- D) **Temel hatalar:** Gerçekçi olmayan düşünce kalıplarıdır; ancak soruda tek tek bilişsel hatalardan ziyade genel yaşam yaklaşımı ele alınmaktadır.
- E) **Üstünlük kompleksi:** Aşağılık duygusunu telafi etmeye yönelik aşırı üstünlük çabasıdır; soruda böyle bir telafi davranışı yoktur.

Cevap: B

11. Hüseyin'in çocuklukta **fiziksel olarak güçsüz ve hasta olması**, akranları tarafından **dışlanması** ve **yetersizlik hissetmesine** yol açmıştır. Adler'e göre bu tür yaşantılar bireyde **aşağılık duygusu** oluşturur. **Aşağılık duygusu**, bireyin kendisini eksik, yetersiz ve değersiz hissetmesidir ve sonraki davranışların temelinde yer alan **itici güçtür**. Hüseyin'in yetişkinlikte gösterdiği **kendini kanıtlama, başarıya yönelme** ve **üstünlük kurma çabası** bu duygunun bir sonucudur. Bu nedenle davranışların temelinde yatan duygu **aşağılık duygusudur**. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Sosyal ilgi:** Bireyin başkalarıyla iş birliği yapma ve topluma katkı sağlama eğilimidir; Hüseyin'in davranışları daha çok **bireysel üstünlük** yönelimlidir.
- C) **Kurgusal finalizm:** Davranışları yönlendiren **geleceğe dönük hayali amaçlardır**; burada temel vurgu bir **duyguya** yöneliktir.

D) **Telafi:** Bireyin **eksik hissettiği yönlerini dengelemek için geliştirdiği çabadır**; bu Hüseyin'de vardır ancak bu bir **sonuçtur**, soruda ise **temel duygu** sorulmaktadır.

E) **Yaşam tarzı:** Bireyin **düşünce, duygu ve davranışlarının bütüncül örüntüsüdür**; burada daha spesifik olarak **temel duygu** sorulmaktadır.

Cevap: A

12. Deniz'in kendisini **"yetersiz, tembel ve dağınık"** olarak tanımlaması ve diğerleriyle **karşılaştırma yapması**, onun kendilik algısına dair ipuçları vermektedir. Psikolojik danışman ise bu algının kökenini anlamak için Deniz'e **"en eski anılarını hatırlama"** sorusu yönelmektedir. Adler'in Bireysel psikoloji kuramına göre **erken çocukluk anıları**, bireyin **yaşamı nasıl anlamlandırdığını, kendini nasıl gördüğünü ve temel inançlarını** yansıtır. Bu nedenle danışmanın yaptığı müdahale, bireyin mevcut sorunlarının kökenine inmek için kullanılan **erken anılar tekniğidir** ve bu yaklaşım **Bireysel psikolojiye** aittir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Davranışçı – Pekiştirme analizi:** Davranışların **pekiştiriciler yoluyla nasıl şekillendiğini incelemeye** odaklanır; burada geçmiş anıların anlamlandırılması söz konusu değildir.
- B) **Varoluşçu – Anlam yaratma:** Bireyin **yaşamın anlamını sorgulaması ve varoluşsal farkındalık geliştirmesi** üzerine kuruludur; erken çocukluk anılarına odaklanmaz.
- D) **Bilişsel – Otomatik düşünce sorgulama:** Bireyin **anlık düşüncelerini fark etmesi ve sorgulaması** hedeflenir; burada ise geçmiş yaşantılar üzerinden yapılandırma vardır.
- E) **Gestalt – Şimdi ve burada farkındalık çalışması:** Bireyin **şu anki deneyimine odaklanması** esastır; geçmiş anılar üzerinden analiz yapılmaz.

Cevap: C

13. Danışanın mahalledeki yaşlılara yardım etmesi, bunu gönüllü olarak sürdürmesi ve bu süreçte kendisini daha anlamlı hissettiğini ifade etmesi, Adler'e göre bireyin başkalarıyla bağ kurma, katkı sağlama ve toplumsal fayda üretme eğilimini gösterir. Bu durum, bireyin yalnızca kendisi için değil, başkalarının iyiliği için hareket etmesi anlamına gelen sosyal ilgidir. Danışanın açıklamaları iş birliği, yardım etme ve topluma yönelme içerdiği için en uygun kavram sosyal ilgidir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Telafi mekanizması: Bireyin eksik hissettiği yönlerini dengelemek için aşırı çaba göstermesidir; burada bir eksiklikten çok başkalarına katkı vardır.
- B) Yaşam tarzı: Bireyin düşünce, duygu ve davranışlarının genel örüntüsüdür; bu seçenek daha genel kalmaktadır.
- D) Alt etme çabası: Bireyin zorluklarla başa çıkma yollarını ifade eder; burada vurgulanan şey başkalarına yönelmez.
- E) Üstünlük kurma: Bireyin başkalarına üstün gelme ve kendini kanıtlama çabasıdır; danışanın davranışı ise iş birliği ve yardım temellidir.

Cevap: C

14. Yusuf'un başkalarını küçümsemesi, söz kesmesi, kontrol etme ihtiyacı, başkalarını suçlaması ve özellikle çocuklukta fiziksel güçle sorun çözmesi, onun yaşam görevlerini iş birliğiyle değil, egemenlik ve güç kurarak ele aldığını gösterir. Verdiği Adler notlarında da açıkça vurgulandığı gibi **baskın tip, sosyal ilgisi düşük, başkalarının ihtiyaçlarını dikkate almayan, saldırgan ve yönlendirici, antisosyal tarzda yaşam görevlerine yaklaşan** bireyleri ifade eder. Yusuf'un hem kişiler arası tutumu hem problem çözme biçimi bu tanımla doğrudan örtüşmektedir. Bu nedenle doğru seçenek **baskın tiptir**. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) İlici tip: Başkalarına yaslanarak yaşayan, ihtiyaçlarını başkalarından bekleyen, pasif ve bağımlı bireylerdir; Yusuf ise aktif ve kontrol edicidir.

B) Kaçınan tip: Başarısızlıktan kaçınmak için yaşam görevlerinden uzak duran, risk almayan bireylerdir; Yusuf ise çatışmaya giren ve baskı kuran yapıdadır.

C) Sosyal yetkin tip: Sosyal ilgisi gelişmiş, iş birliği yapan, topluma katkı sağlayan, olgun bireylerdir; Yusuf'un davranışları ise düşmanca ve üstünlük kurmaya yöneliktir.

E) İçe dönük tip: Adler'in temel sınıflamasında yer almaz; ayrıca Yusuf'un özellikleri dışa dönük ve baskın yapıdadır.

Cevap: D

15. Danışanın "eksik ve yetersiz hissetmesi", bireyin yaşama **eksiklik duygusuyla başlamasını** ifade eder. Bu duygu **evrensel ve normaldir** ve bireyi **gelişmeye, yetkinleşmeye ve mükemmelleşmeye yöneltir**. Danışmanın bu durumu **geliştirici bir güç olarak ele alması**, bireyin **kendini geliştirmesi** ve bunu **sosyal ilgi (iş birliği, topluma katkı)** ile birlikte yürütmesi gerektiğini vurgulaması, **eksiklik duygusunun bireyi üstünlüğe yönelten temel güç** olduğunu gösterir. Bu süreç **üstünlük çabasıdır**. Doğru cevap C seçeneğidir.

A) Aşağılık kompleksi: Yetersizlik duygusunun aşırılaşmasıdır. Organ kusurları, şımartılma ve ihmal gibi nedenlerle gelişir. Birey kendini sürekli **eksik ve değersiz** hisseder. Soruda ise danışan bu duyguyu **gelişime dönüştürmektedir**.

B) Yaşam tarzı: Bireyin kendine özgü düşünce, duygu ve davranış örüntüsüdür ve **5-6 yaşlarında şekillenir**. Kişinin hayata bakışı ve hedefe ulaşma yoludur. Soruda bir yaşam örüntüsü değil, **yetersizlikten gelişime giden motivasyon süreci** anlatılmaktadır.

D) Kurgusal finalizm: Davranışları yönlendiren hayali nihai hedeflerdir. "Herkes beni sevmeli" gibi gerçekçi olmayan amaçları içerir. Soruda böyle bir **hayali hedef kurgusu** yoktur.

E) Telafi: Eksik ve yetersiz yönleri dengelemek için gösterilen çabadır. Daha dar ve spesifik bir mekanizmadır. Soruda ise sadece bir eksikliği kapatma değil, **genel bir gelişim ve yetkinleşme yönelimi (üstünlük çabası)** vurgulanmaktadır.

Cevap: C

1. Zeynep'in ailesinde erkek çocuklara daha çok değer verilmesi nedeniyle kendisini değersiz ve yetersiz hissetmesi, buna tepki olarak kadınsı rolleri reddetmesi, otoriteye meydan okuması, sert ve baskın davranması ve "zayıf olmak istemiyorum" demesi, onun güç ve egemenlik yönünde bir tutum geliştirdiğini gösterir. Bu durum, bireyin yaşadığı aşağılık duygusunu aşmak için toplumun güçlü gördüğü özelliklere yönelmesi ve güçlü olma çabasıyla hareket etmesi anlamına gelir. Bu süreç erkeksi protestodur. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Üstünlük kompleksi: Aşağılık duygusuna karşı aşırı ödünleme sonucu kişinin kendini abartmasıdır; burada ise belirgin olan şey güç ve egemenlik yönelimidir.
- B) Mantığa bürüme: Davranışları mantıklı gerekçelerle açıklama savunma mekanizmasıdır; burada böyle bir durum yoktur.
- C) Yaşam tarzı: Bireyin düşünce, duygu ve davranışlarının kendine özgü örüntüsüdür; hayata nasıl yaklaştığını ve hedefe ulaşmak için izlediği yolu ifade eder ve 5-6 yaşlarında şekillenir. Bu seçenek daha genel bir kavramdır, soruda ise daha özgül bir süreç (erkeksi protesto) anlatılmaktadır.
- D) Sosyal ilgi eksikliği: Başkalarıyla iş birliği kuramama ve benmerkezci olma durumudur; burada temel vurgu güç ve egemenlik arayışıdır.

Cevap: E

2. Danışan çocukluk yaşantılarını anlatırken "hasta ve güçsüzdüm", "ailem çok koruyucuydu" ve "sevgi ve ilgi azdı" ifadelerini kullanmaktadır. Bunlar sırasıyla bedensel zayıflık (organ kusurları), aşırı koruma (şımartılma) ve ihmal (sevgi eksikliği) olarak Adler'in aşağılık duygusunun kaynakları arasında tanımladığı üç temel etkindir. Diyalogda bu üçü de açıkça verildiği için doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Bedensel zayıflık, aşırı koruma, başarıların abartılması: Başarıların abartılması diyaloga ait değildir, metinde böyle bir ifade yoktur.

- B) Aşırı koruma, sevgi eksikliği, başarıların abartılması: Bedensel zayıflık eksiktir, ayrıca başarıların abartılması yine metinde yer almamaktadır.
- C) Sevgi eksikliği, başarıların abartılması, sosyal baskılar: Sosyal baskılar ve başarıların abartılması metinde yoktur; ayrıca diğer temel etkenler eksiktir.
- E) Sevgi eksikliği, sosyal baskılar, başarıların abartılması: Bu seçenekteki iki ifade de metin dışıdır, danışanın anlattıklarıyla örtüşmez.

Cevap: D

3. Yaşam tarzı, bireyin düşünce, duygu ve davranışlarının kendine özgü örüntüsü, hayata bakış biçimi ve yaşam hedefine ulaşmak için izlediği yoldur; bireye özgüdür ve 5-6 yaşlarında şekillenir.

- I. "Kişinin yaşam hedefine ulaşmak için izlediği yol ve yaşam yönelimidir." ifadesi, yaşam tarzının tanımıyla uyumludur.
- II. "Kalıtım ve çevrenin kişiliği şekillendiren en önemli unsur olması" ifadesi, yaşam tarzını açıklamaz; Adler'e göre kalıtım ve çevre sadece malzemedir, belirleyici olan bireyin kendisidir; bu nedenle uygun değildir.
- III. "Bireyin kendisini, başkalarını ve dış dünyayı algılama biçimi" ifadesi, yaşam tarzının kapsamına girer ve uyumludur.
- IV. "Bireye özgü olması ve 5-6 yaşlarında şekillenmesi" ifadesi, yaşam tarzının temel özelliklerindendir ve uyumludur.
- V. "Bireyin yaşamını ifade etme biçimi ve davranışlarını etkilemesi" ifadesi, yaşam tarzının genel çerçevesiyle uyumludur.

Cevap: D

4. Sosyal ilgi, bireyin başkalarıyla iş birliği kurma, topluma katkı sağlama, yalnızca aile ve yakın çevresiyle sınırlı kalmayıp daha geniş toplumsal çevreyi de gözetme ve başkalarının refahını önemseme eğilimidir. Sosyal ilginin yeterince gelişmemiş olması, bireyin ilgisinin dar bir çevreyle sınırlı kalması ve geniş toplumsal alanlara karşı kayıtsız kalmasıyla anlaşılır. Zeynep'in yalnızca ailesine karşı sorumluluk hissedip onların dışında gelişen sosyal olaylara kayıtsız kalması, sosyal ilginin yeterince gelişmediğini en açık biçimde gösterir. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Ayşe, ailesine ve yakın çevresine karşı duyarlıdır; ancak, çevresel sorunlara yönelik duyarlılık geliştirmekte zorlanmaktadır. Ayşe'nin ailesine ve yakın çevresine karşı duyarlı olması, sosyal ilginin var olduğunu gösterir. Ayşe'nin çevresel sorunlara yönelik duyarlılık geliştirmekte zorlanması, sosyal ilginin daha geniş toplumsal alana yayılmadığını gösterir. Bu nedenle Ayşe'nin yeterli olmasa da sosyal ilgisinin geliştiği söylenebilir.
- B) Eren, toplumsal fayda sağlayacak projelere gönüllü katılmakta ve bunları sürdürürken bireysel ihtiyaçlarını da gözetmektedir. Bu durum sosyal ilginin gelişmiş olduğunu gösterir.
- C) Selim, başkalarının refahı için çabalarken aynı zamanda kendi yeterliliklerini geliştirme gayretindedir. Bu durum sosyal ilginin sağlıklı ve dengeli biçimde geliştiğini gösterir.
- D) Banu, çevresiyle iş birliği içinde çalışmakta, ortak hedefler doğrultusunda yapıcı roller üstlenmektedir. Bu durum sosyal ilginin yüksek düzeyde geliştiğini gösterir.

Cevap: E

5. Sosyal ilgi, bireyin başkalarıyla iş birliği kurma, topluma yönelme ve kişiler arası ilişkiler geliştirme eğilimidir. Bu gelişim sürecinde özellikle annenin yalnızca çocuğa yönelmesi ve sosyal çevreyle ilişki kurmaması, çocuğun iş birliği, paylaşım ve sosyal etkileşim becerilerini öğrenmesini engeller. Metinde annenin “başka kimseyle ilgilenmemesi” ve “komşularla görüşmemesi”, çocuğun sosyal çevreden yalıtılmış büyüdüğünü göstermektedir. Bu durum sosyal ilginin gelişimini doğrudan olumsuz etkileyen temel etkidir. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Annenin babayı dışlamasına dair bir ifade verilmemektedir; metnin temel vurgusu sosyal çevreden kopukluk üzerinedir.
- B) Annenin sevgi göstermesi metinde vardır; ancak problem sevgi değil, sosyal çevreyle etkileşimin olmamasıdır.
- C) Sorumlulukla ilgili bir bilgi metinde yer almamaktadır.
- E) Kıyaslanma ile ilgili herhangi bir ifade bulunmamaktadır.

Cevap: D

6. Evrensel yaşam görevleri, bireyin yaşamını sağlıklı sürdürebilmesi için yerine getirmesi gereken alanlardır ve bunlar arasında yakın ilişki oluşturma de yer alır. Danışan, “yüzeysel iletişim kurabiliyorum ama bir noktadan sonra uzaklaşıyorum”, “kimseye güvenemiyorum” ve “yakın olunca kırılman hissediyorum” ifadeleriyle özellikle yakınlaşma ve güven kurma sürecinde zorlandığını göstermektedir. Yani sorun yüzeysel iletişimde değil, duygusal yakınlık kurma ve sürdürme alanındadır. Bu durum yakın ilişki oluşturabilme yaşam göreviyle ilgilidir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Kendini gerçekleştirme, bireyin potansiyelini ortaya koymasıyla ilgilidir; danışanın yaşadığı sorun bu alanla ilgili değildir.
- B) Topluma katkı sağlama, toplumsal fayda üretme ile ilgilidir; burada problem kişiler arası yakınlık üzerinedir.
- D) Mesleki doyum, iş yaşamına ilişkindir; soruda bu yönde bir içerik yoktur.

- E) Yaşam amacını belirleme, değerler ve anlam boyutuyla ilgilidir; danışanın problemi güven ve yakınlık kurmadır.

Cevap: C

7. Danışan, “yaptığım işin hiçbir anlamı yok”, “kimseye faydam dokunmuyor” ve “görevimi yapıp çıkıyorum” diyerek yaptığı işin başkaları üzerinde bir etkisi olmadığını düşündüğünü ve kendisini topluma katkı sunmayan biri gibi algıladığını ifade etmektedir. Bu durum, bireyin yaptığı iş aracılığıyla başkalarına fayda sağlama ve topluma katkıda bulunma boyutunda yetersizlik yaşadığını gösterir. Adler’e göre bu alan topluma katkı sağlama yaşam görevidir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Yaşamın manevi yönü, bireyin değerler, anlam ve yaşamın amacı ile ilgilidir; burada vurgu daha çok başkalarına fayda sağlama üzerinedir.
- C) Yakın ilişki oluşturma, duygusal yakınlık ve bağ kurma ile ilgilidir; danışanın ifadesi bu alana yönelik değildir.
- D) Kendilik farkındalığı, bireyin kendini tanıması ve içsel süreçlerini fark etmesi ile ilgilidir; burada sorun toplumsal katkı hissidir.
- E) Arkadaşlık kurma, bireyin sosyal ilişkiler geliştirmesi ile ilgilidir; danışanın yaşadığı problem bu değildir.

Cevap: B

8. Ortanca çocuk, aile içinde ilk çocuğun öncelikli konumu ve en küçük çocuğun yoğun ilgi görmesi arasında kalarak kendisini dışlanmış ve fark edilmemiş hisseder. Bu durum onun “zavallı ben” tutumu geliştirmesine, aidiyet ihtiyacının artmasına ve çatışma yaşamamak için uyumlu, barışçıl ve geri planda kalan bir rol üstlenmesine yol açar. Soruda da ortanca çocuğun çatışmadan kaçınması, dikkat çekmemesi ve içten içe kabul görme isteği vurgulanmıştır. Bu nedenle ortanca çocuğun geliştirdiği temel özellik, uyum sağlama ve çatışmadan kaçınma davranışdır. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Liderlik, yönlendirme ve sorumluluk alma daha çok en büyük çocuk özelliğidir.
- B) Aşırı ilgi görme ve bağımlılık daha çok en küçük çocuk ya da tek çocuk ile ilişkilidir.
- C) Rekabet ve kendini kanıtlama çabası ikinci çocuk için tipiktir.
- D) Aşırı koruma ve tek olma durumu tek çocuk özelliğidir.

Cevap: E

9. Danışan, “boş kalınca kendi sesimi duymak beni rahatsız ediyor”, “eksiklerim ve hatalarım büyüyor” ve “kendimi başarısız hissediyorum” diyerek kendiyi baş başa kaldığında olumsuz içsel değerlendirmeler yaşadığını ve kendini kabul etmekte zorlandığını ifade etmektedir. Bu durum, bireyin kendiyi barışık olamaması, yani kendini kabul etme ve kendisiyle sağlıklı ilişki kurma alanında zorluk yaşadığını gösterir. Adler’e göre bu alan kendimizle iyi geçinme yaşam görevidir. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Manevi gelişim, yaşamın anlamı ve değerler boyutuyla ilgilidir; burada sorun içsel öz-değerlendirme ve kendini kabul üzerinedir.
- B) Yakın ilişkiler kurma, başkalarıyla duygusal bağ kurma ile ilgilidir; danışanın problemi kendiyi ilişkisidir.
- C) Topluma katkı sağlama, başkalarına fayda üretme ile ilgilidir; burada böyle bir vurgu yoktur.
- D) İş yaşamı ile baş etme, mesleki alanla ilgilidir; soruda buna dair bir ifade bulunmamaktadır.

Cevap: E

10. Danışan, “kadın olarak zayıf görünemem”, “duygularımı göstermem”, “itaatkâr rolü kabul etmiyorum” ve “güçlü, bağımsız olmalıyım” ifadeleriyle toplumsal olarak kadına atfedilen özellikleri reddetmekte ve bunun yerine **güç, bağımsızlık ve egemenlik vurgusu taşıyan bir tutum** geliştirmektedir. Bu durum, Adler’e göre kadının kendisini ve hemcinslerini küçümseyerek **toplumun daha güçlü gördüğü erkeksi özellikleri benimsemesi** ve bu yolla **kendini kabul ettirme çabasıdır**. Bu kavram **erkeksi protesto** olarak adlandırılır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Üstünlük kompleksi, bireyin kendi özelliklerini abartması ve kibirli, benmerkezci tutum geliştirmesi ile ilgilidir; burada esas vurgu cinsiyet rolüne karşı tepkidir.
- C) Sosyal ilgi yetersizliği, bireyin topluma katkı ve iş birliği kurma eksikliği ile ilgilidir; soruda bu yön ön planda değildir.
- D) Cinsel kimlik bozukluğu, bireyin kendi cinsiyet kimliğiyle ilgili uyumsuzluk yaşaması ile ilgilidir; burada böyle bir durum yoktur.
- E) Cinsel uyum sorunu, cinsel yaşamla ilgili güçlükler ile ilgilidir; sorunun odağı bu değildir.

Cevap: B

11. Mert, “çoğu zaman unutulduğunu hissetmesi”, ailede **büyük kardeşin başarılı, küçük kardeşin ise ilgi odağı olması** nedeniyle kendisini **arada kalmış ve geri planda** algılamaktadır. Bu durum ortanca çocuklarda görülen **dışlanmışlık ve fark edilmemişlik hissi** ile örtüşür. Ayrıca Mert’in arkadaş ortamında **barışçıl ve uzlaştırıcı rol üstlenmesi**, Adler’in ortanca çocuk için tanımladığı **uyum sağlayıcı ve arabulucu rol** ile doğrudan paraleldir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) En küçük çocuğa özgü baştan çıkarıcılık, ilgi odağı olma ve şımartılma ile ilgilidir; Mert’te bu özellikler yoktur.
- C) İlk çocuklar daha çok liderlik, otorite ve yönlendirme eğilimi gösterir; Mert’in özellikleri bu yönde değildir.
- D) Tek çocuklar genellikle aşırı ilgi ve bağımlılık ile tanımlanır; Mert ortanca çocuktur.

E) Ortanca çocukta temel vurgu **dışlanmışlık ve uyum arayışıdır**; üstünlük kompleksi bu durumun tipik bir sonucu değildir.

Cevap: B

12. Bireysel psikoloji yaklaşımında danışma sürecinin odağı, danışanın **yaşam tarzını şekillendiren düşünce sistemini**, yani **kişisel mantığını ve temel hatalarını fark etmesi** ve bunları değiştirmesidir. Adler’e göre bireyin sorunları, **gerçekçi olmayan inançları ve hatalı çıkarımlarından** kaynaklanır. Bu nedenle danışma sürecinde esas amaç, danışanın bu **temel hatalı çıkarımlarını analiz etmesi ve fark etmesidir**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Geçmiş travmalara odaklanma ve içgörü kazandırma, daha çok **psikanalitik yaklaşımın** odağıdır.
- B) Gevşeme egzersizleri öğretmek, **Davranışçı / Bilişsel-davranışçı yaklaşımlara** aittir.
- C) Pekiştirme planı oluşturmak, **Davranışçı yaklaşımın** temel uygulamasıdır.
- D) İçsel benlik imgelerini keşfetmeye yönelik yaratıcı teknikler, daha çok **Jung kuramıyla** ilişkilidir; Adler yaklaşımının odağı değildir.

Cevap: E

13. Danışan, **yaşam tarzını sürdürmekte, eski ve işlevsiz kalıpları bırakmaktan korkmakta, hatalarının farkında olmamakta** ve bu nedenle **değişime direnç göstermektedir**. Adler’e göre bu durum, danışanın **kişisel mantığına ve temel hatalarına bağlı kalması** ile açıklanır. Bu süreçte psikolojik danışmanın odağı; danışanın **yaşam tarzını anlaması, temel hatalarını fark etmesi, ilk anılar yoluyla dünyayı nasıl algıladığını çözmesi ve sosyal ilgisini geliştirmesi** olmalıdır. Ancak **bilişsel yeniden yapılandırma yoluyla düşünceleri test etme**, Adler yaklaşımının temel odağı değildir; bu daha çok **Bilişsel yaklaşıma** aittir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Yaşam tarzının altında yatan temel inançları fark ettirmek, Adler yaklaşımının **merkezinde** yer alır.

- B) İlk anılar yoluyla dünyaya bakışı anlamak, Adler'in **temel tekniklerinden biridir**.
- C) Hatalı hedefleri ve işlevsiz davranışları fark ettirmek, **temel hatalar ve yaşam tarzı çalışmasının bir parçasıdır**.
- E) Sosyal ilgiyi artırmaya yönelik çalışmalar, Adler terapisinin **temel amaçları arasındadır**.

Cevap: D

14. I. Sorumluluk sahibi olması, liderlik eğilimi göstermesi ve kardeş doğduğunda "tahtını kaybetmiş" hissetmesi **ilk çocuğa aittir**.
- II. Sürekli abla/abi ile rekabet halinde olması ve kendini kanıtlama çabası göstermesi **ikinci çocuğa aittir**.
- III. Kendisini aile içinde arada kalmış hissetmesi ve fark edilme ihtiyacı duyması **ortanca çocuğa aittir**.
- IV. Ailenin bebeği olarak şımartılması, korunması ve çoğu zaman ciddiye alınmaması **en küçük çocuğa aittir**.
- V. Ailenin tüm ilgisini üzerinde toplaması ve paylaşma ile iş birliğini geç öğrenmesi **tek çocuğa aittir**.

Doğru sıralama: İlk çocuk – İkinci çocuk – Ortanca çocuk – En küçük çocuk – Tek çocuk

Cevap: A

15. İklim; gönüllü çalışmalara katılması, çevresindekilerin ihtiyaçlarına duyarlı olması, iş birliği kurabilmesi ve hem kendi gücüne güvenip hem de sosyal destek alabilmesi ile **yüksek sosyal ilgiye sahip** bir profil göstermektedir. Ayrıca eşitlikçi ilişkiler kurması ve hem kendi duygularını hem başkalarının duygularını dikkate alması, yaşam görevlerini sağlıklı biçimde yerine getirdiğini gösterir. Bu özellikler Adler'e göre **sosyal yetkin tipe** karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Alıcı tip:** Başkalarına bağımlı, sürekli destek bekleyen ve kendi başına yeterince hareket edemeyen bireyleri ifade eder.
- C) **Kaçınan tip:** Sorunlardan kaçan, başarısızlıktan korktuğu için yaşam görevlerinden uzak duran bireyleri tanımlar.
- D) **Baskın tip:** Saldırgan, yönlendirici ve başkaları üzerinde egemenlik kurmaya çalışan bireyleri ifade eder.
- E) **Geri çekilen tip:** Sosyal ilişkilerden uzak duran, içe kapanık ve etkileşimden kaçınan bireyleri tanımlar.

Cevap: A

1. Danışanda **doğduğu andan itibaren ilgiyi başka bir çocukla paylaşma, sürekli rekabet içinde olma ve kendisini kardeşlerinden daha üstün olduğunu kanıtlama çabası** vurgulanmaktadır. Bu özellikler Adler'e göre özellikle **ikinci çocuğa** özgüdür; çünkü ikinci çocuk, doğası gereği kendisinden önce gelen kardeşiyle **yarış içinde büyür** ve yaşam tarzını **kendini kanıtlama ve üstün olma çabası** üzerine kurar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **İlk çocuk:** Sorumluluk alma ve liderlik özellikleri ön plandadır; burada anlatılan durum **rekabet ve yarışır.**
- C) **Tek çocuk:** Aşırı ilgi ve koruma nedeniyle bağımlılık görülür; soruda böyle bir özellik yoktur.
- D) **En küçük çocuk:** Şımartılma ve korunma ön plandadır; rekabet vurgusu bu düzeyde değildir.
- E) **Ortanca çocuk:** Daha çok **arada kalmışlık ve uyum sağlama** görülür; burada ise **rekabet ve hırs** vardır.

Cevap: A

2. Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımında danışmanın temel amacı; danışanın **sosyal ilgisini geliştirmek, aşağılık duygularıyla başa çıkmasına yardımcı olmak, yaşam tarzını fark etmesini ve değiştirmesini sağlamak ve başkalarıyla eşit olduğunu kavramasına destek olmaktır.** Bu yaklaşımda davranışları **ödül-ceza ile kontrol etmek** gibi bir hedef yoktur; bu tür uygulamalar daha çok **davranışçı yaklaşıma** aittir. Bu nedenle Adler yaklaşımına göre temel amaçlar arasında yer almayan seçenek budur. **Doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) Sosyal ilginin güçlendirilmesi, Adler terapisinin **temel hedeflerinden biridir.**
- B) Aşağılık duygularıyla başa çıkmaya yardımcı olmak, kuramın **merkezinde yer alır.**
- C) Yaşam tarzını fark ettirmek ve değiştirmek, Adler yaklaşımının **temel çalışma alanıdır.**
- D) Bireyin başkalarıyla eşit olduğunu fark etmesini sağlamak, Adler'in **insana bakışıyla doğrudan ilişkilidir.**

Cevap: E

3. Danışman; danışanın **kendini tanımasını**, yaşam tarzındaki **işlevsel-işlevsiz yönleri fark etmesini** ve davranışlarının altında yatan **amaçları anlamasını** sağlamaya odaklanmaktadır. Ayrıca **zamanında yapılan yorumlamalarla farkındalığı artırması** ve danışanı **güçlü yönleri üzerinden cesaretlendirmesi**, Adler yaklaşımında danışanın kendi yaşam tarzını anlayarak **neden böyle davrandığını kavraması**, yani **içgörü geliştirmesi** sürecine işaret eder. Bu nedenle süreç **içgörü kazanmayı cesaretlendirme** aşamasına karşılık gelir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) Uygun terapötik ilişkinin kurulması, güven ve ilişki oluşturma sürecidir; burada odak **farkındalık geliştirmedir.**
- B) Bireysel dinamiklerin keşfedilmesi, daha çok bilgi toplama ve analiz aşamasıdır; burada bu bilgilerin **yorumlanması** söz konusudur.
- D) Yeniden oryantasyon, içgörünün **davranışa dönüştürülmesi** ile ilgilidir; soruda bu yoktur.
- E) Davranış değiştirme, sürecin sonucudur; burada anlatılan durum **içgörü aşamasıdır.**

Cevap: C

4. Adler yaklaşımında psikolojik danışman; danışanın **hatalı yaşam hedeflerini ve işlevsiz temel inançlarını fark etmesini sağlayarak**, onu **cesaretlendirir ve yeniden anlam oluşturmaya yardımcı olur.** Bu, Adler'in danışmana yüklediği temel roldür. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Çocukluk anılarını analiz ederek bastırılmış travmaları açığa çıkarmak **psikanalitik yaklaşımın** özelliğidir.
- C) Bilinç dışı çatışmalar üzerinden içgörü kazanırmak da **psikanalitik kurama** aittir.
- D) Mantık dışı düşünceleri akılcı olanlarla değiştirmek **akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma** aittir.
- E) Toplumsal roller ve cinsiyet kalıplarını sorgulamak **feminist terapi yaklaşımıyla** ilişkilidir.

Cevap: A

5. Adler yaklaşımında ilk anılar, danışanın kendisini, başkalarını ve dünyayı nasıl algıladığını, yaşam tarzını nasıl oluşturduğunu ve davranışlarının arkasındaki amaçları anlamak için kullanılır. Bu süreçte amaç; danışanın yaşam tarzı hakkında içgörü kazanması, algılayış biçimini fark etmesi, motivasyonunu anlaması ve yaşamındaki örüntüleri çözümlemektir. Ancak geçmiş travmaları tespit edip onları doğrudan çözmek, Adler yaklaşımının temel hedefi değildir; bu daha çok psikanalitik yaklaşımın odağıdır. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) Yaşam tarzı ile ilgili içgörü kazandırmak, Adler yaklaşımının temel amaçlarından biridir.
- C) Dünyayı algılayış biçimini ortaya çıkarmak, ilk anıların en önemli işlevlerinden biridir.
- D) Başarı ve hatalar hakkında bilgi edinmek, danışanın yaşam örüntülerini anlamaya katkı sağlar.
- E) Motivasyonel yapıyı analiz etmek, danışanın amaçlarını ve yönelimini anlamak açısından önemlidir.

Cevap: A

6. Danışman, danışanın ilk anılarından hareketle yalnızlık, kendi başına baş etme ve başarısızlıkta kendini suçlama gibi örüntülerini inceleyerek; onun kendilik algısı, başkalarıyla ilişkisi ve geleceğe yönelik beklentileri hakkında çıkarımlar yapmaktadır. Adler'e göre ilk anılar, bireyin kendisi, diğerleri ve dünya hakkında geliştirdiği temel inançların bir yansımasıdır ve bu yolla yaşam tarzı analizi yapılır. Yani burada amaç, anıları geçmişin kendisi olarak değil, bireyin dünyayı nasıl anlamlandırdığını çözmek için bir araç olarak kullanmaktır. Bu nedenle doğru değerlendirme, danışanın ilk anılarını temel inançlarını anlamada bir araç olarak kullanmaktır. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Genetik ve ilaç vurgusu biyolojik/medikal yaklaşım ile ilgilidir.
- B) Bastırılmış travmalar ve çözümleme, psikanalitik yaklaşımın odağıdır.
- C) Figürler üzerinden bilinç dışı çatışma analizi de psikanalitik yaklaşıma aittir.

E) Sadece güncel düşünceleri değiştirmeye odaklanmak, daha çok bilişsel yaklaşımlarla ilişkilidir; Adler'de yaşam tarzı ve erken yaşantılar önemlidir.

Cevap: D

7. Danışan, "aynı şeyleri yapmaya devam ediyorum", "değişmek istiyorum ama nereden başlayacağımı bilmiyorum" ve "eski davranışlarım artık işe yaramıyor ama onları bırakmak beni tedirgin ediyor" diyerek kendi davranışlarının altında yatan nedenleri anlamlandıramadığını ve yaşam tarzını sürdüren içsel kalıplara bağlı kaldığını ifade etmektedir. Adler yaklaşımına göre bu durum, danışanın yaşam stiline bağlı temel inançlar ve amaçlar (kişisel mantık) ile ilgilidir. Bu nedenle terapistin öncelikle bu temel inanç ve amaçları anlamaya odaklanması gerekir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Bilişsel çarpıtmaları sorgulamak, daha çok bilişsel-davranışçı yaklaşımın odağıdır.
- C) Davranışı pekiştirmek, davranışçı yaklaşımın temel yöntemidir.
- D) Geçmiş travmaları analiz ederek duygusal boşalım sağlamak, psikanalitik yaklaşımın özelliğidir.
- E) Aile içi roller üzerinde çalışmak, daha çok aile terapisi yaklaşımlarıyla ilişkilidir.

Cevap: B

8. Danışanın "Herkes beni sevmeli", "Hiçbir şeyi doğru düzgün yapamıyorum", "Hayat çok zor", "Ben aptalım", "Bşkaları sizi kullanmadan siz onları kullanın" gibi ifadeleri, Adler'e göre yaşam tarzını yönlendiren temel hataları yansıtır. Aşırı genellemeler, bireyin tek bir yaşantıdan hareketle tüm durumlara yönelik genelleme yargıları geliştirmesidir (ör. "Herkes beni sevmeli"). Yaşam hakkındaki yanlış inançlar, dünyanın ve yaşamın olduğundan daha olumsuz ve katı biçimde algılanmasıdır (ör. "Hayat çok zor"). Kendi değerini küçümseme, bireyin kendisini yetersiz, değersiz ve başarısız olarak değerlendirmesidir (ör. "Ben aptalım").

Hatalı değerler ise bireyin ilişkilerde işlevsiz ve zarar verici kurallar benimsemesidir (ör. “Başkaları sizi kullanmadan siz onları kullanın”). Bu tür düşünceler, danışanın davranışlarını yönlendiren **işlevsiz inanç ve değer yargılarının** göstergesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Bastırılmış anıların dışavurumu, **psikanalitik yaklaşımın** açıklamasıdır.
- B) İçsel dürtüler ve yaşam enerjisi, **Freudyen yaklaşım** ile ilgilidir.
- C) Temel güven duygusu, **bağlanma kuramı** ile ilişkilidir.
- E) Aile bağlarına bağlı gerileme, **psikanalitik gelişimsel açıklamalarla** ilişkilidir.

Cevap: D

9. Adler yaklaşımında danışan-danışman ilişkisi **iş birliğine dayalı, sıcak ve güven verici** bir ilişkidir. Danışman, danışanın **özel yaşantısını anlamaya çalışır, aile yaşantısını dikkate alır, danışanı bütüncül olarak değerlendirir ve hedefleri danışanla birlikte belirler**. Ayrıca sürecin başında danışana **terapi sürecini açıklayan bir plan/sözleşme sunar**. Bunun yanında Adlerci danışman **yorumlama yapabilir** ve danışanın farkındalığını artırmak için aktif rol alır. Bu nedenle danışmana **mesafeli kalma ve yorum yapmak-tan kaçınma** gibi bir rol yüklenmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) İş birliğine dayalı ve sıcak ilişki, Adler yaklaşımının **temel özelliğidir**.
- B) Danışanın özel gerçekliğini ve aile yaşantısını dikkate almak, **yaşam tarzı analizinin** bir parçasıdır.
- D) Danışanı bütüncül değerlendirmek ve hedefleri birlikte belirlemek, Adlerci danışmanın **aktif rolünü** gösterir.
- E) Süreci açıklayan plan/sözleşme sunmak, danışma sürecinin **başlangıç aşamasına** uygundur.

Cevap: C

10. Danışman; Melis'in **doğum sırasını, aile ilişkilerini, aile değerlerini ve kültürel özelliklerini** incelemekte, ayrıca **ilk anılarını değerlendirerek** subjektif ve objektif verileri birleştirip **yaşam tarzı ile mevcut işlevselliği arasındaki bağlantıyı ortaya koymaktadır**. Bu süreçte amaç, danışanın **yaşam tarzını anlamak** ve yaşam görevleriyle ilişkisini çözümlenektir. Bu özellikler Adler yaklaşımında **bireysel dinamiklerin keşfedilmesi** aşamasına karşılık gelir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Uygun terapötik ilişkinin kurulması aşamasında odak, **güven ve ilişki geliştirmedir**.
- B) İçgörü kazandırma aşamasında, elde edilen bilgilerin **farkındalığa dönüştürülmesi** söz konusudur.
- C) Yeniden oryantasyon aşaması, içgörünün **davranış değişimine dönüştürülmesi** ile ilgilidir.
- D) Güçlü yönleri geliştirme, sürecin genel bir parçasıdır ancak burada yapılan işlem **analiz ve keşiftir**.

Cevap: E

11. Halit'in kendisini **yalnız, kopuk ve işe yaramaz hissetmesi** sosyal ilgi eksikliğine işaret eder. Psikolojik danışman ise onu, çevresinde birine yardım etmeye yönlendirerek **başkalarıyla etkileşim kurmasını ve sosyal ilgisini geliştirmesini sağlamaktadır**. Halit'in yaşlı komşusuna yardım etmesi, Adler yaklaşımında danışanın ilgisini kendinden başkalarına yönelten **birisini hoşnut etme tekniğine** karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın çorbasına tükürmek:** Danışanın bir davranıştan elde ettiği gizli kazancı fark ettirerek, o davranışın çekiciliğini ortadan kaldırma amaçlar.
- B) **İçinden çıkılması zor durumdan kaçınmak (Katran bebekten kaçınmak):** Danışanın kendini hezimete uğratan, tekrar eden yanlış etkileşim kalıplarına (tuzağa) girmesini engellemeyi amaçlar; terapist bu “oyuna” katılmayarak danışanın hatalı varsayımını pekiştirmez.
- C) **Kendini yakalama:** Danışanın işlevsiz düşünce ve davranışlarını ortaya çıkımadan önce fark etmesini ve durdurmasını sağlar.

- E) **Düğmeye basma:** Danışanın duygularını nasıl oluşturduğunu fark etmesini ve bu duygular arasında geçiş yapabildiğini görmesini sağlar.

Cevap: D

12. Danışman, danışanın **olumsuz davranışlarına kapılıp tepki vermemeye özellikle dikkat etmekte** ve böylece danışanın “değersizim” algısını pekiştirecek bir etkileşim döngüsüne girmemektedir. Adler yaklaşımında danışan bazen karşısındakini tetikleyerek kendi olumsuz inancını doğrulamak ister; terapistin bu tuzağa düşmemesi gerekir. Bu durum **katran bebekten kaçınmak** tekniğidir. **Katran bebekten kaçınmak:** Danışanın provoke edici davranışlarıyla terapisti içine çekmeye çalıştığı etkileşim tuzağına girilmemesidir. Danışan olumsuz bir tepki alarak “ben değersizim” gibi inançlarını doğrulamak ister; terapist bu oyuna katılmaz ve böylece bu hatalı döngüyü kırar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Düğmeye basma:** Danışanın zihninde farklı anıları canlandırarak duygularını değiştirebildiğini fark etmesini sağlar.
- C) **Mış gibi davranmak:** Danışanın olmak istediği kişi gibi davranarak yeni davranışları denemesini içerir.
- D) **Paradoksal niyet:** Danışanın semptomunu bilinçli olarak artırması istenerek farkındalık kazandırılır.
- E) **Kendini yakalama:** Danışanın işlevsiz düşünce ve davranışlarını ortaya çıkmadan önce fark etmesini sağlar.

Cevap: A

13. Ayşe'nin **başarısızlık korkusu nedeniyle risk almaktan kaçınması**, Adler'e göre aşağılık duygusuna bağlı bir geri çekilme örüntüsüdür. Danışman ise Ayşe'nin **güçlü yönlerine odaklanmasını, potansiyelini fark etmesini ve kendine güvenerek adım atmasını desteklemektedir**. Bu yaklaşım **cesaretlendirme sürecidir**. **Cesaretlendirme**, bireyin yetersizlik duygusuna odaklanmak yerine **kendi güçlü yanlarını fark etmesini, içsel potansiyelini görmesini ve seçimleri doğrultusunda yaşamını etkileyebileceğini anlamasını sağlar**. Danışanın “yapamam” algısını zayıflatıp

“deneyebilirim” duygusunu geliştirmeye yöneliktir ve Adler terapisinin **tüm aşamalarında kullanılan temel tekniktir**. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Kendini yakalama:** Danışanın işlevsiz düşünce ve davranışlarını ortaya çıkmadan önce fark etmesini sağlar. Bu teknikle birey, eski kalıplarını ne zaman devreye soktuğunu erken fark ederek onları değiştirme fırsatı elde eder.
- C) **Paradoksal niyet:** Danışanın korktuğu ya da kaçındığı davranışı bilinçli olarak yapması istenerek, bu davranışın mantıksızlığını fark etmesi sağlanır. Özellikle fobiler ve takıntılı davranışlarda kullanılır.
- D) **Düğmeye basma:** Danışanın farklı anıları zihninde canlandırarak duygularını değiştirebildiğini fark etmesini sağlar. Böylece duygularının pasif bir sonucu değil, aktif bir üreticisi olduğunu öğrenir.
- E) **Çorbaya tükürmek:** Danışanın işlevsiz davranışlarının altında yatan gizli kazancı fark ettirerek bu davranışın çekiciliğini ortadan kaldırmayı amaçlar. Davranışın “ödülü” görünür hale getirilerek etkisi azaltılır.

Cevap: A

14. Sezin'in **gerçek ortamda olmadan kendini sahne hayal etmesi**, kaygı uyandıran durumu **canlandırması ve bir rol gibi denemesi**, Adler yaklaşımında danışanın henüz gerçekleştiremediği bir davranışı **sanki yapıyormuş gibi deneyimlemesini** sağlar. Bu yaklaşım **“mış gibi davranmak” tekniğidir**. **Mış gibi davranmak**, danışanın olmak istediği kişiymiş gibi davranarak yeni tepkileri denemesine, korkularını gözlemlemesine ve alternatif davranışlar geliştirmesine imkân tanır; adeta gerçek yaşamın bir provasıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Katran bebekten kaçınmak:** Danışanın terapisti içine çekmeye çalıştığı olumsuz etkileşim tuzağına girilmemesidir; burada böyle bir etkileşim yoktur.
- B) **Düğmeye basma:** Danışanın farklı anıları zihninde canlandırarak duygularını değiştirebildiğini fark etmesini sağlar; burada duygu geçişi değil, **rol deneme** vardır.
- D) **Paradoksal niyet:** Danışanın korktuğu davranışı bilinçli olarak artırması istenir; burada böyle bir tersine yönlendirme yoktur.

E) **Kendini yakalama:** Danışanın işlevsiz düşünce ve davranışlarını ortaya çıkmadan önce fark etmesini sağlar; burada ise **deneyimleme ve prova** vardır.

Cevap: C

15. Ayşenur, **kendini yetersiz görme ve başarısız olacağına inanma** nedeniyle derse katılmaktan kaçınmaktadır. Psikolojik danışman ise Ayşenur'a geçmişte başardığı bir durumu hatırlatarak onun **güçlü yönlerini fark etmesini, pes etmeyen ve çaba gösteren bir yönü olduğunu görmesini** sağlamaktadır. Bu müdahale, danışanın "yapamam" inancını zayıflatıp **kendi yeterliliğine dair farkındalık geliştirmesine** yöneliktir. Bu nedenle amaç **cesaretlendirme yoluyla yeterlilik inancını güçlendirmektir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Savunma mekanizmalarını fark ettirme:** Daha çok **psikanalitik yaklaşımın** odağıdır.

B) **İrrasyonel düşünceleri yeniden yapılandırma:** Akılcı duygusal davranışçı terapiye aittir.

C) **Geçmiş yaşantıları yeniden anlamlandırma:** Psikanalitik içgörü süreciyle ilişkilidir.

D) **Sosyal ilgiyi geliştirme:** Başkalarına yönelme ve toplumsal katkı ile ilgilidir; burada odak **öz-yeterlilik**dir.

Cevap: E

1. Danışman, Damla'nın **herkesin sevgisini kazanma davranışının altında yatan gizli amacı** (terk edilmemek, sevgiyi "satın almak") görünür hale getirmektedir. Yani danışanın bu davranıştan elde ettiği **ikincil kazancı fark ettirerek**, bu davranışın cazibesini azaltmaya çalışmaktadır. Bu müdahale Adler yaklaşımında **danışanın davranışının "oyununu bozmak"**, yani işlevsiz örüntünün çekiciliğini ortadan kaldırmak anlamına gelir. Bu nedenle kullanılan teknik **çorbaya tükürmektir**. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Dışsallaştırma:** Problemi danışandan ayırarak ele almak, **öyküsel terapiye** aittir.
- B) **Mış gibi yapma:** Danışanın olmak istediği kişi gibi davranarak yeni davranışları denemesini içerir.
- D) **Doğrudan yüzleştirme:** Danışanın çelişkilerini doğrudan ifade etmek söz konusudur; burada ise **gizli kazanç ortaya çıkarılmaktadır**.
- E) **Katran bebekten kaçınmak:** Danışanın provoke edici davranışlarına kapılmayarak etki-leşim tuzağına girmemektir; bu durum soruda yoktur.

Cevap: C

2. Psikolojik danışman, ilk oturumlarda Ayşe'yi **yargılamadan kabul etmekte**, onu **dikkatle dinlemekte**, **güven verici bir ortam oluşturmakta** ve **sürece aktif katılımını desteklemektedir**. Ayrıca sorunun kendisinden çok Ayşe'nin **güçlü yönlerine odaklanarak cesaretlendirmesi**, danışanın zamanla **danışmana güvenmesi ve kendini daha açık ifade etmeye başlaması** bu aşamanın en belirgin göstergeleridir. Adler yaklaşımında bu süreç, danışanla **güvene dayalı, iş birliğine açık terapötik ilişkinin kurulması** aşamasını ifade eder. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın bireysel dinamiklerinin keşfedilmesi:** Bu aşamada yaşam tarzı, ilk anılar ve aile yapısı analiz edilir; burada henüz ilişki kurma ön plandadır.
- B) **Yeniden oryantasyonla yardımcı olma:** İçgörünün davranış değişimine dönüştürüldüğü son aşamadır.

- C) **İçgörü kazandırmayı cesaretlendirme:** Danışanın kendi yaşam tarzını anlaması ve farkındalık geliştirmesi sürecidir.
- E) **Davranış değiştirme:** Sürecin ilerleyen aşamalarında ortaya çıkar; başlangıç aşaması değildir.

Cevap: D

3. Devrim Bey, öğrencilerinin sorunlarını **kendi sorumluluğu gibi üstlenmekte**, "her şeyi ben çözmeliyim" düşüncesiyle hareket ederek **kendisini tüketen bir döngüye girmektedir**. Adler'e göre bu durum, bireyin başkalarının problemlerini sahiplenerek kendini zor durumda bıraktığı **işlevsiz bir etkileşim örüntüsüdür**. Bu tür durumlarda danışanın, kendisini yıpratıcı bu "tuzağa" girdiğini fark etmesi ve bundan **uzak durmayı öğrenmesi** gerekir. Bu nedenle en işlevsel müdahale, danışanın bu örüntüyü fark ederek **katran bebeğe yapışmaktan kaçınması gerektiğini anlamasını sağlamaktır**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Rol değiştirme:** Gestalt terapide kullanılır; burada empatiyi artırmak değil, **sınır koyma** sorunu vardır.
- C) **Erken anı tekniği:** Yaşam tarzını anlamaya yöneliktir; ancak soruda acil olarak **işlevsiz davranış örüntüsünü durdurma** ihtiyacı vardır.
- D) **Aile bütünlüğü:** Danışanın geçmiş ilişkilerini anlamaya yöneliktir; burada odak mevcut davranışın **zarar verici döngüsüdür**.
- E) **Yaşam tarzı analizi:** Daha geniş bir değerlendirme sürecidir; soruda daha **doğrudan müdahale** gereklidir.

Cevap: B

4. Öznur'un **kendini değersiz ve işe yaramaz hissetmesi**, Adler'e göre sosyal ilgi eksikliğiyle ilişkili bir yaşam tarzına işaret eder. Danışman ise onu, bir çocuk yuvasında **başkalarına fayda sağlayacağı bir etkinliğe yönlendirerek doğrudan başkalarına katkı sunma deneyimi** yaşamasını sağlamaktadır. Bu müdahale, danışanın ilgisini kendinden başkalarına yöneltip **sosyal ilgisini artırmayı** hedefler. Bu nedenle kullanılan teknik **birisini hoşnut etmedir**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Rol oynama:** Danışanın bir durumu canlandırarak denemesini içerir; burada gerçek yaşamda **yardım etme davranışı** vardır.
- B) **Boş sandalye:** Gestalt terapi tekniğidir; burada kullanılmamaktadır.
- C) **Telafi edici imgeleme:** Zihinsel canlandırma yoluyla telafi etmeyi içerir; burada **davranışsal bir görev** verilmiştir.
- D) **Yaşam stili değerlendirmesi:** Danışanın geçmişi ve örüntülerini analiz etmeye yöneliktir; burada **müdahale** vardır.

Cevap: E

5. Seher'in toplantılarda bazen sessiz kalıp bazen de söz kesmesi, farkında olmadan ortaya çıkan **işlevsiz davranış örüntülerine** işaret eder. Psikolojik danışman ise Seher'den bu anları **günlük yaşamda fark edip not etmesini isteyerek**, bu davranışları **ortaya çıkmadan ya da ortaya çıktığı anda yakalamasını** sağlamaktadır. Bu süreç, danışanın kendi davranışlarını gözlemleyip farkındalık geliştirmesine yöneliktir. Bu nedenle kullanılan teknik **kendini yakalamadır**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Paradoksal niyet:** Danışanın korktuğu davranışı bilinçli olarak artırması istenir; burada böyle bir yönlendirme yoktur.
- B) **Katran bebekten kaçınmak:** Danışanın kurduğu etkileşim tuzağına girilmemesidir; burada danışanın kendi farkındalığı hedeflenmiştir.
- C) **Düğmeye basma:** Duyguların zihinsel canlandırmalarla değiştirilebildiğini fark ettirmeye yöneliktir.
- D) **Danışanın çorbasına tükürmek:** Davranışın gizli kazancını fark ettirerek cazibesini azaltmayı amaçlar.

Cevap: E

6. Zekiye'nin eşine karşı **pasif-agresif davranışlar sergilemesi** ve bu davranışların altında **dikkat çekme ve kontrol sağlama amacı** bulunması, Adler'e göre davranışların **amaçlı ve hedefe yönelik** olduğunu gösterir. Psikolojik danışman, bu davranışın altında yatan gizli amacı görünür hale getirerek Zekiye'nin bu tutumdan elde ettiği **ikincil kazancı fark etmesini sağlamaktadır**. Bu farkındalık sonrasında davranışın artık **önceki kadar tatmin edici olmaması**, Adler yaklaşımındaki **çorbasına tükürmek** tekniğinin temel sonucudur. **Çorbasına tükürmek**, danışanın işlevsiz davranışlarının altında yatan gizli kazancı ortaya çıkararak bu davranışın çekiciliğini ortadan kaldırmayı amaçlar; yani davranışın "ödülünü" görünür kılar ve etkisini azaltır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Savunma mekanizmalarını güçlendirmek Adler yaklaşımının hedefi değildir; aksine danışanın **hatalı örüntülerini fark etmesi** sağlanır.
- C) Davranışları ödül-ceza ile şekillendirmek **davranışçı yaklaşımın** yöntemidir.
- D) Bastırılmış duyguları ortaya çıkarmak **psikanalitik yaklaşımın** odağıdır.
- E) Geçmiş yaşantıları yeniden yapılandırmak, daha çok **bilişsel ve bazı diğer yaklaşımlarla** ilişkilidir; burada odak mevcut davranışın işlevini çözmektir.

Cevap: A

7. Erdem'in **kimseye fayda sağlamadığını düşünmesi** ve bu nedenle kendini işe yaramaz hissetmesi, sosyal ilgi eksikliğine işaret eder. Psikolojik danışman ise onu birine küçük bir iyilik yapmaya yönlendirerek **başkalarına katkı sunma deneyimi yaşatmakta** ve ilgisini kendinden dışarıya çevirmektedir. Erdem'in bu deneyim sonrası **başkalarının yüzünde bir tebessüm oluşturmalarının anlamını fark etmesi**, bu tekniğin amacının **sosyal ilgiyi ve topluma katkı algısını artırmak** olduğunu gösterir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Bastırılmış duyguların açığa çıkarılması, bireyin içsel olarak bastırdığı duyguların fark edilip ifade edilmesini içerir; burada Erdem'in duygularını ortaya koyması değil, **davranış yoluyla başkalarına yönelmesi** söz konusudur.

- B) Problemi kişiselleştirmek, danışanın yaşadığı sorunun kendi davranışlarıyla ilişkili olduğunu fark etmesini sağlamaktır; burada ise Erdem'e problemi kendi davranışıyla ilişkilendirme değil, **başkalarına yönelik yeni bir deneyim kazandırma** söz konusudur.
- D) Geçmiş yaşantıların yeniden ele alınması, bireyin önceki deneyimlerine odaklanmayı gerektirir; burada danışman Erdem'i geçmişe değil, **şu an başkalarına yönelik bir davranışa yönlendirmektedir**.
- E) İrrasyonel inançların değiştirilmesi, bireyin düşüncelerini doğrudan sorgulayıp dönüştürmeyi içerir; burada ise düşünce tartışması değil, **deneyim yoluyla farkındalık kazandırma** vardır.

Cevap: C

8. Zehra'nın **duygularının kendisi üzerinde kontrolsüz olduğunu düşünmesi**, duygularını dışsal ve değiştirilemez olarak algıladığını gösterir. Psikolojik danışman ise ona **kısa sürede olumlu ve olumsuz duyguları ardışık biçimde yaşatan bir egzersiz yaptırarak**, duyguların aslında **kendi zihinsel süreçleriyle üretildiğini ve değiştirilebildiğini fark ettirmektedir**. Bu uygulama, Adler yaklaşımında danışanın **duygularının yaratıcısı olduğunu anlamasını sağlayan "düşmeye basma" tekniğidir** ve **Bireysel psikolojiye** aittir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Boş sandalye**, danışanın bir kişiyle hayali diyalog kurmasını içerir; burada böyle bir karşılıklı konuşma canlandırması yoktur, **duygu geçişi yaşatılmaktadır**.
- B) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, düşüncelerin sorgulanıp değiştirilmesini içerir; burada düşünceler tartışılmamakta, **duygular deneyimletilmektedir**.
- C) **Empatik yansıtma**, danışanın duygularının terapist tarafından yansıtılmasıdır; burada ise danışana **aktif bir egzersiz yaptırılmaktadır**.
- E) **Serbest çağrışım**, danışanın aklına gelenleri sansürsüz ifade etmesini içerir; burada böyle bir süreç değil, **yapılandırılmış bir teknik uygulaması** vardır.

Cevap: D

9. Danışman, danışanın seanslarda fark ettiği **düşünce ve davranış kalıplarını günlük yaşama aktarması için somut görevler vermekte** ve bu görevleri planlı biçimde takip etmektedir. Adler yaklaşımında **ev ödevleri ve eylem planları**, danışanın kazandığı farkındalığı davranışa dönüştürmesini, yani **işlevsiz yaşam tarzını değiştirerek daha işlevsel ve toplumsal açıdan uyumlu davranışlar geliştirmesini** amaçlar. Bu süreç aynı zamanda danışanın **sosyal ilgisini artırmasına** hizmet eder. **Doğru cevap E seçeneğidir**.
- A) Yaşam enerjisi ve arketipsel bütünlük vurgusu, bireyin içsel bütünlüğünü sembolik yapılar üzerinden açıklamayı içerir; burada ise danışan **somut davranış değişikliği için görevlendirilmektedir**.
- B) Bilişsel çarpıtmaların çözümlemesi, düşüncelerin mantıksal olarak ele alınmasını gerektirir; burada düşünce tartışması değil, **davranışın uygulanması ve değiştirilmesi** söz konusudur.
- C) İçsel çatışmaların projeksiyonla çözülmesi, bireyin iç dünyasını yansıtmasıyla ilgilidir; burada danışan **aktif olarak yeni davranışlar denemektedir**.
- D) Duyguların kabulü ve farkındalık, daha çok duygusal süreçlere odaklanır; burada ise amaç **öğrenilenleri günlük yaşama taşıyarak değişim sağlamaktır**.

Cevap: E

10. Mihriban'ın **sürekli şikâyet eden ve değişime adım atmayan tavrı**, Adler'e göre danışanın terapisti kendi oyununa çekerek **sorumluluktan kaçındığı bir etkileşim örüntüsüdür**. Psikolojik danışman ise bu yakınmalara kapılmayarak, yani bu döngünün içine girmeyerek **terapötik süreci sabote eden bu tuzağa düşmemekte** ve danışanı yeniden **yapıcı sorumluluğa yönlendirmektedir**. Adler yaklaşımında **katran bebeğe dokunmaktan kaçınmak**, tam olarak bu tür manipülatif ve dikkat dağıtıcı davranışlara kapılmadan **terapötik hedefi korumayı** amaçlar. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Duygusal boşalım sağlamak**, danışanın duygularını dışa vurmasına odaklanır; burada ise danışmanın amacı **duyguyu boşaltmak değil, etkileşim tuzağına girmemektir**.

- C) İrrasyonel inançları esnetmek, düşünceler üzerinde doğrudan çalışmayı gerektirir; burada ise danışanın **davranışsal örüntüsüne kapılmama** söz konusudur.
- D) Savunma mekanizmalarını çözümlmek, danışanın iç dünyasını analiz etmeye yöneliktir; burada ise **anlık etkileşim yönetimi** vardır.
- E) Geçmiş travmaları yapılandırmak, geçmiş yaşantılara odaklanmayı gerektirir; burada danışman **şimdiki etkileşimi yönetmektedir**.

Cevap: B

11. Adler yaklaşımında **düğmeye basma tekniği**, danışana kısa sürede **olumlu ve olumsuz duyguları ardışık olarak yaşatarak** bu duyguların dışsal ve kontrolsüz olmadığını, aksine bireyin **kendi zihinsel süreçleriyle oluşturduğunu** fark ettirmeyi amaçlar. Böylece danışan, duygularının pasif bir sonucu değil, **aktif bir üreticisi olduğunu** anlar ve tepkilerini daha bilinçli yönlendirebileceğini kavrar. Bu nedenle temel amaç, danışanın **duygusal tepkilerinin bilinçli seçimler olduğunu** fark etmesini sağlamaktır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Geçmiş yaşantılar ve bilinç dışı etkiler üzerine odaklanmak gerekirken, burada danışan **şu anki duygularının nasıl oluştuğunu deneyimlemektedir**.
- B) Duygusal yoğunluğu artırarak yüzleşme sağlamak, duyguyu derinleştirmeye yöneliktir; burada ise amaç **duygular arasında geçiş yapılabilmesini göstermektir**.
- C) Otomatik düşünceleri ortaya çıkarmak, düşünce analizini gerektirir; burada danışan **duyguların üretimini deneyimlemektedir**.
- D) İç çatışmaları dışa vurmak, bireyin içsel süreçlerini ifade etmesine yöneliktir; burada ise **kontrol ve farkındalık kazandırma** vardır.

Cevap: E

12. Adler yaklaşımında **“mış gibi yapma” tekniği**, danışanın henüz gerçekleştiremediğini düşündüğü bir davranışı **sanki o kişiymiş gibi deneyimlemesini** sağlar. Bu sayede danışan, olmak istediği kişi gibi davranarak **yeni tepkiler dener**, kendine dair katı inançlarını esnetir ve alternatif bir **yaşam tarzını prova eder**. Yani amaç, danışanın ideal bir duruma uygun davranarak **yeni bir yaşam biçimini deneyimlemesidir**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Geçmiş yaşantıları ve bilinç dışı çatışmaları incelemek gerekirken, burada danışan **şimdiki zamanda yeni bir davranışı denemektedir**.
- B) İçsel eleştirmeyle yüzleşme, danışanın iç konuşmasına odaklanmayı gerektirir; burada ise **davranışsal prova** vardır.
- C) Sistem içindeki rolü değiştirmek, aile içi etkileşimlere odaklanır; burada bireyin **kendi davranışını denemesi** söz konusudur.
- E) İrrasyonel düşüncelere alternatif geliştirmek, düşünce düzeyinde çalışmayı içerir; burada ise **deneyimleyerek öğrenme** vardır.

Cevap: D

13. Adler yaklaşımında **cesaretlendirme**, danışanın yetersizlik duygusuna odaklanmak yerine **güçlü yönlerini fark etmesini, kendi kapasitesine güvenmesini** ve yaşamın zorluklarıyla baş edebileceğine dair **yetkinlik algısı geliştirmesini** amaçlar. Danışan “yapamam” düşüncesinden uzaklaşıp **deneyebilirim ve baş edebilirim** duygusuna yönelir. Bu nedenle cesaretlendirme tekniğinin temel amacı, danışanın **dayanıklılığını artırmak ve yeterlilik algısını güçlendirmektir**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Travmatik anıları işlemek, geçmiş yaşantılara derinlemesine odaklanmayı gerektirir; burada ise danışanın **mevcut gücünü fark etmesi** hedeflenir.
- C) Zihinsel şemaları ortaya çıkarıp yeniden yapılandırmak, düşünce analizi gerektirir; burada **güçlendirme ve destekleme** ön plandadır.
- D) Davranışsal koşullanmayı analiz etmek, gözlem ve pekiştirme süreçlerine odaklanır; burada danışanın **öz yeterlilik algısı** geliştirilmektedir.

- E) Aile içi hiyerarşi ve rol farkındalığı, ilişkisel örüntülere odaklanır; burada bireyin **kendine güven kazanması** söz konusudur.

Cevap: B

14. Danışman, danışanın **çocukluk yaşantılarını (anne ilgisi, kardeşle kıyaslanma)** ele alarak bunların bugünkü **davranışları ve hedefleriyle nasıl bağlantılı olduğunu** sorgulamaktadır. Özellikle “insanlar beni fark etsin diye çok çalışkan oldum” ifadesi, danışanın **yaşam amacı ve yaşam tarzı** hakkında ipucu verir. Danışmanın “şu anki hedeflerin bu çocukluk deneyiminle nasıl bağlantılı?” sorusu ise doğrudan danışanın **geçmiş yaşantıları ile bugünkü yönelimi arasındaki bağı kurmaya** yöneliktir. Bu yaklaşım, Adler’de **aile dinamikleri, doğum sırası ve yaşam amacı** üzerinden **yaşam tarzını anlama** sürecini ifade eder. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) İstisna soruları, danışanın sorun yaşamadığı anları bulmaya yöneliktir; burada ise **çocukluk yaşantıları ve anlamlandırma** vardır.
- B) Çözüm odaklı yaklaşım, geçmişten çok mevcut çözümlere odaklanır; burada ise **geçmişşimdi bağlantısı kurulmaktadır.**
- C) Seçim ve özgürlük vurgusu, bireyin varoluşsal farkındalığına yöneliktir; burada ise **yaşam tarzı analizi** yapılmaktadır.
- D) Savunma mekanizmalarının analizi, bilinç dışı süreçlere odaklanır; burada ise **amaç ve yönelim** ele alınmaktadır.

Cevap: E

15. Danışanın rüyasında **kararsız kalması, huzursuzluk hissetmesi ve ortamdaki uzaklaşmak istemesi**, onun gerçek yaşamda da benzer durumlarda **geri çekilme ve kaçınma eğilimi** gösterdiğini yansıtmaktadır. Psikolojik danışmanın bu rüyayı, danışanın günlük yaşam tepkileriyle benzerlik kurarak **yaşam yönelimiyle ilişkilendirmesi**, Adlerci yaklaşımda rüyaların **bireyin yaşam tarzını yansıttığı** ve karşılaştığı durumlara nasıl yaklaşacağını gösterdiği anlamına gelir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bastırılmış yaşantılar:** Rühayı geçmişe dönük sembolik içerik olarak açıklar; burada ise mevcut yaşam tarzı ele alınmaktadır.
- B) **Bilinç dışı dürtüler:** Dürtülerin dolaylı ifade-sine odaklanır; burada amaç ve yönelim söz konusudur.
- D) **İrrasyonel düşünceler:** Düşünce analizi gerektirir; burada rüya üzerinden davranış örüntüsü yorumlanmaktadır.
- E) **Bağlanma örüntüleri:** İlişkisel kalıplara odaklanır; burada bireyin yaşam tarzı incelenmektedir.

Cevap: C

1. Danışanın ifadeleri verilen temel hatalarla karşılaştırıldığında; **“İnsanlar bana hep kötü davranıyor”** ifadesi, “herkes bana zarar veriyor” örneğiyle örtüşür ve bu **aşırı genellemedir** (sınırlı yaşantılardan hareketle tüm insanlara yönelik genelleme yapma).

“Ne kadar uğraşırsam uğraşayım yine de hep hata yapıyorum” ve **“Ben beceriksiz biriyim; kimse beni gerçekten önemsemez”** ifadeleri, “ben aptalım / kimse beni asla sevmeyecek” örnekleriyle örtüşür ve bu **kendi değerini en aza indirmedir** (kişinin kendini yetersiz ve değersiz görmesi).

“Bu dünyada güçlü olmazsan ayakta kalmazsın” ifadesi ise güç ve rekabet temelli katı bir yaşam kuralını yansıtır ve “başkaları sizi kullanmadan siz onları kullanın” gibi örneklerle benzerlik gösterir; bu da **hatalı değerlerdir** (yaşamı katı ve işlevsiz kurallarla anlamlandırma). Bu nedenle doğru seçenek ortaya çıkar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Sahte güvenlik hedefleri, bireyin “zarar görmemek için kimseyle yaklaşmamalıyım” gibi kendini koruyucu ama kaçınmacı hedefler geliştirmesidir; parçada bu tür bilinçli bir korunma stratejisi değil, daha çok genelleme ve değersizlik vurgusu vardır. Ayrıca **yaşam hakkındaki yanlış inançlar** (hayat çok zor gibi) kısmen benzer görünse de seçenek içindeki diğer ifade ile birlikte tam örtüşmez.

C) Kendilik şemaları, bireyin kendine dair genel inanç kalıplarıdır; **koşullu kabul** ise “değerliyim ama ancak başarılı olursam” gibi şartlı değer algısıdır. Parçada ise bu yapıdan çok doğrudan değersizlik ve genelleme vardır.

D) Kişisel mitler, bireyin kendine dair oluşturduğu hikâyeler bütünüdür; **duygusal boşluklar** ise daha çok içsel eksiklik hissini ifade eder. Parçada bu tür anlatıdan ziyade açık ve doğrudan hatalı genellemeler ve değer yargıları vardır.

E) İrrasyonel inançlar, katı ve mantık dışı düşünceler bütünüdür; **yetersizlik şeması** ise kişinin kendini kronik biçimde yetersiz görmesidir. Parçada bu unsurlar kısmen olsa da, seçenek içinde Adler’in temel hata sınıflamasına doğrudan uyan yapı verilmemiştir.

Cevap: A

2. Psikolojik danışman rüyayı ele alırken, bunun yalnızca bir sembol ya da geçmiş yaşantının ürünü olmadığını; aynı zamanda danışanın **gündelik yaşamındaki güçsüzlük/yetersizlik duygularıyla ilişkili olduğunu** ve **gelecekte zorlandığı durumlarla nasıl baş edeceğine dair ipuçları taşıyabileceğini** vurgulamaktadır. Bu yaklaşım, Adlerci kuramda rüyaların **yaşam tarzının bir yansıması olduğu** ve bireyin karşılaşacağı durumlara yönelik **bir tür prova (hazırlık)** işlevi gördüğü anlayışına karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Rüyayı özgürlük ve sorumlulukla yüzleşme aracı olarak ele almak, bireyin seçimleri ve varoluşsal farkındalığına odaklanır; parçada ise bu tür bir vurgu yoktur.

B) Rüyayı duygusal işleme ve içgörü aracı olarak görmek, yaşantıların duygusal anlamlandırılmasına odaklanır; burada ise gelecek yönelimi ve yaşam tarzı vurgulanmaktadır.

C) Rüyayı içsel çatışmaların sembolik yansıması olarak ele almak, daha çok bilinç dışı çatışmaların çözümüne yöneliktir; parçada bu yönde bir analiz yapılmamaktadır.

E) Rüyayı istisnaları keşfetme aracı olarak kullanmak, sorunun olmadığı anları bulmaya yöneliktir; burada ise rüya üzerinden yaşam tarzı ve yönelim ele alınmaktadır.

Cevap: D

3. Adlerci yaklaşımda ilk anılar, geçmişi aynen hatırlamak için değil; bireyin **kendisi, başkaları ve dünya hakkında geliştirdiği temel inançları** ve buna bağlı **yaşam tarzını** anlamak için kullanılır. Danışanın ilk anıları, onun olayları nasıl yorumladığını, kişiler arası ilişkileri nasıl algıladığını ve gelecekte nasıl bir yönelim benimsediğini ortaya koyar. Bu nedenle ilk anılar, bireyin yaşam tarzını ve amaçlarını anlamada temel bir araçtır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Geçmiş travmaları yeniden yaşatma, bastırılmış duyguların boşaltılmasına yöneliktir; parçada ise amaç duygusal boşalım değil, yaşam tarzını anlamaktır.

C) Varoluşsal çatışmalar ve ölüm kaygısı, bireyin yaşamın anlamı ve varoluşu ile ilgili sorgulamalarını içerir; burada böyle bir vurgu yoktur.

- D) **Düşünce çarpıtmalarını belirleme ve yeniden yapılandırma**, bireyin hatalı düşüncelerini değiştirmeye yöneliktir; burada ise anılar üzerinden yaşam tarzı analizi yapılmaktadır.
- E) **İstisnai deneyimleri keşfetme**, sorunun olmadığı zamanları bulmaya yöneliktir; burada ise geçmiş yaşantılar üzerinden genel örüntü anlaşılmaktadır.

Cevap: B

4. Adlerci yaklaşımda aile, bireyin ilk sosyal ortamıdır ve kişinin **kendisi, başkaları ve dünya hakkındaki algıları** büyük ölçüde bu ortamda şekillenir. Bu nedenle danışanın ailesi bir bütün olarak ele alınarak **doğum sırası, roller, ilişkiler ve etkileşim örüntüleri** incelenir. Amaç, danışanın aile içindeki konumu ve yaşantıları üzerinden **yaşam tarzını anlamaktır. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Geçmiş travmaları yüzeye çıkarma**, duygusal boşalım ve geçmiş çözümlemesine odaklanır; burada amaç travma çözümünü değil, yaşam tarzını anlamaktır.
- B) **Bireylerin bağımsız karar alma becerilerini geliştirmek**, bireysel işlevselliğe odaklanır; burada ise aile içindeki ilişkisel örüntülerin anlaşılması söz konusudur.
- C) **İşlevsiz iletişim kalıplarını yeniden yapılandırmak**, aile içi iletişimi değiştirmeye yöneliktir; burada ise öncelik bu kalıpları analiz ederek bireyin yaşam tarzını kavramaktır.
- D) **Çözüm odaklı hedef belirleme**, mevcut çözümler ve hedefler üzerine odaklanır; burada ise geçmiş aile yaşantıları üzerinden anlamlandırma yapılmaktadır.

Cevap: E

5. Adlerci yaklaşımda birey, bir "hasta" olarak değil; davranışları **amaçlı, bütüncül ve anlamlı** olan bir varlık olarak ele alınır. İnsan davranışlarının bir amacı vardır ve birey yaşam tarzı doğrultusunda hareket eder. Bu nedenle danışan, patoloji merkezli değil **amaç ve anlam merkezli** değerlendirilir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Belirtileri hastalık olarak ele alma ve tanı koyma**, danışanı patolojik bir çerçevede değerlendirmeyi içerir; Adlerci yaklaşım ise gelişimsel ve bütüncül bir bakış açısı benimser.
- C) **Bilinç dışı çatışmaları ortaya çıkarma**, davranışların farkında olunmayan içsel çatışmalardan kaynaklandığını varsayar; burada ise davranışların amacı ve yönelimi ön plandadır.
- D) **Koşulsuz kabul ve danışanın değerlerini merkeze alma**, danışan merkezli bir yaklaşımı ifade eder; burada ise bireyin yaşam tarzı ve amaçları analiz edilir.
- E) **Duygusal düzenleme ve içgörü kazandırma**, duyguların fark edilmesine odaklanır; burada ise bireyin amaçlı davranış yapısı temel alınmaktadır.

Cevap: A

6. Adler'e göre **üstünlük kompleksi**, bireyin aslında var olan aşağılık duygularını aşırı biçimde telafi etmeye çalışırken **kendi becerilerini abartması**, kendini diğerlerinden üstün görmesi ve bu doğrultuda **kibirli, benmerkezci ve abartılı davranışlar sergilemesi** durumudur. Yani bu, sağlıklı bir gelişim değil; **aşırı ödünlemenin** bir sonucudur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Sosyal becerileri geliştirme ve uyum sağlama**, sağlıklı sosyal ilgiye işaret eder; üstünlük kompleksi değildir.
- C) **Yetersizlikleri kabul edip başa çıkma**, aşağılık duygusuyla sağlıklı baş etme biçimidir; kompleks oluşumu değildir.
- D) **Hayali hedeflere yönelme**, Adler'de kurgusal finalizmi ifade eder; üstünlük kompleksiyi aynı değildir.
- E) **Başarısızlık korkusunu yenmek için beceri geliştirme**, yapıcı bir gelişim sürecidir; burada abartma ve kibir yoktur.

Cevap: A

7. Serhat'ın küçük yaştan itibaren sorumluluk alması, aile beklentilerinin yüksek olması, başarılarının bir ölçüt haline gelmesi ve hata yapmaktan korkması, Adler'e göre ilk çocuğa özgü özelliklerle örtüşür. İlk çocuklar genellikle başlangıçta ilgi odağıdır, sonrasında kardeşlerin gelişimle bu konumu kaybetmemek için **daha sorumlu, çalışkan ve başarı odaklı** hale gelirler. Bu süreçte **mükemmeliyetçilik ve hata yapma korkusu** gelişebilir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Ortanca çocuk:** Genellikle arada kalmışlık hissi yaşar ve daha çok uyum sağlama ya da arabuluculuk rolü üstlenir; burada ise başarı ve sorumluluk vurgusu vardır.
- B) **En küçük çocuk:** Daha çok korunma, şımartılma ya da yetersizlik duygusu ile ilişkilidir; burada yüksek sorumluluk ve beklenti vardır.
- C) **Tek çocuk:** İlginin merkezinde olup paylaşım zorlukları yaşayabilir; ancak burada kardeşlerle kıyaslanma ve sorumluluk baskısı öne çıkmaktadır.
- E) **İkinci çocuk:** Rekabet ve kendini kanıtlama eğilimi belirgindir; burada ise daha çok sorumluluk ve beklenti yükü ön plandadır.

Cevap: D

8. Zeliha'nın çocuklukta **sürekli eleştirilmesi**, bunun sonucunda **kendini değersiz hissetmesi**, sosyal ortamlarda **çekingen davranması** ve yetişkinlikte **yetersizlik ve başarısızlık algısını sürdürmesi**, Adler'e göre aşağılık duygusunun sağlıklı biçimde aşırılamayıp kalıcı hale gelmesine işaret eder. Bu durum artık geçici bir his değil, bireyin tüm yaşamına yayılan bir örüntü haline gelmiştir. Yani Zeliha, yetersizlik duygusunu telafi edememiş ve bu duygu **aşağılık kompleksine dönüşmüştür**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Üstünlük çabası:** Bireyin yetersizlik duygusunu aşmak için gelişim göstermesidir; burada ise gelişim değil, geri çekilme vardır.
- B) **Sosyal ilgi:** Başkalarıyla iş birliği ve topluma katkı eğilimidir; burada ise çekingenlik ve uzaklaşma söz konusudur.
- C) **Kurgusal finalizm:** Bireyin davranışlarını yönlendiren hayali hedeflerdir; burada böyle bir hedef yönelimi yoktur.

D) **Telafi:** Yetersizlikleri dengelemek için çaba göstermeyi ifade eder; burada ise telafi değil, yetersizlik duygusunun kalıcılığı vardır.

Cevap: E

9. Berfin'in çocukluk yaşantılarından sonra geliştirdiği **kendine özgü algı, tutum ve başa çıkma biçimleri** yetişkinlikte de aynı şekilde devam etmektedir. Adler'e göre bireyin kendisi, başkaları ve dünya hakkında oluşturduğu bu özgün örüntü **yaşam tarzıdır**. Yaşam tarzı, erken yaşlarda şekillenir ve bireyin tüm davranışlarını yönlendirir. Bu nedenle Berfin'in sosyal ilişkilerde mesafeli olması, güvensizliği ve savunmacılığı onun **yaşam tarzının bir yansımasıdır**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Aşağılık kompleksi:** Yoğun yetersizlik duygusunun kalıcı hale gelmesidir; burada ise daha geniş bir davranış örüntüsü açıklanmaktadır.
- C) **Kurgusal finalizm:** Bireyin davranışlarını yönlendiren hayali hedeflerdir; parçada bu tür bir hedef vurgusu yoktur.
- D) **Telafi:** Yetersizlikleri dengelemek için geliştirilen çabadır; burada ise genel yaşam örüntüsü söz konusudur.
- E) **Sosyal ilgi:** Başkalarıyla iş birliği ve topluma katkı eğilimidir; burada ise mesafe ve güvensizlik vardır.

Cevap: B

10. Melisa'nın **kendini çoğu zaman unutulmuş hissetmesi**, ailede büyük kardeşin başarılı, küçük kardeşin ise sevimli olarak öne çıkmasıyla **arada kalmışlık** yaşadığını gösterir. Bu durum Adler'e göre ortanca çocuklarda sık görülür. Ayrıca Melisa'nın arkadaş ortamlarında **barışçıl ve uzlaştırmacı bir rol üstlenmesi**, ortanca çocukların geliştirdiği tipik **uyum sağlayıcı ve arabulucu rol** ile örtüşmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Başkaldırıcı tavır,** daha çok otoriteye karşı çıkma ve isyankârlık içerir; burada ise uyum ve uzlaştırmacılık vardır.

- B) **Sosyal izolasyon**, bireyin ilişkilerden uzaklaşmasını ifade eder; Melisa ise sosyal ortamda aktif rol almaktadır.
- C) **Saldırgan savunma mekanizmaları**, çatışmacı ve agresif tepkileri içerir; burada ise barişçi bir tutum vardır.
- D) **İçe kapanıklık ve çekingenlik**, sosyal geri çekilmeyi ifade eder; Melisa ise ilişkilerde arabulucu rol üstlenmektedir.

Cevap: E

11. Psikolojik danışman, danışanın “başaramayacağım” düşüncesine doğrudan karşı çıkmak yerine onun **çabasını ve güçlü yönlerini vurgulayarak** yaptığı davranışların değerini fark etmesini sağlamaya çalışmaktadır. Bu müdahale, danışanın kendine olan güvenini artırmayı ve “yapabilirim” algısını geliştirmeyi hedefler. Adlerci yaklaşımda bu, danışanın yetersizlik duygusunu azaltıp **yetkililik ve cesaret duygusunu güçlendirmeye yönelik bir destekleme süreci olan cesaretlendirme** tekniğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Yaşam öyküsü analizi**: Danışanın geçmiş yaşantıları ve aile dinamikleri incelenir; burada böyle bir analiz yoktur.
- C) **Yanlış inançların belirlenmesi**: Danışanın hatalı düşüncelerini ortaya koymayı içerir; burada ise doğrudan analiz değil, güçlendirme vardır.
- D) **Yeniden çerçeveleme**: Bir durumu farklı bir anlamla yorumlamayı içerir; burada odak anlam değiştirmekten çok **güçlü yönü vurgulamaktır.**
- E) **Mış gibi tekniği**: Danışanın farklı bir rolü deneyimlemesini içerir; burada böyle bir davranışsal deneme yoktur.

Cevap: A

12. Danışan “**neden mutlu değilim**”, “**yaşamının bir nedeni olmalı ama bulamıyorum**” ve “**belki de bir amacım yoktur**” ifadeleriyle **yaşamın anlamı, amaç ve yön duygusu** ile ilgili bir boşluk yaşadığını belirtmektedir. Bu durum, Adler’in yaşam görevlerinden **yaşamın manevi yönünü oluşturma** (değerler, anlam, yaşam amacı) alanındaki zorluğa işaret eder. Danışanın problemi ilişkiler, iş ya da sosyal bağlardan çok **anlam ve amaç eksikliği** ile ilgilidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yakın ilişki kurabilme**: Duygusal bağ kurma ile ilgilidir; danışan ilişkilerden değil, anlam eksikliğinden söz etmektedir.
- B) **Kendini gerçekleştirme**: Potansiyeli ortaya koyma ile ilgilidir; burada temel sorun potansiyel değil, amaçsızlıktır.
- C) **Sosyal ilişki kurma**: Başkalarıyla etkileşim kurma sürecidir; danışan sosyal ilişkilerden bahsetmemektedir.
- E) **Mesleki rol geliştirme**: İş ve üretkenlik alanına ilişkindir; burada meslek değil, yaşamın anlamı sorgulanmaktadır.

Cevap: D

13. Seda’nın **başkalarına bağımlı olması**, sürekli **destek ve onay araması**, çocuklukta **aşırı korunmuş ve ihtiyaçlarının başkaları tarafından karşılanmış olması**, Adler’e göre bireyin yaşam sorunlarını kendi başına çözmek yerine **başkalarından bekleme** ile karakterize edilen bir örüntüdür. Bu durum, bireyin yaşamını başkalarına yaslanarak sürdürdüğü ve bağımlı bir tutum geliştirdiği **alıcı tipe** karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Baskın tip**: Daha çok kontrol edici, yönlendirici ve zaman zaman saldırgan davranışlar sergiler; burada ise bağımlılık vardır.
- C) **Kaçınan tip**: Başarısızlık korkusuyla sorumluluklardan uzak durur; burada ise kaçınmadan çok başkalarına dayanma söz konusudur.
- D) **Sosyal yetkin tip**: İşbirlikçi, dengeli ve sağlıklı sosyal ilgiye sahiptir; burada ise bağımlılık ve yetersizlik ön plandadır.
- E) **Saldırgan tip**: Düşmanca ve zorlayıcı davranışlar sergiler; Seda’nın tutumu bunun tersine bağımlıdır. Ayrıca Adler kuramında böyle bir tanımlama yoktur.

Cevap: B

14. Emre'nin yaşam tarzı ve aile dinamiklerine ilişkin içgörü kazanmış olması ve bu farkındalık doğrultusunda **yeni davranışlar denemeye başlaması**, artık terapide kazanılan içgörünün **davranışa dönüştürüldüğünü** gösterir. Psikolojik danışmanın da Emre'yi **yeni ve işlevsel seçenekleri denemeye teşvik etmesi** ve değişim sürecinde risk almasını desteklemesi, Adlerci danışma sürecinin son aşaması olan **yeniden oryantasyon ve yeniden eğitim** evresine karşılık gelir. Bu aşamada amaç, içgörüyü hayata geçirerek **yeni yaşam biçimleri geliştirmektir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Güçlü yönleri fark etme**, daha çok sürecin başında danışanı cesaretlendirmeye yöneliktir; burada ise davranış değişimi başlamıştır.
- B) **Terapötik ilişkinin kurulması**, ilk aşamadır ve güven oluşturmayı içerir; burada süreç ilerlemiştir.
- C) **İçgörü kazandırmayı cesaretlendirme**, farkındalık geliştirme aşamasıdır; burada ise içgörü kazanılmış ve uygulanmaya başlanmıştır.
- D) **Geçmiş anıları analiz etme**, yaşam tarzını anlamaya yöneliktir; burada ise değişim ve uygulama vardır.

Cevap: E

15. Psikolojik danışman, danışanın **"değerli olmak için başkalarının onayına ihtiyaç duyuyorum"** şeklindeki düşüncesini fark ederek bunu **açık hale getirmekte** ve sorgulatmaktadır. "Değerli olmak yalnızca başkalarının takdirine mi bağlı?" sorusu, danışanın sahip olduğu **hatalı inancı ve buna bağlı hedefini görünür kılmaya** yöneliktir. Adlerci yaklaşımda bu, danışanın yaşam tarzını yönlendiren **yanlış inançların ve amaçların belirlenmesi** tekniğidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Cesaretlendirme**: Danışanın güçlü yönlerini vurgulayıp güvenini artırmayı içerir; burada ise öncelik hatalı inancı ortaya çıkarmaktır.
- C) **Mış gibi**: Danışanın farklı bir rolü deneyimlemesini sağlar; burada böyle bir davranış denemesi yoktur.
- D) **Düğmeye basma**: Duyguların kontrol edilebilir olduğunu deneyimletir; burada duygu deneyimi değil, düşünce sorgulaması vardır.
- E) **Çorbasına tükürme**: Davranışın gizli kazanıcını ortaya çıkararak cazibesini azaltmayı amaçlar; burada bu tür bir yüzleştirme yoktur.

Cevap: B

1. Birey merkezli kurama göre insan doğası temelde iyidir, öznel yaşantı esastır ve birey kendini gerçekleştirme eğilimine sahiptir. Buna göre:
 - I. Bireyin dünyayı **öznel algılaması** ve bu algının onun gerçekliğini oluşturması, kuramın **fenomenolojik yaklaşımıyla** örtüşür. Bu ifade doğrudur.
 - II. İnsanın doğuştan **kötü** olduğu ve kontrol edilmezse **saldırılanlaşacağı** görüşü, Birey merkezli kuramla bağdaşmaz. Bu ifade yanlıştır.
 - III. Bireyin **değişme ve gelişme kapasitesine sahip olması**, kuramın **kendini gerçekleştirme eğilimi** ile uyumludur. Bu ifade doğrudur.
 - IV. Davranışın **pekiştiricilerle şekillenmesi**, **Davranışçı yaklaşımın** açıklamasıdır; Birey merkezli kuramda bu şekilde ele alınmaz. Bu ifade yanlıştır.
 - V. İnsanın **özgür, seçim yapabilen** ve mantıklı bir varlık olması, **Hümanistik yaklaşımın** temelidir. Bu ifade doğrudur.

Cevap: B

2. Danışmanın, danışanın güvensizlik ifadesini yargılamadan kabul etmesi, ilişkiyi beklentisiz ve açık biçimde tanımlaması ve oluşan duyguyu birlikte anlamaya davet etmesi, **koşulsuz kabul, empati ve içtenlik (saydamlık)** temelinde kurulan terapötik ilişkiyi yansıtır. **Koşulsuz kabul**, danışanın duygu, düşünce ve yaşantılarını doğru-yanlış diye değerlendirmeden, onu bir bütün olarak değerli kabul etmeyi ve bu kabulü herhangi bir koşula bağlamamayı ifade eder; burada danışman danışanın güvensizliğini yargılamadan kabul etmektedir. **Empati**, danışanın içsel yaşantısını onun bakış açısından anlamayı, bu yaşantıyı doğru biçimde kavrayıp danışana yansıtmayı içerir; danışman güvensizlik duygusunun “burada da oluşabileceğini” ifade ederek bu yaşantıyı anlamaya çalışmaktadır. **İçtenlik (saydamlık)** ise danışmanın ilişkide yapay bir rol takınmadan, gerçek ve açık bir tutum sergilemesi ve kendi duruşunu şeffaf biçimde ortaya koymasısıdır; “beklentisiz bir ilişki kurmaya çalışıyorum” ifadesi bunu göstermektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Mantıksal hatalarla yüzleştirme**, danışanın irrasyonel düşüncelerini tartışarak değiştirmeyi amaçlar; ancak burada danışmanın müdahalesi düşünceyi çürütmeye değil, duyguyu anlamaya yöneliktir.
- C) **Savunma mekanizmalarını analiz etme**, bilinç dışı süreçleri çözümlemeyi içerir; verilen durumda böyle bir analiz ya da yorumlama yapılmamaktadır.
- D) **Karşı aktarım yorumu**, danışmanın kendi duygularını merkeze alarak yorum yapmasını ifade eder; burada danışman kendi duygularını değil, danışanın yaşantısını ele almaktadır.
- E) **Gerçeklik ilkesi üzerinden yapılandırılmış geri bildirim**, daha yönlendirici ve öğretici bir müdahaledir; oysa burada kabul edici ve keşfetmeye dayalı bir yaklaşım söz konusudur.

Cevap: A

3. Birey merkezli kuramda **organizmik değerlendirme süreci**, bireyin yaşantılarını kendi içsel ölçütlerine göre değerlendirmesini ifade eder ve bu sürecin temel kaynağı **kendini gerçekleştirme eğilimidir**. **Kendini gerçekleştirme eğilimi**, bireyin doğuştan getirdiği gelişme, büyüme ve potansiyelini gerçekleştirme yönündeki içsel güdüdür; birey, yaşantılarını bu eğilim doğrultusunda değerlendirerek kendisi için geliştirici olanlara yönelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
 - A) **Dışsal çevresel pekiştiriciler ve sosyal öğrenme**, davranışçı ve sosyal öğrenme yaklaşımlarına aittir; organizmik değerlendirme süreci içsel bir kaynağa dayanır.
 - C) **Bilinç dışı çatışmalar ve bastırılmış dürtüler**, psikanalitik yaklaşımın temel açıklamalarıdır; birey merkezli kuramda bu tür bir belirleyicilik yoktur.
 - D) **Danışmanın yönlendirmeleri ve terapötik müdahaleleri**, bu yaklaşımda merkezi değildir; bireyin kendi içsel değerlendirme süreci esastır.
 - E) **Bilişsel çarpıtmaların fark edilmesi ve düzeltilmesi**, bilişsel terapiye özgüdür; burada odak içsel yaşantının değerlendirilmesidir.

Cevap: B

4. Birey merkezli kuramda **organizmik değerlendirme süreci**, bireyin yaşantılarını kendi içsel ölçütlerine göre değerlendirmesini ifade eder ve bu sürecin temel kaynağı **kendini gerçekleştirme eğilimidir. Kendini gerçekleştirme eğilimi**, bireyin doğuştan getirdiği gelişme, büyüme ve potansiyelini gerçekleştirme yönündeki içsel güdüdür; birey, yaşantılarını bu eğilim doğrultusunda değerlendirerek kendisi için geliştirici olanlara yönelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Dışsal çevresel pekiştiriciler ve sosyal öğrenme**, davranışçı ve sosyal öğrenme yaklaşımlarına aittir; organizmik değerlendirme süreci içsel bir kaynağa dayanır.
- C) **Bilinç dışı çatışmalar ve bastırılmış dürtüler**, psikanalitik yaklaşımın temel açıklamalarıdır; birey merkezli kuramda bu tür bir belirleyicilik yoktur.
- D) **Danışmanın yönlendirmeleri ve terapötik müdahaleleri**, bu yaklaşımda merkezi değildir; bireyin kendi içsel değerlendirme süreci esastır.
- E) **Bilişsel çarpıtmaların fark edilmesi ve düzeltilmesi**, bilişsel terapiye özgüdür; burada odak içsel yaşantının değerlendirilmesidir.

Cevap: B

5. Danışmanın, Sibel'in geçmişini yorumlamaktan kaçınması, onun **ne hissettiğine odaklanması** ve duygularını ifade etmesini değerli görmesi, birey merkezli yaklaşımın temelini oluşturan **öznel yaşantıya odaklanma** ve danışanın kendi yaşantısını anlamasına alan açma amacını yansıtır. Bu yaklaşımda danışanın iç dünyasını keşfetmesi, farkındalık kazanması ve kendi anlamlarını oluşturmaya esastır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Çocukluk dönemindeki travmaları çözümleme**, psikanalitik yaklaşıma özgüdür; burada geçmişin yorumu değil, "şimdi ve burada" yaşantı ön plandadır.
- B) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, danışanın düşüncelerini değiştirmeye yönelik bilişsel terapi tekniğidir; verilen ifadelerde böyle bir yönlendirme yoktur.

D) **Sorun çözme becerileri kazandırma**, daha yapılandırılmış ve öğretici yaklaşımlarda görülür; burada danışman yönlendirme yapmaktaki, danışanın yaşantısına odaklanmaktadır.

E) **Benlik savunmalarını analiz etme**, psikanalitik bir süreçtir; danışmanın böyle bir çözümleme yaptığına dair bir ifade bulunmamaktadır.

Cevap: C

6. Danışmanın, Kuzey'e doğrudan yol göstermeyi reddedip onun kendi yolunu bulmasına destek olacağını vurgulaması, birey merkezli yaklaşımın temel varsayımı olan **bireyin kendi yaşantısını anlama ve yönlendirme kapasitesine sahip olması** ilkesine dayanır. Bu kurama göre birey, doğuştan getirdiği **kendini gerçekleştirme eğilimi** sayesinde kendi doğrularını bulabilir ve dış yönlendirme bu süreci zayıflatabilir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İçgüdüsel dürtüler ve dış yönlendirme ihtiyacı**, psikanalitik bakış açısına aittir; birey merkezli kuramda birey yönlendirilmeye muhtaç değil, kendi potansiyeline sahip kabul edilir.
- B) **Danışmanın otorite rolü**, daha direktif ve yönlendirici yaklaşımlarda görülür; birey merkezli terapide danışman otorite değil, kolaylaştırıcıdır.
- C) **Pasif kalmanın tehdit oluşturmaya ve yansıtma özdeşim**, psikanalitik kavramlardır; burada böyle bir süreç söz konusu değildir.
- E) **Stratejik planlama ve yapılandırma**, daha sistematik ve yönlendirici yaklaşımların özelliğidir; birey merkezli terapide süreç danışanın içsel keşfine dayanır.

Cevap: D

7. Birey merkezli kuramda psikolojik danışmanın temel amacı, danışanın **içsel potansiyelini fark etmesini** ve **kendini gerçekleştirme eğilimini** açığa çıkarmasını desteklemektir. Bu yaklaşımda birey doğuştan gelişime açık kabul edilir ve uygun terapötik koşullar sağlandığında kendi gelişim yönünü bulabilir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Bilinç dışı çatışmaları çözme, psikanalitik yaklaşımın temel amacıdır; birey merkezli terapide bilinç dışı çözümleme ön planda değildir.
- B) Çevresel koşulları değiştirme, daha çok çevre odaklı ve davranışçı yaklaşımlarla ilişkilidir; burada odak bireyin içsel sürecidir.
- C) Düşünce kalıplarını yeniden yapılandırma, bilişsel terapiye özgüdür; birey merkezli yaklaşımda düşünceyi değiştirmek hedeflenmez.
- D) Pekiştiricilerle davranış değiştirme, davranışçı kuramın yöntemidir; birey merkezli terapide bu tür teknikler kullanılmaz.

Cevap: E

8. Kerem'in yalnızca ailesinin beklentilerini karşıladığında kendini değerli hissetmesi ve kendi ihtiyaçlarını geri plana atması, birey merkezli kuramda **koşulsuz kabulün eksikliği** ve buna bağlı olarak gelişen **değer koşulları** ile açıklanır. **Koşulsuz kabul**, bireyin herhangi bir koşula bağlı olmaksızın olduğu gibi kabul edilmesini ifade eder; Kerem ise sevgiyi belirli davranışlara bağlanmış biçimde deneyimlemektedir. **Değer koşulları**, bireyin "ancak şu davranışı yaparsam değerliyim" şeklinde geliştirdiği dışsal ölçütlerdir; bu durum bireyin **organizmik değerlendirme sürecinden uzaklaşmasına** ve benliğini dış beklentilere göre şekillendirmesine yol açar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Üstünlük çabası**, Adlerci yaklaşıma aittir; burada temel problem rekabet ya da üstünlük değil, koşullu değer algısıdır.
- B) **Pekiştirme eksikliği**, davranışçı kuramla ilgilidir; Kerem'in sorunu davranışın sürmemesi değil, değer algısının koşula bağlanmasıdır.
- C) **Öz yeterlik düşüklüğü**, sosyal bilişsel kuramla ilişkilidir; ancak burada temel mesele bireyin kendini değersiz hissetmesine yol açan koşullu kabuldür.

D) **Rol karmaşası**, Erikson'un psikososyal gelişim kuramına aittir; Kerem'in yaşadığı durum kimlik bocalaması değil, benlik değerinin koşullara bağlanmasıdır.

Cevap: E

9. Dicle'nin "içimde bana ait bir pusula olduğunu hissediyorum" ifadesi, bireyin kendi yaşantısını değerlendirebilen ve yönünü belirleyebilen içsel bir kapasiteye sahip olduğunu gösterir. Birey merkezli kurama göre insan, **öznel yaşantısını merkeze alarak kendi seçimlerini yapabilen**, dış yönlendirme olmadan da kendi gelişim yönünü belirleyebilen bir varlıktır. Bu durum bireyin **içsel referans kaynağına** yönelmesiyle açıklanır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Koşullu pekiştiriciler**, davranışçı kurama aittir; burada davranış dışsal ödüllerle değil, içsel yönelimle açıklanmaktadır.
- C) **İçgüdüsel dürtüler**, psikanalitik yaklaşımın temelidir; burada bireyin bilinçli farkındalığı ön plandadır.
- D) **Çevresel edilgenlik**, birey merkezli kuramla gelişir; birey aktif ve yön belirleyicidir.
- E) **Bilinç dışı süreçler**, psikanalitik açıklamalardır; burada farkındalık ve bilinçli seçim vurgulanmaktadır.

Cevap: B

10. Danışmanın çözüm sunmak yerine danışanın duygularını kabul etmesi, "ne hissediyorsan onunla kalabiliriz" diyerek yaşantıya alan açması ve değişimin danışanın içinden doğacağını vurgulaması, birey merkezli yaklaşımın **kendini gerçekleştirme eğilimine güven** ilkesini yansıtır. Bu süreçte danışman, danışanın **içsel yaşantısını kabul etmesine** ve benliğiyle **bağdaşım kurmasına** yardımcı olmuş, böylece danışan "bölünmemiş" hissetmeye başlamıştır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İçgüdüsel dürtüleri bilinç düzeyine çıkarma**, psikanalitik yaklaşıma aittir; burada bilinç dışı çözümleme yapılmamaktadır.

- B) **İç gözlem teknikleriyle yönlendirme**, daha yapılandırılmış ve yönlendirici bir süreci ifade eder; oysa burada danışman yönlendirme yapmamaktadır.
- C) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, düşünceleri değiştirmeye odaklanır; bu durumda duyguların kabulü ve anlaşılması ön plandadır.
- D) **Davranışsal tekniklerle müdahale**, davranışçı yaklaşıma aittir; burada teknik uygulama değil, terapötik ilişki ve kabul esastır.

Cevap: E

11. Birey merkezli kuramda **yaşantı**, bireyin belirli bir anda kendi içinde ve çevresinde olup bitenleri **öznel olarak algılaması ve deneyimlemesi** anlamına gelir. Bu kavram, bireyin farkında olduğu duyguları, düşünceleri ve algıları kapsar; yani gerçeklik, bireyin **fenomenolojik alanı** içinde şekillenir. Bu nedenle yaşantı, bireyin **öznel deneyimlediği içsel ve dışsal olayların bütünü** olarak tanımlanır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Objektif ve ölçülebilir uyaranlar**, davranışçı yaklaşımın odağıdır; birey merkezli kuramda öznel algı esastır.
- B) **Bilinç dışı süreçler**, psikanalitik kurama aittir; yaşantı bilinçli algıyı içerir.
- D) **Sosyal öğrenme süreçleri**, Bandura'nın yaklaşımıyla ilişkilidir; burada bireyin içsel yaşantısı ön plandadır.
- E) **Refleks hareketler ve biyolojik temeller**, fizyolojik açıklamalardır; yaşantı kavramı bunlarla sınırlı değildir.

Cevap: C

12. Birey merkezli kurama göre ruhsal sorunların temelinde, bireyin **kendini gerçekleştirme eğiliminin engellenmesi** yer alır. **Kendini gerçekleştirme eğilimi**, bireyin doğuştan getirdiği gelişme ve potansiyelini ortaya koyma güdüsüdür; ancak **değer koşulları** ve dışsal beklentiler bu süreci baskıladığında birey kendi öznel yaşantısından uzaklaşır ve **bağdaşmazlık (uyumsuzluk)** ortaya çıkar. Bu durum psikolojik sorunların temelini oluşturur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Geçmiş travmaların bastırılması**, psikanalitik yaklaşımın açıklamasıdır; birey merkezli kuramda temel neden bu değildir.
- C) **Pekiştiricilerin etkisizliği**, davranışçı kuramla ilgilidir; burada sorun içsel süreçlerin engellenmesidir.
- D) **Bilişsel çarpıtmalar**, bilişsel terapiye aittir; birey merkezli yaklaşımda odak düşünce hataları değildir.
- E) **Sinir sistemi düzensizlikleri**, biyolojik açıklamalardır; birey merkezli kuram psikolojik süreç odaklanır.

Cevap: B

13. Birey merkezli kuramda **kendini gerçekleştirme**, bireyin doğuştan getirdiği potansiyelini ortaya koyma, geliştirme ve yaşamı boyunca bu kapasiteyi **aktif biçimde sürdürme** sürecidir. Bu kavram, bireyin yalnızca duygularını anlamasıyla sınırlı değil; aynı zamanda kendini **yönetmesi**, geliştirmesi ve üretken bir şekilde varlığını sürdürmesi anlamına gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Duyguları anlama ve ifade etme**, sürecin bir parçası olabilir ancak kendini gerçekleştirme kavramını tam olarak karşılamaz.
- B) **Kısa sürede hedefe odaklanma**, çözüm odaklı yaklaşıma aittir; birey merkezli kuram bu şekilde yapılandırılmış değildir.
- C) **Çevreyi kontrol ederek işlevselliği artırma**, daha çok bilişsel-davranışçı yaklaşımlarla ilişkilidir; burada odak içsel gelişimdir.
- E) **Bilişsel çarpıtmaları yeniden yapılandırma**, bilişsel terapiye özgüdür; kendini gerçekleştirme bu çerçevede açıklanmaz.

Cevap: D

14. Suna'nın kendisini değersiz ve yetersiz hissetmesi, başkalarından ve kendisinden beklentileri üzerinden değerlendirilmesi, birey merkezli kuramda **olumlu saygı** ve buna bağlı olarak gelişen **kendine saygı ihtiyacı** ile açıklanır. **Olumlu saygı**, bireyin başkaları tarafından kabul edilme ve değer görme ihtiyacıdır; bu ihtiyaç koşullu olduğunda birey kendini değersiz hissedebilir. **Kendine saygı** ise bireyin kendi benliğine yönelik değerlendirme-sidir ve dışsal kabul koşullarından etkilenir. Terapistin bu beklentiler üzerinde çalışması, bireyin daha sağlıklı bir benlik algısı geliştirmesini desteklemeye yöneliktir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**
- A) **Fizyolojik ihtiyaçlar**, Maslow'un temel ihtiyaçlar hiyerarşisine aittir; burada psikolojik benlik algısı ön plandadır.
- B) **Güvenlik ihtiyacı**, daha çok fiziksel ve çevresel güvenlikle ilgilidir; soruda benlik değeri vurgulanmaktadır.
- C) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, bilişsel terapiye özgüdür; burada odak benlik ve kabul süreçleridir.
- E) **Bağlanma ve ait olma ihtiyacı**, önemli bir sosyal ihtiyaçtır ancak soruda özellikle değer algısı ve benlik değerlendirmesi öne çıkmaktadır.

Cevap: D

15. Birey merkezli kuramda bireyin yaşantılarını sürekli değerlendirmesi, kendisi için geliştirici olan deneyimlere yönelmesi ve bu sürecin **kendini gerçekleştirme eğilimine dayanması**, **organizmik değerlendirme süreci** kavramıyla açıklanır. **Organizmik değerlendirme süreci**, bireyin yaşantılarını içsel ölçütlerine göre değerlendirerek kendisine iyi gelen ve gelişimini destekleyen deneyimlere yönelmesini ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) **Koşullu olmayan kabul**, terapistin danışana yönelik tutumudur; bireyin kendi içsel değerlendirme sürecini ifade etmez.
- C) **Öznel fenomenolojik alan**, bireyin algıladığı öznel dünyayı ifade eder; burada vurgulanan aktif değerlendirme sürecidir.
- D) **Empatik anlayış**, danışmanın danışanı anlama biçimidir; bireyin kendi yaşantısını değerlendirmesiyle ilgili değildir.
- E) **Benlik ve gerçek benlik uyumu**, bireyin içsel tutarlılığı ile ilgilidir; soruda süreç vurgulanmaktadır.

Cevap: B

1. Birey merkezli kuramda **olumlu saygı** ve **kendine saygı ihtiyacının karşılanması**, bireyin kendi benliğini kabul etmesini ve dışsal değer koşullarından uzaklaşmasını sağlar. Bu durum, bireyin **kendini gerçekleştirme eğilimini güçlendirir** ve içsel potansiyelini daha özgür biçimde ortaya koymasına olanak tanır. Böylece birey daha bütünlümlü, uyumlu ve gelişime açık hale gelir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Çevresel koşulları değiştirmeye odaklanma**, birey merkezli kuramda temel hedef değildir; odak bireyin içsel sürecidir.
- B) **Bilinç dışı çatışmaların çözümü**, psikanalitik yaklaşıma aittir; burada içsel kabul ve gelişim ön plandadır.
- C) **Düşünce kalıplarını yeniden yapılandırma**, bilişsel terapiye özgüdür; birey merkezli yaklaşımda düşünceyi değiştirmek hedeflenmez.
- D) **Olumsuz duyguları ifade etme**, sürecin bir parçasıdır ancak nihai sonuç değil; asıl hedef içsel gelişim ve kendini gerçekleştirmedir.

Cevap: E

2. Birey merkezli kuramda **değerli olma koşulları**, bireyin kabul görmek için kendi duygu ve ihtiyaçlarını bastırarak başkalarının beklentilerine göre davranmasıdır. Soruda bu durumu **yansıtmayan** davranış sorulmaktadır. **E seçeneğinde** Alev, başarısız olsa bile kendi öğrenme sürecine odaklanmaktadır. Yani davranışını başkalarının onayına göre değil, kendi içsel değerlendirmesine göre belirlemektedir. Bu nedenle **değerli olma koşullarına bağlı değildir** ve kendini gerçekleştirme eğilimiyle uyumludur. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Amirin tepkisini çekmemek için kendini ifade etmemek**, dışsal onaya göre davranmadır; değerli olma koşullarını yansıtır.
- B) **Ailenin onayını almak için meslek seçmek**, bireyin kendi isteğini bastırmasıdır; değerli olma koşullarına uygundur.
- C) **Grup tarafından kabul görmek için sigara içmek**, sosyal onay için davranışı değiştirmektedir; değerli olma koşullarını yansıtır.

- D) **Eşin beğenisini kazanmak için istemediği davranışı sürdürmek**, dışsal kabul için hareket etmektir; değerli olma koşullarına uygundur.

Cevap: E

3. Birey merkezli terapide süreç, danışanın kendi içsel kaynaklarını keşfetmesine ve kullanmasına dayanır. Danışan, kendi hedeflerini belirleyebilecek kapasiteye sahiptir ve değişim dış yönlendirme ile değil, **içsel farkındalık ve kendini gerçekleştirme eğilimi** ile gerçekleşir. Bu nedenle terapötik süreçte asıl amaç, danışanın kendi gelişimini kendisinin yönlendirmesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışan adına hedef belirleme ve süreci yönlendirme**, birey merkezli yaklaşıma aykırıdır; danışman yönlendirici değil kolaylaştırıcıdır.
- B) **Soruna odaklanıp çözüm üretmek**, daha direktif yaklaşımlara özgüdür; birey merkezli terapide odak bireyin kendisidir.
- C) **Danışanın sorumluluğunu üstlenmek**, bağımlılığı artırır; bu yaklaşımda danışanın sorumluluk alması desteklenir.
- E) **Hızlı tanımlama ve dışsal müdahale**, yapılandırılmış ve yönlendirici yaklaşımların özelliğidir; birey merkezli terapide süreç doğal gelişime bırakılır.

Cevap: D

4. Birey merkezli terapide temel amaç, danışanın **içsel kaynaklarını fark etmesi** ve **kendini gerçekleştirme eğilimi doğrultusunda gelişmesidir**. Bu yaklaşımda danışan, uygun terapötik koşullar sağlandığında kendi potansiyelini ortaya koyabilecek kapasiteye sahiptir. Terapinin amacı hazır çözümler sunmak değil, danışanın kendi yaşantısını anlamasını, kendine güvenmesini ve **tam işlevsel birey** olma yolunda ilerlemesini desteklemektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Hazır çözüm yolları sunma**, birey merkezli yaklaşıma aykırıdır; danışman yönlendirme yapmaz, danışanın kendi çözümünü bulmasına alan açar.
- C) **Davranışı yeniden yapılandırma**, davranışçı ve bilişsel yaklaşımlara aittir; burada amaç davranışı değiştirmek değil, içsel farkındalık geliştirmektir.
- D) **Sosyal normlara uyum sağlatma**, bireyin dış beklentilere göre yönlendirilmesini ifade eder; birey merkezli terapide bireyin öznel yaşantısı esas alınır.
- E) **Geçmiş yaşantıları analiz etme**, psikanalitik yaklaşıma özgüdür; birey merkezli terapide geçmişten çok danışanın yaşantıyı nasıl deneyimlediği önemlidir.

Cevap: A

5. Birey merkezli terapide amaç, danışanın **yeni yaşantılara açık olması, kendine güven geliştirilmesi, değerlendirmelerini içsel kaynağına dayandırması ve gelişimini sürdürmeye istekli olması** gibi özellikleri kazanmasını desteklemektir. Bu yaklaşımda bireyin kendi potansiyeline yönelmesi ve kendini gerçekleştirme esastır. **Anlatıları yeniden yapılandırma** ise birey merkezli yaklaşıma değil, öyküsel (narrative) yaklaşıma aittir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yeni yaşantılara açık olma**, tam işlevsel bireyin temel özelliklerinden biridir; bu nedenle amaçlar arasındadır.
- B) **Kendine güven geliştirme**, bireyin içsel kaynaklarına yönelmesi açısından temel bir hedefdir.
- C) **İçsel değerlendirme**, organizmik değerlendirme süreciyle ilişkilidir ve birey merkezli yaklaşımın temel amaçlarındandır.
- E) **Gelişimi sürdürmeye istekli olma**, kendini gerçekleştirme eğiliminin devamını ifade eder; bu da yaklaşımın amaçları arasındadır.

Cevap: D

6. Gizem'in davranışlarını başkalarının değerlendirmelerine göre şekillendirmesi, birey merkezli kuramda **değerli olma koşulları** ile açıklanır. Bu durumda birey, dışsal onay alabilmek için belirli davranış kalıplarını benimser ve zamanla bu **dışsal değerlendirmeleri benliğinin bir parçası haline getirerek içselleştirir**. Böylece birey, kendi **organizmik değerlendirme sürecinden uzaklaşır** ve benlik yapısı dış koşullara bağlı hale gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bilinç dışı çatışmaları çözme**, psikanalitik yaklaşıma aittir; burada sorun dışsal değer koşullarıdır.
- C) **Ödül ve ceza sistemi**, davranışçı kuramın açıklamasıdır; birey merkezli kuramda odak benlik ve değer algısıdır.
- D) **Bilişsel yapıyı değiştirme**, bilişsel terapiye özgüdür; burada düşünce değişiminden çok benlik ve kabul süreçleri ön plandadır.
- E) **Sosyal etkileşimden uzaklaşma**, benlik bütünlüğünü açıklayan bir süreç değildir; asıl mesele dışsal koşulların içselleştirilmesidir.

Cevap: B

7. Birey merkezli kuramda **değerli olma koşulları**, bireyin sevgi ve kabul görebilmek için çevresinin beklentilerine göre davranmasıyla oluşur ve başlangıçta **dışsaldır**, zamanla **içselleştirilerek benliğin parçası haline gelir**. Bu nedenle değerli olma koşulları doğuştan getirilen, değiştirilemez özellikler değildir; çevreyle etkileşim içinde öğrenilir ve değişebilir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sevgi kazanmak için olumlu davranış sergileme**, değerli olma koşullarının temelini oluşturur; birey kabul görmek için davranışlarını düzenler.
- B) **Başlangıçta dışsal olup zamanla içselleşme**, kuramın temel açıklamalarıdır.
- C) **Benlik sisteminin parçası olması**, içselleştirme süreciyle oluşur ve doğrudur.
- D) **Davranışların benimsenip kimliğe dahil edilmesi**, değer koşullarının benlik yapısına yerleşmesini ifade eder.

Cevap: E

8. Sercan'ın kendini değerli hissetmek için **dışsal ölçütlerle** (başarı, para, başkalarının beklentileri) dayanması, Birey merkezli kuramda **değerli olma koşullarına bağlı benlik** gelişimini gösterir. Bu durumda birey, kendi **organizmik değerlendirme sürecinden uzaklaşır** ve yaşantıları ile benliği arasında **bağdaşmazlık (içsel tutarsızlık)** oluşur. Bu tutarsızlık da kaygı ve ruhsal sıkıntılara yol açar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **İçsel değerlere dayanma ve kendini gerçekleştirme**, sağlıklı gelişimi ifade eder; soruda bunun tersi bir durum vardır.
- C) **Dışsal değer koşullarının kendini gerçekleştirme ile uyumlu olması**, kurama aykırıdır; bu koşullar genellikle gelişimi engeller.
- D) **Organizmik değerlendirme sürecine göre esneklik**, içsel değerlendirme ile mümkündür; Sercan bu süreçten uzaklaşmıştır.
- E) **Başarı ve para odaklılık**, içsel motivasyonu değil, dışsal değerlendirmeyi güçlendirir; bu durum benlik gelişimini desteklemez.

Cevap: A

9. Birey merkezli kuramda **içsel değerli olma**, bireyin kendi yaşantısına ve içsel değerlendirmesine dayanarak kendini değerli hissetmesidir; dışsal onay ve beklentilere bağlı değildir. Buna göre:
- I. Başarıya bağlı değer algısı, **dışsal ölçüte bağlıdır**; içsel değildir.
- II. Dürüstlüğe dayalı değer algısı, bireyin **kendi içsel ilkesine** dayanır; içseldir.
- III. Paraya bağlı değer algısı, **dışsal ölçüttür**; içsel değildir.
- IV. Olduğu gibi kabul edilmekle değer hissetme, bireyin **koşulsuz kabul deneyimiyle benlik değerini içselleştirmesi** ile ilişkilidir; içseldir.
- V. Sosyal normlara uyma, **dışsal beklentiye bağlıdır**; içsel değildir.

İçsel değerli olma örnekleri II ve IV'tür.

Cevap: B

10. Danışanın patron, iş arkadaşları ve ailesinin beklentilerine göre kendini değerlendirmesi, birey merkezli kuramda **değerli olma koşullarına bağlı benlik algısını** gösterir. Danışan, kendi içsel ölçütlerine göre değil, **çevresel beklentilere göre kendini değerlendirmekte** ve bu durum kaygı ile gerilim yaşamına yol açmaktadır. Bu da bireyin **organizmik değerlendirme sürecinden uzaklaştığını** ve benliğinin dışsal değerlendirmeyle ilgili hale geldiğini gösterir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **İçsel değer ölçütlerine dayanma**, sağlıklı benlik gelişimini ifade eder; soruda bunun tersi bir durum vardır.
- B) **Bilinç dışı çatışmalar**, psikanalitik yaklaşıma aittir; burada sorun dışsal beklentilere bağlı benliktir.
- C) **Pekiştirici eksikliği**, davranışçı kuramla ilgilidir; danışanın yaşadığı durum bu şekilde açıklanamaz.
- D) **Bilişsel çarpıtmalar ve yeniden yapılandırma**, bilişsel terapiye aittir; burada odak benlik ve değer algısıdır.

Cevap: E

11. Birey merkezli terapide kişilik değişimi için temel koşullar **empati, koşulsuz kabul** ve içtenlik/saygınlıktır. Ayrıca danışanın **bağdaşmazlık yaşamaması** ve sürece katılması da değişim için gerekli kabul edilir. **İrrasyonel inançları sorgulayıp değiştirme** ise bilişsel yaklaşımın özelliğidir ve Rogers'ın temel koşulları arasında yer almaz. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- B) **İrrasyonel inançları sorgulama ve değiştirme**, bilişsel terapiye özgüdür; birey merkezli yaklaşımda danışan yönlendirilmez.
- A) **Empati**, danışanın iç dünyasını onun bakış açısından anlamayı ifade eder ve temel koşullardandır.
- C) **Koşulsuz kabul**, danışanı yargılamadan olduğu gibi kabul etmeyi içerir ve terapötik ilişkinin temelidir.
- D) **Bağdaşmazlık (içsel çatışma)** ve sürece katılım, değişim için gerekli bir durumdur.

- E) **İçtenlik (saydamlık)**, danışmanın ilişkide gerçek ve dürüst olmasıdır ve temel koşullardan biridir.

Cevap: B

12. Birey merkezli terapide kişilik değişimi için temel koşullar **koşulsuz kabul, empati** ve içtenlik/saydamlıktır. Danışanın bu kabulü deneyimlemesi ve sürece katılması da değişim için önemlidir. Danışmanın **kendi değer yargılarını ve normatif görüşlerini sürece dahil etmesi** ise bu yaklaşıma aykırıdır; çünkü danışman yönlendirme yapmaz ve kendi değerlerini danışana empoze etmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Koşulsuz kabulün danışan tarafından deneyimlenmesi**, terapötik değişim için temel koşullardan biridir.
- B) **Empati**, danışanın yaşantısını onun bakış açısından anlamayı ifade eder ve temel koşullardan biridir.
- D) **İçtenlik (saydamlık)**, danışmanın samimi ve otantik olmasıdır; bu da temel koşullardan biridir.
- E) **Danışanın sürece aktif katılımı**, değişimin gerçekleşmesi için gerekli bir durumdur.

Cevap: C

13. Danışan, “eskisi gibi savunmaya geçmek yerine ne hissettiğine odaklandığını”, duygusunu **anında ve olduğu gibi ifade ettiğini** ve “içimden geçtiği gibi söyledim” diyerek yaşantısını **çarpıtmadan deneyimlediğini** belirtmektedir. Ayrıca “içimden geçenle söylediklerim aynıydı” ifadesi, yaşantı ile benlik arasında **uyum (bağdaşım)** oluştuğunu gösterir. Danışman da bunu “kendinle temas kurma” olarak yansıtmaktadır. Bu durum, bireyin duygularını bastırmadan **yaşamayı ve yaşadığı gibi ifade etmesi**, yani **organizmik ifadenin ortaya çıkışı** aşamasına karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Açılma**, danışanın kendini yeni yeni ifade etmeye başladığı erken aşamadır; burada daha ileri bir düzey söz konusudur.

- B) **Benliğe ilişkin yaşantıların ifade edilmesi**, daha çok geçmiş yaşantıların anlatılmasıdır; burada anlık ve doğrudan yaşama vardır.
- C) **Katılıktan kurtulma ve duyguları dile getirme**, duyguların fark edilip ifade edilmeye başlandığı aşamadır; ancak bu soruda duygular doğrudan yaşanmakta ve doğal biçimde ifade edilmektedir.
- E) **Özbiliş**, en ileri aşamadır; bireyin tam bütünleşme ve süreklilik kazanmış hali söz konusudur, sorudaki durum bu kadar ileri değildir.

Cevap: D

14. Rogers’a göre terapötik ilişki, danışanın kendini kabul edilmiş hissettiği, anlaşıldığı ve yargılanmadığı bir ortamdır. Bu nedenle danışmanın **koşulsuz kabul** göstermesi ve danışanın yaşantısını **empatik bir anlayışla kavramaya çalışması** temel koşullardan biridir. Bu tutum, danışanın kendi kapasitesini keşfetmesini ve değişimi içsel olarak gerçekleştirmesini sağlar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın yaşantılarını kendi değer yargılarına göre şekillendirme**, birey merkezli yaklaşıma aykırıdır; danışman yönlendirme yapmaz.
- B) **Duyguları gizleyerek mesafeli kalma**, içtenlik (saydamlık) ilkesine ters düşer; terapötik ilişkiyi zayıflatır.
- C) **Davranışçı teknikler kullanma**, bu yaklaşımın temelini oluşturmaz; burada ilişki ve kabul esastır.
- E) **Kendi fikirlerini sık sık paylaşma**, danışanı yönlendirme anlamına gelir; birey merkezli terapide danışman rehber değil kolaylaştırıcıdır.

Cevap: D

15. Danışan, danışmanın “kendi düşüncelerini saklamadan, dürüst ve içten bir şekilde paylaşması” sayesinde kendini güvende hissettiğini ve daha açık olduğunu ifade etmektedir. Bu durum, danışmanın ilişkide **gerçek, samimi ve otantik olması**, yani **duygu ve düşüncelerini uygun biçimde açıkça ortaya koyması** anlamına gelir. Bu özellik birey merkezli terapide **saydamlık (içtenlik)** olarak tanımlanır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Empatik anlayış**, danışanın yaşantısını ve duygularını onun bakış açısından anlamayı ifade eder; burada vurgu danışmanın kendini açık etmesidir.
- B) **Koşulsuz kabul**, danışanı yargılamadan kabul etmeyi içerir; soruda kabulden çok içtenlik vurgulanmaktadır.
- C) **Yansıtma**, danışanın söylediklerini geri ifade etmeye yönelik bir tekniktir; burada böyle bir durum yoktur.
- D) **Saygı**, danışana değer vermeyi ifade eder; ancak soruda özellikle açıklık ve dürüstlük ön plandadır.

Cevap: E

1. Danışan, “asıl sorunumun kendimle ilgili olduğunu fark ediyorum”, “hep rol oynuyorum” ve “kendimi olduğum gibi göstermediğimi anladım” ifadeleriyle **kendi benliğine ilişkin farkındalık geliştirmek** ve bu yaşantıları sözel olarak ifade etmektedir. Ancak duygularını henüz tam olarak yaşayarak ve yoğun biçimde ortaya koymaktan ziyade, onları **tanıma ve anlamlandırma düzeyindedir**. Bu durum, birey merkezli terapide **benliğe ilişkin yaşantıların ifade edilmesi** aşamasına karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Katılık**, danışanın kendini ifade etmediği ve değişime kapalı olduğu en erken aşamadır; burada açık ifade vardır.
- B) **Açılma**, sınırlı ve yüzeysel ifadelerin olduğu aşamadır; bu soruda daha derin farkındalık görülmektedir.
- C) **Duyguların katılıktan kurtulması**, duyguların yoğun şekilde yaşanıp ifade edildiği aşamadır; burada daha çok bilişsel farkındalık ön plandadır.
- E) **Özbiliş**, en ileri aşamadır; bireyin tam bütünleşmiş ve süreklilik kazanmış bir yapıya ulaşmasıdır, sorudaki durum bu düzeyde değildir.

Cevap: D

2. Danışman, “benim de hissettiklerimi tam olarak açığa vurmadığım için kendinizi güvende hissetmiyorsunuz” diyerek kendi tutumunu fark edip bunu **açık ve dürüst biçimde ifade etmektedir**. Bu, danışmanın iç dünyası ile dışa yansıttığı davranışları arasında **uyum ve samimiyet (bağdaşım/saydamlık)** olduğunu gösterir. Yani danışman rol yapmadan, gerçek yaşantısını ilişkiye dahil etmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Duyguları gizleme**, saydamlığa aykırıdır; burada danışman tam tersine açıklık göstermektedir.
- C) **Mesafeli tutum**, danışanın ifade sürecini zorlaştırır; bu diyalogda danışman yakın ve açık bir tutum sergilemektedir.
- D) **Yargılama**, birey merkezli yaklaşımda yer almaz; danışman değerlendirme yapmamaktadır.

- E) **Duyguları bastırma ve mesafeyi koruma**, saydamlık ilkesine ters düşer; burada danışman içtenlik göstermektedir.

Cevap: B

3. Birey merkezli yaklaşıma göre danışanda oluşan direnç çoğu zaman danışanın kendini **kabul etmemiş** ve **anlaşılmamış** hissetmesiyle ilişkilidir. Danışmanın, danışanın henüz hazır olmadığı duygulara yönelik **yorum yapması** ve bu süreçte danışanı savunmaya itmesi, terapötik ilişkiyi zedeler ve danışmada **direnç oluşmasına neden olur**. Bu nedenle danışanın savunma geliştirmesine yol açan yorumlar, danışmandan kaynaklanan direncin en güçlü nedenlerinden biridir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Özetleme**, danışanı anlama ve yansıtma amacına hizmet eder; direnç oluşturmaz.
- B) **Sorgusuz onaylama**, her ne kadar yüzeysel olsa da doğrudan direnç oluşturan bir müdahale değildir.
- D) **Açık uçlu sorular**, danışanın kendini ifade etmesini destekler; direnç oluşturma olasılığı düşüktür.
- E) **Sessizliği kullanma**, uygun şekilde kullanıldığında danışanın kendini keşfetmesine yardımcı olur; direnç oluşturmaz.

Cevap: C

4. Danışmanın danışanı bölmeden dinlemesi, duygularına odaklanması, yönlendirme yapmaması ve zaman zaman **duyguları yansıtması**, birey merkezli yaklaşımda tekniklerden çok danışmanın **insani niteliklerinin (empati, koşulsuz kabul, içtenlik)** belirleyici olduğunu gösterir. Bu yaklaşımda değişimi sağlayan şey belirli teknikler değil, **terapötik ilişkinin niteliğidir**. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Yüzleştirme**, danışanın çelişkilerini doğrudan ortaya koymayı içerir; bu soruda böyle bir müdahale yoktur.
- C) **Duygu ve düşünceleri analiz etme**, daha yapılandırılmış yaklaşımlara aittir; burada analiz değil, anlama ve yansıtma vardır.

- D) **Koşullu pekiştirme**, davranışçı kuramın yön-temidir; birey merkezli terapide kullanılmaz.
- E) **Görev paylaşımı**, daha planlı ve yapılandırılmış terapilere özgüdür; burada süreç doğal ve danışan merkezlidir.

Cevap: A

5. Danışanın geçmişteki kayba dair duygularını ifade etmekten kaçınması, soruları geçiştirme ve duygulanmasına rağmen bunu açmaması, birey merkezli kuramda **danışanın kendisinden kaynaklanan direnç**tir. Bu, danışanın acı veren yaşantılarıyla yüzleşmeye henüz hazır olmamasıyla ilişkilidir ve **birinci tür direnç** olarak tanımlanır. Psikolojik danışmanın süreci zorlamadan, doğal akışında sürdürmesi ise danışanın hazır oluşunu bekleyerek ona **zaman tanıma** yaklaşımını gösterir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İkinci tür direnç – direktif teknik**, danışmandan kaynaklanan dirençtir; burada direnç danışandan gelmektedir.
- B) **Yüzleştirme ve çözümleme**, danışanı zorlayabilir; birey merkezli yaklaşımda tercih edilmez.
- C) **Yüzleştirmeci müdahale**, danışanın hazır olmadığı durumda direnci artırır; uygun değildir.
- E) **İkinci tür direnç**, danışmandan kaynaklanır; soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: D

6. Danışan ilk görüşmede **katı, umutsuz ve mesafeli** bir tutum sergilerken; üçüncü görüşmede “öfke hissettiğini fark ettiğini” ve bunun **kendisine ait olduğunu kabul ettiğini** ifade etmektedir. Bu durum, danışanın artık içsel yaşantılarını **fark etmeye başladığını** ve bu yaşantıları **ifade etme sürecine girdiğini** gösterir. Ancak henüz tam bir bütünleşme yoktur; süreç devam etmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Duyguları inkâr etme**, ilk aşamaya daha yakındır; burada danışan artık duygularını fark etmektedir.

- B) **Son aşamaya ulaşma**, tam bütünleşme ve özbilgi ifade eder; danışan henüz bu düzeyde değildir.

- D) **Benlik bütünlüğü kazanma**, ileri aşamadır; burada henüz fark etme ve ifade etme süreci vardır.

- E) **Sürece dâhil olmama**, başlangıç durumunu ifade eder; danışan artık içsel yaşantılarına yönelmiştir.

Cevap: C

7. Danışan, “ne hissettiğim konusunda hiçbir fikrim yoktu” ifadesinden “artık bazı şeyleri konuşmak istiyorum” noktasına gelmiş, özellikle aileyle ilgili konuları **paylaşmaya hazır olduğunu** belirtmiştir. Aynı zamanda “bir tarafım hâlâ direniyor ama diğer tarafım anlatmak istiyor” diyerek **ikircikli bir durum** yaşamaktadır. Bu, birey merkezli terapide danışanın kendini **yavaş yavaş açmaya başladığı**, ancak hâlâ tam bir rahatlık ve derin ifade düzeyine ulaşmadığı aşamayı gösterir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Yaşantıların benlikle bütünleşmesi**, ileri bir aşamadır; burada hâlâ direnç ve kararsızlık vardır.

- C) **Organizmik güven**, bireyin içsel yönelimine güvenmesiyle ilgilidir; bu düzey henüz oluşmamıştır.

- D) **Özbiliş**, en ileri aşamadır; danışan henüz bu düzeye ulaşmamıştır.

- E) **Benlik yaşantılarını ifade etme**, daha ileri bir aşamadır; burada henüz ifade etme isteği yeni gelişmektedir.

Cevap: A

8. Danışan, "yıllardır kendimi başkalarının beklentilerine göre şekillendirmişim" diyerek **değer koşullarının farkına varmakta**, "neyi neden yaptığımı daha net görüyorum" ve "hangi duyguların bana ait olduğunu ayırt edebiliyorum" ifadeleriyle **kendini anlama ve farkındalık düzeyinin belirgin şekilde arttığını** göstermektedir. Bu durum, bireyin kendini, duygularını ve yaşantılarını bilinçli biçimde kavradığı **özbiliş düzeyine ulaşma** aşamasını yansıtır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Duyguların dile getirilmesi**, daha erken aşamadır; burada yalnızca ifade değil, derin farkındalık vardır.
- C) **Yaşantıların benlikle bütünleşmesi**, duyguların kabulü ile ilgilidir; bu soruda bilişsel farkındalık daha baskındır.
- D) **Organizmik ifade**, duyguların yaşanması ve doğal biçimde ifade edilmesidir; burada daha çok anlama ve çözümleme vardır.
- E) **Benliğe ilişkin yaşantıların ifade edilmesi**, farkındalığın başlangıç düzeyidir; burada daha ileri bir düzey söz konusudur.

Cevap: B

9. Danışmanın ilk tepkisi "zor bir dönemden geçiyorsun..." ifadesiyle danışanın yaşantısını **anladığını hissettirmeye yönelik empatik bir tepkidir**. İkinci tepkide "ailenin beklentilerinin seni zorladığını..." diyerek danışanın anlattığı **olayı ve düşünce içeriğini (bilişsel yönünü) anlamakta ve bunu danışana geri yansıtmaktadır**, yani **içerik yansıtması** yapmaktadır. Üçüncü tepkide ise "kırgınlık ve değersizlik hissi yaşıyorsun" diyerek danışanın duygusunu doğrudan ifade etmekte, yani **duygu yansıtması** yapmaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Saydamlık**, danışmanın kendi duygu ve düşüncelerini uygun ve dürüst bir biçimde paylaşmasıdır; bu diyalogda danışman kendi yaşantısını ifade etmemektedir.
- B) **Sıralama hatalıdır**; verilen tepkiler empati → içerik → duygu şeklindedir.

- D) **Koşulsuz kabul**, danışanı herhangi bir koşula bağlamadan, yargılamadan ve olduğu gibi değerli kabul etmeyi ifade eder; ancak bu soruda istenen şey bir tutum değil, kullanılan becerilerin sıralamasıdır.

- E) **Sıralama hatalıdır**; ikinci tepki duygu değil içerik yansıtmadır.

Cevap: C

10. Birey merkezli kuramda **koşulsuz kabul**, danışanın duygu, düşünce ve yaşantılarının hiçbir koşula bağlanmadan, yargılanmadan ve değiştirme amacı güdülmeden kabul edilmesidir. Bu tutum, danışanın kendini **özgürce ifade edebilmesini** ve olduğu gibi kabul edildiğini hissetmesini sağlar. Danışanın yaşantılarının olduğu gibi kabul edilmesi ve kendini özgürce ifade etmesine alan açılması, koşulsuz kabulün en doğru yansımasıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Davranışı düzeltmeye odaklanma**, koşulsuz kabulü bozar; çünkü kabul, değiştirme amacı içermez.
- B) **Yargılamadan dinlemek ve açık olmak**, doğru bir yönü içerir ancak özgür ifade boyutu eksiktir.
- C) **Yönlendirme yapmak**, birey merkezli yaklaşıma aykırıdır; danışan yönlendirilmez.
- D) **Yalnızca olumlu yönleri desteklemek**, koşullu kabul anlamına gelir; bu durum koşulsuz kabul değildir.

Cevap: E

11. Esra'nın yalnızca başarılı olduğunda kendini değerli hissetmesi, başarısızlıklarını küçümsemesi ve zamanla kendi ilgi ve ihtiyaçlarını tanıyamaması, birey merkezli kuramda değerli olma koşullarına bağlı benlik gelişimini gösterir. Bu durumda birey, kendi organizmik yaşantılarından uzaklaşır ve benlik algısı ile gerçek yaşantıları arasında uyumsuzluk (bağdaşmazlık) ortaya çıkar. Bu uyumsuzluk da kaygı ve içsel huzursuzluğa yol açar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Özdeşleşme figürü eksikliği, psikanalitik ve sosyal öğrenme temelli açıklamalara yakındır; burada temel sorun değer koşullarıdır.
- C) Kimlik karmaşası, Erikson'un psikososyal gelişim kuramına aittir; sorudaki durum benlik-yaşantı uyumsuzluğudur.
- D) Otomatik düşünceler ve şemalar, bilişsel terapiye özgüdür; burada odak benlik ve değer algısıdır.
- E) Pekiştirici eksikliği ve öğrenilmiş çaresizlik, davranışçı yaklaşımla ilgilidir; sorudaki durum bu şekilde açıklanmaz.

Cevap: B

12. Danışman, sürecin henüz başında danışanı geçmiş travmalarla **yüzleştirmeye zorlamakta** ve yönlendirici bir tutum sergilemektedir. Buna bağlı olarak danışanın içine kapanması, paylaşımının azalması ve konuları geçiştirmesi, birey merkezli kuramda danışmandan kaynaklanan **ikinci tür dirençtir**. Bu direnç, danışmanın danışanın hazır olmadığı bir noktada **müdahaleci davranması** sonucu ortaya çıkar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Birinci tür direnç**, danışanın kendi içsel kaçınmasıyla ilgilidir; burada neden danışmandır.
- B) **Hazır olmayış**, doğru bir yön içerir ancak direnç türü yanlış verilmiştir; bu durum ikinci türdür.
- C) **Yargılayıcı tutum**, direnç oluşturabilir ancak soruda vurgulanan asıl neden müdahaleciliktir.
- E) **Benlik çatışmaları**, danışanın içsel süreçlerine aittir; burada direnç danışmandan kaynaklanmaktadır.

Cevap: D

13. Rogers'a göre terapötik süreçte danışan, yaşantılarını önce fark eder, sonra ifade eder ve ilerleyen aşamalarda bu yaşantıları **benliğiyle bütünleştirir**. Bu diyalogda danışan, "kırılganlığımı fark ettim" demekle kalmayıp, "bastırdığım yönlerin beni ben yapan şeyler olduğunu kabul ediyorum" diyerek daha önce reddettiği yaşantıları **benliğinin bir parçası haline getirdiğini** göstermektedir. Bu, Rogers'ın tanımladığı süreçte **yaşantıların benlikle bütünleşmesi aşamasıdır. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Benliğe ilişkin yaşantıların ifade edilmesi**, fark etme ve anlatma düzeyidir; burada kabul ve bütünleşme vardır.
- B) **Katılıktan kurtulma ve duyguların dile getirilmesi**, duyguların ortaya çıkmaya başladığı aşamadır; burada daha ileri bir kabul söz konusudur.
- C) **Organizmik ifade**, duyguların yaşanmasıdır; ancak bu soruda vurgu kabul ve bütünleşme dedir.
- D) **Özbiliş**, en ileri aşamadır; burada tam ve sürekli bir bütünleşme düzeyi yoktur.

Cevap: E

14. Danışmanın I. ifadesinde “emek veriyorsun ama istediğin sonucu alamıyorsun” diyerek danışanın anlattığı durumu, yani **olay ve düşünce içeriğini (bilişsel yönünü)** anlayıp ona geri yansıttığı görülür; bu **içerik yansımasıdır**. II. ifadesinde ise “hayal kırıklığı” ve “yetersizlik” duygularını adlandırarak danışanın yaşadığı **duyguyu doğrudan ifade etmektedir**, bu da **duygu yansımasıdır**. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Özetleme**, danışanın anlattıklarını kısaltarak ana noktalarıyla yeniden ifade etmektir; **yüzleştirme** ise danışanın çelişkili duygu, düşünce ve davranışlarını fark etmesini sağlamak için bu çelişkileri ortaya koymaktır. Bu diyalogda bu tür bir müdahale yoktur.
- B) **Anlam kişiselleştirme**, danışanın ifade ettiği içerik ve duyguları birlikte ele alarak bunlara daha derin bir anlam kazandırmak ve içgörü geliştirmesini sağlamaktır. Bu soruda ise içerik ve duygu ayrı ayrı yansıtılmış, birlikte derinleştirilmemiştir.
- D) **Duygu yansıması**, danışanın duygularını ifade etmektir; **koşulsuz kabul** ise danışanı yargılamadan, olduğu gibi kabul etme tutumudur. Soruda beceri sıralaması sorulmaktadır.
- E) **Destekleyici tepki**, danışanı cesaretlendiren ve güçlendiren ifadelerdir; **özetleme** ise anlatılanları kısa ve öz biçimde toplamaktır. Verilen ifadeler bu becerilerle örtüşmemektedir.

Cevap: C

15. Birey merkezli terapide psikolojik danışman, danışanı yönlendirmez; onun yerine **empati, koşulsuz kabul ve içtenlik** ile danışanın kendi içsel kaynaklarını keşfetmesine alan açar. Danışanın düşüncelerini değiştirmeye yönelik doğrudan müdahaleler bu yaklaşıma ait değildir. **Bilişsel çarpıtmaları belirleyip işlevsel düşünceler önermek**, bilişsel terapinin özelliğidir ve birey merkezli anlayışla uyumlu değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yargılamadan kabul etmek**, danışana güvenli bir ortam sunar ve koşulsuz kabul ilkesine uygundur.
- B) **Empati**, danışanın yaşantısını onun bakış açısından anlamayı ifade eder ve temel koşullardandır.
- C) **İçtenlik (saydamlık)**, danışmanın samimi ve otantik olmasıdır; bu da yaklaşımın temelidir.
- E) **Koşulsuz kabul**, danışanın kendini değerli hissetmesini destekler ve terapötik ilişkinin temelidir.

Cevap: D

1. Varoluşçu danışma yaklaşımı; insanı belirlenmiş bir yapıdan çok **özgür, seçim yapabilen ve kendi yaşamının sorumluluğunu üstlenen bir varlık** olarak ele alır. Bu yaklaşımda bireyin yaşamına yüklediği anlam, varoluşunu sorgulaması, ölüm, yalnızlık, özgürlük ve sorumluluk gibi temel temalar ön plandadır. Fenomenolojik bakış açısına göre önemli olan olayların kendisi değil, bireyin bu olayları nasıl algıladığı ve anlamlandırdığıdır. Terapötik süreçte **danışanın farkındalığının artırılması, kendi seçimlerini sahiplenmesi ve daha otantik bir yaşam sürmesi** amaçlanır. Buna göre:

- I. **Danışanın yaşantısındaki anlamsızlığı sorgulaması** Varoluşçu yaklaşımın temelini oluşturan anlam arayışıyla doğrudan ilişkilidir ve bu nedenle uygundur.
- II. **Terapötik sürecin özgürlük ve sorumluluk ekseninde şekillenmesi** bireyin kendi yaşamının yazarı olduğu anlayışını yansıttığı için Varoluşçu yaklaşımın merkezindedir.
- III. **Terapistin danışanın bilinç dışı dürtülerine odaklanması** psikanalitik yaklaşıma aittir ve Varoluşçu anlayışla örtüşmez.
- IV. **Kişiliğin erken çocukluk döneminde şekillendiği varsayımı** belirlenimci bir bakış açısıdır ve Varoluşçu yaklaşımın özgürlük vurgusuna aykırıdır.
- V. **Bilişsel çarpıtmaların yapılandırılması ve yeniden değerlendirilmesi** bilişsel davranışçı terapiye özgü bir müdahaledir.

I. ve II. öncüllerdeki açıklamalar Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımıyla örtüşmektedir.

Cevap: A

2. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; bireyin **kendi varoluşunun farkına varması**, yaşamına **anlam yükleme**, **özgürlük ve sorumluluk** bilinci geliştirmesi ve yaşantılarını **fenomenolojik** olarak nasıl algıladığını keşfetmesi üzerine temellenir. Bu yaklaşımda terapist, danışanın yaşadığı olaylardan çok bu olayları nasıl **anlamlandırdığına** odaklanır; amaç danışanın kendi seçimlerinin sorumluluğunu üstlenmesi ve **varoluşsal kaygılarla yüzleşerek** daha otantik bir yaşam kurabilmesidir. Buna karşılık **bilinç dışı süreçlerin yorumlanması**, geçmiş yaşantıların çözümleme-

si ve dürtü analizi varoluşçu yaklaşımın değil, **psikanalitik yaklaşımın** temelini oluşturur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Varoluş bilincine ulaşmaya rehberlik etmek** Varoluşçu yaklaşımın temel amaçlarından biridir ve uygundur.
- C) **Sorumluluğu fark ettirmek** bireyin kendi seçimlerinin sonuçlarını üstlenmesini sağladığı için yaklaşımın merkezindedir.
- D) **Fenomenolojik inceleme** danışanın yaşantıyı nasıl algıladığını anlamaya yöneliktir ve Varoluşçu yaklaşımın temel yöntemidir.
- E) **Ölüm ve yaşam kaygısıyla yüzleşme** varoluşsal temaların ele alınması açısından bu yaklaşımın önemli bir boyutudur.

Cevap: B

3. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; bireyin **kendi yaşamına anlam verme çabası**, **özgürlük ve sorumluluk** bilinci ve yaptığı seçimlerin sonuçlarını sahiplenmesi üzerine temellenir. Bu yaklaşımda insan, kendi yaşamının **yazarı** olarak görülür ve terapötik süreçte danışanın “nasıl yaşamak istiyorum?” sorusuna yanıt bulması desteklenir. Dolayısıyla danışmandan beklenen ifade; danışanın **anlam arayışını vurgulayan, seçim yapma özgürlüğünü hatırlatan** ve bu seçimlerin **sorumluluğunu üstlenmesini teşvik eden** bir içerikte olmalıdır. Bu özellikleri doğrudan yansıtan ifade, yaşamda anlamın bireyin kendi elinde olduğunu ve seçimlerinin sonuçlarını üstlenmesi gerektiğini belirten seçenektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilinç dışı süreçlere vurgu** psikanalitik yaklaşıma aittir ve Varoluşçu anlayışla örtüşmez.
- B) **Davranışın uyarılarla şekillenmesi** davranışçı yaklaşımın temel varsayımdır.
- D) **Düşüncelerin yeniden yapılandırılması** bilişsel davranışçı terapiye özgüdür.
- E) **Aile ilişkileri üzerinden kişilik analizi** psikanalitik ve aile temelli yaklaşımlarla ilişkilidir.

Cevap: C

4. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; insanı belirlenmiş, sabit ve çözümlenmesi gereken bir yapıdan çok, **kendi varoluşunu sürekli inşa eden, özgür seçimler yapan** ve bu seçimlerin sorumluluğunu üstlenen bir varlık olarak ele alır. Bu anlayışta insan, “ne olduğu”ndan ziyade “ne olabileceği” ile değerlendirilir; yani **durağan değil, sürekli oluş hâlinindedir**. Aynı zamanda birey, kendi yaşamına anlam yükleyen ve kendisini yeniden yaratan **özgün ve biricik bir varoluştur**. Soruda Ayçin’in “Ben kimim?” gibi sorularla kendi varoluşunu sorgulaması ve danışmanın onun özgünlüğünü fark etmesine destek olması, bu yaklaşımın insan anlayışıyla doğrudan örtüşmektedir. Bu özellikleri en iyi yansıtan ifade, insanın nesne değil, kendini sürekli yaratan bir varoluş olduğunu vurgulayan seçenektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Bilinç dışı süreçler ve içgüdüler** psikanalitik yaklaşımın belirlenimci insan anlayışını yansıtır.
- C) **Durağan ve değişmez insan anlayışı** Varoluşçu yaklaşımın “sürekli oluş” ilkesine aykırıdır.
- D) **Çevresel uyaranlara tepki olarak şekillenme** davranışçı yaklaşımın temel varsayımdır.
- E) **Geçmiş yaşantıların belirleyiciliği** yine belirlenimci yaklaşımlara özgüdür ve Varoluşçu anlayışla örtüşmez.

Cevap: A

5. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında insanın dünyada varoluşu dört temel düzeyde ele alınır ve bunlardan biri olan **Eigenwelt**, bireyin **kendi içsel dünyası**, kendini nasıl algıladığı, kim olduğu ve varoluşunu nasıl anlamlandırdığı ile ilgilidir. Bu düzeyde birey, “Ben kimim?”, “Nasıl biriyim?” gibi sorularla kendi öznel yaşantısını ve kimliğini sorgular. Soruda Orhan’ın kendini başkalarının gözünden tanımlaması ve içsel olarak **tanımsızlık duygusu** yaşaması, onun kendi benliğini ve öznel varoluşunu anlamlandırmada güçlük yaşadığını göstermektedir. Bu durum doğrudan bireyin **içsel benlik farkındalığına** ilişkin olduğu için Eigenwelt düzeyiyle ilişkilidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Mitwelt** kişiler arası ilişkiler ve sosyal dünya ile ilgilidir; soruda temel vurgu içsel benliktir.

- B) **Umwelt** biyolojik ve fiziksel varoluş alanını ifade eder.
- D) **Überwelt** bireyin ideal, değerler ve inançlar dünyasıyla ilişkilidir.
- E) **Gemeinschaft** Adlerci yaklaşımda yer alan toplumsal ilgi kavramıdır, Varoluşçu düzeylerden biri değildir.

Cevap: C

6. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; insanı **dünya ile ilişkisi içinde**, ondan ayrı ve izole bir varlık olarak değil, **içinde bulunduğu yaşam bütünlüğünün bir parçası** olarak ele alır. Bu anlayışta birey, hem kendisini hem de çevresini sürekli sorgulayan, **özgür seçimler yapan**, bu seçimlerin sorumluluğunu üstlenen ve bu süreçte kendini **sürekli yeniden yaratan** dinamik bir varlıktır. Soruda danışmanın “Dünyadan ayrı bir varlık değil-sin; yaşam bir bütündür” ifadesi, bireyin dünya ile **ayrılmaz bütünlüğünü** ve varoluşunun bu bütün içinde şekillendiğini vurgulamaktadır. Bu vurgu, Varoluşçu yaklaşımın insanı hem bütünün parçası hem de kendini sürekli inşa eden bir varlık olarak gören temel ilkesine karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Yalnız ve izole varlık** Varoluşçu yaklaşımda vurgulanan “dünya ile bütünlük” anlayışına aykırıdır.
- C) **Genetik belirlenim** biyolojik indirgemeciliği temsil eder ve Varoluşçu yaklaşımın özgürlük vurgusuyla çelişir.
- D) **Sadece çevresel etki** davranışçı bakış açısını yansıtır.
- E) **Sabit kişilik özellikleri** Varoluşçu yaklaşımın “sürekli oluş ve değişim” ilkesine ters düşer.

Cevap: B

7. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımına göre insan, **özgür seçimler yapabilen**, bu seçimlerin sonuçlarını **üstlenmekle yükümlü olan** ve yaşamına bu doğrultuda **anlam kazandıran** bir varlıktır. Bu yaklaşımda birey, kendi yaşamının **sorumluluğunu almakla** hem özgürlüğünü gerçekleştirir hem de varoluşunu inşa eder. Danışma sürecinde

temel amaçlardan biri, bireyin kendi davranışlarının sonuçlarıyla **yüzleşmesi** ve bu süreçte daha **otentik bir yaşam** kurabilmesidir. Buna karşılık insan davranışlarını tamamen **geçmiş yaşantılarla açıklamak**, bireyin **özgürlüğünü ve sorumluluğunu ortadan kaldıran belirlenimci** bir bakış açısını yansıtır ve varoluşçu anlayışla bağdaşmaz. Bu nedenle **insan davranışlarının nedenlerinin tamamen geçmiş yaşantılara dayandığını savunan ifade yanlıştır. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Özgürlük ve sorumluluk birlikte ele alınır** birey seçimlerinde özgürdür ancak bu seçimlerin sorumluluğundan kaçamaz.
- B) **Sorumluluk ve kendini gerçekleştirme** bireyin potansiyelini ortaya koymasında temel bir unsurdur.
- C) **Davranış sonuçlarını üstlenme** Varoluşçu terapinin önemli hedeflerinden biridir.
- D) **Yüzleşme ve anlam oluşturma** bireyin kendi yaşamına anlam kazandırmasını sağlar.

Cevap: E

8. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında insanın dünyada varoluşu farklı düzeylerde ele alınır ve **Umwelt**, bireyin **fiziksel dünyadaki varoluşunu**, yani beden, sağlık, hastalık, yaşlanma ve ölüm gibi **biyolojik gerçekliklerle ilişkisini** ifade eder. Bu düzeyde ortaya çıkan kaygılar, bireyin varlığını sürdürme ve fiziksel bütünlüğünü koruma çabasıyla ilgilidir. Soruda danışanın **hastalık ve yaşlanma korkusu, ölümle barışık olmama** ve dış dünyayı **tehditkâr algılayarak kaçınma davranışları geliştirmesi**, doğrudan fiziksel varoluşuna yönelik tehdit algısıyla ilişkilidir. Bu nedenle yaşanan varoluşsal kaygı, bireyin biyolojik ve fiziksel varoluş alanını kapsayan Umwelt düzeyinde temellenmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Mitwelt** kişiler arası ilişkiler ve sosyal dünya ile ilgilidir.
- B) **Eigenwelt** bireyin içsel benliği ve kendilik farkındalığıyla ilişkilidir.
- C) **Überwelt** değerler, inançlar ve ideal dünya ile ilgilidir.
- E) **Symbolwelt** varoluşçu yaklaşımın temel varoluş düzeyleri arasında yer almaz.

Cevap: D

9. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; insanı **sabit ve belirlenmiş bir varlık** olarak değil, **sürekli oluş hâlinde olan**, kendini deneyimleri doğrultusunda **yeniden kurabilen** ve bu süreçte **özgürlük ile sorumluluk** arasında denge kuran dinamik bir varlık olarak ele alır. Birey geçmiş yaşantılarından etkilenir ancak bu etkilenme onu belirlemez; insan her zaman yeni seçimlerle kendini yeniden oluşturabilir. Soruda Kübra'nın kendisini artık değişmez biri olarak görmemesi ve yaşantılarının onu etkilediğini fakat bu etkinin **sabit olmadığını fark etmesi**, varoluşçu yaklaşımın insanın **kendini sürekli yaratma ve yeniden inşa etme** anlayışıyla örtüşmektedir. Bu dinamik yapıyı en uygun biçimde yansıtan ifade, insanın yaşamı boyunca **özgürlük ve sorumluluk arasındaki gerilimle yüzleştiğini** vurgulayan seçenektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Geçmiş deneyimler ve bilinç dışı belirleyicilik** insan davranışlarını yalnızca geçmiş yaşantılar ve bilinç dışı süreçlerle açıklayan, psikanalitik yaklaşımı yansıtır ve varoluşçu anlayışla örtüşmez.
- C) **Durağan ve değişmez insan anlayışı** varoluşçu yaklaşımın insanın sürekli oluş hâlinde olduğu görüşüne aykırıdır.
- D) **Biyolojik dürtülerle belirlenme** insan davranışlarını yalnızca içgüdüler ve dürtülerle açıklayan, psikanalitik yaklaşımı yansıtır ve varoluşçu anlayışla örtüşmez.
- E) **Pasif organizma anlayışı** davranışçı yaklaşımı temsil eder ve bireyin öznel seçimlerini göz ardı eder.

Cevap: A

10. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; insanın **kendi farkındalığıyla seçim yapabilmesi**, **özgürlük ve sorumluluk** bilinciyle hareket etmesi, yaşamına **kendi değerleri doğrultusunda anlam kazandırması** ve diğer insanlarla **anamlı ilişkiler kurarak kimliğini oluşturmaya** üzerine temellenir. Bu yaklaşımda birey, kendi yaşamının yazarıdır ve davranışları **bilinç dışı çatışmalarla değil**, seçimleri ve anlam arayışıyla açıklanır. Buna göre:

- I. İnsan, kendi farkındalığı doğrultusunda seçimler yapabilme kapasitesine sahiptir. Varoluşçu yaklaşımın özgürlük ve farkındalık vurgusuyla uyumludur.
- II. Yaşamın temelinde kişinin özgürlükle birlikte gelen sorumluluğu vardır. Varoluşçu yaklaşımın merkezinde yer alan temel ilkelerden biridir.
- III. Davranış bozuklukları büyük ölçüde bilinç dışı çatışmaların sonucudur. İnsan davranışlarını bilinç dışı süreçlerle açıklayan psikanalitik yaklaşımı yansıtır ve Varoluşçu anlayışla örtüşmez.
- IV. İnsan, diğer bireylerle anlamlı ilişkiler kurarak kimliğini oluşturur. Varoluşçu yaklaşımda kişiler arası ilişkiler ve kimlik oluşumu önemli bir yer tutar.
- V. Yaşamın anlamı, bireyin kişisel değer, amaç ve hedeflerini oluşturmasıyla ortaya çıkar. Varoluşçu yaklaşımın anlam arayışı temasını yansıtır.

Yalnız III numaralı öncüldeki ifade varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımıyla örtüşmemektedir.

Cevap: A

11. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında insanın dünyada varoluşu farklı düzeylerde ele alınır ve bu düzeylerden **Mitwelt**, bireyin **diğer insanlarla kurduğu ilişkileri**, toplumsal bağlarını ve kişiler arası etkileşimlerini ifade eder. Bu düzeyde bireyin başkalarıyla **sahici ilişki kurabilmesi**, güven geliştirmesi ve kendini sosyal dünyada konumlandırması önemlidir. Soruda danışanın "insanlar beni sevmiyor" şeklindeki düşünceleri, başkalarına karşı **güvensizlik yaşaması** ve **sahici bağ kurmakta zorlanması**, doğrudan kişiler arası ilişkiler alanına işaret etmektedir. Bu nedenle yaşanan zorluk, bireyin sosyal dünyadaki varoluşunu temsil eden Mitwelt düzeyiyle ilişkilidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Eigenwelt** bireyin içsel benliği ve kendilik farkındalığıyla ilgilidir.
- C) **Überwelt** bireyin değerler, inançlar ve ideal dünyasıyla ilişkilidir.
- D) **Umwelt** biyolojik ve fiziksel varoluş alanını ifade eder.

- E) **Symbolwelt** varoluşçu yaklaşımın temel varoluş düzeyleri arasında yer almaz.

Cevap: A

12. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; bireyin yaşamına **anlam verme çabası, amaç ve değerlerini sorgulaması** ve "neden yaşıyorum?" gibi sorulara yanıt araması üzerine temellenir. Bu yaklaşımda bireyin zaman zaman **anlamsızlık duygusu** yaşaması, varoluşsal sorgulamanın doğal bir parçası olarak görülür. Soruda Pelin'in "neden buradayım, neye inanıyorum, hiçbir şeyin anlamı yok gibi" ifadeleri, doğrudan bireyin **yaşamın anlamını, amacını ve değerlerini sorguladığını** göstermektedir. Bu nedenle ifade, varoluşçu yaklaşımda merkezi bir yer tutan **anlam arayışı** ile ilişkilidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sosyal ilişki sorunları** kişiler arası düzeyle ilgilidir, anlam sorgulamasını açıklamaz.
- C) **Bedenle ilgili kaygılar** fiziksel varoluş (Umwelt) ile ilişkilidir.
- D) **Toplumsal roller** sosyal beklentilerle ilgilidir.
- E) **Günlük stres faktörleri** yüzeysel çevresel zorlanmaları ifade eder, varoluşsal sorgulamayı kapsamaz.

Cevap: B

13. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında bireyin "Ben kimim?" gibi sorular sorması, kendi varlığını, kimliğini ve öznel yaşantısını sorgulaması **içsel farkındalık** süreciyle ilgilidir. Bu durum, bireyin kendi benliğini tanıma, kendini anlamlandırma ve kimliğini oluşturma çabasını ifade eder. Danışanın düşünce ve duygularının başkaları tarafından anlaşılmadığını hissetmesi ise bu içsel sorgulamayı daha da derinleştiren bir deneyimdir. Dolayısıyla bu anlatı, bireyin kendi iç dünyasına yöneldiği ve **kimlik arayışı içinde olduğu içsel düzeyi** yansıtmaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) **İlişkisel izolasyon** kişiler arası uzaklık ve kopuklukla ilgilidir; burada temel vurgu içsel sorgulamadır.

- B) **Doğal çevre farkındalığı** fiziksel dünya ile ilişkilidir.
- D) **Dışsal kontrol beklentisi** kontrol odağı kavramıyla ilgilidir, varoluşçu düzeylerle doğrudan bağlantılı değildir.
- E) **Nihai yok oluşa karşı duyarsızlık** ölüm farkındalığı ile ilişkilidir, soruda bu tema yoktur.

Cevap: C

14. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında bireyin dünyada varoluşu farklı düzeylerde ele alınır ve bu düzeylerden **Mitwelt**, bireyin **diğer insanlarla kurduğu ilişkileri**, sosyal bağlarını ve kişiler arası etkileşimlerini ifade eder. Bu düzeyde bireyin başkalarıyla **anlamli ilişkiler kurabilmesi**, aidiyet duygusu geliştirmesi ve yalnızlıkla başa çıkabilmesi önemlidir. Soruda Veli'nin **arkadaşlarıyla anlamli bağ kuramaması, yalnızlık hissinin sürekliliği** ve ilişkilerde kendini **yetersiz hissetmesi**, doğrudan kişiler arası ilişkiler alanına işaret etmektedir. Bu nedenle danışmanın, Veli'nin yaşantısını **sosyal etkileşim düzeyi** üzerinden anlamlandırması gerekir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bedensel ihtiyaçlar** biyolojik düzeyle (Umwelt) ilgilidir.
- B) **Özgürlük ve seçim kapasitesi** varoluşsal bir tema olmakla birlikte soruda kişiler arası vurgu baskındır.
- C) **Nihai sonluluğa odaklılık** ölüm farkındalığı ile ilişkilidir.
- D) **Bireysel hedefler** anlam ve amaç boyutuna işaret eder.

Cevap: E

15. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında **Umwelt**, bireyin **fiziksel dünyadaki varoluşunu**, yani beden, hastalık, acı, cinsellik, ölüm ve **temel biyolojik ihtiyaçlarla ilişkisini** ifade eder. Bu düzeyde birey, yaşamın **sınırlılığı** ve bedensel gerçekliklerle yüzleşir; bazen bu gerçeklikleri **reddetme, kaçınma** ya da **otomatikleşmiş davranışlar** geliştirme eğilimi gösterebilir. Soruda Nurten'in yeme davranışını "neden yaptığını bilmeden", **otomatikleşmiş** bir şekilde sürdürmesi, bedensel ihtiyaçlarla kurduğu ilişkinin farkındalığının zayıf olduğunu gösterir. Bu nedenle yaşanan varoluşsal gerilim, bireyin **bedensel varoluşuna ve fiziksel gerçekliğine yönelik farkındalığın artırılmasıyla** ele alınmalıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Duygusal ilişkiler düzeyi** kişiler arası bağlarla ilgilidir.
- B) **Ruhsal inançlar düzeyi** değerler ve anlam dünyasını ifade eder.
- C) **Sosyal kimlik düzeyi** bireyin toplumsal rollerine odaklanır.
- E) **Kültürel değerler düzeyi** toplumsal norm ve değerlerle ilişkilidir.

Cevap: D

1. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında birey, yaşamının **özgür öznesi** olarak görülür; yaptığı seçimlerin **sorumluluğunu üstlenmesi** ve kendi yaşamını yönlendirme gücünü fark etmesi beklenir. Bu yaklaşımda bireyin yaşantılarını tamamen dış etkenlere bağlaması, kendi seçim gücünü ve sorumluluğunu **inkâr etmesi** olarak değerlendirilir. Soruda Suna'nın "hep ailem yüzünden", "değişemem", "elimde değil" şeklindeki ifadeleri, kendi yaşamı üzerindeki **etkin rolünü reddettiğini** ve **seçme özgürlüğünü sahiplenmediğini** göstermektedir. Varoluşçu açıdan bu durum, bireyin özgürlüğünden kaçınması ve sorumluluğunu dışsallaştırması anlamına gelir. Bu nedenle ifade, bireyin kendi yaşamını yönlendirme gücünü reddetmesine işaret etmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Varoluşsal boşluk** anlam yitimi ve amaçsızlıkla ilgilidir; burada temel vurgu sorumluluktan kaçınmadır.
- C) **Sosyal belirlenimcilik** çevresel etkileri vurgular ancak varoluşçu çerçevede esas mesele bireyin özgürlüğü reddetmesidir.
- D) **Gerçeklikten uzak düşünceler** bilişsel çarpıtmalarla ilişkilidir.
- E) **Kaderci anlayış** benzer bir yön taşısa da varoluşçu yorumda temel vurgu özgürlüğün reddidir.

Cevap: B

2. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında bireyin dünyada varoluşu farklı düzeylerde ele alınır ve **Überwelt**, bireyin **inançları, değerleri, yaşamın anlamı ve varoluşun nihai amacı** ile ilişkili olan düzeyi ifade eder. Bu düzeyde birey, "Neden yaşıyorum?", "Ölümden sonra ne olacak?" gibi **varoluşsal ve metafizik sorular** üzerinden yaşamın anlamını sorgular ve daha geniş bir bağlam arar. Soruda danışanın **yaşamın anlamını sorgulaması, ölüm sonrası üzerine düşünmesi** ve **inanç sistemleriyle hesaplaşması**, doğrudan bu manevi ve değerler boyutuna işaret etmektedir. Bu nedenle yapılan sorgulama, bireyin ideal, inanç ve anlam dünyasını kapsayan **Überwelt** düzeyiyle ilişkilidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Umwelt** fiziksel ve biyolojik varoluş alanını ifade eder.

- B) **Mitwelt** kişiler arası ilişkiler ve sosyal dünyayla ilgilidir.
- C) **Eigenwelt** bireyin içsel benliği ve öznel yaşantısıyla ilişkilidir.
- D) **Weltbild** genel dünya görüşünü ifade eden bir kavramdır, temel varoluş düzeyleri arasında yer almaz.

Cevap: E

3. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında birey, yaşamını yönlendirme konusunda **özgür seçimler yapabilen** ve bu seçimlerin sonuçlarını **sorumlulukla üstlenmesi gereken** bir varlık olarak ele alınır. Bu yaklaşımda önemli olan, bireyin geçmişin belirleyiciliğine sığınması ya da çevreyi suçlaması değil; kendi yaşamının **yazarı olduğunu fark etmesi** ve geleceğe yönelik kararlarını **bilinçli şekilde alarak sonuçlarına sahip çıkmasıdır**. Danışanın sorumluluğu üstlenmesi, onun yaşamına anlam katmasını ve daha otantik bir varoluş geliştirmesini sağlar. Bu nedenle özgürlük ve sorumluluk ilkesinin en açık yansıması, bireyin kendi kararlarını bilinçli biçimde alması ve sonuçlarını üstlenmesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Geçmiş yaşantılara odaklanma** psikanalitik yaklaşımı yansıtır ve varoluşçu anlayışın "şimdi ve seçim" vurgusuyla örtüşmez.
- B) **Çevreyi suçlama** sorumluluktan kaçınmayı ifade eder ve varoluşçu yaklaşıma aykırıdır.
- C) **Psikanalitik yöntemlerle çözüm arama** farklı bir kuramsal çerçeveye aittir.
- E) **Dayatılan rolleri kabul etme** bireyin özgürlüğünü kullanmaması anlamına gelir.

Cevap: D

4. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında kaygı, insanın yaşamına anlam verme çabası ve seçim yapma sürecinin doğal bir parçası olarak ele alınır. Bu yaklaşımda **normal kaygı**, bireyin karşı karşıya olduğu durumla **orantılı**, bastırılmayan ve kişiyi **eyleme geçiren, farkındalık kazandıran** bir kaygı türüdür. Soruda Ayşe'nin yaşadığı kaygının onu **pasifleştirmede**, aksine **düşünmeye, araştırmaya ve karar vermeye yönlendirdiği** görülmektedir. Bu durum, kaygının **geliştirici ve harekete geçirici** işlevini gösterir. Dolayısıyla bu süreç, varoluşçu yaklaşımda bireyin gelişimine katkı sağlayan **normal kaygı** kavramıyla açıklanır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Nevrotik kaygı** bireyi işlevsiz hâle getiren, bastırılmış ve orantısız kaygıdır.
- C) **Bastırılmış içgüdüler** psikanalitik yaklaşımı yansıtır.
- D) **Bilinç dışı çatışmalar** psikanalitik kuramın temel açıklama biçimidir.
- E) **Savunma mekanizmaları** yine psikanalitik kurama aittir.

Cevap: B

5. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; bireyin **yaşamın anlamını sorgulaması, ölümün farkındalığıyla yüzleşmesi, kaygıyı bastırmak yerine kabul etmesi** ve bu süreçte kendi değerleri doğrultusunda **özgür seçimler yaparak otantik bir yaşam kurması** üzerine temellenir. Bu yaklaşımda kaygı, ortadan kaldırılması gereken bir belirti değil; bireyi **kendisiyle yüzleşmeye ve anlam arayışına yönelten** önemli bir uyarıcıdır. Soruda Aybike'nin **ölüm ve geçicilik üzerine yoğun düşünmesi, anlamsızlık duygusu yaşaması** ve danışmanın bu kaygıyı bastırmak yerine onunla **yüzleşmesini teşvik etmesi**, varoluşçu yaklaşımın temel temalarından olan **ölüm ve anlam kaygısı** üzerinden **otantik yaşam kurma** anlayışıyla örtüşmektedir. Bu nedenle danışmanın yaklaşımı, danışanın yaşadığı varoluşsal kaygıyla yüzleşmesini sağlayarak özgün bir yaşam geliştirmesine dayanmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bilinç dışı çatışmaların çözülmesi** psikanalitik yaklaşımı yansıtır.
- B) **Bilişsel çarpıtmaların düzeltilmesi** bilişsel davranışçı terapiye aittir.

- C) **Geçmiş travmaların işlenmesi** yine farklı terapötik yaklaşımlarla ilişkilidir.
- E) **Sistemik duyarsızlaştırma** davranışçı terapi tekniklerinden biridir.

Cevap: D

6. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında kaygı ikiye ayrılır: **normal kaygı** ve **nevrotik kaygı**. Normal kaygı, bireyi **gelişime yönlendiren**, durumla **orantılı** ve farkındalık sağlayan bir yapıdayken; **nevrotik kaygı**, bireyin yaşadığı durumla **orantısız**, çoğu zaman **mantıksız olduğunu fark etmesine rağmen kontrol edemediği**, işlevselliğini bozan ve kaçınma davranışlarına yol açan kaygıdır. Soruda Emine'nin **sürekli hata yapma korkusu, başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği düşüncesi, topluluk önünde konuşmaktan kaçınması** ve bu düşüncelerin **mantıksız olduğunu bilmesine rağmen sürdürüyor olması**, kaygının işlev bozucu ve gerçeklikle uyumsuz olduğunu göstermektedir. Bu özellikler, varoluşçu yaklaşımda tanımlanan **nevrotik kaygı** ile örtüşmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Varoluşsal kaygı** yaşamın anlamı, ölüm ve özgürlük gibi temalarla ilgilidir.
- B) **Gerçekçi kaygı** gerçek ve nesnel bir tehdide karşı verilen orantılı tepkidir.
- D) **Bilişsel kaygı** bilişsel süreçlerle ilişkilidir ancak burada temel ayrım varoluşçu kaygı türleridir.
- E) **Ahlaki kaygı** psikanalitik kuramda süperego ile ilişkilidir.

Cevap: C

7. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında **soyutlanma**, bireyin yalnızlık deneyimini farklı düzeylerde yaşamasıyla ele alınır ve özellikle **varoluşçu soyutlanma**, bireyin dünyadan ve diğer insanlardan temelde **ayrı bir varlık olduğu gerçeğiyle yüzleşmesi**, bununla birlikte derin bir **yalnızlık ve anlam boşluğu** hissetmesi durumu ifade eder. Bu tür soyutlanma, yalnızca fiziksel ya da kişiler arası uzaklık değil; insanın varoluşunun doğasında bulunan, kimsenin tam anlamıyla

paylaşamayacağı **ontolojik yalnızlık** durumudur. Soruda bu durumu en iyi yansıtan ifade, bireyin dünyadan ayrı kalması ve derin bir yalnızlık içinde olmasıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sosyal ve coğrafi uzaklık** kişiler arası soyutlanmayı ifade eder.
- B) **Bilinç dışı çatışmalar** psikanalitik yaklaşımı yansıtır.
- C) **Kendi isteklerinin farkında olmama** içsel (intrapsişik) soyutlanmaya karşılık gelir.
- E) **Ödül-ceza ile davranış şekillenmesi** davranışçı yaklaşımı ifade eder.

Cevap: D

8. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında birey, yaşamını şekillendiren seçimler yaparken kaçınılmaz olarak belirsizlik, risk ve kaygı ile karşı karşıya kalır. Bu durum, insan olmanın doğal bir parçası olarak görülür ve bireyin bu süreçte özgürlüğünü kullanarak seçim yapması ve bu seçimlerin sorumluluğunu üstlenmesi beklenir. Aynı zamanda bu sorumluluğu üstlenebilmek, bireyden cesaret göstermesini gerektirir; çünkü kişi sonuçların belirsizliğine rağmen karar vermek durumundadır. Soruda danışanın seçim yaparken yaşadığı korku ve belirsizlik, varoluşçu yaklaşımda sorumluluk alma ve cesaret gösterme ile aşılabilecek bir durum olarak ele alınır. Bu nedenle uygun tutum, bireyin seçimlerinin sorumluluğunu kabul etmesi ve bu süreçte cesaret göstermesidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Kaçınma ve teslimiyet varoluşçu yaklaşımda sorumluluktan kaçmayı ifade eder.
- B) Kötümserlik ve pasiflik bireyin etkin özne olma rolünü zayıflatır.
- C) Başkalarının onayını arama bireyin kendi özgün seçimlerini gölgelemesine neden olur.
- D) Dışsal nedenlere bağıllık sorumluluğun dışsallaştırılması anlamına gelir.

Cevap: E

9. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında anlam, bireye dışarıdan verilen ya da önceden belirlenmiş bir yapı değildir; birey, **özgür iradesiyle seçimler yaparak** ve bu seçimlerin **sorumluluğunu üstlenerek** yaşamına anlam kazandırır. Bu süreç, tek seferlik değil, insanın yaşamı boyunca devam eden **dinamik bir yaratım sürecidir**. Birey, karşılaştığı durumlar karşısında nasıl bir tutum alacağına kendisi karar verir ve bu seçimler aracılığıyla kendi yaşamının anlamını **sürekli yeniden inşa eder**. Bu nedenle varoluşçu yaklaşımda anlam, bireyin aktif, sorumlu ve özgür bir özne olarak kendi yaşamını şekillendirmesiyle ortaya çıkar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Çevresel ödül ve cezalar** davranışçı yaklaşımı yansıtır ve anlamı dışsal koşullara indirger.
- B) **Bilinç dışı ve çocukluk belirleyiciliği** psikanalitik yaklaşımı ifade eder.
- C) **Kendini gerçekleştirme vurgusu** hümanistik yaklaşımı (özellikle Maslow) yansıtır.
- D) **Bilişsel yapılar ve düşünce kalıpları** bilişsel terapiye özgüdür.

Cevap: E

10. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında **ölümün farkında olmak**, birey için tehdit edici bir durum olarak bastırılması gereken bir olgu değil; aksine yaşamı daha **anamlı, değerli ve otantik** kılma potansiyeli taşıyan bir farkındalık olarak ele alınır. Bu yaklaşımda birey, ölümün kaçınılmazlığını kabul ettikçe, yaşamını daha bilinçli yaşama, seçimlerinin sorumluluğunu alma ve kendi değerleri doğrultusunda hareket etme eğilimi gösterir. Yani ölüm farkındalığı, bireyi yaşamdan uzaklaştırmaz; tam tersine onu **yaşamı dolu dolu yaşamaya teşvik eder**. Bu nedenle varoluşçu anlayışla en uyumlu ifade, ölüm farkındalığının yaşamı daha anlamlı kıldığını vurgulayan seçenektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Ölümü bastırma** varoluşçu yaklaşımın kabul ve yüzleşme ilkesine aykırıdır.
- C) **Bilinç dışı dürtülerle açıklama** psikanalitik yaklaşımı yansıtır.
- D) **Kendini gerçekleştirme vurgusu** hümanistik yaklaşıma aittir.
- E) **Davranışın ödül-ceza ile değiştirilmesi** davranışçı yaklaşımı ifade eder.

Cevap: B

11. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında **içsel soyutlanma**, bireyin kendi iç dünyasıyla, istekleriyle ve değerleriyle temasının zayıflaması; yani kişinin **kendi sesini duyamaz hâle gelmesi** durumunu ifade eder. Bu durumda birey, kendi seçimlerinden çok başkalarının beklentilerine göre yaşar ve zamanla **kendi isteklerini fark edemez**. Soruda danışanın “ne istediğimi bilmiyorum”, “hep başkaları için yaşamışım” ifadeleri ve danışmanın “başkalarının sesleri senin iç sesinin önüne geçmiş” vurgusu, bireyin **kendi içsel yönelimlerinden kopmuş olduğunu** açıkça göstermektedir. Bu durum, varoluşçu kuramda içsel soyutlanma kavramıyla doğrudan ilişkilidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Kişiler arası soyutlanma** bireyin diğer insanlarla bağ kuramamasıyla ilgilidir; burada sorun içsel kopuştur.
- C) Varoluşsal suçluluk** bireyin potansiyelini gerçekleştirmemesiyle ilişkilidir.
- D) Özgürlük kaygısı** seçim yapmanın yarattığı gerilimle ilgilidir.
- E) Kendilik yanılması** farklı bir kavramsal çerçeveyi ifade eder, varoluşçu temel kavram değildir.

Cevap: A

12. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; danışanı bir “tanı” çerçevesinde ele almak yerine, onun **yaşamla kurduğu ilişkiyi, anlam arayışını, özgürlük ve sorumluluk** kapasitesini merkeze alır. Bu yaklaşımda amaç, danışanın semptomlarını ortadan kaldırmaktan çok, kendi yaşamına yönelik **sorumluluk almasını, seçimlerini yeniden değerlendirmesini ve kendi değerlerini fark ederek daha otantik bir yaşam kurmasını** sağlamaktır. Soruda danışmanın, danışanı bir hastalık etiketiyle değil; **yaşamla bağ kurma biçimi üzerinden ele alması** ve onu kendi değerlerini keşfetmeye yönlendirmesi, doğrudan Varoluşçu yaklaşımın temel anlayışını yansıtmaktadır. Bu nedenle verilen durum, danışanı kendi değerlerini keşfetmeye ve yaşamla özgün bir ilişki kurmaya yönlendiren yaklaşım ile örtüşmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Tıbbi model** semptom ve tanı odaklıdır, varoluşçu yaklaşım buna karşı durur.
- C) Davranışçı model** gözlenebilir davranış değişimine odaklanır.
- D) Bilişsel terapi** düşünce kalıplarını yeniden yapılandırmayı hedefler.
- E) Psikanalitik yaklaşım** geçmiş ve bilinç dışı çatışmalara odaklanır.

Cevap: B

13. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; bireyin **özgürlük ve sorumluluk** bilinci geliştirmesi, yaşamın kaçınılmaz gerçekleri olan **kaygı, ölüm, yalnızlık ve anlam arayışı** ile yüzleşmesi ve bu süreçte kendi değerleri doğrultusunda **otantik seçimler yapabilmesi** üzerine temellenir. Bu yaklaşımda amaç, danışanın semptomlarını ortadan kaldırmak değil; onun **kendi yaşamının sorumluluğunu üstlenmesini**, varoluşun zıtlıklarıyla **yüzleşmesini** ve daha anlamlı bir yaşam kurmasını sağlamaktır. Bu nedenle danışmanın temel hedefi, danışanın özgürlüğünü fark etmesine ve bu özgürlüğün getirdiği sorumluluğu kabul ederek **otantik bir yaşam yönelimi geliştirmesine yardımcı olmaktır**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Bilinç dışı çatışmaların çözümü** psikanalitik yaklaşımı yansıtır.
- B) Ödül-ceza ile davranış değiştirme** davranışçı yaklaşıma aittir.
- C) Kaygıyı görmezden gelme** varoluşçu yaklaşımın “kaygıyla yüzleşme” ilkesine aykırıdır.
- E) Bilişsel çarpıtmaları düzeltme** bilişsel terapiye özgüdür.

Cevap: D

14. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında terapistin temel rolü, danışanın yaşamını dıştan yönlendirmek ya da tekniklerle değiştirmek değil; onun kendi varoluşunu fark etmesine, yaşamına yüklediği anlamı sorgulamasına ve özgürlük ile sorumluluk bilinci geliştirmesine yardımcı olmaktır. Bu süreçte terapist, danışanın kendi seçimlerini görmesini, bu seçimlerin sonuçlarını üstlenmesini ve daha otantik bir yaşam yönelimi geliştirmesini destekler. Yani terapist, çözüm sunan değil; danışanın kendi varoluşsal farkındalığını artıran bir rehber konumundadır. Bu nedenle en uygun ifade, danışanın kendi varoluşunu fark etmesine ve özgürlük-sorumluluk dengesini kurmasına yardımcı olunmasını vurgulayan seçenektir. Doğru cevap C seçeneğidir.
- A) Geçmiş yaşantı analizi psikanalitik yaklaşımı yansıtır.
- B) Davranış değiştirmeye yönelik teknikler davranışçı yaklaşımın özelliğidir.
- D) Bilişsel çarpıtmaları düzeltme bilişsel terapiye aittir.
- E) Sosyal uyumu artırma daha çok uyum odaklı yaklaşımlarla ilişkilidir.

Cevap: C

15. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında **ölüm kaygısı**, bastırılması gereken bir duygu değil; bireyin yaşamını daha **anlamlı, değerli ve otantik** kılmasına katkı sağlayan önemli bir farkındalık alanıdır. Bu yaklaşımda ölümün kaçınılmazlığıyla yüzleşmek, bireyin zamanın sınırlı olduğunu fark etmesini sağlar ve onu daha bilinçli seçimler yapmaya, yaşamını daha dolu yaşamaya yönlendirir. Dolayısıyla ölüm kaygısı, bireyin yaşamına anlam katma sürecinde **geliştirici bir fırsat** olarak değerlendirilir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**
- A) **Ölüm kaygısını bastırma** varoluşçu yaklaşımın yüzleşme ilkesine aykırıdır.
- B) **Sadece yaşlılıkta görülme** ölüm farkındalığını yaşam boyu geçerli bir tema olmaktan çıkarır.
- C) **Dışsal ödüllerle azaltma** davranışçı yaklaşıma aittir.
- D) **Geçmiş travmalarla açıklama** psikanalitik bakışı yansıtır.

Cevap: E

1. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında **içsel soyutlanma**, bireyin kendi iç dünyasıyla, istekleriyle ve değerleriyle olan bağının zayıflaması; yani kişinin **kendi sesini duyamaz hâle gelmesi** durumunu ifade eder. Bu durumda birey, ne istediğini bilemez, kendi yönelimlerini fark edemez ve yaşamını çoğu zaman **dış etkiler doğrultusunda** sürdürür. İçsel soyutlanma, bireyin kendisinden uzaklaşması ve **öznel yaşantısıyla temasını kaybetmesi** anlamına gelir. Bu nedenle en uygun açıklama, bireyin kendi istek ve değerlerinden kopuk olmasını vurgulayan ifadedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Coğrafi ve sosyal uzaklık** kişiler arası soyutlanmayı ifade eder.
- C) **Çevresel belirlenim** davranışçı yaklaşımı yansıtır.
- D) **Bilinç dışı çatışmalar** psikanalitik kurama aittir.
- E) **Grup rolünden uzaklaşma** sosyal rol kavramıyla ilişkilidir.

Cevap: B

2. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında birey, yaşamını şekillendiren seçimleri yapma konusunda **özgür** bir varlık olarak görülür; ancak bu özgürlük, beraberinde kaçınılmaz olarak **sorumluluk** getirir. Birey, yaptığı seçimlerin sonuçlarını üstlenmek durumundadır ve bu sorumluluğu kabul etmesi, onun daha **otentik**, kendine ait ve anlamlı bir yaşam kurabilmesinin temelidir. Varoluşçu anlayışta özgürlük, sınırsız bir serbestlik değil; seçim yapabilme kapasitesi ve bu seçimlerin sonuçlarına **sahip çıkma cesareti**dir. Bu nedenle özgürlük ve sorumluluk birbirinden ayrı düşünülemez. Bu durumu en doğru yansıtan ifade, bireyin özgürlüğünü kullanırken aynı zamanda sorumluluğunu da üstlenmesi gerektiğini vurgulayan seçenektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Çevresel belirlenim.** Bu ifade, insan davranışlarının yalnızca çevresel uyarılar, ödül ve cezalar tarafından şekillendiğini savunan davranışçı yaklaşımı yansıtır. Bu bakış açısında birey pasif bir organizma gibi ele alınır ve kendi seçimlerinin belirleyici rolü göz ardı edilir; oysa varoluşçu yaklaşımda birey aktif ve seçen bir öznedir.

- B) **Kaygıdan tamamen kurtulma.** Bu ifade, kaygıyı ortadan kaldırılması gereken olumsuz bir durum olarak görür. Oysa varoluşçu yaklaşımda kaygı, insan olmanın doğal bir parçasıdır ve bireyi farkındalığa ve seçim yapmaya yönelten geliştirici bir işleve sahiptir; tamamen yok edilmesi hedeflenmez.

- C) **Sorumluluğun toplumsal kurallarla belirlenmesi.** Bu ifade, bireyin davranışlarını yalnızca toplumun normlarına göre şekillendirdiğini ima eder. Varoluşçu yaklaşım ise bireyin kendi değerlerini oluşturabileceğini ve toplumsal beklentilerin ötesinde özgün seçimler yapabileceğini savunur.

- E) **Sorumluluğu terapistte devretme.** Bu ifade, bireyin kendi yaşamının sorumluluğunu başkasına aktardığını gösterir. Varoluşçu yaklaşımda bu durum, sorumluluktan kaçma olarak değerlendirilir; terapist danışanın yerine karar vermez, aksine onun kendi seçimlerini fark etmesine yardımcı olur.

Cevap: D

3. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında terapist, danışana doğrudan çözüm sunan ya da onu yönlendiren bir uzman değil; danışanın kendi yaşamını, deneyimlerini ve varoluşsal gerçekliğini **anlamasına eşlik eden** bir rehberdir. Terapist, danışanın yaşadığı **kaygıları bastırmak yerine anlamlandırmasına**, kendi deneyimlerine **fenomenolojik olarak yaklaşmasına** ve bu süreçte **özgürlük ile sorumluluk bilinci geliştirmesine** yardımcı olur. Yani temel amaç, danışanın kendi varoluşunu fark etmesi ve yaşamına daha bilinçli bir şekilde yön verebilmesidir. Bu nedenle en doğru ifade, terapistin danışanın kendi deneyimlerini ve varoluşsal kaygılarını anlamasını kolaylaştırdığını vurgulayan seçenektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Doğrudan çözüm sunma** bu ifade, terapistin aktif yönlendirici olduğu bir yaklaşımı yansıtır; oysa varoluşçu terapide danışanın kendi çözümlerini keşfetmesi esastır.

- C) **Bilişsel yanılgıları düzeltme** bu yaklaşım bilişsel davranışçı terapiye özgüdür ve düşünce kalıplarının yeniden yapılandırılmasına odaklanır.

- D) **Geçmiş travmaları analiz etme** bu ifade psikanalitik yaklaşımı yansıtır; Varoluşçu terapide odak daha çok “şimdi ve burada”dır.
- E) **Çevresel uyumu artırma** bu ifade bireyin topluma uyumunu merkeze alır; varoluşçu yaklaşım ise bireyin özgün ve otantik varoluşunu önceler.

Cevap: A

4. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında bireyin “hayatın anlamını hissedememe”, “boşlukta olma” gibi ifadeleri **varoluşsal boşluk** kavramıyla açıklanır. Bu durum, bireyin yaşamına anlam katacak değer ve amaçları henüz oluşturamamış olmasıyla ilişkilidir. Ancak varoluşçu anlayışta bu boşluk, yalnızca olumsuz bir durum değil; aynı zamanda bireyin **kendi yaşam amacını keşfetmesi için bir fırsat** olarak görülür. Danışmanın, bu boşluk duygusunu bastırmak yerine danışanı **anlam yaratmaya yönlendirmesi** ve “yaşamınızda anlam yaratmak için neler yapabilirsiniz?” sorusuyla bireyin aktif rolünü vurgulaması, doğrudan **anlam arayışı sürecini** yansıtmaktadır. Bu nedenle diyalog, varoluşsal boşluk ve anlam arayışı kavramıyla en iyi şekilde açıklanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Özgürlük ve seçim sorumluluğu** bu kavram, bireyin yaptığı seçimlerin sonuçlarını üstlenmesi ve kendi yaşamının yönünü belirlemesiyle ilgilidir. Diyalogda kısmen “ne yapabilirsiniz?” sorusuyla seçim vurgusu olsa da, temel mesele seçimden çok **anlam eksikliği ve boşluk hissidir.**

- C) **Ölüm kaygısı ve sonluluk farkındalığı** bireyin ölümün kaçınılmazlığıyla yüzleşmesi ve bunun yaşamı anlamlandırmasına katkı sağlamasıyla ilgilidir. Soruda ölüm ya da sonluluk temasına dair bir ifade bulunmamaktadır.

- D) **Kişisel sorumluluktan kaçış** bireyin kendi seçimlerini üstlenmemesi ve sorumluluğu dış faktörlere yüklemesi durumudur. Bu diyalogda danışan sorumluluktan kaçmamakta, daha çok **anlam bulamama** yaşantısı içindedir.

- E) **Bilinç dışı dürtülerin kontrolü** psikanalitik yaklaşımın bir kavramıdır ve davranışların bilinç dışı süreçlerle açıklanmasını içerir; varoluşçu çerçeveye doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: A

5. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında **ölüm farkındalığı**, bireyi yaşamdan uzaklaştıran bir tehdit değil; aksine yaşamın **değerini kavramasına**, seçimlerini daha bilinçli yapmasına ve **daha otantik bir yaşam sürmesine** katkı sağlayan bir uyarıcıdır. Birey ölümün kaçınılmazlığını fark ettikçe, zamanın sınırlı olduğunu görür ve bu durum onu yaşamına **anlam katmaya**, değerleri doğrultusunda hareket etmeye yönlendirir. Soruda danışanın ölüm düşüncesiyle korku yaşamasına rağmen bu düşüncenin onu **hayata daha sıkı tutunmaya yönlendirmesi**, varoluşçu yaklaşımda ölüm farkındalığının **anlamlandırma ve otantiklik sürecini tetiklediğini** göstermektedir. Bu nedenle en uygun kavram, yaşamın anlamlandırılması ve otantik bir yaşam kurma sürecidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kaçınma ve bastırma** bu ifade, bireyin kaygı verici düşüncelerden uzaklaşmasını anlatır; oysa soruda danışan ölüm düşüncesiyle yüzleşmektedir.

- C) **Sosyal uyum sağlama** bireyin toplumsal beklentilere uygun davranmasını ifade eder; burada bireysel anlam süreci ön plandadır.

- D) **Psikolojik savunma mekanizmaları** psikanalitik kurama aittir ve bilinç dışı süreçlerle ilgilidir; diyalog bilinçli farkındalığı yansıtır.

- E) **Dışsal kontrol arayışı** bireyin yaşamını dış faktörlere bağlamasıyla ilgilidir; burada birey içsel farkındalık geliştirmektedir.

Cevap: B

6. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında bireyin yaşamının belirli dönemlerinde ortaya çıkan **boşluk hissi**, **amaç yitimi** ve geçmişe yönelik **pişmanlık duyguları**, genellikle **anlam arayışı** ve **varoluşsal suçluluk** kavramlarıyla birlikte ele alınır. Varoluşsal suçluluk, bireyin sahip olduğu potansiyeli tam olarak gerçekleştirememesi ya da yapabileceği seçimleri yapmamış olması nedeniyle duyduğu içsel bir sorgulamayı ifade eder. Soruda Hayriye Hanım’ın emeklilik sonrası “işe yaramama” duygusu, **hayatın anlamsızlaşması**, geçmişte yapmadıkları için **pişmanlık yaşamaları** ve danışmanın süreci **anlam arayışı, sorumluluk ve seçim temaları** üzerinden ele alması, doğrudan **varoluşsal boşluk ve anlam sorgulaması**

la birlikte varoluşsal suçluluk temasını işaret etmektedir. Bu nedenle en uygun seçenek, anlam arayışı, boşluk hissi ve varoluşsal suçluluğu birlik-te içeren ifadedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Özgürlük – sorumluluk – otantik seçim.** Varoluşçu yaklaşımın temel temalarıdır ancak vakada özellikle boşluk ve pişmanlık vurgusu daha baskındır.
- B) **Ölüm kaygısı ve nevrotik suçluluk.** Ölüm teması vakada belirgin değildir; nevrotik suçluluk ise psikanalitik çerçeveye daha yakındır.
- C) **İzolasyon ve aktarım ilişkisi.** Aktarım psikanalitik kavramdır; vakada bu yönde bir vurgu yoktur.
- E) **Özsaygı ve kendilik kurgusu.** Daha çok benlik ve bilişsel süreçlerle ilişkilidir, varoluşsal temayı tam karşılamaz.

Cevap: D

7. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımı; bireyin yaşamına **anlam verme çabası, özgürlük ve sorumluluk, otantik yaşam ve ölüm, yalnızlık, anlamsızlık gibi varoluşsal gerçekliklerle yüzleşme** temelleri üzerine kuruludur. Bu yaklaşımda yaşamın kendiliğinden anlamlı olduğu kabul edilmez; aksine birey, anlamı **kendi seçimleri ve yaşantılarıyla yaratır**. Ayrıca terapistin temel amacı klasik anlamda bir **içgörü kazandırma** değildir; daha çok danışanın kendi varoluşunu fark etmesine ve sorumluluk almasına eşlik etmektir. Buna göre:

- I. **İnsan yaşamının temel doğası gereği anlamlı olduğunu kabul eder.** Varoluşçu yaklaşımda anlam hazır verilmiş değildir; birey tarafından oluşturulur, bu nedenle uygun değildir.
- II. **Danışmanın temel hedefi, danışanı içgörü kazanmaya yönlendirmektir.** İçgörü önemli olsa da varoluşçu yaklaşımın temel hedefi bu değildir; asıl vurgu farkındalık ve sorumluluktur.
- III. **Danışma sürecinde özgürlük, sorumluluk ve otantik yaşam gibi temalar ön plandadır.** varoluşçu yaklaşımın temelini oluşturur.

IV. **Yalnızlık, ölüm ve anlamsızlık gibi yaşamsal konuların kaçınılmazlığı üzerinde durulur.** Varoluşçu yaklaşımın temel varoluşsal temalarındandır.

I ve II numaralı öncüllerdeki ifadeler varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımıyla doğrudan bağdaştırılamaz.

Cevap: C

8. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında birey, yaşamını şekillendiren seçimler yapma konusunda **özgürdür**; ancak bu özgürlük beraberinde kaçınılmaz olarak **sorumluluk** getirir. Bu nedenle seçim yapmak, yalnızca bir tercih değil; aynı zamanda sonuçlarını üstlenmeyi gerektiren bir süreçtir ve bu durum bireyde **kaygı ve korku** yaratabilir. Soruda danışanın “yanlış yapmaktan korktuğu için karar vermekten kaçınması”, aslında seçim yapmanın getirdiği **sorumluluğu üstlenmekten kaçınması** anlamına gelir. Varoluşçu açıdan bu durum, bireyin özgürlüğünü kullanmaktan çekinmesi ve bunun doğurduğu sorumlulukla yüzleşmek istememesiyle ilişkilidir. Bu nedenle ifade, **özgürlük ve sorumluluk korkusunu** yansıtmaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Yalnızlık korkusu** bireyin diğer insanlardan kopma ve izolasyon yaşama endişesiyle ilgilidir; burada seçim teması ön plandadır.
- B) **Ölüm korkusu** sonluluk ve yok oluş farkındalığıyla ilişkilidir.
- D) **Anlamsızlık korkusu** yaşamın boş ve amaçsız hissedilmesiyle ilgilidir.
- E) **Sosyal dışlanma korkusu** başkaları tarafından reddedilme kaygısını ifade eder.

Cevap: C

9. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında bireyin yalnızca kendi iç dünyasına kapanması değil, zaman zaman **kendi sınırlarını aşarak başkalarına yönelmesi** ve bu süreçte yaşamına **anlam katması** önemli bir dönüşüm olarak görülür. Özellikle Viktor Frankl'ın vurguladığı gibi insan, anlamı çoğu zaman kendisinin ötesine geçerek, bir işe, bir değere ya da başka insanlara yönelerek bulur. Soruda Emel Hanım'ın geçmişte yaşadığı eksikliklere rağmen sosyal hizmet alanında çalışarak başkalarına destek olması ve bunun ona **içsel bir anlam kazandırması**, bireyin kendi sınırlarını aşarak anlam bulduğu **öz-aşkınlık** sürecini göstermektedir. Bu nedenle yaşanan dönüşüm, kişinin kendisini aşarak daha geniş bir varoluş alanına yönelmesiyle açıklanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Varoluşsal suçluluk** bireyin potansiyelini gerçekleştirememesi ya da yapmadığı seçimler nedeniyle duyduğu içsel rahatsızlıktır; vakada suçluluk değil, anlam bulma ve aşma süreci vardır.
- C) İkincil yalnızlık** kişiler arası kopukluk ve sosyal bağ eksikliğiyle ilgilidir; burada başkalarına yönelme söz konusudur.
- D) Otantik seçim** bireyin kendi değerlerine uygun seçimler yapmasıdır; vakada bu unsur bulunsa da asıl vurgu kendini aşarak başkalarına yönelmedir.
- E) Deneyimsel kaçınma** bireyin zorlayıcı duygulardan kaçınmasıdır; burada tam tersine yüzleşme ve anlamlandırma vardır.

Cevap: A

10. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında bireyin, başkalarının beklentileriyle şekillenen bir yaşam yerine kendi değerleri doğrultusunda **otantik (özgün) bir yaşam kurma** çabası merkezi bir temadır. Birey zaman zaman **içsel benliği ile dışsal rollerinin çatışmasını** yaşar ve bu durum "ben bu değilim" şeklinde ifade edilen bir yabancılaşma duygusuna yol açar. Soruda Zerrin Hanım'ın işini **anlamsız bulması**, kendisini **başkasının hayatını yaşıyor gibi hissetmesi** ve ailesinin beklentileriyle kendi istekleri arasında kalması, onun **özgün benliğini aradığını** göstermektedir. Ancak bu özgün yaşama yönelmenin getireceği **sorum-**

luluktan korkması, varoluşçu kuramda otantik yaşama geçişte yaşanan temel gerilimi yansıtır. Bu nedenle vaka, bireyin kendi gerçek benliğini bulma ve ona uygun yaşama çabasını ifade eden kavramla ilişkilidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Yalıtılmışlık** bireyin diğer insanlardan kopukluk ve yalnızlık yaşamasıyla ilgilidir; burada temel mesele içsel-dışsal çatışmadır.
- B) Öz-aşkınlık** bireyin kendini aşarak başkalarına ya da daha büyük bir amaca yönelmesiyle ilgilidir; vakada bu vurgu yoktur.
- D) Umutsuzluk** genel bir duygusal durumdur ancak burada spesifik olarak kimlik ve otantiklik çatışması öne çıkmaktadır.
- E) Egonun dağılması** psikanalitik ve patolojik bir kavramdır; varoluşçu çerçeveye doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: C

11. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında değerlendirme süreci; danışanı tanı kategorilerine yerleştirmekten çok, onun **yaşamı nasıl anlamlandırdığı, seçim yapma biçimleri, özgürlük ve sorumluluk düzeyi ve varoluşsal temalarla ilişkisi** üzerinden ele alınır. Bu yaklaşımda danışanın kendi yaşamındaki **özgün (otantik) yönleri fark etmesi** ve dışsal beklentilerden ayrışması desteklenir. Buna karşılık tanı koyma ya da çocukluk çatışmalarını çözümleme gibi süreçler varoluşçu yaklaşımın odağında değildir. Buna göre:

- I. Danışanın seçim yapma biçimleri, sorumluluk alma düzeyi ve bu süreçlerde yaşadığı çatışmaların değerlendirilmesi** varoluşçu yaklaşımın özgürlük ve sorumluluk odağıyla uyumludur.
- II. Danışanın davranışlarının önceden belirlenmiş tanı kategorilerine yerleştirilerek anlamlandırılması** tıbbi modele özgüdür ve varoluşçu yaklaşımla örtüşmez.
- III. Değerlendirme sürecinin danışanın yaşamındaki varoluşsal temalar üzerinden yapılandırılması** varoluşçu yaklaşımın temel değerlendirme anlayışını yansıtır.

IV. Danışanın yaşamında neyin “özgün” neyin “yapay” olduğuna ilişkin farkındalık geliş-tirmesinin desteklenmesi otantiklik vurgusu nedeniyle varoluşçu yaklaşımla uyumludur.

V. Danışanın çocukluk yaşantılarındaki çözül-memiş çatışmaların bugünkü davranışları üzerindeki etkisinin analiz edilmesi psika-nalitik yaklaşımı yansıtır ve varoluşçu anlayış-la örtüşmez.

I, III ve IV numaralı öncüllerdeki ifadeler varo-luşçu psikolojik danışma yaklaşımıyla örtüş-mektedir.

Cevap: D

12. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında di-renç, danışanın teknik müdahalelere karşı koy-masından çok, kendi varoluşunun getirdiği özgür-lük ve sorumlulukla yüzleşmekten kaçınması olarak değerlendirilir. Birey, seçim yapma özgür-lüğünü fark ettiğinde bunun beraberinde getirdiği sorumluluğun ağırlığıyla karşılaşır ve bu durum kaygı yaratabilir. Soruda Erkut Bey’in özellikle ölüm, özgürlük ve yalnızlık gibi varoluşsal te-malar gündeme geldiğinde konuyu değiştirmesi ve sorumluluğu başkalarına devretmesi, onun bu varoluşsal gerçeklerle yüzleşmekten kaçındığını göstermektedir. Bu nedenle direnç, özgürlük ve sorumluluğun ağırlığını fark etmekten kaçınma ile açıklanır. Doğru cevap D seçeneğidir.

A) İçgörüyeye yönelik farkındalığın yeterince gelişmemiş olması, danışanın kendi yaşan-tılarına dair yeterli farkındalık geliştirememesi-ni anlatır. Ancak soruda danışan tamamen farkındalısız değildir; aksine belirli konular açıldığında bilinçli şekilde kaçınma davranışı göstermektedir.

B) Bilişsel çarpıtmaların savunma üretmesi bilişsel davranışçı yaklaşımda, kişinin gerçek-liği hatalı düşünce kalıplarıyla yorumlaması ve buna bağlı tepkiler geliştirmesiyle ilgilidir. Oysa burada temel mesele düşünce hatası değil, varoluşsal temalardan uzak durma eğilimidir.

C) Karşı aktarım gelişmesi psikanalitik bir kav-ramdır ve terapistin danışana yönelik kendi geçmişinden kaynaklanan duygusal tepkilerini ifade eder. Soruda ise terapistin değil, danışa-nın direnci söz konusudur.

E) Geçmiş travmaların bastırılarak aktarılması psikanalitik yaklaşımda, bastırılmış yaşantıla-rın güncel ilişkilerde yeniden ortaya çıkmasını ifade eder. Bu vakada odak geçmiş travmalar değil, şu anda varoluşsal gerçeklerle yüz-leşmekten kaçınmadır.

Cevap: D

13. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında baş-langıç aşaması; danışanın yaşamına ilişkin temel varsayımlarını fark etmesi, sorunlarını kendi se-çimleri ve tutumları bağlamında değerlendirmeye başlaması ve değerlerini sorgulayarak anlam arayışına yönelmesi üzerine kuruludur. Bu aşamada danışman, danışanı yönlendirmekten çok onun farkındalık (içgörü) geliştirmesi-ne, yaşamına nasıl anlam verdiğini keşfetmesine ve sorumluluğunu görmesine eşlik eder. Buna göre:

I. Danışanın yaşamla ve dünyayla ilgili te-mel varsayımlarını fark etmesine yardımcı olunması danışanın dünyayı nasıl algıladığını ve bu algının davranışlarına nasıl yön verdiğini keşfetmesini sağlar; bu, varoluşçu yaklaşımın fenomenolojik anlayışıyla doğrudan uyumludur.

II. Danışandan geçmiş yaşantılarını yeniden yapılandırması ve bastırılmış anıları geri çağırmasının istenmesi danışma sürecini geçmişe ve bilinç dışı çatışmalara odaklar; bu durum psikanalitik yaklaşımın özelliğidir ve va-roluşçu yaklaşımın “şimdi ve varoluşsal farkındalık” odağıyla örtüşmez.

III. Danışanın yaşamındaki sorunlara kendi seçimleri ve tutumları açısından bakması-nın desteklenmesi bireyin yaşantılarını dışsal nedenlere bağlamak yerine kendi rolünü fark etmesini sağlar; bu, varoluşçu yaklaşımın öz-gürlük ve sorumluluk ilkesinin doğrudan yansı-masıdır.

IV. Danışanın değer, inanç ve kararlarını yeniden değerlendirmesi için sorgulayıcı sürece teşvik edilmesi danışanın yaşamına nasıl anlam verdiğini ve hangi değerlerle hareket ettiğini keşfetmesine yardımcı olur; bu da başlangıç aşamasında hedeflenen farkındalık sürecinin önemli bir parçasıdır.

V. Danışana mümkün olduğunca yönlendirme yapılmaması ve içgörü kazanmasının hedeflenmesi genel olarak varoluşçu yaklaşımla uyumlu görünse de başlangıç aşamasını özgül olarak tanımlayan temel unsur değildir; bu ifade daha çok sürecin genel niteliğini yansıtır.

I, III ve IV numaralı öncüllerdeki ifadeler varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımının başlangıç aşamasıyla en doğrudan örtüşmektedir.

Cevap: A

14. Varoluşçu psikolojik danışma sürecinde gelişme aşaması, danışanın kendi yaşamını daha derinlemesine incelemeye başladığı, **değerlerinin, inançlarının ve seçimlerinin nereden etkilendiğini sorguladığı** bir dönemdir. Bu aşamada danışan, **iç gözlem** yaparak “gerçekten ben ne istiyorum?” sorusuna yaklaşır ve daha önce fark etmediği içsel süreçleri keşfeder. Soruda danışanın, kendi kararlarının **ailesinin değerlerinden etkileneip etkilenemediğini sorgulaması** ve danışmanın bunu **değerlerin kaynağını araştırmaya yönlendirmesi**, doğrudan bu içsel keşif sürecini yansıtmaktadır. Danışanın “buna hiç böyle bakmamıştım” ifadesi de **farkındalık kazanımının başladığını** gösterir. Bu nedenle diyalog, gelişme aşamasında ortaya çıkan **değerlerin kökenine yönelik iç gözlem ve farkındalık kazanımı** ile ilişkilidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Başlangıç aşaması – sorumluluk alma başlangıçta daha çok yaşamın genel çerçevesi ve farkındalık oluşturulur; burada daha derin bir iç çözümleme vardır.

C) Başlangıç aşaması – anlamsızlık farkı diyalogda anlam boşluğu değil, değerlerin kaynağı sorgulanmaktadır.

D) Sonlandırma aşaması süreçten ayrılma ve kazanımların pekiştirilmesiyle ilgilidir; burada süreç devam etmektedir.

E) Gelişme aşaması – hedef ve eylem planı

henüz eyleme geçme yoktur; daha çok farkındalık ve keşif vardır.

Cevap: B

15. Varoluşçu psikolojik danışma sürecinde son aşama, danışanın süreç boyunca kazandığı farkındalıkları **içselleştirdiği**, kendi değerlerini daha **otentik biçimde sahiplendiği** ve yaşamına yönelik daha **net bir yönelim geliştirdiği** dönemdir. Bu aşamada birey, artık başkalarının beklentilerinden ziyade **kendi içsel ölçütlerine göre karar verebilir**, ne istediğini daha açık biçimde görür ve bunu eyleme dökebilecek bir **yaşam yönü** kazanır. Soruda Cihan Bey’in başkalarının düşüncelerine daha az bağımlı hâle gelmesi, **içsel denge kurması**, ne istediğini netleştirmesi ve danışmanın onun değerlerini daha **otentik biçimde sahiplenmeye başladığını gözlemlemesi**, doğrudan bu son aşamadaki kazanımları yansıtmaktadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Başlangıç aşaması – kaygıyla yüzleşme süreçte ilk farkındalıkların olduğu dönemdir; burada ise kazanımlar ortaya çıkmıştır.

B) Gelişme aşaması – değer sorgulama danışanın değerlerini keşfetme sürecini ifade eder; vakada bu süreç tamamlanmış görünmektedir.

C) Gelişme aşaması – ayrışma başkalarının değerlerinden uzaklaşma sürecidir; ancak burada artık bütünleşme söz konusudur.

D) Aktarım çözümleme psikanalitik yaklaşıma aittir ve varoluşçu süreçle doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: E

1. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında **teknikler birincil değil ikincil önemdedir**; asıl belirleyici olan danışmanın **otantik varlığı** ve danışanla kurduğu **gerçek, içten terapötik ilişkidir**. Müdahaleler, önceden katı biçimde planlanmaz; danışanın **özgürlük, sorumluluk ve seçim yapma süreçlerine ilişkin farkındalık geliştirme**sine hizmet edecek şekilde esnek biçimde şekillenir. Bu yaklaşımda danışanı anlamak ve onun varoluşsal yaşantısına eşlik etmek esastır; yapılandırılmış, önceden belirlenmiş teknik planları merkezde değildir. Buna göre:

- I. **Varoluşçu psikolojik danışmada tekniklerin araç, amaç olmaması** yaklaşımın temel ilkesidir; teknikler süreci destekler ama belirlemez.
 - II. **Danışmanın otantik varlığı ve kurulan ilişkinin merkezi rolü** terapötik değişimin en önemli unsurudur; ilişki, tekniğin önündedir.
 - III. **Müdahalelerin danışanın özgürlük, sorumluluk ve seçim farkındalığını artırmaya yönelik seçilmesi** varoluşçu yaklaşımın temel amacını yansıtır.
 - IV. **Yapılandırılmış müdahale planlarının önceden belirlenmesi** varoluşçu yaklaşımın esnek ve ilişki temelli yapısına aykırıdır.
 - V. **Terapötik ilişki kurulmadan teknik müdahaleye başlanması** yaklaşımın temel ilkesi olan "ilişki önceliklidir" anlayışıyla çelişir.
- I, II ve III numaralı öncüllerdeki ifadeler **varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımıyla bağdaşmaktadır**.

Cevap: A

2. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında birey, kendini korumak için zamanla bazı **katı kimlik tanımları ve yaşam kalıpları** geliştirebilir (örneğin "ben hep mantıklıyım"). Bu yapılar, bireyi bir yandan korurken diğer yandan onun **duygularıyla temasını sınırlar**. Danışman bu tür katı tanımları sorguladığında, aslında danışanın kurduğu bu "varoluşsal kalkan" tehdit edilmiş olur ve bu durum danışanda **rahatsızlık ve direnç** yaratır. Soruda danışanın "bu beni rahatsız etti ama bu şekilde güvende hissediyorum" demesi, kendi kurduğu yapının sarsılmasıyla ortaya çıkan **direnç tepkisini** açıkça göstermektedir. Bu nedenle süreç, da-

nışanın varoluşsal kimliğini tehdit eden yüzleşmelere karşı direnç geliştirilmesiyle açıklanır. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Çarpıtılmış bilişlere odaklanma** bilişsel davranışçı terapiye özgüdür; burada odak bilişsel hata değil, varoluşsal yüzleşmedir.
- C) **Bastırılmış travmaların açığa çıkması** psikanalitik bir açıklamadır; vakada travma içeriği yoktur.
- D) **Savunma düzenekleri ve aktarım** psikanalitik kavramlardır ve terapötik ilişki dinamikleri üzerinden açıklanır.
- E) **Terapötik ilişkiyi terk etme** vakada böyle bir kopuş ya da terk eğilimi görülmemektedir.

Cevap: B

3. Logoterapiye göre insanın temel motivasyonu **anlam arayışıdır** ve bu anlam yalnızca olumlu yaşantılarla değil, aynı zamanda **acı, boşluk ve varoluşsal sorgulamalarla yüzleşme sürecinde** de ortaya çıkabilir. Viktor Frankl'ın vurguladığı gibi birey, yaşadığı "boşluk" duygusunu bastırmak yerine onun ne ifade ettiğini anlamaya yöneldiğinde, bu deneyim bir **anlam keşfi fırsatına** dönüşür. Soruda danışmanın, danışanın yaşadığı boşluğu "yaşamındaki anlamı yeniden inşa etme çağrısı" olarak çerçevelemesi, doğrudan bu ilkeye dayanmaktadır. Yani acı ve anlamsızlık duyguları, bireyi anlam bulmaya götüren bir kapı olarak görülmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Anlamın yalnızca olumlu deneyimlerle mümkün olması** Logoterapiye aykırıdır; anlam acı içinde de bulunabilir.
- B) **İçsel çatışmalarla yüzleşme** psikanalitik yaklaşımın temel vurgusudur.
- D) **Davranışların geçmiş yaşantılarla belirlenmesi** deterministik ve psikanalitik bir açıklamadır.
- E) **Toplumsal roller üzerinden anlam** bireyin öznel anlam yaratımını göz ardı eder.

Cevap: C

4. Logoterapiye göre insan yaşamda anlamı üç temel yolla bulur: Viktor Frankl'in ifade ettiği üzere bunlar **(1) bir eser yaratmak ya da bir iş yapmak (yaratıcı değerler), (2) sevgi ve ilişkiler yoluyla anlam bulmak (yaşantısal değerler)** ve (3) kaçınılmaz acıya karşı geliştirilen tutum tutumudur. Soruda Ahmet Bey'in **yarattığı işler üzerinden anlam bulması, sevdikleriyle kurduğu bağlara değer vermesi** ve yaşadığı sağlık sorununa karşı **bakış açısı geliştirmeye çalışması**, bu üç anlam yolunun da doğrudan örneklerini içermektedir. Bu nedenle en uygun açıklama, yaratıcı faaliyetler, ilişkisel bağlar ve acıya karşı geliştirilen tutumu birlikte kapsayan seçenektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Duygusal bağlardan kaçınma ve acıdan uzak durma.** Logoterapiye ters düşer; anlam, ilişkiler ve acıyla yüzleşme yoluyla bulunur.
- C) Maddi kazanım ve statü.** Logoterapinin temel anlam kaynakları arasında yer almaz; yaklaşım daha çok varoluşsal değerlere odaklanır.
- D) Kendini gerçekleştirme ve acıyı bastırma.** Hümanistik yaklaşımı çağırıştırır. Logoterapi acının bastırılmasını değil, ona anlam verilmesini vurgular.
- E) Acıyı görmezden gelme.** Logoterapiye aykırıdır; acı, anlamın keşfi için bir fırsattır.

Cevap: A

5. Logoterapiye göre Viktor Frankl insanın temel motivasyonunu **anlam arayışı (anlam istemi)** olarak açıklar. İnsan her koşulda bir **seçim yapabilme özgürlüğüne (istek özgürlüğü)** sahiptir; yani koşullar ne olursa olsun, onlara nasıl tepki vereceğini belirleyebilir. Ayrıca **yaşamın anlamı** sabit değildir; kişiye, zamana ve duruma göre değişen, bireysel olarak oluşturulan bir yapıdır. Bu üç kavramı doğru biçimde tanımlayan seçenek, özgürlüğü seçim yapabilme kapasitesi olarak, anlam istemini temel güdü olarak ve yaşamın anlamını değişken ve bireysel olarak açıklayan seçenektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Anlam isteminin zorluklardan kaçınma olarak tanımlanması** Logoterapiye ters düşer; ayrıca yaşamın anlamının sabit olduğu ifadesi de yanlıştır.

- C) Bilinç dışı dürtüler ve haz arayışı vurgusu** psikanalitik yaklaşımı yansıtır.
- D) Kendini gerçekleştirme ve mutluluk odaklı açıklama** birey merkezli yaklaşıma aittir ve özgürlüğü yanlış biçimde "tam bağımsızlık" olarak ele alır.
- E) Sosyal onay ve duyguların dışı vurumu vurgusu** logoterapinin temel kavramlarıyla örtüşmez.

Cevap: B

6. Varoluşçu terapide **tutumların biçimlendirilmesi**, danışanın yaşadığı durumları değiştirmekten çok, bu durumlara **nasıl anlam verdiğini ve nasıl bir tutum geliştirdiğini fark etmesini** sağlamayı amaçlar. Bu teknikte danışan, olayların kendisinden ziyade, o olaylara yüklediği anlamı ve geliştirdiği bakış açısını gözden geçirir. Amaç, danışanın yaşantılarına daha **işlevsel, anlamlı ve bilinçli bir tutumla yaklaşabilmesini** desteklemektir. Soruda danışmanın, Ayşe Hanım'ın olumsuz tutumlarını fark ettirip daha anlamlı tutumlar geliştirmesine yardımcı olması, doğrudan bu süreci yansıtmaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Dışsal davranışları tamamen değiştirme** davranışçı yaklaşımın odağıdır; varoluşçu terapide asıl vurgu tutum ve anlam üzerinedir.
- C) Bilinç dışı çatışmaları açığa çıkarma** psikanalitik yaklaşımı yansıtır.
- D) Geçmiş travmaları analiz etme** yine psikanalitik bir odaktır.
- E) Rüya yorumlama** psikanalitik tekniklerden biridir; varoluşçu terapide rüya, yorumdan çok yaşantı olarak ele alınır.

Cevap: B

7. Psikolojik danışman, danışanın "rezil olacağı" korkusuyla kaçındığı durumu ortadan kaldırmaya çalışmak yerine, onu **bilinçli olarak yapmaya yönlendirmektedir**. "Sesinin tamamen kısılması için çaba gösterir misin?" ifadesi, danışanın korktuğu durumu tersine çevirerek **isteyerek yaşamasını sağlama** müdahalesidir. Bu yaklaşım, kaygıyı artıran beklenti döngüsünü kırmayı ve danışanın

semptom üzerindeki kontrolünü yeniden kazanmasını hedefler. Bu müdahale **paradoksal niyet** tekniğine karşılık gelir. **Paradoksal niyet:** Logoterapide kullanılan bu teknik, danışanın korktuğu ya da kaçındığı durumu bilinçli olarak yapmasının istenmesine dayanır. Danışan “olmanın” diye mücadele ettikçe kaygı artar; ancak bu durum tersine çevrilip “özellikle yap” denildiğinde, semptom üzerindeki baskı azalır ve korku gücünü kaybeder. Böylece kişi, hem kaygının ironik biçimde azaldığını deneyimler hem de durum üzerinde kontrol hissi geliştirir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Tutumların biçimlendirilmesi:** Danışanın yaşadığı olaylara yüklediği anlamı ve bakış açısını değiştirmeyi amaçlar; burada ise anlamdan çok semptomun tersine çevrilmesi söz konusudur.
- B) Rüya analizi:** Danışanın rüyalarını, onun varoluşsal yaşantısının bir yansıması olarak ele alır; bu diyalogda rüya içeriği bulunmamaktadır.
- C) Dikkati dışa yöneltme:** Danışanın dikkatini kendi kaygısından uzaklaştırıp dış dünyaya yönlendirmeyi hedefler; burada ise dikkat dağıtma değil, korkunun üzerine gitme vardır.
- D) Yönlendirilmiş fantezi:** Danışanın imgeleme yoluyla belirli varoluşsal temaları deneyimlemesini sağlar; bu müdahale böyle bir süreci içermemektedir.

Cevap: E

8. Psikolojik danışman, danışanın sürekli kendini gözlemlemesine ve içsel süreçlerine odaklanmasına karşılık, onun dikkatini **kendi içinden dış dünyaya yönlendirmeye çalışmaktadır**. “Odada kim var?”, “Ne konuşuluyordu?” gibi sorular, danışanın zihinsel odağını kendini izlemekten çıkarıp **çevresel gerçekliğe kaydırma** amacını taşır. Bu müdahale, danışanın aşırı öz-odaklılığını azaltarak kaygıyı düşürmeyi hedefler ve **düşünce odağını değiştirme** tekniğine karşılık gelir. **Düşünce odağını değiştirme:** Logoterapide “derefleksiyon” olarak da bilinen bu teknik, bireyin aşırı biçimde kendi düşünce ve duygularına odaklanmasını azaltıp dikkatini **dış dünyaya, etkinliğe veya diğer insanlara yönlendirmeyi** amaçlar. Böylece kişi, kendini sürekli izlemekten kaynaklanan kaygı

döngüsünden çıkar ve daha doğal bir şekilde işlev görmeye başlar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Paranteze alma:** Danışmanın kendi önyargı ve varsayımlarını askıya alarak danışanın dünyasını anlamaya çalışmasıdır; burada danışanın dikkatine müdahale söz konusudur.
- B) Yönlendirilmiş fantezi:** Danışanın imgeleme yoluyla belirli yaşantıları (özellikle ölüm farkındalığı gibi) deneyimlemesini içerir.
- D) Kendini açığa vurma:** Danışmanın kendi duygu ve düşüncelerini terapötik amaçla paylaşmasıdır; bu diyalogda böyle bir paylaşım yoktur.
- E) Rüya analizi:** Danışanın rüyaları üzerinden anlam çalışması yapılır; burada rüya içeriği bulunmamaktadır.

Cevap: C

9. Psikolojik danışman, danışanın yaşadığı kaygıyı yalnızca anlamakla kalmayıp, kendi yaşantısından bir örnek vererek **benzer bir deneyimi kendisinin de yaşadığını açıkça paylaşmaktadır**. “Ben de ilk danışmalarımda...” ifadesi, danışmanın kendi geçmiş deneyimini terapötik sürece dahil ettiğini gösterir. Varoluşçu yaklaşımda bu tür paylaşımlar, terapistin **otantik (gerçek ve içten) varlığının** bir yansımasıdır ve danışanla kurulan ilişkinin derinleşmesini sağlar. Amaç, danışanın kendini yalnız hissetmemesi, yaşantısının anlaşılır olduğunu fark etmesi ve daha açık bir şekilde kendini ifade edebilmesidir. Bu nedenle burada kullanılan müdahale **kendini açığa vurmaz**. **Kendini açığa vurma:** Danışmanın, terapötik süreci güçlendirmek amacıyla kendi duygu, düşünce veya yaşantılarını **uygun, sınırlı ve danışanın yararına olacak biçimde paylaşmasıdır**. Bu teknik, varoluşçu terapide terapistin “uzman rolüne saklanmayan”, aksine ilişkide gerçek bir insan olarak yer alan tutumunu yansıtır ve danışanın **otantikleşme sürecini destekler**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Empatik yansıtma:** Danışanın duygularını onun ifadelerine paralel şekilde geri yansıtmayı içerir. Örneğin “kaygılı hissediyorsun” gibi ifadeler kullanılır; burada ise danışman kendi yaşantısını paylaşmaktadır.

- B) Rüya çözümlemesi:** Varoluşçu yaklaşımda rüyalar, bilinç dışı çatışmaların değil, bireyin varoluşsal durumunun bir ifadesi olarak ele alınır ve danışanın rüya deneyimi üzerinden anlamlandırılır. Bu soruda rüya ile ilgili bir içerik yoktur.
- C) Paranteze alma:** Danışmanın kendi değer, inanç ve önyargılarını askıya alarak danışanın dünyasını olduğu gibi anlamaya çalışmasıdır. Bu durumda danışman geri plandadır; oysa burada kendi deneyimini aktif biçimde sürece katmaktadır.
- E) Yönlendirilmiş fantezi:** Danışanın imgeleme yoluyla belirli yaşantıları (özellikle ölüm, yalnızlık gibi varoluşsal temaları) deneyimlemesini sağlamaya yönelik bir tekniktir. Bu diyalogda böyle bir yönlendirme bulunmamaktadır.

Cevap: D

- 10.** Psikolojik danışman, danışanın anlattıklarının içeriğini kesmeden dinledikten sonra, onun göz teması kurmaktan kaçınması ve ellerini ovuşturması gibi sözsüz davranışlarını fark edip bunları danışana geri yansıtmaktadır. Bu müdahalede amaç, danışanın yalnızca söylediklerine değil, aynı zamanda beden dili ve davranışları aracılığıyla ortaya çıkan yaşantısına da dikkat çekmek ve bu yolla farkındalık kazandırmaktır. Danışmanın “Bu sende neler uyandırdı?” sorusu da, bu sözsüz davranışların danışan tarafından anlamlandırılması hedefler. Bu nedenle kullanılan teknik sözsüz davranışlara dikkat etmedir. Sözsüz davranışlara dikkat etme: Danışanın beden dili, mimikleri, göz teması gibi sözel olmayan ifadelerini gözlemleyip bunları danışanın fark etmesini sağlayarak, onun duygusal ve varoluşsal yaşantısına ilişkin derin farkındalık geliştirmeyi amaçlayan tekniktir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Kendini açığa vurma:** Danışmanın kendi yaşantısını paylaşmasıdır; burada danışman kendi deneyiminden söz etmemektedir.
- C) Paranteze alma:** Danışmanın kendi önyargılarını askıya almasıdır; bu müdahale danışanın davranışlarına odaklanmaktadır.

- D) Düşünce odağını değiştirme:** Danışanın dikkatini içsel süreçlerden dış dünyaya yönlendirmeyi içerir; burada ise dikkat sözsüz davranışlara çekilmektedir.
- E) Rüya çözümleme:** Rüya materyali üzerinden çalışmayı ifade eder; bu durumla ilgili değildir.

Cevap: B

- 11.** Psikolojik danışman, danışanın kaçındığı ve korktuğu durumu ortadan kaldırmaya çalışmak yerine, onu **bilinçli olarak hayal etmesini ve hatta abartarak yaşamasını istemektedir**. “Sesin titreye titreye konuştuğunu, kâğıdı düşürdüğünü ve bunu komik hale getirdiğini düşün” ifadesi, danışanın korktuğu durumu tersine çevirerek **isteyerek ve abartarak deneyimlemesini sağlama** müdahalesidir. Bu yaklaşım, kaygıyı besleyen “rezil olacağım” beklentisini kırmayı, korkunun üzerindeki baskıyı azaltmayı ve danışanın durum üzerindeki kontrol duygusunu artırmayı hedefler. Bu nedenle kullanılan teknik **paradoksal niyettir**. **Paradoksal niyet:** Danışanın korktuğu ya da kaçındığı durumu bilinçli olarak yapmasının ya da hayal etmesinin istenmesiyle, kaygıyı artıran beklenti döngüsünü kırmayı ve semptomun gücünü azaltmayı amaçlayan bir tekniktir. Danışan “olmasın” diye kaçındıkça kaygı artarken, “özellikle olsun” yönünde yönlendirildiğinde bu döngü zayıflar ve kişi daha rahat işlev gösterebilir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Sistematiik duyarsızlaştırma:** Davranışçı bir tekniktir; korkulan durumlara aşamalı biçimde maruz bırakma içerir, burada böyle bir aşamalı süreç yoktur.
- B) Mucize soru:** Çözüm odaklı terapide kullanılır ve danışanın problem ortadan kalkmış gibi düşünmesini ister; bu diyalogla ilgili değildir.
- D) Bilişsel yeniden yapılandırma:** Danışanın işlevsiz düşüncelerini değiştirmeye yöneliktir; burada düşüncüyü tartışmak değil, korkulan durumu tersine çevirerek yaşatmak söz konusudur.

Cevap: C

12. Psikolojik danışman, danışanın “sürekli kendini izleme ve analiz etme” şeklindeki **aşırı içe odaklanmış dikkatini**, kendi dışına yönlendirmeye çalışmaktadır. “Başkasını gözlemleme ve ona katkı sağlama” önerisi, danışanın dikkatini kendi içsel süreçlerinden uzaklaştırıp **başkalarına ve dış dünyaya yönlentmeyi** amaçlar. Bu müdahale, danışanın kendine dönük kaygı döngüsünü kırarak daha doğal ve işlevsel bir yaşantı geliştirmesine yardımcı olur. Bu nedenle kullanılan teknik **dikkati dışa yönlendirmedir. Dikkati dışa yönlendirme**: Danışanın aşırı öz-izleme ve içsel süreçlerine odaklanmasını azaltarak, dikkatini dış dünyaya, diğer insanlara ve etkinliklere yönlentmeyi amaçlayan tekniktir. Bu sayede kaygıyı besleyen içsel gözlem döngüsü zayıflar ve danışan daha rahat işlev gösterir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İçgörü geliştirme**: Danışanın kendi yaşantılarını anlamasını içerir; burada doğrudan dikkat yönlendirme vardır.
- B) **Paradoksal niyet**: Korkulan davranışı bilerek yapmayı içerir; bu müdahalede böyle bir yönlendirme yoktur.
- C) **Yönlendirilmiş fantezi**: İmgeleme yoluyla yaşantı oluşturmaya içerir; burada gerçek yaşama yönelik yönlendirme vardır.
- E) **İstisna soru**: Çözüm odaklı terapide kullanılır ve problemin olmadığı zamanları araştırır; bu yaklaşımla ilgili değildir.

Cevap: D

13. Logoterapiye göre birey, yaşadığı durumu her zaman değiştiremeyebilir; ancak o duruma karşı **nasıl bir tutum geliştireceğini seçme özgürlüğüne sahiptir**. Viktor Frankl'ın vurguladığı bu anlayışta, özellikle kaçınılmaz acı, hastalık ya da kayıp durumlarında terapinin temel amacı, bireyin yaşadığı duruma karşı **anlamli ve değer temelli bir duruş geliştirmesini sağlamaktır**. Soruda danışmanın “Bu senin seçimin değil ama buna nasıl tepki vereceğin senin elinde” ifadesi, danışanın içinde bulunduğu değiştirilemez duruma karşı **tutumunu yeniden değerlendirmeye ve anlam bulmaya yönlendirmektedir**. Bu nedenle burada amaç, danışanın kaçınılmaz yaşam koşullarına karşı tutumunu dönüştürmesini sağlamaktır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Savunma mekanizmalarını güçlendirmek**: Psikanalitik yaklaşıma aittir; burada anlam ve tutum vurgusu vardır.
- B) **Bilişsel yeniden yapılandırma**: Bilişsel davranışçı yaklaşıma yansır; bu diyalogda düşünceyi değiştirmekten çok tutum geliştirme vardır.
- C) **Gevşeme teknikleri öğretmek**: Davranışçı tekniklerdir; burada böyle bir müdahale yoktur.
- E) **Geçmişe yönelik suçluluk duygularını değerlendirmek**: Logoterapi geçmişten çok mevcut durum ve anlam üzerine odaklanır.

Cevap: D

14. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında insan, **özgür ve sorumlu bir varlık** olarak ele alınır; kaygı, yalnızlık ve belirsizlik gibi yaşantılar insan olmanın doğal parçalarıdır. Terapide amaç, danışanın **kendi değerlerini keşfetmesi, otantik bir yaşam geliştirmesi** ve varoluşsal gerçekliklerle yüzleşmesidir. Bu yaklaşımda teknikler ikinci plandadır; asıl önemli olan terapistin **otantik varlığı ve kurulan ilişkidir**. Bu nedenle tekniklerin zorunlu ve belirleyici olduğu ifadesi varoluşçu yaklaşımla çelişir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kaygının kaçınılmazlığı**: Varoluşçu yaklaşımın temel kabullerindendir.
- B) **Sorumluluk vurgusu**: Bireyin seçimleri ve sonuçları sahiplenmesi yaklaşımın merkezindedir.
- C) **Otantiklik**: Danışanın kendi değerlerini bulması ve buna uygun yaşaması hedeflenir.
- E) **Varoluşsal temalarla yüzleşme**: Ölüm, yalnızlık ve belirsizlik gibi konular terapinin önemli odaklarıdır.

Cevap: D

15. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında terapist, danışanın yaşadığı güçlükleri yalnızca ortadan kaldırılması gereken engeller olarak değil, **kişinin kendini anlamasına hizmet eden yaşantılar** olarak ele alır. Bu nedenle direnç, bir engel değil; **keşif ve farkındalık için bir fırsat** olarak görülür. Ayrıca süreçte danışan yalnızca zihinsel yönüyle değil; **duygusal, bedensel ve yaşantısal bütünlüğü içinde** ele alınır. Terapötik ilişki, “şimdi ve burada” deneyimi üzerinden kurulur ve danışanın kendini ifade edebileceği **güvenli bir ortam**, değişimin temelini oluşturur. Bununla birlikte terapist, sadece teknik uygulayan biri değil; **otentik varlığıyla sürece katılan aktif bir öznedir**. Buna göre:

- I. **Terapistin direnci keşif fırsatı olarak görmesi** varoluşçu yaklaşım ile uyumludur.
- II. **Danışanın yalnızca zihinsel süreçler üzerinden ele alınması** varoluşçu yaklaşımın bütüncül insan anlayışına aykırıdır.
- III. **Terapist ve danışanın mevcut an farkındalığını birlikte deneyimlemesi** varoluşçu sürecin temel özelliklerindendir.
- IV. **Güvenli bir ortamın kişisel dönüşümün temeli olması** terapötik ilişkinin önemini vurguladığı için uygundur.
- V. **Terapistin yalnızca teknik uygulayan bir uzman olarak görülmesi** varoluşçu yaklaşımın otantiklik ilkesine aykırıdır.

II ve V numaralı öncüllerdeki ifadeler varoluşçu terapi sürecinin temel ilkeleriyle uyumlu değildir.

Cevap: B

1. Psikolojik danışman, danışandan gözlerini kapatmasını isteyerek onu **ölüm ve yaşamın sonluluğu ile ilgili bir sahneyi zihninde canlandırmaya yönlendirmektedir**. “Hayatının son anını hayal et” ifadesi, danışanın doğrudan bir imgeleme sürecine girmesini sağlar ve bu deneyim üzerinden yaşamın anlamı, değerler ve öncelikler üzerine farkındalık geliştirmesi amaçlanır. Bu tür müdahalelerde danışan, kurgulanmış ama duygusal olarak etkili bir yaşantıyı deneyimler ve buradan varoluşsal çıkarımlar yapar; bu nedenle kullanılan teknik **yönlendirilmiş fantezidir. Yönlendirilmiş fantezi**, danışanın özellikle ölüm, yalnızlık ve anlam gibi varoluşsal temaları zihninde canlandırarak bu yaşantılara dair duygularını fark etmesini ve yaşamındaki öncelikleri yeniden değerlendirmesini sağlamayı amaçlar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Paranteze alma: Danışmanın kendi değer, inanç ve önyargılarını askıya alarak danışanın yaşantısını olduğu gibi anlamaya çalışmasıdır; burada ise danışman aktif biçimde bir imgeleme süreci başlatmaktadır.

C) Dikkati dışı yönlendirme: Danışanın aşırı içe odaklanmasını azaltarak dikkatini dış dünyaya çevirmeyi hedefler; bu soruda ise tam tersine danışanın içsel yaşantısına yönelmesi sağlanmaktadır.

D) Paradoksik niyet: Danışanın korktuğu durumu bilerek yapmasının istenmesiyle kaygı döngüsünü kırmayı amaçlar; burada korkuyu artırma değil, anlam keşfi için imgeleme vardır.

E) Sokratik diyalog: Danışanın düşüncelerini sorgulamasını sağlamak için soru-cevap tekniğine dayanır; burada ise temel müdahale yönlendirilmiş zihinsel canlandırma.

Cevap: A

2. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında danışman, danışanın yaşamını **anlamlandırma sürecine aktif biçimde eşlik eder**, onun özgürlük ve sorumluluklarını fark etmesini destekler ve ölüm, yalnızlık, anlamsızlık gibi **temel varoluşsal temalarla yüzleşmesine alan açar**. Sürecin odağında danışanın **kendi değerlerini keşfetmesi ve otantik bir yaşam kurması** vardır. Buna karşılık danışanın davranışlarını bilinç dışı dürtülerle açıklamak, insanı geçmiş yaşantıların belirlediği bir varlık olarak ele alan **psikanalitik yaklaşımın** temel varsayımdır ve varoluşçu yaklaşımın özgürlük ve seçim vurgusuyla çelişir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Danışanın yaşamındaki anlam arayışını keşfetmesine eşlik eder: Varoluşçu terapide anlam arayışı temel motivasyon olarak kabul edilir ve danışman bu süreci derinleştirmeye çalışır.

B) Danışanın özgürlük ve sorumluluklarını fark etmesini destekler: Bireyin seçim yapabilen bir varlık olduğu ve bu seçimlerin sorumluluğunu üstlenmesi gerektiği yaklaşımın merkezindedir.

D) Danışanın ölüm, yalnızlık ve belirsizlik gibi varoluşsal temalarla yüzleşmesine yardımcı olur: Bu temalar kaçınılmazdır ve danışanın bunlarla yüzleşmesi, yaşamını daha bilinçli kurmasına katkı sağlar.

E) Danışanın kendi değerlerini fark ederek otantik seçimler yapmasını teşvik eder: Amaç, danışanın başkalarının beklentilerine göre değil, kendi değerleri doğrultusunda yaşamasıdır.

Cevap: C

3. Psikolojik danışman, danışanın yaşantısını değerlendirirken kendi düşünce, inanç ve önyargılarını bilinçli biçimde geri çekmekte ve danışanı **onun kendi öznel dünyası içinden anlamaya çalışmaktadır**. “Kendi inançlarımı askıya alıyorum” ifadesi, danışmanın kendi bakış açısını sürece dayatmak yerine, danışanın deneyimini olduğu gibi kavramaya yöneldiğini gösterir. Bu yaklaşım, danışanın yaşantısının **danışanın perspektifinden anlaşılmasını** amaçlayan bir tutumdur ve varoluşçu yaklaşımda önemli bir yer tutar. Bu ne-

denle kullanılan teknik **paranteze almaktır**. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Paradoksik niyet**: Danışanın korktuğu durumu bilerek yapmasının istenmesiyle kaygı döngüsünü kırmayı amaçlar; burada böyle bir tersine çevirme yoktur.
- C) **Dikkati dışa yönlendirme**: Danışanın içsel süreçlerinden uzaklaşıp dış dünyaya odaklanmasını sağlar; bu durumda ise danışanın öznel yaşantısını anlama vardır.
- D) **Tutumların biçimlendirilmesi**: Danışanın olaylara yüklediği anlamı ve bakış açısını değiştirmeye yöneliktir; burada danışmanın kendi tutumunu askıya alması söz konusudur.
- E) **Yönlendirilmiş fantezi**: Danışanın imgeleme yoluyla belirli yaşantıları canlandırmasını içerir; bu diyalogda böyle bir müdahale yoktur.

Cevap: B

4. Psikolojik danışman, danışana yazma görevi vererek onun **kendi yaşamını, değerlerini ve yaşantılarını yeniden gözden geçirmesini sağlamaktadır**. Danışanın yazarken kendini sorgulaması, duygularıyla yüzleşmesi ve olaylara farklı açılardan bakabilmesi, onun yaşamına dair **gizli kalmış anlamları fark etmesine** hizmet eder. Bu tür yazma çalışmaları varoluşçu yaklaşımda bireyin **kendi yaşamındaki anlam kaynaklarını bilinçli biçimde keşfetmesini** desteklemek için kullanılır. Bu nedenle müdahalenin temel amacı, danışanın yaşamındaki anlamı fark etmesini sağlamaktır. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) **Danışanın korkularıyla yüzleşmesini sağlamak**: Varoluşçu terapide yer alsın da burada odak doğrudan korkular değil, anlam keşfidir.
- C) **Danışanın geçmiş travmalarını yeniden yapılandırmak**: Bu, daha çok bilişsel ya da travma odaklı yaklaşımların amacıdır; burada geçmişten çok anlamlandırma süreci vardır.
- D) **Danışanın sosyal ilişkilerini güçlendirmek**: Müdahale bireyin içsel farkındalığına yöneliktir, kişiler arası ilişkiler doğrudan hedeflenmemektedir.

- E) **Danışanın kaçınma davranışlarını azaltmak**: Davranışçı bir hedefi yansıtır; burada temel vurgu varoluşsal farkındalık ve anlam üzerinedir.

Cevap: A

5. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında terapist, danışana hazır çözümler sunan bir uzman değil; onun **kendi yaşamını anlamlandırmasına eşlik eden otantik bir yol arkadaşıdır**. Bu yaklaşımda danışanın **kaygılarıyla yüzleşmesi, özgürlük ve sorumluluğunu fark etmesi** ve yaşamına **kendi anlamını vermesi** esastır. Dolayısıyla danışmana düşen görev, danışana kesin teknikler sunmak değil, onun kendi seçimlerini fark etmesini ve bu seçimlerin sorumluluğunu üstlenmesini desteklemektir. Bu nedenle danışmanın kesin çözümler ve net teknikler sunmasının temel yaklaşım olarak görülmesi varoluşçu anlayışla çelişir. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) **Danışanın varoluşsal kaygılarını fark etmesi ve yüzleşmesi**: Kaygı, insan olmanın doğal bir parçası olarak kabul edilir ve bu kaygıyla yüzleşmek gelişimin temelidir.
- C) **Anlamın birey tarafından yaratılması ve sorumluluk alınması**: Varoluşçu yaklaşımın en temel varsayımlarındandır.
- D) **Özgürlük alanı ve bilinçli seçimler**: Bireyin seçim yapabilme kapasitesi ve bunun sorumluluğu yaklaşımın merkezindedir.
- E) **Ölüm farkındalığı üzerinden anlam keşfi**: Ölüm, varoluşsal farkındalığı derinleştiren önemli bir temadır.

Cevap: A

6. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında danışman, danışanın yaşamındaki **ölüm, özgürlük, yalnızlık ve anlamsızlık** gibi varoluşsal temalar üzerinde durur; onun **otentik bir yaşam sürmesini**, kendi seçimlerinin **sorumluluğunu üstlenmesini** ve yaşamına **anlam katmasını** destekler. Bu yaklaşımda birey, analiz edilmesi gereken patolojik ihtiyaçlar üzerinden değil, **özgür ve anlam arayan bir varlık** olarak ele alınır. Buna karşılık danışanın “nevrotik ihtiyaçlarını analiz edip tedavi etmeye odaklanmak”, Karen Horney’in geliştirdiği ve psikanalitik/psikodinamik gelenek içinde yer alan bir anlayışı yansıtır; bu nedenle varoluşçu yaklaşımla örtüşmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Ölüm ve özgürlük kaygıları üzerine yoğunlaşma:** Varoluşçu terapinin temel odaklarındandır ve bireyin yaşamı anlamlandırmasına katkı sağlar.
- B) **Otentik yaşamı destekleme:** Danışanın kendi değerlerine uygun, özgün bir yaşam kurması yaklaşımın temel hedefidir.
- D) **Yalnızlık ve anlam arayışı:** Varoluşçu yaklaşımın merkezinde yer alan temalardandır.
- E) **Sorumluluk vurgusu:** Bireyin seçimlerinin sonuçlarını üstlenmesi gerektiği anlayışı yaklaşımın temelidir.

Cevap: C

7. Psikolojik danışman, danışanın performans kaygısını azaltmak için onu kaçınmaya yönlendirmek yerine, tam tersine **kaygı yaratan durumu bilinçli olarak yapmaya teşvik etmektedir**. “Heyecanlanmayı ve hata yapmayı dene” ifadesi, danışanın korktuğu durumu isteyerek yaşamasını sağlayarak kaygıyı besleyen “olmasın” beklentisini kırmayı amaçlar. Bu müdahale, danışanın kaygıyla kurduğu ilişkiyi değiştirerek onun üzerinde daha fazla kontrol hissetmesine yardımcı olur. Bu nedenle amaç, danışanın korktuğu durumu bilinçli ve isteyerek deneyimleyerek kaygı döngüsünü kırmasını sağlamaktır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kaygı kaynaklarını artırmak:** Amaç kaygıyı artırmak değil, kaygıyı sürdüren beklenti döngüsünü kırmaktır.

- C) **Sosyal becerileri geliştirmek:** Müdahale doğrudan beceri öğretimine değil, kaygıyla ilişkiyi değiştirmeye yöneliktir.
- D) **Geçmiş travmaları yeniden işlemek:** Psikodinamik ya da travma odaklı yaklaşımlara aittir; burada odak mevcut kaygıdır.
- E) **Kaçınma davranışlarını pekiştirmek:** Tam tersine, kaçınmayı azaltmak hedeflenmektedir.

Cevap: B

8. Psikolojik danışman, danışandan gözlerini kapatarak kendisini **ideal, huzurlu ve anlamlı bir yaşam sahnesinde hayal etmesini istemektedir**. Bu imgeleme süreci, danışanın yalnızca mevcut kaygısına odaklanmasını değil, aynı zamanda **yaşamına dair değerlerini, umutlarını ve anlam kaynaklarını fark etmesini** sağlar. Varoluşçu yaklaşımda yönlendirilmiş fantezi, bireyin geleceğe yönelik **anlamlı bir yönelim geliştirmesine**, neyin gerçekten önemli olduğunu keşfetmesine ve motivasyonunu yeniden kazanmasına yardımcı olmayı amaçlar. Bu nedenle bu müdahalenin temel amacı, danışanın geleceğe dair olumlu yönelimini güçlendirmek ve anlam arayışını desteklemektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Danışanın yaşamındaki istisna durumları fark etmesini sağlamak:** Bu, çözüm odaklı yaklaşımın bir tekniğidir; burada imgeleme yoluyla anlam keşfi vardır.
- B) **Danışanın geçmiş deneyimlerini yeniden değerlendirmesini sağlamak:** Bu ifade geçmiş odaklıdır; oysa burada gelecek yönelimi ve anlam vurgusu vardır.
- D) **Danışanın savunma mekanizmalarını pekiştirmek:** Varoluşçu yaklaşım savunmaları güçlendirmekten çok farkındalık geliştirmeyi hedefler.
- E) **Danışanın davranışlarını değiştirmek:** Davranışçı yaklaşımın hedefidir; burada temel vurgu anlam ve içsel yönelimdir.

Cevap: C

9. Varoluşçu terapide rüyalar, psikanalitik yaklaşımdaki gibi **bilinç dışı çatışmaların sembolik çözüm**ü olarak ele alınmaz; aksine bireyin **dünyada var olma biçiminin ve yaşadığı varoluşsal temaların bir yansıması** olarak görülür. Bu yaklaşımda önemli olan rüyanın “doğru yorumu” değil, danışanın rüyayı **nasıl deneyimlediği, ne hissettiği ve bunu yaşamıyla nasıl ilişkilendirdiği**dir. Terapist, rüyayı analiz eden otorite değil; danışanın bu deneyim üzerinden **anlam keşfetmesine eşlik eden** kişidir. Bu nedenle doğru yaklaşım, rüyayı danışanın varoluşsal yaşantısını anlamak için bir deneyim olarak ele alan ifadedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Bilinçaltı çatışmaların yorumlanması: Psikanalitik yaklaşımı yansıtır; varoluşçu terapide bu tür derin yorumlar yapılmaz.

B) Bastırılmış korkuları bilinç dışından çıkarma: Yine psikodinamik bir bakış açısidir; varoluşçu yaklaşımda odak bilinç dışı değil yaşantının kendisidir.

C) Terapistin rüya anlamını belirlemesi: Varoluşçu yaklaşımda anlam terapist tarafından verilmez, danışan tarafından keşfedilir.

D) Rüyaların travmatik geçmişin sembolü olması: Geçmiş odaklı ve psikanalitik bir yaklaşımdır; varoluşçu terapide rüya daha çok “şu anki varoluş” ile ilişkilidir.

Cevap: E

10. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında danışanın **otantik bir yaşam sürmesi**, toplumsal rollerin ve dayatmaların farkına vararak bunları sorgulaması önemli bir hedeftir. Aynı zamanda danışanın **yalnızlık, özgürlük ve kaygı gibi varoluşsal temalarla yüzleşmesi**, bu duygulardan kaçmak yerine onlarla kalabilme cesareti geliştirilmesi beklenir. Varoluşçu yaklaşım, kaygıyı ortadan kaldırılması gereken bir durum olarak değil, **anamlı bir varoluşun parçası** olarak ele alır. Buna karşılık ideal benlik–gerçek benlik arasındaki farkı azaltma hümanistik yaklaşıma; çocukluk yaşantılarını analiz etme ise psikodinamik yaklaşıma aittir. Buna göre:

- I. **Danışanın otantik yaşamını engelleyen toplumsal kalıpları sorgulamasına destek olunması** varoluşçu yaklaşım ile uyumludur.
- II. **İdeal benlik ile mevcut benlik arasındaki boşluğu daraltma** hümanistik yaklaşımı yansıtır, uygun değildir.
- III. **Yalnızlık duygusuyla kalabilme cesareti geliştirme** varoluşçu yaklaşımın temel temalarındandır.
- IV. **Çocukluk yaşantılarının etkisini çalışma** psikodinamik yaklaşıma aittir, uygun değildir.
- V. **Varoluşsal kaygıları bastırmak yerine kabul etme** varoluşçu yaklaşımın temel ilkesidir.
- I, III ve V numaralı öncüllerdeki ifadeler varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımıyla örtüşmektedir.

Cevap: B

11. Varoluşçu terapide danışmanın kendini açması, yalnızca bilgi vermek ya da örnek sunmak için değil; danışanla kurulan ilişkiyi **daha gerçek, samimi ve otantik bir zemine taşımak** içindir. Terapist, kendi yaşantısından uygun ve sınırlı paylaşımlar yaparak danışanın kendini daha **güvende hissetmesini**, yalnız olmadığını fark etmesini ve kendi varoluşsal deneyimlerini **daha açık ve özgün biçimde ifade edebilmesini** destekler. Bu nedenle kendini açmanın temel amacı, terapötik ilişkiyi derinleştirerek danışanın içsel yaşantısını daha sahici biçimde ortaya koymasına yardımcı olmaktır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Bilinçaltı çatışmaları çözmek: Psikanalitik yaklaşımın hedefidir; varoluşçu terapide odak bilinç dışı çözümleme değildir.

C) Terapistin kendi sorunlarını paylaşması: Kendini açma, terapistin kendi sorunlarını paylaşması için değil, danışanın yararına olacak şekilde sınırlı ve işlevsel paylaşım içindir.

D) Kişisel başarıları paylaşmak: Amaç motive etmekten çok, ilişkiyi otantik hale getirmektir; başarı anlatımı odak değildir.

E) Duygusal bağımlılık oluşturmak: Varoluşçu yaklaşım bağımlılığı değil, danışanın özgürleşmesini ve sorumluluk almasını hedefler.

Cevap: A

12. Danışan, "hep mutlu olmaya çalıştım ama içimde bir yer hüzne çekiliyor" ifadesiyle, yaşamın yalnızca tek bir duygudan (mutluluk) ibaret olamayacağını; buna rağmen **üzüntü-mutluluk gibi karşıt duyguları birlikte kabul etmekte zorlandığını** ortaya koymaktadır. Varoluşçu yaklaşıma göre insan yaşamı, mutluluk-hüzün, yaşam-ölüm, özgürlük-kaygı gibi **karşıtlıkların birlikte var olduğu bir süreçtir** ve psikolojik sağlıklılık bu zıtlıkları bastırmak değil, onları kabul edebilmektir. Danışanın yaşadığı çatışma, bu varoluşsal karşıtlıkları bütüncül biçimde kabullenememekten kaynaklanmaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Bilinç dışı çatışmalar ve savunmalar:** Psikanalitik yaklaşıma aittir; burada bilinç dışı değil varoluşsal farkındalık söz konusudur.
- B) İrrasyonel düşünce ve mutlak mutluluk beklentisi:** Bilişsel yaklaşımın açıklamasıdır; varoluşçu perspektifte odak düşünce hatası değil, yaşamın doğasıdır.
- D) Bilişsel çarpıtmalar:** Yine bilişsel terapiye aittir; burada yorum hatasından çok varoluşsal kabul sorunu vardır.
- E) İdeal benlik-gerçek benlik çatışması:** Hümanistik yaklaşımı yansıtır; burada temel mesele benlik uyumsuzluğu değil, karşıtlıkların kabulüdür.

Cevap: C

13. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında terapist, "uzman" rolüne mesafe koyarak danışanla **eşit, gerçek ve otantik bir ilişki** kurar. Terapötik ilişki, tekniklerden çok **insani karşılaşma** üzerine kurulur; terapist kendi varoluşunun farkında olan, danışanın yaşamla ilgili derin sorgulamalarına **duyarlı biçimde eşlik eden bir tanık** konumundadır. Bu nedenle doğru ifade, danışman-danışan arasında özgün ve sahici bir bağ kurulmasını vurgulayan seçenektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Uzman rolüyle doğruyu öğretmek:** Daha çok yönlendirici ve öğretici yaklaşımlara aittir; varoluşçu terapide danışman rehberlik eder ama "doğruyu öğreten" konumunda değildir.
- B) Geçmiş deneyimlerin kökenine inmek:** Psikodinamik yaklaşımın temel odağıdır; varoluşçu yaklaşımda odak daha çok "şimdi ve burada"dır.

- C) Nötr kalmak ve kişisel yönleri gizlemek:** Klasik psikanalitik tutumu yansıtır; varoluşçu terapide terapistin otantikliği önemlidir.
- E) Bilişsel yapılandırma önermek:** Bilişsel davranışçı yaklaşımın yöntemidir; varoluşçu terapide teknikten çok ilişki ön plandadır.

Cevap: D

14. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında danışanın **otantik bir yaşam sürmesi**, yaşamına anlam katması ve bu süreçte **özgürlük-sorumluluk dengesini kurması** esastır. Anlam eksikliği ise bireyde **varoluşsal boşluk** oluşturarak psikolojik sıkıntılara yol açabilir. Buna karşılık davranışların pekiştirme-ceza ile açıklanması davranışçı yaklaşıma; bilinç dışı çatışmaların belirleyiciliği ise psikanalitik yaklaşıma aittir. Buna göre:

- I. İnsanların temel motivasyonu yaşamlarına anlam katma çabasıdır** logoterapi ile uyumludur.
- II. Davranışların pekiştirme ve ceza ile şekillenmesi** davranışçı yaklaşımı yansıtır, uygun değildir.
- III. Anlam eksikliğinin varoluşsal boşluk oluşturması** logoterapi ile uyumludur.
- IV. Bilinç dışı çatışmaların belirleyici olması** psikanalitik yaklaşıma aittir, uygun değildir.
- V. Bireyin anlam yaratma konusunda özgür ve sorumlu olması** logoterapi ile uyumludur.

II ve IV numaralı öncüllerdeki ifadeler logoterapi'nin temel anlayışları içinde yer almaz.

Cevap: B

15. Varoluşçu psikolojik danışma yaklaşımında terapötik sürecin merkezinde **teknikler değil, terapötik ilişki ve danışanın varoluşsal farkındalığı** yer alır. Teknikler yalnızca bu süreci destekleyen araçlardır; danışanın anlam arayışı, özgürlüğü ve sorumluluğu ise temel odak noktasıdır. Bu nedenle tekniklerin sürecin merkezinde olduğu ve farkındalığı doğrudan belirlediği ifadesi varoluşçu yaklaşımla çelişir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Anlam ve farkındalık rehberliği: Danışmanın temel rolünü doğru yansıtır.

C) Tekniklerin araç olması: Varoluşçu terapinin temel ilkesidir.

D) Duygusal ve bedensel deneyimler: Bireyin bütüncül ele alınmasıyla uyumludur.

E) Özgürlük ve sorumluluk: Yaklaşımın merkezinde yer alır ve tekniklerden bağımsızdır.

Cevap: A

1. Psikolojik danışman, danışanın **sözel ifadesi ile beden dili arasındaki uyumsuzluğu** (ellerini sıkması, ses tonunun sertleşmesi) fark ederek bunu danışana yansıtmaktadır. Gestalt yaklaşımında terapötik süreçte **beden mesajları ve “şimdi ve burada” yaşantı** temel alınır; danışanın farkında olmadığı duygu ve tepkileri görünür kılmak esastır. Bu tür müdahale, danışanın yaşantısına yönelik farkındalığını artırmak amacıyla yapılan **yüzleştirmedir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İçsel inançların yeniden yapılandırılması:** Bilişsel-davranışçı yaklaşımın hedefidir; burada bilişsel yeniden yapılandırma yoktur.
- B) **İrrasyonel düşüncelerin mantıksal sorgulanması:** Akılcı duygusal davranışçı kurama özgüdür; mantıksal tartışma yapılmamaktadır.
- C) **İstisna durumlara ve hedeflere odaklanma:** Çözüm odaklı yaklaşımın tekniğidir; burada anlık farkındalık söz konusudur.
- D) **Anlam arayışı ve yaşamın temel çatışmaları üzerine yoğunlaşma:** Varoluşçu yaklaşımı yansıtır; soruda anlam değil farkındalık ön plandadır.

Cevap: E

2. Danışman, danışanın değişimi dışsal nedenlere yüklemesini fark ederek onu **“Bu durumu ben yaratıyorum ve değiştirme gücü bende”** gibi ifadelerle kendi yaşantısının sorumluluğunu almaya yönlendirmektedir. Gestalt yaklaşımında bireyin **kendi duygu, düşünce ve davranışlarının sorumluluğunu üstlenmesi**, farkındalık gelişiminin temel bir parçasıdır. Bu tür müdahaleler, danışanın kaçınmalarını görünür kılarak **içsel sorumluluğu kabul etmesini** sağlar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Davranışların altında yatan inançların değiştirilmesi:** Bilişsel-davranışçı yaklaşımın temel hedefidir; burada inanç değiştirme yoktur.
- B) **Bilinç dışı süreçlerin farkına varılması:** Psikanalitik yaklaşıma aittir. Gestalt kuram farkındalığa odaklanır.
- C) **Duyguların doğrudan yaşanması ve ifadesi:** Gestalt kuramında önemli olmakla birlikte, soruda vurgu sorumluluk almaya yöneliktir.

- E) **Empatik yansıtma ile benlik kavramının güçlenmesi:** Birey merkezli yaklaşımı yansıtır; burada yönlendirici sorumluluk vurgusu vardır.

Cevap: D

3. Psikolojik danışman, danışanın yaşadığı duyguyu **“şu an ve burada” ele alarak**, bu duygunun **bedendeki yansımaya (göğüste sıkışma)** odaklanmasını sağlamakta ve **duyguda kalmasını** istemektedir. Gestalt yaklaşımında bu tür müdahaleler; **bedensel farkındalık, duygunun doğrudan yaşanması ve bastırılmadan fark edilmesi** ile ilişkilidir. Ayrıca süreç, danışanın yaşantısını derinleştirerek farkındalık kazanmasına yöneliktir. Ancak burada **düşüncelerin mantıksal olarak analiz edilmesi veya yeniden yapılandırılması söz konusu değildir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Duygularla bedensel farkındalık üzerinden temas kurulması:** Gestalt kuramın temel tekniklerinden biridir; sorudaki müdahale ile uyumludur.
- B) **Şu anki deneyim üzerine odaklanılması:** “Şimdi ve burada” ilkesi doğrudan kullanılmaktadır.
- C) **Danışanın içsel parçalarıyla bütünleşmesinin desteklenmesi:** Farkındalık süreci, uzun vadede bütünleşmeye hizmet eder; dolaylı olarak uygundur.
- E) **Duygunun bastırılmadan fark edilmesi ve açığa çıkarılması:** Danışanın duyguda kalması istenerek bu süreç desteklenmektedir.

Cevap: D

4. Soruda danışanın **“tamamlanmamış ve parçalanmış hissetmesi”** ile terapistin buna karşılık insanın doğası gereği **bütünleşmeye yöneldiğini ve bunun farkındalık ile sorumlulukla gerçekleştirdiğini** vurgulaması arasında ilişki kurulmaktadır. Bu, gestalt kuramının insanı **sürekli bütünleşmeye yönelen, kendini düzenleyen ve aktif bir organizma** olarak ele alan temel görüşünü yansıtır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İnsan, bilinç dışındaki çatışmaların esiri olarak doğar ve davranışları bu çatışmalar tarafından belirlenir:** Bu yaklaşım psikanalitik kurama dayanır. Gestalt bakış açısı insanı bu şekilde deterministik biçimde ele almaz.
- B) **İnsan, doğuştan sabit ve değişmez özelliklere sahiptir; kişilik yapısı genetik olarak belirlenmiştir:** Bu ifade değişimi sınırlayan biyolojik bir anlayışı yansıtır. Oysa gestalt, insanın gelişime açık olduğunu kabul eder.
- C) **İnsan doğası temelde umutsuzdur ve anlam arayışı yalnızca felsefi sorgulamalarla mümkündür:** Bu görüş daha çok varoluşçu yaklaşımın belirli yorumlarına yakındır. gestalt'ın bütüncül ve gelişim odaklı anlayışıyla örtüşmez.
- D) **İnsan, dışsal koşullara tamamen bağımlıdır ve kişisel değişim ancak çevre değişirse mümkündür:** Bu ifade davranışçı yaklaşımı yansıtır. Gestalt ise bireyin aktif ve sorumluluk alan yönünü vurgular.

Cevap: E

5. Soruda Baran'ın geçmişte babasına yönelik ifade edemediği duyguların hâlâ zihninde dönmesi ve bu durumun bugünkü öfke patlamalarına yansması vurgulanmaktadır. Gestalt kuramına göre ifade edilmemiş, tamamlanmamış duygular “bitirilmemiş işler” olarak kalır ve zamanla bireyin şimdiki yaşantısına sızarak davranışlarını etkiler. Baran'ın yaşadığı durum, geçmişte tamamlanmamış duygusal yaşantıların bugüne taşınmasıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Temasın kesilmesiyle kişinin çevresine yabancılaşması:** Bu ifade temas kopukluğunu anlatır; soruda ise geçmişten gelen duyguların bugüne etkisi ön plandadır.
- B) **Geçmiş yaşantıların figür-zemin algısında bozulmaya yol açması:** Figür-zemin ilişkisi algısal örgütlenmeyle ilgilidir; burada böyle bir vurgu bulunmamaktadır.
- C) **Direnç mekanizmalarının temas sürecine engel olması:** Temas engelleri farklı bir süreci açıklar; soruda temel vurgu tamamlanmamış duygulardır.

- E) **Şimdi ve burada ilkesinin dışına çıkılarak geçmişe takılı kalınması:** Geçmişe odaklanma söz konusu olsa da, asıl belirleyici olan bitirilmemiş yaşantıların bugüne etkisidir.

Cevap: D

6. Soruda insanın kendini gerçekleştirme potansiyeline sahip olması, özgün (fenomenolojik) bir varlık olması ve bütüncül yapısı vurgulanmaktadır. Bu ifade, gestalt kuramında insanın kendi yaşantısını aktif olarak oluşturan bir varlık olarak ele alındığını gösterir. **İnsan, kendi deneyimini aktif olarak yaratan, özgün ve kendini gerçekleştirme potansiyeline sahip bir varlıktır. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **İnsan doğası çevresel koşullar tarafından şekillenir ve birey ancak uyum sağladığında işlevsel olur:** Bu ifade davranışçı çevresel belirleyicilere indirger; davranışçı yaklaşımın temel vurgusunu taşır. Gestalt kuramının öznel yaşantıyı ve bireyin etkin rolünü merkeze alan anlayışıyla örtüşmez.

- C) **İnsan davranışı genetik yapısı ve biyolojik dürtüler tarafından belirlenir; kişisel deneyim sınırlıdır:** Davranışçı biyolojik temele indirger; bireyin deneyim ve farkındalık boyutunu geri plana iter. Gestalt kuramının bütüncül yaklaşımıyla bağdaşmaz.

- D) **İnsan bilinç dışındaki çatışmaların sonucu olarak davranışlarında sınırlıdır; terapi bu çatışmaları çözmeye odaklanır:** Psikanalitik kuramın bakış açısını yansıtır; gestalt kuramı ise bilinç dışı çözümlemeyi çok farkındalık ve yaşantıya odaklanır.

Cevap: A

7. Gestalt yaklaşımında insan; farkındalık geliştirebilen, “şimdi ve burada” yaşantısını kavrayabilen, seçim yapabilen ve davranışlarının sorumluluğunu üstlenebilen aktif bir varlıktır. Birey yalnızca tepkiler veren bir organizma değil; kendi yaşantısını şekillendiren, ihtiyaçlarını fark ederek davranışlarını düzenleyen ve bütünleşmeye yönelik bir yapıdır. Bu nedenle insan, edilgen değil kendi yaşantısının sorumluluğunu alan

bir öznedir. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) **İnsan, içsel dürtülerine tamamen bağlı pasif bir varlıktır:** Bu ifade insanı edilgen konuma indirger. Gestalt kuramının aktif ve sorumluluk alan insan anlayışıyla örtüşmez.
- B) **İnsan, çevresel koşulların belirlediği tepkilerle şekillenir:** Bu görüş davranışçı yaklaşımı yansıtır. Gestalt kuramının bireyin öznel yaşantısını merkeze alan anlayışıyla bağdaşmaz.
- C) **İnsan, doğuştan belirlenmiş karakter özelliklerine göre davranır:** Bu ifade değişimi sınırlayan deterministik bir bakış açısıdır. gestalt kuramının gelişim ve dönüşümü mümkün gören yaklaşımıyla uyuşmaz.
- E) **İnsan, sadece geçmiş deneyimleri temel alarak karar verir:** Bu yaklaşım geçmişe indirgenmiştir. Gestalt kuramının “şimdi ve burada” farkındalığını esas alan anlayışıyla örtüşmez.

Cevap: D

8. Danışan duygulanım yaşadığı anda (gözlerin dolması) bunu hızla bastırıp konuyu değiştirmekte, terapist ise bu kesintiyi fark ederek danışanın dikkatini **şimdi ve burada yaşadığı bedensel duylumlara yönlendirmektedir**. Gestalt yaklaşımında yaşantı yalnızca bilişsel düzeyde ele alınmaz; **duyguların bedendeki karşılıklarıyla birlikte fark edilmesi** esastır. Bu müdahale, danışanın duyguyu bastırmak yerine onu duyumsayarak fark etmesini sağlamaya yöneliktir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Danışanın geçmişi yeniden yapılandırarak içgörü kazanmasını sağlamayı:** Geçmiş analizine dayalıdır; gestalt kuramı odağını “şimdi ve burada” yaşantıya verir.
- C) **Davranışın arkasındaki bilinç dışı güdülerini çözümlemeyi:** Psikanalitik yaklaşımı yansıtır; gestalt kuramı farkındalık ve deneyime odaklanır.
- D) **Duyguların sözel olarak ifade edilmesinden çok bastırılmasını önermeyi:** Gestalt kuramı bastırmayı değil, duygunun fark edilip yaşanmasını destekler.

- E) **Travmatik olayların doğrudan işlenmesinden önce, zamana yayarak çözülmesini:** Süreç odaklı başka yaklaşımları çağırıştırır; Gestalt kuramı anlık yaşantı ve farkındalığı merkeze alır.

Cevap: B

9. Barış'ın geçmişte yaşadığı ancak üzerinde durmadığı bir arkadaşlık sorununun, **şu anki dikkatini ve odaklanmasını etkilemesi**, gestalt kuramında **tamamlanmamış yaşantıların (bitirilmemiş işler)** bireyin zihninde açık kalmasıyla açıklanır. Bu tür yaşantılar kapanmadığı için organizmanın dikkatini meşgul eder ve farklı durumlara sızarak işlevselliği etkiler. Terapistin ifadesi de doğrudan bu sürece işaret etmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Duyguların bilinç dışına itilmesi:** Bu ifade psikanalitik kuramın bastırma kavramıyla ilişkilidir. Soruda ise duygunun bastırılmasından çok, tamamlanmamış bir yaşantının etkisi söz konusudur.

- C) **Bedensel farkındalığın azalması:** Bedensel farkındalık gestalt yaklaşımında önemli bir boyuttur; ancak Barış'ın yaşadığı dikkat dağınıklığı, bedensel duyumdan çok geçmiş yaşantının etkisiyle açıklanmaktadır.

- D) **Şimdi ve burada ilkesinin terapide önemi:** Bu ilke Gestalt kuramının temelidir; ancak soruda asıl vurgu geçmişte tamamlanmamış yaşantının bugünkü işlevselliği etkilemesidir.

- E) **Geçmiş yaşantıların rüyalar yoluyla açığa çıkması:** Gestalt'ta rüyalar çalışılır; ancak burada rüya süreci değil, doğrudan tamamlanmamış yaşantının etkisi ön plandadır.

Cevap: A

10. Zeynep'in taşınma sonrası yaşadığı huzursuzluk, odaklanma güçlüğü ve işleri tamamlayamadan diğerine geçmesi; **yeni çevreye uyum sağlama ve ortaya çıkan ihtiyaçlara göre yeniden denge kurma sürecini** göstermektedir. Gestalt kuramına göre organizma, değişen koşullarda ihtiyaçlarına göre çevresiyle **dinamik bir denge (kendini düzenleme)** oluşturmaya çalışır. Bu geçiş döne-

minde bazı ihtiyaçların öne çıkması ve uyum sürecinin zorlayıcı olması doğal kabul edilir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Bilinç dışı içeriğin bastırılarak zemin haline gelmesi:** Bu ifade psikanalitik yaklaşıma daha yakındır; soruda bastırmadan çok uyum süreci vurgulanmaktadır.
- C) Geçmiş yaşantıların şimdi ve burada tekrar deneyimlenmesi:** Gestalt'ta geçmiş yaşantılar ele alınabilir; ancak burada temel durum bir geçiş ve uyum sürecidir.
- D) İçsel çatışmaların davranış düzeyinde görünür hâle gelmesi:** Çatışma vurgusu bulunmamaktadır; yaşanan durum çevresel değişime uyumla ilgilidir.
- E) Temas sınırlarının bozulmasıyla kişinin iç dünyasından kopması:** Temas bozukluklarına işaret eder; ancak Zeynep'in yaşantısı daha çok denge kurma süreciyle ilişkilidir.

Cevap: A

- 11.** Tunç'un farklı alanlarda hedefler koymasına rağmen tatmin olamaması, ailesinin beklentileri ile kendi istekleri arasında gidip gelmesi ve bu nedenle **içsel bir denge kuramaması**, gestalt kuramında organizmanın **kendini düzenleme** işlevindeki aksama ile açıklanır. Birey, ihtiyaçlarını net biçimde fark edip önceliklendiremediğinde çevresiyle sağlıklı bir uyum kuramaz ve bu durum sürekli bir huzursuzluk yaratır. Terapistin "denge bulamama" vurgusu da doğrudan bu sürece işaret etmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Direnç biçimlerinden biri olan içe yansıtma:** Bu ifade temas engellerinden birini anlatır; ancak soruda temel vurgu denge kuramama üzerinedir.
- B) Şimdi ve burada deneyimini sürdürmemesi:** Gestalt'ta önemli bir ilkedir; ancak burada sorun anlık farkındalıktan çok ihtiyaçların düzenlenememesidir.
- C) Beden duyularına yönelik farkındalığın azalması:** Bedensel farkındalık önemli olsa da, soruda asıl problem karar verme ve yön belirleme güçlüğüdür.
- E) Temas sınırlarının netleşmemesi sonucu kimlik bulanıklığı:** Temas sınırlarıyla ilgili bir durumdan söz edilmemektedir; daha çok içsel denge sorunu vardır.

Cevap: D

- 12.** Şengül'ün yıllar önce yaşadığı ilişkiyi **hiç konuşmadan kapatması**, buna rağmen bu yaşantının hâlâ duygusal olarak etkisini sürdürmesi ve rüyalarında ortaya çıkması; gestalt kuramında **bitirilmemiş yaşantıların (tamamlanmamış işler)** hâlâ etkin olduğunu gösterir. Bu tür yaşantılar kapanmadığı için bireyin duygusal enerjisini meşgul eder, hatta bloke edebilir. Danışmanın "kapanmamış yara" vurgusu da doğrudan bu duruma işaret etmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Zihinsel süreçlerin figür-zemin algısını belirlemesi:** Figür-zemin ilişkisi algısal örgütlenmeyle ilgilidir; burada ise duygusal olarak kapanmamış bir yaşantı vurgulanmaktadır.
- C) İç gözlemle bilinçli farkındalığın artırılması:** Farkındalık gestalt kuramında önemlidir; ancak soruda temel vurgu farkındalıktan çok tamamlanmamış yaşantının etkisidir.
- D) Direnç mekanizmalarının savunma işlevi görmesi:** Temas engelleriyle ilişkilidir; ancak burada savunmadan çok geçmiş yaşantının sürmesi söz konusudur.
- E) Temas sınırlarında yaşanan geçici bulanıklık:** Temas sınırı kavramına işaret eder; fakat sorudaki durum daha çok bitirilmemiş yaşantıyla açıklanır.

Cevap: B

- 13.** Gestalt kuramında **bitirilmemiş işler**, bireyin geçmişte yaşadığı ancak tamamlayamadığı, ifade edemediği ya da çözüme ulaştıramadığı duygusal yaşantıların **açık kalarak şimdiki yaşantıya taşınması ve davranışları etkilemeye devam etmesidir**. Bu tür deneyimler kapanmadığı için bireyin dikkatini meşgul eder, zaman zaman yeniden ortaya çıkar ve güncel tepkileri belirler. Bu nedenle **"tamamlanmamış duygusal deneyimlerin çözülmeden şimdiki yaşantıya sızması"** ifadesi bu kavramın doğrudan karşılığıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Bireyin geçmiş yaşantılarını bilinç dışına bastırarak unutma eğilimini:** Bastırma kavramını içerir; psikanalitik yaklaşımı yansıtır, bitirilmemiş işlerin tanımını karşılamaz.

- B) Bireyin geçmişten getirdiği değerlerle şimdi arasında çatışma yaşamasını: Değer çatışmasına işaret eder; ancak burada temel vurgu tamamlanmamış duygusal yaşantının sürmesi değildir.
- D) İçer yansıtmaya yoluyla çevresel uyarıları kendi parçası gibi algılamasını: Temas engellerinden biri olan içer almayı ifade eder; kavramın kapsamıyla örtüşmez.
- E) Terapide danışanın geçmiş yaşantıları dramatize ederek tekrar deneyimlemesini: Bir teknik ya da uygulamayı anlatır; bitirilmemiş işlerin tanımını vermez.

Cevap: C

14. Gestalt terapide “şimdi ve burada” yaklaşımı, bireyin geçmiş ya da geleceğe takılmak yerine o anda ne yaşadığını fark etmesine, duygularını, düşüncelerini ve bedensel duyularını doğrudan deneyimlemesine odaklanır. Amaç, bireyin yaşantısını ertelemekten fark etmesi ve bu deneyimle temas kurarak kendini daha bütüncül biçimde anlamasıdır. Bu nedenle yaşantısal farkındalığın artırılması ve mevcut deneyimle yüzleşme bu yaklaşımın temel amacını oluşturur. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Danışanın geçmiş travmalarını yeniden yapılandırarak içgörü kazanmasını sağlamak: Geçmiş analizine dayanır; gestalt yaklaşımı odağını mevcut yaşantıya verir.
- B) Bireyin geleceğe yönelik daha işlevsel planlar yapmasına yardımcı olmak: Gelecek yönelimlidir; gestalt kuramında öncelik anlık deneyimin fark edilmesidir.
- C) Danışanın bastırılmış bilinç dışı çatışmalarını gün yüzüne çıkarmak: Psikanalitik yaklaşımı yansıtır; gestalt bilinç dışı çözümlemekten çok farkındalığa odaklanır.
- E) Danışanın yaşam öyküsünü detaylıca ele alarak benlik bütünlüğünü yeniden inşa etmek: Yaşam öyküsü analizine dayanır. Gestalt'ta asıl vurgu anlık yaşantı üzerindedir.

Cevap: D

15. Gestalt terapide farkındalık, bireyin yalnızca düşüncelerini değil; duygularını, bedensel duyularını ve çevresiyle olan temasını “şimdi ve burada” fark etmesi anlamına gelir. Kişi; kendisiyle, diğer insanlarla ve nesnelerle kurduğu ilişkiyi anlık olarak bilince çıkarır ve yaşantısını doğrudan deneyimler. Bu nedenle diğerleriyle, nesnelerle ve özellikle kendisiyle temasta olarak şimdi ve burada deneyimini bilincine çıkarma ifadesi farkındalığın en doğru karşılığıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Danışanın geçmiş yaşantılarını yeniden yapılandırarak içselleştirmesi: Geçmiş odaklıdır; gestalt kuramı farkındalığı anlık yaşantı üzerinden ele alır.
- C) Danışanın gelecekle ilgili endişe ve planlarını ayrıntılı şekilde gözden geçirme: Gelecek yönelimlidir; farkındalık “şimdi ve burada” ile ilişkilidir.
- D) Danışanın savunma mekanizmalarını sorgulayarak dışa vurumu engellemesi: Savunma mekanizmaları psikanalitik yaklaşımla ilişkilidir; Gestalt bastırmayı değil fark etmeyi vurgular.
- E) Danışanın kişilik özelliklerini dramatize ederek farkındalık kazanması: Bu bir teknik olabilir; ancak farkındalık kavramının tanımını doğrudan karşılamaz.

Cevap: B

1. Soruda, Derya'nın ilişkilerinde kendisini **iki zıt uçta** (aşırı sessiz-patlayıcı) yaşadığı ve danışmanın bu iki yönü **sandalyelerde konuşturarak aynı anda deneyimletmeye çalıştığı** bir süreç anlatılmaktadır. Yani danışan, bu karşıt parçaları sadece ifade etmekle kalmayıp **her birini ayrı ayrı yaşantıya dökerek aralarında diyalog kurmaktadır**. Gestalt terapide bu durum **kutuplarla çalışma** olarak adlandırılır. Bireyin içinde yer alan zıt yönler çoğu zaman birbirini bastırır ve çatışma yaratır. Terapist bu parçaları görünür hale getirir, danışana her iki yönü de konuşturur ve böylece danışanın bu yönleri **fark etmesini, sahiplenmesini ve bütünleştirmesini** sağlar. Amaç bir yönü ortadan kaldırmak değil; **her iki yönün de kabul edilerek dengeli bir bütün haline gelmesidir**.

A) **Şema düzeyindeki bilişsel çarpıtmaları fark ederek davranışsal değişimi hedeflemesi:**

Bireyin olayları hatalı düşünce kalıplarıyla (örneğin aşırı genelleme, felaketleştirme) değerlendirdiğini fark edip bunları değiştirmesine dayanır. Soruda düşünce hatalarını analiz etme değil, zıt yönleri yaşantı yoluyla ortaya koyma vardır.

B) **İkincil kazanımlar yoluyla devam eden iç çatışmalarının işlevini fark etmesi:** Bireyin yaşadığı sorunun ona sağladığı dolaylı faydaları (ilgi görmek, sorumluluktan kaçmak gibi) anlamasını ifade eder. Soruda böyle bir kazanç analizi değil, karşıt yönlerin deneyimlenmesi vardır.

C) **Direnç mekanizmalarını tanıyıp geçmiş travmatik yaşantıları yapılandırması:** Bireyin savunmalarını fark ederek geçmiş yaşantılarını yeniden ele almasını içerir. Soruda geçmiş yapılandırma değil, "şimdi ve burada" iki yönün yaşantılanması söz konusudur.

D) **Duygularının kökenine inmeyerek sadece şu anki davranışlarını değiştirmeye çalışması:** Yalnızca gözlenebilir davranışa odaklanan yüzeysel bir değişimi ifade eder. Soruda davranış değiştirme değil, içsel yaşantının ortaya konması vardır.

Cevap: E

2. Danışanın suçluluk duygusunu karşısında bir varlık gibi konumlandırması, ona konuşması ve ardından o duygunun yerine geçerek cevap vermesi istenmektedir. Yani danışan, yaşadığı duyguyu **canlandırmakta, onunla diyalog kurmakta ve rol değiştirerek deneyimlemektedir**. Bu süreçte danışan yalnızca anlatmakla kalmaz; **ifade edemediği duyguları açığa çıkarır, yaşantıyı şimdi ve burada yeniden yaşar ve farkındalık kazanır**. Gestalt terapide boş sandalye tekniği, tam olarak bu şekilde **bitirilmemiş duyguları ortaya çıkarma, farkındalık sağlama ve içsel yaşantıyla temas kurma** amacıyla kullanılır.

A) **Maruz bırakma:** Danışanın kaygı uyandıran uyararla doğrudan ya da aşamalı biçimde karşılaştırılmasıdır; davranışçı terapiye aittir. Bu durumda bir uyararla yüzleşme değil, içsel duyguyla diyalog vardır.

B) **Değerlere odaklanma:** Bireyin yaşamındaki temel değerleri belirleyip bu doğrultuda davranmasını içerir; Kabul ve Kararlılık Terapisi'ne aittir. Soruda değer belirleme süreci yoktur.

D) **Yanlış inançları yeniden yapılandırma:** Bireyin işlevsiz düşüncelerini daha gerçekçi olanlarla değiştirmesidir; Bilişsel Terapi'ye aittir. Burada düşünceyi değiştirme değil, duyguyu deneyimleme söz konusudur.

E) **İstisna soruları sorma:** Problemin yaşanmadığı durumları ortaya çıkarmaya yöneliktir; Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi'ye aittir. Bu durumda böyle bir sorgulama yapılmamaktadır.

Cevap: C

3. Hakan'ın kendisini bir yandan **kuralcı ve otoriter**, diğer yandan **çaresiz ve çekingen** olarak tanımlaması, benliğinde yer alan iki zıt yönün aynı anda var olduğunu ve çatıştığını göstermektedir. Gestalt kuramına göre bu durum **kutuplar (top dog – underdog)** kavramıyla açıklanır. Top dog bireyin kural koyan, eleştiren ve baskıcı yönünü; underdog ise pasif, boyun eğen ve kaçınan yönünü temsil eder. Bu iki yön arasındaki gerilim, bireyin davranışlarında tutarsızlık yaratır. Terapide amaç bu zıt parçaları bastırmak değil, **fark edip aralarındaki çatışmayı anlamak ve bütünleştirmektir**. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) **Bedensel farkındalığın azalması nedeniyle duyguların fark edilememesi:** Bireyin duygularına yabancılaşmasıdır; burada duyguların fark edilememesi değil, iki zıt yönün çatışması vardır.
- B) **Danışanın bastırılmış duygularının bilinç dışına itilmesi:** Bastırma, psikanalitik kurama ait bir savunma mekanizmasıdır; burada bilinç dışı süreç değil, açıkça ifade edilen iki zıt yön vardır.
- D) **Geçmişte yaşanan travmaların şimdiki yaşantıya yansması:** Geçmiş odaklı bir açıklamadır; soruda vurgu mevcut içsel çatışmadır.
- E) **Direnç mekanizmalarının terapi sürecinde ortaya çıkması:** Danışanın farkındalıktan kaçınmasını ifade eder; burada kaçınma değil, iki yönün çatışması söz konusudur.

Cevap: C

4. Gestalt terapide insan, **beden, duygu, düşünce ve çevresiyle birlikte bir bütün** olarak ele alınır ve bu bütün, sürekli bir etkileşim içindedir. İnsan ne doğuştan iyi ne de kötüdür; önemli olan, bireyin çevresiyle kurduğu ilişki içinde **farkındalık geliştirerek anlam oluşturma ve bütünlüğünü sağlamasıdır**. Bu yaklaşımda birey, yaşantılarını “şimdi ve burada” deneyimleyerek kendi ihtiyaçlarını fark eder ve denge kurmaya çalışır. Bu nedenle insan doğası, sabit bir iyi-kötü ayrımından ziyade **etkileşim ve bütünlük arayışı** üzerinden açıklanır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **İnsan doğası temelde iyidir ve birey, uygun koşullar sağlandığında kendini gerçekleştirme potansiyeline sahiptir:** Bu ifade Birey merkezli yaklaşımı, özellikle Rogers’ın görüşünü yansıtır; gestalt yaklaşımında iyi-kötü vurgusu yoktur.
- B) **İnsan doğası dürtüsel ve çatışmalıdır; birey, bu içsel çatışmaları yönetmeyi öğrenerek uyum sağlar:** Bu psikanalitik yaklaşıma aittir; içsel dürtü çatışmaları temel alınır.
- D) **İnsan doğası irrasyonel düşünceler ve öğrenilmiş olumsuz davranış kalıplarıyla şekillenir; birey, bu kalıpları değiştirerek iyileşir:** Bu bilişsel-davranışçı yaklaşıma aittir; düşünce hataları ve öğrenilmiş davranışlar vurgulanır.

- E) **İnsan doğası sosyal ve ilişkiseldir; bireyin sorunları, kişiler arası etkileşimlerdeki bozulmalardan kaynaklanır:** Bu kişiler arası kuramları (Sullivan vb.) yansıtır. Gestalt’ta daha geniş bir bütünlük ve farkındalık vurgusu vardır.

Cevap: C

5. Gestalt terapide “şimdi ve burada” ilkesi, bireyin geçmiş ya da geleceğe odaklanmasından ziyade **o anda ne yaşadığını tüm yönleriyle fark etmesine** dayanır. Bu; kişinin yalnızca düşüncelerini değil, **duygularını, bedensel duygularını ve çevresiyle kurduğu teması** anlık olarak bilince çıkarmasını içerir. Terapötik süreçte amaç, danışanın yaşantısını analiz etmekten çok **doğrudan deneyimlemesini ve farkındalık kazanmasını sağlamaktır**. Bu nedenle şimdi ve burada ilkesi, anlık yaşantıya bütüncül bir farkındalıkla odaklanmayı ifade eder. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bireyin geçmiş deneyimlerini detaylı bir şekilde inceleyerek, güncel sorunlarının kökenlerini anlamak ve böylece gelecekte benzer sorunların önüne geçmektir:** Geçmiş odaklıdır; gestalt kuramında analiz değil, anlık deneyim esastır.
- B) **Bireyin gelecekle ilgili kaygılarını ve hedeflerini netleştirerek, şimdiki zamanda bu hedeflere ulaşmaya yönelik gerçekçi planlar yapmaktır:** Gelecek yönelimlidir; gestalt yaklaşımı planlamadan çok anlık farkındalığa odaklanır.
- C) **Bireyin tekrarlayan düşünce kalıplarını ve otomatik tepkilerini belirleyerek, şimdiki zamanda bu kalıpları sorgulamak ve daha işlevsel alternatifler geliştirmektir:** Bilişsel-davranışçı yaklaşıma aittir; düşünceyi değiştirme hedeflenir.
- E) **Bireyin kişiler arası ilişkilerinde şu anda yaşanan dinamikleri analiz ederek, iletişim becerilerini geliştirmek ve daha sağlıklı etkileşimler kurmaktır:** Kişiler arası süreçlere odaklanır; gestalt kuramı analizden çok bireyin anlık yaşantısının fark edilmesi ön plandadır.

Cevap: D

6. Gestalt terapide **kutuplar kavramı**, bireyin benliğinde yer alan birbirine zıt yönlerin (örneğin güçlü–zayıf, baskın–çekinik) varlığını ifade eder. Bu yönlerden bazıları kabul edilirken bazıları **reddedilir, bastırılır ya da başkalarına yansıtılır** ve bu durum benlik bütünleşmesini engeller. Terapide amaç, bu karşıt parçaların fark edilmesi ve bütünleştirilmesidir. Buna göre:

- I. Bireyin kendilik algısı ve dış dünyayla kurduğu sınırların akışkan olması, **temas sınırları** kavramıyla ilgilidir. Bu ifade yanlıştır.
- II. Bireyin kabul etmediği, bastırdığı ya da yansıttığı özelliklerin varlığı ve bunların bütünleşmeyi engellemesi, **kutuplar kavramıyla doğrudan ilişkilidir**. Bu ifade doğrudur.
- III. Mantıksız inançların belirlenmesi ve yeniden yapılandırılması, **bilişsel terapiye** aittir. Bu ifade yanlıştır.

Cevap: B

7. Gestalt terapide **baskın ben (top dog)**, bireyin kural koyan, eleştiren, “-melisin/-malısın” diyen, otoriter ve yargılayıcı yönünü ifade eder. Bu yapı, birey üzerinde baskı kurar ve nasıl davranması gerektiğini belirler. Psikanalitik kuramda ise bu özellikler, toplumsal kuralların ve ahlaki değerlerin içselleştirilmiş hali olan **süperego** ile örtüşür. Bu nedenle baskın ben kavramı, süperego ile en yakın paralelliği gösterir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **İd**: Haz ilkesiyle çalışan, dürtüsel ve ilkel yapıdır; baskın benin kural koyucu ve eleştirel yapısıyla örtüşmez.
- B) **Ego**: Gerçeklik ilkesine göre çalışan dengeleyici yapıdır; baskın ben gibi yargılayıcı ve baskıcı değildir.
- D) **Libido**: Psikik enerji kavramıdır; kişilik yapısı değildir.
- E) **Bilinç**: Farkındalık düzeyini ifade eder; yapısal bir kişilik birimi değildir.

Cevap: C

8. Gestalt terapide **çekinik ben (underdog)**, bireyin içsel çatışmalarında daha pasif, kaçınan, mazeret üreten ve sorumluluktan uzak duran yönünü temsil eder. Bu yön, baskın benin (top dog) talepkâr ve eleştirel tutumuna karşılık genellikle **boyun eğen, çaresiz görünen ve erteleyen** bir yapıdadır. Birey bu yönüyle “yapamıyorum”, “zor”, “şimdi değil” gibi ifadelerle sorumluluktan kaçınma eğilimi gösterir. Bu nedenle çekinik ben, pasiflik ve kaçınma ile karakterizedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Bireyin güçlü, kontrolcü ve talepkâr olan, genellikle diğerlerini yönlendirmeye çalışan yönüdür**: Bu, baskın ben (top dog) özelliğidir.
- C) **Bireyin ideal benliğine ulaşma çabasında sürekli olarak kendini eleştiren ve yargılayan iç sesidir**: Bu da baskın benin eleştirel yönünü ifade eder.
- D) **Bireyin toplumsal normlara ve otorite figürlerine karşı gelen, isyankar ve bağımsız hareket etme arzusu taşıyan yönüdür**: Bu ifade gestalt kuramındaki çekinik ben tanımıyla örtüşmez.
- E) **Bireyin derinlerde yatan korkularını ve kaygılarını maskeleyerek için geliştirdiği savunmacı ve tetikte olan yönüdür**: Savunma ve kaygı odaklıdır; çekinik benin pasif-kaçınan yapısını doğrudan yansıtmaz.

Cevap: A

9. Bitirilmemiş işler, bireyin geçmişte tamamlamaya çalıştığı ve bu nedenle **duygusal etkisini sürdürerek bugünkü yaşantısını etkileyen deneyimleridir**. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu yaşantılar geçmişte analiz edilmez. **Bireyin şu anda ne hissettiği, bedeninde ne yaşadığı ve bu duyguların nasıl ortaya çıktığına odaklanılır**. Danışan, bu tamamlanmamış yaşantıları şimdi ve burada yeniden deneyimler, ifade eder ve fark eder. Böylece bu yaşantılar bütünleşir ve etkisini kaybeder. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bilinç dışı çatışmaları çözümlemek** psikanalitik yaklaşıma aittir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımı bilinç dışı analiz yerine yaşantının fark edilmesine odaklanır.

- B) **Düşünce kalıplarını değiştirmek** bilişsel terapinin temelidir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımı düşünceyi değiştirmekten çok yaşıntıyı fark ettirmeyi hedefler.
- C) **Değerler doğrultusunda hareket etmek** Kabul ve Kararlılık Terapisi'ne aittir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımı değer yönelimi yerine anlık deneyime odaklanır.
- D) **Koşulsuz kabul ve empati** birey merkezli yaklaşımın temelidir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında terapötik ilişki önemli olsa da esas vurgu farkındalık ve deneyim üzerinedir.

Cevap: E

10. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında **beden sınırı**, bireyin kendi bedeniyle temas kurabilmesi, fiziksel duyumlarını fark etmesi ve bu duyumlara uygun tepkiler verebilmesiyle ilgilidir. Sağlıklı beden sınırına sahip birey, bedeninden gelen sinyalleri dikkate alır, ihtiyaçlarını zamanında karşılar ve kendine zarar vermeyecek şekilde davranır. **Bedeninin sınırlarını ihlal ederek sürekli tehlikeli ve zarar verici davranışlara yönelmesi**, bu tanımla örtüşmez; çünkü burada birey bedeninin uyarılarını dikkate almamakta ve kendini koruyamamaktadır. Bu durum sağlıklı beden sınırı değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Kendi bedeninin farkında olması:** Bireyin açlık, ağrı, gerginlik gibi bedensel duyumlarını tanıması ve bunlara uygun tepki verebilmesi anlamına gelir. Bu, bedenle temasın kurulabilmesini gösterir ve sağlıklı beden sınırı özelliğidir.
- B) **Bedeninin ihtiyaçlarına duyarlı olması:** Bireyin yorgunluk, susuzluk gibi ihtiyaçları fark edip bunları karşılamak için harekete geçmesini ifade eder. Bu da beden sinyallerine duyarlılığı gösterir ve sağlıklı beden sınırı özelliğidir.
- C) **Fiziksel alana saygı ve sınır koyabilme:** Bireyin hem kendi fiziksel alanını koruması hem de başkalarının alanına saygı duyması anlamına gelir. Bu, ben-çevre ayrımının sağlıklı kurulduğunu gösterir ve sağlıklı beden sınırı özelliğidir.

- D) **Bedenini kabul etmesi ve özen göstermesi:** Bireyin beden imgesiyle barışık olması, bedene zarar vermemesi ve bakım göstermesi anlamına gelir. Bu da bedenle olumlu ilişkiyi gösterir ve sağlıklı beden sınırı özelliğidir.

Cevap: E

11. Ayşe'nin içten içe doğru bulmadığı bir isteği, karşısındaki kişi üzülmeyi diye kabul etmesi; kendi düşünce ve duygularını geri plana atarak **başkasının beklentisine göre davranması** anlamına gelir. Bu durumda birey, "ben ne istiyorum?" ile "karşımdaki ne istiyor?" ayrımını net koyamaz ve kendi değerleri doğrultusunda sınır çizemez. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu durum, bireyin değişime dirençli olan ve kararlarını belirleyen **değerleriyle ilgili sınırları sağlıklı kulanamaması** ile açıklanır. Ayşe, kendi değerine uygun olmayan bir davranışı sürdürdüğü için burada sorun **değer sınırıyla** ilgilidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Beden sınırı:** Bedensel duyumları fark etme ve fiziksel ihtiyaçları tanıma ile ilgilidir. Ayşe'nin yaşadığı durum bedensel değil, değer temellidir.
- C) **Temas sınırı:** Ben ile çevre arasındaki genel etkileşim alanını ifade eder. Bu durum daha özel olarak değerlerle ilgilidir.
- D) **Benlik sınırı:** Bireyin kendilik algısı ve ben-ben olmayan ayrımıyla ilgilidir. Ayşe'nin problemi daha çok kendi değerlerine göre hareket edememesidir.
- E) **İlişki sınırı:** Kişiler arası mesafe ve ilişki düzeyiyle ilgilidir. Burada asıl mesele ilişki değil, bireyin kendi değerine aykırı davranmasıdır.

Cevap: B

12. Esin'in aklında bir fikir olmasına rağmen, başkalarının ne düşüneceğinden çekinerek bunu dile getirmemesi; yani **kendi duygu ve düşüncelerini ortamda ifade edememesi** söz konusudur. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu durum, bireyin sosyal öğrenmeler, aileden gelen kurallar ya da değerlendirilme kaygısı nedeniyle kendini ortaya koyamamasıyla açıklanan **kendini ifade etme sınırı** ile ilgilidir. Esin, içsel yaşantısını dışa vuramadığı için bu sınır sağlıklı işlememektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Değer sınırı:** Bireyin değişime dirençli değerleriyle ilgilidir. Esin'in yaşadığı durum değer çatışması değil, ifade edememedir.
- B) **Tanındık sınırı:** Alışkanlıklar ve güvenli görülen durumları sürdürme eğilimiyle ilgilidir. Burada alışkanlıktan çok sosyal çekinme vardır.
- D) **Temas sınırı:** Ben ile çevre arasındaki genel etkileşimi ifade eder. Bu durumda sorun, özel olarak kendini ifade edememektir.
- E) **Beden sınırı:** Bedensel duyular ve fiziksel farkındalıkla ilgilidir. Bu durum bedensel değil, psikososyal bir ifade sorunudur.

Cevap: C

13. Canan'ın içten içe **heyecanlı ve coşkulu hissetmesine rağmen**, başkalarının onu nasıl değerlendireceğini düşünerek bu duygularını bastırması; yani **kendi yaşantısını ortamda ortaya koyamaması** söz konusudur. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu durum, bireyin bulunduğu ortama ve diğer insanların olası tepkilerine göre kendini sınırlaması, duygularını gizlemesi ve dikkat çekmekten kaçınması ile açıklanan **dışa vurma sınırı** ile ilgilidir. Canan, içsel yaşantısını ifade edemediği için bu sınır sağlıklı işlememektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Değer sınırı:** Bireyin değişime dirençli değerleriyle ilgilidir. Canan'ın durumu değer çatışması değil, duyguyu ifade edememedir.
- B) **Temas sınırı:** Ben ile çevre arasındaki genel etkileşimi ifade eder. Burada sorun özel olarak duygunun dışa vurulamamasıdır.
- C) **Tanındık sınırı:** Alışkanlık ve güvenli olanı sürdürme ile ilgilidir. Canan'ın davranışı alışkanlık değil, sosyal değerlendirilme kaygısıdır.

D) **Beden sınırı:** Bedensel duyularla ilgilidir. Bu durumda sorun bedensel değil, duygusal ifadedir.

Cevap: E

14. Ahmet'in kendi içinde hissettiği **kıskançlık duygusunu kabul edememesi** ve bu duyguyu başkalarına atfederek "onlar beni kıskanıyor" şeklinde algılaması söz konusudur. Yani birey, kendine ait bir duyguyu sahiplenmek yerine **başkalarına yüklemekte ve kendinden uzaklaştırmaktadır**. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu durum, bireyin kabul edemediği duygu ve düşüncelerini çevreye yansıtmaması olarak tanımlanan **yanlışıtma (projeksiyon)** temas engeline karşılık gelir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İçe alma:** Bireyin çevreden gelen değer ve düşünceleri sorgulamadan kabul etmesidir. Ahmet'te başkasından alma değil, kendinden başkasına atfetme vardır.
- B) **Kendine çevirme:** Bireyin başkalarına yönelteceği duyguyu kendine yöneltmesidir. Ahmet ise duygusunu dışarıya yöneltmektedir.
- C) **Çekilme:** Bireyin teması keserek geri çekilmesidir. Burada geri çekilme değil, çarpıtma vardır.
- D) **Duyarsızlaşma:** Bireyin duyularına karşı kayıtsız kalmasıdır. Ahmet duygusuz değil, duygusunu yanlış yere yönlendirmektedir.

Cevap: E

15. Hale'nin mevcut işinden memnun olmamasına rağmen "hiç değilse burayı biliyorum", "ya daha kötü olursa" gibi ifadelerle bulunduğu durumu sürdürmesi, **tanıdık olanı koruma ve alışılmış düzene bırakmama eğilimini** göstermektedir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu durum, bireyin memnun olmasa bile alıştığı çevreyi terk edememesi, değişime karşı direnç göstermesi ve güvenli gördüğü yapıyı sürdürmesiyle açıklanan **alışkanlık (tanıdıklık) sınırı** ile ilgilidir. Birey yeni olasılıklara yönelmek yerine mevcut düzenine tutunur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Şimdiki anda kalmakta zorlanma:** Zihnin geçmiş ya da geleceğe kaymasıyla ilgilidir. Hale'nin durumu zaman odağından çok alışkanlığa bağlı kalmadır.
- B) Bedensel farkındalığın artması:** Beden durumlarının yoğunlaşmasıyla ilgilidir. Bu durumda bedensel değil, karar verme ve değişim sorunu vardır.
- C) Baskın benin ön plana çıkması:** Kural koyan, eleştirel yönün etkin olmasıdır. Hale'de daha çok güvenli alana tutunma vardır.
- E) Eksik gestaltın yeniden figürleşmesi:** Tamamlanmamış yaşantıların yeniden ortaya çıkmasıdır. Burada geçmişten gelen bir yaşantı değil, mevcut alışkanlığı sürdürme vardır.

Cevap: D

1. Şermin Hanım'ın çocuklarına karşı sevgi hissetmesine rağmen **şefkatini fiziksel olarak ifade edememesi**, sarılma ve öpme davranışlarının ona yabancı gelmesi; geçmişte ailesinden öğrendiği ilişki biçimini sürdürdüğünü göstermektedir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu durum, bireyin aile ve çevreden öğrendiği **duygularını nasıl ifade edeceğine ilişkin kalıplar nedeniyle kendini ortaya koyamaması** ile açıklanır. Şermin Hanım, sevgi duygusunu yaşamasına rağmen bunu davranışa dökememektedir. Bu nedenle sorun **kendini ifade etme sınırıyla** ilgilidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Tanındıklık sınırı:** Alışılmış olanı sürdürme ve değişime dirençle ilgilidir. Burada asıl sorun alışkanlık değil, duygunun ifade edilememesidir.
- B) **Dışa vurma sınırı:** Ortama göre kendini sınırlama ve dikkat çekmekten kaçınma ile ilgilidir. Şermin Hanım'ın durumu sosyal ortamdan çok öğrenilmiş ifade biçimleriyle ilgilidir.
- C) **Beden sınırı:** Bedensel duyuları fark etme ile ilgilidir. Burada sorun beden farkındalığı değil, duygunun ifade edilmesidir.
- D) **Değer sınırı:** Bireyin değerleriyle ilgilidir. Şermin Hanım'ın problemi değer değil, ifade biçimidir.

Cevap: E

2. Emre'nin durumunda dikkat edilmesi gereken şey, "nazar değer", "kötü bir şey olur" gibi düşüncelerle **başkalarının ne diyeceğinden ya da nasıl algılayacağından etkilenecek davranışını sınırlandırmamasıdır**. Yani birey, bulunduğu sosyal ortamda **kendini ortaya koymaktan kaçınmakta ve dikkat çekmek istememektedir**. Senin notlarında da geçtiği gibi bu durum, bireyin çevredeki kişilerden etkilenecek kendini geri çekmesi ve davranışını sınırlaması olan **dışa vurma sınırı** ile açıklanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Değer sınırı:** Değişime dirençli, daha köklü ve katı değerlerle ilgilidir. Burada belirleyici olan katı değer değil, sosyal ortamda kendini sınırlamadır.
- C) **Tanındıklık sınırı:** Alışkanlıkları sürdürme ve "gelen gideni aratır" düşüncesiyle ilgilidir. Bu durum alışkanlık temelli değildir.

D) **Beden sınırı:** Bedensel farkındalık ve duygularla ilgilidir. Bu durum bedensel değildir.

E) **Kendini ifade etme sınırı:** Aileden öğrenilen ifade biçimleriyle ilgilidir. Burada ifade biçiminden çok sosyal ortamda kendini geri tutma vardır.

Cevap: A

3. Deniz Bey'in "erkekler duygularını belli etmemeli" şeklindeki aileden gelen kuralı **sorgulamadan kabul edip içselleştirdiği** ve buna göre davrandığı görülmektedir. Bu nedenle kendi duygularını tanımakta zorlamakta, ne hissettiğini fark edememektedir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bireyin çevreden gelen değer, kural ve inançları **özümsemeden olduğu gibi alması** "içe alma (introjection)" olarak tanımlanır. Deniz Bey'in yaşadığı durum bu kavramla açıklanır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yansıtma:** Kendi duygu ve özelliklerini başkalarına atfetmektir. Burada başkasına yükleme yoktur.
- B) **Dışa yansıtma:** Kabul edilemeyen özellikleri çevreye yansıtmayı ifade eder. Bu durum söz konusu değildir.
- C) **Yön değiştirme:** Dikkati asıl konudan uzaklaştırmadır. Deniz Bey konudan kaçmamaktadır.
- E) **Sınırların yokluğu:** Ben ile diğerleri arasındaki ayrımın kaybolmasıdır. Burada sınır kaybı değil, sorgusuz kabul vardır.

Cevap: D

4. Murat Bey'in konuşmasında, iş yerindeki insanların kendisine karşı olumsuz duygular beslediğini düşünmesi ve "beni kıskanıyorlar", "başarısız olduklarını kabul etmiyorlar" gibi ifadeler kullanması dikkat çekmektedir. Burada birey, **kendi kabul etmekte zorlanabileceği duygu ve düşünceleri (örneğin yetersizlik, kıskançlık) başkalarına atfetmektedir**. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu durum, bireyin kendine ait yaşantıları dışarıya yüklemesi olarak tanımlanan **dışa yansıtma (projeksiyon)** temas engeline karşılık gelir.

Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Kendine çevirme:** Duygunun başkasına değil kendine yöneltilmesidir. Burada yönelim dışarıdır.
- C) **İçe alma:** Çevreden gelen değerleri sorgulamadan kabul etmektir. Bu durumda başkadan alma yoktur.
- D) **Sınırların yokluğu:** Ben ile diğerleri arasındaki ayrımın kaybolmasıdır. Murat Bey başkalarıyla iç içe değildir, onları suçlamaktadır.
- E) **Çekilme:** Temastan uzaklaşma ve geri çekilmedir. Burada geri çekilme değil, başkalarına atfı vardır.

Cevap: B

5. Zeynep Hanım'ın anlatımında, tartışma anlarında söylemek istediklerini dile getirmediği, yani duygusunu dışa yöneltmek yerine içinde tuttuğu görülmektedir. Bu biriken gerginliği ise **tırnak yeme ve dudak ısırma** gibi davranışlarla kendi bedenine yönelterek boşaltmaktadır. Bu durum, bireyin başkalarına yöneltilmesi gereken duygu ve tepkileri **kendine döndürmesi** anlamına gelir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu, **kendine çevirme** teması engeldir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İçe alma:** Çevreden gelen değer ve kuralları sorgulamadan benimsemektir. Bu durumda böyle bir içselleştirme yoktur.
- B) **Dışa yansıtma:** Kendi duygu ve düşüncelerini başkalarına atfetmektir. Burada başkalarına yükleme yoktur.
- C) **Çekilme:** Temastan uzaklaşma ve geri çekilmedir. Bu durumda tamamen uzaklaşma değil, duygunun kendine yöneltilmesi vardır.
- E) **Duyarsızlaşma:** Duyumlara karşı hissizliktir. Burada hissizlik değil, yoğun gerginlik söz konusudur.

Cevap: D

6. Züleyha Hanım'ın konuşmasında, çocuklukla ilgili önemli bir noktaya gelindiğinde bunu hemen geçiştirdiği ve ardından **alakasız, yüzeysel konulara yöneldiği** görülmektedir. Gülerek konuyu hafifletmesi ve sürekli başka anılara atlaması, duygusal olarak temas kurulabilecek bir içeriği **bilinçli ya da yarı bilinçli biçimde saptırdığını** gösterir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu durum, bireyin duygusal yaşantıyla doğrudan temas kurmamak için konunun yönünü değiştirmesi olarak tanımlanan **yön değiştirme** teması engeline karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Sınırların yokluğu:** Ben ile diğerleri arasındaki ayrımın kaybolmasıdır. Bu durumda iç içe geçme değil, konudan uzaklaşma vardır.
- C) **Duyarsızlaşma:** Duygulara karşı hissizliktir. Züleyha Hanım hissiz değildir; duygudan kaçınmak için konuyu değiştirmektedir.
- D) **İçe alma:** Çevreden gelen değerleri sorgulamadan kabul etmektir. Bu görüşmede böyle bir durum yoktur.
- E) **Dışa yansıtma:** Kendi duygu ve düşüncelerini başkalarına atfetmektir. Burada başkalarına yükleme değil, konuyu saptırma vardır.

Cevap: A

7. Mesut'un arkadaş grubundan ayrı kalmakta zorlanması, "onlar olmadan eksik kalmış gibi hissediyorum" demesi ve kararlarını büyük ölçüde grup üzerinden şekillendirmesi; **ben ile diğerleri arasındaki ayrımın zayıfladığını** göstermektedir. Kendi isteklerini bastırması, grup içinde sessiz kalması ve çatışmadan kaçınması da bu durumu destekler. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bireyin kendisi ile çevresi arasındaki sınırların belirsizleşmesi, **aşırı iç içe geçme ve bağımlı ilişki kurma** durumu "sınırların yokluğu" olarak ifade edilir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Kendine çevirme:** Duyguyu başkasına yöneltilmek yerine kendine yöneltilmektir. Bu durumda böyle bir yön değiştirme yoktur.
- B) **Duyarsızlaşma:** Duyumlara karşı hissizliktir. Mesut duyarsız değil, ilişkisel olarak bağımlıdır.

- C) **Yön değiştirme:** Konuyu ya da duyguyu sapırtmadır. Burada kaçınma değil, iç içe geçme vardır.
- D) **İçe alma:** Çevreden gelen değerleri sorgulamadan kabul etmektir. Bu durumda temel sorun değer değil, sınırların belirsizliğidir.

Cevap: E

8. Köksal Bey'in anlattıklarında, hem duygusal hem de bedensel düzeyde **hissetmeme, kopukluk ve fark edememe** durumu ön plandadır. Açlık hissi- ni ayırt edememesi, bedenine yabancılaşmış gibi hissetmesi ve "hiçbir şey hissetmiyorum" ifadesi; bireyin duyumlarıyla temasının zayıfladığını gösterir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu durum, bireyin hem duygularına hem de bedensel yaşantılarına karşı **duyarsız hale gelmesi**, yani temasın donuklaşması olarak tanımlanan **duyarsızlaşma** teması engeline karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İçe alma:** Çevreden gelen değerleri sorgulamadan benimsemektir. Bu durumda öğrenilmiş kural değil, duyumsama kaybı vardır.
- B) **Dışa yansıtma:** Kendi duygu ve özelliklerini başkalarına atfetmektir. Burada başkasına yüklem yoktur.
- C) **Kendine çevirme:** Duyguyu kendine yöneltmektir. Burada yöneltme değil, hissedememe vardır.
- E) **Sınırların yokluğu:** Ben ile diğerleri arasındaki ayrımın kaybolmasıdır. Bu durumda iç içe geçme değil, kopukluk vardır.

Cevap: D

9. Elif Hanım'ın davranışlarında, kendi ihtiyaçlarını sürekli geri plana atarak başkalarının ihtiyaçlarını önceliklendirmesi, yardım etme üzerinden kendini değerli hissetmesi ve buna rağmen tükenmişlik yaşaması dikkat çekmektedir. Ayrıca kendi duygularını ifade etmemesi ve sürekli güçlü görünmeye çalışması, bu örüntünün süreklilik kazandığını göstermektedir. Bu durum psikolojik danışma literatüründe, bireyin başkalarına yardım ederek kendini değerli hissetmesi ancak zamanla tükenme-

siyle karakterize edilen **yardım eden sendromu** ile açıklanır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kendine çevirme:** Duygunun kendine yöneltilmesidir. Bu durumda birey duygusunu başkalarına yöneltmektedir.
- B) **Duyarsızlaşma:** Duygulara karşı hissizliktir. Elif Hanım duyarsız değil, aşırı duyarlı ve yönelmiş durumdadır.
- D) **Dışa yansıtma:** Kendi duygularını başkalarına atfetmektir. Bu durumda başkalarına yüklem yoktur.
- E) **Yön değiştirme:** Duygudan kaçmak için enerjiyi başka yöne kaydırmaktır. Burada temel örüntü yardım etme üzerinden değer arama- dır.

Cevap: C

10. Ferdi'nin yaşadığı durumda, yoğun duygusal bir yaşantı sonrasında sosyal çevresiyle tüm iletişimi- ni kesmesi, odasına kapanması, mesajlara yanıt vermemesi ve işlevselliğini azaltması dikkat çekmektedir. Ayrıca geçmişte de benzer durumlarda **teması keserek geri çekildiği** ve bir süre sonra hiçbir şey olmamış gibi devam ettiği görülmektedir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında bu durum, bireyin yoğun duygular karşısında çevresiyle olan etkileşimini kesmesi ve kendini geri çekmesi olarak tanımlanan **çekilme** teması engeline karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yön değiştirme:** Duygudan kaçmak için konunun yönünü değiştirmektir. Ferdi konuyu değiştirmemekte, tamamen teması kesmektedir.
- B) **Kendine çevirme:** Duygunun kendine yöneltilmesidir. Burada duygu içe yönelmekten çok teması kesilmiştir.
- C) **Dışa yansıtma:** Kendi duygu ve özelliklerini başkalarına atfetmektir. Bu durumda başkalarına yüklem yoktur.
- E) **Duyarsızlaşma:** Duygulara karşı hissizliktir. Ferdi hissizleşmekten çok kendini çevreden izole etmektedir.

Cevap: D

11. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında sağlıklı birey; **şimdi ve burada yaşayan**, duygularının farkında olan, kendini spontan biçimde ifade edebilen ve çevresiyle **otantik temas kurabilen** kişidir. Ayrıca birey, seçimlerinin sorumluluğunu alır ve çevresiyle esnek bir etkileşim içindedir. Buna karşılık gestalt yaklaşımı, sorunların çözümünde geçmiş sistemli biçimde analiz etmeyi değil, yaşantının **şu anki deneyim üzerinden fark edilmesini** esas alır. Bu nedenle geçmişe sistemli biçimde dönmek gestalt kuramının temel anlayışıyla örtüşmez. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Seçimlerin sorumluluğunu üstlenmek:** Gestalt'ta bireyin sorumluluk alması sağlıklı işleyişin temelidir. Sağlıklı birey özelliğidir.
- B) **Duygularına uygun tepki vermek ve spontan olmak:** Duyguların fark edilmesi ve doğal ifade edilmesi gestalt kuramının temelidir. Sağlıklı birey özelliğidir.
- C) **Otantik ve doğrudan temas kurmak:** Bireyin çevresiyle gerçek ve açık ilişki kurması sağlıklı temasın göstergesidir. Sağlıklı birey özelliğidir.
- E) **Çevreyle esnek uyum sağlayabilmek:** Bireyin hem uyum sağlayabilmesi hem de gerektiğinde çevreyi etkileyebilmesi gestalt kuramında sağlıklı işleyişi gösterir. Sağlıklı birey özelliğidir.

Cevap: D

12. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımına göre psikolojik işlevsellikte bozulma, bireyin yaşantılarından doğan ihtiyaçlarını fark edememesi ya da **tamamlayamaması** ve bunun sonucunda çevresiyle **sağlıklı ve spontan temas kuramaması** ile ortaya çıkar. Bu durumda birey, bitirilmemiş yaşantılar nedeniyle akışkanlığını kaybeder ve temas süreci aksar. Bu nedenle ihtiyaçların tamamlanamaması ve temasın bozulması, işlevsellikteki temel sorunu ifade eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Geçmiş deneyimleri anlamlandırmada güçlük:** Gestalt yaklaşımı geçmişten çok "şimdi ve burada"ya odaklanır. Bu durum tek başına işlev bozukluğu göstergesi değildir.
- B) **Duyguları sosyal kabul için bastırmak:** Zaman zaman sosyal uyum için duyguların düzenlenmesi mümkündür. Bu durum her zaman patoloji değildir.

D) **Farklı roller üstlenmek:** Sosyal ortamlara göre rol değiştirebilmek uyum göstergesidir. Sağlıklı işleyişin parçasıdır.

E) **Planlı ve düzenli olmak:** Günlük yaşamda düzen arayışı işlevselliği destekler, bozulma göstergesi değildir.

Cevap: C

13. Seval'in "ne hissettiğimi bilmiyorum", "anlayamıyorum" ifadeleri kullanması ve beden diliyle kopuk görünmesi, bireyin **duygu ve yaşantılarıyla temasının zayıf olduğunu**, yani farkındalık düzeyinin düşük olduğunu gösterir. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında böyle durumlarda öncelikli amaç, bireyin kendi duygu, düşünce ve bedensel yaşantılarına **şimdi ve burada odaklanarak farkındalık geliştirmesini sağlamaktır**. Çünkü değişim, farkındalığın artmasıyla başlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Geçmiş travmaları detaylandırmak:** Geçmişe odaklıdır. Gestalt'ta öncelik şimdi ve burada deneyimidir.
- C) **Savunma mekanizmalarını yorumlamak:** Psikanalitik yaklaşıma aittir. Gestalt yorumdan çok yaşantıya odaklanır.
- D) **Çocukluk anılarına odaklanmak:** Geçmiş merkezlidir. Gestalt'ta geçmiş, ancak şimdiye yansıdığı ölçüde ele alınır.
- E) **Düşünce çarpıtmalarını tanımlamak:** Bilişsel terapiye aittir. Gestalt'ta temel odak düşünce değil, farkındalıktır.

Cevap: B

14. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında temel amaç; bireyin **farkındalığını artırması**, "şimdi ve burada" yaşantısıyla temas kurması, kendini bir bütün olarak kabul etmesi ve kendi davranışlarının sorumluluğunu üstlenmesidir. Buna karşılık Gestalt yaklaşımı, sorunları çözmek için **geçmiş yaşantıların detaylı biçimde analiz edilmesini** merkezine almaz; geçmiş ancak şu anki yaşantıya yansıdığı ölçüde ele alınır. Bu nedenle çocukluk travmalarını sistematik ve ayrıntılı biçimde incelemek gestalt yaklaşımının temel amacı değildir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Duygu ve düşüncelere farkındalıkla yaklaşmak:** gestalt kuramının temel hedeflerinden biridir.
- C) **Şu anki deneyimle bağlantı kurmak:** “Şimdi ve burada” ilkesi gereğidir, temel amaçtır.
- D) **Kendini bir bütün olarak kabul etmek:** Bütünleşme gestalt kuramının merkezindedir.
- E) **Davranışların sorumluluğunu üstlenmek:** Bireyin sorumluluk alması sağlıklı işleyişin temelidir.

Cevap: A

15. Gestalt psikolojik danışma yaklaşımında temel vurgu; danışanın “**şimdi ve burada**” deneyimine odaklanması, terapötik ilişkinin **otantik ve açık olması** ve danışanın kendi yaşantısını “**ben dili**” ile **sahiplenerek ifade etmesi** üzerinedir. Buna karşılık terapistin sık yorum yapması ve geçmiş ayrıntılı analiz etmesi gestalt kuramının temel yaklaşımıyla örtüşmez. Bu nedenle verilen öncüller değerlendirildiğinde **II ve V numaralı ifadeler gestalt kuramı ile uyumsuzdur. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- I) **“Şimdi ve burada” deneyimine odaklanma:** Gestalt’ın temel ilkesidir, uygundur.
- II) **Terapistin sık soru sorup yorum yapması:** Psikanalitik yaklaşıma daha yakındır, gestalt kuramında ile uyumsuzdur.
- III) **Otantik ve açık ilişki kurulması:** Gestalt terapötik ilişkinin temelidir, uygundur.
- IV) **“Ben dili” kullanımı:** Danışanın deneyimini sahiplenmesini sağlar, gestalt yaklaşımı ile uyumludur.
- V) **Geçmişin ayrıntılı analiz edilmesi:** Psikanalitik yaklaşıma aittir, gestalt kuramı ile uyumsuzdur.

Cevap: A

1. Gestalt terapide danışanı değerlendirme, ayrı ve formel bir aşama olarak değil; süreç içinde, müdahale ile birlikte ilerleyen yaşantısal bir inceleme olarak ele alınır. Terapist, danışana “şu anda ne yaşıyorsun?” gibi sorularla yönelerek onun anlık deneyimine, farkındalık düzeyine ve çevresiyle kurduğu temasa odaklanır. Bu süreçte danışanın yaşantısında hangi ihtiyaçların şekil haline geldiği, hangilerinin zeminde kaldığı incelenir. Ayrıca bireyin kendinden ve çevresinden ne kadar destek alabildiği de değerlendirilir. Gestalt yaklaşımı formel testleri, tanı koymayı ve etiketlemeyi reddeder. Bu nedenle en uygun ifade, danışanın mevcut deneyimi ve temas sürecine odaklanmayı vurgulayan seçenektir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Geçmiş psikiyatrik tanıları analiz etmek:** Gestalt terapide tanı ve geçmiş analizi merkezde değildir. Süreç ve deneyim esastır.
- C) **Standart formel ölçekler uygulamak:** Gestalt yaklaşımı formel değerlendirmeleri kullanmaz; değerlendirme süreç içinde yapılır.
- D) **Davranışları sosyal normlara göre değerlendirmek:** Gestalt bireyi dış ölçütlere göre değil, kendi yaşantısı üzerinden anlamaya çalışır.
- E) **Sorunları etiketleyip sınıflandırmak:** Gestalt terapide etiketleme insani bulunmaz ve reddedilir.

Cevap: B

2. Gestalt terapide danışan-danışman ilişkisi, **varoluşçu bir temele dayanan, karşılıklı ve otantik bir diyalog sürecidir**. Bu ilişkide danışanın yaşantısı ve farkındalığı **ön planda (şekil)** yer alırken; danışmanın farkındalığı ve deneyimleri sürecin **arka planını (zemin)** oluşturur. Terapötik iletişim, danışanın kendini keşfetmesine olanak tanıyan bir **diyalog** üzerinden ilerler. Danışman, danışanı kendi fenomenolojik alanı içinde anlamaya çalışır, onun gücüne inanır ve farkındalığını artıracak şekilde destekleyici, saydam ve aktif bir rol üstlenir. Ancak bu süreçte danışman **yorum yapmaktan kaçınır** ve kendi yaşantılarını sürece katmaz.

Bu bilgiler doğrultusunda, ilişkinin geçmiş yaşantılar üzerinden yoğun biçimde analiz edilmesi Gestalt yaklaşımının ilişki anlayışıyla örtüşmez.

Çünkü Gestalt'ta odak, geçmişin analizi değil; yaşantının **şimdi ve burada deneyimlenmesi ve fark edilmesidir**. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Danışanı yargılamadan kabul etmek:** Danışanın kendini keşfetmesini kolaylaştıran temel ilişki özelliğidir.
- B) **Otantik ve açık ilişki kurmak:** Gestalt kuramında terapötik ilişkinin merkezinde yer alır.
- C) **“Burada ve şimdi”ye odaklanmak:** Danışanın deneyimini doğrudan yaşaması için gereklidir.
- D) **Farkındalık için destekleyici ortam oluşturmak:** Danışmanın aktif ve destekleyici rolünü yansıtır.

Cevap: E

3. Gestalt terapide psikolojik danışma süreci, danışan ve danışmanın karşılıklı etkileşimiyle oluşan yaşantısal bir alan olarak ele alınır. Bu süreçte danışanın farkındalığı, yaşantıları ve verdiği tepkiler terapinin odağını oluşturur ve ön planda yani **şekil** konumundadır. Buna karşılık psikolojik danışmanın deneyimleri, farkındalığı ve algıları sürecin doğrudan odağı değildir; terapötik sürecin arka planını yani **zemini** oluşturur. Danışman yorum yapmaktan kaçınır, kendi yaşantılarını sürece katmaz ve danışanı kendi fenomenolojik alanı içinde anlamaya çalışır. Bu nedenle gestalt terapide danışan ön planda, danışman ise süreci destekleyen arka plandadır. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Danışmanın geçmiş yaşantıları ve danışanın kişisel sorunları:** Danışmanın geçmiş gestalt terapide belirleyici değildir; odak danışanın anlık yaşantısıdır.
- C) **Bilinç dışı çatışmalar ve yönlendirme:** Psikanalitik yaklaşıma aittir; gestalt yaklaşımı analiz ve yorumdan çok deneyime odaklanır.
- D) **Profesyonel bilgi ve sosyal çevre:** Şekil-zemin ayrımını açıklamaz, gestalt yaklaşımının temel yapısını yansıtmaz.
- E) **Bilinç düzeyi ve teknik uygulamalar:** Teknik odaklıdır; gestalt yaklaşımında ilişki ve farkındalık daha belirleyicidir.

Cevap: B

4. Danışmanın “bu döngüyü kırmak için ne düşündünüz, ne hissettiniz?” ve özellikle “bu hislerinizi şu anda nasıl deneyimliyorsunuz?” soruları, danışanın dikkatini çözüm üretmeye ya da yönlendirmeye değil; **kendi anlık yaşantısına, duygularına ve deneyimine çevirmeyi** amaçlamaktadır. Bu yaklaşım, gestalt terapide temel olan danışanın **farkındalığını artırma**, yaşantısını **“şimdi ve burada” deneyimlemesini sağlama** ve kendi deneyimini keşfetmesine alan açma anlayışıyla örtüşür. Danışman yorum yapmamakta, kendi görüşlerini katmamakta ve danışanın yaşantısını olduğu gibi fark etmesine destek olmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yönlendirme ve problem çözmeye odaklanma:** Danışman çözüm dayatmamaktadır; süreç farkındalık odaklıdır.
- B) **Kendi görüşlerini paylaşma:** Gestalt terapide danışman kendi düşüncelerini sürece katmaz, yorumdan kaçınır.
- C) **Fenomenolojik alana göre anlama:** Bu gestalt yaklaşımına ait bir ilkedir; ancak burada vurgulanan doğrudan danışanın deneyimini fark etmesine destek olmaktadır.
- E) **Duyguları bastırmayı teşvik etme:** Gestalt terapide bastırma değil, fark etme ve yaşama esastır.

Cevap: D

5. Danışmanın “şu anda bunu söylerken neler yaşıyorsunuz?” ve “bu sıkışmayı şu anda fark etmeye çalışın” ifadeleri, danışanın dikkatini doğrudan **anlık yaşantısına yönlendirdiğini**, yani “şimdi ve burada” deneyimine odaklanmasını sağladığını gösterir. Ayrıca “göğsünüzde bir sıkışma hissediyorsunuz...” şeklindeki empatik yansıtma, danışanın yaşantısını fark etmesine ve bunu daha net deneyimlemesine yardımcı olmaktadır. Danışman bu süreçte yorum yapmadan, danışanın deneyimini kendi çerçevesinde anlamaya çalışarak fenomenolojik yaklaşıma uygun hareket etmektedir. Buna karşılık danışmanın kendi duygu ve düşüncelerini sürece kattığına dair bir durum yoktur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yorumlamadan anlama:** Danışman yorum yapmadan danışanın yaşantısına odaklanmaktadır.
- B) **“Şimdi ve burada”ya odaklanma:** Danışmanın kullandığı ifadeler anlık deneyimi merkeze alır.
- C) **Fenomenolojik alana göre anlama:** Danışanın deneyimi kendi bakış açısıyla ele alınmaktadır.
- E) **Empatik diyalog:** Empatik yansıtma ile danışanın farkındalığı artırılmaktadır.

Cevap: D

6. Gestalt kuramda danışan–danışman ilişkisi; **diyalog, otantik temas ve farkındalık** üzerine kuruludur. Danışman, danışanı kendi fenomenolojik alanı içinde anlamaya çalışır, yorum yapmaktan kaçınır ve kendi duygu, düşünce ve anılarını sürece katmaz. Danışan ise süreçte aktif bir keşif içindedir. Empatik yansıtma ile danışanın farkındalığı artırılır ve reddedilen yaşantıların güvenli bir ortamda yeniden yaşanarak **asimile edilmesi** sağlanır. Bu çerçevede terapötik diyalog, danışmanın kendi yaşantılarını yoğun biçimde aktarmasını değil; danışanın yaşantısına odaklanmasını gerektirir. Bu nedenle bu ifade yanlıştır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Danışanın yaşantılarını yargılamadan kabul etmek:** Gestalt kuramda danışanın kendini keşfetmesi için güvenli bir alan oluşturulur. Yargılayıcı olmayan tutum, danışanın yaşantısını olduğu gibi fark etmesini kolaylaştırır ve farkındalığın artmasına hizmet eder.
- B) **Danışanın aktif katılımı:** Gestalt kuramda danışan pasif değildir; kendini test eden, deneyimini keşfeden ve anlamlandıran aktif bir katılımcıdır. Değişim, danışanın bu aktif katılımı sayesinde gerçekleşir.
- C) **Empatik yansıtma:** Danışmanın danışanın yaşantısını ona geri yansıtması, danışanın kendi duygularını ve deneyimini daha net fark etmesini sağlar. Bu da “şimdi ve burada” farkındalığını güçlendirir.

D) Reddedilen yaşantıların yeniden yaşanması: Gestalt kuramda “bitirilmemiş işler” önemli bir yer tutar. Bireyin bastırdığı ya da kaçındığı yaşantılar güvenli terapötik ortamda yeniden deneyimlenir ve bütünleştirilir.

Cevap: E

7. Ayşe'nin terapide sergilediği örüntüde, kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmekten kaçınarak sürekli başkalarının beklentilerine göre hareket ettiği, “Sizin düşünceniz önemli”, “Ne isterseniz olur” gibi ifadelerle **kabul edilme ve beğenilme ihtiyacını ön plana aldığı** görülmektedir. Ayrıca kendisini “başkalarının bir parçası” gibi hissetmesi, **benlik sınırlarının bulanıklaştığını** ve iç deneyimi ile dış gerçeklik arasında net bir ayrım yapamadığını göstermektedir. Bu durum, gestalt kuramda bireyin kendisini çevresinden ayırt etmekte zorlandığı, kendi duygu ve düşüncelerini bastırarak uyum sağladığı **kavşak noktası** direnç türüne karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) İçselleştirme: Başkalarının değer ve inançlarını sorgulamadan benimsemektir. Bu vakada temel sorun değerleri alma değil, benlik sınırlarının bulanıklaşmasıdır.

C) Yansıtma: Kendi özelliklerini başkalarına yüklemektir. Ayşe başkalarına yükleme yapmaktan, aksine kendini geri çekmektedir.

D) Sözünden dönme: Dikkatin dağılması ve ilişkiyi yüzeyselleştirme ile ilgilidir. Bu vakada böyle bir durum yoktur.

E) Geriye dönme: Bireyin başkalarına yönelteceği duyguları kendine çevirmesidir. Bu örnekte kendine yöneltme değil, uyum sağlama ve sınır kaybı vardır.

Cevap: A

8. Danışanın terapide **önemli konulardan kaçınması, sohbeti esprilerle dağıtması ve dolaylı yanıtlar vermesi**, gestalt kuramda ilişkinin temasını bozan ve dikkati dağıtan **sözünden dönme** direnç biçimini gösterir. Bu dirençte danışan, yüzleşmekten kaçındığı yaşantıları örtmek için konuyu saptırır, genellemeler yapar ya da esprili ilişkiyi yüzeyselleştirir. Ayrıca danışanın kendi

duygu ve düşüncelerini ifade etmekte zorlanması ve terapistin beklentilerine uyum sağlamaya çalışması, başkalarının beklenti ve değerlerini sorgulamadan benimseme eğilimi olan **içselleştirmeye** işaret eder. Bu nedenle vakada iki direnç birlikte görülmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Yansıtma ve geriye dönme: Yansıtma başkalarına yükleme, geriye dönme ise duyguyu kendine yöneltmedir. Bu vakada bunlara dair belirgin ipucu yoktur.

B) İçselleştirme ve kavşak noktası: İçselleştirme vardır; ancak kavşak noktası, benlik sınırlarının bulanıklaşmasıdır. Bu vakada daha çok dikkat dağıtma ön plandadır.

D) Geriye dönme ve sözünden dönme: Sözünden dönme vardır; ancak geriye dönme (duyguyu kendine yöneltme) görülmemektedir.

E) Kavşak noktası ve yansıtma: Yansıtma yoktur; kavşak noktası da doğrudan vurgulanmamıştır.

Cevap: C

9. Gestalt terapide deneyler; danışanın **şimdi ve burada deneyimini artırmak**, farkındalığını geliştirmek, **bitirilmemiş işleri tamamlamak** ve duygu–beden–davranış bütünlüğünü sağlamaya yöneliktir. Deneyler, danışanın yeni yaşantılar deneyimleyerek **davranış repertuarını genişletmesine** ve kendini daha bütüncül biçimde fark etmesine hizmet eder. Buna karşılık Gestalt yaklaşımı, geçmişte yaşanan tüm olayların sistematik ve ayrıntılı biçimde analiz edilmesini amaçlamaz; geçmiş ancak şu anki yaşantıya yansıdığı ölçüde ele alınır. Bu nedenle bu ifade gestalt yaklaşımının deney anlayışıyla örtüşmez. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Davranış repertuarını genişletmek: Deneyler, danışanın yeni tepkiler denemesine olanak tanır ve esnekliğini artırır.

C) Bitmemiş işleri tamamlamak: Gestalt kuramında deneyler, bastırılmış yaşantıların yeniden deneyimlenip bütünleştirilmesine hizmet eder.

D) Yüzeysel algıları motorik ifadelerle bütünleştirmek: Duyguların beden ve davranış yoluyla ifade edilmesi, farkındalığı derinleştirir.

E) **Yeni bir ben kavramı oluşturmak:** Gestalt yaklaşımında amaç doğrudan benlik inşa etmek değil; farkındalık yoluyla bireyin kendini yeniden organize etmesine zemin hazırlamaktır, bu nedenle dolaylı olarak ilişkilidir.

Cevap: B

10. Danışanın “öfkelendiğimde bunu dışa vurmak yerine kendime dönüyorum”, “sanki kendime zarar veriyorum” ifadeleri, başkalarına yöneltmesi gereken duyguyu **kendi üzerine çevirdiğini** açıkça göstermektedir. Gestalt kuramda bu durum, bireyin dışa yönelteceği duygu ve tepkileri kendine yöneltmesi, yani kendini yargılaması ya da incitmesi olarak tanımlanan **geriye dönme (retroflexion)** direnç biçimidir. Danışanın öfkesini fark etmekten kaçınması ve bunu kendine yöneltmesi de bu örüntüyü destekler. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **İçselleştirme:** Başkalarının değerlerini sorgulamadan benimsemektir. Bu vakada temel sorun değer alma değil, duygunun kendine yöneltilmesidir.

C) **Yansıtma:** Kendi duygularını başkalarına yüklemektir. Burada başkalarına atfetme yoktur.

D) **Sözünden dönme:** Dikkatin dağılması ve konunun saptırılmasıdır. Bu vakada böyle bir durum yoktur.

E) **Kavşak noktası:** Benlik sınırlarının bulanıklaşması ve başkalarına aşırı uyumdur. Bu örnekte temel vurgu kendine yöneltmedir.

Cevap: A

11. Berke'nin davranışlarında, kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmek yerine sürekli başkalarının beklentilerine göre hareket etmesi, “Siz uygun görürseniz ben de öyle yaparım” gibi ifadeler kullanılması ve terapistin de belirttiği gibi **benlik sınırlarının belirsiz olması** dikkat çekmektedir. Bu durum, bireyin kendisini çevresinden ayırt etmekte zorlandığı, kendi ihtiyaçlarını geri plana atarak uyum sağladığı ve kabul edilme ihtiyacıyla hareket ettiği bir örüntüdür. Gestalt kuramda bu yapı, iç deneyim ile dış gerçeklik arasındaki sınırın bulanıklaştığı **kavşak noktası (confluence)** direnç türü ile açıklanır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **İçselleştirme:** Başkalarının değerlerini sorgulamadan benimsemektir. Bu vakada temel vurgu değer alma değil, sınırların belirsizliğidir.

B) **Yansıtma:** Kendi duygu ve özelliklerini başkalarına yüklemektir. Bu durumda başkalarına atfetme yoktur.

C) **Sözünden dönme:** Dikkatin dağılması ve konunun saptırılmasıdır. Bu vakada böyle bir özellik görülmemektedir.

E) **Geriye dönme:** Duyguların başkaları yerine kendine yöneltilmesidir. Burada kendine yöneltme değil, başkalarına uyum söz konusudur.

Cevap: D

12. Danışanın “eşimin söylediklerini doğru kabul ediyorum”, “kendi duygularımı pek önemsemiyorum” ve “onun dediklerine uymak bana daha güvenli geliyor” ifadeleri, başkasının düşünce ve değerlerini **sorgulamadan kabul ettiğini** ve kendi yaşantısıyla bütünleştirmeden benimsediğini göstermektedir. Kendi duygularını fark etmemesi ve karar vermekte zorlanması da bu örüntüyü destekler. Gestalt kuramda bu durum, bireyin dışarıdan aldığı değer ve inançları eleştirmeden içe alması olarak tanımlanan **içselleştirme (introjection)** direnç türüne karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Yansıtma:** Kendi duygu ve özelliklerini başkalarına yüklemektir. Bu vakada başkalarına atfetme yoktur.

B) **Geriye dönme:** Duygunun başkaları yerine kendine yöneltilmesidir. Burada kendine yöneltme değil, başkasına uyma vardır.

C) **Sözünden dönme:** Konuyu dağıtma ve dikkat saptırmadır. Bu diyalogda böyle bir durum görülmemektedir.

E) **Kavşak noktası:** Benlik sınırlarının bulanıklaşmasıdır. Bu vakada temel vurgu sınırdan çok değerleri sorgulamadan kabul etmedir.

Cevap: D

13. Gestalt kuramda yansıtma, bireyin kendisine ait duygu, düşünce ve özellikleri sahiplenmek yerine **başkalarına atfetmesi** ve böylece sorumluluktan kaçmasıdır. Kişi kabul etmekte zorlandığı yönlerini dış dünyaya yansıtarak onlardan uzaklaşır. Bu tanımı en doğru şekilde ifade eden seçenek, bireyin kendi özelliklerini başkalarına yüklemesini vurgulayan seçenektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İçselleştirme:** Başkalarının beklenti ve değerlerini sorgulamadan benimsemektir. Yansıtma değil, içselleştirmedir.
- C) **Geriye dönme:** Duyguların başkalarına değil kendine yöneltilmesidir. Yansıtmanın tersidir.
- D) **Sözünden dönme:** Dikkatin dağılması ve konunun saptırılmasıdır. Temanın yüzeyselleştirilmesi söz konusudur.
- E) **Kavşak noktası:** Benlik sınırlarının bulanıklaşması ve başkalarıyla iç içe geçme durumudur.

Cevap: B

14. Danışanın önemli bir duygusal konuyu açmak yerine "komik bir olay" anlatmaya yönelmesi, ardından duygularını konuşmaktan kaçınarak genellemeler yapması ("Herkes böyle şeyler yaşamıyor mu?") ve konuyu dağıtması dikkat çekmektedir. Ayrıca "yoruldum, biraz rahatlamak istiyorum" diyerek temastan uzaklaşması, danışanın duygusal derinlikten kaçındığını ve ilişkiyi yüzeyde tuttuğunu gösterir. Gestalt kuramda bu durum, danışanın dikkati dağıtarak, konuyu saptırarak ve yüzeyselleştirerek teması zayıflatması olarak tanımlanan **sözünden dönme** direnç türüne karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İçselleştirme:** Başkalarının değerlerini sorgulamadan benimsemektir. Bu vakada temel sorun değer alma değil, konudan kaçmadır.
- B) **Geriye dönme:** Duyguların kendine yöneltilmesidir. Bu örnekte kendine yöneltilme değil, kaçınma vardır.
- C) **Yansıtma:** Kendi duygu ve özelliklerini başkalarına yüklemektir. Burada başkalarına atfetme yoktur.
- E) **Kavşak noktası:** Benlik sınırlarının bulanıklaşmasıdır. Bu vakada sınır kaybından çok temanın dağıtılması söz konusudur.

Cevap: D

15. Gestalt kuramda kavşak noktası, bireyin kendisi ile çevresi arasındaki sınırların belirsizleşmesi, yani **iç deneyim ile dış gerçeklik arasında net bir ayırım yapamaması** durumudur. Bu dirençte kişi, kendi duygu ve düşüncelerini ayırt etmekte zorlanır, başkalarıyla aşırı uyum içinde olur ve kabul edilme ihtiyacıyla hareket eder. Dolayısıyla benlik sınırlarının bulanıklaşmasını vurgulayan ifade doğru açıklamadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İçselleştirme:** Başkalarının değer ve normlarını sorgulamadan benimsemektir; sınır bulanıklığından çok değer alma söz konusudur.
- C) **Yansıtma:** Kendi duygu ve özelliklerini başkalarına yüklemektir.
- D) **Sözünden dönme:** Dikkat dağıtma ve konuyu saptırma ile ilgilidir.
- E) **Geriye dönme:** Duyguların başkalarına değil kendine yöneltilmesidir.

Cevap: B

1. Gestalt terapide deneyler, danışanın “şimdi ve burada” yaşantısını derinleştirmek, farkındalığını artırmak ve duygu–beden–davranış bütünlüğü içinde kendini ifade etmesini sağlamak amacıyla düzenlenen **yaratıcı ve yaşantısal öğrenme süreçleridir**. Bu deneyler, danışanın yeni davranışlar denemesine, bitirilmemiş yaşantıları fark etmesine ve bunları bütünleştirmesine olanak tanır. Bu nedenle deneylerin davranışsal ifade ve yaşantısal öğrenme yönünü vurgulayan açıklama doğrudur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Geçmiş olayları yeniden değerlendirme:** Geçmiş odaklıdır. Gestalt yaklaşımında deneyler esas olarak anlık yaşantıya dayanır.
- C) Doğrudan çözüm sunma:** Gestalt terapide danışman çözüm vermez; danışanın keşfetmesine alan açar.
- D) Sadece bilişsel farkındalık:** Gestalt kuramında farkındalık yalnızca bilişsel değil; duygusal ve bedensel boyutları da içerir.
- E) Hayat hikâyesini yeniden yazma:** Bu ifade daha çok öyküsel yaklaşıma aittir.

Cevap: A

2. Parçada danışanın yaşantılarını **anbean fark etmesi**, beden duyumları, mimikler, jestler ve ses tonu gibi **sözel olmayan davranışların gözlemlenmesi** vurgulanmaktadır. Ayrıca danışmanın, danışanın duygusal ve bedensel tepkileri arasındaki tutarsızlıkları fark etmesine yardımcı olması, bireyin deneyimini **bütüncül (duygu–beden–davranış)** şekilde ele alma anlayışını yansıtır. Bu özellikler, gestalt kuramın temelini oluşturan “şimdi ve burada farkındalığı”, beden farkındalığı ve yaşantısal bütünlük ilkeleriyle örtüşür. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Varoluşçu:** Anlam, özgürlük ve sorumluluk üzerine odaklanır; beden duyumları ve anlık farkındalık bu kadar merkezi değildir.
- B) Psikanalitik:** Bilinç dışı süreçler ve geçmiş yaşantılar ön plandadır.
- D) Bilişsel davranışçı:** Düşünce kalıpları ve davranış değişimi üzerine odaklanır.
- E) Çözüm odaklı:** Sorundan çok çözüme ve geleceğe yönelir.

Cevap: C

3. Danışmanın, Derya Hanım’dan kendisinden bir şey bekleyen kişiye **boş sandalyeye bakarak bağırmasını**, talepleri reddetmesini ve ardından “**baskı kuran kişi**” **rolüne girmesini istemesi**, danışanın kaçındığı davranışın tersini deneyimlemesini sağlamaya yöneliktir. Yani pasif ve uyum sağlayan konumdan çıkıp, karşıt yönde **ifade eden ve direnç gösteren** bir rolü denemesi istenmektedir. Gestalt terapide bu, bireyin bastırdığı yönünü ortaya çıkarmak için kullanılan **tersine çevirme** tekniğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Rol değiştirme:** Başkasının yerine geçerek empati geliştirmedir; burada amaç empati değil, zıt davranışı deneyimlemektir.
- C) Duygunla kal:** İçsel deneyime odaklanmadır; bu uygulamada aktif davranış denemesi vardır.
- D) Metafor çalışması:** Sembolik anlatımlar üzerinden ilerler; burada doğrudan yaşantısal canlandırma vardır.
- E) Abartma alıştırması:** Bedensel ifadeleri büyültmeye yöneliktir; bu örnekte davranışın tersini deneme ön plandadır.

Cevap: A

4. Danışmanın iki boş sandalye kullanarak Gülizar Hanım’dan bir sandalyede **içselleştirilmiş eleştirel sesi**, diğerinde ise **çekinik benliğini** temsil etmesini ve bu iki parça arasında diyalog kurmasını istemesi, gestalt kuramda içsel kutupların görünür hale getirilmesine yönelik bir çalışmadır. Bu uygulama, danışanın kendi içindeki çatışan yönleri fark etmesini, bu parçalarla yüzleşmesini ve zamanla **bütünleşme sağlamasını** amaçlar. Bu nedenle kullanılan teknik, içsel çatışmaları doğrudan deneyimleme ve yüzleştirmeye dayanan **boş sandalye tekniğidir**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Bilinç dışı süreçlerin analizi:** Psikanalitik yaklaşıma aittir; burada yorum ve analiz değil, yaşantısal deneyim vardır.
- B) Bilişsel yeniden yapılandırma:** Düşünce kalıplarını değiştirmeye yöneliktir; gestalt danışma yaklaşımında doğrudan deneyim ön plandadır.
- C) Mazeret yok tekniği:** Gerçeklik terapisine aittir; bu vakayla ilişkili değildir.

E) **Yaşam çizelgesi:** Geçmiş kronolojik olarak ele alır; burada amaç geçmiş analiz etmek değil, içsel çatışmayı deneyimlemektir.

Cevap: D

5. Danışmanın, Zeynep'ten biri **talepkâr/mükemmeliyetçi**, diğeri **kaçınmacı/erteleyici** olan iki iç sesi canlandırmasını ve aralarında diyalog kurmasını istemesi, bireyin içindeki **zıt yönleri (kutupları)** görünür hale getirmeye yöneliktir. Gestalt kuramda bu tür müdahalelerle amaç, bireyin içsel çatışmalarını fark etmesi ve bu karşıt parçaları **bütünleştirmesidir**. Bu nedenle kullanılan teknik, içsel zıtlıklar üzerinden çalışan **kutuplarla çalışmadır**. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Çözüm odaklı diyalog:** Geleceğe ve çözüme yöneliktir; burada içsel çatışma çalışılmaktadır.

C) **Otomatik düşünceleri sorgulama:** Bilişsel davranışçı yaklaşıma aittir.

D) **Mazeret yok:** Gerçeklik terapisine özgü bir tekniktir.

E) **Çatışma çözme becerileri eğitimi:** Daha çok beceri öğretime yöneliktir; burada yaşantısal farkındalık vardır.

Cevap: A

6. Danışmanın "içindeki o üzgün çocuğa bir ses vermek isteseydin, ne derdi?" sorusu, danışanın içindeki **çocuksu yaşantıyı canlandırmasına** ve bunu doğrudan ifade etmesine yöneliktir. Danışanın daha çocuksu bir ses tonuyla konuşmaya başlaması, bastırılmış ya da erken dönemden gelen duygunun **şimdi ve burada deneyimlenmesine** olanak tanır. Gestalt kuramda bu tür müdahaleler, danışanın içindeki çocuk yönünü ortaya çıkararak onun konuşmasına izin verme şeklinde uygulanır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Aktarımın yorumlanması:** Psikanalitik yaklaşıma aittir; burada yorum yok, yaşantısal ifade vardır.

B) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Düşünce kalıplarını değiştirmeye yöneliktir; bu örnekte duygusal deneyim ön plandadır.

C) **Davranışsal prova:** Davranış denemeye yöneliktir; burada içsel yaşantı canlandırılmaktadır.

E) **Kutuplarla çalışma:** Zıt yönlerin diyalogu söz konusudur; bu örnekte tek bir içsel parça (çocuk benlik) ifade edilmektedir.

Cevap: D

7. Danışmanın, danışandan sınav anındaki bedensel duruşu yeniden oluşturmalarını istemesi ve ardından bu duruşa "bir ses vererek" kaygının ne söylediğini ifade ettirmesi, danışanın yaşantısını **şimdi ve burada, bedensel ve duygusal düzeyde yeniden deneyimlemesini** sağlar. Devamında "bu sesi duyan tarafın olarak konuş" yönlendirmesiyle danışanın aynı yaşantının farklı yönleriyle temas kurması, yani içindeki farklı parçaları deneyimlemesi amaçlanmaktadır. Bu müdahale, gestalt kuramda danışanın içsel yaşantısını bölümler halinde ortaya koyarak **içsel çatışmayı fark etmesine ve duygusal yansımalarını deneyimlemesine** yöneliktir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Geçmiş travmaları bilişsel olarak yeniden yapılandırma:** Bilişsel yaklaşımı yansıtır; burada yaşantısal deneyim vardır.

B) **Bilişsel çarpıtmaları ortaya koyma:** Düşünce analizi ön plandadır; bu örnekte duygu ve beden çalışılmaktadır.

C) **Gevşeme teknikleri öğretme:** Kaygıyı azaltmaya yöneliktir; burada amaç farkındalık ve deneyimdir.

D) **Rol canlandırma ile sosyal beceri geliştirme:** Sosyal etkileşim odaklıdır; bu vakada içsel süreç çalışılmaktadır.

Cevap: E

8. Danışmanın, danışandan annesini "şu anda burada karşımda oturuyormuş gibi" hayal etmesini ve ona söylemek istediklerini ifade etmesini istemesi, danışanın bastırıldığı duyguyu **doğrudan deneyimlemesine ve ifade etmesine** yöneliktir. Bu müdahale, gestalt kuramda bireyin içsel yaşantısını dışsallaştırarak karşıdaki kişiyle konuşuyormuş gibi ifade etmesini sağlayan **boş**

sandalye tekniğidir. Amaç, bastırılan duyguların fark edilmesi ve tamamlanmamış yaşantıların ifade edilmesidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Aktarım çalışması:** Geçmiş ilişkilerin terapistte yansıtılmasıdır; burada doğrudan canlandırma vardır.
- C) Güvenli yer tekniği:** Kaygıyı azaltmaya yöneliktir; bu örnekte yüzleşme vardır.
- D) Yorumlama:** Danışmanın açıklama yapmasıdır; gestalt yaklaşımında yorumdan çok deneyim vardır.
- E) Model olma:** Davranış gösterme yoluyla öğretmedir; bu vakada uygulanmamaktadır.

Cevap: B

9. Gestalt kuramda danışma süreci, bireyin geçmişini ayrıntılı analiz etmekten çok **şimdi ve burada yaşadığı deneyime odaklanmayı** esas alır. Danışanın duygu ve duyularına yönelmesi, bedeninde yaşadığı tepkileri fark etmesi ve ifade edilmemiş yaşantıların bedensel karşılıklarının olabileceğinin kabul edilmesi bu yaklaşımın temel özelliklerindendir. Ayrıca içsel çatışmalarla çalışırken yorum ve entelektüel açıklamalardan ziyade **deneyimsel teknikler** (örneğin canlandırmalar, boş sandalye vb.) kullanılır. Buna karşılık danışmanın yorumunun danışanın yaşantısından daha değerli olduğu anlayışı gestalt kurama aykırıdır. Bu nedenle II, III ve IV numaralı ifadeler doğrudur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- I) Geçmiş travmaları ayrıntılı analiz etme:** Psikanalitik yaklaşıma özgüdür; gestalt yaklaşımında merkezde değildir.
- II) Şimdi ve burada odaklanma:** gestalt yaklaşımının temel ilkesidir.
- III) Bedensel karşılıkların kabulü:** Duygu–beden bütünlüğünü ifade eder, gestalt kuram ile uyumludur.
- IV) Deneyimsel teknikler:** Gestalt kuramda farkındalık bu yolla artırılır.
- V) Danışman yorumunun üstünlüğü:** Gestalt yaklaşımına aykırıdır; danışanın yaşantısı esastır.

Cevap: D

10. Danışmanın “o duyguyu biraz daha hissetmeye çalışır mısın?” ve “şu an o duygunun senin içinde nasıl yer kapladığını tanımlayabilir misin?” ifadeleri, danışanı doğrudan **yaşadığı duyguya temas etmeye ve onu bastırmadan deneyimlemeye** yönlendirmektedir. Gestalt kuramda **duygunla kal** tekniği, danışanın kaçındığı ya da yüzeysel geçtiği duygunun içinde kalmasını, onu bedensel ve duygusal düzeyde fark etmesini ve anlamlandırmasını amaçlar. Amaç duyguyu değiştirmek değil, **onu derinlemesine yaşamak ve farkındalığı artırmaktır.** Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Mantık dışı inançları sorgulama:** Bilişsel yaklaşımda kullanılır. Danışanın irrasyonel düşüncelerini belirleyip değiştirmeye yöneliktir; burada ise düşünce değil duyguya odaklanma vardır.
- B) Davranışçı:** Davranışın değiştirilmesine odaklanır. Pekiştirme, model alma gibi süreçler içerir; bu örnekte içsel yaşantı çalışılmaktadır.
- C) Geçmiş yaşantıyı yapılandırma:** Geçmiş deneyimlerin yeniden ele alınmasına yöneliktir. Gestalt yaklaşımında geçmiş, ancak şimdiye yansıdığı ölçüde ele alınır.
- E) Bilişsel yeniden yapılandırma:** Otomatik düşünceleri değiştirerek duygu ve davranışı etkilemeyi amaçlar; burada ise danışan düşüncelerini değiştirmeye değil, duygusunu fark etmeye yönlendirilmektedir.

Cevap: D

11. Danışmanın, Serhat Bey’den içinde bulunduğu durumu bir imgeyle ifade etmesini istemesi ve danışanın kendini “kalın sisle kaplanmış, yönünü kaybetmiş bir deniz feneri” olarak tanımlaması, yaşantısının **sembolik bir anlatımla somutlaştırılmasını** sağlar. Gestalt yaklaşımda bu tür metaforlar, danışanın içsel deneyimini daha görünür ve çalışılabilir hâle getirir; böylece danışan duygularına ve yaşantısına daha kolay temas eder. Danışmanın bu benzetme üzerinden süreci derinleştirmesi de metaforun terapötik kullanımını gösterir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Geçmiş yaşantılara yönelme:** Psikanalitik anlayışı yansıtır; burada odak mevcut yaşantının ifadesidir.
- B) **Modelleme:** Davranışçı yaklaşıma aittir; danışana örnek davranış gösterme söz konusudur.
- D) **Çelişik niyet tekniği:** Varoluşçu/logoterapiye özgüdür; burada metafor kullanımı vardır.
- E) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Düşünceleri değiştirmeye yöneliktir; bu örnekte yaşantının ifade edilmesi ön plandadır.

Cevap: C

12. Danışmanın, Gökçe Hanım'ın omuz silkme davranışını fark edip bunu **daha belirgin ve tekrar ederek yapmasını istemesi**, gestalt terapide beden diline dikkat çekerek o davranışın anlamını ortaya çıkarmaya yöneliktir. Bu tür müdahalelerde danışanın otomatik yaptığı bir hareket **abartılarak** daha görünür hâle getirilir ve danışanın bu davranışla bağlantılı duygularını fark etmesi sağlanır. Amaç, beden-duygu bağlantısını kurarak farkındalığı artırmaktır. Bu nedenle kullanılan teknik **abartma alıştırmasıdır**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Yansıma:** Danışanın kendi özelliklerini başkalarına atfetmesidir; burada böyle bir durum yoktur.
- B) **Boş sandalye:** Karşıdaki kişiyle sembolik diyalog kurmaya yöneliktir; bu örnekte beden çalışması vardır.
- C) **Şimdi ve burada ilkesi:** Genel bir ilkedir, spesifik bir teknik değildir.
- D) **Rol değiştirme:** Başkasının yerine geçerek konuşmayı içerir; burada böyle bir canlandırma yoktur.

Cevap: E

13. Gestalt kuramda rüya çalışması, rüyayı analiz edip yorumlamak yerine danışanın rüyasını **şimdi ve burada yeniden yaşaması** üzerine kuruludur. Danışan, rüyadaki kişi, nesne ve unsurları kendisiymiş gibi canlandırır ve onlarla diyalog kurar. Böylece rüyanın her parçası bireyin bir yönünü temsil eder ve bu yönlerle temas kurularak **far-**

kındalık artırılır ve bütünleşme sağlanır. Bu nedenle doğru ifade, rüyanın deneyimlenmesine ve parçalarla diyalog kurulmasına vurgu yapan seçenektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilinç dışı çatışmaları analiz etmek:** Psikanalitik yaklaşıma aittir; gestalt yaklaşımında yorumdan çok deneyim vardır.
- B) **Rüyayı sınıflandırmak:** Nesnel analiz yaklaşımıdır; gestalt kuramı yaşantısaldır.
- D) **Geleceği tahmin etmek:** Bilimsel temeli olmayan bir yaklaşımdır ve gestalt kuram ile ilgisizdir.
- E) **Rüyayı yorumlayıp çözüm sunmak:** Gestalt kuramda danışman yorum yapmaz; danışanın deneyimi esastır.

Cevap: C

14. Danışmanın, Ersu'dan yaşadığı kaygı anına dönmelerini, bu sırada **bedensel duyularını (göğüste baskı, ellerde titreme)** fark etmesini ve duygularını kısa cümlelerle ifade etmesini istemesi, danışanı doğrudan **"şimdi ve burada" yaşantısına yönlendirmektedir**. Gestalt kuramda amaç, danışanın deneyimini analiz etmek ya da hemen değiştirmek değil; onu **fark etmesi, gözlemlemesi ve anlamlandırmasıdır**. Bu süreçte beden duyuları, duygular ve farkındalık birlikte ele alınarak bireyin kendi yaşantısıyla temas kurması sağlanır. Bu nedenle temel amaç, danışanın deneyimini kendi içinde fark etmesine ve anlamlandırmasına fırsat tanımadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kaygıyı hemen ortadan kaldırmak:** Gestalt yaklaşımında amaç semptomu hızlıca yok etmek değil, farkındalık geliştirmektir.
- B) **Davranışsal stratejiler öğretmek:** Davranışçı yaklaşıma aittir; burada içsel yaşantı çalışılmaktadır.
- C) **Direktifler vermek:** Gestalt kuramında danışman yönlendirme yerine farkındalık oluşturur.
- E) **Geçmiş detaylı canlandırmak:** Geçmiş ancak şimdiye yansıdığı ölçüde ele alınır; burada odak anlık deneyimdir.

Cevap: D

15. Danışmanın, Melek'ten iki farklı sandalyeye geçerek birinde **suçluluk ve sorumluluk duyan yönünü**, diğerinde ise **bağımsızlık isteyen yönünü** temsil etmesini istemesi, danışanın içindeki iki zıt parçayı sırayla deneyimlemesine yöneliktir. Bu uygulamada danışan, her iki tarafı ayrı ayrı ifade ederek aralarındaki gerilimi fark eder ve bu yönlerle temas kurar. Gestalt kuramda bu tür çalışmalar, özellikle içsel çatışmaların iki sandalye üzerinden ele alındığı **ikili sandalye tekniği** ile gerçekleştirilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Boş sandalye tekniği:** Daha çok karşıdaki kişiyle (örneğin anne, baba) diyalog kurmak için kullanılır; burada iki içsel parça çalışılmaktadır.
- C) Duygunla kal:** Duyguyu derinlemesine deneyimlemeye yöneliktir; bu örnekte iki yön arasında geçiş vardır.
- D) Mış gibi tekniği:** Danışanın farklı bir rolü denemesiyle ilgilidir; burada sistematik iki yön çalışması vardır.
- E) Düşünce-davranış yeniden yapılandırma:** Bilişsel yaklaşıma aittir; gestalt yaklaşımında yaşantısal deneyim ön plandadır.

Cevap: B

1. Davranışçı yaklaşıma göre insan, doğuştan belirlenmiş karmaşık davranış örüntüleriyle değil; yalnızca bazı temel reflekslerle dünyaya gelir ve **boş levha (tabula rasa)** olarak kabul edilir. Bu nedenle bireyin tüm davranışları, çevreyle etkileşim içinde **öğrenme süreçleri (klasik koşullanma, edimsel koşullanma, sosyal öğrenme)** aracılığıyla kazanılır. Davranışın oluşumunda kalıttan çok çevresel yaşantılar belirleyicidir; dolayısıyla çevresel koşullar değiştirilerek davranış da değiştirilebilir. Ayrıca davranışçı yaklaşım, içsel süreçlerden çok **gözlenebilir ve ölçülebilir tepkilere** odaklanır. Bu çerçevede öncüller değerlendirildiğinde I, III, IV ve V numaralı ifadeler davranışçı kuramla tutarlıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

I) **İnsan davranışlarının şekillenmesinde öğrenme süreçleri temel belirleyicidir:** Bu ifade davranışçı kuramın temel varsayımlarını doğrudan yansıtır; bireyin davranışlarının öğrenme yoluyla kazanıldığını ve çevresel yaşantılarla biçimlendiğini vurgular.

II) **Doğuştan getirilen kişilik yapısı davranış değişiminde en önemli etkidir:** Bu ifade davranışçı yaklaşıma aykırıdır; çünkü davranışçılık, doğuştan gelen kişilik yapılarından çok öğrenme ve çevresel etkileşimi esas alır.

III) **Çevresel koşullar değiştirilerek davranışta kalıcı değişim sağlanabilir:** Bu ifade davranışçı kuramla uyumludur; pekiştirme ve diğer öğrenme ilkeleri aracılığıyla davranış kalıcı biçimde değiştirilebilir.

IV) **İnsan doğuştan ne iyi ne de kötüdür, yaşantılarla şekillenir:** Bu ifade davranışçılığın boş levha anlayışını yansıtır; bireyin davranışlarının sonradan öğrenildiğini ifade eder.

V) **Davranışın anlaşılması için gözlenebilir tepkilere odaklanmak esastır:** Bu ifade davranışçı yaklaşımın bilimsel ve deneysel yönünü ortaya koyar; yalnızca gözlenebilir davranışlar inceleme konusu yapılır.

Cevap: D

2. Davranışçı kurama göre psikopatoloji, bireyin **yanlış öğrenmeleri, hatalı koşullanma süreçleri ve pekiştirme örüntüleri** sonucunda ortaya çıkar. Sorun davranışlar, normal davranışlar gibi öğrenilmiştir ve uygun öğrenme yaşantılarıyla değiştirilebilir. Ayrıca bu yaklaşımda psikopatolojiyi anlamada içsel yapılardan çok **gözlenebilir davranışlar** ve bunların öncül-sonuç ilişkileri incelenir. Bu nedenle ruhsal bozuklukların yalnızca biyolojik faktörlerle açıklanması davranışçı kuramla bağdaşmaz. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Problemli davranışlar uygun öğrenme yaşantıları ile değiştirilebilir görüşü** davranışçı kuramın temel varsayımlarındandır. Öğrenilmiş davranışların yeniden öğrenme süreçleriyle değiştirilebileceğini ifade eder.

B) **Davranış problemleri, koşullanma ve pekiştirme süreçleriyle oluşabilir görüşü** davranışçı yaklaşımın öğrenme ilkeleriyle uyumludur. Klasik ve edimsel koşullanma yoluyla davranışların kazanıldığını açıklar.

C) **Psikopatoloji, gözlenebilir davranışların analizi ile anlaşılabilir görüşü** davranışçı yaklaşımın bilimsel yönünü yansıtır. Ölçülebilir ve gözlenebilir davranışlara odaklanılır.

E) **Yanlış öğrenilmiş ya da pekişmiş davranışlar psikopatolojiye yol açabilir görüşü** davranışçı kuramla doğrudan uyumludur. Uyumsuz davranışların öğrenme yoluyla kazanıldığını vurgular.

Cevap: D

3. Davranışçı yaklaşıma göre insan davranışları doğuştan sabit özelliklerin ürünü değil, **öğrenme yaşantıları ve çevresel koşulların etkisiyle kazanılan tepkilerdir.** Bu nedenle geçmişte yaşanan deneyimler bugünkü davranışları şekillendirebilir; ancak aynı şekilde **yeni öğrenmeler ve çevresel düzenlemeler yoluyla bu davranışlar değiştirilebilir.** Verilen diyalogda danışmanın, davranışı küçük adımlarla değiştirmeyi ve çevreyi yeniden düzenlemeyi vurgulaması, davranışın öğrenilmiş olduğu ve değiştirilebilir olduğu anlayışını açıkça yansıtmaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Davranışlar bilinç dışı süreçler tarafından yönlendirilir ve değiştirilmesi zordur görüşü psikanalitik yaklaşıma aittir. Davranışçı kuram bilinç dışı süreçlere değil, gözlenebilir davranışlara odaklanır.
- C) İnsan doğuştan olumlu eğilimlerle gelir ve kendini gerçekleştirmeye yönelir görüşü birey merkezli psikolojik danışma yaklaşımıyla ilişkilidir. Bu yaklaşım, bireyin doğuştan gelişime ve kendini gerçekleştirmeye yöneldiğini kabul eder.
- D) İnsan davranışlarını anlamak için yalnızca içsel süreçlere odaklanmak gerekir görüşü davranışçı yaklaşıma aykırıdır. Bu kuramda içsel süreçlerden çok gözlenebilir davranışlar esas alınır.
- E) Davranışların çoğu biyolojik olarak belirlenmiştir ve değişime dirençlidir görüşü biyolojik yaklaşımı yansıtır. Davranışçı kuram ise davranışların öğrenilebilir ve değiştirilebilir olduğunu savunur.

Cevap: A

4. İklim, köpek gördüğünde yoğun panik yaşadığını ve bu nedenle hızla ortamdaki uzaklaştığını ifade ederek **kaçınma davranışı** sergilediğini ortaya koymaktadır. Serap Hanım ise doğrudan köpeklerle karşılaşmak yerine önce köpek resimleriyle başlayacaklarını, ardından köpekleri uzaktan gözlemleyeceklerini belirtmekte ve süreç boyunca gevşeme egzersizleri kullanacağını söylemektedir. Bu yaklaşım, davranışçı kuramda yer alan **sistemik duyarsızlaştırma** tekniğini yansıtır. Bu teknikte danışanla önce **gevşeme eğitimi** yapılır, ardından korku uyandıran durumlar **en az kaygı verenden en çok kaygı verene doğru sıralanır (kaygı hiyerarşisi)** ve danışan bu durumlarla **aşamalı olarak karşı karşıya getirilir**. Böylece korku tepkisi kademeli olarak zayıflatılır. İklim'in "yavaş yavaş alışabileceğini" ifade etmesi de bu sürecin öğrenmeye dayalı olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda I, II, IV ve V numaralı ifadeler davranışçı kuramla tutarlıdır. Doğru cevap A seçeneğidir.

- I) Davranışlar öğrenme süreçleriyle kazanılır ve değiştirilebilir görüşü İklim'in köpeğe yönelik korku tepkisinin sonradan öğrenildiğini ve planlanan aşamalı süreçle değiştirilebileceğini ortaya koymaktadır.
- II) Olumsuz duygusal tepkiler sistematik olarak azaltılabilir görüşü uygulanan tekniği açıklar. Korku, belirli bir plan dahilinde basamaktan basamağa ilerlenerek azaltılmaktadır.
- III) Davranış değişimi için geçmişin bilinç dışı etkileri ortaya çıkarılmalıdır görüşü bu vakayla uyumlu değildir. Süreçte bilinç dışı çözümleme değil, doğrudan davranışa yönelik müdahale vardır.
- IV) Gözlenebilir tepkiler üzerinden değerlendirme yapmak esastır görüşü İklim'in köpeğe verdiği kaçınma tepkisinin esas alınmasıyla ilişkilidir. Müdahale bu gözlenebilir davranış üzerinden planlanmaktadır.
- V) Maruz bırakma ve gevşeme teknikleri davranış değişiminde kullanılabilir görüşü Serap Hanım'ın uygulamasını doğrudan yansıtır. Bu teknikler birlikte kullanılarak korkuya yönelik tepki aşamalı olarak değiştirilmektedir.

Cevap: A

5. Ferhat, sınav öncesinde yoğun kaygı yaşadığını ve bu kaygının performansını olumsuz etkilediğini ifade etmektedir. Şerafettin Bey'in, bu durumun geçmişteki olumsuz sınav yaşantılarının zamanla kaygı tepkisini tetiklemesiyle oluştuğunu belirtmesi, kaygının **koşullanma yoluyla öğrenildiğine** işaret eder. Ayrıca danışmanın, kaygı oluşturan durumları adım adım yeniden yapılandırmayı ve olumlu tepkiler geliştirmeyi vurgulaması, davranışın yine **öğrenme süreçleri aracılığıyla değiştirilebileceğini** göstermektedir. Bu çerçevede psikopatoloji, yanlış öğrenmeler ve pekiştirme süreçleriyle açıklanır; biyolojik indirgemecilik kabul edilmez ve değerlendirme gözlenebilir davranışlar üzerinden yapılır. Bu nedenle I, II, IV ve V numaralı ifadeler davranışçı kuramla tutarlıdır. Doğru cevap E seçeneğidir.

- I) **Psikopatoloji, yanlış öğrenilmiş ya da pekişmiş davranışların sonucudur görüşü** davranışçı kuramın psikopatolojiyi ele alış biçimini doğrudan yansıtır. Kaygı tepkisinin öğrenilmiş olması bu durumu açıklar.
- II) **Davranış problemleri, koşullanma ve pekiştirme süreçleriyle oluşabilir görüşü** vakadaki açıklamayla örtüşmektedir. Sınavla ilgili olumsuz yaşantılar zamanla kaygı tepkisini tetiklemiştir.
- III) **Ruhsal bozuklukların kökeninde yalnızca biyolojik faktörler vardır görüşü** davranışçı kurama aykırıdır. Bu yaklaşım çevresel öğrenmeleri temel alır.
- IV) **Problemlili davranışlar uygun öğrenme yaşantılarıyla değiştirilebilir görüşü** danışmanın müdahale planında açıkça görülmektedir. Davranışın yeniden yapılandırılması hedeflenmektedir.
- V) **Psikopatoloji, gözlenebilir davranışların analiz edilmesiyle anlaşılabilir görüşü** davranışçı yaklaşımın bilimsel yönünü yansıtır. Kaygı tepkisi ve buna eşlik eden davranışlar gözlenerek değerlendirilir.

Cevap: E

6. Yeliz, sosyal ortamlara girmekte zorlandığını ve çoğu zaman kaçındığını belirtirken; danışma sürecinde çocuklukta sosyal ortamlara katılım fırsatı bulamadığını ve bu nedenle gerekli sosyal becerileri öğrenemediği ortaya konmaktadır. Bu durum, davranışçı kuram açısından **bireyin uygun davranışları hiç öğrenememesi ya da bu davranışların yeterince pekiştirilmemesi** ile açıklanır. Yani burada sorun, var olan bir davranışın fazlalığından değil, **gerekli davranışın eksikliğinden (yetersizlik)** kaynaklanmaktadır. Bu nedenle uyumsuzluk, öğrenme yaşantısındaki eksiklikle ilişkilidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Fonksiyonel olmayan davranışlar, travmatik yaşantılar sonrası gelişir görüşü** daha çok travma ve yaşantı temelli açıklamalara dayanır. Bu vakada travmadan çok öğrenme eksikliği söz konusudur.

- B) **Aşırı davranışlar, bireyin stresli durumlarda tekrarladığı bilinç dışı tepkilerden kaynaklanır görüşü** davranışçı yaklaşımla uyumlu değildir. Ayrıca burada aşırı davranış değil, davranış eksikliği vardır.
- D) **Uyumsuzluk, bireyin içsel çatışmalarının çözülmemesiyle ortaya çıkar görüşü** psikanalitik yaklaşıma aittir. Davranışçı kuram içsel çatışmalara odaklanmaz.
- E) **Fonksiyonel olmayan davranışlar, erken çocukluk dönemindeki ebeveyn ilişkilerinden köken alır görüşü** yine psikanalitik açıklamaya yakındır. Bu vakada temel sorun öğrenme fırsatlarının eksikliğidir.

Cevap: C

7. Davranışçı psikolojik danışma kuramında danışman, süreci yapılandıran, hedef davranışı belirleyen ve uygun tekniklerle davranış değişimini sağlayan **aktif bir öğretici ve düzenleyici** rol üstlenir. Danışan ise verilen uygulamaları deneyimleyen, davranışlarının sonuçlarına göre yeni tepkiler geliştiren ve öğrenme sürecine katılan kişidir. Bu yaklaşımda temel odak, içsel farkındalık değil **gözlenebilir davranışın değiştirilmesidir**. Bu nedenle danışanın “şimdi ve burada farkındalık kazanarak kendini bütünsel olarak keşfetmesi” ifadesi davranışçı kuramla örtüşmez. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Danışman, danışanın davranışlarını gözlemleyerek pekiştirme ve söndürme teknikleriyle istenmeyen davranışların azaltılmasına çalışır ifadesi** davranışçı kuramla uyumludur. Danışman davranışı analiz eder ve uygun tekniklerle değişimi hedefler.
- C) **Danışman, danışanın çevresel faktörlerle ilişkisini düzenleyerek öğrenmenin gerçekleşmesini sağlar ifadesi** davranışçı yaklaşımın temel uygulamalarındandır. Çevresel düzenlemeler yoluyla davranış değişimi sağlanır.
- D) **Danışan, davranışlarının sonuçlarını deneyimleyerek yeni davranış kalıpları öğrenir ifadesi** davranışçı kuramla uyumludur. Pekiştirme süreçleriyle yeni davranışlar kazanılır.

E) **Danışman, danışanın öğrenme sürecinde aktif rol almasını destekler ve davranış değişikliğini hedefler ifadesi** davranışçı yaklaşımın amacını yansıtır. Süreç öğrenme ve davranış değişimi üzerine kuruludur.

Cevap: B

8. Davranışçı psikolojik danışma yaklaşımında süreç, danışanla birlikte belirlenen **açık, somut ve ölçülebilir hedefler** doğrultusunda ilerler. Amaç; uyumsuz davranışların **öğrenme ilkeleri (pekiştirme, sönmeye, koşullanma)** aracılığıyla azaltılması ve yerine uyumlu davranışların kazandırılmasıdır. Bu doğrultuda danışman, tedavi planını danışanın problemine göre **bireyselleştirir** ve süreci yapılandırılmış biçimde yürütür. Bu nedenle doğru seçenek, hedef belirleme, öğrenme ilkeleri ve bireyselleştirilmiş müdahaleyi birlikte içeren ifadedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Danışanın bilinç dışı süreçlerini açığa çıkararak içsel çatışmalarını çözecek şekilde seansları şekillendirmek ifadesi** psikanalitik yaklaşıma aittir. Davranışçı kuram bilinç dışı süreçlere odaklanmaz.

B) **Danışanın olumsuz otomatik düşüncelerini değiştirmeye odaklanıp, davranış değişikliğini sağlayacak şekilde hedefler belirlemek ifadesi** bilişsel-davranışçı yaklaşımla ilişkilidir. Burada bilişsel yeniden yapılandırma ön plandadır.

C) **İstenmeyen davranışları öğrenme ilkeleriyle azaltmak amacıyla danışanla ortaklaşa açık hedefler belirleyip, tedavi planını danışanın bireysel problemlerine göre uyarlamak ifadesi** davranışçı yaklaşımın temel uygulamasını yansıtır. Hedef belirleme, öğrenme ilkeleri ve bireyselleştirme birlikte yer alır.

D) **Danışanın kendini gerçekleştirme sürecini destekleyerek içsel farkındalık ve kabulü esas alarak davranış değişikliğini sağlamak ifadesi** birey merkezli psikolojik danışma yaklaşımına aittir.

E) **Danışanın farkındalığını artırmaya yönelik deneyimsel tekniklerle çalışıp, esnek hedeflerle süreci şekillendirmek ifadesi** gestalt yaklaşımını yansıtır. Davranışçı yaklaşımda süreç daha yapılandırılmıştır.

Cevap: C

9. Davranışçı psikolojik danışma sürecinin ilk seansında temel amaç; danışanla **iş birliğine dayalı bir ilişki kurmak**, problemi **gözlenebilir davranışlar üzerinden tanımlamak**, hedef davranışı belirlemek ve bu davranışı sürdüren **öncül ve sonuçlara ilişkin veri toplamaktır**. Ayrıca danışan sürecin işleyişi ve uygulanacak davranışsal müdahaleler hakkında bilgilendirilir. Buna karşılık geçmiş yaşantıların ayrıntılı ve derinlemesine analiz edilmesi davranışçı yaklaşımın öncelikleri arasında yer almaz. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Danışanla güvene dayalı bir iletişim kurmak ve danışanın terapötik sürece uyumunu sağlamak ifadesi** ilk seansın temel amaçlarıyla örtüşür. Sürecin sağlıklı ilerleyebilmesi için terapötik ilişki kurulmalıdır.

C) **Danışanın hedef davranışını belirleyerek terapide odaklanılacak konuyu netleştirmek ifadesi** davranışçı yaklaşımın yapılandırılmış doğasına uygundur. Müdahale, belirlenen hedef davranış üzerinden yürütülür.

D) **Problemi sürdürücü koşullar hakkında veri toplayarak davranışın devamını etkileyen faktörleri anlamak ifadesi** işlevsel analiz sürecini ifade eder. Davranışın hangi koşullarda ortaya çıktığı ve sürdüğü belirlenir.

E) **Danışanı, gizlilik ilkesi ve davranışsal müdahalelerin süreçteki rolü konusunda bilgilendirmek ifadesi** ilk seansın bilgilendirme boyutunu yansıtır. Danışanın sürece uyumu açısından önemlidir.

Cevap: B

10. Davranışçı terapide değerlendirme süreci, danışanın **şu anki gözlenebilir davranışlarına**, bu davranışların **hangi durumlarda ortaya çıktığına (öncüller)** ve **hangi sonuçlarla sürdürüldüğüne** odaklanır. Bu süreçte davranışın sıklığı ölçülür, çevresel koşullar analiz edilir ve danışanın davranışını destekleyen **pekiştireç kaynakları** belirlenir. Buna karşılık bireyin düşünce kalıplarını analiz edip bilişsel yeniden yapılandırmaya yönelmek, davranışçı yaklaşımın değil bilişsel-davranışçı yaklaşımın kapsamına girer. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Danışanın problem davranışlarının hangi koşullarda ortaya çıktığını belirlemek için sistematik gözlem yapmak ifadesi** davranışçı değerlendirmenin temelini oluşturur. Davranışın öncülleri bu şekilde belirlenir.
- C) **Danışanın davranışlarının sıklığını ölçerek, terapi sürecindeki değişimi gözlemek ifadesi** davranışçı yaklaşımın ölçülebilirlik ilkesine uygundur. Değişim somut verilerle takip edilir.
- D) **Danışanın olumlu davranışlarını destekleyen pekiştiricilerin belirlenip güçlendirilmesi ifadesi** davranışçı yaklaşımın müdahale ve değerlendirme sürecinin önemli bir parçasıdır.
- E) **Değerlendirme sırasında hem formal testler hem de doğal ortam gözlemlerinden yararlanmak ifadesi** davranışçı yaklaşımın çok yönlü veri toplama anlayışıyla uyumludur.

Cevap: B

11. Tuna Bey'in asansörden kaçınması, kaygıyı kısa vadede azalttığı için **kaçınma davranışının pekişmesine** yol açmaktadır. Saadet Hanım'ın ise "önce asansörün önünde durma, sonra içeri adım atma" şeklinde **basamaklandırılmış bir süreç planlaması** ve her aşamada Tuna Bey'in kaygı yaşadığı durumda **kaçmadan orada kalmasını istemesi**, davranışçı kuramda **maruz bırakma (yüzleştirme)** tekniğini göstermektedir. Bu teknikte danışan, korku uyandıran durumla **aşamalı biçimde ve tekrar tekrar karşı karşıya getirilir**; en az kaygı verenden başlanarak daha zor basamaklara ilerlenir. Danışanın ortamdan kaçmayıp kaygı azalana kadar kalması sağlanarak, kaygının **zamanla kendiliğinden söndüğünü deneyimlemesi** ve böylece kaçınma davranışının ortadan kalkması hedeflenir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Boş sandalye:** Gestalt yaklaşımına aittir. Danışan, karşısında biri varmış gibi konuşarak içsel çatışmalarını (örneğin bir duygu ya da kişiyle ilgili yaşantısını) dışa vurur ve farkındalık kazanır. Bu teknikte davranış değiştirmeden çok içsel yaşantının keşfi amaçlanır.

- B) **Rol değiştirme:** Psikodrama temellidir. Danışan, başka bir kişinin rolüne girerek (örneğin karşısındaki kişi gibi davranarak) durumu farklı bir bakış açısından deneyimler. Amaç empati geliştirmek ve yaşantıyı yeniden yapılandırmaktır.
- D) **Dışsallaştırma:** Öyküsel terapinin temel tekniklerindendir. Problem, bireyin bir parçası olarak değil, ondan ayrı bir unsur gibi ele alınır ("kaygı beni yönetiyor" gibi). Böylece bireyin problemle ilişkisi yeniden tanımlanır.
- E) **Duygunda kal:** Gestalt yaklaşımında kullanılır. Danışandan yaşadığı duyguyu bastırmadan, o duygunun içinde kalması ve onu derinlemesine deneyimlemesi beklenir; amaç farkındalığı artırmaktır.

Cevap: C

12. Tunahan'ın sosyal ortamlarda kendi düşüncelerini ifade edememesi, sık sık "evet" diyerek kendini bastırması ve bu durumdan rahatsızlık duyması, **atılganlık (güvengencilik) becerilerinin yetersizliği** ile açıklanır. Davranışçı yaklaşımda bu tür durumlarda amaç, bireyin duygu ve düşüncelerini **açık, doğrudan ve uygun biçimde ifade edebilmesini öğretmektir.** Bu doğrultuda kullanılan **güvengencilik eğitimi**, bireye "hayır" diyebilme, kendi haklarını savunabilme, duygu ve düşüncelerini uygun şekilde ifade edebilme gibi becerileri kazandırmaya yönelik yapılandırılmış bir tekniktir. Bu nedenle en uygun müdahale bu beceriyi doğrudan hedefleyen tekniktir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- A) **Güvengencilik eğitimi:** Bireyin kendini ifade etme, sınır koyma ve haklarını savunma becerilerini geliştirmeyi amaçlar. Tunahan'ın yaşadığı güçlük doğrudan örtüşür.
- B) **Sistematik duyarsızlaştırma:** Fobi ve yoğun kaygı durumlarında, korku uyandıran uyarıcıya aşamalı biçimde maruz bırakma ve gevşeme ile kaygıyı azaltmayı hedefler. Bu vakada temel sorun kaygıdan çok beceri eksikliğidir.
- C) **Maruz bırakma:** Kaçınılan durumla doğrudan yüzleştirerek kaygının azalmasını sağlamaya yöneliktir. Tunahan'ın problemi kaçınmadan çok kendini ifade edememidir.

- D) Davranış zinciri analizi:** Davranışı oluşturan adımların ve öncül–sonuç ilişkilerinin incelenmesine dayanır. Müdahale tekniğinden çok analiz sürecidir.
- E) Simgesel ödül sistemi:** Davranışı artırmak için jeton/puan gibi pekiştireçler kullanılır. Sosyal beceri öğretiminden ziyade davranışın sıklığını artırmaya yöneliktir.

Cevap: A

- 13.** Fobik bozuklukların tedavisinde davranışçı yaklaşım, kaygı ve korku tepkisini azaltmaya yönelik teknikler kullanır. **Sistemik duyarsızlaştırma**, korkulan uyaranlara hiyerarşik biçimde ve gevşeme eşliğinde yaklaşarak kaygıyı azaltmayı hedefler. **Maruz bırakma** ise danışanı korkulan uyaranla doğrudan ve tekrar tekrar karşı karşıya getirerek kaçınmayı ortadan kaldırır ve kaygının zamanla sönmesini sağlar. **Gevşeme eğitimi** ise kaygıyı azaltmada etkili bir teknik olup özellikle sistemik duyarsızlaştırmanın önemli bir bileşeni olarak fobilerin tedavisinde kullanılır. Bu nedenle üçü de fobik bozuklukların tedavisinde yer alır.

Cevap: E

- 14.** Gül'ün yaşadığı korkuya yönelik müdahalede ilk aşamada danışmanın, benzer sorunu yaşayan bir kişinin kalabalık ortamlarda durmaya çalıştığı anları **video üzerinden izletmesi**, danışanın bu davranışı gözlemleyerek öğrenmesini sağlamaktır. Bu durum, davranışçı kuramda **sembolik model alma** olarak adlandırılır; çünkü model, gerçek ortamda değil **görsel kayıtlar aracılığıyla** sunulmaktadır. İkinci aşamada ise danışman, Gül ile birlikte önce daha az kalabalık bir ortamdan başlayıp giderek daha yoğun ortamlara geçerek **doğrudan gerçek yaşam içinde uygulama yaptırmaktadır**. Bu uygulama, danışanın korkulan durumla gerçek ortamda karşı karşıya getirilmesini ifade eden **yerinde terapi (in vivo uygulama / aşamalı gerçek maruz bırakma)** kapsamındadır. Bu nedenle doğru eşleştirme **B seçeneğidir**.

- A) Örtük model alma – Sistemik duyarsızlaştırma:** Örtük model alma imgeleme ile yapılır; burada video kullanılmıştır. Ayrıca süreçte gevşeme ve hiyerarşi vurgusu yoktur.

- C) Katılımcı model alma – Bilişsel yeniden yapılandırma:** Katılımcı model almada danış-

man model olur ve birlikte uygulama yapılır; ilk aşamada bu yoktur. Ayrıca bilişsel teknik kullanılmamaktadır.

- D) Sembolik model alma – Bilişsel çarpıtma düzeltme:** İlk kısım doğru olsa da ikinci aşamada bilişsel değil, davranışsal uygulamadır.

- E) Katılımcı model alma – Yerinde terapi:** İkinci kısım uygun olsa da ilk aşamada danışan aktif katılım göstermemekte, yalnızca izlemektedir; bu nedenle katılımcı değil sembolik model almaktır.

Cevap: B

- 15.** Verilen diyalogda danışman, danışanın yaşadığı güçlüğü **davranışlar üzerinden ele almakta**, onunla birlikte **somut ve değiştirilebilir hedefler belirlemekte** ve bu hedeflere ulaşmak için **seans dışı görevler (ev ödevleri)** planlamaktadır. Danışanın sürece aktif katılması, yeni davranışları denemesi ve bunları günlük yaşamına aktarması beklenmektedir. Bu yapı, davranışçı yaklaşımın **öğrenme, uygulama ve pekiştirme temelli** ilerleyen doğasını yansıtır. Buna karşılık bilinçaltı süreçlerin derinlemesine incelenmesi bu yaklaşımın kapsamında değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) Danışan, danışmanla birlikte problem davranışlarını değiştirmek için aktif katılım sağlar ifadesi** diyalogla örtüşür. Danışan hedef belirleme ve plan oluşturma sürecine doğrudan katılmaktadır.

- B) Danışman, danışana yeni davranışları öğrenmesi için ev ödevleri ve uygulama fırsatları verir ifadesi** metinde açıkça yer almaktadır. Danışman seans dışı görevler vereceğini belirtmektedir.

- C) Danışan, öğrenilen becerileri günlük hayatına aktarmaya çalışır ifadesi** davranışçı yaklaşımın genelleme ilkesine uygundur. Danışan öğrendiklerini günlük yaşama taşımaya yönlendirilmektedir.

- D) Terapi sürecinde danışan, davranışlarının sonuçlarını gözlemleyerek amaçlarına yönelik değişiklik yapar ifadesi** davranışçı kuramla uyumludur. Davranışın sonuçları, yeni öğrenmelerin temelini oluşturur.

Cevap: E

1. Ahmet ile yürütülen süreçte danışmanın **gevşeme egzersizleri öğretmesi ve öz yeterlik algısını güçlendirmeye odaklanması**, davranışçı yaklaşımın kaygıyla başa çıkmaya yönelik beceri kazandırma anlayışını yansıtır. Amaç; kaygıyı azaltmak, kontrol duygusunu artırmak ve işlevsel başa çıkma yolları geliştirmektir. Kaçınma davranışlarının desteklenmesi ise kaygıyı azaltmaz, tersine sürdürür. Bu nedenle yaklaşımın hedefleriyle çelişir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Ahmet'in sunum yaparken yaşadığı kaygıyı azaltmak için fizyolojik rahatlatma becerileri kazandırılması uygulanan müdahalenin parçasıdır. Gevşeme çalışmaları bu hedefe yöneliktir.
- B) Ahmet'in kaygı yaşadığı durumlardaki kontrol duygusunu artırarak öz yeterliğini güçlendirmesi sürecin merkezindedir. Buna bağlı olarak kişi kendini daha yeterli hissetmeye başlar.
- D) Ahmet'in kaygı ile başa çıkmak için etkili stratejiler geliştirmesine yardımcı olunması müdahalenin doğal sonucudur. Bunun sonucunda daha işlevsel davranışlar öğrenilir.
- E) Ahmet'in kaygı ve utanç duygularıyla ilişkili bedensel tepkilerini fark etmesi gevşeme çalışmalarıyla birlikte gelişir. Buna bağlı olarak birey bedenini tanıy ve düzenlemeyi öğrenir.

Cevap: C

2. Danışmanın, önce danışana **rahatlatma yöntemleri öğretmeyi**, ardından korku uyandıran durumları **hayal gücüyle, en hafiften başlayarak sırasıyla deneyimletmeyi** planlaması; davranışçı kuramda **sistemik duyarsızlaştırma** tekniğini gösterir. Bu teknikte danışan önce gevşemeyi öğrenir, sonra oluşturulan **kaygı hiyerarşisi** doğrultusunda korku uyaranlarına aşamalı olarak maruz kalır. Diyalogda danışman artık ne yapacaklarını açıkça belirlemekte ve uygulamaya geçmektedir. Bu da sürecin **müdahale aşamasında** olduğunu gösterir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Maruz bırakma - Problemin tanımlanması ve değerlendirme** maruz bırakma tekniği, danışanı korkulan durumla doğrudan ve tekrar tekrar karşı karşıya getirmeyi içerir. Ancak burada doğrudan yüzleştirme değil, gevşeme ile

birlikte aşamalı ve imgesel bir süreç planlanmaktadır. Ayrıca problem zaten tanımlanmış, süreç değerlendirme aşamasını geçmiştir.

- C) **Gevşeme eğitimi - Sonlandırma ve izleme** gevşeme eğitimi burada tek başına kullanılan bir teknik değildir; daha geniş bir uygulamanın parçasıdır. Sonlandırma aşamasında ise yeni teknik öğretimi yapılmaz, sürecin değerlendirilmesi ve takibi yapılır.
- D) **Bicimlendirme - Çözüm seçenekleri oluşturma ve amaç belirleme** biçimlendirme, yeni bir davranışı küçük adımlarla kazandırmayı amaçlar. Çözüm seçenekleri oluşturma aşamasında ise hedefler belirlenir. Bu vakada yeni bir davranış öğretimi değil, kaygı tepkisini azaltmaya yönelik müdahale söz konusudur.
- E) **Model alma - Kaynaşma ve ilişki kurma** model alma, danışanın bir başkasını gözlemleyerek davranış öğrenmesini içerir. Kaynaşma aşamasında ise güven ilişkisi kurulur. Bu diyalogda ne model gösterimi vardır ne de süreç başlangıç aşamasındadır.

Cevap: A

3. Tunahan Bey'in sigara içme isteğinin arttığı anları fark etmesi, bu durumları **günlükle takip etmesi**, kendine **küçük ödüller koyması** ve davranışını **kendi kendine düzenlemeye çalışması**, davranışçı kuramda **kendi davranışını kontrol etme (öz-denetim)** tekniğini gösterir. Bu teknikte danışan; **kendini izleme, kendini değerlendirme ve kendini ödüllendirme** süreçleriyle davranışını dışarıdan birine ihtiyaç duymadan yönetmeyi öğrenir. Diyalogda özellikle "günlük tutma", "tetikleyicileri fark etme" ve "kendini ödüllendirme" vurguları bu tekniğin temel bileşenleridir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sistemik duyarsızlaştırma**: Kaygı ve fobilerde kullanılır. Gevşeme ve kaygı hiyerarşisiyle aşamalı yüzleştirme içerir. Bu vakada korku azaltma değil alışkanlık kontrolü söz konusudur.

- B) **Rol değiştirme**: Psikodrama temellidir. Bireyin başka birinin rolüne girerek yaşantıyı farklı açıdan deneyimlemesini sağlar. Burada böyle bir uygulama yoktur.

- C) **Simgesel ödül sistemi:** Davranışın ardından jeton/puan verilmesine dayanır. Ödül dışarıdan sistematik biçimde sunulur. Bu vakada ödül, danışanın kendi kendine verdiği bir pekiştirme değildir.
- D) **Maruz bırakma:** Kaçınılan durumla doğrudan yüzleştirmeyi içerir. Burada korku uyarısıyla yüzleşme değil, alışkanlık yönetimi vardır.

Cevap: E

4. Selcan Hanım'ın sosyal ortamlarda nasıl davranacağını bilememesi üzerine Alican Bey'in, **uygun sosyal davranışları içeren videolar izletmesi**, davranışın **görsel kayıtlar üzerinden gözlemlenerek öğrenilmesini** sağlamaya yöneliktir. Bu durum davranışçı kuramda **sembolik model alma** olarak adlandırılır. Model gerçek ortamda değil, video gibi sembolik araçlar aracılığıyla sunulur. Sonrasında birlikte pratik yapılacağını belirtilmesi süreci destekler; ancak temel teknik, **videoya model sunma** olduğu için sembolik model almadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) **Gerçek model alma:** Davranışın canlı bir model tarafından, gerçek ortamda sergilenmesini içerir. Burada model video üzerinden sunulmaktadır.
- B) **Örtük model alma:** Danışanın davranışı zihninde canlandırmasıyla gerçekleşir. Bu vakada imgeleme değil, doğrudan izleme söz konusudur.
- D) **Sosyal model alma:** Toplumda tanınan ya da rol model kabul edilen kişilerin örnek alınması- nı ifade eder. Bu tür bir vurgu yoktur.
- E) **Katılımcı model alma:** Danışanın modelle birlikte aynı davranışı uygulaması söz konusudur. Diyalogda önce izleme vardır; birlikte uygulama daha sonraya bırakılmıştır.

Cevap: C

5. Seda'nın yükseklik korkusu için kullanılan sanal gerçeklik terapisi, danışanı **gerçek ortama benzer ama kontrollü bir dijital ortamda korku uyarısıyla karşı karşıya getirerek** maruz bırakma temelli bir öğrenme süreci oluşturur. Bu yöntemde terapist süreci yönlendirmeye devam eder; gerektiğinde müdahale eder, maruz bırakma düzeyini ayarlar ve **bilişsel yeniden yapılandırma gibi tekniklerle birlikte** çalışabilir. Dolayısıyla terapistin müdahale edemediğini ve bu nedenle bilişsel tekniklerle birlikte kullanılamayacağını söyleyen ifade yanlıştır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) **Sanal gerçeklik terapisi, danışanın korkulan durumla gerçekçi ve kontrollü şekilde maruz kalmasını sağlar** bu yöntemin temel özelliğidir. Gerçeğe yakın ama güvenli bir ortam sunar.
- B) **Sanal gerçeklik terapisi, özellikle gerçek ortamda maruz kalmanın mümkün olmadığı veya riskli olduğu durumlarda tercih edilir** uygulama alanını doğru ifade eder. Uçuş korkusu gibi durumlarda sıkça kullanılır.
- D) **Sanal gerçeklik terapisi, fobiler ve anksiyete bozukluklarının tedavisinde etkin bir yöntem olarak kabul edilir** bilimsel olarak desteklenen bir bilgidir. Özellikle maruz bırakma temelli müdahalelerde etkilidir.
- E) **Sanal gerçeklik terapisi, danışanın terapide kontrollü elinde tutmasına olanak tanır ve böylece kaygı düzeyi ayarlanabilir** sürecin kontrollü ilerlemesini ifade eder. Maruz bırakma düzeyi kademeli olarak artırılabilir.

Cevap: C

6. Mehmet'in sigara içme davranışını azaltmak amacıyla sigaranın tadı ve kokusunun **rahatsız edici bir maddeyle değiştirilmesi**, doğrudan **itici uyarıcıyla davranış kontrolü tekniğine** karşılık gelir. Bu teknikte istenmeyen bir davranış, **hoşa gitmeyen bir uyarıcıyla birlikte sunulur** o davranışın sürdürülmesi zorlaştırılır. Yani sigara içme davranışı, artık keyif veren değil rahatsızlık yaratan bir yaşantıyla eşleşir; bu da davranışın zamanla azalmasına yol açar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Olumsuz pekiştirme** rahatsız edici bir durumun ortadan kalkmasıyla davranışın artmasını ifade eder. Burada davranışın artırılması değil azaltılması hedeflenmektedir.
- C) **Sistemik duyarsızlaştırma** kaygı ve korku durumlarında kullanılır. Gevşeme ve aşamalı yüzleşme içerir. Bu vakayla ilişkili değildir.
- D) **İkinci tip ceza** hoş bir uyarıcının ortamdaki çekilmesine dayanır. Bu durumda ise ortama rahatsız edici bir uyarıcı eklenmektedir.
- E) **Pekiştirici yoksunluğu** bireyin hoşlandığı bir uyarıcıdan mahrum bırakılmasıdır. Bu senaryoda böyle bir uygulama yoktur.

Cevap: A

7. Ayşe'ye obsesif düşüncelerini bastırmak yerine **bilinçli olarak abartarak sergilemesinin istenmesi**, danışanın bu düşüncelerin üzerine gitmeye teşvik edilmesi ve amacın **düşünce ile onu tetikleyen uyarıcı arasındaki bağı zayıflatmak** olması, doğrudan **paradoksal niyet tekniğini** gösterir. Bu teknikte danışan, kaçındığı ya da bastırdığı semptomu **artırmaya yönlendirilir**; böylece semptomun gücü azalır ve uyarıcıyla kurduğu bağ çözülür. Soruda özellikle "düşünceleri en uç noktaya götürme" ve "bilinçli olarak sergileme" vurguları bu tekniğin temel özelliğidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sistemik duyarsızlaştırma**: Kaygı uyandıran durumlara gevşeme eşliğinde aşamalı yaklaşmayı içerir. Bu vakada hiyerarşik maruz bırakma yoktur.
- B) **Bilişsel yeniden yapılandırma**: Düşüncenin içeriğini değiştirmeye yöneliktir. Burada düşünceyi değiştirmek değil, üzerine gitmek vardır.
- C) **Tepki önleme**: Danışanın alışılmış davranışını yapmasını engellemeye dayanır. Bu durumda ise davranışın engellenmesi değil, artırılması söz konusudur.
- D) **Gevşeme eğitimi**: Fizyolojik rahatlama sağlamaya yöneliktir. Bu süreçte böyle bir uygulama yer almamaktadır.

Cevap: E

8. Aylin Hanım'ın ellerini yıkama dürtüsü geldiğinde **bu davranışı hemen gerçekleştirmemesi**, yani dürtüye rağmen davranışı **ertelemesi ve giderek daha uzun süre dayanması** istenmektedir. Bu uygulama, davranışçı kuramda **tepki önleme tekniğine** karşılık gelir. Bu teknikte amaç, ortaya çıkan dürtüye eşlik eden alışılmış davranışı engellerek, zamanla bu dürtünün gücünün azalmasını sağlamaktır. Yani kişi, dürtüye rağmen davranışı yapmamayı öğrenir ve böylece davranış-rahatlama döngüsü kırılır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sistemik duyarsızlaştırma**: Kaygı uyandıran durumlara aşamalı biçimde yaklaşmayı içerir. Bu vakada hiyerarşik bir maruz bırakma yoktur.

- B) **Bilişsel yeniden yapılandırma**: Düşüncelerin içeriğini değiştirmeye yöneliktir. Burada düşünce değil, doğrudan davranış hedef alınmaktadır.

- C) **Maruz bırakma**: Danışanı korkulan duruma yüzleştirmeyi içerir. Bu durumda asıl vurgu yüzleşmeden çok davranışı engellemedir.

- E) **Pekiştirici yoksunluğu**: Hoş bir uyarıcının ortamdaki çekilmesine dayanır. Bu senaryoda böyle bir uygulama bulunmamaktadır.

Cevap: D

9. Emirhan'dan, topluluk önünde rahat konuşan bir kişiyi **zihninde canlandırması** ve bu davranışı kendi üzerinde hayal ederek tekrar etmesi istenmektedir. Bu durum, davranışın gerçek ya da görsel bir model üzerinden değil, **zihinsel canlandırma yoluyla öğrenilmesini** ifade eder. Bu nedenle uygulanan teknik **örtük model alma tekniğidir**. Bu teknikte birey, modeli dışarıda gözlemlemek yerine kendi zihninde oluşturur ve davranışı içsel olarak prova eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Katılımcı model alma**: Danışanın modelle birlikte davranışı bizzat uygulamasını içerir. Burada gerçek bir uygulama yoktur, zihinsel canlandırma vardır.

- C) **Sembolik model alma**: Davranışın video, film gibi araçlarla izlenmesini içerir. Bu vakada görsel izleme değil, hayal etme söz konusudur.

- D) **Yerinde terapi:** Danışanın gerçek ortamda doğrudan uygulama yapmasını ifade eder. Burada ortam içinde uygulama yoktur.
- E) **Sistemik duyarsızlaştırma:** Gevşeme ve aşamalı maruz bırakma içerir. Bu süreçte böyle bir yapı bulunmamaktadır.

Cevap: B

10. Fatma'nın, iş yerinde sosyal ilişkileri başarılı olan bir çalışanı **kendi doğal ortamında gözlemlemesi** ve bu davranışları izleyerek öğrenmeye çalışması, doğrudan **gerçek model alma tekniğini** ifade eder. Bu teknikte danışan, model davranışı **gerçek yaşam içinde sergilenirken izler** ve gözlem yoluyla öğrenme gerçekleşir. Soruda video ya da hayal değil, doğrudan ortam içinde gözlem vurgusu vardır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sembolik model alma:** Davranışın video ya da ses kaydı gibi araçlarla sunulmasını içerir. Burada böyle bir araç yoktur.
- B) **Örtük model alma:** Davranışın zihinde canlandırılmasıdır. Bu vakada gözlem vardır, hayal yoktur.
- C) **Rol yapma:** Danışanın davranışı bizzat canlandırmasını içerir. Burada aktif uygulama değil, izleme söz konusudur.
- E) **Sistemik duyarsızlaştırma:** Kaygıyı azaltmaya yönelik bir tekniktir. Bu durum sosyal beceri öğrenmeye yöneliktir.

Cevap: D

11. Danışmanın önce uygun davranışları **kendisi rol yaparak göstermesi**, ardından Büşra'ya bu davranışları **adım adım uygulatması** ve birlikte **prova yapmaları**, doğrudan **katılımcı model alma tekniğini** gösterir. Bu teknikte danışman önce model olur, sonra danışanı sürece **aktif biçimde dahil ederek** davranışı uygulamasını sağlar. Yani sadece izleme değil, **birlikte yapma ve yönlendirme** vardır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sembolik model alma:** Davranışın video ya da kayıtlar üzerinden izlenmesini içerir. Burada canlı model ve birlikte uygulama vardır.

- C) **Örtük model alma:** Davranışın zihinde canlandırılmasıdır. Bu vakada gerçek uygulama söz konusudur.
- D) **Yerinde terapi:** Danışanın gerçek yaşam ortamında doğrudan uygulama yapmasıdır. Burada daha çok danışman eşliğinde prova vardır.
- E) **Sistemik duyarsızlaştırma:** Kaygı hiyerarşisi ve gevşeme ile ilerler. Bu süreçte böyle bir yapı yoktur.

Cevap: B

12. Danışmanın, danışandan çevresinde düzenli ve planlı olan bir kişiyi seçmesini ve bu kişinin davranışlarını **gözlemleyerek kendi yaşamına uyarlamasını istemesi**, doğrudan **sosyal model alma tekniğini** gösterir. Bu teknikte danışana, **toplumsal çevresinden bir model** seçmesi ve bu modeli örnek alması önerilir. Soruda özellikle "çevrendeki olumlu modelleri inceleme" vurgusu bu tekniğin ayırt edici özelliğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Katılımcı model alma:** Danışmanın model olması ve danışanın onunla birlikte davranışı uygulaması söz konusudur. Bu durumda danışman model değildir.
- C) **Sembolik model alma:** Davranışın video veya kayıtlar üzerinden izlenmesini içerir. Burada gerçek yaşamdan bir kişi örnek alınmaktadır.
- D) **Örtük model alma:** Davranışın zihinde canlandırılmasıdır. Bu vakada gerçek bir kişiyi gözlemleme söz konusudur.
- E) **Sistemik duyarsızlaştırma:** Kaygıyı azaltmaya yönelik bir tekniktir. Bu durum davranış öğrenmeye yöneliktir.

Cevap: A

13. Davranışçı psikolojik danışma yaklaşımı, davranışçı öğrenme ilkeleri ve çevresel koşullar üzerinden açıklar; süreçte amaç, **gözlemlenebilir davranışların değiştirilmesidir**. Bu nedenle terapide odak, bilinç dışı süreçler ya da içsel çatışmalar değil; **uyarıcı-tepki ilişkisi, pekiştirme ve öğrenme süreçleridir**. Bilinç dışı ve içsel çatışmalara yoğunlaşma ise psikanalitik yaklaşıma aittir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Danışanın davranışları, çevresel uyarıcılar aracılığıyla şekillenir ve değiştirilir ifadesi davranışçı yaklaşımın temelini oluşturur. Davranış çevreyle etkileşim içinde öğrenilir.
- B) Öğrenme ilkeleri, davranış değişikliğinde temel alınır ifadesi yaklaşımın kuramsal dayanağıdır. Koşullanma ve pekiştirme süreçleri esas alınır.
- C) Sistematik duyarsızlaştırma ve pekiştirme teknikleri sıkça kullanılır ifadesi uygulamada kullanılan temel yöntemleri yansıtır.
- D) Terapötik süreçte, gözlemlenebilir davranışların değiştirilmesi amaçlanır ifadesi yaklaşımın hedefini açık biçimde ifade eder.

Cevap: E

14. Davranışçı yaklaşıma dayalı bir süreçte dikkat eksikliği yaşayan öğrenciyle çalışırken temel amaç, **gözlemlenebilir davranış düzenlemek ve uygun davranışları artırmaktır**. Bu doğrultuda öğrenciye dikkatini sürdürmesini kolaylaştıracak **uygulanabilir stratejiler öğretilir** ve dikkatini topladığı anlarda **pekiştirme yoluyla bu davranış güçlendirilir**. Buna karşılık problemi geçmiş yaşantılarla ilişkilendirip içsel nedenlere odaklanmak davranışçı yaklaşımın kapsamına girmez. Bu nedenle **I ve II numaralı çalışmalar beklenir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- I) Öğrenciye dikkatini artırmak için kısa molalar verme teknikleri öğretme davranışı düzenlemeye yönelik bir müdahaledir. Dikkatin sürdürülebilirliği desteklenir.
- II) Öğrenciyi dikkatini toplamada başarılı olduğu zamanlarda ödüllendirme pekiştirme ilkesine dayanır. Buna bağlı olarak istenen davranışın görülme sıklığı artar.

III) Öğrencinin dikkat problemini geçmiş yaşantılarla ilişkilendirerek içsel nedenlerine odaklanma davranışçı yaklaşımla örtüşmez. Bu yaklaşım gözlemlenebilir davranışa odaklanır.

Cevap: D

15. Davranışçı psikolojik danışma yaklaşımı; davranışın **sonuçlarına göre şekillenmesi (pekiştirme-ceza)**, öğrenmenin **koşullanma ilkeleriyle açıklanması** ve terapide kazanılan davranışların **günlük yaşama genellenmesi** gibi temel ilkelere dayanır. Buna karşılık irrasyonel düşünceler ya da bireyin seçimlerine odaklanmak farklı kuramsal yaklaşımlara aittir. Bu nedenle **I, II ve III numaralı öncüller davranışçı yaklaşımla ilişkilidir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- I) İster özel ister genel olsun, bir davranış sonuçları tarafından zayıflatılır veya güçlendirilir ifadesi davranışçı yaklaşımın temelini oluşturur. Davranış, pekiştirme ve ceza yoluyla şekillenir.
- II) Terapide yapılan değişikliklerin danışanın günlük yaşantılarına genellenmesi gereklidir ifadesi davranışçı yaklaşımın genelleme ilkesini yansıtır. Öğrenilen davranışların gerçek yaşamda sürdürülmesi hedeflenir.
- III) Pozitif veya negatif çevresel uyarılarla eşleştirilen nötr bir uyarı, koşullandırıldığı çevrenin özelliklerini kazanabilir ifadesi klasik koşullanma ilkesini açıklar. Bu da davranışçı kuramın temel öğrenme mekanizmalarındandır.
- IV) Terapide mantıksız inançların değiştirilmesi temel amaçtır ifadesi bilişsel yaklaşıma aittir. Davranışçı kuram düşünceden çok davranışa odaklanır.
- V) İnsanların davranışları, ihtiyaçlarını karşılamak için seçtikleri davranışlardır ifadesi gerçeklik terapisi yaklaşımına aittir. Davranışçı kuram bu şekilde açıklamaz.

Cevap: A

1. Davranışçı psikolojik danışma yaklaşımı; davranışın **çevresel uyaranlar, pekiştirme süreçleri ve öğrenme ilkeleri (klasik-edimsel koşullanma)** ile kazanıldığını ve değiştirildiğini kabul eder. Bu yaklaşımda odak, gözlenebilir davranış ve onun **öncülleri ile sonuçlarıdır**; anlamlandırma, içsel çatışma ya da yaşam öyküsünün yorumlanması merkezde değildir. Bu nedenle danışanın yaşam öyküsünü ve anlattığı hikâyeleri merkeze alıp yaşantıların anlamını yeniden yapılandırmaya odaklanan ifade, daha çok **öyküsel (narratif) ve anlam temelli yaklaşımlara** aittir ve davranışçılığa uymaz. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Davranışların çevresel uyaranlar aracılığıyla öğrenilmesi ve pekiştirilmesi, davranışçı yaklaşımın temel varsayımdır. Birey, çevreyle etkileşim içinde davranışlarını öğrenir ve sürdürür.
- B) Problematik davranışların hangi durumlarda ortaya çıktığı ve hangi sonuçlarla sürdüğünün belirlenmesi (fonksiyonel analiz), davranışçı terapinin en ayırt edici yönlerinden biridir ve müdahalenin temelini oluşturur.
- C) Hedeflerin somut, ölçülebilir ve nesnel olması, davranışçı yaklaşımın bilimsel ve gözleme dayalı doğasını yansıtır; değişim bu ölçütler üzerinden değerlendirilir.
- E) Pekiştirmenin davranışı artırması, cezanın davranışı azaltması, edimsel koşullanmanın temel ilkesidir ve davranış değişikliğinde aktif olarak kullanılır.

Cevap: D

2. Davranışçı psikolojik danışma yaklaşımı; davranışın **çevresel koşullar, öğrenme ilkeleri ve pekiştirme süreçleri** ile açıklanmasına dayanır. Bu yaklaşımda davranışın hangi koşullarda ortaya çıktığı **fonksiyonel analizle incelenir**, öğrenilen davranışların kalıcı olması için **farklı ortamlara genellenmesi** hedeflenir ve **pekiştirme mekanizmaları** ile davranış artırılır ya da azaltılır. Buna karşılık **yaşamın anlamı, özgürlük, sorumluluk** gibi temalar varoluşçu yaklaşıma; **sosyal bağlılık ve yaşam amaçları** ise Adlerci yaklaşıma aittir ve davranışçılığa uymaz. **Buna göre:**

- I) Problematik davranışların hangi çevresel koşullarda ortaya çıktığı ve sürdüğünün fonksiyonel analizle incelenmesi, davranışçı yaklaşımın temel değerlendirme sürecidir.
- II) Yaşamın anlamı, özgürlük ve varoluşsal kaygılar, varoluşçu yaklaşımın merkezindedir; davranışçı yaklaşım bu tür içsel temalara odaklanmaz.
- III) Davranış değişikliğinin farklı ortamlara genellenmesi, öğrenmenin kalıcılığı açısından davranışçı terapide önemli bir ilkedir.
- IV) Sosyal bağlılık, güç arzusu ve yaşam amaçlarına odaklanma, Adler'in bireysel psikolojisine özgüdür; davranışçı yaklaşım bu şekilde açıklama yapmaz.
- V) Pekiştirme mekanizmalarıyla davranışın artırılması veya azaltılması, edimsel koşullanmanın temelini oluşturur ve davranışçı terapinin ana araçlarındandır.

Cevap: B

3. Davranışçı psikolojik danışma süreci, **davranışın hangi koşullarda ortaya çıktığını ve hangi sonuçlarla sürdüğünü belirlemeye yönelik analizle başlar**, ardından **hedef davranış açık ve ölçülebilir biçimde tanımlanır**, buna uygun **müdahale planı oluşturulur**, plan **sistematiik şekilde uygulanır** ve son olarak **elde edilen değişim değerlendirilerek gerekirse süreç güncellenir**. Bu aşamalı yapı, yaklaşımın bilimsel ve gözlenebilir davranışa dayalı doğasını yansıtır. **Buna göre:**

- IV) (1. aşama) Hangi davranışların değiştirileceği ve bu davranışların nedenlerinin analizi edilmesi, sürecin başlangıcıdır ve fonksiyonel analiz bu aşamada yapılır.
- II) (2. aşama) Değiştirilecek davranışların açık, somut ve ölçülebilir şekilde tanımlanması, hedef davranışın netleşmesini sağlar.
- V) (3. aşama) Müdahale sürecinde hangi tekniklerin ve yöntemlerin kullanılacağını planlanması, uygun davranış değiştirme stratejilerinin belirlenmesini içerir.
- I) (4. aşama) Seanslarda planlanan tekniklerin sistematiik şekilde uygulanması, müdahalenin aktif olarak yürütüldüğü aşamadır.

III) (5. aşama) Davranış değişikliğinin sonuçlarının düzenli olarak değerlendirilmesi ve gerekirse müdahalenin güncellenmesi, sürecin izleme ve etkililiğini artırma basamağıdır.

Cevap: A

4. Davranışçı yaklaşımda kaygı ve stresle baş etmede kullanılan temel tekniklerden biri **gevşeme eğitimi**dir. Bu teknik; bireyin **fizyolojik uyarılmışlığını azaltmayı, kaslarını ve zihnini rahatlatmayı** ve böylece kaygıyı kontrol altına almayı amaçlar. Uygulamada danışandan genellikle **rahat bir pozisyonda oturması, gözlerini kapatması, nefesine odaklanması, ritmik ve kontrollü nefes alıp vermesi** ve bazen de **kendini sakinleştirici ifadeler kullanması** istenir. Verilen durumda Ali'nin **nefesine odaklanması, burnundan nefes alıp ağzından vermesi, ritmik solunum uygulaması ve gevşemeye yönelik yönergeleri takip etmesi**, doğrudan gevşeme eğitiminin tipik uygulama basamaklarını yansıtmaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sistemik duyarsızlaştırma**, gevşeme ile birlikte **kaygı hiyerarşisi oluşturularak korkulan uyarana aşamalı yaklaşmayı** içerir; burada böyle bir aşamalı yüzleştirme süreci yoktur.
- C) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, bireyin **işlevsiz düşüncelerini fark edip değiştirmesine** dayanır; senaryoda düşüncelerle ilgili bir soruşturma yapılmamaktadır.
- D) **Maruz kalma terapisi**, danışanın **kaygı uyandıran uyarana doğrudan karşı karşıya getirilmesini** içerir; burada böyle bir yüzleştirme bulunmamaktadır.
- E) **Model alma**, bireyin **başkasını gözlemleyerek davranış öğrenmesini** ifade eder; senaryoda gözleme dayalı öğrenme yoktur.

Cevap: B

5. Davranışçı yaklaşımda korkuların, **doğal uyarıcı ile koşullu uyarıcı arasında kurulan bağ sonucu öğrenildiği** kabul edilir ve bu tür öğrenilmiş korkuların ortadan kaldırılmasında en etkili tekniklerden biri **sistemik duyarsızlaştırmadır**. Bu teknikte amaç; bireyi korkulan uyarana **birden değil, kademeli olarak karşı karşıya getirerek** kaygı tepkisini azaltmak ve zamanla ortadan kaldırmaktır. Uygulama üç temel aşamadan oluşur: Öncelikle danışana **gevşeme eğitimi** verilerek fizyolojik olarak sakinleşme becerisi kazandırılır. Ardından korku uyandıran durumlar **en az kaygı verenden en çok kaygı verene doğru bir kaygı hiyerarşisi** şeklinde sıralanır. Son aşamada ise danışan bu uyarılarla **basamaklı olarak karşılaştırılır** ve her basamakta gevşeme tepkisiyle kaygı tepkisi yer değiştirir. Örneğin köpek korkusu olan bir bireyin önce köpek resmi görmesi, sonra uzaktan gerçek köpeklerle karşılaşması gibi süreçlerle korku giderek söndürülür. Bu yönüyle verilen durumda en uygun teknik **sistemik duyarsızlaştırmadır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Yorumlama**, bilinç dışı süreçleri açığa çıkarmaya yönelik psikanalitik bir tekniktir; öğrenilmiş korkunun söndürülmesine doğrudan hizmet etmez.
- C) **Caydırıcı teknikler**, istenmeyen davranışı azaltmak için **itici/rahatsız edici uyarıcılarla eşleştirme** içerir; genellikle son çare olarak kullanılır ve burada temel tercih değildir.
- D) **Rol oynama**, bireyin yeni davranışları prova etmesini sağlar; ancak koşullanmış korku tepkisinin sistemik biçimde azaltılmasına yönelik bir teknik değildir.
- E) **Yansıtma**, danışanın duygu ve düşüncelerinin ona geri iletilmesidir; daha çok insancıl yaklaşımda kullanılır ve davranış değiştirme tekniği değildir.

Cevap: B

6. Davranışçı yaklaşımda bazı teknikler, danışanın kaygı uyandıran düşünce ve duygulardan **kaçınmasını engellemek yerine onları bilinçli biçimde yoğunlaştırarak yaşamasını** hedefler. Özellikle obsesif düşüncelerde kullanılan bu yöntemde danışan, korktuğu düşünceleri bastırmak yerine **en yoğun haliyle deneyimlemeye teşvik edilir**; böylece düşüncenin yarattığı kaygı zamanla azalır ve duyarsızlaşma gerçekleşir. Bu, danışanın “en kötü senaryoyu” zihinsel olarak büyüterek yaşaması ve kaygının doğal olarak sönmesini sağlamaya dayanan **taşırma (flooding / elinde patlatma–paradoksal niyetle ilişkili)** tekniğinin özelliğidir. Verilen durumda Aysel’in obsesif düşüncelerini **daha yoğun yaşaması ve onlarla yüzleşmesi istenmesi**, bu tekniğin doğrudan göstergesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sistemik duyarsızlaştırma**, korku uyandıran uyaranlarla **kademeli ve hiyerarşik** biçimde karşılaşmayı içerir; burada aşamalı değil, doğrudan yoğunlaştırma söz konusudur.
- B) **Maruz kalma ve tepki önleme**, danışanın kaygı uyandıran uyaranla karşılaşp **kompulsif davranışı yapmasının engellenmesini** içerir; burada özellikle davranışın engellenmesine dair bir vurgu yoktur.
- C) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, işlevsiz düşüncelerin **sorgulanması ve değiştirilmesine** dayanır; burada düşünceyi değiştirmek değil, yoğunlaştırmak söz konusudur.
- E) **Model alma**, bireyin **başkalarını gözlemleyerek öğrenmesi** sürecidir; senaryoda gözlem yoluyla öğrenme bulunmamaktadır.

Cevap: D

7. Melis’e uygulanan teknik, danışanın dikkatinin **göz hareketleriyle yönlendirilmesi** yoluyla rahatsız edici anıların yeniden işlenmesini sağlayan **Göz Hareketleri Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme (EMDR)** tekniğidir. EMDR’de danışan travmatik anıya odaklanırken terapist, danışanın gözlerini **ritmik biçimde sağa–sola hareket ettirir** ya da benzer çift yönlü uyarımlar kullanır. Bu süreç, anının **duygusal yoğunluğunu azaltmayı**, olumsuz yaşantının daha sağlıklı bir biçimde işlenmesini ve kişinin bu anıyla baş edebilmesini amaçlar. Özellikle travma ve yoğun kaygı içeren

anıların etkisini azaltmada etkilidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Yerinde terapi**, danışanın sorun yaşadığı durumla **gerçek yaşam ortamında doğrudan karşılaşmasını** sağlar. Amaç, kaçınmayı azaltmak ve öğrenmeyi gerçek ortamda pekiştirmektir; ancak burada anıların göz hareketleriyle işlenmesi yoktur.
- B) **Sistemik duyarsızlaştırma**, danışana önce **gevşeme becerisi kazandırmayı**, ardından korku uyaranlarını **basitten zora doğru sıralayarak kademeli biçimde karşılaştırmayı** içerir. EMDR’den farklı olarak anılarla değil, uyaranlarla aşamalı yüzleşme vardır.
- D) **Boş sandalye**, danışanın karşısında biri varmış gibi konuşarak **bastırdığı duyguları ifade etmesini** ve içsel çatışmalarını görünür hâle getirmesini sağlar. Ancak travmatik anıyı yeniden işleme süreci içermez.
- E) **Duygunla kal**, danışanın **duygusundan kaçmak yerine onu fark etmesi, kabul etmesi ve o duyguyla temas etmesini** amaçlar. Duygusal farkındalık sağlar; fakat EMDR’deki gibi yapılandırılmış bir yeniden işleme süreci yoktur.

Cevap: C

8. Elif’e uygulanan teknik, davranışın **küçük ve aradışık basamaklara ayrılması** ve her basamakta sergilenen doğru tepkilerin **pekiştirilerek giderek hedef davranışa ulaştırılması** sürecini içerir; bu, **biçimlendirme (kademeli yaklaşma)** tekniğidir. Bu teknikte bireyin henüz tam olarak yapamadığı bir davranış, **basitten zora doğru ilerleyen alt adımlara bölünür** ve her başarılı adım **ödüllendirilerek** davranış kademeli biçimde geliştirilir. Elif’in haklarını savunma becerisinin adım adım öğretilmesi ve her adımın pekiştirilmesi, bu tekniğin tipik bir uygulamasıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Model alma**, bireyin bir başkasını gözlemleyerek davranış öğrenmesini içerir; burada öğrenme gözlemle değil, aşamalı pekiştirme ile gerçekleşmektedir.

- C) **Sistematiik duyarsızlaştırma**, kaygı uyandıran uyarılara **kademeli maruz bırakma ve gevşeme** yoluyla duyarsızlaşmayı amaçlar; burada yeni bir davranış kazandırma süreci yoktur.
- D) **Maruz bırakma**, bireyin korku ya da kaygı uyandıran durumla doğrudan karşılaşmasını sağlar; ancak davranış basamaklandırılarak öğretilmez.
- E) **Tepki önleme**, istenmeyen davranışın ortaya çıkmasının engellenmesine dayanır; burada amaç davranışı durdurmak değil, yeni bir davranış geliştirmektir.

Cevap: A

9. Deniz'e uygulanan teknik, danışanın korku uyandıran durumla **doğrudan ve tekrar tekrar karşı karşıya getirilmesi** yoluyla kaygı tepkisinin azaltılmasını hedefler; bu, **maruz bırakma (yüzleştirme / karşı karşıya getirme)** tekniğidir. Bu teknikte danışan, kaçındığı uyarana **sık ve kontrollü biçimde maruz bırakılır** ve zamanla korku tepkisi sönmeye başlar. Maruz bırakma **iki şekilde uygulanabilir**:

Aşamalı maruz bırakma (yerinde duyarsızlaştırma): Danışan, korku uyandıran durumları **en az kaygı verenden en çoğa doğru sıralar** ve adım adım bu durumlarla yüzleştirilir.

Taşıma: Danışan, korku uyarısının **en yoğun düzeyiyle bir anda karşı karşıya getirilir**. Taşıma da **iki şekilde uygulanır**:

Yerinde (gerçek) taşıma: Danışan gerçek ortamda doğrudan en yoğun uyarılarla karşılaştırılır.

Hayali (imgesel) taşıma: Danışan bu durumu zihninde en yoğun haliyle canlandırır.

Verilen durumda "kontrollü şekilde yüksek alanlara çıkarma" ifadesi, danışanın **gerçek ortamda ve kontrollü biçimde yüzleştirilmesini** gösterir; bu da maruz bırakma tekniğinin tipik bir uygulamasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Sistematiik duyarsızlaştırma**, maruz bırakmadan farklı olarak mutlaka **gevşeme eğitimi, kaygı hiyerarşisi oluşturma ve duyarsızlaştırma** aşamalarını içerir; soruda bu yapı yoktur.

- C) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, bireyin **işlevsiz düşüncelerini değiştirmeye** odaklanır; burada davranışsal yüzleşme ön plandadır.
- D) **Taşıma**, maruz bırakmanın bir türüdür ve danışanın **en yoğun kaygı uyandıran durumla aniden karşılaştırılmasını** içerir; soruda ise bu tür ani ve yoğun bir yükleme yoktur.
- E) **Rol oynama**, bireyin davranışları **canlandırarak prova etmesini** sağlar; gerçek uyarılarla yüzleşme içermez.

Cevap: B

10. Davranışçı psikolojik danışma yaklaşımına göre insan, doğuştan belirlenmiş içsel yapılarla değil; **çevresiyle etkileşimi sonucunda öğrenen**, davranışları **uyarıcılar ve pekiştirme süreçleriyle şekillenen** bir organizmadır. Bu bakış açısında birey adeta "boş levha" olarak kabul edilir ve **olumlu-olumsuz tüm davranışların çevresel yaşıntılar yoluyla öğrenildiği** vurgulanır. Bu nedenle insanı en iyi tanımlayan ifade, onun **çevresel uyarıcılarla biçimlenen ve öğrenme kapasitesine sahip bir varlık** olduğunu belirten seçenektir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Kendini gerçekleştirme ve içsel potansiyel**, hümanistik yaklaşımın (insancıl kuramların) temelidir; davranışçılıkta içsel dürtüler merkezde değildir.
- B) **Rasyonel düşünce süreçlerinin davranışı belirlemesi**, bilişsel yaklaşıma aittir; davranışçılık düşünceden çok gözlenebilir davranışa odaklanır.
- D) **Bilinç dışı arzu ve çatışmalar**, psikanalitik kuramın temel varsayımdır; davranışçı yaklaşım bilinç dışı süreçlerle ilgilenmez.
- E) **Sosyal ilişkiler ve aidiyet ihtiyacı**, daha çok Adlerci ve sosyal yaklaşımların vurgusudur; davranışçılıkta belirleyici olan çevresel öğrenmedir.

Cevap: C

11. Davranışçı psikolojik danışma yaklaşımına göre psikolojik sağlıksızlık, bireyin iç dünyasından çok **çevreyle etkileşim içinde öğrenilmiş davranışlarla** açıklanır. Bu yaklaşıma göre problem, **uyumsuz (işlevsel olmayan) davranışların öğrenilmiş olması** ve bu davranışların **pekiştirme yoluyla sürdürülmesidir**. Yani birey, çevresel koşullar sonucunda uygun olmayan tepkiler geliştirmiştir ve bu tepkiler zamanla kalıcı hâle gelmiştir. Bu nedenle psikolojik sorunların temel kaynağı, **uyumsuz öğrenilmiş davranış örüntüleri ve işlevsel olmayan çevre-davranış ilişkileridir**. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) Genetik yatkınlık ve biyolojik dengesizlikler, biyolojik/medikal yaklaşımların açıklamasıdır; davranışçı yaklaşım çevresel öğrenmeye odaklanır.
- B) Bilinç dışı çatışmalar ve bastırılmış yaşantılar, psikanalitik kuramın temelidir; davranışçılık bilinç dışını merkeze almaz.
- C) İrrasyonel düşünceler ve bilişsel çarpıtmalar, bilişsel yaklaşıma aittir; davranışçı yaklaşım düşünceden çok davranışa odaklanır.
- E) Temel ihtiyaçlar ve kendini gerçekleştirme, hümanistik yaklaşımların vurgusudur; davranışçı yaklaşım bu kavramlarla açıklama yapmaz.

Cevap: D

12. Davranışçı psikolojik danışma yaklaşımında temel amaç; **uyumsuz davranışları belirleyip değiştirmek**, danışana **yeni ve işlevsel davranışlar kazandırmak**, davranışın **öncül-sonuç ilişkilerini analiz etmek** ve bireyin **kendi davranışını yönetebilmesini sağlamaktır**. Bu yaklaşımda odak, **şimdiki davranış ve çevresel etkileşimlerdir**. Geçmiş yaşantıların derinlemesine yorumlanması ve bilinç dışı çatışmaların çözümü bu kuramın hedefleri arasında yer almaz. Daha çok psikanalitik yaklaşıma aittir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Sorunlu davranışların tanımlanması ve değiştirilmesi, davranışçı terapinin temel hedefidir; müdahale doğrudan gözlemlenebilir davranışa yöneliktir.

- C) Yeni ve işlevsel davranışlar kazandırmak, yaklaşımın en önemli amaçlarından biridir; öğrenme yoluyla davranış repertuarı geliştirilir.
- D) Çevresel uyarıcılarla etkileşimi analiz etmek (fonksiyonel analiz), davranışın neden ve nasıl sürdüğünü anlamak için temel bir süreçtir.
- E) Kendi kendini yönetme becerilerini geliştirme, danışanın öğrendiklerini günlük yaşama aktarmasını ve bağımsızlaşmasını sağlar.

Cevap: B

13. Davranışçı psikolojik danışma yaklaşımında danışman-danışan ilişkisi **işbirliğine dayanır**. Danışan sürece aktif katılır. Öğrenen kişidir. Danışman süreci yapılandırır ve yönlendirir. **Aktif rol alır, model olur, geri bildirim verir ve beceri öğretir**. Danışman aynı zamanda bir **öğretmen ve problem çözücü** gibi çalışır. Amaç, danışanın yeni ve işlevsel davranışlar öğrenmesidir. Bu nedenle ilişki hem **işbirlikçi** hem de **aktif ve öğretici** bir yapıdadır. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Empati ve koşulsuz kabulün merkezde olduğu ilişki, birey merkezli psikolojik danışma yaklaşımına aittir. Davranışçı yaklaşımda ilişki önemlidir ancak değişimin temel aracı değildir.
- B) Bilinç dışı çatışmaların yorumlanması, psikanalitik yaklaşımın özelliğidir. Davranışçı yaklaşım gözlemlenebilir davranışa odaklanır.
- C) Danışmanın pasif kalması ve sadece keşfi desteklemesi, birey merkezli yaklaşımı yansıtır. Davranışçı danışman aktif ve yönlendiricidir.
- D) Düşünce hatalarını sorgulama ve inançları yeniden yapılandırma, bilişsel yaklaşımın temelidir. Davranışçı yaklaşımda odak davranıştır.

Cevap: E

14. Sistematiik duyarsızlaştırma, davranışçı yaklaşım içinde geliştirilen bir tekniktir. Bu teknikte amaç, **öğrenilmiş kaygı tepkilerini ortadan kaldırmak** ve onların yerine **daha uyumlu tepkiler geliştirmek**tiir. Danışan önce **gevşeme becerisi kazanır**, ardından **kaygı hiyerarşisi oluşturur** ve en düşük düzeyden başlayarak korku uyaranlarıyla **aşamalı biçimde karşılaşır**. Bu süreçte kaygı tepkisi zayıflar, yerine gevşeme ve kontrol duygusu gelişir. Yani teknik, doğrudan **öğrenilmiş tepkilerin değiştirilmesine** dayanır. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Bilinç dışı çatışmaları çözümüleme**, psikanalitik yaklaşımın temel amacıdır. Davranışçı yaklaşım bilinç dışı süreçlerle ilgilenmez.
- C) **İrasyonel düşünceleri değiştirme**, bilişsel yaklaşımın temel hedefidir. Sistematiik duyarsızlaştırma düşünceden çok davranış ve tepkiyle ilgilidir.
- D) **Kendini kabul ve kişisel gelişim**, birey merkezli yaklaşımın odağıdır. Bu teknik davranış değişimine yöneliktir.
- E) **Aile sistemindeki örüntüleri değiştirme**, sistemik aile terapisine aittir. Davranışçı bireysel öğrenmeye odaklanır.

Cevap: B

15. Ali Bey'e uygulanan teknik, danışanın korku uyandıran durumlarla **doğrudan ve aşamalı biçimde karşı karşıya getirilmesi** esasına dayanır; bu, **maruz bırakma terapisi**dir. Bu yöntemde danışan, kaçındığı uyaranla **gerçek ortamda ve tekrar eden biçimde yüzleştirilir**. Süreç genellikle **daha az kaygı uyandıran durumlardan başlanarak** ilerler ve danışanın kaygı yükselse bile ortamda kalması sağlanır. Böylece kişi, kaygının zamanla **kendiliğinden azaldığını deneyimleyerek** korku tepkisini söndürür. Verilen senaryoda hem **doğrudan yüzleşme** hem de **aşamalı ilerleme** açıkça görülmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Sistematiik duyarsızlaştırma**, maruz bırakmadan farklı olarak mutlaka **gevşeme eğitimi**, **kaygı hiyerarşisi** ve bu iki sürecin birlikte yürütülmesini içerir. Soruda gevşeme uygulaması yoktur.
- C) **Bilişsel çarpıtmaları belirleme**, bireyin düşünce hatalarını fark etmesine yöneliktir. Bu bilişsel bir müdahaledir, davranışsal yüzleşme içermez.
- D) **Gevşeme eğitimi**, kaygıyı azaltmak için **bedensel ve zihinsel rahatlama** sağlamayı amaçlar. Tek başına korku uyaranıyla yüzleşme içermez.
- E) **Sosyal beceri eğitimi**, kişiler arası etkileşim becerilerini geliştirmeye yöneliktir. Korku uyarana maruz bırakma ile ilgili değildir.

Cevap: A

1. Elif Hanım'a uygulanan teknik, danışanın travmatik anıya odaklanırken **gözlerini sağa-sola yönlendiren ritmik hareketleri takip etmesi** esasına dayanır; bu, **göz hareketleri duyarsızlaştırma ve yeniden işleme (EMDR)** tekniğidir. Bu yöntemde danışan, travmatik anı, buna eşlik eden **olumsuz inanç**, duygu ve bedensel tepkileriyle birlikte çalışır. Terapist, **çift yönlü uyarım** (çoğunlukla göz hareketleri) kullanarak anının **yeniden işlenmesini** sağlar. Süreç setler hâlinde ilerler. Her setten sonra danışanın aklına gelen düşünce ve duygular değerlendirilir. Zamanla anının **duygusal yoğunluğu azalır** ve olumsuz inançların yerini **daha işlevsel inançlar** alır. Verilen adımlar bu tekniğin tipik uygulamasını açıkça göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel terapi**, düşünce hatalarını belirleme ve yeniden yapılandırmaya odaklanır. Göz hareketleriyle anı işleme içermez.
- B) **Maruz bırakma terapisi**, danışanı korku uyandıran uyarılarla doğrudan karşılaştırır. Travmatik anıyı göz hareketleriyle işleme süreci yoktur.
- C) **Gerçeklik terapisi**, bireyin seçimleri ve sorumlulukları üzerinde durur. Travmatik anıların işlenmesine yönelik bir teknik değildir.
- E) **Logoterapi**, yaşamın anlamını bulmaya odaklanır. Travmatik anının duyarsızlaştırılması bu yaklaşımın temel yöntemi değildir.

Cevap: D

2. Azize Hanım'a uygulanan müdahale, bireyin **kendi duygu ve düşüncelerini açık ve uygun biçimde ifade edebilmesi, haklarını savunabilmesi** ve gerektiğinde **"hayır" diyebilmesi** üzerine yapılandırılmıştır; bu, **atılgnalık (girişkenlik) eğitimidir**. Bu eğitimde danışana, kişiler arası durumlarda **sınır koyma, istekte bulunma, olumlu ve olumsuz duyguları ifade etme ve eleştirilere yapıcı yanıt verme** gibi beceriler öğretilir. Süreçte **rol oynama ve alıştırma**lar kullanılarak bu beceriler pekiştirilir ve günlük yaşama aktarılması hedeflenir. Verilen senaryodaki tüm uygulamalar bu tekniğin tipik özellikleridir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Serbest çağrışım**, psikanalitik yaklaşımda kullanılan ve bilinç dışı içeriği ortaya çıkarmayı amaçlayan bir tekniktir.
- B) **Düşünce kaydı tutma**, bilişsel yaklaşımda bireyin otomatik düşüncelerini fark etmesi için kullanılır. Davranışsal beceri öğretimi içermez.
- D) **Empatik dinleme**, danışanın duygularını anlamaya ve yansıtmaya yöneliktir. Doğrudan beceri kazandırma amacı taşımaz.
- E) **Anlam arayışı**, varoluşçu yaklaşımın temelidir. Bireyin yaşamına anlam katmasına odaklanır.

Cevap: C

3. Burak Bey'e uygulanan teknik, danışanın korku uyandıran uyarılarla **doğrudan ve en yoğun düzeyde karşı karşıya getirilmesi** ve bu durumda **kaygı artsa bile ortamda kalmasının sağlanması** esasına dayanır; bu, **taşırma** tekniğidir. Taşırmada danışan, korktuğu uyarının **en yüksek düzeyiyle bir anda yüzleştirilir**. Amaç, bireyin kaçınmadan bu durumun içinde kalmasını sağlayarak **kaygının zamanla kendiliğinden azaldığını deneyimlemesidir**. Taşıırma iki şekilde uygulanabilir: **yerinde (gerçek) taşıırma**, kişinin gerçek ortamda uyarılarla karşılaşmasıdır; **hayali (imgesel) taşıırma** ise bu durumun zihinde en yoğun haliyle canlandırılmasıdır. Verilen durumda Burak Bey'in **gerçek bir kediyle doğrudan karşılaştırılması** ve yoğun kaygıya rağmen ortamda tutulması, bu tekniğin açık göstergesidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sistematiik duyarsızlaştırma**, gevşeme eğitimi ve **kaygı hiyerarşisi** ile **aşamalı ilerleme** içerir. Burada kademeli geçiş yok, doğrudan yoğun yüzleşme vardır.
- B) **Model alma**, bireyin başkasını gözlemleyerek öğrenmesini içerir. Bu durumda gözlem değil, doğrudan yaşantı vardır.
- C) **Tepki önleme**, genellikle obsesif-kompulsif durumlarda **istenmeyen davranışın yapılmasının engellenmesi** üzerine kuruludur. Burada korku uyarısıyla yüzleşme söz konusudur.
- D) **İmgesel yeniden yapılandırma**, bireyin zihinsel imgelerini değiştirmeye yöneliktir. Gerçek uyarılarla doğrudan karşılaşma içermez.

Cevap: E

4. Aynur Hanım'a uygulanan teknik, korku uyaranlarına **aşamalı biçimde yaklaşma**, bu süreçte **gevşeme becerilerinin kullanılması** ve **kaygı hiyerarşisine göre ilerleme** esasına dayanır; bu, **sistemik duyarsızlaştırma** tekniğidir. Bu yöntemde önce danışana **gevşeme eğitimi** verilir. Ardından korku uyandıran durumlar **en azdan en çoğa doğru sıralanır**. Son aşamada danışan, **gevşeme hâlindeyken bu durumları zihninde canlandırır ya da gerçek hayatta aşamalı olarak deneyimler**. Kaygı yükseldiğinde tekrar gevşemeye dönlür. Böylece kaygı tepkisi zayıflar ve yerini rahatlama alır. Verilen adımlar bu tekniğin klasik üç aşamasını açıkça göstermektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Maruz bırakma terapisi**, danışanı korku uyarısıyla doğrudan yüzleştirir. Ancak gevşeme eğitimi ve sistemli hiyerarşi her zaman zorunlu değildir.
- B) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, bireyin düşüncelerini değiştirmeye odaklanır. Bu örnekte davranışsal bir teknik uygulanmaktadır.
- D) **Model alma**, bireyin başkalarını gözlemleyerek öğrenmesini içerir. Bu durumda gözlem değil, aşamalı deneyim vardır.
- E) **Pekiştirme**, davranışın sıklığını artırmak için kullanılır. Bu senaryoda temel süreç kaygıyı azaltmaya yöneliktir.

Cevap: C

5. Davranışçı kuramda **model alma**, bireyin başkalarının davranışlarını gözlemleyerek öğrenmesini ifade eder. Sorudaki her öncül, farklı bir model alma türünü örneklemektedir. Buna göre:

- I) Kaygılı bir öğrenci, sunum yaparken rahat ve başarılı olan arkadaşını dikkatle izlemektedir. Arkadaşının beden dili, konuşma tarzı ve sunum stratejilerini **doğrudan gözlemlemektedir**. Bu durumda uygulanan teknik **gerçek model almadır**. **Gerçek model alma**, bireyin bir davranışı sergileyen kişiyi canlı olarak izleyerek öğrenmesidir. Gözlem yoluyla davranışın nasıl yapıldığı anlaşılır ve bu davranış daha sonra taklit edilebilir.

- II) Sosyal çekingenliği olan birey, terapistin bir sosyal etkileşim örneğini canlandırmasını izlemekte ve ardından bu davranışı terapistle birlikte tekrar etmektedir. Yani birey hem gözlem yapmakta hem de davranışı **aktif olarak uygulamaktadır**. Bu durumda kullanılan teknik **katılımcı model almadır**. **Katılımcı model alma**, modelin davranışı göstermesi ve bireyin bu davranışı bizzat deneyerek öğrenmesi sürecidir. Öğrenme, gözlem ve uygulamanın birleşimiyle güçlenir.
- III) Köpeklerden korkan çocuğa, televizyonda köpeklerle oynayan bir çocuk izletilmektedir. Model, doğrudan ortamda değil, bir **medya aracılığıyla sunulmaktadır**. Bu durumda kullanılan teknik **sembolik model almadır**. **Sembolik model alma**, davranışın video, film veya görseller aracılığıyla öğrenilmesini ifade eder. Birey, dolaylı gözlem yoluyla yeni davranışları öğrenir.

Cevap: B

6. Davranışçı kurama göre bir davranış, **pekiştirme aldığı sürece sürer**. Bu vakada öğrenci, yaptığı espriler sonrası **arkadaşlarının gülmesi ve ilgiyle pekiştirilmektedir**. Psikolojik danışmanın önerisinde ise bu davranışa verilen **tüm dikkat ve tepkilerin ortadan kaldırılması**, yani davranışın artık **pekiştirilmemesi** söz konusudur. Pekiştirilmeyen davranış zamanla azalır ve ortadan kalkar. Bu süreç **sönme tabi tutma** olarak adlandırılır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Karşıt koşullama**, istenmeyen bir tepkinin yerine başka bir tepkinin kazandırılmasını içerir. Bu vakada yeni bir tepki kazandırma yoktur.
- B) **Sistemik duyarsızlaştırma**, kaygı uyaranlarına karşı aşamalı yüzleşme ve gevşeme içerir. Bu durum dikkat çekme davranışıyla ilgilidir.
- C) **Bicimlendirme (kademeli yaklaşma)**, yeni bir davranışı basamaklara bölerek öğretmeyi içerir. Burada yeni davranış öğretimi yoktur.
- D) **I. tip ceza**, davranış sonrası ortama **olumsuz bir uyarıcı eklenmesini** içerir. Bu vakada herhangi bir ceza uygulanmamaktadır.

Cevap: E

7. Bu vakada Ece'nin tırnak yeme davranışı, parmaklarına sürülen **tadı kötü bir maddeyle** birlikte yaşanmaktadır. Yani istenmeyen davranış, **hoş olmayan bir uyarıcı ile eşleştirilmektedir**. Bu uygulamanın amacı, davranışı birey için **rahatsız edici hâle getirerek tekrar edilmesini azaltmaktır**. Bu teknik davranışçı kuramda **itici uyarıcı ile davranış kontrolü** olarak adlandırılır. Bu yöntemde, istenmeyen davranış ile **olumsuz bir yaşantı arasında bağ kurulur**. Zamanla birey bu davranıştan kaçınmaya başlar ve davranışın sıklığı düşer. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Mola (time-out)**, bireyin istenmeyen davranışından sonra **pekiştireçlerden uzaklaştırılmasıdır**. Örneğin çocuk, eğlenceli bir ortamdan kısa süreliğine çıkarılır. Bu vakada ortamdaki uzaklaştırma yoktur.
- B) **2. tip ceza**, davranışın ardından **hoşa giden bir uyarıcının ortamdaki çekilmesi**dir. Örneğin sevdiği bir etkinliğin kaldırılması gibi. Bu soruda ise ortama yeni bir uyarıcı eklenmektedir.
- C) **Karşıt koşullandırma**, istenmeyen bir tepkinin yerine **başka bir uyumlu tepkinin kazandırılmasıdır**. Örneğin korku yerine gevşeme tepkisinin öğretilmesi. Bu vakada yeni bir tepki öğretimi yoktur.
- E) **Sistemik duyarsızlaştırma**, kaygı uyandıran durumlara karşı **aşamalı yüzleşme ve gevşeme** içerir. Bu teknik daha çok fobilerde kullanılır, alışkanlık azaltmaya yönelik değildir.

Cevap: D

8. Selim Bey'e uygulanan yaklaşımda danışan, uyumaya çalışmak yerine **bilinçli olarak uyanık kalmaya yönlendirilmektedir**. Yani kişi, kaçındığı ya da zorlandığı durumu tersine çevirerek **özellikle o durumu sürdürmeye teşvik edilmektedir**. Bu, danışanın yaşadığı kaygı döngüsünü kırmayı amaçlar. Davranışçı yaklaşımda bu yöntem **elinde patlatma tekniği (paradoksal niyet)** olarak adlandırılır. Bu teknikte danışan, kaygı yaratan düşünce ve davranışları **abartılı biçimde yaşamaya teşvik edilir**. Özellikle obsesif düşüncelerde etkilidir. Danışan en kötü senaryoyu düşünmeye yönlendirilir. Hatta zaman zaman mişah bir biçimde bu durumu "en iyi şekilde yapma-

şı" istenir. Amaç, davranışı tetikleyen uyarandan koparmak ve kaygının etkisini azaltmaktır. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Sistemik duyarsızlaştırma**, gevşeme eğitimi ve kaygı hiyerarşisi ile **aşamalı yüzleşme** içerir. Bu vakada böyle bir yapı yoktur.
- B) **Gevşeme eğitimi**, bireyin fiziksel ve zihinsel olarak rahatlamasını sağlar. Ancak burada danışana gevşeme değil, tersine yönlendirme yapılmaktadır.
- C) **Maruz bırakma terapisi**, bireyin korku uyarısıyla **doğrudan karşılaşmasını** içerir. Bu vakada uyarılarla yüzleşme değil, davranışın tersine yönlendirilmesi vardır.
- E) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, düşüncelerin sorgulanması ve değiştirilmesine dayanır. Bu senaryoda bilişsel tartışma yapılmamaktadır.

Cevap: D

9. Burcu Hanım'dan sosyal etkileşimleri **zihninde canlandırması** istenmekte, bu hayaller sırasında **olumlu senaryolar sözel olarak pekiştirilmekte**, olumsuz senaryolara ise nötr kalınmaktadır. Yani gerçek ortamda değil, **zihinsel (örtük) düzeyde kurulan imgeler üzerinden öğrenme ve davranış değiştirme süreci yürütülmektedir**. Bu, davranışçı kuramda **örtük koşullanma** tekniğidir. Bu teknikte birey, davranışı gerçek yaşamda yapmadan, **hayal ederek ve sonuçlarını zihninde yaşayarak** öğrenir. Olumlu imgeler pekiştirilir, olumsuz olanlar zayıflatılır. Böylece bireyin beklentileri ve tepkileri değiştirilir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Sistemik duyarsızlaştırma**, gevşeme ve kaygı hiyerarşisi ile **aşamalı yüzleşme** içerir. Bu vakada gevşeme ve hiyerarşik ilerleme yoktur.
- B) **Olumsuz pekiştirme**, davranış sonucunda **rahatsız edici bir uyarıcının ortamdaki kaldırılmasıyla** davranışın artmasını ifade eder. Bu senaryoda böyle bir süreç yoktur.
- C) **Maruz bırakma**, bireyin korku uyarısıyla **doğrudan karşılaşmasını** içerir. Burada gerçek değil, zihinsel canlandırma vardır.
- E) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, düşüncelerin sorgulanması ve değiştirilmesine dayanır. Bu vakada düşünce tartışması değil, pekiştirmeye dayalı bir süreç vardır.

Cevap: D

10. Atakan, çok sevdiği bir çizgi film karakterini izlemekte ve bu karakterin zor durumlarla **nasıl başa çıktığını gözlemlemektedir**. Daha sonra kendi oyunlarında bu davranışları **taklit ederek uygulamaya başlamaktadır**. Burada öğrenme, gerçek bir kişiyi izleyerek değil; **çizgi film gibi bir medya aracılığıyla sunulan model üzerinden** gerçekleşmektedir. Bu nedenle uygulanan teknik **sembolik model alma**dır. Sembolik model alma, davranışın **video, film, çizgi film gibi dolaylı yollarla gözlemlenmesi** ve bu gözlemler yoluyla öğrenmenin gerçekleşmesidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Gerçek model alma, bireyin davranışı sergileyen bir kişiyi **canlı olarak gözlemlemesiyle** gerçekleşir. Bu vakada model gerçek ortamda değildir.
- B) Katılımlı model alma, modelin davranışı göstermesinden sonra bireyin **bu davranışı aktif olarak uygulamasını** içerir. Burada terapötik bir yönlendirme yoktur.
- C) Örtük model alma, bireyin davranışı **zihninde canlandırarak** öğrenmesini ifade eder. Bu vakada doğrudan izleme vardır.
- D) Kendini yönetme, bireyin kendi davranışını planlama ve kontrol etmesiyle ilgilidir. Model alma süreci değildir.

Cevap: E

11. Ali'nin derste söz alma davranışı incelendiğinde öğretmen, hedef davranışı bir anda beklememiştir. Önce **göz teması kurmasını**, sonra **elini kaldırmaya yönelik küçük hareketlerini**, ardından **elini tam kaldırmasını** ve en sonunda **parmak kaldırarak söz istemesini** pekiştirmiştir. Yani davranış **küçük ve ardışık basamaklara ayrılmış**, her basamakta doğru tepkiler **pekiştirilerek** hedef davranışa ulaşılmıştır. Bu süreç, **biçimlendirme (kademeli yaklaşma)** tekniğidir. Bu teknikte amaç, henüz tam olarak var olmayan bir davranışı **adım adım inşa etmek** ve her doğru yaklaşımı ödüllendirerek davranışı geliştirmektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Zincirleme, bir davranışı oluşturan basamakların **belirli bir sırayla birbirine bağlanarak öğretilmesini** içerir. Burada sıfırdan davranış oluşturma değil, aşamalı yaklaşım söz konusudur.
- B) Olumsuz pekiştirme, davranıştan sonra **rahatsız edici bir uyarıcının ortamdaki kaldırılmasıyla** davranışın artmasını sağlar. Bu vakada ödüllendirme vardır.
- C) Karşıt koşullama, istenmeyen bir tepkinin yerine **başka bir tepki kazandırmayı** amaçlar. Bu süreçte yeni davranış kademeli olarak inşa edilmektedir.
- E) Model alma, bireyin başkalarını gözlemleyerek öğrenmesini ifade eder. Bu vakada gözlem değil, pekiştirme süreci vardır.

Cevap: D

12. Davranışçı kurama göre psikolojik sorunlar, bireyin iç dünyasından çok **öğrenme süreçleri ve çevresel etkileşimler** ile açıklanır. Davranışlar **koşullanma ve pekiştirme yoluyla kazanılır ve sürdürülür**. Bu nedenle uyumsuz davranışlar hatalı öğrenmenin ürünüdür. Sağlıklı ise bireyin **çevreye uyum sağlayan öğrenilmiş davranışlara sahip olması** ile ilişkilidir. Buna göre:

- I) Fonksiyonel olmayan davranışların **hatalı koşullanma ve uygunsuz pekiştirme sonucu ortaya çıkması**, davranışçı kuramın temel açıklamasıdır.
- II) Uyumlu davranışın **çevreye uyumu sağlayan öğrenilmiş tepkiler olması**, kuramın sağlıklılık anlayışıyla örtüşür.
- III) Sosyal öğrenme kuramında davranışlar yalnızca doğrudan pekiştirme ile değil, **gözlem ve model alma yoluyla da öğrenilir**. Bu ifade yanlıştır.
- IV) Yetersizlik, bireyin **istenilen davranışları öğrenememesi ya da yeterince pekiştirilmemesi** ile açıklanır. Bu da davranışçı bakış açısına uygundur.
- V) Aşırı davranışlar, **çevresel pekiştireçlerle sürdürülen uyumsuz tepkilerdir**. Bu ifade de kuramla tutarlıdır.

Buna göre: I, II, IV ve V numaralı öncüllerde verilen bilgiler davranışçı kurama uygun açıklamalardır.

Cevap: B

13. Kazım Bey kapı koluna dokunduktan sonra **ellerini yıkama davranışıyla kaygısını azaltmaktadır**. Psikolojik danışman ise onu kapı koluna dokunmaya devam ettirip **ellerini yıkamamasını istemektedir**. Yani danışan, kaygı uyandıran uyarıya karşı karşıya kalmakta ancak **alışılmış tepkisini (ritüelini) yapması engellenmektedir**. Bu süreçte başlangıçta kaygı artar, fakat zamanla **kendiliğinden azalır**. Bu teknik **tepki önlemedir**. Özellikle obsesif-kompulsif durumlarda, bireyin **kompulsif davranışını engelleyerek** kaygının sönmesini sağlamayı amaçlar. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Sistemik duyarsızlaştırma**, gevşeme ve kaygı hiyerarşisi ile **aşamalı yüzleşme** içerir. Bu vakada gevşeme çalışması yoktur.
- C) **Pekiştirme**, bir davranışın sıklığını artırmayı amaçlar. Burada davranış azaltılmaktadır.
- D) **Model alma**, başkalarını gözlemleyerek öğrenmeyi içerir. Bu vakada gözlem yoluyla öğrenme yoktur.
- E) **Maruz bırakma**, bireyin kaygı uyarısıyla karşılaşmasını içerir. Bu vakada maruz bırakma vardır ancak **esas teknik, tepkinin engellenmesidir**.

Cevap: A

14. Merve, korktuğu uyarı olan köpekle **doğrudan ve en yoğun düzeyde karşı karşıya getirilmektedir**. Psikolojik danışman onu **büyük bir köpeğin yanına götürmekte** ve kaygı yaşasa da **ortamda kalmasını istemektedir**. Bu durumda herhangi bir aşamalı ilerleme yoktur. Danışan, korkunun en üst düzeyiyle bir anda yüzleşmektedir. Zamanla kaygının **kendiliğinden azaldığını deneyimlemektedir**. Bu uygulama **taşırma** tekniğidir. Taşırma birey, korku uyarısının **en yoğun haliyle aniden karşılaştırılır** ve kaçınmadan bu durumun içinde kalması sağlanır. Böylece korku tepkisi söner. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Sistemik duyarsızlaştırma**, gevşeme ve **kaygı hiyerarşisine göre aşamalı ilerleme** içerir. Bu vakada aşamalı geçiş yoktur.
- B) **Tepki önleme**, bireyin alışılmış davranışını yapmasının engellenmesine dayanır. Bu vakada ritüel engelleme yoktur.

D) **Koşullu kaçınma**, bireyin kaygı uyandıran durumdan uzak durmasıdır. Bu vakada tam tersine yüzleşme vardır.

E) **Karşıt koşullama**, istenmeyen tepkinin yerine başka bir tepki kazandırmayı içerir. Bu vakada yeni bir tepki öğretimi yoktur.

Cevap: C

15. Mehmet'ten tırnak yeme davranışını **zihninde canlandırması** istenmekte ve bu sırada davranış **hoş olmayan yaşantılarla (kötü tat, mide bulantısı, insanların olumsuz tepkisi)** birlikte hayal ettirilmektedir. Yani davranış gerçek ortamda değil, **zihinsel düzeyde olumsuz uyarıcılarla eşleştirilmektedir**. Bu süreç, davranışın sonuçlarını zihinde yaşatarak öğrenme oluşturmayı hedefler. Bu teknik **örtük koşullama**dır. Örtük koşullamada birey, davranış gerçekten yapmadan **imgeleme yoluyla sonuçlarını deneyimler** ve bu sayede davranışın sıklığı azaltılır. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Tepki önleme**, bireyin istenmeyen davranış yapmasının engellenmesine dayanır. Bu vakada davranış zihinde canlandırılmaktadır.
- B) **Sistemik duyarsızlaştırma**, kaygı uyarılarına karşı **gevşeme ve aşamalı yüzleşme** içerir. Bu senaryoda kaygı hiyerarşisi yoktur.
- C) **Karşıt koşullama**, istenmeyen tepkinin yerine başka bir tepki kazandırmayı içerir. Bu vakada yeni bir tepki öğretimi yoktur.
- D) **Biçimlendirme (kademeli yaklaşma)**, davranış basamaklara ayırarak öğretmeyi içerir. Bu vakada davranış azaltılmaktadır.

Cevap: E

1. Danışmanın Ahmet'e, yaşadığı duyguların kaynağında doğrudan olayların değil, bu olaylara yüklediği **anımlar ve düşünceler** olduğunu vurgulaması; ayrıca bu düşüncelerin daha **gerçekçi ve akılcı biçimde yeniden yapılandırılabileceğini** belirtmesi, **akılcı duygusal davranışçı terapinin** temelini yansıtır. Bu yaklaşıma göre birey, **duygu ve davranışlarının sorumluluğunu alabilen**, düşüncelerini değiştirerek sonuçlarını dönüştürebilen aktif bir özne konumundadır. Bu nedenle, bireyin davranışlarının **tamamen çevresel koşullarla belirlendiğini ve kontrol edilemez olduğunu** savunan bir ifade, kuramın bireye yüklediği bilişsel sorumluluk ve aktif rol anlayışıyla açıkça çelişir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Düşüncelerini ve duygularını değiştirme sorumluluğunu üstlenebilir ifadesi, kuramın en temel varsayımlarındandır. Birey, kendi içsel süreçlerini fark edip yeniden düzenleyebilen aktif bir yapıya sahiptir.
- B) Akılcı olmayan düşünceler ifadesi, mutsuzluk ve işlevsiz davranışların temel kaynağını gösterir. Özellikle **-meli -malı** içeren katı inançlar, duygusal problemlerin ortaya çıkmasında belirleyicidir.
- D) Gerçekçi bir bakış açısı öğrenilerek yaşam deneyiminin artabileceği anlayışı, **terapinin** temel amaçlarıyla örtüşür. Akılcı düşünme, daha sağlıklı ve dengeli duygusal tepkilerin gelişmesini sağlar.
- E) Kendi duygularından ve eylemlerinden sorumlu olmak, bireyin **koşulsuz kendini kabul etmesini** kolaylaştırır. Bu yaklaşımda kişi, kendini bütünüyle yargılamak yerine davranışlarını ayrı değerlendirir.

Cevap: C

2. Ayşenur'un yöneticisinden gelen eleştirileri **kişisel bir saldırı olarak algılaması** ve buna bağlı olarak yoğun kaygı ile öfke yaşaması, **akılcı duygusal davranışçı kuramın** temel varsayımıyla doğrudan ilişkilidir. Bu kurama göre bireyin duygusal tepkileri, olayların kendisinden değil; bu olaylara yüklediği **anımlar, yorumlar ve inançlardan** kaynaklanır. Yani aynı eleştiri farklı bireylerde farklı duygular oluşturabilir; belirleyici olan eleştirinin kendisi değil, bireyin bunu nasıl **yorumladığıdır**. Bu nedenle Ayşenur'un yaşadığı olumsuz duyguların temelinde, eleştirileri **tehdit ve saldırı olarak değerlendiren bilişsel yorumları** bulunmaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

ğıdır. Bu nedenle Ayşenur'un yaşadığı olumsuz duyguların temelinde, eleştirileri **tehdit ve saldırı olarak değerlendiren bilişsel yorumları** bulunmaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Eleştirilerin nesnel olarak olumsuz ya da adaletsiz olması, kurama göre duygunun doğrudan nedeni değildir; belirleyici olan bu durumun birey tarafından nasıl **değerlendirildiği**dir.
- C) İş ortamının stresli olması, tetikleyici bir bağlam oluşturabilir; ancak duygusal rahatsızlığın temel kaynağı olarak görülmez, çünkü aynı ortamda herkes aynı duyguyu yaşamaz.
- D) Geçmişte alınan olumsuz geri bildirimler, mevcut inançları etkileyebilir; fakat kuram açısından asıl belirleyici olan şu anki **bilişsel yorumlama biçimidir**.
- E) Sosyal destek yetersizliği, duygusal dayanıklılığı etkileyebilir; ancak duygunun doğrudan nedeni değil, dolaylı bir etkidir.

Cevap: A

3. Verilen seçenekler, bireyin kendisiyle ve çevresiyle ilgili geliştirdiği **inançların niteliğini** sorgulamaktadır. **akılcı duygusal davranışçı kurama** göre akılcı olmayan inançlar; **katı, mutlak, genelleyici ve felaketleştirici** nitelik taşır ve çoğunlukla bireyin kendisini ya da başkalarını **aşırı olumsuz değerlendirmesine** yol açar. Özellikle başarısızlık durumunu tüm benliğe yaymak ve başkalarının değerlendirmesini kesin ve olumsuz biçimde genellemek, bu tür irrasyonel düşüncelerin tipik örneğidir. Bu bağlamda başarısız olunca herkesin kendisini küçümseyeceğine inanmak, **aşırı genelleme ve zihin okuma** içeren, gerçekçi olmayan ve yıkıcı bir inançtır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Hataları kabul eden ve bunları gelişimin parçası olarak gören yaklaşım, **esnek ve gerçekçi** bir inançtır.
- B) Zorlayıcı durumlarda çaba göstermeye odaklanmak, **işlevsel ve uyum sağlayıcı** bir düşünme biçimidir.
- C) Sonuçların her zaman kontrol edilemeyeceğini kabul etmek, **gerçeklikle uyumlu ve esnek** bir değerlendirmedir.

- E) Değer duygusunu tamamen başkalarının onayına bağlamamak, **koşulsuz kendini kabul** anlayışıyla örtüşen sağlıklı bir inançtır.

Cevap: D

4. Akılcı duygusal davranışçı terapi, bireyin duygusal ve davranışsal sorunlarının temelinde **akılcı olmayan inançların** bulunduğunu savunur. Bu yaklaşımda birey, **duygu ve davranışlarının sorumluluğunu alabilen**, düşüncelerini daha **gerçekçi ve mantıklı** hale getirerek yaşam doyumunu artırabilen aktif bir yapıdadır. Terapide odak, geçmişin detaylı analizinden çok, **şu anki düşünce kalıplarının değiştirilmesi** ve bu değişimin davranışa yansımadır. Buna göre:

- I) Bireyin **duygu ve eylemlerinden sorumlu olması** ve işlevsiz düşüncelerin olumsuz sonuçlara yol açması, bu yaklaşımın temel varsayımlarındandır.
- II) Danışanın **geçmiş deneyimlerinin detaylı analizi**, psikanalitik yaklaşıma özgüdür; bu nedenle bu ifade kurama ait değildir.
- III) Bireyin **gerçekçi bir bakış açısı öğrenerek yaşam doyumunu elde etmesi**, terapinin temel amaçlarıyla örtüşür.
- IV) İhtiyaçlar karşılanmadığında **kaçınmayı tercih etmek**, bu yaklaşımın benimsediği bir durum değildir; aksine değiştirilmesi gereken işlevsiz bir örüntüdür.
- V) **Gerçekçi ve mantıklı düşünme** ile kendini kabulün ve işlevselliğin artması, yaklaşımın temel hedeflerindendir.

Cevap: D

5. Danışmanın vurguladığı gibi duygusal rahatsızlıkların kaynağı, olayların kendisi değil; bireyin bu olaylara yüklediği **anımlar ve düşüncelerdir**. **akılcı duygusal davranışçı terapinin** temel varsayımına göre birey, **akıldışı ve irrasyonel inançlar** geliştirdiğinde bunlar zararlı duygulara ve işlevsel olmayan davranışlara yol açar. Dolayısıyla duygusal sorunların temel nedeni, bireyin gerçeklikle uyumsuz, katı ve genelleyici düşünce yapılarıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bilinç dışı çatışmalar** vurgusu, psikanalitik yaklaşımın temel açıklamasıdır; bu yaklaşım geçmiş yaşantılara ve bilinç dışına odaklanır.
- B) **Duygusal bağlanma problemleri**, bağlanma kuramı ve ilişkisel yaklaşımlar kapsamında değerlendirilir; bilişsel yorumlardan ziyade ilişkisel örüntüler ön plandadır.
- C) **Arketipler ve bilinç dışı imgeler**, Jung'un analitik psikolojisine özgü kavramlardır ve bu yaklaşımda kolektif bilinç dışı belirleyicidir.
- D) **Toplumsal cinsiyet rolleri ve güç ilişkileri**, daha çok feminist ve sosyokültürel yaklaşımların açıklama çerçevesine girer.

Cevap: E

6. Akılcı duygusal davranışçı terapiye göre **akılcı inançlar**, bireyin yaşamını daha işlevsel hale getiren; **esnek, gerçekçi ve mantıklı** düşünce yapılarıdır. Bu inançlar, bireyin hem kendisiyle hem de başkalarıyla ilişkilerini düzenlemesine yardımcı olur, zorlayıcı durumlarda **çözüm odaklı ve yapıcı** tepkiler geliştirmesini sağlar ve kişinin kendi **duygu ve davranışlarının sorumluluğunu almasını** destekler. Buna karşılık bireyi yoğun kaygı, umutsuzluk ve çaresizlik gibi yıkıcı duygulara sürükleyen düşünceler, akılcı değil **akılcı olmayan inançların** özelliğidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Esnek ve gerçekçi olmaları**, akılcı inançların temel özelliklerindendir; katı ve mutlak değildirler.
- B) **İlişkileri geliştirmesi**, bu inançların bireyin sosyal uyumunu ve kişiler arası işlevselliğini artırdığını gösterir.
- C) **Çözüm odaklı yaklaşım sağlaması**, akılcı düşünmenin bireyi işlevsel davranışlara yönlendirdiğini ifade eder.
- E) **Sorumluluk üstlenmeyi desteklemesi**, bireyin kendi duygu ve davranışlarının kaynağını fark etmesiyle doğrudan ilişkilidir.

Cevap: D

7. Bireyin düşüncelerinin niteliği, duygusal tepkilerinin belirleyicisidir ve **akılcı duygusal davranışçı terapiye** göre akılcı inançlar; **esnek, gerçekçi, kanıta dayalı ve zorunluluk içermeyen** düşüncelerdir. Bu tür inançlar bireyin kendisini koşulsuz kabul etmesini destekler ve olumsuz durumlar karşısında **yapıcı ve işlevsel** tepkiler geliştirmesine yardımcı olur. Buna karşılık katı, genelleyici ve **-meli -malı** içeren düşünceler akılcı olmayan inançlardır. Bu bağlamda hataların doğal olduğunu kabul eden ve gelişime engel görmeyen ifade akılcı bir inanç örneğidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Herkes beni küçümseyecek ve hiçbir şeyi denememeliyim** gibi ifadeler, **aşırı genelleme** ve **kaçınma** içeren akılcı olmayan düşüncelerdir.
- C) **Her zaman mükemmel olmalıyım** ifadesi, tipik bir **-meli -malı** içeren katı ve zorlayıcı inançtır.
- D) **Başkalarının onayına bağlı olma** ve bunu felaketleştirme, akılcı olmayan inançların temel özelliklerindendir.
- E) **Her zaman mutsuz olacağım** ifadesi, **kesinlik ve genelleme** içerir ve gerçekçi olmayan bir düşünme biçimidir.

Cevap: B

8. Şarkı sözlerinde bireyin **kendi yaşamını sahiplenmesi, hatalarını kabul etmesi** ve dış koşullara rağmen **kendi yolundan vazgeçmemesi** vurgulanmaktadır. Bu, kişinin hatalarını tüm benliğine genellemeden kendisini değerli görmeye devam etmesini ifade eder. **akılcı duygusal davranışçı terapiye** göre bu durum, **koşulsuz kendini kabul** ilkesine karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Mantık dışı inançların duygusal sonuçlarını kabullenmek** bu parçada vurgulanan durum değildir; çünkü sözlerde birey olumsuz düşüncelerin sonuçlarını kabullenmekten ziyade **kendini kabul eden ve yaşamını sürdüren bir tutum** sergilemektedir.
- C) **Duyguların davranışsal pekiştirilmesi** parçada yer alan bir vurgu değildir; çünkü şarkıda ödül-ceza ya da davranışın pekiştirilmesi değil, bireyin **kendiyle barışık olması ve hatalarını sahiplenmesi** ön plandadır.

D) **Sosyal onay arayışı** parçada tam tersine reddedilmektedir; birey "kendi yolumdan vazgeçmedim" diyerek başkalarının onayına göre değil, **kendi değerlerine göre hareket ettiğini** göstermektedir.

E) **İnsanın özünde irrasyonel bir varlık olduğunun vurgulanması** parçada yoktur; aksine birey, hatalarına rağmen **kendini kabul eden ve yaşamını sürdüren bilinçli bir tutum** sergilemektedir.

Cevap: B

9. Akılcı duygusal davranışçı terapiye göre bireyin duygusal tepkilerini belirleyen temel unsur, sahip olduğu **inançların niteliğidir. Akılcı inançlar; esnek, gerçekçi ve çözüm odaklı** olup bireyin işlevselliğini artırırken, **akılcı olmayan inançlar; katı, mantıksız ve genelleyici** yapılarıyla bireyi kaygı, umutsuzluk gibi olumsuz duygulara sürükler. Bu nedenle iki inanç türü arasında hem yapı hem de sonuç açısından belirgin bir fark vardır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Akılcı inançlar bireyi aşırı kaygı ve umutsuzluğa sürükler** ifadesi yanlıştır; bu tür duyguların kaynağı akılcı değil, **akılcı olmayan inançlardır**. Ayrıca akılcı olmayan inançlar esnek değil, tam tersine **katı ve zorlayıcıdır**.
- B) **Akılcı inançlar mantıksız ve katıdır** ifadesi yanlıştır; bu özellikler akılcı olmayan inançlara aittir. Akılcı inançlar ise **mantıklı ve gerçekçidir**.
- C) **Zorunluluk ve -meli -malı terminolojisi** akılcı olmayan inançların temel özelliğidir; bu ifade seçeneklerde ters verilmiştir. Akılcı inançlar **esnek ve tercih içerir**.
- D) **Akılcı ve akılcı olmayan inançlar arasında fark yoktur** ifadesi yanlıştır; aksine bu iki yapı, bireyin duygusal sonuçlarını **tamamen farklı yönlerde etkiler**.

Cevap: E

10. Akılcı duygusal davranışçı terapiye göre **akılcı olmayan inançlar**, bireyin kendisine, başkalarına ya da yaşama yönelik geliştirdiği **katı, zorunluluk içeren dayatmalar** şeklinde ortaya çıkar. **Bireyin kendine dayatmaları**, kişinin kendisiyle ilgili “**her zaman başarılı olmalıyım**”, “**hata yapmamalıyım**” gibi mutlak ve zorlayıcı beklentiler geliştirmesidir. Bu tür inançlar, başarısızlık durumunda bireyin kendisini değersizleştirmesine ve yoğun olumsuz duygular yaşamasına yol açar. Bu bağlamda, hatasız olmayı ve sürekli başarıyı zorunlu gören ifade, doğrudan bireyin **kendine yönelik dayatmasını** içerir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Başkalarının her zaman beni onaylaması gerekir** ifadesi, bireyin kendine değil, **başkalarına yönelik dayatmasını** yansıtır; kişi, diğer insanların belirli şekilde davranmasını zorunlu görmektedir.
- B) **Hayat her zaman adil olmalıdır** ifadesi, bireyin **yaşama yönelik dayatmasını** gösterir; dünya ve yaşam koşullarının belirli şekilde olması gerektiğine dair katı bir beklenti vardır.
- D) **İnsanlar bazen yanılabilir ve benim hatalarım öğrenme fırsatı sunar** ifadesi, **akılcı ve esnek bir inançtır**; herhangi bir dayatma içermez.
- E) **Zor durumlarda elimden geleni yapabilirim, ama her şey kontrolümde olmayabilir** ifadesi de **gerçekçi ve kabul içeren akılcı bir düşüncedir**; zorunluluk ve katılık barındırmaz.

Cevap: C

11. Akılcı duygusal davranışçı terapiye göre **akılcı olmayan inançlar**, bireyin kendisine, başkalarına ya da yaşama yönelik geliştirdiği **katı ve zorunluluk içeren dayatmalar** şeklinde ortaya çıkar. **Başkalarına dayatmalar**, bireyin çevresindeki insanların **nasıl davranması gerektiğine dair mutlak beklentiler geliştirmesi** ve bu beklentiler karşılanmadığında yoğun öfke, hayal kırıklığı gibi duygular yaşamasıdır. Bu bağlamda, yakın çevredeki insanların bireyin ihtiyaçlarını her zaman öncelikli görmesi gerektiğini savunan ifade, doğrudan **başkalarına yönelik dayatma** içerir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Hayatta yalnızca iyi insanların kazanması gerekir** ifadesi, bireyin **yaşama yönelik dayatmasını** yansıtır; dünyanın belirli bir düzende işlemesi gerektiği beklentisi vardır.
- B) **Hatalar yapmamalıyım, aksi hâlde değersiz olurum** ifadesi, bireyin **kendine yönelik dayatmasıdır**; kişi kendisine katı başarı standartları yüklemektedir.
- C) **Beklenmedik zorluklar karşısında sakın kalabilirim** ifadesi, **akılcı ve esnek bir inançtır**; herhangi bir dayatma içermez.
- D) **Her fırsat mutlaka başarı ile sonuçlanmalıdır** ifadesi, bireyin **yaşama yönelik dayatmasını** gösterir; olayların belirli şekilde sonuçlanması gerektiğine dair katı beklenti vardır.

Cevap: E

12. Akılcı duygusal davranışçı terapiye göre **akılcı olmayan inançlar**, bireyin kendisine, başkalarına ya da yaşama yönelik geliştirdiği **katı ve zorunluluk içeren dayatmalar** şeklinde ortaya çıkar. **Yaşama dayatmalar**, bireyin yaşamın, dünyanın ya da koşulların **nasıl olması gerektiğine dair mutlak beklentiler geliştirmesi** ve bu beklentiler karşılanmadığında yoğun rahatsızlık yaşamasıdır. Bu bağlamda, hayatta yalnızca adil ve dürüst insanların karşısına çıkması gerektiğini savunan ifade, yaşamın belirli şekilde işlemesi gerektiğine dair **katı bir beklenti** içerir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- A) **Hayatta karşıma sadece adil ve dürüst insanlar çıkmalıdır** ifadesi, doğrudan **yaşama yönelik dayatma** içerir; birey dünyanın kendi beklentisine göre düzenlenmesini zorunlu görmektedir.
- B) **İnsanlar her zaman benimle aynı fikirde olmalıdır** ifadesi, bireyin **başkalarına yönelik dayatmasıdır**; diğer insanların belirli şekilde davranması beklenmektedir.
- C) **Başarısızlık benim değerimi belirlemez** ifadesi, **akılcı ve kabul içeren bir inançtır**; herhangi bir dayatma barındırmaz.
- D) **Mükemmel performans sergilemeliyim** ifadesi, bireyin **kendine yönelik dayatmasıdır**; katı başarı beklentisi içerir.

E) **Yakın çevrem mutlaka yanımda olmalıdır** ifadesi, bireyin **başkalarına yönelik dayatmasını** yansıtır; diğer insanların davranışları üzerinde zorunluluk kurmaktadır.

Cevap: A

13. Danışanın ifadelerinde, diğer insanların nasıl davranması gerektiğine dair **katı ve zorunluluk içeren beklentiler** dikkat çekmektedir. "İnsanlar bana her zaman dürüst davranmak zorundadır" ifadesi, başkalarına yönelik bir **-meli/-malı türü dayatma** içerirken; bu beklenti karşılanmadığında "dayanılmaz derecede kötü olur" şeklinde **felaketleştirme** yapılmaktadır. Bu durum, bireyin diğer insanlara ilişkin katı kurallar koyduğunu ve bu kurallar ihlal edildiğinde yoğun olumsuz duygular yaşadığını gösterir. Bu nedenle danışanın düşünceleri, **başkalarına yönelik dayatmalar** kapsamında değerlendirilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Kendine dayatmalar**, bireyin kendisine yönelik geliştirdiği "başarılı olmalıyım, hata yapmamalıyım" gibi katı beklentilerdir; burada odak bireyin kendisi değil, diğer insanlardır.

C) **Yaşama ilişkin dayatmalar**, dünyanın ya da yaşam koşullarının belirli şekilde olması gerektiğine dair beklentileri içerir; bu örnekte ise vurgu kişiler arası beklentilerdedir.

D) **Zihin okuma**, başkalarının ne düşündüğünü kesin olarak bildiğini varsayma hatasıdır; burada böyle bir çıkarım değil, doğrudan bir **zorunluluk beklentisi** söz konusudur.

E) **Temel üçgen**, bu bağlamda kullanılan bir kavram değildir; verilen ifade doğrudan **inanç türü** ile ilgilidir.

Cevap: B

14. Orhan'ın ifadelerinde "**Hayat her zaman adil olmalıdır**" şeklinde yaşamın nasıl olması gerektiğine dair **katı ve zorunluluk içeren bir beklenti** yer almaktadır. Bu düşünce, dünyanın bireyin istediği şekilde işlemesi gerektiğine yönelik bir **yaşama dayatma** içerir. Ayrıca "kabul edilemez" ve "yaşamın hiçbir anlamı kalmaz" gibi ifadeler durumu **abartma eğilimi** taşısa da temel yapı, ya-

şam koşullarına yönelik geliştirilen bu katı beklentidir. Bu nedenle Orhan'ın düşünceleri öncelikle **yaşama ilişkin dayatmalar** kapsamında değerlendirilir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Kendine dayatmalar**, bireyin kendisine yönelik "başarılı olmalıyım" gibi zorunluluklar geliştirmesidir; burada odak yaşamın işleyişidir.

C) **Başkalarına karşı dayatmalar**, diğer insanların nasıl davranması gerektiğine dair beklentileri içerir; bu örnekte kişilerden ziyade **yaşamın kendisi** hedef alınmaktadır.

D) **Felaketleştirme**, olumsuz bir durumu aşırı büyütmeye eğilimlidir; ifadede bu unsur bulunsa da asıl belirleyici olan **yaşama yönelik zorunluluk beklentisidir.**

E) **Kişiselleştirme**, olayları kendisiyle ilgiliymiş gibi yorumlama hatasıdır; burada böyle bir durum söz konusu değildir.

Cevap: A

15. Mehmetcan'ın yaşantısında önce **arkadaş grubunda etkinlikte istenilen katkıyı yapamaması** durumu vardır; bu, modeli başlatan (A) harekete geçiren olaydır. Bu olaydan sonra "**ben beceriksizim, değersizim**" şeklinde geliştirdiği düşünceler ise **B (inançlar)** basamağını oluşturur. Son olarak bu inançların sonucunda ortaya çıkan **sosyal çekilme, etkinliklerden uzak durma ve ilişkilerin zayıflaması** ise (C) duygusal ve davranışsal sonuçlardır. Bu sıralama, akılcı duygusal davranışçı terapisinin ABC modeline tam olarak uygundur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Sosyal çekilme – Üzüntü – Başarısızım** inancı sıralaması yanlıştır; çünkü **A** olay olmalı, burada ise sonuçtan başlanmıştır.

B) **Ben değersizim inancı – Sosyal çekilme – Etkinlikte yetersiz kalmak** sıralaması ters kurulmuştur; inanç, olaydan sonra gelmelidir.

C) **Etkinlikte yetersiz kalmak – Öfke – Arkadaş grubunu eleştirme** ifadesinde olay doğru verilse de, metinde **öfke ve başkalarını suçlama** yoktur; sonuçlar uyumsuzdur.

E) **Etkinlikte yetersiz kalmak – Sosyal çekilme – Ben değersizim inancı** sıralamasında **B ve C yer değiştirmiştir**; inanç sonuçtan önce gelmelidir.

Cevap: D

1. Serhan Bey'in ifadelerinde **hata yapmamalıyım** şeklinde kendisine yönelik **katı ve zorunluluk içeren bir beklenti** yer almaktadır. Bu düşünceye **hata yaparsam yetersizim** şeklinde **kendini global olarak değerlendirme** ve **tam bir felaket olur** şeklinde **felaketleştirme** eşlik etmektedir. Ancak temel yapı, bireyin kendisine yönelik geliştirdiği bu **-meli/-malı türü katı beklenti**, yani **kendine yönelik dayatmalardır**. Bu nedenle Serhan Bey'in düşünceleri, **kendine dayatmalar** kapsamında değerlendirilir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Başkalarına karşı dayatmalar**, diğer insanların nasıl davranması gerektiğine dair **katı beklentileri** içerir; burada odak bireyin kendisidir.
- B) **Yaşama ilişkin dayatmalar**, yaşamın ya da dünyanın nasıl olması gerektiğine yönelik **zorunluluk içeren beklentilerdir**; bu ifadede bireyin kendi performansı ön plandadır.
- C) **Değersizleştirme**, bireyin kendisini tamamen olumsuz değerlendirmesidir; ifadede bu unsur bulunsu da belirleyici olan **kendine yönelik dayatmalardır**.
- D) **Temel üçgen**, bu bağlamda kullanılan bir kavram değildir; burada açıklanan durum bir **inanç türüdür**.

Cevap: E

2. Danışanın eşinin kırıncı davranışını tüm kişiliğine genellemesi, yani kötü davrandı bu yüzden kötü insan şeklinde **global değerlendirme** yapması söz konusudur. Psikolojik danışman ise bu noktada davranış ile kişiliği **birbirinden ayırmayı** vurgulayarak, kişinin tek bir hatalı davranış üzerinden tamamen olumsuz etiketlenmemesi gerektiğini ifade etmektedir. Bu yaklaşım, bireyin hem kendisini hem de başkalarını hatalarına rağmen **koşulsuz olarak kabul etmesi** gerektiğini savunan **akılcı duygusal davranışçı terapinin** temel anlayışlarından biridir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **İrrasyonel inançların değiştirilmesi**, terapinin genel amacıdır ancak burada özellikle vurgulanan nokta kişinin davranış ile kişiliği ayırarak **kabul geliştirmesidir**.
- C) **Davranışların sonuçlarından sorumluluk**, bireyin kendi eylemlerine odaklanır bu örnekte ise vurgu değerlendirme biçimi üzerinedir.

- D) **Düşünce-duygu-davranış etkileşimi**, kuramın genel modelidir ancak burada özel olarak bu etkileşim değil **kabul anlayışı** öne çıkmaktadır.
- E) **İnsanın mantıksızlığa eğilimi**, kuramın insan doğasına ilişkin genel kabulüdür bu diyalogda doğrudan bu vurgu bulunmamaktadır.

Cevap: A

3. Aynur'un yaşantısında önce **eşiyle tartışması** durumu vardır; bu, modeli başlatan (A) **harekete geçiren olaydır**. Bu olaydan sonra "**ben tamamen kötü biriyim, yeterince iyi değilim**" şeklinde geliştirdiği düşünceler ise **B (inançlar)** basamağını oluşturur. Son olarak bu inançların sonucunda ortaya çıkan **içine kapanma, iletişimden kaçınma ve artan kaygı** ise (C) **duygusal ve davranışsal sonuçlardır**. Bu sıralama, akılcı duygusal davranışçı terapinin ABC modeline tam olarak uygundur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- A) Eşiyle tartışmak – Ben yeterince iyi değilim inancı – İçine kapanma ve artan kaygı sıralaması doğrudur; olay, inanç ve sonuç basamakları doğru şekilde verilmiştir.
- B) Eşiyle tartışmak – İçine kapanma ve artan kaygı – Ben yeterince iyi değilim inancı sıralaması yanlıştır; **B ve C yer değiştirmiştir**, inanç sonuçtan önce gelmelidir.
- C) İçine kapanma – Üzüntü – Başarısızım inancı sıralaması yanlıştır; **A basamağında olay yerine sonuç verilmiştir**.
- D) Ben kötü biriyim inancı – İçine kapanma – Eşiyle tartışmak sıralaması yanlıştır; **olay en sona alınmış**, model ters kurulmuştur.
- E) Eşiyle tartışmak – Öfke – Eşine kırıncı sözler söyleme ifadesinde olay doğru olsa da, metinde **öfke ve dışa vurum davranışı yoktur**, sonuçlar uyumsuzdur.

Cevap: A

4. Ali Kemal'in yaşantısında anne ve babasının boşanması **(A) tetikleyici olaydır**. Bu olaydan sonra **"ben olmasaydım ayrılmazlardı"** şeklinde geliştirdiği düşünce **(B) akılcı olmayan inançtır**. Bu inancın sonucunda ortaya çıkan içine kapanma, motivasyon kaybı ve ilişkilerin zayıflaması ise **(C) birincil duygusal ve davranışsal sonuçlardır**. Ancak süreç burada bitmez; birey daha sonra bu yaşadığı duygulara ve durumlara yönelik yeni bir değerlendirme yaparak **kendini değersiz görme ve sürekli kendini eleştirme** gibi ikinci bir problem üretir. Akılcı duygusal davranışçı terapiye göre bu durum, **yaşanan sonucun yeni bir A'ya dönüşmesi ve bireyin buna yönelik yeni akılcı olmayan değerlendirmeler geliştirmesi**, yani **ikincil rahatsızlık** olarak adlandırılır. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Birincil rahatsızlık**, olay ve inanç sonucunda ortaya çıkan ilk duygusal tepkilerdir; burada sorulan durum ikinci aşamadır.
- C) **Normal yas tepkisi**, kayıp sonrası beklenen doğal duygusal süreçtir; burada ise **kendini değersizleştirme** söz konusudur.
- D) **Davranışsal tepki**, gözlenebilir davranışları ifade eder; soruda ise bireyin **kendine yönelik bilişsel değerlendirmesi** vurgulanmaktadır.
- E) **Tetikleyici olay**, süreci başlatan durumdur; bu örnekte boşanmadır, sorulan kavram değildir.

Cevap: B

5. Sağlıklı bireyin **akılcı inançlara başvurması, mükemmel olmayan yanlarına rağmen kendini kabul etmesi** ve kendi psikolojik işlevlerinin **sorumluluğunu üstlenmesi**, akılcı duygusal davranışçı terapinin sağlıklılık anlayışını yansıtır. Bu yaklaşımda birey, hatalarını tüm benliğine genellemeden kendisini **koşulsuz olarak kabul eder** ve işlevsel düşünme biçimleri geliştirir. Bu nedenle hataları ve eksiklikleri fark edip buna rağmen kendini kabul etmeyi vurgulayan ifade doğrudan bu kuramla ilişkilidir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) Kendini gerçekleştirme ve yaşantıyı olduğu gibi kabul etme vurgusu, daha çok **birey merkezli yaklaşıma** aittir.
- C) **Bilinç dışı çatışmalar**, psikanalitik yaklaşımın temel açıklama biçimidir.

- D) **Çevresel pekiştiriciler**, davranışçı yaklaşımın temel kavramıdır.

- E) **Toplumsal norm ve beklentilere uyum sağlamak için kendi arzularını bastırma**, doğrudan **akılcı duygusal davranışçı terapinin** bir açıklaması değildir. Bu ifade, daha çok bireyin içsel dürtülerini toplumsal kurallara göre düzenlemesini vurgulayan **psikanalitik kuramla** ilişkili olup, aynı zamanda **sosyokültürel etkileri** de içeren genel bir açıklamadır.

Cevap: B

6. Zeynep'in yaşantısında önce **sınavdan düşük not alması** durumu vardır; bu, modeli başlatan **(A) harekete geçiren olaydır**. Bu olaydan sonra **"ben yetersiz bir öğrenciyim"** şeklinde geliştirdiği düşünce **B (inançlar)** basamağını oluşturur. Son olarak bu inancın sonucunda ortaya çıkan **motivasyon düşüklüğü, isteksizlik ve sosyal etkinliklerden uzaklaşma** ise **(C) duygusal ve davranışsal sonuçlardır**. Bu sıralama, akılcı duygusal davranışçı terapinin ABC modeline uygundur. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) Sınavdan düşük not almak – Motivasyon düşüklüğü – Ben yetersizim inancı sıralaması yanlıştır; çünkü **B ve C yer değiştirmiştir**, inanç sonuçtan önce gelmelidir.
- B) Motivasyon düşüklüğü – Üzüntü – Başarısızım inancı sıralaması yanlıştır; **A basamağında olay yerine sonuç verilmiştir**.
- C) Ben yetersizim inancı – Motivasyon düşüklüğü – Sınavdan düşük not almak sıralaması yanlıştır; **model ters kurulmuştur**, olay en sona alınmıştır.
- D) Sınavdan düşük not almak – Öfke – Arkadaşlarını suçlama ifadesinde olay doğru verilse de, metinde **öfke ve başkalarını suçlama yoktur**, sonuçlar uyumsuzdur.

Cevap: E

7. Yeşim'in yaşantısında yöneticisinin eleştirisi sonrası **kendini değersiz hissetmesi**, akılcı duygusal davranışçı kuramda tanımlanan **nevrotik süreçlerden biri olan kendini aşağı görme** ile doğrudan ilişkilidir. Bu süreçte birey, yaşadığı olumsuz bir durumu tüm benliğine genelleyerek kendisini **yetersiz ve değersiz** olarak etiketler. Ellis'e göre bu durum, akılcı olmayan inançların sonucu olarak ortaya çıkar ve bireyin işlevselliğini bozar. Bu nedenle Yeşim'in yaşadığı nevrotik süreci en açık şekilde gösteren ifade budur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Hatalarını düzeltmeye çalışması**, akılcı ve işlevsel bir başa çıkma biçimidir; nevrotik süreç göstermez.
- C) **İş arkadaşlarının hatalarını göz ardı etmesi**, verilen senaryoya uyumlu değildir ve nevrotik süreç belirtisi değildir.
- D) **Çözüm yolları araması**, akılcı ve yapıcı bir yaklaşımı ifade eder; nevrotik bir örüntü değildir.
- E) **Olumsuz koşullara adapte olması**, esnek ve kabul edici bir tutumdur; bu da akılcı bir başa çıkmadır.

Cevap: B

8. Akılcı duygusal davranışçı terapinin temel amacı, bireyin **akılcı olmayan inançlarını fark etmesi ve bunları daha gerçekçi, esnek düşüncelerle değiştirmesidir**. Bu süreçte bireyin **engellenme toleransı artırılır**, kendisini ve başkalarını **koşulsuz kabul etmesi** desteklenir ve buna bağlı olarak **işlevsel olmayan duygu ve davranışlar azaltılır**. Buna karşılık danışanın geçmiş travmalarını bilinç dışında çözümleme hedefi, bu yaklaşımın değil, **psikanalitik kuramın** temel amacıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Akılcı olmayan inançları fark edip yeniden yapılandırma**, bu terapinin en temel hedefidir.
- B) **Engellenme toleransını artırma**, bireyin zorlayıcı durumlara daha sağlıklı tepki vermesini sağlar ve yaklaşımın amaçları arasındadır.
- D) **Başkalarını koşulsuz kabul etmeyi öğrenme**, bireyin kişiler arası ilişkilerini daha işlevsel hale getiren önemli bir kazanımdır.

- E) **Olumsuz duygu ve davranışları azaltma**, akılcı düşünme geliştikçe ortaya çıkan temel sonuçlardan biridir.

Cevap: C

9. Ozan'ın yaşantısında önce **proje sunumunda beklediği geri bildirimi alamaması** durumu vardır; bu, modeli başlatan **(A) harekete geçiren olaydır**. Bu olaydan sonra **"ben yeterince iyi değilim, hiçbir işte başarılı olamam"** şeklinde geliştirdiği düşünceler **B (inançlar)** basamağını oluşturur. Son olarak bu inançların sonucunda ortaya çıkan **işe odaklanamama, performans düşüklüğü ve içe kapanma ise (C) duygusal ve davranışsal sonuçlardır**. Bu sıralama, akılcı duygusal davranışçı terapinin ABC modeline uygundur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Proje sunumunda geri bildirim alamamak – İşe odaklanamama – Ben yeterince iyi değilim inancı sıralaması yanlıştır; çünkü **B ve C yer değiştirmiştir**, inanç sonuçtan önce gelmelidir.
- B) İşe odaklanamama – Üzüntü – Başarısızım inancı sıralaması yanlıştır; **A basamağında olay yerine sonuç verilmiştir**.
- D) Ben yeterince iyi değilim inancı – İşe odaklanamama – Proje sunumunda geri bildirim alamamak sıralaması yanlıştır; **model ters kurulmuştur**, olay en sona alınmıştır.
- E) Proje sunumunda geri bildirim alamamak – Öfke – İş yerini terk etme ifadesinde olay doğru olsa da, metinde **öfke ve işten ayrılma davranışı yoktur**, sonuçlar uyumsuzdur.

Cevap: C

10. Manolya'nın yaşadığı süreçte danışmanın, onun **düşünce, duygu ve davranışlarını fark etmesini sağlama, sorumluluk almasına rehberlik etmesi ve kararlı biçimde çalışmasını desteklemesi**, akılcı duygusal davranışçı terapinin temel amaçlarıyla örtüşmektedir. Bu yaklaşımda bireyin **akılcı olmayan düşüncelerini fark etmesi, duygu ve davranışlarını gözlemlemesi, çözüm odaklı çalışması ve koşulsuz kendini kabul etmesi** hedeflenir. Buna karşılık geçmiş yaşantı

ve travmaların **bilinç dışı düzeyde çözülmesi**, bu yaklaşımın değil, **psikanalitik kuramın** temel amacıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Bozuk düşünce ve davranışları fark edip sorumluluk alma**, bu terapinin merkezinde yer alan temel kazanımlardandır.
- C) **Çözüm odaklanarak strateji geliştirme**, bireyin işlevselliğini artırmaya yönelik önemli bir terapötik hedefdir.
- D) **Duygu ve davranışları gözlemlleme**, bireyin farkındalık kazanarak değişim sürecine aktif katılımını sağlar.
- E) **Koşulsuz kendini kabul ve engellenme toleransı**, yaklaşımın sağlıklılık ölçütleri arasında yer alır.

Cevap: A

11. Akılcı duygusal davranışçı terapist psikolojik danışman, danışanın **akılcı olmayan inançlarını fark etmesini sağlayan**, bu inançların **duygusal sonuçlarını gösteren** ve danışanı daha **gerçekçi düşünme biçimlerine yönlendiren** aktif bir rol üstlenir. Ayrıca danışanın, öğrendiği bu becerilerle zamanla **kendi kendisinin terapisti olabilmesi**ni hedefler. Bu nedenle danışmanın rehberlik edici, öğretici ve yönlendirici olması bu yaklaşımın temel özelliklerindendir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Varoluşsal kaygılarla yüzleştirme**, varoluşçu yaklaşımın temel uygulamasıdır; burada bilişsel yeniden yapılandırma ön plandadır.
- C) **Koşulsuz kabul ve ifade odaklı yaklaşım**, daha çok **birey merkezli yaklaşıma** aittir; bu terapist danışman daha aktiftir.
- D) **Geçmiş öykülerin detaylı analizi**, psikanalitik yaklaşımın temel yöntemidir; bu yaklaşımda odak daha çok **şimdi ve düşünceler** üzerindedir.
- E) **Güçlü yönler ve kaynaklara odaklanma**, çözüm odaklı kısa süreli terapistin temel özelliğidir.

Cevap: A

12. Psikolojik danışmanın Aykut'un **düşünce ve duygularını fark etmesini sağlaması**, mantıksız inançlarının olumsuz etkilerini göstermesi ve bu düşünceleri değiştirmesi için **aktif şekilde rehberlik etmesi**, akılcı duygusal davranışçı terapistin danışmanın üstlendiği **öğretici, yönlendirici ve aktif rolü** yansıtır. Bu yaklaşımda danışman, danışanın **akılcı olmayan düşüncelerini belirleyip değiştirmesine** doğrudan yardımcı olur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bilinç dışı arketiplerin analizi**, Jung'un analitik psikolojisine özgüdür.
- C) **Üstünlük duygusu ve toplumsal statü**, Adlerci yaklaşımın temel kavramlarıdır.
- D) **İlişki analizi ve uyum stratejileri**, daha çok kişiler arası ve sistem yaklaşımlarında ele alınır.
- E) **Durumu kabullenip çevresel faktörlere odaklanma**, bu terapistin temel odağı değildir; burada asıl vurgu **düşünce değişimidir.**

Cevap: B

13. Danışmanın, danışanın **"herkes benim yetersiz olduğumu düşünüyor"** ve **"başarılı olamayacağım"** gibi **akılcı olmayan, genelleyici ve zorunluluk içeren inançlarını** sorgulaması; bu düşünceler için **kanıt istemesi**, alternatif açıklamalar üretmesini sağlaması ve danışanı bu düşüncelerle **aktif şekilde tartışmaya yönlendirmesi**, akılcı duygusal davranışçı terapistin **akılcı olmayan inançları tartışma** tekniğinin tipik bir örneğidir. Bu teknikte amaç, danışanın kendi düşünceleriyle **mantıksal mücadele etmeyi öğrenmesi** ve –meli/-malı türü katı ifadeleri azaltmasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Olumsuz otomatik düşünceleri pekiştirme**, bu yaklaşımın tam tersidir; burada danışman bu düşünceleri güçlendirmez, aksine **sorgular ve zayıflatır.**
- C) **Ev ödevi verme**, danışanın seans dışında uygulama yapmasını içerir; diyalogda böyle bir yönlendirme bulunmamaktadır.
- D) **Mizah ve espri kullanımı**, düşüncelerin abartılı yönünü fark ettirmek için kullanılır; burada ise sistematik bir **mantıksal sorgulama ve tartışma** vardır.

E) Utancın üzerine gitme, danışanın sosyal onay kaygısını azaltmak için **bilinçli olarak utandırıcı olabilecek davranışlara maruz kalmasını** içerir; verilen diyalogda böyle bir davranışsal uygulama yoktur, süreç tamamen **bilişsel düzeyde tartışma** ile ilerlemektedir.

Cevap: B

14. Psikolojik danışmanın Aytaç'a **dokümanlar, kitaplar, video ve ses kayıtları önermesi**, danışanın yaşadığı sorunları daha iyi anlamasını ve bu süreçle daha etkili başa çıkmasını sağlamaya yönelik bir uygulamadır. Bu uygulama **bibliyoterapi**dir. Bu teknikte amaç, danışanın çeşitli kaynaklar aracılığıyla **kendi düşünce ve duygularını fark etmesi**, akılcı olmayan inançlarını tanıması ve bunlarla **daha bilinçli ve etkili şekilde mücadele etmeyi öğrenmesidir**. Doğru cevap B seçeneğidir.

A) Akılcı ve akılcı olmayan inançlar arasında **diyalog**, danışanın düşüncelerini karşı karşıya getirerek tartışmasını içerir; burada ise **kaynaklar yoluyla öğrenme** söz konusudur.

C) **Esprî ve mizahın kullanımı**, danışanın abartılı düşüncelerini fark etmesini sağlar; ancak bu teknikte **okuma veya izleme materyalleri** kullanılmaz.

D) **Danışanın dilini değiştirme**, bireyin **-meli/-malı** içeren katı ifadelerini daha esnek hâle getirmeyi amaçlar; burada doğrudan dil analizi yapılmamaktadır.

E) **Bilişsel ev ödevleri**, danışanın aktif olarak düşüncelerini yazması ve analiz etmesini içerir; bu durumda ise **hazır materyaller aracılığıyla öğrenme** vardır.

Cevap: B

15. Psikolojik danışman, danışandan sınav öncesi kendisine söyleyebileceği **daha gerçekçi ve işlevsel bir cümle üretmesini istemekte** ve bu cümleyi tekrar ederek kaygısını yönetmesini önermektedir. Bu uygulama, bireyin **akılcı baş etme cümleleri geliştirmesi ve bunları kullanarak duygularını düzenlemesi** sürecini içerir. Bu nedenle kullanılan teknik **akılcı baş etme ifadeleridir**. Bu teknikte amaç, danışanın **-meli/-malı** içeren katı düşünceler yerine daha esnek, gerçekçi ve destekleyici iç konuşmalar geliştirmesi ve bunları aktif şekilde kullanarak duygusal tepkilerini düzenleyebilmesidir. Doğru cevap E seçeneğidir.

A) **Bilişsel ev ödevleri**, danışanın seans dışında yazma, kayıt tutma gibi görevler yapmasını içerir; burada doğrudan bir **kendine söylenecek ifade geliştirme** vardır.

B) **Akılcı olmayan inançları tartışma**, danışanın düşüncelerini sorgulayıp kanıt arama sürecidir; bu diyalogda tartışmadan çok **yeni bir ifade oluşturma** ön plandadır.

C) **Mizah ve esprî kullanımı**, düşüncelerin abartılı yönünü fark ettirmek için kullanılır; burada böyle bir uygulama yoktur.

D) **Model olma**, danışmanın kendi davranışlarıyla örnek olmasıdır; bu durumda danışan aktif olarak **kendi cümlesini üretmektedir**.

Cevap: E

1. Psikolojik danışman, danışanın hatalarını **abartılı şekilde dramatize etmesini** ve **komik bir şarkı söylemesini** önererek, onun düşüncelerinin ne kadar **abartılı ve gerçek dışı** olduğunu fark etmesini sağlamaya çalışmaktadır. Bu uygulama, danışanın kendisini fazla ciddiye almasını azaltmayı ve duygusal yoğunluğu hafifletmeyi hedefler. Bu nedenle kullanılan teknik **espri ve mizahın kullanımı**dır. Bu teknikte amaç, danışanın **fela- ketleştirici ve abartılmış düşüncelerinin anlamsızlığını mizah yoluyla fark etmesini sağla- mak**, kendisini daha az ciddiye almasına yardımcı olmak ve böylece **kaygı ve olumsuz duyguları azaltmaktır**. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) **Bilişsel ev ödevleri**, danışanın seans dışında yapılandırılmış görevler yapmasını içerir; bu- rada ise doğrudan **mizah yoluyla anlık mü- dahale** vardır.
- B) **Akılcı baş etme ifadeleri**, danışanın kendine söyleyeceği **gerçekçi ve destekleyici cümle- ler geliştirmesini** içerir; bu örnekte ise **mizah ve abartı kullanımı** söz konusudur.
- C) **Misyonerlik**, danışanın öğrendiği ilkeleri baş- kalarına öğretmesini içerir; bu diyalogda böyle bir süreç bulunmamaktadır.
- E) **Terapi seanslarını kaydetme**, danışanın se- ansı tekrar dinleyerek farkındalık kazanmasını amaçlar; burada böyle bir uygulama yer alma- maktadır.

Cevap: D

2. Psikolojik danışmanın Aygül'den **sorunlarının listesini yapmasını, mutlakçı inançlarını belir- lemesini** ve bu inançları **ev ödevleri aracılığıy- la tartışmasını istemesi**, akılcı duygusal dav- ranışçı terapide kullanılan **bilişsel ev ödevleri** uygulamasını göstermektedir. Bu uygulamada danışan, seans dışında da aktif olarak çalışarak kendi düşünce sistemini analiz eder. Bu nedenle bu ev ödevlerinin temel amacı, danışanın **akılcı olmayan inançlarını fark etmesi ve bu inançla- rı sistemli biçimde sorgulamasını sağlamaktır**. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Mizah duygusunu geliştirme**, espri ve miza- hın kullanımı tekniğine aittir; burada yapılandı- rılmış **düşünce analizi** yapılmaktadır.

- C) **Davranışları gözlemleme**, daha çok davra- nışsal tekniklerle ilişkilidir; bu durumda odak **bilişsel inançların belirlenmesi ve tartışıl- masıdır**.
- D) **Problem çözme becerileri geliştirme**, genel bir kazanım olabilir; ancak burada spesifik ola- rak hedef **inançların fark edilmesi ve sorgu- lanmasıdır**.
- E) **Geçmiş yaşantılarla yüzleşme**, psikanali- tik yaklaşımın temel odağıdır; bu yaklaşımda odak **şimdi ve düşünceler** üzerindedir.

Cevap: B

3. Tunç'un, öğrendiği yöntemleri **başka bir kişinin problemine uygulaması** ve bu süreci kaydedip seans içinde değerlendirmesi, akılcı duygusal davranışçı terapide danışanın öğrendiklerini **baş- kalarına aktararak pekiştirmesi** ilkesine dayan- maktadır. Bu uygulama **başkalarına öğretme (misyonerlik)** tekniğidir. Bu teknikte amaç, danı- şanın başkalarının problemlerini analiz ederken **akılcı olmayan inançları daha kolay fark etme- si** ve bu sayede kendi düşünce sistemini daha iyi tanıyıp değiştirmesidir. Doğru cevap A seçene- ğidir.

- B) **Mantıksal çürütme**, danışanın kendi inançla- rını doğrudan kanıtlarla sorgulamasıdır; bura- da ise odak **başkasına uygulama yapmaktır**.
- C) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, bireyin kendi düşüncelerini değiştirmesine yöneliktir; bu so- ruda ise **başka birine yardım etme üzerin- den öğrenme** söz konusudur.
- D) **Utancın üzerine gitme**, danışanın utandırıcı durumlara bilinçli olarak maruz kalmasını içe- rir; bu durumda böyle bir davranışsal uygula- ma yoktur.
- E) **Kendine söylenen akılcı baş etme ifadeleri**, bireyin kendine yönelik destekleyici cümleler geliştirmesidir; burada ise **başkalarına yöne- lik uygulama** vardır.

Cevap: A

4. Psikolojik danışmanın Gökçe'den **akılcı olmayan inançlarını ve akılcı inançlarını listelemesini istemesi**, ardından bu iki düşünceyi **karşı karşıya getirerek birbirine yanıt vermesini sağlama**sı, akılcı duygusal davranışçı terapide **akılcı ve akılcı olmayan inançlar arasında diyalog** tekniğini göstermektedir. Bu uygulama özellikle **zızzak yaklaşımı (yarar-zarar analizi)** biçiminde yürütülmektedir. Bu teknikte amaç, danışanın akılcı olmayan inançlarına karşı **akılcı inançlarla sistematik bir savunma geliştirmesi** ve bu süreçte irrasyonel düşüncelerini zayıflatmasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Boş sandalye**, danışanın karşısında hayali bir kişiyle konuşmasını içerir; burada ise **inançlar arası tartışma** vardır.
- C) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, genel bir üst başlıktır; ancak bu soruda daha spesifik olarak **iki inanç arasında diyalog kurma tekniği** uygulanmaktadır.
- D) **Davranış deneyi**, düşüncelerin gerçek yaşamda test edilmesini içerir; burada **bilişsel düzeyde listeleme ve tartışma** yapılmaktadır.
- E) **İkili sandalye**, yine bu başlık altında yer alır ancak fiziksel olarak sandalyeler arasında geçiş gerektirir; burada ise **listeleme ve yazılı tartışma (zızzak yaklaşımı)** vardır.

Cevap: B

5. Psikolojik danışmanın Bahadır'a **iki ayrı sandalye vererek**, birini **akılcı inançları**, diğerini **akılcı olmayan inançları** temsil edecek şekilde kullanması ve danışanın bu sandalyeler arasında gidip gelerek düşüncelerini ifade etmesini sağlaması, akılcı duygusal davranışçı terapide **akılcı ve akılcı olmayan inançlar arasında diyalog** tekniğinin **ikili sandalye** uygulamasıdır. Bu teknikte amaç, danışanın iki farklı düşünceyi **doğrudan karşı karşıya getirerek tartışması**, akılcı olmayan inançlarını fark etmesi ve bunlara karşı **akılcı bir savunma geliştirmesidir**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Zızzak yaklaşımı**, akılcı ve akılcı olmayan inançların **listeleme ve yazılı tartışma** yoluyla karşılaştırılmasını içerir; burada ise **fiziksel sandalye kullanımı** vardır.

- C) **Mantıksal çürütme**, danışanın inançlarını doğrudan kanıtlarla sorgulamasıdır; bu durumda ise **rol değiştirerek diyalog kurma** söz konusudur.
- D) **Başkalarına öğretme**, danışanın öğrendiklerini başkalarına uygulamasını içerir; burada **kendi içsel düşünceleriyle çalışma** vardır.
- E) **Ödev yoluyla düşünce farkındalığı**, seans dışı görevlerle düşünceleri analiz etmeyi içerir; burada **seans içinde deneyimsel bir teknik** uygulanmaktadır.

Cevap: B

6. Psikolojik danışmanın Meral'den, aklına gelen **akılcı olmayan düşünceler ortaya çıktığında**, bunları dengeleyecek **kısa ve mantıklı başa çıkma cümleleri söylemesini istemesi**, danışanın kendi iç konuşmasını düzenlemesine yönelik bir uygulamadır. Bu görev, bireyin anlık düşüncelerine müdahale ederek onları **daha gerçekçi ve işlevsel ifadelerle değiştirmesini** sağlar. Bu nedenle kullanılan teknik **kendi kendine söylenen başa çıkma cümleleridir**. Bu teknikte amaç, danışanın **-meli/-malı içeren katı düşünceler yerine esnek, destekleyici ve akılcı ifadeler geliştirmesi** ve bunları günlük yaşamda aktif şekilde kullanarak duygularını düzenleyebilmesidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel günlük tutma**, düşüncelerin yazılarak izlenmesini içerir; burada ise **anlık iç konuşmayı değiştirme** vardır.
- C) **Zızzak yaklaşımı**, akılcı ve akılcı olmayan inançların listeleyip karşılaştırılmasıyla yürütülür; bu durumda **doğrudan karşılaştırma yapılmamaktadır**.
- D) **Davranış deneyi**, düşüncelerin gerçek yaşamda test edilmesini içerir; burada **bilişsel düzeyde içsel ifade geliştirme** söz konusudur.
- E) **Utancın üzerine gitme**, danışanın utandırıcı durumlara bilinçli olarak maruz kalmasını içerir; bu görevde böyle bir uygulama yoktur.

Cevap: B

7. Psikolojik danışmanın Kaya'dan **olası en iyi ve en kötü senaryoyu hayal etmesini**, bu süreçte ortaya çıkan **duygularını fark etmesini** ve ardından bu duyguları **daha sağlıklı ve yönetilebilir hâle getirmesini istemesi**, akılcı duygusal davranışçı terapide **imgeleme yoluyla duygusal düzenleme** içeren bir uygulamadır. Bu uygulama **akılcı-duygusal hayal kurma** tekniğidir. Bu teknikte amaç, danışanın zihinsel canlandırma yoluyla **yoğun olumsuz duygularını deneyimlemesi**, ardından bunları **akılcı düşüncelerle yeniden düzenleyerek daha işlevsel duygulara dönüştürmesidir**. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Zikzak yaklaşımı**, akılcı ve akılcı olmayan inançların listeleme ve karşılaştırma yoluyla tartışılmasını içerir; burada ise **imgeleme süreci** vardır.
- C) **Kendi kendine söylenen başa çıkma cümleleri**, bireyin kendine yönelik akılcı ifadeler geliştirmesini içerir; bu soruda ise **duygusal imgeleme** ön plandadır.
- D) **Gerçek model olma**, danışmanın ya da başka birinin davranışlarıyla örnek olmasıdır; burada böyle bir gözlem yoktur.
- E) **Ekili sandalye**, akılcı ve akılcı olmayan inançların fiziksel olarak temsil edilerek tartışılmasını içerir; burada **zihinsel canlandırma** yapılmaktadır.

Cevap: B

8. Öncülde psikolojik danışman, Gökçen'den **rahat-sız edici durumları yalnızca yaşamayı değil**, bu durumlara girmeden önce **zihinsel olarak canlandırmasını (hayal etmesini)**, bu süreçte ortaya çıkan **duygularını fark etmesini** ve ardından bu deneyimi değerlendirmesini istemektedir. Yani burada süreç, sadece davranışsal maruz kalma değil; öncesinde **duyguyu zihinde yaşama ve dönüştürme** basamağını da içermektedir. Bu durum, akılcı duygusal davranışçı terapide **akılcı-duygusal hayal kurma (betimleme)** tekniğini göstermektedir. Bu teknikte amaç, danışanın kendisini zorlayan bir durumu önce zihninde **en iyi ve en kötü senaryolarla canlandırması**, bu süreçte yaşadığı yoğun duyguları fark etmesi ve ardından bu duyguları **daha sağlıklı, yönetilebilir duygulara dönüştürmeyi öğrenmesidir**. Böylece birey,

gerçek yaşamda karşılaştığı durumlara daha **hazırlıklı ve dengeli** tepkiler verebilir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Kendi kendine söylenen başa çıkma cümleleri**, içsel konuşmayı değiştirmeye yöneliktir; burada ise **imgeleme ve duygusal deneyimleme** vardır.
- C) **Misyonerlik**, danışanın öğrendiklerini başkalarına uygulamasını içerir; bu örnekte **kendi yaşantısına yönelik zihinsel çalışma** vardır.
- D) **Mizahı kullanma**, düşüncelerin abartılı yönünü fark ettirmeyi amaçlar; burada ise **duygusal imgeleme süreci** ön plandadır.
- E) **Danışanın dilini değiştirme, -meli/-malı** ifadelerini dönüştürmeye yöneliktir; bu süreçte böyle bir dil çalışması yoktur.

Cevap: B

9. Psikolojik danışmanın Kaya'dan **öğretmenle görüşme sahnesini canlandırmasını istemesi**, danışanın kaçındığı durumu zihinsel olarak deneyimlemesini ve bu süreçte ortaya çıkan **düşüncelerini fark etmesini** sağlar. Bu uygulama, akılcı duygusal davranışçı terapide danışanın **akılcı olmayan inançlarını ortaya çıkarma ve sorgulama** amacına hizmet eder. Bu nedenle ulaşılmak istenen temel amaç, danışanın bu irrasyonel düşüncelerini **fark etmesi ve gözden geçirmesidir**. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Duygusunda kalma**, bireyin yaşadığı duyguyu bastırmadan deneyimlemesine odaklanır ve **gestalt yaklaşımına** özgüdür; burada ise duyguya değil **düşünceyi fark etmeye** odaklanılmaktadır.
- C) **Gevşeme teknikleri**, bireyin fizyolojik uyarılmışlığını azaltmaya yönelik uygulamalardır ve **davranışçı yaklaşıma** aittir; bu senaryoda böyle bir rahatlama çalışması yoktur.
- D) **Geleceğe yönelik planlama becerileri**, problem çözüme ve hedef belirleme süreçleriyle ilişkilidir; burada ise amaç **düşünceleri analiz etmektir**.
- E) **Kendine başa çıkma cümleleri geliştirme**, bireyin kendine yönelik akılcı ifadeler üretmesini içerir; bu durumda ise öncelikle **düşüncelerin fark edilmesi ve sorgulanması** hedeflenmektedir.

Cevap: B

10. Psikolojik danışmanın **alışılmadık, abartılı ve hatta "tuhaf" davranışlar sergilemesi** (örneğin amuda kalkması) ve ardından **"Bu davranışlar beni aptal yapıyor mu?"** diye sorması, danışanın başkalarını **tek bir davranışa bakarak genelleme eğilimini** sorgulamasına yöneliktir. Bu müdahale ile danışanın "insanlar beni yargılar", "tuhaf görünürsem değersiz olurum" gibi **akılcı olmayan inançları** hedef alınır. Amaç, bireyin başkalarının değerlendirmelerine **aşırı anlam yüklediğini fark etmesi** ve bu düşünceleri sorgulamasıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Esperi ve mizahın kullanımı**, düşüncelerin abartılı yönünü fark ettirmek için kullanılır; burada mizah unsuru olsa da temel amaç **sosyal yargıya verilen aşırı önemi sorgulamaktır.**
- B) **Sosyal etkileşim becerileri**, iletişim kurma ve davranış geliştirme ile ilgilidir; bu örnekte odak **bilişsel inançların sorgulanmasıdır.**
- C) **Kaygıyı azaltma ve başa çıkma stratejileri**, genel bir sonuç olabilir; ancak burada spesifik hedef **başkalarının düşüncelerine yüklenen anlamı değiştirmektir.**
- D) **Öfke ve tepki kontrolü**, duygusal düzenleme ile ilgilidir; bu senaryoda böyle bir vurgu yoktur.

Cevap: E

11. Asaf iş yerinde **kendini dışlanmış hissetmekte**, bu durum onun duygusal olarak yalnızlık yaşamasına yol açmaktadır. Psikolojik danışman ise bu süreci **akılcı duygusal davranışçı terapinin A-B-C-D modeliyle** ele almak istemektedir. Bu modelde danışanın yaşantısı sistemli biçimde analiz edilir; önce olay belirlenir, ardından bu olaya yüklenen anlamlar ve ortaya çıkan duygu-davranışlar incelenir. Bu modelde sürecin başlangıç noktası olan **(A) (harekete geçiren olaydır)**. Yani danışanın yaşadığı duyguların hangi durumdan sonra ortaya çıktığını belirlemek gerekir. Asaf'ın yaşadığı "dışlanmışlık" duygusunu anlayabilmek için öncelikle **iş ortamında buna yol açan somut durumun** ortaya konması gerekir. Bu nedenle danışmanın ilk olarak buna odaklanması gerekir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Duygular, modelde **C (duygusal sonuçlarıdır)**; başlangıç değil, olay ve inançtan sonra ele alınır.

- C) Düşünme biçimi, modelde **B (inançlardır)**; olay belirlenmeden buna geçilmesi model sırasına uygun değildir.
- D) Diğer duygular da **C (duygusal sonuçlar)** kapsamında yer alır; ilk odak noktası değildir.
- E) Davranışlar, **C (davranışsal sonuçlar)** içinde değerlendirilir; modelde önce olay belirlenmelidir.

Cevap: A

12. Soruda, akılcı duygusal davranışçı terapiye göre çalışan bir psikolojik danışmanın **hangi anlayışı benimsemediği** sorgulanmaktadır. Bu yaklaşımda danışan genellikle **kaygı, yetersizlik, değersizlik gibi duygular** yaşar ve bu duyguların kaynağı olarak **akılcı olmayan inançlar** ele alınır. Danışman ise süreci aktif biçimde yöneterek danışanın bu düşüncelerini fark etmesini, sorgulamasını ve daha işlevsel hâle getirmesini sağlar.

Bu çerçevede akılcı duygusal davranışçı terapide danışman; danışanın **mantıksız inançlarını fark ettirir, mantıklı düşünmeyi öğretir** ve bireyin kendi duygu, düşünce ve davranışlarının **sorumluluğunu üstlenmesini destekler**. Buna karşılık danışanın yaşam öyküsünü yeniden yazması ve hayat hikâyesindeki anlamları keşfetmesine yardımcı olunması, bu yaklaşımın değil **öyküsel yaklaşımın** temel anlayışıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Danışanın mantıksız inançlarını fark edip değiştirmesine yardım etmek, yaklaşımın **temel amacıdır.**
- B) Düşünce, duygu ve davranışların bireyin kontrolünde olduğu anlayışı, yaklaşımın **temel varsayımlarındandır.**
- D) Danışana sağlıklı ve mantıklı düşünce biçimlerini öğretmek, danışmanın **aktif ve eğitici rolünü** yansıtır.
- E) Danışanın kendi sorumluluklarını fark etmesine dayalı süreç, yaklaşımın **temel ilkelerindendir.**

Cevap: C

13. Serhat sunum yaparken “rezil olacağım” gibi düşünceler nedeniyle **kaygı yaşayan (birincil rahatsızlık)** bir danışandır. Ancak bununla kalmayıp, bu kaygıya yönelik “**Neden böyleyim, acizim galiba**” şeklinde kendini eleştirmekte ve bu duruma öfke duymaktadır. Yani kişi yalnızca bir sorun yaşamamakta, yaşadığı bu soruna karşı **ikinci bir duygusal tepki geliştirmektedir**. Akılcı duygusal davranışçı terapiye göre bu durum **ikincil rahatsızlıktır**. İkincil rahatsızlıkta birey, sahip olduğu olumsuz duyguya (örneğin kaygıya) tekrar olumsuz bir değerlendirme ekler ve kendini bu duygu nedeniyle yargılar. Bu da sorunun şiddetini artırır ve döngüsel bir yapıya sokar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Aşırı genelleme sonucu gelişen temel inanç**, bireyin tek bir yaşantıdan geniş ve kalıcı sonuçlar çıkarmasıdır; örneğin “Bir sunumda hata yaptım, demek ki her zaman başarısızım.” Ancak burada esas vurgu genellemeden çok, **duyguya verilen ikinci tepki** üzerinedir.
- B) **İlk irrasyonel düşünce**, olayla ilgili ortaya çıkan ilk akılcı olmayan inançtır; “Rezil olacağım, insanlar benimle alay eder” ifadesi buna örnektir. Fakat soruda asıl dikkat çekilen noktada, bu düşünceye karşı geliştirilen **ikincil değerlendirilmedi**.
- C) **Kendisini koşulsuz olarak değersiz görme eğilimi**, bireyin kendini tümüyle olumsuz etiketlemesidir. Serhat’ın “acizim” demesi bu duruma yaklaşırsa da, burada bu etiketleme **kaygı yaşadığı için ortaya çıkmaktadır**, yani ikincil bir süreçtir.
- D) **Duygusal kaçınma**, bireyin kaygı yaratan durumdan uzak durmasıdır; örneğin sunumdan kaçınmak gibi. Ancak burada anlatılan durum kaçınma değil, **duyguya yönelik öfke ve kendini yargılamadır**.

Cevap: E

14. Soruda akılcı duygusal davranışçı terapinin **kuramsal öngörülerıyla örtüşmeyen** ifade sorulmaktadır. Bu yaklaşımda bireyin duygusal sorunlarının kaynağı **olaylar değil, bu olaylara yüklenen anlamlardır**; danışman ise aktif, öğretici ve yönlendirici bir rol üstlenerek danışanın **akılcı olmayan inançlarını sorgulamasını ve**

değiştirmesini sağlar. Ayrıca süreçte **koşulsuz kendini kabul ve başkalarını kabul** önemli bir yer tutar. Buna karşılık psikolojik değişimin, danışanın **bilinç dışındaki bastırılmış çatışmaları içgörü yoluyla çözmesine dayanması**, akılcı duygusal davranışçı terapinin değil **psikanalitik yaklaşımın** temel varsayımdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Bireyin duygusal rahatsızlıklarının inançlardan kaynaklandığı görüşü, yaklaşımın **temel ilkesidir**.
- B) İrrasyonel inançların **mantıksal, ampirik ve pragmatik sorgulama** ile değiştirilmesi, terapinin temel müdahale biçimidir.
- C) **Koşulsuz öz-kabul ve başkalarını kabul**, sağlıklı psikolojik işleyişin önemli bileşenlerindendir.
- E) Danışmanın **aktif, yönlendirici ve eğitsel rolü**, yaklaşımın ayırt edici özelliklerinden biridir.

Cevap: D

15. Ulviye Hanım’ın yaşantısında süreç, eşinin eve gelip onunla ilgilenmemesiyle başlar. Bu durum, yani **eşin televizyon izlemesi**, problemi başlatan **somut olaydır**. Bu olaydan sonra Ulviye Hanım, “eşim benimle ilgilenmeli” ve “ilgilenmiyorsa bu benim değerli olmadığımı gösterir” şeklinde **akılcı olmayan bir inanç geliştirir**. Bu inancın sonucu olarak ise **kendini değersiz hissetme ve öfke lenme** gibi duygusal tepkiler ortaya çıkar. Son aşamada ise, yaşadığı bu duyguların eşinin davranışından çok kendi **inançlarından kaynaklandığını fark eder**.

Akılcı duygusal davranışçı terapide sıralama: A (harekete geçiren olay) → B (inanç) → C (duygu ve davranış) → D (farkındalık/tartışma) şeklindedir.

Buna göre:

I → A (eşin davranışı)

III → B (inanç)

II → C (duygu)

IV → D (farkındalık)

Bu nedenle doğru sıralama **I – III – II – IV** şeklindedir.

Cevap: B

1. Abe Lucas, dünyada adaletin sağlanması gerektiğine inanmakta ve bu doğrultuda **gerçekliği zorlayarak bir eyleme başvurmaktadır**. Yani “dünya adil olmalı, bu böyle gitmemeli” şeklinde **dış dünyaya yönelik bir zorunluluk yüklemektedir**. Akılcı duygusal davranışçı terapiye göre bu tür düşünceler, bireyin **dünyaya yönelik katı ve zorlayıcı beklentiler geliştirmesi** anlamına gelir ve **dünyaya dayatma** olarak adlandırılır. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Kendine dayatma**, bireyin kendisine yönelik “mükemmel olmalıyım” gibi zorunluluklar yüklemesidir; burada odak kendisi değil dünyadır.
- B) **Başkalarına dayatma**, diğer insanların belirli şekilde davranması gerektiğine inanmayı içerir; burada vurgu tek tek kişilerden çok **düzenin kendisinedir**.
- D) **Başkalarına ve dünyaya dayatma**, hem insanlara hem de dünyaya yönelik zorunluluk içerir; ancak bu durumda baskın vurgu **dünyanın adil olması gerektiği** üzerinedir.
- E) **Kendine ve dünyaya dayatma**, bireyin hem kendisine hem dünyaya zorunluluk yüklemesidir; burada kendine yönelik bir zorunluluk yoktur.

Cevap: C

2. Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma göre **akılcı inançlar**, esnek, gerçekçi, abartısız ve çözüm odaklıdır; bireyin olumsuz durumları tolere edebilmesini sağlar. **Akılcı olmayan inançlar** ise katı, genelleyici, felaketleştirici ve “-meli/-malı” türü zorunluluklar içerir. Buna göre:

- I. Aslı'nın “Bu işi alamazsam hiçbir işe yaramıyorum.” düşüncesi, tek bir durumu genelleyerek **kendini değersizleştirme** içerir; katı ve gerçekçi değildir.
- II. Elvan'ın “Başarısızlık dünyanın sonu değil, çalışırsam düzeltebilirim.” ifadesi, **esnek ve çözüm odaklı** bir değerlendirmedir; akılcıdır.
- III. Musa'nın “Eleştirdiğine göre beni artık sevmiyor.” düşüncesi, **zihin okuma ve genelleme** içerir; akılcı değildir.
- IV. Zeren'in “İnsanlar bazen unutabilir...” ifadesi, **gerçekçi ve esnek** bir bakış açısidir; akılcıdır.

V. Cankat'ın “Kesinlikle böyle olmamalı, buna dayanmam!” düşüncesi, **dayatma ve felaketleştirme** içerir; akılcı değildir.

Bu nedenle akılcı inançlar **II. ve IV. öncüllerdir**.

Cevap: B

3. Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma göre **akılcı olmayan inançlar**, bireyin kendisine, başkalarına ya da dünyaya yönelik katı ve zorunluluk içeren beklentiler geliştirmesiyle ortaya çıkar. **Kendine dayatma**, bireyin kendisine yönelik “başarılı olmalıyım, hata yapmamalıyım, aksi halde değersizim” gibi katı yargılar geliştirmesidir.

Neil'in “Eğer babamın beklentilerini karşılamazsam değersiz ve başarısızım” düşüncesi, **doğrudan kendi değerini bir koşula bağlaması** ve kendisine yönelik **katı bir zorunluluk yüklemesi** anlamına gelir. Bu nedenle bu düşünce **kendine dayatmadır**. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Başkalarına dayatma**, diğer insanların belirli şekilde davranması gerektiğine yönelik beklentidir.
- C) **Dünyaya dayatma**, yaşamın adil ve istenildiği gibi olması gerektiğine inanmadır.
- D) **Başkalarına ve dünyaya dayatma**, hem insanlara hem koşullara yönelik zorunluluk içerir.
- E) **Kendine ve dünyaya dayatma**, hem kendine hem dış dünyaya yönelik katı beklentileri kapsar.

Cevap: A

4. Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma göre **kendini koşulsuz kabul**, bireyin kendi değerini **başarıya, hatalara ya da başkalarının onayına bağlamadan**, güçlü ve zayıf yönleriyle birlikte kendini **insan olarak değerli görmesi** anlamına gelir. Bu anlayışta kişi, yaptığı bir davranış ile tüm benliğini eşitlemez. Buna göre:

- I. Kişinin değerini başarı ve onaya bağlaması, koşulsuz kabulü değil **koşullu değer algısını** ifade eder.

- II. "Hatalar insanın değerini ortadan kaldırmaz" ifadesi, kişinin davranışlarıyla benliğini ayırmasını içerir; **koşulsuz kendini kabul** ile uyumludur.
- III. "Kendini güçlü ve zayıf yönleriyle değerli görmek" doğrudan **koşulsuz kendini kabul** anlayışını yansıtır.
- IV. Başarısızlığı tüm kimliğe genellemek, **koşulsuz kabulün tam tersidir**.
- V. Kişinin kendini tek bir davranışa indirgememesi, **koşulsuz kendini kabul** ile örtüşür.

Bu nedenle doğru ifadeler II., III. ve V. öncüllerdir.

Cevap: E

5. Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma göre **sağlıklı kişilik özellikleri**, bireyin olaylara ilişkin **katı, mutlak ve değişmez inançlar geliştirmesi** ile ortaya çıkar. Bu tür inançlar genellikle "-meli/-malı" şeklinde ifade edilir ve bireyin duygusal olarak zorlanmasına yol açar. Sağlıklı birey ise esnek, gerçekçi ve tolere edici bir bakış açısına sahiptir. Bu nedenle olaylara ilişkin **mutlak ve katı inançlar geliştirmek**, sağlıklı kişilik özelliğidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Düşünce, duygu ve davranışları sorgulayabilmek, **esneklik** göstergesidir ve sağlıklıdır.
- B) Kendini ve başkalarını koşulsuz kabul edebilmek, **psikolojik sağlamlığın temelidir**.
- C) Hatalardan ders çıkarabilmek, **işlevsel ve akılcı bir yaklaşımdır**.
- E) Hayal kırıklıklarını tolere edebilmek, **yüksek engellenme toleransını** gösterir ve sağlıklıdır.

Cevap: D

6. Akılcı duygusal davranışçı terapide terapötik atmosfer, danışanın **akılcı olmayan inançlarını fark etmesini sağlamak**, bu inançları **aktif biçimde sorgulatmak** ve danışana **daha işlevsel düşünme yollarını öğretmek** üzerine kuruludur. Bu nedenle danışman pasif değil; **aktif, yönlendirici ve eğitsel** bir rol üstlenir, danışanla doğrudan çalışır ve düşünceleri tartışmaya açar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Yansıtıcı ve pasif dinleme**, daha çok **birey merkezli yaklaşımın** özelliğidir.
- C) **Bilinç dışı çatışmaları yorumlama, psikanalitik yaklaşımın** temelidir.
- D) **Şimdi ve burada deneyimsel farkındalık, gestalt yaklaşımına** aittir.
- E) **Koşulsuz kabul ve empatik atmosfer**, yine **birey merkezli yaklaşımın** temel özelliğidir.

Cevap: A

7. Akılcı duygusal davranışçı terapide psikolojik danışmanın temel amacı, danışanın **akılcı olmayan inançlarını fark etmesini sağlamak**, bu inançları **mantıksal, ampirik ve pragmatik yollarla sorgulamasına yardımcı olmak** ve bireyin **kendini ile başkalarını koşulsuz kabul ederek daha işlevsel düşünce ve davranışlar geliştirmesini sağlamaktır**. Buna göre:

- I. Danışanın davranışlarını tamamen kontrol etmek ve kendi değer yargılarını uygulamak, yaklaşımın temel ilkelerine aykırıdır.
- II. Danışanın irrasyonel inançlarını fark edip **mantıksal, ampirik ve pragmatik ölçütlerle sorgulamasını sağlamak**, yaklaşımın temel amacıdır.
- III. Danışanın **kendini ve başkalarını koşulsuz kabul etmesine yardımcı olmak**, sağlıklı işleyiş için temel bir hedeftir.
- IV. **Bilinç dışı çatışmaları çözmek, psikanalitik yaklaşıma** aittir.
- V. Sadece duyguları ifade etmeye odaklanmak, **birey merkezli yaklaşıma** özgüdür.

Bu nedenle doğru ifadeler II. ve III. öncüllerdir.

Cevap: B

8. Akılcı duygusal davranışçı terapide kullanılan teknikler; **mantıksal, ampirik ve işlevsel sorgulama, akılcı-duygusal imgeleme, bibliyoterapi ve ev ödevleri ile utançla yüzleşme egzersizleri** gibi bilişsel ve davranışsal müdahaleleri içerir. Buna karşılık **boş sandalye ve bitmemiş işler çalışması**, akılcı duygusal davranışçı terapinin değil **gestalt yaklaşımının** temel tekniklerinden-
dir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Mantıksal, ampirik ve işlevsel sorgulama**, danışanın akılcı olmayan inançlarını kanıt, mantık ve işlevsellik açısından değerlendirmesini sağlar.
- B) **Akılcı-duygusal imgeleme**, bireyin olumsuz duygularını zihinsel canlandırma yoluyla daha sağlıklı hâle getirmesine yardımcı olur.
- D) **Kitap okuma ve seans dışı ödevler**, danışanın öğrendiklerini günlük yaşamda uygulamasını ve farkındalık kazanmasını destekler.
- E) **Utançla yüzleşme egzersizleri**, bireyin sosyal onay kaygısını azaltmak için utandırıcı durumlara bilinçli şekilde maruz kalmasını içerir.

Cevap: C

9. Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma göre **akılcı olmayan inançlar**, bireyin kendisine, başkalarına ya da dünyaya yönelik katı ve zorunluluk içeren beklentiler geliştirmesiyle ortaya çıkar. Regina'nın **"herkes bana saygı göstermeli"** düşüncesi, doğrudan diğer insanlara yönelik bir zorunluluk içerir; yani başkalarının belirli şekilde davranması gerektiğine inanır. Bu nedenle bu düşünce **başkalarına dayatmadır**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kendine dayatma**, bireyin kendisine yönelik katı beklentiler geliştirmesidir; burada odak başkalarıdır.
- C) **Dünyaya dayatma**, yaşamın adil ve istenildiği gibi olması gerektiğine inanmayı içerir; burada vurgu insanlara yöneliktir.
- D) **Başkalarına ve dünyaya dayatma**, hem insanlara hem koşullara yönelik zorunluluk içerir; burada esas vurgu **başkalarına** yöneliktir.
- E) **Kendine ve dünyaya dayatma**, bireyin hem kendisine hem dünyaya yönelik katı beklentiler geliştirmesidir; burada kendine yönelik bir zorunluluk yoktur.

Cevap: B

10. Danışan, sunum sırasında bazı noktaları unutmamasını **"ben tamamen yetersizim"** şeklinde genelleyerek yorumlamakta ve buradan **"işimi kaybedeceğim"** gibi **felaketleştirici** bir sonuca ulaşmaktadır. Psikolojik danışman ise **"bu seni tamamen yetersiz yapmaz"** diyerek bu genellemeyi zayıflatmakta ve ardından **"bu bir gelişim fırsatıdır, hatalar öğrenmeyi sağlar"** ifadesiyle durumu **daha işlevsel, daha gerçekçi ve daha esnek bir bakış açısıyla yeniden anlamlandırmaktadır**. Bu nedenle kullanılan teknik **yeni bir çerçeveye yerleştirmedir**. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Davranışsal görevler verme**, danışanın seans dışında belirli davranışları uygulamasını içerir; burada böyle bir **uygulama ya da görev verme süreci yoktur**.
- B) **Mantıksal çürütme**, danışanın düşüncesini kanıt, mantık ve gerçeklik açısından tartışmayı içerir; bu parçada ise **tartışmadan çok yeniden anlamlandırma** ön plandadır.
- D) **Duygusal yeniden yapılandırma**, bireyin yaşadığı duyguları dönüştürmeye odaklanır; burada esas müdahale **bilişsel çerçevenin değiştirilmesidir**.
- E) **Gevşeme ve rahatlama çalışmaları**, fizyolojik belirtileri azaltmaya yöneliktir; parçada **bedensel rahatlatmaya yönelik bir teknik kullanılmamıştır**.

Cevap: C

11. Göktuğ'un sosyal ortamlarda **sessiz kalması ve dikkat çekmekten kaçınması**, başkalarının değerlendirmesine yönelik kaygı yaşadığını düşündürmektedir. Psikolojik danışman ise ondan alışveriş ortamında **alışılmadık davranışlar sergilemesini** (farklı ürünleri rastgele almak, yüksek sesle şarkı söylemek gibi) istemektedir. Bu tür görevler, danışanın **başkalarının ne düşündüğüne dair abartılı kaygılarını test etmesini**, utanç duygusunu tolere etmesini ve bu duygunun aslında **katlanılabilir olduğunu deneyimlemesini** sağlar. Bu nedenle kullanılan teknik **utanmayla mücadele alıştırma**larıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Mantıksal çürütme**, düşüncelerin kanıt ve mantık yoluyla sorgulanmasını içerir; burada **davranışsal maruz bırakma** vardır.
- C) **Mizahı kullanma**, düşüncelerin abartılı yönünü fark ettirmek için espri ve komiklikten yararlanmayı içerir; burada amaç **utançla yüzleşmedir**.
- D) **Kendi kendine söylenen baş etme ifadeleri**, bireyin içsel konuşmasını değiştirmeye yöneliktir; bu parçada **davranışsal deneyim ön plandadır**.
- E) **Rol oynama**, belirli bir durumu seans içinde canlandırmayı içerir; burada ise **gerçek yaşamda uygulanan görevler** vardır.

Cevap: B

12. Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma göre akılcı olmayan inançlar; bireyin kendisine, başkalarına ve dünyaya yönelik **katı “-meli/-malı” türü beklentiler geliştirmesi** ile ortaya çıkar. Arthur'un “**Dünya adil olmalı ve insanlar bana saygı göstermeli**” düşüncesi hem **dünyaya yönelik bir zorunluluk** (dünya adil olmalı) hem de **başkalarına yönelik bir zorunluluk** (insanlar bana saygı göstermeli) içermektedir. Bu nedenle bu düşünce **başkalarına ve dünyaya dayatmadır. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kendine dayatma**, bireyin kendisine yönelik katı beklentiler geliştirmesidir; burada odak kendisi değil dış dünyadır.
- B) **Başkalarına dayatma**, yalnızca diğer insanların nasıl davranması gerektiğine odaklanır; burada ise dünya da kapsamaktadır.
- C) **Dünyaya dayatma**, yaşamın adil olması gerektiğine inanmayı içerir; ancak burada ayrıca insanlara yönelik beklenti de vardır.
- E) **Kendine ve dünyaya dayatma**, hem kendine hem dünyaya yönelik zorunluluk içerir; burada kendine yönelik bir dayatma yoktur.

Cevap: D

13. Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma göre **öz-ilgi**, bireyin kendi ihtiyaçlarını fark etmesi, kendi mutluluğunu gözetmesi ve bunu yaparken başkalarının haklarını da tamamen yok saymamasıdır. Yani birey ne kendini ihmal eder ne de yalnızca kendini merkeze alır; **denge kurar**. Bu doğrultuda, kişinin kendi ihtiyacını fark edip buna uygun davranması **öz-ilgiye** örnektir. Bu nedenle Selin'in, yoğun bir haftadan sonra dinlenmeye ihtiyacı olduğunu fark ederek etkinliğe gitmemesi **öz-ilgi davranışıdır. Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Kendi ihtiyaçlarını görmezden gelmek, **öz-ilgi değil kendini ihmal etmedir.**
- B) Yalnızca kendi isteklerini önemsemek, **benciliktir** ve öz-ilgiden farklıdır.
- D) Başkalarının beklentileri uğruna kendi sağlığını ihmal etmek, **sağlıksız fedakârlıktır.**
- E) Başkalarının sürekli onayını beklemek, **akılcı olmayan bir inançtır.**

Cevap: C

14. İbrahim, sunum sırasında hata yaparsa arkadaşlarının kendisiyle alay edeceğini düşünerek **utanma ve kaygı** yaşamaktadır. Psikolojik danışman ise ondan **bilerek hata yapmasını**, kekelemesini ve bu sırada tepkilerini gözlemlemesini istemektedir. Bu uygulama, danışanın utandırıcı bulunduğu durumlara **bilinçli olarak girmesini**, bu duygunun aslında **katlanılabildiğini deneyimlemesini** ve başkalarının değerlendirmelerine yüklediği anlamı azaltmasını sağlar. Bu nedenle kullanılan teknik **utanca saldırganlık** tekniğidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sosyal beceri eğitimi**, bireyin iletişim ve etki-leşim becerilerini geliştirmeye yöneliktir.
- C) **Maruz bırakma**, kaygı uyandıran duruma sistematik biçimde yaklaşmayı içerir; burada özel olarak **utançla yüzleşme** vardır.
- D) **Bilişsel yeniden yapılandırma**, düşüncelerin değiştirilmesine odaklanır; burada **davranışsal deneyim ön plandadır.**
- E) **Başarı pekiştirme**, olumlu davranışların güçlendirilmesini içerir; bu süreçte böyle bir uygulama yoktur.

Cevap: B

15. Lester iş yerinde stres yaşamakta ve patronunun beklentileri karşısında kendini değersiz hissetmektedir. Ancak **Akılcı Duygusal Davranışçı Terapiye (ADDT)** göre bireyin yaşadığı duygusal sıkıntının temel kaynağı **olayın kendisi değil, o olaya yüklediği anlamdır**. Danışmanın Lester'a düşüncelerini gözlemlemesini ve olaylara yüklediği anlamı sorgulamasını önermesi de bu durumu göstermektedir. Bu nedenle Lester'ın yaşadığı sıkıntının temelinde **"mutlaka başarılı olmalıyım"** şeklindeki **katı ve zorlayıcı bir inanç** bulunmaktadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Patronun sürekli eleştirmesi, harekete geçiren olaydır; tek başına duygusal sıkıntının kaynağı değildir.
- B) İş yerinde yaşanan olaylar, A basamağını oluşturur; belirleyici olan inançlardır.
- C) Orta yaş krizi, ADDT'nin açıklama çerçevesine ait değildir.
- D) İşin monotonluğu, çevresel bir durumdur; temel belirleyici değildir.

Cevap: E

1. **Bilişsel terapi** yaklaşımında psikolojik danışmanın temel amacı, danışanın duygusal sıkıntılarına ve işlevsel olmayan davranışlarına yol açan **otomatik düşünceleri**, ara inançları ve temel inançları fark etmesini sağlamak ve bu bilişleri daha gerçekçi ve işlevsel düşüncelerle yeniden yapılandırmaktır. Beck'e göre bireyi rahatsız eden temel unsur olayın kendisi değil, olayların algılanma ve değerlendirilme biçimidir. Soruda yer alan **otomatik düşüncelerini fark etmesini ve bu düşünceleri daha gerçekçi ve işlevsel biçimlere dönüştürmesini sağlamak** ifadesi bu yaklaşımın temel amacını doğrudan yansıtmaktadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Danışanın çevresindeki sorunları değiştirmek**, bilişsel terapinin temel hedefi değildir. bilişsel terapi dış çevreyi doğrudan değiştirmekten çok danışanın çevresel olayları nasıl yorumladığı üzerinde durur.
- B) **Danışanın davranışlarını pekiştirmek ve yeni davranışlar kazandırmak**, daha çok davranışçı yaklaşımın temel vurgusudur. bilişsel terapi davranışsal tekniklerden yararlınsa da temel odağı bilişsel yeniden yapılandırma-
dır.
- C) **Danışanın aile sistemindeki rollerini yeniden düzenlemek**, aile sistemleri terapilerinin temel müdahale alanıdır.
- D) **Danışanın geçmiş yaşam öyküsünü yeniden yapılandırmak ve anlamlandırmak**, psikanalitik ve bazı öyküsel yaklaşımlarda daha belirgin olan bir hedeftir. bilişsel terapi ise daha çok mevcut düşünce örüntülerine odaklanır.

Cevap: E

2. **Bilişsel terapi** yaklaşımı; danışanın duygusal sorunlarına yol açan **olumsuz otomatik düşünceleri**, ara inançları ve temel inançları belirlemeyi, bu bilişlerin gerçekliğini test etmeyi ve daha işlevsel düşünce biçimleri geliştirmeyi amaçlayan; **yapılandırılmış, kısa süreli, aktif, direktif** ve kuram temelli bir yaklaşımdır. Aaron T. Beck'in bilişsel terapi modelinde temel odak, geçmiş yaşantıların ayrıntılı biçimde yeniden kurgulanması değil; bireyin mevcut düşünce örüntülerinin duygu ve davranışlarını nasıl etkilediğini anlamaktır. Soruda yer alan **danışanın geçmiş yaşantıları-**

nın detaylı şekilde analiz edilerek öyküsünün yeniden yapılandırılması ifadesi, bireyin yaşam anlatısını yeniden anlamlandırmaya odaklanan **öyküsel terapi** yaklaşımına daha yakındır ve bilişsel terapinin temel özellikleri arasında yer almaz. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Olumsuz otomatik düşüncelerin fark ettirilmesi** ve bu düşüncelerin kanıtlar yoluyla test edilmesi, Beck'in bilişsel terapi modelinin temel müdahalelerindenidir.
- C) **Bilişsel ve davranışçı tekniklerin birlikte kullanılması**, bilişsel davranışçı yaklaşımın ayırt edici özelliklerinden biridir. Davranışsal deneyler, ev ödevleri ve aktivite planlamaları buna örnektir.
- D) Terapötik sürecin **yapılandırılmış, kısa süreli ve kuram temelli** olması Beck tarafından tanımlanan bilişsel terapinin temel özellikleri arasındadır.
- E) Psikolojik danışmanın **aktif ve direktif rol üstlenmesi**, oturumları yapılandırması ve danışana rehberlik etmesi bilişsel terapide beklenen bir özelliktir.

Cevap: A

3. **Bilişsel terapi** yaklaşımında temel müdahale hedefi, danışanın duygusal sıkıntılarına yol açan **otomatik düşünceleri** ve bu düşüncelerin altında yer alan **bilişsel çarpıtmaları** fark etmesini sağlamak ve bunları daha gerçekçi düşüncelerle yeniden yapılandırmaktır. Vakada Murat Bey'in **küçük hatalarını tüm performansına genellemesi aşırı genelleme**, olayların yalnızca olumsuz yönlerine odaklanması **seçici soyutlama (zihinsel süzgeç)** ve geçmişteki tek bir başarısız sunumu gelecekteki tüm sunumlara genellemesi yine bilişsel çarpıtma örüntüsünü göstermektedir. Bu nedenle oturumdaki temel müdahale hedefi, bu işlevsel olmayan düşünceleri fark edip yeniden yapılandırmaktır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilinç dışındaki bastırılmış anıları açığa çıkarma** ve katarsis sağlama, Sigmund Freud tarafından geliştirilen psikanalitik yaklaşımın temel hedefleriyle ilişkilidir.

- B) **Koşullanma süreçlerini ortadan kaldırmak**, klasik davranışçı yaklaşımın temel müdahale mantığını yansıtır. Vakada temel sorun öğrenilmiş davranıştan çok çarpıtılmış düşüncelerdir.
- D) **Varoluşsal kaygıları kabul ederek yaşama anlam kazandırmak**, varoluşçu terapi ve Viktor Frankl'ın logoterapi yaklaşımına daha yakındır.
- E) **İçgüdüsel dürtüleri sosyal açıdan kabul edilebilir biçimlere yönlendirmek**, psikanalitik kuramda savunma mekanizmalarından **yüceltme (sublimasyon)** kavramını çağırıştır-maktadır.

Cevap: C

4. **Bilişsel terapi** yaklaşımına göre **otomatik düşünceler**, bireyin belirli bir durum karşısında zihninden hızlı, kendiliğinden ve çoğu zaman sorgulanmadan geçen; duygu ve davranışlarını doğrudan etkileyen düşüncelerdir. Vakada Asya'nın iş görüşmesi öncesinde **"Yine başarısız olacağım, kendimi ifade edemeyeceğim."** şeklinde anlık, olumsuz ve performans kaygısını artıran içsel konuşmalar yaptığı görülmektedir. Bu düşünceler belirli bir durum öncesinde ortaya çıkmakta ve kaygıyı beslemektedir. Bu nedenle bu ifadeler **otomatik düşünceye** örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Temel inanç**, bireyin kendisi, diğerleri ve dünya hakkında geliştirdiği daha derin, katı ve genellenmiş bilişlerdir. Örneğin "Ben yetersizim." gibi ifadeler temel inanç niteliği taşır. Vakadaki düşünceler ise duruma özgü ve anlıktır.
- C) **Kendini gerçekleştirmeyi engelleyici inanç**, daha çok Carl Rogers'ın birey merkezli yaklaşımındaki koşullu değer algılarıyla ilişkilendirilebilecek bir ifadedir; Beck'in bilişsel terapi terminolojisinde temel kavram değildir.
- D) **Savunma mekanizması**, Sigmund Freud'un psikanalitik kuramına ait bir kavramdır ve bilinç dışı kaygıyla baş etmeyi açıklar.
- E) **Eylemsel önyargı**, bilişsel terapinin temel kavramları arasında yer almaz ve vakadaki durumla ilişkili değildir.

Cevap: B

5. **Bilişsel terapi** yaklaşımında danışanın kendisi, diğerleri ve dünyaya ilişkin **uyumsuz inançlarının hipotez olarak ele alınması**, bu inançların kanıtlar yoluyla test edilmesi, alternatif yorumların geliştirilmesi ve davranışsal deneylerle desteklenmesi süreci doğrudan **bilişsel yeniden yapılandırma** tekniğini ifade eder. Beck'e göre terapist ve danışan işbirliği içinde işlevsel olmayan düşüncelerin doğruluğunu sorgular, alternatif bilişler üretir ve bu yeni bilişleri davranışsal deneylerle test eder. Soruda verilen süreç bu müdahale mantığını doğrudan yansıtmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Maruz bırakma terapisi**, daha çok davranışçı yaklaşımda ve özellikle fobi ile kaygı bozukluklarının tedavisinde kullanılan bir tekniktir.
- B) **Otomatik düşünce kayıtları**, danışanın işlevsel olmayan düşüncelerini fark etmesine yardımcı olan bir araçtır; ancak soruda anlatılan daha kapsamlı süreç doğrudan bilişsel yeniden yapılandırmadır.
- C) **Sistemik duyarsızlaştırma**, Joseph Wolpe tarafından geliştirilen davranışçı bir tekniktir.
- E) **Çözüm odaklı problem çözme**, soruda anlatılan inançların test edilmesi ve alternatif biliş geliştirme sürecini doğrudan karşılamamaktadır.

Cevap: D

6. **Bilişsel terapi** yaklaşımı; **yapılandırılmış**, kuram temelli, **aktif, direktif, sorun odaklı** ve genellikle **kısa süreli/zaman sınırlı** bir yaklaşımdır. Terapist danışanla iş birliği içinde çalışsa da süreci yapılandırır ve danışanın işlevsel olmayan düşüncelerine odaklanır. Buna göre:

- I. Danışma sürecinin **yapılandırılmış olması** ve belirli bir kurama dayanması, bilişsel terapinin temel özellikleri arasındadır.
- II. Danışanın davranışlarını gözlemleyip **pekiştirmeye odaklanmak**, klasik davranışçı yaklaşımın temel vurgusudur; bilişsel terapinin temel özelliği değildir.
- III. Yaklaşımın **aktif olması** ve danışmanın sürece yön vermesi bilişsel terapinin ayırt edici özelliklerindendir.

IV. Danışma sürecinin **uzun süreli ve geçmişe odaklı olması**, daha çok psikanalitik yaklaşımı çağırıştırır. bilişsel terapi ağırlıklı olarak mevcut düşünce örüntülerine odaklanır.

V. Sorunlara doğrudan odaklanması ve **zaman sınırlamasının bulunması**, bilişsel terapisinin temel özellikleri arasında yer alır.

Bu nedenle doğru ifadeler I, III ve V. öncüllerdir.

Cevap: B

7. **Bilişsel terapi** kuramına göre birey çevreden sürekli bilgi toplar, bu bilgileri işleyerek **kendisi, diğerleri ve dünya** hakkında bilişsel yapılar geliştirir. Bu süreçte şemalar, temel inançlar ve ara inançlar oluşur; birey bu bilişsel yapılar doğrultusunda düşünür, hisseder ve davranır. Beck'e göre bireyin bazı içsel süreçleri farkındalık dışında olabilir ancak bunlar psikanalitik kuramdaki gibi ayrı bir bilinç dışı yapı olarak değerlendirilmez. Kişi bilinçli çabayla bu süreçlerin farkına varabilir ve değiştirebilir. Soruda yer alan **çevreden sürekli bilgi toplama, kendisi-diğerleri-dünya hakkında kuram geliştirme ve içsel süreçleri bilinçli biçimde fark edip değiştirebilme** vurgusu bilişsel terapisinin insan doğası anlayışını doğrudan yansıtmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **İçsel potansiyellerini gerçekleştirme** ve deneyimleri aracılığıyla gelişme anlayışı Carl Rogers'ın **birey merkezli terapi yaklaşımına** aittir.

B) **Erken çocuklukta gelişen temel motivasyonlar**, yaşam amaçları ve sosyal ilişkiler vurgusu Adler'in **bireysel psikoloji kuramının görüşüdür.**

C) **İhtiyaçlarını karşılamak için bilinçli seçim yapma** ve kendini yönetme anlayışı William Glasser'ın **gerçeklik terapisi yaklaşımına** aittir.

E) **Şimdiki çözümlere odaklanma** ve problemi kısa sürede çözme anlayışı **çözüm odaklı kısa süreli terapi yaklaşımının temel varsayımdır.**

Cevap: D

8. **Bilişsel terapi** kuramında Beck'in tanımladığı **bilişsel üçlü**, depresif bireyin düşünce sisteminin üç temel alanda olumsuzlaşmasını ifade eder: **danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısı, yaşadığı deneyimleri olumsuz yorumlama eğilimi ve gelecekle ilgili olumsuz bakış.**

Danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısında birey kendisini kusurlu, yetersiz, değersiz ve sevilmeyen biri olarak algılar; hoş olmayan deneyimlerini kendi psikolojik, ahlaki ya da fiziksel kusurlarına bağlayabilir ve bu nedenle yoğun öz eleştirisi geliştirebilir.

Yaşadığı deneyimleri olumsuz yorumlama eğiliminde birey dünyayı aşırı taleplerin olduğu ve hedeflerine ulaşmasını engelleyen güçlüklerle dolu bir yer olarak algılar.

Gelecekle ilgili olumsuz bakışta ise birey mevcut sıkıntılarının sürekli devam edeceğini düşünür ve geleceğe ilişkin umutsuz beklentiler geliştirir.

Soruda yer alan **olumlu deneyimlerini abartması ve kendini aşırı değerli görmesi** ifadesi Beck'in depresif bilişsel üçlü modeliyle çelişmektedir. Depresif birey olumlu yaşantıları büyütme eğiliminde değil; genellikle olumlu yaşantıları küçümseme ve olumsuz yaşantıları merkeze alma eğilimindedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Kendisini yetersiz ve kusurlu görmesi**, danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısına karşılık gelir.

C) **Geleceğe dair karamsar beklentiler içinde olması**, gelecekle ilgili olumsuz bakışa karşılık gelir.

D) **Kendisini fazlaca eleştirme eğilimi**, danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısının bir sonucudur.

E) **Olumsuz deneyimlerini kişisel kusurlara atfetme eğilimi**, danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısına karşılık gelir.

Cevap: B

9. Bilişsel terapi kuramında temel inançlar, bireyin kendisi hakkında geliştirdiği en derin, katı ve genellenmiş bilişsel yapılardır. Beck'e göre bu inançlar sıklıkla **çaresizlik/yetersizlik, sevilme-me ve değersizlik** temalarında ortaya çıkar. Vakada Deniz'in "**Hiçbir zaman yeterince zeki değilim.**" ve "**Diğer öğrenciler benden çok daha başarılı.**" ifadeleri, kendisini akademik yeterlilik açısından eksik algıladığını göstermektedir. Ayrıca olumlu geri bildirimleri "**O sınav kolaydı.**" ve "**Şanslıydım.**" şeklinde açıklaması, başarılarını küçümseyerek yetersizlik şemasını sürdürdüğünü göstermektedir. Bu bilişsel örüntü Beck'in tanımladığı **çaresizlik/yetersizlik temalı temel inançlara** karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Ben değersizim**, bireyin kendisini kötü, kabul edilemez veya değersiz biri olarak algılamasını ifade eder. Vakada temel vurgu değersizlikten çok yeterlilik algısı üzerinedir.
- C) **Ben başarısızım**, daha çok belirli performans sonuçlarına ilişkin bir değerlendirme niteliği taşır. Vakada ise başarısızlığın altında daha derin bir yetersizlik şeması bulunmaktadır.
- D) **Ben suçluyum**, ahlaki kusur ve suçluluk temalı temel inançlarla ilişkilidir. Soruda bu yön-de bir ipucu bulunmamaktadır.
- E) **Ben güçsüzüm**, kırılganlık ve dayanaksızlık temalarını ifade eder. Vakadaki bilişsel içerik akademik yetersizlik algısına odaklanmaktadır.

Cevap: B

10. Bilişsel terapi kuramında Beck'in tanımladığı **bilişsel üçlü**, bireyin **kendisi, yaşadığı deneyimler/dünya** ve **geleceği** hakkında geliştirdiği olumsuz bilişsel örüntülerden oluşur. Vakada Sema'nın "**Ne kadar çalışırsam çalışayım, hiçbir zaman istediğim puanı alamayacağım**" ve özellikle "**bu durumum asla değişmeyecek**" ifadeleri, mevcut başarısızlığın gelecekte de süreceğine yönelik umutsuz ve karamsar bir beklenti içerir. Beck'e göre bireyin yaşadığı güçlüklerin sürekli devam edeceğine inanması, bilişsel üçlünün **gelecekle ilgili olumsuz bakış** boyutunu ifade eder. Soruda baskın vurgu bu noktada olduğu için en uygun seçenek budur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Danışanın kendisiyle ilgili olumsuz temel inancı**, daha çok "Ben yetersizim.", "Ben değersizim." gibi derin ve koşulsuz bilişleri ifade eder. Vakada baskın tema geleceğe yönelik umutsuzluktur.
- B) **Geçmiş deneyimlerini olumsuz değerlendirmeye** bilişsel üçlünün doğrudan bir boyutu değildir. Beck burada bireyin mevcut deneyimlerini/dünyayı olumsuz yorumlamasından söz eder.
- D) **Sosyal çevresine yönelik olumsuz algılar**, bilişsel üçlünün temel bileşenleri arasında yer almaz. Arkadaşlarla yapılan karşılaştırma ikincil bir ifadedir.
- E) **Kontrol algısının düşük olması**, öğrenilmiş çaresizlik gibi farklı kuramsal çerçevelerle ilişkilendirilebilir; bilişsel üçlünün doğrudan bileşeni değildir.

Cevap: C

11. Bilişsel terapi kuramında Beck'in tanımladığı **bilişsel üçlü**, depresif bireyin **kendisi, yaşadığı deneyimler/dünya** ve **geleceği** hakkında geliştirdiği olumsuz bilişsel örüntülerden oluşur. Soru kökünde özellikle bireyin dünyayı "**aşırı beklentiler koyan**" ve "**hedeflerine ulaşmasını engelleyen aşılması güç engellerle dolu bir yer**" olarak algılamasından söz edilmektedir. Bu ifade doğrudan Beck'in tanımladığı **yaşanan deneyimleri/dünyayı olumsuz yorumlama eğilimine** karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Ben yetersiz ve değersiz biriyim**, bilişsel üçlüde **danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısını** ifade eder.
- C) **Geleceğim karanlık ve umutsuz**, bilişsel üçlüde **gelecekle ilgili olumsuz bakışı** yansıtır.
- D) **Yaşadığım kötü deneyimler tamamen benim suçumdur**, danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısında görülen kendini kusurlarla açıklama eğilimine karşılık gelir.
- E) **Kendimi sürekli eleştiriyorum ve kusurlarımı önemsiyorum**, yine danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısının bir göstergesidir.

Cevap: A

12. Bilişsel terapi kuramında Beck'in tanımladığı bilişsel üçlü, depresif bireyin kendisi, yaşadığı deneyimler/dünya ve geleceği hakkında geliştirdiği olumsuz bilişsel örüntülerden oluşur. Soruda özellikle geleceğe yönelik olumsuz bakış tanımlanmıştır. Beck'e göre bu boyutta birey mevcut sıkıntılarının hiç bitmeyeceğini düşünür, engellerin sürekli devam edeceğine inanır ve gelecekte üstleneceği görevlerde başarısız olacağını varsayar. "Sorunlarım sonsuza dek devam edecek ve başarılı olamayacağım" düşüncesi bu tanımı doğrudan karşılamaktadır. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Gelecekte karşılaşacağım zorlukları kişisel kusurlara bağlamak, danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısıyla ilişkilidir; soru geleceğe yönelik beklentiyi sormaktadır.
- C) Geçmiş olumsuz deneyimleri değersizlik kanıtı olarak görmek, danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısını yansıtır.
- D) Kendini kusurlu ve yetersiz hissetmek, bilişsel üçlüde danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısına karşılık gelir.
- E) Şu anki deneyimlerin sürekli olumsuz olduğunu düşünmek, daha çok yaşadığı deneyimleri olumsuz yorumlama eğilimini ifade eder; soru geleceğe odaklanmaktadır.

Cevap: B

13. Bilişsel terapi kuramında Beck'in tanımladığı bilişsel üçlü, bireyin kendisi, yaşadığı deneyimler/dünya ve geleceği hakkında geliştirdiği olumsuz bilişsel örüntülerden oluşur. Danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısında birey kendisini kusurlu, yetersiz ve değersiz görür; yaşadığı deneyimleri olumsuz yorumlama eğiliminde birey yaşadığı olayları başarısızlık ve engellenme üzerinden değerlendirir; gelecekle ilgili olumsuz bakışta ise mevcut sorunlarının sürekli devam edeceğine ve başarılı olamayacağına inanır. Burak'ın ifadeleri sırasıyla şöyledir:

- I. ifade: "Kendimde büyük eksiklikler var." ifadesi Burak'ın kendisini yetersiz ve eksik algıladığını göstermektedir. Bu, danışanın kendi hakkındaki olumsuz bakış açısına karşılık gelir.

II. ifade: "Genellikle sınavlarda istediğim sonucu alamıyorum ve bu da başarısız olduğumun kanıtı gibi geliyor." ifadesi Burak'ın yaşadığı sınav deneyimlerini olumsuz yorumladığını göstermektedir. Bu, yaşadığı deneyimleri olumsuz yorumlama eğilimine karşılık gelir.

III. ifade: "Bu durum hep böyle devam edecek. İyi bir sonuç almak benim için mümkün değil." ifadesi geleceğe yönelik umutsuzluk ve karamsarlık içermektedir. Bu, gelecekle ilgili olumsuz bakışa karşılık gelir.

Cevap: D

14. Bilişsel terapi kuramında temel inançlar, bireyin geçmiş yaşantıları sonucunda geliştirdiği; kendisi, diğerleri ve dünya hakkındaki en derin, katı ve genellenmiş bilişsel yapılarıdır. Beck'e göre bu inançlar bireyin bilgiyi nasıl seçeceğini, düzenleyeceğini ve yorumlayacağını etkiler. Genellikle koşulsuz, mutlak ve kesin ifadeler biçimindedir. Ayrıca temel inançlar sıklıkla çaresizlik, sevil-meme ve değersizlik temalarında sınıflandırılır. Kurama göre tüm bireylerde hem olumlu hem de olumsuz temel inançlar bulunur; sağlıklı bireylerde olumlu temel inançlar daha etkin olabilir ancak olumlu temel inançlar her zaman baskındır ve olumsuz temel inançlar nadiren görülür şeklinde mutlak bir ifade kuramla örtüşmemektedir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Geçmiş yaşantılar sonucunda oluşması ve bireyin kendisi, diğerleri ve dünya ile ilgili varsayımlar içermesi temel inançların özellikleri arasındadır.
- B) Kişisel ve çevresel bilgilerin nasıl düzenleneceğini belirlemesi, temel inançların bilişsel işlevlerinden biridir.
- D) Koşulsuz, mutlak ve kesin ifadeler biçiminde olması, temel inançların ayırt edici özelliklerindendir.
- E) Çaresizlik, sevil-meme ve değersizlik Beck'in tanımladığı temel inanç kategorileridir.

Cevap: C

15. **Bilişsel terapi** kuramında **temel inançlar**, bireyin kendisiyle ilgili geliştirdiği derin, katı ve genellenmiş bilişsel yapılardır ve Beck'e göre sıklıkla **çaresizlik**, **sevilmeme** ve **değersizlik** temalarında ortaya çıkar. **Çaresizlik temalı temel inançlarda** birey kendisini güçsüz, başarısız, kontrolsüz, dayanıksız ya da sonuçları değiştiremeyen biri olarak algılar. Ayşema'nın "**Ne kadar çalışırsam çalışayım, sonucu değiştiremiyorum. Başarılı olamayacağım belli.**" ifadesi, çabasının sonucu değiştirmeyeceğine inanması ve kontrol algısının düşüklüğü nedeniyle **çaresizlik temalı temel inancı** yansıtmaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Değersizlik**, bireyin kendisini kötü, kabul edilemez veya değersiz biri olarak algılamasını ifade eder. Vakada bu yönde bir vurgu yoktur.
- C) **Sevilmeme**, bireyin başkaları tarafından kabul edilmeyeceği veya reddedileceği düşüncesiyle ilişkilidir. Soruda akademik başarı teması ön plandadır.
- D) **Kusurluluk**, daha çok bireyin kendisini bozuk, eksik veya hatalı biri olarak değerlendirmesiyle ilişkilidir. Soruda sonuçları değiştirememe vurgusu daha baskındır.
- E) **Yetersizlik**, çaresizlik temasıyla ilişkili görünse de Beck'in sınıflamasında daha üst kategori **çaresizliktir**. Sorudaki "sonucu değiştiremiyorum" ifadesi doğrudan çaresizlik temasını göstermektedir.

Cevap: B

1. **Bilişsel terapi** kuramında **temel inançlar**, bireyin kendisi, diğerleri ve ilişkileri hakkında geliştirdiği derin ve mutlak bilişsel yapılardır. Beck'e göre temel inançlar özellikle **çaresizlik**, **sevilmeme** ve **değersizlik** temalarında yoğunlaşır. **Sevilmeme temalı temel inançlarda** birey kendisini sevilme-yen, önemsiz, reddedilecek ya da ilişkilere layık olmayan biri olarak algılar; sıklıkla **"İnsanlar beni gerçekten sevmeyen."**, **"Her zaman reddedileceğim."** türünde düşünceler geliştirir. Aytül'ün **"Beni kimsenin gerçekten önemsemediğini düşünüyorum."** ve **"İnsanlar bana yaklaşıyor gibi davransalar da bir gün mutlaka yüz çeviriyorlar."** ifadeleri, başkalarının sevgisine ve kabulüne layık olmadığına yönelik bilişsel örüntüyü göstermektedir. Bu durum **sevilmeme inancı** ile en yakından ilişkilidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Değersizlik inancı**, bireyin kendisini kötü, kusurlu, ahlaken eksik veya kabul edilemez biri olarak görmesiyle ilişkilidir. Vakada temel vurgu sevilmeme üzerinedir.
- B) **Çaresizlik inancı**, bireyin güçsüz, yetersiz veya kontrolsüz olduğuna inanmasıyla ilgilidir. Soruda böyle bir tema yoktur.
- C) **Onaylanmama inancı**, Beck'in temel inanç sınıflandırmasında temel kategori olarak yer almaz. Sorunun kuramsal çerçevesi sevilme-me temasına işaret etmektedir.
- D) **Terk edilme inancı**, şema terapi literatüründe daha sık kullanılan bir kavramdır. Sorudaki temel bilişsel örüntü Beck'in **sevilmeme** kategorisiyle daha doğrudan örtüşmektedir.

Cevap: E

2. **Temel inançlar**, bireyin kendisiyle ilgili geliştirdiği en derin, katı ve genellenmiş bilişsel yapılardır. Beck'e göre bu inançlar çoğunlukla **çaresizlik**, **sevilmeme** ve **değersizlik** temalarında görülür. **Değersizlik temalı temel inançlarda** birey kendisini önemsiz, kabul edilemez, değersiz veya dikkate alınmaya layık olmayan biri olarak algılar. Kahraman'ın yöneticisinin rapora beklediği ilgiyi göstermemesi sonrasında **"Yaptığım şeyin bir önemi yok"** ve özellikle **"Kimse benim ortaya koyduğum dikkate almıyor"** şeklinde düşünmesi, yaptığı işin ve dolayısıyla kendisinin değer-

siz olduğu yönünde bir çıkarım yaptığını göstermektedir. Bu bilişsel örüntü **değersizlik inancına** karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kusurluluk inancı**, bireyin kendisini hatalı, bozuk veya eksik biri olarak algılamasını ifade eder. Vakada kusurlu olmaktan çok önemsiz-meme ve değersiz hissetme teması vardır.
- C) **Sevilmeme inancı**, bireyin başkaları tarafından sevilme-yeyeceğine veya reddedileceğine inanmasıyla ilişkilidir. Soruda sevgi ve kabul teması ön planda değildir.
- D) **Terk edilme inancı**, yakın ilişkilerin sona ereceği düşüncesini içerir ve daha çok şema terapi literatüründe ele alınır. Vakada böyle bir ilişki örüntüsü bulunmamaktadır.
- E) **Onaylanmama inancı**, Beck'in temel inanç sınıflandırmasında temel kategori olarak yer almaz. Sorudaki örüntü doğrudan değersizlik temasını göstermektedir.

Cevap: B

3. **Temel inançlar**, Beck'e göre bireyin kendisi, diğerleri ve yaşam olayları hakkında geliştirdiği derin, katı ve genellenmiş bilişsel yapılardır. Bu inançlar sıklıkla **çaresizlik**, **sevilmeme** ve **değersizlik** temalarında görülür. Soruda her ifade ayrı ayrı bu temalarla eşleştirilmelidir:

- I. ifade: **"Ne kadar uğraşsam da sorunlar çözülüyor, her şey aynı kalıyor ve ben bunu değiştirebileceğimi düşünmüyorum."** ifadesi kontrol kaybı, etkisizlik ve sonucu değiştiremememe algısı içermektedir. Bu, **çaresizlik inancına** karşılık gelir.
- II. ifade: **"Kendimi çok yalnız hissediyorum, sanki kimse gerçekten yanımda değil."** ifadesi bireyin destek görmediğini ve ilişkilerde yalnız kaldığını düşündüğünü göstermektedir. Bu, **sevilmeme inancına** karşılık gelir.
- III. ifade: **"Sanki çabalarım hiç fark edilmiyor ve önemsizim."** ifadesi bireyin kendisini değersiz ve önemsiz algıladığını göstermektedir. Bu, **değersizlik inancına** karşılık gelir.
- IV. ifade: **"Sanırım beni sevmiyorlar ya da istemiyorlar burada olmamı."** ifadesi reddedilme ve kabul görmeme düşüncesi içerdiği için **sevilmeme inancına** karşılık gelir.

V. ifade: “İyileşme olmayacakmış gibi geliyor, bu durumun devam edeceğini düşünüyorum.” ifadesi sorunların değişmeyeceğine yönelik umutsuzluk içerdiği için **çaresizlik** inancına karşılık gelir.

Sıralama **Çaresizlik – Sevilme – Değersizlik – Sevilme – Çaresizlik** şeklindedir.

Cevap: E

4. **Ara inançlar**, Beck’in bilişsel modelinde temel inançlardan türeyen; bireyin kendisi, diğerleri ve yaşam olaylarıyla ilgili geliştirdiği **kurallar, tutumlar** ve **varsayımlardır**. Bu inançlar çoğunlukla “Eğer... o zaman...”, “-meli/-malı” ya da katı kurallar biçiminde ortaya çıkar ve bireyin duygu ile davranışlarını doğrudan etkiler. Temel inançlara göre daha yüzeyde yer alırlar ancak yine de temel inançlarla bağlantılıdır ve çoğu zaman geçmiş yaşantılar sonucunda şekillenirler. Soruda yer alan **geçmiş yaşantılarından bağımsızdır** ifadesi kuramsal bilgiyle çelişmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Koşullu ve katı yapıya sahip olmaları**, ara inançların temel özelliklerindendir.
- B) **Davranış ve duygusal tepkileri doğrudan etkilemeleri**, ara inançların önemli işlevlerinden biridir.
- C) “Eğer... o zaman...” şeklinde ifade edilmeleri, ara inançların tipik görünümüdür.
- D) **Temel inançlara kıyasla daha yüzeysel olmaları**, bilişsel yapı hiyerarşisinde doğru bir bilgidir.

Cevap: E

5. **Otomatik düşünceler**, belirli bir durum karşısında zihinden hızlı, kendiliğinden ve çoğu zaman sorgulanmadan geçen; duygu ve davranışları etkileyen düşüncelerdir. Beck’e göre olumsuz otomatik düşünceler genellikle çarpıtılmış, işlevsiz ve kaygı/depresyonu sürdüren içerikler taşır. “**İnsanlar bana hep mesafeli davranıyor**” ifadesi zihin okuma veya aşırı genelleme, “**Ne yaparsam yapayım başarılı olamam**” çaresizlik ve aşırı genelleme, “**Herkes benim hatalarımı fark eder**”

zihin okuma ve “**Yakında kötü bir haber alacağım**” falcılık örneği olabilir. Buna karşılık “**Bazen işler planladığım gibi gitmeyebilir**” ifadesi daha gerçekçi, esnek ve işlevsel bir değerlendirmedir; çarpıtılmış olumsuz otomatik düşünce niteliği taşımaz. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İnsanlar bana hep mesafeli davranıyor**, genelleme ve kanıtı dayanmayan olumsuz bir otomatik düşünce olabilir.
- B) **Ne yaparsam yapayım başarılı olamam**, çaresizlik ve aşırı genelleme içeren olumsuz otomatik düşüncedir.
- C) **Herkes benim hatalarımı fark eder**, zihin okuma içeren olumsuz otomatik düşüncedir.
- D) **Yakında kötü bir haber alacağım**, geleceğe ilişkin felaketleştirme/falcılık örneğidir.

Cevap: E

6. **Otomatik düşünceler**, belirli bir olay sonrasında hızla ortaya çıkan ve çoğu zaman bilişsel çarpıtmalar içeren düşüncelerdir. Beck’e göre olumsuz otomatik düşünceler üç şekilde görülebilir: **nesnel kanıtlara ters düşen çarpıtılmış düşünceler**, doğruluk payı olsa da sonucun çarpıtıldığı düşünceler ve doğru fakat işlevsel olmayan düşünceler. Esmâ yalnızca **tek bir sınavdan düşük not almıştır**, ancak buradan hareketle “**üniversite hayatım boyunca başarılı olamayacağım**” ve “**asla istediğim seviyeye gelemem**” sonucuna ulaşmaktadır. Tek bir olumsuz deneyimi tüm akademik geleceğine genellemesi hem **aşırı genelleme** içermekte hem de mevcut nesnel kanıtlarla desteklenmemektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Sonucu abartma ve kanıtları tek taraflı yorumlama** ifadesi kısmen çarpıtma içerse de sorudaki temel hata tek bir olaydan tüm geleceğe yönelik kesin sonuç çıkarmasıdır.
- C) **Ara inançlar**, genellikle “Eğer... o zaman...” veya katı kurallar biçimindedir. Sorudaki ifade anlık otomatik düşünce niteliğindedir.
- D) **Gerçek duruma uygun ama olumsuz duyguları tetikleyen düşünce** değildir; çünkü mevcut veriler tüm üniversite hayatı hakkında böyle kesin bir sonuca izin vermez.

- E) Düşünce **duruma uygun ve işlevsel** değildir; aksine bilişsel çarpıtma içermektedir.

Cevap: A

7. **Otomatik düşünceler**, Beck'e göre bazen doğrudan nesnel gerçeklikle çelişebilir, bazen ise olayın bir kısmı doğru olsa bile birey bu durumdan çarpıtılmış sonuçlar çıkarabilir. Burada Selma'nın sunum sırasında birkaç kez duraksaması ve hocasının yüzünde ciddi bir ifade görmesi **gerçek bir durumdur**. Ancak bu sınırlı gözlemden hareketle "**Hocam sunumumu beğenmedi**" ve daha da ileri giderek "**İleride hiçbir konuda bana referans olmayacak**" sonucuna ulaşması, mevcut durumdan aşırı ve çarpıtılmış çıkarımlar yaptığını göstermektedir. Yani başlangıçtaki gözlem doğru olabilir; fakat ulaşılan sonuç gerçekliği aşmaktadır. Bu nedenle bu düşünce **doğru olabilen ancak çıkarılan sonucun çarpıtıldığı düşünceye** örnektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Mevcut nesnel kanıtlara ters düşen çarpıtılmış düşünce**, tamamen kanıtsız veya açık biçimde gerçeklikle çelişen düşünceleri ifade eder. Burada başlangıçta gerçek bir gözlem bulunmaktadır.
- B) **Doğru ve işlevsel düşünce** değildir; çünkü ulaşılan sonuç aşırı yorum içermektedir.
- C) **Olumluyu görmezden gelme**, olumlu geri bildirimleri küçümseme durumudur. Soruda bu örüntü yoktur.
- D) **Aşırı genelleme** unsuru kısmen görülse de sorunun asıl vurgusu doğru olabilecek bir gözlemden çarpıtılmış sonuç üretmesidir.

Cevap: E

8. **Otomatik düşünceler**, Beck'e göre yalnızca açık biçimde çarpıtılmış düşüncelerden oluşmaz. Bazı otomatik düşünceler **nesnel kanıtlara ters düşebilir**, bazıları **doğru olabilecek bir durumdan çarpıtılmış sonuç çıkarabilir**, bazıları ise **gerçekçi olsa bile işlevsel değildir**. Kaynakta verilen klasik örneklerden biri de "**Bu ödevi bitirmem çok zaman alacak.**" ifadesidir ve bu düşünce **doğru ancak işlevsel olmayan düşünce** olarak tanımlanır. Soruda öğrencinin "**Bu projeyi**

tamamlamam gerçekten çok uzun zaman alacak" düşüncesi gerçeklik payı taşıyabilir; ancak bu düşünceyi "**o yüzden başlamamın bir anlamı yok**" sonucuna bağlaması erteleme davranışını sürdürmektedir. Düşünce gerçekçi olabilir fakat işlevsel değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Mevcut nesnel kanıtlara ters düşen düşünceler**, açık biçimde gerçeklikle çelişir. Soruda projenin zaman alması gerçekten mümkün olabilir.
- B) **Doğru olabilen ancak çıkarılan sonucun çarpıtıldığı düşünceler** seçeneği yakın görünse de kaynakta bu örneğin doğrudan **doğru ancak işlevsel olmayan düşünce** kategorisine benzer olduğu görülmektedir.
- C) **Kendi yeterliliğini tamamen reddetme** soruda temel tema değildir. Öğrenci daha çok görevin uzun süreceğini düşünüp kaçınmaktadır.
- E) Düşünce tamamen işlevsel değildir; çünkü öğrenciyi kaçınma ve ertelemeye götürmektedir.

Cevap: D

9. **Otomatik düşünceler**, belirli bir durumun hemen öncesinde ya da sırasında zihinden hızlı, kendiliğinden ve çoğu zaman sorgulanmadan geçen; duygu ve davranışları doğrudan etkileyen düşüncelerdir. Beck'in bilişsel modelinde bu düşünceler özellikle yoğun kaygı anlarında daha görünür hale gelir. Soruda psikolojik danışman öğrenciden **sınavı girmeden hemen önce aklından geçen düşünceleri** paylaşmasını istemektedir; yani amaç kaygıyı artıran işlevsel olmayan otomatik düşünceyi yakalamaktır. "**Bu sınavı kazanamazsam bir daha asla toparlanamam.**" ifadesi felaketleştirme, aşırı genelleme ve geleceğe yönelik olumsuz çıkarım içeren tipik bir olumsuz otomatik düşüncedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Her sınavı kazanmak mümkün olmayabilir**, daha gerçekçi ve esnek bir değerlendirmedir; işlevsel olmayan otomatik düşünce niteliği taşımaz.
- C) **Daha iyi hazırlanırsam performansımı yükseltebilirim**, problem çözmeye dönük işlevsel bir düşüncedir.

- D) **Hayat sadece sınav sonuçlarından ibaret değildir**, bilişsel yeniden yapılandırma sonrası geliştirilebilecek daha dengeli bir düşüncedir.
- E) **Sınav zor olsa da elimden geleni yapabilirim**, kaygıyı azaltabilecek gerçekçi ve işlevsel bir düşüncedir.

Cevap: B

10. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin olayları gerçekçi biçimde değerlendirmek yerine sistematik düşünme hataları yapmasına neden olur. Berk, yalnızca **tek bir deneme sınavındaki düşük puanı** temel alarak düşünceyi giderek daha yıkıcı sonuçlara taşımaktadır: **“Gerçek sınavda kesin yapamayacağım, üniversiteye giremeyeceğim, hayatım mahvolacak.”** Berk’in bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **felaketleştirmedir**. **Felaketleştirme**, yaşanan bir olayın olası sonuçlarını olduğundan çok daha ağır, yıkıcı ve geri döndürülemez biçimde değerlendirerek en kötü senaryoyu kaçınılmaz gibi algılamaktır. Beck’in bilişsel modelinde bu çarpıtma, bireyin küçük ya da orta düzey bir olumsuzluğu yaşamının tamamına yayılmış büyük bir felaket gibi yorumlamasıyla ortaya çıkar. Berk’in tek bir deneme sonucundan doğrudan **“hayatım mahvolacak”** sonucuna ulaşması bu çarpıtmayı açık biçimde göstermektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Zihin okuma**: Berk’in kullandığı bilişsel çarpıtma **zihin okuma değildir**. **Zihin okuma**, kişinin yeterli kanıt olmadan başkalarının kendisi hakkında ne düşündüğünü bildiğini varsaymasıdır. Örneğin: **“Öğretmen yüzünü astı, kesin başarısız olduğumu düşünüyor.”** Soruda böyle bir çıkarım bulunmamaktadır.
- C) **Etiketleme**: Berk’in kullandığı bilişsel çarpıtma **etiketleme değildir**. **Etiketleme**, bireyin kendisine veya başkalarına genellenmiş olumsuz sıfatlar yüklemesidir. Örneğin: **“Bu sınav kötü geçti, ben aptalım.”** Berk kendisini doğrudan etiketlememektedir.
- D) **Kontrol yanılması**: Berk’in kullandığı bilişsel çarpıtma **kontrol yanılması değildir**. **Kontrol yanılması**, kişinin olayların sonuçlarından ya da başkalarının duygularından kendisini aşırı derecede sorumlu tutmasıdır.

Örneğin: **“Arkadaşım mutsuzsa bunun sebebi benim.”** Soruda böyle bir örüntü yoktur.

- E) **Siyah-beyaz düşünme**: Berk’in kullandığı bilişsel çarpıtma **siyah-beyaz düşünme değildir**. **Siyah-beyaz düşünme**, olayları iki uçta değerlendirmektir. Örneğin: **“Ya sınavı kazanırım ya tamamen başarısız olurum.”** Berk’in temel düşünme hatası olayın sonucunu katastrofik biçimde büyütmesidir.

Cevap: A

11. Bilişsel çarpıtmalar, bireyin olayları gerçekçi biçimde değerlendirmek yerine sistematik düşünme hataları yapmasına neden olur. Deniz, sınıfta yanlış cevap verdikten sonra arkadaşlarının yüz ifadelerini fark etmekte ve yeterli kanıt olmadan **“Kesin benimle dalga geçiyorlar. Aptal olduğumu düşünüyorlardır.”** sonucuna ulaşmaktadır. Deniz’in bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **zihin okumadır**. Zihin okuma, bireyin yeterli kanıt olmadan ya da aksini gösteren veriler olmasına rağmen başkalarının kendisi hakkında ne düşündüğünü bildiğini varsaymasıdır. Beck’in bilişsel modelinde bu durum keyfi çıkarımın alt türlerinden biri olarak değerlendirilir. Deniz’in arkadaşlarının gerçekten ne düşündüğünü test etmeden bunu gerçek kabul etmesi bu çarpıtmayı açık biçimde göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Olumluyu görmezden gelme**: Deniz’in kullandığı bilişsel çarpıtma **olumluyu görmezden gelme değildir**. Bu çarpıtmada birey olumlu yaşantıları küçümser veya geçersiz sayar. Örneğin: **“Sınavdan yüksek aldım ama sınav zaten kolaydı.”** Soruda böyle bir durum yoktur.
- C) **Kişiselleştirme**: Deniz’in kullandığı bilişsel çarpıtma **kişiselleştirme değildir**. **Kişiselleştirme**, bireyin yeterli kanıt olmadan olayları kendisiyle ilişkilendirmesi veya olumsuz sonuçlardan kendisini sorumlu tutmasıdır. Örneğin: **“Arkadaşım üzgünse kesin ben bir hata yaptım.”** Soruda temel hata başkalarının düşüncelerini varsaymaktır.
- D) **Filtreleme**: Deniz’in kullandığı bilişsel çarpıtma **filtreleme değildir**. **Filtreleme** (seçici soyutlama), bireyin olayın yalnızca olumsuz ayrıntısına odaklanıp diğer yönleri göz ardı etmesidir. Örneğin: **“Sunumum çok beğenildi ama bir kişi eleştirdi; demek ki çok kötüydüm.”**

E) Felaketleştirme: Deniz'in kullandığı bilişsel çarpıtma felaketleştirme değildir. Felaketleştirme, olayın sonuçlarını olduğundan çok daha yıkıcı değerlendirmektir. Örneğin: "Bu sınav kötü geçti, hayatım mahvoldu." Soruda böyle bir katastrofik sonuç çıkarımı bulunmamaktadır.

Cevap: B

12. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin olayları gerçekçi biçimde değerlendirmek yerine sistematik düşünme hataları yapmasına neden olur. Selin dönem boyunca **tüm derslerinden yüksek not almasına rağmen**, yalnızca bir derste düşük nota odaklanmakta ve diğer tüm olumlu akademik başarılarını değersizleştirmektedir. "**Ne önemi var ki?**" ifadesi olumlu başarılarını küçümsediğini, "**Demek ki yeterince zeki değilim.**" ifadesi ise olumlu verileri geçersiz sayarak olumsuz sonuca ulaştığını göstermektedir. Selin'in bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **olumluyu geçersiz kılma**dır. Bu çarpıtmada birey kendi başarılarını, olumlu özelliklerini veya olumlu yaşantılarını önemsizleştirir; bunları geçici, değersiz ya da anlamsız görür. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Aşırı genelleme**: Selin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **aşırı genelleme değildir**. **Aşırı genelleme**, tek bir olaydan hareketle geniş ve kalıcı bir genel kural üretmektir. Örneğin: "**Bir sınavdan düşük aldım, hiçbir zaman başarılı olamayacağım.**"

B) **Etiketleme**: Selin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **etiketleme değildir**. **Etiketleme**, bireyin kendisine genellenmiş olumsuz sıfat yüklemesidir. Örneğin: "**Ben aptalım.**" Soruda bu ifade kısmen çağrışım yapsa da baskın örüntü olumlu başarıları değersizleştirmesidir.

D) **Siyah-beyaz düşünme**: Selin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **siyah-beyaz düşünme değildir**. Bu çarpıtmada olaylar iki uçta değerlendirilir. Örneğin: "**Mükemmel değilsem tamamen başarısızım.**"

E) **Kişiselleştirme**: Selin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **kişiselleştirme değildir**. **Kişiselleştirme**, bireyin ilgisiz olayları kendisine yüklemesi veya olumsuz sonuçlardan kendisini sorumlu tutmasıdır. Örneğin: "**Arkadaşım üzgünse bunun sebebi benim.**"

Cevap: C

13. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin olayları nesnel verilerle değerlendirmek yerine hızlı ve hatalı çıkarımlar yapmasına neden olabilir. Melis, yöneticisinin kendisiyle göz göze gelmemesini doğrudan "**Beni artık sevmiyor.**" şeklinde yorumlamaktadır. Oysa yöneticinin gerçekten ne düşündüğüne ilişkin elinde yeterli bir kanıt yoktur ve daha sonra bunun yöneticinin yoğunluğundan kaynaklandığı anlaşılmaktadır. Melis'in bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **zihin okuma**dır. **Zihin okuma**, bireyin yeterli kanıt olmadan başkalarının kendisi hakkında ne düşündüğünü ya da hissettiğini bildiğini varsaymasıdır. Melis'in yöneticisinin zihninden geçenleri geçmiş gibi kabul etmesi bu çarpıtmayı göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Felaketleştirme**: Melis'in kullandığı bilişsel çarpıtma **felaketleştirme değildir**. **Felaketleştirme**, bir olayın sonuçlarını olduğundan çok daha yıkıcı değerlendirmektir. Örneğin: "**Sunum kötü geçti, kariyerim bitti.**"

C) **Aşırı genelleme**: Melis'in kullandığı bilişsel çarpıtma **aşırı genelleme değildir**. **Aşırı genelleme**, tek bir olaydan geniş ve kalıcı sonuçlar çıkarmaktır. Örneğin: "**Bu görüşme kötü geçti, hiçbir işte başarılı olamam.**"

D) **Olmalı düşünceleri**: Melis'in kullandığı bilişsel çarpıtma **olmalı düşünceleri değildir**. Bu çarpıtmada birey kendisi, diğerleri veya dünya için katı kurallar koyar. Örneğin: "**Herkes bana saygılı davranmalı.**"

E) **Kişiselleştirme**: Melis'in kullandığı bilişsel çarpıtma **kişiselleştirme değildir**. **Kişiselleştirme**, bireyin ilgisiz olayları kendisiyle ilişkilendirmesi veya olumsuz sonuçlardan kendisini sorumlu tutmasıdır. Soruda temel hata başkasının zihnini okuduğunu varsaymasıdır.

Cevap: B

14. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin bir olayı bütün yönleriyle değerlendirmek yerine belirli ayrıntılara odaklanarak hatalı sonuçlara ulaşmasına neden olabilir. Serkan, öğretmeninden hem **olumlu geri bildirimler** hem de **yapıcı eleştiriler** almasına rağmen yalnızca eleştirilen birkaç noktaya odaklanmakta ve olumlu kısımları göz ardı etmektedir. “**Sunumum tamamen berbattı**” düşüncesine ulaşmasının temel nedeni, olayın bütününe bakmak yerine yalnızca olumsuz ayrıntıları seçmesidir. Serkan’ın bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **seçici soyutlamadır**. **Seçici soyutlama (zihinsel süzgeç/filtreleme)**, bireyin olayın tek bir olumsuz ayrıntısına odaklanıp diğer önemli ve olumlu verileri göz ardı ederek genel bir sonuca ulaşmasıdır. Serkan’ın yalnızca eleştirilen kısımları düşünmesi bu çarpıtmayı açık biçimde göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Olmalı düşüncesi**: Serkan’ın kullandığı bilişsel çarpıtma **olmalı düşüncesi değildir**. Bu çarpıtmada birey kendisi veya başkaları için katı kurallar koyar. Örneğin: “**Sunum yaparken hiç hata yapmamalıyım.**”
- B) **Kişiselleştirme**: Serkan’ın kullandığı bilişsel çarpıtma **kişiselleştirme değildir**. **Kişiselleştirme**, bireyin olayları gereksiz biçimde kendisine yüklemesidir. Örneğin: “**Öğretmen mutsuz görünüyorsa sebebi benim.**”
- C) **Zihin okuma**: Serkan’ın kullandığı bilişsel çarpıtma **zihin okuma değildir**. **Zihin okuma**, bireyin başkalarının ne düşündüğünü bildiğini varsaymasıdır. Soruda böyle bir durum yoktur.
- E) **Aşırı genelleme**: Serkan’ın kullandığı bilişsel çarpıtma **aşırı genelleme değildir**. **Aşırı genelleme**, bir ya da iki olaydan geniş ve kalıcı sonuçlar çıkarmaktır. Soruda temel hata olumsuz ayrıntıya odaklanmaktır.

Cevap: D

15. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin olayların nedenlerini hatalı biçimde yorumlamasına yol açabilir. Merve, etkinlikte bazı kişilerin geç kalmasını doğrudan kendi davranışıyla ilişkilendirmekte ve “**Eğer ben daha iyi planlasaydım kimse geç kalmazdı**” sonucuna ulaşmaktadır. Oysa etkinliğe geç kalan kişilerin bireysel sorumlulukları veya farklı dış etkenler de olabilir. Merve’nin bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **kişiselleştirme**dir. **Kişiselleştirme**, bireyin yeterli kanıt olmadan kendisiyle ilgisi olmayan ya da çok az ilgili olan olayları kendisine atfetmesi ve olumsuz sonuçlardan kendisini sorumlu tutmasıdır. Merve’nin tüm aksaklığın sorumluluğunu kendisine yüklemesi bu çarpıtmayı göstermektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Kutuplaşmış düşünce**: Merve’nin kullandığı bilişsel çarpıtma **kutuplaşmış düşünce değildir**. Bu çarpıtmada birey olayları iki uçta değerlendirir. Örneğin: “**Etkinlik mükemmel olmadıysa tamamen başarısızdır.**”
- B) **Meli-malı düşüncesi**: Merve’nin kullandığı bilişsel çarpıtma **meli-malı düşüncesi değildir**. Bu çarpıtmada birey katı kurallar geliştirir. Örneğin: “**Herkes zamanında gelmeliydi.**”
- C) **Seçici soyutlama**: Merve’nin kullandığı bilişsel çarpıtma **seçici soyutlama değildir**. Bu çarpıtmada birey olayın yalnızca olumsuz ayrıntısına odaklanır.
- D) **Abartma**: Merve’nin kullandığı bilişsel çarpıtma **abartma değildir**. **Abartma**, olayın önemini olduğundan fazla değerlendirmektir. Sorudaki temel hata sorumluluğu kendine yüklemesidir.

Cevap: E

1. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin olayları esnek biçimde değerlendirmek yerine katı ve uç noktalarda yorumlamasına neden olabilir. Selin'in **"Eğer bütün ödevlerimi eksiksiz yapmazsam, kesinlikle başarısız olurum."** düşüncesinde başarı yalnızca iki uçta ele alınmaktadır: ya tüm ödevler eksiksiz yapılacaktır ya da tamamen başarısız olunacaktır. Aradaki kısmi başarı, telafi etme ya da hatalardan öğrenme olasılığı yok sayılmaktadır. Selin'in bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **kutuplaşmış düşüncedir. Kutuplaşmış düşünce (ya hep ya hiç düşünme)**, bireyin olayları siyah-beyaz biçimde değerlendirmesi ve ara olasılıkları görmezden gelmesidir. **"Ya mükemmel olmalıyım ya tamamen başarısızım"** mantığı bu çarpıtmanın temel özelliğidir. Selin'in düşüncesi bu örüntüyü açık biçimde göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Kişiselleştirme**: Selin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **kişiselleştirme değildir. Kişiselleştirme**, bireyin ilgisiz olayları kendisine yüklemesidir. Örneğin: **"Arkadaşım mutsuzsa kesin benim yüzümden."**

C) **Olmalı (meli-malı) düşünceleri**: Bu seçenek güçlü bir çeldiricidir çünkü düşüncede katı bir standart vardır. Ancak sorunun baskın yönü kendine kural koymaktan çok sonucu iki uçta değerlendirmesidir. **Olmalı düşüncelerinde** daha tipik ifade: **"Her zaman mükemmel olmalıyım."**

D) **Felaketleştirme**: Selin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **felaketleştirme değildir. Felaketleştirme**, olayın sonuçlarını olduğundan çok daha yıkıcı değerlendirmektir. Örneğin: **"Bu sınav kötü geçerse hayatım mahvolur."**

E) **Seçici soyutlama**: Selin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **seçici soyutlama değildir. Bu çarpıtmada** birey olayın yalnızca olumsuz ayrıntısına odaklanır. Örneğin: **"Sunumum beğenildi ama bir kişi eleştirdi; demek ki çok kötüydüm."**

Cevap: B

2. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin kendisi, diğer insanlar ve dünya hakkında katı kurallar geliştirmesine neden olabilir. Hakan'ın **"Hata yapmamalıyım."**, **"Her zaman başarılı olmalıyım."** ve **"Amirlerim beni her zaman takdir etmelidir."** ifadeleri doğrudan katı gereklilik cümleleri içermektedir. Birey burada hem kendisine hem de başkalarına yönelik değişmez kurallar koymaktadır. Hakan'ın bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **olmalı ifadeleri/dayatmalardır. Olmalı ifadeleri**, bireyin kendisi, diğer insanlar veya yaşamın nasıl olması gerektiğine ilişkin katı kurallar geliştirmesi ve bu kurallar gerçekleşmediğinde yoğun stres, öfke veya hayal kırıklığı yaşamasıdır. Hakan'ın yaşadığı baskının temel nedeni bu katı beklentilerdir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Kişiselleştirme**: Hakan'ın kullandığı bilişsel çarpıtma **kişiselleştirme değildir. Kişiselleştirme**, bireyin ilgisiz olayları kendisine yüklemesidir. Örneğin: **"İş yerinde ortam gerginse kesin benim yüzümden."**

B) **Kutuplaşmış düşünce**: Hakan'ın kullandığı bilişsel çarpıtma **kutuplaşmış düşünce değildir. Kutuplaşmış düşünce**, olayları iki uçta değerlendirmektir. Örneğin: **"Ya mükemmel çalışırım ya tamamen başarısız olurum."**

D) **Abartma**: Hakan'ın kullandığı bilişsel çarpıtma **abartma değildir. Abartma**, olayın önemini olduğundan fazla değerlendirmektir. Örneğin: **"Bu hata kariyerimi bitirir."**

E) **Seçici soyutlama**: Hakan'ın kullandığı bilişsel çarpıtma **seçici soyutlama değildir. Seçici soyutlama**, olayın yalnızca olumsuz ayrıntısına odaklanmaktır. Örneğin: **"Yöneticim birçok şeyi beğendi ama bir eleştiri yaptı; demek ki çok kötüyüm."**

Cevap: C

3. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin duygularını doğru-
dan gerçekliğin kanıtı gibi yorumlamasına neden
olabilir. Soruda kritik ifade “**Emine, son zaman-
larda iş yerinde kendisini sürekli değersiz ve
yetersiz hissediyordu.**” cümlesidir. Ardından
amirinden açık bir eleştiri gelmemesine rağmen
yalnızca bu duygusuna dayanarak “**Amirim beni
sevmediğini düşünüyorum**” sonucuna ulaş-
maktadır. Emine’nin bu düşünce biçimiyle ulaştığı
bilişsel çarpıtma **duygusal çıkarsamadır. Duy-
gusal çıkarsama**, bireyin tersine kanıtlar olsa bile
yalnızca hissettiği duyguyu gerçek kabul etmesi;
“**Böyle hissediyorum, öyleyse bu doğrudur.**”
biçiminde düşünmesidir. Emine’nin değersizlik
hissini, amirinin onu sevmediğinin kanıtı olarak
yorumlaması bu çarpıtmayı göstermektedir. **Doğ-
ru cevap A seçeneğidir.**

B) Kişiselleştirme: Emine’nin kullandığı bilişsel
çarpıtma **kişiselleştirme değildir. Kişisel-
leştirme**, bireyin ilgisiz olayları kendisine yük-
lemesidir. Örneğin: “**Toplantı kötü geçtiyse
bunun sebebi benim.**”

C) Seçici soyutlama: Emine’nin kullandığı biliş-
sel çarpıtma **seçici soyutlama değildir.** Bu
çarpıtmada birey olayın yalnızca olumsuz bir
ayrıntısına odaklanır. Örneğin: “**Bir kişi eleş-
tirdi, demek ki herkes memnun değil.**”

D) Kutuplaşmış düşünce: Emine’nin kullandığı
bilişsel çarpıtma **kutuplaşmış düşünce de-
ğildir.** Bu çarpıtmada olaylar iki uçta değer-
lendirilir. Örneğin: “**Ya çok başarılıyım ya
tamamen başarısızım.**”

E) Meli-malı ifadesi: Emine’nin kullandığı biliş-
sel çarpıtma **meli-malı ifadesi değildir.** Bu
çarpıtmada birey katı kurallar geliştirir. Örne-
ğin: “**Amirim bana her zaman ilgi gösterme-
li.**”

Cevap: A

4. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin tek bir olaydan ha-
reketle kendisi hakkında genellenmiş ve olumsuz
kimlik yargıları geliştirmesine neden olabilir. Ayaz,
yalnızca **bir sınavdan düşük not aldıktan sonra**
bunu geçici bir performans düşüklüğü olarak de-
ğerlendirmek yerine kendisini “**başarısız, tembel
ve yetersiz biri**” olarak tanımlamaktadır. Ayaz’ın
bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma
**yanlış etiketlemedir. Etiketleme/yanlış etiketle-
me**, bireyin belirli bir davranışı ya da olayı temel
olarak kendisine veya başkalarına genellenmiş,
olumsuz ve ağır sıfatlar yüklemesidir. Literatürde
bu çarpıtma, aşırı genellenmenin daha uç bir biçimi
olarak değerlendirilir. Ayaz’ın tek bir sınav sonu-
cundan tüm kimliğini olumsuz sıfatlarla tanımla-
ması bu çarpıtmayı açık biçimde göstermektedir.
Doğru cevap C seçeneğidir.

A) Kişiselleştirme: Ayaz’ın kullandığı bilişsel
çarpıtma **kişiselleştirme değildir. Kişiselleş-
tirme**, bireyin ilgisiz olayları kendisine yük-
lemesidir. Örneğin: “**Öğretmen sinirliyse kesin
benim yüzümden.**”

B) Seçici soyutlama: Ayaz’ın kullandığı bilişsel
çarpıtma **seçici soyutlama değildir.** Bu çar-
pıtmada birey olayın yalnızca olumsuz ayrıntı-
sına odaklanır. Örneğin: “**Sınavım genel ola-
rak iyi geçti ama bir soruyu yanlış yaptım,
demek ki çok kötüyüm.**”

D) Abartma: Ayaz’ın kullandığı bilişsel çarpıtma
abartma değildir. Abartma, olayın önemini
olduğundan fazla değerlendirmektir. Örneğin:
“**Bu sınav kötü geçti, geleceğim mahvol-
du.**”

E) Duygusal çıkarsama: Ayaz’ın kullandığı biliş-
sel çarpıtma **duygusal çıkarsama değildir.**
Bu çarpıtmada birey yalnızca hislerine day-
narak sonuca ulaşır. Örneğin: “**Kendimi ba-
şarısız hissediyorum, demek ki gerçekten
başarısızım.**” Soruda temel vurgu kendine
olumsuz etiketler yapıştırmasıdır.

Cevap: C

5. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin olayların nedenleri ve sonuçları üzerindeki etkisini gerçekçi olmayan biçimde değerlendirmesine yol açabilir. Arda, makinelerin bakımından teknik ekip sorumlu olmasına ve kayıtlar vardiyalar arasında anlamlı bir fark göstermemesine rağmen **“Ben başında durduğum sürece makine kolay kolay bozulmaz.”** düşüncesine sahiptir. Arda'nın bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **kontrol yanılsamasıdır. Kontrol yanılsaması**, bireyin gerçekte kendi kontrol alanında olmayan olayları kontrol edebildiğine inanması ya da çevresindeki sonuçlar üzerinde abartılı bir etkisi olduğunu düşünmesidir. Arda'nın teknik arızaları kendi varlığıyla ilişkilendirmesi bu çarpıtmayı açık biçimde göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Felaketleştirme**: Arda'nın kullandığı bilişsel çarpıtma **felaketleştirme değildir. Felaketleştirme**, bir olayın sonuçlarını olduğundan çok daha yıkıcı değerlendirmektir. Örneğin: **“Makine bozulursa tüm kariyerim biter.”**
- B) **Seçici dikkat**: Arda'nın kullandığı bilişsel çarpıtma **seçici dikkat değildir. Seçici dikkat/ seçici soyutlama**, olayın yalnızca belirli bir ayrıntısına odaklanıp diğer verileri göz ardı etmektir. Soruda temel hata kontrol algısıyla ilgilidir.
- C) **Keyfi çıkarsama**: Arda'nın kullandığı bilişsel çarpıtma **keyfi çıkarsama değildir. Keyfi çıkarsama**, yeterli kanıt olmadan sonuca ulaşmaktır. Arda'nın düşüncesinde bu unsur bulunsa da asıl vurgu olayları kontrol ettiğine inanmasıdır.
- E) **Aşırı genelleme**: Arda'nın kullandığı bilişsel çarpıtma **aşırı genelleme değildir. Aşırı genelleme**, tek bir olaydan geniş genellemeler yapmaktır. Soruda temel problem bu değildir.

Cevap: D

6. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin yaşadığı sorunların nedenlerini hatalı biçimde değerlendirmesine yol açabilir. Fatma, iş yerindeki tüm stres ve mutsuzluğunun nedenini tamamen dış kaynaklara yüklemekte ve **“Yaşadığım tüm sorunların sebebi iş arkadaşlarım ve amirim.”** şeklinde düşünmektedir. Ayrıca kendi davranışlarını gözden geçirmek ya da değişim sorumluluğu almak yerine tüm sorumluluğu başkalarına atfetmektedir. Fatma'nın bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **suçlamadır. Suçlama**, bireyin olumsuz duygularının veya yaşadığı problemlerin sorumluluğunu tamamen başka insanlara yüklemesi ve kendi değişim sorumluluğunu üstlenmemesidir. Bu çarpıtma, kişinin problem çözme becerisini zayıflatabilir çünkü odağı tamamen dış faktörlere yöneltir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Kişiselleştirme**: Fatma'nın kullandığı bilişsel çarpıtma **kişiselleştirme değildir. Kişiselleştirme**, bireyin ilgisiz olayları kendisine yüklemesidir. Örneğin: **“Toplantı kötü geçtiyse bunun sebebi benim.”** Burada tam tersi şekilde sorumluluk dışarıya yüklenmektedir.
- C) **Seçici soyutlama**: Fatma'nın kullandığı bilişsel çarpıtma **seçici soyutlama değildir. Bu çarpıtmada birey olayın yalnızca olumsuz ayrıntısına odaklanır. Örneğin: “İşte birçok şey iyi gidiyor ama bir eleştiri aldım, demek ki her şey kötü.”**
- D) **Olmalı ifadeleri / dayatmalar**: Fatma'nın kullandığı bilişsel çarpıtma **olmalı ifadeleri değildir. Bu çarpıtmada birey katı kurallar geliştirir. Örneğin: “Amirim bana her zaman adil davranmalı.”**
- E) **Duygusal çıkarsama**: Fatma'nın kullandığı bilişsel çarpıtma **duygusal çıkarsama değildir. Bu çarpıtmada birey yalnızca hislerine dayanarak sonuca ulaşır. Örneğin: “Kendimi yetersiz hissediyorum, demek ki gerçekten yetersizim.”**

Cevap: B

7. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin kendisini gerçekçi olmayan ölçütlerle değerlendirmesine neden olabilir. Mehmet, kendi performansının iyi olduğunu bilmesine rağmen bunu dikkate almamakta ve yalnızca çalışma arkadaşının başarısına odaklanarak **“O benden çok daha başarılı, ben asla onun seviyesine gelemem.”** sonucuna ulaşmaktadır. Mehmet’in bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **haksız kıyaslamadır. Haksız kıyaslama**, bireyin kendisini gerçekçi olmayan biçimde başkalarıyla karşılaştırması, özellikle kendisinden daha başarılı görülen kişilere odaklanarak kendi yeterliliklerini küçümsemesidir. Bu çarpıtmada birey kendi gelişimini, koşullarını ve güçlü yönlerini göz ardı eder. Mehmet’in yalnızca arkadaşının başarısını referans alması bu çarpıtmayı açık biçimde göstermektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Abartma**: Mehmet’in kullandığı bilişsel çarpıtma **abartma değildir. Abartma**, olayın önemini olduğundan fazla değerlendirmektir. Örneğin: **“Bu terfiyi alamadıysam kariyerim bitti.”**

C) **Seçici soyutlama**: Mehmet’in kullandığı bilişsel çarpıtma **seçici soyutlama değildir. Bu çarpıtmada birey olayın yalnızca belirli bir olumsuz ayrıntısına odaklanır. Soruda temel vurgu sosyal karşılaştırmadır.**

D) **Olmalı ifadeleri / dayatmalar**: Mehmet’in kullandığı bilişsel çarpıtma **olmalı ifadeleri değildir. Bu çarpıtmada birey katı kurallar geliştirir. Örneğin: “Ben de mutlaka terfi almalıydım.”**

E) **Yanlış etiketleme**: Mehmet’in kullandığı bilişsel çarpıtma **yanlış etiketleme değildir. Bu çarpıtmada birey kendisine genellenmiş olumsuz sıfatlar yükler. Örneğin: “Ben başarısız biriyim.” Soruda temel örüntü kıyaslamadır.**

Cevap: A

8. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin mevcut duruma odaklanmak yerine geçmişte yaşanan olaylara takılı kalmasına ve bu düşünceleri sürekli zihninde tekrar etmesine neden olabilir. Orkun Bey, eşiyle yaşadığı tartışmalardan sonra olayları günlerce zihninde yeniden canlandırmakta, eşinin sonradan kurduğu olumlu ilişki çabalarını dikkate almak yerine geçmiş tartışmalara odaklanmaktadır. Ayrıca **“Geçmişte yaptığım hatalar bugünkü sorunların ana nedeni”** şeklinde düşünerek geçmişteki olaylar üzerinde yoğunlaşmaktadır. Orkun Bey’in bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **pişmanlık eğilimidir. Pişmanlık eğilimi**, bireyin şu anda yapabileceği yapıcı adımlara odaklanmak yerine geçmişte yaptığı davranışları tekrar tekrar düşünmesi, “keşke” temelli zihinsel uğraşlara saplanması ve geçmişe takılı kalmasıdır. Orkun Bey’in düşünce örüntüsü bu çarpıtmayı açık biçimde göstermektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Felaketleştirme**: Orkun Bey’in kullandığı bilişsel çarpıtma **felaketleştirme değildir. Felaketleştirme**, olayın sonuçlarını olduğundan çok daha yıkıcı değerlendirmektir. Örneğin: **“Bu tartışma olduysa evliliğim kesin bitecek.”**

B) **Zihinsel filtre**: Orkun Bey’in kullandığı bilişsel çarpıtma **zihinsel filtre değildir. Zihinsel filtre**, olayın yalnızca olumsuz yönüne odaklanmaktır. Soruda asıl vurgu geçmişe saplanmasıdır.

D) **Aşırı genelleme**: Orkun Bey’in kullandığı bilişsel çarpıtma **aşırı genelleme değildir. Bu çarpıtmada birey tek bir olaydan geniş genellemeler yapar. Soruda temel örüntü bu değildir.**

E) **Haksız kıyaslama**: Orkun Bey’in kullandığı bilişsel çarpıtma **haksız kıyaslama değildir. Bu çarpıtmada birey kendisini başkalarıyla gerçekçi olmayan biçimde karşılaştırır. Soruda böyle bir durum yoktur.**

Cevap: C

9. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin henüz gerçekleşmemiş olaylarla ilgili sürekli olumsuz olasılıklar üretmesine neden olabilir. Berkant'ın düşüncelerinde dikkat çeken temel nokta sürekli **"Ya tekrar nefes darlığı yaşarsam?"**, **"Ya yine uyuyamazsam?"**, **"Ya yeniden hastaneye gitmek zorunda kalırsam?"** şeklinde ardışık olasılık soruları üretmesidir. Üstelik çevresinden güven verici geri bildirim almasına rağmen yeni ihtimaller üretmeye devam etmektedir. Berkant'ın bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **ya olursa düşüncesidir**. **Ya olursa** çarpıtmasında birey bir olayın gerçekleşme ihtimali üzerine sürekli sorular üretir ve aldığı yanıtlardan tatmin olmaz. Bu durum özellikle kaygı problemlerinde sık görülür ve belirsizliği tolere etmeyi zorlaştırır. Berkant'ın düşünce örüntüsü bu çarpıtmayı açık biçimde göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Felaketleştirme**: Berkant'ın kullandığı bilişsel çarpıtma **felaketleştirme değildir**. **Felaketleştirme**, olayın sonucunu doğrudan en kötü senaryoya taşımaktır. Örneğin: **"Kaygım artarsa hayatım tamamen mahvolur."**
- B) **Zihinsel filtre**: Berkant'ın kullandığı bilişsel çarpıtma **zihinsel filtre değildir**. Bu çarpıtmada birey olayın yalnızca olumsuz ayrıntısına odaklanır. Soruda temel örüntü olasılık üretmektir.
- C) **Pişmanlık eğilimi**: Berkant'ın kullandığı bilişsel çarpıtma **pişmanlık eğilimi değildir**. Bu çarpıtmada birey geçmişte yaptığı davranışlara takılı kalır. Örneğin: **"Keşke o gün farklı davransaydım."**
- E) **Aşırı genelleme**: Berkant'ın kullandığı bilişsel çarpıtma **aşırı genelleme değildir**. Bu çarpıtmada birey tek bir olaydan geniş sonuçlar çıkarır. Soruda temel vurgu sürekli olasılık soruları üretmesidir.

Cevap: D

10. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin olayları nesnel biçimde değerlendirmek yerine belirli düşünme hataları yapmasına neden olur. Soruda Esin aslında seminerin içeriğini faydalı bulmaktadır; yani ortada tamamen olumsuz bir deneyim yoktur. Ancak tüm dikkatini konuşmacının **ses tonunun monoton olmasına** yöneltmekte ve ardından **"Anlattıkları değildi mesele, sesi çok sıkıcıydı, bütün seminer boşa gitti."** şeklinde kapsamlı bir değerlendirme yapmaktadır. Burada dikkat edilmesi gereken nokta yalnızca olumsuz ayrıntıya odaklanması değil, bu ayrıntıyı merkeze alarak seminerin tamamını **iyi-kötü, değerli-değersiz** biçiminde yargılamasıdır. Esin'in bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **yargılamaya odaklanmadır**. **Yargılamaya odaklanma**, bireyin olayları anlamaya, tanımlamaya veya çok boyutlu değerlendirmeye çalışmak yerine onları katı değer yargılarıyla değerlendirmesidir. Kişi olayın olumlu ve olumsuz yönlerini birlikte ele almak yerine tek bir ölçüte göre tüm durumu değersizleştirebilir. Esin'in faydalı içerikleri yok sayarak tüm semineri **"boşa gitti"** şeklinde değerlendirmesi bu çarpıtmayı açık biçimde göstermektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Zihinsel filtre**: Esin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **zihinsel filtre değildir**. **Zihinsel filtre**, bireyin olayın tek bir olumsuz ayrıntısına odaklanıp diğer verileri göz ardı etmesidir. Bu seçenek güçlü bir çeldiricidir çünkü Esin gerçekten monoton ses tonuna odaklanmaktadır. Ancak soruda asıl belirleyici unsur, bu ayrıntıyı kullanarak seminerin tamamını değersiz ilan etmesidir.
- B) **Felaketleştirme**: Esin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **felaketleştirme değildir**. **Felaketleştirme**, olayın sonuçlarını olduğundan çok daha yıkıcı değerlendirmektir. Örneğin: **"Bu seminer kötü geçti, kariyerim için büyük bir kayıp oldu."** Soruda böyle bir katastrofik sonuç çıkarımı yoktur.
- D) **Haksız kıyaslama**: Esin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **haksız kıyaslama değildir**. **Haksız kıyaslama**, bireyin kendisini ya da bir durumu başka kişi veya durumlarla gerçekçi olmayan biçimde karşılaştırmasıdır. Soruda böyle bir karşılaştırma bulunmamaktadır.

E) **Aşırı genelleme:** Esin'in kullandığı bilişsel çarpıtma **aşırı genelleme değildir. Aşırı genelleme**, bir ya da iki olaydan geniş ve kalıcı genel kurallar çıkarmaktır. Örneğin: **“Bu seminer sıkıcı geçti, demek ki bütün seminerler anlamsız.”** Soruda böyle bir genelleme yoktur.

Cevap: C

11. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin olayları esnek ve çok boyutlu değerlendirmek yerine katı ve uç noktalarda yorumlamasına neden olabilir. **Ya hep ya hiç düşünme (kutuplaşmış düşünce)**, olayları yalnızca iki uçta değerlendirme eğilimidir; birey için ara olasılıklar yoktur. Bir durum ya tamamen başarılıdır ya da tamamen başarısızdır. Ali'nin **“Birinci olamadığıma göre başarısızım demektir.”** düşüncesinde de başarı yalnızca birincilikle eş tutulmakta, ikinci olmanın önemli bir başarı olabileceği tamamen yok sayılmaktadır. Ali'nin bu düşünce biçimi **ya hep ya hiç düşünmeye örnektir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **“Bu tamamen şans, aslında başarısızım.”** ifadesi **olumluyu geçersiz kılmaya** örnektir. Kerem yüksek not almasına rağmen olumlu sonucu küçümsemekte ve başarısını değersizleştirmektedir.

C) **“Kesinlikle kötü bir şoför.”** ifadesi **etiketleme/yanlış etiketlemeye** örnektir. Selin, tek bir davranıştan hareketle kişiye genellenmiş olumsuz bir sıfat yüklemektedir.

D) **“Beni asla önemsemiyor.”** ifadesi **aşırı genellemeye** örnektir. Baran, arkadaşının tek bir davranışından hareketle ilişkiye dair geniş ve kalıcı bir sonuç çıkarmaktadır.

E) **“Onlar beni sadece motive etmek istiyor, gerçekte iyi değilim.”** ifadesi **olumluyu geçersiz kılmaya** örnektir. Ayşe aldığı olumlu geri bildirimleri gerçek başarı göstergesi olarak kabul etmemektedir.

Cevap: A

12. Bilişsel çarpıtmalar, bireyin yaşadığı tek bir olaydan geniş ve kalıcı sonuçlar çıkarmasına neden olabilir. Aşırı genelleme, bir ya da iki olumsuz yaşıntıyı temel alarak bunu tüm benzer durumlara hatta bazen ilgisiz alanlara yaymaktır. Bu çarpıtmada birey sıklıkla “asla, hiçbir zaman, her zaman” gibi genelleleyici ifadeler kullanır. “Bu sınavdan düşük not aldım, artık hiçbir sınavda başarılı olamayacağım.” ifadesi tek bir sınav sonucunu gelecekteki tüm sınav performansına yaymaktadır. Bu nedenle bu ifade aşırı genellemeye örnektir. Doğru cevap D seçeneğidir.

A) “Arkadaşım beni aramadı, demek ki beni artık sevmiyor.” ifadesi zihin okumaya örnektir. Kişi arkadaşının davranışını yeterli kanıt olmadan onun duygularına ilişkin kesin bir sonuca bağlamaktadır. Arkadaşın meşgul olması, telefonu görmemesi gibi alternatif açıklamalar göz ardı edilmektedir.

B) “Toplantıda hata yaptım, herkes bunu fark etti ve beni küçümsüyor.” ifadesi zihin okumaya örnektir. Kişi başkalarının kendisi hakkında ne düşündüğünü bildiğini varsaymaktadır. Ayrıca küçük bir hatayı sosyal değerlendirme tehdidi-ne dönüştürmektedir.

C) “Bugün çok kötü hissediyorum, demek ki hayatım tamamen kötüye gidiyor.” ifadesi duygusal çıkarsamaya örnektir. Kişi yalnızca o anki duygusunu gerçekliğin kanıtı olarak kabul etmektedir. “Kötü hissediyorum, o halde hayatım kötü gidiyor.” mantığı vardır.

E) “Ödevimi yapamadım ama diğer konularda başarılı olabilirim.” ifadesi bilişsel çarpıtma örneği değildir. Kişi tek bir başarısızlığı genellemekte, daha dengeli ve gerçekçi bir değerlendirme yapmaktadır.

Cevap: D

13. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin olayları yeterli kanıt olmadan yorumlamasına neden olabilir. **Zihin okuma**, kişinin karşısındaki insanların ne düşündüğünü ya da ne hissettiğini kanıt olmadan bildiğini varsaymasıdır. Birey, gerçekliği test etmeden karşı tarafın zihninden geçenleri gerçek kabul eder. **“Arkadaşım bana mesaj atmadı, kesin bana sinirlendi.”** ifadesinde kişi arkadaşının mesaj atmama davranışını doğrudan onun duygusu-

na bağlamakta ve karşı tarafın zihinsel durumuna ilişkin kanıtsız çıkarım yapmaktadır. Bu nedenle bu ifade **zihin okumaya** örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) “Bir kere hata yaptım, bundan sonra her işimde başarısız olacağım.” ifadesi **aşırı genellemeye** örnektir. Kişi tek bir olumsuz deneyimi gelecekteki tüm performans alanlarına yaymaktadır.
- C) “Bugün sunum yaparken hata yaptım, kesin her şey berbat olacak.” ifadesi **felaketleştirmeye** örnektir. Kişi yaşanan olayı olduğundan çok daha yıkıcı sonuçlara taşımaktadır.
- D) “Sınavdan düşük not alınca, hayatımın tamamen berbat olduğunu düşündüm.” ifadesi **felaketleştirmeye** örnektir. Tek bir olumsuz olay tüm yaşamın kötüleşeceği biçiminde yorumlanmaktadır.
- E) “Bugün çok kötü hissediyorum, hiçbir şeyi doğru yapamayacağım.” ifadesi **duygusal çıkarsamaya** örnektir. Kişi yalnızca hislerine dayanarak genellenmiş bir sonuca ulaşmaktadır.

Cevap: B

14. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin olayların nedenlerini hatalı biçimde kendisiyle ilişkilendirmesine yol açabilir. **Kişiselleştirme**, bireyin yeterli kanıt olmadan kendisiyle ilgisi olmayan ya da çok az ilgili olan olayları kendisine atfetmesi ve olumsuz sonuçlardan kendisini sorumlu tutmasıdır. “**Projede bir hata oldu, kesin benim yüzümden başarısız olduk.**” ifadesinde kişi, projedeki aksaklığın tüm sorumluluğunu doğrudan kendisine yüklemektedir. Oysa projede başka ekip üyeleri, teknik sorunlar veya farklı etkenler de rol oynamış olabilir. Bu nedenle bu ifade **kişiselleştirmeye** örnektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) “Bugün kötü hissediyorum, bu yüzden hiçbir şeyi doğru yapamayacağım.” ifadesi **duygusal çıkarsamaya** örnektir. Kişi yalnızca hissettiği duyguyu gerçekliğin kanıtı olarak kabul etmektedir.

- B) “Patronumun yüz ifadesinden işimi beğenmediğini anladım.” ifadesi **zihin okumaya** örnektir. Kişi yeterli kanıt olmadan patronunun ne düşündüğünü bildiğini varsaymaktadır.
- C) “Arkadaşım bugün bana mesaj atmadı, kesin bana kırıldı.” ifadesi **zihin okumaya** örnektir. Kişi arkadaşının davranışını doğrudan onun duygusuna bağlamaktadır.
- D) “Sınavda düşük not aldım, bundan sonra hep başarısız olacağım.” ifadesi **aşırı genellemeye** örnektir. Kişi tek bir başarısızlığı tüm geleceğine yaymaktadır.

Cevap: E

15. I. “Vizede başarısız oldum finale çalışsam da başaramayacağım.” ifadesi **falcılığa** örnektir. Kişi henüz gerçekleşmemiş bir geleceğe ilişkin olumsuz sonucu kesinmiş gibi tahmin etmektedir.
- II. “Eşimi sinirlendirdim, benim sinirli biri olduğumu düşünüyor.” ifadesi **akıl okumaya (zihin okuma)** örnektir. Kişi eşinin ne düşündüğünü yeterli kanıt olmadan bildiğini varsaymaktadır.
- III. “Bugün kötü başladı her şey kötü gidecek.” ifadesi **aşırı genellemeye** örnektir. Kişi günün başındaki tek bir olumsuz olaydan hareketle günün tamamına ilişkin geniş bir genelleme yapmaktadır.
- IV. “Kendime saygı duyabilmek için başkalarının gözünde mükemmel olmalıyım.” ifadesi **meli-malı düşüncesine (olmalı ifadelerine)** örnektir. Kişi kendisine yönelik katı ve gerçekçi olmayan kurallar oluşturmaktadır.

Bu öncüller arasında **etiketlemeye** örnek olan bir ifade bulunmamaktadır. **Etiketleme**, bireyin kendisine veya başkalarına genellenmiş olumsuz sıfatlar yüklemesidir. Örneğin: “**Ben başarısız biriyim.**” Öncüllerde yer almayan bilişsel çarpıtma **etiketlemedir.**

Cevap: E

1. **Bilişsel terapi yaklaşımında psikolojik işlevsellik**, yalnızca belirtilerin varlığı ya da yokluğu üzerinden açıklanmaz; bireyin bilgiyi nasıl işlediği, olayları nasıl anlamlandırdığı ve gerçekliği nasıl yapılandığı temel belirleyiciler arasındadır. Soruda danışman, sağlığın yalnızca bedensel iyilik hali olmadığını; bireyin **bilgiyi işleme süreciyle** ilişkili olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca **“çok fazla çarpıtılmış düşünceye sahip olmamak”, “fonksiyonsuzluğun tek bir nedene indirgenememesi”** ve özellikle **“asıl problemin bireyin gerçekliği nasıl yapılandığıyla ilgili olması”** ifadeleri doğrudan bilişsel modele işaret etmektedir. Bu açıklamalar, çarpıtılmış düşüncelerin altında daha derin bilişsel yapılar olan şemalar ve inanç sistemlerinin bulunduğunu göstermektedir. Bu nedenle danışmanın odaklandığı temel noktada **çarpıtılmış düşüncelerin hatalı şemalar ve bunlara ilişkin inançlardan kaynaklandığıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Psikolojik sağlamlığın stresle baş etme becerileriyle sınırlı olmadığı:** Soruda stresle baş etme becerileri temel vurgu değildir. Asıl vurgu bilişsel yapılandırma süreçleridir.
- C) **Sağlığın biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutlarının birbirinden bağımsız işlediği:** Soruda tam tersine çok boyutlu bir bakış açısı bulunmaktadır. Bu alanların bağımsız olduğu savunulmamaktadır.
- D) **Fonksiyonsuzluk durumunun yalnızca çevresel faktörlerden kaynaklandığı:** Soruda fonksiyonsuzluğun tek bir nedene indirgenemeyeceği açıkça belirtilmektedir. Bu nedenle yalnızca çevresel faktör vurgusu yanlıştır.
- E) **Gerçeklik algısının doğuştan sabit ve değiştirilemez olduğu:** Bilişsel terapi, düşünce yapılarının fark edilip yeniden yapılandırılabilirliğini savunur. Bu ifade yaklaşımın temel varsayımlarına aykırıdır.

Cevap: B

2. **Bilişsel terapi**, bireyin yaşadığı psikolojik sorunların temelinde çoğu zaman olayların kendisinden çok, bu olayların nasıl yorumlandığının bulunduğunu savunur. Bu yaklaşımın temel hedefi; bireyin **çarpıtılmış düşüncelerini, hatalı bilgi işleme süreçlerini ve işlevsiz bilişlerini fark etmesini sağlamak**, ardından bunları daha gerçekçi ve işlevsel düşünce biçimleriyle değiştirmektir. Bununla birlikte bireyin yaşadığı sorunlara daha uyumlu çözümler üretebilmesi de amaçlanır. Bu nedenle bilişsel terapinin temel amacı **yanlış bilgi işlemlerini değiştirip, uyumlu problem çözme becerilerini geliştirmektir. Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bastırılmış duyguları bilinç düzeyine çıkararak rahatlama sağlamak:** Bu ifade daha çok **psikanalitik yaklaşımı** çağırıştırır. Bilinç dışı çatışmaların fark edilmesi burada temel hedeftir.
- B) **Davranışları ödül ve ceza yoluyla yeniden düzenlemek:** Bu ifade **davranışçı yaklaşımın** temel müdahale mantığına uygundur. Pekiştirme ve ceza süreçleri ön plandadır.
- D) **Sosyal becerileri uygulamalı yöntemlerle kazandırmak:** Bu ifade daha çok **sosyal beceri eğitimi** ve bazı davranışçı müdahalelerle ilişkilidir. Bilişsel terapinin temel amacı bu değildir.
- E) **Anlık stres tepkilerini azaltmaya yönelik gevşeme sağlamak:** Gevşeme teknikleri bazı durumlarda kullanılabilir; ancak bilişsel terapinin temel amacı yalnızca fizyolojik rahatlama sağlamak değildir.

Cevap: C

3. **Bilişsel terapide psikolojik danışman**, pasif bir dinleyici değildir; süreci yapılandıran, danışana psikoeğitim veren, düşünce-duygu-davranış ilişkisini fark ettiren ve zamanla danışanın kendi kendisinin terapisti olmasını hedefleyen aktif bir rol üstlenir. Soruda danışmanın süreci **yapılandırması**, belirli aşamalara ayırması, **sorular yöneltmesi, ödev vermesi**, düşünce-duygu ilişkisini fark ettirmesi ve ilk oturumlarda kaygının doğası hakkında bilgi vermesi öğretici/yapılandırıcı rolü göstermektedir. Süreç ilerledikçe Asuman'dan daha fazla sorumluluk beklemesi ise işbirlikçi yapıyı ve danış-

şanın özerkliğini destekleme amacını yansıtır. Bu nedenle burada terapistin rolü **hem öğretici hem yapılandırıcı hem de işbirlikçidir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Terapistin süreci tamamen danışanın yönlendirmesine bırakması:** Bu ifade bilişsel terapiye uygun değildir. Bilişsel terapide süreç yapılandırılmıştır ve terapist aktif rol alır.
- B) **Terapistin yalnızca duygusal destek sağlayan bir dinleyici olması:** Bu ifade daha çok pasif danışman rolünü çağırıştırır. Bilişsel terapide terapist yalnızca dinleyici değildir.
- C) **Terapistin otoriter biçimde tüm kararları vermesi:** Bilişsel terapide terapist aktif olsa da otoriter değildir. Süreç işbirliğine dayanır.
- D) **Terapistin yalnızca geçmiş yaşantılara odaklanması:** Bilişsel terapi ağırlıklı olarak mevcut düşünce örüntülerine ve güncel problemlere odaklanır.

Cevap: E

4. **Bilişsel terapide danışan**, pasif biçimde yönlendirilen biri değil; sürece aktif katılan, düşüncelerini sorgulayan, ödevlerini uygulayan ve zamanla kendi sorunlarını çözme becerisi geliştiren aktif bir katılımcıdır. Soruda Melih'in **düşünce süreçlerini değerlendirmesi, ödevleri düzenli tamamlaması** ve süreç ilerledikçe **daha fazla sorumluluk üstlenmesi**, bilişsel terapideki **işbirlikçi ampirizm** anlayışını doğrudan yansıtmaktadır. Terapist ve danışan birlikte düşünceleri test eder, danışan aktif biçimde sürece katılır ve zamanla kendi kendisinin terapisti olmayı öğrenir. Bu nedenle Melih'in tutumu, **danışanın terapistle eşit düzeyde ve aktif bir işbirliği içinde sürece katıldığının göstergesidir. Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Danışanın koşullandırma yoluyla davranışlarının değiştirilmesine açık olması:** Bu ifade daha çok davranışçı yaklaşımın öğrenme ilkelerini çağırıştırır.
- C) **Danışanın içsel deneyimlerini keşfetmesi ve burada rehberin öncelikli olduğu yaklaşım:** Bu ifade bilişsel terapinin temel yapısını yansıtmaz. Soruda bilişsel yeniden yapılandırma ve aktif katılım ön plandadır.

- D) **Danışanın duygusal boşalım ve destekle rahatlaması beklentisi:** Bu ifade bilişsel terapistin temel hedefi değildir. Süreç yalnızca duygusal rahatlatma üzerine kurulmaz.
- E) **Danışanın geçmiş çocukluk deneyimlerinin yorumlanmasına pasif biçimde katılması:** Bu ifade daha çok psikanalitik yönelimleri çağırıştırır. Bilişsel terapide danışan pasif değildir.

Cevap: A

5. **Bilişsel terapide danışan-danışman ilişkisi**, terapötik değişim için önemlidir; ancak tek başına yeterli görülmez. Beck'e göre iyi bir terapötik ilişki değişim için gerekli bir zemin oluşturur fakat asıl değişim, danışanın işlevsiz düşüncelerini fark etmesi, bunları test etmesi ve yeniden yapılandırmasıyla gerçekleşir. Soruda psikolojik danışmanın yalnızca güven ilişkisine vurgu yapmaması, danışanın **inanç ve tutumlarının duygu ve davranışlarını nasıl etkilediğini anlamasına rehberlik edeceğini belirtmesi**, ayrıca süreci aktif biçimde yönlendirmesi bilişsel terapistin temel özelliklerini yansıtmaktadır. Danışanın da sürece etkin katılım göstermesi beklendiği için burada danışan-danışman ilişkisi **aktif, yapılandırılmış ve işbirlikçi bir ilişkiyi** ifade etmektedir. Bu nedenle doğru seçenek, psikolojik danışmanın aktif rehberlik sağladığı ve danışanın da sürece etkin katıldığı seçenektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Psikolojik danışman yalnızca destekleyici bir dinleyici olarak rol alır, danışanın değişimi kendiliğinden gerçekleşir.** Bu ifade daha çok pasif terapist rolünü çağırıştırır. Bilişsel terapide terapist yalnızca dinleyen değil, aktif müdahalelerde bulunan kişidir.
- B) **Danışan ve danışman arasında kurulacak ilişki, terapistin başarısı için hem gerekli hem de yeterlidir.** Terapötik ilişki önemlidir ancak bilişsel terapide tek başına yeterli değildir. Bilişsel yeniden yapılandırma teknikleri de sürecin temel parçasıdır.
- D) **Psikolojik danışman süreci tamamen kontrol eder; danışanın aktif katılımı gerekmez.** Bilişsel terapi otoriter değil, işbirlikçi bir yaklaşımdır. Danışanın aktif katılımı beklenir.

E) **Danışanın duygusal boşalımı, danışmanın tek hedefidir ve ilişki bunun sağlanmasına hizmet eder.** Bu ifade bilişsel terapinin temel amacıyla örtüşmez. Amaç yalnızca duygusal boşalma değil, düşünce sistemlerini yeniden yapılandırmaktır.

Cevap: C

6. **Bilişsel davranışçı terapide psikolojik danışman,** danışanın otomatik düşüncelerini ve bu düşüncelerin altında yer alan bilişsel çarpıtmaları fark etmesine yardımcı olur. Soruda danışan, sunumun genelini yalnızca **bir kişinin kendisini dinlememesi** üzerinden değerlendirmekte ve **“Bu yüzden tüm sunum berbat geçti.”** sonucuna ulaşmaktadır. Bu düşünce, olayın tek bir olumsuz ayrıntısına odaklanarak genelleme yapmayı içeren **seçici soyutlama/zihinsel filtre** örüntüsünü göstermektedir. Psikolojik danışman ise **“Sunumunun tamamını sadece bir kişinin tepkisiyle mi değerlendiriyorsun?”** diyerek danışanın düşünce hatasını görünür hale getirmekte ve bunu birlikte incelemeyi önermektedir. Bu müdahale doğrudan danışanın bilişsel çarpıtmalarını fark ettirmeye yöneliktir. Bu nedenle psikolojik danışmanın kullandığı teknik **bilişsel çarpıtma fark ettirmedir. Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Sönmeye tabi tutma:** Bu teknik davranışçı yaklaşımda pekiştirilmeyen davranışın zamanla azalmasına dayanır. Soruda böyle bir davranışsal müdahale yoktur.

C) **Şimdi ve burada:** Bu ifade daha çok gestalt yaklaşımında kullanılan farkındalık odaklı müdahaleleri çağırıştırır. Soruda bilişsel sorgulama vardır.

D) **Duygusal akıl yürütme:** Bu bir teknik değil, bilişsel çarpıtma türüdür. Psikolojik danışman bunu uygulamamaktadır.

E) **Varsayılan hedefi sorgulama:** Soruda danışanın temel yaşam hedefleri ya da ara inançları sorgulanmamaktadır; doğrudan düşünce hatası ele alınmaktadır.

Cevap: B

7. **Beck'in bilişsel üçlüsü,** bireyin depresif düşünce yapısında üç temel olumsuz bilişsel örüntüden oluşur: **kendisiyle ilgili olumsuz bakış, yaşan-tıları/dünyayı olumsuz yorumlama eğilimi ve geleceğe yönelik karamsar bakış.** Soruda hangi ifadelerin **kendilik bileşenini** yansıttığı sorulmaktadır. Kendilik bileşeninde birey kendisini kusurlu, yetersiz, değersiz, eksik veya başarısız biri olarak görür.

I. **“Çevremdeki insanlar sürekli benden bir şeyler bekliyor ve ben onları asla tatmin edemiyorum.”** ifadesi ağırlıklı olarak kişinin çevresiyle ilişkilerini ve dış beklentileri yorumlamasını içerir. Kendilik boyutuna doğrudan karşılık gelmez.

II. **“Gelecekte başıma kötü şeyler gelmesinden çok korkuyorum, hiçbir şeyin iyiye gideceğine dair umudum yok.”** ifadesi **geleceğe yönelik olumsuz bakışı** yansıtır.

III. **“Benim düşüncelerim ve hislerim diğer insanlarınkinden çok farklı, bu yüzden onlarla bağ kuramıyorum.”** ifadesi bireyin kendisini diğerlerinden farklı ve ilişki kuramayacak biri olarak değerlendirmesini içerir. Bu, **kendilikle ilgili olumsuz bakışa** yakındır.

IV. **“Ne kadar çabalasam da sonunda her şeyi berbat edeceğime eminim.”** ifadesi bireyin kendisini yetersiz ve başarısız biri olarak değerlendirdiğini göstermektedir. Bu da **kendilik bileşenine** karşılık gelir.

V. **“Dünya çok adaletsiz bir yer ve iyi insanların başına sürekli kötü şeyler geliyor.”** ifadesi dünyayı/yaşantıları olumsuz yorumlama eğilimini gösterir.

Bu nedenle kendilik bileşenini yansıtan ifadeler **III ve IV'tür.**

Cevap: B

8. **Temel inançlar,** bireyin kendisi, diğer insanlar ve dünya hakkında geliştirdiği derin, katı ve genellenmiş bilişsel yapılarıdır. Soruda Ediz'in haberlerde şiddet olaylarını gördükten sonra **dışarı çıkmaktan çekinmesi,** sürekli çevreyi kontrol etmesi, yabancılara güvenmemesi ve özellikle **“Her an kötü bir şey olabilir”, “Kimseye güvenilmez”** düşüncelerine sahip olması dikkat çekmektedir. Bu düşünceler doğrudan bireyin **dünya ve diğer**

insanlar hakkındaki tehdit algısını göstermektedir. Ediz'in düşünce örüntüsünün altında yatan temel inanç **dünyanın güvenilmez ve tehlikelerle dolu olduğu** inancıdır. Bu nedenle doğru seçenek **A seçeneğidir**.

- B) “Kendi başıma bir şeyleri başaramam.” ifadesi **çaresizlik/yetersizlik temelli bir kendilik inancını** yansıtır. Soruda temel problem güvenlik algısıyla ilgilidir.
- C) “Eğer yeterince çabalarsam her şeyin üstesinden gelebilirim.” ifadesi işlevsiz değil, görece olumlu ve uyumlu bir inançtır. Sorudaki tabloyla uyuşmaz.
- D) “Sevilmek için her zaman başkalarını memnun etmeliyim.” ifadesi **onay ihtiyacı ve sevilme temalı ara/temel inançları** çağırır. Soruda kişiler arası onay teması yoktur.
- E) “Gelecekte mutlu olmam mümkün değil.” ifadesi daha çok **geleceğe yönelik karamsar bilişsel üçlü bileşenini** yansıtır. Soruda baskın tema dünyanın tehlikeli algılanmasıdır.

Cevap: A

9. **Temel inançlar**, bireyin kendisi, diğerleri ve dünya hakkında geliştirdiği derin, katı ve genellenmiş bilişsel yapılarıdır. Soruda Emine'nin sürekli yüksek not almak için aşırı çaba göstermesi, dinlenmeye zaman ayıramaması ve özellikle “Eğer sürekli çalışmazsam başarısız olurum”, “Ancak çok çalışırsam değerli olurum” düşüncelerine sahip olması dikkat çekmektedir. Başarısız olduğunda yoğun **değersizlik** hissetmesi de bu bilişsel yapıyı desteklemektedir. Burada bireyin değeri, koşulsuz olarak kendisinden değil; sürekli performans göstermesine ve üretken olmasına bağlanmaktadır. Emine'nin olası temel inancı **değerli olmak için sürekli üretken olmak gerekir** biçimindedir. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) “Hata yapmak kişisel bir eksikliktir.” ifadesi güçlü bir çeldiricidir çünkü mükemmeliyetçilik teması vardır. Ancak soruda baskın vurgu hata yapmaktan çok kişinin değerini sürekli başarıya bağlamasıdır.
- B) “Gelecek hayal kırıklıklarıyla dolu olacaktır.” ifadesi geleceğe yönelik karamsar beklentiyi yansıtır. Soruda bu tema baskın değildir.

- C) “İnsanlar bana yakınlaşmaktan çekiniyor.” ifadesi kişiler arası ilişki ve sevilme temalı inançlarla ilgilidir. Soruda böyle bir vurgu yoktur.
- D) “Hayatta her zaman bir mücadele vardır.” ifadesi dünyaya ilişkin genel bir inançtır; sorudaki temel problem kişinin özdeğerini başarıya bağlamasıdır.

Cevap: E

10. **Bilişsel çarpıtmalar**, bireyin tek bir olumsuz yaşıntıdan geniş, kalıcı ve genellenmiş sonuçlar çıkarmasına neden olabilir. Fatmanur yalnızca **ilk iş görüşmesinden aldığı olumsuz geri bildirim** temel alarak “Ben hiçbir işi beceremeyeceğim”, “Bütün iş görüşmeleri böyle geçecek” ve “Asla iyi bir iş bulamayacağım” şeklinde düşünmektedir. Burada tek bir deneyimden hareketle gelecekteki tüm benzer durumlara ilişkin kapsamlı ve kalıcı sonuçlar çıkarılmaktadır. Fatmanur'un bu düşünce biçimiyle ulaştığı bilişsel çarpıtma **aşırı genellemedir**. **Aşırı genelleme**, bir ya da birkaç olumsuz olayı temel alarak bunu tüm geleceğe ve benzer yaşantılara yaymaktır. Sorudaki “bütün”, “asla”, “hiçbir” ifadeleri bu çarpıtmanın tipik göstergeleridir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Zihin okuma**: Fatmanur'un kullandığı bilişsel çarpıtma **zihin okuma değildir**. Zihin okumada birey başkalarının ne düşündüğünü bildiğini varsayar. Örneğin: “İşveren kesin beni yetersiz buldu.”
- C) **Seçici soyutlama**: Fatmanur'un kullandığı bilişsel çarpıtma **seçici soyutlama değildir**. Bu çarpıtmada birey olayın yalnızca belirli olumsuz ayrıntısına odaklanır. Soruda temel hata tek olaydan geniş sonuç çıkarmaktır.
- D) **Kişiselleştirme**: Fatmanur'un kullandığı bilişsel çarpıtma **kişiselleştirme değildir**. Kişiselleştirme, bireyin ilgisiz olayları kendisine yüklemesidir.
- E) **Etiketleme**: Fatmanur'un kullandığı bilişsel çarpıtma **etiketleme değildir**. “Ben hiçbir işi beceremeyeceğim” ifadesi etiketlemeyi çağırırsa da baskın örüntü tek deneyimi tüm geleceğe genellemesidir.

Cevap: B

11. **Bilişsel terapide psikolojik danışman**, danışanın otomatik düşüncelerini doğrudan yanlışlayarak değil; danışanın bu düşüncelerin doğruluğunu kendi sorgulaması için rehberlik ederek çalışır. Alican **“Bu sunum kesinlikle kötü geçecek”** ve **“Ne zaman sunum yapsam her şey berbat oluyor”** diyerek aşırı genelleme ve olumsuz gelecek beklentisi içeren düşünceler ortaya koymaktadır. Psikolojik danışman ise **“Geçmişteki tüm sunumlarının gerçekten berbat geçtiğine dair spesifik örnekler var mı?”** ve **“Bu konunun zor olması, sunumun kesin kötü geçeceği anlamına mı geliyor?”** sorularıyla Alican'ın düşüncelerinin kanıtlarını incelemesini, alternatif açıklamalar üretmesini ve düşüncesinin mantıksal tutarlılığını değerlendirmesini sağlamaktadır. Bu müdahale **sokratik sorgulamadır. Sokratik sorgulama**, bilişsel terapide danışanın otomatik düşüncelerini kanıtlar, alternatif yorumlar ve gerçeklik testi üzerinden değerlendirmesine yardımcı olan soru temelli bir tekniktir. Terapist doğrudan cevap vermez; danışanın kendi düşünce hatasını fark etmesini sağlar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yorumlama:** Bu teknikte terapist danışanın davranışlarının altında yatan anlamları daha doğrudan açıklar. Soruda terapist açıklama yapmamakta, soru sormaktadır.
- B) **Yüzleştirme:** Yüzleştirme, danışanın çelişkilerini daha doğrudan fark ettirmeyi içerir. Soruda daha keşfedici ve yapılandırılmış soru süreci vardır.
- C) **Aktarımın analizi:** Bu teknik psikanalitik yaklaşımda danışanın terapistle yönelik duygularını incelemeye dayanır. Soruyla ilişkili değildir.
- E) **Paradoksal müdahale:** Bu teknik danışana bazen semptomu sürdürmesini önerebilir ve daha çok stratejik/sistemik yaklaşımlarda görülür. Soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: D

12. **Bilişsel terapi sürecinde müdahale aşaması**, danışanın otomatik düşüncelerinin fark edilmesi, bilişsel çarpıtmaların ele alınması, ara inançların ve temel inançların yeniden yapılandırılması ve danışana yeni baş etme becerileri kazandırılmasıyla karakterizedir. Soruda psikolojik danışmanın danışanın sıkıntı yaşadığı anlarda aklından geçen düşünceleri fark ettirmesi, bunları daha işlevsel düşüncelerle değiştirmek için teknikler kullanması, derin varsayımları ve genel yaşam inançlarını incelemesi dikkat çekmektedir. Ayrıca danışanın gelecekte benzer durumlarla baş edebilmesi için kalıcı beceriler geliştirmeye odaklanması da aktif terapötik müdahaleleri göstermektedir. Bu süreç artık problemi tanıma ya da hedef belirleme değil, doğrudan tekniklerin uygulanarak değişimin sağlandığı aşamadır. Bu nedenle psikolojik danışmanın yaptığı çalışmalar **müdahaleleri belirleme ve uygulama aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İlişki kurma ve kaynaşma:** Bu aşamada temel amaç terapötik ilişki oluşturmak ve güven geliştirmektir. Soruda bunun ötesine geçilmiştir.
- B) **Problemi araştırma ve değerlendirme:** Bu aşamada sorun tanımlanır ve bilgi toplanır. Soruda aktif yeniden yapılandırma teknikleri kullanılmaktadır.
- C) **Hedef belirleme:** Bu aşamada danışma hedefleri netleştirilir. Soruda hedef belirlemeden ziyade uygulama vardır.
- E) **Sonlandırma ve izleme:** Bu aşama sürecin son kısmıdır. Soruda aktif terapi müdahaleleri devam etmektedir.

Cevap: D

13. **Bilişsel terapinin ilk oturumlarında**, danışanın problemi ayrıntılı biçimde değerlendirilir, yaşam öyküsü ve mevcut işlevselliği incelenir, terapiye yönelik motivasyonu ve tutumu ele alınır. Aynı zamanda terapist danışanla **güvene dayalı bir ilişki kurmaya çalışır**, terapi sürecinin nasıl işleyeceği hakkında bilgi verir ve danışanın sürece aktif katılımını destekleyen işbirlikçi bir zemin oluşturur. Soruda danışanın **yaşam öyküsünün değerlendirilmesi, mevcut yaşam biçiminin incelenmesi, tedaviye yönelik tutumunun ele alınması, terapinin nasıl işleyeceğinin açıklanması** ve danışanın umut hissetmeye başlaması doğrudan ilk aşamadaki değerlendirme ve terapötik işbirliği oluşturma sürecini göstermektedir. Bu nedenle bu oturum **değerlendirme ve işbirliği geliştirme aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Otomatik düşüncelerin belirlenmesi:** Bu aşamada danışanın belirli durumlarda aklından geçen otomatik düşünceler ayrıntılı biçimde çalışılır. Soruda henüz bu noktaya geçilmemiştir.
- B) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Bu aşamada işlevsiz düşünceler aktif olarak değiştirilmeye çalışılır. Soruda daha çok başlangıç değerlendirmesi vardır.
- C) **Ev ödevlerinin verilmesi:** Ev ödevleri ilerleyen oturumlarda sık kullanılsa da sorunun temel odağı bu değildir.
- E) **Temel inançların değiştirilmesi:** Bu daha erin ve ileri müdahale aşamalarında ele alınır. Soruda ilk görüşme özellikleri anlatılmaktadır.

Cevap: D

14. **Bilişsel-davranışçı terapide direnç**, danışanın değişim sürecinde önerilen müdahaleleri bilinçli ya da bilinç dışı biçimde engellemesiyle ortaya çıkabilir. Soruda İrem'e kaygıyla baş etmesi için çeşitli teknikler önerilmesine rağmen onun bu teknikleri uygulamaktan kaçındığı görülmektedir. Buradaki belirleyici ifade **"Eğer bu teknikleri uygularsam ve başarısız olursam ne kadar yetersiz bir çalışan olduğum ortaya çıkacak"** cümlesidir. Bu ifade, İrem'in zaten kendisini **yetersiz biri olarak değerlendirdiğini** ve başarısız olma ihtimalinin bu olumsuz benlik algısını daha görünür hale getireceğinden kaçındığını göstermektedir. Bu nedenle İrem değişim fırsatını kullanmak yerine mevcut benlik algısını korumayı tercih etmektedir.

Bu durum **öz tutarlılık direncidir. Öz tutarlılık direnci**, bireyin sahip olduğu mevcut benlik şemaları olumsuz olsa bile bunları koruma eğilimidir. Kişi değişim ihtimali yerine bildiği olumsuz benlik algısına tutunabilir çünkü bu yapı onun için tanıdık. İrem'in teknikleri uygulamaktan kaçınması bu direnç biçimini açıkça göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Şematik direnç:** Bu seçenek daha genel bir ifadedir. Soruda özellikle mevcut benlik algısını koruma eğilimi daha belirgindir.
- C) **Onaylanma direnci:** Bu direnç türünde birey başkalarının onayını kaybetmekten korkar. Soruda asıl vurgu kendi yetersizlik algısının doğrulanmasıdır.
- D) **Ahlaki direnç:** Bu dirençte birey değişimi ahlaki açıdan yanlış görür. Soruda böyle bir tema yoktur.
- E) **Kendini sabote etme:** Davranış yüzeyde buna benzese de temel mekanizma mevcut benlik algısını koruma olduğundan daha uygun seçenek öz tutarlılık direncidir.

Cevap: B

15. **Bilişsel-davranışçı terapide direnç**, çoğu zaman danışanın işlevsiz inançlarını tehdit eden değişim girişimlerine karşı ortaya çıkar. Soruda Gökhan Bey'e iletişim ve problem çözme teknikleri önerilmesine rağmen bu teknikleri uygulamakta isteksiz olduğu belirtilmektedir. Kritik ifade ise **"Bunu denesem iyi olacak ama başarısız olursam kendimi yetersiz hissedeceğim, en iyisi hiç denememeliyim"** cümlesidir. Bu ifade, Gökhan Bey'in başarısızlık ihtimalinden çok, başarısızlığın mevcut olumsuz benlik algısını doğrulamasından kaçındığını göstermektedir. Kişi değişim girişiminde bulunursa mevcut **"yetersizim"** algısıyla yüzleşeceğini düşündüğü için hiç denememeyi tercih etmektedir. Böylece mevcut olumsuz şemasını korumaktadır.

Bu nedenle Gökhan Bey'in tutumu, **mevcut olumsuz inançlarını korumak ve değişime karşı içsel direnç göstermek için davranışlarıyla eski düşüncelerini haklı çıkarma çabası** ile açıklanır. Bu ifade bilişsel-davranışçı terapideki **öz tutarlılık direncini** karşılamaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Geçmiş ilişkilerinden edindiği duygusal şemaları psikolojik danışmana aktarmakta...** Bu ifade daha çok **aktarım** kavramını çağırıştırır ve psikodinamik yaklaşımla ilişkilidir.
- C) Şimdi ve burada anlayışına uygun farkındalık gerektiren deneyimlerden kaçınmakta...** Bu ifade daha çok **gestalt yaklaşımına** özgüdür.
- D) Bilinç dışı çatışmalardan korunmak için kaygısını bastırmakta...** Bu ifade psikanalitik savunma mekanizmaları mantığını yansıtır.
- E) Ahlaki veya kültürel değerleri nedeniyle terapötik önerileri reddetmekte...** Soruda böyle bir ahlaki/kültürel çatışma bulunmamaktadır.

Cevap: A

1. **Bilişsel-davranışçı terapide direnç**, yalnızca ödev yapmama ya da teknikleri reddetme biçiminde ortaya çıkmaz; bazen danışanın sahip olduğu köklü şemalar terapötik ilişkiyi de olumsuz biçimde filtreleyebilir. Soruda İbrahim Bey'in dikkat çeken özelliği yalnızca teknikleri uygulamamak istememesi değildir. Asıl belirleyici nokta, psikolojik danışmana karşı sürekli **şüpheli ve olumsuz bir tutum sergilemesi** ve **"Psikolojik danışman bana yardım etmek istemiyor, ne derse boş"** şeklinde yorumlar yapmasıdır.

Bu ifade, danışanın terapisti de kendi mevcut şemaları üzerinden yorumladığını göstermektedir. Muhtemelen **güvensizlik, değersizlik, reddedilme ya da olumsuz beklenti** içeren şemalar terapötik sürece yansımaktadır. Danışan, yeni deneyimi objektif değerlendirmek yerine mevcut bilişsel şemaları doğrultusunda terapötik ilişkiyi çarpıtmaktadır. Bu durum **şematik dirençtir**. **Şematik direnç**, bireyin köklü bilişsel şemalarının değişime direnmesi ve yeni bilgileri bu şemalara göre çarpıtmasıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Öz tutarlılık direnci**: Bu dirençte birey mevcut benlik algısını korumak için değişimden kaçınır. Soruda temel vurgu başarısız olma korkusu değil, terapisti yönelik şüpheli şema örüntüsüdür.
- B) **Onaylanma direnci**: Bu dirençte birey başkalarının onayını kaybetme korkusuyla hareket eder. Soruda böyle bir tema yoktur.
- C) **Ahlaki direnç**: Bu direnç türünde birey terapötik önerileri ahlaki veya kültürel nedenlerle reddeder. Soruda bu yoktur.
- D) **Kendini sabote etme**: Yüzeyde teknikleri uygulamama davranışı olsa da asıl mekanizma şematik filtrelemedir.

Cevap: E

2. **Bilişsel-davranışçı terapide direnç**, bazen danışanın işlevsiz düşüncelerini sürdürmesine hizmet eden ahlaki veya değer temelli inançlardan kaynaklanabilir. Soruda Meryem'in temizlik davranışlarını azaltmaya yönelik teknikler önerilmesine rağmen bunları reddettiği belirtilmektedir. Burada belirleyici ifade **"Temizlik imandan gelir"** düşüncesidir. Meryem, davranışını yalnızca kaygıyı azaltan bir alışkanlık olarak değil, aynı zamanda

ahlaki açıdan doğru bir davranış olarak görmektedir. Ayrıca değişmesi durumunda kendi değerlerine aykırı hareket edeceğini düşünmektedir.

Bu nedenle direnç, başarısızlık korkusundan ya da benlik algısını koruma çabasından değil; davranışın ahlaki açıdan doğru olduğuna inanılmasından kaynaklanmaktadır. Bu durum **ahlaki dirençtir**. **Ahlaki direnç**, bireyin değişimi kendi ahlaki, dini ya da değer sistemiyle çelişkili görmesi nedeniyle terapötik müdahalelere direnç göstermesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Öz tutarlılık direnci**: Bu dirençte birey değişirse mevcut benlik algısının zarar göreceğini düşünür. Örneğin **"Bu tekniği denersem ve başarısız olursam ne kadar yetersiz olduğum ortaya çıkar."** Soruda böyle bir yetersizlik korkusu yoktur.
- B) **Şematik direnç**: Bu dirençte bireyin köklü şemaları yeni bilgiyi çarpıtır. Örneğin **"Kimseye güvenilmez"** şemasına sahip biri terapistin önerilerini samimi bulmayabilir. Meryem'in problemi terapisti güvensizlik değil, davranışını ahlaki olarak haklı görmesidir.
- C) **Onaylanma direnci**: Bu dirençte birey değişirse başkalarının sevgisini, onayını veya kabulünü kaybetmekten korkar. Örneğin **"Eğer böyle davranmazsam insanlar beni kötü biri sanır."** Soruda bu tema yer almamaktadır.
- E) **Kendini sabote etme**: Bu durumda birey değişim fırsatlarını davranışsal olarak baltalar; örneğin ödevleri sürekli unutulabilir, seanslara gelmeyebilir ya da uygulamaları sürekli ertelenebilir. Soruda direnç davranışsal sabotajdan çok değer temelli gerekçelendirilmez.

Cevap: D

3. **Bilişsel-davranışçı terapide direnç**, bazen danışanın değişim için gerekli sorumluluğu almaktan kaçınması ve sorunlarını tamamen dış faktörlere bağlaması şeklinde ortaya çıkabilir. Soruda Sema'ya sorumluluk almasını destekleyen öneriler sunulmasına ve olumsuz düşüncelerini fark etmesine yardımcı olacak teknikler verilmesine rağmen onun sürekli **"Benim başıma hep kötü şeyler geliyor, elimden bir şey gelmiyor"** şeklinde konuştuğu görülmektedir. Ayrıca önerilen stratejileri uygulamaktan kaçınmaktadır.

Burada Sema kendisini değişim üzerinde etkisi olmayan pasif bir mağdur gibi konumlandırmakta ve bu düşünce biçimi davranışsal olarak süreci sabote etmesine yol açmaktadır. Kişi “**Ben zaten değiştiremem**” düşüncesiyle aktif adım atmaktan kaçınmaktadır. Bu durum **kurban rolü ve kendini sabote etme** örüntüsünü yansıtır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Öz tutarlılık direnci:** Bu dirençte birey değişimin mevcut benlik algısını tehdit edeceğini düşünür. Örneğin “**Denersem başarısız olurum ve yetersiz olduğum ortaya çıkar.**” Soruda böyle bir benlik tehdidi vurgulanmamaktadır.
- C) Şematik direnç:** Bu dirençte bireyin köklü şemaları terapötik süreci çarpıtır. Örneğin terapiste güvenmeme ya da önerileri otomatik olarak reddetme gibi örüntüler görülebilir. Soruda daha çok pasif mağdur rolü ön plandadır.
- D) Onaylanma direnci:** Bu dirençte birey başkalarının sevgisini veya onayını kaybetmekten korkar. Soruda böyle bir tema bulunmamaktadır.
- E) Ahlaki direnç:** Bu dirençte birey değişimi kendi değer sistemiyle çelişkili görür. Soruda ahlaki bir gerekçelendirme yoktur.

Cevap: A

- 4. Bilişsel-davranışçı terapide,** danışanın otomatik düşüncelerini fark etmesi, bu düşüncelerin gerçekliğini test etmesi ve daha işlevsel alternatif düşünceler geliştirmesi önemli bir müdahale alanıdır. Soruda danışman, Akın'ın topluluk önünde konuşurken aklına gelen **olumsuz ve gerçekçi olmayan düşünceleri incelemesini istemekte**, ardından bu düşüncelerin doğruluğunu sorgulamasına yardımcı olacak sorular yöneltilmektedir. Burada danışman doğrudan kaygı uyandıran ortama maruz bırakma yapmamakta; düşüncelerin mantığını, kanıtlarını ve alternatiflerini ele almaktadır. Bu süreç **bilişsel tartışmadır. Bilişsel tartışma**, işlevsiz düşüncelerin kanıtlar, mantık ve alternatif bakış açıları üzerinden sorgulanarak yeniden yapılandırılmasını amaçlayan bilişsel müdahaledir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Bedensel duyumlara yönelik korkuya ilişkin maruz bırakma:** Bu teknikte kişi çarpıntı, nefes darlığı gibi bedensel duyumları deneyimleyerek korkularını azaltmaya çalışır. Soruda böyle bir uygulama yoktur.
- B) Öneri verme:** Terapist burada yalnızca tavsiye sunmamaktadır; yapılandırılmış bilişsel sorgulama yapmaktadır.
- D) Aşamalı maruz bırakma:** Bu teknikte danışan korku uyandıran durumlarla kademeli biçimde yüzleştirilir. Soruda zihinsel içerik üzerinde çalışılmaktadır.
- E) Sistematik duyarsızlaştırma:** Bu teknikte gevşeme ile korku uyararı aşamalı biçimde eşleştirilir. Soruda buna ilişkin bir süreç yoktur.

Cevap: C

- 5. Bilişsel terapide psikolojik danışman, danışanın yüzeyde ifade ettiği duygu ya da davranıştan hareket ederek altta yatan otomatik düşünceleri ve temel inançları soru-cevap yöntemiyle ortaya çıkarmaya çalışabilir. Soruda Mehmet başlangıçta yalnızca “Eşime öfke duyuyorum, onunla konuşmak istemiyorum.” demektedir. Psikolojik danışman ise doğrudan çözüm önerisi vermemekte; adım adım sorular sorarak Mehmet'in düşünce zincirini açmaktadır:**

“Diyelim ki onunla konuştun, ne olur?”

“Eleştirirse ne hissedersin?”

“Peki bu gerçekten doğru mu?”

Bu süreçte danışman, Mehmet'in otomatik düşüncelerini ve sonunda ulaştığı “değersizim” inancını sorgulatmaktadır. Bu teknik sokratik sorgulamadır. Sokratik sorgulama, danışanın düşüncelerinin doğruluğunu kanıtlar, alternatif açıklamalar ve mantıksal tutarlılık açısından değerlendirmesini sağlayan soru temelli bilişsel terapi tekniğidir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Davranışı daha az çekici kılama:** Bu teknik daha çok davranışçı terapiye aittir. İstenmeyen davranışı rahatsız edici sonuçlarla eşleştirerek azaltmayı amaçlar. Örneğin sigarayı kötü bir tatla ilişkilendirme. Soruda böyle bir müdahale yoktur.

- B) Duygunda kal: Bu teknik daha çok gestalt terapi ile ilişkilidir. Danışanın yaşadığı duyguyu bastırmadan deneyimlemesi ve farkındalık geliştirmesi amaçlanır. Soruda duygu deneyimleme değil, bilişsel sorgulama vardır.
- D) Bilişsel prova: Bu teknik bilişsel-davranışçı terapide kişinin gelecekte yaşayacağı bir durumu zihinsel olarak prova etmesini içerir. Örneğin eşyle yapacağı konuşmayı zihninde canlandırması istenebilir. Soruda böyle bir uygulama yoktur.
- E) Maruz bırakma: Bu teknik daha çok davranışçı terapi ve kaygı bozukluklarında kullanılır. Kişi korktuğu durumla kontrollü biçimde yüzleştirilir. Soruda Mehmet eşyle yüzleştirilmiyor; düşünceleri sorgulanıyor.

Cevap: C

6. **Bilişsel-davranışçı terapide bazı teknikler otomatik düşüncelerin doğruluğunu sorgular, bazı teknikler ise bu düşüncelerin altında yer alan daha derin ara inançlara ve temel inançlara ulaşmayı amaçlar.** Soruda danışman Ayşe'nin yüzeyde ifade ettiği **"Yöneticim beni eleştiriyor"** düşüncesiyle yetinmemektedir. Bunun ardından **"Eğer yöneticim seni eleştirirse ne olur?"** sorusunu sorarak bu düşüncenin Ayşe için ne anlama geldiğini açmaya çalışmaktadır. Ayşe'nin verdiği **"Yeterince iyi bir çalışan olmadığımı düşüneceğim ve herkes benim hakkımda olumsuz düşünecek"** yanıtı, yüzey düşüncenin altında daha derin bir **yetersizlik ve onaylanmama inancına** işaret etmektedir. Soruda özellikle danışmanın bu temel inanç ve varsayımları keşfetmek için peş peşe sorular sormaya devam ettiği belirtilmiştir.

Bu süreç **derine inme tekniğidir. Derine inme tekniğinde**, terapist danışanın ilk otomatik düşüncesinden hareket eder ve **"Bu olursa ne olur?"**, **"Bu senin için ne anlama gelir?"**, **"En kötü ne olur?"** gibi ardışık sorularla danışanın ara inançlarına ve sonunda temel inançlarına ulaşır. Amaç düşüncenin doğruluğunu tartışmak değil, düşüncenin altında yatan temel bilişsel yapıyı ortaya çıkarmaktır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Bu teknikte işlevsiz düşünceler daha gerçekçi düşüncelerle değiştirilir. Soruda henüz değiştirme aşamasına geçilmemiştir.
- C) **Bilişsel prova:** Bu teknik bireyin gelecekte yaşayacağı bir durumu zihinsel olarak canlandırıp prova etmesini içerir. Soruda böyle bir uygulama yoktur.
- D) **Sokratik sorgulama:** Bu seçenek güçlü bir çeldiricidir çünkü burada da sorular vardır. Ancak sokratik sorgulamada temel amaç düşüncenin kanıtlarını test etmektir. Soruda ise daha derindeki inancı keşfetme amacı baskındır.
- E) **Sistematiik duyarsızlaştırma:** Bu teknik davranışçı yaklaşımda gevşeme ve korku uyarısına aşamalı maruz kalmayı içerir. Soruda böyle bir uygulama bulunmamaktadır.

Cevap: B

7. Beck'e göre **bilişsel üçlü**; bireyin **kendisine, yaşantılarına ve geleceğine** ilişkin geliştirdiği olumsuz düşünceleri ifade eder. Bu nedenle öncüller tek tek değerlendirildiğinde:

- "Ben değersizim ve hiçbir işe yaramam." ifadesi bireyin kendisini yetersiz ve değersiz algıladığını göstermektedir. Bu, **kendisine yönelik olumsuz bakış açısını** yansıtır.
- "Hiçbir şey istediğim gibi gitmiyor, her şey sürekli kötüye gidiyor." ifadesi bireyin yaşadığı olayları genel olarak olumsuz değerlendirdiğini göstermektedir. Bu, **yaşantılarını olumsuz yorumlama eğilimine** karşılık gelir.
- "Gelecekte başarılı olamayacağım ve her şey daha da kötüleşecek." ifadesi ise geleceğe ilişkin umutsuz ve karamsar beklentileri göstermektedir. Bu da **geleceğe yönelik olumsuz bakış açısını** yansıtır.

Dolayısıyla sıralama **Kendisi – Deneyimleri – Geleceği** şeklindedir.

Cevap: A

8. Soruda Derya'nın arkadaşlarının düzenlediği sosyal etkinliğe katılmak istemediği, ancak katılması gerektiğini düşündüğü belirtilmektedir. Psikolojik danışman ise Derya'dan **etkinlik sırasında neler olabileceğini zihninden geçirmesini**, aklına gelebilecek düşünceleri fark etmesini ve bu süreçte hislerini değerlendirmesini istemektedir. Yani danışan henüz yaşanmamış bir sosyal durumu önceden zihinsel olarak canlandırmaktadır. Bu oturumda kullanılan teknik **bilişsel provadır**. **Bilişsel prova**, bireyin gelecekte karşılaşacağı bir durumu önceden zihinsel olarak canlandırması, o sırada aklına gelebilecek otomatik düşünceleri fark etmesi ve olası tepkilerini değerlendirmesi amacıyla kullanılan bilişsel-davranışçı tekniktir. Özellikle sosyal kaygı, performans kaygısı ve kaçınma davranışlarında sık kullanılır. Soruda da Derya'nın sosyal etkinlik öncesinde olası senaryoları zihinsel olarak gözden geçirmesi istendiği için doğru seçenek budur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Sokratik sorgulama: Bu teknikte danışanın düşüncelerinin kanıtları sorgulanır. Örneğin "Bunu hangi kanıta dayanarak düşünüyorsun?" gibi sorular sorulur. Soruda temel vurgu zihinsel canlandırma değildir.

C) Derine inme tekniği: Bu teknikte otomatik düşüncelerden hareket edilerek daha derindeki temel inançlara ulaşılır. Soruda böyle bir süreç bulunmamaktadır.

D) Bilişsel yeniden yapılandırma: Bu teknikte işlevsiz düşünceler daha gerçekçi düşüncelerle değiştirilir. Soruda henüz temel amaç düşüncüyü değiştirmek değil, durumu zihinsel olarak prova etmektir.

E) Sistemik duyarsızlaştırma: Bu teknikte gevşeme egzersizleri ile korku uyaranına aşamalı biçimde maruz kalma birlikte kullanılır. Soruda böyle bir uygulama yoktur.

Cevap: A

9. **Aşamalı görevler oluşturma tekniğinin temel amacı**, danışanın gözünde zor, karmaşık ya da ulaşılamaz görünen bir hedefi daha küçük, somut ve yönetilebilir basamaklara ayırmaktır. Böylece danışan her adımı tamamladıkça başarı yaşantısı elde eder, öz yeterlik algısı artar ve kaçınma davranışı azalır. Bu teknik özellikle depresyon, erteleme davranışı ve motivasyon kaybı yaşayan danışanlarda sık kullanılır. Bu nedenle doğru seçenek, hedefi küçük adımlara bölerek başarı deneyimini artırmayı ifade eden seçenektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Bilinç dışı çatışmaları açığa çıkarmak daha çok psikodinamik yaklaşımın odağıdır.

C) Geçmiş yaşantıların ayrıntılı incelenmesi ve duygusal yükün azaltılması bu tekniğin amacı değildir.

D) Bu teknik yalnızca bilişsel yeniden yapılandırmaya dayanmaz; davranışsal uygulama içerir.

E) Yalnızca zihinsel canlandırma yapılması bilişsel prova tekniğini çağırıştırır. Aşamalı görevlerde gerçek yaşam adımları vardır.

Cevap: B

10. Soruda Cem'in grup projelerinde başarısız olacağı düşüncesi nedeniyle projelere katılmaktan kaçındığı belirtilmektedir. Psikolojik danışman, Cem'in bu olumsuz düşüncelerini fark etmesini sağlamış, bu düşüncelerin doğruluğunu sorgulamasına yardımcı olmuş ve daha gerçekçi, işlevsel alternatif düşünceler geliştirmesini desteklemiştir. Ayrıca bu süreci pekiştirmek amacıyla ev ödevleri vermiştir.

Bu oturumda kullanılan teknik bilişsel yeniden yapılandırma değildir. Bilişsel yeniden yapılandırma, danışanın işlevsiz otomatik düşüncelerini belirlemesi, bu düşüncelerin gerçekliğini değerlendirmesi ve bunların yerine daha dengeli ve işlevsel düşünceler geliştirmesi amacıyla kullanılan temel bilişsel-davranışçı tekniklerden biridir. Soruda düşüncüyü fark etme, sorgulama ve alternatif düşünce geliştirme basamaklarının birlikte verilmesi bu tekniği göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Sokratik sorgulama: Bu teknikte terapist yapılandırılmış sorularla danışanın düşüncelerinin kanıtlarını sorgular. Soruda süreç yalnızca sorgulamayla sınırlı değildir; alternatif düşünce üretme aşamasına geçmiştir.
- B) Derine inme tekniği: Bu teknikte terapist otomatik düşüncelerden hareket ederek daha derindeki temel inançlara ulaşmaya çalışır. Soruda temel inanç keşfi yoktur.
- C) Bilişsel prova: Bu teknik bireyin gelecekte yaşayacağı bir durumu zihinsel olarak önceden canlandırmasını içerir. Soruda böyle bir zihinsel prova bulunmamaktadır.
- E) Sistematiik duyarsızlaştırma: Bu teknik gevşeme egzersizleriyle birlikte korku uyarısına aşamalı biçimde maruz kalmayı içerir. Soruda böyle bir uygulama yer almamaktadır.

Cevap: D

11. Soruda danışanın sosyal etkinliğe katılmadan önce **“mutlaka hata yapacağım ve herkes bana gülecek”** şeklinde felaket beklentisi yaşadığı görülmektedir. Psikolojik danışman ise danışanın korktuğu durumu ayrıntılı biçimde düşünmesini istemekte, özellikle **“en olumsuz ne olabilir?”** sorusuna odaklanmakta ve ardından bu olumsuz durum gerçekleşirse bunun nasıl yönetilebileceğini değerlendirmesine yardımcı olmaktadır. Sürecin sonunda danışanın kaygısının azalması da bu müdahalenin etkisini göstermektedir.

Bu oturumda kullanılan teknik **en kötü senaryo tekniğidir**. En kötü senaryo tekniğinde danışan, zihnindeki belirsiz felaket beklentisini somutlaştırır; en kötü ihtimali açıkça ifade eder ve bu durum gerçekleşse bile bununla baş edip edemeyeceğini değerlendirir. Böylece abartılmış tehdit algısı azalır ve durum daha yönetilebilir görünmeye başlar. Soruda tam olarak bu süreç yürütüldüğü için doğru seçenek budur. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) Sokratik sorgulama: Bu teknikte danışanın düşüncelerinin kanıtları ve mantıksal tutarlılığı sorgulanır. Soruda temel vurgu en kötü ihtimali yapılandırılmış biçimde ele almaktır.

- B) Derine inme tekniği: Bu teknikte otomatik düşüncelerden hareketle daha derindeki temel inançlara ulaşılır. Soruda temel inanç keşfi yapılmamaktadır.
- C) Bilişsel prova: Bu teknik gelecekte yaşanacak bir durumun zihinsel olarak önceden canlandırılmasını içerir. Soruda yalnızca olayı zihinde canlandırma değil, en kötü sonucu değerlendirme süreci vardır.
- D) Sistematiik duyarsızlaştırma: Bu teknik gevşeme ile korku uyarısına aşamalı biçimde maruz bırakmayı içerir. Soruda böyle bir uygulama bulunmamaktadır.

Cevap: E

12. Soruda danışanın topluluk önünde konuşmaya ilişkin kaygısı ele alınmaktadır. Psikolojik danışman, danışanın ilk otomatik düşüncesi olan **“İnsanlar söylediklerimi beğenmez”** ifadesiyle yetinmemekte; **“Peki beğenmezlerse ne olur?”** ve **“Bu senin için ne anlama gelir?”** sorularıyla düşüncenin altında yer alan daha derin anlamı ortaya çıkarmaktadır. Sürecin sonunda danışanın **“İnsanların gözünde değersiz biri olurum”** ifadesine ulaşılması, otomatik düşünceden temel inanca doğru ilerlenildiğini göstermektedir.

Bu oturumda kullanılan teknik **derine inme tekniğidir**. Derine inme tekniği, danışanın yüzeyde ifade ettiği otomatik düşüncelerin altında yer alan **ara inançları ve temel inançları ortaya çıkarmayı amaçlayan** bir bilişsel-davranışçı tekniktir. Psikolojik danışman genellikle **“Bu olursa ne olur?”**, **“Bu senin için ne anlama gelir?”** gibi ardışık sorular kullanarak danışanın daha derindeki bilişsel yapısına ulaşır. Soruda da danışan başlangıçta yalnızca başkalarının kendisini beğenmeyeceğini düşünürken, süreç sonunda **“değersizim”** temel inancına ulaşmıştır. Bu nedenle doğru seçenek budur. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) Davranışı daha az çekici kılma: Bu teknik davranışçı terapide istenmeyen davranışı azaltmak amacıyla davranışı rahatsız edici sonuçlarla eşleştirmeyi içerir. Soruda böyle bir uygulama yoktur.

- C) ABC tekniği:** Bu teknik akılcı duygusal davranışçı terapide olay, inanç ve sonuç ilişkisini analiz etmeye yöneliktir. Soruda bu yapı bulunmamaktadır.
- D) Bilişsel prova:** Bu teknik bireyin gelecekte yaşayacağı bir durumu zihinsel olarak önceden canlandırmasını içerir. Soruda zihinsel prova yoktur.
- E) Duygunda kal:** Bu teknik daha çok gestalt terapide danışanın duygusunu yoğun biçimde deneyimlemesine yöneliktir. Soruda bilişsel teknik kullanılmaktadır.

Cevap: A

- 13. Bilişsel terapide ev ödevleri,** danışanın seans içinde öğrendiği becerileri günlük yaşamda uygulamasını sağlamak, otomatik düşüncelerini fark etmek, bilişsel çarpıtmalarını test etmek ve problem çözme becerilerini geliştirmek amacıyla kullanılır. Amaç, değişimin yalnızca terapi odasında kalmaması ve danışanın gerçek yaşam deneyimleri üzerinden yeni beceriler kazanmasıdır. Bu nedenle **“danışanın yaşamındaki anlam arayışını derinleştirerek varoluşsal farkındalığını artırmak”** bilişsel terapide ev ödevlerinin amacı değildir. Bu ifade daha çok **varoluşçu yaklaşımın** insanın yaşam anlamı, özgürlük, sorumluluk ve varoluşsal farkındalık temalarıyla ilişkilidir. Bilişsel terapinin ev ödevleri bu amaca hizmet etmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**
- A) Danışanın otomatik düşüncelerini belirleyerek bunları gerçekçi düşüncelerle değiştirmesine yardımcı olmak:** Düşünce kayıtları ve otomatik düşünce formları bunun için sık kullanılan ev ödevleridir.
- B) Danışanın günlük yaşamında sorun çözme ve baş etme becerilerini geliştirmek:** Ev ödevleri danışanın günlük yaşam becerilerini geliştirmede önemli rol oynar.
- D) Danışanın bilişsel çarpıtmaları günlük yaşam bağlamında test etmesine fırsat vermek:** Davranış deneyleri ve düşünce kayıtları bu amaçla kullanılabilir.
- E) Danışanın terapi sürecinde öğrendiklerini seans dışında uygulayarak değişim sürecini hızlandırmak:** Ev ödevlerinin temel işlevlerinden biri budur.

Cevap: C

- 14. Soruda Ahmet'in topluluk önünde konuşma kaygısını azaltmak ve konuşma becerisini geliştirmek amacıyla aşamalı görevler oluşturma tekniğine uygun bir uygulama** sorulmaktadır. Aşamalı görevler oluşturmada danışanın gözünde zor görünen hedef, bir anda gerçekleştirilmez; daha küçük, yönetilebilir ve giderek zorlaşan adımlara bölünür. Böylece danışan her basamakta başarı deneyimi yaşar, öz güveni artar ve kaçınma davranışı azalır.

Bu durumda **önce evde ayna karşısında kısa konuşma yapma, ardından yakın arkadaşlara konuşma, küçük grup, orta büyüklükte grup ve son olarak sınıf önünde konuşma** şeklindeki ilerleme tam olarak bu tekniğe uygundur. Hedef davranış küçük basamaklara ayrılmış ve kademeli ilerleme sağlanmıştır. Bu nedenle doğru seçenek **D seçeneğidir.**

- A) Ahmet'e topluluk önünde konuşma korkusuyla ilgili olumsuz düşüncelerini yazdırmak:** Bu daha çok otomatik düşünceleri belirleme ve bilişsel çalışma ile ilgilidir; aşamalı görev oluşturma değildir.
- B) Kaygı yaşadığı durumları fark etmesini sağlamak ve kaygı düzeyini ölçmek:** Bu durum değerlendirme sürecine daha uygundur ancak doğrudan aşamalı görev uygulaması değildir.
- C) Hiç denememesi ve yalnızca zihinsel prova yapması:** Bu yaklaşım kaçınmayı sürdürür. Ayrıca bu durum bilişsel provayı çağırıştırır.
- E) Doğrudan tüm sınıf önünde rol oynama yaptırmak:** Bu seçenek danışanı bir anda zorlayıcı duruma sokmaktadır. Aşamalı görevlerin mantığı kademeli ilerlemedir.

Cevap: D

15. Soruda Kerem'in önce otomatik düşüncelerini fark ettiği, ardından bu düşünceleri sorguladığı ve yeniden yapılandığı belirtilmektedir. Son oturumda ise kaygısını daha iyi yönetebildiğini ifade etmektedir. Bu noktada danışman artık yalnızca farkındalık oluşturma ya da geçmiş süreci değerlendirme aşamasında değildir; danışanın öğrendiklerini gelecekte davranışa dönüştürmesini ve somut adımlar planlamasını hedeflemektedir. Bu bağlamda **"Bu farkındalıkla sınavlara hazırlanırken hangi adımları atmayı planlıyorsun?"** ifadesi danışanı doğrudan davranış planı oluşturmaya yönlendirmektedir. Bu, bilişsel terapide **eylem aşamasına geçmeyi** en iyi yansıtan tepkidir. Danışan öğrendiği bilişsel becerileri gerçek yaşamda nasıl kullanacağını planlamaktadır. Bu nedenle doğru seçenek **A seçeneğidir**.

B) Sınav kaygısını yönetebildiğinde kendini nasıl hissediyorsun?: Bu soru duygusal farkındalığı artırabilir ancak doğrudan eylem planı oluşturmaz.

C) Oturum sürecinde öğrendiklerin sana ne kazandırdı?: Sürecin değerlendirilmesine yöneliktir, eylem planı içermez.

D) Oturumlar sırasında hangi otomatik düşüncelerini fark ettin?: Bu daha erken aşamalarda kullanılan farkındalık sorusudur.

E) Kaygının azalması günlük hayatını nasıl etkiledi?: Sonuç değerlendirmesine yöneliktir ancak doğrudan davranış planlaması değildir.

Cevap: A

1. Bilişsel-davranışçı terapide danışanın problemi değerlendirilirken genellikle **mevcut durum düşünceleri, problemli davranışlar ve tetikleyici unsurlar** ayrı ayrı ele alınır. **Mevcut durum düşünceleri**, bireyin olayları nasıl yorumladığını gösteren otomatik düşüncelerdir. **Problemli davranışlar**, kişinin işlevselliğini bozan davranış örüntüleridir. **Tetikleyici unsurlar** ise kaygıyı ya da problemi ortaya çıkaran durum, olay veya koşullardır.
 - I. "Sınavlarda mutlaka en yüksek notu almam gerekir, yoksa başarısız olurum." ifadesi Deniz'in sınav durumunu nasıl yorumladığını göstermektedir. Burada katı bir başarı standardı ve işlevsiz düşünce vardır. Bu nedenle bu ifade **mevcut durum düşüncesine** örnektir.
 - II. "Ders çalışmayı erteliyorum ve sık sık sosyal medyada vakit geçiriyorum." ifadesi doğrudan Deniz'in sergilediği işlevsiz davranışları anlatmaktadır. Bu nedenle bu ifade **problemli davranışlara** örnektir.
 - III. "Sınav tarihinin yaklaşması kaygımı artırıyor." ifadesi kaygıyı artıran dışsal durumu ifade etmektedir. Bu nedenle bu ifade **tetikleyici unsurlara** örnektir.

Sıralama **Mevcut durum düşüncesi – Problemli davranışlar – Tetikleyici unsurlar** şeklindedir.

Cevap: C

2. Soruda Selma'nın kendini sürekli yorgun ve isteksiz hissettiği, ders çalışma, arkadaşlarıyla buluşma ve hobileriyle ilgilenme gibi etkinliklerden uzaklaştığı belirtilmektedir. Ayrıca gününü çoğunlukla uyuyarak veya televizyon izleyerek geçirdiği ifade edilmektedir. Psikolojik danışmanın Selma'dan **günlük aktivitelerini ve bu aktivitelerden aldığı keyfi değerlendirmesini istemesi**, danışanın hangi etkinliklerin kendisine haz verdiğini belirlemeye yönelik bir müdahaledir. Bu oturumda kullanılan teknik **zevk terapisi**dir. Zevk terapisinde danışandan günlük etkinliklerini kaydetmesi ve bu etkinliklerden aldığı haz ya da doyum düzeyini değerlendirmesi istenir. Amaç, özellikle depresif belirtiler gösteren danışanlarda pasifliği azaltmak, keyif veren etkinlikleri artırmak ve danışanın yeniden aktif yaşama katılımını desteklemektir. Soru-

da günlük aktivitelerin ve bu aktivitelerden alınan keyfin değerlendirilmesi doğrudan bu tekniği göstermektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Maruz bırakma:** Kaygı yaratan durumlarla kontrollü biçimde yüzleştirmeyi içerir. Soruda böyle bir uygulama yoktur.
- B) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** İşlevsiz düşüncelerin daha gerçekçi düşüncelerle değiştirilmesini hedefler. Soruda düşünce içeriğiyle çalışma yoktur.
- C) **Düşünce kaydı:** Otomatik düşüncelerin yazılması ve değerlendirilmesine yöneliktir. Soruda düşünce değil, etkinlik ve haz düzeyi takip edilmektedir.
- D) **Gevşeme egzersizi:** Fizyolojik kaygı belirtilerini azaltmaya yöneliktir. Soruda böyle bir müdahale yer almamaktadır.

Cevap: E

3. Soruda Mert'in sosyal kaygı ve sınıfta söz alma konusunda güçlük yaşadığı belirtilmektedir. Psikolojik danışman, Mert'ten daha önce sınıfta söz aldığı ya da almaya çalıştığı bir durumu gözlerini kapatarak yeniden canlandırmasını istemektedir. Bu canlandırma sırasında Mert'in yaşadığı duygular ve bu duygularla bağlantılı düşünceler üzerinde çalışılması, danışanın yaşantıyı zihinsel olarak tekrar deneyimlemesine dayanmaktadır. Bu oturumda kullanılan teknik **zihinde canlandırma**dır. Zihinde canlandırma tekniğinde danışandan geçmişte yaşadığı ya da gelecekte yaşayabileceği bir durumu zihinsel olarak ayrıntılı biçimde hayal etmesi istenir. Amaç, o durumla ilişkili duygu, düşünce ve tepkileri daha net fark etmek ve bunlar üzerinde terapötik çalışma yürütmektir. Soruda gerçek yaşamda doğrudan yüzleştirme yapılmamakta, durum zihinsel olarak yeniden yaşatılmaktadır. Bu nedenle **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Maruz bırakma:** Danışanın kaygı uyandıran durumla gerçek yaşamda ya da doğrudan yüzleşmesini içerir. Soruda zihinsel canlandırma vardır.
- C) **Davranışsal deney:** Danışanın inançlarını test etmek amacıyla gerçek yaşamda davranış denemeleri yapmasını içerir. Soruda böyle bir test süreci yoktur.

- D) **Düşünce kaydı:** Otomatik düşüncelerin yazılı olarak kaydedilmesini içerir. Soruda böyle bir uygulama yoktur.
- E) **Gevşeme egzersizi:** Fiziksel kaygı belirtilerini azaltmaya yönelik tekniklerdir. Soruda bu yer almamaktadır.

Cevap: B

4. Soruda Elif'in sınav kaygısı yaşadığı ve bu süreçte kendisini yetersiz hissettiği belirtilmektedir. Psikolojik danışman, Elif'in kaygı yaşadığı anlarda aklından geçen düşünceleri fark etmesini ve bu düşünceler üzerinde bir sonraki oturumda çalışmayı amaçlamaktadır. Bu nedenle Elif'ten seanslar arasında aklına gelen düşünceleri **yazılı olarak kaydetmesi** istenmektedir. Bu oturumda kullanılan teknik **düşünce kaydıdır**. Düşünce kaydı tekniğinde danışan, belirli olaylar karşısında aklına gelen otomatik düşünceleri, bu düşüncelere eşlik eden duyguları ve bazen davranışlarını kayıt altına alır. Amaç, otomatik düşünceleri somutlaştırmak ve terapi sürecinde bu düşünceler üzerinde sistematik biçimde çalışmaktır. Soruda yazılı kayıt tutma vurgusu doğrudan bu tekniği göstermektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Davranışsal deney:** Danışanın inançlarını gerçek yaşamda test etmesine dayanır. Soruda böyle bir uygulama yoktur.
- C) **Zihinde canlandırma:** Geçmiş ya da gelecekteki bir durumu zihinsel olarak hayal etmeyi içerir. Soruda böyle bir süreç yoktur.
- D) **Maruz bırakma:** Kaygı uyandıran durumla doğrudan yüzleşmeyi içerir. Soruda böyle bir müdahale yer almamaktadır.
- E) **Gevşeme egzersizi:** Fizyolojik kaygı belirtilerini azaltmaya yöneliktir. Soruda bu kullanılmamaktadır.

Cevap: A

5. **Aşağıya ok tekniğinin temel amacı,** danışanın yüzeyde ifade ettiği otomatik düşüncelerin altında yer alan daha derin ara inançları ve temel inançları ortaya çıkarmaktır. Bu teknikte psikolojik danışman genellikle **“Bu olursa ne olur?”**, **“Bu senin için ne anlama gelir?”**, **“Bunun en kötü sonucu ne olur?”** gibi ardışık sorular sorarak danışanın temel bilişsel şemalarına ulaşmaya çalışır. Amaç, yalnızca yüzey düşünceyi fark etmek değil, o düşüncenin altında yer alan çekirdek inancı belirlemektir. Bu nedenle doğru seçenek, danışanın otomatik düşüncelerinin altında yatan temel inançları ortaya çıkarmayı ifade eden seçenektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Danışanın kaygı uyandıran durumlara maruz kalmasını sağlamak:** Bu seçenek maruz bırakma tekniğini ifade etmektedir.
- B) **Danışanın gevşeme ve rahatlama becerilerini geliştirmek:** Bu seçenek gevşeme egzersizleriyle ilişkilidir.
- C) **Danışanın davranışlarını sistematik olarak duyarsızlaştırmak:** Bu seçenek sistematik duyarsızlaştırma tekniğini ifade eder.
- D) **Danışanın günlük yaşam aktivitelerini planlamasına yardımcı olmak:** Bu seçenek aktivite planlama ya da aşamalı görevler oluşturma tekniklerini çağırıştırılmaktadır.

Cevap: E

6. Bilişsel-davranışçı terapide danışanın yaşadığı problem değerlendirilirken **mevcut durum düşünceleri, problemleri davranışlar ve tetikleyici unsurlar** ayrı ayrı incelenir. Mevcut durum düşünceleri, bireyin olayları nasıl yorumladığını gösteren otomatik düşüncelerdir. Problemleri davranışlar, kişinin işlevselliğini bozan davranış örüntüleridir. Tetikleyici unsurlar ise kaygıyı veya problemi ortaya çıkaran durum ya da olaylardır.
- I. “Düğün günü her şey kusursuz olmalı, aksi takdirde başarısız olurum.” ifadesi Asu'nun olaya ilişkin katı ve işlevsiz düşüncesini göstermektedir. Bu nedenle bu ifade **mevcut durum düşüncesine** örnektir.

- II. “Düğün hazırlıklarını sürekli erteliyorum ve detaylar üzerinde fazla zaman harcıyorum.” ifadesi doğrudan davranış örüntüsünü anlatmaktadır. Bu nedenle bu ifade **problemlili davranışlara** örnektir.
- III. “Düğün tarihinin yaklaşması kaygımı artırıyor.” ifadesi kaygıyı artıran durumu göstermektedir. Bu nedenle bu ifade **tetikleyici unsurlara** örnektir.

Sıralama **Mevcut durum düşüncesi – Problemlili davranışlar – Tetikleyici unsurlar** şeklindedir.

Cevap: A

7. Soruda Mert’in iş görüşmeleri öncesinde yaşadığı kaygı, kendisini yetersiz hissetmesi, otomatik düşünceleri, duygusal tepkileri ve kaçınma davranışları arasındaki ilişkinin bir tablo üzerinde gösterildiği belirtilmektedir. Ayrıca bu tablonun **müdahale planını belirlemek amacıyla** oluşturulduğu vurgulanmaktadır. Bu durum, danışanın problemini sürdüren bilişsel, duygusal ve davranışsal süreçlerin sistematik biçimde analiz edilmesini ifade eder. Bu süreç **vaka formülasyonu** ile ilgilidir. Vaka formülasyonu, danışanın yaşadığı problemi ortaya çıkaran ve sürdüren düşünce, duygu, davranış ve tetikleyici unsurlar arasındaki ilişkiyi anlamak amacıyla oluşturulan bilişsel haritadır. Terapistin hangi müdahaleleri uygulayacağını planlamasında yol gösterici olur. Soruda oluşturulan tablo doğrudan bu amacı taşıdığı için **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın çocukluk deneyimlerini çözümleme:** Bu daha çok psikodinamik yaklaşımla ilişkilidir. Soruda böyle bir vurgu yoktur.
- B) **Danışanın savunma mekanizmalarını belirleme:** Bu da psikodinamik yaklaşım kavramıdır ve soruyla uyumlu değildir.
- C) **Danışanın davranışsal deneylerini planlama:** Davranışsal deneyler ayrı bir tekniktir; soruda daha kapsamlı bir değerlendirme tablosu anlatılmaktadır.
- E) **Danışanın gevşeme tekniklerini öğretme:** Soruda gevşeme becerileriyle ilgili bir içerik yoktur.

Cevap: D

8. Soruda Zeynep’in “**Her zaman en iyisini yapmayım, aksi takdirde başarısız olurum**” şeklinde katı ve işlevsiz bir düşünce geliştirdiği, bu düşüncenin de kaygı ve erteleme davranışına yol açtığı belirtilmektedir. Psikolojik danışman ise “**Kanıt nedir?**”, “**Alternatif bir açıklama var mı?**”, “**En kötü ya da en iyi ne olabilir?**” ve “**Bir arkadaşın aynı durumda olsaydı ona ne derdin?**” gibi sorular sorarak Zeynep’in düşüncelerini sorgulamasını sağlamaktadır. Bu sorular, danışanın otomatik düşüncelerini fark etmesine ve bu düşünceleri daha gerçekçi biçimde yeniden değerlendirmesine yöneliktir. Bu müdahalenin temel amacı **danışanın otomatik düşüncelerini fark etmesini ve daha işlevsel düşünceler geliştirmesini sağlamaktır.** Bu süreç bilişsel terapide otomatik düşüncelerin sorgulanması ve yeniden yapılandırılması sürecini yansıtır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Danışanın ortak bilinç dışında yer alan gölge arketipiyle yüzleşip personasını desteklemek:** Bu ifade Jung’un **analitik psikoloji** yaklaşımına aittir. Soruyla ilişkili değildir.
- C) **Danışanın savunma mekanizmalarını ortaya çıkarmak:** Savunma mekanizmaları daha çok **psikanalitik yaklaşımın** kavramları arasındadır.
- D) **Danışanın bilinç dışı çatışmalarını çözmek:** Bu da **psikanalitik yaklaşımın** temel amaçlarından biridir.
- E) **Danışanın duygularını ifade etmesini kolaylaştırmak:** Bu daha çok duygu odaklı veya danışan merkezli süreçleri çağırıştırır. Soruda bilişsel sorgulama vardır.

Cevap: B

9. Beck’e göre **bilişsel üçlü;** bireyin **kendisine, yaşıntılarına ve geleceğine** ilişkin geliştirdiği olumsuz düşünceleri ifade eder.
- I. Elif, önündeki sorunların hiç bitmeyeceğini ve durumunun daha da kötüleşeceğini düşünmektedir. Bu düşünce Elif’in geleceğe yönelik umutsuz ve karamsar beklentilerini göstermektedir. Bu nedenle **gelecekle ilgili beklentilere** karşılık gelir.

II. Elif, kendisini yetersiz ve başarılı olamayacak biri olarak görmektedir. Bu durum Elif'in kendisine yönelik olumsuz bakış açısını göstermektedir. Bu nedenle **kendisi** boyutuna karşılık gelir.

III. Elif, okuldaki başarısızlıklarını sürekli engeller ve zorluklarla açıklamaktadır. Bu durum Elif'in yaşadığı olayları ve deneyimlerini olumsuz değerlendirdiğini göstermektedir. Bu nedenle **deneyimleri** boyutuna karşılık gelir.

Dolayısıyla Elif'in düşünceleri **gelecek ile ilgili beklentileri, kendisi ve deneyimleri** şeklindedir.

Cevap: E

10. Soruda psikolojik danışmanın danışana, görüşmeler arasında yaşanan önemli olayları ve bu olayların etkilerini sorduğu görülmektedir. Danışanın hafta içinde yaşadığı önemli yaşam olaylarını değerlendirmek, bilişsel davranışçı terapi oturum yapısında **yaşam olaylarının sorgulanması** aşamasına karşılık gelir. Amaç, seanslar arasında yaşanan önemli gelişmelerin danışanı nasıl etkilediğini anlamaktır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Duygu durum kontrolü:** Bu aşamada danışanın o an nasıl hissettiği değerlendirilir ve genellikle "Bugün nasılsınız?" gibi sorular sorulur.

C) **Önceki oturumla bağlantı kurma:** Bu aşamada bir önceki oturumla ilgili eksik kalan noktalar veya sonradan oluşan sorular ele alınır.

D) **Gündem belirleme:** Oturumda hangi konuların ele alınacağını planlandığı aşamadır.

E) **Ödev kontrolü:** Bir önceki oturumda verilen ödevlerin değerlendirilmesini içerir.

Cevap: B

11. Ara inançlar; bireyin kendisi, diğer insanlar ve dünya ile ilgili geliştirdiği **kurallar, varsayımlar ve tutumlardır**. Genellikle "eğer... ise...", "meli-malı", "yapmalıyım" biçiminde ortaya çıkar ve otomatik düşüncelerin oluşmasına zemin hazırlar. Sorudaki **"Eğer insanları memnun etmezsem beni sevmeyiz"** ifadesi koşullu bir varsayım içermektedir ve bireyin kişiler arası ilişkilerine dair geliştirdiği ara inancı göstermektedir. Bu nedenle doğru seçenek budur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Ben değersiz bir insanım:** Bu ifade koşullu bir kural değil, bireyin kendisine ilişkin daha katı ve genellenmiş değerlendirmesidir. Bu nedenle **temel inanç** örneğidir.

C) **Sunum sırasında bir kişi telefonuyla ilgilendi, demek ki sunumum çok kötü geçti:** Bu ifade belirli bir duruma verilen anlık bilişsel yorumdur. Bu nedenle **otomatik düşünce** örneğidir.

D) **Gelecekte hiçbir zaman mutlu olamayacağım:** Bu ifade Beck'in bilişsel üçlüsündeki geleceğe yönelik olumsuz beklentiyi yansıtır; ara inançtan çok otomatik düşünce niteliğindedir.

E) **Bugün sınavım var ve saat 10.00'da başlayacak:** Bu ifade nesnel bilgi içermektedir, işlevsiz biliş örneği değildir.

Cevap: A

12. Bilişsel terapide psikolojik danışman aktif, yapılandırıcı, öğretici ve işbirlikçi bir role sahiptir. Danışanın düşünce, duygu ve davranışları arasındaki ilişkiyi fark etmesine yardımcı olur; otomatik düşünceleri belirlemeye ve yeniden yapılandırmaya çalışır; problem çözme becerilerini geliştirmesini destekler ve danışanın sürece aktif katılımını teşvik eder. **"Danışanın geçmişteki bilinç dışı çatışmalarını yorumlayarak çözmesini sağlamak"** ise bilişsel terapinin temel görevlerinden biri değildir. Bu ifade daha çok **psikanalitik yaklaşımın** odağındadır. Psikanalitik yaklaşım bilinç dışı çatışmalar, bastırılmış yaşantılar ve geçmiş yaşantıların yorumlanmasına odaklanırken; bilişsel terapi daha çok mevcut düşünce örüntülerine ve bunların değiştirilmesine odaklanır. Bu nedenle **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Danışanın düşünce, duygu ve davranışları arasındaki bağlantıyı fark etmesine yardımcı olmak:** bilişsel terapinin temel amaçlarından biridir.
- C) **Danışanın otomatik düşüncelerini belirlemeye ve yeniden yapılandırmaya çalışmak:** bilişsel terapinin temel müdahalelerinden biridir.
- D) **Danışanı problem çözme ve başa çıkma stratejileri geliştirmeye teşvik etmek:** danışanın işlevselliğini artırmaya yönelik önemli görevlerden biridir.
- E) **Terapötik süreçte danışanın aktif katılımını sağlamak:** bilişsel terapide danışan aktif bir katılımcıdır.

Cevap: B

13. Soruda Metin'in iş yerindeki toplantılarda kendini ifade etmekte zorlandığı ve sunum sırasında ne söyleyeceğini unutma kaygısı yaşadığı belirtilmektedir. Psikolojik danışman ise Metin ile birlikte toplantı senaryolarını gözden geçirmekte, gelebilecek soruları ve olası yanıtları birlikte değerlendirmekte ve sunum sırasında farklı davranış biçimlerini zihinsel olarak canlandırmasını sağlamaktadır. Burada danışan, gelecekte karşılaşacağı durumu önceden zihinsel olarak prova etmektedir. Bu oturumda kullanılan teknik **bilişsel provadır**. Bilişsel prova tekniğinde danışan, gelecekte karşılaşabileceği bir durumu zihinsel olarak önceden canlandırır; olası tepkilerini düşünür ve baş etme yollarını zihinsel düzeyde çalışır. Amaç, belirsizliği azaltmak ve danışanın kaygı yaratan durum karşısında kendisini daha hazırlıklı hissetmesini sağlamaktır. Soruda toplantı senaryolarının önceden zihinsel olarak çalışılması bu tekniği göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Maruz bırakma:** Danışanın kaygı yaratan durumla doğrudan yüzleşmesini içerir. Soruda gerçek yaşamda doğrudan maruz kalma yoktur.
- C) **Düşünce kaydı:** Otomatik düşüncelerin yazılı olarak kayıt altına alınmasını içerir. Soruda böyle bir uygulama bulunmamaktadır.

- D) **Davranış biçimlendirme:** davranış terapisinde hedef davranışın küçük adımlarla pekiştirilmesini içerir. Soruda zihinsel hazırlık vardır.
- E) **Gevşeme egzersizleri:** Fizyolojik kaygı belirtilerini azaltmaya yöneliktir. Soruda bu teknik kullanılmamaktadır.

Cevap: B

14. Soruda Erol'un yöneticisinin eleştirisinden sonra kendisini yetersiz hissettiği ve hata yapacağına ilişkin kaygılar yaşadığı belirtilmektedir. Psikolojik danışman ise Erol'un otomatik düşünceleriyle yetinmemekte; **"Eğer bu doğruysa bu senin için ne anlama geliyor?"** şeklinde ardışık sorular sorarak her düşüncenin altında yer alan daha derin inançları ortaya çıkarmaya çalışmaktadır. Sürecin sonunda Erol'un temel inançlarını fark etmesine yardımcı olunması da bunu göstermektedir. Bu oturumda kullanılan teknik **aşağıya ok tekniğidir**. Aşağıya ok tekniğinde psikolojik danışman, danışanın yüzeydeki otomatik düşüncelerinden başlayarak **ara inançlara ve temel inançlara ulaşmayı** amaçlar. Genellikle "Bu olursa ne olur?", "Bu senin için ne anlama gelir?" gibi sorular kullanılır. Soruda doğrudan bu soru kalıbı yer aldığı için doğru seçenek budur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Düşünce kaydı:** Otomatik düşüncelerin yazılı olarak kayıt altına alınmasını içerir. Soruda yazılı kayıt yoktur.
- B) **Maruz bırakma:** Kaygı yaratan durumla doğrudan yüzleşmeyi içerir. Soruda böyle bir uygulama bulunmamaktadır.
- D) **Davranış biçimlendirme:** davranış terapisinde hedef davranışın küçük adımlarla pekiştirilmesine dayanır. Soruda bilişsel inanç keşfi vardır.
- E) **Gevşeme egzersizleri:** Fizyolojik kaygı belirtilerini azaltmaya yöneliktir. Soruda bu teknik kullanılmamaktadır.

Cevap: C

15. Soruda Şenol'un arkadaş ortamlarında sessiz kaldığı ve **“Eğer konuşurken bir hata yaparsam herkes benimle alay edecek”** şeklinde bir düşünce geliştirdiği belirtilmektedir. Ayrıca bu düşüncenin, Şenol'un temel inancı olan **“Ben değersizim”** ile anlık otomatik düşünceleri arasında köprü görevi gördüğü özellikle vurgulanmaktadır. Bu ifade dikkat edilirse koşullu bir varsayım içermektedir ve **“eğer... olursa...”** biçimindedir. Bu düşünce **ara inançtır**. Ara inançlar; bireyin kendisi, diğer insanlar ve dünya ile ilgili geliştirdiği kurallar, varsayımlar ve tutumlardır. Genellikle **“Eğer... ise...”**, **“meli-malı”**, ya da katı kurallar biçiminde ortaya çıkar ve temel inançlarla otomatik düşünceler arasında aracılık eder. Sorudaki ifade bu yapıya doğrudan uymaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Otomatik düşünce: Belirli bir durum karşısında anlık ve hızlı biçimde ortaya çıkan düşüncelerdir. Soruda verilen ifade daha derindeki varsayımı temsil etmektedir.

C) Temel inanç: Bireyin kendisine ilişkin en derindeki katı inançlarıdır. Soruda temel inanç zaten **“Ben değersizim”** olarak verilmiştir.

D) Bilişsel çarpıtma: Düşünme hatalarını ifade eder. Soruda esas olarak biliş düzeyi sorulmaktadır.

E) Davranış biçimlendirme: davranış terapisine ait bir tekniktir; düşünce türü değildir.

Cevap: A

1. Soruda psikolojik danışmanın danışanın geçmiş yaşantılarına ayrıntılı biçimde gitmek yerine “**şu anda ne yapıyorsun?**”, “**bu davranışların seni istediğin ilişkiye götürüyor mu?**”, “**daha farklı neler yapabilirsin?**” sorularını yöneltmesi, **gerçeklik terapisinin WDEP sistemi** ile doğrudan ilişkilidir. Bu sistemde danışanın ne istediği belirlenir (**Wants**), mevcut davranışları ele alınır (**Doing**), bu davranışların işe yarayıp yaramadığı değerlendirilir (**Evaluation**) ve yeni bir plan oluşturulur (**Planning**). Gerçeklik terapisinin temel amacı, danışanın geçmişi analiz etmesi değil; mevcut davranışlarının sorumluluğunu alarak daha etkili seçimler yapmasını sağlamaktır. Soruda danışman da danışanın aile ilişkilerindeki mevcut davranışlarını değerlendirmesine yardımcı olmakta ve daha işlevsel seçimler geliştirmesini amaçlamaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Danışanın geçmiş yaşantılarını yeniden yapılandırmasına yardımcı olmak:** Geçmiş yaşantıların ayrıntılı biçimde ele alınması gerçeklik terapisinin temel odağı değildir.
- B) **Danışanın bilinç dışı çatışmalarını fark etmesini sağlamak:** Bilinç dışı çatışmaların incelenmesi **psikanalitik yaklaşımın** temel çalışma alanlarından biridir. Soruda böyle bir müdahale bulunmamaktadır.
- D) **Danışanın çocukluk anılarındaki doyurulmamış ihtiyaçlarını keşfetmesine yardım etmek:** Soruda çocukluk yaşantılarının analizi değil, mevcut davranışlar ve ilişkiler ele alınmaktadır.
- E) **Danışanın aile içindeki rollerini psiko-eğitim yoluyla yeniden düzenlemek:** Soruda aile sistemine yönelik yapılandırılmış bir eğitim süreci yer almamaktadır.

Cevap: C

2. Soruda Glasser'in **gerçeklik terapisinin temel özellikleri** sorgulanmaktadır. Gerçeklik terapisi; bireyin seçimlerinin sorumluluğunu almasına, temel ihtiyaçlarını etkili yollarla karşılamasına, mevcut davranışlarını değerlendirmesine ve daha işlevsel seçimler yapmasına odaklanır. Ayrıca **başarılı kimlik** geliştirmek de kuramın temel hedefleri arasında yer alır. Buna göre:

- I. **Danışanın temel ihtiyaçlarını karşılamasına yardımcı olmak terapinin temel amacıdır:** Gerçeklik terapisinde bireyin hayatta kalma, ait olma, güç, özgürlük ve eğlence ihtiyaçlarını sorumlu ve doyum sağlayıcı yollarla karşılaması amaçlanır. Bu ifade kuramla uyumludur.
- II. **Danışanın sorunlarını anlamak için yaşam öyküsü yeniden kurgulanır ve alternatif hikâyeler oluşturulur:** Bu ifade gerçeklik terapisine değil, **öyküsel terapiye** aittir. Bu yaklaşımda baskın problem öyküsü yeniden yapılandırılır ve alternatif hikâyeler geliştirilir.
- III. **Danışanın irrasyonel inançları belirlenerek, bu inançların mantıksal sorgulanması yapılır.** Bu ifade **akılcı duygusal davranışçı terapiye (ADDT)** özgüdür. Gerçeklik terapisinde temel vurgu irrasyonel inançların tartışılmasından çok seçimler ve sorumluluk üzerinedir.
- IV. **Başarılı kimlik geliştirmek kuramın temel hedeflerinden biridir.** Glasser'e göre bireyin ihtiyaçlarını uygun yollarla karşılaması, sorumluluk alması ve doyum sağlayan ilişkiler kurması başarılı kimlik geliştirmesiyle ilişkilidir. Bu ifade kuramla uyumludur.

Birinci ve dördüncü öncülde verilen ifadeler gerçeklik terapisinin özelliklerine uygundur.

Cevap: A

3. Soruda gerçeklik kuramına göre **psikolojik sağlamlığın ve değişimin temelinde yer alan temel kavram** sorulmaktadır. Glasser'e göre bireyler davranışlarını kendileri seçer ve yaşamlarında değiştirebilecekleri temel alan kendi davranışlarıdır. Kuramda sağlıklı işleyiş; bireyin seçimlerinin farkına varması, davranışlarının sonuçlarını değerlendirmesi ve ihtiyaçlarını başkalarına zarar vermeden karşılayabilecek şekilde **sorumluluk alması** ile ilişkilidir. Bu nedenle bireyin kendi davranışlarının sorumluluğunu üstlenmesi kuramın merkezinde yer alır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**
- A) **Geçmiş travmalarla yüzleşme:** Bu ifade daha çok geçmiş yaşantıların çalışıldığı travma odaklı ya da içgörü yönelimli yaklaşımlarla ilişkilidir. gerçeklik kuramı geçmişten çok şimdiye odaklanır.

- B) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Bu kavram bilişsel davranışçı terapilerde kullanılan temel müdahalelerden biridir. gerçeklik kuramının temel odağı değildir.
- C) **Duygusal ifade özgürlüğü:** Duyguların ifade edilmesi bazı hümanistik yaklaşımlarda daha merkezi bir yere sahiptir. gerçeklik kuramında asıl vurgu davranış ve seçimler üzerinedir.
- E) **Toplumsal destek arayışı:** Sosyal destek önemli olsa da gerçeklik kuramında psikolojik değişimin temel kavramı olarak ele alınmaz.

Cevap: D

4. **Gerçeklik terapisinde** bireyin yaşadığı sorunların temelinde çoğu zaman doyum vermeyen ilişkiler ve etkisiz seçimler yer alır. Mualla'nın sürekli eşinin beklentilerine göre hareket etmesi, kendi istek ve ihtiyaçlarını tanımlamakta zorlanması ve bunun sonucunda öfke biriktirmesi; ilişkide kendi davranışlarını yeterince değerlendiremediğini göstermektedir. Glasser'e göre değişimin başlangıç noktası, bireyin mevcut davranışlarının farkına varması ve **kendi seçimlerinin sorumluluğunu almasıdır**. Psikolojik danışmanın öncelikle danışanın ilişkide yaptığı seçimleri fark etmesine ve daha işlevsel seçimler geliştirmesine yardımcı olması beklenir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Danışanın duygularını serbestçe ifade etmesini sağlamak:** Duyguların yoğun biçimde ifade edilmesi bazı birey merkezli yaklaşımlarda daha merkezi bir yere sahiptir. Gerçeklik terapisinde temel vurgu **davranış, seçim ve sorumluluk** üzerinedir.
- C) **Danışanın temel sevgi ve ait olma ihtiyacını gidermek:** Sevgi ve ait olma ihtiyacı gerçeklik terapisinde önemli bir ihtiyaçtır; ancak terapist bu ihtiyacı doğrudan karşılamaz. Öncelikle danışanın bu ihtiyacı karşılarken yaptığı etkisiz seçimleri fark etmesi gerekir.
- D) **Danışanın çocukluk dönemi ilişki örüntülerini analiz etmek:** Bu ifade daha çok geçmiş yaşantıları merkeze alan **psikanalitik ve Adleryen yaklaşımlarla** ilişkilidir. Gerçeklik terapisi geçmiş analizinden çok mevcut seçimlere odaklanır.

- E) **Danışanın düşüncelerindeki bilişsel çarpıtmaları fark etmesini sağlamak:** Bu müdahale **bilişsel davranışçı terapiye** özgüdür. Soruda vurgulanan temel mesele düşünce hatalarından çok ilişkide yapılan seçimlerdir.

Cevap: A

5. **Gerçeklik terapisinde** danışma süreci; danışanın mevcut davranışlarına odaklanma, ne istediğini belirleme, davranışlarını değerlendirme ve daha etkili seçimler yapabilmesi için plan geliştirme basamakları üzerine kuruludur. Glasser, geçmiş yaşantıların ayrıntılı biçimde analiz edilmesini işlevsel görmez; çünkü terapi sürecinde asıl önemli olan bireyin **şimdiki davranışlarını** fark etmesi ve değiştirebilmesidir. Bu nedenle geçmişteki yaşantıları ayrıntılı biçimde çözümlmeye odaklanan yaklaşım, gerçeklik terapisinin temel özellikleri arasında yer almaz. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Danışanın mevcut davranışlarına odaklanmak:** Gerçeklik terapisinin temel özelliklerinden biridir. Danışanın şu an ne yaptığı üzerinde durulur.
- B) **Değerlendirme yaparak danışanın isteklerini ve algılarını anlamaya çalışmak:** Danışanın ne istediğini anlamak ve mevcut davranışlarını değerlendirmek gerçeklik terapisinin temel süreçleri arasındadır.
- D) **Danışanın daha iyi seçimler yapmasına yardımcı olmak için planlar geliştirmek:** Plan yapma, gerçeklik terapisinin temel basamaklarından biridir.
- E) **Danışanla işbirlikçi ve destekleyici bir ilişki kurmak:** Terapötik ilişki gerçeklik terapisinde oldukça önemlidir.

Cevap: C

6. Glasser'in **beş temel ihtiyacı** arasında sevmeye ait olma, güç, özgürlük, eğlence ve hayatta kalma yer alır. Soruda öğrencilerin davranış örüntülerinin hangi ihtiyacı yansıttığı verilmiştir. Buna göre:

- I. **Ayşenur'un** sürekli aynı arkadaş grubuyla vakit geçirmek istemesi, onlarla bağını korumaya çalışması ve grubun parçası olma isteği **sevmeye ait olma ihtiyacını** yansıtmaktadır. Bu ihtiyaç; yakın ilişkiler kurma, kabul görme ve bir gruba ait hissetme ile ilgilidir.
- II. **Mert'in** sınıfta liderlik rolü üstlenmesi, sınıf temsilciliğine aday olması ve arkadaşlarını etkilemeye çalışması **güç ihtiyacını** yansıtmaktadır. Güç ihtiyacı; etkili olma, tanınma, başarı elde etme ve başkaları üzerinde etki kurma isteğiyle ilişkilidir.
- III. **Duygu'nun** tek başına hareket etmeyi tercih etmesi, grup çalışmalarında bağımsız kalmak istemesi ve kendi kararlarını özgürce alma konusunda ısrarcı olması **özgürlük ihtiyacını** yansıtmaktadır. Bu ihtiyaç bağımsızlık, seçim yapabilme ve kendi yaşamı üzerinde kontrol sahibi olma isteğini içerir.

Buna göre sıralama **sevmeye ait olma – güç – özgürlük** ihtiyaçları şeklindedir.

Cevap: B

7. **Gerçeklik terapisinde** bireyin kontrol edebileceği tek davranış kendi davranışdır ve Glasser'in seçim kuramına göre tüm toplam davranışlar bir **seçimin sonucudur**. Bu nedenle danışman, danışanın geçmişte ne yaşadığından çok şu anda ne yaptığına ve hangi davranışlarını değiştirebileceğine odaklanır. Soruda yer alan **"Şu anda ne yapıyorsun?"** ve **"Şu anda hangi davranışını kontrol edebilirsin?"** soruları, danışanın kendi davranışlarının sorumluluğunu fark etmesini ve daha işlevsel seçimler yapmasını sağlamaya yöneliktir. Bu anlayış doğrudan seçim kuramının temel ilkeleriyle örtüşmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Geçmiş travmaların ve bilinç dışı çatışmaların bireyin mevcut davranışlarını derinden etkilediği inancı:** Bu ifade daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir. Gerçeklik terapisi geçmiş analize odaklanmaz.

C) **Bireyin düşünce süreçlerini ve inanç sistemlerini değiştirerek duygusal iyileşmeye sağlanabileceği varsayımı:** Bu yaklaşım **bilişsel ve akılcı duygusal davranışçı terapi** ile ilişkilidir.

D) **Bireyin kendini gerçekleştirme potansiyelini ortaya çıkararak daha anlamlı bir yaşam sürebileceği görüşü:** Bu ifade daha çok **birey merkezli terapinin** anlayışını yansıtır.

E) **Bireyin çevresel uyarıcılara ve pekiştireçlere verdiği tepkilerin davranışlarını şekillendirdiği anlayışı:** Bu ifade **davranışçı terapi** ile ilişkilidir.

Cevap: A

8. **Gerçeklik terapisinde** danışanın mevcut davranışlarının kendisini istediği yaşama götürüp götürmediğini fark etmesi önemli bir basamaktır. Glasser'in WDEP sisteminde danışanın ne istediği belirlendikten sonra mevcut davranışlarının bu hedeflere hizmet edip etmediği değerlendirilir. Psikolojik danışmanın **"Okulu bırakmak seni uzun vadede neye yaklaştırır, neye uzaklaştırır?"** sorusu, danışanın seçtiği davranışın sonuçlarını görmesini ve bu davranışın hedefleriyle ilişkisini değerlendirmesini amaçlamaktadır. Bu nedenle burada odaklanan süreç **davranışın hedeflerle ilişkilendirilmesidir**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Savunma mekanizmalarının çözülmesi:** Savunma mekanizmaları daha çok **psikanalitik yaklaşımın** çalışma alanıdır.

B) **Yaşam senaryosunun yeniden yazılması:** Bu ifade daha çok **transaksyonel analiz** yaklaşımındaki yaşam senaryosu kavramıyla ilişkilidir.

C) **Bilinç dışı çatışmaların çözümü:** Bilinç dışı çatışmaların ele alınması **psikanalitik yaklaşımın** temel özelliklerindendir.

E) **Çarpıtılmış düşüncelerin yeniden yapılandırılması:** Bu müdahale **bilişsel terapi** ile ilişkilidir.

Cevap: D

9. **Gerçeklik terapisinde** bireyin yaptığı tüm davranışların bir **seçimin sonucu** olduğu kabul edilir ve danışanın bu seçimlerin sonuçlarını değerlendirmesi beklenir. Başak Hanım'ın eşine tepki vermemeyi tercih ettiğini söylemesi üzerine psikolojik danışmanın “**Bu karar seni istediğin şeye yaklaşıyor mu?**” sorusunu yöneltmesi, danışanın seçtiği davranışın sonuçlarını fark etmesini sağlamaya yöneliktir. Bu müdahale, Glasser'in bireyin davranışlarını seçtiği ve bu seçimlerin sorumluluğunu alması gerektiği anlayışını yansıtmaktadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Şartlı kabullenmenin gerekliliği:** Bu ifade gerçeklik terapisinin temel ilkeleri arasında yer almaz. Ayrıca kabul kavramı bu şekilde ele alınmaz.
- B) **Geçmişin yeniden yapılandırılması:** Geçmiş yaşantıların yeniden yapılandırılması gerçeklik terapisinin odağında değildir.
- C) **Sorumluluğun reddedilmesi:** Gerçeklik terapisti tam tersine bireyin sorumluluk almasını vurgular.
- D) **İçsel ihtiyaçların bastırılması:** Gerçeklik terapisinde ihtiyaçlar bastırılmaz; bireyin ihtiyaçlarını uygun yollarla karşılaması hedeflenir.

Cevap: E

10. **Gerçeklik terapisinde** psikolojik danışman sıkça soru sorma tekniğini kullanır ve bu sorular genellikle danışanın ne istediğini belirlemeye, mevcut davranışlarını değerlendirmesine, davranışlarının sonuçlarını fark etmesine ve uygulanabilir planlar oluşturmaya yöneliktir. “**Hayatında daha çok neye sahip olmak isterdin?**”, “**Bu davranışın uzun vadeli sonuçları neler olabilir?**” ve “**Bu planı uygularken karşına çıkabilecek olası engeller nelerdir?**” gibi sorular bu yaklaşımın WDEP mantığıyla uyumludur. Buna karşın “**Bu durumun senin bilinç dışındaki hangi bastırılmış arzularını tetiklediğini düşünüyorsun?**” sorusu bilinç dışı süreçleri ve bastırılmış dürtüleri anlamaya yöneliktir. Bu vurgu **psikanalitik yaklaşımın** temel anlayışıyla ilişkilidir ve gerçeklik terapisinin soru yapısına uygun değildir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Hayatında daha çok neye sahip olmak isterdin?:** Bu soru danışanın isteklerini belirlemeye yöneliktir ve gerçeklik terapisinde kullanılabilir.
- C) **Bu davranışın uzun vadeli sonuçları neler olabilir?:** Bu soru davranışın değerlendirilmesine hizmet eder.
- D) **Bu planı uygularken karşına çıkabilecek olası engeller nelerdir?:** Plan yapma süreciyle ilişkilidir.
- E) **Bu konuda sana kim destek olabilir?:** Danışanın ilişkisel kaynaklarını fark etmesine yardımcı olabilir ve süreçle uyumludur.

Cevap: A

11. **Gerçeklik terapisinde** danışanın değişim sürecini yapılandırmak için sıklıkla kullanılan sistemlerden biri **WDEP modelidir**. Bu model; danışanın ne istediğini belirleme (**Wants**), şu anda ne yaptığını fark etme (**Doing**), davranışlarını değerlendirme (**Evaluation**) ve yeni bir plan oluşturma (**Planning**) basamaklarından oluşur. Soruda verilen “**Ne istiyorsun?**”, “**Şu anda ne yapıyorsun?**”, “**Bu seni istediğin şeye yaklaşıyor mu?**” ve “**Daha iyi bir plan yapabilir miyiz?**” soruları doğrudan bu dört basamağı yansıtmaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **ABC modeli:** Bu model **akılcı duygusal davranışçı terapiye** aittir ve olay-inanç-sonuç ilişkisini açıklar.
- C) **Sokratik sorgulama:** Bu teknik **bilişsel terapi** içinde kullanılan sorgulama yöntemlerinden biridir ancak sorudaki yapı sistematik olarak WDEP modeline aittir.
- D) **Eklektik model:** Belirli tekniklerin farklı kuramlardan bir araya getirilmesini ifade eder. Soruda böyle bir durum yoktur.
- E) **Bilişsel çarpıtma analizi:** Bu yaklaşım bilişsel terapiyle ilişkilidir ve sorudaki süreçle örtüşmez.

Cevap: B

12. Gerçeklik terapisinde psikolojik problemlerin temelinde çoğu zaman bireyin ihtiyaçlarını etkili yollarla karşılayamaması, doyum vermeyen ilişkiler yaşaması ve buna bağlı olarak **başarısız kimlik** geliştirmesi yer alır. Demet'in hayatını sürekli başkalarının beklentilerine göre şekillendirmesi, kendi isteklerini tanımlayamaması, içsel doyum yaşanamaması, sahicilikten uzak ilişkiler kurması ve ilk kez **"Ben ne istiyorum?"** sorusunu düşünmeye başlaması; kendi seçimlerini yapamadığını ve işlevsel bir kimlik geliştiremediğini göstermektedir. Sorudaki temel vurgu yalnızca ait olma ya da güç ihtiyacına değil, daha geniş biçimde bireyin kendi yaşamının sorumluluğunu alamaması sonucunda **başarılı kimlik geliştirememesine** yönelmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Demet'in, dış kontrol psikolojisini içselleştirmesi ve benlik saygısının düşmesi:** Dış kontrol psikolojisi kavramı Glasser'de yer alsa da sorunun merkezinde benlik saygısından çok kimlik gelişimi ve yaşam seçimleri bulunmaktadır.
- B) Demet'in, ait olma ihtiyacının yeterince karşılanamaması:** Demet yalnızlaştığını ifade etse de sorunun temelinde yalnızca ait olma ihtiyacı yer almamaktadır.
- D) Demet'in, güç ihtiyacını yeterince elde edememesi:** Güç ihtiyacı tek başına vakadaki tüm belirtileri açıklamakta yetersiz kalmaktadır.
- E) Demet'in, davranışsal sisteminde amaçlı davranışlar oluşturmaması:** Bu ifade gerçeklik terapisinin temel kavramsallaştırmalarından biri değildir ve sorudaki ana problemi tam karşılamamaktadır.

Cevap: C

13. Gerçeklik terapisinde psikolojik danışman bazen danışanın kullandığı dili anlamasına yardımcı olmak, soyut farkındalıkları somutlaştırmak ve danışanın durumu farklı bir bakış açısından görmesini sağlamak için **metafor** tekniğini kullanır. Soruda psikolojik danışmanın **"bir arabadasın, direksiyon sende mi?"** benzetmesini kullanması, Buse'nin yaşamındaki kontrol algısını somut bir metafor üzerinden değerlendirmesine yöneliktir. Amaç, danışanın sürekli dış etkenleri suç-

lamak yerine kendi seçimlerinin sorumluluğunu fark etmesini sağlamaktır. Bu müdahale doğrudan **metafor** tekniğini yansıtmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Yüzleştirme:** Yüzleştirme, danışanın söyledikleri ile yaptıkları arasındaki **çelişkileri**, sorumluluk almaktan kaçınan davranışlarını, mazeretlerini ya da işlevsiz seçimlerini doğrudan fark ettirmeyi amaçlayan bir tekniktir. Özellikle "mazeret yok" basamağında danışanın sorumluluktan kaçtığı noktalar açık biçimde ortaya konur. Soruda ise doğrudan çelişki gösterme değil, benzetme yoluyla farkındalık oluşturma vardır.
- B) Davranışsal planlama:** Plan yapma süreci danışanın yeni davranış adımları oluşturmalarını içerir. Soruda henüz böyle bir aşama yoktur.
- C) Yeniden çerçeveleme:** Yeniden çerçeveleme, danışanın yaşadığı duruma farklı bir anlam yüklemesini sağlamaya yöneliktir; ancak burada temel unsur açık biçimde benzetme kullanımındır.
- E) İçerik yansıtması:** Bu teknik danışanın söylediklerini yeniden ifade etmeyi içerir. Soruda böyle bir müdahale bulunmamaktadır.

Cevap: D

14. Gerçeklik terapisinde danışanın geçmiş yaşantılarından çok **şimdiki davranışlarına** odaklanılır. Glasser'e göre birey değişim yaratabilmek için öncelikle şu anda ne yaptığını fark etmeli ve bu davranışların kendisini istediği yaşama götürüp götürmediğini değerlendirmelidir. **"Şu anda ne yapıyorsun?"** sorusu da danışanın mevcut davranışlarını görünür hâle getirmeyi, bu davranışların sonuçlarını değerlendirmesini ve daha işlevsel seçimler yapmasını teşvik eder. Bu nedenle **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Danışanın geçmişteki davranış örüntülerini anlamasına yardımcı olmak:** Gerçeklik terapisinde geçmiş davranış analizinden çok mevcut davranışlara odaklanılır.

- C) **Danışanın duygusal deneyimlerini derinlemesine keşfetmesini sağlamak:** Duygular tamamen göz ardı edilmese de gerçeklik terapisinde temel vurgu duygu keşfinden çok davranış değerlendirmesidir.
- D) **Danışanın gelecekteki olası davranışlarını tahmin etmek:** Gerçeklik terapisinin temel amacı geleceği tahmin etmek değildir.
- E) **Danışanın bilinç dışı motivasyonlarını ortaya çıkarmak:** Bu vurgu daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir.

Cevap: B

15. **Gerçeklik terapisinde** danışanın değişim sürecini engelleyen mazeretler kabul edilmez. Glas-ser'in terapi sürecindeki "**mazeret yok**" basamağında psikolojik danışman, danışanın hedeflerine ulaşamamasını sürekli dış etkenlerle açıklamasına izin vermez; bunun yerine danışanın kendi seçimlerini fark etmesini ve farklı davranış alternatiflerini değerlendirmesini sağlar. Buradaki amaç danışanı suçlamak değil, **kendi davranışlarının sorumluluğunu alarak değişim için harekete geçmesini teşvik etmektir**. Bu nedenle **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Danışanın suçluluk veya utanç duyguları hissetmesine neden olmak:** Gerçeklik terapisinin amacı danışanı suçlu hissettirmek değildir.
- B) **Danışanın geçmişteki başarısızlıklarını hatırlatarak motivasyonunu artırmak:** Gerçeklik terapisinde geçmiş başarısızlık analizine odaklanmaz.
- C) **Danışanın dışsal faktörlerin etkisini küçümsemek ve bireysel kontrolü abartmak:** Kuram bireysel sorumluluğu vurgular; ancak dış koşulları tamamen yok sayma amacı taşımaz.
- E) **Danışanın savunma mekanizmalarını kırarak daha gerçekçi bir benlik algısı geliştirmesine yardımcı olmak:** Savunma mekanizmaları kavramı daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir.

Cevap: D

1. **Gerçeklik terapisinde** danışanın hedeflerine ulaşamadığında sunduğu bahanelerin kabul edilmemesi önemli bir ilkedir. Glasser'in terapi sürecindeki **"mazeret yok"** basamağında psikolojik danışman, danışanın neden yapamadığına odaklanmak yerine farklı seçimlerin mümkün olup olmadığını sorgular. Soruda danışanın hava koşulları ve misafirleri gerekçe göstermesi üzerine danışmanın alternatif davranış seçeneklerini hatırlatması, danışanın mazeretlerinin farkına varmasını ve **kendi davranışlarının sorumluluğunu almasını** sağlamaya yöneliktir. Bu nedenle **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Danışanın duygusal tepkilerini anlamak ve empati kurmak:** Danışman anlayışlı bir dil kullansa da temel amaç duygusal keşif değildir.
- B) **Danışanın geçmiş deneyimlerinin mevcut davranışlarını nasıl etkilediğini araştırmak:** Gerçeklik terapisi geçmiş yaşantı analizine odaklanmaz.
- D) **Danışana farklı baş etme stratejileri öğretmek:** Alternatif davranış önerileri bulunsa da temel vurgu beceri öğretiminden çok sorumluluk alma üzerinedir.
- E) **Danışanın bilişsel çarpıtmalarını ve irrasyonel düşüncelerini tespit etmek:** Bu yaklaşım daha çok bilişsel ve akılcı duygusal davranışçı terapi ile ilişkilidir.

Cevap: C

2. **Gerçeklik terapisinde** psikolojik danışman; danışanın ne istediğini belirlemeye, mevcut davranışlarını değerlendirmesine, karşılanmayan ihtiyaçlarını fark etmesine ve yeni seçimler yapmasına yönelik sorular sorar. **"İstediğin hayata ulaşmak için bugün ne yapabilirsin?"**, **"Bu ilişkinizde hangi ihtiyaçlarınız karşılanmıyor?"**, **"Bu planın başarılı olma olasılığı sence nedir?"** ve **"Bu konuda farklı bir seçim yapmanın sonuçları neler olabilirdi?"** soruları; seçim, ihtiyaç, değerlendirme ve plan yapma süreçleriyle uyumludur. Buna karşın **"Bu durumla ilgili hissettiğin ilk anıyı hatırlıyor musun?"** sorusu geçmiş yaşantıları ve erken deneyimleri incelemeye yöneliktir. Bu vurgu gerçeklik terapisinin mevcut davranış odaklı yapısıyla örtüşmez. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İstediğin hayata ulaşmak için bugün ne yapabilirsin?:** Bu soru danışanın mevcut davranışlarına ve plan geliştirmesine yöneliktir.
- B) **Bu ilişkinizde hangi ihtiyaçlarınız karşılanmıyor?:** Gerçeklik terapisindeki temel ihtiyaçlar anlayışıyla uyumludur.
- C) **Bu planın başarılı olma olasılığı sence nedir?:** Planın uygulanabilirliğini değerlendirmeye yöneliktir.
- D) **Bu konuda farklı bir seçim yapmanın sonuçları neler olabilirdi?:** Seçimlerin sonuçlarını değerlendirme anlayışıyla uyumludur.

Cevap: E

3. **Gerçeklik terapisinde** etkili bir eylem planı; danışanın ihtiyaçlarını karşılamasına yardımcı olan, **gerçekçi, açık, net, uygulanabilir, ölçülebilir ve hemen başlatılabilir** özellikler taşımalıdır. Glasser'in plan yapma basamağında amaç soyut farkındalık oluşturmak değil, danışanın davranış değişikliğini somut adımlara dönüştürmesini sağlamaktır. Buna karşın **"danışanın yaşamının anlamını ve varoluşsal sorumluluklarını sorgulamasına odaklanmak"** daha çok **varoluşçu terapi** anlayışını yansıtır ve gerçeklik terapisindeki plan yapma ilkeleriyle örtüşmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Plan, danışanın ulaşmak istediği hedefleri açık, net ve belirgin biçimde tanımlamalıdır:** Bu ifade gerçeklik terapisindeki etkili plan anlayışıyla uyumludur. Planın ne yapılacağını açık biçimde göstermesi beklenir.
- B) **Plan, hemen uygulanabilir ve günlük yaşamda uygulanabilir olmalıdır:** Bu ifade gerçeklik terapisine uygundur. Glasser planın ertelenmeyen ve gerçek yaşamda uygulanabilen nitelikte olmasını vurgular.
- D) **Plan, danışanın davranışında değişiklik yaratacak ve sürekli alışkanlık kazandırabilecek nitelikte olmalıdır:** Bu ifade de gerçeklik terapisindeki plan yapma anlayışını yansıtır. Planın davranış değişikliği oluşturması beklenir.
- E) **Plan, danışanın ilerlemesini ölçmeye olanak tanıyacak şekilde yapılandırılmalıdır:** Bu ifade gerçeklik terapisine uygundur çünkü planın ölçülebilir olması önemli özelliklerden biridir.

Cevap: C

4. **Gerçeklik terapisinde** plan yapma süreci oluşturulan planın kusursuz biçimde işlenmesini garanti etmez. Danışan planı uygularken başarısız olduğunda terapistin görevi danışanı suçlamak, mazeretleri kabul etmek ya da yalnızca duygusal rahatlatma sağlamak değildir. Glasser'in “**mazeret yok**” ve “**asla vazgeçme**” ilkeleri doğrultusunda danışanın başarısızlığını gerçekçi biçimde değerlendirmesi, neyin işe yaradığını fark etmesi ve daha işlevsel bir plan geliştirmesi amaçlanır. Bu nedenle başarısızlıkların objektif biçimde değerlendirilmesi, çıkarılan derslerin belirlenmesi ve planın yeniden düzenlenmesi en uygun yaklaşımdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın başarısızlıklarının altında yatan nedenleri:** Bu ifade tek başına eksiktir. Gerçeklik terapisinde yalnızca neden analizi yapılmaz; çözüm ve yeni plan oluşturma da gerekir.
- B) **Danışanın yaşadığı hayal kırıklığını ve olumsuz duyguları anlamaya çalışmak ve destekleyici olmak:** Destekleyici ilişki önemli olsa da bu yaklaşım tek başına gerçeklik terapisinin aktif problem çözme anlayışını yansıtmaz.
- C) **Danışanın başarısızlıkları için sunduğu mazeretleri kabul etmek ve durumu hafifletmeye çalışmak:** Bu ifade gerçeklik terapisine uygun değildir. Kuramda mazeretlerin kabul edilmemesi vurgulanır.
- E) **Danışanı başarısızlığından dolayı eleştirmek ve daha fazla çaba göstermesi konusunda motive etmek:** Gerçeklik terapisinde ceza ve suçlama yaklaşımı benimsenmez. Bu ifade kuramın “**ceza yok**” ilkesine aykırıdır.

Cevap: D

5. **Gerçeklik terapisinde** oluşturulan etkili planların danışanın kontrolünde olması, gerçekçi ve uygulanabilir olması, danışanın ihtiyaçları ve istekleriyle uyum göstermesi, açık biçimde yapılandırılması ve değerlendirilebilir nitelik taşıması beklenir. Planların hemen başlatılabilir olması önemlidir; ancak “**kısa vadeli ve hemen sonuç verecek adımlardan oluşması**” gerçeklik terapisinin plan ilkeleri arasında yer almaz. Glasser için önemli olan planın hızlı sonuç üretmesi değil,

sürdürülebilir, uygulanabilir ve davranış değişikliği oluşturabilecek nitelikte olmasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Danışanın kontrolünde olan eylemleri içermesi:** Bu ifade gerçeklik terapisinin seçim ve sorumluluk anlayışıyla uyumludur.
- C) **Uygulanabilir ve gerçekçi olması:** Bu ifade etkili planın temel özelliklerinden biridir.
- D) **Danışanın değerleri ve istekleriyle uyumlu olması:** Planın danışanın ihtiyaç ve isteklerini karşılamaya hizmet etmesi gerçeklik terapisine uygundur.
- E) **Belirli bir zaman çizelgesi ve değerlendirme kriterleri içermesi:** Planın açık, net ve ölçülebilir olması gerektiği için bu ifade gerçeklik terapisinin plan anlayışıyla uyumludur.

Cevap: B

6. **Gerçeklik terapisinde** danışan oluşturduğu planı uygularken zaman zaman başarısız olabilir. Glasser'in terapi sürecindeki “**asla vazgeçme**” ilkesi, bu tür aksaklıklarda danışanın süreci tamamen bırakmasını önlemeyi amaçlar. Buradaki temel vurgu; değişimin bazen tekrar denemeyi gerektirdiğini, danışanın sorumluluktan kaçmak yerine yeni seçimler yaparak sürece devam etmesi gerektiğini fark ettirmektir. “**Danışanın değişimin zaman alıcı ve sabır gerektiren bir süreç olduğunu anlamasına yardımcı olmak ve sorumluluk almaktan kaçınmamasını teşvik etmek**” ifadesi bu ilkeyi en doğru biçimde yansıtmaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Danışanın mükemmeliyetçi hedeflere ulaşması için motivasyonunu yüksek tutmak:** Gerçeklik terapisti mükemmeliyetçi hedefleri değil, gerçekçi ve uygulanabilir planları destekler.
- B) **Danışanın geçmişteki başarısızlıklarından ders çıkarmasını sağlamak:** Geçmişten öğrenme tamamen dışlanmasa da kuramın temel odağı geçmiş analizinden çok mevcut davranış ve yeni seçimlerdir.
- D) **Danışanın dışsal engellerle başa çıkmak için daha dirençli olmasını sağlamak:** Dışsal engellerle baş etme önemli olabilir; ancak bu ifade “**asla vazgeçme**” ilkesinin temel anlamını tam karşılamamaktadır.

- E) **Danışanın danışmana olan bağımlılığını artırmak ve terapi sürecine bağlılığını güçlendirmek:** Gerçeklik terapisi danışan bağımlılığı oluşturmayı değil, bireysel sorumluluğu artırmayı hedefler.

Cevap: C

7. **Gerçeklik terapisinde** danışanın geçmiş yaşantıları ya da dışsal koşulları sürekli gerekçe göstermesi, çoğu zaman değişim sürecini erteleyen bir durum olarak görülür. Glasser'e göre birey geçmişini değiştiremez; ancak mevcut davranışlarını değiştirebilir. Bu nedenle terapist, danışanın sürekli dış faktörlere odaklanmasını değil, kendi seçimlerini fark etmesini ve sorumluluk almasını teşvik eder. Çünkü mazeretler çoğu zaman danışanın değişim için adım atmasını geciktirir. **"Mazeretlerin danışanın sorumluluk almasını engellediğine ve değişimi geciktirdiğine inanmaları"** ifadesi bu anlayışı en doğru biçimde açıklamaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Geçmişin değiştirilemez olduğuna inanmaları:** Bu ifade kısmen doğrudur; ancak tek başına sorunun temel mantığını açıklamakta yetersizdir. Asıl vurgu sorumluluk alma ve değişime yönelmedir.
- C) **Bireyin yaşadığı zorlukların tamamen kendi kontrolü altında olduğuna inanmaları:** Gerçeklik terapisi bireyin her şeyi kontrol edebildiğini savunmaz; yalnızca kendi davranışlarını kontrol edebileceğini vurgular.
- D) **Dışsal faktörlerin bireyin psikolojik iyi oluşu üzerinde hiçbir etkisinin olmadığına inanmaları:** Bu ifade kuramı aşırı genelleştirmektedir ve doğru değildir.
- E) **Danışanın savunma mekanizmalarını kırmak istemeleri:** Savunma mekanizmaları kavramı daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir.

Cevap: B

8. **Gerçeklik terapisinde başarılı kimlik**, bireyin temel ihtiyaçlarını sorumlu yollarla karşılayabilmesi, etkili seçimler yapabilmesi, doyum verici ilişkiler kurabilmesi ve davranışlarının sorumluluğunu üstlenebilmesiyle ilişkilidir. Glasser'e göre başarılı kimlik geliştiren birey hem kendi ihtiyaçlarını karşılar hem de bunu başkalarına zarar vermeden yapar. Buna karşın **"içsel çatışmaların çözümü için bilinç dışı süreçleri fark etmeye odaklanma"** ifadesi gerçeklik terapisinin başarılı kimlik anlayışına ait değildir. Bu vurgu daha çok **psikanalitik yaklaşımın** bilinç dışı süreçlere yönelik anlayışını yansıtır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Sorumluluk üstlenerek ihtiyaçlarını hem kendine hem de çevresine zarar vermeden karşılayabilme:** Bu ifade gerçeklik terapisindeki sorumluluk tanımıyla doğrudan uyumludur.
- B) **Gerçekçi seçimler yaparak sevmeye ve sevilme kapasitesini geliştirme:** Bu ifade gerçeklik terapisinin ihtiyaçları etkili yollarla karşılama anlayışına uygundur.
- D) **Yakın, sevgi dolu ve güven temelli ilişkiler kurabilme:** Glasser, doyum verici ilişkileri psikolojik sağlamlık açısından oldukça önemli görür. Bu ifade kuramla uyumludur.
- E) **İçsel doyum ve mutluluğu, sorumluluk bilinciyle sürdürme:** Bu ifade başarılı kimlik geliştiren bireyin özellikleriyle örtüşmektedir.

Cevap: C

9. **Gerçeklik terapisinde** etkili bir plan danışman tarafından dayatılan bir yapı değil; danışanın aktif katılımıyla oluşturulan, onun ihtiyaçlarıyla uyumlu, gerçekçi, uygulanabilir ve somut adımlar içeren bir plandır. Glasser'e göre planın küçük, ulaşılabilir adımlardan oluşması, belirli bir zaman çerçevesine sahip olması ve danışanın gerçekten uygulayabileceği nitelikte olması önemlidir. Buna karşın **"danışman tarafından detaylı bir şekilde hazırlanmış olması"** gerçeklik terapisinin plan anlayışıyla örtüşmez. Plan danışman merkezli değil, danışanın sorumluluk aldığı işbirlikçi bir süreçte oluşturulur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Danışanın istekleri ve değerleriyle uyumlu olması:** Bu ifade gerçeklik terapisinin ihtiyaç ve istek odaklı yapısıyla uyumludur.

- C) **Küçük, ulaşılabilir ve somut adımlardan oluşması:** Bu ifade etkili planın temel özelliklerinden biridir.
- D) **Uygulanabilir ve gerçekçi olması:** Bu ifade gerçeklik terapisindeki plan yapma anlayışını yansıtır.
- E) **Belirli bir zaman çerçevesi içermesi:** Planın açık, net ve uygulanabilir olması için zaman boyutunun belirlenmesi gerçeklik terapisine uygundur.

Cevap: A

10. **Gerçeklik terapisinin temel amacı,** bireyin yaşamındaki temel ihtiyaçlarını daha etkili ve sorumlu yollarla karşılamasına yardımcı olmak, daha doyum verici ilişkiler kurmasını sağlamak ve yaptığı seçimlerin sorumluluğunu üstlenerek daha işlevsel bir yaşam sürmesine destek olmaktır. Glas- ser'e göre psikolojik problemlerin temelinde çoğu zaman doyum vermeyen ilişkiler ve ihtiyaçların etkili biçimde karşılanamaması yer alır. Bu nedenle **"bireyin temel psikolojik ihtiyaçlarını daha etkili ve sorumlu yollarla karşılamasına yardımcı olarak daha doyumlu ilişkiler kurmasını ve mutlu bir yaşam sürmesini sağlamak"** ifadesi kuramın amacını en doğru biçimde yansıtmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bireyin bilinç dışı çatışmalarını çözümlenerek daha sağlıklı bir ruhsal yapıya ulaşmasını sağlamak:** Bu ifade psikanalitik yaklaşımın temel amacına daha yakındır.
- B) **Bireyin olumsuz düşünce kalıplarını ve irrasyonel inançlarını tespit ederek daha gerçekçi düşünmesine yardımcı olmak:** Bu vurgu bilişsel terapi ve akılcı duygusal davranışçı terapi ile ilişkilidir.
- C) **Bireyin geçmiş travmatik deneyimlerinin etkilerini azaltarak duygusal iyileşmesini desteklemek:** Bu ifade travma odaklı yaklaşımları çağrıştırmaktadır ve gerçeklik terapisinin temel amacı değildir.
- E) **Bireyin varoluşsal kaygılarını anlamasına ve hayata anlam katmasına yardımcı olarak otantik bir yaşam sürmesini desteklemek:** Bu ifade varoluşçu terapi anlayışını yansıtmaktadır.

Cevap: D

11. Betül'ün arkadaş ilişkilerinde tekrar eden hayal kırıklıkları yaşaması, kendisini değersiz ve sevil-meye layık olmayan biri olarak görmesi, başladığı işleri sürdürmemesi, başarı konusunda kendine güvenmemesi ve hızlı biçimde vazgeçme davranışı göstermesi; temel ihtiyaçlarını etkili yollarla karşılayamadığını ve yaşamında işlevsiz seçim örüntülerinin tekrar ettiğini göstermektedir. Bu durum **başarısız kimlik** kavramıyla açıklanır. Gerçeklik kuramında başarısız kimlik; bireyin sorumluluk almaktan uzaklaşması, doyum verici ilişkiler kuramaması, ihtiyaçlarını sağlıklı yollarla karşılamaması ve kendisini yetersiz algılamasıyla ilişkilidir. Betül'ün hem ilişkisel hem akademik alanda benzer işlevsiz örüntüler göstermesi bu kavramla doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Uyum bozucu davranış örüntüsü:** Bu ifade gerçeklik kuramının temel kavramlarından biri değildir ve vakayı açıklamada yetersizdir.
- B) **Bilişsel yetersizlik:** Soruda bilişsel kapasite eksikliğine ilişkin bir bulgu yer almamaktadır.
- C) **Sosyal fobi:** Betül'ün temel problemi sosyal ortamlardan korkması değil, ilişkilerde tekrar eden olumsuz örüntüler yaşamasıdır.
- D) **Öğrenilmiş kayıtsızlık:** Vazgeçme davranışı bu kavramı çağırırsa da gerçeklik kuramı açısından temel açıklayıcı kavram değildir.

Cevap: E

12. **Gerçeklik terapisinde** danışanın duygusundan çok, bu duygu karşısında seçtiği **davranışlara** ve bu davranışların sonuçlarına odaklanılır. Danışan öfkeli olduğunda kontrolünü kaybettiğini ve sonrasında pişman olduğu davranışlar sergilediğini belirtmektedir. Bu noktada gerçeklik terapisini benimseyen danışman öncelikle danışanın mevcut davranış örüntüsünü fark etmesini ve bu davranışların sonuçlarını değerlendirmesini sağlamaya çalışır. **"Haksızlığa uğradığını düşündüğünde genellikle nasıl tepkiler veriyorsun ve bu tepkilerinin sonuçları neler oluyor?"** sorusu doğrudan bu amaca hizmet etmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Bu öfke duygusunun altında yatan çözülmemiş geçmiş travmalar olabilir mi?: Bu ifade geçmiş yaşantılara odaklanır ve daha çok **psikanalitik yaklaşım** ya da travma odaklı yaklaşımları çağırıştırır.
- C) Sinirlendiğinde vücudunda ne gibi değişiklikler hissediyorsun?: Bu soru fizyolojik farkındalığa yöneliktir ancak gerçeklik terapisinin ilk odağı davranış değerlendirmesidir.
- D) Belki de öfkeni daha yapıcı yollarla ifade etmenin yollarını araştırabiliriz: Bu ifade daha çok müdahale aşamasına ilişkindir. Öncelikle mevcut davranış değerlendirilmelidir.
- E) Kontrol kaybı yaşadığın anlarda ne tür düşünceler aklından geçiyor?: Bu vurgu daha çok **bilişsel terapi** yaklaşımını çağırştırmaktadır.

Cevap: B

13. Gerçeklik terapisinde değişim süreci danışanın öncelikle **ne istediğini fark etmesiyle** başlar. WDEP sisteminin ilk basamağı olan “Wants (Ne istiyorsun?)” aşamasında danışanın hedeflerini, ihtiyaçlarını ve yaşamında neyi değiştirmek istediğini netleştirmesi amaçlanır. Danışan açık biçimde “Ne istediğimi tam olarak bilmiyorum.” diyerek bu alanda belirsizlik yaşadığını ifade etmektedir. Bu nedenle psikolojik danışmanın ilk olarak danışanın somut isteklerini ve değişim hedeflerini netleştirmeye yönelmesi en uygun müdahaledir. “**Şu anda hayatında değiştirmek istediğin somut şeyler nelerdir ve bu değişiklikler senin için neden önemli?**” sorusu bu sürece en uygundur. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Bu “hiçbir şey gelmiyor” duygusunun altında yatan temel inançların neler olabilir?: Bu ifade daha çok **bilişsel terapi** yaklaşımını yansıtır.
- B) Bu bataklık metaforu senin için ne anlama geliyor ve bu duyguyu ne zamandır yaşıyorsun?: Metafor ifadesi dikkat çekici olsa da burada öncelikli ihtiyaç danışanın ne istediğini netleştirmektir.
- D) Belki de bu çaresizlik duygusu, bastırılmış öfke veya üzüntüden kaynaklanıyordur: Bu yorum erken ve spekülattir; ayrıca gerçeklik terapisinin temel odağı değildir.

- E) Bu bataklıktan çıkmak için daha önce denediğin ve işe yaramayan yöntemler nelerdi?: Bu soru daha sonraki değerlendirme aşamalarında kullanılabilir; ancak ilk adım danışanın isteklerini netleştirmektir.

Cevap: C

14. Seçim kuramında bireyin mevcut ilişkilerinde ihtiyaçlarını nasıl karşıladığı, yaptığı seçimlerin sonuçları ve daha işlevsel davranışlar geliştirebilmesi temel odak noktalarıdır. Glasser; geçmiş travmaların ayrıntılı analizine ya da bilişsel çarpıtmaların tanımlanmasına değil, bireyin şu anki ilişkilerine ve daha etkili seçimler yapmasına vurgu yapar. Buna göre:

- I. Danışanın geçmişteki travmatik ilişkilerini detaylı bir şekilde incelemek: Bu ifade seçim kuramına uygun değildir. Geçmişin ayrıntılı analizi daha çok **psikanalitik yaklaşım** veya travma odaklı yaklaşımlarla ilişkilidir.
- II. Danışanın şu anki ilişkilerinde hangi ihtiyaçlarının karşılanmadığını belirlemek: Gerçeklik terapisinde bireyin mevcut ilişkileri ve karşılanmayan temel ihtiyaçları önemli bir odaktır. Bu ifade seçim kuramıyla uyumludur.
- III. Danışanın olumsuz düşünce kalıplarını ve otomatik tepkilerini tanımlamak: Bu ifade daha çok **bilişsel terapi** yaklaşımını yansıtır. Seçim kuramının temel odağı değildir.
- IV. Danışanın arzu ettiği değişiklikleri gerçekleştirmek için ulaşılabilir ve somut adımlar belirlemek: Bu ifade gerçeklik terapisindeki plan yapma basamağıyla doğrudan uyumludur.

İkinci ve dördüncü öncülde verilen ifadeler seçim kuramı anlayışına uygundur.

Cevap: B

15. Seçim kuramına göre bireyin doğrudan kontrol edebileceği tek kişi kendisidir. Glasser'in temel aksiyomlarından biri, başkalarının davranışlarını kontrol etmeye çalışmanın çoğu zaman çatışma ve hayal kırıklığı yarattığını; buna karşılık bireyin kendi seçimlerine odaklanmasının daha işlevsel olduğunu vurgular. Can'ın arkadaşlarının davranışlarını değiştiremediği için öfke yaşaması, kontrol alanını yanlış yere yönelttiğini göstermektedir. Bu nedenle Can'ın öğrenmesi gereken temel ilke, **kendi davranışlarını ve seçimlerini kontrol edebileceği, ancak başkalarını değiştiremeyeceğidir. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Başkalarının davranışlarını kontrol etmek mümkündür, yeter ki doğru stratejiler kullanılsın:** Bu ifade seçim kuramının temel anlayışına aykırıdır.
- C) Duygularımız olaylardan kaynaklanır, onları değiştirmek için olayları değiştirmeliyiz:** Seçim kuramı olaylardan çok bireyin seçimlerine odaklanır.
- D) Geçmişte yaşanan haksızlıklar, bugünkü davranışlarımızı belirler:** Gerçeklik terapisi geçmiş belirlenimciliğini temel almaz.
- E) Ödül ve ceza sistemleri, davranışlarımızı belirlemede her zaman en güçlü motivasyondur:** Bu ifade daha çok davranışçı terapi anlayışını çağırıştırır ve gerçeklik terapisinin **ceza yok** anlayışıyla da örtüşmez.

Cevap: B

1. **Gerçeklik terapisinde** psikolojik danışmanın temel görevleri; danışanla güçlü bir terapötik ilişki kurmak, danışanın kendi davranışlarını değerlendirmesine yardımcı olmak, seçim kuramının ilkelerini öğretmek, daha etkili seçimler yapmasına rehberlik etmek ve uygulanabilir planlar oluşturmaya destek olmaktır. Ayrıca danışanın sorumluluk alması sürecin önemli parçalarından biridir. Buna karşın “**danışanın yaşadığı sorunları çözmek için istisna durumlarını belirleyip bunları artırmaya odaklanmak**” gerçeklik terapisine ait değildir. Bu ifade daha çok **çözüm odaklı kısa süreli terapi** yaklaşımının temel müdahalelerinden biridir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanla güvene dayalı, etkili bir terapötik ilişki kurmak:** Bu ifade gerçeklik terapisindeki danışman görevleriyle uyumludur.
- B) **Danışanın kendi davranışlarını değerlendirmesine rehberlik etmek:** Bu ifade gerçeklik terapisinin temel görevlerinden biridir.
- C) **Danışana seçim kuramının ilkelerini öğretmek daha etkili seçimler yapmasına yardım etmek:** Bu ifade doğrudan Glasser’in yaklaşımıyla uyumludur.
- E) **Danışanın başarabileceği planlar yapmasına ve sorumluluk almasına yardımcı olmak:** Bu ifade gerçeklik terapisinin plan yapma ve sorumluluk anlayışını yansıtır.

Cevap: D

2. **Gerçeklik kuramında** bireyin temel ihtiyaçlarını fark etmesi, mevcut davranışlarını değerlendirmesi ve geçmiş yerine şu anki seçimlerine odaklanması önemli hedefler arasındadır. Özellikle okul ortamında öğrencilerin **ait olma, eğlence, özgürlük ve güç** gibi ihtiyaçlarını sağlıklı yollarla karşılamaları uyum sürecini destekler. Ayrıca Glasser, geçmiş başarısızlıklara takılı kalmak yerine bireyin şu anki seçimlerine odaklanmayı vurgular. Buna göre:

- I. **Öğrencilerin arkadaşlarıyla güvenli ve sağlıklı ilişkiler kurma, kendilerini ifade etme ve oyun ile eğlenme gibi temel ihtiyaçlarını fark etmelerini sağlama:** Bu ifade gerçeklik kuramındaki temel ihtiyaç anlayışıyla uyumludur.

- II. **Öğrencilerin geçmiş başarısızlıklarından çok şu anda yaptıkları seçimler ve davranışlar üzerinde odaklanmaları:** Bu ifade gerçeklik kuramının mevcut davranış odaklı yapısını yansıtır.

- III. **Öğrencilere, davranışlarını yönlendiren bilinç dışı travmatik yaşantılarını fark etmelerine yardımcı olma:** Bu ifade daha çok **psikanalitik yaklaşımın** anlayışını yansıtır ve gerçeklik kuramına uygun değildir.

I. ve II. öncülde verilen kazanımlar gerçeklik kuramına uygundur.

Cevap: C

3. **Gerçeklik terapisinde** danışan-danışman ilişkisi oldukça önemlidir; danışman empatik, samimi ve destekleyici bir ilişki kurmaya çalışır. Danışanın kalite dünyasında olumlu bir yer edinmek, sevgi ve ait olma ihtiyacını desteklemek, mevcut davranışlara odaklanmak ve daha etkili seçimler geliştirmesine yardımcı olmak terapisinin temel özellikleri arasındadır. Ayrıca bu yaklaşım genellikle **kısa süreli** ve aktif bir terapi modeli olarak ele alınır. Buna karşın “**terapi, danışanın geçmiş yaşantılarını detaylı şekilde analiz ederek sorunların kaynağını ortaya çıkarmaya odaklanır**” ifadesi gerçeklik terapisine uygun değildir. Bu vurgu daha çok geçmiş analizine önem veren yaklaşımları yansıtır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Danışan-danışman ilişkisi terapötik sürecin temelini oluşturur ve kaliteli iletişim için danışman empati kurmalıdır:** Bu ifade gerçeklik terapisinin terapötik ilişki anlayışıyla uyumludur.
- C) **Danışman, danışanın kalite dünyasında bir görüntü olmayı amaçlar ve danışanın sevgi ve ait olma ihtiyacını doyurmasına rehberlik eder:** Bu ifade gerçeklik terapisinin temel özellikleriyle uyumludur.
- D) **Gerçeklik Terapisi, düşünce ve davranışlara odaklanan aktif bir terapi yaklaşımıdır ve tamamen şimdiki zamana odaklanır:** Bu ifade kuramın temel yapısını doğru yansıtır.
- E) **Terapinin süresi genellikle kısadır; çoğu danışan için 10 seans yeterli olabilir:** Bu ifade gerçeklik terapisinin kısa süreli yapısıyla uyumludur.

Cevap: B

4. **Gerçeklik terapisinde** danışanın geçmiş yaşantılarından çok **şimdiki davranışlarına**, mevcut seçimlerine ve bu seçimlerin sonuçlarına odaklanılır. Sorudaki psikolojik danışman ise danışanın mevcut işlevselliğini değerlendirmek yerine sürekli geçmiş hatalara dönmekte ve bugünkü problemin çözümünü geçmişin ayrıntılı analizine bağlamaktadır. Bu durum Glasser'in mevcut davranış odaklı yaklaşımıyla açık biçimde çelişmektedir. Sorudaki temel aykırılık, danışanın geçmiş yaşantılarına yoğunlaşıp mevcut davranışların göz ardı edilmesidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Danışanın şimdiki davranışına aşırı vurgu yapması: Soruda tam tersine şimdiki davranışlara yeterince odaklanılmamaktadır. Bu ifade vakayla uyumlu değildir.

C) Danışanın ihtiyaç doyumuna ulaşmasına rehberlik etmemesi: Soruda ihtiyaçlar ele alınmasa da temel yanlışlık doğrudan bu noktada değildir.

D) Danışanın davranışlarını seçme özgürlüğünü desteklememesi: Bu ifade dolaylı olarak tartışılabilir; ancak vakadaki en belirgin hata geçmişe aşırı odaklanmadır.

E) Danışanın problemlerini kişiler arası ilişkiler bağlamında değerlendirmemesi: Gerçeklik terapisinde ilişkiler önemlidir; ancak sorudaki temel aykırılık bu değildir.

Cevap: A

5. **Gerçeklik kuramına göre** bireyin davranışlarının temelinde, doğuştan gelen **temel ihtiyaçlarını karşılama** isteği yer alır. Glasser; hayatta kalma, sevmek ve ait olma, güç, özgürlük ve eğlence olmak üzere beş temel ihtiyacın bireyin seçimlerini yönlendirdiğini belirtir. Soruda geçen **"kendini önemli hissetme, güçlü olma ve bağlantıda olma"** ifadeleri de doğrudan bu ihtiyaçlara işaret etmektedir. Birey yaptığı seçimlerle hem bu ihtiyaçlarını doyumaya hem de yaşamı üzerinde kontrol sağlamaya çalışır. Bu nedenle **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Duygularını fark edip düzenlemek: Duygular önemli olsa da gerçeklik kuramında temel motivasyon kaynağı olarak ele alınmaz.

C) Yaşam öyküsünü yeniden kurgulamak: Bu ifade daha çok **öyküsel terapi** ile ilişkilidir.

D) Koşulsuz kabul ve empatik anlayışla kendini gerçekleştirmek: Bu vurgu daha çok **birey merkezli terapi** anlayışını yansıtır.

E) Mantıkdışı inançlarını değiştirmek: Bu ifade **akılcı duygusal davranışçı terapi** ile ilişkilidir.

Cevap: B

6. **Gerçeklik terapisinde** bireyin kontrol edebileceği tek şey kendi davranışlarıdır; başkalarının davranışlarını kontrol etmeye çalışmak ise çoğu zaman çatışma ve hayal kırıklığını artırır. Elif'in temel odağı arkadaşlarını değiştirmek ve onları kendi fikirlerini dinlemeye zorlamaktır. Oysa seçim kuramına göre danışmanın Elif'in dikkatini başkalarını kontrol etme çabasından çıkarıp **kendi seçimleri ve kontrol alanına** yönlendirmesi gerekir. **"Bizler hissettiğimiz öfke ve üzüntü de dâhil her şeyi kendimiz seçiyoruz. Ancak yalnızca kendi davranışlarımızı seçebiliriz ve kontrol edebiliriz."** ifadesi bu anlayışı en iyi yansıtmaktadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Arkadaşlarının senin fikirlerini dikkate almamasından dolayı sinirlendiğini söylüyorsun. Bunun seni rahatsız ettiğini ifade ediyorsun: Bu tepki daha çok **birey merkezli terapideki** duygu yansıtma becerisini çağırıştırır.

B) Öfkeli olduğunu söylüyorsun, ama olaylar değil senin olaylar hakkındaki düşüncelerin duygularını yaratır...: Bu ifade **akılcı duygusal davranışçı terapi** anlayışını yansıtır.

C) Hadi seni rahatsız eden bu durumu canlandıralım...: Boş sandalye tekniği daha çok **gestalt terapi** ile ilişkilidir.

D) Geçmişte benzer durumları yaşadığında kendini rahatsız eden kimler vardı?: Bu ifade geçmiş yaşantılara odaklanmaktadır ve gerçeklik terapisinin temel yaklaşımı değildir.

Cevap: E

7. **Seçim kuramı**, Glasser'in bireyin davranışlarını açıklamak için geliştirdiği temel çerçevedir ve 10 aksiyoma dayanır. Bu aksiyomlar özetle; bireyin yalnızca **kendi davranışlarını kontrol edebileceğini**, diğer insanlardan yalnızca bilgi alıp verebileceğini, uzun süreli psikolojik problemlerin büyük ölçüde ilişki problemleriyle bağlantılı olduğunu, davranışların **beş temel ihtiyacı** karşılamaya yönelik olduğunu ve tüm davranışların bir **seçimin sonucu** olduğunu vurgular. Buna göre:

- I. **Her birey kendi davranışlarından sorumludur:** Bu ifade Glasser'in aksiyomlarında birebir bu cümleyle yer almasa da, "**davranışlarını kontrol edebildiğimiz tek kişi kendimizizdir**" ve "**tüm davranışlar bir seçimin sonucudur**" aksiyomlarının doğal sonucudur. Bu nedenle seçim kuramının temel anlayışıyla uyumludur.
- II. **İnsan davranışları olaylar ve geçmiş yaşantılar tarafından belirlenir:** Bu ifade seçim kuramına uygun değildir. Glasser, geçmiş yaşantıların davranışları mutlak biçimde belirlediğini savunmaz; bireyin mevcut seçimlerine odaklanır.
- III. **İnsanların temel motivasyonu ihtiyaçlarını karşılamaktır:** Bu ifade seçim kuramıyla doğrudan uyumludur. Bireyin davranışlarının temel motivasyonu ihtiyaç doyumudur.
- IV. **İnsanlar başkalarının davranışlarını değiştiremez, yalnızca kendi seçimlerini kontrol edebilir:** Bu ifade seçim kuramının temel aksiyomlarından biriyle doğrudan örtüşmektedir.
- V. **Bireyin davranışları bilinç dışı arketipleri ve kolektif bilinçten etkilenerek şekillenir:** Bu ifade seçim kuramına ait değildir. **kolektif bilinç dışı** ve **arketipler** kavramları Jung'un analitik psikolojisine aittir.

II. ve V. öncülde verilen ifadeler seçim kuramının aksiyomları arasında yer almaz.

Cevap: B

8. **Gerçeklik kuramında** psikolojik problemlerin temelinde çoğu zaman bireyin yaşamındaki önemli kişilerle **doyum verici ilişkiler kuramaması** yer alır. Glasser'in seçim kuramındaki temel aksiyomlardan biri, **uzun süreli psikolojik problemlerin temelde ilişki problemi olduğu** anlayışıdır. Birey sevmeye ve ait olma ihtiyacını sağlıklı biçimde karşılayamadığında yalnızlık, mutsuzluk ve işlevsiz davranış örüntüleri geliştirebilir. Bu nedenle "**Psikolojik sorunlar, bireyin yaşamındaki en az bir kişiyle doyurucu ve başarılı ilişki kuramamasından kaynaklanır.**" ifadesi gerçeklik kuramının problem anlayışını en doğru biçimde yansıtmaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Bireyin yaşadığı problemlerin çoğu yanlış öğrenmelerin sonucudur:** Bu ifade daha çok **davranışçı terapi** anlayışıyla ilişkilidir.
- C) **Birey, geçmişte yaşadığı ve halen zihninde yüklü olarak tuttuğu öyküler nedeniyle problemler yaşar:** Bu vurgu **öyküsel terapi** yaklaşımını yansıtır.
- D) **Sorunlar, bireyin varoluşsal anlam arayışında yaşadığı belirsizlik ve kayıplardan kaynaklanır:** Bu ifade **varoluşçu terapi** anlayışıyla ilişkilidir.
- E) **Psikolojik problemler, bireyin bilinç dışı çatışmalarının ve bastırılmış duygularının bir sonucudur:** Bu ifade **psikanalitik yaklaşımın** temel problem anlayışını yansıtır.

Cevap: A

9. **Gerçeklik terapisinde** insan doğası ne tamamen iyi ne de tamamen kötü olarak ele alınır. Glasser, insanın seçim yapan bir varlık olduğunu ve bu seçimlerin sonucunda **işlevsel ya da işlevsel olmayan davranışlar** sergileyebileceğini savunur. Ayrıca insanın fedakâr, bağışlayıcı ve sevecen olabileceği gibi; zaman zaman bencil, yanıltıcı ya da kendini merkeze alan davranışlar da gösterebileceğini belirtir. Bu nedenle insanın "**her zaman tamamen iyi ve bencil olmayan varlıklar**" olduğu görüşü gerçeklik terapisinin insan doğası anlayışıyla örtüşmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **İnsanlar seçimleri sonucunda işlevsel veya işlevsel olmayan davranışlar gösterirler:** Bu ifade gerçeklik terapisinin seçim temelli insan anlayışıyla uyumludur.

- B) İnsan doğası fedakâr, bağışlayıcı ve sevecen olabileceği gibi, kandırıcı da olabilir: Bu ifade Glasser'in insan doğasına ilişkin dengeli yaklaşımını yansıtır.
- D) İnsanlar bencil, kendini düşünen, keyfine düşkün ve büyüklük taslayıcı olabilirler: Bu ifade gerçeklik terapisinin insan doğasına ilişkin görüşleriyle uyumludur.
- E) İnsanların davranışlarını kendilerinin seçtiğine inanılır; bu seçimler işlevsel ya da işlevsel olmayan sonuçlar doğurabilir: Bu ifade doğrudan seçim kuramı anlayışıyla uyumludur.

Cevap: C

10. Gerçeklik kuramında bireyin davranışlarını yönlendiren beş temel ihtiyaç; **hayatta kalma, sevmeye ve ait olma, güç, özgürlük ve eğlence** ihtiyaçlarıdır. **Hayatta kalma ihtiyacı**, bireyin yaşamını sürdürmesine yönelik en temel biyolojik gereksinimleri kapsar. Yeme, içme, barınma, güvenliğini sağlama ve hastalıklara karşı kendini koruma gibi davranışlar bu ihtiyaç kapsamında değerlendirilir. Bu nedenle "**Yeme, içme ve hastalıklara direnme davranışları**" ifadesi hayatta kalma ihtiyacına doğrudan örnektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Arkadaşlık kurma ve bir gruba ait olma isteği: Bu ifade **sevmeye ve ait olma** ihtiyacını yansıtır.
- B) Başarı elde etme ve takdir görme çabaları: Bu ifade **güç** ihtiyacı ile ilişkilidir.
- C) Özgür olma, seçim yapma ve bağımsız davranma arzusu: Bu ifade **özgürlük** ihtiyacını yansıtır.
- E) Eğlence, oyun oynama ve keyif alma yönelimi: Bu ifade **eğlence** ihtiyacı ile ilişkilidir.

Cevap: D

11. Gerçeklik kuramında bireyin davranışlarını yönlendiren beş temel ihtiyaç vardır. **Hayatta kalma ihtiyacı** yeme, içme, barınma ve güvenlik gibi biyolojik gereksinimleri içerir. **Sevmeye ve ait olma ihtiyacı** yakın ilişkiler kurma, kabul görme ve bir gruba ait hissetme ile ilgilidir. **Güç ihtiyacı** başarılı olma, yetkin hissetme, tanınma ve etkili olma isteğini ifade eder. **Özgürlük ihtiyacı** bağımsız hareket etme ve kendi seçimlerini yapabilme arzusunu içerir. **Eğlence ihtiyacı** keyif alma, oyun oynama ve yaşamdan haz duyma ile ilişkilidir. Buna göre:

- I. **Ahmet sınıfta liderlik yapmayı ve grup içinde etkili olmayı çok önemsiyor, başarısına ve yetkinliğine odaklanıyor:** Bu durum **güç ihtiyacını** yansıtmaktadır. Çünkü liderlik, başarı ve etkili olma isteği ön plandadır.
- II. **Sedef ders seçimlerinde kendi kararlarını verebilmek, bağımsız hareket edebilmek ve kendine göre seçimler yapabilmek istiyor:** Bu durum **özgürlük ihtiyacını** yansıtmaktadır. Çünkü bağımsızlık ve seçim yapma isteği belirgindir.

Cevap: A

12. Soruda Elif'in arkadaşlarıyla sosyal etkinliklere katılmaktan keyif alması ve ilişkilerini güçlendirmeye önem vermesi, baskın olarak **sevmeye ve ait olma ihtiyacını** göstermektedir. Can'ın ise sosyal etkinlikler yerine derslerinde başarılı olmaya ve yüksek not almaya odaklanması, baskın olarak **güç ihtiyacını** yansıtmaktadır. İlişkide yaşanan çatışmanın temel nedeni, Elif'in ilişki kurma ve birlikte olma beklentisinin Can'ın başarı ve yeterlilik odaklı tercihleriyle örtüşmemesidir. Bu nedenle **Elif'in ait olma ihtiyacı ile Can'ın güç ihtiyacı** arasındaki farklılık ilişkiyi zorlamaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Can'ın özgürlük ihtiyacının, Elif'in özgürlük ihtiyacından baskın olması:** Soruda Can'ın bağımsızlık arayışından çok başarı odaklı davranış vurgulanmaktadır.
- B) **Elif'in güç ihtiyacını, Can'ın ait olma ihtiyacından daha baskın şekilde karşılamak istemesi:** Sorudaki ihtiyaç eşleşmesi hatalıdır.
- C) **Elif'in ait olma ihtiyacı ile Can'ın ait olma ihtiyacının uyuşmaması:** Can'ın temel motivasyonu ait olma değil, başarıdır.

- E) Elif'in eğlence ihtiyacının, Can'ın özgürlük ihtiyacından daha baskın olması: Sorudaki davranış örüntüleri bu ihtiyaçları göstermektedir.

Cevap: D

13. Gerçeklik kuramında fotoğraf albümü (kalite dünyası/fotoğraf albümü kavramı), bireyin zihninde tuttuğu ve kendisi için değerli olan kişi, nesne, inanç, deneyim ve hedeflere ilişkin imgelerden oluşur. Bu zihinsel resimler bireyin neyi istediğini, hangi ilişkileri anlamlı bulduğunu ve hangi seçimlere yöneleceğini etkiler. Başka bir ifadeyle birey davranışlarını çoğu zaman bu zihinsel imgelerde yer alan şeylere ulaşmak ya da onları korumak için gerçekleştirir. Soruda danışanın kendisi için değerli kişiler ve önemli anılar üzerinden açıklama yapılması bu kavrama işaret etmektedir. Bu nedenle "Bireyin yaşamında değer verdiği kişiler, sahip olmak istediği şeyler ve arzuladığı deneyimlerin zihinsel temsillerinden oluşan bireyin seçimlerini ve davranışlarını yönlendiren temel yapı" ifadesi doğru seçenektir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Bireyin geçmişte yaşadığı olumsuz deneyimler ve travmaların birikimini gösteren zihinsel kayıtlardır: Fotoğraf albümü yalnızca olumsuz yaşantılardan oluşmaz; bireyin değer verdiği olumlu hedef ve ilişki imgelerini de içerir.
- C) Bireyin bilinç dışı çatışmaları, bastırılmış duyguları ve geçmiş yaşantılarından kaynaklanan yoğun zihinsel süreçleri somutlaştıran yapıdır: Bu ifade daha çok psikanalitik yaklaşımın kavramsallaştırmalarını çağırır.
- D) Bireyin çevresinden aldığı ödüller, cezalar ve sosyal uyum beklentilerinin birikimi ile oluşan zihinsel kayıtlardır: Bu vurgu daha çok davranışçı terapi anlayışına yakındır.
- E) Bireyin günlük yaşamda rastgele karşılaştığı kişiler ve tesadüfi olaylarla ilgili zihinsel notlar: Fotoğraf albümü rastgele deneyimlerden değil, birey için anlam taşıyan imgelerden oluşur.

Cevap: B

14. Gerçeklik kuramında bireyin psikolojik iyi oluşu; temel ihtiyaçlarını sağlıklı yollarla karşılaması, doyum verici ilişkiler kurabilmesi ve yaptığı seçimlerin sorumluluğunu alabilmesiyle ilişkilidir. Soruda Alper'in yıllar sonra hâlâ Ada'yı unutamaması, yaptığı seçimden dolayı mutsuz olması ve zihninde onunla ilgili imgeleri sürdürmesi; doyum verici bir ilişkiyi kaybettiğini ve yaptığı seçimlerin onu istediği yaşama götürmediğini göstermektedir. Bu durum yalnızca belirli bir ihtiyacın karşılanmamasından çok, bireyin ilişkilerinde etkili seçimler yapamaması sonucunda **başarılı kimlik geliştirememesi** ile ilişkilidir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Güç ihtiyacını yeterince karşılayamamıştır: Soruda başarı, statü ya da etkili olma teması vurgulanmamaktadır.
- C) Eğlence ihtiyacını doyuramamıştır: Eğlence ihtiyacı sorunun merkezinde değildir.
- D) Özgürlük ihtiyacını karşılamakta sorunlar yaşamıştır: Alper'in temel problemi bağımsızlık değil, ilişkisel seçimlerinin sonuçlarıdır.
- E) Hayatta kalma ihtiyacını karşılamada başarısız olmuştur: Soruda biyolojik ihtiyaçlarla ilgili bir durum yoktur.

Cevap: B

15. Gerçeklik kuramında kalite dünyası, bireyin zihninde yer alan ve onun için anlam taşıyan kişi, nesne, deneyim, değer, hedef ve inançlardan oluşan özel bir iç dünyadır. Bu yapı bireyin ne istediğini belirler ve yaptığı seçimleri büyük ölçüde yönlendirir. Birey çoğu zaman davranışlarını, bu zihinsel dünyada yer alan şeylere ulaşmak, onları korumak ya da onlara yaklaşmak için gerçekleştirir. Soruda Aycan'ın **değer verdiği kişiler, sahip olmak istediği şeyler ve arzuladığı deneyimler** üzerinden değerlendirilmesi doğrudan bu kavrama işaret etmektedir. Bu nedenle **“Bireyin yaşamında değer verdiği kişiler, sahip olmak istediği şeyler, arzuladığı deneyimler ve yaşamını yönlendiren düşünce ve inançlardan oluşan, ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik zihinsel sistem”** ifadesi doğru seçenektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Bireyin geçmişte yaşadığı deneyimlerin ve karşılaştığı olumsuz durumların tümünün zihninde birikmiş kayıtları...: Kalite dünyası yalnızca olumsuz yaşantılardan oluşmaz.
- B) Bireyin bilinç dışında yer alan çatışmalar, bastırılmış duygular...: Bu ifade psikanalitik yaklaşımın kavramsallaştırmalarına yakındır.
- C) Bireyin çevresinden aldığı ödüller, cezalar ve sosyal geri bildirimler sonucunda oluşmuş...: Bu vurgu daha çok davranışçı terapi anlayışını çağırır.
- D) Bireyin günlük yaşamında karşılaştığı kişiler, olaylar ve rastgele deneyimlerle ilgili kısa süreli gözlemleri...: Kalite dünyası rastgele deneyimlerden oluşmaz; birey için anlamlı unsurları içerir.

Cevap: E

1. Derya'nın değer verdiği kişilerle vakit geçirdiğinde kendisini nasıl hissettiğini anlatması, bu kişilerle yaşadığı deneyimlerin onun davranış seçimlerini nasıl etkilediğini belirtmesi ve psikolojik danışmanın özellikle **"yaşamak istediğin dünya"** ile bu seçimler arasındaki ilişkiye odaklanması; Derya'nın zihninde önemli yer tutan kişi ve deneyimlerin davranışlarını nasıl yönlendirdiğini anlamaya yönelik bir değerlendirmedir. Bu durum **fotoğraf albümü** kavramını işaret etmektedir. **Gerçeklik kuramında fotoğraf albümü**, bireyin zihninde yer alan ve kendisi için değer taşıyan kişiler, deneyimler, nesneler, inançlar ve yaşamak istediği durumlara ilişkin zihinsel imgeler bütünüdür. Birey çoğu zaman davranışlarını bu zihinsel resimlere ulaşmak, onları korumak ya da yeniden oluşturmak amacıyla seçer. Sorudaki vurgu doğrudan bu yapıya yöneldiği için **doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Günlük alışkanlıkları:** Sorunun odağı günlük rutin davranışlar değildir.
- B) **Gelecek hedefleri:** Gelecek planlarından çok mevcut zihinsel imgeler ele alınmaktadır.
- D) **Sosyal becerileri:** Sosyal yeterlilik değerlendirilmemektedir.
- E) **Akademik başarı motivasyonu:** Soruda akademik başarıyla ilgili bir vurgu bulunmamaktadır.

Cevap: C

2. **Gerçeklik kuramında toplam davranış**, dört temel bileşenden oluşur. **Davranış**, bireyin doğrudan gözlenebilen eylemlerini ifade eder. **Düşünce**, bireyin zihninden geçen yorumlar, değerlendirmeler ve bilişsel süreçlerdir. **Duygu**, bireyin yaşadığı duygusal tepkileri kapsar. **Fizyoloji** ise kalp çarpıntısı, terleme, kas gerginliği gibi bedensel tepkileri ifade eder. Glasser'e göre birey bu dört bileşeni aynı anda yaşar ve özellikle **davranış** ile **düşünce** bileşenleri üzerinde daha fazla doğrudan kontrol sağlayabilir. Soruda psikolojik danışman Emre'nin toplam davranışını bu çerçevede analiz etmektedir. Buna göre:

- I. **Ders çalışırken sık sık telefonuna bakması:** Bu durum doğrudan gözlenebilen bir eylem olduğu için **davranış** bileşenidir.

- II. **Düşündüğü konuların kafasını meşgul etmesi:** Bu ifade bireyin zihinsel süreçlerini anlattığı için **düşünce** bileşenidir.

- III. **Kendini gergin ve kaygılı hissetmesi:** Bu durum **duygu** bileşenine karşılık gelir.

- IV. **Kalbinin hızlı atması ve ellerinin terlemesi:** Bu ifade bedensel tepkileri içerdiği için **fizyoloji** bileşenidir.

Sıralama **davranış – düşünce – duygu – fizyoloji** şeklindedir.

Cevap: A

3. **Gerçeklik terapisinde semptomlar**, çoğu zaman bireyin geçmiş yaşantılarından çok mevcut ilişkilerinde yaşadığı yalnızlık, başarısızlık ve ihtiyaç doyumsuzluğu ile ilişkilendirilir. Bu nedenle Glasser, bireyin semptomlarını dış faktörlere yüklemek yerine kendi seçimlerinin sorumluluğunu üstlenmesini vurgular. Buradaki **sorumluluk** kavramı, bireyin ihtiyaçlarını karşılarken bunu yalnızca kendisi için değil, başkalarına zarar vermeden ve onların haklarını yok saymadan gerçekleştirebilmesidir. Yani birey kendi gereksinimlerini karşılarken başkalarının gereksinimlerini de dikkate almalıdır. Bu nedenle **"Bireyin kendi gereksinimlerini karşılarken, başkalarının gereksinimlerini ihmal etmeden davranabilme yeteneği"** ifadesi doğru seçenektir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Bireyin toplumsal eşitsizlikler ve güç ilişkileri çerçevesinde kendi sorunlarının kaynağını anlamaya çalışması....:** Bu ifade daha çok eleştirel/toplumsal yaklaşımları çağırıştırılmaktadır.

- B) **Bireyin çocuklukta edindiği üstünlük ve yetersizlik duygularına bağlı olarak davranışlarını şekillendirmesi....:** Bu vurgu daha çok **Adleryen yaklaşım** ile ilişkilidir.

- C) **Bireyin varoluşsal kaygılarını ve anlam arayışını göz önünde bulundurarak....:** Bu ifade **varoluşçu terapi** anlayışını yansıtır.

- E) **Bireyin gözlenen davranışlarını çevresel uyarıcılar ve ödül-ceza sistemlerine göre şekillendirmesi:** Bu ifade **davranışçı terapi** ile ilişkilidir.

Cevap: D

4. Cemal'in arkadaş ilişkilerinde sürekli hayal kırıklığı yaşaması ve akademik alanda istediği başarıya ulaşamaması; temel ihtiyaçlarını etkili biçimde karşılamakta zorlandığını göstermektedir. Soruda psikolojik danışmanın özellikle **"seçimler yapma sorumluluğunu üstlenmenin önemini"** vurgulaması, problemin kaynağının dış koşullardan çok bireyin gerçekte nasıl baş ettiği ve seçimlerine nasıl yaklaştığıyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu durum **başarısız kimlik** kavramına işaret eder. **Gerçeklik kuramında başarısız kimlik**, bireyin gerçekte yüzleşmekten kaçınması, ihtiyaçlarını etkili yollarla karşılayamaması ve yaptığı seçimlerin sorumluluğunu üstlenmemesi sonucunda gelişir. Bu nedenle **"Bireyin gerçekte yüzleşmek yerine gerçeği inkâr etmesi ve seçimlerinin sorumluluğunu üstlenmemesi"** ifadesi doğru seçenektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Bireyin çocuklukta edindiği üstünlük ve yetersizlik duygularına bağlı olarak davranışlarını şekillendirmesi: Bu ifade **Adleryen yaklaşım** ile ilişkilidir.
- B) Bireyin çevresel ödül ve ceza sistemlerine aşırı bağımlı olarak davranması: Bu vurgu daha çok **davranışçı terapi** anlayışını çağırır.
- D) Bireyin varoluşsal kaygı ve anlam arayışını yeterince dikkate almadan seçimler yapması: Bu ifade **varoluşçu terapi** ile ilişkilidir.
- E) Bireyin toplumsal eşitsizlikler ve güç ilişkilerini temel alarak kendi sorunlarını çözmeye çalışması: Bu ifade gerçeklik terapisinin temel açıklama modeli değildir.

Cevap: C

5. Tan'ın derslerine yeterince çalışmaması ve arkadaşlarıyla sık sık tartışması, mevcut davranışlarının kendi hedeflerine ve ihtiyaçlarına ne kadar hizmet ettiğinin sorgulanmasını gerektirmektedir. Soruda psikolojik danışmanın özellikle Tan'ın **şu anda yaptığı davranışların etkilerini sorgulayan sorular** yönelttiği belirtilmiştir. Bu vurgu, gerçeklik terapisindeki **değerlendirme** basamağına işaret eder. Bu aşamada danışman, danışanın mevcut davranışlarının kendisini istediği yaşama götürüp götürmediğini sorgular. **Gerçeklik te-**

rapisinde değerlendirme sürecinde danışana sıklıkla davranışlarının kazanç ve kayıplarını sorgulatan sorular yöneltilir. Bu nedenle **"Bu davranışını sürdürmek sana ne kazandırıyor ve ne kaybettiriyor? Bu davranışın seni hedeflerine ulaştırıyor mu?"** sorusu doğru seçenektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Geçmişteki deneyimlerin ve çocukluk anılarının bu davranışını nasıl şekillendirdiğini anlatır mısın?: Bu ifade geçmiş odaklıdır ve daha çok **psikanalitik yaklaşım** ya da geçmiş yaşantı odaklı kuramları çağırır.
- B) Kendini gerçekleştirme ve özgürleşme yolunda bu davranışın sana nasıl yardımcı oluyor?: Bu vurgu daha çok **birey merkezli terapi** ve **hümanistik** anlayışlarla ilişkilidir.
- C) Toplumsal cinsiyet rollerinin ve sosyal beklentilerin bu davranışını etkilemiş olabilir mi?: Bu ifade gerçeklik terapisinin temel soru yapısını yansıtmaz.
- D) Bu davranışın senin bilinç dışı çatışmalarını ve bastırılmış duygularını yansıtıyor olabilir mi?: Bu ifade **psikanalitik yaklaşımın** kavramsallaştırmasına uygundur.

Cevap: E

6. Soruda psikolojik danışmanın özellikle **geçmişte depresyona yol açan olayları ayrıntılı biçimde sorgulamaması**, bunun yerine Selinay'ın **şu anda neler yaptığına**, günlük alışkanlıklarına, sürdürdüğü davranışlara ve bu davranışların sonuçlarına odaklanması oldukça belirleyici bir ipucudur. Ayrıca danışmanın Selinay'ın kendi seçimlerini değerlendirmesine rehberlik etmesi, doğrudan gerçeklik terapisindeki **şimdiki davranışlara odaklanma, değerlendirme ve sorumluluk alma** anlayışını yansıtmaktadır. **Gerçeklik kuramında temel amaç**, danışanın mevcut davranışlarını fark etmesini sağlamak, bu davranışların ihtiyaçlarını karşılayıp karşılamadığını değerlendirmesine yardımcı olmak ve daha işlevsel seçimler yapmasına rehberlik etmektir. Bu nedenle **"Danışanın şu anda yaptığı davranışları fark etmesini sağlayarak, kendi seçimlerini değerlendirmesi ve sorumluluk alması yoluyla davranışlarını daha etkili biçimde yönlendirmesine rehberlik etmek"** ifadesi doğru seçenektir.

Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Danışanın geçmişte yaşadığı olumsuz deneyimlerin ve duyguların kökenini ayrıntılı biçimde inceleyerek semptomları anlamasına yardımcı olmak:** Bu ifade geçmiş odaklıdır ve gerçeklik terapisinin temel yaklaşımıyla örtüşmez.
- C) **Danışanın çevresel ödül ve ceza sistemlerine uygun davranışlar geliştirmesini sağlayarak istenen sonuçlara ulaşmasına odaklanmak:** Bu vurgu daha çok davranışçı terapi anlayışını çağırıştırır.
- D) **Danışanın bastırılmış ve bilinç dışı çatışmalarını ortaya çıkararak semptomları üzerinde düşünmesini sağlamak:** Bu ifade psikanalitik yaklaşımın anlayışına uygundur.
- E) **Danışanın sosyal ilişkilerdeki çatışmalarını analiz ederek geçmişteki hatalarını anlamlandırmasına yardımcı olmak:** Soruda geçmiş analizinden özellikle uzak durulduğu belirtilmiştir.

Cevap: B

7. Soruda bireyin **kendi ihtiyaçlarını karşılarken başkalarının ihtiyaçlarını da gözetmesi**, ilişkilerinde başarılı olması ve buna karşılık sorumsuz seçimler sonucunda yalnızlık, başarısız ilişkiler ve doyumsuzluk yaşaması vurgulanmaktadır. Bu durum, bireyin yaptığı seçimler doğrultusunda geliştirdiği kimlik yapısına işaret eder. **Gerçeklik kuramında başarılı kimlik**, bireyin ihtiyaçlarını sorumlu yollarla karşılaması, doyum verici ilişkiler kurması ve etkili seçimler yapmasıyla ilişkilidir. **Başarısız kimlik** ise bireyin sorumluluk almaması, ihtiyaçlarını sağlıklı biçimde karşılayamaması ve bunun sonucunda yalnızlık ile doyumsuzluk yaşamasıyla ilişkilidir. Bu nedenle verilen ifade **başarılı – başarısız kimlik** kavramını açıklamaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Toplam davranış:** Bu kavram bireyin davranışlarını oluşturan **davranış, düşünce, duygu ve fizyoloji** bileşenlerini ifade eder. Soruda bu dört bileşen değil, kimlik ve sorumluluk vurgulanmaktadır.

- C) **Fotoğraf albümü:** Bu kavram bireyin zihninde yer alan değer verdiği kişiler, deneyimler, nesneler ve yaşamak istediği durumlara ilişkin zihinsel imgeleri ifade eder. Soruda bu yapıdan söz edilmemektedir.
- D) **Kendini gerçekleştirme:** Bu kavram bireyin potansiyelini ortaya çıkarma ve en iyi hâline ulaşma sürecini ifade eder. Daha çok **birey merkezli terapi** ile ilişkilidir.
- E) **Psikososyal moratoryum:** Bu kavram **Erikson'un psikososyal gelişim kuramında** kimlik gelişimi sürecinde bireyin farklı rolleri denediği geçici keşif dönemini ifade eder.

Cevap: A

8. Soruda psikolojik danışmanın Busenaz için **basit ve uygulanabilir bir plan hazırladığı**, plan sürecinde onun **sorumluluk almasını sağladığı** ve plan başarısız olduğunda bahaneler yerine yeni stratejiler geliştirdiği belirtilmiştir. Bu ipuçları doğrudan gerçeklik terapisindeki **plan yapma, mazeret yok ve asla vazgeçme** ilkelerini yansıtmaktadır. **Gerçeklik terapisinde etkili plan**, basit, gerçekçi, uygulanabilir, danışanın kontrolünde olan ve ihtiyaçlarını karşılamasına yardımcı olan bir yapıda olmalıdır. Buna karşılık geçmiş yaşantıların ayrıntılı analizine dayalı plan oluşturmak gerçeklik terapisinin anlayışıyla örtüşmez. Bu nedenle **“Danışanın geçmişteki olumsuz deneyimlerinin detaylı analizine odaklanması ve planın buna göre şekillendirilmesi”** ifadesi etkili plan özelliği değildir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Basit ve uygulanabilir adımlar içermesi ve danışanın planın uygulanmasında sorumluluk almasını sağlayacak şekilde düzenlenmesi:** Bu ifade gerçeklik terapisindeki etkili plan anlayışıyla uyumludur.
- C) **Planın başarısız olması durumunda yeni ve daha etkili stratejilerin geliştirilmesine olanak tanınması:** Bu ifade **asla vazgeçme** ilkesi ile uyumludur.
- D) **Danışanın kendi seçimlerini değerlendirmesi ve davranışlarını plan doğrultusunda yönlendirmesini desteklemesi:** Bu ifade gerçeklik terapisinin seçim ve sorumluluk anlayışını yansıtır.

E) **Planın danışanın temel ihtiyaçlarını karşılamaya ve hedeflerine ulaşmasına yardımcı olacak şekilde yapılandırılması:** Bu ifade gerçeklik terapisinin temel amaçlarıyla uyumludur.

Cevap: B

9. Soruda psikolojik danışmanın Emine ile birlikte bir eylem planı oluşturduğu ve daha sonra planın uygulanmasını değerlendirdiği görülmektedir. Emine planı uygulayamamasını “zamanım yetmedi” ve “arkadaşlarım dikkatimi dağıttı” şeklinde açıklayarak mazeret üretmektedir. Psikolojik danışmanın “beni ilgilendiren bu davranışın ne zaman ve nasıl gerçekleşeceği” şeklindeki tepkisi, danışanın bahanelerine odaklanmak yerine davranışın gerçekleştirilmesine ve sorumluluk almasına vurgu yapmaktadır. Bu durum gerçeklik terapisindeki mazeret yok ilkesini yansıtır. Bu ilkeye göre danışan, davranışlarını dış etkenlerle açıklamak yerine kendi seçimlerinin sorumluluğunu üstlenmelidir. Bu nedenle Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) Emine'nin bilinç dışı çatışmalarını ve bastırılmış duygularını ortaya çıkarma: Bu ifade psikanalitik yaklaşım ile ilişkilidir.
- C) Emine'nin geçmiş deneyimlerini analiz ederek sorunların kökenini bulma: Gerçeklik terapisi geçmiş analize odaklanmaz.
- D) Emine'nin kişilik özelliklerini ve aile dinamiklerini detaylı biçimde inceleme: Soruda böyle bir vurgu bulunmamaktadır.
- E) Emine'nin toplumsal cinsiyet rollerine uyum sağlamasını değerlendirme: Soruyla ilişkili değildir.

Cevap: A

10. Soruda danışanın üzerinde uzlaşılan plana uymadığı, çeşitli gerekçeler sunduğu ve psikolojik danışmanın buna **katı yaptırımlarla karşılık vermediği** özellikle vurgulanmıştır. Bunun yerine danışanın bu davranışın kendi yaşamındaki etkilerini görmesine fırsat tanınmaktadır. Bu durum gerçeklik terapisindeki “ceza yok” ilkesine işaret eder. Glasser’e göre ceza, kalıcı davranış değişimi

şimi oluşturmaz ve çoğu zaman ilişkiyi zedeler. Bunun yerine danışanın yaptığı seçimlerin **doğal sonuçlarını fark etmesi**, sorumluluk alması ve daha işlevsel seçimler geliştirmesi amaçlanır. Bu nedenle “**Cezanın öğrenmede kalıcı bir değişim sağlamaması, doğal sonuçların öğrenmede daha etkili olması**” ifadesi doğru seçenektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Danışanın geçmiş yaşantılarının bugünkü davranışlara etkisini fark etmesi:** Bu ifade gerçeklik terapisinin temel odağı değildir.
- B) **Bilinç dışındaki çatışmaların açığa çıkarılarak davranış değişiminin sağlanması:** Bu yaklaşım **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir.
- D) **Danışanın koşulsuz kabul ile benlik saygısını artırması:** Bu vurgu daha çok **birey merkezli terapi** ile ilişkilidir.
- E) **Danışanın irrasyonel inançlarını sorgulayarak değiştirmesi:** Bu ifade **akılcı duygusal davranışçı terapi** ile ilişkilidir.

Cevap: C

11. Danışan “**Hiç kimseyle konuşamıyorum, bu utanç verici.**” diyerek davranışını olumsuz ve katı bir biçimde tanımlamaktadır. Psikolojik danışman ise bu davranışı doğrudan eleştirmek yerine “**başkalarıyla iletişim kurarken dikkatli olmayı tercih ediyorsun; bu, kendini koruma amacı taşıyor**” diyerek durumu farklı ve daha işlevsel bir bakış açısından yeniden anlamlandırmaktadır. Ardından değişimin mümkün olduğunu vurgulayarak danışanın sosyal ortamda adım adım ilerleyebileceğini belirtmektedir. Bu müdahale, danışanın davranışına farklı bir anlam yükleyerek durumu daha yapıcı şekilde görmesini sağlamaktadır. Bu durum **olumlu yeniden çerçeveleme** tekniğini yansıtır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Öz değerlendirme yaptırma:** Bu teknikte danışana genellikle “**Bu davranış seni istediğin yere götürüyor mu?**” gibi değerlendirme soruları yöneltilir. Soruda böyle bir durum yoktur.
- B) **Plan oluşturma:** Plan oluşturma aşamasında somut davranış adımları belirlenir. Soruda henüz yapılandırılmış bir plan yoktur.

- D) **Davranışın değerlendirilmesi:** Bu süreçte davranışın sonuçları sorgulanır. Soruda davranış sonucu değerlendirilmemektedir.
- E) **Mazeret kabul etmeme:** Danışanın bahaneleriyle yüzleştirilmesi söz konusu değildir.

Cevap: C

12. Soruda psikolojik danışmanın toplam davranışın dört bileşenini açıklarken bunları bir **otomobilin tekerleklerine benzetmesi** belirleyici ipucudur. Gerçeklik terapisinde **metafor tekniği**, soyut kavramları danışanın daha kolay anlayabileceği somut örnekler, benzetmeler ya da semboller üzerinden açıklamak amacıyla kullanılır. Böylece danışan karmaşık görünen bir kavramı daha anlaşılır ve akılda kalıcı şekilde kavrayabilir. Burada düşünce, davranış, duygu ve fizyoloji bileşenlerinin otomobil metaforuyla anlatılması da bu amaca hizmet etmektedir. Bu nedenle kullanılan teknik **metafor kullanmadır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Olumlu yeniden çerçeveleme:** Danışanın yaşadığı duruma farklı ve daha işlevsel bir anlam yüklenmesini içerir. Soruda böyle bir durum yoktur.
- C) **Doğrudan yüzleştirme:** Danışanın çelişkilerini veya mazeretlerini fark ettirmeye yöneliktir.
- D) **Öz değerlendirme:** Danışanın davranışlarının sonuçlarını sorgulamasını içerir.
- E) **Plan yapma:** Davranış değişikliği için somut adımlar oluşturmaya ifade eder.

Cevap: B

13. Soruda psikolojik danışmanın öğrenciye **benzer temaları işleyen bir hikâye kitabı önermesi**, kitabı okumasını istemesi ve karakterlerin seçimleriyle kendi seçimlerini karşılaştırmasını sağlaması temel ipucudur. Ayrıca öğrencinin bu süreçte **sorumluluk alma konusunda farkındalık geliştirmesi** amaçlanmaktadır. Bu durum doğrudan **bibliyoterapi** tekniğini göstermektedir. **Gerçeklik terapisinde bibliyoterapi**, danışanın yaşadığı probleme benzer içerikler taşıyan kitap, hikâye,

biyografi veya yazılı materyaller kullanılarak danışanın kendi yaşamına ilişkin farkındalık kazanmasını amaçlayan bir tekniktir. Danışan, karakterlerin seçimlerini ve bu seçimlerin sonuçlarını değerlendirerek kendi seçimlerini yeniden gözden geçirebilir. Bu nedenle **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Metafor kullanma:** Gerçeklik terapisinde kullanılan tekniklerden biridir. Soyut kavramların benzetmeler yoluyla daha anlaşılır hâle getirilmesini ifade eder. Soruda benzetme değil, yazılı materyal kullanımı vardır.
- B) **Utancın üzerine gitme:** Daha çok **akılcı duygusal davranışçı terapi** ile ilişkilidir. Danışanın utanç yaratan durumlarla bilinçli biçimde yüzleşmesini amaçlar. Soruda böyle bir yüzleştirme bulunmamaktadır.
- C) **İmgeleme:** Danışanın zihninde olayları, kişileri veya sahneleri canlandırmasını içerir ve farklı kuramlarda kullanılabilir. Soruda zihinsel canlandırma yoktur.
- E) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Daha çok **bilişsel terapi** ve **akılcı duygusal davranışçı terapi** süreçlerinde kullanılan, işlevsiz düşüncelerin sorgulanarak yeniden düzenlenmesini amaçlayan bir tekniktir. Soruda temel odak düşüncüyü yeniden yapılandırmak değil, kitap aracılığıyla farkındalık geliştirmektir.

Cevap: D

14. Soruda danışmanın öğrenciye **kendi ergenlik döneminde yaşadığı yalnızlık deneyiminden** ve bu süreçte nasıl sorumluluk aldığından söz etmesi temel ipucudur. Ayrıca bu paylaşımın amacı, öğrencinin danışmana daha yakın hissetmesi ve kendi seçimlerinin sorumluluğunu üstlenme konusunda cesaretlenmesidir. Bu durum gerçeklik terapisinde kullanılan **kendini açma** tekniğini göstermektedir. Bu teknikte danışman, terapötik sürece hizmet edecek ölçüde kişisel yaşantılarından paylaşım yaparak danışanla daha samimi, güvene dayalı ve gerçek bir ilişki kurmayı amaçlar. Glasser'e göre etkili değişimin temelinde güçlü bir terapötik ilişki bulunduğu için burada danışmanın temel amacı **danışanın güvenini kazanmak ve ilişkiyi güçlendirmektir.** Bu nedenle **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Danışanın geçmiş yaşantılarını daha iyi hatırlamasını sağlamak:** Soruda öğrencinin geçmiş anılarını ayrıntılı biçimde hatırlatmaya yönelik bir müdahale yoktur.
- C) **Danışanın içgüdüsel çatışmalarını ortaya çıkarmak:** Bu ifade daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir. Bilinç dışı çatışmaların analizini içerir.
- D) **Danışanın bilişsel çarpıtmalarını yeniden yapılandırmak:** Bu teknik daha çok **bilişsel terapi** ve **akılcı duygusal davranışçı terapi** süreçlerinde kullanılır. İşlevsiz düşünceleri değiştirmeyi amaçlar.
- E) **Danışanın özgür çağrışım yapmasına yardımcı olmak:** **Özgür çağrışım**, danışanın aklına gelenleri sansürlemeden ifade etmesini amaçlayan ve daha çok **psikanalitik yaklaşımda** kullanılan temel bir tekniktir.

Cevap: A

15. **Gerçeklik terapisinde yüzleştirme**, danışanı suçlamak ya da sert biçimde eleştirmek anlamına gelmez. Bu teknik; danışanın söyledikleri ile yaptıkları arasındaki tutarsızlıkları, sürekli ürettiği mazeretleri ve sorumluluktan kaçınan davranışlarını fark etmesini sağlamak amacıyla kullanılır. Glas- ser'in "**mazeret yok**" anlayışıyla bağlantılı olarak danışanın dışsal gerekçelere sığınmak yerine kendi seçimlerinin sonuçlarını görmesi ve değişim için sorumluluk üstlenmesi hedeflenir. Bu nedenle "**Danışanın getirdiği mazeretleri ortadan kaldırarak sorumluluk almasını desteklemek**" ifade- si doğru seçenektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Danışanın geçmiş yaşantılarını ayrıntılı biçimde analiz etmesini sağlamak:** Bu ifade geçmiş odaklıdır ve gerçeklik terapisinin temel anlayışıyla örtüşmez.
- B) **Danışanın bilinç dışı çatışmalarını ortaya çıkarmak:** Bu durum daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir.
- C) **Danışanın kendi değerlerini keşfetmesine yardımcı olmak:** Bu vurgu daha çok **varoluşçu terapi** süreçlerinde görülebilir ancak yüzleştirmenin temel amacı bu değildir.
- D) **Danışanın duygularını serbestçe ifade etmesine fırsat vermek:** Bu ifade daha çok **birey merkezli terapi** ve bazı yaşantısal yaklaşımlarla ilişkilidir.

Cevap: E

1. **Gerçeklik terapisinde mizah**, danışanın problemini küçümsemek ya da duygularını geçersizleştirmek için kullanılmaz. Mizah; danışanın katı düşünme biçimlerini yumuşatmak, olaylara farklı açıdan bakabilmesini sağlamak ve özellikle abartılı, işlevsiz ya da gerçekçi olmayan beklentilerini fark ettirmek amacıyla kullanılır. Böylece danışan probleme daha esnek bakabilir ve daha işlevsel seçimler geliştirebilir. Bu nedenle **“Danışanı gerçek dışı beklentilerden uzaklaştırmak”** ifadesi doğru seçenektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın sorunlarını küçümseyerek etkisini azaltmak:** Gerçeklik terapisinde mizah danışanı küçümsemek için kullanılmaz; bu terapötik ilişkiye zarar verir.
- B) **Danışanın duygusunda kalmasını sağlamak:** Gerçeklik terapisti yalnızca duyguda kalmaya değil, davranış ve seçimlere odaklanır.
- C) **Danışanın ait olma ihtiyacını karşılamak:** Ait olma ihtiyacı temel ihtiyaçlardan biridir ancak mizah tekniğinin temel amacı bu değildir.
- E) **Danışanın probleminin dışsallaştırılmasını sağlamak:** Bu ifade daha çok öyküsel terapi ile ilişkilidir. Problemin kişiden ayrıştırılması amaçlanır.

Cevap: D

2. Gerçeklik kuramı, Glasser'in seçim kuramına dayanan ve bireyin kendi davranışlarının sorumluluğunu almasını vurgulayan bir yaklaşımdır. Kuramın temel aksiyomları arasında bireyin yalnızca kendi davranışlarını kontrol edebilmesi, başkalarından yalnızca bilgi alıp verebilmesi ve uzun süreli psikolojik problemlerin büyük ölçüde ilişki problemleriyle bağlantılı olması yer alır. Bu nedenle öncüller bu çerçevede değerlendirilmelidir:
- I. Davranışlarını kontrol edebildiğimiz tek kişi kendimizdir: Bu ifade gerçeklik kuramının temel aksiyomlarından biridir.
- II. Başkalarına verebileceğimiz veya onlardan alabileceğimiz tek şey bilgidir: Bu ifade de Glasser'in temel aksiyomları arasında yer alır.

III. Danışanın bilinç dışı çatışmaları fark etmesi, içgörü kazanmasıyla sorunlarının çözümleneceği kabul edilir: Bu ifade gerçeklik kuramına ait değildir. Daha çok psikanalitik yaklaşımın anlayışını yansıtır.

IV. Tüm uzun süreli psikolojik problemler ilişki problemlerinden kaynaklanır: Bu ifade gerçeklik kuramının temel varsayımlarından biridir.

V. Danışanın koşulsuz kabul, empati ve içtenlik ortamında kendini gerçekleştirme eğiliminin desteklenmesi esastır: Bu ifade gerçeklik kuramına ait değildir. Daha çok birey merkezli terapi anlayışını yansıtır.

III. ve V. öncülde verilen ifadeler gerçeklik kuramının temel özellikleri arasında yer almaz.

Cevap: B

3. Soruda psikolojik danışmanın özellikle **“şu anda neler yapıyorsun?”**, **“bu davranışların sana istediklerini getiriyor mu?”** ve **“yaptıkların seni istediğin yere götürüyor mu?”** sorularını yöneltmesi oldukça belirleyici ipuçlarıdır. Danışman, danışanın geçmişine, bilinç dışına ya da irrasyonel düşüncelerine odaklanmamaktadır. Bunun yerine danışanın mevcut davranışlarını fark etmesini ve bu davranışların sonuçlarını değerlendirmesini sağlamaya çalışmaktadır. Bu durum gerçeklik terapisindeki **şimdiki davranışlara odaklanma** ve **öz değerlendirme** anlayışını yansıtır. Danışanın mevcut davranışlarının problemini çözmek yerine ilişkilerini daha da kötüleştirdiğini fark etmesi amaçlanmaktadır. Bu nedenle **“Danışanın şimdiki davranışlarının sorun çözmedeki rolü”** ifadesi doğru seçenektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Danışanın çocukluk yaşantılarının mevcut ilişkilerine etkisi:** Bu ifade geçmiş odaklıdır ve daha çok psikanalitik yaklaşım veya geçmiş yaşantı temelli yaklaşımları çağırıştırır.

B) **Danışanın irrasyonel inançlarını sorgulaması:** Bu vurgu daha çok akılcı duygusal davranışçı terapi ile ilişkilidir.

C) **Danışanın bastırılmış duygularını fark etmesi:** Bu ifade daha çok psikanalitik yaklaşım ve bazı yaşantısal yaklaşımlarla ilişkilidir.

- E) **Danışanın özgürleşme sürecinde koşulsuz kabul yaşaması:** Bu vurgu daha çok birey merkezli terapi anlayışını yansıtır.

Cevap: D

4. Psikolojik danışmanın özellikle “**senin için daha iyi olması adına nasıl bir şeyin gerçekleşmesini istersin?**” sorusunu yöneltmesi belirleyici ipucudur. Danışman burada danışanın mevcut davranışlarını henüz değerlendirmemekte, plan oluşturmamakta ve geçmiş yaşantıları incelemektedir. Öncelikle danışanın ilişkisinde ne istediğini, nasıl bir değişim arzuladığını ve hedefinin ne olduğunu netleştirmeye çalışmaktadır. Danışanın “**ailemle daha sakin ve anlaşılır iletişim kurmak istiyorum**” şeklindeki ifadesi de bu süreci göstermektedir. Bu durum gerçeklik terapisindeki WDEP modelinin **W (Want / İstekler)** basamağına karşılık gelir. Bu aşamada danışanın istekleri, ihtiyaçları ve hedefleri belirlenir. Bu nedenle **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Davranışların değerlendirilmesi:** Bu aşamada danışana genellikle “**Şu an ne yapıyorsun?**” veya “**Bu davranış seni istediğin yere götürüyor mu?**” gibi sorular yöneltilir. Soruda bu yoktur.
- C) **Plan geliştirme ve uygulama:** Bu aşamada somut davranış adımları oluşturulur. Soruda henüz plan yapılmamaktadır.
- D) **Geçmiş yaşantıların çözülmesi:** Bu ifade gerçeklik terapisinin temel odağı değildir.
- E) **Danışanın irrasyonel inançlarının tartışılması:** Bu yaklaşım daha çok **akılcı duygusal davranışçı terapi** ile ilişkilidir.

Cevap: B

5. Psikolojik danışman ilk olarak danışanın mevcut davranışını sorgulatarak “**bu yöntem istediğin yakın ilişkileri kurmana yardımcı oluyor mu?**” sorusuyla bir değerlendirme yaptırmaktadır. Danışan bu davranışın kendisini yalnızlaştırdığını fark ettikten sonra süreç yeni bir aşamaya geçmektedir. Danışmanın “**birlikte yeni bir yol belirleyelim**”, “**duygularını daha sakin ifade etmeyi deneyebilir misin?**” ve “**küçük ve uygulanabilir bir adım atmaya ne dersin?**” ifadeleri artık danışanla birlikte somut, uygulanabilir ve davranış değişikliğine yönelik bir plan oluşturulduğunu göstermektedir. Danışanın bunu bir arkadaşında denemeyi planlaması da eyleme geçme boyutunu ortaya koymaktadır. Bu durum gerçeklik terapisindeki **plan oluşturma ve eyleme geçme** aşamasını yansıtır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **İhtiyaçların fark edilmesi:** Bu aşamada danışanın ne istediği ve hangi ihtiyaçlarının karşılanmadığı belirlenir. Burada odak daha ileriki aşamadır.
- B) **Davranışların değerlendirilmesi:** Diyalogun başında kısa süreli olarak bu unsur vardır; ancak görüşmenin ağırlık noktası değerlendirme değil, yeni davranış planı oluşturmaktır.
- D) **Geçmiş yaşantıların incelenmesi:** Gerçeklik terapisi temel olarak geçmiş analize odaklanmaz.
- E) **İrrasyonel inançların tartışılması:** Bu yaklaşım daha çok **akılcı duygusal davranışçı terapi** ile ilişkilidir.

Cevap: C

6. **Gerçeklik kuramında** bireyin davranışlarını yönlendiren beş temel ihtiyaç vardır. **Hayatta kalma ihtiyacı** güvenlik ve temel biyolojik gereksinimlerle ilgilidir. **Sevme ve ait olma ihtiyacı** yakın ilişkiler kurma, kabul görme ve bir gruba ait hissetmeyi içerir. **Güç ihtiyacı** başarı, yeterlilik ve etkili olma isteğini ifade eder. **Özgürlük ihtiyacı** bireyin bağımsız hareket etme ve kendi kararlarını verebilme arzusunu içerir. **Eğlence ihtiyacı** ise keyif alma, oyun oynama ve hoş vakit geçirme ile ilişkilidir. Buna göre:

- I. **Asena, sınıfta sürekli arkadaşlarının yanına oturmakta, teneffüslerde onlarla vakit geçirmek için çaba göstermektedir:** Bu davranış **ait olma ihtiyacını** yansıtır. Çünkü yakın ilişki kurma ve gruba dahil olma isteği ön plandadır.
- II. **Kürşat, ailesinin sıkı kurallarına rağmen kendi kararlarını almakta ve çoğu zaman dışarı çıkacağı saatleri kendisi belirlemektedir:** Bu durum **özgürlük ihtiyacını** göstermektedir. Çünkü bağımsız hareket etme ve kendi seçimlerini yapma isteği baskındır.
- III. **Tolga ders aralarında arkadaşlarını güldürmek için espriler yapmakta ve çeşitli oyunlar organize etmektedir:** Bu davranış **eğlence ihtiyacını** yansıtır. Çünkü keyif alma ve eğlenme ön plandadır.

Sıralama **ait olma – özgürlük – eğlence** ihtiyacı şeklindedir.

Cevap: B

7. Travis Bickle'in film boyunca **yalnızlık yaşaması**, insanlarla sağlıklı ilişkiler kuramaması, iş ve sosyal yaşamında sürekli başarısız olması, öfke geliştirmesi ve sonunda toplumdan daha fazla uzaklaşması oldukça belirleyici ipuçlarıdır. Glasser'e göre psikolojik problemlerin önemli bir kısmı bireyin **sevme ve ait olma ihtiyacını** sağlıklı biçimde karşılayamaması ve etkili seçimler yapamamasıyla ilişkilidir. Travis'in kurduğu ilişkiler doyum verici değildir ve yaptığı seçimler onu daha işlevsel bir yaşama değil, daha fazla yalnızlığa ve dışlanmaya götürmektedir. Bu durum **başarısız kimlik** kavramını göstermektedir. **Gerçeklik kuramında başarısız kimlik**, bireyin ihtiyaçlarını sorumlu ve etkili yollarla karşılayamaması, doyum verici ilişkiler kuramaması ve işlevsiz seçimler sonucunda yalnızlık, başarısızlık ve mutsuzluk yaşaması durumudur. Bu nedenle **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Bilinç dışı çatışmalar: Bu kavram daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir ve Travis'in durumunu gerçeklik terapisi açısından açıklamaz.

C) Gölge: Bu kavram **Jung'un analitik psikolojisine** aittir ve bireyin bastırıldığı karanlık yönlerini ifade eder.

- D) Varoluş kaygısı:** Bu kavram daha çok **varoluşçu terapi** ile ilişkilidir ve yaşamın anlamı, ölüm, özgürlük gibi temaları içerir.
- E) Gerçeklik kaygısı:** Bu kavram **Freud'un kaygı türleri** arasında yer alır ve dış dünyanın tehditlerine verilen tepkiyi ifade eder.

Cevap: A

8. Erdinç'in yaşadığı **baş ağrıları, uyku problemleri**, sosyal ilişkilerde sürekli çatışma yaşaması ve danışmanın özellikle semptomların geçmişten değil **günlük yaşamındaki zorluklar ile ilişkilerindeki aksaklıklardan** kaynaklandığını vurgulaması oldukça belirleyici ipuçlarıdır. Ayrıca danışmanın Erdinç'in semptomlarını kabul etmesini, sorunlarla yüzleşmesini ve başkalarına sağlıklı biçimde katılma sorumluluğunu öğrenmesini amaçlaması da Glasser'in semptom anlayışıyla doğrudan örtüşmektedir. **Gerçeklik terapisine göre semptomlar**, çoğu zaman bireyin şu andaki yalnızlık, başarısız ilişkiler ve ihtiyaç doyumsuzluğu deneyimleriyle ilişkilidir. Birey sağlıklı ilişkiler kuramadığında ve sorumluluk almaktan kaçındığında çeşitli semptomlar geliştirebilir. Bu nedenle **"şimdiki yalnızlık ve başarısızlık deneyimleri"** doğru seçenektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Geçmiş travmalar ve bilinç dışı çatışmalar: Bu açıklama daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir.

C) Akılcı olmayan inançlar ve hatalı düşünce kalıpları: Bu vurgu daha çok **akılcı duygusal davranışçı terapi** ile ilişkilidir.

D) Kişilik özellikleri ve genetik yatkınlık: Soruda biyolojik ya da kişilik temelli bir açıklama yapılmamaktadır.

E) Otomatik düşünceler: Bu kavram daha çok **bilişsel terapi** ile ilişkilidir.

Cevap: B

9. **Başarılı kimlik**, gerçeklik kuramında bireyin ihtiyaçlarını sorumlu ve etkili yollarla karşılayabilmesi, doyum verici ilişkiler kurabilmesi ve yaşamında işlevsel seçimler yapabilmesiyle ilişkilidir. Glasser'e göre başarılı kimlik geliştiren birey; özellikle **sevme ve ait olma ihtiyacını** sağlıklı biçimde karşılayabilir, ilişkilerinden doyum alır, sorumluluk üstlenir ve yaşamında psikolojik sağlıklılık gösterir. Soruda da başarılı kimliğin **"sağlıklılık ve gelişme gücü"** ile karakterize olduğu belirtilmektedir. Bu nedenle **"Bireyin temel ihtiyaçlarını karşılaması, ilişkilerinden doyum alması ve yaşamında sağlıklı bir gelişim göstermesi"** ifadesi başarılı kimliği en doğru biçimde tanımlar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bireyin geçmiş travmalarını çözmesi ve bilinç dışı çatışmalarını anlaması:** Bu vurgu daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir.
- B) **Bireyin bilinçli ve bilinç dışı yönlerini bütünleştirerek kendi bireysel potansiyelini gerçekleştirmesi:** Bu ifade daha çok **Jung'un analitik psikolojisi** ve bireyleşme sürecini çağırıştırılmaktadır.
- C) **Bireyin mantıksız inançlarını değiştirmesi ve olumsuz duygularını yönetebilmesi:** Bu ifade daha çok **akılcı duygusal davranışçı terapi** ile ilişkilidir.
- D) **Bireyin yaşam hikâyesini yeniden yapılandırarak kendi anlam dünyasını oluşturmması:** Bu vurgu daha çok **öyküsel terapi** anlayışını yansıtır.

Cevap: E

10. Yücel'in süreç boyunca farklı çözüm yolları denemesi, bazı denemelerin başarısız olması ve buna rağmen psikolojik danışmanın onu yeniden çözüm üretmeye teşvik etmesi oldukça belirleyici ipucudur. Danışman her başarısız girişimden sonra süreci sonlandırmamakta, danışanın pes etmesine izin vermemekte ve problemler çözülebilece kadar onu yeni yollar denemeye yönlendirmektedir. Bu durum gerçeklik terapisinin sekiz basamağından biri olan **asla vazgeçme ilkesini** yansıtır. Bu ilkeye göre danışman, danışanın değişim sürecinde karşılaştığı başarısızlıklara rağmen süreci sürdürür ve danışanın sorumluluk alarak yeni çözüm yolları geliştirmesini destekler. Bu nedenle

Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) **Başarısız kimlik:** Bu kavram bireyin ihtiyaçlarını sağlıklı yollarla karşılayamaması, doyum verici ilişkiler kuramaması ve işlevsiz seçimler yapmasıyla ilgilidir. Soruda temel vurgu bu değildir.
- C) **Kalite dünyası:** Bireyin zihnindeki ideal kişi, ilişki, deneyim ve hedef imgelerini ifade eder. Soruda bu kavram vurgulanmamaktadır.
- D) **Toplam davranış:** Bu kavram **davranış, düşünce, duygu ve fizyoloji** bileşenlerinden oluşur. Sorudaki temel vurgu bu değildir.
- E) **Sorumluluk bilinci:** Sorunun sonunda bu unsur dolaylı olarak bulunsun da asıl belirleyici nokta danışmanın başarısızlıklara rağmen süreci sürdürmesi ve pes etmemesidir.

Cevap: A

11. **Seçim kuramı**, bireyin davranışlarını büyük ölçüde kendi seçimleri doğrultusunda gerçekleştirdiğini ve yalnızca **kendi davranışlarını kontrol edebileceğini** savunur. Glasser'e göre birey psikolojik sorunlar yaşasa bile tüm davranışlar bir seçimin sonucudur ve birey bu seçimlerin sorumluluğunu üstlenmelidir. Kuram, bireyi tamamen geçmişin, bilinç dışının ya da dış olayların pasif bir ürünü olarak görmez. Bu nedenle **"Her birey, psikolojik sorunları olsa bile kendi davranışlarından sorumludur."** ifadesi seçim kuramının anlayışıyla uyumludur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Psikolojik sorunları olan bireyler davranışlarından sorumlu tutulamaz:** Bu ifade seçim kuramının sorumluluk anlayışıyla çelişir.
- C) **Davranışlar çoğunlukla geçmiş yaşantılar ve travmalar tarafından belirlenir:** Bu vurgu daha çok geçmiş belirlenimciliğini savunan yaklaşımları çağırıştırır ve seçim kuramına uygun değildir.
- D) **Duygular olaylardan kaynaklanır ve bu yüzden kontrol edilemez:** Seçim kuramı duyguları dolaylı olarak seçilen toplam davranışın bir parçası olarak ele alır; bu ifade kuramla örtüşmez.

- E) Bireyin davranışları bilinç dışı süreçler tarafından yönlendirilir; kontrol sınırlıdır: Bu ifade daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir.

Cevap: A

12. Nazlı'nın "Onları seviyorum ama sürekli kavga ediyorum" ifadesi, aslında **sevme ve ait olma ihtiyacını** karşılamak istediğini; ancak kullandığı davranışların bu ihtiyacı karşılamadığını göstermektedir. Psikolojik danışmanın özellikle "**Şu anda neler yapıyorsun?**", "**Bu davranışların seni istediğin sonuca götürüyor mu?**" ve "**Farklı olarak neler yapabilirsin?**" sorularını yöneltmesi oldukça belirleyici ipuçlarıdır. Bu sorular gerçeklik terapisindeki **öz değerlendirme** sürecini yansıtır. Danışanın mevcut davranışlarının ihtiyaçlarını karşılayıp karşılamadığını fark etmesi ve daha işlevsel seçimler geliştirmesi amaçlanmaktadır. Bu nedenle "**Danışanın davranışlarının ihtiyaçlarını karşılayıp karşılamadığını değerlendirmesine yardımcı olmak**" ifadesi doğru seçenektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Danışanın geçmiş yaşantılarındaki bilinç dışı çatışmaları fark etmesini sağlamak: Bu ifade daha çok **psikanalitik yaklaşım** ile ilişkilidir.
- C) Danışanın koşulsuz kabul yoluyla benlik saygısını artırmak: Bu vurgu daha çok **birey merkezli terapi** anlayışını yansıtır.
- D) Danışanın çocukluk dönemindeki doyurulmamış gereksinimlerini keşfetmesini sağlamak: Gerçeklik terapisi geçmiş analizine odaklanmaz.
- E) Danışanın düşünce hatalarını yeniden yapılandırarak daha gerçekçi bilişler geliştirmesine yardım etmek: Bu ifade daha çok **bilişsel terapi** ve **akılcı duygusal davranışçı terapi** ile ilişkilidir.

Cevap: B

13. Simay sürekli "**beni kimse anlamıyor**" diyerek problemin sorumluluğunu büyük ölçüde dışarıya yüklemektedir. Psikolojik danışman ise bu anlatıyı doğrudan kabul etmek yerine Simay'ın kendi davranışlarının ilişkilere etkisini görmesini sağlamaya çalışmaktadır. Özellikle "**sen onları anlamaya çalıştığında ne değişiyor?**", "**senin davranışların onların sana yaklaşımını etkiliyor olabilir mi?**" ve "**seçimlerinin sorumluluğunu aldığında farklı sonuçlar görebileceğini düşünüyor musun?**" soruları; danışanın söylediği şeylerle davranışlarının sonuçları arasındaki tutarsızlığı fark ettirmeye yöneliktir. Bu durum gerçeklik terapisindeki **yüzleştirme** tekniğini göstermektedir. **Yüzleştirme**, danışanın mazeretlerini, dışsallaştırmalarını ve işlevsiz seçimlerini fark ederek sorumluluk almasını desteklemek amacıyla kullanılır. Bu nedenle **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Yeniden çerçeveleme:** Danışanın yaşadığı duruma farklı ve daha işlevsel bir anlam kazandırmayı amaçlar. Soruda temel vurgu **çelişkiyi** fark ettirmektir.
- B) **İçerik yansıtması:** Danışanın söylediği ifadelerin benzer biçimde geri yansıtılmasını içerir. Burada daha aktif bir sorgulama vardır.
- D) **Otomatik düşünceleri sorgulama:** Bu teknik daha çok **bilişsel terapi** yaklaşımında kullanılır ve düşünce hatalarını sorgulamaya odaklanır.
- E) **İmgeleme:** Danışanın zihinsel canlandırma yapmasını içerir. Soruda böyle bir uygulama bulunmamaktadır.

Cevap: C

14. Berat'ın "hep başkaları yüzünden mutsuzum" ve "benim kaderim bu" ifadeleri, yaşamındaki kontrolü tamamen dış faktörlere yüklediğini göstermektedir. Psikolojik danışman ise **araba-direksiyon metaforu** kullanarak Berat'ın dikkatini başkalarını kontrol etme çabasından çıkarıp kendi seçimlerine yöneltmektedir. **Gerçeklik terapisinde metafor tekniği**, soyut bir kavramı danışanın daha kolay anlayabileceği somut bir benzetme üzerinden açıklamak amacıyla kullanılır. Burada direksiyon metaforu; bireyin yaşamındaki yönü belirleyen kişinin kendisi olduğunu, değişimin ancak kendi seçimlerinin sorumluluğunu üstlenmesiyle mümkün olacağını vurgulamaktadır. Bu nedenle psikolojik danışmanın temel amacı **danışanın yaşam sorumluluğunu fark etmesini sağlamaktır. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın içsel motivasyonunu arttırmak:** Motivasyon dolaylı olarak etkilenebilir; ancak metaforun temel amacı bu değildir.
- B) **Danışanın geçmiş deneyimlerini ayrıntılı incelemek:** Gerçeklik terapisi geçmiş analizi-ne odaklanmaz.
- C) **Danışanın bilişsel çarpıtmalarını belirlemek:** Bu vurgu daha çok **bilişsel terapi** ve **akılcı duygusal davranışçı terapi** ile ilişkilidir.
- E) **Danışanın duygularını boşaltmasına olanak tanımak:** Bu durum daha çok katarsis odaklı yaşantısal müdahaleleri çağırıştırır.

Cevap: D

15. Melis'in planı ilk bakışta kararlı görünse de "**Her gün 10 saat çalışacağım**" ve "**bir daha sosyal medyaya hiç girmeyeceğim**" ifadeleri oldukça katı, abartılı ve sürdürülebilirliği düşük hedeflerdir. Gerçeklik terapisinde etkili planlar; **basit, somut, gerçekçi, ulaşılabilir ve uygulanabilir** olmalıdır. Danışanın başarabileceği küçük adımlar içermesi beklenir. Melis'in planı ise aşırı idealize edilmiş olduğu için başarısız olma ihtimalini artırmaktadır. Bu nedenle temel eksiklik, planın **basit ve uygulanabilir olmamasıdır. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Planın danışanın geçmiş yaşantılarına odaklanması:** Melis'in planında geçmişe odaklanma yoktur.
- C) **Planın danışanın duygularını boşaltmasına olanak tanımaması:** Gerçeklik terapisinde plan oluşturma temel amacı duygu boşaltımı değildir.
- D) **Planın danışanın bilişsel çarpıtmalarını sürdürmesi:** Bu vurgu daha çok **bilişsel terapi** ile ilişkilidir. Sorunun temel problemi planın yapısıdır.
- E) **Planın danışmanın yönlendirmesiyle hazırlanmış olması:** Gerçeklik terapisinde danışman plan sürecine rehberlik edebilir. Buradaki temel sorun bu değildir.

Cevap: A

1. Soruda belirleyici ipucu, psikolojik danışmanın Merve'den “**günlük iş hayatındaki küçük başarılarını**” ve “**sorun yaşamadığı anları**” fark etmesini istemesidir. Bu ifade, çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel kavramlarından biri olan **istisnalar (nadir durumlar)** tekniğine doğrudan işaret etmektedir. Steve de Shazer ve Insoo Kim Berg'e göre danışanın problemi sürekli ve değişmez değildir; problemin daha az yaşandığı ya da hiç ortaya çıkmadığı zamanlar, danışanın sahip olduğu güçlü yönleri ve işlevsel baş etme becerilerini ortaya koyar. Soruda Merve'nin bir projeyi zamanında tamamladığını ve iş arkadaşlarından olumlu geri bildirim aldığını belirtmesi, “Hiçbir şeyi doğru yapamıyorum” biçimindeki genelleşici düşüncesinin mutlak olmadığını göstermektedir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide bu aşamada terapistin temel amacı, danışanın zaten işe yarayan davranışlarını görünür hâle getirmek ve bunları yeniden kullanmasını desteklemektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Merve'nin olumsuz düşüncelerini sorgulayıp mantıksal olarak çürütmek: Bu müdahale bilişsel terapi ve akılcı duygusal davranış terapi yaklaşımında kullanılan bilişsel yeniden yapılandırma mantığını yansıtır. Çözüm odaklı kısa süreli terapi, düşünce hatalarını tartışmaktan çok çözüm üreten davranış örüntülerine odaklanır.

C) Danışmanın, gelecek hafta için küçük ve ulaşılabilir hedefler belirlemesine rehberlik etmesi: Küçük ve ulaşılabilir hedefler çözüm odaklı kısa süreli terapide önemli olmakla birlikte soruda henüz istisnaların keşfedildiği aşama anlatılmaktadır. Öncelikli adım, mevcut işe yarayan davranışların nasıl ortaya çıktığını anlamaktır.

D) Merve'ye, stresli durumlarla başa çıkabilmek için yeni teknikler öğretmek: Bu seçenek daha çok psikoeğitim temelli veya beceri öğretimine dayalı yaklaşımları çağrıştırmaktadır. Çözüm odaklı kısa süreli terapi danışanı eksik becerilere sahip biri olarak değil, kaynak sahibi biri olarak görür.

E) Danışmanın, Merve'yi geçmişteki başarısızlıklarıyla yüzleştirmesi: Bu yaklaşım çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel varsayımlarına aykırıdır. Kuram geçmiş başarısızlıkların ayrıntılı analizine değil, çözüme, güçlü yönlere ve geleceğe odaklanır.

Cevap: A

2. Doruk Bey'in son dönemde sınıf yönetiminde zorlanması, öğrencilerin dikkatini toplamakta güçlük yaşaması ve performansının düştüğünü düşünmesi başlangıçta problem odaklı bir tablo gibi görünmektedir. Ancak seans sırasında bazı derslerde öğrencilerle etkileşim oyunları düzenlediğinde sınıfın daha düzenli olduğunu fark etmesi kritik ipucudur. Bu durum, çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel kavramlarından biri olan **istisnalar (nadir durumlar)** yaklaşımını yansıtmaktadır. Steve de Shazer ve Insoo Kim Berg'e göre problem her zaman aynı yoğunlukta yaşanmaz; problemin daha az ortaya çıktığı anlar, danışanın zaten sahip olduğu etkili çözüm örüntülerini gösterir. Doruk Bey'in oyun temelli etkileşim kurduğunda sınıf düzeninin arttığını fark etmesi, işe yarayan bir yöntemi zaten kullandığını göstermektedir. Bu aşamada terapistin görevi yeni çözümler öğretmek değil, mevcut işe yarayan davranışları görünür hale getirerek bunların tekrarını desteklemektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Doruk Bey'in sınıf yönetimiyle ilgili olumsuz düşüncelerini sorgulamak: Bu müdahale bilişsel terapi ve akılcı duygusal davranış terapi yaklaşımındaki bilişsel yeniden yapılandırma mantığını yansıtır. Çözüm odaklı kısa süreli terapi düşünce içeriğini tartışmaktan çok işe yarayan davranışlara odaklanır.

C) Doruk Bey'e sınıf yönetimi için detaylı bir strateji listesi vermek: Bu seçenek danışmanın uzman gibi hazır çözüm sunmasını içerir. Oysa çözüm odaklı kısa süreli terapide danışanın kendi kaynaklarını keşfetmesi esastır.

D) Doruk Bey'in başarısız derslerini hatırlatmak ve çözüm üretmesini istemek: Bu yaklaşım problemi ayrıntılı biçimde analiz etmeye yöneliktir. Çözüm odaklı kısa süreli terapi ise başarısız örüntülerden çok istisnalara yoğunlaşır.

E) Doruk Bey'i öğrencilerle bireysel olarak ilgilenmeye yönlendirmek: Bu seçenek doğrudan öneri verme içerir ve soruda vurgulanan istisna mantığıyla örtüşmemektedir.

Cevap: A

3. Danışanın bazı günler problemi tamamen hissetmediğini belirtmesi ve bu günlerde iş arkadaşlarıyla kısa toplantılar yaptığında motivasyonunun yükseldiğini fark etmesi, çözüm odaklı kısa süreli terapide **istisnaların keşfedildiğini** göstermektedir. Danışan burada problemin sürekli olmadığını ve belirli davranışların sorunun şiddetini azalttığını fark etmektedir. De Shazer ve Berg'in yaklaşımında terapist bu noktada problemi neden yaşadığını analiz etmeye dönmez; tam tersine danışanın işe yarayan davranışlarını görünür hâle getirir ve bunların nasıl sürdürülebileceğine odaklanır. Danışanın iş arkadaşlarıyla kurduğu kısa toplantılar, mevcut kaynaklarını etkili biçimde kullandığını göstermektedir. Bu nedenle terapistin en uygun sonraki müdahalesi, bu olumlu stratejileri güçlendirmek ve tekrarını desteklemektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Danışana olumsuz hislerini detaylı analiz ettirmek:** Bu seçenek problemin kökenine ve olumsuz duyguların ayrıntılı incelenmesine yönelmektedir. Çözüm odaklı kısa süreli terapi ise problem analizini derinleştirmek yerine işe yarayan çözümlere odaklanır.
- B) Danışana, arkadaş ilişkilerinin sorunla doğrudan ilgisi olmadığını göstermek:** Bu müdahale danışanın keşfettiği işlevsel örüntüyü değersizleştirmektedir. Oysa çözüm odaklı kısa süreli terapide danışanın fark ettiği etkili stratejiler oldukça önemlidir.
- C) Danışanı geçmişteki başarısızlıklarla yüzleştirmek:** Bu yaklaşım çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel mantığına aykırıdır. Kuram geçmiş başarısızlıklardan çok mevcut kaynaklara yönelir.
- D) Danışana yeni görevler vermek ve performansını denetlemek:** Çözüm odaklı kısa süreli terapide ev ödevi verilebilir; ancak burada öncelikli adım danışanın keşfettiği işe yarayan stratejileri pekiştirmektir. Denetleyici bir yaklaşım da kuramın işbirlikçi yapısıyla uyumlu değildir.

Cevap: E

4. Mucize soru, çözüm odaklı kısa süreli terapinin en ayırt edici tekniklerinden biridir ve danışanın problemi ayrıntılı biçimde analiz etmesinden çok **problemin ortadan kalktığı geleceği zihinsel olarak canlandırmasını** amaçlar. De Shazer'ın geliştirdiği bu teknikte danışana genellikle "Bu gece bir mucize gerçekleşse ve seni buraya getiren problem çözümlense, sabah uyandığında bunun ilk işareti ne olurdu?" biçiminde sorular yöneltilir. Bu teknik sayesinde danışan yalnızca problemin yokluğunu düşünmez; aynı zamanda çözüm gerçekleştiğinde hayatında hangi somut değişimlerin olacağını fark eder. Böylece belirsiz şikâyetler daha açık, ulaşılabilir ve davranışsal hedeflere dönüşür. Soruda bu mantığı en doğru yansıtan seçenek, danışanın gelecekte sorun olmadığı bir durumu hayal ederek hedeflerini netleştirmesini ifade eden seçenektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Danışanın geçmişteki olumsuz davranışlarını analiz etmesini sağlamak:** Bu seçenek problemin geçmiş kökenlerini incelemeye yöneliktir. Çözüm odaklı kısa süreli terapi geçmiş analizinden çok gelecek odaklıdır.
- B) Danışana varoluş mücadelesini hatırlatmak:** Bu seçenek varoluşçu terapi kavramlarını çağrıştırmaktadır. Mucize soru tekniğiyle ilişkili değildir.
- D) Danışanın olumsuz duygularını mantıksal olarak çürütmek:** Bu müdahale bilişsel terapi ve akılcı duygusal davranış terapi yaklaşımındaki bilişsel yeniden yapılandırmaya daha yakındır.
- E) Danışanın sosyal çevresini değiştirmeye yönlendirmek:** Çözüm odaklı kısa süreli terapide terapist danışana doğrudan yaşam düzenlemesi önermez; danışanın kendi çözüm hedeflerini oluşturmaya yardımcı olur.

Cevap: C

5. Çözüm odaklı kısa süreli danışma yaklaşımı, danışanın **güçlü yönlerine**, sahip olduğu **kaynaklara** ve **çözüm üretme kapasitesine** odaklanan işbirlikçi bir modeldir. Steve de Shazer ve Insoo Kim Berg, danışanın kendi yaşamının uzmanı olduğunu; terapistin ise çözüm sürecini kolaylaştıran kişi olduğunu vurgular. Bu yaklaşımda terapötik amaçlar danışan için **anlamlı, somut,**

ulaşılabilir ve danışanın kendi belirlediği hedefler olmalıdır. Terapist hedef dayatan kişi değildir; danışanın neyin değişmesini istediğini keşfetmesine yardımcı olur. Ayrıca kuram, sistemin bir parçasındaki **küçük değişimlerin daha büyük değişimleri tetikleyebileceğini** savunur ve problemin nedenlerinden çok **olumlu geleceğe** odaklanır. Bu nedenle terapötik hedefleri danışanın belirlediğini söyleyen ifade, yaklaşımın temel felsefesiyle çelişmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Danışanların güçlü yönleri ve kaynakları üzerinde durulur:** Bu ifade çözüm odaklı kısa süreli danışmanın temel varsayımlarından biridir. Danışanın eksikliklerinden çok sahip olduğu **kaynaklara**, güçlü yönleri ve işe yarayan davranışlara odaklanılır.
- C) Danışman bilmeyen konumunu korur:** Bu ifade kuramla uyumludur. Terapist danışanın yaşamına ilişkin mutlak uzman rolü üstlenmez; danışanın deneyimlerini keşfeden ve çözüm sürecini kolaylaştıran bir pozisyonundadır.
- D) Ufak değişimlerin daha büyük değişimleri tetikleyeceği varsayılır:** Bu ifade çözüm odaklı kısa süreli danışmanın temel varsayımlarından biridir. Kurama göre sistemin bir bölümünde ortaya çıkan **küçük değişimler**, diğer alanlarda daha büyük dönüşümleri başlatabilir.
- E) Olumlu geleceğe odaklanılır:** Özellikle **mu- cize soru**, hedef belirleme ve çözüm konuları sürecinde danışanın gelecekte görmek istediği değişimlere odaklanılır.

Cevap: B

6. Danışanın bazı toplantılarda stres yaşadığını belirtmesine rağmen, “**sunumu önceden hazırlayıp ekip arkadaşlarıyla prova yaptığında sunumun sorunsuz geçtiğini**” fark etmesi oldukça kritik bir ipucudur. Bu durum, çözüm odaklı kısa süreli terapide **istisnalar (nadir durumlar)** ve **işe yarayan çözüm örüntülerinin keşfi** ile doğrudan ilişkilidir. Danışan burada problemin sürekli olmadığını fark etmekte ve hangi davranışlarının olumlu sonuç ürettiğini açık biçimde tanımlamaktadır. Ayrıca danışmanın “hangi stratejilerin işe yaradığını fark ettiniz?” sorusu da danışanın mevcut kaynaklarını görünür kılmaya yöneliktir. Bu aşamada tera-

pistin en uygun müdahalesi, danışanın keşfettiği **ön hazırlık yapma** ve **destek alma** gibi işlevsel stratejileri pekiştirmek ve bunların gelecekte tekrar kullanılmasını desteklemektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Danışanın geçmişteki başarısız sunumlarını ayrıntılı olarak tartışmak:** Bu seçenek problemin kökenine ve başarısız deneyimlere yoğunlaşmaktadır. Çözüm odaklı kısa süreli terapi ise başarısızlık analizinden çok **işe yarayan istisnalara** odaklanır.
- C) Danışana tamamen kendi başına çözüm üretmesini önermek:** Çözüm odaklı kısa süreli terapide danışanın kaynaklarına güvenilir; ancak terapist tamamen pasif değildir. İşbirlikçi şekilde danışanın etkili stratejilerini fark etmesine yardımcı olur.
- D) Danışanın ekip desteğini gereksiz bulmasını sağlamak:** Soruda ekip desteğinin danışan açısından işlevsel olduğu görülmektedir. Bu desteği değersizleştirmek, danışanın keşfettiği etkili çözüm yolunu zayıflatır.
- E) Danışana yeni sunum teknikleri öğretmek:** Bu seçenek daha çok beceri eğitimi veya psikoeğitim yaklaşımını çağırıştırılmaktadır. Soruda danışan zaten işe yarayan bir çözüm stratejisi keşfetmiştir.

Cevap: A

7. Danışmanın danışana “**0-10 arasında bu sorunu yönetme konusunda kendinizi ne kadar başarılı hissediyorsunuz?**” sorusunu yöneltmesi, çözüm odaklı kısa süreli terapide kullanılan **de-recelendirme sorularına** doğrudan örnektir. De Shazer ve Berg’e göre bu teknik, danışanın mevcut durumunu somutlaştırmak, değişimin hangi aşamasında olduğunu fark ettirmek ve ilerlemeyi daha görünür hâle getirmek için kullanılır. Terapist yalnızca danışanın mevcut puanını öğrenmekle yetinmez; genellikle “Seni bir puan daha yukarı taşıyacak şey ne olurdu?” gibi sorularla danışanın küçük ama ulaşılabilir adımlar belirlemesine yardımcı olur. Böylece değişim süreci daha yönetilebilir ve ölçülebilir hale gelir. Bu nedenle bu tekniğin temel amacı, danışanın değişim sürecini değerlendirmek ve küçük ilerlemeleri fark ettirmektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Danışanın başarısızlıklarını vurgulama:** Çözüm odaklı kısa süreli terapi danışanın eksikliklerini ve başarısızlıklarını merkeze almaz. Daha çok mevcut ilerlemeyi ve güçlü yönleri görünür kılmaya çalışır.
- B) **Danışana yeni amaçlar belirlemesini öğretmek:** Derecelendirme soruları hedef belirleme sürecine katkı sağlayabilir; ancak temel amacı doğrudan hedef öğretmek değil, **mevcut değişim düzeyini değerlendirmektir.**
- C) **Danışanı geçmişteki olumsuz deneyimlerle yüzleştirmek:** Bu seçenek çözüm odaklı kısa süreli terapinin gelecek ve çözüm odaklı yapıyla çalışmaktadır.
- D) **Danışana istisna durumlarını göstermek:** İstisna soruları farklı bir tekniktir ve problemin yaşanmadığı anları keşfetmeye yöneliktir. Burada kullanılan teknik **derecelendirme sorusudur.**

Cevap: E

8. Zeynep Hanım'ın **iş teslim tarihlerini yetiştirememesi, müşteri taleplerini karşılayamaması** ve buna bağlı **kaygı ile tükenmişlik yaşaması** başlangıçta danışanın getirdiği şikâyetin ortaya konduğu süreci göstermektedir. Ardından danışmanın, sorunun hangi durumlarda daha az ortaya çıktığını sordurması ve Zeynep'in bazı projelerde **erken planlama yapma** ile **iş arkadaşlarından destek alma** davranışlarının işe yaradığını fark etmesi, çözüm odaklı kısa süreli terapideki **istisnaların keşfi** aşamasına işaret etmektedir. De Shazer ve Berg'in yaklaşımında önce danışanın problemi tanımlanır, ardından problemin daha az yaşandığı veya hiç yaşanmadığı anlar araştırılarak mevcut kaynaklar görünür hale getirilir. Soruda danışmanın tam olarak bu iki süreci yürüttüğü görülmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Danışanın olumsuz inançlarını çürütme ve yeni davranış öğretme:** Bu seçenek daha çok **bilişsel terapi** ve beceri öğretimine dayalı yaklaşımları çağırıştırılmaktadır. Çözüm odaklı kısa süreli terapi düşünce çürütmeye odaklanmaz.

- B) **Danışanın geçmiş hatalarını analiz etme ve sonuç çıkarma:** Çözüm odaklı kısa süreli terapi geçmiş başarısızlık analizine yoğunlaşmaz; daha çok **işe yarayan istisnalara** odaklanır.
- D) **Danışanın davranışına yol açan yanlış kullanılmalarını gösterme:** Bu seçenek **davranışçı terapi** yaklaşımına daha yakındır ve sorudaki müdahale süreciyle ilişkili değildir.
- E) **Danışana sadece gözlem yapmasını istemek:** Çözüm odaklı kısa süreli terapide gözlem görevleri verilebilir; ancak soruda çok daha açık biçimde **sorun tanımlama ve istisna keşfi** süreçleri yer almaktadır.

Cevap: C

9. Ayşenur'un **yoğun kaygı, motivasyon düşüklüğü, işe yarayan küçük adımları fark etme, kendini daha motive hissettiği durumları keşfetme** ve gelecekte kaygısını daha iyi yönettiği bir günü hayal etmesi; çözüm odaklı danışmanın temel varsayımlarını oldukça açık biçimde yansıtmaktadır. Bu yaklaşımda danışanla **iş birliğine dayalı ilişki kurulur**, danışanın **güçlü yönleri ve kaynakları** keşfedilir, **küçük değişimlerin büyük değişimleri tetikleyebileceği** kabul edilir ve özellikle **geleceğe yönelik umut verici hedefler** oluşturulur. Soruda danışmanın kullandığı müdahaleler de **istisna soruları** ve **mucize soru mantığıyla** uyumludur. Buna karşılık geçmişteki başarısızlık nedenlerini ayrıntılı biçimde analiz etmek, çözüm odaklı danışmanın problem analizinden uzak duran temel felsemesiyle çalışmaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Danışanla iş birliğine dayalı bir ortaklık kurmak:** Bu ifade çözüm odaklı danışmanın temel özelliklerinden biridir. Terapist uzman otorite rolünden çok **iş birlikçi bir kolaylaştırıcı** rol üstlenir.
- B) **Küçük değişimlerin büyük değişimlere yol açabileceğini kabul etmek:** Bu ifade çözüm odaklı danışmanın temel varsayımlarından biridir. Kurama göre sistemin bir alanındaki **küçük değişimler**, diğer alanlarda daha büyük değişimleri başlatabilir.

D) **Danışanın gelecek için umut verici bir vizyon geliştirmesine yardımcı olmak:** Bu durum özellikle **mucize soru tekniğinin** temel amaçlarından biridir. Danışanın çözüm gerçekleştğinde hayatının nasıl olacağını hayal etmesi sağlanır.

E) **Danışmanın bilmeyen konumunda kalarak danışanın güçlü yönlerini ortaya çıkarmak:** Bu ifade kuramın temel danışman rolünü yansıtır. Danışman, danışanın yaşamının uzmanı gibi davranmaz; danışanın kaynaklarını keşfetmesine yardımcı olur.

Cevap: C

10. Çözüm odaklı kısa süreli terapide ilk oturumdan sonraki oturumlarda kullanılan **ÇAPB** tekniği; **“Çıkar, Açıkla, Pekiştir, Başla”** adımlarını ifade eder. Bu süreçte terapist öncelikle danışanın geçen oturumdan bu yana **iyi giden durumları ortaya çıkarır (çıkar)**, ardından bu olumlu değişimlerin nasıl gerçekleştiğini ayrıntılandırır (**açıkla**), danışanın işe yarayan davranışlarını güçlendirir (**pekiştir**) ve yeni başarı alanlarını keşfederek süreci yeniden başlatır (**başla**). Bu yapı, çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel felsemesi olan danışanın **güçlü yönlerine, kaynaklarına ve işe yarayan çözüm örüntülerine** odaklanma anlayışını yansıtır. Dolayısıyla bu tekniğin temel amacı danışanın güçlü yanlarını görünür hâle getirmek ve bunları pekiştirmektir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Danışanın geçmiş hatalarını analiz etmek:** Bu seçenek çözüm odaklı kısa süreli terapinin problem geçmişini ayrıntılı incelemeyen yapıyla çelişmektedir. Kuram, geçmiş başarısızlıklardan çok mevcut çözümlere odaklanır.

B) **Danışana tamamen yeni davranışlar öğretmek:** Çözüm odaklı kısa süreli terapide terapist genellikle danışana dışarıdan yeni beceriler öğretmez; danışanın zaten sahip olduğu etkili davranışları görünür hâle getirir.

C) **Danışanın olumsuz düşüncelerini mantıksal olarak çürütmek:** Bu seçenek **bilişsel terapide kullanılan bilişsel yeniden yapılandırma sürecini** ifade etmektedir. ÇAPB tekniğiyle ilişkili değildir.

E) **Danışanın soruna yol açan otomatik düşüncelerini görmesini sağlamak:** Bu seçenek de **Beck’in bilişsel terapisindeki otomatik düşünce analizi** ile ilgilidir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide temel odak otomatik düşünceler değil, çözümdür.

Cevap: D

11. Çözüm odaklı kısa süreli terapi, Steve de Shazer ve Insoo Kim Berg tarafından geliştirilen; danışanın **problemlerine**, geçmiş yaşantılarındaki hatalara ya da patolojik açıklamalara değil, **çözümlerine, güçlü yönlerine, istisna durumlarına** ve gelecekte oluşturabileceği olumlu değişimlere odaklanan bir yaklaşımdır. Bu kuramda danışanın problemi her zaman aynı yoğunlukta yaşamadığı kabul edilir, **küçük değişimlerin büyük değişimleri tetikleyebileceği** varsayılır ve danışanın sahip olduğu kaynaklar görünür hale getirilmeye çalışılır. **Buna göre;**

I. **Danışanın küçük başarıları ve istisna durumları fark ettirilir:** Bu ifade **doğrudur**. Çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel tekniklerinden biri **istisna sorularıdır**. Danışanın problemin daha az yaşandığı anlar keşfedilerek işe yarayan davranış örüntüleri ortaya çıkarılır.

II. **Geçmişteki hatalar detaylı analiz edilir:** Bu ifade **yanlıştır**. Çözüm odaklı kısa süreli terapi geçmiş başarısızlıkların nedenlerini ayrıntılı biçimde incelemeyi amaçlamaz. Odağını **şimdiye, çözüme ve geleceğe** yoneltir.

III. **Ev ödevleri danışanın olumlu davranışları fark etmesini pekiştirir:** Bu ifade **doğrudur**. Kuramda verilen **ev ödevleri**, danışanın işe yarayan davranışlarını sürdürmesine, olumlu değişimleri gözlemlemesine ve tekrar etmesine yardımcı olur.

IV. **Mantıksal çürütme teknikleri kullanılır:** Bu ifade **yanlıştır**. **Mantıksal çürütme**, akılcı duygusal davranış terapide kullanılan temel bilişsel müdahalelerden biridir. Çözüm odaklı kısa süreli terapinin tekniği değildir.

V. **Mucize soru gelecekteki olumlu durumu fark ettirmeye yöneliktir:** Bu ifade **doğrudur**. **Mucize soru tekniği**, danışanın problemin çözüldüğü geleceği hayal etmesini ve somut hedefler oluşturmalarını sağlar.

Doğru ifadeler I., III. ve V. öncüllerdir.

Cevap: B

12. Ali'nin **yurtta arkadaşlarıyla iletişim kurmakta zorlanması**, onun temel şikâyetidir. Soruda psikolojik danışmanın **çözüm odaklı kısa süreli terapi** yaklaşımıyla çalıştığı belirtilmiştir. Bu yaklaşımda danışman, problemin nedenlerini uzun uzun incelemek yerine danışanın problemi daha az yaşadığı anları yani **istisna durumlarını** araştırır. Amaç, danışanın hâlihazırda işe yarayan davranışlarını fark etmesini ve bunları yeniden kullanabilmesini sağlamaktır. Ali'ye arkadaşlarıyla daha rahat hissettiği anları ve o sırada nelerin farklı olduğunu sormak, doğrudan bu yaklaşımın mantığını yansıtmaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Çocuklukta arkadaş edinme deneyimlerin nasıldı?**: Bu ifade geçmiş yaşantıları incelemeye yöneliktir. Çözüm odaklı kısa süreli terapi **geçmiş problem analizine** odaklanmaz.
- B) **Peki, şu anda yan odanda kalan arkadaşının yerine kendini koysan sana nasıl yaklaşırdı?**: Bu ifade daha çok **gestalt terapide kullanılan rol değiştirme tekniğini** çağırıştır-maktadır.
- C) **Arkadaşlarıyla hiç daha rahat hissettiğin bir an oldu mu? O sırada neler farklıydı?**: Bu ifade doğrudan **istisna sorusudur**. Danışanın problemi daha az yaşadığı anları keşfetmeyi amaçlar.
- D) **İletişim sorunlarının kaynağında hangi yanlış düşüncelerin olduğunu düşünüyor-sun?**: Bu ifade **bilişsel terapide kullanılan otomatik düşünce analizini** yansıtmaktadır.
- E) **Arkadaşlarıyla yaşadığın çatışmaları ayrıntılı biçimde anlatır mısın?**: Bu seçenek problemi ayrıntılı analiz etmeye yöneliktir. Çözüm odaklı kısa süreli terapi ise **çözüm** odaklanır.

Cevap: C

13. Zeynep Hanım'ın **öğrencilerle ilişkilerinde güçlük yaşaması, motivasyon kaybı ve kaygı belirtileri göstermesi** onun terapiye getirdiği temel sorunlardır. Ancak soruda belirleyici nokta, Zeynep'in danışmanla **iş birliği yapmaya hazır olduğunu**, terapiye **aktif katılmayı kabul ettiğini** ve önerileri uygulamaya istekli olduğunu belirtmesidir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide **müşteri (gönüllü) tipi danışan**, terapiye kendi isteğiyle gelen, değişim için sorumluluk almaya hazır olan ve çözüm sürecinde aktif rol üstlenen danışandır. Zeynep'in özellikleri bu tanımla doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Şikâyetçi**: Şikâyetçi danışan problemi tanımlar ancak çözümün kendi dışında, genellikle başka insanların değişimine bağlı olduğunu düşünür. Soruda böyle bir durum yoktur.
- C) **Misafir**: Misafir danışan genellikle kendi isteği dışında terapiye gelir ve ortada bir problem olduğunu kabul etmeyebilir. Zeynep bu profile uymamaktadır.
- D) **Dirençli**: Bu ifade çözüm odaklı kısa süreli terapide kullanılan temel danışan tiplerinden biri değildir.
- E) **Pasif**: Bu seçenek de kuramın tanımladığı danışan kategorileri arasında yer almaz.

Cevap: A

14. Murat Bey'in **yoğun iş temposu ve artan sorumluluklar nedeniyle kaygı yaşaması** temel problem durumunu göstermektedir. Danışmanın, kaygının şiddetini **"0'dan 10'a kadar bir ölçekle değerlendirmesini"** istemesi ise sorudaki en kritik ipucudur. Bu uygulama, çözüm odaklı kısa süreli terapide kullanılan **derecelendirme sorularını** ifade eder. Derecelendirme soruları; danışanın mevcut durumunu somutlaştırmak, değişim düzeyini görünür hale getirmek ve küçük ilerlemeleri fark ettirmek amacıyla kullanılır. Devamında danışmanın "hangi durumlarda bu kaygı seviyesini düşürebildiniz?" sorusu da danışanın ilerleme alanlarını fark etmesini desteklemektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Mucize sorusu**: Bu teknik danışanın problemin çözüldüğü geleceği hayal etmesini sağlayarak hedef oluşturmaya amaçlar. Soruda böyle bir gelecek projeksiyonu yoktur.

- B) Derecelendirme sorusu:** Bu teknik doğrudan kullanılmıştır. Danışandan kaygısını **0-10 arasında puanlaması** istenmiştir.
- C) İstisna sorusu:** Sorunun daha az yaşandığı anları araştırır. İkinci soru kısmen istisna mantığını çağırıştırırsa da temel teknik, ölçek kullanımı nedeniyle **derecelendirme sorusudur**.
- D) Kabus (karabasan) sorusu:** Bu teknik problemin daha kötü hale geldiği varsayımsal bir durumu sorgular. Soruda böyle bir içerik bulunmamaktadır.
- E) Ev ödevi:** Soruda danışana oturum dışında yapılacak herhangi bir görev verilmemektedir.

Cevap: B

- 15. Ahmet Bey'in iş yerinde sürekli eleştiri alması ve buna bağlı kaygı yaşaması** terapiye getirdiği temel problemdir. Ancak soruda belirleyici noktada, Ahmet Bey'in terapiden beklentisinin yalnızca problemlerini paylaşmak olduğunu belirtmesi ve danışmanın önerilerini uygulamakta **isteksiz davranmasıdır**. Çözüm odaklı kısa süreli terapide **şikâyetçi danışan**, problemini ayrıntılı biçimde anlatan ancak çözüm üretme konusunda aktif sorumluluk almayan, değişimin çoğu zaman kendi dışındaki koşullara bağlı olduğunu düşünen danışan tipidir. Ahmet Bey de sorununu ifade etmekte fakat çözüm sürecine aktif katılım göstermemektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) Müşteri (Gönüllü):** Bu danışan tipi değişim için sorumluluk almaya hazırdır ve çözüm sürecine aktif katılır. Ahmet Bey bu profile uymamaktadır.
- B) Misafir:** Misafir danışan genellikle kendi isteği dışında terapiye gelir ve çoğu zaman ortada bir problem olduğunu kabul etmez. Soruda Ahmet Bey problemi kabul etmektedir.
- C) Aktif çözümçü:** Bu ifade çözüm odaklı kısa süreli terapide tanımlanan temel danışan tiplerinden biri değildir.
- D) Dirençli:** Bu kavram bazı terapi yaklaşımlarında kullanılabilir de çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel danışan sınıflandırmaları arasında yer almaz.

Cevap: E

1. Özgür'ün danışmaya **kendi isteğiyle gelmemesi**, terapi sürecine yönelik motivasyon göstermemesi ve en önemlisi ortada kendisine ait bir problem olduğunu düşünmemesi sorudaki temel ipuçlarıdır. Çözüm odaklı kısa süreli terapide **misafir danışan**, genellikle aile, okul, eş ya da başka bir otorite figürünün yönlendirmesiyle terapiye gelen; değişim ihtiyacını kendisi tanımlamayan ve çoğu zaman problemi başka kişilerle ilişkilendiren danışan tipidir. Özgür'ün "**Benim değiştirmek istediğim bir şey yok**" ifadesi bu danışan tipini doğrudan yansıtmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Müşteri (Gönüllü):** Bu danışan tipi kendi isteğiyle yardım arar ve değişim için aktif sorumluluk almaya hazırdır. Özgür bu profile uymamaktadır.
- B) Şikâyetçi:** Şikâyetçi danışan problemi kabul eder ancak çözüm sürecinde aktif rol almakta isteksiz olabilir. Özgür ise başlangıçta problem olduğunu bile kabul etmemektedir.
- C) Dirençli:** Bu ifade çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel danışan sınıflandırmaları arasında yer almaz.
- E) Kararsız:** Bu seçenek kuramın tanımladığı temel danışan tiplerinden biri değildir.

Cevap: D

2. **Derecelendirme sorusunun temel amacı**, danışanın mevcut durumunu **somutlaştırmak**, problemin şiddetini fark ettirmek ve terapi sürecindeki **küçük ilerlemeleri görünür hale getirmektir**. Çözüm odaklı kısa süreli terapide danışana sıklıkla "0 ile 10 arasında kendini nerede görüyorsun?" şeklinde sorular yöneltilir. Ardından terapist, danışanın bulunduğu noktadan bir adım ileriye gitmesini sağlayacak küçük ve ulaşılabilir değişimleri keşfetmesine yardımcı olur. Böylece danışan değişimin ani değil, **küçük adımlarla ilerleyen bir süreç** olduğunu fark eder. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Danışanın geçmiş hatalarını detaylı analiz ettirmek:** Çözüm odaklı kısa süreli terapi geçmiş başarısızlıkların ayrıntılı analizine odaklanmaz.

- C) Danışana tamamen yeni beceriler öğretmek:** Bu yaklaşım danışana dışarıdan beceri öğretmekten çok, mevcut kaynaklarını fark ettirmeye odaklanır.
- D) Danışanın kaygısını yok saymak:** Derecelendirme soruları danışanın yaşadığı problemi yok saymaz; aksine problemi daha somut hale getirir.
- E) Danışanı diğer danışanlarla kıyaslamak:** Çözüm odaklı kısa süreli terapide danışan bireysel olarak değerlendirilir, başka danışanlarla karşılaştırılmaz.

Cevap: A

3. Danışmanın danışana "**Bu hafta hangi olumlu deneyimleri yaşadınız?**" sorusunu yöneltmesi, son oturumdan bu yana danışanın hayatında **iyi giden durumları** ve olumlu değişimleri ortaya çıkarmaya çalıştığını göstermektedir. Danışanın sunum sırasında sakin kaldığını ve görevlerini zamanında tamamladığını belirtmesi de bu olumlu deneyimlerin somut örnekleridir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide kullanılan **ÇAPB tekniğinde**, danışanın yaşadığı olumlu değişimleri ilk olarak görünür hale getiren basamak **Çıkar** adımdır. Danışmanın ardından bu başarıların etkilerini ayrıntılı incelemek istemesi bir sonraki aşamaya geçileceğini gösterse de soruda anlatılan mevcut süreç, olumlu deneyimlerin ortaya çıkarıldığı aşamadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Açıkla:** Bu basamakta olumlu değişimlerin nasıl gerçekleştiği ve danışanın yaşamındaki etkileri ayrıntılı biçimde incelenir. Soruda henüz bu aşamaya yeni geçileceği belirtilmemiştir.
- C) Pekiştir:** Bu adım danışanın işe yarayan davranışlarını güçlendirmeyi ifade eder. Soruda henüz bu aşama yoktur.
- D) Başla:** Bu basamak yeni başarı alanlarını keşfederek süreci yeniden başlatmayı ifade eder.
- E) Analiz:** Bu seçenek çözüm odaklı kısa süreli terapide ÇAPB tekniğinin bir basamağı değildir.

Cevap: A

4. Danışanın **sürekli kaygılı hissettiğini**, ders çalışırken odaklanamadığını belirtmesi temel problem durumunu göstermektedir. Psikolojik danışmanın ise **“Eğer bu gece bir mucize gerçekleşse ve yarın sabah kaygıların artık hayatının bir parçası olmasa...”** şeklindeki ifadesi sorudaki en kritik ipucudur. Bu soru biçimi, çözüm odaklı kısa süreli terapinin en bilinen tekniklerinden biri olan **mucize soruyu** doğrudan yansıtır. Bu teknikte danışandan problemin çözüldüğü bir geleceği hayal etmesi istenir ve böylece danışanın ulaşmak istediği hedefler daha somut hale gelir. Danışanın “daha rahat hissederdim” ve “derslerime daha kolay odaklanırdım” ifadeleri de gelecekte görmek istediği değişimleri tanımladığını göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İstisnai sorular:** Bu teknik danışanın problemi daha az yaşadığı zamanları araştırır. Soruda problemin tamamen ortadan kalktığı varsayımsal gelecek sorgulanmaktadır.
- C) **Hedef belirleme:** Mucize soru hedef belirlemeye katkı sağlayabilir; ancak soruda kullanılan doğrudan teknik **mucize sorudur**.
- D) **İşleyen çözüm yollarını uygulama:** Bu ilke danışanın hâlihazırda işe yarayan davranışlarını sürdürmesine odaklanır. Soruda böyle bir durum yoktur.
- E) **Dereceleme sorusu:** Bu teknikte danışandan genellikle problemi **0-10 arasında puanlaması** istenir. Soruda böyle bir ölçek kullanımı bulunmamaktadır.

Cevap: B

5. Danışanın **“Kaygımı azaltmak ve iş yerinde daha verimli olmak istiyorum”** ifadesi, problemi kabul ettiğini ve değişim ihtiyacını fark ettiğini göstermektedir. Daha kritik ipucu ise **“önerilerinizi uygulamaya hazırım”** ifadesidir. Bu ifade, danışanın çözüm sürecinde aktif rol almaya istekli olduğunu ve değişim için sorumluluk üstlenmeye hazır olduğunu göstermektedir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide **müşteri (gönüllü) danışan**, terapiye istekli şekilde katılan, hedeflerini tanımlayabilen ve çözüm sürecinde aktif iş birliği kuran danışan tipidir. Sorudaki danışan bu özellikleri doğrudan taşımaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Şikâyetçi:** Şikâyetçi danışan problemi tanımlar ancak çözüm üretme sürecinde aktif sorumluluk almakta isteksiz olabilir. Sorudaki danışan bu profile uymamaktadır.
- B) **Misafir:** Misafir danışan genellikle kendi isteği dışında terapiye gelir ve çoğu zaman ortada problem olduğunu kabul etmez. Bu vakada danışan değişim istemektedir.
- D) **Pasif:** Bu seçenek çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel danışan tiplerinden biri değildir.
- E) **Dirençli:** Bu ifade de kuramın temel danışan sınıflandırmaları arasında yer almaz.

Cevap: C

6. Emre Bey’in **“Hiçbir şeyi doğru yapamıyorum”** şeklindeki genelleyici değerlendirmesi problem algısını göstermektedir. Ancak soruda belirleyici nokta, danışmanın Emre Bey’den son bir ayda işlerin daha iyi gittiği durumları hatırlamasını istemesi ve Emre Bey’in ekibiyle birlikte hedefleri zamanında gerçekleştirdiği, olumlu geri bildirim aldığı bir süreci anlatmasıdır. Bu durum, çözüm odaklı kısa süreli terapide **istisna durumlarının** ortaya çıkarıldığını göstermektedir. Ardından danışmanın, hangi davranışlarının işe yaradığını kendi gözlemleriyle anlatmasını istemesi ise Emre Bey’in mevcut **güçlü yönlerini** ve işe yarayan stratejilerini fark etmesini amaçlamaktadır. Bu yaklaşımda terapist yeni kurallar dayatmaz ya da başarısızlık analizine yönelmez; danışanın hâlihazırda işe yarayan çözüm örüntülerini güçlendirmeye odaklanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Emre Bey’in başarısızlıklarını ayrıntılı analiz ederek nedenlerini tartışmak:** Bu yaklaşım çözüm odaklı kısa süreli terapinin problem analizinden uzak duran yapısıyla çalışmamaktadır.
- C) **Emre Bey’e gelecekte hata yapmamak için katı kurallar ve prosedürler vermek:** Çözüm odaklı kısa süreli terapide danışman hazır reçeteler sunan otorite rolünde değildir.
- D) **Emre Bey’i stres kaynaklarından tamamen uzak durmaya yönlendirmek:** Bu seçenek gerçekçi değildir ve kuramın çözüm geliştirme mantığını yansıtmaz.

E) **Emre Bey'in ekibiyle olan ilişkilerini eleştirmesini sağlamak:** Soruda ekip çalışmasının olumlu sonuç verdiği görülmektedir. Bu ilişkiyi eleştirmeye yönlendirmek kuramın mantığıyla örtüşmez.

Cevap: A

7. Çözüm odaklı kısa süreli terapi; danışanın **güçlü yönlerine, mevcut kaynaklarına, istisna durumlarına ve gelecekte oluşturabileceği çözümlere** odaklanır. Problemin nedenlerini uzun uzun analiz etmekten kaçınır ve danışanın işe yarayan davranışlarını görünür hale getirmeye çalışır. **Buna göre;**

I. **Mucize soru tekniği danışana gelecekteki olumlu durumu fark ettirmeyi amaçlar:** Bu ifade **doğrudur**. **Mucize soru**, danışanın problemin çözüldüğü geleceği hayal etmesini ve hedeflerini somutlaştırmasını sağlar.

II. **Çözüm odaklı terapi'de başa çıkma soruları danışanın mevcut stratejilerini fark etmesini sağlar:** Bu ifade **doğrudur**. **Başa çıkma soruları**, danışanın zor durumlarla şimdiye kadar nasıl baş ettiğini ve hangi stratejilerinin işe yaradığını fark ettirir.

III. **Çözüm odaklı terapi'de danışana tüm olumsuz deneyimler detaylı analiz ettirilir:** Bu ifade **yanlıştır**. Kuram, olumsuz deneyimlerin ayrıntılı analizine değil, **çözüme** odaklanır.

IV. **Çözüm odaklı terapi'de ev ödevleri danışanın küçük başarılarını fark etmesini pekiştirir:** Bu ifade **doğrudur**. Verilen **ev ödevleri**, danışanın olumlu değişimleri fark etmesini ve işe yarayan davranışlarını sürdürmesini destekler.

V. **Çözüm odaklı terapi'de danışana mantıksal çürütme yoluyla yeni inançlar öğretilir:** Bu ifade **yanlıştır**. **Mantıksal çürütme**, akılcı duygusal davranış terapide kullanılan bilişsel bir tekniktir.

Doğru ifadeler I., II. ve IV. öncüllerdir.

Cevap: D

8. Elif'in **ders çalışmayı ertelediğini** söylemesi, yaşadığı problemi fark ettiğini göstermektedir. Ancak belirleyici ifade, bu durumun tamamen **öğretmenlerin dersleri sıkıcı anlatmasından kaynaklandığını** söylemesi ve kendisinin yapabileceği hiçbir şey olmadığını vurgulamasıdır. Bu durum, Elif'in **şikâyetçi danışan** tipine örnek olduğunu göstermektedir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide **şikâyetçi danışan**, problemi kabul eden ancak çözümün kendi davranışlarından değil, çoğunlukla dış koşulların ya da diğer insanların değişmesinden geçtiğini düşünen danışan tipidir. Elif de değişim sorumluluğunu tamamen öğretmenlere yüklemektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Ziyaretçi danışan:** Ziyaretçi danışan genellikle kendi isteği dışında terapiye gelir ve çoğu zaman ortada problem olduğunu kabul etmez. Elif problem yaşadığını kabul etmektedir.

C) **Müşteri danışan:** Müşteri danışan değişim için aktif sorumluluk almaya ve çözüm üretmeye hazırdır. Elif bu profile uygun değildir.

D) **Pasif dirençli danışan:** Bu ifade çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel danışan tiplerinden biri değildir.

E) **Katılımcı danışan:** Bu seçenek de kuramın tanımladığı danışan kategorileri arasında yer almamaktadır.

Cevap: B

9. Hikmet Bey'in sınav kaygısı yaşayan öğrenciler için **çözüm odaklı kısa süreli terapi temelli bir grup** oluşturması, grup sürecinde problemin nedenlerini uzun uzun analiz etmekten çok öğrencilerin **çözümlerine, güçlü yönlerine** ve gelecekte oluşturabilecekleri olumlu değişimlere odaklanacağını göstermektedir. Bu yaklaşımda öğrencilerin **gelecek için umut verici hedefler belirlemesi** beklenir ve danışanların sahip oldukları **güçlü yönlerin fark edilmesi** önemli bir amaçtır. Buna karşılık başarısız oldukları anların ayrıntılı biçimde incelenmesi, çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel mantığıyla uyumsuzdur. **Buna göre;**

I. **Öğrencilerin gelecek için umut verici hedefler belirlemesi:** Bu ifade **doğrudur**. Kuram, danışanların geleceğe yönelik somut ve ulaşılabilir hedefler oluşturmasını destekler.

II. Başarısız oldukları anların ayrıntılı olarak incelenmesi: Bu ifade **yanlıştır**. Çözüm odaklı kısa süreli terapi başarısızlık analizine değil, **çözüm üreten anlara** odaklanır.

III. Öğrencilerin sahip oldukları güçlü yönlerin fark edilmesi: Bu ifade **doğrudur**. Danışanların mevcut kaynaklarını ve güçlü yönlerini fark etmeleri temel amaçlardan biridir.

Doğru ifadeler **I. ve III. öncüllerdir**.

Cevap: D

10. İstisnai durumlar, danışanın problemi her zaman aynı yoğunlukta yaşamadığı; problemin **hiç ortaya çıkmadığı** ya da **daha az hissedildiği** zamanları ifade eder. Çözüm odaklı kısa süreli terapide bu anlar oldukça önemlidir çünkü danışanın hâlihazırda işe yarayan davranışlarını, güçlü yönlerini ve çözüm üreten örüntülerini görünür hale getirir. Terapist bu anları keşfederek danışanın “neyi farklı yaptığını” anlamaya çalışır. Bu nedenle danışanın problemi yaşamadığı ya da daha az yaşadığı zamanları ifade eden seçenek doğrudur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Danışanın geçmişinde problemi daha yoğun yaşadığı durumları: Bu seçenek problemin arttığı anlara odaklanmaktadır. İstisnai durumlar bunun tersini ifade eder.

C) Danışanın sorunun kaynağını fark ettiği anları: Çözüm odaklı kısa süreli terapi sorunun kaynağını ayrıntılı analiz etmeye odaklanmaz.

D) Danışanın olumsuz düşüncelerini bastırdığı durumları: Bu ifade çözüm odaklı kısa süreli terapideki **istisna** kavramını karşılamamaktadır.

E) Danışanın çocukluk dönemindeki travmatik yaşantıları: Bu seçenek geçmiş travma analizine yöneliktir ve kuramın temel odağı değildir.

Cevap: B

11. Çözüm odaklı kısa süreli terapi; danışanın **güçlü yönlerine, kaynaklarına, çözümlerine** ve **geleceğe** odaklanan bir yaklaşımdır. Danışanı etiketlemekten kaçınır ve değişimin danışanın kendi çabasıyla gerçekleşeceğini kabul eder. **Buna göre;**

I. Danışan problem değildir, problem problemdir: Bu ifade **doğrudur**. Çözüm odaklı kısa süreli terapi danışanı problemin kendisi olarak görmez.

II. Danışman çözümlerin ne olduğunu yapılandırmada uzman olduğu için işini yapmak üzere kiralanmış olan kişidir: Bu ifade **doğrudur**. Danışman çözüm sürecini yapılandıran rehber rolündedir.

III. Danışanları değiştiremezsiniz, danışanlar ancak kendilerini değiştirebilir: Bu ifade **doğrudur**. Kuram, değişimin danışanın kendi sorumluluğunda olduğunu kabul eder.

IV. İnsan davranışları, bireyin ait olma, güç, özgürlük ve eğlence gibi temel ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik seçimlerinin ürünüdür: Bu ifade **yanlıştır**. Bu yaklaşım William Glasser’ın **gerçeklik terapisi / seçim kuramına** aittir.

V. Tüm problemler yanlış koşullamalardan kaynaklanır: Bu ifade **yanlıştır**. Bu anlayış **davranışçı terapinin** öğrenme temelli açıklamasını ifade eder.

Çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel varsayımları arasında bulunmayan ifadeler **IV. ve V. öncüllerdir**.

Cevap: D

12. Oral’ın iş arkadaşlarıyla zaman zaman uyum sorunları yaşaması terapiye getirdiği problem durumunu göstermektedir. Ancak sorudaki belirleyici ifade, danışmanın Oral’ın işlerini ve ilişkilerini sürdürmede **herhangi bir ciddi engel olmadığını fark etmesi** ve işlevsel alanlarda müdahaleye gerek olmadığını vurgulamasıdır. Çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel ilkelerinden biri **“bozulmamışsa onarma”** ilkesidir. Bu ilkeye göre danışanın hâlihazırda işlevsel şekilde sürdürdüğü alanlara gereksiz müdahale edilmez; işe yarayan durumların korunması hedeflenir. Sorudaki danışman tam olarak bu ilkeye uygun davranmaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Hedefe odaklanma:** Bu ilke çözüm odaklı kısa süreli terapide önemlidir; ancak soruda vurgulanan durum işleyen alanlara müdahale etmeme anlayışıdır.
- C) **Danışanın güçlü yanlarına odaklanma:** Soruda güçlü yönlerin keşfedilmesinden çok, işleyen alanlara müdahale etmeme vurgulanmaktadır.
- D) **Mucize soru tekniği kullanımı:** Soruda mucize soru tekniğine ilişkin bir ifade bulunmamaktadır.
- E) **Küçük adımların önemini vurgulama:** Soruda küçük değişimlerden çok mevcut işlevselliğin korunması ön plandadır.

Cevap: B

13. Seyhan'ın **projelerini zamanında yetiştirmekte zaman zaman zorlanması** temel problem durumunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici nokta ise danışmanın, geçmişte hangi yöntemlerin işe yaradığını ve hangi durumlarda işlerin sorunsuz yürüdüğünü araştırmasıdır. Ardından bu başarılı davranışları belirleyip tekrar uygulanmasını desteklemesi, çözüm odaklı kısa süreli terapinin **“işleyen çözüm yollarını uygula”** ilkesini doğrudan yansıtmaktadır. Bu ilkeye göre danışanın hâlihazırda işe yarayan davranışları yeniden kullanılması ve sürdürülmelidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Hedefe odaklanma:** Hedef belirleme çözüm odaklı kısa süreli terapide önemlidir; ancak soruda özellikle geçmişte işe yarayan davranışların tekrar edilmesi vurgulanmaktadır.
- C) **Mucize soru tekniği kullanımı:** Soruda problemin çözüldüğü geleceği hayal etmeye yönelik bir müdahale bulunmamaktadır.
- D) **Küçük adımların önemini vurgulama:** Bu yaklaşım kuramla uyumlu olsa da sorudaki temel vurgu mevcut işe yarayan çözüm yollarının tekrar edilmesidir.
- E) **Sorunların kökenine inme:** Çözüm odaklı kısa süreli terapi problemin kökenini ayrıntılı biçimde analiz etmeye odaklanmaz.

Cevap: A

14. Reyhan'ın **anne ve babasıyla sürekli tartışmalar yaşaması** temel problem durumunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise Reyhan'ın geçmişte **sessiz kalma, tartışmadan kaçınma ve isteklerini bastırma** gibi yöntemler denediği hâlde bu davranışların sorunu çözmemesi, hatta gerilimi artırmasıdır. Psikolojik danışmanın bu işe yaramayan davranışları gözden geçirip yeniden kullanılmamasını söylemesi, çözüm odaklı kısa süreli terapinin **“işlemeyen çözüm yollarına başvurmama”** ilkesini doğrudan yansıtmaktadır. Bu ilkeye göre danışanın etkisiz olduğu görülen çözüm yollarını tekrar etmesi yerine farklı ve daha işlevsel yollar geliştirmesi hedeflenir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İşleyen çözüm yollarını uygula:** Bu ilke geçmişte işe yarayan davranışların sürdürülmesini ifade eder. Soruda ise işe yaramayan davranışlar vurgulanmaktadır.
- B) **Danışanın güçlü yanlarına odaklanma:** Kuramın genel yaklaşımıyla uyumlu olsa da sorunun merkezinde bu ilke bulunmamaktadır.
- C) **Hedefe odaklanma:** Soruda geleceğe yönelik hedef belirleme süreci anlatılmamaktadır.
- D) **Küçük adımların önemini vurgulama:** Soruda küçük değişimlerden değil, işe yaramayan çözüm yollarının bırakılmasından söz edilmektedir.

Cevap: E

15. Cemre'nin **eşiyle sık sık tartışması** temel problem durumunu göstermektedir. Psikolojik danışmanın **“daha önce benzer bir durumda öfkeli kontrol edebildiğin bir an oldu mu?”** sorusu, Cemre'nin problemi her zaman aynı yoğunlukta yaşamadığı anları araştırmaktadır. Cemre'nin geçmişte bir tartışmada sakin kalabildiğini söylemesi de problemin daha az yaşandığı bir anı ortaya koymaktadır. Çözüm odaklı kısa süreli terapide bu tür sorular **istisna soruları** olarak adlandırılır. İstisna soruları, danışanın problemi yaşamadığı ya da daha az yaşadığı zamanları keşfederek işe yarayan davranış örüntülerini görünür hale getirmeyi amaçlar. Danışmanın ardından **“Bunu nasıl başardığını fark ettin mi?”** sorusunu yöneltmesi de bu istisna davranışını güçlendirmeye yöneliktir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Boş sandalye:** Bu teknik danışanın karşısında biri varmış gibi konuşmasını, bastırılmış duygularını ifade etmesini veya içsel çatışmalarını canlandırmasını amaçlayan yaşantısal bir tekniktir. Soruda böyle bir uygulama yoktur.
- B) Serbest çağrışım:** Bu teknik danışanın aklına gelen düşünceleri sansürlemeden ifade etmesine dayanır ve bilinç dışı içeriklere ulaşmayı amaçlar. Sorudaki müdahale bu yapıyı taşımamaktadır.
- C) Olumlu yeniden çerçeveleme:** Bu teknik danışanın olumsuz şekilde yorumladığı bir durumu farklı ve daha işlevsel bir anlam çerçevesine oturtmayı amaçlar. Soruda ise danışman yeniden anlamlandırma yapmaktan çok **istisna durumunu** araştırmaktadır.
- D) Akılcı duygusal hayal kurma:** Bu teknik danışanın irrasyonel düşüncelerine bağlı duygusal tepkilerini zihinsel canlandırma yoluyla değiştirmeyi hedefler. Soruda böyle bir bilişsel-duygusal müdahale bulunmamaktadır.

Cevap: E

1. Kerem'in babasıyla sık sık tartıştığını ve bu durumun kendisini üzdüğünü söylemesi temel problem durumunu göstermektedir. **Çözüm odaklı kısa süreli terapi anlayışını benimsemiş bir psikolojik danışman**, problemin geçmiş kökenlerini uzun uzun analiz etmekten, rol canlandırmalar yapmaktan ya da bilişsel çarpıtmaları doğrudan sorgulamaktan çok; danışanın problemi daha az yaşadığı anları yani **istisna durumlarını** keşfetmeye odaklanır. "**Babanla iyi anlaştığınız zamanlar üzerine odaklanalım, farklı olan neler vardı?**" ifadesi, Kerem'in ilişkisinde işe yarayan anları ortaya çıkarmayı amaçlayan tipik bir **istisna sorusudur. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Çocukluk döneminde babanla ilişkilerin nasıldı?**: Bu ifade geçmiş yaşantıları ve ilişkinin kökenini incelemeye yöneliktir. Çözüm odaklı kısa süreli terapi geçmiş analizine odaklanmaz.
- B) **Babanın karşı sandalyede oturduğunu düşün, ona neler söylemek isterdin?**: Bu müdahale **boş sandalye tekniğini** ifade eder ve yaşantısal canlandırmaya dayanır. Sorudaki yaklaşım bu değildir.
- C) **Kendini babanın yerine koyduğunda sen olsan oğluna nasıl davranırdın?**: Bu ifade empati geliştirmeye yönelik bakış açısı değiştirme müdahalesidir; ancak sorudaki temel teknik bu değildir.
- E) **Babanla ilişkinle ilgili yanlış düşüncelerin üzerinde durmamız gerektiğini düşünüyor-**
um: Bu ifade **bilişsel terapide kullanılan düşünce sorgulama yaklaşımını** yansıtmaktadır.

Cevap: D

2. Danışmanın Melis'e "**sınav kaygın artık hayatının bir parçası olmasaydı...**" şeklinde varsayımsal bir gelecek sorusu yöneltmesi, problemin ortadan kalktığı bir durumu hayal ettirmeye yöneliktir. Ardından Melis'in ders çalışma düzeninde ve günlük yaşamında nelerin farklı olacağını düşünmesini istemesi, danışanın **gelecekte görmek istediği olumlu değişimleri** somutlaştırmasını sağlar. Çözüm odaklı kısa süreli terapide bu teknik **mucize soru** olarak adlandırılır. **Mucize soru**, danışanın problemden çok çözümün gerçekleştiği

geleceğe odaklanmasına ve hedeflerini daha net tanımlamasına yardımcı olur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **İstisna soru**: İstisna soruları, danışanın problemi hiç yaşamadığı ya da daha az yaşadığı zamanları araştırır. Örneğin "Kaygının daha az olduğu zamanlar oldu mu?" gibi sorular bu tekniğe örnektir. Soruda geçmişteki istisnalar değil, gelecekte problemin ortadan kalktığı varsayımsal durum sorgulanmaktadır.
- B) **İşleyen çözüm yollarına başvurma**: Bu ilke, danışanın geçmişte işe yarayan davranışlarını tekrar kullanmasını ifade eder. Soruda Melis'in geçmişte kullandığı etkili stratejiler araştırılmaktadır.
- D) **İçerik yansıtma**: İçerik yansıtma, danışanın düşüncelerini **başka sözcüklerle yeniden ifade etme** becerisidir. Danışanın mesajının anlamı değiştirilmez; düşünceler netleştirilir ve danışana anlaşıldığı hissettirilir. Soruda danışman yeniden ifade yapmamakta, varsayımsal bir gelecek senaryosu kurmaktadır.
- E) **Amaç kişiselleştirme**: Amaç kişiselleştirme; danışanın yaşadığı **olumsuz duyguyu**, yaptığı **başarısız eylemi / yapmadığı davranışı** ve ulaşmak istediği **hedefi** netleştirmeye yardımcı olur. Örneğin "Kaygı hissediyorsun çünkü derslerine odaklanamıyorsun ve başarılı olmak istiyorsun" yapısı buna örnektir. Soruda ise bu yapı kurulmamış, doğrudan gelecekte problemin ortadan kalktığı durum hayal ettirilmiştir.

Cevap: C

3. Deniz'in **sürekli erteleme davranışından şikâyet etmesi** ve son dakikaya kalınca panik yaşadığını söylemesi temel problem durumunu göstermektedir. Psikolojik danışman önce Deniz'in çalışmaya başladığında yaşadığı olumlu deneyimi fark ettirerek süreci açmaktadır. Ancak sorudaki belirleyici ifade, danışmanın "**bundan sonra çalışmaya başladığında yine bu güveni yaşayacağını varsayalım**" cümlesidir. Burada danışman, değişimi yalnızca bir olasılık gibi değil, gerçekleşecek bir durum gibi ele almaktadır. Çözüm odaklı kısa süreli terapide **değişmeye yönelik konuşma**, danışanın değişimi gerçekleştireceğine dair daha

güçlü ifadeler kullanmasını ve değişim sonrasında olumlu sonuçları konuşmasını sağlamayı amaçlar. Olasılık dili yerine **varsayım dayalı dil** kullanılması bu tekniğin temel göstergelerinden biridir. Danışmanın ardından “Bu hafta bunu yapman hangi açıdan farklılık yaratır?” sorusunu sorması da danışanı değişimin sonuçlarını konuşmaya yönlendirmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Mucize sorusu:** Bu teknikte danışandan problemin tamamen ortadan kalktığı varsayımsal bir geleceği hayal etmesi istenir. Soruda böyle bir yapı bulunmamaktadır.
- B) Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan genellikle problemi ya da ilerlemesini **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda ölçek kullanılmamıştır.
- C) İstisna sorusu:** İlk bölümde danışanın olumlu yaşantısı fark ettirilse de asıl belirleyici müdahale, değişime yönelik varsayımsal dil kullanılmasıdır.
- E) Yeniden çerçeveleme:** Bu teknik bir durumu farklı ve daha işlevsel biçimde anlamlandırma içerir. Soruda temel vurgu değişim konuşması üzerinedir.

Cevap: D

4. Çözüm odaklı kısa süreli psikolojik danışma yaklaşımı; danışanın **güçlü yönlerini, mevcut kaynaklarını, çözüm üretme kapasitesini** ve gelecekte oluşturabileceği **küçük, gerçekçi değişimleri** merkeze alır. Problemin nedenlerini ya da geçmişte nasıl ortaya çıktığını ayrıntılı biçimde analiz etmek bu yaklaşımın temel amacı değildir. Sorudaki yanlış ifade, sorunun geçmişte nasıl geliştiğinin ayrıntılı biçimde incelenmesini vurgulayan seçenektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Problemleri duruma ilişkin mevcut kaynakların ve güçlü yanların harekete geçirilmesi:** Bu ifade doğrudur. Çözüm odaklı yaklaşım danışanın sahip olduğu kaynakları görünür hale getirmeye çalışır.
- B) Sorunun geçmişte nasıl geliştiğinin ayrıntılı biçimde incelenmesi:** Bu ifade yanlıştır. Çözüm odaklı kısa süreli psikolojik danışma geçmiş problem analizine değil, **çözüm** odaklanır.

- C) Küçük, olumlu ve gerçekçi amaçlara odaklanılması:** Bu ifade doğrudur. Kuram küçük değişimlerin büyük değişimleri tetikleyebileceğini kabul eder.
- D) Problemleri durumda farklı bakış açılarının geliştirilmesi:** Bu ifade doğrudur. Danışanın probleme ilişkin yeni ve daha işlevsel bakış açıları geliştirmesi desteklenebilir.
- E) Danışanın çözüm bulma kapasitesine güvenilmesi:** Bu ifade doğrudur. Kuram, danışanın kendi yaşamının uzmanı olduğu varsayımına dayanır.

Cevap: B

5. Soruda danışmanın önce danışanın şikâyetini tanımladığı, ardından danışanın kullandığı **olumsuz çağrışımlı ifadeleri** daha nötr ve işlevsel ifadelerle değiştirmeye çalıştığı vurgulanmaktadır. Özellikle **“depresif” yerine “üzgün”, “başkalarının önünde konuşamıyorum” yerine daha az olumsuz anlam taşıyan ifadeler kullanılması** kritik ipucudur. Çözüm odaklı kısa süreli terapi- de bu durum, danışanın probleme ilişkin algısını daha işlevsel bir çerçeveye taşımayı amaçlayan **olumlu yeniden çerçeveleme** tekniğini gösterir. Bu teknikte danışanın yaşantısı inkâr edilmez; ancak probleme yüklenen ağır ve olumsuz anlamlar yeniden yapılandırılır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Mucize soru:** Bu teknikte danışandan problemin ortadan kalktığı geleceği hayal etmesi istenir. Soruda böyle bir gelecek senaryosu yoktur.
- B) Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan genellikle problemi ya da ilerlemesini **0-10 arasında değerlendirmesi** beklenir. Soruda ölçek kullanımı bulunmamaktadır.
- C) İstisna sorusu:** Bu teknik danışanın problemi yaşamadığı ya da daha az yaşadığı anları araştırır. Soruda böyle bir sorgulama yoktur.
- E) İçerik yansıtması:** İçerik yansıtması, danışanın söylediklerini **başka sözcüklerle yeniden ifade ederek** anlaşıldığını hissettirme becerisidir. Soruda danışanın mesajını aynı anlamla yansıtmak değil, kullanılan dili daha olumlu biçimde yeniden yapılandırmak söz konusudur.

Cevap: D

6. Çözüm odaklı kısa süreli terapi; danışanın **şikâyetini doğru tanımlamaya**, olumsuz etiketlemelerden kaçınmaya, danışanın kullandığı dili daha işlevsel hale getirmeye ve zamanla **değişmeye yönelik konuşmayı** artırmaya önem verir. Ayrıca danışanın **güçlü yönlerine**, kaynaklarına ve çözüm üretme kapasitesine odaklanır. Buna karşılık danışanın **erken çocukluk anılarının** ve **kardeş ilişkilerinin detaylı biçimde araştırılması**, çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel özelliklerinden biri değildir; bu tür derin geçmiş incelemeleri daha çok geçmiş odaklı yaklaşımlarda görülür. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Terapi sürecinde ilk adım olarak problemin doğru şekilde tanımlanması ve olumsuz imalardan kaçınılması: Bu ifade çözüm odaklı kısa süreli terapiyle uyumludur.
- B) Danışanın tipik davranışları yerine olumsuz imalar içermeyen ifadelerin kullanılması: Bu ifade olumlu yeniden çerçeveleme mantığıyla uyumludur.
- C) Terapötik ilişki kurulduktan sonra yavaş yavaş değişmeye yönelik konuşmanın başlatılması: Bu ifade kuramın temel özelliklerinden biridir.
- D) Danışanın erken çocukluk anılarının ve kardeş ilişkilerinin detaylı araştırılması: Bu ifade yanlıştır. Çözüm odaklı kısa süreli terapi geçmişin ayrıntılı analizine odaklanmaz.
- E) Danışanın güçlü yönlerinin ve kaynaklarının farkına vararak çözüm bulmasına odaklanılması: Bu ifade kuramın temel amaçlarından biridir.

Cevap: D

7. Çözüm odaklı kısa süreli terapide ilk oturum; danışanın **amacını belirleme**, arzuladığı geleceği keşfetme, **istisnaları ortaya çıkarma**, derecelendirme soruları kullanma ve hedefe yönelik küçük adımları konuşma süreçlerini içerebilir. Terapist bu süreçte danışana hazır çözümler sunan otorite rolünde değildir. Danışanın kendi kaynaklarını fark etmesine ve kendi çözüm yollarını geliştirmesine yardımcı olur. Bu nedenle danışanı sorunu hemen çözmesi için yönlendirmek ve doğrudan çözüm önermek, bu yaklaşımın ilk oturum yapısıyla uyuzmaz. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Danışanın “Beni görmek için buraya gelmene neden olan şey nedir? Amacın nedir?” sorularıyla amacını belirlemesini sağlamak: Bu ifade ilk oturumda yer alabilir. Danışanın hedefini netleştirmek önemlidir.
- B) Mucize sorusunu yönelterek danışanın arzuladığı geleceği keşfetmek: Bu ifade ilk oturumda sık kullanılan tekniklerden biridir.
- C) Destekleyici sorularla amacın gerçekleşmesi için atılacak adımları tartışmak: Bu yaklaşım ilk oturumda hedef netleştirme sürecinin devamı olarak görülebilir.
- D) Danışanı sorunu hemen çözmesi için yönlendirmek ve çözüm önermek: Bu ifade yanlıştır. Çözüm odaklı kısa süreli terapide terapist hazır reçeteler sunmaz.
- E) İstisnaları ortaya koymak ve mevcut durumu 0-10 ölçeğinde derecelendirmek: Bu teknikler ilk oturumda sıklıkla kullanılabilir.

Cevap: D

8. Emre'nin **sınav kaygısı yaşadığını** ve bu kaygının ders çalışmasını olumsuz etkilediğini söylemesi temel problem durumunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın **“sorunun artık hayatının bir parçası olmadığını gördün”** diyerek Emre'yi gelecekte problemin olmadığı bir durumu düşünmeye yönlendirmesidir. Ardından **“senin ve çevrendeki diğer kişilerin hayatında ne gibi farklılıklar olurdu?”** sorusuyla, sorunun çözüldüğü gelecekte yaşamın nasıl olacağını somutlaştırması istenmektedir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide **geleceği okuma tekniği**, danışanın kendisini artık sorununun olmadığı gelecekte hayal etmesini sağlar. Bu teknik sayesinde danışan, problem çözüldüğünde kendi yaşamında ve çevresindeki kişilerle ilişkilerinde nelerin değişeceğini fark eder. Soruda kullanılan ifade de bu tekniğin klasik örneğidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) İçerik yansıtması: İçerik yansıtması, danışanın söylediklerini **başka sözcüklerle yeniden ifade ederek** anlaşıldığını hissettirme becerisidir. Soruda danışman yeniden ifade yapmamaktadır.

- C) **Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan problemi ya da ilerlemesini genellikle **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda böyle bir ölçek kullanılmamıştır.
- D) **İstisna sorusu:** Bu teknik danışanın problemi yaşamadığı ya da daha az yaşadığı geçmiş zamanları araştırır. Soruda geçmiş istisnalar değil, gelecekte problemin çözüldüğü durum ele alınmaktadır.
- E) **Olumlu yeniden çerçeveleme:** Bu teknik danışanın probleme yüklediği olumsuz anlamı daha işlevsel biçimde yeniden yapılandırmayı içerir. Soruda temel vurgu geleceği hayal ettirmektir.

Cevap: B

9. Ayşe'nin **sınav kaygısı yaşadığını** ve ders çalışırken odaklanamadığını söylemesi temel problem durumunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın **"Randevu aldığın zamandan bugüne kadar..."** diye başlayan sorusudur. Bu ifade, danışanın **randevu aldığı zaman ile ilk oturuma geldiği zaman arasında olumlu yönde herhangi bir değişme yaşayıp yaşamadığını** araştırmaktadır. Bu, **oturum öncesindeki değişmeye dikkat çeken soruya örnektir**. Çözüm odaklı kısa süreli terapide **oturum öncesindeki değişmeye dikkat çeken sorular**, danışanın terapi başlamadan önce bile hedefe yönelik küçük değişimler gerçekleştirebildiğini fark ettirmeyi amaçlar. Ayşe'nin meditasyon yapmaya başlaması ve ders çalışırken kısa molalar vererek daha verimli olduğunu söylemesi de bu değişimin somut göstergesidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **Mucize soru:** Bu teknikte danışandan problemin tamamen ortadan kalktığı geleceği hayal etmesi istenir. Soruda gelecekteki varsayımsal durum değil, terapi öncesinde gerçekleşen değişimler sorgulanmaktadır.
- C) **Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan genellikle problemi ya da ilerlemesini **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda böyle bir ölçek kullanılmamıştır.

- D) **İstisna sorusu:** Bu teknik danışanın problemi yaşamadığı ya da daha az yaşadığı zamanları araştırır. Soruda ise özel olarak **randevu ile ilk oturum arasındaki değişim** vurgulanmaktadır.
- E) **Başa çıkma sorusu:** Bu teknik danışanın zor durumlarla nasıl baş ettiğini araştırır. Soruda temel vurgu baş etme davranışından çok, terapi öncesi olumlu değişimlerin fark edilmesi-dur.

Cevap: A

10. Can'ın **stresli dönemlerde sürekli atıftırdığını**, bu davranışın kilo almasına ve suçluluk hissetmesine yol açtığını söylemesi temel problem örüntüsünü göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın **"sol elini kullanmayı denemek"**, **"farklı bir mekânda bulunmak"** ve **"kısa bir yürüyüş yapmak"** gibi önerilerde bulunmasıdır. Bu müdahaleler, mevcut şikâyet örüntüsünü kesintiye uğratmaya ve otomatikleşmiş davranış döngüsünü değiştirmeye yöneliktir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide **örüntüleri kırma tekniği**, şikâyetin tekrar eden örüntüsünü değiştiren müdahalelerden yararlanır. Örneğin örüntüye ilişkin beden davranışını değiştirme, örüntünün yaşandığı mekânı değiştirme veya örüntüye yeni bir davranış ekleme bu tekniğin kapsamındadır. Soruda verilen örnekler bu yapıyla doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) **İltifat etme:** Bu teknik danışanın güçlü yönlerini ve olumlu davranışlarını fark ettirmeye yönelik olumlu geri bildirim vermeyi içerir. Soruda böyle bir durum bulunmamaktadır.
- C) **Mucize soru:** Bu teknikte danışandan problemin ortadan kalktığı geleceği hayal etmesi istenir. Soruda böyle bir varsayımsal gelecek sorusu yoktur.
- D) **Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan problemi ya da ilerlemesini genellikle **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda ölçek kullanılmamıştır.
- E) **Başa çıkma soruları:** Bu teknik danışanın zor durumlarla nasıl baş ettiğini araştırır. Soruda ise geçmiş baş etme davranışları değil, örüntüyü bozacak yeni davranışlar önerilmektedir.

Cevap: A

11. Burak'ın **sınav kaygısı yaşadığını** ve ders çalışırken odaklanmadığını söylemesi temel problem durumunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın **"kendini daha iyi hissettiğin, rahatladığın veya daha verimli olduğun anlar oldu mu?"** sorusudur. Bu soru, danışanın zorlayıcı süreç içinde tamamen işlevsiz olmadığını ve daha önce hangi yollarla durumu yönetebildiğini araştırmaktadır. **Bu, başa çıkma sorusuna örnektir.** Burak'ın kısa aralar verme, derin nefes alma ve görevleri küçük parçalara ayırma gibi yöntemleri anlatması da stresle baş ederken kullandığı işlevsel stratejileri ortaya koymaktadır. Çözüm odaklı kısa süreli terapide **başa çıkma soruları**, danışanın mevcut kaynaklarını ve hâlihazırda işe yarayan davranışlarını fark etmesini sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan problemi ya da ilerlemesini genellikle **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda böyle bir ölçek kullanılmamıştır.
- C) Mucize soru:** Bu teknikte danışandan problemin tamamen ortadan kalktığı geleceği hayal etmesi istenir. Soruda böyle bir varsayımsal gelecek sorusu yoktur.
- D) Örüntüleri kırma:** Bu teknikte problem davranış dizisini kesintiye uğratacak yeni davranışlar önerilir. Soruda yeni bir davranış önerilmemekte, mevcut başa çıkma yolları keşfedilmektedir.
- E) Geleceği okuma tekniği:** Bu teknikte danışan, problemin çözüldüğü gelecekte yaşamın nasıl olacağını hayal eder. Soruda böyle bir yapı bulunmamaktadır.

Cevap: B

12. Derin'in **ailevi sorunlar ve arkadaş ilişkilerindeki sıkıntılar** nedeniyle kaygı yaşadığını söylemesi temel problem durumunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın **"Bu gece uyurken bir kabus gördüğünü düşün; bu kabusta seni buraya getiren tüm sorunlar daha da kötü bir hal alıyor"** ifadesidir. Ardından **"sabah uyandığında neler dikkatini çekti?"** sorusunu yöneltmesi de bu tekniğin klasik soru kalıbını doğrudan yansıtmaktadır. **Bu, karabasan (kabus) sorusuna örnektir.** Çözüm odaklı kısa

süreli terapide **karabasan sorusu**, sorun üzerinde konuşmanın özel bir formudur. Terapist bu teknikle danışanın sorunlarının daha kötüleştiği varsayımsal bir durumu düşündürerek problemin etkilerini daha görünür hale getirir ve danışanın çözüm oluşturmaya kolaylaştırmayı amaçlar. Literatürde bu teknik, özellikle terapistin istisna durumlarını veya mucize anlarını keşfetmesine rağmen bunların yeterince işlevsel olmadığı durumlarda danışanın çözüm üretmesine yardımcı olmak amacıyla da kullanılabilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Mucize soru:** Bu teknikte danışandan problemin ortadan kalktığı olumlu bir geleceği hayal etmesi istenir. Soruda bunun tam tersine sorunların daha kötüleştiği bir senaryo bulunmaktadır.
- C) Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan problemi ya da ilerlemesini genellikle **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda böyle bir ölçek kullanılmamıştır.
- D) İstisna sorusu:** Bu teknik danışanın problemi yaşamadığı ya da daha az yaşadığı zamanları araştırır. Soruda böyle bir yapı yoktur.
- E) Başa çıkma soruları:** Bu teknik danışanın zor durumlarla nasıl baş ettiğini araştırır. Soruda baş etme stratejileri değil, sorunların kötüleştiği varsayımsal bir senaryo kullanılmaktadır.

Cevap: B

13. Zühal'in **"hep aynı kavga döngüsüne giriyoruz"** ifadesi, çiftin tekrar eden bir **şikâyet örüntüsüne** sahip olduğunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise terapistin **"tartışacağınız konuyu banyoda yapmak"** ya da **"her tartışmada kısa bir mola vermek"** gibi önerilerde bulunmasıdır. Bu müdahaleler, mevcut problem dizisini kesintiye uğratmaya ve otomatikleşmiş tartışma örüntüsünü değiştirmeye yöneliktir. **Bu, örüntüleri kırma tekniğine örnektir.** Çözüm odaklı kısa süreli terapide örüntüleri kırma tekniği; şikâyetin tekrar eden yapısını değiştirmek için **örüntünün yaşandığı mekânı değiştirme**, örüntüye **yeni bir davranış ekleme**, zamanlamayı değiştirme ya da alışılmış davranış akışını bozma gibi müdahaleleri içerir. Soruda banyoda tartışma önerisi **mekân değişikliğini**, mola verme önerisi ise örüntüyü kesintiye

uğratmayı göstermektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) İltifat etme:** Bu teknik danışanın güçlü yönlerini ve olumlu davranışlarını fark ettirmeye yönelik olumlu geri bildirim vermeyi içerir. Soruda böyle bir durum bulunmamaktadır.
- C) Mucize soru:** Bu teknikte danışandan problemin ortadan kalktığı geleceği hayal etmesi istenir. Soruda böyle bir varsayımsal gelecek sorusu yoktur.
- D) Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan problemi ya da ilerlemesini genellikle **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda ölçek kullanılmamıştır.
- E) Başa çıkma soruları:** Bu teknik danışanın geçmişte zor durumlarla nasıl baş ettiğini araştırır. Soruda mevcut örneği bozacak yeni müdahaleler önerilmektedir.

Cevap: A

- 14. Asya ve İlyas'ın sürekli anlaşmazlık yaşadıklarını belirtmeleri tekrar eden bir çatışma örüntüsünü göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise terapistin "ilk olarak yazı tura atacaksınız", "kazanana taraf 10 dakika boyunca konuşacak" ve "iki tur arasında 10 dakikalık sessizlik süresi olacak" şeklinde çok spesifik kurallar koymasındır. Bu, yapılandırılmış kavga tekniğine örnektir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide yapılandırılmış kavga, şikâyet örüntüsünü değiştirme tekniğinin bir versiyonudur ve özellikle çiftlerle çalışırken kullanılır. Amaç, çiftin kontrolsüz ve otomatik çatışma döngüsünü yapılandırılmış hale getirerek örüntüyü fark etmelerini ve kontrol altına almalarını sağlamaktır. Soruda verilen yazı tura, sırayla konuşma ve sessizlik süresi detayları bu tekniğin klasik uygulamasını doğrudan yansıtmaktadır. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) İstisnai soru:** Bu teknik çiftin sorun yaşamadığı ya da daha az yaşadığı zamanları araştırır. Soruda böyle bir sorgulama yapılmamaktadır.
- C) Mucize soru:** Bu teknikte danışanlardan problemin ortadan kalktığı geleceği hayal etmeleri istenir. Soruda böyle bir varsayımsal gelecek sorusu yoktur.

- D) Danışanın dilini değiştirme:** Bu teknik danışanın kullandığı olumsuz ifadeleri daha nötr ifadelerle değiştirmeyi içerir. Soruda dil değişimi değil, çatışma davranışının yapılandırılması söz konusudur.

- E) Kabus sorusu:** Bu teknikte danışanlardan sorunların daha kötü hale geldiği bir senaryo hayal etmeleri istenir. Soruda böyle bir yapı bulunmamaktadır.

Cevap: A

- 15. Annenin Mesut için "derslerine hiç çalışmıyor", "zamanını boşa harcıyor" gibi oldukça olumsuz ve problem odaklı ifadeler kullanması temel durumu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın bu davranışı doğrudan problem olarak etiketlemek yerine "ilgisini çeken etkinlikleri seçerek zamanını verimli kullanmayı öğreniyor olabilir" şeklinde yeniden anlamlandırmasıdır. Bu, olumlu yeniden çerçeveleme tekniğine örnektir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide olumlu yeniden çerçeveleme; danışanın ya da aile üyelerinin probleme yüklediği olumsuz anlamları daha nötr, işlevsel ve çözüm üretmeye uygun bir çerçeveye taşımayı amaçlar. Soruda "zamanını boşa harcıyor" ifadesi daha olumlu ve farklı bir bakış açısıyla yeniden yorumlanmıştır. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Mucize soru:** Bu teknikte danışandan problemin ortadan kalktığı geleceği hayal etmesi istenir. Soruda böyle bir varsayımsal gelecek sorusu bulunmamaktadır.
- C) İltifat etme:** Bu teknik danışanın güçlü yönlerini doğrudan fark ettiren ve olumlu davranışlarını öven geri bildirimleri içerir. Soruda övgüden çok davranışın yeniden anlamlandırılması vardır.
- D) Örüntüleri kırma:** Bu teknikte problem davranış dizisini değiştirecek yeni davranışlar önerilir. Soruda böyle bir müdahale yoktur.
- E) İstisnai sorular:** Bu teknik problemin yaşanmadığı ya da daha az yaşandığı zamanları araştırır. Soruda böyle bir soru yöneltilmemiştir.

Cevap: A

1. Psikolojik danışmanın ilk görüşmenin sonunda danışandan “**hayatında yolunda giden şeyleri**”, “**işe yarayan olumlu gelişmeleri fark etmesini**” ve bunları not etmesini istemesi belirleyici ifadedir. Burada danışana probleme odaklanması değil, günlük yaşamındaki küçük ama işlevsel değişimleri gözlemlemesi yönünde standart bir görev verilmektedir. **Bu, jenerik göreve örnektir.** Çözüm odaklı kısa süreli terapide **jenerik görev**, özellikle ilk oturum sonunda danışandan bir sonraki görüşmeye kadar yaşamında işe yarayan, olumlu giden ya da fark edilmesi gereken küçük değişimleri gözlemlemesini istemeyi içerir. Amaç, danışanın dikkatini problemden çözüme ve güçlü yönler yöneltmektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan problemi ya da ilerlemesini genellikle **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda böyle bir ölçek kullanılmamıştır.
- B) İçerik yansıtması:** İçerik yansıtması, danışanın söylediklerini başka sözcüklerle yeniden ifade ederek anlaşıldığını hissettirme becerisidir. Soruda böyle bir yeniden ifade yoktur.
- D) Mucize sorusu:** Bu teknikte danışandan problemin ortadan kalktığı geleceği hayal etmesi istenir. Soruda böyle bir varsayımsal gelecek sorusu bulunmamaktadır.
- E) Yeniden çerçeveleme:** Bu teknik danışanın probleme yüklediği olumsuz anlamı daha işlevsel biçimde yeniden yorumlamayı içerir. Soruda yeniden anlamlandırma değil, görev verme vardır.

Cevap: C

2. Danışanın **iş yaşamında sürekli başarısızlık yaşadığını** ve geleceğini belirsiz gördüğünü söylemesi temel problem durumunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın “**bundan bir yıl sonra hayatında işler daha iyi gitmeye başladı**” diyerek danışanı gelecekteki olumlu bir durumu düşünmeye yönlendirmesi ve ardından “**en küçük işaret ne olurdu?**” sorusunu sormasıdır. Bu soru, danışanın gelecekte gerçekleşmesini istediği olumlu değişimleri somutlaştırmasına yöneliktir. **Bu, ileriye dönük soruya örnektir.** Çözüm odaklı kısa süreli terapide ileriye dönük sorular, danışanın gelecekte görmek

istediği değişimleri daha net hale getirmesini ve çözüm odaklı düşünmesini sağlar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan problemi ya da ilerlemesini genellikle **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda böyle bir ölçek kullanılmamıştır.
- C) Jenerik görev:** Bu teknikte danışana oturum dışında gözlem yapmasına yönelik görev verilir. Soruda görev verilmemektedir.
- D) Yeniden çerçeveleme:** Bu teknik danışanın probleme yüklediği anlamı farklı biçimde yorumlamayı içerir. Soruda böyle bir yeniden anlamlandırma yoktur.
- E) Karabasan sorusu:** Bu teknikte danışandan sorunların daha kötü hale geldiği bir senaryo düşünmesi istenir. Soruda tam tersine olumlu bir gelecek senaryosu bulunmaktadır.

Cevap: A

3. Çözüm odaklı kısa süreli terapi; danışanın kendi yaşamının uzmanı olduğu, sorun alanlarını kendisinin tanımladığı ve danışmanın danışan adına problem belirleyen otorite rolüne girmedeği bir yaklaşımdır. Ayrıca “**bozulmamışsa onarma**”, “**işli-yorsa devam ettir**” ve danışanın güçlü yönlerine odaklanma temel ilkeler arasındadır. Sorudaki uygun olmayan ifade, danışmanın kendi uzmanlığı doğrultusunda danışanın problemine öncelik vererek odaklanması gerektiğini savunan seçenektir. Bu durum çözüm odaklı kısa süreli terapinin iş birliğine dayalı yapısıyla çelişmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Danışanın gerçekten bir yakınması yoksa herhangi bir müdahaleye gerek yoktur:** Bu ifade kuramın “**bozulmamışsa onarma**” ilkesine uygundur.
- C) Eğer danışan halen işlevde bulunuyorsa işlevde bulunmasına engel olunmamalıdır:** Bu ifade doğrudur çünkü işleyen davranışlar durdurulmaz.
- D) Danışanın sorunlu alanlarını kendisinin belirlemesi önemlidir:** Bu ifade doğrudur. Danışan kendi yaşamının uzmanı olarak kabul edilir.

- E) Danışanın güçlü yönleri ve işe yarayan davranışları fark edilerek bunların sürdürülmesine önem verilir: Bu ifade çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel özelliklerinden biridir.

Cevap: A

4. Sezin'in sınıf arkadaşlarıyla sürekli tartıştığını ve bu nedenle yalnız hissettiğini söylemesi temel problem durumunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın “**bu oldukça olgun bir yaklaşım**” ve “**bu senin güçlü bir yanın olduğunu gösteriyor**” şeklindeki ifadeleridir. Danışman burada Sezin'in problemine değil, tartışmayı büyütmemek için yaptığı işlevsel davranışa odaklanmakta ve bu davranışı açık biçimde takdir etmektedir. **Bu, iltifat etme tekniğine örnektir.** Çözüm odaklı kısa süreli terapide iltifat etme, danışanın başarılarını ve güçlü yönlerini onaylamayı amaçlar. Özellikle ilk oturumlarda sık kullanılır ve danışanın sahip olduğu işlevsel davranışları görünür hale getirir. Soruda psikolojik danışman doğrudan Sezin'in olumlu davranışını fark edip övdüğü için bu durum **doğrudan övgü** örneğidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Jenerik görev:** Bu teknikte danışandan oturum sonrasında hayatındaki olumlu gelişmeleri gözlemlemesi istenir. Soruda böyle bir görev verilmemektedir.

B) **Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan problemi ya da ilerlemesini **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda böyle bir ölçek yoktur.

D) **Yeniden çerçeveleme:** Bu teknik davranışı farklı bir anlam çerçevesine yerleştirmeyi içerir. Soruda temel vurgu doğrudan danışanın güçlü yönünü övmektir.

E) **Mucize soru:** Bu teknikte danışandan problemin ortadan kalktığı geleceği hayal etmesi istenir. Soruda böyle bir varsayımsal gelecek sorusu bulunmamaktadır.

Cevap: C

5. Görüşmenin **diğer danışmanlar tarafından tek yönlü aynadan izlenmesi** ve görüşme sonunda gözlemci ekibin öğrenciye onun **güçlü yanlarını**, zor durumlarda gösterdiği becerileri ve umut verici özelliklerini vurgulayan geri bildirimler sunması sorudaki belirleyici ifadedir. **Bu, yansıtıcı ekip çalışmasına örnektir.** Çözüm odaklı kısa süreli terapide yansıtıcı ekip uygulamasında terapist görüşmeyi yürütürken diğer uzmanlar süreci gözlemleyebilir; görüşme sonunda ekip, danışanın güçlü yönlerini ve çözüm potansiyelini öne çıkaran geri bildirimlerde bulunur. Amaç, danışanın sahip olduğu kaynakları daha görünür hale getirmektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Jenerik görev:** Bu teknikte danışana oturum sonrasında olumlu gelişmeleri fark etmesine yönelik görev verilir. Soruda böyle bir durum yoktur.

C) **Derecelendirme sorusu:** Bu teknikte danışandan problemi ya da ilerlemesini **0-10 arasında değerlendirmesi** istenir. Soruda böyle bir ölçek kullanılmamıştır.

D) **Önceki çözüm sorusu:** Bu teknik danışanın geçmişte işe yarayan çözüm yollarını araştırır. Soruda geçmiş çözümler sorgulanmamaktadır.

E) **Yeniden çerçeveleme:** Bu teknik problemi daha farklı ve işlevsel biçimde anlamlandırmayı içerir. Soruda temel vurgu ekip gözlemi ve geri bildirim sürecidir.

Cevap: B

6. Büşra'nın sınıf arkadaşlarıyla iletişim kurmakta zorlandığını ve bu nedenle yalnız hissettiğini söylemesi temel problem durumunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın “**geçmişte benzer bir durumda işe yarayan küçük adımların oldu mu?**” sorusudur. Danışman burada Büşra adına çözüm üretmemekte ya da doğrudan öneri sunmamaktadır; danışanın geçmişte işe yarayan deneyimlerini yine danışanın kendisinden keşfetmeye çalışmaktadır. **Bu durum, danışmanın bilmeyen konumunu korumasına örnektir.** Çözüm odaklı kısa süreli terapide danışman, danışanın yaşamının uzmanı gibi davranmaz; çözümün danışanın kendi deneyimlerinde bulunduğunu kabul eder ve bunu keşfetme-

sine yardımcı olur. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Danışanın güçlü yanlarını fark ettirmesi:** Bu seçenek kısmen güçlü yön vurgusu içeriyor gibi görünse de sorunun asıl odak noktası danışmanın tutumudur.
- B) Danışanın geleceğe odaklanmasını sağlama:** Geleceğe yönelik bir varsayımsal soru sorulmamaktadır.
- C) Danışana direkt çözüm önermesi:** Danışman doğrudan çözüm sunmamaktadır.
- D) Derecelendirme sorusu ile ilerlemeyi ölçmesi:** Soruda 0-10 ölçeği kullanılmamıştır.

Cevap: E

- 7.** Annenin “**çocuğum çok olgunlaşmamış**” ifadesi, çocukla ilgili oldukça genelleyici ve olumsuz bir etiketleme içermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın bu ifadeyi aynen kabul etmek yerine “**sorumluluk alması biraz zaman alabiliyor**” diyerek daha nötr bir dile çevirmesi ve ardından “**bazı görevlerde gayet dikkatli ve özenli davranıyor**” ifadesiyle problemi farklı bir çerçevede ele almasıdır. Burada temel müdahale, annenin kullandığı olumsuz sözcükleri daha işlevsel ve olumsuz imalar içermeyen ifadelerle değiştirmektir. **Bu, danışanın sözcük ve cümleciklerini değiştirme tutumuna örnektir.** Çözüm odaklı kısa süreli terapide danışanın kullandığı katı ve problem odaklı dil, daha nötr ve çözüm üretmeye uygun ifadelerle yeniden düzenlenebilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) İleriye dönük soru:** Bu teknikte danışan gelecekte gerçekleşecek olumlu değişimleri düşünür. Soruda böyle bir soru yoktur.
- C) Jenerik görev:** Bu teknikte danışana oturum dışında gözlem yapmasına yönelik görev verilir. Soruda görev verilmemektedir.
- D) İltifat etme:** Danışmanın güçlü yön vurgusu bulunsu da temel belirleyici müdahale annenin kullandığı dili değiştirmesidir.
- E) Otomatik düşünceyi değiştirme:** Bu durum bilişsel terapi yaklaşımına aittir. Soruda böyle bir müdahale yoktur.

Cevap: B

- 8.** Kahraman'ın **dersleri ve arkadaş ilişkileriyle ilgili zorluklar yaşadığı** belirtilse de psikolojik danışmanın sorunların nedenlerini ayrıntılı biçimde incelememesi önemli bir ipucudur. Sorudaki belirleyici ifade ise danışmanın “**geçmişte başarılı olduğu durumları fark ettirmesi**”, “**küçük adımlarla çözdüğü problemleri görünür hale getirmesi**” ve en önemlisi “**Kahraman'ın kendi çözüm üretme kapasitesine güvenerek rehberlik etmesi**” ifadesidir. Bu durum, çözüm odaklı kısa süreli terapinin danışanın kendi yaşamının uzmanı olduğu anlayışını yansıtmaktadır. **Bu, danışanın kendi yaşamında uzman olduğu ve çözüm yollarını kendisinin bulabileceğine inanılması ilkesine örnektir. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Danışmanın mucize sorular yardımıyla geleceğe yönelik olumlu hedefler belirleyebileceğine inanması:** Mucize soru çözüm odaklı terapide kullanılan tekniklerden biridir ancak soruda belirleyici unsur bu değildir.
- C) Problemlerin nedenlerini geçmişten başlayarak detaylı bir şekilde araştırması:** Çözüm odaklı kısa süreli terapi bu yaklaşımı benimsemez.
- D) Danışanın yalnızca olumsuz deneyimlerini ve hatalarını odak noktası hâline getirmesi:** Kuram tam tersine güçlü yönler ve işe yarayan davranışlara odaklanır.
- E) Danışmanın danışanla etkili ilişki kurması gerektiğine inanması:** Terapötik ilişki önemlidir ancak soruda vurgulanan temel felsefe bu değildir.

Cevap: B

- 9.** Semiramis'in **grup çalışmalarında fikirlerini paylaşmakta** ve sınıfta kendini ifade etmekte zorlandığı belirtilmektedir. Çözüm odaklı psikolojik danışmada hedefler; danışanın **kendi kontrolünde olan**, somut, davranışsal ve danışanın kendisine odaklanan amaçlar olmalıdır. Sorudaki belirleyici seçenek “**Arkadaşlarımla beni konuşmalarında daha fazla dikkate almasını istiyorum**” ifadesidir. Bu hedef, Semiramis'in kendi davranışına değil, **başkalarının davranışını değiştirmeye** odaklanmaktadır. Çözüm odaklı yaklaşımda amaçlar danışanın kendi yapabilecekleri üzerinden tanımlanır. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Grup çalışmalarında fikirlerimi rahatça paylaşabilmek ve kendimi ifade edebilmek istiyorum: Danışanın kendi davranışına odaklanan uygun bir hedeftir.
- B) Sınıfta tartışmalara katılırken kendi fikirlerimi söylemek istiyorum: Bu ifade danışanın kontrol alanındadır ve uygundur.
- C) Grup içinde görüşlerimi açıkça ifade edebilmek istiyorum: Bu hedef danışanın kendi davranışına yöneliktir.
- E) Kendi düşüncelerimi ifade ederken daha etkili konuşmak istiyorum: Bu ifade de danışanın geliştirebileceği becerilere odaklanmaktadır.

Cevap: D

10. Çözüm odaklı kısa süreli terapi; problemin nedenlerini uzun uzun analiz etmeye değil, danışanın **işe yarayan davranışlarını**, mevcut kaynaklarını ve geliştirdiği çözüm yollarını görünür hale getirmeye odaklanır. Ayrıca değişimin sürekli devam eden bir süreç olduğu kabul edilir ve danışanın hâlihazırda işe yarayan davranışlarının artırılması hedeflenir. Sorudaki uygun olmayan ifade, terapistin görevinin problemleri ayrıntılı analiz etmek ve yanlış davranışları sistematik biçimde ortadan kaldırmak olduğunu savunan seçenektir. Bu yaklaşım çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel felsefesiyle uyumsuz. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Danışanın geliştirdiği çözüm yolları belirli durumlara daha uygun ve uygulanabilir olabilir: Bu ifade kuramın danışanın kendi çözüm kapasitesine güvenme anlayışıyla uyumludur.
- B) Değişim sürekli devam eden bir süreçtir: Bu ifade çözüm odaklı yaklaşımın temel varsayımlarından biridir.
- D) Danışanın halen işe yarayan davranışları fark edilerek bunların daha fazla kullanılmasına odaklanılır: Bu ifade kuramın temel ilkeleriyle uyumludur.
- E) Problemlerin üzerinde uzun süre durmak yerine işe yarayan davranışlara yönelmek daha faydalıdır: Bu ifade de çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel anlayışını yansıtır.

Cevap: C

11. Gülten'in sınavlara hazırlanırken kaygı yaşadığını ve ders çalışmaya başlayamadığını söylemesi temel problem durumunu göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın **"kaygının seni engellemediği bir sabahı hayal et"** sorusudur. Danışman burada problemin nedenlerini araştırmamakta; danışanı problemin olmadığı bir geleceği düşünmeye ve o durumda hayatında nelerin farklı olacağını fark etmeye yönlendirmektedir. Bu yaklaşım, çözüm odaklı kısa süreli terapinin **probleme değil çözüme ve olumlu gelecek senaryolarına odaklanma** ilkesini yansıtmaktadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Danışanın kaygısının kökenlerini psiko-dinamik olarak inceleme: Soruda geçmiş yaşantılar ya da bilinç dışı süreçler araştırılmamaktadır.
- B) Danışanın bilişsel çarpıtmalarını belirleme: Bu yaklaşım bilişsel terapiye daha uygundur.
- C) Danışanın mevcut davranışlarını sistematik biçimde gözlemleme: Soruda davranış gözlemi yapılmamaktadır.
- D) Danışanın kişilik özelliklerini projektif tekniklerle değerlendirme: Soruda böyle bir değerlendirme süreci yoktur.

Cevap: E

12. Şeyda ve Polat'ın **düğün hazırlıkları sırasında sürekli tartıştıkları** belirtilmektedir. Sorudaki belirleyici seçenek ise çiftin problemin ayrıntılarına, geçmiş nedenlerine ya da bilişsel hatalarına odaklanmak yerine **tartışmanın daha az yaşandığı olumlu anları** araştıran ifadedir. **"Tartışmaya başlamadan önce yaşadığınız olumlu anlara odaklanalım, o zaman farklı olan neler vardı?"** sorusu, problemin daha az yaşandığı durumları keşfetmeye yöneliktir. Bu, çözüm odaklı kısa süreli terapide kullanılan **istisna mantığıyla** uyumludur ve danışanı işe yarayan örüntüleri fark etmeye yönlendirir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Düğün hazırlıklarında ailelerin size nasıl müdahale ettiğini detaylı şekilde inceleyelim: Bu ifade problem analizine odaklanmaktadır.
- B) Tartışmalarınızda birbirinizin yerine geçtiğinizi hayal edin, hangi hataları fark ediyorsunuz?: Bu yaklaşım çözüm odaklı terapinin temel tekniklerinden biri değildir.

- C) Hazırlık sürecinde yaşadığınız sorunları ayrıntılı biçimde gözden geçirelim: Çözüm odaklı terapi problemin ayrıntılı analizine odaklanmaz.
- E) İlişkinizle ilgili yanlış düşüncelerinizin üzerinde durmanız gerektiğini düşünüyorum: Bu ifade bilişsel terapi yaklaşımını yansıtmaktadır.

Cevap: D

13. Öğrenci, **grup çalışmalarında arkadaşlarıyla anlaşamadığını**, tartışmalar sırasında öfkelenildiğini ve sonrasında pişmanlık yaşadığını söylemektedir. Çözüm odaklı kısa süreli terapide amaçlar; danışanın kendi kontrolünde olan, **somut, davranışsal**, ulaşılabilir ve danışanın ne istemediğine değil ne istediğine odaklanan ifadeler olmalıdır. Sorudaki belirleyici seçenek **“Grup çalışmalarında öfkeni kontrol etmek istiyorsun”** ifadesidir. Bu hedef, öğrencinin kendi davranışına odaklanmakta ve değiştirilebilir bir davranışı tanımlamaktadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Artık hiç tartışmak istemiyorsun:** Bu ifade mutlak ve gerçekçi olmayan bir hedef içermektedir.
- B) **Arkadaşlarının davranışlarını değiştirmelerini istiyorsun:** Bu hedef öğrencinin kendi kontrol alanında değildir.
- C) **Tartışmalar sırasında herkesin seni dinlemesini istiyorsun:** Bu ifade başkalarının davranışına odaklanmaktadır.
- D) **Tartışmalarda yanlış yapmamak istiyorsun:** Bu ifade belirsizdir ve somut davranış hedefi içermemektedir.

Cevap: E

14. Sude'nin **“kimse beni anlamıyor”** ve **“hocalarım beni başarısız görüyor”** şeklindeki ifadeleri problem algısını göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın kendi yorumunu sunmak yerine **“Senin için anlaşıldığını hissettiğin anlar oldu mu?”**, **“Başarısızlık tam olarak ne demek?”** ve **“Bir arkadaşın bu konuda ne söylerdi?”** gibi sorular yöneltmesidir. Danışman burada uzman rolüne geçip anlam üretmemekte; Sude'nin kendi deneyimini yine kendisinin tanımlamasına alan açmaktadır. **Bu, bilmeyen konumunu koruma ve danışanın uzmanlığını kabul etme tutumuna örnektir.** Çözüm odaklı kısa süreli terapide danışman, danışanın yaşamının uzmanı olmadığını kabul eder ve çözüm bilgisinin danışanda bulunduğu varsayımıyla hareket eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Danışanın geçmiş yaşantılarını yeniden çerçeveleme:** Soruda geçmiş yaşantılar yeniden yorumlanmamaktadır.
- B) **Danışanın içgörü kazanması için yüzleştirme kullanma:** Danışman yüzleştirici bir müdahalede bulunmamaktadır.
- D) **Danışanın çarpıtılmış bilişlerini sorgulama:** Bu yaklaşım bilişsel terapiye daha uygundur.
- E) **Danışanın direnç davranışlarını ortaya çıkarma:** Soruda direnç analizi yapılmamaktadır.

Cevap: C

15. Mesut'un "çalışsam da başarılı olamam" ve "hep kaybeden taraftayım" ifadeleri umutsuzluk ve yetersizlik algısını göstermektedir. Sorudaki belirleyici ifade ise psikolojik danışmanın "geçmişte zorlandığın ama sonunda üstesinden geldiğin bir durumu hatırlıyor musun?" ve "sana en çok nelerin yardımcı olduğunu düşünüyorsun?" sorularıdır. Danışman burada Mesut'un olumsuz düşüncelerini tartışmak yerine, geçmişte işe yarayan deneyimlerini ve sahip olduğu kaynakları görünür hale getirmeye çalışmaktadır. **Bu, Mesut'un güçlü yönlerini ve kişisel kaynaklarını görünür kılma amacına örnektir.** Çözüm odaklı kısa süreli terapide danışanın geçmişte işe yarayan becerileri ve güçlü yönleri keşfedilerek çözüm sürecine taşınır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Mesut'un olumsuz otomatik düşüncelerini sorgulamak: Bu yaklaşım bilişsel terapiye daha uygundur.
- C) Mesut'un sınav kaygısının altında yatan bilinç dışı çatışmaları çözümlemek: Bu ifade psikodinamik yaklaşımı yansıtır.
- D) Mesut'un öğrenme stilini belirlemek: Soruda böyle bir değerlendirme yapılmamaktadır.
- E) Mesut'un kaygı düzeyini ölçmek için standartize bir test uygulamak: Soruda ölçme aracı kullanımı bulunmamaktadır.

Cevap: B

1. Feminist terapi, bireyin yaşadığı sorunları yalnızca bireysel süreçlerle açıklamaz; danışanın problemlerini **toplumsal cinsiyet rolleri, güç eşitsizlikleri**, kültürel baskılar ve sosyal-politik yapı içinde ele alır. Bu yaklaşımda **kişisel olan politiktir, eşitlikçi terapötik ilişki** ve **danışanın güçlendirilmesi** temel ilkeler arasında yer alır. Buna göre:

I. **Danışanın yaşadığı kişisel sorunları toplumsal ve politik bağlamdan bağımsız ele alınamaz.** Bu ifade doğrudur. Feminist terapiye göre bireysel problemlerin önemli bir kısmı toplumsal baskılar, cinsiyet rolleri ve politik yapılarla ilişkilidir. Bu ifade doğrudan **kişisel olan politiktir** ilkesini yansıtmaktadır.

II. **Terapötik ilişkide danışanın kendi yaşamının uzmanı, terapistin ise rehber olduğu kabul edilir.** Bu ifade doğrudur. Feminist terapi, terapist-danışan arasındaki güç dengesizliğini azaltmaya çalışır. Danışan kendi yaşam deneyiminin uzmanı olarak görülürken terapist daha çok **otoriter olmayan, eşitlikçi** bir rehber rolü üstlenir.

III. **Terapötik değişim bireyin bilinç dışı süreçlerini açığa çıkarmakla gerçekleşir.** Bu ifade yanlıştır. **Bilinç dışı süreçler**, psikanalitik terapinin temel değişim mekanizmasıdır. Feminist terapi ise sosyal baskı sistemleri ve güç ilişkileri üzerinde durur.

IV. **Danışanın güçlendirilmesi ve toplumsal cinsiyet rollerinin sorgulanması esastır.** Bu ifade doğrudur. Danışanın kendi gücünü fark etmesi, toplumsal rollerin etkisini sorgulaması ve yaşamı üzerinde daha fazla kontrol geliştirmesi feminist terapinin temel amaçlarındandır. **Cinsiyet rolü analizi** bu noktada önemli tekniklerden biridir.

V. **Danışanın işlevsel olmayan düşüncelerinin yeniden yapılandırılması temel alınır.** Bu ifade yanlıştır. **Bilişsel yeniden yapılandırma**, bilişsel davranışçı terapinin temel müdahalelerinden biridir. Feminist terapi temel olarak sosyal bağlam ve güç ilişkilerine odaklanır.

Feminist terapinin ilkeleri arasında yer alan ifadeler I., II. ve IV. öncüllerdir.

Cevap: C

2. Asiye'nin yaşadığı temel problem yalnızca bireysel öz güven eksikliği değildir; iş yerinde **erkek meslektaşlarına göre daha az sorumluluk verilmesi, terfi süreçlerinde görmezden gelinmesi** ve bunun sonucunda kendisini değersiz hissetmesi, sorunun **toplumsal cinsiyet eşitsizliği** ve güç ilişkileri boyutunu açıkça göstermektedir. Soruda belirleyici ifade ise Asiye'nin terapiye gelme nedeninin **"kendini daha güçlü hissetmek"** ve **"toplumsal baskıların etkilerini fark edebilmek"** olarak belirtilmesidir. Bu durum feminist terapinin temel ilkelerinden olan **kişisel olan politiktir** anlayışıyla ve danışanın **güçlendirilmesi** amacıyla doğrudan örtüşmektedir. Feminist terapi, danışanın yaşadığı baskının yalnızca kişisel bir yetersizlik olmadığını fark ettirir ve bireyin kendi yaşamı üzerinde daha güçlü hissetmesini hedefler. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Danışanın bilinç dışı çatışmalarını çözümlemek:** Bu seçenek psikanalitik terapiyi yansıtır. Soruda bilinç dışı çatışmalar ya da çocukluk yaşantılarının analizi söz konusu değildir.

B) **Danışanın koşullu tepkilerini ortadan kaldırmak:** Bu ifade davranışçı terapiye aittir. Koşullanmış davranışların söndürülmesi feminist terapinin temel amacı değildir.

C) **Danışanın irrasyonel inançlarını yeniden yapılandırmak:** Bu seçenek akılcı duygusal davranışçı terapi ve bilişsel davranışçı terapi ile ilişkilidir. Sorunun odağı irrasyonel düşünceler değil, toplumsal baskı sistemleridir.

D) **Danışanın varoluşsal kaygılarını anlamlandırmak:** Bu ifade varoluşçu terapiye özgüdür. Soruda ölüm, anlamsızlık, yalnızlık ya da özgürlük çatışmaları gibi varoluşsal temalar bulunmamaktadır.

Cevap: E

3. Feminist terapi, bireyin yaşadığı sorunları yalnızca içsel süreçlerle açıklamaz; danışanın yaşamındaki **kültürel, sosyal, politik, ekonomik ve tarihsel faktörleri**, güç ilişkilerini ve toplumsal baskıları dikkate alır. Ayrıca **eşitlikçi terapötik ilişki**, kadınların güçlendirilmesi ve çoklu baskı alanlarının analiz edilmesi bu yaklaşımın temel ilkeleri arasındadır. Soruda feminist terapinin temel ilkeleri arasında **yer almayan** ifade sorulmaktadır.

Danışanın bilinç dışı çatışmalarının çözülmesi ise psikanalitik terapinin temel odak noktalarından biridir. feminist terapi bilinç dışı süreçlerden çok toplumsal baskılar ve güç eşitsizlikleri üzerinde durur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Kadınların yaşamlarındaki kültürel, sosyal, politik, ekonomik ve tarihi faktörlerin dikkate alınması:** Bu ifade feminist terapinin temel ilkeleriyle uyumludur. Kuram yalnızca içsel faktörlere değil, bireyin içinde bulunduğu sosyal bağlama da odaklanır.
- B) Danışma sürecinde eşitliğe ve karşılıklı saygıya önem verilmesi:** Bu seçenek feminist terapinin **eşitlikçi terapötik ilişki** anlayışını yansıtmaktadır. Terapist otoriter bir konumda değildir.
- D) Kadınların bireysel ve kolektif güçlerini fark etmelerine destek olunması:** Bu ifade feminist terapinin temel amaçlarından biri olan **güçlendirme** yaklaşımıyla örtüşmektedir.
- E) Cinsiyet, ırk, yaş ve cinsel yönelim gibi çoklu güç şekillerinin analiz edilmesi:** Bu seçenek de feminist terapinin çok kültürlü bakış açısıyla uyumludur. Kuram yalnızca cinsiyet baskısını değil, farklı baskı türlerini de analiz eder.

Cevap: C

4. Danışan, kadın olduğu için toplumsal yaşamda sürekli görmezden geldiğini ve zamanla toplumun kadınlara yüklediği inanç ve değerleri sorgulamadan benimsediğini ifade etmektedir. Yani danışanın problemi yalnızca bireysel düşünce hatalarından değil, doğrudan **toplumsal cinsiyet rolleri** ve sosyal baskılardan beslenmektedir. Soruda özellikle danışanın bu değerleri **"farkında olmadan içselleştirdiğini"** söylemesi oldukça kritik bir ipucudur. Feminist terapi, kadınların toplumsal mesajları nasıl içselleştirdiklerini fark etmelerine yardımcı olmayı ve onların bireysel/kolektif güçlerini yeniden keşfetmelerini amaçlar. Danışanın hem bu toplumsal inançları sorgulaması hem de güç kazanması gerektiği için **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Danışanın irrasyonel düşüncelerini yeniden yapılandırmak:** Bu seçenek bilişsel davranışçı terapi ve akılcı duygusal davranışçı terapi ile ilişkilidir. Soruda irrasyonel düşünce kalıplarından çok toplumsal baskıların etkisi vurgulanmaktadır.
- B) Danışanın varoluşsal kaygılarını anlamasına yardımcı olmak:** Bu ifade varoluşçu terapiye aittir. Soruda yaşamın anlamı, ölüm, özgürlük ya da yalnızlık gibi varoluşsal temalar yer almamaktadır.
- C) Danışanın çocukluk yaşantılarındaki çatışmaları çözmek:** Bu seçenek psikanalitik terapiyi yansıtır. Soruda geçmiş yaşantılar değil, mevcut toplumsal baskılar ön plandadır.
- D) Danışanın koşullu öğrenmelerini ortadan kaldırmak:** Bu ifade davranışçı terapiye özgüdür. Feminist terapi koşullanmış tepkilerden çok toplumsal güç ilişkilerine odaklanır.

Cevap: E

5. Soruda feminist terapinin **insan doğasına bakış açısı** sorulmaktadır. Öncüde özellikle bireyin yaşamını anlamlandırırken **cinsiyet rolleri ve toplumsal beklentilerin etkisinin dikkate alındığı** vurgulanmıştır. Bu nokta oldukça önemlidir çünkü feminist terapi, kadın ve erkeklerin davranış farklılıklarını biyolojik nedenlerle açıklamaz; bireyi diğer insanlarla **eşit hak ve özgürlüklere sahip**, ancak toplumsal ve kültürel baskılar nedeniyle sınırlandırılabilen ve bu baskılar fark edildiğinde gelişim gösterebilen bireyler olarak ele alır. Sorudaki ifade ile bu yaklaşım doğrudan örtüştüğü için **doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Bireyler doğuştan belirli kişilik özellikleri ve rollerle dünyaya gelir; değişimleri sınırlıdır:** Bu seçenek daha deterministik bir yaklaşımı yansıtır. Feminist terapi bireyin değişim kapasitesini kabul eder.
- B) İnsanlar, toplumsal ve kültürel etkilerden bağımsız olarak tamamen özgür ve öznel tercihlerle hareket eder:** Bu ifade feminist terapiyle çelişir. Kuram, toplumsal ve kültürel etkilerin birey üzerindeki etkisini özellikle vurgular.

D) Kadınlar ve erkekler, biyolojik farklılıkları nedeniyle belirli kişisel özellikler ve rollerle sınırlıdır; terapide bu farklılıklar değiştirilmez: Feminist terapi bu biyolojik determinist bakış açısını kabul etmez. Davranış farklılıklarını daha çok sosyalleşme süreçleriyle açıklar.

E) İnsan doğası, yalnızca bireysel psikolojik süreçlerle şekillenir ve toplumsal etkileşimlerin rolü ihmal edilebilir: Bu seçenek de feminist terapinin sosyal bağlamı merkeze alan yaklaşımıyla örtüşmemektedir.

Cevap: C

6. Soruda feminist terapinin temel özellikleri arasında yer almayan ifade sorulmaktadır. Seçeneklere bakıldığında B, C, D ve E şıkları feminist terapinin temel yaklaşımıyla uyumludur çünkü bu kuram bireyin yaşadığı sorunları yalnızca kişisel süreçlerle açıklamaz; toplumsal baskılar, ayrımcılık, güç ilişkileri ve sosyal bağlamı dikkate alır. A seçeneğinde ise ruh sağlığının yalnızca bireysel faktörler üzerinden tanımlandığı ifade edilmektedir. Oysa feminist terapi, ruh sağlığı sorunlarını yalnızca bireyin içsel yapısıyla açıklayan hastalık modeline eleştirel yaklaşır ve çevresel/sosyal faktörleri de dikkate alır. Doğru cevap A seçeneğidir.

B) Danışan ile terapist arasında güç dengesini azaltmaya yönelik eşitlikçi bir ilişki kurulur: Bu ifade feminist terapinin eşitlikçi terapötik ilişki anlayışıyla örtüşmektedir.

C) Kadınların yaşantıları, toplumsal ve kültürel bağlam içinde anlamlandırılır: Bu seçenek feminist terapinin temel bakış açılarından biridir. Danışanın yaşadığı sorunlar sosyal bağlam içinde değerlendirilir.

D) Bastırılmışlık ve ayrımcılık, psikolojik işlevselliğin önemli belirleyicileri olarak görülür: Bu ifade de kuramla uyumludur. Feminist terapi farklı baskı türlerinin birey üzerindeki etkisini önemser.

E) Kişisel kimlik, sosyal ve politik koşullardan bağımsız ele alınamaz: Bu seçenek de kişisel olan politiktir anlayışıyla örtüşmektedir.

Cevap: A

7. Feminist terapi, ruh sağlığı sorunlarını yalnızca bireyin içsel patolojileriyle açıklayan geleneksel hastalık modeline eleştirel yaklaşır. Bu kurama göre bireyi terapiye getiren stres sadece intrapsişik süreçlerden kaynaklanmaz; toplumsal baskılar, güç eşitsizlikleri, kişiler arası ilişkiler ve adil olmayan sosyal yapılar da ruh sağlığını doğrudan etkileyebilir. Örneğin kadınların yaşadığı ayrımcılık, bastırılmışlık veya toplumsal roller nedeniyle yaşadığı stres bireysel bir patoloji olarak değil, daha geniş sosyal bağlam içinde değerlendirilir. Bu nedenle feminist terapi ruh sağlığı sorunlarını bireysel patolojiden çok toplumsal yapı ve ilişkiler bağlamında ele alır. Doğru cevap A seçeneğidir.

B) Ruhsal bozuklukların temelinde irrasyonel inançların yer aldığını vurgular: Bu ifade akılcı duygusal davranışçı terapi ile ilgilidir.

C) Psikopatolojiyi bilinç dışı çatışmalar üzerinden açıklamaya çalışır: Bu görüş psikanalitik terapi ile ilgilidir.

D) Ruhsal sıkıntıları yalnızca biyolojik faktörlere dayandırır: Feminist terapi ruh sağlığını yalnızca biyolojik nedenlerle açıklamaz.

E) Davranış sorunlarını koşullanma ilkeleriyle açıklamaya yönelir: Bu ifade davranışçı terapi ile ilgilidir.

Cevap: A

8. Burcu başlangıçta yaşadığı sorunları “hayatımın birçok alanında yeterince iyi değilim” şeklinde kişisel bir yetersizlik olarak değerlendirmektedir. Ancak vaka incelendiğinde sorun yalnızca bireysel değildir: iş yerinde kadın olduğu için söz hakkı bulamaması, çocuklukta erkek kardeşinin kayırılması, farklı etnik kökeni nedeniyle dışlanması ve toplumun “ideal kadın” beklentileri nedeniyle eleştirilmesi birlikte verilmiştir. Psikolojik danışmanın da bu baskının yalnızca cinsiyetten değil; etnik köken, sınıf ve kültürel farklılıklardan da kaynaklanabileceğini vurgulaması kritik noktadır. Feminist terapi, bireyin maruz kaldığı baskıyı tek boyutlu ele almaz; farklı sosyal kimlik alanlarından kaynaklanan çoklu baskıları birlikte değerlendirir. Bu durum feminist terapideki bastırılmışlığın analizi ilkesini yansıtmaktadır. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Çocukluk dönemindeki çözülmemiş çatışmaların açığa çıkarılması:** Bu ifade psikanalitik terapi ile ilgilidir.
- B) **Danışanın kendisiyle ilgili mantık dışı düşüncelerinin yeniden yapılandırılması:** Bu ifade akılcı duygusal davranışçı terapi ile ilgilidir.
- C) **Danışanın yaşamına anlam katacak seçimler yapmasına yardımcı olunması:** Bu görüş varoluşçu terapi ile ilgilidir.
- D) **Olumsuz pekiştirilmiş davranışların söndürülmesi:** Bu ifade davranışçı terapi ile ilgilidir.

Cevap: E

9. Züleyha iş yerinde duygularını ifade ettiğinde “fazla duygusal”, ev işleriyle ilgili beklentileri karşılamadığında “kadın sorumluluğunu yerine getirmeyen kişi”, liderlik rolünde ise “kadına uygun değil” şeklinde etiketlenmektedir. Yani yaşadığı sorunların ortak noktası, toplumun kadınlara yüklediği kalıp rollerin Züleyha üzerinde baskı oluşturmasıdır. Psikolojik danışmanın bu durumun Züleyha’nın kişisel yetersizliğinden değil, **kadın ve erkek rollerine ilişkin kültürel beklentilerden** kaynaklandığını vurgulaması belirleyici ipucudur. Feminist terapiye göre kadın ve erkek davranışlarındaki farklılıklar biyolojik süreçlerle değil, büyük ölçüde **sosyalleşme süreçleri** ve kültürel rollerle açıklanır. Bu nedenle cinsiyetin kültürel olarak inşa edildiğini savunan görüş doğru seçenektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kadın kimliğinin anne ile özdeşim sürecinde geliştiği anlayışı:** Bu görüş psikanalitik terapi ile ilgilidir.
- B) **Danışanın kendisiyle ilgili işlevsel olmayan düşüncelerinin yeniden yapılandırılması:** Bu ifade bilişsel davranışçı terapi ile ilgilidir.
- D) **Danışanın kendini gerçekleştirme sürecinde engellenmiş olduğu varsayımı:** Bu görüş birey merkezli psikolojik danışma yaklaşımı ile ilgilidir.
- E) **Toplumsal ödül ve cezaların danışanın davranışlarını şekillendirmesi:** Bu ifade davranışçı terapi ile ilgilidir.

Cevap: C

10. Nazlı başlangıçta iş yerinde “fazla duygusal” ve karar almada yetersiz olduğu yönündeki eleştiriler nedeniyle zaman zaman problemi kendi içinde aramakta ve “yanlış yapıyorum” düşüncesiyle içe kapanmaktadır. Ancak süreç içinde bir **toplumsal cinsiyet farkındalığı grubuna katılması**, yaşadığı sorunların yalnızca kişisel eksikliklerinden değil **toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklandığını fark etmesi** ve ardından **benzer deneyim yaşayan diğer kadınlarla dayanışma geliştirmeye başlaması** sorudaki en kritik ipuçlarıdır. Bu durum feminist kimlik gelişim sürecinde **saplanma-çıkma evresine** karşılık gelir. Bu evrede birey, benzer deneyimler yaşayan kadınlarla duygusal bağ kurar, destekleyici gruplar içinde yer alır ve yeni kimliği için onay/güç kazanır. Nazlı’nın grup deneyimi ve dayanışma geliştirmesi bu evrenin temel özelliklerini yansıtmaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Pasif kabul evresi:** Bu evrede kişi toplumsal cinsiyet temelli ayrımcılığın farkında değildir ya da bunu reddeder. Nazlı artık sorunları yalnızca kişisel eksiklik olarak görmemektedir.
- B) **Açığa çıkma evresi:** Bu evrede birey baskıyı fark etmeye başlar ve mevcut rolleri sorgular. Ancak soruda yalnızca farkındalık değil, diğer kadınlarla dayanışma geliştirme de vardır.
- D) **Sentez evresi:** Bu evrede birey feminist kimliği ile kişisel kimliğini daha bütünleşmiş hale getirir ve daha dengeli bir bakış geliştirir. Soruda henüz bu düzeyde bir kimlik bütünleşmesi görülmemektedir.
- E) **Aktif sorumluluk evresi:** Bu evrede birey feminist kimliğini toplumsal değişim için aktif eyleme dönüştürür. Soruda böyle bir toplumsal aktivizm vurgulanmamıştır.

Cevap: C

11. Selda uzun süredir ailesinden ve çevresinden “kadın olarak yapamayacağı şeyler” mesajı almaktadır. Buna rağmen iş ve okul hayatında karşılaştığı ayrımcılığı sistemsel bir problem olarak görmemekte; aksine bu eleştirileri **kişisel yetersizlik** olarak yorumlayıp kendisini değiştirmeye çalışmaktadır. Yani Selda henüz toplumsal cinsiyet temelli baskının farkında değildir ve mevcut sistemi sorgulamamaktadır. Bu durum feminist

kimlik gelişim sürecinde **pasif kabul evresine** karşılık gelir. Bu evrede birey, toplumsal önyargı ve ayrımcılığın ya farkında değildir ya da bunları sorgulamadan kabul eder; hatta problemi çoğu zaman kendisinde arar. Selda'nın yaşadığı süreç bu evrenin özellikleriyle doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Açığa çıkma evresi:** Bu evrede birey ayrımcılığı fark etmeye başlar ve mevcut toplumsal rolleri sorgular. Selda henüz bu farkındalık düzeyine ulaşmamıştır.
- C) Saplanma-çıkma evresi:** Bu evrede kişi benzer deneyimler yaşayan kadınlarla dayanışma geliştirir ve destek arar. Soruda böyle bir durum bulunmamaktadır.
- D) Sentez evresi:** Bu evrede birey feminist kimliği ile kişisel kimliğini daha bütünleşmiş hale getirir. Selda bu aşamadan oldukça uzaktadır.
- E) Aktif sorumluluk evresi:** Bu evrede birey feminist kimliğini toplumsal değişim için aktif eyleme dönüştürür. Soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: A

12. Selin başlangıçta iş yerinde maruz kaldığı “**kadın olarak bu görevi yapamazsın**” söylemlerini içselleştirerek kendisini yetersiz hissetmektedir. Ancak sorudaki kritik kırılma noktası, bir **farkındalık seminerine katıldıktan sonra** yaşadığı sorunların kişisel eksikliklerinden değil, **toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklandığını fark etmesi** ve buna karşı **öfke duymaya başlamasıdır**. Yani Selin artık problemi kendisinde aramaktan çıkmış, toplumsal baskıyı fark etmeye başlamıştır. Bu durum feminist kimlik gelişim sürecinde **acığa çıkma evresine** karşılık gelir. Bu evrede birey için artık görmezden gelinemeyecek çelişkiler ortaya çıkar, kişi toplumsal baskıyı fark eder, mevcut rolleri sorgular ve sıklıkla yoğun öfke yaşayabilir. Selin'in yaşadığı süreç bu evrenin temel özelliklerini yansıtmaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Pasif kabul evresi:** Bu evrede kişi ayrımcılığı fark etmez ya da mevcut sistemi sorgulamaz. Selin artık bu aşamayı geçmiştir.

- C) Saplanma-çıkma evresi:** Bu evrede birey benzer kadınlarla dayanışma geliştirir ve destek gruplarında güç kazanır. Soruda böyle bir dayanışma süreci yoktur.
- D) Sentez evresi:** Bu evrede feminist kimlik daha dengeli ve bütünleşmiş hale gelir. Selin henüz bu aşamada değildir.
- E) Aktif sorumluluk evresi:** Bu evrede kişi feminist kimliğini toplumsal değişim için aktif eyleme dönüştürür. Soruda böyle bir aktivizm bulunmamaktadır.

Cevap: B

13. İpek önce **toplumsal cinsiyet eşitsizliklerini fark etmiş**, ardından **kadınlarla dayanışma geliştirmiştir**. Ancak sorudaki belirleyici nokta bununla sınırlı değildir. İpek artık **feminist değerleri yaşamının her alanına entegre etmekte**, iş ve sosyal hayatında **toplumsal değişime katkıda bulunmakta** ve çevresinde adalet için **aktif rol almaktadır**. Yani yalnızca farkındalık geliştiren ya da kimliğini bütünleştiren bir aşamada değildir; bu farkındalığı doğrudan eyleme dönüştürmektedir. Bu durum feminist kimlik gelişim sürecinde **aktif sorumluluk evresine** karşılık gelir. Bu evrede birey feminist kimliğini anlamlı ve etkili davranışlara dönüştürür, toplumsal değişim için aktif sorumluluk alır ve adalet mücadelesinde görünür biçimde rol üstlenir. İpek'in yaşadığı süreç bu evreyle doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Pasif kabul evresi:** Bu evrede birey toplumsal eşitsizlikleri fark etmez ya da sorgulamaz. İpek bu aşamayı çoktan geçmiştir.
- B) Açığa çıkma evresi:** Bu evrede kişi baskıyı fark eder ve mevcut rolleri sorgulamaya başlar. Soruda bunun çok ötesinde aktif eylem vardır.
- C) Saplanma-çıkma evresi:** Bu evrede kadınlarla dayanışma geliştirme görülür. Soruda bu unsur olsa da belirleyici olan aktif toplumsal rol alma davranışlarıdır.
- D) Sentez evresi:** Bu evrede feminist değerler bireyin kimliğiyle bütünleşir. Ancak soruda bunun ötesinde toplumsal değişim için aktif hareket etme vurgulanmaktadır.

Cevap: E

14. Derya önce **kadın olmanın getirdiği toplumsal baskıları fark etmiş** ve **kadınlarla dayanışma geliştirmiştir**. Ancak sorudaki asıl belirleyici ifade, artık **hem kadın kimliğini hem de diğer sosyal kimliklerini bir bütün olarak kabul etmesi** ve erkeklerle ilişkilerinde daha **dengeli ve eşitlikçi** bir yaklaşım sergilemesidir. Yani Derya artık yalnızca baskıyı fark eden ya da destek arayan bir aşamada değildir; daha bütünleşmiş, daha esnek ve daha dengeli bir kimlik yapısına ulaşmıştır. Bu durum feminist kimlik gelişim sürecinde **sentez evresine** karşılık gelir. Bu evrede birey feminist değerleri kişisel kimliğiyle bütünleştirir, daha otantik bir benlik geliştirir ve katı kutuplaşmalardan uzaklaşır. Derya'nın yaşadığı süreç bu evreyi yansıtmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Pasif kabul evresi:** Bu evrede birey toplumsal baskıları fark etmez ya da sorgulamaz. Derya bu aşamayı geçmiştir.

B) **Açığa çıkma evresi:** Bu evrede birey baskıyı fark etmeye başlar ve öfke yaşayabilir. Soruda bu aşama aşılmıştır.

C) **Saplanma-çıkma evresi:** Bu evrede kadınlarla dayanışma geliştirme görülür. Soruda bu unsur bulunsa da belirleyici olan kimlik bütünleşmesidir.

E) **Aktif sorumluluk evresi:** Bu evrede birey feminist kimliğini toplumsal değişim için aktif eyleme dönüştürür. Soruda böyle bir aktivizm vurgulanmamaktadır.

Cevap: D

15. Selma iş yerinde kadın olduğu için sürekli eleştirilmekte, fikirleri görmezden gelinmekte ve karar süreçlerinden dışlanmaktadır. Sorudaki kritik nokta, danışmanın Selma'nın yaşadığı **güç denge-sizliğini açık biçimde ele alması**, onun kendi yaşamı konusunda uzman olduğunu vurgulaması ve kendi güçlü yanlarını kullanabileceğini belirtmesidir. Feminist terapide danışman ile danışan arasında profesyonel bilgiye dayalı bir güç farkı olabilir; ancak danışman bu farkı inkâr etmez. Tam tersine bunu fark eder, danışanla konuşur ve danışanın kendi gücünü yeniden keşfetmesine yardımcı olur. Bu yaklaşım feminist terapinin **eşitlikçi terapötik ilişki** anlayışını yansıtır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Danışman, sahip olduğu gücü kullanarak Selma'nın davranışlarını yönlendirmelidir:** Bu ifade feminist terapi ile çelişir. Terapist otoriter bir rol üstlenmez.

B) **Danışan, tüm kararlarını danışmana bırakmalı ve değişim sürecinde pasif kalmalıdır:** Feminist terapi danışanın aktif katılımını savunur.

C) **Danışan ve danışman tamamen eşit güçtedir, profesyonel bilgi rolü önemli değildir:** Bu ifade doğru değildir. Profesyonel bilgi rolü vardır; ancak bu güç danışanı güçlendirmek amacıyla kullanılır.

D) **Danışman, Selma'nın yaşadığı baskıyı göz ardı ederek yalnızca bireysel sorunlarına odaklanmalıdır:** Feminist terapi sosyal bağlamı ve güç ilişkilerini göz ardı etmez.

Cevap: E

1. Serpil iş ve sosyal yaşamında sürekli **başkalarının beklentilerine göre karar verdiğini** ve bu süreçte **kendi isteklerini göz ardı ettiğini** ifade etmektedir. Yani problem yalnızca bireysel kararsızlık değildir; kendi ihtiyaçlarını geri plana atma ve dış beklentilere göre yaşama örüntüsü vardır. Soruda belirleyici nokta ise danışmanın Serpil'in **kendi güçlü yanlarını fark etmesine, yaşamındaki farklı olasılıkları keşfetmesine** yardımcı olması ve süreç sonunda Serpil'in **kendi değerlerini fark ederek aktif seçimler yapmaya başlamasıdır**. Bu durum feminist terapinin temel amaçlarından biri olan danışanı güçlendirme, kendi kişisel gücünü fark ettirme ve yaşamındaki seçenekleri görmesine yardımcı olma anlayışını yansıtır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın geçmiş yaşantılarındaki çatışmaları çözmesine yardımcı olmak:** Bu ifade psikanalitik terapi ile ilgilidir. Soruda geçmiş çatışmaların analizi yoktur.
- B) **Danışanın duygularını yoğun biçimde yaşamasını sağlayarak duygusal farkındalık oluşturmak:** Bu ifade gestalt terapi ile ilgilidir. Soruda yaşantısal duygu yoğunlaştırma süreci bulunmamaktadır.
- C) **Danışanın varoluşsal anlam arayışına odaklanmasını sağlamak:** Bu görüş varoluşçu terapi ile ilgilidir. Soruda anlam arayışı değil, güçlenme ve seçim yapabilme vurgulanmaktadır.
- E) **Danışanın üstünlük ve aidiyet duygularını geliştirmek:** Bu ifade adler terapi ile ilgilidir. Soruda üstünlük çabası ya da sosyal ilgi teması bulunmamaktadır.

Cevap: D

2. Merve aile içinde **ev içi kararların başkaları tarafından verilmesi**, kendi fikirlerini ifade edememesi, **“kadın olarak bunu yapamazsın”** ve **“se-nin yerin evde”** gibi toplumsal mesajlara maruz kalması nedeniyle kendi ihtiyaç ve tercihlerini geri plana atmaktadır. Soruda özellikle Merve'nin **başkalarının beklentilerine göre hareket etmesi** ve kendi isteklerini fark etmekte zorlanması kritik ipuçlarıdır. Bu durum feminist terapide kadınların toplumsal cinsiyet rolleri nedeniyle kendi güçlerini bastırmalarıyla ilişkilidir. Psikolojik danışmanın

temel amacı, Merve'nin yaşadığı baskının farkına varmasına yardımcı olmak, kendi güçlü yanlarını keşfetmesini sağlamak ve yaşamındaki seçenekleri görebilmesine destek olmaktır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Merve'nin geçmiş yaşantılarındaki çatışmaları çözmesine yardımcı olmak:** Bu ifade psikanalitik terapi ile ilgilidir. Soruda geçmiş çatışmaların analizi bulunmamaktadır.
- C) **Merve'nin duygularını yoğun biçimde yaşamasını sağlayarak duygusal farkındalık oluşturmak:** Bu ifade gestalt terapi ile ilgilidir. Soruda yaşantısal duygu yoğunlaştırma tekniği yer almamaktadır.
- D) **Merve'nin yaşamın anlamını bulmasına ve seçimlerini özgürce yapmasına odaklanmak:** Bu görüş varoluşçu terapi ile ilgilidir. Sorunun temel odağı toplumsal cinsiyet baskıları ve güçlenmedir.
- E) **Merve'nin üstünlük ve aidiyet duygularını geliştirmesine yardımcı olmak:** Bu ifade Adler terapisi ile ilgilidir. Soruda bu kavramlar yer almamaktadır.

Cevap: B

3. Fatma hem evde sorumlulukların büyük kısmını üstlenmekte hem de iş hayatında kendisini erkek meslektaşlarının gerisinde hissetmektedir. Ayrıca çevresinden sürekli **“kadın olarak bunu yapamazsın”** mesajı almakta ve bu durum kendi fikirlerini ifade etmesini zorlaştırmaktadır. Soruda belirleyici nokta, Fatma'nın yaşadığı davranış ve düşünce kalıplarının **toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklandığını fark etmesinin** hedeflenmesidir. Feminist terapide **cinsiyet rolü analizi**, danışanın aileden, toplumdaki, medyadan ve çevreden aldığı cinsiyet temelli mesajların davranışlarını nasıl etkilediğini fark etmesine yardımcı olan temel tekniktir. Fatma'nın yaşadığı durum bu teknikle doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Geçmiş yaşantı analizi ile bilinç dışındaki çatışmaları açığa çıkarma:** Bu ifade psikanalitik terapi ile ilgilidir. Soruda bilinç dışı çatışmaların analizi hedeflenmemektedir.

- B) **Duyguların yoğun biçimde yaşanmasını sağlayarak duygusal farkındalık oluşturma:** Bu ifade gestalt terapi ile ilgilidir. Soruda temel vurgu toplumsal cinsiyet mesajlarının fark edilmesidir.
- D) **Yaşamın anlamını bulmaya ve seçimleri özgürce yapmaya odaklanma:** Bu görüş varoluşçu terapi ile ilgilidir. Sorunun odağı anlam arayışı değil, toplumsal rollerin etkisidir.
- E) **Üstünlük ve aidiyet duygularını güçlendirme:** Bu ifade Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımı ile ilgilidir.

Cevap: C

4. Buse yaşadığı mahallede genç kızlara yönelik gönüllü çalışmalar yürütmesine rağmen toplantılarda **kadın katılımcıların fikirlerinin göz ardı edilmesi** ve karar süreçlerinde etkisiz bırakılması nedeniyle kendisini geri planda hissetmektedir. Ayrıca kendi görüşlerini ifade etmekte zorlandığını belirtmektedir. Sorudaki en kritik ipucu ise danışmanın, terapinin işleyişini ve süresini Buse'ye açıklayarak **sürece aktif katılımının önemli olduğunu vurgulamasıdır**. Feminist terapide **danışanın güçlendirilmesi** tekniğinde terapist, danışana terapi sürecinin nasıl işleyeceğini açıklar, onu pasif bir alıcı değil aktif bir katılımcı olarak konumlandırır ve bireyin kendi yaşamı üzerinde kontrol hissi geliştirmesine yardımcı olur. Buse'nin hem terapi sürecinde hem de topluluk içinde daha güçlü bir ses geliştirmesi hedeflendiği için **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Danışanın yaşam öyküsünü analiz ederek kendi deneyimlerinden güç kazanmasını sağlamak:** Soruda geçmiş yaşam öyküsünün ayrıntılı analizi değil, mevcut güç dengesizliği içinde aktif katılımı artırma amacı öne çıkmaktadır.
- B) **Danışanın bilinç dışı içsel temalarını ve sembollerini keşfetmesine yardımcı olmak:** Bu seçenek bilinç dışı süreçlere odaklanan yaklaşımların mantığını yansıtır. Vakada böyle bir derin içsel analiz bulunmamaktadır.

- D) **Danışanın davranışlarını pekiştirme ve ödüllendirme yoluyla değiştirmek:** Bu seçenek öğrenme ilkelerine dayalı davranışçı müdahaleleri anlatmaktadır. Sorunun odağı davranış şekillendirme değildir.
- E) **Danışanın yaşamın anlamını bulmasına ve seçimlerini özgürce yapmasına odaklanmak:** Bu vurgu varoluşçu terapinin temel anlayışlarından biridir. Burada ise güçlendirme ve toplumsal katılım ön plandadır.

Cevap: C

5. Seda kadın dayanışma grubunda aktif olsa da kendi fikirlerini ifade ederken zorlanmakta ve çevresinden sürekli **"kadın olarak bunu yapamazsın"** mesajları almaktadır. Sorudaki belirleyici ifade ise danışmanın, Seda'nın bu mesajların **davranışlarını ve seçimlerini nasıl etkilediğini anlamasına yardımcı olmasıdır**. Feminist terapide **cinsiyet rolü analizi**, danışanın aileden, toplumdan, medyadan ve çevreden aldığı cinsiyet temelli mesajları fark etmesini; bu mesajların davranışlarını nasıl şekillendirdiğini görmesini ve gelecekteki rol davranışlarıyla ilgili daha bilinçli kararlar almasını amaçlar. Sorudaki açıklama bu tekniğin tanımıyla doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Danışanın geçmiş yaşantılarındaki çatışmaları çözmesine yardımcı olmak:** Burada amaç bilinç dışı çatışmaları incelemek değil, mevcut toplumsal mesajların etkisini görünür hale getirmektir.
- B) **Danışanın duygularını yoğun biçimde yaşamını sağlayarak farkındalık oluşturma:** Bu seçenek daha çok yaşantısal tekniklere dayanır. Soruda duygu yoğunlaştırma değil, rol beklentilerini analiz etme vardır.
- C) **Danışanın yaşamın anlamını bulmasına ve seçimlerini özgürce yapmasına odaklanmak:** Bu vurgu varoluşçu terapinin temel meselelerinden biridir. Bu vakada toplumsal cinsiyet mesajlarının analizi ön plandadır.
- E) **Danışanın üstünlük ve aidiyet duygularını güçlendirmesine yardımcı olmak:** Bu seçenek Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımındaki kavramlarla ilişkilidir. Soruda bu temalar yer almamaktadır.

Cevap: D

6. Başak üniversite kulübünde erkek öğrencilerin karar alma süreçlerinde daha baskın olduğunu, kadın öğrencilerin ise geri planda kaldığını gözlemlemektedir. Kendisi de bu ortamda fikirlerini ifade etmekte zorlanmaktadır. Sorudaki kritik nokta, danışmanın Başak'a **bu güç farklılıklarının davranışlarını ve kararlarını nasıl etkilediğini fark ettirmesi** ve süreç ilerledikçe Başak'ın **kendi yaşamında daha fazla kontrol sahibi olduğunu hissetmeye başlamasıdır**. Feminist terapide **güç analizi ve güç müdahalesi**, bireyin toplumsal yapılarıdaki güç eşitsizliklerini fark etmesini, bu yapıların yaşamını nasıl etkilediğini anlamasını ve kendi yaşamı üzerinde daha fazla kontrol geliştirmesini amaçlar. Aynı zamanda danışanın kendisine saygı ve güven duygusu geliştirmesine yardımcı olur. Sorudaki ifade bu tekniğin tanımıyla doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Başak'ın otomatik düşüncelerini fark etmesini ve bunları yeniden yapılandırmasını sağlamak:** Bu seçenek Beck'in bilişsel terapisinin mantığına dayanır. Soruda bilişsel çarpıtmalar değil, güç ilişkileri ön plandadır.
- B) **Başak'ın duygularını yoğun biçimde yaşamasını sağlayarak farkındalık oluşturmak:** Bu seçenek gestalt terapideki yaşantısal müdahaleleri hatırlatır. Burada temel mesele güç farklarını analiz etmektir.
- C) **Başak'ın yaşam öyküsünü analiz ederek kendi deneyimlerinden güç kazanmasını sağlamak:** Soruda geçmiş yaşam öyküsünün ayrıntılı incelenmesi değil, mevcut güç eşitsizliklerinin fark edilmesi hedeflenmektedir.
- D) **Başak'ın davranışlarını pekiştirme ve ödüllendirme yoluyla değiştirmek:** Bu yaklaşım öğrenme ilkelerine dayanır. Vakanın odağında davranış şekillendirme yoktur.

Cevap: E

7. Merve iş yerinde sürekli sözünün kesildiğini ve fikirlerinin görmezden geldiğini yaşamasına rağmen bu durumu başlangıçta **"Sanırım benden daha az değerli olduğumu düşünüyorum"** diyerek tamamen kişisel bir yetersizlik olarak yorumlamaktadır. Sorudaki kritik nokta ise danışmanın, bu durumun yalnızca Merve'nin kişisel eksikliğinden değil, **toplumsal ve kültürel olarak kadınlara yüklenen rollerden** kaynaklandığını fark ettirmesidir. Feminist terapide **içerik yansıtma**, klasik anlamdaki yalnızca bilişsel içeriği yeniden ifade etme tekniğinden farklı olarak; danışanın yaşadığı problemin arkasındaki **toplumsal ve politik etkenleri görünür hale getirmeyi** amaçlar. Böylece danışan, yaşadığı sorunu yalnızca kendi yetersizliği olarak değil daha geniş bir sosyal bağlam içinde değerlendirmeye başlar. Bu nedenle **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Merve'nin geçmiş yaşantılarındaki travmatik olayları detaylı biçimde analiz ederek kendi davranışlarını bu deneyimlerle ilişkilendirmesi ve yaşadığı problemleri kişisel geçmişine bağlaması:** Bu seçenek geçmiş yaşantı analizine odaklanmaktadır. Soruda böyle bir süreç yoktur.
- C) **Merve'nin otomatik düşüncelerini ve olumsuz içsel konuşmalarını fark ederek bunları yeniden yapılandırması ve davranışlarını değiştirmeye odaklanması:** Bu seçenek Beck'in bilişsel terapisinin mantığını yansıtır. Burada temel amaç düşünce yeniden yapılandırma değil, sosyal bağlam farkındalığıdır.
- D) **Merve'nin duygularını yoğun biçimde yaşayarak farkındalık oluşturması ve yaşadığı sıkıntıya tamamen duygusal bir tepki vermesi:** Bu seçenek gestalt terapideki yaşantısal müdahaleleri hatırlatmaktadır. Soruda böyle bir teknik kullanılmamaktadır.
- E) **Merve'nin yaşam öyküsünü ayrıntılı biçimde inceleyerek kendi deneyimlerinden güç kazanması ve gelecekteki sorunlara karşı kişisel çözümler üretmesi:** Sorudaki vurgu geçmiş öykü incelemesinden çok toplumsal güç ilişkilerini fark etmektir.

Cevap: A

8. Gökçen sınıf içi tartışmalarda fikirlerini ifade etmekte zorlanmakta ve bunu zaman zaman kişisel yetersizlik olarak değerlendirmektedir. Ancak sorudaki belirleyici nokta, danışmanın bu durumun yalnızca bireysel bir eksiklikten değil; **sınıf ortamındaki sosyal ve kültürel etkenlerden** de kaynaklandığını fark ettirmesi ve ardından Gökçen'in **toplumsal normların ve kültürel beklentilerin davranışlarını nasıl etkilediğini değerlendirmeye başlamasıdır**. Feminist terapide **kültürel analiz** tekniği, danışanın yaşadığı sorunun içinde bulunduğu baskın kültür ve sosyal normlarla ilişkisini anlamaya odaklanır. Amaç, bireyin davranışlarını etkileyen kültürel mesajları fark etmesi ve bu farkındalıkla daha bilinçli seçimler yapabilmesidir. Sorudaki süreç bu tekniği doğrudan yansıtmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Gökçen'in bilinç dışı arketipleri ve içsel imgelem üzerinden kişisel sorunlarını anlamasını ve davranışlarını Jung terapisi yaklaşımıyla yeniden yorumlamasını sağlamak: Bu seçenek Jung'un analitik terapisine özgü kavramları içerir. Soruda böyle bir derin sembolik analiz yoktur.
- B) Gökçen'in yaşamın anlamı ve varoluşsal seçimler üzerine düşünerek kendi sorumluluklarını fark etmesini ve özgür iradesiyle kararlar almasını desteklemek: Bu vurgu varoluşçu terapinin temel konularındandır. Soruda kültürel norm analizi ön plandadır.
- C) Gökçen'in duygularını yoğun biçimde yaşaması ve hislerini serbestçe ifade ederek farkındalık geliştirmesi: Bu seçenek gestalt terapisindeki yaşantısal teknikleri anlatmaktadır.
- E) Gökçen'in davranışlarını pekiştirme ve ödüllendirme yoluyla değiştirmeyi amaçlayarak istenilen davranışları tekrar etmesini sağlamak: Bu yaklaşım davranışçı terapiye dayanır. Soruda davranış şekillendirme hedeflenmemektedir.

Cevap: D

9. Gülnur evde eşinin ve kayınvalidesinin sürekli eleştirilerine maruz kalmakta ve bu durumu başlangıçta **kendi yetersizliği** üzerinden açıklamaktadır. Sorudaki kritik nokta ise danışmanın, Gülnur'un yaşadığı sıkıntının yalnızca kişisel eksikliklerinden değil; **aile içindeki güç dengeleri** ve **toplumsal cinsiyet rolleri** ile ilişkili olduğunu fark ettirmesi ve yaşadığı durumu farklı bir perspektiften değerlendirmesine yardımcı olmasıdır. Feminist terapide **bilisel yeniden çerçeveleme**, danışanın belirli davranışlara yüklediği olumsuz anlamları yeniden değerlendirmesine yardımcı olur ve özellikle sosyal baskıların problem üzerindeki etkisini fark ettirmeyi amaçlar. Gülnur'un yaşadığı durumu farklı bir çerçeveden yorumlaması bu teknikle doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Gülnur'un geçmiş yaşantılarını analiz ederek bilinç dışı çatışmalarını fark etmesini sağlamak: Sorunun odağı geçmiş çatışmalar değil, mevcut aile içi güç ilişkileridir.
- C) Gülnur'un gölge yönlerini fark etmesini sağlayarak bastırılmış kişilik parçalarını ortaya çıkarmasını ve kendi içsel çatışmalarıyla yüzleşmesini teşvik etmek: Bu seçenek Jung'un analitik terapisindeki gölge kavramına dayanır. Vakada böyle bir süreç yoktur.
- D) Gülnur'un yaşam öyküsünü inceleyerek kendi deneyimlerinden güç kazanmasını sağlamak: Soruda yaşam öyküsünün detaylı incelenmesi değil, mevcut durumu yeniden anlamlandırma vardır.
- E) Gülnur'un bastırılmış duygularını serbest çağrışım yöntemiyle ifade etmesini sağlayarak farkındalık geliştirmek: Serbest çağrışım psikanalitik terapinin klasik tekniklerinden biridir. Bu vaka bununla ilgili değildir.

Cevap: B

10. Gülseren hem evde hem iş yerinde **cinsiyetçi davranışlarla** karşılaştığını ve bunun kendisini güçsüz hissettirdiğini ifade etmektedir. Soruda ki en belirleyici kısım ise danışmanın ona **kadın sığınma merkezinde gönüllü çalışma, politikacılara mektup yazma ve topluma cinsiyet konularında eğitim verme** gibi öneriler sunmasıdır. Bu müdahaleler yalnızca bireysel farkındalık oluşturmayı değil, danışanın toplumsal düzeyde aktif rol almasını ve yaşadığı baskıyı daha geniş sosyopolitik bağlam içinde değerlendirmesini hedeflemektedir. Feminist terapide **sosyal hareket ve savunuculuk** tekniği tam olarak bu amaca hizmet eder; danışanın toplumsal eylemlere katkı olarak güçlenmesini ve yaşadığı sorunların sosyal boyutunu fark etmesini destekler. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Gülseren'in kendisini çocukluk deneyimlerinden kaynaklanan duygusal korkularını fark etmesini sağlayarak geçmişin etkilerini anlamasına yardımcı olmak: Burada odak geçmiş yaşantılar değil, mevcut toplumsal eşitsizliklere karşı aktif tutum geliştirmektir.
- C) Gülseren'in içsel çatışmalarını ve bastırılmış yönlerini keşfetmesine ve kendi değerleriyle yüzleşmesine olanak sağlamak: Bu seçenek daha çok içsel çatışma odaklı yaklaşımları yansıtır. Vakada toplumsal savunuculuk ön plandadır.
- D) Gülseren'in yaşam öyküsünü inceleyerek kendi deneyimlerinden anlam çıkarmasını ve yaşamını yeniden yapılandırmasını desteklemek: Soruda yaşam öyküsü analizi değil, toplumsal eyleme yönlendirme vardır.
- E) Gülseren'in davranışlarını gözlemleyip ödül ve ceza yoluyla değiştirmeye çalışmak: Bu yaklaşım öğrenme ilkelerine dayanır ve vakadaki müdahaleyle uyumsuz.

Cevap: B

11. Feminist terapi bireyin yaşadığı sorunları yalnızca bireysel süreçlerle açıklamaz; **toplumsal yapı, güç ilişkileri, eşitlik, bastırılmışlığın analizi** ve kadınların yaşantılarının görünür kılınması bu yaklaşımın temel ilkeleri arasındadır. Soruda bu ilkeler arasında **yer almayan** ifade sorulmaktadır. **"Birey, hayatının anlamını yalnızca kendi seçimleriyle belirler ve bu seçimlerden sorumludur"** ifadesi ise feminist terapinin değil, daha çok varoluşçu terapinin temel bakış açısını yansıtır. Varoluşçu terapi bireyin özgürlük, seçim ve sorumluluk temalarına odaklanırken feminist terapi sosyal bağlamı ve güç eşitsizliklerini merkeze alır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Birey politiktir; her bireyin psikolojik deneyimleri toplumsal ve politik bağlamla bağlantılıdır: Bu seçenek feminist terapinin kişisel olan politiktir anlayışıyla örtüşmektedir.
- B) Güç ve eşitlik; danışan ve danışman arasında eşitlik esastır, danışmanın gücü geçici ve destekleyicidir: Bu ifade feminist terapisteki eşitlikçi terapötik ilişki anlayışını yansıtır.
- C) Kadınların bakış açısı değerlidir; kadınların deneyimleri toplumsal baskı ve eşitsizlikler çerçevesinde değerlendirilir: Bu seçenek feminist terapinin temel ilkelerinden biridir.
- E) Bastırılmışlığın analizi; psikolojik problemlerin çoğu toplumsal ve kültürel baskılar sonucu ortaya çıkabilir: Bu ifade de feminist terapinin baskı sistemlerini analiz eden yaklaşımla uyumludur.

Cevap: D

12. Feminist terapide **cinsiyet rolü analizi**, danışanın kadınlık ve erkeklik rollerine ilişkin toplumsal beklentileri fark etmesini amaçlayan bir tekniktir. Bu süreçte danışandan aileden, arkadaş çevresinden, medyadan ve toplumdan aldığı mesajları değerlendirmesi istenir. Amaç, bu rol beklentilerinin danışanın davranışlarını, kararlarını, duygularını ve yaşam tercihlerini nasıl şekillendirdiğini görünür hale getirmektir. Danışan böylece kendisine dayatılan rollerle kendi gerçek ihtiyaçları arasındaki farkı görür ve gelecekte hangi rolleri sürdürmek ya da değiştirmek istediğine daha bilinçli şekilde karar verebilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Danışanın yaşam öyküsünü inceleyerek kendi deneyimlerinden anlam çıkarmasını ve öyküsünü yeniden yapılandırmasını sağlamak: Bu seçenek daha çok anlatısal müdahaleleri hatırlatmaktadır. Cinsiyet rolü analizinin odağı yaşam öyküsünü yeniden yazmak değildir.
- C) Danışanın toplumsal ve politik eylemlere katılımını teşvik ederek güçlenmesini ve farkındalığını artırmak: Bu seçenek feminist terapideki sosyal hareket ve savunuculuk tekniğini anlatmaktadır.
- D) Danışanın yaşadığı problemleri kişisel değil, toplumsal ve politik bağlamda değerlendirmesini sağlamak: Bu seçenek daha çok feminist terapideki içerik yansıtma anlayışını yansıtır.
- E) Danışanın olumsuz düşüncelerini toplumsal ve kültürel bağlamı dikkate alarak farklı bir perspektife taşımak: Bu seçenek feminist terapideki bilişsel yeniden çerçeveleme tekniğiyle ilişkilidir.

Cevap: B

13. Feminist terapide güç analizi ve müdahalesi, danışanın yaşadığı sorunları yalnızca bireysel eksiklikler üzerinden değerlendirmez; ailede, iş yaşamında, yakın ilişkilerde ve toplumda var olan güç dengesizliklerinin bireyin yaşamını nasıl etkilediğini görünür hale getirmeye çalışır. Özellikle kadın-erkek arasındaki yapısal güç farklılıklarının danışanın karar alma süreçlerini, benlik algısını ve yaşam kontrolünü nasıl sınırladığı ele alınır. Bu süreçte danışanın kendi yaşamındaki güç kaynaklarını fark etmesi, yaşamı üzerindeki kontrol duygusunu artırması ve daha güçlü hissetmesi amaçlanır. Feminist terapide bu tekniğin temel amacı tam olarak budur. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Danışanın yaşadığı olumsuz duyguları yoğun biçimde deneyimlemesini sağlayarak duygusal farkındalık oluşturmak: Bu seçenek daha çok gestalt terapide kullanılan yansıtma müdahaleleri anlatmaktadır.

- B) Danışanın yaşam öyküsünü inceleyerek kendi deneyimlerinden anlam çıkarmasını ve öyküsünü yeniden yapılandırmasını sağlamak: Bu seçenek anlatısal çalışmalara daha yakındır; burada odak güç ilişkileri değildir.
- C) Danışanın olumsuz düşüncelerini toplumsal ve kültürel bağlamı dikkate alarak farklı bir perspektife taşımak: Bu ifade feminist terapideki bilişsel yeniden çerçeveleme tekniğini daha iyi açıklamaktadır.
- D) Danışanın davranışlarını gözlemleyip pekiştirme ve ceza yoluyla değiştirmeye çalışmak: Bu yaklaşım öğrenme ilkelerine dayalı davranışçı müdahaleleri ifade eder.

Cevap: E

14. Feminist terapide psikolojik danışma sürecinin temel amacı, danışanın yaşadığı problemleri yalnızca bireysel eksiklikler üzerinden açıklamak değildir. Bu yaklaşım, bireyin yaşamındaki toplumsal cinsiyet rolleri, kültürel baskılar, güç eşitsizlikleri ve sosyal beklentilerin psikolojik yaşantıyı nasıl etkilediğini anlamaya odaklanır. Aynı zamanda danışanın kendi güçlü yönlerini fark etmesi, yaşamı üzerinde daha fazla kontrol hissetmesi ve güçlenmesi hedeflenir. Yani hem danışanın kişisel kaynaklarını keşfetmesi hem de yaşadığı sorunların toplumsal bağlamını anlayabilmesi feminist terapinin temel amaçlarından biridir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Danışanın içsel çatışmalarını ve bastırılmış yönlerini keşfetmesini sağlayarak bilinçaltındaki gölge yönleriyle yüzleşmesini teşvik etmek: Bu seçenek Jung'un analitik terapisindeki gölge kavramını temel almaktadır. Feminist terapinin ana odağı bu değildir.
- C) Danışanın geçmiş deneyimlerini yorumlayarak bastırılmış duygularını serbest çağrışım yöntemiyle ortaya çıkarmasını sağlamak: Bu seçenek psikanalitik terapinin klasik tekniklerinden biri olan serbest çağrışımaya dayanmaktadır.

- D) **Danışanın davranışlarını gözlemleyip pekiştirme ve ceza yoluyla değiştirmeye çalışmak:** Bu yaklaşım davranışçı terapiye dayanır ve feminist terapinin temel amacıyla örtüşmez.
- E) **Danışanın yaşam öyküsünü inceleyerek kendi deneyimlerinden anlam çıkarmasını ve öyküsünü yeniden yapılandırmasını sağlamak:** Bu seçenek anlatısal müdahalelere daha yakındır. Feminist terapinin temel amacı bundan daha geniştir ve özellikle güçlenme boyutunu içerir.

Cevap: B

15. Feminist terapi, geleneksel terapilerde görülen hiyerarşik uzman–danışan ilişkisinden uzak durur. Bu yaklaşımda danışan pasif bir alıcı olarak görülmez; kendi yaşamının uzmanı kabul edilir. Terapist ise sahip olduğu profesyonel bilgiyi otorite kurmak için değil, danışanı güçlendirmek için kullanır. Bu nedenle terapötik ilişkide eşitlik, iş birliği ve güç paylaşımı oldukça önemlidir. Danışan ile terapist arasındaki ilişkinin daha demokratik ve eşitlikçi biçimde kurulması feminist terapinin temel ilkelerinden biridir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Terapistin uzman bilgisini kullanarak danışana yön vermesi:** Bu seçenek daha otoriter bir terapi ilişkisini ifade eder. Feminist terapi bu hiyerarşik yapıya eleştirel yaklaşır.
- B) **Danışanın sorunlarını yalnızca bireysel özellikler bağlamında değerlendirmek:** Feminist terapi bireysel faktörlerin yanında sosyal, kültürel ve politik etkenleri de dikkate alır.
- C) **Toplumsal bağlamdan önce bireysel değişimin ön planda tutulması:** Bu yaklaşım feminist terapinin sosyal bağlam vurgusuyla gelişmektedir.
- E) **Danışanın pasif bir şekilde süreci takip etmesi:** Danışanın aktif katılımını destekler.

Cevap: D

1. Ayşe'nin yaşadığı problem yalnızca öfke patlamaları değildir; terapötik açıdan dikkat çeken nokta, öfkenin ardından gelen yoğun **pişmanlık** duygusudur. Bu durum, danışanın yalnızca dışa vurduğu öfkeye değil, bu öfkenin altında hangi temel duyguların bulunduğu bakmayı gerektirir. **Duygu odaklı terapi**, danışanın duygusunu bastırmaya ya da sadece kontrol etmeye çalışmaz; danışanın duygularını fark etmesini, adlandırmasını, anlamlandırmasını ve daha sağlıklı biçimde düzenlemesini hedefler. Ayşe'nin öfkesinin altında incinme, değersizlik, hayal kırıklığı ya da reddedilme gibi daha temel bir duygu olabilir. Terapistin öncelikli amacı bu duygusal süreci görünür hâle getirmektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Ayşe'nin öfkesini tamamen bastırmak ve sosyal normlara uygun davranmasını sağlamak:** Bu seçenek, duygunun anlaşılmasını değil **baskılanmasını** hedeflemektedir. Oysa duygu odaklı terapide amaç duyguyu yok etmek değil, onu işlevsel biçimde işlemektir.
- C) **Ayşe'nin geçmiş iş deneyimlerini analiz ederek mantıksal olarak çözüm bulmasını sağlamak:** Bu yaklaşım daha çok bilişsel ve analitik problem çözme süreçlerini çağırıştırır. Duygu odaklı terapi ise öncelikle danışanın yaşantısal duygusal deneyimine odaklanır.
- D) **Ayşe'ye davranış değişikliği teknikleri öğretip öfkesini kontrol altına almak:** Bu seçenek davranışçı terapi yaklaşımına daha yakındır. Burada doğrudan davranış değişimi hedeflenirken duygu odaklı terapide davranışın altında yer alan duygu keşfedilir.
- E) **Ayşe'nin öfkesinin altında yatan aile sorunlarını detaylı bir şekilde sorgulamak:** Geçmiş yaşantılar önemli olabilir; ancak Duygu odaklı terapide ilk odak noktası geçmiş ayrıntılı biçimde analiz etmek değil, danışanın **şu an yaşadığı duygusal deneyimi** anlamaktır.

Cevap: B

2. **Duygu odaklı terapi**, insanı yalnızca çevresel uyarılara tepki veren pasif bir varlık olarak değil; **duygularını fark edebilen**, yaşamına ilişkin **seçimler yapabilen**, uygun koşullar oluştuğunda gelişme kapasitesine sahip aktif bir birey olarak ele alır. Kuramın insan doğasına bakışında **seçme özgürlüğü**, **bütüncül insan anlayışı**, **destekleyici çevre ihtiyacı** ve bireyin duygularına odaklanarak daha uyumlu hale gelebilmesi önemli varsayımlardır. Buna karşılık insanı **doğuştan boş levha (tabula rasa)** olarak gören ve duyguların yalnızca **ödül ve ceza** yoluyla şekillendiğini savunan anlayış davranışçı yaklaşımı yansıtır ve duygu odaklı terapinin insan anlayışıyla örtüşmez. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İnsanlar yaşamlarını nasıl biçimlendirecekleri konusunda seçme özgürlüğüne sahiptir:** Bu ifade doğrudur. **Duygu odaklı terapi** bireyin yaşamı üzerinde belirli ölçüde **tercih hakkına** sahip olduğunu kabul eder.
- B) **İnsanlar pek çok parçadan oluşan bir bütündür:** Bu ifade doğrudur. **Duygu odaklı terapi**, bireyi yalnızca tek bir boyut üzerinden değil; **duygu, düşünce, anı, ihtiyaç ve davranış** yönleriyle birlikte değerlendirir.
- C) **İnsanların büyüüp gelişmeleri için kapasitelerini destekleyici bir ortama ihtiyaçları vardır:** Bu ifade doğrudur. Kuramda bireyin gelişebilmesi için **destekleyici ilişkisel çevre** önemli görülür.
- D) **İnsanlar, sürekli olarak hissettikleri duygularına odaklanarak daha uyumlu olabilirler:** Bu ifade doğrudur. **Duygu odaklı terapi**, bireyin duygularını **fark etmesini**, **anlamlandırmasını** ve bunlarla temas kurmasını psikolojik uyum açısından önemli kabul eder.

Cevap: E

3. **Duygu odaklı terapiye** göre duygu şemaları, bireyin yaşantılarını organize eden otomatik içsel yapılardır. Bu yapılar yalnızca tek bir duygudan oluşmaz; **duygu, amaç, anı, düşünce** ve **davranışsal eğilimleri** birbirine bağlayan bütüncül düzenleyicilerdir. Ayrıca bireyin **doğuştan getirdiği mizaç özellikleri** ile **erken dönem yaşantılarının etkileşimi** sonucunda şekillenir. Ancak bu şemalar tamamen sabit ve değiştirilemez yapılar

değildir. Duygu odaklı terapi zaten işlevsel olmayan duygusal örüntülerin dönüştürülebileceğini savunur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Yaşantıyı düzenleyen içsel yapılardır:** Bu ifade doğrudur. Duygu şemaları bireyin yaşantılarını organize eden **içsel düzenleyiciler** olarak tanımlanır.
- B) Duygu, amaç, anı, düşünce ve davranışsal eğilimleri birbirine bağlayan yapılardır:** Bu ifade doğrudur. Bu özellik duygu şemalarının en temel tanımlarından biridir.
- C) Bireyin doğuştan gelen mizacı ve erken dönem yaşantılarının etkileşimiyle oluşur:** Bu ifade doğrudur. Kuram, duygu şemalarının oluşumunda hem **mizaç** hem de **erken yaşantıları** önemli görür.
- E) Kişiye özgü bir şekilde duygusal deneyimlerin örgütlenmesini sağlarlar:** Bu ifade doğrudur. Duygu şemaları her bireyde **kendine özgü** biçimde organize olur.

Cevap: D

4. Danışanın dışarıdan görünen duygusu **öfke** olsa da vaka kökünde önemli ipucu, bu öfkenin altında **incinmişlik** ve **değersizlik** duygularının bulunmasıdır. **Duygu odaklı terapi**, danışanın yüzeyde görünen **ikincil duygularının** altında yer alan daha temel duygulara ulaşmayı hedefler. Eğer bu alttaki duygu bireyin geçmiş yaşantılarıyla ilişkili, tekrar eden ve benlikle bağlantılı bir yapı taşıyorsa bu durum **birincil işlevsel olmayan duyguya** işaret edebilir. Terapistin amacı bu duyguları bastırmak değil; danışanın onları fark etmesini, işlemesini ve zamanla daha **işlevsel duygusal tepkilere dönüştürmesini** sağlamaktır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Davranışları pekiştirme yoluyla değiştirmek:** Bu seçenek **davranışçı terapiye** aittir. Duygu odaklı terapi doğrudan pekiştirme mekanizmalarına odaklanmaz.
- B) Bilinç dışı çatışmaları açığa çıkarmak:** Bu yaklaşım **psikanalitik terapiyi** yansıtır. Soruda odak noktası bilinç dışı çatışmalar değil, duyguların fark edilmesi ve dönüştürülmesidir.

- C) Bilişsel çarpıtmaları yeniden yapılandırmak:** Bu seçenek **bilişsel davranışçı terapiye** özgüdür. Soruda bilişsel yeniden yapılandırmadan değil, duygusal dönüşümden söz edilmektedir.

- E) Danışanın sosyal rollere uyum sağlamasını kolaylaştırmak:** Bu ifade daha çok toplumsal roller ve çevresel beklentilere vurgu yapmaktadır. Sorunun merkezinde ise danışanın **duygusal yaşantısı** bulunmaktadır.

Cevap: D

5. **Duygu odaklı terapi**, danışanın yalnızca duygularını ifade etmesine odaklanmaz; bu duyguların altında yatan temel yaşantıları keşfetmeyi, duygusal deneyimleri anlamlandırmayı ve işlevsel olmayan duygusal örüntüleri dönüştürmeyi amaçlar. Özellikle danışanın yüzeyde görünen tepkilerinin altında hangi temel duyguların bulunduğunu anlamak ve daha sağlıklı duygusal tepkiler geliştirmesine yardımcı olmak bu yaklaşımın temel hedeflerindendir. Buna göre:

- I. Danışanın ikincil duygularının altında yatan birincil duygulara ulaşmasına yardımcı olmak:** Bu ifade doğrudur. Duygu odaklı terapi, danışanın yüzeyde yaşadığı **ikincil duyguların** altında bulunan daha temel duygulara ulaşmayı hedefler.
- II. Danışanın duygusal deneyimlerini anlamlandırarak kendilik farkındalığını artırmak:** Bu ifade doğrudur. Kuram, danışanın duygularını fark etmesini, anlamlandırmasını ve böylece **kendilik farkındalığını** geliştirmesini önemser.
- III. Danışanın olumsuz duygularını dönüştürmeden olduğu gibi kabul etmesini sağlamak:** Bu ifade yanlıştır. Duygu odaklı terapi yalnızca kabul sürecine odaklanmaz; özellikle **işlevsel olmayan duyguların dönüştürülmesini** hedefler.

Duygu odaklı terapinin hedefleri arasında yer alan ifadeler **I ve II numaralı öncüllerdir.**

Cevap: C

6. Ahmet'in yaşadığı duyguların **koşullara göre değişmesi**, bazı duyguların çevresel durumlara hızlı tepki vermesi, bazılarının ise daha geç fark edilmesi önemli ipuçlarıdır. Soruda ayrıca bu duyguların **kendilik bütünlüğünü desteklediği** ve bireyin başkalarıyla **bağ kurmasına yardımcı olduğu** özellikle vurgulanmıştır. Bu özellikler, duygu odaklı terapide tanımlanan **birincil işlevsel duyguların** özellikleriyle örtüşmektedir. Çünkü birincil işlevsel duygular **canlı ve yenidir**, koşullar değiştiğinde değişebilir, çevreye uyum sağlamaya yardımcı olur ve bireyin hem benlik bütünlüğünü hem de bağlanma süreçlerini destekler. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Birincil işlevsel olmayan duygular: Bu duygular genellikle geçmiş travmatik yaşantılarla ilişkilidir, daha kroniktir ve koşullar değişse bile devam etme eğilimindedir. Sorudaki değişken ve uyum sağlayıcı yapı bunu karşılamamaktadır.

C) Tali duygular: Bu duygular genellikle alttaki temel duyguyu örten **ikincil tepkilerdir**. Soruda ise daha temel ve uyum sağlayıcı duygusal tepkilerden söz edilmektedir.

D) Taklit duygular: Bu duygular başkalarını etkilemek ya da manipüle etmek amacıyla ortaya konan **-miş gibi duygulardır**. Soruda böyle bir durum bulunmamaktadır.

E) Yardımcı duygular: Duygu odaklı terapi literatüründe bu ifade genellikle **taklit (-miş gibi) duygular** ile ilişkilidir. Sorudaki açıklamalar bu kategoriye uygun değildir.

Cevap: A

7. **Duygu odaklı terapiye göre birincil işlevsel duygular**, bireyin içinde bulunduğu duruma uygun ortaya çıkan ve çevreye uyum sağlamasını kolaylaştıran sağlıklı duygulardır. Bu duygular **canlıdır, yenidir**, koşullar değiştiğinde değişebilir, çevresel ipuçlarına göre harekete geçmeyi kolaylaştırır ve bireyin **benlik bütünlüğünü** destekler. Sorudaki yanlış ifade ise başkalarını etkilemek amacıyla gösterilen ve kişinin gerçek yaşantısıyla uyumlu olmayan duyguları tanımlamaktadır. Bu özellik **birincil işlevsel duygulara** değil, **taklit (-miş gibi) duygulara** aittir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Canlı ve yenidir, duruma uygun ortaya çıkar:** Bu ifade **birincil işlevsel duyguların** temel özelliklerinden biridir.
- C) Koşullar değiştiğinde değişir, esnektir:** Bu ifade doğrudur. Bu duygular mevcut koşullara göre değişebilir.
- D) Dışsal ipuçları çevreye tepki verme amaçlı eylem yönelimlidir:** Bu ifade doğrudur. Bireyin çevreye uyum sağlamasını destekleyen özelliklerden biridir.
- E) Benlik bütünlüğünü ve bağlanmayı sağlar:** Bu ifade doğrudur. Bu duygular bireyin hem kendisiyle hem de başkalarıyla sağlıklı bağ kurmasına katkı sağlar.

Cevap: A

8. Ayşe'nin yaşadığı duyguların yalnızca mevcut evlilik sorunlarına verilen anlık tepkiler olmadığı özellikle vurgulanmıştır. Soruda geçen **değersizlik, yalnızlık, terk edilmişlik** duyguları ile **"Sen olmadan varlığımı sürdürmem"** ifadesi, duygu odaklı terapide tanımlanan **birincil işlevsel olmayan duyguların** tipik örnekleridir. Bu duygular genellikle geçmişte yaşanan **travmatik deneyimlerden, bitmemiş işlerden** beslenir, yoğun biçimde tekrar eder ve bireyin benlik algısını olumsuz etkiler. Ayrıca danışmanın sorduğu "Bu duygu daha önce yaşadığın bir olayla mı ilgili..." sorusu da doğrudan bu duygu türünü ayırt etmeye yöneliktir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Birincil işlevsel duygular: Bu duygular mevcut duruma uygun, sağlıklı ve uyum sağlayıcı ilk tepkilerdir. Sorudaki kronik ve geçmiş bağlantılı yapı bunu karşılamamaktadır.

C) İkincil: İkincil duygular, genellikle alttaki temel duyguyu örten tepkilerdir. Soruda ise doğrudan daha derin ve köklü duygulardan söz edilmektedir.

D) Tali duygular: Bu seçenek de **ikincil duyguları** ifade etmektedir. Sorudaki yapı buna uygun değildir.

E) Taklit duygular: Bu duygular başkalarını etkilemek ya da manipüle etmek amacıyla ortaya konan **-miş gibi duygulardır**. Vaka bu durumu yansıtmamaktadır.

Cevap: B

9. **Duygu odaklı terapiye göre birincil işlevsel olmayan duygular**, genellikle geçmişte yaşanan **travmatik deneyimlerden, bitmemiş işlerden** ve **çözülmemiş yaşantılardan** kaynaklanır. Bu duygular **eski duygulardır**, danışan çoğu zaman bu duygulara saplanır, yoğun ve baskılı şekilde yaşanır, sürekli kötü hissettirir ve koşullar değişse bile kolay kolay değişmez. Ayrıca genellikle bireyin benliğiyle ilişkilidir ve stres verici bir örüntü haline gelir. Buna karşılık başkalarını etkilemek amacıyla ortaya konan göstermelik duygular, **taklit (-miş gibi) duyguların** özelliğidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Eski duygulardır, danışan bu duygulara saplanmıştır:** Bu ifade **birincil işlevsel olmayan duyguların** özellikleri arasındadır.
- B) **Çok yoğun ve baskılıdır, her zaman kötü hissettirir:** Bu ifade doğrudur. Bu duygular genellikle yoğun biçimde yaşanır.
- C) **Koşullar değiştiğinde değişmez, derindir ve stres vericidir:** Bu ifade doğrudur. Sorudaki tanımla doğrudan uyumludur.
- D) **Genellikle bireyin kendisiyle ilişkilidir, kişiliğinin bir parçası gibidir:** Bu ifade doğrudur. Bu duygular çoğu zaman bireyin benlik algısıyla bağlantılıdır.
- E) **Başkalarını etkilemek amacıyla sergilenen göstermelik duygudur:** Bu ifade yanlıştır. Bu özellik **taklit duygulara** aittir.

Cevap: E

10. Elmas Hanım seans boyunca yoğun biçimde **öfke** ifade etmektedir; ancak danışman bu öfkenin altında **kırgınlık** ve **incinmişlik** olduğunu fark etmektedir. Sorudaki en kritik ipucu, danışmanın **"Bu öfkenin altında hissettiğin başka bir şey olabilir mi?"** sorusudur. **Duygu odaklı terapiye göre ikincil duygular**, bireyin daha derindeki temel duygularını örtmek için ortaya çıkan tepkisel duygulardır. Kişi öfke yaşadığını söylerken aslında altında incinme, üzüntü ya da kırılganlık bulunabilir. Bu nedenle Elmas Hanım'ın yaşadığı durum **ikincil duygulara** örnektir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Birincil işlevsel duygular:** Bu duygular mevcut duruma uygun, doğrudan ve sağlıklı ilk tepkilerdir. Soruda ise alttaki temel duyguyu örten bir tepki söz konusudur.
- B) **Birincil işlevsel olmayan duygular:** Bu duygular daha çok geçmiş travmalar ve bitmemiş işlerle ilişkilidir. Soruda bu yönde bir vurgu bulunmamaktadır.
- D) **Taklit duygular:** Bu duygular başkalarını etkilemek veya manipüle etmek amacıyla sergilenen **-miş gibi duygulardır**. Vaka bunu göstermemektedir.
- E) **Yardımcı duygular:** Bu ifade literatürde genellikle **taklit duygular** ile aynı bağlamda kullanılmaktadır. Sorudaki durum buna uygun değildir.

Cevap: C

11. **Duygu odaklı terapiye göre birincil işlevsel olmayan duygular**, genellikle geçmişte yaşanan **travmatik** ya da olumsuz deneyimlerden beslenen; mevcut durumda bireyin ihtiyaçlarını sağlıklı biçimde karşılamasını zorlaştıran yoğun ve uyumsuz duygulardır. Bu duygular çoğu zaman mevcut olaya uygun olmayan yoğunlukta yaşanır, **katı, tekrarlayıcı** ve değişime dirençli olabilir. Ayrıca bireyin kendisi ve başkalarıyla ilgili olumsuz inançlarını besleyebilir. Buna karşılık bireyin ihtiyaçlarını karşılamasına yardımcı olan **esnek** ve **yapıcı tepkiler** üretmek, birincil işlevsel olmayan duyguların değil; daha çok **birincil işlevsel duyguların** özelliğidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Mevcut olaya uygun olmayan, aşırı veya yetersiz bir yoğunlukta hissedilmesi:** Bu ifade **birincil işlevsel olmayan duyguların** uyumsuz yapısıyla örtüşmektedir.
- C) **Geçmişteki travmatik veya olumsuz deneyimlerle güçlü bir şekilde bağlantılı olması:** Bu ifade doğrudur. Bu duygular sıklıkla geçmiş yaşantılarla ilişkilidir.
- D) **Genellikle katı, tekrarlayıcı ve değişime dirençli olması:** Bu ifade doğrudur. Bu duygular kolay değişmeyen örüntüler oluşturabilir.
- E) **Bireyin kendisi ve başkaları hakkında olumsuz inançları pekiştirmesi:** Bu ifade doğrudur. Bu durum bireyin ilişkisel işlevselliğini olumsuz etkileyebilir.

Cevap: B

12. Soruda en kritik ipucu, Burcu'nun duygularını gerçek içsel yaşantısını ifade etmekten çok **başkalarının ilgisini çekmek, eşi üzerinde kontrol kurmak** ve sosyal çevrede belirli bir izlenim oluşturmak amacıyla kullanmasıdır. Gözyaşlarıyla destek araması, öfkeyi hükmetme aracı haline getirmesi ve utancı bilinçli biçimde sergilemesi; **Duygu odaklı terapide tanımlanan mış gibi (taklit) duyguların** tipik özellikleridir. Bu duygular gerçek içsel yaşantıyı yansıtmak yerine daha çok manipülatif ya da gösterim amaçlı ortaya çıkabilir. Danışmanın "Bu duyguyla bir şey mi elde etmeye çalışıyorsun?" sorusu da doğrudan bu duygu türünü ayırt etmeye yöneliktir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Birincil işlevsel duygular:** Bu duygular mevcut duruma uygun, sağlıklı ve uyum sağlayıcı ilk tepkilerdir. Sorudaki manipülatif yapı bunu karşılamamaktadır.

B) **Birincil işlevsel olmayan duygular:** Bu duygular genellikle geçmiş travmalar ve bitmemiş işlerle ilişkilidir. Soruda böyle bir vurgu bulunmamaktadır.

C) **İkincil duygular:** Bu duygular alttaki temel duyguyu örten tepkisel duygulardır. Burada asıl vurgu gizleme değil, başkalarını etkileme amacıdır.

D) **Tali duygular:** Bu seçenek de **ikincil duygulara** karşılık gelir. Sorudaki örnekler bu yapıyı yansıtmamaktadır.

Cevap: E

13. **Duygu odaklı terapiye göre birincil işlevsel olmayan duygular**, geçmişte yaşanan **travmatik deneyimlerden, reddedilme yaşantılarından** ya da **çözülmemiş duygusal süreçlerden** beslenen; mevcut durumda bireyin ihtiyaçlarını karşılamasını zorlaştıran yoğun, katı ve uyumsuz duygulardır. Soruda A, B ve E seçeneklerinde geçmiş yaşantıların bugünkü duygusal tepkiyi belirlediği görülmektedir. C seçeneğinde yoğun kaygı işlevselliği bozsa da bu durum mevcut stresle ilişkilidir. D seçeneğinde ise kişi, arkadaşının yaşadığı hayal kırıklığı karşısında duruma uygun biçimde **üzüntü** hissetmekte ve **destek olma isteği** göstermektedir. Bu tepki mevcut duruma uygun olduğu için **birincil işlevsel olmayan duyguya** örnek değildir.

Doğru cevap D seçeneğidir.

A) **Geçmişte reddedilme deneyimleri nedeniyle, yeni bir ilişkiye başlarken hissedilen yoğun korku ve geri çekilme:** Bu seçenek geçmiş yaşantının bugünkü ilişkilere taşınmasını gösterdiği için işlevsel olmayan duygu örneğidir.

B) **Çocukluk döneminde sürekli eleştirilmiş olmaktan kaynaklanan, en ufak bir yapıcı geri bildirime karşı hissedilen aşırı öfke ve savunmacılık:** Bu seçenek geçmiş deneyimlerden kaynaklanan katı tepki örüntüsünü göstermektedir.

C) **Önemli bir sınav öncesinde hissedilen yoğun kaygı ve bu kaygının performansı olumsuz etkilemesi:** Bu seçenek mevcut stres verici durumla ilişkili yoğun kaygıyı göstermektedir.

E) **Geçmişte yaşanan bir kayıp nedeniyle, uzun zaman geçmesine rağmen hissedilen yoğun suçluluk ve kendini affedememe:** Bu seçenek geçmiş yaşantıya bağlı kronikleşmiş duygusal tepkiyi göstermektedir.

Cevap: D

14. Betül'ün yaşadığı problem yalnızca **kaygı** ya da **değersizlik düşünceleri** değildir. Soruda dikkat edilmesi gereken nokta, Betül'ün ilişkilerinde sürekli reddedilmekten korkması ve sevilmediğine inanmasıdır. **Duygu odaklı terapi**, danışanın doğrudan düşüncelerini değiştirmekten ya da semptomu kontrol etmeye çalışmaktan önce, bu yoğun duyguların altında hangi **temel duygusal ihtiyaçların** bulunduğu anlamaya odaklanır. Betül'ün ait olma, kabul edilme, değer görme gibi ihtiyaçlarının karşılanmaması bu duygusal örüntüyü besliyor olabilir. Bu nedenle psikolojik danışmanın ilk aşamada Betül'ün duygusal deneyimini keşfetmesi en uygun adımdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Betül'ün kaygı ve değersizlik düşüncelerini sorgulayarak, bu düşüncelerin ne kadar gerçekçi olduğunu araştırması:** Bu seçenek **bilişsel davranışçı terapiye** özgü bilişsel yeniden yapılandırma yaklaşımını yansıtmaktadır.

- B) Betül'e rahatlama tekniklerini öğretmek, yoğun kaygı anlarında bu teknikleri kullanmasını sağlaması: Bu seçenek semptom kontrolüne odaklanmaktadır. Duygu odaklı terapi öncelikle duygunun anlamını keşfetmeye çalışır.
- D) Betül'ün geçmişteki olumsuz deneyimlerini detaylı bir şekilde inceleyerek, mevcut duygusal durumunun kökenlerini belirlemesi: Geçmiş yaşantılar önemli olabilir; ancak ilk adım doğrudan ayrıntılı geçmiş analizi değildir.
- E) Betül'ün sosyal becerilerini geliştirmeye yönelik çalışmalar yaparak, arkadaşlarıyla olan ilişkilerinde daha başarılı olmasını sağlaması: Bu seçenek daha çok beceri geliştirme odaklı yaklaşımları çağırıştır.

Cevap: C

- E) Terapide, danışanın geçmişteki travmatik deneyimlerinin detaylı bir şekilde incelenmesi ve bu deneyimlerin duygusal etkilerinin işlenmesi önemli bir yer tutar: Bu ifade duygu odaklı terapide tamamen yanlış değildir. Özellikle işlevsel olmayan duyguların geçmiş yaşantılarla bağlantısı ele alınabilir.

Cevap: A

15. Duygu odaklı terapi, danışanın duygularını fark etmesine, ifade etmesine, düzenlemesine ve gerektiğinde dönüştürmesine yardımcı olmayı amaçlayan yaşantısal bir yaklaşımdır. Bu yaklaşımda terapist güvenli bir ilişki kurar, danışanın temel duygusal ihtiyaçlarını anlamaya çalışır ve duyguların daha sağlıklı biçimde işlenmesine yardımcı olur. Geçmiş yaşantılar da ele alınabilir; ancak terapistin temel rolü duyguları yorumlayarak bilinç dışı çatışmaları açığa çıkarmak değildir. Bu vurgu daha çok psikanalitik terapiye aittir. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) Terapötik ilişkinin güvenli ve destekleyici bir ortam sunması, danışanın duygusal deneyimlerini açıkça ifade edebilmesi için önemlidir: Bu ifade doğrudur. Güvenli terapötik ilişki duygu odaklı terapide oldukça önemlidir.
- C) Danışanın sorunlarının altında yatan temel duygusal ihtiyaçların ve bu ihtiyaçların karşılanmamasının etkilerinin anlaşılması hedeflenir: Bu ifade kuramın temel amaçlarıyla uyumludur.
- D) Duygusal deneyimin farkındalığını artırmak ve danışanın duygularını daha yapıcı bir şekilde işlemesine yardımcı olmak temel amaçlardandır: Bu ifade doğrudur. Kuramın temel hedeflerinden biridir.

1. Ayşe'nin başlangıçta ifade ettiği **yalnızlık, yanlış yapma korkusu** ve sosyal çekinme ilk bakışta dikkat çekse de psikolojik danışman bu duyguların mevcut durumla tam olarak örtüşmediğini fark etmektedir. Diyalog ilerlediğinde Ayşe, babasının sürekli eleştirileri nedeniyle geçmişte de kendisini **yetersiz** ve **gergin** hissettiğini belirtmektedir. **Duygu odaklı terapiye** göre geçmişteki eleştirel yaşantılardan beslenen, tekrar eden, benlikle ilişkili ve bugün yeniden tetiklenen bu tür duygular **birincil işlevsel olmayan duygulardır**. Psikolojik danışman da Ayşe'nin şu anki kaygısının altında yer alan bu temel duyguyu anlamaya çalışmaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Birincil işlevsel duygu - üzüntü ve yalnızlık: Ayşe yalnızlık hissettiğini ifade etse de danışmanın odaklandığı temel nokta mevcut duruma uygun anlık duygu değildir.

B) Sahte duygu - yanlış yapmaktan korkma: Soruda başkalarını etkilemeye yönelik manipülatif ya da göstermelik bir duygu bulunmamaktadır.

D) Savunma mekanizması - İzolasyon: Bu seçenek psikanalitik kuramdaki savunma mekanizmalarıyla ilgilidir. Soruda duygu türü sorgulanmaktadır.

E) Temel duygusal ihtiyaç - anlaşılma ihtiyacı: Ayşe'nin anlaşılma ihtiyacı olabilir; ancak psikolojik danışmanın doğrudan üzerinde durduğu yapı bu değildir.

Cevap: C

2. **Duygu odaklı terapi**, danışanın duygularını fark etmesine, özellikle **birincil işlevsel duygularına ulaşmasına**, karşılanmamış ihtiyaçlarını anlamasına ve **işlevsel olmayan duygularını** dönüştürmesine yardımcı olmayı amaçlar. Ayrıca danışanın geçmişte baş edemediği duyguları güvenli terapötik ortamda yeniden deneyimleyerek yeni anlamlar geliştirmesi de terapötik amaçlar arasındadır. Ancak danışanın bilinç dışı ile bilinç arasında denge kurarak **bireyleşme sürecini** desteklemek, **Jung'un analitik terapi** yaklaşımına özgü bir amaçtır ve duygu odaklı terapinin hedefleri arasında yer almaz. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Danışanın işlevsel olmayan duygularının yerine işlevsel duygular geliştirmesine yardımcı olmak: Bu ifade duygu odaklı terapinin temel amaçları arasındadır.

B) Danışanın geçmişte üstesinden gelemediği duyguları yeniden yaşamasına ortam yaratarak deneyim kazanmasını sağlamak: Bu ifade doğrudur. Kuram, **düzeltilici duygusal deneyim** oluşturmaya önem verir.

C) Danışanın ihtiyaçlarına, hedeflerine, eylem eğilimlerine ulaşmasına yardımcı olmak: Bu ifade duygu odaklı terapinin amaçları arasında yer alır.

E) Danışanın birincil işlevsel duygularına ulaşmasına yardımcı olmak: Bu ifade doğrudur. Kuramın en temel hedeflerinden biridir.

Cevap: D

3. Danışmanın ifadelerine bakıldığında öncelikle danışanın duygusuna **empatik biçimde eşlik ettiği**, onu dikkatle dinlediği ve güvenli bir ilişki kurmaya çalıştığı görülmektedir. **"Sana dikkatle kulak veriyorum"**, **"Bunu birlikte anlamaya çalışabiliriz"** ve **"Sana yardımcı olmak için buradayım"** ifadeleri; danışanın duygusal deneyimini hemen derinleştirmekten çok önce **terapötik bağ kurma**, danışanın duygularını ifade etmesini kolaylaştırma ve duygusal farkındalığını artırma amacını yansıtmaktadır. **Duygu odaklı terapi** sürecinde bu durum **bağ kurma ve farkındalık aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Yeni duygular üretme ve yeni bir anlam yaratma: Bu aşamada işlevsel olmayan şemalar dönüştürülür ve yeni anlamlar oluşturulur. Diyalog henüz bu seviyede değildir.

C) Uyandırma ve keşfetme: Bu aşamada sorunlu duygular daha aktif biçimde harekete geçirilir ve temel duygulara ulaşılmaya çalışılır. Diyalogda henüz yoğun keşif süreci başlamamıştır.

D) İşlevsel olmayan şemaların dönüştürülmesi: Bu ifade dönüşüm evresine aittir. Soruda böyle bir müdahale görülmemektedir.

E) Yeni gelişen benlik algısının desteklenmesi: Bu durum terapinin daha ileri aşamalarında ortaya çıkar.

Cevap: A

4. Selin'in yaşadığı temel problem yalnızca birinden "hayır" cevabı almak değildir; bu durumun otomatik olarak yoğun **değersizlik, sevilme, öfke** ve ardından sosyal geri çekilme yaratmasıdır. Psikolojik danışman önce Selin'in duygusunu **empatik biçimde kabul etmekte**, ardından bu duygunun altında yer alan **kabul görme ihtiyacını** fark etmesine yardımcı olmaktadır. Sonrasında ise "Hayır cevabı her zaman değersiz olduğun anlamına gelmeyebilir" diyerek Selin'in **işlevsel olmayan değersizlik duygusunu** daha sağlıklı ve işlevsel bir duygusal tepkiye dönüştürmeye çalışmaktadır. Bu süreç, **duygu odaklı terapide** işlevsel olmayan duyguların dönüştürülmesi amacına karşılık gelir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Danışanın 'hayır' kelimesine verdiği olumsuz anlamları bilişsel olarak yeniden yapılandırmak: Diyalogda bilişsel sorgulamaya benzeyen ifadeler olsa da temel odak bilişsel yeniden yapılandırma değil, **duygusal dönüşümdür.**
- B) Danışana sosyal destek sistemlerini güçlendirmesi için önerilerde bulunmak: Diyalogda sosyal çevre düzenleme ya da destek sistemi oluşturma müdahalesi yoktur.
- C) Danışanın geçmişteki reddedilme deneyimlerini ayrıntılı olarak inceleyerek travmayı iyileştirmek: Geçmiş yaşantılar ayrıntılı biçimde ele alınmamaktadır.
- D) Danışanın yoğun 'değersizlik' ve 'öfke' duygularını bastırmasına yardımcı olacak stratejiler öğretmek: Duygu odaklı terapi duyguları bastırmayı değil, fark etmeyi ve dönüştürmeyi hedefler.

Cevap: E

5. Danışan başlangıçta yüzeyde görünen **öfke** duygusunu ifade ederken, ardından bunun altında **çaresizlik ve küçülme** hissi olduğunu söylemektedir. Psikolojik danışman da bu noktada danışanın daha derindeki duygusunu fark ederek "Bu duyguyu burada güvenle yaşayabilirsin" ifadesiyle duygusal deneyimi desteklemekte ve "Bu duyguyu biraz daha açabilir misin?" diyerek bu temel duyguyu daha derin biçimde keşfetmeye yönelmektedir. **Duygu odaklı terapi** sürecinde sorunlu duyguların harekete geçirildiği ve daha temel duy-

gulara ulaşmaya çalışıldığı bu süreç **uyandırma ve keşfetme aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Bağ kurma ve farkındalık: Bu aşamada temel amaç daha çok empatik dinleme, güven ilişkisi kurma ve duygusal farkındalık oluşturmaktır. Soruda süreç bunun ötesine geçmiştir.
- C) Yeni duygular üretme ve yeni bir anlam yaratma: Bu aşamada işlevsel olmayan şemalar dönüştürülür ve yeni anlamlar oluşturulur. Diyalog henüz bu noktada değildir.
- D) İşbirliği odaklı ilişki kurma: Bu ifade bağ kurma ve farkındalık evresinin alt basamaklarından biridir ancak sorudaki temel vurgu bu değildir.
- E) Deneyimi anlamlandırmak için yansıtma: Bu süreç dönüşüm evresinde daha belirgin hale gelir. Soruda öncelikli olarak derin duyuya ulaşma çabası vardır.

Cevap: B

6. Danışan başlangıçta yaşadığı **değersizlik** duygusundan uzaklaşarak artık kendi ihtiyaçlarını fark ettiğini, buna hakkı olduğunu ve içinde bir **güç** hissetmeye başladığını ifade etmektedir. Psikolojik danışman da bu yeni farkındalığı destekleyerek gelişen yeni benlik algısını onaylamaktadır. **Duygu odaklı terapi** sürecinde işlevsel olmayan şemaların dönüştürülmesi, yeni duyguların ortaya çıkması ve **yeni gelişen benlik algısının desteklenmesi, yeni duygular üretme ve yeni bir anlam yaratma** aşamasının özellikleridir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Uyandırma ve keşfetme: Bu aşamada temel amaç sorunlu duyguları harekete geçirmek ve temel duygulara ulaşmaktır. Soruda dönüşüm zaten gerçekleşmiştir.
- B) Bağ kurma ve farkındalık: Bu aşama terapistin başlangıç evresidir ve empatik ilişki kurmaya odaklanır. Diyalog daha ileri bir aşamayı göstermektedir.
- D) İşlevsel olmayan duyguların yerine taklit duygular geliştirme: Duygu odaklı terapi böyle bir amaç taşımaz.

E) **Duygusal deneyime destek sağlama:** Bu ifade **uyandırma ve keşfetme** aşamasındaki alt adımlardan biridir ancak sorunun bütünü karşılamamaktadır.

Cevap: C

7. Soruda danışmanın temel amacı, Sevilay'ın yalnızca öfkesini kontrol etmesi değil; öfke anında ortaya çıkan **bedensel tepkileri** fark ederek duygusal deneyimini daha iyi anlamasını sağlamaktır. Sevilay'ın **kalbinin hızlı çarpması** ve **ellerinin titremesi** önemli ipuçlarıdır. **Duygu odaklı terapide duygusal farkındalık**, danışanın yalnızca duygusunu değil, bu duyguya eşlik eden bedensel duyuları da fark etmesini içerir. Nitekim kuramda danışmana "Şu anda sesin tizleştiğinde ne hissediyorsun?" gibi sorular önerilir. Bu nedenle bedensel farkındalığı artırmaya yönelik yaklaşım en uygun seçenektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Sevilay'a, "Duygularını kontrol altına al ve öfkeni bastır." diyerek **bilişsel kontrol stratejileri öğretmek: Duygu odaklı terapi** duyguları bastırmayı değil, fark etmeyi amaçlar.

C) Sevilay'a, **stresli durumları tamamen önlemek için günlük rutinini değiştirmesini önermek:** Bu seçenek kaçınma temelli bir yaklaşımı yansıtmaktadır.

D) Sevilay'a, **öfkesini hemen çözmesi ve günlük yaşamında yok etmesi gerektiğini söylemek:** Kuramın amacı duyguyu ortadan kaldırmak değil, onu anlamlandırmaktır.

E) Sevilay'a, **sadece geçmiş deneyimlerini analiz ederek öfkesinin kökenini anlamasını sağlamak:** Geçmiş yaşantılar ele alınabilir ancak soruda öncelikli vurgu **bedensel farkındalık** üzerinedir.

Cevap: B

8. Adem'in yaşadığı temel problem, yöneticisiyle yaşadığı çatışmaya bağlı **öfke** ve **hayal kırıklığıdır**. Soruda özellikle danışanın duygularını **açıığa çıkarmak** ve yeniden işlemek vurgulanmaktadır. **Duygu odaklı terapide** danışanın geçmişte ya da şu an yaşadığı kişiyle ilgili çözülmemiş duygularını ifade etmesi ve **bitmemiş işlerini** çalışması için en sık kullanılan tekniklerden biri **boş sandalye tekniğidir**. Bu teknikte danışan, karşısındaki boş sandalyede ilgili kişinin oturduğunu hayal ederek bastırılmış duygu ve düşüncelerini ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Davranışsal yeniden yapılandırma:** Bu seçenek daha çok **davranışçı terapi** yaklaşımına aittir.

C) **Mantıksal çözümleme egzersizleri:** Bu yaklaşım duygusal yaşantıyı derinleştirmekten çok bilişsel analiz odaklıdır.

D) **Bilişsel çarpıtma analizi:** Bu teknik **bilişsel davranışçı terapiye** özgüdür.

E) **Sosyal beceri eğitimi:** Bu seçenek kişiler arası beceri geliştirmeye yöneliktir; sorudaki temel amaç duygusal işlemdir.

Cevap: B

9. Suna'nın yaşadığı temel problem, iş yerindeki hatalar sonrası ortaya çıkan **yoğun suçluluk** ve **yetersizlik** hissidir. Soruda en kritik ipucu, danışanın bir tarafta kendisini **eleştiren**, diğer tarafta ise kendisini **savunan** yanını temsil etmesidir. **Duygu odaklı terapide** danışanın kendi içinde yaşadığı çatışmaları, özellikle **kendini suçlama**, **kendini eleştirme** ve benlik bölünmelerini çalışmak için kullanılan teknik **çift sandalye tekniğidir**. Bu teknikte danışan benliğinin iki farklı yönünü ayrı sandalyelerde deneyimler ve bu süreç benlik bütünleşmesine katkı sağlar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Bu teknik **bilişsel davranışçı terapiye** aittir ve sorudaki yaşantısal düzenlemeyi açıklamaz.

B) **Davranışsal maruz kalma:** Bu seçenek daha çok kaygı bozukluklarında kullanılan davranışçı bir tekniktir.

- C) **Geçmiş yaşantıların analizi:** Soruda geçmiş analizi değil, seans içinde yaşantısal bir teknik kullanılmaktadır.
- E) **Gelecek odaklı problem çözme:** Bu yaklaşım sorudaki içsel çatışma çalışmasını açıklamamaktadır.

Cevap: D

10. Mehmet'in yaşadığı **değersizlik ve başarısızlık** duygularının farklı yaşam deneyimleriyle nasıl bağlantılı olduğunu fark etmesi hedeflenmektedir. Soruda danışmanın, Mehmet'in anlattığı her duygu ve olay üzerinden ilerleyerek bu duyguları başka anılarla ilişkilendirmesi önemli bir ipucudur. **Duygu odaklı terapide** danışanın belirli bir yaşantıyı zihninde canlandırması, bu yaşantıyla bağlantılı diğer anıları ve duygusal tetikleyicileri fark etmesi amacıyla kullanılan teknik **sistemik çağrışım**ıdır. Bu teknik danışanın duygusal örüntülerini daha derin biçimde keşfetmesini sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Boş sandalye:** Bu teknik daha çok danışanın çözülmemiş kişiler arası duygularını ifade etmesi için kullanılır.
- C) **Düşünce günlüğü:** Bu seçenek daha çok **bi-ışsel davranışçı terapi** uygulamalarını çağrıştırmaktadır.
- D) **Serbest çağrışım:** Bu teknik **psikanalitik terapiye** aittir.
- E) **Mucize soru:** Bu teknik **çözüm odaklı kısa süreli terapiye** özgüdür.

Cevap: B

11. Danışan kendisini "**bir labirentte kaybolmuş gibi**" hissettiğini söyleyerek aslında duygusal yaşantısını bir **metafor** üzerinden ifade etmektedir. Psikolojik danışman da bu metaforu değiştirmeden, onun üzerinden ilerleyerek danışanın yaşadığı duyguları keşfetmeye çalışmaktadır. **Duygu odaklı terapide** metaforlar; danışanın içsel yaşantılarını somutlaştırmasına, duygularını daha anlaşılır hale getirmesine ve sorunlarını tehdit edici olmayan bir şekilde keşfetmesine yardımcı olur. Soruda danışanın kullandığı sembolik anlatım

üzerinden ilerlenmesi bu tekniği göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Çift sandalye:** Bu teknik benliğin çatışan iki yönü arasında diyalog kurmak için kullanılır. Soruda böyle bir durum yoktur.
- C) **Sistemik çağrışım**ıdır. Bu teknikte danışanın belirli yaşantılar üzerinden anıları canlandırması beklenir. Soruda bu süreç yer almamaktadır.
- D) **Empatik keşif:** Danışmanın sorusu keşif niteliği taşısa da sorudaki temel ipucu danışanın kullandığı **metaforik ifadedir.**
- E) **Empatik tahmin:** Bu teknikte danışman danışanın duygu şemalarına ilişkin tahminlerde bulunur. Soruda böyle bir müdahale görülmektedir.

Cevap: B

12. I. "**Bu hislerinin normal ve anlaşılır olduğunu görmek önemli, yaşadığın duygular anlaşılabilir.**" ifadesi, **empatik onaylanma tepkisi**dir: Bu tepki, danışan özellikle incinmiş, kırılmış ya da duygusal olarak zorlanmış olduğunda kullanılır. Amaç, danışanın yaşadığı duygunun anlaşılır ve kabul edilebilir olduğunu hissettirmektir.
- II. "**Bu durum sana hangi duyguları hatırlatıyor, ne hissettin?**" ifadesi, **empatik keşif tepkisi**dir: Bu tepki, danışanın tam olarak fark edemediği ya da adlandıramadığı duygularını daha net tanımasına yardımcı olmak için kullanılır. Amaç, danışanın duygusal yaşantısını keşfetmesini sağlamaktır.
- III. "**Bu durumla ilişkili başka anıları veya duyguları hatırlatacak sorular sorması**" **empatik çağrışım tepkisi**dir: Bu tepki, danışanın belirli bir yaşantıyla bağlantılı diğer anıları ve duyguları fark etmesini sağlamak amacıyla kullanılır.

Cevap: A

13. Soruda danışmanın danışana **geçmişe hoşça kal mektubu** yazdırması, duygu odaklı terapide yer alan **duyguyu duyguyla değiştirme ödevine** işaret etmektedir. Bu teknik; danışanın geçmişte çözülmemiş olaylarla yüzleşmesine, bastırılmış duygularını ifade etmesine, bu duyguları işlemesine ve geçmiş yaşantıya yönelik bir **duygusal kapanış** geliştirmesine yardımcı olur. Amaç danışanın duygusal yaşantısını güvenli biçimde ifade etmesini sağlamaktır. Buna karşılık danışanın gelecekteki davranışlarını doğrudan yönlendirmek bu tekniğin amacı değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın geçmişte yaşanan olaylarla yüzleşmesini sağlamak:** Bu ifade tekniğin amaçlarıyla uyumludur.
- B) **Danışanın duygusal kapanış yaşamasını sağlamak:** Bu ifade doğrudur. Teknik geçmişle vedalaşmayı kolaylaştırabilir.
- C) **Danışanın bastırılmış veya çözülmemiş duygularını fark etmesini sağlamak:** Bu ifade doğrudur. Teknik duygusal farkındalığı artırır.
- E) **Danışanın duygusal deneyimlerini güvenli bir şekilde ifade etmesini sağlamak:** Bu ifade de tekniğin amaçları arasındadır.

Cevap: D

14. Danışanın yaşadığı temel problem yalnızca işini kaybetmiş olması değil; bu deneyimi doğrudan **başarısızlık** olarak anlamlandırmasıdır. Soruda psikolojik danışman, danışanın yaşadığı olaydan hangi dersleri çıkardığını, bu sürecin onda nasıl farkındalık yarattığını ve deneyimini nasıl değerlendirdiğini sorgulamaktadır. **Duygu odaklı terapide** danışanın yaşadığı stres verici olayları yeniden değerlendirerek eski inançları ile yeni gerçeklik arasında daha sağlıklı bir anlam kurmasına yardımcı olan teknik **anlam oluşturma tekniğidir.** **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Çift sandalye tekniği:** Bu teknik danışanın çatışan benlik yönlerini çalışmak için kullanılır.
- C) **Geçmişe hoşça kal mektubu yazdırma:** Bu teknik daha çok geçmişte tamamlanmamış duygularla vedalaşmaya yöneliktir.

D) **Empatik keşif:** Bu tepki danışanın duygularını fark etmesine yardımcı olur ancak sorudaki temel teknik bu değildir.

E) **Sistemik çağrışımı açılma:** Bu teknik anılar arasında bağlantı kurmaya odaklanır. Soruda asıl vurgu yeniden anlamlandırmadır.

Cevap: B

15. Soruda danışmanın amacı yalnızca danışanın öfkesini anlamak değildir; danışanın geçmişte kendisini **incinmiş** hissettiği anları hatırlamasını sağlayarak kendisine karşı **şefkat geliştirme** yardımcı olmaktadır. Bu ifade, **duygu odaklı terapide** yer alan **duygu düzenleme ödeviyle** doğrudan örtüşmektedir. Kuramda danışan kendisini güvenli hissettiği bir yer hayal edebilir ya da kendisini **incinmiş bir çocuk** olarak görerek kendisine empati geliştirmesi sağlanabilir. Sorudaki uygulama bu tekniğe karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Duygusal farkındalık artırma:** Bu teknik daha çok danışanın anlık duygu ve bedensel tepkilerini fark etmesine odaklanır.
- B) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Bu teknik bilişsel davranışçı terapide kullanılır.
- C) **Geçmiş travmanın detaylı anlatımı:** Soruda travmanın ayrıntılı analizi yapılmamaktadır.
- E) **Sosyal beceri eğitimi:** Bu seçenek kişiler arası beceri geliştirmeye yöneliktir.

Cevap: D

1. Danışanın temel problemi yaşadığı **öfke, üzüntü** ve **kaygı** gibi duyguları fark etmekte zorlanmaktadır. Psikolojik danışmanın danışandan bu duyguları, onları tetikleyen durumları, yoğunluklarını ve bu duygulara eşlik eden düşünce-davranışları düzenli biçimde kaydetmesini istemesi; **duygu odaklı terapide** yer alan **farkındalık ödevine**, yani **duygu günlüğü tutma** uygulamasına karşılık gelir. Bu teknikte danışanın gün sonunda yaşadığı duyguları fark etmesi, isimlendirmesi ve duygusal örüntülerini daha net görmesi amaçlanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Gevşeme ve nefes çalışmaları: Bu teknik daha çok fizyolojik gerginliği azaltmaya ve bedensel rahatlatma sağlamaya yöneliktir. Soruda ise temel amaç rahatlatma değil, **duygusal farkındalık geliştirmektir.**

C) Bilişsel yeniden yapılandırma: Bu teknik işlevsel olmayan düşünceleri sorgulayıp daha gerçekçi düşünceler geliştirmeyi hedefler. Soruda düşüncelerin değiştirilmesi değil, duyguların kaydedilmesi söz konusudur.

D) Geçmiş travmaların detaylı anlatımı: Bu yaklaşım geçmiş yaşantıların ayrıntılı biçimde ele alınmasını içerir. Soruda geçmiş travmalar değil, günlük duyguların izlenmesi hedeflenmektedir.

E) Maruz bırakma: Bu teknik kişinin kaygı duyduğu uyarıya kontrollü biçimde yüzleşmesini içerir. Soruda danışanın korktuğu durumla yüzleştirilmesi değil, duygularını kayıt altına alması istenmektedir.

Cevap: A

2. Altan'ın yaşadığı problem, çocukluk dönemindeki **eleştirilme** ve **onay görmeme** yaşantılarının bugünkü duygusal dünyasını etkilemesidir. Soruda psikolojik danışmanın Altan'ın geçmiş yaşantılarını güvenli bir ortamda yeniden hatırlamasına yardımcı olduğu ve bu kez kendisini **desteklenmiş** ve **anlaşılmış** hissetmesini sağladığı vurgulanmaktadır. **Duygu odaklı terapide** danışanın geçmişte yaşadığı olumsuz duygusal deneyimleri, terapötik ilişkide daha sağlıklı biçimde yeniden deneyimlemesi **düzeltilici duygusal deneyim** olarak adlandırılır. Bu süreçte danışan bastırdığı duyguları fark eder ve onları daha işlevsel biçimde

işlemeye başlar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Duyguyu duyguyla değiştirme: Bu teknik daha çok işlevsel olmayan duyguların yerine daha sağlıklı duygular geliştirmeye yönelik ödevleri içerir. Soruda terapötik ilişki içinde yeniden yaşantılamaya vurgulanmaktadır.

B) Odaklanma: Bu teknik danışanın bedenindeki duyumlara ve içsel yaşantılarına dikkat kesilmesini içerir. Sorudaki temel vurgu bu değildir.

D) Güvenli yer imgelemi: Bu teknik danışanın kendisini sakin ve güvende hissettiği bir yer hayal etmesini içerir. Soruda güvenli terapötik ilişki içinde geçmiş deneyimin yeniden işlenmesi anlatılmaktadır.

E) Bilişsel yeniden yapılandırma: Bu teknikte düşüncelerin sorgulanması hedeflenir. Soruda temel odak duygusal yeniden yaşantılamadır.

Cevap: C

3. Sevinç'in yaşadığı temel problem, ailesiyle yaşadığı çatışma sonrası ortaya çıkan **öfke** ve **kırılganlık** duygularıdır. Soruda kritik nokta, psikolojik danışmanın bu duyguları bastırmaması; önce fark ettirmesi, ardından bu olumsuz duyguları daha **işlevsel bir duyguya dönüştürmesine** yardımcı olmasıdır. Danışanın süreç sonunda **sınır koymayı** öğrenmesi ve **kendine güven** geliştirmesi de bu dönüşümün sonucudur. **Duygu odaklı terapide** işlevsel olmayan duyguların daha sağlıklı duygularla dönüştürülmesine yönelik müdahale **duyguyu duyguyla değiştirme** tekniğidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Güvenli yer imgelemi: Bu teknik danışanın kendisini güvende hissettiği bir yer hayal etmesine dayanır. Soruda temel vurgu duygusal dönüşümdür.

B) Gevşeme ve nefes çalışmaları: Bu teknik fizyolojik rahatlatma sağlamaya yöneliktir. Sorudaki müdahale duygunun dönüştürülmesini içermektedir.

D) Geçmiş travmaların detaylı anlatımı: Soruda geçmiş travmatik yaşantıların ayrıntılı analizi yer almamaktadır.

E) Bilişsel yeniden yapılandırma: Bu teknik düşüncelerin sorgulanmasına odaklanır. Soruda temel süreç duygusal dönüşümdür.

Cevap: C

4. Memduh'un yaşadığı problem yalnızca **öfke** ve **hüzün** hissetmesi değildir; bu duyguların bedeninde nasıl ortaya çıktığını fark edememesi ve alttaki temel duyguları tam olarak anlayamamasıdır. Soruda psikolojik danışmanın, danışandan duygularını hissetmesini ve bu duyguların bedeninin hangi bölgelerinde yoğunlaştığına dikkat etmesini istemesi önemli ipucudur. **Duygu odaklı terapi**-de danışanın içsel yaşantılarına ve bedensel duyumlarına yönelmesini sağlayan teknik **odaklanmadır**. Bu teknik, danışanın duygularını daha net fark etmesine ve temel ihtiyaçlarını anlamasına yardımcı olur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Güvenli yer imgelemi:** Bu teknikte danışandan kendisini güvende ve sakin hissettiği bir yer hayal etmesi istenir. Amaç yoğun duygusal sıkıntıyı düzenlemektir. Soruda ise güvenli yer hayali değil, **bedensel duyumlara odaklanma** vardır.
- B) Duyguyu duyguyla değiştirme:** Bu teknik işlevsel olmayan duyguların yerine daha sağlıklı ve işlevsel duygular geliştirmeyi hedefler. Soruda henüz duygusal dönüşüm aşamasına geçilmemiştir; öncelik farkındalıktır.
- D) Gevşeme ve nefes çalışmaları:** Bu yöntem genellikle fizyolojik rahatlama ve stres azaltmaya yöneliktir. Soruda danışandan rahatlaması değil, duygularını bedensel düzeyde fark etmesi istenmektedir.
- E) Bilişsel yeniden yapılandırma:** Bu teknik işlevsel olmayan düşünceleri sorgulayıp yeniden düzenlemeyi amaçlar. Soruda düşünce içeriği değil, **duygusal ve bedensel farkındalık** ön plandadır.

Cevap: C

5. Ayhan'ın temel problemi üzüntü yaşamaması değil; çocukluktan itibaren öğrendiği "**erkekler ağlamaz**" inancı nedeniyle **üzüntüsünü bastırmasıdır**. Soruda psikolojik danışman önce bu işlevsel olmayan inancı fark ettirmekte, ardından Ayhan'ın bastırıldığı üzüntüyle temas kurmasına ve bu duyguyu yaşamasına yardımcı olmaktadır. **Duygu odaklı terapi**de bastırılmış birincil duygularla temas kurulmasını ve bu duyguların yaşanmasını hedefleyen müdahale **duyguların dışavurumudur**. Süreç sonunda danışanın duygusal rahatla-

ma yaşaması da bunu desteklemektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Duygu kaydı tutma:** Bu teknik danışanın günlük yaşadığı duyguları kayıt altına alarak farkındalık geliştirmesini amaçlar. Soruda günlük kayıt tutma süreci bulunmamaktadır.
- B) Duyguyu duyguyla değiştirme:** Bu teknikte işlevsel olmayan duyguların yerine daha işlevsel duygular geliştirilmesi hedeflenir. Soruda öncelik bastırılmış duygunun ifade edilmesidir.
- C) Güvenli yer imgelemi:** Bu teknik danışanın kendisini güvende hissettiği bir yer hayal etmesine dayanır. Soruda böyle bir imgeleme çalışması yoktur.
- E) Bilişsel yeniden yapılandırma:** Danışanın inancı fark etmesi sürece eşlik etse de temel müdahale düşünceyi değiştirmek değil, bastırılmış duyguyu yaşatmaktır.

Cevap: D

6. Umut'un yaşadığı temel problem ailesi tarafından **görmezden gelinmesi** ve bunun onda yarattığı **yalnızlık** ile **değersizlik** duygularıdır. Psikolojik danışman burada danışanın anlattığı yaşantıyı dikkatle dinlemekte ve onun duygusal deneyimini yeniden ifade ederek doğru anlayıp anlamadığını kontrol etmektedir. "İçinde yalnızlık ve değersizlik duyguları çok yoğunlaşıyor, öyle mi?" ifadesi danışanın şu anki yaşantısına girme, onu takip etme ve duygusunu yansıtma niteliği taşımaktadır. **Duygu odaklı terapi**de bu yaklaşım **empatik yöntem** ile ilişkilidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Duyguyu duyguyla değiştirme:** Bu teknik işlevsel olmayan duyguların dönüştürülmesini hedefler. Soruda henüz böyle bir dönüşüm süreci yoktur.
- C) Odaklanma:** Bu teknik danışanın bedensel duyumlarına ve içsel yaşantısına yönelmesini içerir. Soruda beden farkındalığı çalışılmamaktadır.
- D) Duyguların dışavurumu:** Bu teknikte bastırılmış duyguların ifade edilmesi hedeflenir. Soruda danışmanın temel müdahalesi duyguyu yansıtmaktır.

E) **Düzeltilici duygusal deneyim:** Bu süreç danışanın geçmişte yaşadığı olumsuz deneyimi terapötik ilişkide yeniden işlemesini içerir. Soruda böyle bir yeniden yaşantılamaya yoktur.

Cevap: A

7. Süleyman'ın yaşadığı problem yalnızca eşine öfkelenmesi değildir; öfkesini **bastırması**, ardından kendisini **çaresiz** hissetmesi ve bu duyguyla nasıl baş edeceğini bilememesidir. Psikolojik danışman burada Süleyman'ın duygusunu fark etmesine yardımcı olmakta, bu duygunun anlaşılabilir olduğunu belirtmekte ve onunla nasıl baş edebileceğini birlikte keşfetmektedir. **Duygu odaklı terapide** terapist, danışanın duygularını fark etmesine, kabul etmesine ve daha işlevsel biçimde yönetmesine yardımcı olan bir **duygu koçu** rolü üstlenir. Sorudaki müdahale bu role doğrudan karşılık gelmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Duyguların dışavurumu:** Bu teknik, danışanın bastırdığı duygularla temas kurmasını ve bu duyguları ifade etmesini amaçlar. Örneğin danışanın üzüntüsünü ağlayarak ya da öfkesini sözel olarak ifade etmesi desteklenebilir. Soruda ise belirli bir teknikten çok danışmanın genel rolü vurgulanmaktadır.

B) **Empatik yönelim:** Bu rol, danışanın mevcut yaşantısına empatik biçimde girme ve onu takip etmeyi ifade eder. Soruda empati vardır; ancak danışman bunun ötesinde aktif biçimde rehberlik etmektedir.

C) **Düzeltilici duygusal deneyim:** Bu süreçte danışan geçmişte yaşadığı olumsuz duygusal deneyimleri güvenli terapötik ortamda yeniden işler ve yeni bir deneyim yaşar. Soruda geçmiş yaşantının yeniden ele alınması yoktur.

D) **Duyguyu duyguyla değiştirme:** Bu teknik işlevsel olmayan duyguların yerine daha sağlıklı ve işlevsel duygular geliştirmeyi hedefler. Soruda henüz doğrudan bir dönüşüm tekniği uygulanmamaktadır.

Cevap: E

8. **Duygu odaklı terapiye** göre **ikincil duygular**, bireyin daha derinde yer alan temel duygularına verdiği tepkisel duygulardır. Kişi aslında **incinmiş, üzgün** ya da **korkmuş** olabilirken yüzeyde **öfke, suçluluk** ya da başka bir tepki duygusu gösterebilir. Bu duygular çoğu zaman daha derindeki asıl duyguyu örter ve bireyin gerçek ihtiyacına ulaşmasını zorlaştırır. Soruda yanlış olan ifade, ikincil duyguların derin duygusal ihtiyaçları doğrudan ifade ettiğini söyleyen seçenektir. Bu özellik daha çok **birincil duygularla** ilişkilidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Genellikle birincil duyguları maskelerler:** Bu ifade doğrudur. İkincil duygular çoğu zaman alttaki **birincil duyguların** görünmesini engeller. Örneğin kişi incinmişken yalnızca öfke gösterebilir.

B) **Tepkisel ve savunma amaçlıdır:** Bu ifade doğrudur. İkincil duygular çoğu zaman bireyin kendisini korumak için geliştirdiği tepkisel duygulardır.

D) **Yoğun ama yüzeysel olabilirler:** Bu ifade doğrudur. Oldukça yoğun yaşanabilirler ancak çoğu zaman daha derindeki asıl duygunun üzerini örterler.

E) **İlişkisel işlev taşırlar:** Bu ifade doğrudur. İkincil duygular kişiler arası ilişkilerde belirli mesajlar taşıyabilir ya da bireyin kendisini korruma işlevi görebilir.

Cevap: C

9. Mert'in yaşadığı problem, arkadaş grubunda kendisini **dışlanmış ve değersiz** hissetmesidir. Soruda psikolojik danışmanın Mert'in duygularını dikkatle dinlediği, kabul ettiği ve güvenli bir ortamda bu duygularla temas kurmasına rehberlik ettiği belirtilmektedir. Bu yaklaşım; danışanın bastırılmış duygularını fark etmesine yardımcı olmayı, duygularını güvenli biçimde deneyimlemesini sağlamayı ve **birincil duygularına** ulaşmasını desteklemeyi içerir. Ancak danışanın duygularını doğrudan **bilinç dışı çatışmaların ürünü** olarak yorumlamak ve bunu çözmeye çalışmak, **psikanalitik terapiye** özgü bir bakış açısidir; **duygu odaklı terapinin** temel yaklaşımı değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Danışanın bastırdığı duygularını fark etmesine yardımcı olmak:** Bu uygulama **duyguların dışavurumu** süreciyle ilişkilidir. Danışanın bastırdığı duygularla temas kurması duygu odaklı terapide önemli bir hedeftir.
- B) **Danışanın duygularını güvenli bir ortamda deneyimlemesine rehberlik etmek:** Bu ifade terapistin sunduğu **güvenli terapötik ilişkiyi** ve duyguların sağlıklı biçimde deneyimlenmesini ifade eder.
- C) **Danışanın birincil duygularını anlamasına destek olmak:** Bu uygulama, yüzeydeki tepkisel duyguların altındaki temel duygulara ulaşma amacını yansıtır.
- D) **Danışanın duygularıyla temas kurmasını kolaylaştırmak:** Bu ifade danışanın duygusal farkındalığını artırma ve içsel yaşantısına yönelmesini sağlama amacıyla uyumludur.

Cevap: E

10. **Duygu odaklı terapide** danışanın duygularını fark etmesine, ifade etmesine, düzenlemesine ve dönüştürmesine yardımcı olmak amacıyla birçok yaşantısal teknik kullanılır. **Odaklanma, duyguların dışavurumu, duyguyu duyguyla değiştirme** ve terapistin üstlendiği **duygu koçluğu** rolü bu yaklaşımın temel müdahaleleri arasında yer alır. Buna karşılık **serbest çağrışım**, danışanın aklına gelenleri sansürlemeden ifade etmesine dayanan ve **psikanalitik terapiye** özgü klasik bir tekniktir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Odaklanma:** Bu teknik danışanın bedenindeki duyumlara ve içsel yaşantılarına dikkat etmesini sağlayarak duygusal farkındalığı artırmayı amaçlar.
- B) **Duyguyu duyguyla değiştirme:** Bu teknik işlevsel olmayan duyguların yerine daha sağlıklı ve işlevsel duygular geliştirmeye odaklanır.
- C) **Duyguların dışavurumu:** Bu teknik bastırılmış duyguların fark edilmesini ve güvenli biçimde ifade edilmesini sağlar.
- E) **Duygu koçluğu:** Bu ifade terapistin rolünü anlatır; danışanın duygularını fark etmesi, düzenlemesi ve yönetmesi sürecinde aktif rehberlik sunmayı içerir.

Cevap: D

11. **Duygu odaklı terapide** empatik tepkiler, danışanın duygusal yaşantısını daha derin anlamasına yardımcı olmak için farklı amaçlarla kullanılır. Soruda her öncülde danışmanın yaptığı müdahalenin hangi **empatik tepkiye** karşılık geldiği sorulmaktadır. Buna göre:

- I. **“Danışman, Ahmet’in dikkati başka bir açığa yönlendirmesine yardımcı olur.” ifadesi, empatik yeniden odaklanma tepkisidir:** Bu tepki, danışanın ele alınan durumun yalnızca tek bir yönüne takılı kalmasını önleyerek farklı bir perspektife yönelmesine yardımcı olur.
- II. **“Danışman, Büşra’nın bu şemaları fark etmesini sağlar ve düşüncelerini yansıtır.” ifadesi, empatik tahmin tepkisidir:** Bu tepki, danışanın fark etmediği **duygu şemalarını** ya da tekrar eden örüntülerini görünür hale getirmek amacıyla kullanılır.
- III. **“Senin hissettiğin öfke ve üzüntüleri anlıyorum.” ifadesi, empatik anlayış tepkisidir:** Bu tepki, danışanın yaşadığı duyguların anlaşıldığını hissettirmeyi ve genel bir empatik anlayış sunmayı amaçlar.

Bu örnekler sırasıyla **empatik yeniden odaklanma – empatik tahmin – empatik anlayış** tepkilerine karşılık gelir.

Cevap: E

12. Burcu’nun başlangıçta ifade ettiği duygu **öfkedir**; ancak terapist bu öfkenin yüzeyde görünen bir tepki olduğunu ve altında daha derin **yetersizlik** ile **değersizlik** duygularının bulunduğunu fark etmektedir. Daha sonra Burcu’nun bu temel duygularla temas kurmasına, onları kabul etmesine ve süreç içinde **öz-değer** geliştirmesine yardımcı olmaktadır. Bu durum, **duygu odaklı terapinin** en temel varsayımlarından biri olan; duyguların yalnızca semptom değil, aynı zamanda **değişim için temel kaynak** olduğu ve dönüştürücü bir güce sahip olduğu anlayışını yansıtır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Duyguların bastırılması gerektiği, aksi halde işlevsizleşeceği:** **Duygu odaklı terapi** duyguların bastırılmasını değil, fark edilmesini ve işlenmesini savunur.

- B) **Olumsuz duyguların yerine doğrudan olumlu düşüncelerin konulması:** Bu yaklaşım daha çok düşünce içeriğini değiştirmeye odaklanır. Soruda temel vurgu duygusal dönüşümdür.
- D) **Danışanın rasyonel düşünce süreçlerinin merkeze alınması:** Soruda rasyonel analiz değil, derin duygulara ulaşma süreci vardır.
- E) **Terapötik ilişkinin yönlendirici bir otoriteye dayanması:** Duygu odaklı terapide terapist daha çok **duygu koçu** rolündedir; otoriter bir konumda değildir.

Cevap: C

13. Melis yoğun bir duygusal yaşantı içindedir ve "kimse bana değer vermiyor" diyerek **incinmişlik**, **yalnızlık** ve değersizlik hislerini ifade etmektedir. Psikolojik danışman ise Melis'in anlattığı duygusal deneyimi yeniden ifade ederek onun yaşadığı temel duyguyu görünür hale getirmektedir: "Bu seni çok incitiyor, öyle değil mi?" ifadesi özellikle danışanın **duygusuna odaklanmaktadır**. **Duygu odaklı anlayışta** bu tür müdahale, danışanın duygularının anlaşıldığını hissettiren **empatik yansıtma** becerisini göstermektedir. İçerik yansıtması daha çok düşünce ve olay içeriğine odaklanırken burada temel vurgu duygudur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) **Yüzleştirme:** Bu beceri danışanın çelişkilerini doğrudan fark ettirmeye yöneliktir. Soruda böyle bir durum yoktur.
- C) **Duygu yeniden yapılandırma:** Soruda duygunun dönüştürülmesi değil, öncelikle anlaşılması ve yansıtılması söz konusudur.
- D) **İkili sandalye tekniği:** Bu teknik danışanın çatışan benlik yönlerini çalışmak için kullanılır. Soruda böyle bir yaşantısal uygulama yoktur.
- E) **İçerik yansıtması:** Bu beceri danışanın anlattığı olayları ve düşünceleri başka sözcüklerle yeniden ifade etmeye odaklanır. Soruda ise belirgin biçimde **duygu yansıtılmaktadır**.

Cevap: B

14. Merve iş yerinde haksızlığa uğradığında aslında **öfke** hissettiğini belirtmektedir; ancak bu öfkeyi doğrudan ifade etmek yerine **gülümseyerek durumu geçiştirmektedir**. Sorudaki en kritik ipucu, psikolojik danışmanın bu davranışın Merve'nin gerçek duygusunu yansıtmadığını ve **toplumsal beklentiler doğrultusunda sergilenen yüzeysel bir duygu** olduğunu fark etmesidir. **Duygu odaklı kurama** göre bireyin gerçek içsel yaşantısını yansıtmayan, başkaları tarafından kabul görmek, çatışmadan kaçınmak ya da belirli sosyal rollere uyum sağlamak amacıyla sergilenen bu tür duygular **taklit duygudur**. Örneğin kişi aslında kırıngın gülümseyebilir ya da öfkeliyken sakin görünmeye çalışabilir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Birincil uyumlu duygu:** Bu duygular mevcut duruma uygun, sağlıklı ve doğrudan ortaya çıkan duygulardır. Örneğin haksızlığa uğrayan bir kişinin sınır koymasını sağlayan sağlıklı öfke ya da kayıp yaşayan bir kişinin hissettiği üzüntü buna örnektir. Merve'nin yaşadığı durum gerçek duygunun doğrudan ifadesi değildir.
- B) **Birincil uyumsuz duygu:** Bu duygular genellikle geçmiş travmatik yaşantılardan kaynaklanır ve mevcut durumla tam uyumlu değildir. Örneğin çocuklukta sürekli eleştirilen bir kişinin küçük bir geri bildirim karşısında yoğun değersizlik hissetmesi buna örnek olabilir. Soruda böyle bir geçmiş aktarımı yoktur.
- C) **İkincil tepkisel duygu:** Bu duygular alttaki temel duyguya verilen tepkisel duygulardır. Örneğin kişi aslında incinmişken öfke gösterebilir. Soruda ise bir duygunun başka duyguyu örtmesi değil, gerçek duygunun yerine sosyal olarak kabul gören bir duygu gösterilmesi vardır.
- E) **Dönüştürülmüş duygu:** Bu ifade **duygu odaklı terapide** temel duygu sınıflamalarından biri değildir. Sorudaki durumu açıklamaz.

Cevap: D

15. Soruda psikolojik danışmanın **empatik anlayış kurduğu**, güvenli bir ilişki ortamı oluşturduğu, danışanın duygularına ulaşmasına yardımcı olduğu, bu duyguları ifade etmesini desteklediği ve tüm süreci **yargılamadan kabul ederek** kolaylaştırdığı açıkça belirtilmektedir. **Duygu odaklı terapide** psikolojik danışman otoriter bir uzman rolünde değildir; danışanın duygusal deneyimine eşlik eden, onu güvenli biçimde keşfetmesine yardımcı olan ve süreci kolaylaştıran bir **rehber / duygu koçu** rolündedir. Bu nedenle en uygun seçenek, duyguları yargılamadan kabul eden ve süreci kolaylaştıran rehber rolünü ifade eden seçenektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Otorite figürü olarak danışanı yönlendiren kişi olmak:** Bu ifade daha hiyerarşik ve yönlendirici bir ilişkiyi çağırır. **Duygu odaklı terapide** terapötik ilişki daha işbirlikçi yapıdadır.
- B) **Danışanın duygularını bastırmasına yardım eden denetleyici olmak:** Bu yaklaşım kuramın mantığına aykırıdır. Duygular bastırılmaz; fark edilir ve işlenir.
- C) **Danışanın irrasyonel düşüncelerini değiştirmeyi hedefleyen öğretici olmak:** Bu vurgu daha çok bilişsel temelli yaklaşımları çağırır. Soruda temel odak duygulardır.
- D) **Davranış değişikliğini ödül ve ceza ile pekiştiren düzenleyici olmak:** Bu seçenek davranışçı yaklaşım mantığını yansıtır ve sorudaki terapist rolüyle uyumsuz.

Cevap: E

1. Sorudaki kritik ipucu, danışanın “**sorunla özdeşleşmesini engellemek**” ve sorun üzerindeki kontrolünü artırmaktır. Soruda anlatılan müdahale, **öyküsel terapide kullanılan dışsallaştırma tekniğidir**. Dışsallaştırma, danışanın problemi kendi kimliğinin bir parçası gibi algılamasını engeller ve problemi kendisinden ayrı bir yapı olarak görmesine yardımcı olur. Böylece danışan “Ben başarısız biriyim.” ya da “Ben öfkeli bir insanım.” şeklindeki problem yüklü kimlik tanımlarından uzaklaşır. **Öyküsel terapinin** temel anlayışı “**sorun kişi değildir, sorun sorundur**” ilkesidir. Bu nedenle danışan, problem karşısında daha fazla kontrol hisseder ve alternatif öyküler oluşturmaya başlayabilir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **Danışanın geçmiş travmalarını derinlemesine analiz etmek**: Bu yaklaşım daha çok psikodinamik kuramların geçmiş yaşantı odaklı müdahalelerini yansıtır. **Öyküsel terapi**, geçmiş ayrıntılı biçimde analiz etmekten çok mevcut problem yüklü öyküyü yeniden yapılandırmayı amaçlar.

B) **Sorunu kişinin hayatından ayırarak, sorunu dışsallaştırmak**: Soruda verilen ifadenin doğrudan karşılığı budur. **Dışsallaştırma**, problemi bireyin kimliğinden ayırır ve danışanın problem üzerindeki etkisini fark etmesini sağlar.

C) **Danışanın bilişsel çarpıtmalarını belirleyip yeniden yapılandırmak**: Bu müdahale Beck’in **bilişsel terapi** yaklaşımına özgüdür. Soruda bilişsel hata analizi değil, kişi ile problemin ayrıştırılması vurgulanmaktadır.

D) **Terapistin danışana doğrudan çözüm yolları sunması**: **Öyküsel terapide** terapist çözüm dayatan otorite figürü değildir. Danışan kendi yaşamının uzmanı olarak kabul edilir ve süreç işbirlikçi şekilde ilerler.

E) **Danışanın sorunlarını içsel bir yetersizlik olarak görmesini sağlamak**: Bu seçenek yaklaşımın mantığına tamamen ters düşer. **Öyküsel terapi**, problemi içselleştirmeyi değil, danışandan ayırmayı hedefler.

Cevap: B

2. Sorudaki kritik ipucu, Alev’in birkaç olumsuz yaşantıyı genelleyerek kendisini sürekli “**yanlış anlaşılmaya mahkûm bir kişi**” olarak tanımlaması ve tüm ilişkilerini “**Kimse bana güvenmez**” inancı üzerinden yorumlamasıdır. Ayrıca soruda, bu anlatıyla çelişen olumlu ilişki örneklerinin de bulunduğu özellikle verilmiştir. Bu durum, **öyküsel terapideki baskın problem dolu öykü** kavramına işaret eder. **Baskın problem dolu öykü**, bireyin yaşamındaki belirli olumsuz deneyimleri merkeze alarak kimliğini ve yaşantılarını bu dar anlatı üzerinden yorumlamasıdır. Böyle olduğunda olumlu yaşantılar göz ardı edilir ve alternatif öyküler seyretilir. Soruda Alev’in güvene dayalı olumlu ilişkileri olmasına rağmen yalnızca olumsuz deneyimlere odaklanması bunu göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **İçgüdüsel dürtülerin toplumsal baskılarla çatışmasından doğan savunma öyküsü**: Bu ifade daha çok psikodinamik yaklaşımın id-süperego çatışması mantığını çağırır. Soruda bilinç dışı dürtü çatışması değil, kişinin yaşam olaylarını tek yönlü yorumlaması vardır.

B) **Danışanın yaşamını tek yönlü ve sorun merkezli tanımladığı baskın problem dolu öykü**: Sorudaki durumun doğrudan karşılığı budur. Alev, birkaç olumsuz deneyimi genelleyerek kimliğini bu anlatı üzerinden kurmaktadır.

C) **Davranışların pekiştirilmemesi sonucu ortaya çıkan işlevsiz öğrenme öyküsü**: Bu seçenek davranışçı yaklaşımın öğrenme ilkeleleriyle ilgilidir. Soruda pekiştirme ya da öğrenme süreçleri vurgulanmamaktadır.

D) **Bireyin varoluşsal kaygılarını anlamlandırma çabası sonucu geliştirdiği kimlik öyküsü**: Bu seçenek varoluşçu yaklaşımın ölüm, özgürlük, yalnızlık ve anlam arayışı gibi temalarına yakındır. Soruda böyle bir vurgu yoktur.

E) **Danışanın işlevsel olmayan bilişsel şemaları üzerinden oluşturduğu otomatik düşünce öyküsü**: Burada otomatik düşünce ve şema kavramları Beck’in **bilişsel terapi** yaklaşımına aittir. Soru ise anlatıların nasıl yapılandırıldığını sorgulamaktadır.

Cevap: B

3. Soruda bahsedilen durum, bireyin özgün öykülerine zamanla eklenen olumsuz ve sınırlayıcı yaşantıların baskın hâle gelmesi ve kişinin dünyayı yalnızca bu dar çerçeveden algılamaya başlamasıdır. **Öyküsel terapiye göre baskın ve problem yüklü öyküler**, bireyin olumsuz deneyimleri merkeze alarak kimliğini ve yaşamını bu anlatı üzerinden tanımlamasına yol açar. Bu durum alternatif yaşam anlatılarının görünmez hâle gelmesine neden olur. Soruda “**yer almaz**” ifadesi sorulduğu için, baskın problem öyküsünün özelliği olmayan seçeneği bulmamız gerekir. Danışanın olumlu deneyimlerini görünür kılmak ve alternatif kimlik gelişimini desteklemek, baskın problem öyküsünün değil; terapide geliştirilen **alternatif öykülerin** ve **eşsiz sonuçların** özelliğidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Bireyin dünyayı sınırlı ve sorun merkezli bir çerçeveden algılaması:** Bu seçenek doğrudur. **Baskın problem yüklü öyküler**, bireyin olayları dar ve olumsuz bir filtreden değerlendirmesine neden olur.
- B) Özgün öykülere eklenen olumsuz halkaların giderek ağır basması:** Bu ifade, baskın problem öyküsünün oluşum sürecini anlatır. Soru kökündeki açıklama da bunu doğrudan vurgulamaktadır.
- C) Kişinin davranış ve seçimlerini kısıtlayıcı biçimde yönlendirmesi:** Bu seçenek de doğrudur. Baskın öyküler bireyin davranış repertuarını daraltabilir.
- D) Danışanın olumlu deneyimlerini de görünür kılarak alternatif kimlik inşasını desteklemesi:** Bu seçenek yanlış olduğu için doğru cevaptır. Bu durum **baskın problem yüklü öykülerin** değil, terapide geliştirilen **alternatif öykülerin** özelliğidir. Danışanın olumlu yaşantıları fark edilerek yeni anlatılar oluşturulur.
- E) Bireyin yaşadığı tüm deneyimleri olumsuz bir şekilde genelleştirmesi:** Baskın problem öykülerinde birey birkaç olumsuz yaşantıyı genelleyerek tüm yaşamını bu anlatı üzerinden değerlendirebilir.

Cevap: D

4. Soruda bahsedilen durum, danışmanın Saadet'in yaşadığı “**yetersizlik hissini**” onun kimliğinin bir parçası olarak ele almaması ve bu problemi ayrı bir yapı gibi konuşturmasıdır. Danışmanın “**Bu yetersizlik duygusu sana neler yaptırıyor?**”, “**Seninle birlikte hareket eden ayrı bir şey gibi mi?**” ve özellikle “**Ona bir isim verecek olsan ne derdin?**” soruları, problemin danışanın yaşamındaki etkilerini incelemeye ve problemi danışandan ayırmaya yöneliktir. Bu, **öyküsel terapide kullanılan dışsallaştırma tekniğidir. Dışsallaştırma**, problemi bireyin kendisi olarak değil, bireyin yaşamına etki eden dışsal bir unsur olarak ele alma sürecidir. Bu teknikte danışan “Ben yetersizim.” demek yerine, “Yetersizlik düşüncesi hayatımı nasıl etkiliyor?” sorusuna odaklanır. Böylece problemin danışan üzerindeki etkileri, danışanın problem üzerindeki etkileri ve probleme karşı geliştirebileceği alternatif tutumlar daha görünür hâle gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Yeniden çerçeveleme:** Bu teknikte olayın anlamı farklı bir bakış açısından yeniden değerlendirilir. Soruda ise temel vurgu anlam değiştirmeye değil, problemi danışandan ayırmaya yöneliktir.
- C) Yorumlama:** Bu müdahale daha çok psikodinamik yaklaşımlarda görülür. Terapistin danışanın fark etmediği bilinç dışı anlamları açıklaması beklenir. Diyalogda böyle bir durum yoktur.
- D) İçselleştirme: Öyküsel terapi**, problemi bireyin içine yerleştirmez; tam tersine problemi dışsallaştırarak ele alır.
- E) Yansıtma:** Yansıtma, danışanın duygu ve düşüncelerini yeniden ifade etmeye yönelik temel bir beceridir. Soruda ise daha spesifik olarak problemin bağımsız bir yapı gibi ele alınması söz konusudur.

Cevap: A

5. Soruda bahsedilen durum, danışanın birkaç başarısızlık deneyimini genelleyerek kendisini “**hiçbir alanda başarılı olamayan biri**” şeklinde tanımlaması ve olumlu yaşantıları görmezden gelmesidir. **Öyküsel terapiye** göre insanlar yaşamlarındaki olayları olduğu gibi kaydetmez; yaşantıları seçer, organize eder ve onlara anlam yükleyerek öyküler oluştururlar. Problem, bireyin belirli olumsuz olayları seçici biçimde merkeze alması ve bu olayları kimliğini tanımlayan baskın anlatıya dönüştürmesiyle ortaya çıkar. Böylece alternatif ve olumlu yaşantılar arka planda kalır, baskın problem yüklü öykü güçlenir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Bilinç dışı çatışmaların günlük yaşantıya yansiyarak kimliği şekillendirmesi:** Bu açıklama psikodinamik yaklaşımın bilinç dışı çatışma vurgusuna dayanır. Soruda bilinç dışı süreçlerden söz edilmemektedir.
- C) Öğrenilmiş çaresizlik deneyimlerinin davranışları koşullandırması:** Bu seçenek davranışçı ve öğrenme temelli açıklamalara yakındır. Soruda davranış koşullanmasından çok yaşam öyküsünün nasıl anlamlandırıldığı vurgulanmaktadır.
- D) Bilişsel çarpıtmaların otomatik düşüncelerle birleşerek kalıcı hale gelmesi:** Bu kavramlar Beck’in **bilişsel terapi** yaklaşımına aittir. Soru anlatıların oluşum sürecini sorgulamaktadır.
- E) Bireyin varoluşsal kaygılarla başa çıkma biçimlerinin kimliği belirlemesi:** Bu seçenek varoluşçu yaklaşımın anlam, özgürlük ve ölüm kaygısı temalarına dayanır. Soruda böyle bir vurgu bulunmamaktadır.

Cevap: A

6. Soruda bahsedilen durum, danışmanın önce Doğan’ın yaşadığı **başarısızlık** problemini onun kimliğinden ayırması, ardından resim yarışmasındaki başarısı ve spor alanındaki olumlu deneyimlerini görünür hâle getirmesidir. İlk aşamada **dışsallaştırma** kullanılarak problem Doğan’dan ayrılmıştır; devamında ise danışanın problem öyküsüyle çelişen olumlu yaşantıları ortaya çıkarılmıştır. **Öyküsel terapiye** göre bu süreç, baskın problem yüklü öyküyü zayıflatıp danışanın daha işlevsel ve zengin **alternatif öyküler** oluşturmaya yardım

etmeyi amaçlar. Danışan artık yalnızca “yetersiz biri” kimliği üzerinden değil, farklı güçlü yönleri üzerinden de kendisini tanımlamaya başlar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Danışanın bilinç dışı çatışmalarını çözümlenerek kişiliğini yeniden yapılandırmak:** Bu açıklama psikodinamik yaklaşımın temel varsayımlarına dayanır. Soruda bilinç dışı çatışma analizi yoktur.
- B) Danışanın otomatik düşüncelerini belirleyip bunları işlevsel olanlarla değiştirmek:** Bu müdahale Beck’in **bilişsel terapi** yaklaşımına aittir. Soruda bilişsel yeniden yapılandırma yapılmamaktadır.
- C) Danışanın içgüdüsel dürtülerini toplumsal normlara uygun hale getirmesine destek olmak:** Bu seçenek psikodinamik kuramların dürtü kontrolü anlayışını çağırıştırır. Soruyla ilişkili değildir.
- D) Danışanın davranışlarını ödül ve ceza sistemiyle şekillendirerek uyumunu artırmak:** Bu seçenek davranışçı yaklaşımın ilkelerine dayanır. Soruda pekiştirme süreçleri yoktur.

Cevap: E

7. Soruda bahsedilen durum, danışanın yaşadığı olayları “**ayrıntılılandırmadan, kısa ve yüzeysel biçimde**” anlatması ve öykülerin **hacimlenmesidir**. **Öyküsel terapiye** göre çok az olay içeren, görece az ayrıntıyla aktarılan ve anlatıldıkça zenginleşmeyen bu tür anlatılar **seyreltik öyküler** olarak tanımlanır. Seyreltik öykülerde olaylar sınırlıdır ve anlatı derinleşmez. Soruda bu özellikler doğrudan verildiği için **doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Hacimli ve ayrıntılı baskın öyküler:** Hacimli öyküler ayrıntılıdır ve anlatıldıkça daha da zenginleşir. Soruda bunun tam tersi olan kısa ve yüzeysel anlatım vurgulanmaktadır.
- C) Zenginleştirilmiş alternatif kimlik öyküleri:** Bu seçenek, terapide geliştirilen yeni ve güçlendirilen anlatıları ifade eder. Soruda alternatif kimlik gelişimi değil, anlatının yapısal özelliği sorulmaktadır.

D) **Yoğun ve sorun merkezli problem doygun öyküler:** Problem yüklü öyküler baskın olabilir; ancak soruda asıl vurgu problemin yoğunluğuna değil, anlatının kısa ve ayrıntısız olmasına yöneliktir.

E) **Sosyal etkileşimle sürekli güçlenen toplumsal öyküler:** Sosyal etkileşim öykülerin oluşumunda etkili olabilir; ancak soruda bu kavram değil, öykünün ayrıntı düzeyi sorgulanmaktadır.

Cevap: B

8. Alperen'in iş görüşmelerindeki başarısızlığı tamamen kendi kişisel yetersizliğiyle açıklaması, onun problemi bireysel bir kusur anlatısına indirgediğini göstermektedir. Danışman ise bu anlatıyı sorgulayarak başarısızlığın yalnızca kişisel özelliklerden değil, işveren beklentileri ve toplumsal normlar gibi daha geniş sosyal bağlamlardan da etkilenebileceğini fark ettirmeye çalışmaktadır. Bu müdahale, **öyküsel terapide kullanılan yapının yıkılması** tekniğidir. **Yapının yıkılması**, danışanın baskın öyküsünü besleyen kültürel söylemleri, toplumsal beklentileri ve görünmeyen varsayımları sorgulayarak öyküdeki farklı anlam alanlarını ortaya çıkarmayı amaçlar. Soruda danışman, "Ben yetersizim" anlatısının arkasındaki toplumsal yapıları görünür hâle getirdiği için **doğru cevap C seçeneğidir**.

A) **Sorunun dışsallaştırılması: Dışsallaştırma**, problemi danışandan ayrı bir yapı gibi ele almayı içerir. Soruda problem isimlendirilmekte veya danışandan bağımsız bir unsur gibi konumlandırılmamaktadır.

B) **Yeniden öyküleme:** Bu süreç, danışanın yeni yaşam anlatıları oluşturduğu daha sonraki aşamaları ifade eder. Soruda henüz mevcut anlatının sorgulanması söz konusudur.

D) **Alternatif öykülerin pekiştirilmesi:** Bu tekniğe danışanın güçlü yönleri ve problemle gelişen olumlu yaşantıları desteklenir. Soruda böyle bir müdahale bulunmamaktadır.

E) **Tanıklık ve topluluk desteği oluşturma:** Bu yaklaşımda aile üyeleri, arkadaşlar ya da destek grupları sürece dâhil edilir. Soruda böyle bir uygulama yoktur.

Cevap: C

9. Elif'in kendisini sürekli "**başarısız**" ve "**değersiz**" olarak tanımlaması ve bu anlatı doğrultusunda sosyal ortamlardan uzaklaşması, problemin onun kimliğini belirleyen baskın bir anlatıya dönüştüğünü göstermektedir. Terapide danışmanın problemi **dışsallaştırması** ve Elif'in alternatif olumlu öykülerini fark etmesine yardım etmesi de bunu desteklemektedir. **Öyküsel terapiye** göre psikopatoloji, bireyin doğasında bulunan kalıcı bir bozukluk olarak değil; yaşamda baskın hâle gelen **sorun merkezli öykülerin** kişinin kimliğini daraltmasıyla açıklanır. Kişi yaşamını yalnızca problem anlatısı üzerinden okumaya başladığında işlevsellik azalır. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

B) **Elif'in kişiliğinin temel bir özelliği olarak psikolojik yetersizlikler:** **Öyküsel terapi**, problemi bireyin değişmez kişilik özelliği olarak görmez. Sorun, kişiye yapışmış bir kimlik değil; baskınlaşmış anlatıdır.

C) **Elif'in genetik ve biyolojik yapısından kaynaklanan hastalık belirtileri:** Bu açıklama biyolojik modele dayanır. **Öyküsel terapi** psikopatolojiyi genetik temelde açıklamaz.

D) **Elif'in bilinç dışı çatışmalarının dışa vurumu:** Bu seçenek psikodinamik yaklaşımın açıklama biçimidir. Soruda bilinç dışı çatışmalara ilişkin bir vurgu bulunmamaktadır.

E) **Elif'in çevresel stres faktörlerine karşı geliştirdiği otomatik düşünceler:** **Otomatik düşünceler** Beck'in **bilişsel terapi** yaklaşımına ait bir kavramdır. Soruda anlatıların baskınlaşması ele alınmaktadır.

Cevap: A

10. Merve'nin kendisini uzun süre **başarısız** ve **yetersiz** olarak tanımlaması, onun yaşamında baskın hâle gelen problem yüklü öykülere işaret etmektedir. Terapi sürecinde bu öykülerin **dışsallaştırılması** ve Merve'nin güçlü yönlerini, olumlu deneyimlerini fark etmeye başlaması ise yeni anlatıların geliştiğini göstermektedir. **Öyküsel terapiye** göre sağlıklılık, bireyin problem yüklü baskın öykülerden uzaklaşıp **alternatif öykülerini** fark etmesi ve tercih edilen yaşam anlatısını güçlendirmesiyle ilişkilidir. Merve'nin artık kararlarını daha bilinçli alabilmesi de bu değişimin göstergesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) Merve'nin kişiliğinde kalıcı bir eksiklik olduğu için, davranışlarının değişmesi beklenemez: **Öyküsel terapi**, problemi sabit kişilik kusuru olarak görmez. Yeni öyküler her zaman oluşturulabilir.
- B) Merve'nin baskın öyküsü tüm yaşamını belirlediği için; **sağlıklılık sınırlıdır**: Baskın öyküler güçlü olabilir; ancak terapi sürecinde alternatif öyküler geliştirilebilir. Bu nedenle ifade yanlıştır.
- C) Merve'nin sorun odaklı öyküsünü görmezden gelmesi, **sağlıklılık anlamına gelir**: **Öyküsel terapi**, problemi inkâr etmeyi değil; problemi yeniden anlamlandırmayı hedefler.
- E) Merve'nin sosyal çevresindeki olumsuz geri bildirimler; **sağlıklılığı engelleyen temel faktördür**: Sosyal çevre etkili olabilir ancak soruda asıl vurgu alternatif öykülerin geliştirilmesidir.

Cevap: D

11. Kerim'in kendisini "**değersiz**" olarak tanımlaması, problem yüklü bir öykünün kimliğini etkilediğini göstermektedir. Danışmanın sorunu Kerim'in kimliği olarak görmemesi, problemin Kerim üzerindeki etkilerini detaylı sorularla incelemesi, süreci Kerim'in hızına göre ilerletmesi ve işbirlikçi bir ilişki kurması ise **öyküsel terapinin** temel yaklaşımıyla örtüşmektedir. Bu yaklaşımda terapist danışanın yaşamının uzmanı olmadığını varsaymaz; aksine danışanın öyküsünü dikkatle dinler, **dışsallaştırma** kullanır ve problemin danışanın yaşamına etkisini anlamak için **etkileme soruşturmaları** yapar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Danışanın kişiliğini analiz ederek sorunun kaynağını belirlemek**: Bu yaklaşım daha çok kişilik çözümlemelerine dayanan kuramları çağırır. **Öyküsel terapi** kişilik analizi odaklı değildir.
- B) **Sorunu danışanın kimliğiyle özdeşleştirip çözüm yolları önermek**: Bu seçenek, **öyküsel terapinin** tam tersidir. Yaklaşım problemi kişiden ayırır.
- C) **Danışanın davranışlarını ödül ve ceza ile yönlendirmek**: Bu ifade davranışçı yaklaşımın ilkeleriyle ilgilidir. Soruda böyle bir müdahale yoktur.

- D) **Danışanın bilinç dışı çatışmalarını çözerek kimliğini yeniden yapılandırmak**: Bu seçenek psikanalitik yaklaşımı ifade eder. Soruda bilinç dışı süreçler vurgulanmamaktadır.

Cevap: E

12. Selin'in arkadaş çevresinde sürekli yanlış anlaşıldığını düşünmesi, problem yüklü bir öykü geliştirdiğini göstermektedir. Danışmanın Selin'in öyküsünü yeniden yapılandırmasına yardımcı olmak için sorular sorması, onu içtenlikle dinlemesi ve özellikle **teşhis koymaktan kaçınması, öyküsel terapideki danışman-danışan ilişkisinin** temel özelliklerini yansıtmaktadır. **Öyküsel terapide** danışman uzman otorite rolüne yerleşmez; danışanı kendi yaşamının uzmanı olarak görür. Bu süreçte danışman, danışanı derin ve içten biçimde dinler (**radikal dinleme**) ve süreci işbirlikçi biçimde yürütür. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sorunu teşhis etmek**: **Öyküsel terapide** formal tanılama ve etiketleme tercih edilmez. Soruda da terapistin teşhis koymaktan kaçındığı açıkça belirtilmiştir.
- C) **Davranışları yönlendirmek**: Bu seçenek daha yönlendirici davranışçı müdahaleleri çağırır. Soruda böyle bir vurgu yoktur.
- D) **Ödül-ceza ile uyum sağlamak**: Bu yaklaşım davranışçı kuramlarla ilişkilidir. **Öyküsel terapide** temel ilişki biçimi bu değildir.
- E) **Bilinç dışı çatışmaları çözmek**: Bu seçenek psikodinamik yaklaşımın temel varsayımlarına dayanır. Soruda bilinç dışı süreçler ele alınmamaktadır.

Cevap: B

13. Doruk'un sahnede sürekli hata yapacağını düşünmesi, beğenilmeyeceğine inanması ve her performans sonrası kendisini **yetersiz** hissetmesi, yaşamını baskın hâle gelen problem odaklı bir anlatı üzerinden yorumladığını göstermektedir. Danışmanın bu bakış açısını sorgulaması, sahnedeki deneyimlerini ve arkadaş ilişkilerini yeniden ele alması ise **öyküsel terapideki** baskın problem yüklü öyküleri zayıflatma sürecine işaret eder. Doruk'un zamanla farklı bakış açıları geliştirmesi

ve performanslarını kendi değerleriyle ilişkilendirmesi, **alternatif öykülerin** oluşmaya başladığını gösterir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Doruk'un davranışlarını değiştirip sorumluluk almasını sağlamak:** Bu seçenek daha çok **gerçeklik terapisinin** sorumluluk ve davranış odağını çağırır. Soruda anlatıların yeniden yapılandırılması vurgulanmaktadır.
- B) Doruk'un yaşamın anlamını sorgulamasına ve kaygılarıyla yüzleşmesine yardımcı olmak:** Bu ifade varoluşçu yaklaşımın temel temalarına yakındır. Soruda anlam arayışından çok öykülerin yeniden yazılması vardır.
- D) Doruk'un geçmiş sorunlarını analiz edip, gelecekteki performansını planlamak: Öyküsel terapi** geçmiş analizine dayalı bir yaklaşım değildir; problem anlatısının yeniden yapılandırılmasına odaklanır.
- E) Doruk'un bilinç dışı çatışmalarını çözerek kişiliğini ego temelinde yeniden yapılandırmak:** Bu seçenek psikanalitik yaklaşımı ifade eder. Soruda **bilinç dışı** çatışmalarla ilgili bir vurgu bulunmamaktadır.

Cevap: C

- 14. Mert'in futbol takımındaki başarısızlıklarını doğrudan kendi kimliğine bağlaması, problem yüklü bir öykü geliştirdiğini göstermektedir. Danışmanın ise Mert'i "başarısız bir birey" olarak değil, "başarısızlıkla ilişkisi olan bir birey" olarak ele alması ve performans kaygısını ayrı bir güç gibi tartışması, öyküsel terapistin sorunun dışsallaştırılması aşamasını göstermektedir. Sorunun dışsallaştırılması, problemin bireyin kişiliğinin değişmez bir parçası olarak görülmemesi; bireyin yaşamına etki eden ayrı bir unsur olarak ele alınmasıdır. Bu aşamada danışan, problemin hayatını nasıl etkilediğini ve kendisinin problem üzerinde nasıl bir etkisinin olabileceğini fark etmeye başlar. Böylece problem yüklü kimlik anlatısı zayıflar ve alternatif öyküler için alan açılır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) İşbirliğine dayalı yaklaşım:** Bu aşamada danışman ve danışan arasında karşılıklı saygıya dayalı terapötik ilişki kurulur. Soruda ise ilişki kurmaktan öte, probleme yönelik spesifik bir müdahale vardır.

- C) Geçmişle gelecek arasında bağ kurma:** Bu aşamada danışan yeni öyküsünü oluşturduktan sonra değişimi yaşam çizgisine yerleştirir. Soruda henüz bu aşamaya geçilmemiştir.
- D) Tanık davet etme:** Bu aşamada aile üyeleri, arkadaşlar veya destekleyici kişiler sürece dahil edilir. Vakada böyle bir unsur bulunmamaktadır.
- E) Sonlandırma:** Bu aşamada yeni öykü desteklenir ve süreç tamamlanır. Soruda böyle bir sonlandırma süreci yoktur.

Cevap: B

- 15. Kerem'in terapi sürecinde sosyal kaygılarıyla baş etmeyi öğrenmesi, yeni davranış örüntüleri geliştirmesi ve danışmanın bu değişimi sertifikalarla desteklemesi, öyküsel terapistin sonlandırma aşamasını göstermektedir. Öyküsel terapistin sonlandırma sürecinde danışman, danışanın oluşturduğu yeni öyküyü güçlendirmek ve değişimi görünür kılmak amacıyla mektuplar, sertifikalar, referans yazıları ya da benzeri yazılı kanıtlar kullanabilir. Soruda geçen sertifika ifadesi bu aşamanın en güçlü ipucudur. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Geçmişle gelecek arasında bağ kurma:** Bu aşamada danışan değişimi yaşam öyküsüne yerleştirir ve geçmiş-gelecek bağlantısı kurar. Soruda ise değişimin yazılı biçimde pekiştirilmesi vurgulanmaktadır.
- C) Yeni öyküye odaklanma:** Bu aşamada danışanın problemle başa çıkabildiği anlar keşfedilir. Soruda bu aşama geçilmiş ve değişim pekiştirilmektedir.
- D) İşbirliğine dayalı yaklaşım:** Bu aşama terapötik ilişkinin başlangıcında kurulan işbirliğini ifade eder. Vakayla uyumsuzdur.
- E) Tanık davet etme:** Bu aşamada aile üyeleri, arkadaşlar veya destekleyici kişiler sürece dahil edilir. Soruda böyle bir durum bulunmamaktadır.

Cevap: B

1. Zeynep'in oluşturduğu yeni öykünün desteklenmesi amacıyla annesi, kardeşi ve yakın arkadaşlarının sürece dahil edilmesi, **öyküsel terapideki tanık davet etme aşamasını** göstermektedir. Bu aşamada danışanın geliştirdiği yeni anlatının daha güçlü ve kalıcı hâle gelmesi için aile üyeleri, arkadaşlar ya da önemli kişiler sürece katılır. Amaç, danışanın tercih ettiği yeni öyküyü sosyal olarak da desteklemek ve bu öykünün hacim kazanmasını sağlamaktır. Soruda yakın çevrenin sürece aktif biçimde dahil edilmesi bu aşamanın temel göstergesidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Sonlandırma: Bu aşamada genellikle sertifika, mektup veya farklı **yazılı kanıtlar** kullanılarak değişim pekiştirilir. Soruda böyle bir durum yoktur.

C) İş birliğine dayalı yaklaşım: Bu aşama terapistin başlangıcında kurulan karşılıklı saygıya dayalı ilişkiyi ifade eder. Soruda ise daha ileri bir aşama anlatılmaktadır.

D) Geçmişle gelecek arasında bağ kurma: Bu aşamada danışan değişimi yaşam öyküsüne yerleştirir. Soruda esas vurgu sosyal destek sisteminin sürece katılmasıdır.

E) Yeni öyküye odaklanma: Bu aşamada danışanın problemle baş edebildiği anlar keşfedilir. Soruda ise yeni öykü oluşturulmuş ve başkaları tarafından desteklenmektedir.

Cevap: A

2. Ayça'nın projelerde yalnız kaldığını düşünmesi problem öyküsünü gösterse de soruda asıl vurgu danışmanın süreçte nasıl bir ilişki kurduğudur. Danışmanın Ayça ile her fikri birlikte değerlendirmesi, çözüm yollarını ortak planlaması, kararları birlikte alması ve Ayça'nın görüşlerine saygı göstermesi; **öyküsel terapideki işbirliğine dayalı yaklaşımı** yansıtmaktadır. Bu aşamada danışman kendisini otorite figürü olarak konumlandırmaz; danışanı kendi yaşamının uzmanı olarak görür ve süreci karşılıklı saygı temelinde yürütür. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Sorunun dışsallaştırılması: Bu aşamada problem danışandan ayrıştırılır ve ayrı bir yapı gibi ele alınır. Soruda böyle bir müdahale yoktur.

B) Yeni öyküye odaklanma: Bu aşamada danışanın problemle başa çıkabildiği anlar ve alternatif anlatılar keşfedilir. Soruda esas vurgu ilişki biçiminedir.

C) Geçmişle gelecek arasında bağ kurma: Bu aşamada danışan değişimi yaşam öyküsüne yerleştirir. Soruda buna ilişkin bir vurgu bulunmamaktadır.

E) Sonlandırma: Bu aşamada değişim genellikle sertifika, mektup veya diğer **yazılı kanıtlarla** desteklenir. Soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: D

3. Emir'in geçmiş başarısız deneyimlerinin bugünkü sosyal seçimlerini nasıl etkilediğini fark etmesi ve geçmişteki küçük başarılarını görerek gelecekte farklı tercihler yapabileceğini anlaması, **öyküsel terapideki geçmişle gelecek arasında bağ kurma aşamasını** göstermektedir. Bu aşamada danışan, ortaya çıkan yeni anlatıyı yalnızca şu ana değil; geçmiş deneyimleri ve gelecekteki yaşam tercihleriyle de ilişkilendirmeye başlar. Soruda Emir'in geçmiş yaşantılarını yeniden değerlendirip gelecekteki davranışlarına dair yeni farkındalık geliştirmesi bu aşamanın temel göstergesidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) İşbirliğine dayalı yaklaşım: Bu aşama terapistin başında kurulan karşılıklı saygıya dayalı ilişkiyi ifade eder. Soruda ilişki biçiminden çok değişimin zaman boyutu vurgulanmaktadır.

B) Yeni öyküye odaklanma: Bu aşamada danışanın problemle başa çıkabildiği anlar keşfedilir. Soruda ise bu farkındalık geçmiş ve gelecek bağlantısıyla ele alınmaktadır.

D) Tanık davet etme: Bu aşamada aile üyeleri, arkadaşlar veya destekleyici kişiler sürece dahil edilir. Vakada böyle bir durum bulunmamaktadır.

E) Sonlandırma: Bu aşamada değişim genellikle sertifika, mektup veya diğer **yazılı kanıtlarla** desteklenir. Soruda böyle bir pekiştirme yoktur.

Cevap: C

4. Ahmet'in öfkesini kendi karakterinin bir parçası olarak görmesi, problemin kimliğe yapıştığını göstermektedir. Psikolojik danışmanın ise öfkenin Ahmet'in karakteri olmadığını, ondan ayrı bir güç olduğunu açıklaması ve Ahmet'in bu problemi dışarıdan gözlemlemesini sağlaması, **öyküsel terapidaki dışsallaştırma tekniğini** göstermektedir. **Dışsallaştırma**, problemi bireyin kendisi olarak değil; bireyin yaşamını etkileyen ayrı bir unsur olarak ele alır. Böylece danışan, problemin hayatına etkilerini daha objektif biçimde değerlendirebilir ve probleme karşı yeni baş etme yolları geliştirebilir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yazılı kanıtlar:** Bu teknikte mektup, sertifika ya da benzeri yazılı materyaller kullanılarak değişim desteklenir. Soruda böyle bir uygulama yoktur.
- B) **Tanık davet etme:** Bu teknikte aile üyeleri, arkadaşlar ya da önemli kişiler sürece dahil edilir. Vakada böyle bir durum bulunmamaktadır.
- C) **Soruşturma:** **Soruşturma** tekniğinde danışana problemin yaşamına etkileriyle ilgili sorular yöneltilir. Soruda asıl vurgu problemi danışandan ayırmaya yöneliktir.
- E) **Reflektör tutma uygulaması:** Bu teknikte danışman ve danışan konuşurken bir ekip süreci gözlemler ve geri bildirim verir. Soruda böyle bir uygulama yer almamaktadır.

Cevap: D

5. Bora'nın yakın arkadaşlarının seansa davet edilmesi, Bora'nın öyküsünü dinlemeleri ve ardından süreçteki değişimlerine ilişkin görüşlerini paylaşmaları, **öyküsel terapidaki dışarıdan tanık uygulamasını** göstermektedir. Bu teknikte danışanın tercih ettiği yeni öykünün daha görünür ve güçlü hâle gelmesi amacıyla bazı önemli kişiler terapi sürecine davet edilir. Bu kişiler danışanın anlattıklarını dinler, ardından dikkatlerini çeken noktaları paylaşırlar ve danışan kendi öyküsünü farklı gözlerden yeniden değerlendirme fırsatı bulur. Soruda anlatılan süreç bu tekniğin doğrudan karşılığıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Destek grubu uygulaması:** Bu teknikte benzer sorunlar yaşayan bireylerin karşılıklı deneyim paylaşımı ön plandadır. Soruda belirli yakın kişilerin tanık olarak sürece katılması vurgulanmaktadır.
- B) **Gözünde canlandırma:** Bu teknikte danışan problemini zihinsel imgeler aracılığıyla somutlaştırır. Soruda böyle bir imgeleme süreci yoktur.
- C) **Yazılı kanıtlar:** Bu teknikte mektup, sertifika veya belge gibi yazılı araçlar kullanılır. Vakada böyle bir uygulama bulunmamaktadır.
- D) **Reflektör tutma uygulaması:** Bu teknikte danışman ve danışan konuşurken bir ekip süreci izler, ardından roller değişir ve ekip gözlemlerini paylaşır. Soruda böyle yapılandırılmış bir ekip süreci anlatılmamaktadır.

Cevap: E

6. Ece'nin yaşamına etkilerini anlamaya yönelik sistematik sorular içerir. Burada problem ayrı bir güç olarak adlandırılmıyor; danışman, sorular aracılığıyla öyküyü derinleştiriyor ve yeni bakış açıları oluşturmaya çalışıyor. Bu nedenle kullanılan teknik **öyküsel terapidaki soruşturmadır. Soruşturma**, danışanın problemin yaşamına, ilişkilerine ve seçimlerine etkisini fark etmesini sağlayan temel tekniklerden biridir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Dışsallaştırma:** Bu teknikte problem danışandan ayrı bir yapı gibi ele alınır ve çoğu zaman isimlendirilir. Soruda böyle bir müdahale yoktur.
- C) **Gözünde canlandırma:** Bu teknikte zihinsel imgeler kullanılır. Vakada imgeleme çalışması yapılmamaktadır.
- D) **Reflektör tutma uygulaması:** Bu teknikte bir ekip süreci gözlemler ve ardından geri bildirim verir. Soruda böyle bir yapı bulunmamaktadır.
- E) **Destek grubu uygulaması:** Bu teknikte benzer deneyimleri olan kişiler karşılıklı paylaşım yapar. Soruda bireysel görüşme yer almaktadır.

Cevap: A

7. Meryem'in uzun süredir dışarı çıkmakta zorlanmasına rağmen oğlunu okula yürüyerek götürebilmesi, problem yüklü öyküyle çelişen önemli bir deneyimdir. Psikolojik danışmanın bu olayın **ne zaman başladığını**, bunu mümkün kılan etkenleri, hangi adımların atıldığını ve bu durumun Meryem hakkında ne söylediğini sorgulaması; problemin etkisinin görülmediği anları görünür hâle getirmeye yöneliktir. **Öyküsel terapide** bu durum **eşsiz sonuçları** ortaya çıkarmayı ifade eder. **Eşsiz sonuçlar**, danışanın baskın problem öyküsüne uymayan; kişinin güçlü yönlerini, becerilerini ve problemi her zaman kontrol edemediğini gösteren istisna yaşantıdır. Psikolojik danışman burada tam olarak bu istisna anı büyötmeye çalışmaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Mucize soru tekniğini kullanarak danışanın kendisi için uygun bir amaç belirlemesini sağlamayı: Mucize soru çözüm odaklı kısa süreli terapinin tekniğidir. Soruda bu teknik yoktur.

C) Danışanın mantık dışı inançlarını fark edip bunları akılcı inançlarla değiştirmesine destek olmayı: Bu yaklaşım akılcı duygusal davranışçı terapiye aittir. Soruda inanç tartışması yapılmamaktadır.

D) Danışanın atılganlık becerilerini geliştirmesini desteklemeyi: Soruda davranış becerisi öğretimi değil, problem anlatısıyla çelişen deneyimlerin keşfi vardır.

E) Danışanın gölgesiyle yüzleşip kimlik bütünlüğüne ulaşmasını sağlamayı: Jung'un analitik psikolojisinde yer alan gölge kavramıyla ilgilidir. Soruyla ilişkili değildir.

Cevap: A

8. Ali'nin eşinden gelen eleştirileri zamanla kendi kimliğine taşıması ve kendisini **"değersiz"** olarak tanımlaması, problem yüklü bir öykü geliştirdiğini göstermektedir. Psikolojik danışmanın **"Bu hisler senin bir parçan mı yoksa senden ayrı bir güç gibi mi?"** sorusu ise problemin Ali'nin kimliğiyle özdeş olmadığını fark ettirmeye yöneliktir. Ardından **"Bu güçle nasıl başa çıkabileceğimizi birlikte keşfedelim."** ifadesi de problemin ayrı bir yapı olarak ele alındığını göstermektedir. Bu müdahale **öyküsel terapideki dışsallaştırma**

tekniğidir. Dışsallaştırma, problemi bireyin kendisi olarak değil; bireyin yaşamını etkileyen ayrı bir unsur olarak ele alır ve danışanın problemle ilişkisini yeniden değerlendirmesini sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Soruşturma: Bu teknikte danışanın problemin yaşamına etkileri ayrıntılı sorularla incelenir. Soruda asıl vurgu problemi danışandan ayırmaktır.

C) Gözünde canlandırma: Bu teknikte zihinsel imgeler kullanılır. Vakada böyle bir uygulama bulunmamaktadır.

D) Destek grubu uygulaması: Bu teknikte benzer deneyim yaşayan bireyler veya destek kaynakları sürece dahil edilir. Soruda bireysel oturum vardır.

E) Yazılı kanıtlar: Bu teknikte mektup, sertifika veya belge gibi araçlar kullanılır. Soruda böyle bir uygulama yoktur.

Cevap: B

9. Danışanın yaşamındaki problemleri, bu problemlerin günlük yaşama etkilerini ve sahip olduğu kaynakları sistematik biçimde görünür hâle getirme süreci, **öyküsel terapideki haritalama yaklaşımını** ifade eder. Haritalamada amaç; problemin danışanın yaşamındaki etkilerini somutlaştırmak, problemin hangi alanlarda etkili olduğunu görmek ve aynı zamanda danışanın güçlü yönlerini fark etmesini sağlamaktır. Problemleri ve etkilerini yapılandırılmış biçimde listelemek bu sürecin en doğrudan örneğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Danışanın olumsuz inançlarını mantıksal olarak sorgulamak ve değiştirmek: Bu yaklaşım akılcı duygusal davranışçı terapi ve bilişsel terapi müdahalelerine daha yakındır.

C) Danışanın anlık duygularını fark etmesini sağlamak: Bu vurgu daha çok **duygu odaklı terapi** ile ilişkilidir. Soruda öykü haritalama süreci sorgulanmaktadır.

D) Danışana sürekli çözüm yolları sunmak ve yönlendirmek: **Öyküsel terapide** danışman otoriter biçimde çözüm sunmaz; süreç işbirlikçidir.

E) Danışanın kişilik özelliklerini etiketleyerek tanımlamak: **Öyküsel terapi**, etiketleme ve tanısal kimlik oluşturma yaklaşımından uzak durur.

Cevap: A

10. Danışanın problemin etkisinin görülmediği anlarda güçlü yönlerini ve becerilerini kullanabilmesi, basın problem öyküsüyle çelişen istisna yaşantıların var olduğunu göstermektedir. **Öyküsel terapide** bu özel anlar **eşsiz sonuçlar** olarak adlandırılır. **Eşsiz sonuçlar**, problemin danışanın yaşamını tamamen kontrol etmediğini gösteren; danışanın kaynaklarını, becerilerini ve alternatif öyküler geliştirme potansiyelini görünür hâle getiren istisna deneyimlerdir. Psikolojik danışman bu anları fark ederek yeni öykülerin gelişmesini destekler. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Dışsallaştırma:** Bu teknik problemi danışandan ayırmaya odaklanır. Soruda ise problemin etkisinin görülmediği özel anlar vurgulanmaktadır.
- B) **Mucize soru:** Bu teknik **çözüm odaklı kısa süreli terapiye** aittir. Soruyla ilişkili değildir.
- C) **SistematiK duyarsızlaştırma:** Bu teknik davranışçı yaklaşımda kullanılan kaygı azaltma yöntemidir. Soruda böyle bir müdahale yoktur.
- D) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Bu teknik **bilişsel terapiye** aittir ve düşünceleri yeniden düzenlemeye odaklanır. Soruda anlatılan kavram farklıdır.

Cevap: E

11. Zeynep'in sunum sırasında hata yapacağına inanması problem yüklü bir öyküyü göstermektedir. Psikolojik danışmanın **"zihninde sunumu yaparken kendini izlemeyi dene"** ifadesi, Zeynep'in yaşadığı problemi zihinsel imgeler aracılığıyla yeniden ele almasını sağlamaktadır. Ardından bu yeni perspektifin günlük yaşamına etkisinin konuşulması da bu süreci desteklemektedir. **Öyküsel terapideki gözünde canlandırma tekniği**, danışanın problemi zihinsel imgeler üzerinden somutlaştırmasına ve farklı bakış açıları geliştirmesine yardımcı olur. Soruda kullanılan müdahale bu tekniğin doğrudan örneğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Reflektör tutma uygulaması:** Bu teknikte bir ekip süreci izler ve daha sonra gözlemlerini paylaşır. Soruda böyle bir ekip süreci yoktur.

- C) **Dışarıdan tanık uygulaması:** Bu teknikte önemli kişiler terapi sürecine davet edilir. Vakkada böyle bir durum bulunmamaktadır.
- D) **Destek grubu uygulaması:** Bu teknikte benzer sorunlar yaşayan bireyler deneyim paylaşımı yapar. Soruda bireysel oturum anlatılmaktadır.
- E) **Yazılı kanıtlar:** Bu teknikte mektup, sertifika veya belge gibi araçlar kullanılır. Soruda böyle bir uygulama yer almamaktadır.

Cevap: A

12. Ayşegül'ün kardeşiyle yaşadığı çatışmaları ve anesinden gelen eleştirileri zamanla kendi benlik algısına taşıyarak kendisini **"değersiz"** hissetmesi, problem yüklü bir öykü oluşturduğunu göstermektedir. Psikolojik danışmanın **"Bu eleştiriler ve tartışmalar sen misin yoksa seni engelleyen ayrı bir güç gibi mi?"** sorusu ise problemi Ayşegül'ün kimliğinden ayırmaya yöneliktir. Ardından problemi öyküsünde ayrı bir unsur olarak görmesini istemesi de aynı müdahaleyi pekiştirmektedir. Bu süreç **öyküsel terapideki problemin dışsallaştırılması** tekniğidir. **Problemin dışsallaştırılması**, sorunu bireyin kendisi olarak değil; bireyin yaşamını etkileyen ayrı bir unsur olarak ele alır ve kişinin problemle ilişkisini yeniden değerlendirmesini sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Gelecek hakkında sorular:** Bu seçenek daha çok çözüm odaklı müdahaleleri çağrıştırmaktadır. Soruda temel vurgu problemi danışandan ayırmaktır.
- C) **Alternatif öyküler:** Alternatif öyküler genellikle problem öyküsü zayıflatıldıktan sonra geliştirilir. Soruda henüz bu aşamaya geçilmemiştir.
- D) **Olumlu öyküler:** Literatürde bu şekilde temel bir teknik kavramsallaştırması bulunmamaktadır.
- E) **İstisnai sonuçlar:** Bu kavram problemin etkisinin görülmediği özel anları ifade eder. Soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: B

13. Mert'in sosyal ortamlarda geri planda kaldığına ilişkin problem öyküsü olsa da soruda asıl belirleyici ipucu, seans sırasında bir grubun süreci izlemesi, ardından **yer değiştirilmesi** ve gözlemcilerin deneyimlerini paylaşmasıdır. Bu yapı klasik **öyküsel terapideki reflektör tutma uygulamasını** göstermektedir. Bu teknikte danışman ve danışan konuşurken bir ekip süreci gözlemler; daha sonra roller değişir ve gözlemci ekip gördüklerini, dikkatlerini çeken noktaları paylaşır. Danışan da bu geri bildirimler üzerinden kendi öyküsüne dair yeni farkındalıklar geliştirir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Dışsallaştırma:** Bu teknikte problem danışandan ayrıştırılır ve ayrı bir unsur gibi ele alınır. Soruda böyle bir müdahale yoktur.
- B) Gözünde canlandırma:** Bu teknikte zihinsel imgeler kullanılır. Vakada böyle bir imgeleme süreci bulunmamaktadır.
- C) Destek grubu uygulaması:** Bu teknikte benzer sorunlar yaşayan bireylerin karşılıklı destek sunması ön plandadır. Soruda yapılandırılmış gözlem ve yer değiştirme süreci vardır.
- D) Yazılı kanıtlar:** Bu teknikte mektup, sertifika veya belge gibi araçlar kullanılır. Soruda böyle bir uygulama yer almamaktadır.

Cevap: E

14. Emre'nin ailesiyle yaşadığı çatışmalar nedeniyle geliştirdiği problem öyküsünde asıl kritik nokta, psikolojik danışmanın aile üyelerini görüşmeye davet etmesi ve onların Emre'ye ilişkin gözlemlerini paylaşmalarını sağlamasıdır. Ardından **"Tanıkların anlattıklarında en çok ne gözüne çarptı?"** ve **"Bunların senin için anlamı nedir?"** sorularının yöneltilmesi de tekniği oldukça netleştiriyor. Bu süreç **öyküsel terapideki dışarıdan tanık uygulamasıdır**. Bu teknikte önemli kişiler terapi sürecine davet edilir, danışanın yeni öyküsünü destekleyen gözlemler paylaşılır ve danışan bu anlatıları yeniden değerlendirir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Gözünde canlandırma:** Bu teknikte zihinsel imgeler kullanılarak problem somutlaştırılır. Soruda temel vurgu aile üyelerinin sürece katılmasıdır.

- B) Soruşturma:** Sorular kullanılsa da burada ayırt edici unsur yalnızca soru sormak değil, dış kişilerin sürece dahil edilmesidir.
- C) Yazılı kanıtlar:** Bu teknikte mektup, sertifika veya belge gibi araçlar kullanılır. Soruda böyle bir uygulama yoktur.
- E) Alternatif öyküler:** Alternatif öyküler bu süreç sonunda güçlenebilir; ancak soruda sorulan spesifik teknik bu değildir.

Cevap: D

15. Zeynep'in yeni okulda yalnızlık yaşaması problem öyküsünü gösterse de soruda belirleyici nokta, benzer deneyimler yaşamış öğrencilerle **grup seansı** düzenlenmesi ve öğrencilerin kendi yaşantılarını birbirleriyle paylaşmasıdır. Ayrıca grup üyelerinin yalnızca Zeynep'e değil, birbirlerine de fayda sağlaması özellikle vurgulanmıştır. Bu süreç **öyküsel terapideki destek grubu uygulamasını** göstermektedir. Bu teknikte benzer problemler yaşayan bireyler deneyimlerini paylaşır, birbirlerinin baş etme yollarından öğrenir ve yeni öykülerin gelişmesine katkı sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Reflektör tutma uygulaması:** Bu teknikte bir ekip süreci gözlemler, ardından yer değiştirerek gözlemlerini paylaşır. Soruda böyle yapılandırılmış bir gözlem süreci yoktur.
- C) Gözünde canlandırma:** Bu teknikte zihinsel imgeler kullanılır. Vakada böyle bir uygulama bulunmamaktadır.
- D) Dışsallaştırma:** Bu teknik problemi danışandan ayırmaya odaklanır. Soruda grup paylaşımı ön plandadır.
- E) Yazılı kanıtlar:** Bu teknikte mektup, sertifika veya belge gibi araçlar kullanılır. Soruda böyle bir uygulama yer almamaktadır.

Cevap: B

1. Deniz'in dikkat sorunlarıyla ilgili geliştirdiği olumlu davranışların görünür hâle getirilmesi için psikolojik danışmanın "**Dikkatini Sürdürme Sertifikası**" vermesi ve başarılarını yazılı biçimde kayıt altına almasını istemesi, **öyküsel terapideki yazılı kanıtlar tekniğini** göstermektedir. Bu teknikte danışanın başarıları mektup, sertifika, belge ya da yazılı kayıtlar aracılığıyla somutlaştırılır. Amaç, danışanın oluşturduğu yeni öyküyü güçlendirmek ve değişimi daha kalıcı hâle getirmektir. Sorudaki sertifika ifadesi bu tekniğin en net göstergesidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Destek grubu uygulaması:** Bu teknikte benzer deneyimler yaşayan bireyler karşılıklı paylaşım yapar. Soruda bireysel bir pekiştirme süreci vardır.
- B) **Reflektör tutma uygulaması:** Bu teknikte bir ekip gözlem yapar ve geri bildirim verir. Soruda böyle bir süreç bulunmamaktadır.
- D) **Dışsallaştırma:** Bu teknik problemi danışandan ayırmaya odaklanır. Soruda başarıların yazılı biçimde güçlendirilmesi vardır.
- E) **Gözünde canlandırma:** Bu teknikte zihinsel imgeler kullanılır. Vakada böyle bir müdahale yoktur.

Cevap: C

2. Aybüke'nin yaşadığı akademik başarısızlıklar nedeniyle kendine güveninin sarsılması problem yüklü bir öykü geliştirdiğini göstermektedir. Soruda belirleyici nokta ise psikolojik danışmanın Aybüke'ye geçmişte işe yarayan stratejilerini hatırlatmak istemesi, kendi kaynaklarını fark ettirmesi ve **kendi çözüm yollarını kendisinin keşfetmesini** hedeflemesidir. Bu yaklaşım, **öyküsel terapide** danışanın kendi yaşamının uzmanı olduğu anlayışıyla örtüşür. Danışan, kendi deneyimlerinden hareket ederek alternatif öyküler geliştirir ve yaşam anlatısını yeniden şekillendirir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Aybüke'nin olumsuz düşüncelerini fark ettirip onları mantıksal biçimde sorgulamasını ve yeniden yapılandırmasını:** Bu yaklaşım **bilişsel terapiye** aittir. Soruda bilişsel yeniden yapılandırma yoktur.

- C) **Aybüke'ye oturumlarda kendini daha iyi hissetmesi için anlık duygu ve farkındalık teknikleri uygulanmasını:** Bu seçenek daha çok duygu ve farkındalık odaklı müdahaleleri çağırır. Sorunun odağı bu değildir.
- D) **Aybüke'nin başarısızlıklarını kendi irrasyonel inançlarına bağlayıp bunları mantık yoluyla değiştirmesini:** Bu yaklaşım **akılcı duygusal davranışçı terapiye** aittir. Soruda böyle bir tartışma bulunmamaktadır.
- E) **Aybüke'nin yaşadığı deneyimleri şimdi ve burayla fark ettirerek bütüncül biçimde kabul etmesini:** Bu seçenek daha çok gestalt yaklaşımını çağırır. Soruda yaşam öyküsünün yeniden yapılandırılması ön plandadır.

Cevap: B

3. **Dışsallaştırma, öyküsel terapide** problemin bireyin kimliği ya da benliği olarak değil, bireyin yaşamına etki eden ayrı bir unsur gibi ele alınmasıdır. Bu nedenle kullanılan dilde problem çoğunlukla kişiden ayrıştırılır; sanki dışarıdan gelen bir yapı, ilişkiyi istila eden bir unsur ya da bireye eşlik eden ayrı bir deneyim gibi konuşulur. A, B ve C seçeneklerinde bu dışsallaştırıcı dil açık biçimde görülmektedir. "**Ne zamandan beri kâbus görüyorsunuz?**" ifadesi ise problemi kişiden ayırmaz; doğrudan bireyin yaşadığı belirtiye odaklanır ve dışsallaştırıcı bir dil kullanmaz. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Sözünü ettiğiniz bu kâbuslar ne zaman görülmeye başladı?:** Kâbuslar ayrı bir olgu gibi ele alındığı için dışsallaştırıcı dile örnektir.
- B) **Yalnızlık yaşamınızın büyük bir kısmında size eşlik etmiş gibi görünüyor:** Burada yalnızlık bireyden ayrı bir unsur gibi konumlandırılmıştır.
- C) **Sen ve eşin ilişkinizi istila eden şeyin kıskançlık olduğunun farkına vardınız:** Kıskançlık ilişkiyi etkileyen dışsal bir unsur gibi ele alınmıştır.

D) Kendinizi güvende hissetmenizi sağlayan ve sizi rahatlatan ritüelleriniz var: Bu ifade doğrudan dışsallaştırma kadar güçlü olmasa da problemi bireyin kimliğiyle özdeşleştirilmektedir. Soruda dışsallaştırmaya örnek **olamaz** ifadesi açısından en zayıf seçenek değildir.

Cevap: E

4. **Eşsiz sonuçlar**, danışanın baskın problem öyküsüyle çelişen; problemin etkisinin görülmediği, danışanın güçlü yönlerini kullandığı ve farklı davranıldığı istisna anları görünür hâle getirmeyi amaçlar. Bu nedenle **öyküsel terapide** sorular genellikle danışanın daha önce neyi farklı yaptığına, hangi becerilerini kullandığına ve problemi her zaman aynı şekilde yaşamadığını fark etmesine yöneliktir. A, B, C ve E seçenekleri bu mantıkla danışanın istisna anlarını araştırmaktadır. **“Problemlerinin temel nedeni nedir ve bundan nasıl kaçabilirsin?”** sorusu ise problemi derinleştiren, neden arayan ve kaçınma odaklı bir yapı taşır. Bu soru **eşsiz sonuçları** ortaya çıkarmaya hizmet etmez. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Buna benzer şeyleri daha önce hiç yapmış mıydın?**: Danışanın geçmişteki istisna deneyimlerini araştırır.

B) **Benzer adımları ya da benzer hazırlıkları daha önce de yaptın mı?**: Problemin etkisinin azaldığı anları ve kullanılan becerileri görünür kılar.

C) **Sevdiklerin ya da ailen için girişimde bulunduğun ve kaygından kurtulmana neden olan başka anlar da yaşadın mı?**: Danışanın problem karşısında etkili olduğu özel anları araştırır.

E) **Yakın veya uzak geçmişte iradenin bu denli güçlü olduğu hissettiğin benzer örnekler verebilir misin bana?**: Danışanın güçlü yönlerini ve problemle çelişen yaşantılarını keşfetmeye yöneliktir.

Cevap: D

5. Soruda anlatılan süreç, **öyküsel terapideki reflektör tutma uygulamasını** tanımlamaktadır. Bu teknikte danışman ve danışan konuşurken bir ekip süreci izler, ardından yer değiştirerek gözlemlerini paylaşır ve danışan bu geri bildirimler üzerinden kendi öyküsüne dair yeni farkındalıklar geliştirir. Amaç; danışanın kendi davranışlarını farklı açılardan görmesi, başkalarının bakış açılarını duyması ve farkındalık kazanmasıdır. **Danışana doğrudan çözüm yolları sunmak** ise bu tekniğin amacı değildir çünkü **öyküsel terapide** danışman ya da ekip otoriter biçimde çözüm dayatmaz. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Danışanın kendi davranışlarını ve deneyimlerini fark etmesini sağlamak**: Bu uygulamanın temel amaçlarından biridir. Danışan farklı perspektiflerden kendisini değerlendirme fırsatı bulur.

B) **Danışanın diğerlerinin bakış açılarını anlamasını desteklemek**: Ekip geri bildirimleri bu amaca hizmet eder.

D) **Grup içi iletişimi ve etkileşimi geliştirmek**: Grup üyeleri arasındaki paylaşım ve etkileşim bu süreçte önemlidir.

E) **Danışanın farkındalık kazanmasını desteklemek**: Reflektör tutma uygulamasının temel hedeflerinden biridir.

Cevap: C

6. Ayşe ve Mehmet'in ilişkide yaşadıkları tartışmaları doğrudan kendi kişiliklerinin bir parçası gibi görmek yerine, terapistin bu problemleri çiftten **ayrı bir unsur** olarak ele aldirmaya çalışması sorunun merkezindeki ipucudur. Ayrıca çiftin geçmişte birlikte başardıkları durumların hatırlatılması olumlu anlatıyı desteklese de soruda temel vurgu, ilişki problemlerinin çiftin kimliğinden ayrıştırılmasıdır. Bu yaklaşım **öyküsel terapideki dışsallaştırma** kavramını göstermektedir. **Dışsallaştırma**, problemi bireyin ya da ilişkinin özü olarak değil; ilişkiyi etkileyen ayrı bir unsur olarak ele alır. Böylece çiftler birbirlerini problem olarak görmek yerine probleme karşı birlikte konum alabilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Problem odaklı yaklaşım:** Öyküsel terapi yalnızca problemi analiz etmeye odaklanmaz; alternatif öyküler geliştirmeyi hedefler.
- C) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Bu teknik bilişsel terapiye aittir ve düşünceleri yeniden düzenlemeye odaklanır. Soruda böyle bir müdahale yoktur.
- D) **Davranışçı müdahale:** Bu seçenek ödül, ceza ya da davranış değiştirme temelli müdahaleleri çağırır. Soruyla ilişkili değildir.
- E) **Olumsuz etiketleme:** Öyküsel terapi, tam tersine etiketlemeden uzak durur.

Cevap: B

7. Hakan'ın alkol kullanımının yaşamını olumsuz etkilediği bir problem öyküsü olsa da soruda asıl vurgu, bazı durumlarda alkolü kontrol edemediği ve zor durumlarla başa çıkabildiği **özel anların** fark edilmesidir. Bu anlar, problemin Hakan'ın yaşamını tamamen kontrol etmediğini gösteren istisna yaşantıdır. **Öyküsel terapide** bu tür durumlar **eşsiz sonuçlar** olarak adlandırılır. **Eşsiz sonuçlar**, danışanın güçlü yönlerini, becerilerini ve problem öyküsüyle çelişen deneyimlerini görünür hâle getirerek yeni öykülerin gelişmesine zemin hazırlar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Dışsallaştırma:** Bu teknik problemi danışandan ayırmaya odaklanır. Soruda problemten bağımsız başarılı anların fark edilmesi vurgulanmaktadır.
- B) **Alternatif hikâye:** Alternatif öyküler genellikle **eşsiz sonuçlar** keşfedildikten sonra daha sistemli biçimde inşa edilir. Soruda öncelikle istisna anların fark edilmesi anlatılmaktadır.
- C) **Davranışçı müdahale:** Bu seçenek davranış değiştirme ilkelerine dayanır. Soruda böyle bir süreç yoktur.
- E) **Bilişsel yeniden yapılandırma:** Bu teknik bilişsel terapiye aittir ve düşünceleri değiştirmeye odaklanır. Soruda anlatılan kavram farklıdır.

Cevap: D

8. **Öyküsel terapide** terapötik ortamın temel amacı, danışanın baskın problem yüklü öyküsünü yeniden değerlendirmesine yardımcı olmak, yaşamı üzerindeki kontrol hissini artırmak, **eşsiz sonuçları** fark ettirmek ve alternatif öyküler geliştirmesini desteklemektir. Bunun yanında yaklaşım kültürel bağlamı tamamen yok saymaz; tam tersine bireyin öykülerinin sosyal ve kültürel söylemlerden etkilendiğini kabul eder. Bu nedenle danışanın kültürel inanç ve normlardan **tamamen bağımsız** bir yaşam öyküsü oluşturmaya sağlamaktır, **öyküsel terapinin** amacı değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın baskın problem odaklı hikâyesini yeniden ele almasını sağlamak:** Bu, yaklaşımın temel amaçlarından biridir.
- B) **Danışanın kendi yaşamı üzerinde kontrol hissini geliştirmek:** Özellikle **dışsallaştırma** sonrası danışanın özneleşmesi açısından önemlidir.
- C) **Danışanın dikkatini eşsiz sonuçlara yönlendirerek güçlü yanlarını fark etmesini sağlamak:** Bu da temel terapötik amaçlardan biridir.
- E) **Danışanın alternatif ve sağlıklı hikâyeler geliştirmesini desteklemek:** Öyküsel terapinin temel hedeflerinden biridir.

Cevap: D

9. Psikolojik danışmanın danışanla birlikte belgeler hazırlaması, bu belgelerde problemlerle nasıl baş edildiğini ve elde edilen kazanımları görünür hâle getirmesi, ardından aile ve arkadaşların katıldığı kutlamalar eşliğinde bu belgeleri danışana sunması sorunun en belirleyici kısmıdır. **Öyküsel terapide** bu uygulama, değişimi somutlaştırmak ve yeni öyküyü güçlendirmek amacıyla kullanılan **yazılı kanıtlar / kutlamalar ve sertifika verme** uygulamasına karşılık gelir. Özellikle sertifika, belge ve kutlama vurgusu bu tekniği netleştirir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Dışsallaştırma:** Bu teknik problemi danışandan ayırmaya odaklanır. Soruda değişimin belgelenmesi anlatılmaktadır.
- B) **Yansıtıcı takım çalışması:** Bu teknikte bir ekip süreci izler ve geri bildirim verir. Soruda böyle bir yapı yoktur.

C) Eşsiz sonuçların ortaya çıkarılması: Bu kavram problemin etkisinin görülmediği özel anları keşfetmeye yöneliktir. Soruda bu başruların belgelenmesi vurgulanmaktadır.

D) Alternatif hikâyelerin inşası: Bu süreç değişimin genel sonucudur; ancak soruda sorulan spesifik teknik belge ve kutlama uygulamasıdır.

Cevap: E

10. Danışanın hayatını olumsuz yönde şekillendiren **baskın problem yüklü öykülerin** sorgulanması, bu öykülerin geçerliliğinin zayıflatılması ve problem anlatısının sürekliliğinin kırılması sorunun merkezindeki ipucudur. Burada henüz doğrudan yeni öykü kurulmasından çok, mevcut baskın anlatının çözülmesi hedeflenmektedir. **Öyküsel terapide** bu süreç **yapının bozulması** ile ifade edilir. **Yapının bozulması**, danışanın problem öyküsünü besleyen baskın söylemleri, varsayımları ve katı anlam yapılarını sorgulayarak bu anlatının gücünü azaltmayı amaçlar. Böylece alternatif öyküler için alan açılır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Dışsallaştırma: Bu teknik problemi danışandan ayırmaya odaklanır. Soruda daha geniş biçimde problem öyküsünün çözülmesi anlatılmaktadır.

B) Alternatif hikâye inşası: Bu süreç genellikle baskın öykü zayıflatıldıktan sonra gerçekleşir. Soruda öncelikle mevcut anlatının sorgulanması vurgulanmaktadır.

D) Eşsiz sonuçların ortaya çıkarılması: Bu kavram problemin etkisinin görülmediği özel anları keşfetmeye odaklanır. Soruda temel vurgu baskın anlatının çözülmesidir.

E) Kutlamalar ve sertifika verme: Bu teknik sonlandırma sürecinde değişimi pekiştirmek için kullanılır. Soruyla ilişkili değildir.

Cevap: C

11. Öyküsel terapide temel teknikler arasında **dışsallaştırma, eşsiz sonuçların ortaya çıkarılması, alternatif öykülerin geliştirilmesi ve değişimi görünür hâle getirmek için kullanılan yazılı kanıtlar / kutlamalar ve sertifika verme** uygulamaları yer alır. **Otomatik düşüncelerin belirlenmesi** ise öyküsel terapiye ait değildir; bu kavram Beck'in **bilişsel terapi** yaklaşımında kullanılır ve bireyin anlık düşüncelerini belirlemeye odaklanır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Dışsallaştırma: Problemi danışandan ayırmaya yönelik temel **öyküsel terapi** tekniklerinden biridir.

B) Eşsiz sonuçların ortaya çıkarılması: Problemin etkisinin görülmediği özel anları fark ettirmeye yönelik önemli bir tekniktir.

C) Alternatif hikâyelerin inşası: Danışanın yeni ve daha işlevsel yaşam anlatıları geliştirmesine yardımcı olur.

D) Kutlamalar ve sertifika verme: Özellikle değişimi pekiştirmek amacıyla kullanılan **yazılı kanıtlar** uygulamalarına örnektir.

Cevap: E

12. Alternatif hikâyeler, danışanın baskın problem yüklü öyküsüne karşı geliştirilen daha işlevsel ve tercih edilen anlatılardır. Bu öyküler danışanın güçlü yönlerini, becerilerini, **eşsiz sonuçlarını**, umutlarını, değerlerini ve geleceğe ilişkin hedeflerini içerebilir. Aynı zamanda danışanın yaşamı üzerindeki kontrol duygusunu artırır. Ancak **öyküsel terapi**, bireyin öykülerinin sosyal ve kültürel bağlamdan etkilendiğini kabul eder. Bu nedenle alternatif hikâyelerin toplumsal ve kültürel bağlamdan **tamamen bağımsız** olması beklenmez. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Danışanın güçlü yönlerini ve becerilerini içermesi: Alternatif hikâyelerin temel özelliklerinden biridir.

B) Problemin etkisinin azaldığı anlar üzerine inşa edilmesi: **Eşsiz sonuçlar**, alternatif hikâyelerin önemli yapı taşlarından biridir.

C) Danışanın umut, değer ve hedeflerini yansıtmaması: Yeni öyküler genellikle danışanın tercih ettiği yaşam yönünü içerir.

- E) **Danışanın yaşamı üzerinde kontrol duygusunu artırması:** Alternatif hikâyeler danışanın özneleşmesini destekler.

Cevap: D

13. Ali'nin iş yerindeki eleştirileri doğrudan kişisel yetersizliği olarak yorumlaması problem yüklü bir öykü geliştirdiğini göstermektedir. Psikolojik danışmanın ise bu duyguların yalnızca Ali'nin bireysel özelliklerinden kaynaklanmadığını; iş yerindeki kültürel beklentiler, toplumsal baskılar ve çevresel söylemlerle şekillendiğini vurgulaması, **öyküsel terapinin** sosyal yapılandırmacı bakış açısıyla örtüşmektedir. Bu yaklaşımda problemler yalnızca bireyin içinde aranmaz; bireyin içinde bulunduğu sosyal ve kültürel bağlam da dikkate alınır. Ardından alternatif öykülerin desteklenmesi de bunu güçlendirmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sorunların temel kaynağının bireyin yetersizlikleri olduğu varsayımı:** Bu seçenek soruyu doğrudan çürütmektedir çünkü danışman tam tersine problemi bireysel kusura indirgememektedir.
- C) **Danışanın sorunlarını yalnızca geçmiş yaşantılara indirgemesi:** Soruda geçmiş yaşantılardan çok mevcut sosyal bağlam vurgulanmaktadır.
- D) **Problemin çözülebilmesi için danışana doğrudan çözüm önerileri sunulması: Öyküsel terapide** danışman otoriter biçimde çözüm dayatmaz.
- E) **Danışanın güçlü yönlerinin göz ardı edilmesi ve baskın öyküye odaklanması:** Soruda tam tersine alternatif ve güçlendirici öyküler desteklenmektedir.

Cevap: B

14. Cem'in iş yerindeki eleştirileri zamanla kendi kimliğine taşınması ve sürekli yetersizliğini sorgulaması, baskın problem yüklü bir öykü geliştirdiğini göstermektedir. Psikolojik danışmanın problemi **dışsallaştırması**, baskın öyküyü görünür hâle getirmesi ve Cem'in güçlü yönlerini fark ettirerek alternatif öyküler geliştirmesine rehberlik etmesi ise **öyküsel terapideki** danışman rolünü açık biçimde yansıtmaktadır. Bu yaklaşımda danışman, danışanın yerine karar veren otorite figürü değildir; danışanın kendi kaynaklarını fark etmesine ve güçlenmesine rehberlik eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Sorunu danışanın kişisel yetersizlikleriyle ilişkilendirip çözüm önerileri sunmak:** Bu seçenek **öyküsel terapinin** temel mantığına aykırıdır. Problem bireysel kusur olarak ele alınmaz.
- B) **Danışanın baskın problem öyküsünü güçlendirmek ve özdeşleşmesini sağlamak:** Terapinin amacı baskın problem öyküsünü güçlendirmek değil, onu zayıflatmaktır.
- D) **Danışanı yalnızca geçmiş yaşantılarını analiz etmeye yönlendirmek:** **Öyküsel terapi** yalnızca geçmiş analizine odaklanmaz; yeni anlamlar oluşturmaya hedefler.
- E) **Danışanın öykülerini yorumlayarak danışanı bir sonuca zorlamak:** Danışman yönlendirici ve zorlayıcı bir uzman rolü üstlenmez; süreç işbirlikçidir.

Cevap: C

15. Seda'nın iş yerinde yaşadığı değersizlik ve yetersizlik duygularının; bu durumların hayatındaki etkilerinin ve sahip olduğu kaynakların **sistemik biçimde incelenmesi** sorunun ayırt edici noktasıdır. Psikolojik danışman, problemin hangi alanlarda etkili olduğunu ve Seda'nın hangi yetkinliklere sahip olduğunu yapılandırılmış biçimde ortaya çıkarmaktadır. **Öyküsel terapide** bu süreç **haritalama** tekniğini ifade eder. **Haritalama**, problemin danışanın yaşamına etkilerini, güçlü yönlerini ve mevcut kaynaklarını görünür hâle getirerek danışanın değişim için yeni farkındalıklar geliştirmesini sağlar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Dışsallaştırma:** Bu teknikte problem danışandan ayrı bir unsur gibi ele alınır. Soruda temel vurgu sistematik inceleme sürecidir.
- B) Öykü yeniden yazma:** Bu süreç genellikle problem daha iyi anlaşıldıktan sonra alternatif öykülerin geliştirilmesi aşamasında görülür. Soruda henüz bu aşama vurgulanmamaktadır.
- C) Derinleştirme soruları:** Sorular kullanılabilir; ancak burada spesifik olarak yaşam etkilerinin ve kaynakların sistematik biçimde ortaya çıkarılması anlatılmaktadır.
- D) Reflektör uygulaması:** Bu teknikte gözlemci ekip sürece dahil olur. Soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: E

1. Aile sistemleri yaklaşımında birey, tek başına ele alınmaz. **Aile sistemi içindeki ilişkiler, etkileşim örüntüleri ve döngüsel süreçler** üzerinden değerlendirilir. Bu yaklaşımda odak, **bireyin problemli davranışının nedeni** değil; bu davranışın **sistem içinde nasıl ortaya çıktığı ve nasıl sürdürüldüğüdür**. Ayrıca “hasta birey” anlayışı reddedilir, sorun **sistemin işleyişine** yerleştirilir. Bu nedenle bireyin problem davranışlarının nede-
nine odaklanmayı vurgulayan ifade, aile sistemleri kuramlarının temel varsayımlarıyla çelişmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bireyi sistem içinde ele alma.** Bu ifade aile sistemleri kuramlarının temel görüşlerinden biridir. Birey, **bağlamsal ve ilişkisel bir bütünün parçası** olarak değerlendirilir.
- C) **Bireyin problemli olduğu düşüncesini reddetme.** Bu ifade aile sistemleri kuramlarının temel kabullerinden biridir. Sorun bireyde değil, **sistemin işleyişinde** konumlandırılır.
- D) **Etkileşim zincirine odaklanma.** Bu ifade aile sistemleri yaklaşımının merkezinde yer alır. **Karşılıklı etkileşim ve döngüsel süreçler** esas alınır.
- E) **İçerikten çok sürece odaklanma.** Bu ifade aile sistemleri kuramlarının temel anlayışını yansıtır. Önemli olan ne söylendiği değil, **iletişimin nasıl gerçekleştiği ve sistemin nasıl işlediğidir.**

Cevap: B

2. Aile sistemleri yaklaşımında birey, tek başına ele alınmaz; **aile sistemi içindeki ilişkiler, etkileşim örüntüleri ve döngüsel süreçler** üzerinden değerlendirilir. Bu anlayışta “**hasta birey**” **düşünce-si reddedilir**, birey daha çok **ailenin belirlediği hasta** olarak görülür ve odak noktası **davranışın nedeninden çok sistem içindeki etkileşim zinciridir**. Buna karşılık bazı öncüller farklı kuramlara aittir. **Buna göre:**

- I. **Bireyin problemli olduğu düşüncesinin reddedilmesi:** Bu ifade aile sistemleri kuramlarının temel varsayımlarındandır. Sorun bireyde değil, **sistemin işleyişinde** ele alınır.

II. **Kişilere ailenin belirlediği hasta olarak yaklaşılması:** Bu ifade aile sistemleri yaklaşımının temel kabullerindendir. Birey, sistemin işleyişini yansıtan **belirlenmiş hasta** rolündedir.

III. **Davranışın ya da problemin nedeninden çok etkileşim zincirine odaklanması:** Bu ifade aile sistemleri kuramlarının merkezinde yer alır. **Döngüsel etkileşim ve karşılıklı ilişkiler** esas alınır.

IV. **Danışanın yaşam ve ölümle ilgili kaygılarına odaklanması:** Bu ifade aile sistemleri kuramlarının görüşü değildir. Daha çok **varoluşçu yaklaşımın** odağındadır.

V. **Problemlerin daha az yaşandığı istisnai durumların belirlenmesi:** Bu ifade aile sistemleri kuramlarına ait değildir. **Çözüm odaklı kısa süreli terapi** yaklaşımına özgüdür.

I., II., III. öncüller doğrudur.

Cevap: A

3. Ayşe Hanım'ın yoğun duygular karşısında **objektifliğini kaybetmesi**, düşüncelerinin **duygular tarafından belirlenmesi** ve özellikle **kendi değerlerini yeterince geliştirememesi ile aile beklentilerine göre hareket etmesi**, Bowen'in aile sistemi kuramında **kendini ayırıştırma düzeyinin düşüklüğünü** gösterir. Bu kuramda **kendini ayırıştırma**, bireyin **duygu ve düşüncelerini ayırt edebilmesi** ve **kendi değerleri doğrultusunda bağımsız hareket edebilmesidir**. Ayrışma düzeyi düşük bireylerde **duygular düşüncüyü baskılar** ve kişi **aileye bağlı, duygusal tepkilerle karar verir**.

B) **İletişim – Stratejik terapi:** Bu ifade aile içi mesajların yapısı ve çift anlamlı iletişim ile ilgilidir. Soruda iletişim biçiminden çok **duygu-düşünce ayrışamaması** vurgulanmaktadır.

C) **Sınırlar – Yapısal terapi:** Bu ifade aile içindeki **alt sistemler ve sınır düzenlemeleri** ile ilgilidir. Soruda sınır problemi değil, **bireyin içsel ayrışma düzeyi** ön plandadır.

D) **Temel üçgen – Satir yaklaşımı:** Bu ifade ailedeki üçlü ilişkilerin etkisini açıklar. Ancak burada vurgu **üçlü yapı değil, bireyin kendi benliğini oluşturmamasıdır**.

E) **İkinci rahatsızlıklar – Akılcı duygusal davranışçı yaklaşım:** Bu kavram, yaşanan bir sonucun tekrar yeni bir olaya dönüşmesiyle **A-B-C döngüsünün sürmesi** durumunu ifade eder. Kişi verdiği tepkilerin sonuçlarını yeni tetikleyicilere dönüştürerek süreci **tekrar eden bir döngü** haline getirir. Soruda ise böyle bir döngü değil, **duygu-düşünce ayrışmasının yetersizliği** söz konusudur.

Cevap: A

4. Danışmanın seanslarda **aile üyelerinin içsel süreçlerine**, özellikle **kendilik değeri ve benlik saygısına** odaklanması ve **aile içi ilişkileri güçlendirmeyi hedeflemesi**, Satir'in yaklaşımının temel özelliklerini yansıtır. Bu yaklaşımda ailedeki sorunlar yalnızca yapısal düzeyde ele alınmaz; bireylerin **duygusal yaşantıları, benlik algıları ve kendilik değerleri** üzerinden çalışılır. Terapinin temel amaçlarından biri de **bireylerin kendilik değerini artırmak ve daha sağlıklı iletişim kurmalarını sağlamaktır. Bu doğrultuda danışmanın benimsediği yaklaşım, Satir'in birleşik aile terapisiyle örtüşmektedir.**

A) **Murray Bowen'in çok kuşaklı aile sistemleri kuramı:** Bu yaklaşımda odak, **kuşaklararası aktarım, ayrışma ve genogram** gibi kavramlardır. Soruda bu tür bir kuşaklararası vurgu bulunmamaktadır.

B) **Salvador Minuchin'in yapısal aile terapisi:** Bu yaklaşımda temel odak **aile yapısı, alt sistemler ve sınırlardır**. Soruda ise yapıdan çok **benlik saygısı ve içsel süreçler** ön plandadır.

D) **Jay Haley'in stratejik terapi:** Bu yaklaşımda terapist **yönlendirici ve problem çözmeye odaklıdır**. Soruda bu tür **doğrudan yönlendirme ve stratejik müdahale** görülmemektedir.

E) **Michael White'ın öyküsel terapi yaklaşımı:** Bu yaklaşımda odak **problemin dışsallaştırılması ve yaşam öykülerinin yeniden yapılandırılmasıdır**. Soruda böyle bir süreç yer almamaktadır.

Cevap: C

5. Ailede anne-çocuk arasında yaşanan çatışmaya babanın sürekli dahil olarak denge sağlamaya çalışması, **üçgen oluşumunu** göstermektedir. Bowen'in aile sistemi kuramında **üçgen**, iki kişi arasındaki gerilim arttığında üçüncü bir kişinin ilişkiye dahil edilmesiyle oluşan temel ilişki örüntüsüdür. Bu yapı, kısa vadede kaygıyı azaltır ancak uzun vadede sorunun sürmesine neden olur. Ayrıca Bowen'e göre bu süreçler **duygusal sistem, kronik kaygı** ve özellikle **kendini ayrıştırma düzeyi** ile yakından ilişkilidir. Danışmanın bu **üçgen yapıyı ve etkileşim örüntüsünü analiz etmesi**, yaklaşımın Bowen'e ait olduğunu açıkça göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Virginia Satir'in birleşik aile terapisi:** Bu yaklaşımda odak **kendilik değeri, benlik saygısı, iletişim biçimleri ve bireyin içsel yaşantısıdır**. Aile üyelerinin daha **otantik ve uyumlu iletişim kurmaları** hedeflenir. Soruda ise bu tür içsel süreçlerden çok **ilişkisel üçgen dinamiği** ön plandadır.

B) **Salvador Minuchin'in yapısal aile terapisi:** Bu yaklaşımda aile, **alt sistemler, sınırlar ve hiyerarşik yapı** üzerinden değerlendirilir. Terapinin amacı **aile yapısını yeniden düzenlemek** ve işlevsel sınırlar oluşturmaktır. Ancak soruda sınır ihlali ya da yapısal yeniden düzenleme değil, **üçlü ilişki örüntüsü** vurgulanmaktadır.

C) **Jay Haley'in stratejik terapi yaklaşımı:** Bu yaklaşımda terapist oldukça **aktif, yönlendirici ve problem çözmeye odaklıdır**. **Yönergeler, paradoksal müdahaleler ve stratejik teknikler** kullanılır. Soruda ise terapistin böyle bir müdahalesi değil, **ilişki örüntüsünü analiz etmesi** söz konusudur.

E) **Michael White'ın öyküsel terapi yaklaşımı:** Bu yaklaşımda bireyin yaşadığı sorunlar **dışsallaştırılır** ve danışanın **yaşam öyküsü yeniden yapılandırılır**. Temel vurgu **hikâyeler ve anlamlandırma süreçleri** üzerinedir. Soruda ise anlatı değil, **aile içi etkileşim örüntüsü** incelenmektedir.

Cevap: D

6. Okul psikolojik danışmanın aile görüşmesinde özellikle **roller, sınırlar, alt sistemler, alt sistemler arası etkileşim** ve **aile kuralları** üzerine odaklanması, yapısal aile terapisinin temel inceleme alanlarını yansıtır. Minuchin'in yaklaşımında aile, **örgütlü bir yapı** olarak ele alınır ve terapist öncelikle **aile yapısını**, yani **kim kiminle nasıl etkileşime giriyor, sınırlar ne kadar esnek ya da katı, alt sistemler nasıl işliyor** gibi unsurları analiz eder. Amaç, işlevsel olmayan yapıyı değiştirerek **daha sağlıklı etkileşim örüntüleri** oluşturmaktır. Danışmanın bu kavramlar üzerinden aileyi değerlendirmesi, yaklaşımın yapısal aile terapisine dayandığını gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Murray Bowen'in çok kuşaklı aile sistemi kuramı:** Bu yaklaşımda odak **kuşaklararası aktarım, kendini ayırıştırma** ve **üçgenler** üzerinedir. Soruda ise kuşaklararası analiz değil, **mevcut aile yapısı ve organizasyonu** incelenmektedir.
- C) **Virginia Satir'in birleşik aile terapisi:** Bu yaklaşımda temel vurgu **kendilik değeri, benlik saygısı** ve **iletişim biçimleri** üzerinedir. Soruda ise içsel süreçlerden çok **aile yapısal düzeni** ele alınmaktadır.
- D) **Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımı:** Bu yaklaşım bireyin **yaşam tarzı, aşağılık duygusu** ve **sosyal ilgi** kavramlarına odaklanır. Aile yapısının sistematik analizi bu yaklaşımın merkezinde değildir.
- E) **Sigmund Freud'un psikanalitik yaklaşımı:** Bu yaklaşımda odak **bilinç dışı süreçler, çocukluk yaşantıları** ve **dürtülerdir**. Soruda ise mevcut aile yapısı ve **etkileşim düzeni** incelenmektedir.

Cevap: B

7. Danışmanın aileye **belirli görevler vermesi**, aile üyelerinin **birbirlerine verdikleri tepkileri gözlemlemesi** ve özellikle **kısa sürede problem davranışı azaltmaya odaklanması**, stratejik aile terapisinin temel özelliklerini yansıtır. Haley'in yaklaşımında terapist **aktif ve yönlendiricidir**, danışanlara **doğrudan ya da paradoksal yönergeler verir** ve amaç **problemi hızlı ve işlevsel biçimde çözmektir**. Ayrıca odak, sorunun kökeninden çok **mevcut etkileşim örüntüsünü**

değiştirmek üzerinedir. Bu nedenle danışmanın yaklaşımı stratejik aile terapisi ile örtüşmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Virginia Satir'in birleşik aile terapisi:** Bu yaklaşımda odak **kendilik değeri, benlik saygısı** ve **iletişim biçimleridir**. Terapist daha çok **yaşantısal ve insancıl bir süreç** yürütür. Soruda ise **yönerge verme ve hızlı problem çözme** ön plandadır.
- B) **Salvador Minuchin'in yapısal aile terapisi:** Bu yaklaşımda temel vurgu **aile yapısı, alt sistemler** ve **sınırlardır**. Terapist aile yapısını yeniden düzenlemeye çalışır. Soruda ise yapıdan çok **stratejik müdahale ve görev verme** öne çıkmaktadır.
- C) **Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımı:** Bu yaklaşım bireyin **yaşam tarzı, aşağılık duygusu** ve **sosyal ilgi** kavramlarına odaklanır. Aileye **doğrudan görevler verme** ve **kısa süreli müdahale** bu yaklaşımın temel özelliği değildir.
- D) **Michael White'in öyküsel terapi yaklaşımı:** Bu yaklaşımda odak **problemin dışsallaştırılması** ve **yaşam öyküsünün yeniden yapılandırılmasıdır**. Soruda ise anlatı çalışması değil, **davranışı değiştirmeye yönelik direkt müdahale** vardır.

Cevap: E

8. Danışmanın aile görüşmelerinde özellikle **kuşaklar arası roller, ebeveynlerin kendi ailelerinden getirdiği davranış kalıpları** ve **üçgenler** üzerinde durması, Bowen'in yaklaşımının temel kavramlarını yansıtır. Bowen'in aile sistemi kuramında aile, yalnızca mevcut ilişkilerle değil, **kuşaklar arası aktarılan örüntüler, duygusal sistem, kronik kaygı** ve özellikle **kendini ayırıştırma** düzeyi üzerinden değerlendirilir. Ayrıca **üçgenler**, aile içindeki gerilimi düzenleyen temel ilişki yapılarıdır. Danışmanın hem **geçmiş kuşaklardan gelen etkileri** hem de **mevcut ilişki örüntülerini birlikte ele alması**, bu yaklaşımın açık bir göstergesidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Virginia Satir'in birleşik aile terapisi:** Bu yaklaşımda odak **kendilik değeri, benlik saygısı ve iletişim biçimleridir**. Soruda ise içsel yaşantılardan çok **kuşaklar arası aktarım ve sistem dinamikleri** ön plandadır.
- B) **Jay Haley'in stratejik aile terapisi:** Bu yaklaşımda terapist **yönlendirici, görev verici ve kısa sürede problem çözmeye odaklıdır**. Soruda böyle bir müdahale değil, **aile geçmişinin analizi** söz konusudur.
- D) **Salvador Minuchin'in yapısal aile terapisi:** Bu yaklaşımda temel vurgu **aile yapısı, alt sistemler ve sınırlardır**. Soruda ise yapıdan çok **kuşaklar arası aktarım ve üçgenler** vurgulanmaktadır.
- E) **Sigmund Freud'un psikanalitik yaklaşımı:** Bu yaklaşım bireyin **bilinç dışı süreçleri ve erken çocukluk yaşantıları** üzerine odaklanır. Soruda ise bireyden çok **aile sistemi ve kuşaklar arası ilişkiler** incelenmektedir.

Cevap: C

9. Danışmanın aile üyelerinde **kendine güven düşüklüğü, başkalarının bakış açısına göre karar verme ve eleştirilere aşırı hassasiyet** gözlemlenmesi, Satir'in yaklaşımında doğrudan **kendilik değeri** kavramına işaret eder. Satir'e göre düşük kendilik değerine sahip bireyler **kendilerine güvenmez, dış değerlendirmelere bağımlı hale gelir ve eleştirilere karşı kırılgan olur**. Terapinin temel amaçlarından biri de bireylerin **kendi içsel değerlerini fark etmeleri, kendilik algılarını güçlendirmeleri ve daha otantik bir benlik geliştirmeleridir**. Danışmanın bu doğrultuda çalışması, doğrudan bu temel kavrama yöneldiğini gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Üçgenler:** Bu kavram Bowen'in aile sistemi kuramına aittir. **İki kişi arasındaki gerilimin üçüncü bir kişiyle dengelenmesi** sürecini açıklar. Soruda böyle bir ilişki örüntüsü yoktur.
- C) **Alt sistemler:** Bu kavram yapısal terapiye aittir. Aile içindeki **ebeveyn, çocuk gibi alt grupların organizasyonu** ile ilgilidir. Soruda yapı değil, **benlik algısı** ön plandadır.

- D) **Hiyerarşiler:** Bu kavram yapısal ve stratejik yaklaşımlarda önemlidir. Aile içindeki **güç ve otorite düzenini** ifade eder. Soruda güç dengesi değil, **kendilik değeri** vurgulanmaktadır.
- E) **Alternatif hikâye inşası:** Bu kavram öyküsel terapiye aittir. Bireyin **yaşam öyküsünü yeniden yapılandırması** sürecini ifade eder. Soruda anlatı değil, **benlik değeri geliştirme** söz konusudur.

Cevap: B

10. Satir'in birleşik aile terapisinde **aile kuralları**, aile içi işleyişi düzenleyen ancak **esnek, yaşa ve bireysel ihtiyaçlara uygun ve iletişimi destekleyici** olmalıdır. Katı, değişmez ve bireylerin kendini ifade etmesini engelleyen kurallar, **benlik değerini düşürür ve iletişim sorunlarına yol açar**. Bu yaklaşımda kuralların amacı **kontrol ve baskı kurmak değil, aile üyelerinin sağlıklı gelişimini ve açık iletişimi desteklemektir**. Bu nedenle kuralların ebeveyn otoritesini pekiştirmek ve çocukların fikirlerini sınırlamak amacıyla belirlenmesi, bu kuramın anlayışıyla çelişir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Kuralların yazılı ya da gözlemlenebilir şekilde içselleştirilmesi:** Bu ifade Satir yaklaşımıyla uyumludur. Kurallar **açık ya da örtük biçimde** aile içinde var olur ve üyeler tarafından **farkında olarak ya da olmadan** takip edilir.
- B) **Kuralların esnek olması ve bireysel ihtiyaçlara göre uyarlanması:** Bu ifade kuramın temel görüşlerindendir. Kurallar **katı değil, gelişime ve değişime açık** olmalıdır.
- D) **Kuralların iletişim ve benlik değerini etkilemesi:** Bu ifade Satir yaklaşımının önemli bir vurgusudur. Özellikle **katı kurallar, iletişim bozukluklarına ve düşük benlik değerine** yol açabilir.
- E) **Kuralların gerektiğinde değiştirilebilir olması:** Bu ifade kuramla uyumludur. Aile dinamiklerine göre kurallar **yeniden düzenlenebilir ve uyarlanabilir**.

Cevap: C

11. Ailede ebeveynlerin **kendi bakış açılarını ön planda tutması**, çocukların ise **duygularını ifade etmekte zorlanması ve içe atması**, Satir'in yaklaşımında **işlevsel olmayan iletişim örüntülerine** ve buna eşlik eden **katı kurallara** işaret eder. Satir'e göre sağlıklı ailelerde iletişim **açık, tutarlı ve esnek**ti; buna karşılık işlevsel olmayan ailelerde **roller katılaşır, kurallar esnekliğini kaybeder** ve bireyler **kendilerini özgürce ifade edemez**. Bu durum aynı zamanda **benlik değerinin düşmesine** ve ilişkilerin zayıflamasına yol açar. Soruda terapistin özellikle **etkileşim örüntülerini gözlemlemesi ve tekrar eden iletişim sorunlarını fark etmesi**, problemin temelinde **iletişim eksikliği ve katı yapıların** olduğunu gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Ebeveynlerin çocukların bireysel sorumluluklarını aşırı üstlenmesi**: Bu durum daha çok **aşırı koruyucu ebeveynlik** ile ilgilidir. Soruda ise temel vurgu **iletişim ve etkileşim sorunlarıdır**.
- C) **Kuralların ebeveyn otoritesini korumaya yönelik olması**: Bu ifade tek başına daha dar bir durumu açıklar. Sorudaki problem yalnızca otorite değil, **genel iletişim örüntüsü ve rol katılığıdır**.
- D) **Kuralların farklı durumlarda farklı yorumlanması**: Bu durum daha çok **belirsiz ya da tutarsız kurallar** ile ilgilidir. Soruda ise belirsizlikten çok **katı ve sınırlayıcı yapı** ön plandadır.
- E) **Kuralların çocukların yaşına göre esnetilmesi**: Bu ifade sağlıklı aile işleyişine işaret eder. Sorudaki problem ise bunun tam tersine, **esnek olmayan ve iletişimi kısıtlayan yapı**dadır.

Cevap: B

12. Satir'in birleşik aile terapisine göre sağlıklı ailelerde iletişim **açık, tutarlı ve uyumludur**. Yani bireylerin söyledikleri (sözel mesajlar) ile **beden dili, ses tonu ve yüz ifadeleri** (sözsüz mesajlar) birbiriyle **uyum içindedir**. Bu tür iletişimde kişiler **kendilerini oldukları gibi ortaya koyabilir**, gizlenme ya da çelişki olmaz ve bu durum **benlik değerini destekler**. Soruda da terapistin özellikle **sözel ve sözsüz mesajlar arasındaki tutarsızlığı fark et-**

mesi, sorunun iletişimdeki **uyumsuzluktan** kaynaklandığını gösterir. Bu nedenle sağlıklı iletişim için gerekli olan, **sözel ve sözsüz mesajların uyumlu olması ve bireylerin kendilerini otantik biçimde ifade edebilmesidir**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İletişimin yalnızca sözel ifadelerle yürütülmesi**: Bu ifade Satir yaklaşımına uygun değildir. İletişim hem **sözel hem sözsüz boyutlarıyla bir bütündür**.
- B) **Duyguların her zaman sınırsız şekilde ifade edilmesi**: Bu ifade kuramın **"ölçülülük"** ilkesine aykırıdır. Sağlıklı iletişimde **uygunluk ve denge** esastır.
- C) **İletişimin yalnızca problem çözmeye odaklanması**: Bu ifade Satir yaklaşımına uymaz. Bu yaklaşımda iletişim aynı zamanda **benlik değeri ve duygusal paylaşımı destekler**.
- D) **Bazı konuların gizli tutulmasının güveni artırması**: Bu ifade kuramla çelişir. Satir yaklaşımında iletişim **açık ve dürüst** olmalıdır.

Cevap: E

13. Satir'in birleşik aile terapisine göre sağlıklı bir ailede **iletişim açık ve tutarlıdır**, bireyler **duygularını rahatça ifade edebilir**, **kendilik değeri yüksektir** ve **kurallar esnek, insancıl ve gelişime açıktır**. Soruda verilen ailede ise **duyguların ifade edilememesi, katı kurallar, duygusal anlayış eksikliği ve dış dünyayla sınırlı ilişki** gibi işlevsel olmayan özellikler görülmektedir. Satir yaklaşımında terapisinin temel amacı, aile üyelerinin **kendilik değerini güçlendirmek, iletişimi açık ve uyumlu hâle getirmek** ve **katı kuralları daha esnek ve insancıl bir yapıya dönüştürmektir**. Bu nedenle doğru seçenek bu hedefleri birlikte içeren ifadedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kuralların daha katı hâle getirilmesi**: Bu ifade kuramla çelişir. Satir yaklaşımında katı kurallar **iletişimi bozar ve benlik değerini düşürür**.
- B) **Duygular ifade edilmeden problem çözmeye odaklanması**: Bu ifade uygun değildir. Satir yaklaşımında **duyguların fark edilmesi ve ifade edilmesi** temel bir gerekliliktir.

- C) **Ailenin dış dünyayla bağının sınırlandırılması:** Bu ifade sağlıklıdır. Satir'e göre sağlıklı aileler **toplumla açık ilişki kurabilen ve umutlu** yapılardır.
- E) **Davranışların sürekli kontrol edilmesi ve riskin sınırlandırılması:** Bu ifade kuramın insancıl ve gelişim odaklı yapısıyla örtüşmez. Sağlıklı aileler **değişime açık ve esnek** olmalıdır.

Cevap: D

14. Satir'in birleşik aile terapisinde terapist; **güvenli ve kabul edici bir ortam oluşturan, içten ve samimi, gözlemci ve öğretici**, aynı zamanda **işlevsel iletişim için model olan** bir rol üstlenir. Bu yaklaşımda odak yalnızca bireyin davranışını değiştirmek değildir; asıl vurgu **aile içi iletişim örüntüleri, kendilik değeri ve ilişkisel süreçler** üzerinedir. Dolayısıyla terapistin **sistemik duyarlılığı bırakıp sadece bireysel davranış değişimine odaklanması**, bu kuramın temel anlayışıyla örtüşmez. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Danışanların kendilerini değerli ve güvende hissetmelerini sağlamak:** Bu ifade kuramla uyumludur. Terapist, aile üyelerinin **kendilik değerini destekleyen güvenli bir ortam** oluşturur.
- C) **Terapistin kaynak kişi ve model olması:** Bu ifade Satir yaklaşımının temel rollerindendir. Terapist, **işlevsel iletişimi yaşayarak gösteren bir modeldir.**
- D) **Gözlemci ve öğretici rol üstlenme:** Bu ifade kuramla uyumludur. Terapist, **iletişim kalıplarını analiz eder** ve gerektiğinde **öğretici müdahalelerde bulunur.**
- E) **İçten ve samimi tutum sergileme:** Bu ifade yaklaşımın insancıl yönünü yansıtır. Terapist, **yargılayıcı olmayan ve destekleyici bir ilişki** kurar.

Cevap: B

15. Satir'in birleşik aile terapisinde temel amaçlar; **aile üyelerinin engellenmiş potansiyelini ortaya çıkarmak, kendilik değerini artırmak, farkındalık yoluyla daha otantik ve tutarlı olmalarını sağlamak ve daha açık, işlevsel iletişim kurmalarını desteklemektir.** Bu yaklaşım **yaşantısal ve insancıl** bir temele dayanır; bireyin **şimdi ve burada yaşantısı, duygusal farkındalığı ve ilişkisel süreçleri** ön plandadır. Buna karşılık **bilinç dışı çatışmaların derinlemesine analizi ve kişilik yapısının çözümlemesi**, psikanalitik yaklaşımın hedefidir ve Satir'in yaklaşımının temel amaçları arasında yer almaz. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Engellenmiş potansiyeli açığa çıkarma ve iyileştirici güçle temas kurma:** Bu ifade Satir yaklaşımının temel amaçlarındanıdır. Terapide bireyin **içsel kaynakları harekete geçirilir.**
- B) **Kendilik değerini artırma:** Bu ifade yaklaşımın merkezinde yer alır. **Benlik saygısını güçlendirmek**, terapistin temel hedeflerindenidir.
- D) **Farkındalık yoluyla otantik ve tutarlı olmayı sağlama:** Bu ifade kuramla uyumludur. Amaç, bireyin **kendisiyle uyumlu ve gerçekçi bir benlik geliştirmesidir.**
- E) **İşlevsel iletişim kurmayı sağlama:** Bu ifade Satir yaklaşımının en önemli hedeflerinden biridir. Ailede **açık, net ve uyumlu iletişim** geliştirilir.

Cevap: C

1. Satir'in birleşik aile terapisinde temel odak, aile üyelerinin **birbirleriyle nasıl ilişki kurdukları** ve özellikle **iletişim süreçlerinin nasıl işlediği**dir. Bu yaklaşımda önemli olan **ne söylendiği (içerik)** değil, **nasıl söylendiği ve ilişkinin nasıl kurulduğudur (süreç)**. Terapide amaç, aile üyelerinin **daha açık, tutarlı ve işlevsel iletişim kurmalarını sağlamak** ve bu yolla ilişkileri dönüştürmektir. Bu nedenle doğru seçenek, iletişim ve ilişki süreçlerine vurgu yapan ifadedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Tartışma konularının içeriğine odaklanma:** Bu ifade kuramla örtüşmez. Satir yaklaşımında **içerikten çok süreç** önemlidir.
- B) **Bilinç dışı çatışmaları çözme:** Bu ifade psikanalitik yaklaşıma aittir. Satir yaklaşımı **yaşantısal ve şimdi odaklıdır**.
- C) **Davranışları doğrudan değiştirme:** Bu ifade daha çok davranışçı ve stratejik yaklaşımlarla ilişkilidir. Satir yaklaşımı **ilişki ve iletişim üzerinden değişimi hedefler**.
- E) **Kişilik yapısını analiz etme:** Bu ifade derinlemesine kişilik çözümlemesine dayanır. Satir yaklaşımı ise **bireyin yaşantısı ve ilişkisel süreçleri** ile ilgilenir.

Cevap: D

2. Satir'in birleşik aile terapisinde süreç, **yaşantısal değişimi** adım adım ilerleten üç temel aşamadan oluşur. İlk aşama olan **temas**, terapistin aile üyelerini **her birini değerli kabul ederek karşılaması**, güvenli bir ortam oluşturmaya ve aynı anda **aile içi etkileşim örüntülerini gözlemlemesi** ile başlar. Bu aşamada amaç, aile üyelerinin **örtük olarak bildikleri ancak açıkça ifade etmedikleri durumları görünür hâle getirmektir**. Bazen bu süreçte **terapi kontratı** da yapılabilir.

İkinci aşama olan **kaos**, aile üyelerinden birinin **duygusal olarak riskli bir alana girmesiyle** başlar. Terapist bu aşamada danışanın **bastırılmış incinmişlik, öfke ve acı gibi duygularına ulaşmasına** rehberlik eder. Bu süreçte önemli olan, danışanın **duygularıyla temas kurması ve şimdi ve burada kalabilmesidir**. Kaos aşaması, değişimin başladığı ve duygusal yoğunluğun arttığı kritik bir evredir.

Son aşama olan **bütünleşme**, aile üyelerinin bu duygusal süreçten geçerek **yeni bir anlamlandırma ve ilişki kurma biçimi geliştirmesi** ile ortaya çıkar. Aile artık sorunu yaratan dinamikleri aşmış, **daha sağlıklı bir iletişim ve etkileşim düzenine** geçmiştir. Bu aşamada aynı zamanda bazı **duygusal kapanışlar ve yeniden yapılanmalar** gerçekleşir.

Bu açıklamalara göre doğru sıralama: **Temas – Kaos – Bütünleşme**.

Cevap: A

3. Terapistin aile üyelerinden **kendilerini ve birbirleriyle ilişkilerini fiziksel olarak ifade etmelerini istemesi**, üyelerin **duruşlarını, pozisyonlarını ve etkileşimlerini sahnelemesi** ve bu süreçte **duygu, düşünce ve fizyolojik tepkileri gözlemlemesi**, Satir'in yaklaşımında **"ailenin kendi heykelini yapması"** tekniğine karşılık gelir. Bu tekniğe aile üyeleri, aile içindeki ilişkilerini **bedensel konumlanmalarla somutlaştırır**; böylece **ilişki örüntüleri görünür hâle gelir, güç dengeleri ve duygusal yakınlık/mesafe** ortaya çıkar ve terapist bu yerleştirmeler üzerinden aile dinamiklerini analiz eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Ailenin stres balesi:** Bu teknik, aile üyelerinin yaşantılarını **hareketli ve akışkan bir şekilde canlandırmaları** ile ilgilidir. Soruda ise **statik duruş ve konumlandırma** vardır.
- C) **İletişim analizi:** Bu teknik, aile üyelerinin **iletişim biçimlerini incelemeye ve düzenlemeye** yöneliktir. Soruda doğrudan **bedensel temsil** kullanılmaktadır.
- D) **Danışanın parçalarının partisi:** Bu teknik, bireyin içsel parçalarının **grup içinde canlandırılması** ile ilgilidir. Soruda **aile sistemi ve ilişkiler** ele alınmaktadır.
- E) **Ailenin termometresi:** Bu teknik, aile üyelerinin **duygularını ve durumlarını belirli kategoriler üzerinden değerlendirmesine** dayanır. Soruda böyle bir yapılandırma yoktur.

Cevap: B

4. Terapistin aile üyelerinden **yoğun duygusal durumlarını hareketleri ve beden dili aracılığıyla ifade etmelerini istemesi**, üyelerin **hareket ederek ilişkilerini canlandırmaları** ve terapistin bu süreci **gözlemleyip gerektiğinde yönlendirmesi**, Satir'in yaklaşımında **"ailenin stres balesi"** tekniğine karşılık gelir. Bu teknikte aile üyeleri, yaşadıkları gerilimleri **bedensel hareketler ve akış içinde ifade eder**, böylece **gizli çatışmalar ve etkileşim örüntüleri görünür hâle gelir**. Terapist de bu süreçte **gözlemleyici ve yönlendirici** bir rol üstlenerek farkındalık oluşturur. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İletişim analizi**: Bu teknik, aile üyelerinin **iletişim biçimlerini inceleme ve düzenleme** sürecine dayanır. Soruda ise **hareket ve beden diliyle canlandırma** vardır.
- B) **Danışanın parçalarının partisi**: Bu teknik, bireyin içsel parçalarının **grup ortamında temsil edilmesi** ile ilgilidir. Soruda **aile içi etkileşimler** ele alınmaktadır.
- C) **Ailenin termometresi**: Bu teknik, aile üyelerinin **duygularını belirli başlıklar altında değerlendirmesine** dayanır. Soruda böyle bir yapılandırma yoktur.
- D) **Beden farkındalığı çalışması**: Bu ifade genel bir farkındalık tekniğidir, Satir'in özgül tekniklerinden biri değildir. Soruda ise **özellikle bir yaşantısal teknik** uygulanmaktadır.

Cevap: E

5. Terapistin aile üyelerine **kendilerini ifade etme ve birbirlerini dinleme fırsatı tanıması**, üyeleri **birbirlerini onaylamaya ve saygı duymaya yönlendirmesi** ve özellikle **duyguların açıkça ifade edilmesini teşvik ederek daha sağlıklı iletişim kurmalarını sağlayacak yaşantılar düzenlemesi**, Satir'in yaklaşımında **"iletişim analizi"** tekniğine karşılık gelir. Bu teknikte amaç, aile üyelerinin **iletişim örüntülerini fark etmeleri, daha açık, tutarlı ve saygılı iletişim kurmaları ve duygularını ifade edebilmeleri** için yaşantısal düzenlemeler yapmaktır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Ailenin kendi heykelini yapması**: Bu teknik, aile üyelerinin ilişkilerini **bedensel duruş ve konumlandırma ile göstermesi** üzerine kuruludur. Soruda böyle bir fiziksel canlandırma yoktur.
- B) **Ailenin stres balesi**: Bu teknik, aile üyelerinin yaşantılarını **hareket ve beden diliyle akış içinde canlandırmaları** ile ilgilidir. Soruda bu tür bir hareketli canlandırma yer almamaktadır.
- D) **Ailenin termometresi**: Bu teknik, aile üyelerinin **duygularını belirli başlıklar altında değerlendirmesine** dayanır. Soruda böyle bir yapılandırılmış değerlendirme yoktur.
- E) **Danışanın parçalarının partisi**: Bu teknik, bireyin içsel parçalarının **grup içinde temsil edilmesi** ile ilgilidir. Soruda ise **aile içi iletişim düzenlenmektedir.**

Cevap: C

6. Terapistin aile üyelerinden evde **herkesin katkılarını, olumsuzlukları, yeni öğrenilenleri, umut ve istekleri** görünür biçimde **işaretlebilecekleri** bir tablo hazırlamalarını istemesi ve bunu **herkesin görebileceği bir yere asarak düzenli güncellemelerini önermesi**, Satir'in yaklaşımında **"ailenin termometresi"** tekniğine karşılık gelir. Bu teknikte aile, ilişkilerini **somut ve gözlemlenebilir hâle getirir**, böylece üyeler hem **duygusal durumlarını fark eder** hem de **iletişim ve etkileşimlerini daha bilinçli şekilde düzenleyebilir**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Ailenin kendi heykelini yapması**: Bu teknik, aile üyelerinin ilişkilerini **bedensel konumlandırma ile göstermesi** üzerine kuruludur. Soruda böyle bir fiziksel temsil yoktur.
- C) **İletişim analizi**: Bu teknik, aile üyelerinin **iletişim örüntülerini inceleme ve düzenleme** sürecine dayanır. Soruda ise **somut bir izleme aracı oluşturma** söz konusudur.
- D) **Danışanın parçalarının partisi**: Bu teknik, bireyin içsel parçalarının **grup içinde temsil edilmesi** ile ilgilidir. Soruda **aile düzeyinde bir uygulama** vardır.
- E) **Ailenin stres balesi**: Bu teknik, aile üyelerinin yaşantılarını **hareket ve beden diliyle canlandırması** ile ilgilidir. Soruda böyle bir hareketli ifade yoktur.

Cevap: B

7. Terapistin aileden, her bireyin **kendi içsel yönlerini temsil edecek kişiler seçmesini istemesi**, bu kişilerin **danışmanın yönlendirmesiyle bu yönleri canlandırması** ve sürecin sonunda bireyin **bu yönleri kabul ederek duygularını ifade etmesi**, Satir'in yaklaşımında “**danışanın parçalarının partisi**” tekniğine karşılık gelir. Bu teknikte bireyin farklı yönleri **başka kişiler tarafından temsil edilir**, böylece kişi kendi içsel parçalarını somut, yaşantısal ve fark edilebilir biçimde deneyimler. Sürecin sonunda bu parçaların kabul edilmesi ve bütünleştirilmesi, bireyin **kendilik değerini güçlendirir ve içsel uyumunu artırır**. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) **Ailenin kendi heykelini yapması**: Bu teknik, aile üyelerinin birbirleriyle olan ilişkilerini fiziksel duruş ve konumlandırmalarla göstermesini amaçlar. Amaç, **ilişki örüntülerini ve güç dengelerini görünür hâle getirmektir**.
- C) **Ailenin termometresi**: Bu teknik, aile üyelerinin duygularını, yaşantılarını, umutlarını ve sorunlarını belirli başlıklar altında takip etmelerini sağlar. Amaç, **aile içi farkındalığı artırmak ve iletişimi somutlaştırmaktır**.
- D) **İletişim analizi**: Bu teknik, aile üyelerinin iletişim biçimlerini incelemek, hatalı örüntüleri fark ettirmek ve daha işlevsel iletişim geliştirmek amacıyla kullanılır.
- E) **Ailenin stres balesi**: Bu teknik, aile üyelerinin yaşadıkları gerilimleri hareket ve beden dili aracılığıyla canlandırmalarını sağlar. Amaç, duygusal süreçleri ve gizli çatışmaları ortaya çıkarmaktır.

Cevap: A

8. Terapistin aile üyelerinin rollerini ve etkileşimlerini gözlemlemesi, ardından sınırlar, alt sistemler ve roller üzerinde çalışması ve özellikle pozisyon değişiklikleri uygulayarak yeni etkileşimler oluşturması, Minuchin'in yaklaşımında doğrudan aile yapısını yeniden düzenleme amacına karşılık gelir. Yapısal aile terapisinde temel hedef, ailenin **örgütsel yapısını değiştirmek, işlevsel olmayan sınırları yeniden düzenlemek ve üyelerin daha uyumlu konumlar geliştirmesini sağlamaktır**. Terapist aktif biçimde

müdahale ederek aile içindeki **hiyerarşi ve etkileşim örüntülerini yeniden yapılandırır**. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Aile üyelerinin bireysel sorunlarını çözme**: Bu ifade yapısal terapiyle örtüşmez. Odak birey değil, **aile sisteminin yapısıdır**.
- C) **Aile üyelerinin geçmiş yaşantılarını analiz etmeye**: Bu ifade daha çok psikanalitik ve geçmiş odaklı yaklaşımlara aittir. Yapısal terapi **şimdi ve burada** ile ilgilenir.
- D) **Bireysel terapi teknikleriyle kaygıyı azaltmaya**: Bu ifade bireysel müdahaleyi vurgular. Yapısal terapi ise **aile içi etkileşimi değiştirerek dolaylı etki oluşturur**.
- E) **Aile üyelerinin sosyal çevreyle ilişkilerini güçlendirmeye**: Bu ifade yapısal terapisinin temel amacı değildir. Odak **aile içi yapı ve ilişkilerin düzenlenmesidir**.

Cevap: B

9. Minuchin'in yapısal aile terapisinde aile, **örgütlü bir sistem** olarak ele alınır ve bu sistem içinde **alt sistemler, sınırlar ve hiyerarşik yapı** önemli yer tutar. Alt sistemler; ailenin işlevlerini yerine getirmesini sağlar, bireyler birden fazla alt sistemde yer alabilir ve bu alt sistemler **kuşak, cinsiyet, ilgi ya da işlev temelli** olarak oluşabilir. Hatta birey zaman zaman **kendi başına bir alt sistem** olarak da değerlendirilebilir. Bu nedenle alt sistemlerin yalnızca çocuklardan oluştuğunu söylemek, bu kuramın temel varsayımlarıyla çelişir. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Alt sistemler ailenin görevini yerine getirmesine yardımcı olur**: Bu ifade yapısal aile terapisinin temel görüşlerinden biridir. Alt sistemler, **aile işlevselliğini destekleyen yapılarıdır**.
- B) **Bir üye birden fazla alt sisteme dahil olabilir**: Bu ifade kuramla uyumludur. Birey, aynı anda **ebeveyn alt sistemi, eş alt sistemi veya kardeş alt sistemi** içinde yer alabilir.
- C) **Daha büyük alt sistemler cinsiyet, kuşak, ilgi veya işlev temelli olabilir**: Bu ifade yapısal yaklaşımın tanımına uygundur. Alt sistemler farklı **örgütlenme ölçütlerine göre oluşabilir**.

D) Kişi kendi başına da alt sistem olabilir: Bu ifade kuram kapsamında kabul edilir. Birey, belirli durumlarda **tek başına işlevsel bir alt sistem** olarak ele alınabilir.

Cevap: E

10. Minuchin'in yapısal aile terapisinde **sınırlar**, aile üyeleri ve alt sistemler arasındaki etkileşimi düzenleyen önemli yapılardır. Sağlıklı bir ailede sınırlar **net ve esnek** olmalıdır; böylece hem bireysellik korunur hem de ilişkisel bağ sürdürülür. **Katı sınırlar izolasyona, belirsiz sınırlar ise iç içe geçmeye ve müdahaleciliğe** yol açar. Sınırların temel işlevi, üyelerin **sağlıklı etkileşim kurmasını ve birbirinden öğrenmesini sağlamaktır**. Buna karşılık sınırların, aile üyelerinin **geçmiş yaşantılarını değiştirmesine odaklanması** bu kuramın bir özelliği değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Sınırlar esnek ve net olmalıdır: Bu ifade yapısal aile terapisinin temel ilkelerindendir. Sağlıklı sınırlar **denge ve işlevsellik sağlar**.

B) Katı sınırlar bireylerin izolasyonuna yol açar: Bu ifade kuramla uyumludur. Katı sınırlar, bireyleri **aileden ve diğer üyelerden uzaklaştırır**.

C) Belirsiz sınırlar herkesin birbirinin işine karışmasına neden olur: Bu ifade doğrudur. Belirsiz sınırlar, **iç içe geçmiş ve müdahaleci ilişkiler** doğurur.

E) Sınırlar üyelerin birbirinden öğrenmesini destekler: Bu ifade kuramla uyumludur. Sağlıklı sınırlar, bireylerin **etkileşim yoluyla gelişmesini sağlar**.

Cevap: D

11. Terapistin aile üyelerinin **kim nasıl konuşuyor, kim sözcü rolünü üstleniyor, diğerleri bu role nasıl tepki veriyor** ve **etkileşim sırasında hangi örüntüler ortaya çıkıyor** gibi unsurları gözlemlemesi, Minuchin'in yaklaşımında doğrudan **aile yapısını çözümleme** sürecine karşılık gelir. Yapısal aile terapisinde terapist, formel testler yerine **doğal etkileşimleri gözlemleyerek ailenin rollerini, alt sistemlerini, hiyerarşisini ve etkileşim örüntülerini** anlamaya çalışır. Bu değerlendirme sürecinin temel amacı, ailenin mevcut **örgütlenme biçimini ortaya koymak** ve daha sonra bu yapıyı yeniden düzenleyebilmektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Aile üyelerinin geçmiş yaşantılarını detaylı olarak ortaya çıkarmak: Bu ifade yapısal terapiye ait değildir. Bu yaklaşım **geçmişten çok mevcut etkileşimlere** odaklanır.

C) Çocukların akademik başarılarını ölçmek: Bu ifade terapötik değerlendirme amacının dışındadır. Yapısal terapi **aile sistemi ve ilişkilerle** ilgilenir.

D) Ailenin sosyal çevresiyle ilişkilerini analiz etmek: Bu ifade ikincil bir alan olabilir ancak temel odak değildir. Yapısal terapi öncelikle **aile içi yapı ve etkileşimi** inceler.

E) Bireylerin kişisel hobilerini ve ilgi alanlarını değerlendirmek: Bu ifade kuramın değerlendirme amacına uygun değildir. Odak **bireysel özellikler değil, ilişkisel yapıdır**.

Cevap: A

12. Minuchin'in yapısal aile terapisinde sağlıklı aile; **alt sistemlerin işlevsel biçimde örgütlendiği, sınırların net ve esnek olduğu** ve özellikle alt sistemlerin **birbirine destek vererek denge kurabildiği** bir yapı olarak tanımlanır. Ebeveyn, çocuk ve eş alt sistemleri kendi görevlerini yerine getirirken aynı zamanda **birbirini destekler** ve bu sayede aile içinde **denge ve işlevsellik** sağlanır. Bu nedenle sağlıklı ailenin en temel özelliği, alt sistemler arasındaki bu **destekleyici ve dengeli** ilişkidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Çocukların akademik başarılarının yüksek olması: Bu ifade aile işlevselliğinin doğrudan göstergesi değildir. Yapısal terapi **ilişkisel yapı ve dengeye** odaklanır.

- B) **Ebeveynlerin geçmiş yaşantılarının aileye yansması:** Bu ifade daha çok kuşaklararası aktarım ile ilgilidir. Yapısal terapisinin temel odağı değildir.
- C) **Aile üyelerinin sosyal çevreyle yoğun etkileşim kurması:** Bu durum ikincil olabilir ancak temel ölçüt değildir. Yapısal terapi aile içi örgütlenmeye odaklanır.
- D) **Davranışların üstünlük ve aşağılık duygusuna göre şekillenmesi:** Bu ifade Adler'in bireysel psikolojisine aittir ve yapısal terapiyle ilişkili değildir.

Cevap: E

13. Terapistin aile üyelerinin etkileşimlerini gözlemlemesi, alt sistemlerin birbirini gölgelemesini fark etmesi, ebeveynlerin aşırı baskınlığı ve çocukların karar almakta zorlanması gibi bulgular üzerinden müdahale planı oluşturması, Minuchin'in yaklaşımında doğrudan aile yapısını yeniden düzenleme amacına karşılık gelir. Yapısal aile terapisinde temel hedef, ailenin örgütsel yapısını değiştirmek, alt sistemler arasındaki dengeyi sağlamak, sınırları yeniden düzenlemek ve böylece üyelerin yaşantılarını ve etkileşim örüntülerini dönüştürmektir. Terapist aktif biçimde sürece müdahale ederek işlevsel olmayan yapıyı işlevsel hâle getirir. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) **Çocukların bireysel başarılarını artırmak:** Bu ifade birey odaklıdır. Yapısal terapi aile sistemine ve ilişkilere odaklanır.
- B) **Bilinç dışı çatışmaları ortaya çıkarmak:** Bu ifade psikanalitik yaklaşımın hedefidir. Yapısal terapi şimdi ve burada etkileşimlerine odaklanır.
- C) **Sosyal amaç ve üstünlük hedefleri doğrultusunda motivasyonu artırmak:** Bu ifade Adler'in bireysel psikolojisine aittir. Yapısal terapiyle doğrudan ilişkili değildir.
- E) **Bilişsel yeniden yapılandırma yapmak:** Bu ifade bilişsel davranışçı yaklaşıma aittir. Yapısal terapi ilişki ve yapı üzerinden değişim hedefler.

Cevap: D

14. Stratejik terapi yaklaşımında terapist aktif ve yönlendirici bir rol üstlenir. Temel amaç, sorunun kökenini uzun uzun analiz etmekten çok, sorunun sürmesine neden olan etkileşim örüntülerini belirlemek ve bu örüntülere doğrudan müdahaleler geliştirmektir. Terapist, aile içindeki tekrar eden davranış döngülerini fark eder ve bu döngüyü kırmak için yönergeler, görevler veya stratejik müdahaleler kullanır. Bu nedenle terapistin temel rolü, sorunu sürdüren yapıyı çözümlenip buna yönelik müdahale planı oluşturmaktır. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Geçmiş yaşantıları analiz etmek:** Bu ifade psikanalitik yaklaşımın özelliğidir. Stratejik terapi şimdi ve burada odaklıdır.
- B) **Danışanların kendiliğinden çözüm üretmesini beklemek:** Bu ifade terapistin pasif kaldığı bir yaklaşımı yansıtır. Oysa stratejik terapist aktif müdahalede bulunur.
- C) **Duygusal farkındalık kazandırmak:** Bu ifade daha çok duygu odaklı ve yaşantısal yaklaşımlara aittir. Stratejik terapi davranış ve etkileşim örüntülerine odaklanır.
- D) **Bilişsel yeniden yapılandırma yapmak:** Bu ifade bilişsel davranışçı yaklaşımın temel tekniğidir. Stratejik terapi bu yönde çalışmaz.

Cevap: E

15. Anne çocuğuna sarılırken sözlü olarak “seni seviyorum” demesine rağmen bunu **soğuk bir ses tonuyla** ifade etmesi, yani **sözel mesaj ile sözsüz mesajın birbiriyle çelişmesi**, stratejik terapiye göre **çifte mesaj** durumunu gösterir. Bu iletişimde birey aynı anda **iki zıt mesaj** alır ve hangisine göre davranacağını bilemez; bu durum özellikle çocuklarda **kararsızlık, kaygı ve iletişim karmaşası** yaratır. Stratejik aile terapisinde bu tür **ikili, tutarsız iletişim** önemli bir problem kaynağı olarak görülür. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Tek yönlü iletişim:** Bu ifade iletişimin yalnızca bir kişiden diğerine aktığı, geri bildirim içermeyen durumları anlatır. Soruda ise sorun, yön değil **mesajların tutarsızlığıdır.**
- B) Döngüsel nedensellik:** Bu kavram, aile üyelerinin davranışlarının **karşılıklı olarak birbirini etkilemesi** ve neden-sonuç ilişkisinin **döngüsel olmasıdır.** Soruda böyle bir karşılıklı etkileşim zinciri değil, **aynı anda verilen çelişkili mesajlar** vardır.
- D) Üst düzey iletişim:** Bu kavram iletişimin **iletişim hakkında mesaj vermesi** (meta iletişim) ile ilgilidir. Sorudaki durum, iletişim hakkında iletişim değil, **mesajlar arası çelişkidir.**
- E) Çözüm odaklı yeniden çerçeveleme:** Bu ifade çözüm odaklı kısa süreli terapiye aittir. Problemi **farklı bir anlam çerçevesine yerleştirme** sürecini ifade eder. Soruda böyle bir müdahale yoktur.

Cevap: C

1. Satir'in birleşik aile terapisinde **kendilik değeri**, bireyin kendisini nasıl algıladığı ve ne ölçüde değerli hissettiği ile doğrudan ilişkilidir. Soruda verilen durumda bir üyenin sürekli **suçlayıcı iletişim** kullanması ve diğerinin bunu **kendi yetersizliği olarak içselleştirmesi**, bireyin değerini **kendi içinden değil, dışarıdan gelen değerlendirmelere göre belirlemesine** yol açar. Bu süreçte kişi, kabul görmek için **başkalarının onayına bağımlı hâle gelir** ve kendilik değeri **koşullu bir yapıya dönüşür**. Satir'e göre düşük kendilik değerinin temelinde bu tür **dışsal onay bağımlılığı ve koşullu kabul** yer alır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Aile içinde empati ve duygusal bağların yok olması:** Bu durum sonuçlardan biri olabilir ancak sorunun merkezinde yer alan mekanizma değildir. Temel süreç **kendilik değerinin dışsal onaya bağlanmasıdır.**

C) **Sorun çözme becerilerinin gelişmemesi:** Bu ifade daha çok **bilişsel ve davranışsal süreçlerle** ilgilidir. Soruda ise vurgu **benlik algısı ve değer hissi** üzerinedir.

D) **Aile üyeleri arasındaki güvenin sarsılması:** Bu durum ortaya çıkabilir ancak yine **ikincil bir sonuçtur**. Asıl mekanizma **içselleştirilen değersizlik ve dışa bağımlı benliktir.**

E) **Düşünce ve duyguları ifade etmekten kaçınma:** Bu da düşük kendilik değerinin bir sonucu olabilir. Ancak temel mekanizma, bireyin **kendi değerini dışsal onaya göre belirlemesidir.**

Cevap: B

2. Stratejik aile terapisinde aile içindeki sorunlar çoğunlukla **hiyerarşi ve güç dengesi** üzerinden açıklanır. Sağlıklı bir ailede **ebeveyn alt sistemi** üst konumda yer alır ve çocuklar bu yapıya uygun şekilde konumlanır. Soruda ise çocukların **ebeveyn kararlarına müdahale etmesi**, ebeveynlerin **çocukların isteklerine boyun eğmesi** ve annenin **karar süreçlerinden uzak kalması**, ailede **kuşaklar arası sınırların bozulduğunu** ve **hiyerarşik düzenin işlevsizleştiğini** gösterir. Stratejik yaklaşıma göre bu tür durumlar, **uyumsuz hiyerarşik yapıdan** kaynaklanan temel bir problemdir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Roller arasında esneklik ve iş birliğinin bulunmaması:** Bu ifade daha çok genel bir işlevsellik problemine işaret eder. Ancak sorunun çekirdeğinde **hiyerarşi ve güç dengesi bozulması** vardır.

C) **Çocukların bağımsızlık kazanamaması:** Bu durum bir sonuç olabilir ancak temel problem değildir. Asıl mesele, çocukların **uygunsuz biçimde güç kazanmasıdır.**

D) **Anne-babanın bireysel ihtiyaçlarını bastırması:** Bu ifade bireysel düzeye odaklanır. Stratejik terapi ise **ilişkisel güç yapısına ve etkileşim düzenine** odaklanır.

E) **Eşler arası iletişimin çözüm odaklı ele alınmaması:** Bu ifade farklı bir yaklaşımı ima eder. Soruda esas sorun **hiyerarşik yapının bozulmasıdır.**

Cevap: A

3. Stratejik aile terapisinde terapist **aktif ve yönlendirici** bir konumdadır, terapi genellikle **kısa süreli** ve odak **burada ve şimdi** üzerinedir. Bu yaklaşımda terapist, süreci planlayan ve yöneten kişi olarak **sonuçla ilgili sorumluluğu büyük ölçüde üstlenir**. Buna karşılık danışandan beklenen şey, süreci derinlemesine analiz edip sorumluluk almak değil; daha çok **verilen yönergeleri uygulamasıdır**. Dolayısıyla danışanın süreçte aktif katılım göstermesi ve terapötik sorumluluk almasının esas olduğunu söylemek, bu yaklaşımın temel özellikleriyle örtüşmez. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Terapistin aktif ve yönlendirici olması:** Bu ifade stratejik terapisinin temel özelliğidir. Terapist süreci **yöneten ve müdahale eden** konumdadır.

B) **Terapinin kısa süreli olması:** Bu ifade kuramla uyumludur. Stratejik terapi **hızlı ve çözüm odaklıdır.**

C) **Odak noktasının burada ve şimdi olması:** Bu ifade doğrudur. Terapide geçmişten çok **mevcut etkileşim örüntüleri** ele alınır.

E) **Terapistin sonuçla ilgili sorumluluğu alması:** Bu ifade kuramın ayırt edici yönlerinden biridir. Terapist süreci **planlar ve yönlendirir.**

Cevap: D

4. Danışmanın annenin “inatçı, kuralları çiğniyor” şeklindeki olumsuz tanımlamasını, “**kendi fikirlerini savunma cesareti**” gibi **olumlu ve işlevsel bir anlam çerçevesine dönüştürmesi**, stratejik terapiye göre **yeniden çerçeveleme** tekniğine karşılık gelir. Bu teknikte amaç, davranışın anlamını değiştirerek hem ailenin bakış açısını dönüştürmek hem de problem olarak görülen özelliği **yeni ve daha yapıcı bir perspektiften değerlendirmelerini sağlamaktır**. Böylece aile üyeleri davranışa farklı tepki vermeye başlar ve etkileşim örüntüsü değişir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Çift bağ kurma:** Bu kavram, bireye aynı anda **birbiriyle çelişen iki mesaj verilmesi** durumudur. Terapötik bir teknik değil, **problemli iletişim örüntüsüdür.**

B) **Döngüsel sorgulama:** Bu teknik daha çok sistemik yaklaşımlarda kullanılır ve aile üyelerine **birbirlerinin davranışları arasındaki ilişkileri sorgulatan sorular sormayı** içerir. Soruda ise **anlam değiştirme** vardır.

D) **Yeniden sözleşme yapma:** Bu ifade terapötik süreçte **hedef ve beklentilerin yeniden belirlenmesi** ile ilgilidir. Soruda böyle bir süreç yoktur.

E) **Semptom reçete etme:** Bu teknik, danışandan problem davranışı **bilinçli olarak sürdürmesini isteme** şeklinde uygulanır. Soruda ise davranışa **farklı anlam yükleme** söz konusudur.

Cevap: C

5. Ailede annenin ve kız çocuğunun birlikte hareket ederek babayı sürekli eleştirmesi ve onun otoritesini geçersiz kılması, yapısal aile terapisinde **kuşaklar arası bir ittifakın oluştuğunu**, yani **koalisyon** durumunu gösterir. Minuchin’e göre bu tür **çapraz kuşak koalisyonları**, ailedeki **hiyerarşik düzeni bozar** ve işlevselliği ciddi biçimde zedeledir. Özellikle ebeveyn alt sistemine karşı çocukla kurulan bu tür birliktelikler, **ebeveyn otoritesinin zayıflamasına** ve sınırların ihlaline yol açar. Bu nedenle terapistin öncelikle odaklanması gereken temel kavram bu ittifak yapısıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Sınırların belirsizliği:** Bu durum koalisyonla ilişkili olabilir ancak sorunun merkezinde **doğrudan iki üyenin üçüncüye karşı birleşmesi** vardır.

B) **Hiyerarşinin bozulması:** Bu ifade sonuçtur. Asıl mekanizma, bu bozulmaya yol açan **koalisyon yapısıdır.**

D) **Alt sistemlerin işlevselliği:** Bu daha genel bir çerçevedir. Soruda ise spesifik olarak **iki üyenin ittifakı** vurgulanmaktadır.

E) **Üst sistemin baskınlığı:** Bu ifade soruyla örtüşmez. Burada baskın bir üst sistem değil, **bozulmuş ilişki dengesi** söz konusudur.

Cevap: C

6. Ailede annenin Ece’nin **dersleri, arkadaş ilişkileri ve kıyafetlerine kadar her alana müdahale etmesi**, babanın bu durumu **sorgulamadan onaylaması** ve diğer aile üyelerinin de Ece’nin davranışlarına **sürekli dahil olması**, yapısal aile terapisinde **sınırların belirsizleştiğini** ve aile üyeleri arasında **aşırı yakınlık (iç içe geçme)** olduğunu gösterir. Bu tür yapılarda bireyin **özerkliği gelişemez**, kişi sürekli başkalarının beklentilerine göre hareket eder ve kendi kararlarını almakta zorlanır. Ece’nin her durumda annesinin ne düşüneceğini kontrol etmesi de bu **belirsiz sınır ve aşırı bağıllık** örüntüsünü doğrular. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Belirgin sınırlar ve aşırı katı roller:** Bu ifade **katı sınırları** tanımlar. Soruda ise tam tersine **iç içe geçmiş ve müdahaleci ilişkiler** vardır.

C) **Net sınırlar ve bireysel özerklik:** Bu ifade **sağlıklı aile yapısını** anlatır. Soruda ise bireysel özerklik gelişmemiştir.

D) **Sınırların katılığı ve rol çatışması:** Bu ifade **izolasyona yakın katı yapıya** işaret eder. Soruda ise **aşırı yakınlık ve müdahale** söz konusudur.

E) **Ailede kopuk iletişim ve yetersiz bağıllık:** Bu ifade **duygusal uzaklık** durumunu anlatır. Soruda ise bunun tam tersine **aşırı iç içe geçme** vardır.

Cevap: A

7. Danışmanın Ali'nin aile içindeki konumunu “evin patronu” şeklinde **abartılı ve dramatize edilmiş bir biçimde sunması**, stratejik aile terapisinde **hiyerarşik problemi görünür kılmak için abartma** tekniğine karşılık gelir. Bu yaklaşımda terapist, ailedeki **bozulmuş güç dengesi ve hiyerarşiyi** bilinçli olarak **büyüterek ve dikkat çekici hâle getirerek** üyelerin bunu fark etmesini sağlar. Amaç, ailenin mevcut **işlevsiz hiyerarşik düzenini görmesi** ve bu yapıyı değiştirmeye yönelik motivasyon geliştirmesidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Çelişkili talimat verme:** Bu teknik, danışana **birbiriyle çelişen iki yönerge verilmesi** ile ilgilidir. Burada ise talimat değil, **durumun abartılması** söz konusudur.
- C) **Ters görev verme:** Bu teknik, danışandan problem davranışı **bilinçli olarak sürdürmesini istemeyi** içerir. Soruda böyle bir görev verilmemiştir.
- D) **Paradoksal müdahale:** Bu, daha geniş bir üst kavramdır ve içinde ters görev gibi teknikleri barındırır. Ancak burada spesifik olarak yapılan şey **hiyerarşik sorunu abartmaktır.**
- E) **Zorlayıcı görev:** Bu teknik, danışana **yapması zor veya direnç uyandıran görevler verilmesini** içerir. Soruda görev değil, **durumun dramatize edilmesi** vardır.

Cevap: B

8. Terapistin aileye **her akşam yemek masasında sırayla konuşma ve kimsenin söz kesmemesi** şeklinde **yapılandırılmış ve doğrudan bir görev vermesi**, stratejik aile terapisinde **yönerge** tekniğine karşılık gelir. Bu yaklaşımda terapist, sorunu sürdüren etkileşim örüntülerini değiştirmek için aileye **spesifik ve uygulanabilir görevler verir.** Amaç, aile üyelerinin **yeni bir etkileşim deneyimi yaşayarak iletişim kalıplarını fark etmeleri ve değiştirmeleridir.** **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Çelişkili talimat verme:** Bu teknik, danışana **birbiriyle çelişen iki mesaj verilmesi** durumudur. Soruda böyle bir çelişki yoktur.
- B) **Hiyerarşik problemi abartma:** Bu teknik, ailedeki güç dengesini **bilinçli şekilde abartarak görünür kılmayı** içerir. Soruda abartma değil, görev verme vardır.

- D) **Paradoksal müdahale:** Bu teknik, danışandan çoğu zaman **problem davranışı sürdürmesini isteme** gibi dolaylı müdahaleleri kapsar. Sorudaki müdahale doğrudandır.

- E) **Zorlayıcı görev:** Bu teknik, danışana **alışılmıştan dışında ve direnç oluşturabilecek görevler verilmesini** ifade eder. Sorudaki görev basit ve yapılandırılmıştır.

Cevap: C

9. Danışmanın ebeveynlere, Berk **ödevlerini yapıyormuş gibi davranmalarını** önermesi; gerçekte var olmayan bir durumu **“varmış gibi” kabul ederek** aile içi etkileşimi değiştirmeyi amaçlayan bir müdahaledir. Bu tür uygulamalarda amaç, mevcut problem döngüsünü doğrudan zorlamak yerine, aile üyelerine **farklı bir deneyim yaşatarak yeni bir davranış örüntüsü geliştirmelerini sağlamaktır.** Stratejik aile terapisinde bu yaklaşım **varmış gibi yönerge verme** tekniği olarak adlandırılır ve özellikle dirençli durumlarda **dolaylı değişim oluşturmak** için kullanılır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Çelişkili talimat verme:** Bu teknik, danışana **birbiriyle uyumsuz iki mesaj verilmesi** durumudur. Soruda böyle bir çelişki yoktur.
- B) **Hiyerarşik problemi abartma:** Bu teknik, ailedeki güç dengesini **abartarak görünür kılmayı** amaçlar. Soruda abartma değil, **farklı bir gerçeklik oluşturma** vardır.
- C) **Paradoksal müdahale:** Bu teknik, çoğunlukla danışandan **problem davranışı sürdürmesini istemeyi** içerir. Soruda ise doğrudan böyle bir yönlendirme yoktur.
- E) **Zorlayıcı görev:** Bu teknik, danışana **alışılmıştan dışında ve direnç oluşturabilecek görevler verilmesini** ifade eder. Sorudaki görev daha çok **algıyı değiştirmeye** yöneliktir.

Cevap: D

10. Danışmanın Emre'nin aile içindeki konumunu değerlendirirken özellikle **ebeveyn çatışmalarına müdahil olması (üçgenleşme)**, **kardeşe karşı koruyucu rol üstlenmesi**, aynı zamanda Emre'nin **kendi duygularını tanınması ve duygusal bağlarını koruyarak bağımsız kararlar alabilmesi** üzerinde durması, Bowen'in yaklaşımındaki **kendini ayırıştırma** kavramını açıkça yansıtır. Bununla birlikte danışmanın ailedeki davranış kalıplarının **geçmiş kuşaklardan aktarıldığını** fark etmesi de Bowen kuramının temel kavramlarından olan **kuşaklararası aktarıma** işaret eder. Tüm bu göstergeler birlikte değerlendirildiğinde danışmanın Bowen aile sistemi kuramına göre hareket ettiği anlaşılır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Satir aile terapisi:** Bu yaklaşımda odak daha çok **kendilik değeri, iletişim ve duygusal yaşantı** üzerinedir. Soruda ise belirgin biçimde **kuşaklararası aktarım ve ayırışma** vurgulanmaktadır.
- B) **Stratejik aile terapisi:** Bu yaklaşımda terapist **aktif, yönlendirici ve problem çözmeye odaklıdır**. Soruda bu tür direktifler değil, **sistem analizi ve farkındalık** ön plandadır.
- C) **Yapısal aile terapisi:** Bu yaklaşımda temel odak **sınırlar, alt sistemler ve hiyerarşidir**. Soruda ise bu kavramlardan çok **üçgenleşme ve kuşaklararası süreçler** vurgulanmaktadır.
- D) **Gestalt terapisi:** Bu yaklaşım bireyin **şimdi ve burada yaşantısı ve farkındalığı** üzerine odaklanır. Soruda ise bireyden çok **aile sistemi ve kuşaklar arası ilişkiler** ele alınmaktadır.

Cevap: E

11. Sergen'in ailesiyle fikir ayrılığı yaşamasına rağmen **kendi düşünce ve duygularını açıkça ifade edebilmesi**, buna karşın aile bağlarını **koparmadan sürdürebilmesi** ve **duygusal olarak sakin kalabilmesi**, Bowen kuramında **kendini ayırt etme** kavramının temel göstergeleridir. Bu kavram, bireyin **duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırabilmesi**, aile baskısı altında bile **kendi benliğini koruyabilmesi** ve aynı zamanda **duygusal bağlarını sürdürebilmesi** anlamına gelir. Sergen'in hem **bağımsız karar alması** hem de **ilişkiyi sürdürmesi**, sağlıklı bir ayırışma düzeyine işaret eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Üçgenler:** Bu kavram, iki kişi arasındaki gerilime **üçüncü bir kişinin dahil edilmesini** ifade eder. Soruda böyle bir üçlü ilişki yapısı yoktur.
- C) **Duygusal geri çekilme:** Bu kavram, bireyin ilişkilerdeki kaygıyı azaltmak için duygusal olarak uzaklaşmasıdır. Soruda ise tam tersine ilişki sürdürülmektedir.
- D) **Aile projeksiyonu:** Bu kavram, ebeveynlerin kendi kaygı ve sorunlarını çocuğa yansıtmalarıdır. Soruda böyle bir aktarım süreci vurgulanmamıştır.
- E) **Çok kuşaklı aktarım:** Bu kavram, davranış örüntülerinin kuşaklar boyunca aktarılmasını ifade eder. Soruda ise bireyin mevcut ayırışma düzeyi ön plandadır.

Cevap: B

12. Mert'in ebeveynleri arasındaki çatışmanın içine çekilerek **arabulucu gibi bir rol üstlenmesi**, yani iki kişi arasındaki gerilimin **üçüncü bir kişi üzerinden dengelenmeye çalışılması**, Bowen kuramında **üçgen oluşumu** kavramıyla açıklanır. Üçgen, iki kişi arasındaki **yoğun kaygıyı azaltmak için üçüncü bir kişinin ilişkiye dahil edilmesi** durumudur. Bu yapı kısa vadede gerilimi düşürse de uzun vadede sorunun sürmesine ve bireyin **duygusal yük taşımasına** neden olur. Mert'in kendini çatışmanın ortasında ve sıkışmış hissetmesi de bu üçgen yapının tipik bir sonucudur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Aile içi projeksiyon süreci:** Bu kavram, ebeveynlerin kendi kaygılarını çocuğa yansıtmalarıdır. Soruda ise çocuk doğrudan **çatışmanın içine çekilmektedir**.
- C) **Farkındalık düzeyinin düşüklüğü:** Bu ifade genel bir durumdur, Bowen kuramının özgül kavramlarından biri değildir.
- D) **Duygusal geri çekilme:** Bu kavram, bireyin ilişkilerdeki kaygıyı azaltmak için **duygusal olarak uzaklaşmasıdır**. Soruda ise tam tersine **ilişkinin içine çekilme** vardır.
- E) **Aile homeostazının korunması:** Bu kavram sistemin dengesini koruma eğilimini ifade eder. Ancak soruda vurgulanan temel yapı **üçlü ilişki dinamiğidir**.

Cevap: A

13. Elif'in **kendi düşüncelerini netleştirememesi**, kararlarını **başkalarının görüşlerine göre şekillendirmesi** ve **duygusal olarak kolay etkilenebilmesi**, Bowen kuramında **kendini ayırt etme düzeyinin düşüklüğünü** gösterir. Bu kavram, bireyin **duygu ve düşüncelerini ayırt edebilmesi**, kendi değerleri doğrultusunda **bağımsız kararlar alabilmesi** ve çevresel baskılara rağmen **benliğini koruyabilmesi** ile ilgilidir. Düşük ayırma düzeyinde birey, Elif'te olduğu gibi **başkalarının düşüncelerine bağımlı hâle gelir** ve kendi bilişsel organizasyonunu kurmakta zorlanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **İletişim – Stratejik terapi:** Bu ifade aile içi iletişim örüntülerine müdahale etmeyi ifade eder. Soruda ise iletişimden çok **bireyin içsel ayırma düzeyi** vurgulanmaktadır.

C) **Sınırlar – Yapısal terapi:** Bu kavram aile içindeki **alt sistemler ve sınır düzenlemeleri** ile ilgilidir. Soruda aile yapısından çok **bireysel karar verme ve benlik** ön plandadır.

D) **Temel üçgen – Satir yaklaşımı:** Üçgen kavramı Bowen'e aittir ve **üçlü ilişki dinamiklerini** açıklar. Ayrıca burada böyle bir ilişki örüntüsü yoktur.

E) **İkinci rahatsızlıklar – Akılcı duygusal davranışçı yaklaşım:** Bu kavram, yaşanan bir sonucun yeni bir olaya dönüşerek **A-B-C döngüsünün devam etmesi** ile ilgilidir. Soruda böyle bir döngü değil, **ayırma problemi** söz konusudur.

Cevap: A

14. Ece'nin ailesiyle yaşadığı çatışmalar karşısında **iletişimi minimuma indirmesi**, **fiziksel olarak uzaklaşması** ve yakın ilişkilerde de **çatışma anında geri çekilmeyi tercih etmesi**, Bowen kuramında **duygusal uzaklık** kavramıyla açıklanır. Bu kavram, bireyin ilişkilerdeki yoğun kaygıyı azaltmak için **duygusal ve çoğu zaman fiziksel mesafe koyması** anlamına gelir. Kısa vadede kaygıyı düşürse de uzun vadede bireyin **sağlıklı bağ kurmasını zorlaştırır** ve destek sistemlerinden uzaklaşmasına yol açar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Üçgen:** Bu kavram, iki kişi arasındaki gerilime üçüncü bir kişinin dahil edilmesini ifade eder. Soruda böyle bir üçlü ilişki yapısı yoktur.

B) **Farkındalık düzeyinin artışı:** Bu ifade Bowen kuramının özgül bir kavramı değildir ve sorudaki durumu açıklamaz.

C) **Aile içi projeksiyon:** Bu kavram, ebeveynlerin kendi kaygılarını çocuğa yansıtmasıdır. Soruda bireyin **uzaklaşma davranışı** ön plandadır.

D) **Homeostazın korunması:** Bu kavram sistemin dengesini sürdürme eğilimini ifade eder. Soruda ise bireysel düzeyde **duygusal geri çekilme** söz konusudur.

Cevap: E

15. Aykut'un yaşadığı kaygının **belirli bir olaya bağlı olmaması**, aksine **aile ve yakın ilişkilerdeki sürekli gerilimden beslenmesi** ve günlük yaşamına yayılması, Bowen kuramında **kronik kaygı** kavramına karşılık gelir. Kronik kaygı, bireyin içinde bulunduğu **duygusal sistemden sürekli olarak üretilen ve süreklilik gösteren kaygıdır**; belirli bir tehdit durumuna bağlı değildir. Aykut'un "ya yanlış yaparsam" şeklindeki sürekli endişesi ve bu kaygıyı azaltmak için **insanlardan uzaklaşması**, bu tür kaygının tipik göstergesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Akut kaygı:** Bu kaygı türü, belirli ve somut bir tehlike karşısında ortaya çıkan **geçici ve durumsal** kaygıdır. Soruda kaygı süreklidir.

B) **Fobik kaygı:** Bu kaygı, belirli nesne veya durumlara yönelik **yoğun ve özgül korkular** şeklinde görülür. Soruda böyle bir odak yoktur.

C) **Travmatik kaygı:** Bu kaygı, genellikle **travmatik bir yaşantı sonrası** ortaya çıkar. Soruda belirli bir travma vurgulanmamıştır.

E) **Durumsal kaygı:** Bu kaygı, belirli durumlara bağlı olarak ortaya çıkar ve geçicidir. Sorudaki kaygı ise **yağın ve süreklidir**.

Cevap: D

1. Elvin'in dikkat dağınıklığı ve kaygı yaşaması, ailenin **sürekli çatışma içinde olması** ve bu gerilimin uzun süredir devam etmesiyle birlikte değerlendirildiğinde, Bowen kuramında **düşük ayrışma düzeyi** ile açıklanır. Düşük ayrışma düzeyine sahip ailelerde bireyler, sistemdeki **duygusal gerilimden kolayca etkilenir** ve bu gerilim çoğu zaman çocukta **semtomlar** şeklinde ortaya çıkar. Elvin'in yaşadığı dikkat ve kaygı sorunları da ailenin **işlevsel olmayan yapısının bir yansımasıdır**. Bu durum, hem **duygusal sistemin sağlıklı işlemesine** hem de ailede **fonksiyon bozukluğuna** işaret eder. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yüksek ayrışma düzeyi ve sağlıklı işlev:** Bu ifade sağlıklı aile yapısını tanımlar. Soruda ise tam tersine **yoğun çatışma ve stres** vardır.
- B) **Homeostazın korunması ve uyum sağlama:** Bu kavram sistemin dengesini sürdürmesini ifade eder ancak burada görülen durum **sağlıklı bir denge değil, işlev bozukluğudur**.
- C) **Fonksiyonel ebeveyn işlevi ve güçlü bağlar:** Bu ifade sağlıklı ebeveynlik ve bağları anlatır. Soruda ise **sürekli çatışma ve stres** söz konusudur.
- E) **Farkındalık düzeyinin artışı ve psikolojik direnç:** Bu ifade olumlu bir gelişimi ifade eder. Soruda ise **belirti ve işlevsizlik** ön plandadır.

Cevap: D

2. Berk'in ailesinde **kaygı, çatışma, boşanmalar ve psikolojik sorunların nesiller boyunca tekrar etmesi**, Bowen kuramında **kuşaklararası aktarımın incelenmesini** gerektirir. Bu tür **nesiller arası ilişkisel kalıpları, duygusal bağları** ve aile içindeki **işlevselliği** sistematik biçimde anlamak için en temel araç **genogramdır**. Genogram, ailenin en az üç kuşağını kapsayan bir şema üzerinden **ilişki örüntülerini, duygusal süreçleri ve tekrar eden temaları** görünür hâle getirir. Bu nedenle danışmanın kullanması gereken en uygun araç budur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Psikolojik test:** Bu araç bireyin **bireysel özelliklerini** ölçmeye yöneliktir. Soruda ise **aile sistemi ve kuşaklar arası örüntüler** incelenmektedir.

- C) **Anket:** Bu araç genel bilgi toplamak için kullanılabilir ancak **derinlemesine sistemik analiz** sağlamaz.
- D) **Kimdir bu?:** Bu ifade bilimsel bir değerlendirmeye aracı değildir ve kuramsal bir karşılığı yoktur.
- E) **Gözlem:** Gözlem önemli bir yöntemdir ancak tek başına **kuşaklar arası örüntüleri sistematik biçimde ortaya koymada yeterli değildir**.

Cevap: B

3. Aslı'nın ilişkilerde **başkalarının duygusal tepkilerine kolayca kapılması**, kendi düşüncelerini **net biçimde ifade edememesi** ve yoğun kaygı yaşaması, Bowen kuramında **düşük ayrışma düzeyine** işaret eder. Danışmanın hedefi ise Aslı'nın **kendi duygu ve düşüncelerini ayırt edebilmesi**, ilişkilerde **daha az kaygı yaşaması** ve **kendi kontrolünü artırabilmesidir**. Bu terapötik amaç, doğrudan **duygusal ayrışma** kavramıyla ilişkilidir. Ayrışma arttıkça birey hem **bağlarını sürdürebilir** hem de **kendi benliğini koruyarak daha dengeli tepkiler verebilir**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Duygusal kaynaşma:** Bu kavram, bireylerin birbirine aşırı bağlı ve iç içe olduğu, **sınırların zayıf olduğu** durumu ifade eder. Soruda bu durum mevcut olmakla birlikte danışmanın hedefi bu değildir.
- B) **Duygusal uzaklık:** Bu kavram, bireyin kaygıyı azaltmak için **ilişkilerden uzaklaşmasıdır**. Soruda ise hedef uzaklaşma değil, **sağlıklı ilişki içinde kalabilmektir**.
- C) **Farkındalık düzeyinin artırılması:** Bu ifade genel bir kazanımı belirtir ancak Bowen kuramının **özgül kavramsal karşılığı değildir**.
- E) **Üçgen oluşturma:** Bu kavram, iki kişi arasındaki gerilime üçüncü bir kişinin dahil edilmesini ifade eder. Soruda böyle bir yapı yoktur.

Cevap: D

4. Emre'nin anne ve babası arasındaki çatışmalarda **araya girerek bir tarafı yatıştırmaya çalışması**, yani iki kişi arasındaki gerilimin **üçüncü bir kişi üzerinden dengelenmesi**, Bowen kuramında **üçgen (temel üçgen)** kavramını gösterir. Üçgen, aile sisteminde **kaygıyı dağıtmak ve geçici olarak denge sağlamak** için en sık kullanılan ilişkisel mekanizmadır. Emre'nin bazen de **geri çekilmesi**, bu üçgen içindeki kaygıyla baş etme biçimlerinden biridir; ancak asıl belirleyici olan, çatışmanın **üçlü bir yapıya dönüşmesidir. Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Kronik kaygı:** Bu kavram aile sisteminde **sürekli üretilen yaygın kaygıyı** ifade eder. Soruda kaygı vardır ancak açıklayıcı olan yapı **üçgen ilişki örüntüsüdür.**
- B) **Duygusal uzaklık:** Bu kavram, bireyin kaygıyı azaltmak için **ilişkiden çekilmesini** ifade eder. Emre zaman zaman bunu yapsa da temel durum **araya girme davranışdır.**
- C) **Fonksiyon bozukluğu:** Bu ifade genel bir tanımlamadır ve özgül bir Bowen kavramı değildir.
- D) **Duygusal kaynaşma:** Bu kavram, bireylerin birbirine **aşırı bağlı ve iç içe** olduğu durumu ifade eder. Soruda ise belirgin olan **üçlü çatışma yapısıdır.**

Cevap: E

5. Selim'in ailesindeki çatışmalar sırasında **araya girerek kaygıyı azaltmaya çalışması** ve danışmanın Selim'in **kendi duygu ve düşüncelerini fark etmesini**, ilişkilerde **daha az kaygı ve daha fazla kontrol yaşayabilmesini** hedeflemesi, Bowen kuramında terapistin temel rolünün **bireyin ayrışma düzeyini artırmak ve kaygı yönetimini geliştirmek** olduğunu gösterir. Bu yaklaşımda terapist, aile üyelerini doğrudan değiştirmeye çalışmaz; bunun yerine danışanın **kendi benliğini güçlendirmesine, duygu-düşünce ayrımı yapabilmesine ve duygusal sistem içinde daha dengeli kalabilmesine** yardımcı olur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Danışanın aile üyelerinin davranışlarını değiştirmeye çalışmak:** Bowen yaklaşımında odak başkalarını değiştirmek değil, **bireyin kendi işleyişini düzenlemesidir.**

- C) **Çatışmaları hemen çözmek ve duyguları bastırmak:** Bu ifade kuramla örtüşmez. Amaç **duyguları bastırmak değil, düzenleyebilmektir.**
- D) **Davranışları ödüllendirmek ve pekiştirmek:** Bu ifade **davranışçı yaklaşıma** aittir. Bowen kuramı bu tür tekniklere dayanmaz.
- E) **Taraf tutmak ve rol atamak:** Bu ifade terapötik açıdan uygun değildir. Bowen terapisti **tarafsız ve sistem odaklıdır.**

Cevap: A

6. Zeynep'in **ortanca çocuk olması**, aile içinde sık **kardeşler arası çatışmaları yatıştırma rolünü üstlenmesi** ve bu rol nedeniyle **kendi duygularını bastırması**, Bowen kuramında **kardeş sıralamasının bireyin rol ve ilişki kalıplarını şekillendirmesi** kavramıyla açıklanır. Bowen'e göre kardeş doğum sırası, bireyin aile içindeki **sorumluluk alma biçimini, ilişki tarzını ve üstlendiği rolleri** önemli ölçüde etkiler. Ortanca çocuklar çoğu zaman **arabulucu ve dengeleyici roller** üstlenebilir. Zeynep'in davranış örüntüsü de bu doğum sırasına bağlı rol yapılanmasını yansıtmaktadır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Duygusal uzaklık:** Bu kavram, bireyin kaygıyı azaltmak için **ilişkilerden çekilmesini** ifade eder. Zeynep ise tam tersine **ilişkilerin içinde aktif rol almaktadır.**
- B) **Temel üçgen ve kaygıyı yönetme:** Bu kavram iki kişi arasındaki gerilime üçüncü kişinin dahil edilmesini ifade eder. Zeynep'in arabulucu rolü buna benzese de soruda özellikle **doğum sırasına bağlı rol yapılanması** vurgulanmaktadır.
- D) **Fonksiyon bozukluğu:** Bu ifade genel bir tanımlamadır ve özgül bir Bowen kavramı değildir.
- E) **Kronik kaygı:** Bu kavram aile sisteminde **sürekli üretilen kaygıyı** ifade eder. Zeynep kaygı yaşamaktadır ancak sorunun odak noktası **üstlendiği rolün kaynağıdır.**

Cevap: C

7. Danışmanın Ayşe'nin yaşadığı **sürekli eleştirilme** durumunu “**kişisel başarısızlık**” olarak görmek yerine “**ilişkisel bir süreç**” olarak yeniden anlamlandırmasına yardımcı olması, stratejik aile terapisinde **yeniden çerçeveleme** tekniğine karşılık gelir. Bu teknikte amaç, danışanın yaşadığı duruma **farklı bir anlam yüklemesini sağlamak**, böylece hem **algıyı değiştirmek** hem de problemle kurduğu ilişkiyi dönüştürmektir. Ayşe'nin kendine yönelik olumsuz değerlendirmesinin yerine, durumu **ilişkisel bir bağlamda görmesi**, bu tekniğin doğrudan bir uygulamasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Davranış değiştirme:** Bu ifade daha çok **davranışçı yaklaşıma** aittir. Soruda davranıştan çok **anlamlandırma süreci** değişmektedir.
- C) **Duygusal uzaklık kazandırma:** Bu kavram Bowen kuramıyla ilişkilidir ve bireyin **ilişkilerden mesafe almasını** ifade eder. Soruda böyle bir hedef yoktur.
- D) **Fonksiyon bozukluğunu çözme:** Bu ifade genel bir sonuçtur, özgül bir teknik değildir. Soruda belirgin olan **anlamın değiştirilmesidir.**
- E) **Kayıt ve gözlem yöntemi:** Bu teknik daha çok **veri toplama ve farkındalık oluşturma** amaçlıdır. Soruda ise **yeniden anlamlandırma müdahalesi** vardır.

Cevap: B

8. Anne ve babanın Can'a verdikleri mesajlarda **sözel ifadeler ile davranışların birbirini tutmaması**, yani bir yandan “**sana güveniyorum / kendi işlerini yap**” denirken diğer yandan **sürekli kontrol etme ve cezalandırma** davranışlarının sürmesi, stratejik aile terapisinde **çiftli mesaj** olarak adlandırılır. Bu iletişim biçiminde birey aynı anda **birbiriyle çelişen iki mesaj alır** ve hangisine göre davranacağını bilemez; bu durum özellikle çocuklarda **kaygı, kararsızlık ve uyumsuz davranışlar** ortaya çıkarır. Can'ın yaşadığı durum da tam olarak bu **tutarsız ve çelişkili mesaj örüntüsünü** yansıtmaktadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Doğrudan mesaj:** Bu iletişimde verilen mesaj **açık ve tutarlıdır**. Soruda ise tam tersine **çelişki** vardır.

B) **Paralel iletişim:** Bu ifade iletişimde iki tarafın **aynı düzlemde ama birbirinden bağımsız ilerlemesini** anlatır. Sorudaki problem bu değildir.

C) **Yansıtmaya dayalı iletişim:** Bu ifade bireyin kendi duygu ve düşüncelerini başkasına atfetmesiyle ilgilidir. Soruda böyle bir durum yoktur.

D) **Açık iletişim:** Bu iletişim türünde mesajlar **net, tutarlı ve anlaşılabilir**. Soruda ise **örtük çelişkiler** bulunmaktadır.

Cevap: E

9. Stratejik aile terapisinde **hiyerarşi**, aile içinde **otoritenin ve karar verme gücünün kimde olduğunu** belirleyen temel bir yapıdır. Sağlıklı ailelerde hiyerarşi **net ve dengelidir**; ebeveynler üst konumda yer alır ve çocuklar bu yapıya uygun biçimde konumlanır. Hiyerarşideki **belirsizlik veya bozulma**, çocukların uygunsuz şekilde güç kazanmasına ve **işlevsiz etkileşim döngülerinin oluşmasına** yol açar. Bu nedenle hiyerarşide esneklik ya da belirsizliğin her zaman olumlu sonuçlar doğurduğunu söylemek, bu yaklaşımın temel varsayımlarıyla çelişir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Hiyerarşi, karar alma yetkisini belirler:** Bu ifade stratejik yaklaşımın temel görüşlerinden biridir. Hiyerarşi, **otorite dağılımını düzenler**.

B) **Net ve dengeli hiyerarşi işlevselliği artırır:** Bu ifade doğrudur. Sağlıklı hiyerarşi, **rollerin anlaşılmasını ve ilişkilerin düzenli işleme-sini sağlar**.

C) **Hiyerarşi belirsizliği çocukların otoriteyi üstlenmesine yol açabilir:** Bu ifade kuramla uyumludur. Bu durum, **işlevsiz aile örüntülerine** neden olur.

E) **Terapist hiyerarşiyi yeniden düzenlemeye yardımcı olur:** Bu ifade doğrudur. Terapist, **bozulmuş güç dengesini fark edip yeniden yapılandırmayı hedefler**.

Cevap: D

10. Yapısal aile terapisinde **tamamlayıcılık eğitimi**, aile üyelerinin sistem içindeki **rollerini ve karşılıklı etkileşimlerini fark etmelerini**, bu rollerin **birbirini destekleyecek şekilde işlemlerini** sağlamayı hedefler. Amaç, mevcut yapıyı tamamen yıkıp baştan kurmak değil; **işlevsiz örüntüleri görünür kılarak** aile üyelerinin **daha dengeli ve işlevsel roller geliştirmesine** yardımcı olmaktadır. Bu nedenle “rollerin ve sorumlulukların tümünü yeniden belirlemeyi amaçlar” ifadesi, bu tekniğin doğasıyla örtüşmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Amaç, rollerin birbirini desteklemesini sağlamaktır: Bu ifade kuramla uyumludur. Tamamlayıcılık, **karşılıklı destekleyici rol işleyişini güçlendirir.**
- B) İşlevsiz döngüleri ve rol belirsizliğini azaltmayı hedefler: Bu ifade doğrudur. Teknik, **belirsiz ve dengesiz rol örüntülerini düzenlemeye** yöneliktir.
- D) Aile üyelerinin rollerini fark etmelerini sağlar: Bu ifade kuramın temel amaçlarından biridir. Farkındalık, **yapısal değişimin ilk adımıdır.**
- E) Dengeli ilişkilerin kurulmasına yardımcı olur: Bu ifade doğrudur. Tamamlayıcılık, **aile içi denge ve işlevselliği artırır.**

Cevap: C

11. Danışmanın aile üyelerinin **kendi potansiyellerini fark etmelerini** sağlaması, **kendilik değerini artırmaya odaklanması**, **daha açık ve işlevsel iletişim geliştirmelerini** desteklemesi ve özellikle **iyileştirici güçle temas kurmalarına yardımcı olması**, Satir'in yaklaşımının temel amaçlarını doğrudan yansıtır. Bu yaklaşımda hedef, aile üyelerinin **farkındalık kazanarak daha otantik (gerçek ve tutarlı) bireyler hâline gelmeleri** ve bunun sonucunda **daha işlevsel bir aile sistemi oluşturmalarıdır.** **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Aile üyelerinin davranışlarını tamamen değiştirmek ve belirli rollere yönlendirmek: Bu ifade daha çok **yapısal ve yönlendirici yaklaşımları** çağırır. Satir yaklaşımı **insancıl ve yaşantısaldır.**

- C) Çocukların ebeveynler üzerindeki kontrolünü güçlendirmek: Bu ifade ailede **hiyerarşi bozulmasına** işaret eder ve sağlıklı bir hedef değildir.
- D) Tüm çatışmaları ortadan kaldırmak ve ideal iletişim sağlamak: Bu ifade gerçekçi değildir. Amaç çatışmayı yok etmek değil, **daha sağlıklı yönetmeyi öğrenmektir.**
- E) Yalnızca bireysel sorunlara odaklanmak: Bu ifade kuramla uyumsuzdur. Satir yaklaşımı **hem bireysel hem ilişkisel süreçleri birlikte ele alır.**

Cevap: A

12. Aile kuralları sağlıklı bir aile sisteminde **esnek, yaşa ve duruma uygun, gerçekçi ve iletişimi destekleyici** olmalıdır. Kuralların temel işlevi, aile üyelerinin **rollerini düzenlemek, etkileşimi kolaylaştırmak ve işlevsel bir yapı oluşturmaktır.** Buna karşılık kuralların **aşırı katı olması, davranışları tamamen sınırlaması ve tartışmaya izin vermemesi**, aile içinde iletişimi engeller, **benlik gelişimini zedeler ve işlevselliği düşürür.** Bu nedenle bu tür bir yaklaşım, aile kurallarının sağlıklı niteliğiyle örtüşmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Kuralların rolleri desteklemesi: Bu ifade aile sisteminin işleyişi açısından uygundur. Kurallar, üyelerin **katkı sunmasını kolaylaştırır.**
- B) Kuralların esnek ve yaşa uygun olması: Bu ifade sağlıklı aile yapısının temelidir. Esneklik, **uyum ve gelişimi destekler.**
- D) Kuralların uygulanabilir ve gerçekçi olması: Bu ifade doğrudur. Kuralların **günlük yaşama uyum sağlaması** gerekir.
- E) Kuralların açık ya da örtük biçimde iletişimi düzenlemesi: Bu ifade kuramla uyumludur. Kurallar, **aile içi etkileşimi organize eder.**

Cevap: C

13. Aile üyelerinin **kendilik değerini artırmayı, farkındalık geliştirmeyi ve iletişimi güçlendirmeyi** hedefleyen yaklaşım, Satir'in birleşik aile terapisi-
dir. Bu yaklaşımda temel odak; bireylerin **kendile-
rini değerli hissetmeleri, duygusal farkındalık
kazanmaları** ve aile içinde **açık, tutarlı ve işlev-
sel iletişim kurmalarıdır**. Terapist, aile üyelerinin
**otantik davranışlar geliştirmesine ve iyileştiri-
ci içsel güçleriyle temas kurmasına** yardımcı
olur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Yapısal aile terapisi:** Bu yaklaşımda odak
aile yapısı, sınırlar ve alt sistemlerdir. Ken-
dilik değeri ve farkındalık ikincil plandadır.

C) **Stratejik aile terapisi:** Bu yaklaşım **problem
çözmeye ve etkileşim örüntülerini değiştir-
meye** odaklanır. Duygusal farkındalık temel
hedef değildir.

D) **Çok kuşaklı aile terapisi:** Bu yaklaşım **ku-
şaklar arası aktarım, ayrışma ve üçgenler**
üzerinde durur. Kendilik değeri vurgusu mer-
kezde değildir.

E) **Psikanalitik terapi:** Bu yaklaşım **bilinç dışı
süreçler ve geçmiş yaşantılar** üzerine odak-
lanır. Aile içi iletişim ve farkındalık bu şekilde
ele alınmaz.

Cevap: A

14. Satir'in birleşik aile terapisinde **düşük kendilik
değeri**, bireyin kendisini **yetersiz, değersiz ve
güvensiz** algılamasıyla ilişkilidir. Bu bireyler ge-
nellikle **başkalarının değerlendirmelerine aşırı
duyarlıdır**, dışsal onaya ihtiyaç duyar ve ilişkiler-
de kolayca etkilenir. Dolayısıyla düşük kendilik de-
ğerine sahip bireylerin, diğer insanların kendilerini
nasıl değerlendirdiğine **hiç dikkat etmediği ve
tamamen bağımsız olduğu** ifadesi bu kuramın
temel varsayımlarıyla açıkça çelişir. **Doğru cevap
D seçeneğidir.**

A) **Kaygılı ve dış değerlendirmelere odaklı
olma:** Bu ifade birleşik aile terapisinin görüşü-
dür. Düşük kendilik değeri **dış onaya bağımlı-
lığı artırır**.

B) **Benlik saygısının aile içinde yayılabilmesi:**
Bu ifade kuramla uyumludur. Kendilik değeri,
aile içinde **etkileşimsel olarak bulaşıcı bir
özellik gösterebilir**.

C) **Benzer özellikte partner seçimi:** Bu ifade ku-
ramın görüşüdür. Bireyler çoğu zaman **kendi
kendilik değer düzeylerine benzer kişilerle
ilişki kurar**.

E) **Düşük benlik saygısının kuşaklar arası ak-
tarımı:** Bu ifade doğrudur. Düşük kendilik de-
ğeri **aile ortamı aracılığıyla çocuklara akta-
rılabilir**.

Cevap: D

15. Ebeveynler arasındaki çatışma sırasında dik-
kat ve enerji **çocuğa yönlendirilerek gerilimin
üçüncü bir kişiye kaydırılması**, aile sistemle-
rinde **üçgenleşme** olarak tanımlanır. Bu süreçte
Alican, ebeveynler arasındaki kaygıyı **emerek
geçici denge sağlayan bir aracı** hâline gelir. An-
cak bu denge **sorunu çözmez**, sadece kısa süreli
olarak erteler ve uzun vadede **işlevsiz döngüyü
sürdürür**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Aile bütünlüğü:** Bu ifade genel bir kavramdır;
**spesifik etkileşim mekanizmasını açıkla-
maz**.

B) **Duygusal sistem:** Bu, kuramın geniş çerçe-
vesidir. Sorudaki durum **özel olarak üçgen-
leşmedir**.

C) **Ayrışma:** Bu kavram bireyin **benliğini koru-
yabilmesiyle** ilgilidir; burada ise **üçlü ilişki
örüntüsü** söz konusudur.

D) **Çok kuşaklı geçiş modeli:** Bu kavram, örün-
tülerin **nesiller arası aktarımını** açıklar; soru-
da ise **anlık etkileşim düzeni** vurgulanmakta-
dır.

Cevap: E

1. Psikolojik danışmanın “Şu anda ne yapıyorsun?”, “Hangi davranışını kontrol edebilirsin?” gibi sorular yöneltilmesi, danışanı **şimdiki davranışlarına odaklamaya, bu davranışları değerlendirmeye ve sorumluluk almaya** yöneltilir. Davranışların hedeflere katkısının sorgulanması ve bahanelerin başarısızlık doğuracağı vurgusu ise bireyin kendi seçimlerinden sorumlu olduğunu kabul etmesini amaçlar. Bu yapı, seçim kuramı, WDEP mantığı (ne yapıyorsun, değerlendirme, planlama) ve “mazeret yok” ilkesiyle örtüşmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Varoluşçu: Bu yaklaşım bireyin özgürlük, sorumluluk, yalnızlık ve yaşamın anlamı gibi varoluşsal temalarına odaklanır. Danışan kendi seçimlerinin farkına varmaya yönlendirilir; ancak süreç daha çok anlam arayışı ve derin felsefi sorgulamalar üzerinden ilerler, bu sorudaki gibi yapılandırılmış davranış değerlendirmesi ve yönlendirme ön planda değildir.

C) Birey merkezli: Koşulsuz kabul, empati ve saygınlık temel ilkeleridir. Danışman yönlendirici olmaz ve danışanın içsel yaşantısını anlamaya odaklanır. Davranışı sorgulayan, değerlendiren ve sorumluluk vurgusunu bu kadar doğrudan yapan müdahaleler bu yaklaşımın doğasına uygun değildir.

D) Gestalt: “Şimdi ve burada” ilkesine dayanır ve bireyin farkındalığını artırmayı hedefler. Deneysel tekniklerle duyguların yaşantılanmasına odaklanır. Her ne kadar an’a vurgu olsa da, davranışların hedeflere katkısını sistematik biçimde değerlendirme ve planlama bu yaklaşımın merkezinde yer almaz.

E) Kısa süreli psikolojik danışma: Çözüm ve hedef odaklıdır, danışanın güçlü yönlerini ve işe yarayan davranışlarını öne çıkarır. Ancak burada görülen doğrudan davranış sorgulaması, sorumluluk vurgusu ve bahanelerin reddi, daha özgül olarak gerçeklik yaklaşımına özgü bir yapı sunmaktadır.

Cevap: A

2. Efe'nin “Herkes beni sevmeli, eğer sevmezse değersizim” biçimindeki düşüncesi, **katı, mutlak ve işlevsel olmayan bir bilişsel çarpıtmadır.** Bu tür “-meli/-malı” içeren irrasyonel inançlar, bireyin kendilik değerini dış onaya bağlamasına yol açar ve sosyal ilişkilerini olumsuz etkiler. Bu durumda yapılması gereken, bu düşüncelerin **fark edilmesi, sorgulanması ve daha işlevsel alternatif düşüncelerle yeniden yapılandırılmasıdır.** Bu süreç bilişsel yaklaşımın temel müdahale alanını oluşturur. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Varoluşçu: Bireyin özgürlük, sorumluluk, yalnızlık ve yaşamın anlamı gibi varoluşsal temalarına odaklanır. Danışanın kendi seçimlerini ve varoluşunu anlamlandırması hedeflenir; ancak bilişsel çarpıtmaların doğrudan ele alınması ve yeniden yapılandırılması bu yaklaşımın merkezinde yer almaz.

B) Birey merkezli: Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik temel ilkeleridir. Danışanın kendini gerçekleştirme ve içsel yaşantısını keşfetmesi desteklenir; fakat işlevsel olmayan düşüncelerin doğrudan sorgulanması ve değiştirilmesi bu yaklaşımda belirgin değildir.

C) Psikanalitik: Bilinç dışı süreçler, çocukluk yaşantıları ve içsel çatışmalar üzerinde durur. Danışanın geçmiş deneyimleri ve bastırılmış içerikleri analiz edilir; ancak mevcut otomatik düşüncelerin doğrudan değiştirilmesi öncelikli değildir.

D) Davranışçı: Gözlenebilir davranışlara ve öğrenme ilkelerine odaklanır. Pekiştirme, koşullanma ve model alma gibi süreçlerle davranış değişikliği hedeflenir; ancak düşüncelerin içeriğini doğrudan ele alma bu kuramın anlayışı içinde bulunmaz.

Cevap: E

3. Parçada tanımlanan yaklaşım, psikanalitik yaklaşımın bilinç dışı süreçlere ve uzun süreli analizlere dayanan yapısına alternatif olarak ortaya çıkan **davranışçı yaklaşımdır**. Bu yaklaşımda insan davranışı, içsel yapılardan çok **gözlenebilir davranışlar** üzerinden ele alınır. Davranışın ortaya çıkışı **çevresel uyaranlar ve sonuçlar** ile açıklanır. Davranışçı kurama göre bireyin sorunları öğrenilmiş hatalı davranış örüntülerinden kaynaklanır. Bu nedenle değişim süreci de öğrenme ilkeleriyle gerçekleştirilir. Danışma sürecinde problem davranışın hangi koşullarda ortaya çıktığını ve hangi sonuçlarla sürdürüldüğünü belirlemek için **fonksiyonel analiz (uyaran-davranış-sonuç ilişkisi)** kullanılır. Böylece davranışın işlevi anlaşılır ve yerine daha uyumlu davranışların kazandırılması hedeflenir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Varoluşçu yaklaşım:** Bireyin özgürlük, sorumluluk, yalnızlık ve anlam arayışı gibi varoluşsal temalarına odaklanır. Davranışın **çevresel belirleyicilerle açıklanması** ve **fonksiyonel analiz** bu yaklaşımın merkezinde yer almaz.
- C) **Gestalt yaklaşımı:** Şimdi ve burada, farkındalık ve yaşantısal bütünlük ön plandadır. **Uyaran-davranış-sonuç ilişkisine dayalı sistematik analiz** bu yaklaşımda belirleyici değildir.
- D) **Birey merkezli yaklaşım:** Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik temelinde danışanın kendini gerçekleştirmesine odaklanır. **Yapılandırılmış teknikler ve davranışın işlevsel analizi** bu yaklaşımda merkezi değildir.
- E) **Transaksiyonel analiz:** Ego durumları (ebeveyn-yetişkin-çocuk), yaşam senaryosu ve kişiler arası etkileşim örüntüleri üzerinde durur. **Çevresel uyaranlara dayalı davranış analizi ve fonksiyonel çözümleme** bu yaklaşımın odağında değildir.

Cevap: B

4. Parçada Murathan Bey'in kullandığı yaklaşım, Elif'in "başarısızım" şeklindeki **katı ve genelleyici düşüncesini sorgulamasına** yönelik müdahaleler içermektedir. Danışmanın "Bu düşünce seni yetersiz yapar mı?" ve "Daha gerçekçi bir bakış açısıyla değerlendirebilir misin?" gibi soruları, danışanın **irrasyonel inançlarını fark etmesi ve bunları tartışarak yeniden yapılandırması** amacına yöneliktir. Bu süreç, bireyin işlevsel olmayan inançlarını mantık süzgecinden geçirerek değiştirmeyi hedefleyen **akılcı-duygusal davranışçı terapi yaklaşımının** temel müdahale biçimidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Psikanalitik:** Davranışların temelinde **bilinç dışı süreçler** ve **çocukluk yaşantıları** yer alır. Mevcut düşüncelerin **doğrudan sorgulanması ve yeniden yapılandırılması** bu yaklaşımın önceliği değildir.
- C) **Gerçeklik:** Bireyin **sorumluluk alması, şu anki davranışları ve ihtiyaçlarını karşılayıp karşılamadığı** üzerinde durulur. **İrrasyonel inançların mantıksal tartışılması** bu yaklaşımın merkezinde yer almaz.
- D) **Birey merkezli:** **Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik** ile danışanın kendini keşfetmesi desteklenir. Danışanın düşüncelerine **yönlendirici ve sorgulayıcı müdahale** yapılmaz.
- E) **Çözüm odaklı kısa süreli:** Problemlerden çok **çözümler, güçlü yönler ve istisnalar** üzerinde durulur. **İrrasyonel düşüncelerin doğrudan tartışılması** bu yaklaşımın temel tekniği değildir.

Cevap: B

5. Parçada danışmanın, danışanın özellikle ane-baba ile ilgili konularda **konuyu değiştirmesi** ve **sessizleşmesi** gibi tepkilerini **savunma mekanizması** olarak ele aldığı, bu tepkilerin **bilinç dışı çatışmalara işaret edebileceğini düşündüğü** ve zaman içinde bu savunmaları **yorumlayarak danışanda içgörü geliştirmeyi hedeflediği** görülmektedir. Savunmaların analizi, bilinç dışı süreçlerin **çözümlemesi** ve **yorum yoluyla içgörü kazandırma** doğrudan **psikanalitik yaklaşımın** temel çalışma biçimidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Birey merkezli yaklaşım:** Terapötik değişimin, danışanın kendini güvenli bir ilişkide açabilmesiyle gerçekleşeceğini savunur. Danışman **yönlendirme yapmaz**, yorum getirmez ve danışanın yaşantısını olduğu gibi kabul ederek onun **içsel farkındalığını kendiliğinden geliştirmesine** alan açar.
- C) **Davranışçı yaklaşım:** Problemleri, öğrenilmiş davranış örüntüleri olarak ele alır. Müdahale sürecinde **pekiştirme, söndürme, sistematik duyarsızlaştırma** gibi tekniklerle doğrudan davranışı değiştirmeye odaklanır. **Bilinç dışı süreçler veya savunmaların anlamı** bu yaklaşımda inceleme konusu değildir.
- D) **Gestalt yaklaşımı:** Danışanın yaşantısını parçalamadan bir bütün olarak ele alır ve **şimdi ve burada farkındalığını artırmayı** hedefler. Danışanın kaçınmalarını fark etmesine yardımcı olur ancak bunu **yorumlayarak değil, yaşantısal deneyimler ve yüzleştirmelerle** gerçekleştirir.
- E) **Varoluşçu yaklaşım:** Bireyin yaşamına nasıl anlam verdiği, **seçimleriyle nasıl bir varoluş kurduğu** ve bu süreçte yaşadığı **kaygı, sorumluluk ve yalnızlık** gibi temalara odaklanır. Semptomların kökenini bilinç dışında aramak yerine, bireyin yaşamla kurduğu ilişkiyi sorgular.

Cevap: B

6. Parçada danışmanın müdahalesi, danışanın yaşantısını **“şimdi ve burada”** anlayışıyla ele alarak **bedensel duyularına odaklanmasını sağlama**, yaşanan duyguyu bastırmadan onunla **temas kurma** ve bu yaşantının ne ifade ettiğini fark etmeye yönlendirme üzerine kuruludur. Danışmanın “şu an ne hissediyorsun?”, “bedeninde ne oluyor?” ve “onunla burada kalalım” gibi ifadeleri, danışanın deneyimini anlık olarak derinleştirmeye ve **farkındalık geliştirmeye** yöneliktir. Bu tür müdahaleler, yaşantısal süreci merkeze alan **gestalt terapi yaklaşımının** temel özelliklerindendir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel davranışçı terapi:** Danışanın **otomatik düşüncelerini** ve **bilişsel çarpıtmalarını** ele alır. Müdahale süreci **düşüncelerin sorgulanması ve yeniden yapılandırılması** üzerinden ilerler.
- B) **Varoluşçu terapi:** Bireyin **anlam arayışı, özgürlük ve sorumluluk** gibi temalarla kurduğu ilişkiye odaklanır. Anlık **bedensel yaşantıya yönlendirme** bu yaklaşımın temelinde yer almaz.
- D) **Psikanalitik terapi:** Davranışları **bilinç dışı süreçler, geçmiş yaşantılar** ve **içsel çatışmalar** üzerinden açıklar. Müdahale **yorumlama ve içgörü kazandırma** yoluyla ilerler.
- E) **Birey merkezli terapi:** **Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik** ile danışanın kendini keşfetmesi desteklenir. Danışman **yönlendirme yapmaz**, süreci danışanın getirdiği şekilde takip eder.

Cevap: C

7. Parçada danışmanın, danışanın sorunlar karşısında **başkalarını suçlama eğilimini** fark ettiği, bireyin **sorumluluk alıp almadığını** değerlendirdiği ve bunu **başarılı/başarısız kimlik** çerçevesinde ele aldığı görülmektedir. Bu bakış açısı, **William Glasser’in** geliştirdiği ve **seçim kuramına dayanan gerçeklik terapisinin** temelini oluşturur. Seçim kuramına göre birey, davranışlarının sorumluluğunu taşır ve davranışlar **içsel ihtiyaçları karşılama amacıyla seçilir**. Bu nedenle danışma sürecinde odak, bireyin şu anki davranışlarının **işlevselliği, sorumluluk içerip içermediği** ve ihtiyaçlarını ne ölçüde karşıladığı üzerindedir. **Başarılı kimlik**, bireyin ihtiyaçlarını başkalarına zarar vermeden ve sorumluluk alarak karşılamasını; **başarısız kimlik** ise sorumluluktan kaçınma ve dış suçlamalarla karakterize bir örüntüyü ifade eder. Parçada danışmanın tam da bu ayrımı anlamaya çalışması, yaklaşımın gerçeklik terapisine ait olduğunu göstermektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Akılci-duygusal davranışçı terapi:** Danışanın irrasyonel inançlarını belirleyip bunları mantıksal tartışma yoluyla değiştirmeye odaklanır. Sorumluluk temelli kimlik değerlendirmesi ve seçim kuramı bu yaklaşımın temelinde yer almaz.
- B) **Psikanalitik kuram:** Davranışları bilinç dışı çatışmalar, erken dönem yaşantılar ve savunma mekanizmaları üzerinden açıklar. Danışanın mevcut davranışlarını seçim ve sorumluluk düzeyinde değerlendirme bu kuramın önceliği değildir.
- D) **Davranışçı terapi:** Gözlenebilir davranışlar ve öğrenme ilkeleri (pekiştirme, koşullanma) üzerinden değişim sağlamayı hedefler. Başarı/başarısız kimlik ve içsel ihtiyaçların değerlendirilmesi bu yaklaşımda merkezi değildir.
- E) **Birey merkezli kuram:** Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik ile danışanın kendini keşfetmesine alan tanır. Danışanın davranışlarını sorumluluk ve kimlik kategorileriyle değerlendirme bu yaklaşımın doğasına uygun değildir.

Cevap: C

8. Parçada kişilik gelişiminin, bireyin yalnızca içsel süreçleriyle değil, başkalarıyla kurduğu ilişkiler ve sosyal çevreyle etkileşimleri üzerinden şekillendiği vurgulanmaktadır. Benliğin, bireyin diğer insanlarla kurduğu ilişkilerden beslenerek oluştuğu ve özellikle erken çocuklukta bakım verenle kurulan ilişkinin, hem kişiliğin yapısını hem de kaygının ortaya çıkış biçimini belirlediği ifade edilmektedir. Kaygıyı kişiler arası ilişkiler bağlamında ele alan ve kişiliği bu ilişkisel örüntüler üzerinden açıklayan bu yaklaşım, kişiler arası ilişkiler kuramına aittir. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Birey merkezli kuram:** Bireyin sağlıklı gelişimi, koşulsuz kabul, empati ve içtenlik ortamında gerçekleşir. Kişi, koşulsuz kendini kabul geliştirdiğinde ve organizmanın değerlendirme sürecine güvendiğinde kendini gerçekleştirir. Sorunlar, bireyin dışarıdan aldığı değer koşulları nedeniyle benliği ile yaşantıları arasında uyumsuzluk oluşmasıyla açıklanır.

- B) **Davranışçı kuram:** Davranışlar koşullanma, pekiştirme ve ceza yoluyla öğrenilir. Kişilikten çok öğrenilmiş davranış örüntüleri üzerinde durulur. Benlik ve kişiler arası ilişkiler bu yaklaşımda merkezi değildir.
- C) **Bilişsel kuram:** Bireyin yaşantıları, düşünce kalıpları, inanç sistemleri ve bilişsel çarpıtmalar üzerinden açıklanır. Duygu ve davranışlar, bu bilişsel süreçlerin bir sonucu olarak değerlendirilir.
- D) **Psikanalitik kuram:** Kişilik, id, ego ve süperegö yapıları arasındaki çatışmalarla açıklanır. Kaygı, bu çatışmaların bir ürünü olarak ortaya çıkar ve savunma mekanizmaları ile kontrol edilir.

Cevap: E

9. Parçada danışmanın, danışanın bugünkü davranışlarını erken çocukluk yaşantılarıyla ilişkilendirdiği, özellikle kardeşle kıyaslanma deneyimlerinin yarattığı yetersizlik (aşağılık) duygusuna vurgu yaptığı ve bu duygunun güncel davranışlarda bir telafi (üstünlük çabası) olarak ortaya çıktığını açıkladığı görülmektedir. Ayrıca danışmanın “yaşam biçimi” ifadesiyle, bireyin çocuklukta geliştirdiği temel yönelimin (hedefler, algılar, ilişki kurma tarzı) bugünkü ilişkilerini nasıl yapılandırdığını ele aldığı anlaşılmaktadır. Adler’in bireysel psikoloji kuramında danışma sürecinin önemli bir boyutu, bireyin erken anıları ve çocukluk yaşantıları üzerinden yaşam stilini anlamaktır. Bu yaşam stili, bireyin dünyayı nasıl algıladığını, kendini nasıl konumlandığını ve başkalarıyla ilişkilerinde nasıl davrandığını belirler. Aynı zamanda sağlıklı gelişimin ölçütü olan sosyal ilgi (başkalarıyla iş birliği yapabilme, toplumsal aidiyet) düzeyi de değerlendirilir. Parçada danışmanın, geçmiş yaşantıları bugünkü ilişkilerle bağlayarak yaşam stilini çözümlemeye çalışması, bu yaklaşımın bireysel psikoloji kuramına ait olduğunu göstermektedir. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Davranışçı terapi:** Davranışları öğrenme ilkeleri, pekiştirme ve çevresel uyaranlar ile açıklar. Bireyin geçmiş yaşantılarından hareketle yaşam stili oluşturma ya da aşağılık duygusunu telafi etme gibi kavramlar bu yaklaşımda yer almaz.

- B) **Bilişsel terapi:** Danışanın yaşantılarını **otomatik düşünceler, ara ve temel inançlar** üzerinden ele alır. Amaç, bu düşünceleri fark edip **daha işlevsel olanlarla değiştirmektir**; ancak **yaşam biçimi, üstünlük çabası ve sosyal ilgi** gibi kavramlar bu kurama ait değildir.
- C) **Varoluşçu terapi:** Bireyin anlam arayışı, **özgürlük, sorumluluk ve yaşamla yüzleşme biçimi** üzerinde durur. Geçmiş yaşantıların bugünkü davranışları **telafi ve yaşam stili** üzerinden açıklanması bu yaklaşımın merkezinde değildir.
- D) **Psikanalitik kuram:** Erken çocukluk yaşantılarına önem verir ve davranışları **bilinç dışı çatışmalar** ile açıklar. Ancak açıklama **dürtüler, çatışmalar ve savunma mekanizmaları** üzerinden yapılır; **yaşam stili, üstünlük çabası ve sosyal ilgi** kavramları bu kurama ait değildir.

Cevap: E

10. Parçada danışmanın, bireyin olumsuz davranışlarını **öğrenme süreçlerinin ürünü** olarak gördüğü ve bu davranışların yine öğrenme ilkeleriyle **değiştirilebileceğini** savunduğu belirtilmektedir. Ayrıca yalnızca **gözlenebilir davranışların esas alınması** ve değişim için **pekiştirme** ile **sönme** gibi tekniklerin kullanılması gerektiği vurgulanmaktadır. Bu özellikler, davranışı **uyaran-tepki bağları ve pekiştirme ilkeleri** üzerinden açıklayan, içsel süreçlerden çok **gözlenebilir davranışa odaklanan davranışçı yaklaşımın** temel varsayımlarını yansıtır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.
- A) **Psikanalitik yaklaşım:** Davranışları **bilinç dışı çatışmalar, erken çocukluk yaşantıları ve savunma mekanizmaları** ile açıklar. Değişim süreci **yorumlama ve içgörü kazandırma** yoluyla ilerler; **pekiştirme ve sönme** gibi öğrenme ilkeleri kullanılmaz.
- B) **Varoluşçu yaklaşım:** Bireyin **yaşamın anlamı, özgürlük, sorumluluk ve varoluşsal kaygıları** ile kurduğu ilişkiye odaklanır. Davranış değişimini **öğrenme ilkeleriyle sistematik olarak düzenleme** bu yaklaşımın temelinde yer almaz.

- C) **Birey merkezli yaklaşım:** **Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik** ile danışanın kendini gerçekleştirme desteklenir. Danışanın davranışlarını **tekniklerle doğrudan değiştirme** yerine, uygun ortam sağlandığında değişimin kendiliğinden ortaya çıkacağı kabul edilir.
- D) **Gestalt yaklaşımı:** Bireyin **farkındalığını artırmaya, şimdi ve burada yaşantısını bütün olarak deneyimlemesine** odaklanır. Davranış **pekiştirme ve sönme ilkeleriyle değiştirme** bu yaklaşımın yöntemi değildir.

Cevap: E

11. Parçada danışmanın, Mert'in yaşantısını **kendi seçimleri ve kararları** üzerinden ele alması, bireyin **yaşamının sorumluluğunu üstlenmesi gerektiğini vurgulaması** ve özellikle **özgürlük kavramını insan olmanın temel bir boyutu olarak ele alması**, yaklaşımın yönünü açık biçimde göstermektedir. "Her birey kendi yaşamının yazarıdır" ifadesi, bireyin yaşamını **seçimleriyle kurduğu**, bu nedenle de hem **özgürlüğün** hem de **sorumluluğun** kaçınılmaz olduğu anlayışına dayanır. Bu çerçevede amaç, bireyin **kendi varoluşuyla yüzleşmesi**, seçimlerinin farkına varması ve yaşamını **daha bilinçli ve otantik bir biçimde yönlendirmesidir**. Bu özellikler, **varoluşçu yaklaşımın** temel varsayımlarıyla örtüşmektedir. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

- A) **Bilişsel davranışçı yaklaşım:** Danışanın yaşadığı sorunları **otomatik düşünceler, ara ve temel inançlar** üzerinden ele alır. Müdahale, bu düşüncelerin **sorgulanması ve yeniden yapılandırılması** ile gerçekleştirilir; **özgürlük ve varoluşsal sorumluluk** temaları merkezde değildir.
- B) **Psikanalitik yaklaşım:** Davranışları **bilinç dışı süreçler, erken çocukluk yaşantıları ve içsel çatışmalar** üzerinden açıklar. Bireyin mevcut yaşamını **özgür seçimleriyle kurduğu** vurgusu bu kuramın temelinde yer almaz.
- C) **Gerçeklik terapisi:** Bireyin **seçimleri ve sorumluluğu** üzerinde durur ve davranışların **ihtiyaçları karşılayıp karşılamadığı** değerlendirilir. Ancak yaklaşım, **varoluşsal özgürlük, yaşamın anlamı ve insanın kendi varlığını oluşturmaya** gibi felsefi temaları merkezine almaz.

D) **Duygu odaklı terapi:** Danışanın duygularını fark etmesi, ifade etmesi ve dönüştürmesi üzerine odaklanır. Süreçte **duygusal yaşantının işlenmesi** esastır; **özgürlük ve varoluşsal sorumluluk** bu yaklaşımın temel kavramları değildir.

Cevap: E

12. Rüyalarda tekrar eden bir figürün, bireyin henüz farkına varmadığı yönlerini temsil edebileceği ve bu imgelerin **kolektif bilinç dışı** kaynaklı olabileceği yönündeki açıklama, doğrudan **Jung'un analitik psikoloji kuramına** işaret eder. Bu yaklaşıma göre rüyalar yalnızca bastırılmış içeriklerin değil, aynı zamanda insanlığın ortak mirası olan **arketiplerin** (örneğin "bilge yaşlı adam") sembolik yansımalarını içerir. Danışmanın, rüyadaki figürü bireyin içsel bütünlüğüne ulaşmasına yardımcı olacak bir mesaj taşıyıcısı olarak ele alması, Jung'un **bireyleşme süreci** anlayışıyla uyumludur. Bu süreçte amaç, kişinin bilinç ve bilinç dışı yönlerini bütünlükten daha dengeli bir benlik yapısına ulaşmasıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Freud'un psikanalitik kuramı:** Rüyaları, bireyin **bastırılmış dürtülerinin** ve **bilinç dışı isteklerinin** örtük biçimde ortaya çıkışı olarak yorumlar. Rüya analizi, **açık içerik-gizli içerik ayrımı** üzerinden yapılır ve daha çok **cinsel ve saldırgan dürtüler** merkezde yer alır; **kolektif bilinç dışı ve arketipler** bu kuramda bulunmaz.

B) **Adler'in bireysel psikoloji kuramı:** Rüyaları, bireyin **yaşam biçimi** ve **geleceğe yönelik amaçları** doğrultusunda ele alır. Rüyalar, kişinin **üstünlük çabası** ve **yaşam hedefleri** ile ilişkilidir; ancak **arketipsel imgeler** ve **kolektif bilinç dışı** kavramları bu kuramda yer almaz.

C) **Rogers'in birey merkezli yaklaşımı:** Bireyin **öznel yaşantısı**, **koşulsuz kabul** ve **kendini gerçekleştirme eğilimi** üzerinde durur. Rüyaların sembolik çözümlemesi ya da **bilinç dışı imgelerin yorumlanması** bu yaklaşımın temel müdahale alanı değildir.

D) **Ellis'in akılcı-duygusal davranışçı terapisi:** Duygusal sorunların temelinde **irrasyonel inançlar** bulunur ve bu inançlar **mantıksal tartışma** ile değiştirilir. Rüyaların sembolik anlamlarıyla çalışmak veya **bilinç dışı imgeleri çözümlemek** bu yaklaşımın yöntemi değildir.

Cevap: E

13. Seansın çerçevesine bakıldığında danışmanın **yansız ve nötr duruşu**, kendi duygu ve düşüncelerini paylaşmaması, danışana **serbest çağrışım benzeri bir alan açması** ve özellikle danışanın onu bir **aile büyüğüyle özdeşleştirmesini** (aktarımı) dikkatle analiz etmesi belirleyicidir. Bu süreçte danışman, danışanın farkında olmadığı **bilinç dışı dürtüleri**, **içsel çatışmaları** ve **savunma mekanizmalarını** yorumlayarak **içgörü kazandırmayı** hedeflemektedir. **Aktarımın çözümlemesi**, **yorumlama** ve **bilinç dışı süreçlerin açığa çıkarılması** psikanalitik yaklaşımın temel teknik ve varsayımlarıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Bilişsel - davranışçı yaklaşım:** Danışanın sorunlarını **otomatik düşünceler**, **ara ve temel inançlar** üzerinden ele alır. Süreçte **yapılandırılmış oturumlar**, **ev ödevleri** ve **bilişsel yeniden yapılandırma** ön plandadır; **aktarımı analiz etme** ve **bilinç dışı çatışmaları yorumlama** bu yaklaşımın temelinde yer almaz.

C) **Birey merkezli yaklaşım:** **Koşulsuz kabul**, **empati** ve **içtenlik** ile danışanın kendini keşfetmesine alan tanır. Danışman **şeffaflık (saydamlık)** ve gerektiğinde kendini açabilir; **nötr kalma**, **yorumlama** ve **aktarım çözümlemesi** bu yaklaşımın doğasına uygun değildir.

D) **Davranışçı yaklaşım:** Davranışları **öğrenme ilkeleri**, **pekiştirme** ve **koşullanma** süreçleriyle açıklar. Müdahale doğrudan **davranış değişikliği teknikleri** üzerine kuruludur; **bilinç dışı**, **savunma mekanizmaları** ve **aktarım** bu yaklaşımda yer almaz.

E) **Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım:** Problemlerden çok **çözümler**, **güçlü yönler** ve **istisnalar** üzerine odaklanır. Süreç **kısa ve hedef odaklıdır**; geçmiş yaşantıların derinlemesine analizi ve **bilinç dışı çözümleme** bu yaklaşımın merkezinde değildir.

Cevap: B

14. Erken çocuklukta ebeveynlerden gelen **komut (buyruk) niteliğindeki mesajlar** doğrultusunda bireyin bazı **yaşam kararları** alması, bu kararların yetişkinlikte **katı davranış kalıplarına** dönüşerek işlevselliği sınırlaması ve danışma sürecinde bu erken kararların **fark edilip yeniden karar verme** yoluyla değiştirilmesinin hedeflenmesi, doğrudan **transaksiyonel analiz yaklaşımının** temel varsayımlarını yansıtır. Bu kurama göre kişilik, **ebeveyn-yetişkin-çocuk ego durumları** üzerinden açıklanır. Özellikle çocuk ego durumu, erken yaşantılarda alınan kararları ve duygusal tepkileri taşır. Birey, ebeveynlerinden aldığı **yasaklayıcı veya yönlendirici mesajları (yaşam senaryosu komutları)** içselleştirir ve buna uygun bir **yaşam senaryosu** geliştirir. Psikolojik danışma sürecinin amacı, bireyin bu senaryoyu fark etmesi, eski ve işlevsiz kararları sorgulaması ve **daha özerk, bilinçli ve işlevsel yeni kararlar** alarak yaşamını yeniden yapılandırmasıdır. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Bilişsel - davranışçı yaklaşım:** Sorunları otomatik düşünceler, ara ve temel inançlar üzerinden açıklar. Müdahale süreci **bilişsel yeniden yapılandırma** ve davranış değişikliği tekniklerine dayanır; **yaşam senaryosu, erken kararlar** ve **ego durumları** bu yaklaşımda yer almaz.
- B) **Psikanalitik yaklaşım:** Davranışları **bilinç dışı çatışmalar, dürtüler** ve **erken çocukluk yaşantıları** ile açıklar. Ancak değişim, **yorumlama ve içgörü kazandırma** yoluyla gerçekleşir; bireyin **erken kararlarını yeniden yapılandırması** şeklinde bir hedef belirlenmez.
- C) **Gestalt yaklaşımı:** Bireyin **şimdi ve burada farkındalığını** artırmaya ve yaşantısal bütünlüğüne odaklanır. Geçmiş yaşantılar ele alınsa da amaç, onları yeniden kararlarla değiştirmekten çok **şu anki farkındalığı derinleştirmektir**.
- D) **Kişiler arası ilişkiler kuramı:** Kişiliği **kişiler arası ilişkiler** ve **sosyal etkileşimler** üzerinden açıklar. Kaygı ve benlik gelişimi ilişkisel bağlamda ele alınır; ancak **yaşam senaryosu, ego durumları** ve **yeniden karar verme** bu kurama özgü değildir.

Cevap: E

15. Modern bireyin artan **özgürlük** karşısında **yalnızlaşması**, bununla baş edemediğinde **otoriteye bağlanma** ya da **edilgenleşme** gibi yollar seçmesi; buna karşılık bazı bireylerin bu yalnızlıkla **yüzleşip kendi değerlerini üretmesi** ve **yaratıcı bir yaşam** kurabilmesi, doğrudan **Erich Fromm'un insancıl psikanalitik (insancıl psikodinamik) yaklaşımını** yansıtır. Fromm'a göre insan, özgürlük kazandıkça **yalnızlık ve yalıtılmışlık** duygusuyla karşı karşıya kalır. Bu durum bireyi **ya özgürlükten kaçış mekanizmalarına** (otoriteye sığınma, yıkıcılık, otomaton uyumu) yöneltir ya da daha sağlıklı bir yol olarak **üretken yönelim, sevgi, yaratıcılık** ve **özgün değerler geliştirme** ile sonuçlanır. Parçada hem **özgürlük-yalnızlık ikilemi** hem de **özgürlükten kaçış ve üretken çözüm yolları** birlikte verildiği için yaklaşım açık biçimde Fromm'a aittir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) **Adler'in bireysel psikoloji kuramı:** İnsan davranışını **aşağılık duygusu, üstünlük çabası** ve **yaşam stili** üzerinden açıklar. Toplumsallık önemlidir ancak **özgürlükten kaçış** ve **yalnızlık temelli varoluşsal gerilim** bu kuramın merkezinde değildir.
- B) **Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi kuramı:** İnsan davranışı **ihtiyaçların aşamalı yapısı** ile açıklanır. En üst düzeyde **kendini gerçekleştirme** yer alır; ancak **özgürlük-yalnızlık çatışması** ve buna verilen tepkiler bu kuramın özgün odağı değildir.
- D) **Skinner'in davranışçı kuramı:** Davranışları **pekiştirme, ceza** ve **çevresel kontrol** ilkeleleriyle açıklar. İnsan doğasına ilişkin **özgürlük, yalnızlık, değer oluşturma** gibi içsel ve varoluşsal temalar bu yaklaşımda ele alınmaz.
- E) **Freud'un psikanalitik kuramı:** Davranışları **bilinç dışı dürtüler, id-ego-süperego çatışması** ve **erken çocukluk yaşantıları** ile açıklar. **Özgürlükten kaçış, toplumsal yalnızlık** ve **üretken yönelim** gibi kavramlar bu kuramın temelinde yer almaz.

Cevap: C

1. Seanstaki müdahalede danışmanın odağı, danışanın yaşadığı “boşluk” ve “anlamsızlık” duygularını yalnızca tanımlamak değil; bu duyguların **bedensel yaşantısını fark ettirmek**, onları bastırmadan **deneyimlemesine alan açmak** ve özellikle bu duyguların altında yatan **karşılammış ihtiyaçlara ulaşmasını sağlamaktır**. Bu yaklaşımda danışman, danışanın duygularına ulaşmasına ve onları daha üretken kullanmasına yardımcı olan bir **duygu koçu** gibi hareket eder. Duygu odaklı terapiye göre duygular **birincil işlevsel, birincil işlevsel olmayan, ikincil (tali) ve taklit (mış gibi) duygular** olarak ele alınır. Danışanın ifade ettiği “boşluk” ve “anlamsızlık” çoğu zaman yüzeyle görülen **ikincil duygulardır** ve altında daha derin, çoğu zaman **karşılammış ihtiyaçlara işaret eden birincil duygular** bulunur. Danışmanın “Bu duygu sana neyin eksik olduğunu fısıldıyor?” sorusu, danışanı bu yüzeyle duygudan daha derine indirerek **birincil duygulara ulaşmasını ve bu duygular üzerinden ihtiyaçlarını fark etmesini** hedefler. Süreçte amaç yalnızca farkındalık değil, aynı zamanda **işlevsel olmayan duyguların daha uyumlu, işlevsel duygulara dönüştürülmesidir**. Doğru cevap B seçeneğidir.

A) **Bireysel (Adler) yaklaşım:** Davranışlar **aşagılık duygusu, üstünlük çabası ve yaşam stili** üzerinden açıklanır. Duyguların **katmanlarını çözümleyerek birincil duygulara ulaşma ve dönüştürme** bu kuramın temel odağı değildir.

C) **Psikanalitik yaklaşım:** Davranış ve duygular **bilinç dışı çatışmalar, dürtüler ve erken yaşantılar** ile açıklanır. Müdahale daha çok **yorumlama ve içgörü kazandırma** üzerinedir; **duygunun anlık yaşantısını derinleştirip dönüştürme** bu yaklaşımın temel tekniği değildir.

D) **Gestalt yaklaşımı:** Danışanın “**şimdi ve burada**” yaşantısı ve **farkındalığı** üzerinde durulur. Ancak burada olduğu gibi **duygunun altında yatan ihtiyacı keşfetme ve duygusal dönüşüm sağlama** vurgusu gestalt yaklaşımında bu kadar belirgin değildir.

E) **Varoluşçu yaklaşım:** Anlam, özgürlük ve sorumluluk temaları ön plandadır. Duyguların **birincil-ikincil ayrımı ve ihtiyaç temelli dönüştürülmesi** bu yaklaşımın temelinde yer almaz.

Cevap: B

2. Danışanın erken çocuklukta ebeveynlerinden aldığı “**başarılı olmalısın**”, “**hata yapmamalısın**” gibi **komut (buyruk) niteliğindeki mesajları içselleştirmesi**, bu mesajların yetişkinlikte **kaygı ve mükemmeliyetçilik** şeklinde sürmesi ve danışma sürecinde bu erken mesajların fark edilerek **yerine yeni kararlar alınmasının hedeflenmesi**, doğrudan **transaksyonel analiz yaklaşımının** temel varsayımlarını yansıtır. Bu kurama göre birey, çocuklukta ebeveynlerinden aldığı bu tür mesajları içselleştirerek bir **yaşam senaryosu** geliştirir. Bu senaryoda yer alan **yasaklayıcı ve zorlayıcı komutlar**, bireyin davranışlarını otomatik biçimde yönlendirir. Kişilik yapısı **ebeveyn, yetişkin ve çocuk ego durumları** üzerinden açıklanır ve özellikle **çocuk ego durumu**, bu erken kararları taşır. Terapinin amacı, bireyin bu eski ve işlevsiz kararları fark etmesi, onları sorgulaması ve daha **özerk, bilinçli ve işlevsel yeni kararlar** alarak yaşamını yeniden yapılandırmasıdır. Doğru cevap D seçeneğidir.

A) **Bilişsel - davranışçı terapi:** Danışanın yaşantıları **otomatik düşünceler, ara ve temel inançlar** üzerinden açıklanır. Müdahale süreci **bilişsel yeniden yapılandırma** ve davranış değişikliği tekniklerine dayanır; **yaşam senaryosu, komutlar ve yeniden karar verme** bu yaklaşımın özgün kavramları değildir.

B) **Adleryen terapi:** Bireyin davranışları **aşagılık duygusu, üstünlük çabası ve yaşam stili** üzerinden açıklanır. Erken çocukluk yaşantılarına önem verilse de **komutlar, ego durumları ve yaşam senaryosu** kavramları bu kurama ait değildir.

C) **Varoluşçu terapi:** Özgürlük, sorumluluk, anlam arayışı ve **varoluşsal kaygı** üzerine odaklanır. Erken çocuklukta alınan **komutların yapılandırılması ve yeniden karar verme** bu yaklaşımın temelinde yer almaz.

E) **Gestalt terapisi:** Danışanın “**şimdi ve burada**” yaşantısı ve **farkındalığı** ön plandadır. Geçmiş yaşantılar ele alınsa da amaç, **erken kararları yeniden yapılandırmak** değil, bu yaşantıların farkına varmaktır.

Cevap: D

3. Danışmanın müdahalesi, danışanın yaşadığı “**anlamsızlık**” duygusunu yalnızca bir belirti olarak ele almak yerine, bununla **yüzleşmeyi**, bu süreçte bireyin **özgürlüğünü ve seçimlerinin sorumluluğunu kabul etmesini** vurgulamaktadır. Ayrıca yaşam ve ölümle ilgili farkındalık, bireyin **varoluşsal kaygılarıyla karşılaşması** ve bu kaygıları anlamlandırması üzerinden ele alınmaktadır. Bu yaklaşımda amaç, bireyin kendi yaşamına **anlam vermesi**, seçimlerinin farkına varması ve daha **otantik bir yaşam** sürmesidir. Bu temel varsayımlar, **varoluşçu yaklaşımın** insan doğasına ve psikolojik danışma sürecine bakışıyla örtüşmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Psikanalitik yaklaşım:** Davranışları **bilinç dışı çatışmalar, dürtüler** ve **erken çocukluk yaşantıları** üzerinden açıklar. **Anlam, özgürlük ve varoluşsal yüzleşme** bu kuramın temel odağında değildir.

B) **Bilişsel - davranışçı yaklaşım:** Danışanın yaşantıları **otomatik düşünceler, ara ve temel inançlar** üzerinden ele alınır. Müdahale **düşüncelerin yeniden yapılandırılması** üzerine kuruludur; **yaşamın anlamı ve varoluşsal sorumluluk** bu yaklaşımın merkezinde değildir.

C) **Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım:** Problemlerden çok **çözümler, güçlü yönler** ve **gelecek odaklı hedefler** üzerinde durur. **Varoluşsal kaygılar ve anlam arayışı** bu yaklaşımın temelinde yer almaz.

E) **Gerçeklik terapisi:** Bireyin **davranışları, seçimleri ve sorumluluk alması** üzerinde durur. Ancak yaklaşım daha çok **ihtiyaçların karşılanması ve davranışın işlevselliği** ile ilgilidir; **yaşam-ölüm farkındalığı ve varoluşsal anlam** bu kuramın merkezinde değildir.

Cevap: D

4. Danışmanın yönelttiği soru, danışanın gelecekle ilgili belirsizlik ve kaygısına odaklanmak yerine dikkati **şu ana ve bireyin kendi seçimlerine** çekmektedir. “Geleceği kontrol edemezsin” ifadesiyle kontrol edilemeyen alanlar dışarıda bırakılırken, “bugün hangi adımları atmayı seçebilirsin?” sorusuyla bireyin **eylemde bulunan, karar veren ve davranışlarını seçen bir özne olduğu** vurgulanmaktadır. Bu noktada temel varsayım, bireyin **davranışlarının sorumlusudur** ve yaşamını yaptığı seçimler doğrultusunda şekillendirdiğidir. Bu yaklaşım, **William Glasser’in seçim kuramına dayanan gerçeklik terapisinin** merkezinde yer alır. Gerçeklik terapisinde odak, geçmişten çok **şimdiki davranışlar** üzerinedir. Danışana sürekli olarak “Ne istiyorsun?”, “Ne yapıyorsun?”, “Bu yaptığın işe yarıyor mu?” ve “Ne yapacaksın?” soruları yöneltir. Bu mantık, **istek-davranış-değerlendirme-planlama** sürecini içeren yapı ile ilerler. Danışmanın sorusu da tam olarak danışanı **hedef belirlemeye**, bu hedefe ulaşmak için **somut adımlar planlamaya ve sorumluluk almaya** yöneltmektedir. Aynı zamanda bireyin içsel ihtiyaçlarını karşılamak için daha **işlevsel seçimler yapması** amaçlanır. Bu nedenle verilen müdahale, teknikten çok **sorumluluk kazandırma, seçim farkındalığı oluşturma ve eyleme yönlendirme** üzerine kuruludur. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Birey merkezli yaklaşım:** Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik ile danışanın kendini keşfetmesine alan tanır. Danışman yönlendirme yapmaz; danışanı doğrudan **eylem planı oluşturmaya yönlendiren** sorular bu yaklaşımda temel değildir.

B) **Bilişsel yaklaşım:** Danışanın yaşantıları **otomatik düşünceler, ara ve temel inançlar** üzerinden ele alınır. Amaç bu düşünceleri fark edip **daha işlevsel düşüncelerle değiştirmektir**; burada olduğu gibi doğrudan **davranış seçimi ve planlama** ön planda değildir.

C) **Kişiler arası yaklaşım:** Sorunlar bireyin **ilişki örüntüleri, rolleri ve iletişim biçimleri** üzerinden açıklanır. Odak daha çok kişiler arası etkileşimlerdir; **bireysel seçim ve sorumluluk temelli yönlendirme** bu yaklaşımın merkezinde yer almaz.

D) Davranışçı yaklaşım: Davranışlar **pekiştirme, ceza ve koşullanma** ilkeleriyle açıklanır. Değişim, çevresel düzenlemelerle sağlanır; bireyin **seçim yapan ve sorumluluk alan bir özne olarak ele alınması** bu yaklaşımda belirgin değildir.

Cevap: E

5. Danışmanın müdahalesi, danışanın yaşadığı duyguları yalnızca ifade etmesini sağlamakla sınırlı değildir; bu duyguların **bedensel yaşantısına odaklanılması**, duyguların altında yatan **temel ihtiyaçların keşfedilmesi** ve bu duyguların **anlamlandırılarak dönüştürülmesi** süreci merkezdedir. Bu yaklaşımda duygular, bireyin ihtiyaçlarına dair **yol gösterici içsel sinyaller** olarak kabul edilir. Danışmanın danışana yargısız yaklaşması, onun duygularını derinlemesine keşfetmesine rehberlik etmesi ve özellikle yüzeydeki duygulardan daha derindeki **birincil duygulara ulaşmayı hedeflemesi**, duyu odaklı terapinin temel özelliklerindendir. Ayrıca bu yaklaşımda amaç yalnızca farkındalık değil, **işlevsel olmayan duyguların daha uyumlu duygulara dönüştürülmesidir**. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Akılcı duygusal davranış terapisi: Bu yaklaşımda temel vurgu, bireyin yaşadığı duygusal sorunların kaynağı olan **irrasyonel inançlar** üzerinedir. Süreç **A-B-C modeli** (olay-inanç-duygu/davranış) üzerinden ilerler ve danışman oldukça **aktif, yönlendirici ve tartışmacıdır**. Amaç, danışanın “-meli/-malı” şeklindeki katı inançlarını **mantıksal, ampirik ve işlevsel açıdan sorgulamak ve yerine daha rasyonel inançlar yerleştirmek**dir. Duygular, doğrudan çalışılan bir alan değil; daha çok bilişlerin sonucu olarak ele alınır. Bu nedenle **duygunun bedensel yaşantısını keşfetme ve derinlemesine işleme** bu yaklaşımın merkezinde yer almaz.

C) Kişiler arası ilişkiler terapisi: Bu yaklaşımda psikolojik sorunların kaynağı, bireyin **kişiler arası ilişkileri ve bu ilişkilerdeki örüntüleridir**. Özellikle **yakın ilişkilerde yaşanan kayıplar, rol geçişleri, kişiler arası çatışmalar ve sosyal izolasyon** üzerinde durulur. Sullivan’ın yaklaşımına dayanan bu kuramda benlik, bireyin başkalarıyla kurduğu ilişkiler içinde

şekillenir ve kaygı da bu ilişkisel bağlamda ortaya çıkar. Terapide amaç, bireyin **ilişki kurma biçimlerini fark etmesi ve daha işlevsel kişiler arası beceriler geliştirmesidir**. Ancak burada olduğu gibi **duyguların içsel yapısını katman katman çözümlenerek birincil duygulara ulaşma ve duygusal dönüşüm sağlama** bu yaklaşımın temel odağı değildir.

D) Çözüm odaklı kısa süreli terapi: Bu yaklaşımda odak, problemin kökeni ya da duyguların derinliği değil; danışanın **çözüm üretme kapasitesi ve güçlü yönleridir**. Terapi süreci **gelecek odaklıdır** ve danışana “ne işe yarıyor?” sorusu üzerinden ilerler. **Mucize sorusu, istisnalar, ölçek soruları** gibi tekniklerle danışanın hali hazırda sahip olduğu kaynaklar görünür kılınır. Terapi **kısa süreli ve yapılandırılmıştır**. Bu nedenle **duyguların bedensel yaşantısına inme ve ihtiyaç temelli duygusal çözümleme** bu yaklaşımın temelinde yer almaz.

E) Birey merkezli terapi: Bu yaklaşımda temel iyileştirici unsur, danışana sunulan **koşulsuz kabul, empati ve içtenliktir**. Danışanın **kendini gerçekleştirme eğilimine** güvenilir ve terapist yönlendirme yapmadan danışanın içsel sürecine eşlik eder. Danışanın duyguları kabul edilir ve yansıtılır; ancak terapist, danışanı aktif biçimde **duygunun alt katmanlarına indirerek yapılandırılmış bir keşif ve dönüşüm süreci yürütmez**. Bu nedenle burada görülen **duygunun altında yatan ihtiyaçları sistematik biçimde keşfetme ve dönüştürme** vurgusu bu yaklaşımdan ayrılır.

Cevap: A

6. Danışmanın müdahalesi, danışanın yaşadığı sıkıntıları yalnızca bireysel düzeyde ele almakla sınırlı kalmayıp, bunları **toplumsal cinsiyet rolleri, güç eşitsizlikleri** ve sosyokültürel yapı ile ilişkilendirmektedir. “İtaatkar, sessiz, fedakar” gibi beklentilerin bireysel bir eksiklikten değil, içinde bulunulan sistemden kaynaklanabileceğini vurgulaması, feminist terapinin temel anlayışını yansıtır. Ayrıca danışmanın, danışanı kendi güçlü yönlerini fark etmeye yönlendirmesi, karar alma süreçlerinde aktif hale getirmesi ve **güçlendirme** odaklı çalışması bu yaklaşımın ayırt edici özelliğidir. Bu

kuramda sorun yalnızca bireyde aranmaz; **toplumsal yapı, kültürel normlar ve güç ilişkileri** de sürecin merkezinde yer alır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Bilişsel davranışçı terapi: Sorunun kaynağı **otomatik düşünceler, ara ve temel inançlar** ile açıklanır. Müdahale, bu düşüncelerin **sorgulanması ve yeniden yapılandırılmasıdır. Toplumsal cinsiyet rolleri ve güç ilişkileri üzerinden analiz** bu yaklaşımın merkezinde değildir.

C) Çözüm odaklı kısa süreli terapi: Odak, problemin nedeninden çok **çözüm, güçlü yönler ve gelecek hedefleri** üzerinedir. **İstisnalar ve gelecek tasarımı** ön plandadır. **Toplumsal bağlam ve güç eşitsizlikleri** bu yaklaşımda temel odak değildir.

D) Varoluşçu terapi: **Özgürlük, sorumluluk, anlam arayışı ve varoluşsal kaygı** üzerine yoğunlaşır. Bireyin kendi seçimleriyle yüzleşmesi önemlidir; ancak **toplumsal cinsiyet ve güç ilişkileri üzerinden çözümleme** bu yaklaşımın ayırt edici yönü değildir.

E) Adlerci terapi: Davranışlar **aşağılık duygusu, üstünlük çabası, yaşam stili ve sosyal ilgi** kavramlarıyla açıklanır. Toplumsal etkiler dikkate alınsa da **güç eşitsizlikleri ve cinsiyet rolleri üzerinden bilinçlendirme** bu yaklaşımın temel odağı değildir.

Cevap: A

7. Danışanın "Müdürüm bana soğuk davranıyor, bu kesin beni işten çıkaracağı anlamına geliyor." ifadesi, olaydan doğrudan bir sonuca ulaşan **keyfi çıkarım ve felaketleştirme** içeren bir bilişsel çarpıtmadır. Psikolojik danışmanın "Hangi kanıtlara sahipsin?" ve "Başka bir açıklaması olabilir mi?" soruları ise danışanın bu otomatik düşüncesini **kanıtlarla test etmeye**, alternatif yorumlar üretmeye ve daha gerçekçi bir bakış açısı geliştirmeye yöneliktir. Bu tür müdahale, **Sokratik sorgulama ve yönlendirilmiş keşif** yoluyla bilişsel çarpıtmaların fark edilip yeniden yapılandırılmasını amaçlayan bilişsel yaklaşımın temel tekniklerindendir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Psikodinamik yaklaşım: Davranışlar **bilinç dışı süreçler, erken çocukluk yaşantıları ve içsel çatışmalar** üzerinden açıklanır. Müdahale daha çok **yorumlama, aktarım ve içgörü kazandırma** üzerinedir; **otomatik düşünceleri kanıtlarla sorgulama** bu yaklaşımın temel tekniği değildir.

B) Gestalt yaklaşımı: Danışanın "**şimdi ve burada**" yaşantısı, farkındalığı ve **tamamlanmamış yaşantıları** üzerinde durulur. Müdahale daha çok **deneyimsel teknikler** ve farkındalık artırma üzerinedir; **düşüncelerin mantıksal olarak test edilmesi** bu yaklaşımın merkezinde değildir.

C) Feminist terapi: Sorunlar **toplumsal cinsiyet rolleri, güç ilişkileri ve sosyokültürel bağlam** içinde ele alınır. Amaç **bilinçlendirme ve güçlendirmedir**; burada olduğu gibi **bireysel düşünceleri kanıtlarla sorgulama** temel odak değildir.

E) Varoluşçu terapi: **Anlam, özgürlük, sorumluluk ve varoluşsal kaygılar** üzerinde durulur. Danışanı kendi yaşam seçimleriyle yüzleştirmeyi amaçlar; **bilişsel çarpıtmaların sistematik sorgulanması** bu yaklaşımın temel yöntemi değildir.

Cevap: D

8. Parçada vurgulanan süreçte danışanın **kendini keşfetmesi**, yaşantılarını **çarpıtmadan kabul etmesi** ve **kendilik algısını yeniden düzenlemesi** merkezde yer almaktadır. Bu değişimin gerçekleşebilmesi için danışmanın **empati, koşulsuz kabul ve saygı (içtenlik)** göstermesi gerektiği özellikle belirtilmiştir. Bu üç temel koşul, Carl Rogers'ın ortaya koyduğu birey merkezli psikolojik danışma yaklaşımının ayırt edici çekirdeğini oluşturur. Bu yaklaşıma göre birey doğuştan **kendini gerçekleştirme eğilimine** sahiptir ve uygun terapötik ortam sağlandığında kişi kendi içsel kaynaklarını harekete geçirerek gelişim gösterir. Ayrıca bireyin yaşantılarını **çarpıtmadan kabul etmesi**, yani dış değerlendirmelerden çok **organizmanın kendi değerlendirme sürecine yönelmesi**, bu kuramın temel kavramlarından biridir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Varoluşçu yaklaşım:** Anlam arayışı, özgürlük, sorumluluk ve varoluşsal kaygılar üzerinde durur. Terapide bireyin yaşamına anlam vermesi hedeflenir; ancak **koşulsuz kabul ve empatiyi temel iyileştirici koşullar olarak merkeze almak** bu yaklaşımın ayırt edici yönü değildir.
- C) **Davranışçı yaklaşım:** Davranışlar öğrenme ilkeleri, pekiştirme ve koşullanma ile açıklanır. Odak **gözlenebilir davranışların değiştirilmesidir**. Bireyin içsel yaşantısını keşfetmesi ve **kendilik algısını yeniden düzenlemesi** bu yaklaşımın temelinde yer almaz.
- D) **Bilişsel davranışçı yaklaşım:** Sorunlar **otomatik düşünceler, inançlar ve bilişsel çarpıtmalar** üzerinden ele alınır. Müdahale **bilişsel yeniden yapılandırma**dır. Burada olduğu gibi **empati, koşulsuz kabul ve saygınlık** üzerinden **değişim sağlama** bu yaklaşımın temel mekanizması değildir.
- E) **Bireysel psikoloji yaklaşımı:** Davranışlar **asağılık duygusu, üstünlük çabası, yaşam stili ve sosyal ilgi** kavramlarıyla açıklanır. Erken çocukluk yaşantıları önemlidir; ancak **koşulsuz kabul ve empatik ilişkiyi temel değişim aracı olarak görme** bu yaklaşımın merkezinde değildir.

Cevap: A

9. Parçada tanımlanan yaklaşım **kişiler arası ilişkiler kuramıdır**. Bu kurama göre kişilik, bireyin iç dünyasından çok **başkalarıyla kurduğu ilişkiler içinde şekillenir**. Özellikle erken çocukluk döneminde **anne-bebek etkileşimi**, benliğin gelişiminde belirleyici rol oynar. **Harry Stack Sullivan** tarafından geliştirilen bu kuramda kaygı, bireyin ilişkilerinde yaşadığı **güvensizlik ve kişiler arası gerilimlerden** kaynaklanır. Birey erken dönem ilişkilerinde geliştirdiği **benlik algısını ve ilişki örüntülerini** yaşamı boyunca sürdürür. Bu nedenle danışmanın kaygının nedenini sosyal ilişkiler ve erken iletişim deneyimleri üzerinden açıklaması bu kuramın doğrudan yansımasıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Psikanalitik kuram:** Davranışlar **bilinç dışı dürtüler, içsel çatışmalar** ve bastırılmış yaşantılarla açıklanır. Odak **içsel süreçlerdir**, kişiler arası ilişkiler temel belirleyici değildir.
- C) **Bilişsel kuram:** Kaygı **otomatik düşünceler, temel inançlar ve bilişsel çarpıtmalar** üzerinden açıklanır. Sorunun kaynağı ilişkiler değil **düşünce süreçleridir**.
- D) **Bireysel psikoloji kuramı:** Kişilik **asağılık duygusu, üstünlük çabası, yaşam stili ve sosyal ilgi** ile açıklanır. Sosyal boyut vardır ancak kişilik doğrudan **kişiler arası etkileşimler** üzerinden tanımlanmaz.
- E) **Analitik kuram:** Kişilik **kolektif bilinç dışı, arketipler, persona, gölge** gibi yapılarla açıklanır. Erken kişiler arası ilişkiler bu kuramda belirleyici değildir.

Cevap: A

10. Parçada anlatılan yaklaşım **psikanalitik yaklaşımdır**. Bu kuramda danışanın seanslara geç gelmesi, gelmemesi ya da dalgın görünmesi gibi davranışlar basit bir uyumsuzluk değil, **direnç** olarak değerlendirilir. Direnç, danışanın bilinç dışı çatışmalarından kaçınma biçimidir. Danışmanın bu davranışları doğrudan düzeltmeye çalışmaması, bunun yerine bu tepkilerin **geçmiş yaşantılarla bağlantısını anlamaya çalışması** psikanalitik yaklaşımın temelidir. Ayrıca danışmanın **yansız, nötr ve duygusal olarak mesafeli durması**, süreci sabırla ilerletmesi ve **yorumlama yoluyla içgörü kazandırmayı hedeflemesi** bu kuramın ayırt edici özelliklerindendir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Varoluşçu yaklaşım:** Odak **özgürlük, sorumluluk ve anlam arayışıdır**. Davranışlar bilinç dışı çatışmalarla değil, bireyin **yaşamla kurduğu ilişki ve seçimleri** üzerinden ele alınır. Direnç kavramı merkezi değildir.
- C) **Bilişsel - davranışçı yaklaşım:** Sorunlar **otomatik düşünceler ve öğrenilmiş davranışlar** üzerinden açıklanır. Terapist **aktif ve yapılandırılmıştır**. Seansa geç gelme gibi davranışlar doğrudan ele alınır; **bilinç dışı yorumlama** yapılmaz.

- D) **Gestalt yaklaşımı:** Danışanın yaşantısı **şimdi ve burada** ele alınır. Seanstaki davranışlar fark ettirilir ve o anki deneyimle ilişkilendirilir. **Geçmişe dayalı bilinç dışı çözümleme** temel değildir.
- E) **Kısa süreli çözüm odaklı yaklaşım:** Odak **çözüm, güçlü yönler ve gelecek** üzerinedir. Davranışların nedeni yerine **nasıl değiştirileceği** önemlidir. Direnç ve bilinç dışı süreçler bu yaklaşımda yer almaz.

Cevap: A

11. Danışanın küçük hatalarını abartması ve "herkes beni yetersiz buluyor" şeklinde genelleyici sonuçlara ulaşması, **irrasyonel düşünceler** ve **bilişsel çarpıtmalar** içerdiğini gösterir. Psikolojik danışmanın bu düşünceleri **belirlemesi, sınıflaması** ve danışana **daha gerçekçi ve mantıklı düşünme biçimlerini öğretmesi**, sürecin doğrudan düşünce düzeyinde ele alındığını ortaya koyar. Bu yaklaşımda bireyin duygusal sıkıntılarının kaynağı, olayların kendisi değil; bu olaylara yüklediği **mantık dışı inançlar ve katı düşünce kalıplarıdır**. Danışmanın aktif, öğretici ve yönlendirici bir rol üstlenerek bu düşünceleri değiştirmeye çalışması, akılcı duygusal davranışçı terapisinin temel özellikleriyle örtüşmektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Gestalt yaklaşımı:** Danışanın yaşantısı **şimdi ve burada** ele alınır ve farkındalık artırılır. Ancak düşünceleri **mantıksal olarak analiz edip yeniden öğretme** bu yaklaşımın temel yöntemi değildir.
- C) **Davranışçı yaklaşım:** Odak **gözlenebilir davranışlar** ve öğrenme süreçleridir. Davranış değişikliği **pekiştirme ve koşullanma** ile sağlanır; düşüncelerin içeriği doğrudan ele alınmaz.
- D) **Birey merkezli yaklaşım:** **Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik** temel ilkeleridir. Danışman yönlendirme yapmaz; danışana doğrudan **doğru düşünmeyi öğretme** bu yaklaşımda yer almaz.

- E) **Gerçeklik terapisi:** Bireyin **seçimleri, sorumluluğu ve şu anki davranışları** ön plandadır. Danışanın ne yaptığı ve ne yapacağı sorgulanır; **irrasyonel düşünceleri sistematik biçimde değiştirme** bu yaklaşımın odağında değildir.

Cevap: A

12. Danışmanın müdahalesi, Elvan Hanım'ın yaşadığı sıkıntıyı yalnızca bireysel bir sorun olarak ele almak yerine, bunu **toplumsal cinsiyet rolleri, ataerkil yapı ve güç ilişkileri** bağlamında değerlendirmesiyle dikkat çeker. "Kadının önceliği ev ve çocuk olmalıdır" şeklindeki beklentilerin, bireyin içsel yetersizliğinden değil, içinde bulunduğu **sos-yokültürel sistemden kaynaklandığını** vurgulaması, bu yaklaşımın temel bakış açısını ortaya koyar. Bu noktada danışman, danışanın yaşadığı değersizlik duygusunu bireysel patoloji olarak etiketlemez; aksine bu duygunun, kadınlara yüklenen **toplumsal rollerin içselleştirilmesinin bir sonucu** olduğunu anlamasına yardımcı olur. Bununla birlikte danışmanın süreci yalnızca farkındalık düzeyinde bırakmadığı, Elvan Hanım'ın **öz farkındalığını artırmaya**, kendi isteklerini ifade etmesine ve **karar alma süreçlerinde aktif rol üstlenmesine** destek olduğu görülmektedir. Bu yönüyle süreç, danışanı pasif bir konumdan çıkarıp **kendi yaşamının öznesi haline getirmeyi**, yani **güçlenmesini sağlamayı** hedefler. Feminist terapi yaklaşımında danışman-danışan ilişkisi daha **eşitlikçi** bir yapıdadır ve danışmanın rolü yalnızca anlamak değil, aynı zamanda danışanın **toplumsal baskıları fark etmesine ve bunlara karşı durabilmesine** yardımcı olmaktır. Bu yaklaşımda temel ilke, bireysel sorunların çoğu zaman **toplumsal bağlamdan bağımsız düşünülemediği** anlayışıdır. Tüm bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde, danışmanın kullandığı yaklaşımın feminist terapi olduğu açıkça görülmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Gestalt terapisi:** Danışanın yaşantısı **şimdi ve burada** ele alınır ve farkındalık artırılır. Bedensel duyular ve deneyimsel çalışmalar ön plandadır. Ancak **toplumsal cinsiyet ve güç ilişkileri** bu yaklaşımın merkezinde değildir.

- C) **Varoluşçu terapi:** Özgürlük, sorumluluk ve anlam arayışı vurgulanır. Bireyin seçimleri önemlidir; fakat sorunları **toplumsal eşitsizlikler** üzerinden açıklamak bu yaklaşımın ayırt edici yönü değildir.
- D) **Psikanalitik terapi:** Davranışlar bilinç dışı çatışmalar ve erken çocukluk yaşantıları ile açıklanır. Toplumsal yapıdan çok içsel süreçler ön plandadır.
- E) **Davranışçı terapi:** Davranışlar öğrenme ilkeleri ile açıklanır. Müdahale gözlenebilir davranışların değiştirilmesine yöneliktir; toplumsal bağlam analizi yer almaz.

Cevap: B

13. Besim'in sosyal ortamlarda yaşadığı güçlüğün temelinde, "Herkes benimle dalga geçecek", "Ne söylesem yanlış anlaşılırım" gibi **olumsuz otomatik düşünceler** ve **felaketleştirme, zihin okuma, aşırı genelleme** gibi bilişsel çarpıtmalar yer almaktadır. Bu düşünceler, Besim'in duygusal olarak kaygı yaşamasına ve davranışsal olarak **kaçınma** (konuşmama, etkinliklere katılmama) göstermesine neden olmaktadır. Psikolojik danışmanın amacı, bu düşünceleri **fark ettirmek, gerçeklik açısından test etmek** ve yerine daha işlevsel, gerçekçi düşünceler geliştirmesini sağlamaktır. Bu süreçte danışman, **Sokratik sorgulama, bilişsel yeniden yapılandırma** ve gerekirse **davranışsal denemeler** gibi tekniklerle hem düşünceyi hem davranışı birlikte ele alır. Bu özellikler, bilişsel davranışçı terapinin temel müdahale biçimleriyle örtüşmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Gestalt terapi:** Odak **şimdi ve burada yaşantısı** ve farkındalıktır. Danışanın deneyimi derinleştirilir ancak düşüncelerin sistematik biçimde **yeniden yapılandırılması** bu yaklaşımın temel amacı değildir.
- B) **Gerçeklik terapisi:** Bireyin seçimleri, sorumluluğu ve **şu anki davranışları** ön plandadır. "Ne yapıyorsun, ne yapacaksın?" sorularıyla ilerlenir; **bilişsel çarpıtmaları** değiştirme bu yaklaşımın merkezinde değildir.

- D) **Kişiler arası terapi:** Sorunlar **ilişki örüntüleri, rol çatışmaları ve iletişim süreçleri** üzerinden ele alınır. Ancak burada olduğu gibi doğrudan **olumsuz düşünceleri** değiştirmeye odaklanmaz.
- E) **Çözüm odaklı terapi:** Odak **problemden çok çözüm, güçlü yönler ve gelecek hedefleri**dir. Danışanın işe yarayan yönleri öne çıkarılır; ancak **düşünce içeriklerini analiz edip değiştirme** bu yaklaşımın temel yöntemi değildir.

Cevap: C

14. Derste vurgulanan ilkeler, danışma sürecinde problemin nedeninden çok **çözüme yönelme**, danışanın **güçlü yanlarına ve kaynaklarına odaklanma**, küçük değişimlerin daha büyük değişimleri tetikleyebileceği anlayışı ve danışanın **kendi yaşamına dair kararları kendisinin vermesi** üzerine kuruludur. Ayrıca değişimin **sürekli olduğu** ve tek bir doğru çözümün bulunmadığı vurgusu, bu yaklaşımın esnek ve danışan merkezli çözüm üretme anlayışını yansıtır. Bu bakış açısında danışman, danışanın neyin işe yaradığını fark etmesine yardımcı olur; **istisnalar, küçük adımlar ve uygulanabilir planlar** üzerinden ilerlenir. Bu özellikler, çözüm odaklı kısa süreli terapinin temel varsayımlarıyla örtüşmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Psikanalitik kuram:** Davranışlar **bilinç dışı süreçler, erken çocukluk yaşantıları** ve içsel çatışmalar üzerinden açıklanır. Odak geçmiş ve içgörüdür; **çözüm ve güçlü yönlerle odaklanma** bu kuramın temel özelliği değildir.
- B) **Analitik psikoloji kuramı:** Kişilik kolektif bilinç dışı, arketipler ve bireyleşme süreci ile açıklanır. Daha çok **sembolik ve derin psikolojik süreçler** üzerinde durur; pratik çözüm üretme odağı yoktur.
- C) **Bireysel psikoloji kuramı:** Davranışlar **aşagılık duygusu, üstünlük çabası, yaşam stili ve sosyal ilgi** kavramlarıyla açıklanır. Amaç yaşam stilini anlamaktır; **kısa sürede çözüm üretme ve küçük değişimlere odaklanma** bu yaklaşımın merkezinde değildir.

D) **Birey merkezli kuram:** Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik temel ilkeleridir. Danışanın kendini keşfetmesi desteklenir; ancak **çözüm üretmeye, plan geliştirmeye ve küçük değişimlere odaklanma** bu yaklaşımın ayırt edici özelliği değildir.

Cevap: E

15. Meltem'in yaşadığı güçlükte temel sorun, topluluk önünde konuşma durumlarından **kaçınma davranışdır**. Danışmanın müdahalesi ise bu kaçınmayı sürdürmek yerine, danışanı **küçük adımlarla doğrudan davranışın içine sokmaya** yöneliktir. Küçük gruptan başlayıp daha büyük gruba geçilmesi, davranışın **parçalara bölünerek öğrenilmesi ve aşamalı olarak güçlendirilmesi** anlamına gelir. Bu süreçte danışan, konuşma davranışını gerçekleştirdikçe kaygının azaldığını deneyimler ve böylece davranış giderek **pekişir**. Yani burada odak, danışanın düşüncelerini analiz etmekten çok **gözlenebilir davranışı değiştirmek**, kaçınmayı azaltmak ve yeni bir davranış repertuarı kazandırmaktır. Bu anlayış, öğrenme ilkelerine dayanan, davranışın **tekrar ve pekiştirme yoluyla değiştirilebileceğini** savunan davranışçı yaklaşımın temel mantığıyla örtüşmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Gerçeklik terapisi:** Seçim, sorumluluk ve şu anki davranışlar üzerine odaklanır; ancak davranışı **kademeli olarak öğretme ve pekiştirme** bu yaklaşımın temel yöntemi değildir.

C) **Varoluşçu yaklaşım:** Anlam, özgürlük ve varoluşsal kaygı üzerinde durur; davranışın öğrenme ilkeleriyle değiştirilmesi bu yaklaşımda yer almaz.

D) **Bilişsel yaklaşım:** Sorunun kaynağı otomatik düşünceler ve bilişsel çarpıtmalardır; burada ise düşünce değil **davranışın doğrudan değiştirilmesi** söz konusudur.

E) **Kısa süreli çözüm odaklı yaklaşım:** Çözümler ve güçlü yönler ön plandadır; ancak davranışın bu şekilde **aşamalı olarak öğrenilmesi ve pekiştirilmesi** bu yaklaşımın tipik özelliği değildir.

Cevap: B

1. Selvi'nin yaşadığı durumda danışmanın odağı, danışanın düşüncelerini değiştirmekten çok onun **duygusal yaşantısını fark etmesini**, bu duygularla **temas kurmasını** ve onları **işlevsel biçimde deneyimlemesini** sağlamaktır. Danışman, Selvi'nin duygularını **empatik biçimde yansıtmakta**, onun hayal kırıklığını **güvenli bir ortamda deneyimlemesine** alan açmakta ve duygularını bastırmadan yaşamasına rehberlik etmektedir. Bu yaklaşımda amaç, duyguları analiz etmekten çok onları **derinlemesine yaşamak**, böylece danışanın duygularını **düzenleyebilir ve dönüştürebilir hale gelmesini** sağlamaktır. Duyguların bu şekilde işlenmesi ve altında yatan ihtiyaçların fark edilmesi, bu yaklaşımın temel **hedefleridir**. Bu özellikler doğrudan **duygu odaklı terapiyi** gösterir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Bilişsel davranışçı terapi**: Odak **otomatik düşünceler** ve **bilişsel çarpıtmalardır**. Müdahale **düşünceyi değiştirmeye** yöneliktir, duygunun bu şekilde derin yaşantılanması merkezde değildir.
- B) **Psikodinamik terapi**: **Bilinç dışı çatışmalar** ve **geçmiş yaşantılar** ön plandadır. Amaç **içgörü kazandırmaktır**, duygunun anlık yaşantısı merkezde değildir.
- C) **Gestalt terapisi**: **Şimdi ve burada farkındalığı** önemlidir. Ancak duygunun sistematik biçimde **işlenmesi ve dönüştürülmesi** bu yaklaşımın temel çerçevesi değildir.
- E) **Çözüm odaklı kısa süreli terapi**: Odak **çözümler** ve **gelecektir**. Duyguların bu şekilde **derinlemesine ele alınması** bu yaklaşımın merkezinde değildir.

Cevap: D

2. Parçada tanımlanan süreçte danışman, danışanın yaşamını tek bir problem hikâyesi üzerinden değil, birden fazla anlam ve deneyim içeren **hikâyeler bütünü** olarak ele almaktadır. Danışanın hayatını olumsuz etkileyen **baskın hikâyeyi çözümleyerek ve etkisini zayıflatarak**, onun dışında kalan ve çoğu zaman göz ardı edilen **alternatif hikâyeleri görünür hâle getirmeye** çalışmaktadır. Ayrıca danışmanın kendisini uzman konumuna koymaması, danışanı **kendi yaşamının uzmanı** olarak kabul etmesi ve "sorun kişi değildir, sorun

sorundur" anlayışıyla problemi bireyden **dışsallaştırması**, bu yaklaşımın en ayırt edici özelliklerindendir. Süreçte danışanın geçmiş deneyimlerini, ilişkilerini ve yaşam öyküsünü anlatmasına alan açılması; danışanın kimliğinin bu anlatılar üzerinden **yeniden yapılandırılmasına** yardımcı olunması, öyküsel terapinin temel mantığını yansıtır. Bu yaklaşım, sosyal yapılandırmacı temele dayanır ve bireyin kimliğini **anlamlandırdığı hikâyeler üzerinden dönüştürmeyi** hedefler. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Bilişsel davranışçı terapi**: Temel odak **otomatik düşünceler**, **temel inançlar** ve **bilişsel çarpıtmalardır**. Danışanın yaşadığı sorunlar, düşünce-duygu-davranış ilişkisi içinde ele alınır ve amaç bu düşünceleri **yeniden yapılandırmaktır**. Ancak burada olduğu gibi **hikâyeleri yeniden yazma ve anlam üretme** süreci bu yaklaşımın temelinde yer almaz.
- B) **Psikanalitik terapi**: Davranışlar **bilinç dışı süreçler**, **erken çocukluk yaşantıları** ve **içsel çatışmalar** üzerinden açıklanır. Danışman daha çok **yorumlama**, **aktarım** ve **içgörü kazandırma** yoluyla çalışır. Problemi bireyden ayırma ve hikâyeyi yeniden yapılandırma bu yaklaşımın ayırt edici yönü değildir.
- C) **Gestalt terapisi**: Danışanın yaşantısı **şimdi ve burada** ele alınır ve farkındalık artırılır. **Deneyimsel teknikler** ve **bütünlük kavramı** önemlidir. Ancak danışanın yaşamını **hikâyeler üzerinden yeniden yapılandırma** bu yaklaşımın temel odağı değildir.
- D) **Çözüm odaklı kısa süreli terapi**: Danışanın sorunlarından çok **çözümlerine**, **güçlü yönlerine** ve **gelecek hedeflerine** odaklanır. **İstisnalar**, **mucize sorusu** gibi teknikler kullanılır. Ancak burada olduğu gibi **problem hikâyesini dönüştürme ve alternatif hikâyeler oluşturma** bu yaklaşımın merkezinde yer almaz.

Cevap: E

3. Parçada anlatılan danışman tutumunda, bireyin **doğuştan iyi olduğu, doğru seçimler yapma kapasitesine sahip olduğu ve kendi potansiyelini gerçekleştirme eğilimiyle hareket ettiği** vurgulanmaktadır. Danışmanın, danışanın **öznel dünyasını anlamaya çalışması**, onun yaşantısına saygı duyması ve değişim için bireyin **içsel kaynaklarına ve doğal gelişim gücüne güvenmesi**, hümanistik yaklaşım içinde yer alan birey merkezli terapinin temel varsayımlarıyla örtüşür. Bu kuramda bireyin **kendini gerçekleştirme eğilimi**, **organizmanın değerlendirme süreci** ve uygun terapötik ortamda bireyin kendi gelişimini sağlayabileceği inancı esastır. Danışman yönlendiren değil, **empati, koşulsuz kabul ve içtenlik** ile kolaylaştırıcı bir rol üstlenir. Bu nedenle verilen özellikler birey merkezli terapiyi açıkça göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Varoluşçu terapi:** Bireyin **özgürlüğü, sorumluluğu ve anlam arayışı** üzerinde durur. İnsan doğasına olumlu bakış vardır ancak burada olduğu gibi **kendini gerçekleştirme eğilimi ve koşulsuz kabul temelli ilişki** bu yaklaşımın ayırt edici yönü değildir.

B) **Bilişsel davranışçı terapi:** Odak **otomatik düşünceler, inançlar ve bilişsel çarpıtmalardır**. Değişim, düşüncelerin yeniden yapılandırılmasıyla sağlanır; bireyin doğuştan iyi olduğu varsayımı temel değildir.

C) **Psikanalitik terapi:** Davranışlar **bilinç dışı süreçler, dürtüler ve erken çocukluk yaşantıları** ile açıklanır. İnsan doğasına daha çok çatışma temelli yaklaşır; bireyin doğal gelişim gücüne güven bu kuramın merkezinde değildir.

E) **Davranışçı terapi:** Davranışlar **öğrenme ilkeleri, pekiştirme ve koşullanma** ile açıklanır. Bireyin içsel potansiyeli ve öznel yaşantısı yerine **gözlenebilir davranış** ön plandadır.

Cevap: D

4. Programda ele alınan **“çocuk, yetişkin, ebeveyn ego durumları”** kavramları, bireylerin iletişim kurarken farklı **ego durumları** üzerinden tepki verdiğini ve kişiler arası etkileşimlerin bu durumlar arasındaki alışverişlerle şekillendiğini vurgular. Bu yaklaşımda amaç, bireyin hangi ego durumundan konuştuğunu fark etmesi, iletişimdeki **örtük mesajları çözümlemesi** ve daha sağlıklı etkileşim kurabilmesidir. Bu kavramlar, Eric Berne tarafından geliştirilen ve insan davranışlarını **ego durumları, işlemler ve yaşam senaryoları** üzerinden açıklayan transaksyonel analizin temelini oluşturur. Bu nedenle programda anlatılan içerik doğrudan bu kurama aittir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Bilişsel - davranışçı yaklaşım:** Odak **otomatik düşünceler, inançlar ve bilişsel çarpıtmalardır**. İletişim, ego durumları üzerinden değil düşünce kalıpları üzerinden ele alınır.

B) **Gestalt yaklaşımı:** **Şimdi ve burada farkındalığı** ve deneyim ön plandadır. Ancak iletişimi **ego durumları** ile açıklamaz.

C) **Psikanalitik yaklaşım:** Davranışlar **bilinç dışı süreçler ve içsel çatışmalar** ile açıklanır. Ego kavramı vardır ancak **çocuk-yetişkin-ebeveyn** şeklinde sınıflandırılmaz.

D) **Varoluşçu yaklaşım:** **Anlam, özgürlük ve sorumluluk** üzerinde durur. İletişim süreçlerini **ego durumları** üzerinden ele almaz.

Cevap: E

5. Danışma sürecinde danışanın **kendini yetersiz hissetmesi**, sosyal ortamlardan **geri çekilmesi** ve bununla bağlantılı olarak danışmanın özellikle **aşagılık duyguları üzerinde çalışması**, bu duygularla baş etmesine yardımcı olması dikkat çekicidir. Danışanın yalnızca bireysel olarak güçlenmesi değil, aynı zamanda **başkalarıyla iş birliği yapabileceğini fark etmesi ve çevresine katkı sağlamaya başlaması**, sosyal ilgi ve toplumsal uyumun geliştirilmesine işaret eder. Ayrıca danışanın **yaşam hedeflerini gözden geçirmesi**, sorumluluk alması ve daha işlevsel bir yönelim geliştirmesi, yaşam stiline yeniden düzenlenmesi anlamına gelir. Bu özellikler, Alfred Adler'in bireysel psikoloji kuramında yer alan **aşagılık duygusu, üstünlük çabası, sosyal ilgi ve yaşam stili**

kavramlarıyla doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Birey merkezli kuram:** Koşulsuz kabul, empati ve içtenlik temel ilkeleridir. Bireyin kendini gerçekleştirmesi desteklenir; ancak burada olduğu gibi **asağılık duygusu ve sosyal ilgi kavramları** merkezde değildir.
- B) **Davranışçı kuram:** Davranışlar öğrenme ilkeleri, pekiştirme ve koşullanma ile açıklanır. Sosyal geri çekilme davranışsal olarak ele alınabilir; ancak **yaşam hedefleri ve asağılık duygusu** bu yaklaşımın temelinde yer almaz.
- C) **Varoluşçu kuram:** Anlam arayışı, özgürlük ve sorumluluk üzerinde durur. Ancak burada olduğu gibi **asağılık duygusu ve sosyal ilgi geliştirme** bu kuramın ayırt edici yönü değildir.
- E) **Bilişsel-davranışçı kuram:** Odak otomatik düşünceler, inançlar ve bilişsel çarpıtmalardır. Danışanın yetersizlik düşünceleri ele alınabilir; ancak **yaşam stili ve sosyal ilgi kavramları** bu yaklaşımın temelinde yoktur.

Cevap: D

6. Soruda vurgulanan nokta, bireyin kendisini nasıl algıladığı ve değerlendirdiğinin davranışlarını belirlemesidir. Bu ifade doğrudan birey merkezli terapidaki **benlik kavramına** işaret eder. Bu kurama göre bireyin davranışları, onun **benlik algısı** (kendini nasıl gördüğü) ve **ideal benliğiyle olan ilişkisi** tarafından şekillenir. Gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki uyumsuzluk arttıkça bireyde uyumsuzluk ve psikolojik sorunlar ortaya çıkar. Ayrıca birey yaşantılarını **organizmanın içsel değerlendirme süreci** ile anlamlandırır; yani dış değerlendirmelerden çok kendi içsel referanslarına göre hareket eder. Bu nedenle kişilik, bireyin kendini algılama biçimi etrafında örgütlenir ve davranışlar bu algının bir yansımasıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel terapi:** Bu yaklaşımda kişilik, bireyin sahip olduğu **temel inançlar (şemalar)** ve bu inançlardan türeyen **otomatik düşünceler** etrafında şekillenir. Birey dünyayı, kendisini ve geleceği belirli bilişsel kalıplarla yorumlar. Sorunlar, bu kalıpların **katı, işlevsel olmayan ve çarpıtılmış** olmasıyla ortaya çıkar. Örneğin “yetersizim” gibi bir temel inanç, kişinin tüm yaşantılarını bu filtreyle değerlendirmesine yol açar. Ancak burada vurgu, benlik algısından çok **bilişsel yapıların içeriği ve işleyişi** üzerinedir.
- B) **Davranışçı terapi:** Bu kuramda kişilik, bireyin öğrenme geçmişinin bir ürünüdür. Davranışlar **koşullanma, pekiştirme ve cezalandırma** yoluyla kazanılır ve sürdürülür. Kişilik ayrı bir iç yapı olarak ele alınmaz; bireyin gösterdiği **alışkanlık haline gelmiş davranış örüntüleri** kişiliği oluşturur. Yani bireyin kendini nasıl algıladığından çok, çevreyle kurduğu etkileşim ve **öğrenilmiş tepkileri** belirleyicidir.
- D) **Psikanalitik terapi:** Kişilik, **id, ego ve süperego** arasındaki dinamik etkileşimle açıklanır. Davranışların temelinde **bilinç dışı dürtüler**, bastırılmış yaşantılar ve özellikle erken çocukluk döneminde yaşanan çatışmalar vardır. Ego, gerçeklikle başa çıkmaya çalışırken savunma mekanizmaları geliştirir. Bu yaklaşımda bireyin kendini algılamasından çok, **farkında olmadığı içsel süreçler** ve çatışmalar kişiliği belirler.
- E) **Gerçeklik terapisi:** Bu yaklaşımda kişilik, bireyin **seçimleri, sorumluluk alma düzeyi** ve temel ihtiyaçlarını (ait olma, güç, özgürlük, eğlence, hayatta kalma) karşılama biçimiyle ilişkilidir. Birey davranışlarının sorumlusudur ve daha etkili seçimler yaparak yaşamını düzenleyebilir. Ancak kişiliği açıklarken benlik algısından çok, bireyin **yaptıkları ve yapmayı seçtikleri davranışlar** ön plandadır.

Cevap: C

7. Cemil Bey'in yaşadığı güçlüğün merkezinde, olayların kendisinden çok bu olaylara yüklediği **katı, zorunluluk içeren ve mantık dışı inançlar** yer almaktadır. "Eşim her zaman beni anlamalı", "Aksi halde mutlu olamam" gibi ifadeler, akılcı duygusal davranışçı terapide tanımlanan **talepkâr olma (meli-malı düşünceleri)** ve buna bağlı **duygusal sonuç üretme** sürecini yansıtır. Bu kurama göre duygusal sorunların kaynağı doğrudan olaylar değildir; olaylara verilen anlamdır. Bu durum, **ABC modeli** ile açıklanır: A (tetikleyici olay: eşin davranışı), B (inanç: "beni her zaman anlamalı"), C (duygusal sonuç: öfke, stres). Danışma sürecinde özellikle B basamağındaki bu irrasyonel inançlar **tartışılır (D)** ve daha esnek, gerçekçi düşüncelerle değiştirilerek **yeni duygusal sonuçlar (E)** elde edilir. Terapist burada aktif, öğretici ve yönlendiricidir; danışana düşüncelerini sorgulamayı öğretir. Bu nedenle Cemil Bey'in mevcut düşünce yapısı dikkate alındığında en uygun yaklaşım akılcı duygusal davranışçı terapidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Psikanalitik yaklaşım:** Kişiliği id, ego, süpergo yapıları ve **bilinç dışı çatışmalar** üzerinden açıklar. Sorunların kaynağı çoğunlukla **erken çocukluk yaşantılarıdır**. Bu yaklaşım, mevcut düşünceleri doğrudan değiştirmekten çok onların **kökenini anlamaya ve içgörü kazandırmaya** odaklanır.

B) **Gestalt yaklaşımı:** Kişiliği bir bütün olarak ele alır ve bireyin **şimdi ve burada yaşantısına** odaklanır. **Farkındalık, tamamlanmamış yaşantılar** ve **deneyimleme** ön plandadır. Ancak bilişsel yapıların sistematik biçimde sorgulanması bu yaklaşımın temel hedefi değildir.

C) **Öyküsel yaklaşım:** Bireyin kimliği ve sorunları, oluşturduğu **hikâyeler** üzerinden açıklanır. Problem, bireyden ayrıştırılır (**dışsallaştırma**) ve alternatif hikâyeler geliştirilir. Ancak burada temel sorun, anlatıdan çok **katı bilişsel inançlar** olduğu için doğrudan hedefe yönelik değildir.

D) **Aile sistemleri yaklaşımı:** Kişiliği ve sorunları, bireyin içinde bulunduğu **aile sistemi, roller, iletişim örüntüleri** ve **sınırlar** üzerinden açıklar. Sorun bireyde değil, sistemin işleyişindedir. Ancak bu soruda problem daha çok bireyin **kendi düşünce yapısından** kaynaklanmaktadır.

Cevap: E

8. Burçin Hanım'ın yaşadığı sıkıntıda belirleyici olan unsur, tartışmaların kendisinden çok bu tartışmalar öncesinde zihninden geçen **olumsuz içsel konuşmalardır**. "Yine kavga edecek", "Hiçbir şeyi doğru yapamayacağım" gibi ifadeler, bilişsel kuramda tanımlanan **otomatik düşüncelerdir** ve bu düşünceler duyguları (üzüntü, kaygı) ve davranışları doğrudan etkiler. Psikolojik danışmanın, danışanın bu düşünceleri **fark etmesini sağlama-sı**, ardından bunları **daha gerçekçi ve işlevsel düşüncelerle değiştirmeye yönlendirmesi** ve sürece **ev ödevleri eklemesi**, bilişsel yaklaşımın temel müdahale biçimidir. Bu yaklaşımda kişilik ve sorunlar, bireyin sahip olduğu **bilişsel şemalar** ve inanç sistemleri üzerinden açıklanır; değişim de bu yapıların yeniden düzenlenmesiyle sağlanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Davranışçı yaklaşım:** Davranışlar **öğrenme ilkeleri, pekiştirme** ve **koşullanma** ile açıklanır. Müdahale doğrudan **gözlelenebilir davranışı değiştirmeye** yöneliktir; burada olduğu gibi **içsel konuşmaların yeniden yapılandırılması** temel değildir.

C) **Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım:** Odak **çözümler, güçlü yönler** ve **gelecek hedefleridir**. **İstisnalar ve mucize sorusu** gibi teknikler kullanılır; düşüncelerin ayrıntılı analizi ve değiştirilmesi bu yaklaşımın merkezinde yer almaz.

D) **Öyküsel yaklaşım:** Sorunlar bireyin oluşturduğu **hikâyeler** üzerinden ele alınır ve problem bireyden **dışsallaştırılır**. Amaç alternatif hikâyeler geliştirmektir; **otomatik düşünceleri doğrudan değiştirme** bu yaklaşımın odağı değildir.

E) **Birey merkezli yaklaşım:** Temelinde **empati, koşulsuz kabul** ve **saygı** vardır. Danışman yönlendirme yapmaz; danışanın kendi içsel kaynaklarını keşfetmesine alan açar. Ancak burada olduğu gibi **düşünceleri aktif biçimde değiştirme** ve **ödev verme** bu yaklaşımın temel özelliği değildir.

Cevap: A

9. Soruda geçen “kalite dünyası” ve “ait olma ihtiyacı” kavramları, **gerçeklik terapisinin** önemli kavramlarıdır. Bu kurama göre birey, davranışlarını **beş temel ihtiyacını** karşılamak için seçer ve özellikle **ait olma/sevme ihtiyacı** psikolojik sağlığın merkezindedir. “Kalite dünyası”, bireyin zihninde yer alan ve ihtiyaçlarını en iyi karşılayan kişi, ilişki ve yaşantıların bulunduğu içsel bir yapıdır. Psikolojik danışmanın bu kalite dünyasında yer alması, danışanın **ait olma ihtiyacının karşılanmasına** katkı sağlar ve terapötik ilişkiyi güçlendirir. Bu yaklaşımın kuramcısı **William Glasser**’dir ve kuram **seçim kuramı** temeline dayanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Bilişsel yaklaşım – Beck: Kişilik, bireyin **temel inançları, şemaları ve otomatik düşünceleri** etrafında şekillenir. Ancak ihtiyaç temelli “kalite dünyası” kavramı bu kuramda yoktur.

C) Birey merkezli kuram – Rogers: Bireyin **kendini gerçekleştirme eğilimi, benlik algısı ve öznel yaşantısı** temel alınır. Terapötik ilişkide **empati, koşulsuz kabul ve saygınlık** esastır; fakat “kalite dünyası” kavramı bu kurama ait değildir.

D) Varoluşçu yaklaşım – May: Kişilik, bireyin **özgürlük, sorumluluk, yalnızlık ve anlam arayışı** ile kurduğu ilişki üzerinden açıklanır. İhtiyaçlar bu şekilde sistematik bir yapı içinde ele alınmaz.

E) Akılcı duygusal yaklaşım – Ellis: Duygusal sorunlar **irrasyonel inançlar** ve **ABC modeli** ile açıklanır. “Kalite dünyası” ve ait olma ihtiyacının bu biçimde ele alınması bu yaklaşımın parçası değildir.

Cevap: A

10. Ayperi’nin yaşadığı süreçte danışmanın odağı, kaybın ardından ortaya çıkan **anlamsızlık duygusunu ortadan kaldırmak** değil; bu duygunun üzerine giderek onunla **yüzleşmesini sağlamak**tır. Danışman, “varlığımın anlamı ne?” sorusunu bastırmak yerine bu soruyu **insan olmanın temel bir parçası** olarak ele almakta, Ayperi ile birlikte **anlam arayışı, özgürlük ve sorumluluk** üzerine derinlemesine çalışmaktadır. Ayrıca bireyin kendi yaşamına yön verme gücüne sahip olduğunu vurgulaması, varoluşçu yaklaşımın merkezindeki

“insan seçimleriyle kendini inşa eder” anlayışını yansıtır. Bu yaklaşımda kaygı ve anlamsızlık, patolojik değil; bireyin varoluşuyla yüzleşmesinin doğal sonuçlarıdır. Danışmanın bu temalar üzerinden ilerlemesi, doğrudan varoluşçu terapinin temel ilkeleriyle örtüşmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Bilişsel davranışçı yaklaşım: Odak **otomatik düşünceler, bilişsel çarpıtmalar** ve bunların değiştirilmesidir. Anlam arayışı ve varoluşsal sorgulamalar bu yaklaşımın merkezinde değildir.

B) Psikanalitik yaklaşım: Sorunlar **bilinç dışı süreçler, erken çocukluk yaşantıları** ve içsel çatışmalar üzerinden açıklanır. Varoluşsal anlam arayışı bu kuramın temel odağı değildir.

D) Anlatımsal yaklaşım: Bireyin yaşantıları **hikâyeler** üzerinden ele alınır ve problem bireyden **dışsallaştırılır**. Ancak burada odak hikâye değil, **varoluşsal sorgulama ve anlam arayışıdır**.

E) Gerçeklik terapisi: Bireyin **seçimleri, sorumluluğu ve şu anki davranışları** üzerinde durur. İhtiyaçların karşılanması ve etkili davranışlar ön plandadır; **anlam ve varoluş sorgulaması** bu yaklaşımın merkezinde değildir.

Cevap: C

11. Ayşenur’un “sanki annem içimde konuşuyor” ifadesi, geçmişte önemli kişilerden alınan mesajların bireyin içinde **içselleştirilmiş bir ses** hâline geldiğini gösterir. Bu durum, transaksyonel analizde tanımlanan **ebeveyn ego durumuna** karşılık gelir. Ayrıca danışmanın, Ayşenur’un geçmişte farkında olmadan verdiği kararların bugün davranışlarını etkilediğini ve isterse bu kararları **yeniden yapılandırabileceğini** vurgulaması, bu kuramın temel varsayımlarından olan **erken yaşam kararları (yaşam senaryosu)** ve bunların değiştirilebilirliği anlayışını yansıtır. Transaksyonel analizde birey, çocuklukta aldığı mesajlar doğrultusunda bir **yaşam planı (senaryo)** oluşturur; ancak terapi sürecinde bu senaryoyu fark edip **yeniden karar verebilir**. Bu nedenle verilen örnek doğrudan bu yaklaşımı göstermektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel - davranışçı yaklaşım:** Odak **otomatik düşünceler** ve **bilişsel çarpıtmalardır**. İçsel konuşma ele alınabilir; ancak **ego durumları ve yaşam senaryosu** kavramları bu yaklaşımda yer almaz.
- B) **Psikanalitik yaklaşım:** Davranışlar **bilinç dışı süreçler** ve **erken çocukluk yaşantıları** ile açıklanır. İçsel ses süperegö ile ilişkilendirilebilir; ancak **yeniden karar verme ve ego durumları** bu yaklaşımın temel kavramları değildir.
- D) **Gestalt yaklaşımı:** Odak **şimdi ve burada farkındalığıdır**. İçsel yaşantılar deneyimlenir; ancak **yaşam senaryosu ve yeniden karar verme** bu yaklaşımın merkezinde değildir.
- E) **Kişiler arası ilişkiler yaklaşımı:** Kişilik ve sorunlar **ilişkiler ve iletişim örüntüleri** üzerinden açıklanır. Ancak **ego durumları ve içsel ebeveyn sesi** bu kurama özgü kavramlar değildir.

Cevap: C

12. Mehmet Bey, öğrencilerin sınav kaygısını azaltmak için onların **olumsuz düşüncelerini fark etmelerini ve değiştirmelerini sağlamakta**, aynı zamanda kaygı yaratan durumlara **kademeli olarak maruz kalmalarını desteklemekte** ve **gevşeme teknikleriyle bedensel tepkilerini düzenlemelerine yardımcı olmaktadır**. Bu süreçte hem düşünceye hem davranışa hem de fizyolojik tepkiye birlikte müdahale edilmektedir. Bu özellik, bilişsel-davranışçı yaklaşımın temel mantığıyla örtüşür. Bu yaklaşımda bireyin yaşadığı sorunlar, **düşünce-duygu-davranış etkileşimi** içinde ele alınır; **bilişsel yeniden yapılandırma** ile işlevsel olmayan düşünceler değiştirilir, **maruz bırakma** ile kaçınma davranışı azaltılır ve **gevşeme teknikleri** ile kaygının bedensel boyutu kontrol altına alınır. Yapılandırılmış, teknik odaklı ve beceri kazandırmaya yönelik bu çalışma biçimi doğrudan **bilişsel-davranışçı yaklaşımı** gösterir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Psikanalitik yaklaşım:** Sorunları **bilinç dışı süreçler** ve **erken çocukluk yaşantıları** üzerinden açıklar. Teknikten çok **yorumlama ve içgörü kazandırma** ön plandadır.

- B) **Varoluşçu yaklaşım:** Anlam, özgürlük ve sorumluluk üzerine yoğunlaşır. Belirli tekniklerden çok **felsefi ve deneyimsel süreç** önemlidir.
- C) **Gestalt yaklaşımı:** **Şimdi ve burada farkındalığı** ve yaşantının bütünlüğü üzerinde durur. **Bilişsel yeniden yapılandırma ve maruz bırakma** bu yaklaşımın temel teknikleri değildir.
- E) **Birey merkezli yaklaşım:** **Empati, koşulsuz kabul ve saygı** temel koşullardır. Danışman yönlendirme yapmaz; burada olduğu gibi **teknik ağırlıklı müdahale** bulunmaz.

Cevap: D

13. Serenad Hanım'ın kullandığı **dışarıdan tanık uygulaması, reflektör tutma (yansıtıcı ekip), destek grubu ve yazılı kanıtlar (mektuplar, sertifikalar)** gibi teknikler doğrudan **öyküsel terapinin** ayırt edici uygulamalarıdır. Bu yaklaşımda bireyin problemi, kişinin kendisinden ayrı ele alınır (**dışsallaştırma**) ve danışanın yaşamındaki **baskın/problem yüklü hikâyeler** yerine **alternatif, güçlendirici hikâyeler** oluşturulmaya çalışılır. "Dışarıdan tanık" uygulamasında danışanın hikâyesi başkaları tarafından dinlenir ve yeniden anlamlandırılır; "reflektör tutma" sürecinde ise danışanın anlatısı farklı bakış açılarıyla yansıtılarak zenginleştirilir. "Yazılı kanıtlar" danışanın yeni hikâyesini somutlaştırır ve kalıcı hâle getirir. Bu tekniklerin tamamı, sosyal yapılandırmacı temele dayanan ve bireyin kimliğini **anlamlandırdığı öyküler üzerinden yeniden inşa etmeyi** amaçlayan öyküsel terapiye özgüdür. Bu nedenle Serenad Hanım'ın benimsediği yaklaşım **öyküsel terapi**dir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Feminist yaklaşım:** Temel odak, bireyin yaşadığı sorunları **toplumsal cinsiyet rolleri, güç ilişkileri ve sosyal eşitsizlikler** bağlamında anlamaktır. Danışanın güçlenmesi, bilinçlenmesi ve **eşitlikçi ilişki kurulması** esastır. Ancak dışarıdan tanık, reflektör ekip gibi teknikler bu yaklaşımın özgün araçları değildir.

- B) Yapısal yaklaşım (aile terapisi):** Özellikle Salvador Minuchin tarafından geliştirilmiştir. Aileyi bir sistem olarak ele alır; **alt sistemler, sınırlar ve hiyerarşi** üzerinde çalışır. Müdahale, aile içi yapının yeniden düzenlenmesine yöneliktir. Öyküsel teknikler bu yaklaşımda kullanılmaz.
- C) Stratejik yaklaşım (aile terapisi):** Sorunları sürdüren etkileşim örüntülerine odaklanır ve danışana **doğrudan yönergeler, paradoksal müdahaleler** verilir. Amaç, problem davranışı hızlı biçimde değiştirmektir. Hikâye yeniden yazımı ya da tanık uygulamaları bu yaklaşımın parçası değildir.
- E) Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Danışanın sorunlarından çok **çözümlerine, güçlü yönlerine ve gelecek hedeflerine** odaklanır. **Mucize sorusu, ölçekleme soruları ve istisnalar** temel tekniklerdir. Ancak dışarıdan tanık ve yazılı kanıt gibi uygulamalar bu yaklaşımın merkezinde yer almaz.

Cevap: D

- 14.** Psikolojik danışman, sürecin **uzun sürmeyeceğini, küçük değişimlerin bile önemli olduğunu** ve danışanın sorunlarından çok **işe yarayan, olumlu davranışlarına odaklanılması gerektiğini** vurgulamaktadır. Ayrıca öğrencinin geçmişte başardığı durumları fark etmesini sağlayarak, kendi **güçlü yönlerini kullanarak** yeniden çözüm üretmesini hedeflemektedir. Bu yaklaşımda problemin nedenlerinden çok **çözümün nasıl üretileceği**, eksiklerden çok **var olan kaynaklar**, geçmişte işe yarayan örüntüler ve **küçük adımlarla ilerleme** esastır. Danışman yönlendiren bir uzman gibi değil, danışanın zaten sahip olduğu kaynakları görünür kılan bir kolaylaştırıcıdır. Bu özellikler, değişimin sürekli olduğu, küçük ilerlemelerin büyük dönüşümler doğurabileceği ve danışanın kendi çözümünü üretebileceği varsayımlarına dayanan **çözüm odaklı kısa süreli terapiyi** açıkça göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Varoluşçu yaklaşım:** Bireyin **anlam arayışı, özgürlüğü ve sorumluluğu** üzerine yoğunlaşır. Sorunun çözümünden çok, bireyin yaşamla kurduğu **varoluşsal ilişkiyi sorgulaması** ön plandadır; küçük adımlarla çözüm üretme bu yaklaşımın temel odağı değildir.

- C) Psikanalitik yaklaşım:** Davranışları **bilinç dışı süreçler, erken çocukluk yaşantıları** ve içsel çatışmalar üzerinden açıklar. Süreç genellikle uzun solukludur ve **geçmişin analizi** önemlidir; burada olduğu gibi kısa süreli, çözüm odaklı bir yapı yoktur.
- D) Davranışçı yaklaşım:** Davranışlar **pekiştirme, koşullanma** ve öğrenme ilkeleriyle değiştirilir. Ancak burada olduğu gibi danışanın **güçlü yönlerine ve geçmişteki istisnalara odaklanma** bu yaklaşımın ayırt edici özelliği değildir.
- E) Bireysel psikoloji (Adler):** **Aşağılık duygusu, üstünlük çabası, yaşam stili** ve özellikle **sosyal ilgi** kavramları merkezdir. Danışan hedeflerini ve yaşam yönelimini yeniden yapılandırır; ancak bu kadar belirgin şekilde **kısa süreli, çözüm ve istisna odaklı çalışma** bu yaklaşımın temel yapısı değildir.

Cevap: B

15. Danışmanın süreci ele alış biçimi, danışanın **yaşam stilini anlamaya çalışması**, bunun için **erken çocukluk yaşantılarına yönelmesi**, danışanın geliştirdiği **hatalı inançları** (yanlış yaşam yorumları) ortaya koyması ve bu inançların bugünkü **işlevsiz davranışlara nasıl dönüştüğünü açıklaması** ile belirlenmektedir. Ayrıca danışmanın danışanın **içsel hedeflerini**, özellikle de **üstünlük çabasını** (aşağılık duygusunu telafi etme yönelimi) anlamlandırmaya çalışması ve daha **işlevsel bir yaşam yönelimi** geliştirmesine yardımcı olması, Alfred Adler'in bireysel psikoloji kuramının temel kavramlarını doğrudan yansıtır. Bu kuramda kişilik, bireyin erken dönemde oluşturduğu **yaşam stili** etrafında örgütlenir; birey aşağılık duygularını telafi etmek için hedefler geliştirir ve bu hedefler doğrultusunda davranır. Danışma sürecinde amaç, bu yaşam stilini fark etmek, hatalı inançları yeniden yapılandırmak ve bireyin **sosyal ilgiye daha açık, işlevsel bir yönelim geliştirmesini** sağlamaktır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Varoluşçu terapi:** Odak anlam arayışı, özgürlük, sorumluluk ve varoluşsal kaygıdır. Erken çocukluk yaşantıları ve yaşam stili bu kadar sistematik biçimde ele alınmaz.
- C) **Gestalt terapi:** Bireyin yaşantısı **şimdi ve burada** ele alınır; **farkındalık** ve **deneyimleme** ön plandadır. Geçmiş yaşantıların analizi ve yaşam stili kavramı bu yaklaşımın merkezinde değildir.
- D) **Bilişsel davranışçı terapi:** Odak **otomatik düşünceler**, **temel inançlar** ve bunların değiştirilmesidir. Ancak **yaşam stili**, **üstünlük çabası** ve **aşağılık duygusu** gibi kavramlar bu kurama özgü değildir.
- E) **Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Danışanın sorunlarından çok **çözümlerine**, **güçlü yönlerine** ve **gelecek hedeflerine** odaklanır. Geçmişin ayrıntılı analizi ve yaşam stili yapının değiştirilmesi bu yaklaşımın temelinde yer almaz.

Cevap: B

1. İfadeler incelendiğinde ilk olarak insan davranışlarının **geçmiş yaşantılar ve çevresel koşulların etkileşimiyle şekillendiği** vurgulanmaktadır. Bu, davranışçı yaklaşımın öğrenme temelli bakış açısını yansıtır; bireyin davranışları doğuştan gelen içsel yapılarla değil, **koşullanma süreçleri** ve çevreyle kurduğu etkileşim sonucunda kazanılır. Klasik koşullanma ile uyarıcılar arasında bağ kurulur, edimsel koşullanma ile davranışlar **pekiştirme ve ceza** yoluyla güçlenir ya da zayıflar. İkinci olarak değişimin **sistematik ve ölçülebilir adımlarla gerçekleşmesi gerektiği** belirtilmektedir; bu da davranışçı yaklaşımın bilimsel ve deneysel yönünü gösterir. Müdahale süreci planlıdır, hedef davranışlar belirlenir, bu davranışlar gözlenir ve değişim **somut verilerle takip edilir**. Üçüncü olarak danışanın içsel dünyasından ziyade **gözlenebilir tepkilere odaklanması**, bu kuramın en ayırt edici özelliğidir. Davranışçı yaklaşıma göre önemli olan bireyin ne hissettiği ya da ne düşündüğü değil, **hangi davranışı ne sıklıkta gösterdiği**dir. Bu nedenle kişilik, bireyin öğrenilmiş davranış örüntülerinin toplamı olarak görülür. Tüm bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde, verilen açıklamaların doğrudan davranışçı yaklaşımı tanımladığı açıkça anlaşılır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Varoluşçu yaklaşım: Bireyin anlam arayışı, özgürlüğü, sorumluluğu ve varoluşsal kaygıları üzerine odaklanır. İnsan davranışı öğrenilmiş tepkilerden çok, bireyin yaşamla kurduğu **anlam ilişkisi** üzerinden açıklanır. Sistematik ölçüm ve davranışın dışsal kontrolü bu yaklaşımın temelinde yer almaz.

B) Psikanalitik yaklaşım: Davranışlar **bilinç dışı dürtüler, erken çocukluk yaşantıları ve içsel çatışmalar** ile açıklanır. Kişilik, id-ego-süperego yapıları arasındaki dinamik ilişkiyle oluşur. Değerlendirme gözlenebilir davranıştan çok, bireyin **farkında olmadığı içsel süreçlere** dayanır.

D) Birey merkezli yaklaşım: İnsan doğası **olumlu** kabul edilir ve bireyin **kendini gerçekleştirme eğilimi** vurgulanır. Kişilik, bireyin **benlik algısı** ve öznel yaşantıları etrafında şekillenir. Danışma sürecinde ölçümden çok **empatik ilişki** ve içsel farkındalık önemlidir.

E) Gestalt yaklaşımı: Bireyin yaşantısı **şimdi ve burada** ele alınır; **farkındalık, bütünlük** ve deneyimleme ön plandadır. Geçmişten çok mevcut yaşantı önemlidir ve davranışın ölçülebilir birimlere ayrılması bu yaklaşımın temel özelliği değildir.

Cevap: C

2. Danışman, seans sırasında iki sandalye kullanarak danışanın annesiyle yaşadığı duyguları **canlandırmasını**, ardından rol değiştirerek bu ilişkiyi **karşılıklı diyalog şeklinde deneyimlemesini** sağlamaktadır. Bu uygulama, danışanın bastırdığı öfke ve kırgınlık gibi duygularını yalnızca anlatması değil, **doğrudan yaşaması ve fark etmesi** amacını taşır. Bu yönüyle kullanılan yöntem **gestalt terapide yer alan boş sandalye tekniğidir**. Gestalt yaklaşımında amaç, geçmiş yaşantıları analiz etmekten çok, bu yaşantıların **şimdi ve burada yeniden deneyimlenmesi** ve böylece **tamamlanmamış duyguların bütünlleştirilmesi**dir. Danışmanın süreci bu şekilde yapılandırması, doğrudan gestalt terapinin deneysel ve yaşantısal doğasını yansıtır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Bilişsel-davranışçı yaklaşım: Odak **otomatik düşünceler ve davranışların değiştirilmesidir**. Daha çok **bilişsel yeniden yapılandırma, maruz bırakma ve ev ödevleri** kullanılır; bu tür deneysel canlandırmalar temel değildir.

C) Akılcı duygusal davranışçı yaklaşım: Sorunların kaynağı **irrasyonel inançlardır**. Danışanla bu inançlar **tartışılır ve yeniden yapılandırılır**; duyguların bu şekilde sahnelenmesi bu yaklaşımın özelliği değildir.

D) Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım: Danışanın **güçlü yönlerine ve çözümlere** odaklanır. Geçmiş ilişkileri canlandırmak yerine **geleceğe yönelik değişim** ön plandadır.

E) Aile sistemleri yaklaşımı: Sorunlar **aile içi etkileşim örüntüleri** üzerinden ele alınır. Ancak bireyin tek başına içsel çatışmasını bu şekilde **rol değiştirerek çalışması** bu yaklaşımın temel tekniği değildir.

Cevap: A

3. Terapist, Senem'in yaşadığı kaygıyı olayların kendisinden çok bu olayları **nasıl algıladığı ve değerlendirdiği** üzerinden açıklamaktadır. Bu, bilişsel yaklaşımın temel varsayımdır: Duyguları belirleyen şey doğrudan yaşanan durumlar değil, bu durumlara ilişkin **bilişsel yorumlardır**. Terapistin süreci **yapılandırılmış, kısa süreli ve yönlendirici** biçimde yürütmesi; ayrıca Senem'in **olumsuz otomatik düşüncelerini fark etmesini** ve bunları **daha işlevsel düşüncelerle değiştirmesini** hedeflemesi, bilişsel terapinin tipik özellikleridir. Bu yaklaşımda kişilik ve sorunlar, bireyin sahip olduğu **şemalar, ara inançlar** ve **otomatik düşünceler** çerçevesinde ele alınır; değişim ise bu bilişsel yapıların yeniden düzenlenmesiyle sağlanır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Psikanalitik yaklaşım:** Sorunları **bilinç dışı süreçler, erken çocukluk yaşantıları** ve içsel çatışmalar üzerinden açıklar. Süreç daha uzun ve içgörü odaklıdır; yapılandırılmış kısa süreli müdahale temel değildir.
- B) **Gestalt yaklaşımı:** **Şimdi ve burada farkındalığı** ve duyguların deneyimlenmesi ön plandadır. Düşünceleri sistematik biçimde değiştirmek bu yaklaşımın odağı değildir.
- C) **Birey merkezli yaklaşım:** **Empati, koşulsuz kabul** ve **saygı** temel koşullardır. Danışman yönlendirici değildir; burada olduğu gibi düşünceleri değiştirmeye yönelik aktif müdahale bulunmaz.
- D) **Varoluşçu yaklaşım:** **Anlam arayışı, özgürlük** ve **sorumluluk** üzerine odaklanır. Bilişsel yapıların değiştirilmesi bu yaklaşımın temel hedefi değildir.

Cevap: E

4. İfadeler incelendiğinde, insanın **doğuştan iyi olduğu, kendi kararlarını verebildiği** ve **içsel bir gelişme güdüsüne sahip olduğu** açıkça vurgulanmaktadır. Ayrıca bireyin uygun koşullar sağlandığında kendi potansiyeli doğrultusunda gelişeceği ve **kendini gerçekleştirme** yönünde ilerleyeceği belirtilmektedir. Bu anlayış, Carl Rogers'ın birey merkezli yaklaşımının temel insan doğası varsayımdır. Bu kurama göre birey, **organizmanın değerlendirme süreci** ile kendi yaşantılarını yönlendirir ve **gerçek benlik ile ideal**

benlik arasındaki uyum arttıkça daha sağlıklı bir kişilik gelişimi gösterir. Davranışlar da bu içsel gelişim eğiliminin doğal bir yansımasıdır. Bu nedenle verilen açıklama doğrudan birey merkezli terapiyi yansıtır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Psikanalitik kuram:** İnsan doğasını daha çok **dürtüler, çatışmalar** ve **bilinç dışı süreçler** üzerinden açıklar. İnsan doğası nötr ya da çatışmalı kabul edilir; doğuştan iyi olma vurgusu yoktur.
- B) **Varoluşçu terapi:** Bireyin **özgürlüğü, sorumluluğu** ve **anlam arayışı** ön plandadır. İnsan doğasına olumlu bir bakış vardır; ancak burada olduğu gibi sistematik biçimde **kendini gerçekleştirme güdüsü** vurgusu merkezde değildir.
- C) **Davranışçı kuram:** Davranışlar **öğrenme süreçleri, pekiştirme** ve çevresel etkileşimle açıklanır. Doğuştan gelen içsel bir gelişim güdüsü bu yaklaşımda yer almaz.
- E) **Bilişsel terapi:** Davranışlar **düşünce süreçleri, inançlar** ve **bilişsel şemalar** üzerinden açıklanır. İnsan doğasına ilişkin bu tür **doğuştan iyi ve kendini geliştirme eğilimi** vurgusu bu kuramın temelinde bulunmaz.

Cevap: D

5. Danışman, danışanın yaşadığı kaygıyı doğrudan olaylara değil, bu olaylara ilişkin **düşüncelerine bağlamakta** ve "bu düşünceleri farklı bir bakış açısıyla değerlendirsek nasıl hissedersin?" diyerek danışanın inançlarını **sorgulamaya ve yeniden yapılandırmaya** yönlendirmektedir. Bu yaklaşımda temel varsayım, duyguların kaynağının olaylar değil, bu olaylara ilişkin **bilişsel değerlendirmeler** olduğudur. Danışmanın müdahalesi, danışanın "hiçbir şey yolunda gitmeyecek" gibi **genelleyci ve katı düşüncelerini** fark etmesini sağlamak ve bunları daha **gerçekçi, esnek düşüncelerle değiştirmeye** yöneltilmektedir. Bu yapı, akılcı duygusal davranışçı terapinin temel mantığıyla örtüşür. Bu kuramda özellikle **irrasyonel inançlar**, bireyin duygusal sıkıntılarının kaynağı olarak görülür ve terapi sürecinde bu inançlar **tartışılır, sorgulanır ve yeniden düzenlenir**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Gestalt yaklaşımı:** Şimdi ve burada farkındalığı ve duyguların deneyimlenmesi ön plandadır. Düşüncelerin bu şekilde sistematik olarak yeniden yapılandırılması temel değildir.
- C) **Varoluşçu yaklaşım:** Anlam arayışı, özgürlük ve varoluşsal kaygı üzerine odaklanır. Kaygı doğal kabul edilir; düşüncelerin değiştirilmesi temel hedef değildir.
- D) **Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım:** Danışanın **çözümlerine, güçlü yönlerine ve gelecek hedeflerine** odaklanır. Düşünceleri analiz edip değiştirme bu yaklaşımın merkezinde değildir.
- E) **Gerçeklik terapisi:** Bireyin **seçimleri, sorumluluğu ve şu anki davranışları** üzerine yoğunlaşır. Düşünceleri bilişsel düzeyde yeniden yapılandırma temel yöntem değildir.

Cevap: B

6. Danışman, danışanın yaşadığı çatışmayı başkalarının tutumlarından çok, **kendi yaptığı seçimler** üzerinden ele almaktadır. “Ne tür seçimler yapıyorsun?”, “Bu seçimler seni istediğin ilişkiye yaklaştırıyor mu?”, “Hangi somut adımları atabilirsin?” soruları, danışanın davranışlarının **sorumluluğunu üstlenmesini**, mevcut davranışlarını **değerlendirmesini** ve daha etkili alternatifler üretmesini hedefler. Bu yaklaşımda odak geçmiş ya da başkaları değil, **şu anki davranışlar, seçimler ve eyleme dönük planlamadır**. Danışan, ihtiyaçlarını karşılayacak daha işlevsel davranışları seçmeye yönlendirilir. Bu özellikler, William Glasser’in gerçeklik terapisinde yer alan **seçim kuramı** ve özellikle **WDEP mantığı** (Ne istiyorsun? Ne yapıyorsun? Değerlendirme? Plan) ile doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Gestalt yaklaşımı:** Odak şimdi ve burada farkındalığı ve yaşantının deneyimlenmesidir. Duyguların ifade edilmesi ve fark edilmesi ön plandadır; ancak burada olduğu gibi **davranışın değerlendirilmesi ve planlama** temel değildir.

- C) **Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım:** Danışanın **güçlü yönlerine, çözümlerine ve gelecek hedeflerine** odaklanır. Sorular çözüm üretmeye yöneliktir; ancak gerçeklik terapisindeki gibi **seçim ve sorumluluk vurgusu** bu kadar merkezi değildir.
- D) **Akılci duygusal davranışçı yaklaşım:** Odak **irrasyonel inançlar ve bilişsel yeniden yapılandırma**dır. Duyguların kaynağı düşünceler olarak ele alınır; burada ise düşünceler değil **davranış ve seçimler** ön plandadır.
- E) **Öyküsel yaklaşım:** Sorunlar bireyden **dışsallaştırılır** ve danışanın yaşam hikâyesi yeniden yapılandırılır. Ancak burada olduğu gibi **somut davranış planı oluşturma ve seçimleri sorgulama** bu yaklaşımın temel odağı değildir.

Cevap: B

7. Danışman, Ayten Hanım’a “bu gece bir mucize gerçekleşse...” diye başlayan bir soru yönelterek, mevcut problemin nedenlerinden çok **problemin ortadan kalktığı bir geleceği hayal etmesini** istemektedir. Bu soru, danışanın dikkatini sorundan çözüme kaydırır; “neyin yanlış gittiği” yerine “nasıl bir değişim istendiği” ve bu değişimin **somut göstergeleri** üzerine düşünmesini sağlar. Böylece danışan, ilişkide neyin farklı olacağını fark eder, kendi **hedeflerini netleştirir** ve küçük adımlarla bu hedefe nasıl yaklaşabileceğini görmeye başlar. Bu teknik, çözüm odaklı kısa süreli terapisinin en bilinen uygulaması olan **mucize sorusudur**. Bu yaklaşımda değişimin küçük adımlarla gerçekleşebileceği, danışanın kendi yaşamında işe yaran örüntülere zaten sahip olduğu ve terapistin bu örüntüleri görünür kıldığı kabul edilir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Davranışçı yaklaşım:** Davranışlar **öğrenme ilkeleri, pekiştirme ve koşullanma** ile değiştirilir. Mucize sorusu gibi **gelecek odaklı hayal kurma** bu yaklaşımın tekniği değildir.

- B) **Varoluşçu yaklaşım:** Anlam arayışı, özgürlük ve **sorumluluk** üzerine odaklanır. Bu tür yapılandırılmış tekniklerden çok **felsefi sorgulama** ön plandadır.

- C) **Gerçeklik terapisi:** Odak **seçimler, sorumluluk ve şu anki davranışlardır**. WDEP soruları kullanılır; ancak mucize sorusu bu yaklaşımın parçası değildir.
- D) **Psikanalitik yaklaşım:** Sorunlar **bilinç dışı süreçler** ve **geçmiş yaşantılar** üzerinden açıklanır. Geleceğe yönelik bu tür **çözüm odaklı canlandırmalar** bu yaklaşımda yer almaz.

Cevap: E

8. Danışmanın tutumuna bakıldığında, danışanla **hiyerarşik olmayan, eşitlikçi bir ilişki kurması**, danışanı **kendi yaşamının uzmanı olarak görmesi** ve sorunları yalnızca bireysel değil, **toplumsal ve kültürel bağlam içinde ele alması** dikkat çekmektedir. Ayrıca danışanın **güçlenmesini desteklemesi, toplumsal cinsiyet rollerine yönelik farkındalık geliştirmesi** ve terapi sürecini **toplumsal değişimle ilişkilendirmesi**, feminist terapinin temel ilkeleridir. Bu yaklaşımda sorunlar bireyin içsel eksiklikleriyle değil, çoğu zaman **güç eşitsizlikleri, ataerkil yapı ve toplumsal roller** ile açıklanır. Terapötik ilişki **eşitlikçi, iş birliğine dayalı** ve **güçlendirici** bir yapıdadır. Bu nedenle verilen özellikler doğrudan feminist terapiyi göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel davranışçı terapi:** Odak **otomatik düşünceler, temel inançlar ve davranışların değiştirilmesidir**. Sorunlar bireyin bilişsel yapıları üzerinden açıklanır; toplumsal güç ilişkileri ve cinsiyet rolleri bu yaklaşımın merkezinde değildir.
- B) **Gestalt terapi:** Yaşantısal bir modeldir ve bireyin **şimdi ve burada deneyimine** odaklanır. Danışanın farkındalığını artırmak için deneyimsel teknikler kullanılır. Özellikle **tamamlanmamış işler** (geçmişte yarım kalmış duygular ve yaşantılar) ele alınır ve bireyin bunları **yeniden deneyimleyerek bütünleşmesi** hedeflenir. Ancak toplumsal cinsiyet rolleri, güç ilişkileri ve politik farkındalık bu yaklaşımın temel odağı değildir.
- C) **Gerçeklik terapisi:** Bireyin **seçimleri, sorumluluğu ve şu anki davranışları** üzerine odaklanır. **İhtiyaçların karşılanması** ve daha etkili davranışlar geliştirme ön plandadır; toplumsal bağlam ve güç eşitsizlikleri bu yaklaşımda merkezi değildir.

- E) **Varoluşçu terapi:** Bireyin **anlam arayışı, özgürlüğü, sorumluluğu ve varoluşsal kaygıları** üzerinde durur. İnsan doğası ve yaşamın anlamı sorgulanır; ancak toplumsal cinsiyet rolleri ve güçlendirme vurgusu bu yaklaşımın temel özelliği değildir.

Cevap: D

9. Danışman, Burak'ın yaşadığı çatışmaları doğrudan çözmeye ya da düşüncelerini değiştirmeye odaklanmak yerine, onun **duygularını keşfetmesine ve bu duyguları anlamlandırmasına** yardım etmektedir. Bu vurgu, duyguların yalnızca bir sonuç değil, aynı zamanda bireyin ihtiyaçlarına ve ilişkisel deneyimlerine dair önemli bir **bilgi kaynağı** olduğu anlayışına dayanır. Duygu odaklı terapide amaç, danışanın bastırdığı ya da karmaşık hâle gelen duygularını **fark etmesi, ifade etmesi ve işleyerek dönüştürmesidir**. Bu süreçte terapist empatik bir ilişki kurar, danışanın duygusal yaşantısına eşlik eder ve özellikle **birincil (temel) duygulara ulaşmasına** yardımcı olur; böylece danışan duygularını daha düzenlenebilir ve işlevsel hâle getirir. Burak ile yürütülen bu süreç, doğrudan duygu odaklı terapinin temel hedef ve yöntemleriyle örtüşmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel davranışçı terapi:** Odak **otomatik düşünceler, bilişsel çarpıtmalar** ve davranışların değiştirilmesidir. Duygular ele alınır; ancak temel müdahale düşünceleri **yeniden yapılandırmaktır**.
- B) **Psikanalitik terapi:** Sorunlar **bilinç dışı süreçler, erken çocukluk yaşantıları** ve içsel çatışmalar üzerinden açıklanır. Amaç **icgörü kazandırmaktır**; duyguların anlık deneyimlenmesi merkezde değildir.
- D) **Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Danışanın **güçlü yönlerine, çözümlerine ve gelecek hedeflerine** odaklanır. Duyguların derinlemesine işlenmesi bu yaklaşımın temel odağı değildir.
- E) **Gerçeklik terapisi:** Bireyin **seçimleri, sorumluluğu ve şu anki davranışları** üzerinde durur. Duyguları anlamlandırmaktan çok **davranışı değiştirme** ön plandadır.

Cevap: C

10. Danışman, Neriman Hanım'ın "Ben kaygıyım" diyerek kendisini sorunla özdeşleştirdiği noktada müdahale ederek, kaygıyı **kişiden ayırmakta** ve onu "Bay Kaygı" olarak adlandırmasını istemektedir. Bu, öyküsel terapinin en temel tekniklerinden biri olan **dışsallaştırma**dır. Bu yaklaşımda "sorun kişi değildir, sorun sorundur" anlayışı esastır; yani problem bireyin kimliğinin bir parçası değil, onunla etkileşimde olan ayrı bir olgudur. Danışanın kaygının "zafer hikâyelerini" yazması baskın problem öyküsünü görünür kılarken, ardından kendi **direnış öykülerini keşfetmesi** alternatif ve güçlendirici hikâyelerin oluşturulmasını sağlar. Böylece danışan, problem karşısında daha etkin ve güçlü bir konum kazanır; kimliğini de bu yeni öyküler üzerinden yeniden yapılandırır. Bu özellikler doğrudan öyküsel terapiyi göstermektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Bilişsel davranışçı yaklaşım:** Odak **otomatik düşünceler, inançlar** ve davranışların değiştirilmesidir. Kaygı, düşünce-duygu ilişkisi içinde ele alınır; ancak problemi bu şekilde **kişiden ayırma ve hikâyeleştirme** bu yaklaşımın temel yöntemi değildir.

B) **Psikanalitik yaklaşım:** Kaygı **bilinç dışı çatışmalar**, bastırılmış dürtüler ve erken yaşantılarla açıklanır. Amaç içgörü kazandırmaktır; ancak problemle bu şekilde **dışsallaştırılmış ilişki kurma** bu yaklaşımda yer almaz.

D) **Gestalt yaklaşımı:** Yaşantısal bir modeldir ve bireyin **şimdi ve burada farkındalığına** odaklanır. Özellikle geçmişte yarım kalmış duygular ve deneyimler **tamamlanmamış işler** olarak ele alınır ve danışanın bu yaşantıları yeniden deneyimleyerek bütünleştirmesi hedeflenir. Ancak burada olduğu gibi problemi ayrı bir varlık olarak ele alma ve hikâye üzerinden yeniden yapılandırma gestalt kuramının temel yaklaşımı değildir.

E) **Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım:** Danışanın **güçlü yönlerine, çözümlerine ve gelecek hedeflerine** odaklanır. Ancak **dışsallaştırma ve alternatif hikâye oluşturma** bu yaklaşımın merkezi değildir.

Cevap: C

11. Danışman, Beyza'nın yaşadığı odaklanma sorununu yalnızca bireysel bir özellik olarak değil, **anne-baba arasındaki iletişim, kardeşlerle etkileşim** ve genel olarak **aile içi ilişkiler ağı** içinde ele almaktadır. Bu bakış açısında problem, tek bir bireyin içinde değil; bireyin içinde bulunduğu **ilişki sistemi ve etkileşim örüntülerinde** aranır. Aile sistemleri yaklaşımına göre bireyin davranışları, ait olduğu sistemin (özellikle aile sisteminin) bir parçasıdır ve bu sistemdeki **roller, sınırlar, alt sistemler** (anne-baba, kardeşler vb.) ve **iletişim biçimleri** bireyin yaşadığı sorunları doğrudan etkiler. Bu nedenle danışman, Beyza'nın yaşadığı güçlüğü **bağlamsal ve sistemik bir çerçevede** anlamlandırmaktadır. Bu yaklaşım doğrudan aile sistemleri kuramına karşılık gelir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Birey merkezli yaklaşım:** Bireyin **öznel yaşıntısı, benlik algısı ve kendini gerçekleştirmeye eğilimi** temel alınır. Terapötik ilişkide **empati, koşulsuz kabul ve saygınlık** esastır. Ancak problem daha çok bireyin **içsel deneyimi** üzerinden ele alınır; aile sistemi ve ilişkisel yapı bu kadar merkezde değildir.

B) **Davranışçı yaklaşım:** Davranışlar **öğrenme ilkeleri, pekiştirme, ceza ve koşullanma süreçleri** ile açıklanır. Kişilik, öğrenilmiş davranış örüntülerinin toplamıdır. Çevre önemlidir; ancak bu yaklaşım çevreyi **sistemik ilişkiler bütünü** olarak değil, daha çok **uyarıcı-tepki bağlamında** ele alır.

C) **Bilişsel yaklaşım:** Bireyin yaşadığı sorunlar **otomatik düşünceler, ara inançlar ve temel şemalar** üzerinden açıklanır. Davranış ve duygular, bireyin olayları **nasıl yorumladığına** bağlıdır. Ancak aile içi ilişkiler burada olduğu gibi **merkezi analiz birimi** değildir.

D) **Gestalt yaklaşımı:** Yaşantısal bir modeldir ve bireyin **şimdi ve burada farkındalığına** odaklanır. Özellikle **tamamlanmamış işler** (geçmişten gelen yarım kalmış duygular) ele alınır ve bireyin bu yaşantıları deneyimleyerek bütünleştirmesi hedeflenir. Ancak sorunların aile sistemi ve ilişkisel ağ içinde analiz edilmesi bu yaklaşımın temel odağı değildir.

Cevap: E

12. Soru, terapide **bilinç dışı süreçlerin ele alındığını, geçmiş yaşantıların bugünkü davranışları etkilediğini** ve bu içeriklerin fark edilmesinin amaçlandığını söylediği için bu yaklaşım **psikanalitik kuram**dır. Psikanalitik kurama göre bireyin davranışları, farkında olmadığı **bastırılmış dürtüler, erken çocukluk yaşantıları** ve **içsel çatışmalar** tarafından belirlenir. Kişilik; **id, ego ve süperegö** yapılarının etkileşimiyle açıklanır. Danışma sürecinde amaç, bu bilinç dışı içeriklerin **bilinç düzeyine çıkarılması** ve danışanın **içgörüyü kazanmasıdır**. Bu doğrultuda **serbest çağrışım, rüya analizi, yorumlama** ve **aktarım** gibi teknikler kullanılır.

- A) **Birey merkezli yaklaşım:** Bireyin **öznel yaşantısı, benlik algısı** ve **kendini gerçekleştirme eğilimi** ön plandadır; terapötik ilişki **empati, koşulsuz kabul** ve **saydamlık** üzerine kuruludur.
- C) **Bilişsel davranışçı kuram:** Sorunlar **otomatik düşünceler, bilişsel çarpıtmalar** ve **inançlar** ile açıklanır; düşünceler yeniden yapılandırılır ve süreç **yapılandırılmıştır**.
- D) **Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Odak **çözümler, güçlü yönler** ve **gelecek hedefleridir**; **mucize sorusu** ve **istisnalar** temel tekniklerdir.
- E) **Varoluşçu kuram:** Bireyin **anlam arayışı, özgürlüğü** ve **sorumluluğu** ön plandadır.

Cevap: B

13. Parçada; **aşağılık duygusu**, bunun aşırı hâlinde **üstünlük kompleksine dönüşmesi**, sağlıklı kişilik için **sosyal ilgi** ve danışma sürecinde **işlevsel yaşam hedefleri geliştirme** açıkça anlatıldığı için bu yaklaşım **bireysel psikolojik danışma yaklaşımıdır**. Bu yaklaşım Alfred Adler'e aittir. Adler'e göre birey, erken yaşlarda hissettiği aşağılık duygusunu telafi etmek için bir **üstünlük çabası** geliştirir ve bu doğrultuda kendine özgü bir **yaşam stili** oluşturur. Ruh sağlığının en önemli ölçütü ise **sosyal ilgidir**; yani bireyin yalnızca kendi ihtiyaçlarını değil, toplumun ve diğer insanların ihtiyaçlarını da gözetmesidir. Danışma sürecinde amaç, danışanın işlevsel olmayan yaşam hedeflerini fark etmesi, bunları yeniden düzenlemesi ve **toplumsal faydayı gözetken daha sağlıklı bir yönelim geliştirmesidir**. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) **Psikanalitik kuram:** Davranışlar **bilinç dışı süreçler, dürtüler** ve **erken çocukluk yaşantıları** ile açıklanır. Kişilik, **id-ego-süperegö** yapıları üzerinden ele alınır; ancak **aşağılık duygusu ve sosyal ilgi** bu kuramın temel kavramları değildir.
- B) **Birey merkezli kuram:** İnsan doğası **olumlu** kabul edilir; birey **kendini gerçekleştirme eğilimine** sahiptir. **Benlik algısı, empati, koşulsuz kabul** ve **saydamlık** temel kavramlardır; ancak **sosyal ilgi ve üstünlük çabası** bu yaklaşımın merkezinde yer almaz.
- D) **Davranışçı yaklaşım:** Davranışlar **öğrenme ilkeleri, pekiştirme** ve **koşullanma** ile açıklanır. Kişilik, öğrenilmiş davranış örüntülerinin toplamıdır; içsel kavramlar ikinci plandadır.
- E) **Bilişsel yaklaşım:** Davranış ve duygular, bireyin **otomatik düşünceleri, inançları** ve **bilişsel çarpıtmaları** ile açıklanır. Ancak **sosyal ilgi, yaşam stili ve üstünlük çabası** bu yaklaşımın temel kavramları değildir.

Cevap: C

14. Parçada danışmanın, öğrenciyi geçmişteki olayları uzun uzun analiz etmek yerine **"şimdi ve burada" yaşadığı duygu, düşünce ve bedensel tepkilere yönlendirmesi**, ayrıca **tamamlanmamış yaşantıları oturumda canlandırarak farkındalık kazandırması** açıkça belirtilmektedir. Bu, **gestalt yaklaşımının** temelidir. Gestalt terapide bireyin geçmişte yarım kalmış, çözülmemiş duyguları **"tamamlanmamış işler"** olarak ele alınır ve danışanın bunları **deneyimleyerek bütünleştirmesi** hedeflenir. Terapi süreci **yaşantısaldır**; analiz etmekten çok **fark etmek ve deneyimlemek** esastır. Amaç, bireyin farkındalığını artırarak kendi duygularını, davranışlarını ve seçimlerini **sorumluluk alarak sahiplenmesini** sağlamaktır. Bu özellikler doğrudan **gestalt yaklaşımını** gösterir. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) **Bireysel psikolojik danışma yaklaşımı (Adler):** Odak **aşağılık duygusu, üstünlük çabası, yaşam stili** ve **sosyal ilgidir**. Bireyin geçmiş yaşantıları önemlidir; ancak burada olduğu gibi **şimdi ve burada deneyimleme** temel yöntem değildir.

- B) **Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım:** Danışanın **çözümlerine, güçlü yönlerine ve gelecek hedeflerine** odaklanır. **Mucize sorusu** ve **istisnalar** kullanılır; geçmiş yaşantıların canlandırılması ve farkındalık çalışmaları merkezde değildir.
- C) **Gerçeklik kuramı:** Bireyin **seçimleri, sorumluluğu ve şu anki davranışları** üzerinde durur. **İhtiyaçların karşılanması** ve plan yapma önemlidir; ancak **tamamlanmamış yaşantıların deneyimlenmesi** bu yaklaşımın temel tekniği değildir.
- D) **Varoluşçu yaklaşım:** **Anlam arayışı, özgürlük, sorumluluk ve varoluşsal kaygı** üzerine odaklanır. Farkındalık önemlidir; ancak gestalt kuramındaki gibi **deneyimsel canlandırmalar ve tamamlanmamış işler** kavramı bu yaklaşımın merkezinde değildir.

Cevap: E

- B) **Bilişsel-davranışçı yaklaşım:** Sorunlar **otomatik düşünceler, inançlar** ve davranışlar üzerinden ele alınır. Davranış boyutu vardır; ancak burada olduğu gibi **sorumluluk ve seçim vurgusu** bu kadar merkezi değildir.
- C) **Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Danışanın **güçlü yönlerine, çözümlerine ve gelecek hedeflerine** odaklanır. Geçmişten çok çözüm konuşulur; ancak gerçeklik terapisindeki gibi **davranışın değerlendirilmesi ve planlama (WDEP)** bu kadar yapılandırılmış değildir.
- E) **Sistemik aile terapisi:** Sorunlar bireyden çok **aile sistemi, etkileşim örüntüleri ve roller** üzerinden açıklanır. Ancak burada odak bireyin **kendi seçimleri ve davranışlarıdır**, sistemin bütünü değil.

Cevap: D

15. Parçada danışmanın, geçmiş tartışmaları ayrıntılı biçimde analiz etmek yerine Gül'ün **şu anda ne yaptığına**, bu davranışların ilişkisiyi **iyileştirip iyileştirmedikğine** ve **hangi seçimlerin sorumluluğunu üstlenmesi gerektiğine** odaklandığı açıkça görülmektedir. Ayrıca danışanın daha işlevsel davranışlar geliştirmesi için **somut bir plan oluşturulması** vurgulanmaktadır. Bu yaklaşımda temel odak, bireyin **mevcut davranışları, seçimleri** ve bu seçimlerin sonuçlarıdır. Danışan, ihtiyaçlarını karşılayacak daha etkili davranışları seçmeye yönlendirilir ve sürecin merkezinde **sorumluluk alma** yer alır. Bu özellikler, William Glasser'in gerçeklik kuramında yer alan **seçim kuramı** ve **WDEP mantığı** (Ne istiyorsun? Ne yapıyorsun? Değerlendirme? Plan) ile doğrudan örtüşmektedir. Bu nedenle yaklaşım **gerçeklik kuramıdır**. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

- A) **Analitik kuram (Jung):** Odak **kolektif bilinç dışı, arketipler, persona, gölge** gibi kavramlardır. Danışma sürecinde semboller ve içsel yapıların anlamlandırılması önemlidir; ancak burada olduğu gibi **davranış ve seçim odaklı planlama** yoktur.

1. Parçada danışmanın, Aslı'nın kişiler arası etkileşimlerinde hangi **ego durumu** (ebeveyn, yetişkin, çocuk) ile tepki verdiğini fark etmesine yardımcı olduğu açıkça görülmektedir. Bu müdahale, Eric Berne tarafından geliştirilen **transaksiyonel analiz** kuramına dayanmaktadır. Transaksiyonel analiz, bireyin kişiler arası iletişimini ve davranışlarını ego durumları ve bu durumlar arasındaki etkileşimler (transaksiyonlar) üzerinden açıklar. Kurama göre birey; öğrenilmiş kuralları ve yargıları içeren **ebeveyn**, gerçekçi ve mantıklı değerlendirme yapan **yetişkin** ve duygusal-tepkisel yönleri barındıran **çocuk** ego durumlarına sahiptir. Sağlıklı iletişim, bu ego durumlarının fark edilmesi ve özellikle yetişkin ego durumunun işlevsel biçimde kullanılmasına bağlıdır. Parçada kullanılan **yapısal analiz** tekniği ise bireyin bu üç ego durumunu tanıması, hangi durumlarda hangisini kullandığını ayırt etmesi ve bu durumlar arasındaki dengeyi değerlendirmesini sağlar. Böylece danışan, otomatik ve işlevsiz tepkiler yerine daha bilinçli ve uygun tepkiler geliştirebilir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Öyküsel terapi – dışsallaştırma:** Öyküsel terapi, bireyin yaşamını baskın öyküler üzerinden anlamlandırmasına odaklanır. **Dışsallaştırma** tekniğinde problem bireyden ayrıştırılır ("sorun kişi değildir, sorun sorundur") ve danışanın problemle mesafe kurması sağlanır; ego durumlarının analizi yapılmaz.

C) **Bilişsel terapi – olumlu iç konuşmaları geliştirme:** Bilişsel terapi, otomatik düşünceler ve inanç sistemleri üzerinden çalışır. **Olumlu iç konuşmaları geliştirme** tekniği, işlevsel olmayan düşünceleri daha gerçekçi ve uyumlu olanlarla değiştirmeyi hedefler; ego durumları üzerinden kişiler arası iletişim analizi içermez.

D) **Akılcı duygusal davranışçı terapi – mantıklı inanç kazandırma:** Bu kuram, irrasyonel inançların duygusal sorunlara yol açtığını savunur. **Mantıklı inanç kazandırma** tekniği ile bu inançlar sorgulanır ve yeniden yapılandırılır; ego durumları ve iletişim rolleri bu yaklaşımın odağında değildir.

E) **Duygu odaklı terapi – duygusal farkındalık kazandırma:** Bu yaklaşım, duyguların fark edilmesi ve işlenmesine odaklanır. **Duygusal farkındalık kazandırma** tekniği, danışanın bastırılmış ya da kaçındığı duygulara ulaşmasını sağlar; ego durumlarının yapılandırılmış analizi yer almaz.

Cevap: A

2. Parçada danışmanın, Ece'den zihnine gelenleri **herhangi bir sansür, mantık ya da düzen olmadan ifade etmesini istemesi**, doğrudan bilinç dışı süreçlere ulaşmayı amaçlayan bir müdahaledir. Bu, psikanalitik yaklaşımın temel tekniklerinden biri olan **serbest çağrışım**dır. **Psikanalitik terapi**, Sigmund Freud tarafından geliştirilmiş olup insan davranışlarını bilinç dışı dürtüler, bastırılmış yaşantılar ve erken çocukluk deneyimleri üzerinden açıklar. Bu kurama göre bireyin yaşadığı belirtiler, bilinç dışına itilmiş çatışmaların dolaylı yansımalarıdır. Bu nedenle terapi sürecinde amaç, bu bastırılmış içerikleri bilinç düzeyine çıkarmaktır. **Serbest çağrışım tekniği**, danışanın aklına gelen her şeyi sansürlemeden ifade etmesini sağlayarak bilinç dışı materyalin ortaya çıkmasına olanak tanır; danışman da bu çağrışımlar arasındaki bağlantıları analiz ederek bastırılmış duygu ve düşüncelere ulaşır. Bu yönüyle parçada anlatılan müdahale doğrudan bu tekniğe karşılık gelmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Gestalt terapisi – boş sandalye:** Gestalt terapisi, bireyin yaşantılarını "şimdi ve burada" içinde fark etmesini ve bütünleştirmesini hedefler. Temel kavramlarından biri **tamamlanmamış yaşantılardır**; geçmişte ifade edilememiş duygu ve ihtiyaçlar bugüne taşınır ve psikolojik gerilim yaratır. **Boş sandalye tekniği**, danışanın karşısında hayali bir kişi varmış gibi konuşarak bastırılmış duygularını ifade etmesini sağlar. Amaç, bu yarım kalmış yaşantıyı tamamlamak ve farkındalık kazandırmaktır. Ancak bu teknik, çağrışım yoluyla bilinç dışını çözümleme değil, deneyimleme ve farkındalık üzerine kuruludur.

C) **Öyküsel terapi – dışsallaştırma:** Öyküsel terapi, bireyin yaşamını öyküler aracılığıyla yapılandırıldığını savunur. Sorunlar, bireyin kimliğinin bir parçası değil, ayrı bir yapı olarak ele alınır. **Dışsallaştırma tekniği**, "sorun kişi değildir" anlayışıyla problemi bireyden ayırır ve danışanın problemle ilişkisini yeniden kurmasını sağlar. Amaç, problem yüklü baskın öyküyü zayıflatmak ve alternatif öyküler geliştirmektir. Bilinç dışı çağrışımların analizine dayanmaz.

- D) **Davranışçı terapi – maruz bırakma (yüzleştirme):** Davranışçı terapi, öğrenme ilkelerine dayanır ve davranışların koşullanma yoluyla kazanıldığını savunur. **Maruz bırakma tekniği**, danışanın korktuğu uyarılarla sistematik biçimde karşı karşıya getirilmesini içerir. Bu teknik; **aşamalı maruz bırakma (yerinde duyarsızlaştırma)** ve **taşırma (flooding)** olarak uygulanabilir. Aşamalı maruz bırakmada uyarılar en az kaygı verenden en yükseğe doğru sıralanır ve kademeli ilerlenir. Taşırmada ise birey doğrudan en yoğun uyarılarla karşılaştırılır. Amaç, kaçınmayı azaltmak ve korku tepkisini söndürmektir. Bu yaklaşım, bilinç dışı süreçleri analiz etmez; gözlenebilir davranışa odaklanır.
- E) **Adler terapisi (bireysel psikoloji) – düğmeye basma:** Adler yaklaşımı, bireyin davranışlarını amaçlı ve sosyal bağlam içinde ele alır; temel kavramlar arasında yaşam tarzı, aşağılık duygusu ve sosyal ilgi yer alır. **Düğmeye basma tekniği**, danışanın önce olumlu sonra olumsuz bir anıyı canlandırması ve ardından zihinsel olarak bu yaşantılar arasında geçiş yapması üzerine kuruludur. Amaç, bireyin duygularının kendi bilişsel seçimleriyle değişebileceğini fark etmesini sağlamaktır. Bu teknik, bilinç dışı çağrışım çözümlemesine dayanmaz.

Cevap: B

- A) **Davranışçı – maruz bırakma:** Davranışçı yaklaşımda **maruz bırakma tekniği**, bireyin korktuğu dışsal uyarılarla karşılaştırılmasını içerir ve kaçınmayı azaltmayı hedefler; burada ise odak dışsal uyarı değil, içsel duygunun deneyimlenmesidir.
- B) **Psikanalitik – serbest çağrışım:** Psikanalitik yaklaşım bilinç dışı süreçlere odaklanır. **Serbest çağrışım tekniği**, danışanın aklına gelenleri sansürsüz ifade etmesini sağlar; bu soruda ise çağrışım değil, duygunun doğrudan yaşanması söz konusudur.
- D) **Birey merkezli – koşulsuz kabul:** Birey merkezli yaklaşımda **koşulsuz kabul**, danışanın yargılanmadan kabul edilmesini ifade eden bir terapötik tutumdur; danışanı aktif biçimde duyguyla yüzleştirme ve duygunun içinde tutma müdahalesi içermez.
- E) **Varoluşçu – yaşamın anlamını sorgulama:** Varoluşçu yaklaşım, bireyin yaşamın anlamı ve varoluşsal temalar üzerine düşünmesini içerir. **Yaşamın anlamını sorgulama**, varoluşsal farkındalık sağlar; ancak spesifik olarak duygunun içinde kalma ve onu deneyimletme tekniği değildir.

Cevap: C

3. Parçada danışmanın, Bora'nın kaçındığı üzüntü ve kaygı duygularını bastırmak yerine bu duyguların içinde kalmasını ve onları doğrudan deneyimlemesini sağlamaya çalıştığı görülmektedir. Danışan, sosyal medyaya yönelerek duygudan kaçınırken, danışman bu kaçınmayı kırarak duyguyla temas kurmasını teşvik etmektedir. Bu durum, gestalt terapisinin temel ilkeleriyle örtüşür. Gestalt yaklaşımı "şimdi ve burada" yaşantısına odaklanır ve bireyin farkındalığını artırmayı hedefler. Bu bağlamda kullanılan **duygunda kal tekniği**, danışanın kurtulmak için acele ettiği, hoş olmayan duygudan kaçmak yerine o duygunun içinde kalmasını sağlar. Danışanın duyguyu bastırmadan yaşaması, duygusal farkındalığını artırır ve zorlayıcı yaşantılara tahammül kapasitesini geliştirir. Böylece birey, duygudan kaçmak yerine onu deneyimleyerek bütünleştirir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

4. Danışman, "kadınların görevi..." gibi dayatmaların bireysel gerçeklik değil, **toplumsal olarak inşa edilmiş önyargılar** olduğunu danışana göstererek bu inançları sorgulatmaktadır. Bu müdahale, feminist terapinin temel varsayımlarıyla örtüşür. **Feminist terapi**, bireyin sorunlarını yalnızca bireysel düzeyde değil, içinde bulunduğu **toplumsal, kültürel ve güç ilişkileri bağlamında** ele alır. Amaç, danışanın içselleştirdiği baskıcı toplumsal mesajları fark etmesini ve bunlardan özgürleşmesini sağlamaktır. Bu bağlamda kullanılan **kültür analizi tekniği**, bireyin yaşadığı sorunların kültürel normlar, toplumsal cinsiyet rolleri ve güç yapılarıyla ilişkisini ortaya koymayı hedefler; danışanın bu kalıpları sorgulaması ve yeniden anlamlandırması sağlanır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel-davranışçı terapi – yeniden çerçeveleme:** Bilişsel-davranışçı terapi, bireyin otomatik düşüncelerini ve inançlarını değiştirmeye odaklanır. **Yeniden çerçeveleme tekniği**, olaylara farklı bir bakış açısı kazandırmayı amaçlar; ancak toplumsal cinsiyet rolleri ve güç ilişkileri bağlamında sistematik bir analiz içermez.
- C) **Adlerian terapi (bireysel psikoloji) – yaşam stili değerlendirmesi:** Adler yaklaşımı, bireyin yaşam tarzını ve erken yaşantılarını inceleyerek davranışlarını anlamayı hedefler. **Yaşam stili değerlendirmesi tekniği**, bireyin hedeflerini ve yaşam biçimini analiz eder; ancak toplumsal cinsiyet ve kültürel baskılar temel odak değildir.
- D) **Gestalt terapisi – boş sandalye:** Gestalt terapisi, “şimdi ve burada” farkındalığına odaklanır. **Boş sandalye tekniği**, tamamlanmamış yaşantıları çalışmak için kullanılır; toplumsal yapı ve kültürel kalıpların analizi bu yaklaşımda merkezi değildir.
- E) **Çözüm odaklı kısa süreli terapi – istisna arama:** Bu yaklaşım, danışanın güçlü yönlerine ve çözümlere odaklanır. **İstisna arama tekniği**, problemin yaşanmadığı anları bulmayı hedefler; toplumsal cinsiyet rolleri ve kültürel eleştiri bu yaklaşımın odağında değildir.

Cevap: B

5. Parçada danışmanın, Murat'ın güncel yaşantılarındaki otoriteyle çatışma örüntüsünü anlamak için geçmiş yaşantılarını inceleyerek çocukluk deneyimleriyle bağlantı kurduğu ve bu bağlantıyı danışana açıklayarak içgörü kazandırdığı görülmektedir. Bu durum, psikanalitik yaklaşımın temel varsayımıyla örtüşür. **Psikanalitik terapi**, bireyin bugünkü davranışlarının kökenini bilinç dışı süreçler ve erken çocukluk yaşantılarıyla açıklar. Bu bağlamda kullanılan **yorumlama tekniği**, danışanın geçmiş yaşantıları ile mevcut davranışları arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı ve danışanın bu bağlantıyı fark ederek içgörü geliştirmesini sağlamayı amaçlar. Danışmanın Murat'a bugünkü çatışmalarının babasıyla yaşadığı deneyimlerden beslendiğini açıklaması doğrudan bu tekniğe karşılık gelmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Gestalt terapisi – şimdi ve burada:** Gestalt terapisi, bireyin anlık yaşantılarına ve farkındalığına odaklanır; geçmiş yaşantılar ancak şu anki deneyim içinde ele alınır, derin geçmiş çözümlemesi ve yorumlama temel değildir.
- B) **Bilişsel-davranışçı terapi – yeniden yapılandırma:** Bu yaklaşım, bireyin işlevsel olmayan düşüncelerini değiştirmeye odaklanır. **Yeniden yapılandırma tekniği**, bilişsel çarpıtmaları dönüştürmeyi amaçlar; çocukluk yaşantılarıyla dinamik bağ kurma ve içgörü kazandırma temel değildir.
- D) **Feminist terapi – kültür analizi:** Feminist terapi, bireyin yaşadığı sorunları toplumsal cinsiyet rolleri ve güç ilişkileri bağlamında ele alır. **Kültür analizi tekniği**, toplumsal etkileri fark ettirmeye yöneliktir; bireyin çocukluk yaşantılarının yorumlanması bu yaklaşımın odağında değildir.
- E) **Varoluşçu terapi – sorumluluk üstlenme:** Varoluşçu yaklaşım, bireyin özgürlük, sorumluluk ve yaşamın anlamı gibi temalarla yüzleşmesini hedefler. **Sorumluluk üstlenme**, bireyin seçimlerinin farkına varmasını sağlar; geçmiş yaşantıların yorumlanması ve içgörü kazandırma bu düzeyde ele alınmaz.

Cevap: C

6. Bu soruda psikolojik danışmanın müdahalesi, danışanın geçmişte ifade edemediği duygu ve düşünceleri **hayali bir diyalog aracılığıyla şimdi ve burada yaşantılayarak açığa çıkarmasına** yöneliktir. Danışanın, karşısında babası varmış gibi hayal ederek onunla konuşması sağlanmakta ve böylece içinde birikmiş duygularını ifade etmesi amaçlanmaktadır. Bu durum, gestalt terapisinin temel kavramlarından olan **tamamlanmamış yaşantılar** ile doğrudan ilişkilidir. Gestalt yaklaşımına göre birey, geçmişte tamamlamadığı duygusal süreçleri bugüne taşır ve bu durum ilişkilerde sorunlara yol açar. Bu bağlamda kullanılan **boş sandalye tekniği**, tamamlanmamış işleri tamamlamak amacıyla uygulanır; danışan sandalyeye koyduğu kişiyle konuşur, gerekirse yer değiştirerek o kişinin rolüne girer ve süreci canlandırır. Böylece bastırılmış duygular açığa çıkar, farkındalık artar ve yaşantı bütünleştirilir. **Doğru cevap**

A seçeneğidir.

- B) Çözüm odaklı kısa süreli terapi – mucize soru:** Bu yaklaşım geleceğe ve çözümlere odaklanır. **Mucize soru tekniği**, problemin ortadan kalktığı bir durumu hayal ettirir; geçmişte bastırılmış duyguların ifade edilmesi hedeflenmez.
- C) Analitik terapi – arketip analizi:** Analitik terapi, kolektif bilinç dışı ve arketipler üzerinden kişiliği açıklar. **Arketip analizi**, semboller ve evrensel imgeler üzerinden çözümleme yapar; danışanın belirli bir kişiyle diyalog kurması bu teknik kapsamında değildir.
- D) Birey merkezli terapi – koşulsuz kabul:** Birey merkezli yaklaşımda **koşulsuz kabul**, danışanın yargılanmadan kabul edilmesini ifade eden bir terapötik tutumdur; yapılandırılmış bir teknik olarak hayali diyalog kurdurma içermez.
- E) Gerçeklik terapisi – sorumluluk yükleme:** Gerçeklik terapisi, bireyin seçimleri ve sorumlulukları üzerine odaklanır. **Sorumluluk yükleme**, danışanın davranışlarının sorumluluğunu üstlenmesini sağlamaya yöneliktir; geçmişte ifade edilmemiş duyguların çalışılması bu yaklaşımın odağında değildir.

Cevap: A

7. Bu soruda psikolojik danışmanın müdahalesi, danışanın başarısızlık korkusu ve yetersizlik algısını azaltmak için **güçlü yönlerine, geçmiş başarılarına ve çabasına odaklanarak kendine güvenini artırmaya** yöneliktir. Danışman, Aslı'nın yalnızca eksikliklerine değil; azmine, çabasına ve gelişimine vurgu yaparak onun **kendi içsel potansiyelini fark etmesini** sağlamaktadır. Bu durum, bireysel psikoloji (Adler yaklaşımı) ile örtüşür. **Bireysel terapi**, bireyin aşağılık duygularını azaltmayı, kendine güvenini geliştirmeyi ve daha işlevsel bir benlik algısı oluşturmasını hedefler. Bu bağlamda kullanılan **cesaretlendirme tekniği**, bireyin yetersizlik korkusuna kapılmadan güçlü yönlerini görmesini, çabasını fark etmesini ve yaşam üzerinde etkili olabileceğini anlamasını sağlar. Aynı zamanda bu teknik, bireysel terapide sürecin her aşamasında kullanılan ve yaklaşımın **en ayırt edici özelliğidir**. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) Bilişsel-davranışçı terapi – yeniden çerçeveleme:** Bu yaklaşım, otomatik düşünceleri değiştirmeye odaklanır. **Yeniden çerçeveleme tekniği**, olaylara farklı anlamlar kazandırmayı içerir; ancak burada temel vurgu bilişsel değişimden çok danışanın cesaretlendirilmesidir.
- B) Psikanalitik terapi – yorumlama:** Psikanalitik yaklaşım, bilinç dışı süreçler ve geçmiş yaşantılar üzerinden içgörü kazandırmayı hedefler. **Yorumlama tekniği**, geçmiş ile şimdi arasında bağ kurar; bu soruda böyle bir süreç yer almamaktadır.
- C) Gestalt terapi – boş sandalye:** Gestalt terapisi, farkındalık ve “şimdi ve burada” ilkesine dayanır. **Boş sandalye tekniği**, tamamlanmamış yaşantıların ifade edilmesini sağlar; güçlü yönler odaklanma bu yaklaşımın odağında değildir.
- D) Feminist terapi – kültür analizi:** Feminist terapi, bireyin sorunlarını toplumsal cinsiyet rolleri ve güç ilişkileri bağlamında ele alır. **Kültür analizi tekniği**, toplumsal etkileri fark ettirmeye yöneliktir; bireyin öz güvenini doğrudan artırmaya yönelik değildir.

Cevap: E

8. Psikolojik danışmanın müdahalesi, gestalt yaklaşımında kullanılan **duygunda kal tekniğidir**. Bu teknik, danışanın kaçınmaya çalıştığı üzüntü ve kaygı gibi rahatsız edici duygulardan uzaklaşmak yerine o duygunun içinde kalmasını sağlamayı hedefler. Gestalt terapi bağlamında bu teknik, bireyin “şimdi ve burada” yaşantısına odaklanmasını, duygularını bastırmadan deneyimlemesini ve farkındalık geliştirmesini sağlar. danışanın duygudan kaçmak yerine onu yaşamayı, duygusal dayanıklılığını artırır ve yaşantısını bütünleştirmesine yardımcı olur. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) Geçmiş travmatik deneyimlerin tekrar yaşatılması:** Bu ifade, danışanın geçmişte yaşadığı travmatik olayları yeniden ele alarak duygusal olarak işlemesine dayanan yaklaşımlarda kullanılır. Bu tür müdahalelerde amaç, travmatik anının etkisini azaltmaktır. Gestalt psikolojik danışma kuramında ise odak geçmişten yeniden yaşatmak değil, mevcut duygunun fark edilmesi ve deneyimlenmesidir.

- C) Olumsuz düşüncelerin yeniden yapılandırılması:** Bu ifade, bilişsel-davranışçı terapide kullanılan bir müdahaledir. danışanın işlevsel olmayan düşüncelerini fark edip daha gerçekçi düşünceler geliştirmesi amaçlanır. Gestalt kuramında ise düşüncelerden çok yaşantının fark edilmesi ön plandadır.
- D) Davranışların koşullandırılarak değiştirilmesi:** Bu ifade, davranışçı yaklaşımın temelini oluşturur. davranışlar öğrenme ilkeleri doğrultusunda değiştirilir. Gestalt psikolojik danışma kuramında ise davranış değişimi farkındalık yoluyla gerçekleşir.
- E) İçsel çatışmaları analiz ederek bilinç dışına ulaşmak:** Bu ifade, psikanalitik yaklaşımın temel hedeflerinden biridir. danışanın bilinç dışı süreçleri anlaması amaçlanır. Gestalt kuramında ise bilinç dışı çözümleme yerine bireyin anlık yaşantısına odaklanılır.

Cevap: B

9. Psikolojik danışmanın müdahalesi, bireysel psikoloji yaklaşımında kullanılan **düğmeye basma tekniğidir**. Bu teknik, danışanın duygularının nasıl oluştuğunu fark etmesini sağlamak amacıyla yapılandırılmış bir deneyim sunar. Danışandan önce olumlu bir yaşantıyı, ardından olumsuz bir yaşantıyı zihninde canlandırması istenir. Daha sonra danışan, sanki bir televizyonun düğmesine basar gibi bu yaşantılar arasında geçiş yapar. Bu süreçte, istediğinde üzücü ya da mutluluk verici yaşantıyı seçebildiğini ve buna bağlı olarak duygularının değiştiğini doğrudan deneyimler. Böylece danışan, duygularının oluşumunda aktif rolünü fark eder ve duygularını yönetebileceğine dair farkındalık geliştirir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Öyküsel – dışsallaştırma:** Bu teknikte temel ilke “sorun kişi değildir, sorun sorundur” anlayışıdır. Sorun, danışanın kimliğinden ayrıştırılarak ele alınır ve bireyin yaşamına dışarıdan gelmiş bir durum gibi konumlandırılır. Böylece danışanın kendisini sorunla özdeşleştirmesi engellenir ve alternatif öyküler geliştirmesine yardımcı olunur. Ancak danışanın zihinsel canlandırmalar yaparak duygularındaki değişimi deneyimlemesi bu tekniğin kapsamına girmez.

- B) Çözüm odaklı – gelecek planlama:** Bu yaklaşımda danışanın güçlü yönleri ve hedefleri merkeze alınır. Geleceğe yönelik çözüm yolları geliştirilir ve danışanın ilerlemesi desteklenir. Duyguların, yaşantılar arasında geçiş yapılarak nasıl değiştiğini deneyimletmeye yönelik bir uygulama içermez.

- C) Varoluşçu – yaşamın anlamını sorgulama:** Bu yaklaşım, bireyin yaşamın anlamı, özgürlük ve sorumluluk gibi temel varoluşsal konularla yüzleşmesini sağlar. Duyguların zihinsel olarak değiştirilmesini deneyimleten yapılandırılmış bir teknik içermez.

- D) Gerçeklik – seçim ve sorumluluk:** Gerçeklik terapisinde bireyin davranışları, seçimleri ve bu seçimlerin sonuçları üzerinde durulur. Sorumluluk alma vurgulanır. Ancak danışanın olumlu ve olumsuz yaşantıları zihinsel olarak canlandırarak duygusal değişimi gözlemlemesine dayalı bir teknik bu yaklaşımda yer almaz.

Cevap: E

10. Psikolojik danışmanın müdahalesi, varoluşçu yaklaşımda kullanılan **paradoksal niyet tekniğidir**. Bu teknik, danışanın kaçınmaya çalıştığı ya da kontrol etmeye çalıştığı semptomun tersini yapmasını içerir. Danışana “uyumaya çalışmak” yerine “uyanık kalmaya çalışmak” önerilerek, performans kaygısı ve aşırı kontrol çabası kırılır. Paradoksal niyetin temel mantığı, korkulan durumun bilerek yapılmasıyla kaygının azalması ve semptomun ortadan kalkmasıdır. Varoluşçu yaklaşım bağlamında bu teknik, bireyin kaygı döngüsünü fark etmesini ve onunla farklı bir ilişki kurmasını sağlar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Bilişsel-davranışçı terapi – yeniden yapılandırma:** Bu teknikte danışanın işlevsel olmayan düşünceleri belirlenir ve daha gerçekçi düşüncelerle değiştirilir. Ancak burada düşünceleri değiştirmek değil, semptomun tersine yönlendirilmesi söz konusudur.

- B) Gestalt terapi – duygunda kal:** Bu teknik, danışanın kaçındığı duygunun içinde kalmasını sağlar. Ancak burada duyguyla kalmak değil, davranışın tersine yönlendirilmesi vardır.

D) Öyküsel terapi – dışsallaştırma: Bu teknikte problem bireyden ayrıştırılır ve “sorun kişi değildir” anlayışıyla ele alınır. Ancak danışanın semptomu bilerek sürdürmesi ya da tersine çevirmesi söz konusu değildir.

E) Bireysel terapi – cesaretlendirme: Bu teknik, danışanın güçlü yönlerini fark etmesini ve kendine güven geliştirmesini sağlar. Ancak burada kullanılan müdahale doğrudan semptomun tersine yönlendirilmesidir.

Cevap: C

11. Psikolojik danışmanın müdahalesi, çözüm odaklı kısa süreli terapi yaklaşımında kullanılan **derecelendirme soruları tekniğidir**. Bu teknik, danışanın yaşadığı sorunu, duygularını ve ulaşmak istediği durumu 0–10 gibi bir ölçek üzerinde değerlendirmesini sağlayarak mevcut durumunu somutlaştırmasına yardımcı olur. Danışanın kendisini bu ölçek üzerinde konumlandırması, farkındalığını artırır, değişimin derecesini görmesini sağlar ve küçük ilerlemeleri görünür hâle getirir. Çözüm odaklı kısa süreli terapi bağlamında bu teknik, danışanın güçlü yönlerine ve ilerleme potansiyeline odaklanarak çözüm geliştirme sürecini destekler. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Bireysel terapi – düğmeye basma: Bu teknikte danışan olumlu ve olumsuz yaşantıları zihninde canlandırır ve bu yaşantılar arasında geçiş yaparak duygularının değişimini deneyimler. Sayısal bir ölçek üzerinden kendini değerlendirme bu tekniğin kapsamında değildir.

C) Öyküsel – dışsallaştırma: Bu teknikte sorun bireyden ayrıştırılır ve “sorun kişi değildir” anlayışıyla ele alınır. Danışanın kendisini bir ölçek üzerinde konumlandırması bu yaklaşımın temel uygulaması değildir.

D) Varoluşçu – yaşamın anlamını sorgulama: Bu yaklaşım, bireyin yaşamın anlamı, özgürlük ve sorumluluk gibi temalarla yüzleşmesini sağlar. Sayısal derecelendirme yoluyla farkındalık oluşturma bu yaklaşımın özgül tekniği değildir.

E) Gerçeklik – seçim ve sorumluluk: Gerçeklik terapisinde bireyin davranışları, seçimleri ve sonuçları üzerinde durulur. Danışanın duygularını ve durumunu 0–10 arası bir ölçekle değerlendirmesi bu yaklaşımda kullanılan bir teknik değildir.

Cevap: B

12. Psikolojik danışmanın müdahalesi, davranışçı terapi yaklaşımında kullanılan **gevşeme egzersizi tekniğidir**. Bu teknik, danışanın yoğun kaygı ve öfke gibi fizyolojik uyarılmışlık içeren duygularını düzenlemesine yardımcı olur. Beden ve nefes egzersizleri yoluyla kas gerginliği azaltılır, otonom sinir sistemi dengelenir ve bireyin daha sakin bir duruma geçmesi sağlanır. Davranışçı terapi bağlamında bu teknik, öğrenilmiş tepkilerin değiştirilmesine ve danışanın stresli durumlarla daha işlevsel biçimde başa çıkmasına hizmet eder. Böylece danışan, duygusal tepkilerini kontrol etmeyi öğrenir ve günlük yaşamında daha uyumlu davranışlar geliştirebilir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Varoluşçu – yaşamın anlamını sorgulama: Bu yaklaşım, bireyin yaşamın anlamı, özgürlük, sorumluluk ve varoluşsal kaygılar üzerine düşünmesini sağlar. Bu tür müdahaleler daha çok felsefi ve farkındalık temellidir. Bedensel gevşeme ya da fizyolojik rahatlatma sağlama ya yönelik yapılandırılmış bir teknik içermez.

B) Feminist – güçlendirme: Feminist terapi, bireyin yaşadığı sorunları toplumsal cinsiyet rolleri ve güç ilişkileri bağlamında ele alır. Güçlendirme sürecinde danışanın haklarının farkına varması ve güç kazanması hedeflenir. Ancak öfke ve kaygının fizyolojik düzeyde düzenlenmesine yönelik beden ve nefes egzersizleri bu yaklaşımın temel tekniklerinden değildir.

D) Öyküsel – dışsallaştırma: Bu teknikte problem, danışanın kimliğinden ayrıştırılır ve “sorun kişi değildir” anlayışıyla ele alınır. Danışanın problemle kurduğu ilişki yeniden yapılandırılır. Ancak bedensel gevşeme ya da duygu düzenleme için fizyolojik teknikler kullanılmaz.

E) **Çözüm odaklı – istisna durum:** Bu yaklaşımda danışanın problemi yaşamadığı ya da daha az yaşadığı durumlar (istisnalar) belirlenir ve bu durumlar üzerinden çözümler geliştirilir. Ancak doğrudan gevşeme, nefes ya da fizyolojik düzenleme teknikleri bu yaklaşımın odağında değildir.

Cevap: C

13. Psikolojik danışmanın müdahalesi, **bilişsel terapi yaklaşımında kullanılan düşünceleri kaydetme (fonksiyonel olmayan düşünce kaydı)** tekniğidir. Bu teknik, danışanın yaşadığı olumsuz durumlar sonrasında ortaya çıkan otomatik düşüncelerini, bu düşüncelere eşlik eden duygularını ve davranışlarını sistematik biçimde fark etmesini sağlar. Danışana verilen kayıt formu sayesinde danışan, bilişsel süreçlerini somutlaştırır ve düşünce-duygu-davranış ilişkisini gözlemleyebilir. Bu süreç, bilişsel farkındalığın artmasına ve işlevsel olmayan düşüncelerin yeniden yapılandırılmasına zemin hazırlar. **Doğru Cevap A seçeneğidir.**

B) **Feminist – güç analizi ve güç müdahalesi:** Bu yaklaşım, toplumsal cinsiyet temelli güç eşitsizliklerine odaklanır ve danışanın güçlenmesini, yaşamı üzerinde kontrol kazanmasını ve özsaygı geliştirmesini hedefler. Ancak düşüncelerin form aracılığıyla sistematik olarak kaydedilmesi bu yaklaşımın temel tekniklerinden değildir.

C) **Psikanalitik – serbest çağrışım:** Bu teknikte danışan, aklına gelen her şeyi sansürlemeden ifade eder; bilinç dışı süreçlere ulaşma ve bastırılmış duyguların ortaya çıkması hedeflenir. Yapılandırılmış kayıt formlarıyla düşünce takibi yapılmaz.

D) **Varoluşçu – dikkati dış dünyaya yöneltme:** Bu teknik, danışanın içsel sıkıntısından uzaklaşıp dikkatini dış uyaranlara yönlendirmesini sağlar ve düşünce odağını dağıtarak rahatlama hedefler. Ancak düşüncelerin sistematik olarak yazılı biçimde izlenmesi bu yaklaşımın odağında değildir.

E) **Davranışçı – sistematik duyarsızlaştırma:** Bu teknik, korkulan uyaranlara kademeli maruz bırakma ve gevşeme yoluyla kaygıyı azaltmayı amaçlar. Düşüncelerin kaydedilmesi ve bilişsel süreçlerin analiz edilmesi bu tekniğin kapsamında değildir.

Cevap: A

14. Psikolojik danışmanın müdahalesi, **gestalt terapi yaklaşımında kullanılan “küçük çocuğun konuşmasına izin verme” tekniğidir.** Danışman, Ekin’in geçmişte net hatırlayamadığı bir anıyı fark etmesi için dikkatini o yaşantıya yönlendirmekte ve onu olduğu gibi ifade etmesini istemektedir. Bu yönlendirme, danışanın çocukluk dönemine ait yaşantılarıyla temas kurmasını, farkında olmadığı duyguları ortaya çıkarmasını ve “içteki çocuk” ile bağlantı kurarak bu yaşantıları yeniden deneyimlemesini sağlar. Böylece bastırılmış ya da ihmal edilmiş duygular açığa çıkar ve danışan duygusal bir rahatlama yaşar. Bu süreç, gestalt terapinin farkındalık ve yaşantısal yeniden canlandırma ilkesine dayanır. **Doğru Cevap E seçeneğidir.**

A) **Derine inme – Bilişsel psikoloji:** Otomatik düşüncelerden temel inançlara ulaşmak için mantıksal sorgulama yapılır; burada bilişsel sorgulama değil, yaşantının yeniden canlandırılması vardır.

B) **Paradoksal niyet – Varoluşçu terapi:** Danışanın kaçındığı davranışı bilinçli şekilde yapması istenir; örnekte böyle bir tersine yönlendirme yoktur.

C) **Yaşam tarzı analizi – Bireysel psikoloji:** Erken çocukluk yaşantıları üzerinden yaşam stili analiz edilir; burada analiz değil, anının doğrudan yaşantılanması söz konusudur.

D) **Maruz bırakma – Davranışçı:** Maruz bırakma, korku ya da kaygı oluşturan uyaranla kontrollü biçimde yüzleşmeyi içerir; sorudaki durumda danışan herhangi bir uyaranla yüzleştirilmemekte, geçmişteki bir anıyı hatırlayıp ifade etmeye yönlendirilmektedir.

Cevap: E

15. Psikolojik danışmanın müdahalesi, **bilişsel terapi yaklaşımında kullanılan “derine inme” tekniğidir.** Danışman, “Eğer bu düşüncen doğruysa ne olur?” sorusuyla danışanın yüzeydeki otomatik düşüncesinden daha derindeki ara ve temel inançlara ulaşmayı hedeflemektedir. Bu teknik, danışanın ilk ifade ettiği “Ben hiçbir işte başarılı olamam” gibi genelleyici ve işlevsel olmayan düşüncenin altında yatan daha köklü inançları adım adım ortaya çıkarır. Böylece danışanın düşünce sisteminin yapısı anlaşılır ve bu inançların gerçekçi olup olmadığı sorgulanarak yeniden yapılandırılması zemin hazırlanır. Bu yönüyle teknik, bilişsel terapisinin en temel yapılandırılmış sorgulama araçlarından biridir. **Doğru Cevap A seçeneğidir.**

- B) Psikanalitik – serbest çağrışım:** Danışanın aklına gelenleri sansürsüz ifade etmesiyle bilinç dışı süreçlere ulaşılması amaçlanır; sistematik soru-cevapla düşüncelerin katmanlarına inme yoktur.
- C) Duygu odaklı – duygu farkındalığı:** Danışanın duygularını fark etmesi ve bu duyguları deneyimleyip işlemesi hedeflenir; bilişsel inançların mantıksal olarak sorgulanması ön planda değildir.
- D) Gerçeklik – seçim ve sorumluluk:** Danışanın davranışlarının sorumluluğunu alması ve daha işlevsel seçimler yapması vurgulanır; düşüncelerin derin yapısına inmek yerine mevcut davranışlar üzerinde durulur.
- E) Feminist – güçlendirme:** Danışanın toplumsal güç ilişkileri bağlamında farkındalık kazanması ve güçlenmesi amaçlanır; bilişsel inançların katmanlı sorgulanması bu yaklaşımın temel tekniği değildir.

Cevap: A

1. Psikolojik Danışman Ceren Hanım'ın müdahalesi, danışanın **olumsuz ve işlevsel olmayan düşüncelerini fark etmesini** ve zamanla bu düşünceleri **kendi kendine yakalayabilmesini** öğretmeye yöneliktir. Bu durum, bilişsel terapi yaklaşımında yer alan **kendini yakalama** tekniğinin tipik bir örneğidir. Bu teknikte danışan, başlangıçta terapistin yönlendirmesiyle **otomatik düşüncelerini tanımayı** öğrenir; süreç ilerledikçe bu beceri içselleşir ve danışan düşüncelerini **ortaya çıktığı anda izleyebilir** hâle gelir. Böylece danışan, **bilişsel süreçleri üzerinde denetim** kurar ve işlevsel olmayan düşüncelerini yeniden yapılandırmaya hazır hâle gelir. Bu yönüyle müdahale doğrudan **düşüncenin fark edilmesi ve yakalanması** becerisine odaklanmaktadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Bilişsel terapi – derine inme:** Bu teknik, otomatik düşünceden hareketle daha derindeki ara ve temel inançlara ulaşmayı amaçlar. “Eğer bu doğruysa ne olur?” gibi sorularla düşüncenin altındaki inanç sistemi analiz edilir. Soruda ise amaç, düşüncenin kökenine inmek değil, ortaya çıktığı anda fark edilmesini sağlamaktır.

B) **Duygu odaklı terapi – duygu farkındalığı:** Bu yaklaşımda danışanın duygularını fark etmesi, kabul etmesi ve işlemesi hedeflenir. Süreç duygusal deneyim üzerine kuruludur. Soruda ise odak, duyguların fark edilmesi değil, düşüncelerin fark edilip yakalanmasıdır.

C) **Gerçeklik terapisi – seçim ve sorumluluk:** Bu yaklaşımda danışanın davranışlarının sorumluluğunu alması ve daha işlevsel seçimler yapması hedeflenir. Müdahale sürecinde mevcut davranışlar değerlendirilir. Soruda ise davranışın değerlendirilmesi değil, düşüncenin fark edilmesi söz konusudur.

D) **Psikanalitik kuram – serbest çağrışım:** Bu teknikte danışanın aklına gelenleri sansürsüz biçimde ifade etmesiyle bilinç dışı içeriklere ulaşılması amaçlanır. Süreç geçmiş yaşantılara yöneliktir. Soruda ise danışanın anlık düşüncelerini fark etmesi ve yakalaması hedeflenmektedir.

Cevap: E

2. Psikolojik Danışman Sedef Hanım'ın uyguladığı müdahalede, danışana verilen kartlar aracılığıyla **mantık dışı inançların yerine mantıklı inançların yerleştirilmesi** hedeflenmektedir. Akılcı duygusal davranışçı yaklaşımda bu tür kartlar, danışanın **rasyonel düşünceleri tekrar ederek öğrenmesini ve içselleştirmesini** sağlar. Danışan bu kartları düzenli okuyarak yeni düşünme biçimini pekiştirir ve zamanla eski işlevsel olmayan inançlarının yerine daha gerçekçi olanları koyar. Bu durum doğrudan **mantıklı düşünmeyi öğretmeye** yöneliktir ve terapinin (müdahale) aşamasında gerçekleştirilir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Mantıksız inançları fark ettirmek – sorun tanımlama:** Bu aşamada danışanın **hangi mantık dışı inançlara sahip olduğunu fark etmesi** hedeflenir. Danışan “ne düşünüyorsunuz?” sorusuna odaklanır. Soruda ise danışan bu inançların yerine **yeni ve mantıklı düşünceler koymayı öğrenmektedir**; yani süreç fark etme değil, değiştirme aşamasıdır.

B) **Duyguların farkına varmak – kaynaşma:** Kaynaşma aşamasında temel amaç, danışanla **güvene dayalı ilişki kurmak** ve onun kendini rahatça ifade etmesini sağlamaktır. Bu süreçte danışanın duygularını anlatması desteklenir. Soruda ise yapılan işlem, **duyguları ifade etmek değil; düşünceleri değiştirmek için kart kullanılmasıdır.**

C) **Davranışları pekiştirmek – sonlandırma:** Sonlandırma aşamasında danışanın kazandığı becerilerin **günlük yaşama aktarılması ve sürdürülmesi** hedeflenir. Soruda ise danışan hâlâ **yeni bir düşünme biçimini öğrenmektedir**; yani süreç pekiştirme değil, öğretme aşamasındadır.

E) **Sorunların kökenini keşfetmek – değerlendirme:** Bu aşamada danışanın sorunlarının **nasil ortaya çıktığı ve hangi etkenlere dayandığı** analiz edilir. Soruda ise böyle bir analiz yapılmamakta; **mevcut düşünceler doğrudan değiştirilmektedir.**

Cevap: D

3. Psikolojik Danışman Esra Hanım'ın müdahalesinde danışanın **olumsuz düşüncelerini fark etmesi**, bu düşüncelerin **alternatiflerini üretmesi** ve farklı bakış açıları geliştirerek daha **gerçekçi düşünceler oluşturmaya** hedeflenmektedir. Danışana verilen materyallerin evde de kullanılması, bilişsel terapiye özgü olan **ev ödevleri ve bilişsel yeniden yapılandırma süreci**ni göstermektedir. Bu süreçte danışan, mevcut otomatik düşüncelerini sorgular ve yerine daha işlevsel, dengeli düşünceler koymayı öğrenir. Bu yönüyle müdahale, doğrudan **olumlu ve gerçekçi düşünce oluşumunu sağlama** amacına hizmet eder ve bilişsel terapi yaklaşımına aittir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Davranışçı terapi – fizyolojik rahatlatma sağlamak:** Davranışçı terapide odak, **gözlemlenebilir davranışların değiştirilmesi** ve gerekirse gevşeme gibi tekniklerle **bedensel tepkilerin düzenlenmesidir**. Soruda ise fizyolojik bir rahatlatma değil, **düşüncelerin yeniden yapılandırılması** söz konusudur.

C) **Çözüm odaklı terapi – istisna durumlar:** Bu yaklaşımda danışanın sorun yaşamadığı ya da sorunun daha az görüldüğü **istisna anlar** araştırılır ve bu anlar üzerinden çözüm geliştirilir. Soruda ise istisna durumları bulma değil, **olumsuz düşüncelere alternatif üretme ve onları değiştirme süreci** vardır.

D) **Duygu odaklı terapi – duygusal farkındalık kazandırmak:** Bu yaklaşımda danışanın duygularını fark etmesi, kabul etmesi ve işlemesi ön plandadır. Soruda ise odak, duyguların deneyimlenmesi değil; **düşüncelerin sorgulanması ve alternatiflerinin geliştirilmesidir**.

E) **Psikanalitik terapi – bilinç dışı süreçleri keşfetmek:** Bu yaklaşımda danışanın davranışlarının altında yatan **bilinç dışı çatışmalar ve geçmiş yaşantılar** incelenir. Soruda ise geçmişe yönelik bir analiz değil; **şu anki düşüncelerin değiştirilmesi** hedeflenmektedir.

Cevap: B

4. Psikolojik Danışman Burcu Hanım'ın müdahalesinde Selim'in **katı ve mantıksız düşüncelerini fark etmesi** sağlanmakta ve bu düşüncelerin nasıl işlediğini **gözlemlemesi** istenmektedir. Ancak burada süreç yalnızca "fark ettirme" düzeyinde bırakılmamış; danışmana özgü **etkinlikler uygulanarak** danışanın düşünce kalıpları üzerine aktif biçimde çalışılmıştır. Akılcı duygusal davranışçı terapide danışanın **mantık dışı inançlarını tanıması, bunları sorgulamaya başlaması ve değişime hazırlanması** doğrudan **müdahale basamağının** bir parçasıdır. Çünkü bu yaklaşımda fark ettirme, pasif bir keşif değil; terapistin yönlendirdiği yapılandırılmış bir **değişim sürecinin başlangıcıdır**. Bu nedenle süreç, yalnızca sorun tanımlama değil, **aktif müdahale** kapsamındadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Bilişsel terapi – sorun tanımlama:** Sorun tanımlama aşamasında danışanın yaşadığı problemler ve bu problemlere eşlik eden düşünceler **betimlenir ve belirlenir**. Soruda ise yalnızca tanımlama yapılmamakta; danışanın düşüncelerini **gözlemlemesi için etkinlikler uygulanarak süreç aktif biçimde yönlendirilmektedir**.

C) **Duygu odaklı terapi – kaynaşma:** Kaynaşma aşamasında amaç, danışanla **güvene dayalı ilişki kurmak** ve onun kendini açmasını sağlamaktır. Soruda ise ilişki kurma değil; danışanın **düşünce kalıplarını fark etmesi için yapılandırılmış çalışmalar yapılması** söz konusudur.

D) **Psikanalitik terapi – sonlandırma:** Sonlandırma aşaması, terapistin sonunda kazanımların değerlendirilmesi ve sürecin kapatılmasıyla ilgilidir. Soruda ise süreç henüz **devam etmekte ve değişim çalışmaları yürütülmektedir**.

E) **Bireysel terapi – ilişki kurma:** İlişki kurma aşaması, terapötik bağın kurulmasına yöneliktir. Soruda ise bu aşama aşılmış; danışanın **bilişsel süreçleri üzerine doğrudan çalışma yapılmaktadır**.

Cevap: A

5. Psikolojik Danışman Yasemin Hanım'ın müdahalesinde danışanın **uygun sosyal davranışı önce gözlemlemesi**, ardından bu davranışı **taklit etmesi** ve **tekrar ederek pekiştirmesi** söz konusudur. Bu süreç, davranışçı yaklaşımda yer alan **model olma (gözlem yoluyla öğrenme)** tekniğinin tipik bir örneğidir. Danışman, hedef davranışı bizzat sergileyerek danışana **örnek olur**, danışan da bu davranışı **taklit ederek öğrenir** ve tekrarlarla davranış kalıcı hâle gelir. Bu yönüyle süreç, doğrudan **gözlem, taklit ve pekiştirme ilkelerine dayanan davranışçı terapi** kapsamında değerlendirilir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Bilişsel terapi – alternatif olumlu düşünce oluşturma:** Bu yaklaşımda danışanın **olumsuz düşüncelerine alternatif daha gerçekçi düşünceler geliştirmesi** hedeflenir. Soruda ise düşünce üretme değil, **davranışın gözlenmesi ve taklit edilmesi** söz konusudur.

C) **Akılcı duygusal davranışçı terapi – mantıklı inanç kazandırma:** Bu yaklaşımda danışanın **mantık dışı inançları yerine akılcı inançlar geliştirmesi** amaçlanır. Soruda ise inançlarla çalışma yoktur; **doğrudan davranış öğretimi** yapılmaktadır.

D) **Duygu odaklı terapi – duygusal farkındalık kazandırma:** Bu yaklaşımda danışanın **duygularını fark etmesi ve işlemesi** ön plandadır. Soruda ise odak, duygular değil; **gözlenebilir sosyal davranışların öğrenilmesidir.**

E) **Gestalt terapi – diyalog oyunu:** Gestalt terapistinde diyalog oyunu, danışanın **içsel çatışmalarını farklı roller üzerinden ifade etmesini** sağlar. Soruda ise böyle bir içsel çatışma çalışması yoktur; **model alma yoluyla davranış öğretimi** vardır.

Cevap: A

6. Psikolojik Danışman'ın müdahalesinde Ahmet'in **gerçek hayatta zorlandığı bir durumu "mış gibi" canlandırması**, farklı rolleri deneyimlemesi ve bunu **esprili, rahatlatıcı bir ortamda prova etmesi** sağlanmaktadır. Verdiği notta da belirtildiği gibi bu teknikte danışan, **olmak istediği kişiymiş gibi davranır**, hatta zaman zaman **abartılı ve mi-zahi sahnelerle kendine gülmesi** sağlanır. Bu süreç, danışanın kaçındığı davranışları güvenli

ortamda denemesine ve yeni davranış repertuarı geliştirmesine hizmet eder. Bu özellikler doğrudan **mış gibi davranma (imge yaratma)** tekniğine aittir ve bu teknik **bireysel psikoloji** yaklaşımı içinde yer alır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Aktarım analizi – Psikanalitik kuram:** Aktarımda danışan, geçmişteki önemli kişilere yönelik duygularını terapistte yöneltir. Soruda ise geçmiş ilişkilerin yansıtılması değil, **geleceğe dönük bir davranışın canlandırılması** vardır.

C) **Boş sandalye tekniği – Gestalt terapisi:** Bu teknikte danışan, karşısında bir kişi varmış gibi konuşarak **içsel çatışmalarını ifade eder**. Soruda ise belirli bir kişiyle yüzleşme değil, **bir rolü oynayarak davranış provası yapma** söz konusudur.

D) **Bilişsel yeniden yapılandırma – Bilişsel davranışçı terapi:** Bu teknik, **düşüncelerin sorgulanması ve değiştirilmesine** yöneliktir. Soruda ise bilişsel analiz değil, **davranışın canlandırılması ve denenmesi** vardır.

E) **Dışsallaştırma – Öyküsel terapi:** Bu teknikte sorun, bireyden ayrı bir varlık gibi ele alınır. Soruda ise sorun dışsallaştırılmamakta; **danışanın doğrudan davranışı denemesi** sağlanmaktadır.

Cevap: B

7. Psikolojik Danışman Melis Hanım'ın uyguladığı **"kristal küre"** alıştırması, danışanın gelecekteki **ideal yaşamını hayal etmesini**, bu hayalde **nerelerin farklı olacağını fark etmesini** ve bu farklar üzerinden **hedeflerini netleştirmesini** amaçlar. Bu teknik, çözüm odaklı kısa süreli terapide kullanılan ve danışanın **"istenen gelecek"** tasarımını yapmasına yardımcı olan bir uygulamadır. Danışan, sorun yerine **çözümün gerçekleştiği durumu zihninde canlandırır** ve bu durumun göstergelerini belirler. Böylece hem kaygı azalır hem de danışan **somut adımlar planlamaya başlar**. Bu yönüyle uygulama doğrudan **çözüm odaklı kısa süreli terapi** yaklaşımına aittir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Davranışçı terapi:** Davranışçı terapi, **gözle-
nebilir davranışların değiştirilmesine** odak-
lanır ve genellikle pekiştirme, söndürme gibi
ilkelerle çalışır. Soruda ise doğrudan davranış
değiştirme değil, **geleceğe yönelik zihinsel
canlandırma** söz konusudur.
- C) Bilişsel terapi:** Bu yaklaşımda danışanın **oto-
matik düşüncelerini fark etmesi ve daha
gerçekçi düşünceler geliştirmesi** hedeflenir.
Soruda ise mevcut düşüncelerin analizi değil,
gelecekteki ideal durumun kurgulanması
ön plandadır.
- D) Akılcı duygusal davranışçı terapi:** Bu yak-
laşımında danışanın **mantık dışı inançları tar-
tışılır ve yerine akılcı inançlar yerleştirilir**.
Soruda ise inançların tartışılması değil, **gele-
cekteki çözüm durumunun hayal edilmesi**
vardır.
- E) Duygu odaklı terapi:** Bu yaklaşımda danışa-
nın **duygularını fark etmesi, ifade etmesi ve
işlemesi** hedeflenir. Soruda ise odak duygular
değil; **geleceğe yönelik çözüm ve hedef ta-
sarımıdır**.

Cevap: A

8. Psikolojik Danışman Pelin Hanım'ın müdahalesin-
de Emre'nin **kendi kendine kurduğu olumsuz
cümleleri fark etmesi** ve bunların yerine daha **iş-
levsel, destekleyici iç konuşmalar geliştirmesi**
hedeflenmektedir. Bu süreç, bilişsel terapi yakla-
şımında yer alan ve danışanın **içsel diyalogla-
rını düzenlemesine** odaklanan bir uygulamadır.
Danışan, otomatik düşüncelerini tanır ve bunları
daha **olumlu ve gerçekçi ifadelerle değiştirmeyi**
öğrenir. Bu yönüyle müdahale, doğrudan **olum-
lu iç konuşmaları geliştirme** tekniğine karşılık
gelir ve bilişsel terapi kapsamında değerlendirilir.
Doğru cevap C seçeneğidir.
- A) Davranışçı terapi – gözlem yoluyla model
olma:** Bu teknikte danışan, bir başkasının dav-
ranışını **gözlemleyerek taklit eder**. Soruda
ise başkasını model alma değil, **kişinin kendi
düşüncelerini düzenlemesi** söz konusudur.

- B) Akılcı duygusal davranışçı terapi – mantıklı
inanç kazandırma:** Bu yaklaşımda danışanın
**mantık dışı inançları tartışılır ve yerine akıl-
cı inançlar yerleştirilir**. Soruda ise tartışma
ve çürütme süreci değil, **iç konuşmaları fark
edip yeniden düzenleme** ön plandadır.
- D) Duygu odaklı terapi – duygusal farkındalık
kazandırma:** Bu yaklaşımda danışanın **duy-
gularını fark etmesi ve işlemesi** hedeflenir.
Soruda ise odak, duygular değil; **düşünceler
ve iç konuşmaların düzenlenmesidir**.
- E) Çözüm odaklı kısa süreli terapi – derece-
lendirme soruları:** Bu teknikte danışandan
belirli bir durumu **0–10 arasında değerlendir-
mesi** istenir. Soruda ise derecelendirme değil,
**düşüncelerin fark edilmesi ve değiştirilme-
si** söz konusudur.

Cevap: C

9. Psikolojik Danışman Derya Hanım'ın müdaha-
lesinde Zeynep'in yaşadığı sıkıntıların kaynağı
olarak **toplumsal cinsiyet beklentileri** ve bu
beklentilerin oluşturduğu **baskı** ele alınmaktadır.
Danışmanın amacı, Zeynep'in bu **toplumsal rol
kalıplarını fark etmesini**, bunların kendi yaşa-
mındaki etkisini görmesini ve **kendi değerleri
doğrultusunda seçimler yapabilmesini** sağ-
lamaktır. Bu yaklaşım, feminist terapide yer alan
cinsiyet rolü müdahalesi kapsamında değer-
lendirilir. Bu teknikte danışanın, toplumun dayat-
tığı roller ile kendi gerçek benliği arasındaki farkı
görmesi ve **güçlenerek** kendi yaşamı üzerinde
kontrol kazanması hedeflenir. **Doğru cevap D se-
çeneğidir.**

- A) Olumlu iç konuşmaları geliştirme – Bilişsel
terapi:** Bu teknik, danışanın **olumsuz otoma-
tik düşüncelerini daha işlevsel düşüncelerle
değiştirmesine** yöneliktir. Soruda ise odak,
bireysel düşünceler değil; **toplumsal rol ve
güç ilişkilerinin fark edilmesi**dir.
- B) Model olma – Davranışçı terapi:** Bu teknik-
te danışan, bir davranışı **gözlemleyerek tak-
lit eder**. Soruda ise davranış öğrenme değil;
toplumsal beklentilerin sorgulanması söz
konusudur.

- C) **Mantıklı inanç kazandırma – Akılcı duygusal davranışçı terapi:** Bu yaklaşımda danışanın **mantık dışı inançları tartışılır ve yerine akılcı inançlar yerleştirilir.** Soruda ise bireysel inançların tartışılması değil; **toplumsal cinsiyet kalıplarının fark edilmesi** ön plandadır.
- E) **Duygusal farkındalık kazandırma – Duygu odaklı terapi:** Bu yaklaşımda danışanın **duygularını fark etmesi ve işlemesi** hedeflenir. Soruda ise duyguların işlenmesi değil; **toplumsal rollerin ve bu rollerin etkisinin fark edilmesi** söz konusudur.

Cevap: D

10. Psikolojik danışmanın müdahalesinde Mehmet'in "kendime zarar veririm" şeklindeki ifadelerinin arkasındaki **gizli amaç** ve **ikincil kazanç** açıkça ortaya konmaktadır. Danışman, bu söylemlerin babayı **suçluluk duygusuna sürüklemek** işlevi taşıdığını doğrudan ifade ederek, Mehmet'in kullandığı bu davranış örüntüsünü görünür hâle getirmektedir. Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımında yer alan **çorbaya tükürmek** tekniğinde, danışanın davranışının altında yatan amaç açığa çıkarılır ve böylece bu davranışın sağladığı **psikolojik kazanç etkisiz hâle getirilir.** Bu noktadan sonra danışan aynı davranışı eskisi gibi kullanamaz. Mehmet'in sessizleşmesi ve bu yöntemin etkisini kaybedeceğini fark etmesi, tekniğin doğrudan sonucudur. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Katran bebekten kaçınmak – Adler'in bireysel psikoloji kuramı:** Bu teknikte psikolojik danışman, danışanın kışkırtıcı davranışlarına **tepki vermeyerek güç mücadelesine girmekten kaçınır.** Soruda ise tepkiyi geri çekmek değil, **davranışın amacını açığa çıkarmak** söz konusudur.
- B) **Boş sandalye tekniği – Gestalt terapi:** Bu teknikte danışan, hayali bir kişiyle konuşarak **duygularını ve içsel çatışmalarını ifade eder.** Soruda ise böyle bir canlandırma yoktur; **davranışın işlevi ortaya konmaktadır.**

- D) **Paradoksal niyet – Logoterapi:** Bu teknikte danışandan korktuğu ya da kaçındığı davranışı **bilinçli olarak yapması istenir.** Soruda ise davranışı sürdürme değil, **davranışın arkasındaki amacın ifşa edilmesi** vardır.
- E) **Düşünce günlüğü – Bilişsel terapi:** Bu teknikte danışan, **otomatik düşüncelerini kaydeder ve analiz eder.** Soruda ise kayıt tutma değil, **davranışın amacının yüzleştirilmesi** söz konusudur.

Cevap: C

11. Psikolojik Danışman Canan Hanım'ın müdahalesinde Arda'dan, sorunların ortadan kalktığı bir durumu **hayal etmesi** ve bu değişimin **ilk belirtilerini fark etmesi** istenmektedir. "Uyurken bir mucize gerçekleşse..." ifadesi, çözüm odaklı kısa süreli terapide kullanılan **mucize soru** tekniğinin doğrudan örneğidir. Bu teknikte danışan, problemin yok olduğu bir geleceği zihninde canlandırır; bu sayede **sorundan çözüm durumuna geçişin ipuçlarını** belirler ve **somut değişim işaretlerine odaklanır.** Arda'nın hangi davranış ve duygularının değişeceğini düşünmesi, onun çözüm yollarını fark etmesini ve hedeflerini netleştirmesini sağlar. Bu yönüyle teknik, çözüm odaklı kısa süreli terapiye aittir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Davranışçı terapi – aşamalı maruz bırakma:** Bu teknikte danışan, korku ya da kaygı yaratan durumlara **kademeli olarak maruz bırakılır.** Soruda ise maruz bırakma değil, **gelecekteki çözüm durumunun hayal edilmesi** söz konusudur.
- C) **Bilişsel terapi – alternatif olumlu düşünce oluşturma:** Bu yaklaşımda danışanın **olumsuz düşüncelerine alternatif daha gerçekçi düşünceler geliştirmesi** hedeflenir. Soruda ise mevcut düşüncelerin analizi değil, **sorunun çözülmüş hâlinin kurgulanması** vardır.
- D) **Akılcı duygusal davranışçı terapi – mantıklı inanç kazandırma:** Bu yaklaşımda danışanın **mantık dışı inançları tartışılır ve yerine akılcı inançlar yerleştirilir.** Soruda ise inançların tartışılması değil, **gelecekteki çözümün hayal edilmesi** ön plandadır.

E) **Duygu odaklı terapi – duygusal farkındalık kazandırma:** Bu yaklaşımda danışanın duygularını fark etmesi ve işlemesi hedeflenir. Soruda ise odak duygular değil; **çözüm durumunun ve değişim belirtilerinin fark edilmesidir.**

Cevap: A

12. Psikolojik Danışman Derya Hanım'ın müdahale-sinde, danışanın söylediklerini **farklı sözcüklerle yeniden ifade etmesi** ve böylece danışanın **kendi düşüncelerini daha net fark etmesini sağla-ması** söz konusudur. Bu uygulama, birey merkezli psikolojik danışma yaklaşımında yer alan **içerik yansıtması** tekniğidir. İçerik yansıtmasında da-nışmanın amacı, danışanın ilettiği mesajı **anlamı-nı değiştirmeden yeniden ifade etmek**, böylece danışanın **anlaşıldığını hissetmesini sağlamak** ve düşüncelerini daha açık biçimde görmesine yardımcı olmaktır. Bu süreç, danışanın kendini daha iyi ifade etmesini ve farkındalığının artması-nı destekler. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Gestalt terapi – duyguda kal:** Bu teknikte danışanın bir duyguyu **yoğun biçimde dene-yimlemesi ve o duyguda kalması** sağlanır. Soruda ise duygunun yoğun yaşantılanması değil, **ifade edilenlerin yeniden yapılandırıl-ması** vardır.

C) **Bilişsel terapi – alternatif olumlu düşünce oluşturma:** Bu yaklaşımda danışanın **olum-suz düşüncelerine alternatif daha işlevsel düşünceler geliştirmesi** hedeflenir. Soruda ise düşünce değiştirme değil, **danışanın söy-lediklerinin yansıtılması** söz konusudur.

D) **Akılcı duygusal davranışçı terapi – mantıklı inanç kazandırma:** Bu yaklaşımda danışanın **mantık dışı inançları tartışılır ve yerine akıl-cı inançlar yerleştirilir.** Soruda ise tartışma ya da çürütme yoktur; **anlama ve yansıtma vardır.**

E) **Duygu odaklı terapi – duygusal farkındalık kazandırma:** Bu yaklaşımda danışanın **duy-gularını fark etmesi ve işlemesi** hedeflenir. Soruda ise duyguya odaklanarak derinleş-tirme değil, **danışanın söylediklerini yeni-den ifade ederek anlamını netleştirme** söz konusudur.

Cevap: A

13. Psikolojik Danışman Selin Hanım'ın uygulama-sında danışana **uyaran kelimeler verilerek ak-lına gelen ilk kelimeyi söylemesi istenmekte**, aynı zamanda **tepki süresi, nefes alma ve deri iletkenliği** izlenmektedir. Bu uygulama **kelime çağrışım testidir.** Kelime çağrışım testi, Jung tarafından geliştirilmiş olup danışanın **kompleks-lerini ve bilinç dışı süreçlerini ortaya çıkar-mayı** amaçlar. Testte danışanın bazı kelimelere verdiği tepkilerde **gecikme, nefes düzensizliği ve fizyolojik değişimler** görülmesi, o kelimenin danışan için **duygusal olarak yüklü** olduğunu gösterir. Soruda da belirli kelimelerde tepki süre-sinin uzaması ve fizyolojik değişimlerin olması, bu kelimelerin danışanın **bilinç dışındaki çatışmalı alanlarla ilişkili** olduğunu ortaya koymaktadır. Bu nedenle teknik analitik terapiye aittir ve amacı bilinç dışı materyali açığa çıkarmaktır. **Doğru ce-vap D seçeneğidir.**

A) **Danışanın çözüm yollarını fark etmesini sağlamak – Çözüm odaklı kısa süreli tera-pi:** Bu yaklaşımda danışan **gelecekteki çö-züm durumuna odaklanır.** Soruda ise çözüm üretme değil, **kelimelere verilen tepkiler üze-rinden analiz yapma** vardır.

B) **Danışanın söylediklerini özetleyip netleş-tirmek – Birey merkezli terapi:** Bu yaklaşımda danışman, danışanın ifadelerini **yansıtarak netleştirir.** Soruda ise yansıtma değil, **uya-ran-tepki ilişkisi üzerinden inceleme** yapılmaktadır.

C) **Danışana olumlu düşünceler kazandırmak – Bilişsel terapi:** Bu yaklaşımda danışanın **olumsuz düşüncelerini değiştirmesi** hedeflenir. Soruda ise düşünce değiştirme değil, **bi-linç dışı süreçleri ortaya çıkarma** vardır.

- E) Danışanın mantıksız inançlarını değiştirmek – Akılcı duygusal davranışçı terapi: Bu yaklaşımda danışanın mantık dışı inançları tartışılır ve yeniden yapılandırılır. Soruda ise tartışma değil, fizyolojik tepkilerle birlikte bilinç dışı analiz söz konusudur.

Cevap: D

14. Psikolojik Danışman Zeynep Hanım'ın müdahalesinde Burak'a, sorunların daha az yaşandığı ya da daha iyi başa çıktığı zamanları fark ettirmeye yönelik bir soru yöneltilmektedir. "Geçen hafta daha sakin geçen bir an oldu mu? O zaman neler farklıydı?" ifadesi, danışanın problemin olmadığı ya da daha az görüldüğü istisna durumları keşfetmesini sağlar. Çözüm odaklı kısa süreli terapide istisna soru tekniği, danışanın zaten işe yarayan davranışlarını fark etmesine ve bunları çoğaltmasına yardımcı olur. Burak'ın bu anları hatırlatarak çözüm yollarını keşfetmeye başlaması, tekniğin doğrudan amacını yansıtmaktadır. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) Duyguda kal – Gestalt terapi: Bu teknikte danışanın bir duyguyu yoğun biçimde deneyimlemesi ve o duyguda kalması sağlanır. Soruda ise duyguya odaklanma değil, sorunun olmadığı zamanları inceleme vardır.
- C) Alternatif olumlu düşünce oluşturma – Bilişsel terapi: Bu yaklaşımda danışanın olumsuz düşüncelerine alternatif daha işlevsel düşünceler geliştirmesi hedeflenir. Soruda ise düşünce değiştirme değil, istisna durumları fark etme söz konusudur.
- D) Mantıklı inanç kazandırma – Akılcı duygusal davranışçı terapi: Bu yaklaşımda danışanın mantık dışı inançları tartışılır ve yerine akılcı inançlar yerleştirilir. Soruda ise tartışma değil, mevcut olumlu örüntüleri fark etme vardır.
- E) Mucize soru – Çözüm odaklı kısa süreli terapi: Mucize soru, danışanın sorunun tamamen ortadan kalktığı bir geleceği hayal etmesini sağlar. Soruda ise geleceği hayal etme değil, geçmişteki istisna anları belirleme söz konusudur.

Cevap: A

15. Psikolojik Danışman Elif Hanım'ın uygulamasında Efe'ye kum ve figürler verilerek kendi dünyasını oluşturması sağlanmaktadır. Danışan, kum havuzu içinde bir sahne kurarak içsel yaşantılarını semboller aracılığıyla ifade eder. Bu uygulama kum terapisi'dir. Kum terapisi, analitik psikolojiye dayanır ve danışanın bilinç dışı süreçlerini sembolik olarak ortaya koymasını amaçlar. Terapist süreç boyunca uzaktan gözlem yapar, yorumda bulunmaz, yönlendirme yapmaz; çalışma tamamlandıktan sonra danışanın oluşturduğu sahne birlikte incelenir ve danışanın anlattığı hikâye üzerinden anlamlandırma yapılır. Bu yapı, danışanın içsel çatışmalarını simgesel düzeyde dışa vurmasını sağlar. Bu nedenle teknik analitik terapiye aittir ve amacı bilinç dışı içeriğin sembollerle ifade edilmesidir. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Danışanın çözüm yollarını fark etmesini sağlamak – Çözüm odaklı kısa süreli terapi: Bu yaklaşımda danışan gelecekteki çözüm durumuna odaklanır. Soruda ise çözüm üretme değil, sembolik ifade yoluyla iç dünyayı ortaya koyma vardır.
- B) Danışanın söylediklerini özetleyip netleştirmek – Birey merkezli terapi: Bu yaklaşımda danışman, danışanın ifadelerini yansıtarak netleştirir. Soruda ise sözel ifade değil, simgesel anlatım söz konusudur.
- D) Danışana olumlu düşünceler kazandırmak – Bilişsel terapi: Bu yaklaşımda danışanın olumsuz düşüncelerini değiştirmesi hedeflenir. Soruda ise düşünce değiştirme değil, bilinç dışı süreçlerin sembolik ifadesi vardır.
- E) Danışanın mantıksız inançlarını değiştirmek – Akılcı duygusal davranışçı terapi: Bu yaklaşımda danışanın mantık dışı inançları tartışılır ve yeniden yapılandırılır. Soruda ise tartışma değil, simgesel dışavurum yoluyla içsel çatışmaları anlama söz konusudur.

Cevap: C

1. Psikolojik Danışman Göknur Hanım'ın yürüttüğü süreçte İpek'in geçmişteki önemli kişilerle ilgili duygularını **psikolojik danışmana yöneltmesi**, yani **aktarım yaşaması** söz konusudur. Danışmanın bu süreci **gözlemlemesi**, danışanın tepkilerinden hareketle **yüzeyden derine doğru ilerleyerek yorum yapması** ve bu yorumları danışana aktarması, psikanalitik terapide kullanılan **aktarımın analizi** tekniğini açıkça göstermektedir. Bu teknikte danışanın geçmiş ilişkilerinden kaynaklanan duygusal örüntüler, terapi ilişkisi içinde yeniden ortaya çıkar ve danışman bu örüntüleri **yorumlayarak bilinç dışı çatışmaları görünür hâle getirir**. Soruda özellikle "yüzeyden derine doğru ilerleme" ve "bilinç dışı malzemeye ulaşma" vurguları bu tekniğin ayırt edici özellikleridir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İstisna soru – Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Bu teknikte danışanın sorun yaşamadığı anlar sorgulanır. Soruda ise istisna durumları arama değil, **terapi ilişkisinde ortaya çıkan duyguların analizi** vardır.
- C) **İçerik yansıtması – Birey merkezli terapi:** Bu teknikte danışanın söyledikleri **anlamı değiştirilmeden yeniden ifade edilir**. Soruda ise yansıtma değil, **yorumlama ve bilinç dışı süreçlere inme** söz konusudur.
- D) **Alternatif olumlu düşünce oluşturma – Bilişsel terapi:** Bu yaklaşımda danışanın **olumsuz düşüncelerine alternatifler geliştirilir**. Soruda ise düşünce değiştirme değil, **duyguların aktarım yoluyla analiz edilmesi** vardır.
- E) **Misyonerlik – Akılcı duygusal davranışçı terapi:** Bu teknikte danışan, başkalarının **akılcı olmayan inançlarını analiz ederek onlara öğretir**; bu yolla kendi düşünce süreçlerini fark eder. Soruda ise böyle bir öğretme süreci yoktur; **aktarım ve yorumlama süreci** vardır.

Cevap: B

2. Mert'in yaşadığı durumda temel nokta, geçmişteki **ödüllendirilmemiş ve hatırlamak istemediği deneyimleri zihninden uzak tutmaya çalışması**, ancak buna rağmen bu yaşantıların etkisiyle kendisini **yetersiz ve başarısız olarak değerlendirmesidir**. Bu yapı, Sullivan'ın kişiler arası ilişkiler kuramında yer alan **kötü ben kişileştirmesi** ile açıklanır. **Kötü ben kişileştirmesi**, bireyin geçmişte ödüllendirilmemiş, kaygı uyandıran yaşantılarını içerir; birey bu içeriklerden kaçınmak ister, fakat bu yaşantılar benlik algısını olumsuz biçimde etkilemeye devam eder. Soruda hem **kaçınma** hem de **olumsuz benlik değerlendirmesi** birlikte verildiği için doğru kavram budur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **İstisna durum – Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Bu kavram, danışanın sorun yaşamadığı anlara odaklanmayı içerir. Soruda ise istisna anlar değil, **olumsuz yaşantıların etkisi** söz konusudur.
- C) **Duygunda kal – Gestalt terapi:** Bu teknik, danışanın kaçtığı duyguyu **yüzleşmesini ve o duyguyu yaşamasını** sağlar. Soruda ise duyguyu kalma değil, **olumsuz deneyimlerden kaçınma ve benlik algısının etkilenmesi** vardır.
- D) **Serbest çağrışım – Psikanalitik kuram:** Bu teknikte danışan aklına gelenleri **sansürlüz ifade eder**. Soruda ise ifade süreci değil, **benlik yapısına ilişkin bir örüntü** anlatılmaktadır.
- E) **Dışsallaştırma – Öyküsel terapi:** Bu teknikte sorun bireyden ayrı ele alınır. Soruda ise sorun dışsallaştırılmamış, **benliğin bir parçası olarak yaşanmaktadır**.

Cevap: B

3. Psikolojik danışmanın müdahalesinde dikkat edilmesi gereken temel nokta, Ayşe'nin **alaycı ve küçük düşürücü davranışlarıyla karşısındaki kışkırtarak olumsuz tepki alma eğilimi** ve bunun sonucunda **"değersizim" inancını pekiştiren bir döngü oluşturmaktadır**. Danışman, bu tuzağa düşüp duygusal tepki vererek danışanın beklentisini doğrulamak yerine **özellikle tepki vermekten kaçınmaktadır**. Bu durum, Adler'in bireysel psikoloji kuramında yer alan **katran be-bekten kaçınmak** tekniğinin tipik bir örneğidir. Bu

teknikte danışman, danışanın kıskırtıcı davranışlarına **karşılık vermeyerek güç mücadelesine girmekten kaçınır** ve böylece danışanın hatalı döngüsünü beslemez. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Danışanın çorbasına tükürmek – Bireysel psikoloji kuramı: Bu teknikte danışanın davranışının **altındaki gizli amaç doğrudan ortaya konur** ve davranışın sağladığı kazanç etkisiz hâle getirilir. Soruda ise amaç ifşa edilmemiş, **tepki vermekten kaçınma** söz konusudur.

C) Metafor kullanma – Gestalt terapi: Bu teknikte danışanın yaşantısını anlamlandırmak için **benzetmeler ve sembolik anlatımlar** kullanılır. Soruda ise metafor değil, **davranışa karşı tepki vermeme** vardır.

D) Yeniden çerçeveleme – Bilişsel terapi: Bu teknikte durumlara **farklı anlamlar yüklenerek bilişsel yeniden değerlendirme** yapılır. Soruda ise anlam değiştirme değil, **davranışa tepki vermekten kaçınma** söz konusudur.

E) ABC modeli – Akılcı duygusal davranışçı terapi: Bu modelde bireyin **olay, inanç ve sonuç ilişkisi analiz edilir** ve akılcı olmayan düşünceler değiştirilir. Soruda ise bilişsel analiz değil, **etkileşimsel tuzağa girmeme davranışı** vardır.

Cevap: A

4. Psikolojik Danışman Alev Hanım'ın müdahalesinde Hasan'ın dikkatinin kendi sorunlarından **başkalarına yönlendirilmesi** ve bu yolla **sosyal ilgisinin artırılması** hedeflenmektedir. Danışandan, bir başkasını mutlu edecek somut bir davranış planlamasının istenmesi, Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımında yer alan **birisini hoşnut etme** tekniğinin tipik bir örneğidir. Bu teknikte danışanın **hatalı yaşam stili ile yüzleşmesi sağlanır** ve ilgisi **başkalarına yönlendirilerek sosyal ilgi geliştirmesi desteklenir**. Terapinin her aşamasında kullanılabilen bu uygulama, danışanın başkalarıyla kurduğu etkileşimler aracılığıyla **daha işlevsel davranış örüntüleri geliştirmesine** yardımcı olur. Hasan'ın bir arkadaşına yardım etmesi ve bu süreçte kendini daha iyi hissetmesi, tekniğin **sosyal ilgiyi artırma ve işlevsel davranış geliş-**

tirme amacına ulaştığını göstermektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Problem çözme – Bilişsel terapi: Bu yaklaşımda danışanın sorunlarına yönelik **akılcı çözüm basamakları geliştirmesi** hedeflenir. Soruda ise bilişsel çözüm üretme değil, **başkalarına yönelik davranış geliştirme** vardır.

C) Duygu yansıtma – Birey merkezli terapi: Bu teknikte danışmanın görevi, danışanın duygularını **yansıtarak anlamasını sağlamaktır**. Soruda ise yansıtma değil, **davranış yoluyla sosyal ilgi geliştirme** söz konusudur.

D) Farkındalık çalışması – Gestalt terapi: Bu yaklaşımda danışanın **şu anki yaşantısına odaklanması ve farkındalık kazanması** sağlanır. Soruda ise farkındalık değil, **başkalarına yönelme yoluyla değişim** vardır.

E) Mış gibi davranma – Birey merkezli terapi: Bu teknikte danışan, olmak istediği kişiymiş gibi davranarak **rol denemesi yapar**. Soruda ise rol oynama değil, **gerçek yaşamda başkasını mutlu etmeye yönelik davranış geliştirme** söz konusudur.

Cevap: A

5. Psikolojik danışmanın müdahalesinde Burak'ın hem başarılı hem başarısız olduğu durumlarda **aynı tepkiyi tekrar etmesi (ağlama)** ve ilgi görmek amacıyla **başkalarını suçlama davranışını farklı kişilerle sürekli sürdürmesi**, kişiler arası ilişkilerde **tekrarlayan ve kalıplaşmış davranış örüntülerine (oyunlara)** işaret eder; psikolojik danışmanın bu davranışları inceleyerek danışanın bu örüntüleri fark etmesini ve **sosyal ilişkilerinde kontrol kazanmasını sağlamayı hedeflemesi**, transaksyonel analiz kuramında yer alan **oyun analizi** tekniğinin temel amacıdır, çünkü bu teknikte bireyin farklı durumlarda sergilediği sabit tepkiler ve ilişki kalıpları belirlenir ve bunlar üzerinde farkındalık geliştirilerek **sosyal kontrol kazanması sağlanır**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Yazgı analizi – Transaksyonel analiz: Yazgı analizi, bireyin farkında olmadan sürdürdüğü **yaşam planlarının (yazgı)** çözümlemesine odaklanır; burada ise **tekrarlayan ilişki oyunları** incelenmektedir.

- C) **İçerik yansıtması – Birey merkezli terapi:** Danışanın söylediklerinin **yeniden ifade edilmesini** içerir; burada **davranış örüntülerinin analizi** vardır.
- D) **Dışsallaştırma – Öyküsel terapi:** Sorunu bireyden ayırmayı içerir; burada sorun **bireyin ilişki içindeki tekrar eden davranışlarıdır**.
- E) **Kendini yakalama – Bireysel psikoloji:** Bu teknik, bireyin **işlevsel olmayan davranışını sergilemeden önce fark etmesi ve yakalaması** üzerine kuruludur; soruda ise odak, **tekrarlayan davranış kalıplarının analiz edilmesi ve sosyal kontrol kazanılmasıdır**.

Cevap: B

6. Psikolojik danışmanın müdahalesinde Ece'nin rüyalarında yer alan **semboller ve imgeler** üzerinden çalışılması ve bu imgelerin **kişisel yaşantılarla ilişkilendirilerek bilinç dışı süreçlerin anlaşılmasına çalışılması**, Jung'un analitik psikolojisinin temel yaklaşımını yansıtır; analitik terapide rüyalar, yalnızca bastırılmış içeriklerin değil aynı zamanda **sembolik ve arketipsel anlamların** da taşıyıcısıdır ve danışman bu semboller üzerinden danışanın **bilinç dışı yapısını ve içsel süreçlerini anlamasına yardımcı olur**, bu nedenle burada kullanılan teknik, analitik yaklaşım içinde yer alan **kolektif bilinç dışı ve sembolik içeriklerin araştırılmasıdır**. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) **Serbest çağrışım – Psikanalitik:** Bu teknikte danışan aklına gelenleri sansürsüz ifade eder; rüya sembollerinin **arketipsel anlamlarıyla çalışılması** bu tekniğin odağı değildir.
- B) **Otomatik düşünce yakalama – Bilişsel:** Bu yaklaşımda danışanın **anlık düşüncelerini fark etmesi** hedeflenir; rüya ve sembol analizi yer almaz.
- D) **İçerik yansıtması – Birey merkezli:** Danışanın ifadelerinin **yeniden ifade edilmesini** içerir; rüya yorumlama yoktur.
- E) **Kabus sorusu – Çözüm odaklı:** Geleceğe yönelik en kötü senaryonun sorgulanmasını içerir; rüya analiziyle ilgili değildir.

Cevap: C

7. Psikolojik danışmanın müdahalesinde Cantekin'in **“güçlü-yetersiz”, “derli toplu-dağınık”** gibi zıt yönlerini ayrı ayrı canlandırmasının istenmesi, danışanın benliğinin farklı ve çoğu zaman bastırılmış ya da sahiplenilmemiş yönlerini fark etmesini ve deneyimlemesini amaçlamaktadır. Bu durumda kullanılan teknik **kutuplarla çalışmadır**. Gestalt terapisine ait olan bu teknik, danışanın benliğinde yer alan karşıt yönleri görünür kılarak **farkındalık geliştirmeyi ve bu yönleri bütünleştirmeyi** hedefler. Bu süreçte danışan, her bir kutbu ayrı ayrı oynayarak deneyimler; böylece daha önce reddettiği ya da fark etmediği yönlerini **sahiplenmeye başlar** ve benlik bütünlüğü artar. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) **Dışsallaştırma – Anlatımsal terapi:** Bu teknikte sorun bireyden ayrılarak ele alınır ve danışanın sorunla arasına mesafe koyması sağlanır. Soruda ise sorun dışsallaştırılmakta, **benliğin karşıt yönleri doğrudan ele alınmaktadır**.
- B) **Yaşam tarzı analizi – Bireysel psikoloji:** Bu yaklaşımda bireyin erken dönem yaşantılarına dayalı yaşam örüntüleri incelenir. Soruda ise geçmiş yaşam tarzı değil, **şu anki benlik yönlerinin canlandırılması** söz konusudur.
- D) **Paradoksal niyet – Varoluşçu terapi:** Bu teknikte danışanın korktuğu davranışı bilinçli olarak yapması istenir. Soruda ise korkulan davranışı yapma değil, **zıt benlik yönlerinin fark edilmesi ve deneyimlenmesi** vardır.
- E) **Maruz bırakma – Davranışçı:** Bu teknik kaygı uyandıran uyarana sistematik biçimde maruz bırakmayı içerir. Soruda ise davranışsal maruz bırakma değil, **benlik kutuplarının canlandırılması** söz konusudur.

Cevap: C

8. Psikolojik danışmanın müdahalesinde Salim'in **aile ilişkilerinin, doğum sırasının, ebeveyn tutumlarının ve erken çocukluk anılarının sistematik biçimde incelenmesi**, elde edilen bu bilgilerin bir araya getirilerek danışanın **davranış ve düşünce örüntülerinin anlaşılmasına çalışılması** söz konusudur. Bu durum, Adler'in bireysel psikoloji kuramında kullanılan **yaşam tarzı analizi** tekniğini gösterir. Yaşam tarzı analizinde bireyin

erken yaşantıları, aile yapısı ve özellikle **erken anıları**, bireyin dünyayı nasıl algıladığını ve nasıl davrandığını anlamak için bütüncül biçimde ele alınır. Bu nedenle kullanılan teknik **yaşam tarzı analizidir**. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Serbest çağrışım – Psikanalitik kuram:** Danışanın aklına gelenleri sansürsüz ifade etmesini içerir; burada ise **geçmiş yaşantıların sistemli analizi** vardır.
- B) **Dışsallaştırma – Öyküsel terapi:** Sorunun bireyden ayrılarak ele alınmasını içerir; burada ise **bireyin yaşam örüntüsü incelenmektedir**.
- C) **İçerik yansıtması – Birey merkezli terapi:** Danışanın söylediklerinin yeniden ifade edilmesidir; burada **analiz ve yorumlama** vardır.
- D) **İstisna sorusu – Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Sorunun olmadığı anlara odaklanır; burada ise **geçmiş yaşantıların bütüncül değerlendirilmesi** söz konusudur.

Cevap: E

9. Psikolojik danışmanın müdahalesinde Cem'in **uygun davranışları gerçekleştirdiğinde yıldız kartı kazanması** ve bu kartların biriktirilerek **ödülle değiştirilmesi**, davranışçı kuramda yer alan **sembolik pekiştirme**dir. Bu teknikte istenen davranışlar **sembolik ödüller (yıldız, puan vb.) aracılığıyla pekiştirilir** ve bu semboller daha sonra somut ödüllerle değiştirilerek davranışın **sıklığı artırılır ve kalıcılığı sağlanır**. Bu nedenle kullanılan teknik **sembolik pekiştirme**dir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Davranışsal deney – Bilişsel davranışçı kuram:** Bu teknikte danışana, bir düşüncesini test etmek amacıyla **gerçek yaşamda uygulayacağı görev verilir ve sonuçları değerlendirilir**; burada ise **ödül sistemiyle davranış artırma** vardır.
- C) **Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı kuram:** Bireyin irrasyonel düşüncelerini değiştirmeye yöneliktir; burada **bilişsel yeniden yapılandırma değil, davranışın pekiştirilmesi** söz konusudur.

- D) **Yeniden çerçeveleme – Bilişsel kuram:** Bir duruma **farklı anlam kazandırmayı** içerir; burada **davranışa ödül verilmesi** vardır.

- E) **Onarıcı düzeltme – Davranışçı kuram:** Uygunsuz davranıştan sonra **telafi edici bir davranış yaptırılır**; burada ise **uygun davranışın pekiştirilmesi** vardır.

Cevap: A

10. Psikolojik danışmanın müdahalesinde Selin Hanım'ın korktuğu belirtileri (**ellerin titremesi, kelimeleri karıştırma**) **bilinçli ve kasıtlı olarak yapmasının istenmesi**, danışanın kaçındığı davranışı doğrudan yapmaya yönlendirilmesi anlamına gelir. Bu durum, korkulan davranışın **özellikle gerçekleştirilerek kaygı döngüsünün kırılmasını** amaçlayan **paradoksal niyet** tekniğini gösterir. Bu teknikte danışan, kaçındığı ya da korktuğu durumu bilerek yapar ve böylece kaygının sürdürücü mekanizması zayıflar. Bu nedenle kullanılan teknik **paradoksal niyettir**. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Duygunla kal – Gestalt terapisi:** Danışanın kaçtığı duyguyu **yaşamayı ve sürdürmesini** sağlanır; burada ise duyguda kalma değil, **davranışı bilerek yapma** vardır.
- B) **Maruz bırakma – Davranışçı terapi:** Danışanın korktuğu durumla **aşamalı ve tekrar eden biçimde karşılaşmasını** içerir; burada ise sistematik yüzleştirme değil, **belirtilerin kasıtlı üretilmesi** vardır.
- C) **Katarsis – Psikanalitik terapi:** Bastırılmış duyguların **boşaltılması ve rahatlama** sağlanır; burada böyle bir süreç yoktur.
- E) **Akılcı duygusal hayal kurma – Akılcı duygusal davranışçı kuram:** Bu teknikte danışan, **zihinsel olarak bir durumu hayal eder**, en kötü senaryoyu canlandırır, **sağsız olumsuz duyguları yaşar ve ardından bunları sağlıklı olumsuz duygulara dönüştürmeyi öğrenir**; burada ise hayal kurma değil, **gerçek davranışın kasıtlı olarak yapılması** söz konusudur.

Cevap: D

11. Psikolojik danışmanın Zeynep'e verdiği "**Kendini çok yalnız ve değersiz hissettiğini duyuyorum, bu da seni oldukça yaralı ve kırgın kılıyor olmalı**" tepkisi, danışanın ifade ettiği duyguların **aynı duygusal içerikle geri yansıtılmasıdır**. Danışman, Zeynep'in söylediklerini sadece tekrar etmemiş; onun **yalnızlık, değersizlik, kırgınlık** gibi duygularını yakalayıp yeniden ifade etmiştir. Bu durum **duygu yansıtmasıdır**. Duygu yansıtması, **birey merkezli terapi yaklaşımının** temel becerilerinden biridir ve danışanın **anlaşıldığını hissetmesini, rahatlamasını ve kendini açmasını** sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Maruz bırakma – Davranışçı terapi:** Kaygı yaratan durumla **tekrar tekrar karşılaştırma** içerir; burada böyle bir uygulama yoktur.

C) **Danışanın çorbasına tükürmek – Bireysel psikoloji:** Danışanın davranışının gizli amacını ortaya çıkararak etkisini azaltmayı içerir; burada **yüzleştirme değil, empatik anlama** vardır.

D) **İçerik yansıtma – Birey merkezli terapi:** Danışanın düşüncelerinin **başka sözcüklerle yeniden ifade edilmesidir**; burada ise **ağırlık duyguların yansıtılmasıdır**.

E) **Dışsallaştırma – Anlatımsal terapi:** Sorunu bireyden ayırarak ele almayı içerir; burada böyle bir ayrıştırma yoktur.

Cevap: B

12. Psikolojik danışmanın Emre Bey'den, kaybettiği kardeşiyle **sanki karşındaymış gibi konuşmasını istemesi**, bastırılmış duyguların ortaya çıkarılması ve **tamamlanmamış işlerin tamamlanması** amacına yöneliktir. Danışanın geçmişte ifade edemediği suçluluk, öfke ve pişmanlık duygularını **yaşantısal olarak ifade etmesi** sağlanmaktadır. Bu durumda kullanılan teknik **boş sandalye tekniğidir**. Gestalt terapisine ait olan bu teknik, danışanın zihninde canlandırdığı kişiyle diyalog kurmasını, gerekirse yer değiştirerek karşı tarafın rolüne geçmesini sağlayarak **duygusal farkındalık ve bütünleşme** oluşturur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Paradoksal niyet – Varoluşçu terapi:** Korkulan davranışın bilerek yapılmasını içerir; burada ise **duygusal ifade ve geçmişle yüzleşme** vardır.

C) **Yaşam tarzı analizi – Bireysel psikoloji:** Bireyin erken dönem yaşantılarına dayalı örüntülerini inceler; burada ise **şimdi ve burada yaşantısal teknik kullanımı** vardır.

D) **Serbest çağrışım – Psikanalitik terapi:** Danışanın aklına gelenleri sansürlü ifade etmesini içerir; burada ise **belirli bir kişiyle yapılandırılmış diyalog** vardır.

E) **Sistematiik duyarsızlaştırma – Davranışçı terapi:** Kaygıyı azaltmak için aşamalı maruz bırakma uygulanır; burada ise **duygusal boşaltım ve tamamlanmamış işlerle çalışma** vardır.

Cevap: B

13. Psikolojik danışmanın müdahalesinde Mert'in kaygı yaşadığı sosyal yemek ortamlarına **en az rahatsızlık verenden başlayarak kademeli biçimde dahil edilmesi**, zamanla daha zorlayıcı ortamlara geçilmesi ve süreçte danışmana **eşlik edilerek destek verilmesi**, davranışçı yaklaşımda kullanılan **aşamalı gerçek maruz bırakmadır**. Bu teknikte birey, kaygı uyandıran durumlarla **dereceli ve kontrollü biçimde yüzleştirilir**, böylece kaçınma davranışı azalır ve kaygı tepkisi zamanla söner. Bu nedenle kullanılan teknik **aşamalı gerçek maruz bırakmadır**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Dışsallaştırma – Anlatımsal terapi:** Sorunun bireyden ayrılarak ele alınmasını içerir; burada ise **uyarana doğrudan ve kademeli maruz bırakma** vardır.

C) **Boş sandalye – Gestalt terapi:** Tamamlanmamış işlerin yaşantısal olarak ifade edilmesini içerir; burada **kaygı uyandıran ortama aşamalı girme** söz konusudur.

D) **Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı terapi:** İrasyonel inançların sorgulanıp değiştirilmesini içerir; burada ise **davranışsal yüzleştirme** vardır.

E) **Oyun analizi – Transaksiyonel analiz:** Tekrarlayan davranış örüntülerini analiz etmeye yöneliktir; burada ise **kaygı uyandıran durumla aşamalı yüzleşme** vardır.

Cevap: B

14. Psikolojik danışmanın Ahmet'e **üvey babasına yönelik hoş bir davranışta bulunma ödevi vermesi**, onun sosyal ilgisini artırmayı ve ilişkilerini daha işlevsel hâle getirmeyi amaçlamaktadır. Bu tür ödevler, Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımında yer alan ve danışanın başkalarına yönelerek **yapıcı sosyal davranışlar geliştirmesini sağlayan "birisini hoşnut etme görevi"** tekniğine karşılık gelir. Bu teknikte danışan, günlük yaşamda birine yönelik olumlu bir davranış gerçekleştirerek ilişkisel farkındalık kazanır ve davranış değişimi başlatır. Bu nedenle kullanılan yaklaşım ve teknik **bireysel psikoloji – birisini hoşnut etme görevidir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Bireysel psikoloji – Katran bebekten kaçınmak: Danışanın provokatif davranışlarına kapılmadan tepki vermemeyi içerir; burada ise **aktif bir ödev verilmesi** söz konusudur.

C) Gestalt terapi – Abartma alıştırması: Davranış ya da duygunun abartılarak farkındalık kazanılmasıdır; burada **ilişkiyi geliştirmeye yönelik görev** vardır.

D) Bilişsel terapi – Düşünce günlüğü: Otomatik düşüncelerin kaydedilmesini içerir; burada **davranışsal görev** verilmiştir.

E) Stratejik Aile Terapisi – Güç analizi: Aile içi güç dengelerini incelemeye yöneliktir; burada ise **bireyin sosyal davranış geliştirmesi** hedeflenmiştir.

Cevap: A

15. Psikolojik danışmanın müdahalesinde Berrin'in **önce hayali olarak, ardından gerçek ortamda doğrudan en yüksek düzey kaygı uyandıran duruma uzun süre maruz bırakılması**, danışanın korktuğu uyarılarla **yoğun ve kesintisiz biçimde karşı karşıya getirilmesi** anlamına gelir. Bu durum, davranışçı yaklaşımda yer alan **taşırmadır**. Bu teknikte danışan, en yüksek düzey kaygı uyandıran durumla doğrudan yüzleştirilir ve bu yoğun maruz bırakma sayesinde kaygı tepkisinin **hızla sönmesi** hedeflenir. Bu nedenle kullanılan teknik **taşırmadır. Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Gevşeme eğitimi – Davranışçı: Danışana kas gevşetme ve rahatlama becerleri öğretilir; burada **yoğun maruz bırakma** vardır.

B) Sistematik duyarsızlaştırma – Davranışçı: Bu teknikte **gevşeme eğitimi, kaygı hiyerarşisi oluşturma ve kademeli maruz bırakma** basamakları izlenir; burada ise **kademeli ilerleme değil, doğrudan en yüksek düzey uyarana maruz bırakma** söz konusudur.

D) Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı: İrrasyonel düşünceler sorgulanır; burada **davranışsal maruz bırakma** vardır.

E) Duygunda kal – Gestalt: Danışanın duyguyu deneyimlemesi sağlanır; burada ise **uyarana yoğun biçimde maruz bırakma** söz konusudur.

Cevap: C

1. Danışmanın müdahalesinde, Berat Bey'in rahatsız edici yaşantıları **hızla bastırmak ve onlardan kaçmak yerine bu duygularla temas etmesi, onları olduğu gibi fark etmesi ve acele etmeden deneyimlemesi** istenmektedir. Danışanın bu durumdan çabuk kurtulma eğilimine karşı, danışmanın onu **duygunun içinde kalmaya yönlendirmesi**, gestalt terapinin "şimdi ve burada" farkındalık ilkesine dayanır. **Duygunda kal** tekniğinde danışan, kaçındığı korku, kaygı ve diğer hoş olmayan duygularla bilinçli biçimde temas eder; bu süreçte duygudan kaçınmak yerine onu **yoğunluk ve süreklilik içinde deneyimler**. Bu sayede hem duygunun geçiciliğini fark eder hem de bu duygulara **tahammül etme kapasitesi gelişir**, bastırılmış yaşantılar bütünleşir ve psikolojik esneklik artar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Boş sandalye – Gestalt: Bu teknikte danışan, içsel çatışmalarını ya da kişiler arası sorunlarını somutlaştırarak karşısındaki boş sandalyeye yansıtır ve rol değiştirerek diyalog kurar. Amaç, bastırılmış duygu ve düşünceleri görünür kılmak ve bütünleştirmektir. Vaka ise herhangi bir canlandırma ya da diyalog değil, doğrudan duygunun içinde kalmayı içermektedir.

C) Paradoksal niyet – Varoluşçu: Frankl tarafından geliştirilen bu teknikte danışandan korktuğu ya da kaçındığı davranışı bilinçli biçimde abartması istenir; böylece kaygının paradoksal biçimde azalması hedeflenir. Burada ise abartma ya da tersine çevirme yoktur, aksine duyguyla doğrudan temas vardır.

D) Yaşam tarzı analizi – Bireysel: Adler yaklaşımında bireyin erken çocukluk yaşantıları, aile içindeki konumu ve geliştirdiği yaşam örüntüleri incelenir. Bu teknik geçmiş odaklıdır ve bireyin yaşam planını anlamaya yöneliktir. Vaka ise geçmiş çözümlemesinden çok anlık yaşantının fark edilmesine odaklanmaktadır.

E) Sistemik duyarsızlaştırma – Davranışçı: Bu teknikte danışana önce gevşeme becerileri öğretilir, ardından kaygı hiyerarşisi oluşturularak **aşamalı ve kontrollü** biçimde maruz bırakma yapılır. Amaç kaygıyı kademeli olarak azaltmaktır. Vaka ise ne gevşeme ne de kademeli maruz bırakma içerir; doğrudan duygunun içinde kalma söz konusudur.

Cevap: A

2. Danışmanın müdahalesinde, Burak'ın sosyal medya kullanımını azaltmak amacıyla **istenmeyen davranışın hemen ardından rahatsız edici bir uyarıcı (hafif elektrik)** verilmesi söz konusudur. Bu uygulama, davranış ile olumsuz bir uyarının eşleştirilmesi yoluyla davranışın sıklığını azaltmayı hedefler. Davranışçı yaklaşımda bu süreç, bireyin belirli bir davranıştan uzaklaşmasını sağlamak için **itici uyarıcıyla koşullama** olarak tanımlanır. Yani davranış, hoş olmayan bir uyarıcıyla ilişkilendirilerek zamanla o davranışa karşı kaçınma geliştirilir. Burak'ın sosyal medya kullanımını giderek azaltması da bu öğrenmenin gerçekleştiğini göstermektedir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Sokratik sorgulama – Bilişsel davranışçı: Danışanın otomatik düşüncelerini ortaya çıkarmak ve bu düşünceleri mantık, kanıt ve alternatif bakış açılarıyla sorgulamak amacıyla kullanılır. Davranışa eşlik eden fiziksel bir uyarıcı ya da koşullama süreci içermez.

C) Maruz bırakma – Davranışçı: Kaygı uyandıran uyarılarla danışanı sistematik ya da yoğun biçimde karşı karşıya getirerek kaygı tepkisini söndürmeyi amaçlar. Bu teknikte amaç kaçınmayı azaltmaktır; davranışı cezalandırmak ya da itici bir uyarılarla eşleştirmek değildir.

D) Boş sandalye – Gestalt: Tamamlanmamış yaşantıları ele almak için kullanılır; danışan, sandalyeye yerleştirdiği kişi ya da nesneyle konuşur, yer değiştirerek onun rolüne girer ve böylece bastırılmış duygu ve düşüncelerini ifade eder. Bu teknik yaşantısal farkındalık ve bütünleşme sağlar; ancak davranış değiştirmeye yönelik koşullama içermez.

E) Yeniden yazma – Öyküsel: Danışanın problem yüklü öyküsünü yeniden yapılandırarak alternatif ve güçlendirici bir yaşam anlatısı oluşturmaya dayanır. Bu yaklaşımda davranışa doğrudan müdahale eden uyarıcılar değil, anlamlandırma süreci ön plandadır.

Cevap: A

3. Danışmanın müdahalesinde, Selin'in günlük aktivitelerini **kayıt altına alması**, her bir etkinlik sırasında hissettiği **zevk ve yeterlilik düzeyini puanlaması** ve buna göre **yeni etkinlikler planlayarak uygulaması** sağlanmaktadır. Bu yapılandırılmış süreç, depresif belirtilerde kullanılan **zevk terapisi** tekniğini tanımlar. Bu teknik, **bilişsel kuram** içinde yer alır ve temel amacı, bireyin azalan etkinlik düzeyini artırarak **olumlu yaşantılarla temasını güçlendirmek**, böylece **haz alma ve yeterlilik duygusunu yeniden kazandırmaktır**. Danışan, planlı etkinlikler aracılığıyla pasiflikten çıkarılır ve davranışsal olarak aktif hale geldikçe duygudurumunda iyileşme sağlanır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı terapi: İrrasyonel inançların belirlenmesi ve bunların mantıklı alternatiflerle tartışılarak değiştirilmesi sürecini içerir; burada **bilişsel yeniden yapılandırma** vardır, etkinlik planlama yoktur.
- B) Dıştan içe doğru ilerleme – Bilişsel davranışçı terapi: Danışanın otomatik düşüncelerinden başlayarak ara ve temel inançlara ulaşmayı amaçlayan bilişsel bir tekniktir; süreç **bilişsel derinleşme ve anlamlandırma** üzerine kuruludur, vakadaki gibi **zevk-yeterlilik puanlama ve aktivite çizelgesi** içermez.
- C) Boş sandalye – Gestalt terapi: Tamamlanmamış yaşantıların ele alınması için danışanın bir kişi ya da nesneyle **rol değiştirerek diyalog kurması** sağlanır; burada böyle bir **canlandırma ve yüzleştirme** yoktur.
- D) Paradoksal niyet – Varoluşçu terapi: Danışanın korktuğu ya da kaçındığı durumu **bilinçli biçimde abartması** istenir; amaç kaygıyı tersine çevirmektir, vakada ise **haz ve motivasyon artırma** vardır.

Cevap: E

4. Danışmanın müdahalesinde, Asuman'ın kaygısını tanıması, bedenindeki **gerilim ve fizyolojik belirtileri fark etmesi** ve seanslarda **derin nefes alma ile kas gevşetme egzersizlerini uygulaması** sağlanmaktadır. Ayrıca kaygı yükseldiğinde bu teknikleri kullanarak **bedensel uyarılmışlığını düşürmesi** pekiştirilmektedir. Bu süreç, kaygının fizyolojik bileşenini hedef alan ve bireye **gevşeme becerisi kazandırmayı** amaçlayan davranışçı bir tekniktir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Maruz bırakma – Davranışçı: Danışanın kaygı uyandıran duruma **doğrudan ya da kademeli biçimde maruz bırakılması** esastır; burada ise **kaygı uyarısıyla yüzleştirme değil, bedensel gevşeme eğitimi** vardır.
- C) Yazgı analizi – Transaksiyonel analiz: Bireyin yaşamında tekrar eden **yaşam senaryolarını (yazgı)** ve bu senaryoların nasıl sürdü-rüldüğünü analiz etmeye yöneliktir; bu vakada böyle bir **yaşam örüntüsü çözümlemesi** yoktur.
- D) Katarsis tekniği – Psikanalitik: Bastırılmış duyguların **duygusal boşalım yoluyla ifade edilmesi** amaçlanır; burada ise **duygusal boşalım değil, fizyolojik rahatlama** söz konusudur.
- E) Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı: İrrasyonel inançların sorgulanarak daha işlevsel düşüncelerle değiştirilmesine dayanır; bu vakada ise **bilişsel tartışma değil, nefes ve kas gevşetme egzersizleri** uygulanmaktadır.

Cevap: B

5. Danışmanın müdahalesinde, Selma'nın yaşadığı **anlamsızlık ve boşluk duygusunu fark etmesini sağlamak amacıyla** ondan kendi ölümünü, cenazesini ve ardından söylenecekleri **hayal etmesi istenmektedir**. Bu uygulama, bireyin yaşamına dışarıdan bakmasını sağlayarak **değerlerini, önceliklerini ve yaşamın anlamını yeniden değerlendirmesine** imkân verir. Varoluşçu terapidde kullanılan **yönlendirilmiş fantezi** tekniği, özellikle ölüm ve anlam temaları üzerinden bireyin **varoluşsal farkındalığını artırmayı** amaçlar. Selma'nın bu süreçte yoğun duygusal deneyim yaşaması ve yaşamında neyin önemli olduğuna

dair yeni bir anlam geliştirmesi de bu tekniğin doğrudan sonucudur. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Bireysel psikoloji kuramı – Çorbaya tükürmek:** Danışanın işlevsiz davranışının ikincil kazancını fark ettirerek bu davranışın çekiciliğini azaltmayı amaçlar; burada ise bir davranışın kazancını bozmak değil, **yaşamın anlamını keşfetmeye yönelik hayal kurma** vardır.
- B) Gerçeklik terapisi – Asla vazgeçme:** Danışanın hedeflerine yönelik ısrarcı davranmasını ve sorumluluk almasını teşvik eder; vakada ise **değer ve anlam üzerine içsel farkındalık** süreci vardır.
- C) Çözüm odaklı terapi – İstisnai durum:** Problemin yaşanmadığı zamanların **belirlenmesi ve çözüm ipuçlarının ortaya çıkarılması** hedeflenir; burada ise **geleceğe ve yaşamın anlamına yönelik varoluşsal sorgulama** bulunmaktadır.
- D) Gestalt terapisi – Projeksiyonu oynama (tersine çevirme):** Danışanın sahiplenmediği yönlerini **rol alarak canlandırması ve davranışın tersini deneyimlemesi** sağlanır; vakada ise böyle bir **rol oynama ya da davranış tersine çevirme** yoktur.

Cevap: E

- B) Duygunda kal – Gestalt:** Danışanın kaçındığı duyguyu **yoğun biçimde deneyimlemesi ve fark etmesi** sağlanır; burada ise odak duyguda kalmak değil, **davranışın tersini sergilemektir.**
- C) Paradoksal niyet – Varoluşçu:** Danışanın korktuğu ya da kaçındığı davranışı **bilinçli şekilde abartması** istenir; amaç genellikle **kaygıyı azaltmaktır**, vakada ise **bastırılan yönün fark edilmesi** hedeflenmektedir.
- D) Yaşam tarzı analizi – Bireysel:** Adler'e göre yaşam tarzı, bireyin **kendini, başkalarını ve dünyayı algılama biçimini**, yani **yaşam planını ve yönelimini** ifade eder ve genellikle **erken çocukluk döneminde (5-6 yaş)** şekillenir. Yaşam tarzı analizi, bireyin bu **benzersiz yaşam örüntüsünü, hedeflerini ve davranış kalıplarını** incelemeye yöneliktir. Ancak bu vakada danışanın yaşam planını çözümleme değil, **belirli bir davranışın tersini deneyimleme** söz konusudur.
- E) Maruz bırakma – Davranışçı:** Kaygı uyandırılan duruma **kademeli ya da yoğun biçimde maruz bırakma** uygulanır; burada ise **davranışın tersini deneme ve farkındalık geliştirme** vardır.

Cevap: A

6. Danışmanın müdahalesinde, Zeliha Hanım'ın eşi-ne karşı sergilediği **boyun eğici ve çekingen tutumun farkına varması** ve bu davranışın karşıtı olan **kendine güvenli ve güçlü davranışı bilinçli şekilde denemesi** istenmektedir. Bu uygulama, **gestalt terapide kullanılan projeksiyonu oynama (tersine çevirme) tekniğidir.** Bu teknikte danışan, kendinde sahiplenemediği ya da bastırdığı yönlerini **davranışa dökerek deneyimler**; çoğu zaman gözlenen davranışın altında onun **tam tersi bir eğilim** bulunur ve danışandan bu karşıt yönü sergilemesi istenir. Böylece danışan, fark etmediği yönlerini keşfeder, **farkındalığı artar ve kişilik bütünlüğü** sağlanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

7. Danışmanın müdahalesinde, Giray ile öncelikle kaygıya ilişkin **ön değerlendirme yapılarak bilgi toplanmış**, ardından **gevşeme eğitimi (derin nefes alma ve kas gevşetme)** verilmiş ve kaygı uyandıran durumlar **en az kaygı verenden en çok kaygı verene doğru sıralanarak kaygı hiyerarşisi oluşturulmuştur.** Süreçte danışan, bu durumları **hayali ortamda aşamalı biçimde deneyimlerken** her basamakta gevşeme tekniklerini kullanarak kaygısını düşürmüş ve bir üst basamağa geçmiştir. Bu üç aşamalı yapı (**gevşeme eğitimi – kaygı hiyerarşisi – duyarsızlaştırma**) davranışçı yaklaşımda yer alan **sistematiik duyarsızlaştırma** tekniğinin doğrudan uygulamasıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Boş sandalye tekniği – Gestalt:** Gestalt terapist **tamamlanmamış yaşantıları, bastırılmış duyguları ve içsel çatışmaları görünür kılmak** amacıyla kullanılır. Danışan, karşısındaki boş sandalyeye bir kişi, kendisinin bir parçası ya da bir durumu yerleştirir; **onunla konuşur, ardından yer değiştirerek o rolü üstlenir ve karşılıklı diyalog kurar**. Bu süreçte danışan, daha önce ifade edemediği duygu ve düşüncelerini açığa çıkarır, **farkındalık kazanır ve içsel bütünleşme sağlar**. Ancak bu vakada böyle bir **rol değişimi, diyalog ve yaşıntısal canlandırma** yoktur; aksine **kaygıyı azaltmaya yönelik sistematik bir davranışçı süreç** vardır.
- C) **Katarsis tekniği – Psikanalitik:** Danışanın bastırılmış yaşantılarını ve duygularını **serbest çağrışım, rüya analizi ya da yoğun duygusal ifade** yoluyla ortaya çıkararak **duygusal boşalım (arınma)** yaşamasını hedefler. Amaç, bilinç dışı içeriğin fark edilmesi ve rahatlamadır; burada ise **planlı maruz bırakma ve gevşeme eğitimi** vardır.
- D) **Yapısal analiz – Transaksiyonel analiz:** Bireyin davranışlarını açıklamak için **ebeveyn, yetişkin ve çocuk ego durumları** arasındaki etkileşimler incelenir; kişi hangi ego durumundan tepki verdiğini fark eder ve iletişim örüntülerini düzenler. Bu vakada ise **ego durumları analizi değil, kaygının fizyolojik ve davranışsal olarak azaltılması** söz konusudur.
- E) **İçerik yansıtma – Birey merkezli kuram:** Danışanın ifade ettiği düşünce ve yaşantıların **anlamı değiştirilmeden, daha açık ve kısa biçimde yeniden ifade edilmesidir**. Bu beceri, danışana **anlaşıldığını hissettirmeyi**, söylediklerini yeniden duyarak **düşüncelerini netleştirmesini** ve danışmanın doğru anlayıp anlamadığını **kontrol etmeyi** sağlar. **Bilişsel içeriğe odaklanır ve bir sözel izleme becerisidir**; ancak burada **aktif teknik öğretimi ve aşamalı maruz bırakma** uygulanmaktadır.

Cevap: B

8. Danışmanın müdahalesinde, Berke'nin "Matematik sınavını kesinlikle geçemeyeceğim" şeklindeki **kesinlik içeren otomatik düşüncesi**, danışman tarafından **kanıt sorgulama, alternatif açıklama üretme ve genellemenin geçerliliğini test etme** yoluyla ele alınmaktadır. Danışman, yönelttiği sorularla danışanın düşüncesini **mantık ve gerçeklik açısından incelemesini sağlar**. Bu süreçte amaç, danışana doğrudan doğruyu vermek değil, onun **kendi düşüncesini sorgulayarak yeniden yapılandırmasına yardımcı olmaktır**. Bu teknik, bilişsel davranışçı kuramda yer alan **Sokratik sorgulama**dır. **Doğru cevap A seçeneğidir**.
- B) **Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı kuram:** Danışman daha **aktif, yönlendirici ve tartışmacıdır**. Danışanın irrasyonel inançları belirlenir, bu inançlar **mantık, gerçeklik ve işlevsellik açısından doğrudan çürütülür** ve yerine daha rasyonel düşünceler yerleştirilir. Soruda ise danışman doğrudan karşı çıkmak yerine **soru yoluyla danışanın kendisinin fark etmesini sağlamaktadır**.
- C) **Boş sandalye tekniği – Gestalt terapi:** Danışanın **tamamlanmamış yaşantılarını, içsel çatışmalarını veya kişiler arası sorunlarını** çalışmak için kullanılır. Danışan, karşısındaki boş sandalyeye bir kişi ya da kendisinin bir yönünü yerleştirir, onunla **doğrudan konuşur, ardından yer değiştirerek o rolü üstlenir ve karşılıklı diyalog geliştirir**. Bu süreçte bastırılmış duygular açığa çıkar, **farkındalık ve bütünleşme sağlanır**. Soruda ise böyle bir **yaşıntısal canlandırma ve rol değişimi yoktur**, bilişsel sorgulama vardır.
- D) **Rol oynama – Davranışçı kuram:** Danışanın zorlandığı sosyal ya da performans durumlarını **güvenli ortamda prova etmesini** sağlar. Danışan belirli bir rolü üstlenerek **yeni davranışlar dener**, danışman geri bildirim verir ve doğru tepkiler **pekiştirilir**. Bu teknik özellikle **sosyal beceri geliştirme, kaygı azaltma ve yeni davranış öğrenme** amacıyla kullanılır. Soruda ise davranış provası değil, **düşüncenin sorgulanması ve bilişsel yeniden değerlendirme süreci** vardır.

E) **Dışsallaştırma – Öyküsel terapi:** Problem, danışanın kimliğinden ayrıştırılarak “**sorun kişi değildir, sorun sorundur**” anlayışıyla ele alınır. Danışan problemi dışsallaştırarak onunla **mesafe kurar ve yeniden anlamlandırır**. Soruda ise problem dışsallaştırılmamış, **doğrudan düşüncenin doğruluğu sorgulanmıştır**.

Cevap: A

9. Danışmanın müdahalesinde, Derya'nın “Sınavda başarısız olursam her şey biter” şeklindeki **felekletleştirme ve genelleme içeren inancı** ele alınmakta ve danışman, yönelttiği sorularla bu düşüncenin **hangi kanıtlara dayandığını ve duygusal sonucu neyin belirlediğini fark ettirmeye çalışmaktadır**. Özellikle “Kaygını artıran şey sınavın kendisi mi, yoksa sınav hakkındaki inançların mı?” sorusu, doğrudan **A (olay) – B (inanç) – C (duygu/davranış sonucu)** ayrımını danışana keşfettirir. Bu süreçte amaç, danışanın yaşadığı duygusal tepkinin olaydan değil, **olaya yüklediği anlam ve inançlardan kaynaklandığını anlamasını sağlamaktır**. Bu yapı, akılcı duygusal davranışçı terapide kullanılan **ABC tekniğini** tanımlar. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A) **Sokratik sorgulama – Bilişsel davranışçı terapi:** Danışanın düşüncelerini **kanıt, mantık ve alternatifler üzerinden sorgulamasını** sağlar. Soruda ise sadece sorgulama değil, özellikle **duygunun kaynağını inançlara bağlayan yapılandırılmış ABC modeli** kullanılmaktadır.

B) **Güç analizi – Stratejik aile terapisi:** Aile içindeki bireyler arasında **güç dengeleri ve kontrol ilişkileri** incelenir. Soruda ise bireyin **içsel bilişsel süreci** ele alınmaktadır.

C) **Yeniden yazma – Öyküsel terapi:** Danışanın problem yüklü yaşam öyküsünü **yeniden yapılandırarak alternatif bir anlatı oluşturmasını** sağlar. Soruda ise **anlatı değil, inanç-duygusu ilişkisi** analiz edilmektedir.

E) **Benlik durumları çözümlemesi – Transaksiyonel analiz:** Bireyin **ebeveyn, yetişkin ve çocuk ego durumları** arasındaki etkileşimler incelenir. Soruda ise **ego durumları değil, bilişsel inançlar ve duygusal sonuçlar** ele alınmaktadır.

Cevap: D

10. Danışmanın müdahalesinde, Deniz'in kalem oynatma davranışını azaltmak için bu davranış **bilinçli olarak artırması ve abartılı biçimde yapmasının istenmesi** söz konusudur. Danışan, davranışını kontrol etmeye çalışmak yerine **onu en üst düzeyde ve isteyerek sergilemeye yönlendirilir**. Bu süreçte davranış, danışanın gözünde **anlamsızlaşır, sıkıcı hale gelir ve çekiciliğini kaybeder**. Verdiği bilgilerle de örtüşecek şekilde bu uygulama, danışanın semptomunu fark etmesini sağlamak ve onu **ayırt edici uyarılardan koparmak**, hatta mizahi bir yönle “**en iyi şekilde yapmaya**” **teşvik ederek etkisini kırmak** üzerine kuruludur. Bu özellikler, davranışçı yaklaşımda yer alan **elinde patlatma (paradoksal niyetle ilişkili) tekniğini** tanımlar. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

A) **Maruz bırakma – Davranışçı kuram:** Danışan kaygı uyandıran uyarılarla **doğrudan ya da kademeli olarak yüzleştirilir**. Soruda ise bir uyarılarla yüzleşme değil, **davranışın abartılarak yapılması** vardır.

B) **Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı kuram:** İrrasyonel inançların tartışılması ve yerine rasyonel düşünceler geliştirilmesi hedeflenir. Soruda ise **bilişsel tartışma değil, davranışsal müdahale** vardır.

D) **Sokratik sorgulama – Bilişsel davranışçı kuram:** Danışanın düşüncelerini **soru yoluyla sorgulaması ve yeniden değerlendirmesi** sağlanır. Soruda ise **davranışın artırılması yoluyla söndürülmesi** söz konusudur.

E) **Oyun analizi – Transaksiyonel analiz:** kişiler arası ilişkilerde tekrarlayan **psikolojik oyunlar ve ego durumları** incelenir. Soruda ise **davranış değiştirmeye yönelik teknik** uygulanmaktadır.

Cevap: C

11. Danışmanın müdahalesinde, seansa katılan ekip bin önce süreci **sessizce gözlemlemesi**, ardından danışman ve danışan kenara çekildikten sonra ekip üyelerinin danışana dair **gözlemlerini, güçlü yönlerini ve alternatif bakış açılarını paylaşması**, sonrasında ise danışanın bu paylaşımlar üzerine **kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmesi** sağlanmaktadır. Bu yapı, danışanın kendi öyküsünü **dışarıdan, farklı gözlerle yeniden görmesini ve anlamlandırmasını** amaçlayan bir uygulamadır. Öyküsel terapide kullanılan **yansıtıcı takım çalışması**, danışanın baskın öyküsünü zenginleştirmek ve yeni anlamlar üretmesini sağlamak için **çoklu perspektif sunma** üzerine kuruludur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Psikanalitik yaklaşım – Serbest çağrışım:** Danışanın aklına gelenleri **sansürlü biçimde ifade etmesi** sağlanır ve bilinç dışı içeriklere ulaşılması hedeflenir. Soruda ise **ekip geri bildirimi ve çoklu bakış açısı** vardır.
- B) **Transaksiyonel analiz – Ego durumları çalışması:** Bireyin **ebeveyn, yetişkin ve çocuk ego durumları** incelenir ve iletişim örüntüleri analiz edilir. Soruda ise **grup geri bildirimi ve dış gözlem süreci** vardır.
- C) **Çözüm odaklı terapi – İstisna soruları:** Problemin yaşanmadığı zamanlar **sorgulanarak çözüm ipuçları** bulunur. Soruda ise danışanın öyküsünü farklı perspektiflerle yeniden görmesi sağlanmaktadır.
- E) **Gerçeklik terapisi – Plan yapma çalışması:** Danışanın hedeflerine ulaşması için **somut ve uygulanabilir planlar geliştirmesi** sağlanır. Soruda ise **planlama değil, yansıtıcı geri bildirim süreci** vardır.

Cevap: D

12. Danışmanın müdahalesinde, Merve'nin **"Başkaları beni onaylamazsa bu çok kötü olur / utanılacak bir durumdur"** şeklindeki **akılcı olmayan inançlarını** hedef aldığı görülmektedir. Danışan, kaçındığı davranışları (sınıfta alışılmadık biçimde soru sorma, dikkat çekici davranışlar sergileme gibi) **bilinçli ve kasıtlı olarak yapmaya yönlendirilmekte**, böylece hem bu davranışlara eşlik eden **utanç duygusuyla doğrudan yüzleşmekte** hem de beklediği olumsuz sonuçların çoğu zaman gerçekleşmediğini deneyimlemektedir. Bu süreçte amaç, danışanın sosyal onay ihtiyacına dayalı **irrasyonel utanma inançlarını zayıflatmak**, "onaylanmasam da değerliyim" biçiminde **koşulsuz kendini kabul** gelişmesini sağlamaktır. Bu özellikler, akılcı duygusal davranışçı terapi- de kullanılan **utancın üzerine gitme (utanmayla mücadele alıştırma)** tekniğini tanımlar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Yönlendirilmiş keşif – Bilişsel davranışçı terapi:** Danışanın otomatik düşüncelerini ve bilişsel çarpıtmalarını **soru yoluyla fark etmesi**, kanıt–alternatif–sonuç ilişkisi kurarak **kendi çıkarımlarını gözden geçirmesi** sağlanır. Bu teknik **bilişsel sorgulama** odaklıdır. Soruda ise danışan düşüncesini tartışmaktan çok **davranışsal olarak utanç uyandıran eylemleri yapmaya yönlendirilmektedir.**
- C) **Sistemik duyarsızlaştırma – Davranışçı kuram:** Üç temel basamaktan oluşur: **gevşeme eğitimi, kaygı hiyerarşisi oluşturma ve kademeli maruz bırakma.** Danışan, en düşük kaygıdan başlayarak uyarılarla karşılaşır ve her basamakta gevşeme kullanarak **karşıt tepki geliştirme** yoluyla kaygı söndürülür. Soruda ne **gevşeme eğitimi** ne de **hiyerarşik ve kademeli ilerleme** vardır; doğrudan **utanç uyandıran davranışın kasıtlı yapılması** söz konusudur.
- D) **Boş sandalye – Gestalt terapi:** Danışanın **tamamlanmamış yaşantılarını** çalışmak için bir kişi ya da kendisinin bir yönünü boş sandalyeye yerleştirip **onunla diyalog kurması**, ardından **yer değiştirerek karşılıklı konuşmayı sürdürmesi** istenir. Amaç, bastırılmış duygu ve düşünceleri görünür kılmak, **farkındalık ve bütünleşme** sağlamaktır. Soruda ise **rol değişimi ve diyalog temelli yaşantısal canlandırma** yoktur; **gerçek ortamda davranışın kasıtlı sergilenmesi** vardır.

E) **Paradoksal niyet – Varoluşçu terapi:** Danışanın korktuğu belirtiyi ya da davranışı **isteye- rek ve abartarak yapması** istenir. Amaç, özellikle **beklenti kaygısını kırmak**, “yapmamaya çalışma” döngüsünü çözmek ve semptomun gücünü azaltmaktır. Bu teknikte vurgu, çoğunlukla **kaygı döngüsünü tersine çevirmektir**. Soruda ise odak, **utançla ilişkili irrasyonel inançların zayıflatılması ve koşulsuz kendini kabulün geliştirilmesidir**.

Cevap: A

13. Danışmanın müdahalesinde, Fidan’ın “hiçbir derisi yetiştiremeyeceğim” şeklindeki **genelleşici ve kaygı artırıcı düşüncesi**, doğrudan büyük hedefle yüzleştirilerek değil, bu hedefin **küçük ve yönetilebilir basamaklara bölünmesi** yoluyla ele alınmaktadır. Danışandan önce yalnızca **tek bir konuyu çalışması**, ardından diğerlerini sırayla eklemesi istenmiş; böylece danışan her adımda **başarı yaşantısı elde ederek motivasyonunu artırmış ve öz yeterlilik algısını güçlendirmiştir**. Bu yaklaşım, Beck’in bilişsel kuramında yer alan **aşamalı görevler oluşturma (başarı terapisi)** tekniğidir. Bu teknikte amaç, danışanın gözünde büyüyen ve kaçınmaya yol açan görevleri **parçalara ayırarak yapılabilir hale getirmek**, her basamakta elde edilen başarıyla **davranışsal aktivasyonu ve güven duygusunu artırmaktır**. Doğru cevap B seçeneğidir.

A) **Sistemik duyarsızlaştırma – Davranışçı:** Gevşeme eğitimi, kaygı hiyerarşisi ve **kademeli maruz bırakma** basamaklarını içerir. Amaç, kaygı uyandıran uyarılara karşı **karşıt tepki geliştirilerek kaygıyı söndürmektir**. Soruda ise gevşeme ya da maruz bırakma yoktur; **görevlerin basamaklara bölünmesi** vardır.

C) **Paradoksal niyet – Varoluşçu:** Danışanın korktuğu davranışı ya da semptomu **bilinçli ve abartılı biçimde yapması** istenir. Amaç, özellikle **beklenti kaygısını kırmak ve semptomun gücünü azaltmaktır**. Soruda ise davranışı artırma değil, **hedefi küçültme ve yapılandırma** söz konusudur.

D) **Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı:** Danışanın **irrasyonel inançları doğrudan tartışılır**, mantık, kanıt ve işlevsellik açısından çürütülerek yerine **rasyonel inançlar yerleştirilir**. Soruda ise bilişsel tartışma yoktur; **davranışsal görev yapılandırma** vardır.

E) **Boş sandalye – Gestalt:** Danışanın **tamamlanmamış yaşantılarını ve içsel çatışmalarını**, bir kişi ya da kendisinin bir yönüyle **rol değiştirerek diyalog kurması** yoluyla ele alır. Amaç, bastırılmış duygu ve düşünceleri açığa çıkararak **farkındalık ve bütünleşme sağlamaktır**. Soruda ise **yaşantısal canlandırma değil, hedeflerin kademelendirilmesi** vardır.

Cevap: B

14. Danışmanın müdahalesinde, danışanın “Eğer hata yaparsam kimse beni ciddiye almaz” şeklindeki **otomatik düşüncesi**, yüzeyde ele alınmakla kalmayıp daha derin bilişsel yapılara ulaşmak amacıyla **yönlendirici sorularla incelenmektedir**. Danışman, bu düşünceden hareketle “Bu senin için ne anlama geliyor?”, “Bu doğruysa bu senin hakkında ne söyler?” gibi sorgulamalarla danışanın **ara inançlarına ve en sonunda temel inançlarına ulaşmayı** hedefler. Bu süreçte ilerleme, yüzeyden derine doğru yani **otomatik düşünceden temel inanca doğru sistematik bir derinleşme** şeklinde gerçekleşir. Bu yapı, bilişsel davranışçı terapide kullanılan **dıştan içe doğru ilerleme** tekniğini tanımlar. Doğru cevap D seçeneğidir.

A) **Yeniden yapılandırma – Gestalt terapi:** Gestalt yaklaşımında temel vurgu **farkındalık ve yaşantısal deneyim** üzerinedir; bilişsel içeriğin sistematik olarak yeniden yapılandırılması bu kuramın temel tekniği değildir.

B) **Kendini yakalama – Bireysel psikoloji:** Adler yaklaşımında bireyin **işlevsiz davranış ve düşüncelerini fark etmesi** sağlanır; ancak burada olduğu gibi **otomatik düşünceden temel inanca doğru bilişsel derinleşme** söz konusu değildir.

- C) **Aile heykeli – Aile sistemleri terapisi:** Aile üyelerinin ilişkilerini ve rollerini **bedensel olarak canlandırma ve konumlandırma** yoluyla ortaya koyar; bireysel bilişsel yapıların analizi yapılmaz.
- E) **Anlam oluşturma – Duygu odaklı terapi:** Danışanın duygusal yaşantılarını **işleyerek yeni anlamlar üretmesi** hedeflenir; burada ise **bilişsel katmanlara inerek temel inancı keşfetme süreci** vardır.

Cevap: D

15. Danışmanın müdahalesinde, danışanın yaşam öyküsünü yeniden kurgulaması amacıyla **seansa özel kişilerin davet edilmesi**, bu kişilerin danışan hakkında **olumlu deneyimlerini ve gözlemlerini paylaşması** ve ardından danışanın bu anlatılar üzerine **anlamlandırma yapmasının sağlanması** söz konusudur. Bu yapı, öyküsel terapide kullanılan **dışarıdan tanık uygulamasıdır**. Bu teknikte danışan, kendi öyküsünü yalnızca kendi gözünden değil, **başkalarının tanıklığı üzerinden yeniden duyar**, bu da baskın/problem yüklü öykünün zayıflamasına ve **tercih edilen öykünün güçlenmesine** hizmet eder. Tanıkların paylaşımları, danışanın fark etmediği güçlü yönlerini görünür kılar ve yeni öykünün **sosyal olarak pekişmesini** sağlar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Boş sandalye tekniği – Gestalt terapisi:** Bu teknik, danışanın **tamamlanmamış yaşantılarını ve içsel çatışmalarını** çalışmak için kullanılır. Danışan, boş sandalyeye bir kişi ya da kendisinin bir yönünü yerleştirir, onunla **doğrudan konuşur**, ardından yer değiştirerek o rolü üstlenir ve **karşılıklı diyalog kurar**. Amaç, bastırılmış duygu ve düşünceleri açığa çıkarmak, **farkındalık ve bütünleşme sağlamaktır**. Soruda ise böyle bir **rol değişimi ve yaşantısal canlandırma yoktur**, aksine **başkalarının tanıklığıyla öykü yeniden anlamlandırılmaktadır**.

- B) **Yaşam senaryosu çalışması – Transaksiyonel analiz:** Bu yaklaşımda bireyin çocuklukta oluşturduğu ve yaşam boyu tekrar ettiği **yazgı (yaşam senaryosu)** incelenir. Kişinin erken kararları, ebeveyn mesajları ve tekrar eden ilişki örüntüleri analiz edilerek **senaryonun fark edilmesi ve değiştirilmesi** hedeflenir. Soruda ise geçmiş senaryonun analizi değil, **mevcut öykünün alternatif anlatılarla güçlendirilmesi** vardır.
- C) **Sorgulama süreci – Gerçeklik terapisi:** Danışanın ne istediği, ne yaptığı ve davranışlarının işe yarayıp yaramadığı **WDEP sistemi (istekler, davranışlar, değerlendirme, plan)** çerçevesinde ele alınır. Amaç, bireyin **sorumluluk alarak işlevsel seçimler yapmasını sağlamaktır**. Soruda ise **davranış değerlendirme ve planlama değil**, öykünün **tanıklar aracılığıyla yeniden yapılandırılması** söz konusudur.
- D) **Mucize soru – Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Danışandan, problemi ortadan kalkmış bir geleceği **hayal etmesi** istenir ve bu hayaldeki küçük ipuçları üzerinden çözüme gidilir. Bu teknik **gelecek odaklıdır ve bireysel hayal kurma sürecine dayanır**. Soruda ise **başkalarının aktif katılımı ve tanıklığıyla öykünün güçlendirilmesi** vardır.

Cevap: E

1. Danışmanın müdahalesinde, Oya'nın kendi kaygılarını doğrudan ele almak yerine, **başkalarının yaşadığı problemler üzerinden akılcı olmayan inançları analiz etmesi ve çözüm üretmesi** sağlanmaktadır. Bu süreçte Oya, arkadaşlarının irrasyonel düşüncelerini fark edip bunlara alternatifler üretirken, aynı düşünce kalıplarının **kendi yaşantısında da bulunduğunu fark etmeye başlar**. Akılcı duygusal davranışçı terapide bu uygulama **başkalarına öğretme (misyonerlik)** tekniği olarak adlandırılır. Bu teknikte temel mantık, bireyin başkasının problemini **tanımasının ve analiz etmesinin daha kolay olması**, bu sayede kendi inançlarını da **dolaylı yoldan fark edip değiştirmesidir**. Doğru cevap C seçeneğidir.

A) ABC Tekniği – Akılcı duygusal davranışçı terapi: Danışanın kendi yaşantısı üzerinden A (olay) – B (inanç) – C (duygu/davranış sonucu) ilişkisini analiz etmesi sağlanır. Soruda ise danışan doğrudan kendi yaşantısını değil, **başkalarının yaşantılarını analiz etmektedir**.

B) Dıştan içe doğru ilerleme – Bilişsel davranışçı terapi: Danışanın otomatik düşüncelerinden başlayarak ara ve temel inançlara ulaşılması hedeflenir. Bu süreç bireyin kendi bilişsel yapısına odaklanır. Soruda ise **bilişsel derinleşme değil, başkaları üzerinden farkındalık kazanma** vardır.

D) Sistemik duyarsızlaştırma – Davranışçı kuram: Gevşeme eğitimi, kaygı hiyerarşisi ve kademeli maruz bırakma basamaklarıyla kaygı azaltılır. Soruda ise **davranışsal değil bilişsel analiz süreci** söz konusudur.

E) Yapı analizi – Transaksiyonel analiz: Bireyin ebeveyn, yetişkin ve çocuk ego durumları incelenir ve iletişim örüntüleri analiz edilir. Soruda ise **ego durumları değil, irrasyonel inançların fark edilmesi** hedeflenmektedir.

Cevap: C

2. Danışmanın müdahalesinde, Mert'in küçük ama önemli ilerlemeleri **somut ve görünür hale getirilerek** pekiştirilmektedir. "Cesaret Belgesi", "Katılım Sertifikası" gibi yazılı materyaller, danışanın yeni ve tercih edilen öyküsünü **kanıtlarla destekleyerek güçlendirmeye** hizmet eder. Öyküsel terapide **yazılı kanıtlar** tekniği, danışanın olumlu değişimlerini belgeleyerek bu değişimi **kalıcı ve anlamlı hale getirmeyi**, ayrıca danışanın kendi öyküsünü **daha güçlü bir anlatıya dönüştürmesini** amaçlar. Bu nedenle **doğru cevap A seçeneğidir**.

B) Dışsallaştırma – Öyküsel terapi: "Sorun kişi değildir, sorun sorundur" anlayışıyla problem danışanın kimliğinden ayrıştırılır ve **sorunla kişi arasına mesafe konur**. Soruda ise problem ayrıştırılmamakta, **olumlu davranışların belgelenmesi** vardır.

C) Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı-duygusal davranışçı terapi: Danışanın irrasyonel inançları doğrudan tartışılır ve **rasyonel düşüncelerle değiştirilir**. Soruda ise bilişsel tartışma değil, **davranışların somut kanıtlarla desteklenmesi** vardır.

D) İstisna soruları – Çözüm odaklı kısa süreli terapi: Problemin yaşanmadığı ya da daha az yaşandığı zamanlar **sorgulanarak çözüm ipuçları** bulunur. Soruda ise bu durumların sorgulanması değil, **yazılı olarak belgelendirilmesi** söz konusudur.

E) Rol oynama – Davranışçı terapi: Danışanın zorlandığı durumları **canlandırarak yeni davranışlar denemesi ve prova etmesi** sağlanır. Soruda ise **davranış provası değil, gerçekleştirmiş davranışların belgeye dökülmesi** vardır.

Cevap: A

3. Danışmanın müdahalesinde, Kaan'a önce "**Ne istiyorsun?**", ardından "**Ne yapıyorsun?**", sonra "**Bu yaptıkların işe yarıyor mu?**" sorularının yöneltilmesi ve en sonunda **uygulanabilir bir plan oluşturulması** sağlanmaktadır. Bu yapı, gerçeklik terapisinin temelini oluşturan **WDEP sistemi (is-tekler – davranışlar – değerlendirme – plan)** ile birebir örtüşür. Bu yaklaşımda danışanın **sorumluluk alması**, mevcut davranışlarını değer-

lendirmesi ve işlevsel seçimler yaparak planlı değişime yönelmesi hedeflenir. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) ABC modeli – Akılcı duygusal davranışçı terapi: A (olay) – B (inanç) – C (duygu/davranış sonucu) ilişkisi analiz edilerek irrasyonel inançlar ortaya çıkarılır. Soruda ise inanç analizi değil, davranış değerlendirme ve plan oluşturma vardır.
- C) Bilişsel yeniden yapılandırma – Bilişsel davranışçı terapi: Otomatik düşünceler kanıt, mantık ve alternatifler üzerinden yeniden düzenlenir. Soruda ise bilişsel tartışma değil, eylem odaklı sorgulama ve planlama süreci vardır.
- D) Düşünce odağını değiştirme – Varoluşçu terapi: Danışanın dikkatini içsel sıkıntıdan dış dünyaya yönlendirerek düşünce yoğunluğunu azaltma amaçlanır. Soruda ise yapılandırılmış hedef ve plan süreci vardır.
- E) Boş sandalye – Gestalt terapi: Danışanın tamamlanmamış yaşantılarını (bitirilmemiş işler) ele almak için kullanılır. Danışan, boş sandalyeye bir kişi ya da kendi içsel bir yönünü yerleştirir, onunla doğrudan konuşur, ardından yer değiştirerek karşılıklı diyalog kurar. Bu süreçte bastırılmış duygular açığa çıkar, farkındalık ve bütünleşme sağlanır. Soruda ise böyle bir yaşantısal canlandırma ve tamamlanmamış işlerle çalışma yoktur; davranış değerlendirme ve planlama vardır.

Cevap: B

4. Danışmanın müdahalesinde, Sude'nin yaşadığı sorunun olmadığı ya da daha az yaşandığı zamanları ortaya çıkarmaya yönelik sorular sorulmaktadır. "Daha önce ders çalışmanın senin için daha kolay olduğu bir zaman oldu mu? O zaman ne farklıydı?" gibi sorular, danışanın problem dışındaki istisnai durumları fark etmesini ve bu durumların nasıl oluştuğunu analiz etmesini sağlar. Çözüm odaklı yaklaşımda kullanılan istisna soruları, bireyin zaten sahip olduğu işe yarayan davranışları görünür kılar ve bu davranışların yeniden kullanılmasına zemin hazırlar. Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) Sokratik sorgulama – Bilişsel: Danışanın düşüncelerini kanıt, mantık ve alternatifler üzerinden sorgulaması sağlanır. Soruda ise düşünce analizi değil, problemin olmadığı zamanların keşfi vardır.
- B) Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı: Danışanın irrasyonel inançları doğrudan tartışılır ve rasyonel olanlarla değiştirilir. Soruda ise bilişsel tartışma değil, geçmişte işe yarayan durumların incelenmesi söz konusudur.
- D) Mucize soru – Çözüm odaklı: Danışandan problemin ortadan kalktığı bir geleceği hayal etmesi istenir ve bu hayaldeki ipuçları üzerinden çözüme gidilir. Soruda ise gelecek hayali değil, geçmişteki istisnai durumlar sorgulanmaktadır.
- E) Oyun analizi – Transaksiyonel analiz: Bireyin kişiler arası ilişkilerinde tekrar eden psikolojik oyunlar ve ego durumları incelenir. Soruda ise davranış örüntüsü değil, istisnai başarı anları ele alınmaktadır.

Cevap: C

5. Danışmanın müdahalesinde, Ayla'nın yaşadığı bedensel belirtileri fark etmesi ve bu belirtilerle bağlantılı duyguyu keşfetmesi sağlanmaktadır. "Omuzlarının gerildiğini fark ettiğinde içinde hangi duygu belirliyor?" sorusu, danışanın dikkatini bedenden duygusal yaşantıya yönlendiren, duyguyu tanıma ve adlandırma sürecini başlatan bir müdahaledir. Duygu odaklı terapide duygusal farkındalık tekniği, bireyin yaşadığı deneyimi bastırmadan, kaçınmadan doğrudan temas ederek anlamlandırmasını hedefler. Bu nedenle kullanılan teknik duygusal farkındalıktır. Doğru cevap A seçeneğidir.

- B) Düşünce odağını değiştirme – Varoluşçu terapi: Danışanın dikkatini içsel sıkıntıdan dış dünyaya yönlendirerek düşünce yoğunluğunu azaltmayı amaçlar. Soruda ise dikkat dışı değil, içsel yaşantıya yöneltilmektedir.

C) **Mış gibi yapma – Bireysel psikoloji:** Danışanın gerçek yaşamın bir provası olarak **olmak istediği gibi davranması**, hatta imkânsız görüldüğü rolleri **deneyimlemesi** sağlanır. Bazen danışana **esprili ve abartılı sahneler kurdu** rularak kendini denemesi teşvik edilir. Soruda ise **rol deneme ve davranış provası yoktur**, duygunun fark edilmesi vardır.

D) **Gevşeme eğitimi – Davranışçı terapi:** Danışana **nefes ve kas gevşetme teknikleri öğretilerek** fizyolojik belirtiler azaltılır. Soruda ise teknik öğretimi değil, **duygunun fark edilmesi** söz konusudur.

E) **Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı terapi:** Danışanın **irasyonel inançları doğrudan tartışılır ve yeniden yapılandırılır**. Soruda ise bilişsel tartışma değil, **duygu farkındalığı geliştirme** vardır.

Cevap: A

6. Danışmanın müdahalesinde, “Kaygı senin önüne geçiyor” ifadesiyle **kaygının Cem’den ayrı bir olgu olarak ele alındığı**, yani “sorun kişi değildir, sorun sorundur” anlayışının benimsendiği görülmektedir. Bu yaklaşımda problem, danışanın kimliğinden ayrıştırılır ve danışanın bu problemle **mesafe kurarak onu yeniden anlamlandırması** sağlanır. Devamında danışandan kaygısının etkilerini yeniden kurgulaması ve **farklı bir öykü oluşturmaya** istenmesi de öyküsel terapinin temel müdahaleleriyle örtüşür. Bu süreç, öyküsel terapide kullanılan **dışsallaştırma** tekniğini tanımlar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Serbest çağrışım – Psikanalitik:** Danışanın aklına gelenleri **sansürsüz biçimde ifade etmesi** sağlanarak bilinç dışı içeriğe ulaşılır. Soruda ise bilinç dışı keşif değil, **sorunun danışandan ayrıştırılması** vardır.

B) **Oyun analizi – Transaksiyonel analiz:** Bireyin ilişkilerinde tekrar eden **psikolojik oyunlar ve ego durumları** incelenir. Soruda ise **ego durumları değil, problemin dışsallaştırılması** söz konusudur.

C) **WDEP sistemi – Gerçeklik:** Danışanın **istekleri, davranışları, değerlendirmesi ve planı** ele alınır. Soruda ise planlama değil, **problemle kimlik arasında mesafe kurma** vardır.

D) **İstisna soruları – Çözüm odaklı:** Problemin yaşanmadığı durumlar **sorgulanarak çözüm ipuçları bulunur**. Soruda ise istisna arama değil, **kaygının ayrı bir varlık gibi ele alınması** vardır.

Cevap: E

7. Danışmanın müdahalesinde, Murat’ın ebeveynleri arasındaki çatışma nedeniyle **anne-baba-çocuk üçlüsünde oluşan ilişki örüntüsünün incelendiği**, Murat’ın bu yapı içinde **taraf olmaya zorlandığı** ve danışmanın bu üçlü etkileşimi **şema ile modellediği** görülmektedir. Bu durum, aile sistemlerinde gerilimin iki kişi arasında kalmayıp üçüncü bir kişiye aktarılmasıyla oluşan **üçgenleşme** sürecini ifade eder. Bowen aile sistemi kuramında **temel üçgen**, üç kişiden oluşan en küçük ilişki birimidir ve özellikle **anne-baba-çocuk üçlüsü**, bireyin duygusal gelişimi ve ilişki kurma biçimleri üzerinde belirleyicidir. Danışmanın bu üçlü yapıyı analiz etmesi doğrudan **temel üçgen** tekniğine karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Çiftli mesaj analizi – Stratejik aile terapisi:** Bir bireye aynı anda **birbirleriyle çelişen (sözel ve sözsüz) mesajların verilmesi** durumudur ve kişi bu çelişki içinde kalır. Soruda ise çelişkili mesajlar değil, **üçlü ilişki yapısı ve taraf olma durumu** vardır.

C) **Boş sandalye – Gestalt terapi:** Danışanın **tamamlanmamış yaşantılarını** ele almak için bir kişi ya da kendi yönüyle **rol değiştirerek diyalog kurması** sağlanır. Soruda ise bireysel içsel süreç değil, **aile içi ilişki örüntüsü** ele alınmaktadır.

D) **Ailenin stres balesi – Satir aile terapisi:** Bu teknik, **heykel çalışmasının uzantısıdır** ve aile üyelerinin ilişkilerini **hareket ve canlandırma yoluyla ifade etmeleri** istenir. Terapist süreci gözler ya da yönlendirir ve **etkileşim kalıpları dramatize edilerek görünür hale getirilir**. Soruda ise dramatizasyon ya da hareketli canlandırma yoktur; **üçlü ilişkinin sematik olarak modellenmesi** vardır.

E) **İstisna soruları – Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Problemin yaşanmadığı durumlar **sorgulanarak çözüm ipuçları bulunur**. Soruda ise çözüm anları değil, **ilişki yapısının analizi** söz konusudur.

Cevap: A

8. Danışmanın müdahalesinde, aile üyelerinden **odada belirli pozisyonlar alarak birbirleriyle olan mesafeleri, duruşları, bakış yönleri ve fiziksel temaslarıyla aileyi bir “heykel” gibi oluşturmaları** istenmektedir. Bu uygulama, aile içindeki ilişkileri ve **duygusal yakınlık-uzaklık düzeylerini somut ve görsel hale getirmeyi** amaçlar. Satir aile terapisinde kullanılan **ailenin heykelini yapma** tekniği, bireylerin algıladıkları ilişki örüntülerini **bedensel olarak ifade etmelerine** dayanır ve bu süreçte farkındalık artar. Danışanın ve aile üyelerinin bu heykel üzerinden **duygu, düşünce ve algılarını paylaşması**, tekniğin tipik devamıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Boş sandalye – Gestalt terapi:** Danışanın **tamamlanmamış yaşantılarını** çalışmak için bir kişiyle **rol değiştirerek diyalog kurması** sağlanır. Bu teknik bireysel düzeydedir. Soruda ise **aile üyelerinin birlikte oluşturduğu fiziksel bir ilişki temsili** vardır.

B) **Temel üçgen – Bowen aile sistemi kuramı:** Ailedeki üç kişilik ilişki örüntülerini (**anne-baba-çocuk**) ve **üçgenleşmeyi** açıklar. Soruda ise üçlü ilişki analizi değil, **tüm aile sisteminin mekânsal olarak canlandırılması** vardır.

D) **Sınır oluşturma – Yapısal aile terapisi:** Aile içindeki **alt sistemler ve sınırlar (katı, geçirgen, belirsiz)** düzenlenir. Soruda ise sınır müdahalesi değil, **ilişkilerin heykel biçiminde ifade edilmesi** vardır.

E) **Hiyerarşik problemi abartma – Stratejik aile terapisi:** Sorunun sürdürülmesine hizmet eden davranışlar **abartılarak görünür hale getirilir**. Soruda ise abartma değil, **ilişki örüntüsünün fiziksel temsil edilmesi** vardır.

Cevap: C

9. Danışmanın müdahalesinde, ailedeki **hiyerarşik güç dengesinin bozulduğu** (babanın baskın olması) fark edilmekte ve terapist seans içinde **annenin ve Selin’in yanında durarak daha az güçlü tarafı desteklemektedir**. Bu müdahale ile güçlü olanın etkisi azaltılmakta ve sistemdeki güç dağılımı **yeniden dengelenmektedir**. Yapısal aile terapisinde bu uygulama **dengeyi değiştirme** tekniği olarak adlandırılır. Terapist bilinçli şekilde bir alt sistemle ittifak kurarak **hiyerarşiyi yeniden düzenler ve işlevsel hale getirir**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Temel üçgen – Bowen aile sistemi kuramı:** Üç kişiden oluşan ilişki örüntülerini ve **üçgenleşmeyi** açıklar. Burada üçlü yapı değil, **güç dengesine müdahale** vardır.

B) **Danışanın parçalarının partisi – Birleşik aile terapisi:** Danışanın farklı içsel yönlerinin **rol olarak canlandırıldığı grup tekniğidir**. Birden fazla kişinin katılımı gerekir ve danışanın içsel parçaları temsil edilir. Soruda ise **aile içi güç yapısı düzenlenmektedir**, içsel parçalarla çalışma yoktur.

C) **Kendini ayırt etme – Çok kuşaklı aile sistemi kuramı:** Bireyin ailesinden **duygusal olarak ayrışması ve kendi benliğini koruyabilmesi** sürecidir. Soruda bireysel ayrışma değil, **aile içi hiyerarşiyeye müdahale** vardır.

E) **Alternatif ilişki kurma yollarını araştırma – Yapısal aile terapisi:** Danışan ve terapist birlikte, mevcut problemi sürdüren etkileşimlerin yerine **yeni ilişki ve iletişim yolları geliştirir**. Soruda ise alternatif üretimden önce **doğrudan güç dengesi değiştirilmektedir**.

Cevap: D

10. Danışmanın müdahalesinde, Baran’ın bazı konuları açmaktan kaçınması, sessizleşmesi ve konuyu değiştirmesi gibi davranışlar **terapi sürecine karşı gelişen direnç göstergeleri** olarak ele alınmaktadır. Danışman bu tepkileri yalnızca yüzeyde bırakmayıp, **bu kaçınmaların altında yatan duyguları ve içsel çatışmaları anlamaya ve yorumlamaya çalışmaktadır**. Psikanalitik yaklaşımda **direnç analizi**, danışanın bilinç dışı materyale yaklaşırken gösterdiği bu tür kaçınma, susma, konu değiştirme gibi savunmaları incele-

yerek **bastırılmış içeriklere ulaşmayı** amaçlar. Bu nedenle kullanılan teknik **direnç analizidir**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Dışsallaştırma – Öyküsel:** Problem danışandan ayrıştırılarak **“sorun kişi değildir”** anlayışıyla ele alınır. Soruda ise problem ayrıştırılmamakta, **kaçınma davranışlarının analizi** yapılmaktadır.
- B) **İstisna soru – Çözüm odaklı kısa süreli terapi:** Problemin yaşanmadığı zamanlar **sorgulanarak çözüm ipuçları bulunur**. Soruda ise çözüm anları değil, **direnç davranışları** incelenmektedir.
- C) **Aktarımın analizi – Psikanalitik terapi:** Danışanın geçmiş ilişkilerindeki duyguları **terapistte yansıtması** ve bunun analiz edilmesi söz konusudur. Soruda ise terapistte yönelen duygular değil, **kaçınma ve direnç davranışları** ele alınmaktadır.
- D) **Cinsiyet rolü analizi – Feminist terapi:** Toplumsal cinsiyet rollerinin birey üzerindeki etkisi **incelenir ve sorgulanır**. Soruda ise bu tür bir toplumsal rol analizi yoktur.

Cevap: E

11. Danışmanın müdahalesinde, Eda'nın **“hayır diyememe” ve duygularını ifade edememe** gibi kişiler arası beceri eksiklikleri hedef alınmakta ve bu becerilerin **rol oynama ve davranış egzersizleriyle uygulamalı olarak geliştirilmesi** planlanmaktadır. Davranışçı yaklaşımda **güvengencilik eğitimi**, bireyin kendini açık, doğrudan ve uygun biçimde ifade etmesini öğretir; süreçte **model alma, rol oynama, geri bildirim ve pekiştirme** kullanılarak yeni davranışlar güvenli ortamda denener ve genellenir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Boş sandalye tekniği – Gestalt:** Danışanın **tamamlanmamış yaşantılarını** ele almak için bir kişi ya da kendi yönüyle **rol değiştirerek diyalog kurması** sağlanır; amaç duygusal farkındalık ve bütünleşmedir. Soruda ise içsel çatışma çalışması değil, **sosyal beceri eğitimi ve davranış provası** vardır.

- C) **Mantık dışı inançları değiştirme – Akılcı duygusal davranışçı:** Danışanın irrasyonel inançları **doğrudan tartışılır ve rasyonel olanlarla değiştirilir**. Soruda bilişsel tartışma değil, **davranışsal beceri kazandırma** vardır.
- D) **Oyun analizi – Transaksiyonel analiz:** Kişiler arası ilişkilerde tekrar eden **psikolojik oyunlar ve ego durumları** incelenir. Soruda ise analiz değil, **yeni davranışların öğretilmesi ve uygulanması** vardır.
- E) **Sistemik duyarsızlaştırma – Davranışçı:** **Gevşeme eğitimi, kaygı hiyerarşisi ve kademeli maruz bırakma** ile kaygı azaltılır. Soruda ise kaygı hiyerarşisi yoktur; **iletişim becerisi geliştirme** vardır.

Cevap: A

12. Danışmanın müdahalesinde, Emre'nin yaşadığı **üzüntü ve çaresizlik duygularından kaçmak yerine bu duygularla temas etmesi** istenmektedir. “Bu üzüntü ve çaresizlik hissiyle bir süre kalır mısın?” ifadesi, danışanın zorlayıcı duyguyu bastırmadan, aceleyle geçirmeye çalışmadan **o duygunun içinde kalarak deneyimlemesini** hedefler. Gestalt terapide kullanılan **duygunda kal** tekniği, danışanın kaçındığı ya da hızla uzaklaşmak istediği duygularla **yüzleşmesini, onları fark etmesini ve tolere edebilmesini** sağlar; böylece duygusal farkındalık ve gelişim desteklenir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Maruz bırakma – Davranışçı:** Kaygı uyandıran uyarıya **yoğun biçimde yüzleştirme** uygulanır; burada ise dış uyarı değil, **duygunun kendisiyle kalma** vardır.
- C) **Derine inme – Bilişsel:** Otomatik düşüncelerden hareketle **ara ve temel inançlara ulaşma** amaçlanır. Soruda ise bilişsel derinleşme değil, **duygusal deneyimleme** vardır.
- D) **Ev ödevi – Davranışçı:** Seans dışında uygulanmak üzere **davranışsal ya da bilişsel görevler** verilir. Soruda ise seans içi **duyguya odaklanma** vardır.
- E) **Rol oynama ve rol provası – Akılcı duygusal:** Danışanın belirli durumları **canlandırarak yeni davranışlar denemesi** sağlanır. Soruda ise davranış provası değil, **duyguyla temas kurma** vardır.

Cevap: A

13. Danışmanın müdahalesinde, Burak'ın kaygı uyandıran durumlara **en az kaygı verenden başlayarak kademeli biçimde yaklaşması**, her basamakta kaygısını yönetmeyi öğrenmesi ve ardından **daha zor basamaklara geçmesi** sağlanmaktadır. Bu süreçte danışan, gerçek yaşam içinde kaygı uyaranlarıyla **aşamalı ve kontrollü biçimde yüzleştirilir**. Davranışçı terapide bu uygulama **yerinde duyarsızlaştırma (aşamalı gerçek maruz bırakma)** olarak adlandırılır. Amaç, kaçınmayı ortadan kaldırarak **alışma ve sönme yoluyla kaygıyı azaltmak** ve danışanın baş etme becerisini güçlendirmektir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Bilişsel terapi – Alternatif olumlu düşünce oluşturma:** Danışanın olumsuz otomatik düşüncelerine karşı **daha işlevsel alternatifler geliştirmesi** sağlanır. Soruda ise düşünce üretimi değil, **davranışsal maruz bırakma** vardır.
- B) **Akılcı duygusal davranışçı terapi – Mantıklı inanç kazandırma:** İrrasyonel inançlar **tartışılarak rasyonel olanlarla değiştirilir**. Soruda bilişsel tartışma değil, **kademeli yüzleşme süreci** vardır.
- C) **Duygu odaklı terapi – Duygusal farkındalık kazandırma:** Danışanın duygularını **tanıması ve deneyimlemesi** sağlanır. Soruda ise duyguyu keşfetme değil, **kaygı uyaranına aşamalı yaklaşma** vardır.
- D) **Çözüm odaklı kısa süreli terapi – Derecelendirme soruları:** Danışanın durumu **ölçeklendirme yoluyla değerlendirmesi** sağlanır. Soruda ise derecelendirme değil, **maruz bırakma basamakları** vardır.

Cevap: E

14. Danışmanın müdahalesinde, danışana “kabus sorusu” yöneltilecek sorunların **daha da kötüleştiği bir senaryoyu hayal etmesi** istenmektedir. Bu teknik, çözüm odaklı kısa süreli terapide kullanılan ve mucize sorunun karşısı olarak değerlendirilen bir yaklaşımdır. Amaç, danışanın mevcut problemini **daha net tanımlaması**, sorunun yaşamındaki etkilerini fark etmesi ve **neyin değişmesi gerektiğini ayırt edebilmesidir**. Bu nedenle teknik, sürecin başında **problem tanımlama aşamasında** kullanılır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Gestalt – İlişki kurma aşaması:** Gestalt terapide ilişki kurma aşaması, terapötik bağın oluşturulmasına yöneliktir; sorudaki gibi **yapılandırılmış imgesel teknikler** bu aşamaya ait değildir.
- B) **Bilişsel – Değerlendirme aşaması:** Bu aşamada **otomatik düşünceler ve temel inançlar** belirlenir. Soruda bilişsel analiz değil, **senaryo üzerinden problem farkındalığı** vardır.
- C) **Akılcı duygusal davranışçı – Müdahale aşaması:** İrrasyonel inançlar **tartışılarak değiştirilir**. Soruda ise doğrudan tartışma değil, **imgelem yoluyla problem netleştirme** vardır.
- D) **Duygu odaklı – Sonlandırma ve izleme aşaması:** Bu aşama, kazanımların **pekiştirilmesi ve izlenmesi** ile ilgilidir. Sorudaki teknik ise sürecin başlarında kullanılan **problem belirleme** aracıdır.

Cevap: E

15. Danışmanın müdahalesinde, Naz'ın plan yapmasına rağmen uygulamaması karşısında **mazeret üretmesi kabul edilmemekte** ve danışan doğrudan **sorumluluk almaya yönlendirilmektedir**. "Geçen seans yapacağını söylemiştin, peki bunu ne zaman yapacaksın?" ifadesi, danışanın davranışları ile hedefleri arasındaki **tutarsızlığı açıkça ortaya koyan** ve onu **eyleme geçmeye zorlayan** bir müdahaledir. Gerçeklik terapisinde bu yaklaşım **yüzleştirme** tekniğidir; danışanın kaçınmaları görünür hale getirilir, **mazeretlere izin verilmez** ve birey sorumlu seçimler yapmaya yönlendirilir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sokratik sorgulama – Bilişsel davranışçı terapi:** Danışanın ardışık sorularla **kendi düşüncelerinin geçerliliğini kanıt ve mantık yoluyla değerlendirmesi** sağlanır. Soruda ise bilişsel inanç sorgulaması değil, **davranışa yönelik doğrudan yüzleştirme** vardır.
- B) **Model olma – Davranışçı kuram:** Danışanın, bir davranışı **başkasını gözlemleyerek öğrenmesi** sağlanır. Soruda ise model gösterme değil, **sorumlulukla yüzleştirme** vardır.
- C) **Temel inançların sorgulanması – Bilişsel terapi:** Otomatik düşüncelerden hareketle **derin inançlara ulaşma ve bunları test etme** sürecidir. Soruda ise bilişsel derinleşme değil, **davranışın sorumluluğunu üstlenme** vardır.
- E) **İmge yaratmak (mış gibi yapma) – Bireysel psikoloji:** Danışanın olmak istediği gibi davranmasını **rol oynama ve hayali senaryolarla denemesi** sağlanır. Soruda ise böyle bir canlandırma yoktur, **doğrudan sorumluluğa çağırma** vardır.

Cevap: D

1. Danışmanın görüşmenin başında kendini tanıtmaması, sürecin güvenli ilerleyeceğini vurgulaması ve açık uçlu sorular ile danışanı konuşmaya teşvik etmesi; danışanın gerginliğini azaltmaya, kendini açmasını kolaylaştırmaya ve terapötik ilişkiyi başlatmaya yöneliktir. Bu müdahaleler, bireysel psikolojik danışma sürecinin **kaynaşma ve ilişki kurma evresine** aittir. Bu evre, sürecin temelini oluşturur ve burada kurulan **güven ve terapötik ilişki**, sonraki aşamaların etkililiğini doğrudan belirler. Danışan bu aşamada genellikle çekingen ve endişeli olabilir; danışmanın empatik ve kabul edici tutumu sayesinde kendini daha rahat ifade etmeye başlar. Amaç, problem çözmekten önce danışanın sürece bağlanmasını sağlamak ve kendini güvende hissettiği bir ortam oluşturmaktır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Problemin tanımlanması ve değerlendirme** – Bu aşamada danışanın sorunu ayrıntılı biçimde ele alınır; bilgi toplama, öykü alma ve sorunun kapsamını netleştirme yapılır. Soruda ise henüz böyle bir analiz süreci yoktur.
- B) Çözüm seçenekleri oluşturma** – Bu evrede danışanla birlikte alternatif çözüm yolları geliştirilir ve hedefler belirlenir. Verilen durumda ise çözüm üretme sürecine geçilmemiştir.
- D) Müdahalelerin uygulanması** – Bu aşamada belirlenen hedeflere yönelik teknikler aktif olarak kullanılır ve değişim sağlanmaya çalışılır. Soruda böyle bir uygulama bulunmamaktadır.
- E) Sonlandırma ve izleme** – Bu evrede süreç sonlandırılır, kazanımlar değerlendirilir ve izleme yapılır. Verilen durum ise başlangıç aşamasına aittir.

Cevap: C

2. Danışanın yaşadığı **uykusuzluk ve dikkat dağınıklığı** belirtilerini anlatması üzerine danışmanın bu belirtilerin **hangi durumlarda ve nasıl ortaya çıktığını** anlamaya yönelik sorular sorması; sorunun kapsamını, sıklığını ve ortaya çıkış koşullarını belirlemeye yöneliktir. Bu yaklaşım, danışanın yaşadığı problemi **netleştirme, bilgi toplama ve değerlendirme** sürecini ifade eder. Bu nedenle bu durum psikolojik danışma sürecinin **problemin tanımlanması ve değerlendirme aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Çözüm seçenekleri oluşturma ve amaç belirleme** – Bu aşamada danışanla birlikte **alternatif çözüm yolları geliştirilir** ve ulaşılmak istenen hedefler belirlenir.
- C) Müdahaleleri belirleme ve uygulama** – Bu evrede belirlenen hedeflere ulaşmak için **terapötik teknikler uygulanır** ve değişim süreci başlatılır.
- D) Kaynaşma ve ilişki kurma** – Bu aşamada danışanla **güven ilişkisi kurulur**, danışanın kendini rahat ifade etmesi sağlanır.
- E) Sonlandırma ve izleme** – Bu aşamada süreç **sonlandırılır**, elde edilen kazanımlar değerlendirilir ve gerekirse **izleme görüşmeleri** yapılır.

Cevap: B

3. Danışmanın “önümüzdeki süreçte neleri değiştirmek istediğini düşünelim” ve “senin için daha ulaşılabilir ve gerçekçi yolları birlikte belirleyebiliriz” ifadeleri; danışanın **değişim hedeflerini netleştirmeye** ve bu hedeflere ulaşmak için **uygun yolları planlamaya** yöneliktir. Bu yaklaşım, danışma sürecinde sorunun tanımlanmasından sonra gelen; danışanla birlikte **amaç belirleme** ve bu amaçlara ulaşmak için **alternatif çözüm yolları geliştirme** sürecini ifade eder. Amaçların **gerçekçi, ulaşılabilir** ve danışana uygun şekilde belirlenmesi bu aşamanın temel özelliğidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Müdahaleleri belirleme ve uygulama** – Bu aşamada artık belirlenen hedeflere ulaşmak için somut teknikler uygulanır. Örneğin bilişsel ya da davranışçı tekniklerin aktif biçimde kullanılması söz konusudur; soruda ise henüz uygulama yok, planlama vardır.
- B) Kaynaşma ve ilişki kurma** – Bu evre sürecin başlangıcıdır ve danışanla güvene dayalı bir ilişki kurmaya odaklanır. Danışanın rahatlaması ve kendini açması hedeflenir; ancak soruda ilişki kurmadan ziyade hedef belirleme vardır.
- C) Sonlandırma ve izleme** – Bu aşamada süreç kapatılır, elde edilen kazanımlar gözden geçirilir ve gerekirse izleme planı yapılır. Sorudaki ifade ise sürecin ortasında, ileriye dönük plan yapmaya yöneliktir.

- E) **Problemin tanımlanması ve değerlendirme** – Bu evrede danışanın sorunu ayrıntılı biçimde analiz edilir, bilgi toplanır ve sorunun doğası anlaşılmasına çalışılır. Soruda ise problem zaten ele alınmış, artık değişim hedeflerine geçilmiştir.

Cevap: D

4. Danışanın **olumsuz düşüncelerini sorgulaması**, bunlara yönelik **alternatif bakış açıları geliştirmesi** ve danışmanın **yeni davranışları denemesi için görevler vermesi**; artık sürecin aktif olarak değişim oluşturma aşamasına geçtiğini gösterir. Bu durum, danışanın düşünce ve davranışlarını değiştirmeye yönelik **terapötik tekniklerin uygulandığı** aşamadır. Verilen örnekte hem bilişsel yeniden yapılandırma hem de davranışsal ödevler söz konusudur. Bu nedenle süreç, psikolojik danışma sürecinin **müdahaleleri belirleme ve uygulama aşamasına** karşılık gelir, **Doğru cevap A seçeneğidir**.
- B) **Kaynaşma ve ilişki kurma** – Bu aşamada temel amaç danışanla **güven ilişkisi kurmak** ve danışanın kendini rahat ifade etmesini sağlamaktır; ancak soruda aktif değişim çalışmaları vardır.
- C) **Çözüm seçenekleri oluşturma** – Bu evrede danışanla birlikte **alternatif yollar ve hedefler belirlenir**, fakat henüz bu yolların uygulanmasına geçilmez. Soruda ise uygulama başlamıştır.
- D) **Problemin tanımlanması** – Bu aşamada danışanın yaşadığı sorun **anlaşılmasına ve netleştirilmeye çalışılır**; belirtiler ve durumlar analiz edilir. Soruda bu aşama geçilmiş, müdahaleye geçilmiştir.
- E) **Sonlandırma ve izleme** – Bu aşamada süreç **kapatılır**, kazanımlar değerlendirilir ve izleme yapılır. Verilen durum ise sürecin aktif çalışma evresidir.

Cevap: A

5. Danışmanın, danışanın ulaştığı ilerlemeleri **gözden geçirmesi**, gelecekte karşılaşılabileceği zorlayıcı durumlar için **baş etme yolları hakkında ipuçları vermesi** ve gerektiğinde yeniden başvurabileceğini belirtmesi; sürecin tamamlanmaya yaklaştığını ve danışanın kazanımlarının **pekiştirildiğini** gösterir. Bu yaklaşım, danışma sürecinin sonunda yapılan **kazanım değerlendirmesi**, danışanı sürece veda etmeye hazırlama ve olası durumlar için **izleme planı oluşturma** özelliklerini taşır. Bu nedenle bu durum, psikolojik danışma sürecinin **sonlandırma ve izleme aşamasına** karşılık gelir, **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Çözüm seçenekleri oluşturma** – Bu aşamada danışanla birlikte **alternatif çözüm yolları belirlenir** ve hedefler oluşturulur. Ancak soruda artık çözüm üretme değil, elde edilen kazanımların değerlendirilmesi vardır.
- B) **Kaynaşma ve ilişki kurma** – Bu evre sürecin başlangıcıdır; danışanın kendini rahat hissetmesi ve danışmanla **güven ilişkisi kurması** amaçlanır. Soruda ise süreç oldukça ilerlemiştir.
- C) **Müdahaleleri uygulama** – Bu aşamada belirlenen hedeflere ulaşmak için **terapötik teknikler aktif olarak uygulanır**. Verilen durumda ise uygulama değil, sürecin sonuçlarını gözden geçirme söz konusudur.
- D) **Problemin tanımlanması** – Bu evrede danışanın sorunu **anlaşılmasına ve analiz edilmesine çalışılır**. Soruda ise problem çoktan ele alınmış ve çözüm süreci tamamlanma aşamasına gelmiştir.

Cevap: E

6. Danışanın görüşmeye **tedirgin** gelmesi, ayrıntılara girmekten kaçınması ve danışmanın onu **aceleye getirmeden dinlemesi, güven veren bir ortam oluşturmaya**; sürecin henüz danışanın kendini açmaya hazır hale getirildiği aşamada olduğunu gösterir. Bu durumda danışmanın temel amacı, danışanın kendini **rahat, güvende ve anlaşılabilir** hissetmesini sağlamaktır. Nottaki ifadeyle bu evrede danışanlar çoğu zaman **çekingen ve endişeli** olur, danışman ise **empatik ve kabul edici tutumla güven ilişkisi kurar** ve danışanı sürece hazırlar. Bu özellikler, **kaynaşma ve ilişki**

kurma aşamasının tipik göstergeleridir, **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Çözüm seçenekleri oluşturma ve amaç belirleme – Bu aşamada danışanla birlikte **değişim hedefleri belirlenir** ve bu hedeflere ulaşmak için yollar planlanır. Soruda ise henüz hedef belirleme yoktur.

B) Problemin tanımlanması ve değerlendirme – Bu evrede danışanın sorunu **ayrıntılı biçimde analiz edilir**, belirtilerin nasıl ve ne zaman ortaya çıktığı araştırılır. Ancak burada danışan henüz ayrıntıya girmemektedir.

D) Müdahaleleri belirleme ve uygulama – Bu aşamada danışanın düşünce ve davranışlarını değiştirmeye yönelik **teknikler uygulanır**. Soruda böyle bir müdahale yoktur.

E) Sonlandırma ve izleme – Bu aşamada süreç **kapatılır**, kazanımlar değerlendirilir ve izleme planı yapılır. Verilen durum sürecin başlangıcına aittir.

Cevap: C

7. Danışmanın, danışanın yaşadığı sorunları “hangi durumlarda ortaya çıkıyor”, “sıklığı ve etkileri nedir” gibi sorularla ele alması; problemi **durum, sıklık ve etki boyutlarıyla incelemeye** yöneliktir. Bu yaklaşım, danışanın yaşadığı güçlüğü **netleştirme, bilgi toplama ve değerlendirme** sürecini ifade eder. Nottaki karşılığıyla bu aşamada danışman; sorunun **ne zaman, nasıl ve hangi koşullarda** ortaya çıktığını anlamaya çalışır. Bu nedenle bu durum psikolojik danışma sürecinin **problemin tanımlanması ve değerlendirme aşamasına** karşılık gelir, **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Kaynaşma ve ilişki kurma – Bu aşamada danışanla **güven ilişkisi kurulur** ve danışanın kendini rahat ifade etmesi sağlanır; burada ise doğrudan sorunun analizi yapılmaktadır.

C) Müdahaleleri belirleme ve uygulama – Bu evrede danışanın düşünce ve davranışlarını değiştirmeye yönelik **teknikler uygulanır**; soruda böyle bir uygulama yoktur.

D) Çözüm seçenekleri oluşturma ve amaç belirleme – Bu aşamada **hedefler belirlenir** ve çözüm yolları geliştirilir; soruda henüz çözüm üretme yoktur.

E) Sonlandırma ve izleme – Bu aşamada süreç **kapatılır**, kazanımlar değerlendirilir ve izleme yapılır; verilen durum bu aşamaya ait değildir.

Cevap: B

8. Danışmanın, danışanın yaşadığı durumu kısaca yansıttıktan sonra “ileride nasıl bir durum görmek istediğini” ve “nelerin değişmesini arzuladığını konuşabiliriz” demesi; danışanı mevcut problem-den çıkarıp **geleceğe ve değişime odaklamaya** yöneliktir. Bu ifade, danışanın yalnızca sorunu anlatmasından öte, artık **nasıl bir sonuç istediğini fark etmesine** ve sürece yön verecek **hedefleri belirlemesine** hizmet eder. Bu aşamada danışman, danışanın istediği değişimi **somutlaştırmasına**, ulaşılabilir hale getirmesine ve sürecin yönünü birlikte çizmesine yardımcı olur. Bu nedenle bu durum psikolojik danışma sürecinin **çözüm seçenekleri oluşturma ve amaç belirleme aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Kaynaşma ve ilişki kurma – Bu aşamada danışanın kendini güvende hissetmesi, danışmana alışması ve ilişkiye ısınması sağlanır. Danışmanın temel odağı bağ kurmaktır; burada ise hedef belirlemeye geçilmiştir.

C) Sonlandırma ve izleme – Bu evrede danışanın ulaştığı kazanımlar değerlendirilir, süreç yapılandırılmış şekilde kapatılır ve gerekirse izleme planı yapılır. Soruda ise süreç henüz bu aşamada değildir.

D) Müdahaleleri belirleme ve uygulama – Bu aşamada belirlenen hedeflere ulaşmak için danışana görevler verilmesi ve tekniklerin uygulanması söz konusudur. Verilen ifadede henüz uygulama yoktur.

E) Problemin tanımlanması ve değerlendirme – Bu evrede danışanın yaşadığı durum ayrıntılı biçimde analiz edilir, sorunun kapsamı ve etkileri incelenir. Soruda ise problem-den hareketle artık hedef belirleme sürecine geçilmiştir.

Cevap: A

9. Göktürk'ün yaşadığı kişiler arası çatışmalar ele alınırken Betül Hanım'ın onun **çatışma anındaki otomatik tepkilerini fark etmesini sağlaması**, ardından **alternatif tepkiler geliştirmesi için alıştırmalar önermesi** ve bu davranışları günlük yaşamda denemesi için **ev ödevi vermesi**, sürecin aktif değişim aşamasına geçtiğini gösterir. Bu noktada artık yalnızca sorunu anlamak ya da hedef belirlemek değil, doğrudan **davranış değiştirmeye yönelik teknikler uygulanmaktadır**. Nottaki karşılığıyla bu aşamada danışman, danışanın düşünce ve davranışlarını dönüştürmek için **uygulamaya dönük müdahaleler** kullanır ve danışanı süreç içinde aktif hale getirir. Bu nedenle bu durum psikolojik danışma sürecinin **müdahaleleri belirleme ve uygulama aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Problemin tanımlanması ve değerlendirme

– Bu aşamada Göktürk'ün yaşadığı sorunlar ayrıntılı biçimde incelenir; ne zaman ortaya çıktığı, kimlerle yaşandığı ve nasıl geliştiği analiz edilir. Ancak burada bu aşama geçilmiş, doğrudan değişim çalışmasına geçilmiştir.

B) Kaynaşma ve ilişki kurma – Bu evrede Betül Hanım'ın temel amacı Göktürk ile güvene dayalı bir ilişki kurmak ve onun kendini rahat ifade etmesini sağlamaktır. Soruda ise ilişki kurmanın ötesinde aktif yönlendirme vardır.

C) Çözüm seçenekleri oluşturma ve amaç belirleme – Bu aşamada Göktürk ile birlikte nasıl bir değişim istediği belirlenir ve alternatif yollar konuşulur. Ancak verilen durumda artık bu yolların **uygulanmasına geçilmiştir.**

E) Sonlandırma ve izleme – Bu evrede süreç tamamlanır, Göktürk'ün kazandığı beceriler gözden geçirilir ve ileride nasıl sürdüreceği planlanır. Soruda ise süreç aktif şekilde devam etmektedir.

Cevap: D

10. Danışanın “kendimi daha güçlü hissediyorum” ve “kullandığım yeni yöntemler işe yaradı” ifadeleri, sürecin sonunda **kazanımların ortaya çıktığını** gösterir. Psikolojik danışmanın bu gelişimi fark edip danışanın **elde ettiği değişimleri gözden geçirmeye yönlendirmesi**, ayrıca ileride karşılaşılabileceği durumlar için **baş etme yollarını hatırlatması** ve gerektiğinde yeniden başvurabileceğini belirtmesi; danışma sürecinin **kapanışına hazırlık ve sürdürülebilirliği sağlama** amacını taşır. Nottaki karşılığıyla bu aşamada danışanın **kazandıkları değerlendirilir**, süreç anlamlandırılır ve geleceğe yönelik bir **izleme çerçevesi** oluşturulur. Bu nedenle bu durum psikolojik danışma sürecinin **sonlandırma ve izleme aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Kaynaşma ve ilişki kurma – Bu aşama sürecin başında yer alır ve danışanın kendini rahat hissetmesi, danışmana güven duyması sağlanır. Verilen durumda ise süreç zaten ilerlemiş ve sonuçlar alınmıştır.

C) Problemin tanımlanması ve değerlendirme – Bu evrede danışanın yaşadığı sorun ayrıntılı biçimde incelenir, nedenleri ve etkileri anlaşılmasına çalışılır. Soruda ise problem çözülmüş ve sonuçlar konuşulmaktadır.

D) Çözüm seçenekleri oluşturma ve amaç belirleme – Bu aşamada danışanla birlikte ulaşılmak istenen hedefler belirlenir ve yollar planlanır. Verilen durumda hedef belirleme değil, hedeflere ulaşıldıktan sonraki değerlendirme vardır.

E) Müdahaleleri belirleme ve uygulama – Bu aşamada danışanın değişimi için teknikler uygulanır ve aktif çalışmalar yapılır. Soruda ise uygulama süreci tamamlanmış, değerlendirme aşamasına geçilmiştir.

Cevap: A

11. Seher'in görüşmeye **çekingen** gelmesi ve kısa yanıtlar vermesi, sürecin henüz başlangıçta olduğunu gösterir. Özlem Hanım'ın **gizlilik ilkesini açıklaması**, görüşmenin güvenli olduğunu vurgulaması ve Seher'i konuşmaya **cesaretlendirmesi**; danışanın kendini rahat hissetmesini sağlamaya ve sürece uyumunu artırmaya yöneliktir. Bu aşamada danışmanın temel amacı, danışanın kendini

güvende, anlaşılmış ve kabul edilmiş hissetmesini sağlamaktır. Böylece danışan zamanla daha fazla açılmaya başlar ve danışma süreci için sağlam bir ilişki zemini oluşur. Bu nedenle bu durum psikolojik danışma sürecinin **kaynaşma ve ilişki kurma aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Problemin tanımlanması ve değerlendirme** – Bu aşamada Seher’in yaşadığı sorunlar ayrıntılı biçimde ele alınır; ne zaman, nasıl ve hangi durumlarda ortaya çıktığı incelenir. Soruda ise henüz bu düzeyde bir analiz yapılmamaktadır.
- B) Çözüm seçenekleri oluşturma ve amaç belirleme** – Bu evrede danışanla birlikte değişim hedefleri belirlenir ve bu hedeflere ulaşmak için yollar planlanır. Verilen durumda henüz hedef belirleme yoktur.
- C) Müdahaleleri uygulama** – Bu aşamada danışanın düşünce ve davranışlarını değiştirmeye yönelik teknikler uygulanır. Soruda böyle bir uygulama bulunmamaktadır.
- D) Sonlandırma ve izleme** – Bu evrede süreç kapatılır, kazanımlar değerlendirilir ve izleme yapılır. Verilen durum sürecin başlangıç aşamasına aittir.

Cevap: E

12. Psikolojik danışmanın, danışanın yaşadığı durumu “hangi durumlarda daha çok yaşandığını konuşalım” diyerek ele alması; sorunun **ortaya çıktığı bağlamları, tetikleyici durumları** ve danışanın yaşantısındaki **örüntüleri** ortaya çıkarmaya yöneliktir. Bu yaklaşımda danışman, danışanın anlattıklarını sadece dinlemekle kalmaz; **durumlar arası bağlantıları kurmasına**, yaşadığı problemin **ne zaman, nerede ve nasıl yoğunlaştığını fark etmesine** yardımcı olur. Böylece sorun daha somut hale gelir ve danışanın yaşadığı güçlüğün yapısı netleşir. Bu nedenle bu durum bireysel psikolojik danışma sürecinin **problemin tanımlanması ve değerlendirme aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Sonlandırma ve izleme** – Bu aşamada süreç kapanışa yönelir; danışanın elde ettiği değişimler **toparlanır**, süreç genel bir çerçevede **özetlenir** ve danışanın bu kazanımları günlük yaşamında nasıl sürdüreceği konuşulur. Gerekirse ilerleyen zamanlar için yeniden görüşme planı yapılır.
- B) Çözüm seçenekleri oluşturma** – Bu evrede danışanla birlikte “bundan sonra ne yapılabilir?” sorusuna odaklanılır; farklı yollar **alternatifli şekilde ele alınır**, her seçeneğin artı ve eksi yönleri değerlendirilir ve danışanın kendisine en uygun yolu seçmesi desteklenir.
- C) Kaynaşma ve ilişki kurma** – Bu aşamada danışmanın önceliği, danışanın kendini **yargılanmadan ifade edebileceği bir ortam** oluşturmaktır. Danışanın ilk izlenimleri, danışmanın tutumu ve iletişim biçimi bu evrede belirleyicidir; amaç danışanı sürece **duygusal olarak dahil etmektir.**
- E) Müdahaleleri uygulama** – Bu aşamada danışanın fark ettiği sorun alanlarına yönelik olarak **yeni davranışlar denemesi, alıştırmalar yapması** ya da **farklı düşünme biçimleri geliştirmesi** sağlanır. Süreç daha aktif hale gelir ve danışan değişimi doğrudan deneyimler.

Cevap: D

13. Okan’ın “değersizim” şeklindeki yoğun duygusal ifadesi karşısında psikolojik danışmanın onu **yargılamadan kabul etmesi**, olduğu gibi dinlemesi ve kendisini **değerli hissetmesine zemin hazırlaması**; danışanın duygu ve düşüncelerini herhangi bir koşula bağlamadan kabul etme tutumunu gösterir. Bu tutum, danışana “olduğun halinle kabul ediliyorsun” mesajı verir ve terapötik ilişkinin en temel yapı taşlarından biridir. Burada danışman, Okan’ın söylediklerini değiştirmeye ya da düzeltmeye çalışmadan, onun varoluşunu saygıyla kabul etmektedir. Bu nedenle doğru seçenek **koşulsuz kabul ve saygıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Empati:** Empati, danışanın düşünce ve duygularını onun bakış açısından anlamak ve bunu yansıtmakla ilgilidir. Burada ise vurgulanan nokta anlamaktan çok **yargılamadan kabul etmedir.**

- C) **Saydamlık:** Saydamlık, danışmanın kendi duygu ve düşüncelerini uygun biçimde paylaşmasıdır. Soruda danışmanın kendini açması söz konusu değildir.
- D) **Yüzleştirme:** Yüzleştirme, danışanın çelişkilerini fark etmesini sağlamak için kullanılır. Bu durumda böyle bir çelişkiyi ortaya koyma yoktur.
- E) **Somutluk:** Somutluk, danışanın ifadelerini daha açık ve net hale getirmeye yöneliktir. Soruda odak, ifadeyi netleştirmek değil kabul göstermektir.

Cevap: B

14. Psikolojik danışmanın, Ayşenur'un "kimse beni anlamıyor" ifadesini dikkatle dinleyip onun yaşadığı durumu **kendi bakış açısından anlamaya çalışması** ve bunu danışana yansıtması **empatidir**. Empati; danışanın ifade ettiği **düşünce (içerik)** ve **duyguyu birlikte kavrama** ve bunu uygun biçimde geri yansıtma sürecidir. Danışman, Ayşenur'un hem "anlaşılmıyorum" şeklindeki düşüncesini hem de buna eşlik eden yalnızlık duygusunu fark ederek bunu danışana hissettirmektedir. Bu sayede danışan "biri beni gerçekten anlıyor" deneyimi yaşar, bu da terapötik ilişkiyi güçlendirir. Bu nedenle doğru seçenek **empatidir**. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Saydamlık:** Danışmanın danışana karşı **dürüst, içten ve samimi** olması; gerektiğinde kendi duygu ve düşüncelerini uygun biçimde paylaşmasıdır. Bu durumda danışman kendine dair bir paylaşım yapmamaktadır.
- B) **Somutluk:** Danışanın ifadelerini daha **açık, net ve belirgin** hale getirmeye yöneliktir; muğlaklığı azaltır ve üzerinde çalışılacak noktayı netleştirir. Soruda ise odak netleştirme değil, anlama ve yansıtma.
- D) **Kendini açma:** Danışmanın kendi yaşantılarından örnekler vererek paylaşımda bulunmasıdır. Verilen durumda böyle bir örnek yoktur.
- E) **İlişkinin şimdi ve buradılığı:** Danışma sürecinde o anda danışman ile danışan arasında yaşanan ilişkiye dair duygu ve düşüncelerin ifade edilmesidir. Soruda bu tür bir anlık ilişki vurgusu bulunmamaktadır.

Cevap: C

15. Psikolojik danışmanın Necdet ile görüşmede **içten, açık ve dürüst** bir tutum sergilemesi ve bu tutumuyla danışanın **güven duygusunu artırması**, **saydamlık koşulunu** ifade eder. Saydamlık; danışmanın danışanla kurduğu ilişkide **doğal, samimi ve tutarlı** olması, duygu ve düşüncelerini yapaylıktan uzak bir biçimde yansıtabilmesidir. Bu özellik, danışanın karşısındaki kişiyi **gerçek ve güvenilir** algılamasını sağlar ve terapötik ilişkiyi güçlendirir. Soruda özellikle danışmanın "içten ve açık" olması vurgulandığı için doğru seçenek **saydamlıktır**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Somutluk:** Danışanın ifadelerini daha **açık, net ve belirgin** hale getirmeye yöneliktir. Belirsiz anlatımları netleştirerek üzerinde çalışılacak noktayı somutlaştırır.
- C) **Yüzleştirme:** Danışanın duygu, düşünce ve davranışları arasındaki **tutarsızlıkları fark etmesini sağlama** sürecidir. Bu durumda böyle bir çelişki ortaya koyma yoktur.
- D) **Empati:** Danışanın hem **duygularını hem düşüncelerini onun bakış açısından anlama** ve bunu danışana yansıtma sürecidir. Soruda ise danışmanın anlamasından çok kendi **tutunun niteliği** vurgulanmıştır.
- E) **İlişkinin şimdi ve buradılığı:** Danışmanın, o anda danışanla arasında yaşanan etkileşime dikkat çekmesi ve bunu **anlık olarak ifade etmesidir**. Soruda böyle bir ilişki odağı bulunmamaktadır.

Cevap: B

1. Psikolojik danışmanın, Zehra'nın yaşantısını "çok karmaşık" ve genel ifadelerle dile getirmesini daha anlaşılır ve net bir düzleme çekmesi, danışanı **genel ve belirsiz anlatımdan uzaklaştırıp belirli, özgül ve yaşantıya dayalı ifadeler kullanmaya yönlendirmesi somutluktur. Somutluk**, danışanın genelleyici, muğlak ve dağınık anlatımlarını **belirgin, açık ve somut yaşantılar üzerinden ifade etmesini sağlama** becerisidir. Bu beceride danışman, danışanı "tam olarak ne oluyor, ne zaman, hangi durumda, kimlerle, nasıl ortaya çıkıyor" gibi çerçevelerle düşünmeye yönlendirir. Böylece danışanın anlattıkları daha anlaşılır hale gelir, problem alanı daha açık biçimde ortaya konur ve danışanın kendi yaşantısına yönelik farkındalığı artar. Somutluk, danışma sürecinde **anlamı netleştirme, odak oluşturma ve çalışılabilir içerik üretme** işlevi görür. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Empati: Empati, danışanın yaşadığı durumu onun bakış açısından anlamak ve bu anlayışı hem **duygu hem içerik düzeyinde** danışana yansıtmaktır. Danışman, danışanın söylediklerini doğru kavradığını gösterir ve danışanda "anlaşıldım" duygusu oluşturur. Empatide temel vurgu **anlama ve yansıtma** üzerinedir. Bu soruda ise danışman, danışanın yaşantısını yansıtmaktan ziyade onu **daha açık ve belirgin ifade etmeye yönlendirmiştir.** Bu nedenle burada empati değil somutluk söz konusudur.

C) Kendini açma: Kendini açma, danışmanın kendi yaşantıları, duyguları veya deneyimleri hakkında danışana bilgi vermesidir. Bu beceri, ilişkiyi güçlendirmek, danışanın yalnız olmadığını hissettirmek ve model olmak amacıyla kullanılır. Ancak burada danışman kendi yaşantısından söz etmemekte, tamamen danışanın anlatımını **netleştirme ve yapılandırma** üzerine çalışmaktadır.

D) Yüzleştirme: Yüzleştirme, danışanın **söyledikleri, duyguları ve davranışları arasındaki tutarsızlıkları ya da çelişkileri fark etmesini sağlama** becerisidir. Danışman, danışanın fark etmediği uyumsuzlukları uygun zamanda ortaya koyar. Bu soruda ise herhangi bir çelişki veya tutarsızlık ele alınmamakta, danışanın anlatımı **daha açık hale getirilmektedir.**

E) Koşulsuz kabul ve saygı: Koşulsuz kabul ve saygı, danışanın yargılanmadan kabul edilmesini ve değerli bir birey olarak görülmesini ifade eder. Bu, terapötik ilişkinin temel koşullarındandır. Ancak bu seçenek bir **tutumdur.** Soruda ise danışmanın kullandığı belirli bir **beceri (somutluk)** söz konusudur.

Cevap: A

2. Psikolojik danışmanın, Buse'nin görüşme sırasında sergilediği **göz temasından kaçınma, sessizleşme ve tereddüt yaşama** gibi anlık duygu ve davranışları fark ederek bunları **o anda, görüşme süreci içinde ele alması ilişkinin şimdi ve buradadır. İlişkinin şimdi ve buradadır,** danışman ile danışan arasında o anda yaşanan etkileşime, duygulara ve ilişki dinamiklerine odaklanmayı ifade eder. Danışman, danışanın geçmişte anlattıklarından ziyade **"şu anda burada" neler yaşandığını görünür kılar** ve bunu danışanla birlikte anlamaya çalışır. Bu sayede danışan, kendi duygularını anlık olarak fark eder, ilişki içindeki tepkilerini keşfeder ve terapötik süreç derinleşir. Burada danışmanın "şu anda burada benimle konuşurken..." ifadesi doğrudan **anlık yaşantıya ve ilişkiye odaklandığını** göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Yüzleştirme: Yüzleştirme, danışanın **söyledikleri ile davranışları ya da farklı ifadeleri arasındaki tutarsızlıkları** ortaya koymayı amaçlar. Danışanın fark etmediği çelişkiler dikkatli bir şekilde gösterilir. Bu soruda ise bir çelişki veya tutarsızlık vurgulanmamakta, yalnızca anlık duygu ve davranış fark edilip ele alınmaktadır.

B) Kendini açma: Kendini açma, danışmanın kendi duygu, düşünce veya yaşantılarını danışanla paylaşmasıdır. Amaç, ilişkiyi güçlendirmek ve danışana model olmaktır. Verilen durumda danışman kendi yaşantısından söz etmemekte, danışanın mevcut durumuna odaklanmaktadır.

C) Empati: Empati, danışanın yaşadığı durumu onun bakış açısından anlayarak hem **duygu hem içerik düzeyinde** bunu danışana yansıtmadır. Danışman, danışanın hissettiklerini anladığını ifade eder. Bu soruda ise odak, duyguyu yansıtmak değil, **o anda ilişkide yaşanan durumu görünür kılmaktır.**

E) Koşulsuz kabul ve saygı: Koşulsuz kabul ve saygı, danışanın yargılanmadan kabul edilmesini ifade eder ve terapötik ilişkinin temelidir. Ancak bu seçenek bir **temel tutumu** ifade eder. Soruda ise danışmanın kullandığı belirli bir **beceri (şimdi ve burada odaklanma)** söz konusudur.

Cevap: D

3. Psikolojik danışmanın, Ece'nin "kimseye kırılmam, güçlüyüm" ifadesi ile "en ufak eleştiride günlerce üzülüyorum" ifadesi arasındaki **tutarsızlığı fark edip bunu danışanın farkındalığına sunması yüzleştirmedir. Yüzleştirme**, danışanın çoğu zaman fark etmediği **çelişki ve uyumsuzlukları görünür hale getirme** becerisidir. Bu beceri; (1) danışanın olmak istediği ile olduğu durum arasındaki farkı, (2) **söyledikleri ile duyguları/davranışları arasındaki tutarsızlığı**, (3) kendini algılayışı ile dışarıdan gözlenen durum arasındaki uyumsuzluğu ele alabilir. Bu soruda ikinci boyut açıkça görülmektedir. Danışman, Ece'nin kendisini "kırılmam" olarak tanımlaması ile eleştiri karşısında yoğun biçimde üzülmesi arasındaki **çelişkiyi yargılamadan, dikkatli ve farkındalık kazandırma amacıyla** dile getirmiştir. Böylece danışanın kendini daha gerçekçi değerlendirmesi ve içgörü geliştirmesi sağlanır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Somutluk: Somutluk, danışanın genel ve belirsiz ifadelerini **özgöl, açık ve yaşantıya dayalı hale getirme** becerisidir. Danışan **genellemelerden uzaklaştırılır** ve anlatım **belirginleştirilir**. Bu soruda ise problem belirsizlik değil, **iki ifade arasındaki çelişkidir.**

B) Empati: Empati, danışanın yaşadığı durumu onun bakış açısından anlayarak hem **duygu hem içerik düzeyinde yansıtmadır**. Temel amaç, danışanın "**anlaşıldım**" **duygusunu yaşamasıdır**. Bu durumda danışman, anlamayı yansıtmak yerine **tutarsızlığı görünür kılmaktadır.**

D) Saydamlık: Saydamlık, danışmanın kendi **duygu, düşünce ve anlık tepkilerini** uygun biçimde danışanla paylaşmasıdır. Özellikle **ilişkinin şimdi ve buradallığına dair kendi yaşantısını ifade etmesi** bu kapsamda yer alır. Bu soruda danışman kendi yaşantısını değil, danışanın ifadeleri arasındaki uyumsuzluğu ele almıştır.

E) Kendini açma: Kendini açma, danışmanın kendi **yaşantıları, deneyimleri veya duyguları hakkında bilgi vermesidir**. Amaç, danışanla ilişkiyi güçlendirmek, **model olmak** ve danışanın yalnız olmadığını hissettirmektir. Soruda ise danışman kendisine değil, **tamamen danışanın ifadelerine odaklanmıştır.**

Cevap: C

4. Psikolojik danışmanın, Ali Rıza Bey'in yaşadığı stres ve tükenmişliği "**erkekler güçlü ve dayanıklı olmalıdır**" şeklindeki **genelleyci ve kalıpyargıya dayalı düşünce** üzerinden değerlendirmesi ve bu nedenle danışanın yaşantısını yeterince anlamaya çalışmaması **stereotipe dayalı dinlemedir. Stereotipe dayalı dinleme**, danışanı bireysel özellikleriyle ele almak yerine onu ait olduğu düşünülen grubun özellikleriyle açıklama ve bu genellemeler doğrultusunda değerlendirme eğilimidir. Bu dinleme biçiminde danışman, danışanın özgün yaşantısını dikkate almak yerine zihnindeki kalıplara göre yorum yapar; bu da **önyargılı, seçici ve indirgemeci bir anlama sürecine** yol açar. Soruda danışman, "**erkekler güçlü olur**" genellemesine dayanarak danışanın stresini küçümsemiş, duygusal zorlanmalarını anlamaya çalışmamış ve konuyu geçiştirmiştir. Bu durum doğrudan **kalıpyargıya dayalı dinleme** örneğidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Aktif dinleme:** Danışmanın **göz teması, beden dili, uygun geri bildirimler ve dikkatli takip** ile danışanı etkin biçimde dinlediği süredir. Danışanın söyledikleri dikkatle izlenir ve anlamaya yönelik çaba vardır. Bu durumda ise danışman, danışanı gerçekten anlamaya yönelik bir **etkin katılım göstermemektedir**.
- B) **Empatik dinleme:** Danışanın yaşantısını onun bakış açısından anlayarak **duygu ve içerik düzeyinde kavrama ve yansıtma** sürecidir. Danışanın hissettiklerini doğru biçimde anlamak ve bunu ona hissettirmek esastır. Bu soruda ise danışman, danışanın duygusal zorlanmasını **anlamaya çalışmamaktadır**.
- C) **Sempatik dinleme:** Danışanın duygularını onunla birlikte yaşama ve aynı duygusal tepkiyi verme eğilimidir. Sempatik, danışanın duygusuna katılmayı içerir ancak profesyonel mesafeyi zayıflatabilir. Bu durumda danışman danışanın duygusuna katılmamakta, aksine onu **önemsizleştirmektedir**.
- E) **Yüzeysel dinleme:** Danışanın söylediklerinin sadece **görünürdeki anlamını kavrama**, derindeki duygu ve anlamı gözden kaçırma durumudur. Ancak bu soruda sorun yalnızca yüzeyde kalmak değil, aynı zamanda **kalıpyargıya dayalı değerlendirme yapmaktır**.

Cevap: D

5. Psikolojik danışmanın, Cemil'in danışma sürecinde çekingen davranması ve danışmana güvenmekte zorlandığını göstermesi üzerine, kendi öğrencilik yıllarında benzer aile çatışmaları yaşadığını paylaşması **kendini açmadır. Kendini açma**, danışmanın kendi **yaşantıları, duyguları veya deneyimleri hakkında danışanla sınırlı ve amaçlı bilgi paylaşmasıdır**. Bu beceri, özellikle danışanın **güven kurmakta zorlandığı, kendini yalnız hissettiği veya anlaşılmadığını düşündüğü durumlarda** kullanılır. Danışman bu tür bir paylaşım yaparak, danışana "benzer deneyimler yaşanabilir, bu süreç anlaşılabilir" mesajını verir ve böylece **terapötik yakınlık, güven ve samimiyetin gelişmesine katkı sağlar**. Ancak bu paylaşımın kısa, danışanın sürecine hizmet eden ve odağı danışandan uzaklaştırmayan nitelikte ol-

ması gerekir. Soruda danışman, Cemil'in yaşadığı güçlüğü anlamaya çalışmakla yetinmemiş; doğrudan **kendi geçmiş yaşantısından örnek vererek ilişkiyi güçlendirmeye yönelik bir müdahalede bulunmuştur. Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Empati:** Empati, danışanın yaşadığı durumu onun bakış açısından anlayarak **duygu ve içerik düzeyinde bunu danışana yansıtma** sürecidir. Danışman, danışanın söylediklerinden hareketle "bu durum seni zorlamış gibi görünüyor" gibi ifadelerle anladığını gösterir. Bu sorudaki durumda ise danışman, Cemil'in ifadelerini yansıtmak yerine **kendi yaşantısını paylaşmayı tercih etmiştir**; bu nedenle empati değildir.
- B) **Koşulsuz kabul ve saygı:** Koşulsuz kabul ve saygı, danışanın **yargılanmadan kabul edilmesi, değerli bir birey olarak görülmesi ve kendini özgürce ifade edebilmesine olanak tanınmasıdır**. Bu, tüm danışma sürecine yayılan temel bir tutumdur. Soruda ise danışmanın belirli bir teknik kullanımı söz konusudur; yani özel olarak **bir beceri uygulanmıştır**.
- C) **İlişkinin şimdi ve buradılığı:** Bu beceri, danışman ile danışan arasında **o anda gerçekleşen duygu, düşünce ve etkileşimlere odaklanmayı** ifade eder. Danışman "şu anda burada benimle konuşurken biraz çekindiğini fark ediyorum" gibi ifadelerle anlık süreci görünür kılar. Bu soruda ise danışman, anlık etkileşimi ele almak yerine **geçmişte yaşadığı deneyimi paylaşmıştır**.
- E) **Somutluk:** Somutluk, danışanın genel ve belirsiz ifadelerini **daha açık, belirgin ve yaşantıya dayalı hale getirme** becerisidir. Danışanı genellemelerden uzaklaştırarak daha net anlatım sağlamayı hedefler. Bu soruda ise danışanın anlatımını netleştirme değil, **danışmanın kendi deneyimini paylaşması** söz konusudur.

Cevap: D

6. Psikolojik danışmanın, danışanın “derslerime odaklanamıyorum... aklım sürekli arkadaşlarımla yaşadığım tartışmalara gidiyor... kendimi yetersiz hissediyorum” şeklindeki ifadelerini **anlamını değiştirmeden, daha düzenli ve açık bir biçimde yeniden ifade etmesi içeriğin yansıtılmasıdır. İçeriğin yansıtılması**, danışanın dile getirdiği düşüncelerin **başka sözcüklerle yeniden ifade edilerek danışana geri sunulmasıdır** ve bir **sözel izleme becerisidir**. Bu beceride danışman, danışanın söylediklerinin anlamını bozmadan, yorum katmadan ve yeni bir içerik eklemekten ifadeyi yeniden düzenler. Amaç, danışana **anlaşıldığını hissettirmek**, danışmanın doğru anlayıp anlamadığını kontrol etmek ve danışanın kendi söylediklerini daha net fark etmesini sağlamaktır. Bu nedenle içerik yansıtmada **kısa, doğru, açık ve bilişsel ağırlıklıdır; duygu eklenmez ve mesajın özü korunur**. Soruda danışman, danışanın söylediklerini aynen bu şekilde yeniden ifade etmiştir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Özetleme:** Danışanın anlattıklarının **birden fazla boyutunu kapsayacak şekilde daha geniş ve bütüncül biçimde toparlanmasıdır**. Genellikle seansın belirli noktalarında yapılır ve danışanın uzun anlatımındaki ana temaları bir araya getirir. Bu soruda ise tek bir ifadenin **anlık ve doğrudan yeniden ifade edilmesi** söz konusudur.

B) **Kişiselleştirme:** Danışanın yaşantısını **kendi duygu, düşünce ve davranışlarıyla ilişkilendirerek içselleştirmesini sağlayan ileri düzey bir beceridir**. Carkhuff'a göre etkili yardım için danışanın söylediklerinin ötesine geçilerek **anlama eklemeler yapılır** ve danışanın **“şu an nerede olduğu” ile “nerede olmak istediği” arasındaki farkı fark etmesi sağlanır**. Bu beceri üç boyutta ele alınır: **anlamın kişiselleştirilmesi, problemin kişiselleştirilmesi ve amacın kişiselleştirilmesi**. Bu süreçte danışan, kendi yaşantısını sahiplenir ve **gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki farkı görmeye başlar**. Soruda ise danışman böyle bir derinleştirme ya da ekleme yapmamış, yalnızca mevcut ifadeyi yeniden sunmuştur.

C) **Sessizlik:** Danışanın düşünmesi, duygularını fark etmesi ve ifade etmesi için **bilinçli olarak boşluk bırakılmasıdır**. Danışman sözel müdahalede bulunmaz ve süreci danışanın sürdürmesine alan tanır. Bu durumda ise danışman aktif bir sözel tepki vermiştir.

D) **Paylaştırma:** Grupla psikolojik danışmada kullanılan, üyelerin **duygu ve düşüncelerini birbirleriyle paylaşmalarını teşvik eden** bir tekniktir. Amaç, etkileşimi artırmak ve grup sürecini canlandırmaktır. Bu soru bireysel danışma bağlamındadır ve böyle bir yönlendirme yoktur.

Cevap: E

7. Psikolojik danışmanın, danışanın “babam bana güvenmiyor... kendimi yalnız hissediyorum... çok kırılıyorum” şeklindeki ifadelerini bir adım ileri taşıyarak **“babandan onay görmediğinde kendini değersiz hissettiğini söylüyorsun”** biçiminde ifade etmesi **duygu yansımasıdır. Duygu yansıması**, danışanın açıkça ifade ettiği ya da örtük biçimde hissettirdiği duyguları **yakalayıp uygun yoğunlukta danışana geri sunma** becerisidir. Bu beceride danışman yalnızca söyleneni tekrar etmez; danışanın yaşantısındaki **duygusal anlamı ortaya çıkarır ve derinleştirir**. Soruda danışman, “üzülme” ve “kırılma” ifadelerinin altında yatan **değersizlik duygusunu** fark etmiş ve bunu danışana yansıtmıştır. Böylece danışanın duygusal farkındalığı artar ve yaşantısını daha derin düzeyde anlaması sağlanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **İçeriğin yansıtılması:** Danışanın söylediklerinin anlamı **değiştirilmeden, başka sözcüklerle yeniden ifade edilmesidir**. Bu beceride danışanın dile getirdiği düşünceler aynen korunur, **yeni bir anlam ya da duygu eklenmez**. Soruda ise danışman, danışanın ifadelerine **yeni bir duygusal anlam (değersizlik)** eklemiştir.

C) **Özetleme:** Danışanın anlattıklarının **birden fazla boyutunu kapsayacak şekilde genel ve bütüncül biçimde toparlanmasıdır**. Genellikle seansın belirli aşamalarında kullanılır. Bu soruda ise tek bir noktaya odaklanan **duyguya yönelik bir müdahale** vardır.

- D) **Yapılama:** Danışma sürecinin başında danışana **sürecin işleyişi, kurallar ve roller hakkında bilgi verilmesidir.** Soruda böyle bir bilgilendirme yoktur.
- E) **Sessizlik:** Danışanın düşünmesi ve duygularını fark etmesi için **bilinçli olarak sözsüz alan bırakılmasıdır.** Bu durumda danışman aktif olarak konuşmuş ve müdahale etmiştir.

Cevap: A

8. Psikolojik danışmanın burada amacı, danışanın “bazen öfkeliyim, bazen vazgeçmiş hissediyorum” şeklindeki **genel ve dağınık ifadesini daha belirgin, açık ve yaşantıya dayalı hale getirmektir.** Bu doğrultuda kullanılacak en uygun yaklaşım, danışanı “**ne zaman, hangi durumlarda, nasıl**” gibi çerçevelerle düşünmeye yönlendiren ve anlatımı **somutlaştıran** sorulardır. **Somutlaştırma (somutluk),** danışanın genelleyici ifadelerini **özgül yaşantılara indirgeyerek** anlamın netleşmesini sağlar. Bu soruda “Ne zaman böyle hissettiğini biraz açabilir misin?” ifadesi, danışanı belirli durumlara odaklanmaya yönlendirir ve yaşantının bağlamını ortaya çıkarır. Böylece hem duygu daha iyi anlaşılır hem de problem daha çalışılabilir hale gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**
- A) **Ailenin sana karşı davranışlarını değiştirmesini mi istiyorsun?:** Bu ifade danışanı doğrudan **sonuca ve beklentiye yönlendiren,** aynı zamanda **yönlendirici ve kapalı uçlu** bir sorudur. Danışanın yaşantısını açmasına değil, belirli bir hedefe cevap vermesine yol açar.
- B) **Kendini ifade edemediğin için öfkелisin, değil mi?:** Bu ifade **duygu yansıtmaya** örnektir. Danışanın duygusunu yansıtmayı içerir ancak somutlaştırma sağlamaz; ayrıca **onaylatıcı (değil mi?)** yapıyla yönlendirici olabilir.
- C) **Her zaman söylediklerin dikkate alınmıyor mu?:** Bu soru **genelleme içeren ve kapalı uçlu** bir ifadedir. “Her zaman” vurgusu danışanın yaşantısını daraltır ve ayrıntılandırma yerine **genellemeyi pekiştirir.**
- E) **Onlar seni anlamıyor, öyle mi?:** Bu ifade danışanın söylediğini **basitleştirerek yenisinden ifade etme** eğilimindedir ve **yönlendirici/onaylatıcı** bir yapı taşır. Danışanı açmaya değil, kısa bir doğrulamaya yönelir.

Cevap: D

9. Psikolojik danışmanın, ilk kez gelen ve randevuya geç kalan danışanla **ilişkiyi başlatıcı ve sürdürücü bir tutum sergilemesi,** öncelikle danışanı **yargılamadan kabul etmesi, sürece ısındırması ve kendini ifade etmesini kolaylaştırması** ile mümkündür. Bu aşama **kaynaşma ve ilişki kurma** sürecidir ve burada danışmanın temel amacı, danışanın **kendini rahat hissettiği, konuşmaya istek duyduğu ve güven geliştirdiği bir ortam oluşturmaktır.** Bu nedenle danışmanın kullanacağı ifade, **yargı içermeyen, açık uçlu ve danışanı konuşmaya davet eden** bir nitelikte olmalıdır. “Anladım, sınavlar yoğun geçmiş. Gelirken başka zorluklarla da karşılaştın mı?” ifadesi hem danışanın yaşadığı durumu kabul etmekte hem de **açık uçlu bir soruyla danışanı sürece dahil etmektedir.** Bu yaklaşım, ilişkiyi doğal biçimde başlatır ve danışanın kendini ifade etmesini destekler. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Hemen sınav stresini konuşmaya başlayalım mı? Zaman kaybetmeyelim.:** Bu ifade **aceleci ve yönlendirici** bir tutum içerir. Danışanın sürece ısınmasına fırsat tanımaz ve ilişki kurma aşamasını atlar.
- C) **Sınavlar yüzünden geç kaldığını biliyoruz, şimdi asıl konumuza geçelim.:** Bu yaklaşım **mesafeli ve sınırlayıcıdır.** Danışanın yaşantısını keşfetmek yerine hızlıca konuya geçmeyi hedefler, ilişki kurmayı desteklemez.
- D) **Zaman kaybetmeden problemlerini anlatmaya başlamak en iyisi olur.:** Bu ifade **danışanı zorlayıcı ve yönlendirici** bir yapıya sahiptir. Danışanın hazır oluşunu dikkate almaz ve güven geliştirmeye katkı sağlamaz.
- E) **Sanırım sınavları bir kenara bırakıp, yaşamındaki diğer konulara geçebiliriz, ne dersin?:** Bu yaklaşım danışanın getirdiği konuyu **erken değiştirmeye yöneliktir** ve danışanın ihtiyacını göz ardı eder. İlişki kurma sürecine uygun değildir.

Cevap: B

10. Psikolojik danışma sürecinde **göz teması**, danışanın kendini anlaşılmış ve önemsenmiş hissetmesi açısından temel sözel olmayan becerilerden biridir. Ancak bu beceri **duruma, konuşanın rolüne ve kültürel bağlama göre ayarlanmalıdır**. Dinlerken danışmana daha doğrudan ve yoğun göz teması kurulabilirken, konuşurken göz temasının **daha kısa süreli ve kesintili olması** beklenir. Çünkü sürekli ve kesintisiz göz teması, danışan üzerinde **baskı, rahatsızlık veya sorgulanıyormuş hissi** oluşturabilir. Bu nedenle “konuşurken göz teması sürekli ve kesintisiz olmalıdır” ifadesi doğru değildir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Dinlerken danışana doğrudan ve daha yoğun göz teması kurulabilir.:** Dinleme sırasında göz teması, **ilgi ve dikkat göstergesidir**. Danışanın anlatımına odaklanıldığını hissettirir ve uygun bir davranıştır.
- C) **Konuşurken göz teması daha az, ancak kesintili olmalıdır.:** Konuşma sırasında göz temasının **sürekli olmaması**, danışanın rahat hissetmesini sağlar. Bu ifade doğru bir ilkeyi yansıtır.
- D) **Kültürel farklılıklar göz teması yoğunluğunu etkileyebilir.:** Göz temasının anlamı ve uygunluğu **kültüre göre değişebilir**. Bu nedenle danışanın kültürel özellikleri dikkate alınmalıdır.
- E) **Danışanın rahatına göre göz temasının yoğunluğu ayarlanabilir.:** Danışmanın göz teması kullanımı, danışanın **konfor düzeyine göre esnetilmelidir**. Bu da etkili iletişimin bir gereğidir.

Cevap: B

11. Psikolojik danışmanın beden dili ve yüz ifadesi, yalnızca iletişimi sürdürmekle kalmaz; aynı zamanda danışana “**seni dinliyorum, sana değer veriyorum ve söylediklerin benim için önemli**” mesajını iletir. Bu nedenle beden dili **sade, dengeli ve dikkat dağıtmayan** bir nitelikte olmalıdır. El hareketlerinin **aşırı ve yoğun kullanılması**, danışanın odağını dağıtır, danışmanın söylediklerinden çok **bedensel hareketlerine dikkat çekilmesine** neden olur ve terapötik ilişkinin doğrallığını bozar. Bu durum, danışanın kendini rahat ifade etmesini zorlaştırır ve verilen **değer ve ilgi mesajını zayıflatır**. Bu nedenle doğru olmayan davranış **C seçeneğidir**.

- A) **Yüzü danışana dönük halde, gövdesi hafif öne eğik pozisyonda oturmak:** Bu duruş, danışana yönelik **ilgi, dikkat ve katılımın** açık bir göstergesidir. Aynı zamanda danışana **önem verildiği ve ciddiye alındığı** mesajını iletir; terapötik bağı güçlendirir.
- B) **Ayaklar ve bacakları dikkat çekmeyecek şekilde konumlandırmak:** Bedenin dikkat dağıtmayan bir pozisyonda olması, iletişimin odağını korur. Bu da danışana **saygı ve özen gösterildiğini** hissettirir.
- D) **Saçı ya da gözlüğüyle oynamak gibi hareketleri en aza indirmek:** Bu tür davranışların azaltılması, danışmanın **odaklanmış, ilgili ve profesyonel** olduğunu gösterir; danışana **değer verildiği** mesajını destekler.
- E) **Yüz ifadesini danışanın duygularına uygun şekilde ayarlamak:** Danışanın duygularıyla uyumlu **yüz ifadesi**, empatik anlayışı güçlendirir ve danışanın **anlaşıldığını ve önemsenildiğini** hissetmesini sağlar.

Cevap: C

12. Psikolojik danışmanın ses tonu ve konuşma hızı, danışma sürecinin özellikle **kaynaşma ve ilişki kurma aşamasında** önemli bir rol oynar ve tüm seans boyunca sürer. Bu sözel olmayan özellikler, danışana **ilgi ve özen gösterildiği, değer verildiği ve anlaşıldığı** mesajını iletir. Bu nedenle ses tonu **dengeli, tutarlı ve güven verici** olmalıdır. Ses tonunda **sürekli ve ani yükselme–alçalmaların olması**, danışanda huzursuzluk yaratabilir, dikkatini dağıtabilir ve iletişimin doğrallığını bozabilir. Bu durum, terapötik ilişkinin kurulmasını ve sürdürülmesini olumsuz etkiler. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Konuşma hızını orta seviyede tutmak:** Orta düzeyde bir hız, danışanın rahatça takip etmesini sağlar ve danışana **özenli ve anlaşılır bir iletişim sunulduğunu** hissettirir.
- B) **Danışanın ses tonuna ve hızına benzer şekilde konuşmak:** Danışana uyum sağlamak, **eşleşme (uyumlama)** yoluyla güven ve yakınlık oluşturur; danışanın kendini daha rahat hissetmesini sağlar.

- C) **Sesini yumuşak ama güçlendirerek duyarlılığı ve ilgiyi ifade etmek:** Dengeli ve yumuşak bir ton, danışana **anlaşıldığı ve önemsendiği** mesajını verir; güven duygusunu artırır.
- E) **Konuşmada değişkenlik göstererek belirli noktaları vurgulamak:** Uygun yerlerde yapılan vurgu, iletişimi daha etkili hale getirir ve danışanın **önemli noktaları fark etmesini** sağlar.

Cevap: D

13. Psikolojik danışmanın oturma düzeni ve fiziksel mesafeyi ayarlaması, danışma sürecinin özellikle **kaynaşma ve ilişki kurma aşamasında** kritik bir işleve sahiptir ve **tüm seanslar boyunca** sürer. Bu düzenlemeler, danışana **ilgi ve özen gösterildiği, saygı duyulduğu ve güvenli bir alan sunulduğu** mesajını verir. Bu nedenle mesafe, danışanın **kişisel alanını koruyacak ve kendini rahat hissedeceği** şekilde ayarlanmalıdır. Danışana **çok yakın oturmak**, kişisel alan ihlaline yol açar, danışanda rahatsızlık ve gerilim oluşturur ve terapötik ilişkinin sağlıklı kurulmasını engeller. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Mesafenin genellikle bir kol uzaklığında veya biraz daha fazla olması:** Bu mesafe, danışanın kendini rahat hissetmesini sağlar ve **güvenli bir iletişim alanı** oluşturur.
- B) **Kişisel alanın ihlal edilmemesi:** Danışanın sınırlarına saygı göstermek, ona **değer verildiği ve özen gösterildiği** mesajını iletir.
- C) **Mobilyaların danışanla arada bariyer oluşturmayacak şekilde, ancak bir arada tutacak şekilde düzenlenmesi:** Bu düzenleme, hem **yakınlık hem de güvenli sınır** sağlar; iletişimi destekler.
- D) **Danışanın rahat hareket edebileceği bir mesafe bırakılması:** Danışanın fiziksel olarak rahat olması, psikolojik olarak da **rahat hissetmesine katkı** sağlar.

Cevap: E

14. Psikolojik danışmanın ilk seansta “seans süresi, gizlilik ilkesi, sürecin işleyişi ve soru sorma hakkı” gibi konularda danışanı bilgilendirmesi **yapılanıdır. Yapılandırma**, danışman ve danışanın **rol ve sorumluluklarını, sürecin kurallarını, sınırlarını ve işleyişini** açık ve anlaşılır biçimde ortaya koyan temel bir beceridir. Özellikle **ilk oturumda**, danışma süreci hakkında yeterli bilgisi olmayan danışana **bilgi vermek, belirsizliği azaltmak ve güven oluşturmak** amacıyla kullanılır. Yapılandırma yalnızca bilgi vermek değildir; aynı zamanda danışana **neyle karşılaşacağını, süreçte nasıl ilerleyeceğini ve hangi sınırların geçerli olduğunu** net biçimde göstermektir. Bu açıklamalar **çok uzun ve karmaşık olmamalı**, ancak yeterince **açık ve detaylı** olmalıdır; böylece ileride ortaya çıkabilecek **geç kalma, seanslara düzensiz katılma, sınır ihlalleri gibi sorunların önüne** geçilir.

Ayrıca yapılandırma sadece ilk oturumla sınırlı değildir; **tüm seanslar boyunca**, süreçle ilgili yeniden bilgilendirme gerektiğinde ya da **sınır koyma ihtiyacı ortaya çıktığında** tekrar kullanılır. Örneğin danışan sık sık geç kaldığında, kuralları zorladığında veya sürecin odağından saptığında yapılandırma yeniden yapılır. Bu süreçte danışmanın **ses tonu, mimikleri ve beden dili** de önemlidir; açıklamalar yapılırken **yargılayıcı, sert ya da olumsuz bir ifade kullanılmamalı**, danışana yine **ilgi ve özen gösterildiği** hissettirilmelidir. Tüm bu özellikler göz önüne alındığında sorudaki müdahale yapılandırma değildir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Yorumlama:** Danışanın ifade ettiklerinin ötesine geçerek **duygu, düşünce ve davranışları arasındaki bağlantıları kurma**, geçmiş yaşantıları ile mevcut sorunları arasındaki ilişkileri ortaya koyma becerisidir. Amaç, danışana **içgörü kazandırmak ve daha doğru bir gerçeklik algısı geliştirmesine yardımcı olmaktır**. Bu süreçte danışmanın, danışanın farkında olmadığı bir durumu **söze dökerek bilinç dışı olanın bilinç düzeyine ulaşması-na katkı sağlaması** söz konusudur. Bu teknik, danışan yeterince tanındıktan sonra **ilerleyen oturumlarda ve uygun zamanlamayla** kullanılır. **Sorudaki durumda böyle bir anlamlandırma yapılmamaktadır.**

- B) **Duygu yansıtması:** Danışanın ifade ettiği ya da ima ettiği duyguların **duygu odaklı biçimde yakalanıp danışana geri sunulmasıdır**. Amaç, danışanın duygusal farkındalığını artırmak ve kendini anlaşılmış hissetmesini sağlamaktır. **Sorudaki durumda danışman duygulara değil, sürecin kurallarına odaklanmaktadır.**
- C) **İçerik yansıtması:** Danışanın dile getirdiği düşüncelerin **anlamı değiştirilmeden, başka sözcüklerle yeniden ifade edilmesidir**. Bu bir **sözel izleme becerisidir** ve danışanın anlaşıldığını hissetmesini sağlar. **Sorudaki durumda danışanın sözleri yeniden ifade edilmemektedir.**
- E) **Özetleme:** Danışanın anlattıklarının **duygu ve içerik birlikte ele alınarak belirli bir bölümünün ya da tüm görüşmenin daha kısa ve düzenli biçimde yeniden sunulmasıdır**. Özetleme; oturum sonunda süreci toparlamak, oturum başında önceki görüşmeyi hatırlatmak veya bir konudan diğerine geçerken **netlik sağlamak** amacıyla kullanılır. Ayrıca danışmanın danışanı dikkatle dinlediğini göstermesine, danışanın **duygu ve yaşantılarının farkına varmasına**, sürecin nasıl ilerlediğinin anlaşılmasına ve danışana **sorumluluk kazandırılmasına** katkı sağlar. **Sorudaki durumda ise böyle bir toparlama değil, sürecin başında bilgilendirme yapılmaktadır.**

Cevap: D

15. Psikolojik danışmanın seans sırasında not alması, sürecin izlenmesi ve önemli noktaların hatırlanması açısından işlevseldir; ancak bu süreç **danışanla kurulan terapötik ilişkiyi zedelememeli**, danışana **ilgi ve özen gösterildiği** hissini korumalıdır. Not alma **seçici, kısa ve süreci destekleyici** olmalıdır. Konuşmadaki her şeyi yazmaya çalışmak ise danışmanın dikkatini danışandan uzaklaştırır, **göz teması ve sözel olmayan iletişimi zayıflatır**, seansın akışını bozar ve danışanın kendini rahat ifade etmesini engelleyebilir. Bu nedenle **her şeyi not almaya çalışmak uygun değildir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Not almanın danışanla olan iletişimi veya seansın akışını bozmasına izin vermemek:** Not alma süreci, terapötik ilişkinin önüne geçmemelidir. Danışanın **anlaşıldığını ve önemsendiğini hissetmesi** korunmalıdır.
- B) **Not alma amacını danışana açıklamak ve gerektiğinde sorularını yanıtlamak:** Bu yaklaşım **şeffaflık ve güven oluşturur**. Danışanın kaygılarını azaltır ve sürece katılımını kolaylaştırır.
- C) **Danışanın okumasını istemeyeceği şeyleri not defterine yazmamak:** Notlar etik ve dikkatli tutulmalıdır. Danışanın **mahremiyetine ve güvenine saygı** esastır.
- E) **Danışan notları görmek isterse endişelerini sorgulamak ve yazdıklarını okuma önerisi sunmak:** Danışanın merakı ya da kaygısı dikkate alınır; bu durum **güveni artırıcı ve iş birliğini destekleyici** bir yaklaşımdır.

Cevap: D

1. Psikolojik danışmanın, danışanın anlattıklarının tamamını değil de **kendi önemli gördüğü ve sorun çözümüne katkı sağlayacağını düşündüğü kısımları seçerek dinlemesi filtrelenmiş dinlemedir. Filtrelenmiş dinleme**, danışanın söylediklerini bütüncül biçimde ele almak yerine, danışmanın kendi **ilgi, beklenti ve önceliklerine göre bazı kısımları seçip diğerlerini göz ardı etmesi** durumudur. Bu dinleme biçiminde danışman, danışanın yaşantısını tam olarak anlamak yerine **seçici ve sınırlı bir odakla** ilerler. Bu durum, danışanın önemli olabilecek bazı ifadelerinin kaçırılmasına, danışanın **tam anlaşılmasına** ve terapötik ilişkinin zayıflamasına yol açabilir. Soruda da danışman, danışanın tüm anlatımını almamakta ve yalnızca belirli bölümlere odaklanmaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Yapılama:** Danışma sürecinin **kurallarını, sınırlarını ve işleyişini** açıklama becerisidir. Danışanın söylediklerini dinleme biçimiyle ilgili değildir.

C) **Empatik dinleme:** Danışanın yaşantısını onun bakış açısından anlamaya çalışarak **duygu ve içerik düzeyinde bütüncül biçimde kavrama** sürecidir. Danışanın söylediklerini seçmek değil, **tam ve derinlemesine anlamak** esastır.

D) **Aktif dinleme:** Danışmanın **sözel ve sözel olmayan tepkilerle dikkatle dinlediğini göstermesi**, danışanın söylediklerini takip etmesi ve sürece katılım sağlamasıdır. Bu yaklaşımda seçici göz ardı etme yoktur.

E) **Sessizlik:** Danışanın düşünmesi ve duygularını fark etmesi için **bilinçli olarak sözsüz alan bırakılmasıdır**. Soruda ise danışman aktif biçimde seçici dinleme yapmaktadır.

Cevap: B

2. Psikolojik danışmanın, Ece'nin anlattıklarını **kişilik özellikleri ve tanınal kategoriler çerçevesinde ele alarak**, danışanın yaşantısını bu hazır kalıplar içine yerleştirilmesi **stereotipe (kalıpyarğı) dayalı dinlemedir. Stereotipe dayalı dinleme**, bireyi kendi özgün yaşantısıyla anlamak yerine onu belirli **kategorilere, etiketlere veya genelleştirilmiş şemalara yerleştirerek dinleme** biçimidir. Bu yaklaşımda danışman, danışanın söylediklerini olduğu gibi ve bütüncül biçimde değerlendirmez; aksine zihnindeki hazır "haritalara" göre anlamlandırır. Bu da danışanın anlatımındaki **karmaşıklığın basitleştirilmesine, bireysel farklılıkların göz ardı edilmesine ve ifadelerin çarpıtılmasına** yol açar. Nitekim soruda da danışman, danışanın yaşantısını olduğu gibi anlamak yerine onu tanınal çerçevelere oturtmakta ve anlatımın bütünlüğünü gözden kaçırmaktadır. Bu durum, doğrudan **tektipleştirme ve kategorize etme** içerdiği için stereotipe dayalı dinlemedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Filtrelenmiş dinleme:** Danışanın söylediklerini içinden yalnızca **ilgi duyulan veya önemli görülen kısımların seçilerek dinlenmesi**, diğer bölümlerin ihmal edilmesidir. Bu dinleme türünde sorun **seçiciliktir**. Soruda ise esas problem seçmek değil, danışanı **kategorilere yerleştirmektir**.

B) **Değerlendirerek dinleme:** Dinlenenleri **neden-sonuç ilişkisi kurarak, doğruluk-yanlışlık, tutarlılık-çelişki açısından analiz etme ve zihinsel olarak sorgulama** sürecidir. Danışman burada aktif olarak düşünür, karşılaştırır ve anlamlandırır; ancak bu süreçte amaç **tarafsız değerlendirmedir**, tektipleştirme değildir.

C) **Bilgi merkezli dinleme:** Danışanın anlattıklarını **konu, yer, kişi, zaman gibi bilgi unsurlarıyla doğru anlamaya odaklanma** biçimidir. Duygudan çok bilgi ön plandadır. Ancak burada olduğu gibi **etiketleme ve genelleştirme** içermez.

D) **Sempatik dinleme:** Danışanın duygu ve düşüncelerini **onun yaşadığı biçimiyle paylaşma ve aynı duyguyu hissetme** eğilimidir. Bu yaklaşımda duygusal katılım vardır; ancak sorudaki gibi **kategorize etme veya çarpıtma** söz konusu değildir.

Cevap: E

3. Psikolojik danışmanın görüşmeyi sürekli “**Ne oldu? Sonra ne yaptın? Daha önce yaşadın mı?**” gibi sorularla sürdürmesi ve buna rağmen danışanın **duygularına ve yaşantısının anlamına yönelmemesi yüzeysel dinlemedir. Yüzeysel dinleme**, danışanın anlattıklarının yalnızca **görünürdeki içeriğine odaklanması**, olayların kronolojik ve bilgisel yönünün takip edilmesi; buna karşılık **derindeki duygu, anlam ve yaşantısal boyutun gözden kaçırılması** durumudur. Bu dinleme biçiminde danışman, danışanın söylediklerini duyar ancak **derin anlamı yakalayamaz**, bu nedenle danışanın kendini anlaşılmış hissetmesi zorlaşır. Soruda da danışman, Okan’ın açıkça ifade ettiği gibi duygularını ve yaşantısının anlamını dikkate almamakta, yalnızca yüzeyde kalan bilgileri toplamaktadır. Bu durum, psikolojik danışmada etkili olmayan bir dinleme biçimidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Değerlendirerek:** Dinlenenleri **neden-sonuç ilişkisi kurarak, doğruluk ve tutarlılık açısından analiz etme**, zihinsel olarak sorgulama ve karşılaştırma sürecidir. Soruda böyle bir değerlendirme yoktur.
- C) Kalıplanmış:** Danışanı **hazır kalıplar, kategoriler veya genelleyici şemalar** üzerinden dinleme eğilimidir (stereotipik dinleme). Soruda danışan herhangi bir kategoriye yerleştirilmemektedir.
- D) Pasif:** Danışmanın **sessiz kalarak, sözel tepki vermeden dinlemesi** durumudur. Soruda danışman aktif biçimde soru sormaktadır.
- E) Filtrelenmiş:** Danışanın söylediklerinden yalnızca belirli kısımları seçip diğerlerini **göz ardı etme** durumudur. Soruda temel problem seçicilik değil, **derinliğe inememektir.**

Cevap: A

4. Psikolojik danışmanın, Zühre’nin yaşadığı duyguları **onun iç dünyasında yaşadığı biçimiyle neredeyse aynen hissetmeye çalışması ve bu duygulara katılması sempatik dinlemedir. Sempatik dinleme**, danışanın duygu ve düşüncelerini **onun yaşadığı şekliyle paylaşma**, yani duyguyu danışanla birlikte yaşama eğilimidir. Bu durumda danışman, danışanın yerine geçer gibi hisseder; ancak bu süreçte **profesyonel mesafe zayıflar, çözüm üretmeye yönelik odak geriplanda kalır ve sempatinin yoğunluğu empatik anlayışı engelleyebilir.** Çünkü danışman duyguyu anlamaktan çok **duygunun içine girer.** Soruda da danışman, Zühre’nin duygularını paylaşmakta ancak **sorunun çözümüne yönelik somut adımlara yönelmemektedir.** Bu durum sempatik dinlemenin tipik bir göstergesidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Yüzeysel:** Danışanın anlattıklarının yalnızca **görünürdeki içeriğine odaklanması**, derindeki duygu ve anlamın kaçırılmasıdır. Bu soruda ise danışman duygulara yoğun biçimde yönelmiştir.
- B) Filtrelenmiş:** Danışanın söylediklerinden yalnızca belirli kısımların seçilerek dinlenmesi ve diğer bölümlerin **göz ardı edilmesidir.** Soruda böyle bir seçicilik yoktur.
- C) Aktif:** Danışmanın **sözel ve sözel olmayan tepkilerle dikkatle dinlediğini göstermesi**, empatik anlayışla süreci ilerletmesidir. Bu yaklaşımda hem duygu hem içerik dengeli ele alınır. Soruda ise çözüm boyutu geri planda kalmıştır.
- E) Stereotipik:** Danışanı **kalıpyargılar ve genellemeler** üzerinden değerlendirme durumudur. Soruda böyle bir etiketleme yoktur.

Cevap: D

5. Psikolojik danışmanın, Meltem’in anlattıklarını değerlendirirken **olayların tarihine, konusuna, kimlerle yaşandığına ve bilgilerin doğruluğuna odaklanması; duygusal tepkileri ve altta yatan anlamı geri planda bırakması bilgi merkezli dinlemedir. Bilgi merkezli dinleme**, danışanın aktardığı içeriği **konu, kişi, yer, zaman gibi somut bilgi unsurlarıyla doğru ve eksiksiz biçimde anlamaya** yönelik dinleme biçimidir. Bu

yaklaşımında amaç, anlatılanların **doğruluğunu, sırasını ve bütünlüğünü kavramaktır**; bu nedenle danışman daha çok **veri toplama ve bilgiyi netleştirme** üzerine yoğunlaşır. Soruda da danışman, Meltem'in yaşantısını duygusal boyutuyla ele almak yerine **bilgisel içeriği düzenlemeye ve anlamaya odaklanmaktadır**. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Sempatik**: Danışanın duygu ve düşüncelerini **onun yaşadığı biçimiyle paylaşma ve aynı duyguyu hissetme** durumudur. Bu soruda danışman duygulara katılmamaktadır.
- B) **Filtrelenmiş**: Danışanın söylediklerinden yalnızca belirli kısımları seçip diğerlerini **göz ardı etme** durumudur. Burada ise anlatılanlar seçilmeden, **bilgi bütünlüğüyle ele alınmaktadır**.
- D) **Değerlendirerek**: Dinlenenleri **neden-sonuç ilişkisi kurarak, doğruluk ve tutarlılık açısından analiz etme ve karşılaştırma** sürecidir. Soruda ise analizden çok **bilgiyi doğru alma ve kaydetme** ön plandadır.
- E) **Pasif**: Danışmanın **sessiz kalarak, sözel tepki vermeden dinlemesi** durumudur. Bu soruda danışman aktif biçimde bilgileri takip etmektedir.

Cevap: C

6. Psikolojik danışmanın, Ahsen'in anlattıklarını yalnızca duygusal düzeyde dinlemekle kalmayıp **çok yönlü biçimde analiz etmesi, doğruluk-eksiklik açısından değerlendirmesi, davranışlarını incelemesi ve kendi bilgi-deneyimleriyle karşılaştırması değerlendirerek dinlemez**. **Değerlendirerek dinleme**, dinlenenleri **neden-sonuç ilişkisi kurarak, doğruluk, tutarlılık ve eksiklik açısından analiz etme** sürecidir. Bu dinleme türünde danışman **zihinsel süreçlerini aktif biçimde kullanır**, danışanın söylediklerini mevcut bilgileriyle karşılaştırır, **davranışların hangi yönlerinin etkili ya da yetersiz olduğunu anlamaya çalışır**. Ayrıca konuşma tarzı, beden dili, tavır ve davranışlar gibi unsurlar da bu değerlendirme sürecine dâhil edilir. Soruda da danışman, Ahsen'in yaşantısını yalnızca anlamakla kalmayıp **analiz etmekte, karşılaştırmakta ve değerlendirmektedir**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Sempatik**: Danışanın duygularını **onun yaşadığı biçimiyle paylaşma ve aynı duyguyu hissetme** eğilimidir. Bu durumda analiz değil, duygusal katılım ön plandadır.
- B) **Yüzeysel**: Danışanın anlattıklarının yalnızca **görünürdeki içeriğine odaklanılması**, derindeki anlamın kaçırılmasıdır. Soruda ise derinlemesine analiz vardır.
- C) **Filtrelenmiş**: Danışanın söylediklerinden yalnızca belirli kısımların seçilerek dinlenmesi ve diğerlerinin **göz ardı edilmesidir**. Burada ise bütüncül bir değerlendirme yapılmaktadır.
- E) **Stereotipik**: Danışanı **kalıpyargılar ve genellemeler** üzerinden değerlendirme durumudur. Soruda böyle bir kategorize etme yoktur.

Cevap: D

7. Psikolojik danışmanın, Birsen'e **tam dikkatini yöneltmesi, göz teması kurması, jest ve mimiklerle tepkiler vermesi, gerektiğinde sorularla süreci desteklemesi ve başka hiçbir işle ilgilenmemesi aktif dinlemedir**. **Aktif dinleme**, danışmanın hem **sözel hem sözel olmayan tepkilerle** danışanı dikkatle takip ettiğini gösterdiği, sürece **etkin katılım sağladığı** dinleme biçimidir. Bu dinlemede danışman, danışana **ilgi ve özen gösterildiğini, değer verildiğini ve anlaşıldığını** hissettirir; göz teması, beden duruşu, baş sallama, kısa sözel geri bildirimler ve uygun sorular bu sürecin temel unsurlarıdır. Soruda da danışman, tüm dikkatiyle danışana yönelmiş ve iletişimi destekleyen tüm bu unsurları kullanmıştır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Sempatik**: Danışanın duygularını **onun yaşadığı biçimiyle paylaşma ve aynı duyguyu hissetme** eğilimidir. Burada ise duyguyu paylaşmaktan çok **etkin dinleme ve katılım** vardır.
- C) **Bilgi merkezli**: Danışanın anlattıklarını **kişi, yer, zaman ve konu gibi bilgi unsurlarıyla doğru anlamaya odaklanma** biçimidir. Bu soruda ise yalnızca bilgi değil, **iletişim sürecine aktif katılım** ön plandadır.
- D) **Filtrelenmiş**: Danışanın söylediklerinden yalnızca belirli kısımların seçilerek dinlenmesi ve diğerlerinin **göz ardı edilmesidir**. Burada ise bütüncül bir dikkat söz konusudur.

E) **Değerlendirerek:** Dinlenenleri **analiz etme, karşılaştırma ve doğruluk açısından inceleme** sürecidir. Soruda böyle bir zihinsel değerlendirme değil, **anlık etkileşim ve katılım** vardır.

Cevap: B

8. Psikolojik danışmanın, Musa'ya odaklanmasına rağmen **sözel tepki vermeden sessizce dinlemesi ve danışanın kendisini anlaşılıp anlaşılmadığı konusunda net bir geri bildirim alamaması pasif dinlemedir. Pasif dinleme, danışmanın sözel olarak geri bildirimde bulunmadığı, daha çok sessiz kalarak dinlediği dinleme biçimidir.** Bu süreçte danışman zihinsel olarak aktif olabilir, yani danışanın söylediklerini **değerlendirip analiz edebilir**; ancak bunu danışana yansıtmadığı için danışan, **anlaşılıp anlaşılmadığı konusunda belirsizlik yaşayabilir.** Soruda da Musa, danışmanın kendisini anlayıp anlamadığını kestirememekte, bu da pasif dinlemenin tipik bir göstergesidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Sempatik:** Danışanın duygularını **onun yaşadığı biçimiyle paylaşma ve aynı duyguyu hissetme** durumudur. Burada ise duygusal katılım yoktur.

B) **Aktif:** Danışmanın **sözel ve sözel olmayan tepkilerle sürece katılımı, danışana anlaşıldığını hissettirmesidir.** Bu durumda ise danışman sözel geri bildirim vermemektedir.

C) **Bilgi merkezli:** Danışanın anlattıklarını **bilgi unsurlarıyla doğru anlamaya odaklanma** biçimidir. Bu soruda ise belirgin olan durum **sessizliktir.**

D) **Değerlendirerek:** Dinlenenleri **analiz etme, karşılaştırma ve zihinsel olarak değerlendirme** sürecidir. Danışman bunu zihinsel olarak yapsa da, dışı vurum olmadığı için belirleyici özellik **pasifliktir.**

Cevap: E

9. Psikolojik danışma sürecinde danışanın zaman zaman **isteksizlik ve direnç göstermesi sürecin doğal bir parçasıdır** ve bu durum göz ardı edilmez; aksine **anlaşılır, ele alınır ve terapötik çalışmanın bir parçası hâline getirilir.** Direnç, danışanın değişime karşı yaşadığı ambivalansı, kaygıyı ya da hazır oluş düzeyini yansıtır. Bu nedenle psikolojik danışmanın görevi direnci yok saymak değil, **direncin anlamını keşfetmek ve danışanla birlikte çalışmaktır.** "Psikolojik danışman, danışanın süreçteki direncini göz ardı ederek oturumları sürdürmelidir." ifadesi bu açıdan yanlıştır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Danışma süreci hakkında bilgilendirme yapılması, danışanın sürece dair gerçekçi olmayan beklentilerini gözden geçirmesine katkı sağlar:** Bu ifade **yapılandırmanın işlevine** uygundur. Danışanın süreci doğru anlamasını sağlar ve beklentileri gerçekçi hâle getirir.

C) **Danışma sürecinde ilerlemenin sağlanabilmesi için danışanın aktif katılımı büyük önem taşır:** Danışma süreci **iş birliğine dayalıdır.** Danışanın sürece aktif katılımı değişim için temel koşullardan biridir.

D) **Sürecin hızlı ilerlemesi, danışanın tüm sorunlarının kısa sürede çözüleceği anlamına gelmez:** Psikolojik danışma **zaman ve süreç gerektiren** bir çalışmadır. Hızlı ilerleme her zaman kalıcı çözüm anlamına gelmez.

E) **Danışman, danışanın direncini sürecin doğal bir parçası olarak ele alıp bu durumla çalışarak danışmayı sürdürür:** Bu ifade, danışmada dirence yaklaşımın **doğru ve terapötik biçimini** yansıtır.

Cevap: B

10. Problemin tanımlanması ve değerlendirilmesi süreci, psikolojik danışmanın danışanı **bütüncül biçimde anlamaya çalıştığı, sorunun ne olduğu, hangi durumlarda ortaya çıktığı, nasıl sürdüğü ve danışanın bunu nasıl yaşadığı** gibi boyutları netleştirdiği aşamadır. Bu süreçte amaç; **doğru bir kavramsallaştırma yapmak, uygun müdahaleleri planlamak, amaçları belirlemek ve ilerlemeyi izleyebilecek bir çerçeve oluşturmaktır.** Ancak bu aşama doğrudan çözüm üretme

aşaması değildir. “Kısa sürede danışanın tüm sorunlarının kesin çözümünü sağlamak” ifadesi, psikolojik danışma sürecinin doğasına **aykırıdır** ve **gerçekçi bir beklenti değildir**. Psikolojik danışma, zamana yayılan, aşamalı ve danışanın aktif katılımını gerektiren bir süreçtir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Danışanın kişiliğine ilişkin içgörü geliştirmek ve benlik kavramını açıklığa kavuşturmak:** Bu aşamada danışanın **kendini algılama biçimi, benlik yapısı ve kişilik özellikleri** anlaşılmalı çalışılır. Bu da danışanın **kendine yönelik farkındalık ve içgörü geliştirmesine** katkı sağlar.
- B) Doğru tanı koymak ve etkili müdahaleleri planlamak:** Sorunun doğru tanımlanması, **uygun müdahale ve tekniklerin seçilmesi** için temel oluşturur. Değerlendirme sürecinin temel işlevlerinden biridir.
- C) Plan ve müdahalelerin danışan için uygun olup olmadığını belirlemek:** Değerlendirme süreci süreklidir. Bu sayede uygulanan müdahalelerin **danışana uygunluğu ve etkililiği** gözden geçirilir ve gerekirse yeniden düzenlenir.
- D) Amaç belirlemeyi ve ilerlemenin ölçülmesini kolaylaştırmak:** Sorunun netleştirilmesi, **gerçekçi ve ulaşılabilir hedefler belirlemeyi** ve süreçteki değişimi **izlemeyi kolaylaştırır**.

Cevap: E

11. Psikolojik danışmanın, danışanın sosyal kaygı yaşadığı durumları belirledikten sonra **kademeli olarak daha az kaygı uyandıran ortamlara yönlendirmesi, baş etme stratejileri planlaması ve danışanı küçük adımlarla sosyal etkileşimlere teşvik etmesi müdahaleleri belirleme ve uygulama aşamasının tipik bir örneğidir**. Bu aşamada danışman, daha önce tanımlanan probleme yönelik **somut teknikler (örneğin kademeli maruz bırakma), baş etme yolları ve davranışsal uygulamalar** geliştirir ve bunları danışanla birlikte hayata geçirir. Süreç artık yalnızca problemi anlamaya değil, **değişimi başlatmaya, yeni davranışların denenmesine ve beceri kazandırmaya** yöneliktir. Danışanın adım adım sosyal ortamlara girmesi, bu aşamanın doğrudan uygulama boyutunu yansıtır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) İlişki kurma:** Danışanın kendini **güvende ve kabul edilmiş hissetmesini sağlama**, terapötik bağı oluşturma sürecidir. Soruda ise aktif müdahaleye geçilmiştir.
- B) Hedef belirleme:** Danışanla birlikte **ulaşılacak istenen amaçların netleştirilmesi** sürecidir. Burada “sosyal ortamlarda daha rahat olmak” gibi hedefler belirlenir; ancak soruda hedef koymaktan öte **hedefe yönelik uygulama** vardır.
- D) Sonlandırma ve izleme:** Sürecin sonunda kazanımların **değerlendirilmesi ve sürdürülmesinin planlanması** söz konusudur. Bu örnekte süreç devam etmektedir.
- E) Problemi tanımlama ve değerlendirme:** Sorunun **ne olduğu, hangi durumlarda ortaya çıktığı ve nasıl sürdüğü** analiz edilir. Soruda ise problem belirlenmiş ve **çözüm odaklı uygulamaya geçilmiştir**.

Cevap: C

12. İlk oturumun temel odağı; danışanın **kendini güvende hissetmesi**, terapötik ilişkinin kurulması, **temel bilgilerin toplanması** ve sürecin **çerçevesinin (yapılandırma)** netleştirilmesidir. Bu aşamada danışmanın önceliği, danışanı **anlamak ve ifade alanı açmak** olmalıdır; henüz danışan yeterince tanınmadan yapılan **derinlemesine yorumlar ve bilinç dışı çatışmaları ortaya çıkarma girişimleri** erken ve uygun olmayan müdahalelerdir. Bu tür yorumlar, danışanda **yanlış anlaşılma, direnç veya savunma** oluşturabilir ve terapötik ilişkiyi zedeleyebilir. Bu nedenle bu ifade ilk oturumun doğasına **uygun değildir**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Aktif dinleme ve empati kurma becerileriyle danışanın kendini güvende ve anlaşılabilir hissetmesini sağlamak:** İlk oturumun en temel gerekliliklerindendir. Danışanın **güven duygusu** geliştirilmesi ve sürece açılabilmesi için vazgeçilmezdir.
- B) Açık uçlu sorular sorarak danışanın sorununun kendi perspektifinden anlatmasına olanak tanımak:** Danışanın **kendi yaşantısını kendi diliyle ifade etmesini** sağlar ve değerlendirme sürecine katkı sunar.

- C) İçerik ve duygu yansıması yaparak danışanın ifade ettiklerini doğru anladığını göstermek: Danışana anlaşıldığını hissettirir, iletişimi derinleştirir ve terapötik bağı güçlendirir.
- E) Danışma sürecinin gizlilik, sınırları ve beklentileri gibi temel unsurları hakkında danışanı bilgilendirmek: Yapılandırma kapsamında ilk oturumda mutlaka yer alır; danışanın sürece dair belirsizliklerini azaltır ve gerçekçi beklenti geliştirmesini sağlar.

Cevap: D

13. İlk aşamalarda psikolojik danışmanın temel amacı, danışanla güvene dayalı, kabul edici ve iş birliğine açık bir ilişki kurmaktır. Bu süreçte öncelik anlamak, ilişkiyi güçlendirmek ve danışanın kendini rahatça ifade edebileceği bir ortam oluşturmaktır. Danışanın sorunlarına yönelik hızlı çözüm üretmeye yönelmek ve bunu hemen uygulamaya koymak, bu aşamanın doğasına uygun değildir; çünkü danışan henüz yeterince tanınmamış, problem tam olarak kavramsallaştırılmamış ve terapötik ilişki yeterince derinleşmemiştir. Bu tür erken müdahaleler danışanda anlaşılma hissi ve direnç oluşturabilir. Bu nedenle doğru seçenek E seçeneğidir.

- A) Danışanın sözel ve sözel olmayan ifadelerine dikkatle odaklanarak aktif dinleme becerilerini sergilemesi: İlk aşamada danışanın anlaşıldığını ve önemsendiğini hissetmesini sağlar; terapötik ilişkinin temelini oluşturur.
- B) Danışanın deneyimlerini ve duygularını yargılamadan, empatik bir anlayışla dinlemesi: Danışanın güven geliştirmesi ve kendini açabilmesi için vazgeçilmez bir tutumdur.
- C) Danışanın kişisel sınırlarına saygı göstererek, paylaşmakta zorlandığı konuları açması için ısrarcı olmaması: Danışanın özerkliğine ve sınırlarına saygı duyulduğunu gösterir; güveni artırır.
- D) Danışanın beklentilerini ve danışma sürecinden ne umduğunu anlamaya yönelik açık uçlu sorular sorması: Danışanın kendi perspektifini ortaya koymasını sağlar ve sürecin yapılandırılmasına katkı sunar.

Cevap: E

14. Psikolojik danışmada ilişki kurma (rapport/kaynaşma), danışanın kendini güvende, anlaşılmış ve değer verilmiş hissettiği, danışmanla iş birliğine açık bir bağ kurduğu temel süreçtir. Bu aşamada danışmanın temel tutumu; empatik, kabul edici, tutarlı ve profesyonel sınırları koruyan bir yaklaşım sergilemektir. Danışmanın kendi kişisel deneyimlerini ve sorunlarını sık sık paylaşması, odağı danışandan uzaklaştırır, ilişkiyi danışman merkezli hâle getirir ve profesyonel sınırların bulanıklaşmasına yol açar. Kendini açma tekniği uygun zamanda ve sınırlı kullanıldığında işlevsel olabilir; ancak burada belirtildiği gibi yoğun ve sık kullanımı, ilişki kurma (rapport/kaynaşma) sürecine katkı sağlamaz, aksine zayıflatır. Bu nedenle en az katkı sağlayan davranış budur. Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Danışanın ilgi alanlarına, değerlerine ve kültürel arka planına duyarlılık göstermek ve bunları anlamaya çalışması: Danışanın bireyselliğine saygı duyulduğunu hissettirir ve ilişki kurma (rapport/kaynaşma) sürecini güçlendirir.
- C) Danışanın sözel ve sözel olmayan iletişimine dikkat ederek, tutarlılık ve uyum sergilemesi: Danışanın anlaşıldığını ve ciddiye alındığını hissetmesini sağlar; terapötik bağı güçlendirir.
- D) Danışana karşı saygılı, içten ve kabul edici bir tutum sergilemesi, profesyonel sınırları koruyarak samimiyet kurması: İlişki kurma (rapport/kaynaşma) sürecinin temelini oluşturan koşulsuz kabul ve içtenlik bu seçenekte yer alır.
- E) Danışanın mizah anlayışına uygun, uygun zamanlarda ve ölçülü bir şekilde mizah kullanılarak gerginliği azaltması ve yakınlık kurması: Uygun kullanıldığında mizah, danışanın rahatlamasını ve ilişki kurmasını destekler.

Cevap: B

15. Psikolojik danışma sürecinde sözel olmayan beceriler, özellikle **ilişki kurma (rapport/kaynaşma)** aşamasında danışanın **kendini güvende, anlaşılmış ve değer verilmiş hissetmesini** sağlar ve bu özellikler tüm seanslar boyunca sürdürülür. Bu bağlamda göz teması **doğal, aralıklı ve danışanın rahatlık düzeyine uygun** olmalıdır. Danışanın gözlerinin içine **sürekli ve kesintisiz şekilde bakmak**, danışanda baskı, rahatsızlık ve değerlendirilme hissi oluşturabilir; bu da terapötik ilişkiyi zedeler ve iletişimin doğallığını bozar. Bu nedenle en az uygun yaklaşım budur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışmanın, danışanın duygusal ifadesiyle uyumlu bir ses tonu kullanması ve empatiyi yansıtan bir beden dili sergilemesi:** Danışana **ilgi ve özen gösterildiğini** hissettirir, empatik anlayışı güçlendirir.
- B) **Danışmanın, danışanın kültürel normlarına ve bireysel tercihlerine duyarlı bir fiziksel mesafe ayarlaması ve rahat bir iletişim için uygun bir oturma düzeni sağlaması:** Danışanın **kişisel sınırlarına saygı duyulduğunu** gösterir ve güvenli bir ortam oluşturur.
- C) **Danışmanın, danışan konuşurken destekleyici ve ilgili bir şekilde doğal ve aralıklı göz teması kurması:** Danışanın **anlaşıldığını ve ciddiye alındığını** hissetmesini sağlar; etkili iletişimi destekler.
- E) **Danışmanın, danışanın rahat bir şekilde kendini ifade edebilmesi için açık ve davetkar bir beden duruşu benimsemesi:** Danışanın **rahatlamasına ve kendini açmasına** katkı sağlar.

Cevap: D

1. Danışanın ifadesinde **iş yerinde yoğun stres yaşadığı**, buna bağlı olarak **uyku sorunları çektiği**, **sürekli gergin hissettiği** ve **iş arkadaşlarıyla iletişimde zorlandığı** açıkça yer almaktadır. Psikolojik danışmanın bu anlatımı **anlamı değiştirmeden, kısa ve öz biçimde yeniden ifade etmesi içerik yansıtmasıdır**. İçerik yansıtması; danışanın söylediklerini **başka sözcüklerle yeniden sunarak**, onun **anlaşıldığını hissetmesini sağlama** ve anlatımı **netleştirme** işlevi görür. “Yani, iş yerindeki yoğun stres, uyku sorunları, gerginlik ve iş arkadaşlarınızla iletişimde yaşadığınız güçlükler sizin için önemli sorunlar haline gelmiş durumda” ifadesinde danışmanın, danışanın dile getirdiği bu temel içerikleri **ekleme yapmadan ve anlamı bozmadan yeniden ifade ettiği** görülür; bu yönüyle içerik yansıtmasına uygun bir örnektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Anlıyorum, iş yerinde stresli bir dönem geçiriyorsunuz ve bu durum sizi oldukça yıpratmış gibi görünüyor:** Danışanın ifadesinde yer almayan “**yıpranma**” vurgusu eklenmiştir; bu nedenle içerik yansıtması değildir.

C) **Bu durum sizi gerçekten üzmüş olmalı. İş arkadaşlarınızla aranızın bozulması da cabası:** Bu ifade **duygu yansıtmasıdır**; ayrıca danışanın ifadesinde açıkça yer almayan bir **yorum ve ekleme** vardır.

D) **Belki de iş yerindeki stresle başa çıkma yöntemleri üzerine konuşabiliriz. Daha önce bu tür durumlarla nasıl başa çıktınız?:** Bu bir **yönlendirme ve soru sorma** örneğidir; yansıtma değildir.

E) **İş yerinde bu kadar stres yaşamamız hiç iyi olmamış. Biraz rahatlamaya ihtiyacınız var gibi:** Bu ifade **değerlendirme ve öneri** içerir; danışanın ifadesini yeniden sunmaz.

Cevap: A

2. Psikolojik danışmada özetleme, danışanın anlattıklarının **duygu ve içerik boyutunu birlikte ele alarak** belirli aralıklarla ya da seans sonunda **daha kısa, düzenli ve bütüncül biçimde yeniden sunulmasıdır**. Bu becerinin temel işlevi; danışanın ifade ettiği **temel düşünceleri, duyguları ve önemli bilgileri bir araya getirerek anlaşılabilirliği artırmak ve odağı korumaktır**. Aynı zamanda danışmanın danışanı **dikkatle dinlediğini göstermesine**, danışanın **kendi yaşantısındaki örüntüleri fark etmesine** ve sürecin daha net ilerlemesine katkı sağlar. Bu yönüyle, “**danışanın ifade ettiği temel düşünceleri, duyguları ve önemli bilgileri bir araya getirerek anlaşılabilirliği artırmak ve odaklanmayı sağlamak**” ifadesi özetleme becerisini doğru tanımlamaktadır.

A) **Danışanın duygusal yoğunluğunu azaltmak ve daha rasyonel bir bakış açısı kazanmasına yardımcı olmak:** Bu daha çok **bilişsel yeniden yapılandırma** gibi tekniklerin amacıdır; özetlemenin temel işlevi değildir.

C) **Danışanın anlattıklarını kendi yorumlarıyla birleştirerek, danışanın sorunlarına yeni anlamlar kazandırmak:** Bu ifade **yorumlama** becerisine aittir; özetlemede danışman kendi yorumunu katmaz.

D) **Danışanın direnç gösterdiği konuları dolaylı yollarla tekrar gündeme getirerek savunmalarını kırmak:** Bu, **dirençle çalışma** ile ilgilidir; özetlemenin amacı değildir.

E) **Danışanın seans boyunca edindiği içgörülerini pekiştirmek ve gelecekteki adımlar için motivasyonunu artırmak:** Bu sonuçlar ortaya çıkabilir; ancak özetlemenin temel amacı **içerik ve duyguyu organize ederek netlik sağlamaktır**.

Cevap: B

3. Psikolojik danışmada **sessizlik**, yerinde kullanıldığında danışanın **anlattıklarını zihninden geçirmesine, toparlamasına, özümsemesine ve duygu-düşüncelerini bütünleştirerek anlamlandırmasına** imkân tanıyan temel bir terapötik beceridir. Ayrıca danışman, sessizliği **yoğun duygusal yaşantı sonrasında danışanın kendini düzenlemesi, konuşmaya teşvik edilmesi ve farkındalık geliştirmesi** amacıyla bilinçli biçimde kullanabilir. Bu nedenle terapötik sessizlik; **amaçlı, işlevsel ve danışana alan açan bir müdahaledir**. Buna karşılık sessizliğin, danışmanın **kendi rahatsızlığı, kafa karışıklığı ya da ne söyleyeceğini bilememesi** nedeniyle ortaya çıkması terapötik değildir ve bu becerinin doğasına aykırıdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Danışanın söylediklerini dikkatle değerlendirdiği, bir sonraki müdahalesini düşündüğü ve uygun zamanı beklediği: Bu ifade, sessizliğin danışmanın süreci takip ettiği ve müdahale zamanını ayarladığı işlevine karşılık gelir.

B) Danışanın duygusal deneyimini derinleştirmesine, içsel düşüncelerine odaklanmasına ve kendi anlamlarını keşfetmesine alan tanıdığı: Bu ifade, sessizliğin danışana içsel keşif ve farkındalık alanı açma işlevini doğru biçimde açıklar.

D) Danışanın ifade etmekte zorlandığı veya kaçındığı bir konuyu açması için dolaylı bir teşvik ve güven ortamı oluşturmaya çalıştığı: Bu ifade, sessizliğin baskı oluşturmaktan konuşmayı teşvik etme ve güvenli alan oluşturma işlevine uygundur.

E) Danışanın anlattıklarının ardından, konunun önemini vurgulamak ve danışanı düşünmeye sevk etmek amacıyla bilinçli bir duraksama yarattığı: Bu ifade, sessizliğin vurgulayıcı ve düşündürücü kullanımını doğru biçimde yansıtır.

Cevap: C

4. Danışan bir yandan ailesinin kendisini desteklemediğini ifade ederken, diğer yandan somut bir örnekte ailesinden maddi destek aldığını belirtmektedir. Bu durum, danışanın ifadeleri arasında belirgin bir **çelişki** olduğunu gösterir. Psikolojik danışmada yüzleştirme; danışanın farkında olmadığı ya da gözden kaçırdığı bu tür tutarsızlıkları **yargılamadan, doğrudan ve açık biçimde ortaya koyma** becerisidir. Etkili yüzleştirme, danışanın iki farklı ifadesini **yan yana getirir**, anlam eklemeyi ve danışanı düşünmeye davet eder. **Ailenizin sizi desteklemediğini söylüyorsunuz ama az önce onlardan maddi destek istediğinizi ve aldığınızı belirttiniz. Bu konuda ne düşünüyorsunuz?** ifadesi bu ölçütleri karşılar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) “Görünüşe göre aileniz aslında size destek oluyor. Belki de onlara karşı biraz haksızlık ediyorsunuz.”: Bu ifade **yargı ve değerlendirme içeren bir dil kullanmaktadır**. Danışana bir sonuç dayatır; bu da savunmayı artırır ve terapötik ilişkiyi zedeleyebilir.

B) “Ailenizle ilişkileriniz karmaşık görünüyor. Bir yandan destek görmediğinizi düşünüyor, diğer yandan onlardan yardım alabiliyorsunuz.”: Bu ifade **genel ve yumuşatılmış bir yeniden ifade etme dili kullanmaktadır**. Çelişkiyi açık ve keskin biçimde ortaya koymadığı için yüzleştirmenin temel işlevini tam karşılamaz.

C) “Ailenizden sürekli şikâyet etmeniz altında yatan gerçek neden ne olabilir? Belki de asıl sorun sizin beklentilerinizle ilgilidir.”: Bu ifade **yorum ve yönlendirme içeren bir dil kullanmaktadır**. Danışanın yaşantısına anlam yükler; yüzleştirme yerine yorumlama yapar ve direnç oluşturabilir.

E) “Bu durum size nasıl hissettiriyor? Bir yandan destek görmediğinizi düşünüyor, diğer yandan yardım alabilmek nasıl bir duygu?”: Bu ifade **duyguya odaklanan keşfedici bir dil kullanmaktadır**. Çelişkiyi doğrudan ortaya koymaz; bu nedenle yüzleştirme değildir.

Cevap: D

5. Psikolojik danışmanın “Sanki geçmişteki ilişkilerinizden getirdiğiniz bazı beklenti ve tepkiler, şu anki iş ilişkilerinizi de etkiliyor ve bu da aynı döngünün sürmesine neden oluyor.” ifadesi yorumlama becerisidir. **Yorumlama**, özellikle psikanalitik yaklaşımda danışanın geçmiş yaşantıları ile bugünkü davranışları arasında bağlantı kurarak **örtük (bilinç dışı) örüntüleri görünür hâle getirme ve içgörü kazandırma** amacını taşır. Danışman burada yalnızca danışanın söylediklerini tekrar etmemiş, aksine **tekrarlayan ilişki sorunlarını geçmişten taşınan bir örüntü olarak anlamlandırmış** ve danışanın farkındalığını genişletmiştir. Bu nedenle kullanılan temel beceri yorumlamadır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İçerik yansıtması:** Danışanın ifade ettiği olayları ve düşünceleri **anlamı değiştirmeden, başka sözcüklerle yeniden ifade etme** becerisidir. Bu seçenekte olduğu gibi yeni bir anlam eklenmez; sadece mevcut içerik düzenlenir ve netleştirilir.
- B) **Duygu yansıtması:** Danışanın yaşadığı duyguyu fark edip **duyguya odaklanarak geri yansıtma** sürecidir. Danışanın “üzgünüm, kırgınım” gibi duyguları ön plandadır; derin anlamlandırma yapılmaz.
- C) **Özetleme:** Danışanın anlattıklarını **duygu ve içerik boyutuyla birlikte kısaca toparlama** işlemidir. Oturumun belirli anlarında veya geçişlerde kullanılır; ancak yeni bir açıklama getirmez.
- E) **Yüzleştirme:** Danışanın ifadeleri arasındaki **çelişkiyi veya tutarsızlığı doğrudan ortaya koyma** becerisidir. Burada ise çelişki değil, örüntüye dair bir anlamlandırma yapılmaktadır.

Cevap: D

6. Psikolojik danışmanın “burada konuşacaklarımız tamamen gizli kalacaktır”, “seanslarımız genellikle 50 dakika sürer”, “haftada bir görüşebiliriz” gibi ifadeleri **yapılandırma becerisidir** ve bu becerinin temel amacı danışma sürecinin **çerçevesini netleştirmektir**. Yapılandırma; danışanın sürece dair **sınırları, kuralları, beklentileri ve işleyişi anlamasını** sağlar. Böylece danışan, neyle karşılaşacağını bilir, belirsizlik azalır ve

güven duygusu gelişir. Aynı zamanda yapılandırma yalnızca ilk oturumda değil; süreç içinde **kuralların ihlali, sınırların belirsizleşmesi ya da yeniden hatırlatma ihtiyacı** olduğunda da kullanılır. Bu yönüyle yapılandırmanın amacı, danışana **güvenli ve öngörülebilir bir ortam sunmaktır**. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın duygusal boşalım yaşamasını sağlamak ve rahatlamasına yardımcı olmak:** Bu ifade **katarsis (duygusal boşalım)** ile ilgilidir; yapılandırmanın amacı değildir.
- B) **Danışanın geçmiş deneyimlerini detaylı bir şekilde ortaya çıkarmak ve travmatik anıları yeniden işlememek:** Bu ifade **geçmiş yaşantıların keşfi ve işlenmesi** ile ilgilidir; yapılandırma kapsamında değildir.
- C) **Danışanın sorunlarına yönelik hızlı ve pratik çözüm önerileri sunarak umut duygusunu artırmak:** Bu ifade **müdahale ve çözüm üretme aşamasına** aittir; yapılandırmanın amacı değildir.
- E) **Danışanın dirençlerini kırmak ve terapiye katılımını artırmak için otoriter bir tutum sergilemek:** Bu ifade **otoriter ve baskıcı bir yaklaşımı** tanımlar; yapılandırma ise açıklayıcı ve bilgilendirici bir süreçtir.

Cevap: D

7. Danışmanın “Bir yandan insanlarla kolay iletişim kurduğunuzu söylüyorsunuz, diğer yandan iş yerinde birçok kişiyle sorun yaşadığınızı ifade ediyorsunuz. Bu durumu nasıl açıklıyorsunuz?” ifadesi **yüzleştirme becerisidir**. **Yüzleştirme;** danışanın **kendi algısı ile gerçek yaşantısı**, yani ideal benliği ile gerçek benliği ya da söylediği ile yaptığı arasındaki **tutarsızlığı açık, doğrudan ve yargılamadan ortaya koyma** sürecidir. Bu örnekte danışanın kendini “uyumlu biri” olarak algılaması ile yaşadığı sürekli çatışmalar **yan yana getirilmiş**, danışmana ait bir yorum eklenmeden yalnızca bu çelişki görünür kılınmıştır. Yüzleştirmenin amacı, danışanın **kendini ve gerçekliği daha açık algılamasına yardımcı olmak**, gözden kaçırdığı noktalarla ilgili farkındalık kazandırmaktır. Bu beceri özellikle **terapötik ilişkinin güçlü olduğu**, danışanın hazır olduğu ve danışmanın elinde bu tutarsızlığı gös-

terecik yeterli veri bulunduğu durumlarda kullanılır. Aynı zamanda yüzleştirme; danışanın **sözel anlatımı ile davranışı, kendini algılayışı ile danışmanın algısı** ya da **olmak istediğı ile olduğu kişi** arasındaki farkı ortaya koyabilir. Bu nedenle burada kullanılan temel beceri yüzleştirmedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) İçerik yansıtması:** Danışanın anlattığı durumu anlamını değıştirmeden yeniden ifade etme becerisidir. Çelişki ortaya koymaz; yalnızca içeriğı netleştirir.
- B) Duygu yansıtması:** Danışanın yaşadığı duyguları **adlandırarak geri yansıtma** sürecidir. Tutarsızlık değıl, duygusal deneyim vurgulanır.
- C) Anlamı kişiselleştirme:** Danışanın yaşantısı ile duygusu arasında bağı kurarak “..... olduğuunda hissediyorsun” şeklinde ifade edilir ve daha derin farkındalık sağılar. Çelişkiyi ortaya koyma amacı yoktur.
- D) Yorumlama:** Danışanın yaşantılarına **yeni bir anlam yükleme**, geçmiş ile bugün arasında bağılantı kurma sürecidir. Yüzleştirmeden farklı olarak danışanın söylediğinin ötesine geçer.

Cevap: E

8. Psikolojik danışmanın “**Hayatımda benzer zamanlardan geçtiğimde, bazen ben de aynı çaresizliğı hissetmiştim. O anlarda kendime karşı daha şefkatli olmaya ve küçük adımlarla ilerlemeye çalışmak bana yardımcı olmuştu.**” ifadesi **kendini açma becerisidir**. Kendini açma; danışmanın, danışanın kendini yalnız hissetmemesi ve içgörü kazanması amacıyla **kendi yaşantılarını ve duygularını uygun, sınırlı ve terapötik amaçla paylaşmasıdır**. Bu teknik yakınlaşmayı sağılar, danışanın yaşantısını **normalleştirir** ve “yalnız değılim” algısını güçlendirir. Aynı zamanda danışman burada danışana doğrudan yön vermeden, kendi deneyimi üzerinden **model olma** işlevi görmektedir. Paylaşımın kısa, danışanın yaşantısıyla ilişkili ve dikkat dağıtmayacak biçimde olması da tekniğin doğru kullanıldığını gösterir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Yorumlama:** Yorumlama, danışanın yaşantılarına **yeni bir anlam yüklemez** ve danışanın duygu, düşünce ve davranışları arasında

neden-sonuç ilişkisi kurmazdır. Bu süreçte danışman, danışanın farkında olmadığı örüntüleri ortaya koyar ve içgörü kazandırmayı amaçlar. Ancak burada danışman herhangi bir anlam eklememiş, sadece kendi yaşantısını paylaşmıştır.

- C) Duygu yansıtması:** Duygu yansıtması, danışanın yaşadığı duyguları fark edip **geri yansıtmasıdır**. Bu teknikte odak danışanın duygusudur ve danışman “üzgün görünüyorsun”, “çaresiz hissediyorsun” gibi ifadeler kullanır. Bu soruda ise danışman danışanın duygusunu yansıtmak yerine kendi duygusal deneyimini paylaşmaktadır.
- D) Özetleme:** Özetleme, danışanın ifade ettiğı duygu ve düşünceleri bir araya getirerek **toparlamaz**. Genellikle oturum sonunda ya da geçişlerde kullanılır ve danışanın anlattıklarının ana hatlarını sunar. Bu diyalogda ise böyle bir toparlama yoktur; danışman yeni bir yapı kurmamış, kişisel paylaşım yapmıştır.
- E) Yüzleştirme:** Yüzleştirme, danışanın ifadeleri, duyguları ve davranışları arasındaki çelişkileri ortaya koyarak **tutarsızlığı gösterme ve yan yana koymadır**. Amaç danışana farkındalık kazandırmaktır. Bu örnekte herhangi bir çelişki ya da tutarsızlık gösterilmemiştir.

Cevap: A

9. Psikolojik danışmanın sorudaki diyalogda yönelttiğı “Elvin Hanım, bu mutsuzluk ve keyifsizlik halinizin ne kadar süredir devam ettiğini ve bu duyguların hangi zamanlarda daha yoğun olduğunu biraz daha açabilir misiniz?” sorusu, danışanın yaşadığı sorunun **süresini, yoğunluğunu ve ortaya çıktığı durumları anlamaya yöneliktir**. Psikolojik danışman burada çözüm üretmemektedir. Hedef belirlememektedir. Öncelikle problemi ayrıntılı biçimde **tanımaya ve değılendirmeye çalışmaktadır**. Bu nedenle bu durum **problemin tanımlanması ve değılendirilmesi aşamasına** karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Terapötik ilişki kurma:** Bu aşamada empati, kabul ve güven ön plandadır. Amaç ilişki kurmaktır. Sorudaki diyalogda ise danışman doğrudan problemle ilgili ayrıntı sormaktadır. Bu, ilişki kurma aşamasının ötesine geçildiğini gösterir.

- C) **Hedef belirleme:** Bu aşamada danışana ulaşmak istediği sonuç sorulur. “Ne değişsin istiyorsun?” gibi sorular yöneltilir. Sorudaki diyalogda böyle bir soru yoktur. Danışman hedefi değil, problemi anlamaya çalışmaktadır.
- D) **Müdahale:** Bu aşamada danışanın sorununu azaltmaya yönelik teknikler uygulanır. Amaç değişim sağlamaktır. Sorudaki diyalogda herhangi bir teknik ya da müdahale yoktur. Sadece bilgi toplanmaktadır.
- E) **Sonlandırma:** Bu aşamada süreç değerlendirilir. Danışanın kazandıkları gözden geçirilir. Görüşme kapatılır. Sorudaki diyalogda böyle bir kapanış söz konusu değildir.

Cevap: B

10. Psikolojik danışmanın, danışanın anlattıklarını “farklı kültürden insanlar genellikle kapalıdır” gibi önceden sahip olduğu bir genelleme üzerinden değerlendirmesi ve tüm yaşanan sorunları bu kalıba uydurmaya çalışması **stereotipe dayalı dinlemedir**. Bu dinleme biçiminde danışman, danışanı **bireysel özellikleriyle ele almak yerine bir gruba ait kalıpyargılar üzerinden değerlendirir**. Danışanı belirli bir grup içinde değerlendirerek **genelleme yapma ve tek tipleştirmez**. Sorudaki durumda da danışman; iletişim sorunlarını yalnızca kültürel farklılığa bağlamakta, **bireysel farklılıkları, iletişim tarzını ve diğer olası etkenleri göz ardı etmektedir**. Bu, danışanın özgün yaşantısını görmeyi engeller ve iletişimde ciddi bir bariyer oluşturur. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Aktif dinleme:** Aktif dinleme; danışanın söylediklerine tam dikkat verme, göz teması kurma, jest ve mimiklerle ilgiyi gösterme ve gerektiğinde geri bildirim verme sürecidir. Bu dinleme biçiminde danışan **değerli ve anlaşılmış hisseder**. Sorudaki durumda ise danışman kendi zihnindeki kalıba göre hareket etmektedir. Bu nedenle aktif dinleme yoktur.
- B) **Empatik dinleme:** Empatik dinleme; danışmanın kendini danışanın yerine koyarak onun duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışmasıdır. Bu süreçte danışman **önyargılarından uzak durur**. Soruda ise tam tersine, danışman önyargılıdır ve danışanı kendi bakış açısına göre yorumlamaktadır.

- C) **Değerlendirerek dinleme:** Değerlendirerek dinleme; danışanın söylediklerini **doğruluk, tutarlılık ve neden-sonuç ilişkisi açısından analiz etmez**. Danışman burada zihinsel süreçlerini kullanır ancak **tarafsız olmaya çalışır**. Sorudaki durumda ise tarafsız bir değerlendirme yoktur; önceden var olan bir kalıp vardır.
- D) **Yüzeysel dinleme:** Yüzeysel dinleme; danışanın söylediklerinin sadece görünen kısmını almak, derindeki anlamı ve duyguyu kaçırmaktır. Bu durumda danışman **derinliği yakalayamaz**. Ancak soruda durum bundan farklıdır; burada sorun yüzeysellik değil, **kalıpyargı ile çarpıtmadır**.

Cevap: E

11. “Şimdi ve burada” ilkesi; danışma sürecinde **o anki etkileşime**, yani danışanın ve danışmanın **seans içinde yaşadığı duygu, düşünce ve davranışlara odaklanmaz**. Bu ilke, danışanın **anlık farkındalığını artırmayı** ve terapötik ilişkiyi canlı bir çalışma alanı olarak kullanmayı amaçlar. Buna karşılık, danışanın geçmiş yaşantılarını ve geleceğe ilişkin kaygılarını **detaylı analiz ederek** açıklamaya çalışmak, odağı “şimdi ve burada”dan uzaklaştırır ve **geçmiş-gelecek eksenine kaydırır**. Bu nedenle bu yaklaşım, şimdi ve burada ilkesine **en az katkı sağlayan** seçenektir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

- A) **Danışanın seans sırasında danışmana yönelik hissettiği duyguları ve düşünceleri doğrudan ifade etmesini teşvik etmek:** Bu yaklaşım, danışanın **anlık yaşantısını ilişki içinde ifade etmesini sağlar**. Şimdi ve burada ilkesinin merkezindedir.
- B) **Danışanın seans sırasında sergilediği sözel ve sözel olmayan davranışları gözlemlemek ve bunlar üzerine farkındalık yaratmak:** Danışmanın, danışanın **o andaki davranışlarına dikkat etmesi ve bunu görünür kılması**, anlık farkındalığı artırır. İlkeyle doğrudan uyumludur.

C) Danışanın seans içindeki etkileşim örüntülerini fark etmek ve bunlar üzerine konuşmak: Seans içinde ortaya çıkan ilişki biçimlerini ele almak, **şimdi ve burada çalışmanın temel yollarından biridir.**

E) Danışmanın seans içindeki kendi duygu ve düşüncelerinin danışanla olan etkileşimini nasıl etkilediğini fark etmek ve uygun olduğunda paylaşmak: Danışmanın kendi anlık yaşantısının farkında olması ve bunu terapötik biçimde kullanması, **şimdi ve burada ilkesini derinleştirir.**

Cevap: D

12. Danışanın “çok üzgün ve hayal kırıklığına uğradığını” ifade etmesi ve gözlerinin dolması, yoğun bir duygusal yaşantıya işaret etmektedir. Bu durumda empatik dinleme; danışanın duygusunu **doğru biçimde anlama, adlandırma ve ona geri yansıtma**, aynı zamanda “anlaşıldım” duygusunu yaşatmadır. “**Arkadaşınızın söyledikleri sizi gerçekten üzmüş ve hayal kırıklığına uğratmış gibi görünüyor. Bu durumun sizin için ne kadar incitici olduğunu anlayabiliyorum.**” ifadesi, danışanın yaşadığı duyguyu açıkça **yansıtmadır** ve empatik anlayışı doğrudan iletmektedir. Danışan burada hem duygusunun fark edildiğini hem de anlaşıldığını hisseder. Bu nedenle bu ifade empatik dinlemenin etkili bir örneğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Bu tür anlaşmazlıklar arkadaşlık ilişkilerinde zaman zaman yaşanabilir. Önemli olan, bu tür durumlarla nasıl başa çıktığınız: Bu ifade **genellemedir.** Danışanın yaşadığı özgül duyguyu arka plana iter. Empati yerine durumu sıradanlaştırır.

C) Arkadaşınızın neden böyle davrandığını düşündünüz mü? Belki de onun da kendi sorunları vardır: Bu ifade **yorumlamadır.** Odağı danışanın duygusundan uzaklaştırır. Empatik dinleme değildir.

D) Bu olayı daha detaylı anlatır mısınız? Tam olarak ne söyledi ve siz o anda neler hissettiniz?: Bu ifade **soru sormadır.** Bilgi toplamaya yöneliktir. Duyguyu yansıtmaz.

E) Üzülmeyin Zekiye Hanım, zamanla her şey düzeler. Bu tür sorunlar genellikle kısa sürede unutulur: Bu ifade **teselli etmedir.** Danışanın duygusunu küçümseyebilir. Empati içermez.

Cevap: A

13. Psikolojik danışman, danışanı dinlerken “hı-hı”, “anlıyorum” gibi tepkiler verse de dikkatinin dağılması, kendi düşüncelerine kayması ve seans sonunda yalnızca “**Evet, anlıyorum, ailenizde bazı sorunlar yaşıyorsunuz**” gibi genel bir ifade kullanması, dinlemenin **yüzeyde kaldığını** göstermektedir. Danışan uzun ve ayrıntılı biçimde hem olayları hem de duygularını anlatmasına rağmen, danışman bu anlatının **ayrıntılarına dikkat etmemiş**, yalnızca genel içeriği almış ve **derindeki duygu ve anlamı yakalayamamıştır.** Yani danışanın yaşadığı karmaşık ve duygusal süreç, basit ve genel bir ifadeye indirgenmiştir. Bu durum yüzeysel dinlemenin tipik bir örneğidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Aktif dinleme:** Danışana tüm dikkatini verme, sözel ve sözel olmayan tepkilerle ilgiyi gösterme ve derinlemesine anlama çabasıdır. Burada dikkat dağınıktır ve derinlik yoktur.

B) **Empatik dinleme:** Danışanın duygularını onun bakış açısından anlama ve **yansıtma**dır. Bu örnekte danışman duyguyu fark edip yansıtmamaktadır.

C) **Seçici dinleme:** Anlatılanların belirli kısımlarına odaklanmadır. Ancak burada belirli bir kısmı seçmek değil, genel olarak **yüzeyde kalma** söz konusudur.

D) **Değerlendirerek dinleme:** Danışanın söylediklerini **neden-sonuç ilişkisi kurmadır** ve analiz etmektir. Bu örnekte böyle bir analiz yoktur.

Cevap: E

14. Problemin tanımlanması ve değerlendirilmesi aşamasının temel amacı, danışanın yaşadığı sorunun **doğasını, kapsamını, etkilerini ve bu sorunu etkileyen faktörleri ayrıntılı ve doğru biçimde anlamaktır**. Bu aşamada danışman; danışanın yaşantısını sistemli biçimde inceler, sorunun nasıl ortaya çıktığını ve hangi koşullarda sürdüğünü netleştirir. Henüz çözüm üretme ya da hedef belirleme yoktur. Öncelik, problemi **sağlıklı ve kapsamlı biçimde kavramaktır**. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Danışanla güçlü bir terapötik ilişki kurmak ve danışanın kendini güvende hissetmesini sağlamak**: Bu ifade ilişki kurma aşamasını anlatır. Bu aşamada temel amaç güven oluşturmak ve danışanın kendini açmasını sağlamaktır. Problem analizi bu aşamanın odağı değildir.
- B) **Danışanın sorunlarına yönelik hızlı ve etkili çözüm stratejileri geliştirmek ve uygulamaya koymak**: Bu ifade müdahale aşamasına aittir. Bu aşamada danışanın sorununu azaltmaya ya da ortadan kaldırmaya yönelik teknikler uygulanır.
- D) **Danışanın geleceğe yönelik ulaşmak istediği hedefleri belirlemek ve bu hedeflere ulaşma yolunda adımlar planlamak**: Bu ifade hedef belirleme aşamasını tanımlar. Problem anlaşıldıktan sonra danışanla birlikte hedefler oluşturulur.
- E) **Danışanın danışma sürecindeki ilerlemesini ölçmek ve sürecin ne zaman sonlandırılacağına karar vermek**: Bu ifade sonlandırma ve değerlendirme aşamasına aittir. Sürecin sonunda yapılan bir çalışmadır.

Cevap: C

15. Ön görüşme; danışanla **ilk temasın kurulduğu**, danışanın süreci tanıdığı ve danışmanın da danışan hakkında **genel bilgi edindiği** aşamadır. Bu aşamada danışana psikolojik danışma süreci, gizlilik ilkeleri, hak ve sorumluluklar açıklanır. Danışanın **bilgilendirilmiş onamı alınır** ve danışma sürecine katılmaya gönüllü olup olmadığı netleştirilir. Ayrıca danışanın başvuru nedeni hakkında **genel bir çerçeve oluşturulur**, ancak henüz derinlemesine analiz yapılmaz. Bu nedenle ön görüşmede **kesin tanı koyma ve ayrıntılı değerlendirme yapılması beklenmez**. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

- B) **Danışanın başvuru nedeni ve temel sorunları hakkında genel bir bilgi edinmek**: Ön görüşmenin temel işlevlerinden biridir. Danışanın neden geldiği ana hatlarıyla anlaşılır.
- C) **Danışana psikolojik danışma süreci, gizlilik ilkeleri ve karşılıklı beklentiler hakkında bilgi vermek**: Ön görüşmenin en önemli amaçlarından biridir. Bu süreçte danışana yapılandırma yapılır ve bilgilendirilmiş onam alınır.
- D) **Danışanın danışmanla ilk izlenimini oluşturmasına ve terapötik ilişki için uygun olup olmadığını değerlendirmesine olanak tanımak**: Ön görüşme karşılıklı uyumun değerlendirilmesini sağlar. Danışan danışmanı, danışman da danışanı gözlemler.
- E) **Danışmanın, danışanın sorun alanına uygun uzmanlığa sahip olup olmadığını ve danışana yardımcı olabileceğini değerlendirmek**: Danışman bu aşamada kendi yeterliğini değerlendirir. Gerekirse yönlendirme kararı bu aşamada verilir.

Cevap: A

1. Psikolojik danışma sürecinde **problemin tanımlanması ve değerlendirme aşaması**, danışanın yaşadığı sorunun **içeriğini** anlamaya yöneliktir. Bu içerik; danışanın soruna yüklediği **öznel anlam**, sorunun **başlangıcı ve seyri**, eşlik eden **duygu, düşünce ve davranışlar**, sorunun **günlük yaşama etkileri** ve danışanın kullandığı **baş etme yolları** gibi unsurlardan oluşur. Bu nedenle danışmanın soruları, doğrudan danışanın kendi yaşantısını derinleştirmelidir. Ancak “Bu sorununuzun sizinle benzer durumda olan diğer insanların yaşadığı sorunlarla ne kadar örtüştüğünü düşünüyorsunuz?” sorusu danışanı **kendi yaşantısından uzaklaştırarak kıyaslama yapmaya yönlendirir** ve **problem içeriğini anlamaya katkı sağlamaz. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Bu sorun sizin için ne anlama geliyor?:** Danışanın soruna yüklediği **öznel anlamı** ortaya çıkarır ve problem içeriğinin anlaşılması için temel bir sorudur.
- B) **Bu sorun ilk ne zaman ortaya çıktı ve o zamandan beri nasıl bir seyir izledi?:** Sorunun **başlangıcı ve seyri** hakkında bilgi vererek içeriğin önemli bir boyutunu aydınlatır.
- C) **Bu sorunu çözmek için daha önce neler denediniz ve bu denemeler nasıl sonuçlandı?:** Danışanın **baş etme yollarını** ve bu yolların etkililiğini ortaya koyar.
- E) **Bu sorun sizin günlük yaşamınızı, ilişkilerinizi ve genel olarak işlevselliğinizi nasıl etkiliyor?:** Sorunun **yaşama etkilerini** belirleyerek kapsam ve şiddet hakkında bilgi verir.

Cevap: D

2. Psikolojik danışmanın yönelttiği soru, danışanın yaşadığı sorunun nedenlerini ya da belirtilerini analiz etmeye değil; danışanın daha önce benzer durumlarda işe yarayan yollarını hatırlamasına ve bu **etkili baş etme kaynaklarını yeniden kullanmasına** yöneliktir. “Geçmişte sizi rahatlatan neler oldu?” ve “o dönemlerde kullandığınız yöntemler şimdi de size destek olabilir” ifadeleri, danışanın **güçlü yönlerini, işe yarayan deneyimlerini ve baş etme repertuarını** ortaya çıkarmayı hedefler. Bu, probleminden çok çözüm ve kaynak odaklı bir yaklaşımdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kerem Bey’in stresin belirtilerini ve yoğunluğunu detaylı bir şekilde tanımlaması:** Stresin **semptomlarına ve şiddetine** odaklanır; ancak danışman belirtileri sorgulamamış, kaynaklara yönelmiştir.
- B) **Kerem Bey’in stresin ortaya çıkmasına neden olan güncel olayları ve tetikleyicileri belirlemesi:** Sorunun **nedenleri ve tetikleyicileri** üzerine yoğunlaşır; burada ise nedenler değil geçmişte işe yarayan çözümler öne çıkarılmıştır.
- C) **Kerem Bey’in stresle başa çıkmak için şu ana kadar denediği ve işe yaramayan yöntemler: İşlevsiz baş etme yollarını** analiz etmeyi içerir; oysa danışman işe yarayan deneyimleri hatırlatmaktadır.
- E) **Kerem Bey’in stresin gelecekteki olası etkileri hakkındaki kaygıları ve düşünceleri: Gelecek odaklı kaygılara** yöneliktir; verilen müdahale ise geçmişteki etkili baş etme deneyimlerine odaklanır.

Cevap: D

3. Psikolojik danışmanın “**bu kaygı hissini ne sıklıkta yaşıyorsunuz ve bu kaygının şiddeti ne düzeyde oluyor?**” sorusu, danışanın yaşadığı problemin **niceliksel özelliklerini**, yani **sıklığını ve yoğunluğunu (şiddetini)** belirlemeye yöneliktir. Bu tür sorular, problemin ne kadar yaygın yaşandığını ve danışanı ne düzeyde zorladığını ortaya koyarak değerlendirme sürecinin önemli bir parçasını oluşturur. Danışman burada doğrudan problemin **frekans ve şiddet boyutuna** odaklanmaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Leyla Hanım’ın kaygısının altında yatan olası nedenler ve tetikleyiciler:** Kaygının ortaya çıkmasına yol açan **nedenleri ve tetikleyicileri** anlamayı hedefler. Soruda ise danışman nedenlere yönelik bir sorgulama yapmamaktadır.
- C) **Leyla Hanım’ın kaygısıyla başa çıkmak için kullandığı yöntemler:** Danışanın **baş etme stratejilerini** ortaya çıkarmaya yöneliktir. Soruda böyle bir yönelim bulunmamaktadır; danışman davranışlardan değil kaygının düzeyinden söz etmektedir.

D) **Leyla Hanım'ın kaygısının yaşamının farklı alanlarını nasıl etkilediği:** Kaygının **günlük yaşam ve işlevsellik üzerindeki etkilerini** anlamayı içerir. Soruda bu etkileri sorgulayan bir ifade yer almamaktadır.

E) **Leyla Hanım'ın geçmişteki kaygı deneyimleri:** Kaygının **geçmiş yaşantılarla ilişkisini** incelemeye yöneliktir. Soruda zaman odağı geçmiş değil, mevcut kaygının sıklık ve şiddetidir.

Cevap: B

4. Psikolojik danışmanın **Ömer Bey'e** yönelttiği **"bu öfke hissettiğiniz anda aklınızdan neler geçiyordu ve bu öfkeye eşlik eden başka neler hissettiniz?"** sorusu, Ömer Bey'in yaşadığı duruma eşlik eden **bilişleri (aklından geçen düşünceler)** ve **duyguları (eşlik eden hisler)** ortaya çıkarmaya yöneliktir. Problemin tanımlanması ve değerlendirme aşamasında **duygu ve düşünce bileşenleri**, problem içeriğinin temel unsurlarıdır. Psikolojik danışman bu soruyla, Ömer Bey'in öfke anında **ne düşündüğünü ve ne hissettiğini** anlamaya odaklanmaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**B) Tartışmanın içeriği ve kişiler arası ilişkilere etkisi: Bu seçenek, yaşanan olayın ne olduğu ve ilişkilere nasıl yansıdığı üzerine odaklanır. Ancak verilen soruda olayın içeriği değil, olay sırasında ortaya çıkan düşünce ve duygular sorgulanmaktadır.

C) **Öfke kontrol mekanizmaları ve geçmiş öfke deneyimleri:** Bu seçenek, danışanın **geçmişte öfkesini nasıl yönettiğini** ve önceki deneyimlerini incelemeyi ifade eder. Soruda ise danışmanın yönelttiği ifade geçmişe ya da kontrol becerilerine değil, yaşanan anın içeriğine yöneliktir.

D) **Öfkenin sıklık ve yoğunluğu:** Bu seçenek, problemin **ne kadar sık ve ne kadar şiddetli** yaşandığını belirlemeyi içerir. Soruda ise bu tür bir niceliksel değerlendirme yapılmamaktadır; odak, içerik üzerinedir.

E) **Öfkeyle başa çıkmak için kullanılabilecek olası stratejiler:** Bu seçenek, **çözüm üretmeye ve müdahale planlamaya** yöneliktir. Verilen diyalogda ise henüz çözüm aşamasına geçilmemiş, yaşantı anlaşılmaya çalışılmaktadır.

Cevap: A

5. Selin Hanım'ın "Bugün biraz karmaşık duygular içindeyim... ne söyleyeceğimi tam bilemiyorum" şeklindeki ifadesi, **ifade güçlüğü ve kararsızlık yaşadığını** göstermektedir. Psikolojik danışmanın **"Anlıyorum Selin Hanım. Bugün sizi buraya getiren konular hakkında ne paylaşmak istersiniz?"** ifadesi, danışanın istediği yerden başlamasını sağlayan **konuşmaya açık davet becerisidir. Konuşmaya açık davet becerisi**, yönlendirici olmayan sözel izleme becerileri içinde yer alır ve danışanın sürece aktif katılımını destekler. Bu beceride amaç; danışana geniş bir ifade alanı sunmak, onu konuşmaya teşvik etmek ve "seni dinliyorum, istediğin yerden başlayabilirsin" mesajını vermektir. Özellikle danışanın ne söyleyeceğini bilemediği, duygularını ifade etmekte zorlandığı ya da içsel karmaşa yaşadığı durumlarda kullanılır. Açık uçlu ifadelerle danışanın **duygu, düşünce ve yaşantılarını serbestçe ortaya koyması** sağlanır ve süreç danışan merkezli ilerler. Psikolojik danışman burada Selin Hanım'ı yönlendirmeden konuşmaya dahil etmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Duygu yansıtması:** Danışanın ifade ettiği duygunun, uygun bir yoğunluk ve içerikle danışana geri yansıtılmasıdır. Amaç, danışanın anlaşıldığını hissetmesini sağlamak ve duygusal farkındalığını artırmaktır. Örneğin "Kendinizi oldukça karmaşık ve zorlanmış hissediyorsunuz" gibi bir ifade duygu yansıtması olurdu. Verilen durumda ise danışman duyguyu yansıtmamış, doğrudan konuşmayı başlatmaya alan açmıştır.

B) **Özetleme:** Danışanın anlattığı içerik ve duyguların, belirli aralıklarla kısa ve bütüncül bir şekilde toparlanmasıdır. Genellikle seansın başında, ortasında veya sonunda kullanılır ve danışanın söylediklerini organize ederek ona geri sunmayı amaçlar. Örneğin "Son zamanlarda kendinizi karmaşık duygular içinde hissediyorsunuz ve aslında anlatmak istedikleriniz var ama bunları nasıl ifade edeceğinizi bilemediğiniz için zorlanıyorsunuz." gibi bir yapı özetleme olurdu. Burada ise önceki ifadeler toparlanmamış, yeni bir anlatım başlatılmıştır.

- C) **Kapalı uçlu soru:** Danışanın yanıtını sınırlandıran, genellikle “evet/hayır” ya da kısa bilgi gerektiren sorulardır. Bu tür sorular bilgi netleştirme amacıyla kullanılabilir ancak danışanın kendini açmasını sınırlayabilir. Örneğin “Bugün kendinizi kötü hissediyor musunuz?” gibi bir ifade kapalı uçlu olurdu. Oysa verilen ifadede danışana geniş bir anlatım alanı tanınmıştır.
- D) **Yüzleştirme:** Danışanın ifade ettikleri ile davranışları arasındaki tutarsızlıkları veya çelişkileri fark etmesini sağlamaya yönelik bir beceridir. Ancak bu teknik, güçlü bir terapötik ilişki kurulduktan sonra ve danışan hazır olduğunda kullanılır. Örneğin “Bir yandan konuşmak istediğinizi söylüyorsunuz ama aynı zamanda kendinizi geri çekiyorsunuz” gibi bir ifade yüzleştirme olurdu. Bu durumda ise danışman herhangi bir çelişkiyi ortaya koymamış, daha çok süreci başlatmaya odaklanmıştır.

Cevap: E

6. Psikolojik danışma sürecinde **özetleme becerisi**, danışanın seans boyunca ifade ettiği duygu ve düşüncelerin **temel temalar etrafında bütünleştirilmesi**, önemli noktaların görünür hale getirilmesi ve sürecin yapılandırılması için kullanılan temel bir beceridir. Özetleme, yalnızca tekrar değildir; **duygu ve içeriğin birlikte ele alındığı**, danışanın söylediklerinin anlamını netleştiren ve derinleştiren bir müdahaledir. Bu beceri sayesinde danışan **önemli konulara odaklanır**, kendi yaşantıları arasındaki bağlantıları fark eder ve sürecin nereye gittiğini daha net görür. Aynı zamanda danışman, özetleme yoluyla **danışanı doğru anlayıp anlamadığını kontrol eder**, danışana “seni dikkatle dinliyorum ve söylediklerini takip ediyorum” mesajı verir. Özetleme; genellikle **seansın başında (önceki oturumu hatırlatmak), ortasında (konuyu toparlamak) ve sonunda (genel değerlendirme yapmak)** kullanılır. Danışanın anlattıkları arasında **ilişki kurmayı, bütünleştirmeyi ve anlamlandırmayı** sağlar. Ayrıca danışanın **duygularının farkına varmasına**, sürecin ilerleyip ilerlemediğinin görülmesine ve gerekirse tıkanma noktalarının fark edilmesine yardımcı olur. Danışman özetlemeyi kendisi yapabileceği gibi danışana yaptırarak onun **sorumluluk almasını**

ve farkındalık geliştirmesini de destekleyebilir. Ancak özetleme becerisi; danışanın bilinç dışı süreçlerini analiz etmek, **savunma mekanizmalarını çözümlmek ve bunları yorumlayarak geri bildirim vermek** amacıyla kullanılmaz. Bu tür bir işlev, daha çok **yorumlama ve ileri düzey müdahalelerle** ilgilidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışanın seans boyunca aktardığı önemli bilgileri ve temaları netleştirmek:** Özetlemenin en temel işlevlerinden biridir. Dağınık anlatımların anlamlı bir bütün haline gelmesini sağlar.
- B) **Danışmanın, danışanı doğru anlayıp anlamadığını kontrol etmek ve teyit etmek:** Özetleme, danışmana kendi anladığını test etme fırsatı verir. Bu durum aynı zamanda danışanla ortak anlam oluşturmaya sağlar.
- C) **Seansın akışını düzenlemek ve belirli bir konuya odaklanmayı sağlamak:** Özetleme, konuşmanın dağılmasını önler ve süreci yapılandırır. Böylece danışan temel konuya yeniden yönelir.
- E) **Danışanın farklı konular arasındaki bağlantıları görmesine yardımcı olmak:** Özetleme sırasında farklı yaşantılar ve ifadeler bir araya getirilir. Bu da danışanın kendi yaşam örüntülerini fark etmesine katkı sağlar.

Cevap: D

7. Danışanın “Ben her zaman çok sakimimdir, hiçbir zaman öfkelenmem” şeklindeki ifadesi ile daha sonra trafikteki olayı anlatırken **ses tonunu yükseltmesi ve yumruğunu sıkması** arasında açık bir **tutarsızlık** bulunmaktadır. Psikolojik danışmanın “şu anda hiçbir zaman öfkelenmem diyorsunuz ama... bu ikisi arasında bir fark var gibi” şeklindeki ifadesi, danışanın **sözel ifadesi ile davranışı arasındaki çelişkiye dikkat çekmektedir**. Bu tür müdahaleler, danışanın fark etmediği ya da görmezden geldiği tutarsızlıkları görünür hale getirerek **farkındalık kazanmasını** sağlar. **Yüzleştirme**, danışanın söyledikleri ile yaptıkları, düşündükleri ile hissettikleri ya da ifade ettiği benlik algısı ile gerçek yaşantısı arasındaki **uyumsuzlukları ortaya koyma** becerisidir. Amaç yargılamak değil, danışanın kendini daha gerçekçi ve bütüncül biçimde görmesini sağlamaktır. Bu

beceri, uygun zamanlama ve yeterli terapötik ilişki ile kullanıldığında danışanın içgörü geliştirmesine güçlü katkı sağlar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Duygu yansıtması:** Danışanın ifade ettiği duygunun uygun biçimde geri yansıtılmasıdır. Bu durumda danışman doğrudan duyguyu yansıtmamış, davranış ile ifade arasındaki çelişkiye odaklanmıştır.
- C) İçerik yansıtması:** Danışanın söylediklerinin anlamını değiştirmeden yeniden ifade etmektir. Burada yalnızca yeniden ifade etme yoktur; iki durum karşılaştırılarak tutarsızlık gösterilmektedir.
- D) Yorumlama:** Danışanın davranışlarının altında yatan nedenleri açıklamayı içerir. Bu durumda danışman herhangi bir neden sunmamış, sadece gözlenen çelişkiyi ortaya koymuştur.
- E) Özetleme:** Danışanın söylediklerini bütüncül şekilde toplamaktır. Burada toplama değil, belirgin bir tutarsızlığı vurgulama söz konusudur.

Cevap: A

8. Psikolojik danışma sürecinde **yorumlama becerisi**, danışanın duygu, düşünce ve davranışları arasındaki ilişkileri fark etmesine ve yeni bir **içgörü geliştirmesine** yardımcı olur. Ancak yorumlama; danışana dayatılan, kesin ve otoriter bir açıklama değildir. Aksine, **olasılıklara dayalı, danışanın hazır oluşluğuna uygun, nazik ve keşfetmeye açık** bir şekilde sunulmalıdır. "Yorumların, danışanın savunmalarını kırmak ve dirençlerini azaltmak amacıyla doğrudan ve kesin bir dille ifade edilmesi" ifadesi, yorumlamanın doğasına aykırıdır; çünkü bu yaklaşım danışanda **savunmayı artırabilir, terapötik ilişkiyi zedeleyebilir ve içgörü gelişimini engelleyebilir**. Yorumlama, zorlayıcı değil, keşfetmeye davet eden bir süreçtir. Bu nedenle bu seçenek uygun değildir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Yorumların, danışanın ifade ettiği içerik ve duygusal bağlamla tutarlı, kanıta dayalı ve destekleyici olması:** Yorumlamanın temel ilkelerindendir. Danışanın getirdiği materyale dayanması ve destekleyici olması gerekir.

- B) Yorumların, danışanın hazır oluşluk düzeyine uygun bir zamanda ve nazik bir üslupla sunulması:** Yorumlama için zamanlama ve üslup kritik öneme sahiptir. Danışan hazır değilse yorum zarar verebilir.
- D) Yorumların, danışanın içgörü kazanmasına ve kendi anlamlarını oluşturmaya olanak tanıyacak şekilde, kesin yargılar içermeyen olasılıklar üzerine kurulması:** Yorumlamanın keşfe açık ve esnek olması gerektiğini vurgular. Bu yaklaşım içgörüyü destekler.
- E) Yorumların, danışanın kültürel arka planı, değerleri ve dünya görüşü ile uyumlu olması ve bireysel farklılıklara saygı göstermesi:** Kültürel duyarlılık ve bireysel farklılıklara saygı, etkili ve etik yorumlama için gereklidir.

Cevap: C

9. Avni'nin "ebeveynlerinden uzakta kaldığında kendini sıkıntıda hissettiği, ebeveynlerine ulaşması gerektiği ve tekrar onlara kavuşamama düşüncelerinin zihnini meşgul ettiği" şeklindeki ifadeleri, problemin **nasıl ortaya çıktığını değil, nasıl yaşandığını** göstermektedir. Sorunun içeriği; problemin **birincil ve ikincil kendini gösterme biçimleri**, yani danışanın yaşadığı duruma eşlik eden **duygular (sıkıntı, kaygı), bilişler (ebeveynlere ulaşma gerekliliği, kavuşamama düşünceleri)** ve bu yaşantının danışan tarafından nasıl deneyimlendiğini kapsar. Verilen ifadelerde Avni'nin yaşadığı **duygusal ve bilişsel süreçler açıkça yer almakta**, yani problemin içeriğine dair veri sunulmaktadır. Herhangi bir tetikleyici olay, süre bilgisi ya da baş etme yöntemi değil; doğrudan problemin içsel yapısı anlatılmaktadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Kişiler arası ilişkiler üzerindeki etkisi:** Bu seçenek, problemin arkadaşlıklar, aile ilişkileri veya sosyal etkileşimler üzerindeki sonuçlarını ifade eder. Avni'nin ifadesinde ilişkilerin nasıl etkilendiğine dair bir sonuç ya da etki anlatılmamaktadır.
- B) Çözüme yönelik baş etme kaynakları:** Bu seçenek, danışanın sorunla nasıl başa çıktığını, hangi yöntemleri kullandığını ve güçlü yönlerini kapsar. Avni'nin ifadelerinde herhangi bir baş etme davranışı, strateji ya da çözüm girişimi bulunmamaktadır.

C) Sıklığı ve yoğunluğu: Bu seçenek, problemin ne kadar süredir devam ettiği, ne sıklıkta yaşandığı ve ne derece rahatsızlık verdiği ile ilgilidir. Avni bu tür niceliksel bir bilgi vermemektedir.

D) Katkıda bulunan olaylar: Bu seçenek, problemin ne zaman, nerede, kimle ortaya çıktığı ve öncesinde-sonrasında neler olduğuna dair bilgileri kapsar. Avni'nin ifadesi bir tetikleyici süreci değil, yaşadığı duygusal ve bilişsel durumu anlatmaktadır.

Cevap: E

10. Psikolojik danışma sürecinde soruna katkı sağlayan olay (tetikleyici), problemin ortaya çıkmasına zemin hazırlayan ve başlamasına yol açan somut yaşantıdır. Bu tür olaylar; "Sorun ne zaman başladı?", "Hangi değişimden sonra ortaya çıktı?" sorularına yanıt verir. Verilen vakada Avni'nin daha önce okula gitme konusunda bir sorun yaşamazken, **yatılı okulu kazanmasıyla birlikte** ebeveynlerinden ayrılma durumu ortaya çıkmış ve bu durumun ardından kaygı, ağlama ve hırçınlaşma gibi belirtiler başlamıştır. Yani burada yeni bir yaşam koşulu (ebeveynden ayrılık içeren yatılı okul) problemin ortaya çıkmasına **zemin hazırlayan tetikleyici durumdur**. Bu nedenle sorunun cevabı problemin içeriği değil, bu değişimi başlatan yaşantıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Anne ve babasına aşırı bağımlı yetiştirilmesi: Bu ifade somut bir olay değil, daha çok yorum veya olası nedendir. Ayrıca vakada açıkça verilen bir bilgi değildir.

C) Ebeveynlerine ulaşması gerektiği ve tekrar onlara kavuşamama hakkındaki düşünceleri: Bu ifade Avni'nin yaşadığı problemin bilişsel boyutunu, yani problemin içeriğini gösterir. Tetikleyici değildir.

D) Sebepsiz yere karın ağrılarının olması: Bu durum problemin bedensel belirtisidir ve problemin içeriği kapsamındadır. Olay değil, sonuçtur.

E) Ayrılma düşüncesiyle sık sık ağlaması ve hırçınlaşması: Bu ifade problemin davranışsal belirtileridir ve yine problemin içeriğine aittir. Tetikleyici değil, ortaya çıkan tepkidir.

Cevap: A

11. Psikolojik danışma sürecinde davranışsal amaç, danışanın sürecin sonunda **gözlenebilir, ölçülebilir ve gerçekleştirilebilir bir davranışı kazanmasını** ifade eder. Bu tür amaçlar **somut, gerçekçi, danışanın kontrolünde** ve mümkün olduğunca **olumlu ifadelerle** (yapmak istiyorum, geliştirmek istiyorum gibi) tanımlanır. Ayrıca davranışsal amaçlar, "istemiyorum" gibi kaçınma odaklı değil, **neyin kazanılacağına** odaklanan bir yapıdadır ve danışanın aktif rol aldığı değişimi içerir. Bu çerçevede seçenekler değerlendirildiğinde, "Verimli ders çalışma becerilerini öğrenmek istiyorum" ifadesi hem **öğrenilebilir bir beceriye**, hem de **somut bir davranış değişimine** işaret ettiği için uygun bir davranışsal amaçtır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) Arkadaşlarımla yaşadığımız sorunlarda öfkelenmek istemiyorum: Bu ifade kaçınma odaklıdır ve neyin yapılacağı değil neyin yapılmayacağı söylenmektedir. Ayrıca öfkenin yerine hangi davranışın konacağı belirsizdir.

B) Arkadaşlarımla benimle alay etmelerini istemiyorum: Bu ifade danışanın kontrolünde olmayan, **başkalarının davranışını değiştirmeye yönelik** bir beklentidir. Davranışsal amaç bireyin kendi davranışını içermelidir.

C) Annem ve babamın meslek seçme kararına karışmalarını istemiyorum: Bu da başkalarının davranışına yönelik bir istektir. Danışanın kendi davranışına dair somut bir hedef içermez.

E) Tüm hayatım boyunca mutlu ve başarılı bir insan olarak yaşamak istiyorum: Bu ifade genel, soyut ve ölçülemezdir. Davranışsal amaçlar daha spesifik ve kısa vadede değerlendirilebilir olmalıdır.

Cevap: D

12. Psikolojik danışma sürecinde sonuç amaçları, danışma süreci sonunda danışanın ulaşması beklenen **değişim ve kazanımları** ifade eder. Bu amaçlar; danışanın **kişiler arası becerilerinin gelişmesi**, tamamlanmamış yaşantıların ele alınması ve duygusal süreçlerin sağlıklı biçimde tamamlanması gibi **kalıcı değişimlere** yöneliktir. Buna göre öncüller değerlendirildiğinde:

- I. Çatışma ve yoğun duygularla ilgilenmek:** Bu ifade daha çok sürecin içinde kullanılan bir **çalışma odağını** belirtir. Sonuçta ulaşılabilecek bir kazanımı değil, süreçte ele alınan temayı ifade eder.
- II. İçerik ve duygu yansıtması yapmak:** Bu bir **psikolojik danışma becerisidir** ve danışmana aittir. Danışanın kazanacağı bir sonuç değildir.
- III. Kişiler arası ilişki becerilerini geliştirmek:** Bu ifade danışanın süreç sonunda elde etmesi beklenen **somut bir kazanımı** gösterir. Sonuç amacıdır.
- IV. Bitmemiş işleri bitirmek:** Bu ifade, danışanın geçmişten gelen tamamlanmamış yaşantılarını ele alıp sonuçlandırmasını ifade eder. Bu da bir **sonuç amacıdır**.
- V. Yaşanmamış yasın yaşanması:** Danışanın bastırılmış ya da ertelenmiş duygusal süreci yaşaması ve tamamlamasıdır. Bu da **sonuç amacıdır**.

Bu nedenle doğru seçenek **III., IV. ve V. öncüllerdir**.

Cevap: E

- 13.** Ercan Bey'in "ailemle daha çok vakit geçirmek istiyorum" ifadesi ile "işlerim çok yoğun, erken çıkamıyorum" şeklindeki açıklaması arasında bir **tutarsızlık** bulunmaktadır. Psikolojik Danışman Mine Hanım ise "kendi isteğinle gününü gecene katarak işinde çok zaman geçiriyorsun" diyerek Ercan Bey'in **davranışı ile isteği arasındaki çelişkiyi** görünür hale getirmekte ve ardından bu durumu fark etmesine yönelik bir keşif süreci başlatmaktadır. Bu müdahale, danışanın söylediği ile yaptığı arasındaki uyumsuzluğu fark etmesini sağlamaya yönelik olduğu için **yüzleştirme tekniğidir**. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

A) Yorumlama: Danışanın davranışlarının altında yatan nedenleri açıklamayı içerir. Bu durumda danışman bir neden sunmamış, sadece mevcut çelişkiyi ortaya koymuştur.

B) Paylaştırma: Daha çok grup danışmasında üyeler arasında etkileşimi dağıtmak ve katılımı artırmak için kullanılır. Bu durum bireysel/çift bağlamına uygun değildir.

D) Duygu yansıtması: Danışanın hissettiği duyguyu geri yansıtmayı içerir. Bu ifadede duygu değil, davranış ve istek arasındaki çelişki vurgulanmaktadır.

E) Yapılandırma: Danışma sürecinin kurallarını, sınırlarını ve işleyişini belirlemeye yöneliktir. Verilen müdahale bu amaca hizmet etmemektedir.

Cevap: C

- 14.** Tülay Hanım'ın "sınavı kazanıp atanamayacağımdan ve işsiz kalacağımdan çok korkuyorum" ifadesi, **yoğun kaygı ve belirsizlik yaşadığını** göstermektedir. Fatma Hanım'ın "**ben de bir dönem işsizdim, çok zor zamanlardı ve bu durum beni çok kaygılandırmıştı... benzer şeyleri yaşadığımı düşünüyorum**" şeklindeki ifadesi ise **kendi geçmiş yaşantısını ve duygusunu paylaşmasıdır; bu müdahale kendini açmadır**. **Kendini açma**, danışmanın kendi yaşamına ait deneyimlerinden **seçici ve sınırlı biçimde**, danışanın yararına olacak şekilde söz etmesidir. Amaç; danışanın kendini yalnız hissetmemesini sağlamak, empatik bağı güçlendirmek ve terapötik ilişkiyi derinleştirmektir. Fatma Hanım burada kendi deneyimini kullanarak Tülay Hanım'ın yaşadığı kaygıya bir **empatik köprü** kurmaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) Yorumlama: Danışanın duygu, düşünce ve davranışları arasındaki ilişkileri açıklayarak yeni anlamlar sunmayı içerir. Bu durumda danışman herhangi bir neden-sonuç ilişkisi kurmamış, analiz yapmamıştır.

C) Kişiselleştirme: İleri düzey empati kurmak amacıyla danışanın söylediklerinin ötesine geçerek **anlamin, problemin veya amacın danışana özgü biçimde yeniden yapılandırılmasıdır**. Burada ise Fatma Hanım danışanın yaşantısını genişletmek yerine kendi yaşantısını paylaşmaktadır; yani kişiselleştirme yapılmamaktadır.

D) Paylaştırma: Grup psikolojik danışmasında kullanılan bir tekniktir ve bir üyenin yaşantısını diğer üyelerle ilişkilendirerek ortaklıkları görünür kılmayı amaçlar. Bu durum bireysel bağlamdadır.

E) **Duygu yansıtması:** Danışanın ifade ettiği duygunun uygun biçimde geri yansıtılmasıdır. Örneğin “işsiz kalma ihtimali sizi oldukça kaygılandırıyor” gibi bir ifade olurdu. Bu durumda danışman danışanın duygusunu yansıtmak yerine kendi yaşantısını anlatmaktadır.

Cevap: B

15. Pınar Hanım'ın “eşim çok tembel ve ev işlerine hiç yardım etmiyor” ifadesi, eşine yönelik **olumsuz, katı ve etiketleyici bir tanımlama** içermektedir. **Psikolojik Danışman Şeyma Hanım'ın** “Muhittin Bey biraz rahat yani” şeklindeki tepkisi, bu olumsuz ifadeyi **daha yumuşak, daha kabul edilebilir ve ilişkiyi koruyucu bir anlam çerçevesine yerleştirerek yeniden ifade etmesidir; bu müdahale olumlu çerçevelemedir.** Olumlu çerçeveleme, danışanın getirdiği yargılayıcı ifadeyi **alternatif ve daha işlevsel bir bakış açısıyla yeniden yapılandırmayı** içerir; böylece kişiler arası gerilim azaltılır ve danışanın durumu farklı bir perspektiften görmesi sağlanır. Burada “tembel” etiketi “rahat” olarak yeniden anlamlandırılmıştır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Yorumlama:** Danışanın duygu, düşünce ve davranışları arasındaki ilişkileri açıklayarak **yaşantıya yeni bir anlam kazandırma** sürecidir. Danışman genellikle danışanın fark etmediği örüntülere dikkat çeker ve neden-sonuç ilişkileri kurar. Bu durumda böyle bir açıklama yapılmamıştır.

B) **Bağlama (ilişkilendirme):** Danışanın daha önceki yaşantıları ile o anki ifadeleri arasında **paralellik kurmayı** ya da (özellikle grup ortamında) üyeler arasında **ortak deneyimleri ilişkilendirmeyi** içerir. Amaç farkındalık oluşturmaktır. Bu durumda herhangi bir geçmiş-şimdi bağlantısı kurulmamıştır.

C) **Kişiselleştirme:** Danışanın söylediklerinin ötesine geçerek **anlamın, problemin veya amacın danışana özgü biçimde derinleştirilmesidir.** Danışmanın danışana yeni bir içgörü kazandıracak şekilde ekleme yapması beklenir. Bu durumda böyle bir derinleştirme yoktur.

D) **Yüzleştirme:** Danışanın ifadeleri arasındaki **çelişkiyi fark ettirmeyi** içerir. Burada bir tutarsızlık gösterilmemiştir.

Cevap: E

1. Burcu Hanım'ın "Yaklaşan KPSS sınavım için çok endişeleniyorum" ifadesi, **kaygı duygusunu açık biçimde ortaya koymaktadır. Psikolojik Danışman Ayşe Hanım'ın "(I) Yaklaşan sınavdan dolayı çok kaygılısınız."** şeklindeki tepkisi, danışanın yaşadığı duyguyu belirginleştirip ona geri iletmektir; bu **duyguyu yansıtmadır**. Duygu yansıtması, psikolojik danışmanın **duyuşsal yanını kullanarak** danışanın hissettiği duyguyu doğru anlayıp geri sunmasıdır. Bu sayede danışanın duyguları **açıklığa kavuşur, farkındalığı artar ve daha net ifade edilir**. Devamında gelen "(II) Bu konuda başka neler söylemek istersiniz?" ifadesi ise danışanı sınırlandırmadan konuşmaya teşvik eden, onun yaşantısını genişletmesine olanak tanıyan **konuşmaya açık davet becerisidir**. Bu beceri açık uçlu sorularla danışanın **kendini açmasını, düşünce ve duygularını derinleştirmesini sağlar**. Bu nedenle verilen tepkiler sırasıyla **duyguyu yansıtması ve konuşmaya açık davettir. Doğru cevap C seçeneğidir**.

A) **İçerik yansıtması–Konuşmaya açık davet:** İçerik yansıtması, danışanın söylediği düşünceyi yeniden ifade ederek **bilişsel içeriği netleştirmeyi** sağlar. Danışmanın bilişsel yanısıdır ve danışanın düşüncelerinin doğru anlaşılıp anlaşılmadığını kontrol etmeye yarar. Bu durumda danışman düşünceyi değil, **duyguyu (kaygıyı)** yansıtmıştır.

B) **Özetleme–Bağlama:** Özetleme, danışanın söylediklerini bütüncül biçimde toparlayarak ana temaları bir araya getirmektir. **Bağlama (ilişkilendirme)** ise hem bireysel hem de grupla psikolojik danışmada kullanılan bir beceridir; danışanın **önceki yaşantıları ile şu anki ifadeleri arasında paralellik kurmayı** ya da grup ortamında üyeler arasında **ortak deneyimleri ilişkilendirmeyi** içerir. Amaç danışanın farkındalığını artırmak ve yaşantılar arasında bağlantı kurmasını sağlamaktır. Bu diyalogda ne bir toparlama ne de geçmiş-şimdi bağlantısı kurulmuştur.

D) **Duygu yansıtması–Yüzleştirme:** Yüzleştirme, danışanın sözleri ile davranışları arasındaki **çelişkiyi fark ettirmeyi** içerir. Bu durumda herhangi bir tutarsızlık ortaya konmamıştır.

E) **İçerik yansıtması–Paylaştırma:** Paylaştırma, özellikle grupla psikolojik danışmada bir üyenin yaşantısını diğer üyelerle ilişkilendirerek **ortak deneyimleri görünür kılama ve grup etkileşimini artırma** becerisidir. Bu bireysel görüşmede böyle bir durum yoktur.

Cevap: C

2. Esra'nın özel yaşantılarını paylaşma konusunda zorlandığını ifade etmesi, danışanın **kaygı, çekingencilik ve kendini açma konusunda güçlük yaşadığını** göstermektedir. Bu noktada **Psikolojik Danışman Cumhur Bey'in** "tedirgin olmanı anlıyorum" ifadesiyle danışanın duygusunu **kabul ettiği**, "pek çok danışan bu konularda kaygı yaşar" diyerek bu durumu **normalleştirdiği** ve "hazır olduğunda seni dinlemeye hazırım" diyerek danışana **güven verip cesaretlendirdiği** görülmektedir. Bu bütüncül yaklaşım yalnızca duyguyu yansıtmakla sınırlı değildir; danışanın **kendine güven kazanmasını, yalnız olmadığını fark etmesini, umut geliştirmesini ve sürece daha aktif katılmasını** desteklemektedir. Bu özellikler, destekleme becerisinin temel göstergeleridir. Dolayısıyla bu müdahale **desteklemez** ve **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **Yapılandırma:** Danışma sürecinin **çerçevesini kurmayı** içerir. Gizlilik ilkesi, oturumların süresi, danışanın ve danışmanın rolleri, sürecin nasıl işleyeceği gibi konular yapılandırma kapsamında açıklanır. Soruda geçen danışman ifadesinde bu tür bir **süreç bilgilendirmesi veya sınır belirleme yoktur**; odak danışanın duygusuna yöneliktir, bu nedenle yapılandırma değildir.

C) **Paylaştırma:** Grupla psikolojik danışmada kullanılan bir beceridir. Danışman, bir üyenin yaşantısı ile diğer üyelerin yaşantıları arasında **benzerlik kurarak ortak deneyimleri görünür hale getirir** ve grup üyelerinin kendilerini yalnız hissetmemelerini sağlar. Soruda bireysel bir danışma durumu vardır ve **üyeler arası bir ilişkilendirme yapılmamaktadır**. "Pek çok danışan..." ifadesi paylaştırma değil, **normalleştirme yoluyla destekleme** işlevi görmektedir.

D) **Duygu yansıtması:** Danışanın ifade ettiği duygunun **kısa, net ve doğrudan geri iletilmesidir**. “Tedirgin hissediyorsun” gibi bir ifade duygu yansıtmasına örnektir. Soruda ise yalnızca duygunun yansıtılmasıyla kalınmamış; buna ek olarak **rahatlatma, güven verme ve cesaretlendirme** yapılmıştır. Bu nedenle müdahale duygu yansıtmasının ötesine geçerek destekleme kapsamına girmektedir.

E) **Müdahale etme:** Özellikle **grupla psikolojik danışmada**, danışanın konu dışına çıkması, diğer üyeler hakkında yorum yapması, öğüt vermesi ya da çok uzun ve dağınık konuşarak süreci zorlaştırması durumunda danışmanın **süreci yeniden düzenlemek için araya girmesidir**. Örneğin danışanın konuşmasını keserek “Bu anlattıklarınla benden ne bekliyorsun?” gibi ifadelerle odağı yeniden kurmak müdahale etmeye girer. Soruda ise danışmanın amacı konuşmayı kesmek değil, **danışanı konuşmaya teşvik etmektir**.

Cevap: B

3. Yüzleştirme, danışanın **söyledikleri ile yaptıkları, duygu ile davranışları** ya da **farklı ifadeleri arasındaki tutarsızlıkları** fark etmesini sağlayan, **ileri düzeyde ve zamanlaması kritik** bir beceridir. Amaç danışanı zorlamak değil, **farkındalık kazandırarak değişime zemin hazırlamaktır**. Bu nedenle yüzleştirme, danışanın **hazır oluşluk düzeyi** dikkate alınarak ve terapötik ilişki yeterince kurulduktan sonra kullanılır. Yardım sürecinin **ilk oturumlarında yoğun biçimde kullanılması uygun değildir**, çünkü danışan henüz savunmadadır ve ilişki yeterince güvenli değildir. Bu nedenle “ilk oturumlarda daha sık, ilerleyen oturumlarda daha az kullanılmalıdır” ifadesi yüzleştirme ilkesine aykırıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A) **Yüzleştirme, birtakım nedenlerden dolayı eyleme geçmekte zorlanan danışanları harekete geçme konusunda teşvik etme amacıyla da kullanılır:** Bu ifade doğrudur. Yüzleştirme, danışanın kaçınmalarını fark etmesini sağlayarak **eyleme geçme motivasyonunu artırabilir**.

B) **Yüzleştirme, danışanların ilişki kalıplarını görmelerini sağlar:** Bu ifade doğrudur. Danışanın tekrar eden kişiler arası örüntülerini fark etmesine yardımcı olur ve **içgörü kazandırır**.

C) **Yüzleştirme, danışanların kaygı ve korkularını, kaçındıkları yaşantı ve duygularını görmelerine ve onlarla hesaplaşarak gerekli değişiklikleri yapma konusunda adım atmalarına yardımcı olur:** Bu ifade doğrudur. Yüzleştirmenin temel işlevlerinden biri **kaçınmanın fark edilmesi ve aşılmasıdır**.

E) **Yüzleştirmede danışanın davranışıyla ilgili ne hissettiği de paylaşılmalıdır:** Bu ifade doğrudur. Yüzleştirme yapılırken danışmanın gözlemi ve yaşantısı, uygun bir dille ifade edilerek **şimdi ve burada farkındalık** artırılır.

Cevap: D

4. Yeliz’in “ablam her şeye karışıyor, beni boğuyor” ifadesi **genel, soyut ve genelleyci** bir anlatımdır. **Psikolojik Danışman Seyhan Hanım’ın** “daha iyi anlayabilmem için bir örnek verir misin?” sorusu, bu soyut anlatımı **somut bir yaşantıya indirmeyi**, yani danışanın belirli bir olayı, zamanı ve durumu açıklamasını sağlamayı amaçlar. Psikolojik danışmada **somutluk sağlama**, danışanın belirsiz ve genelleyci ifadelerini **netleştirerek, belirgin ve gözlenebilir örnekler üzerinden çalışmayı** mümkün kılar. Bu beceri, problemin daha doğru anlaşılmasını ve müdahalenin daha isabetli yapılmasını sağlar. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir**.

A) **Yüzleştirme:** Danışanın ifadeleri arasındaki çelişkiyi fark ettirmeyi içerir. Soruda herhangi bir tutarsızlık ortaya konmamaktadır.

C) **Kendini açma:** Danışmanın kendi yaşantılarını paylaşmasıdır. Soruda danışman kendi deneyiminden söz etmemektedir.

D) **Müdahale etme:** Danışanın konuşmasını keserek süreci yeniden düzenlemeyi içerir. Soruda danışanın anlatımı kesilmemekte, aksine genişletilmesi istenmektedir.

E) **Sınır koyma:** Danışanın davranışlarını sınırlamaya veya uygun olmayan davranışları durdurmaya yöneliktir. Soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: B

5. Psikolojik danışma sürecinde **özetleme**, danışanın oturum boyunca ifade ettiği duygu ve düşünceleri bir araya getirerek **bütünleştirme, netleştirme ve anlamlandırma** işlevi görür. Özetleme; danışanın anlattıklarının ana noktalarını ortaya koyar, **duygu ve içerik birlikte ele alınarak** danışanın farkındalık kazanmasına yardımcı olur. Aynı zamanda danışmanın danışanı dikkatle dinlediğini göstermesini, sürecin nasıl ilerlediğinin görülmesini ve hedeflere yönelik çalışılıp çalışılmadığının değerlendirilmesini sağlar. Ancak **danışanla kaynaşma sağlamak**, daha çok danışma sürecinin başlangıcında empati, kabul ve içtenlikle kurulan **ilişki oluşturma sürecine** aittir; özetlemenin temel amaçları arasında yer almaz. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Psikolojik danışmanın danışanı ilgiyle dinlediğini, söylediklerini aklında tutabildiğini, onunla ilgilendiğini göstermek:** Bu ifade özetlemenin işlevi açısından doğru bir ifadedir. Özetleme, danışmanın aktif dinlediğini ve danışana değer verdiğini gösterir.
- B) **Danışanın kendine ilişkin birçok gerçek ve duygunun ayırında olabildiğini sağlamak:** Bu ifade özetlemenin işlevi açısından doğru bir ifadedir. Özetleme, danışanın farkındalık kazanmasına yardımcı olur.
- C) **Oturumlarda nasıl bir gelişme görüldüğü ya da nerede tıkanıldığını anlamak:** Bu ifade özetlemenin işlevi açısından doğru bir ifadedir. Özetleme, sürecin değerlendirilmesini sağlar.
- E) **Süreçte davranışsal amaca yönelik çalışıp çalışılmadığını anlamak:** Bu ifade özetlemenin işlevi açısından doğru bir ifadedir. Özetleme, hedeflere yönelik ilerlemeyi gözden geçirmeye yardımcı olur.

Cevap: D

6. Danışanın “tüm işleri benim üzerime yıkıyorlar” ifadesi, durumu **olumsuz ve yük olarak algıladığını** göstermektedir. Psikolojik danışmanın “bu bir taraftan üzerinize büyük bir yük, ama diğer yandan sizi sorumlu tutmaları yeteneklerinize güvendikleri anlamına geliyor” şeklindeki tepkisi ise aynı durumu **farklı ve daha olumlu bir anlam çerçevesine yerleştirerek yeniden yorumlamaktadır; bu müdahale yeniden çerçevelemedir. Ye-**

niden çerçeveleme, danışanın olaya tek yönlü ve olumsuz bakışını dönüştürerek, aynı yaşantının **alternatif ve daha işlevsel bir anlamını görmesini sağlamayı** amaçlar. Burada “yük” olarak algılanan durum, “güven duyulması” şeklinde yeniden anlamlandırılmıştır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Paylaştırma:** Bu ifade paylaştırmanın işlevi açısından doğru değildir. Paylaştırma, grupla psikolojik danışmada bir üyenin yaşantısını diğer üyelerle ilişkilendirerek ortak deneyimleri görünür hale getirmeyi içerir. Bu diyalog bireyseldir ve böyle bir ilişkilendirme yoktur.
- B) **Bağlama:** Bu ifade bağlama becerisi açısından doğru değildir. Bağlama, danışanın geçmiş yaşantıları ile şu anki ifadeleri arasında paralellik kurmayı ya da grup üyeleri arasında bağlantı oluşturmaya içerir. Soruda böyle bir ilişkilendirme yapılmamıştır.
- D) **Kişiselleştirme:** Bu ifade kişiselleştirme açısından doğru değildir. Kişiselleştirme, danışanın yaşantıyı kendi duygu, düşünce ve sorumluluğu ile ilişkilendirmesini sağlamayı içerir. Bu durumda danışanın sorumluluğuna yönelik bir yönlendirme yoktur.
- E) **Duygu yansıtması:** Bu ifade duygu yansıtması açısından doğru değildir. Duygu yansıtması, danışanın hissettiği duygunun doğrudan geri iletilmesini içerir. Soruda sadece duygu yansıtılmamış, aynı zamanda anlam yeniden yapılandırılmıştır.

Cevap: C

7. Psikolojik danışma sürecinde **sessizlik**, çoğu zaman danışanın **düşünme, duygularını fark etme ve içsel süreçlerini düzenleme** fırsatı bulduğu anlamlı bir süreçtir. Bu nedenle sessizlik her zaman olumsuz ya da sürece zarar verici bir durum olarak değerlendirilmez. Psikolojik danışmanın bu anlarda sabırlı olması, danışana alan tanınması ve süreci gözlemlemesi beklenir. Sessizliği hemen bozmak ve danışanı **aceleyle konuşmaya zorlamak**, danışanın içsel sürecini kesintiye uğratabilir ve terapötik ilişkiye zarar verebilir. Bu nedenle **danışanı hemen konuşmaya davet etmek uygun değildir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Danışanın konuşmaya başlaması için bir süre beklemesi:** Bu ifade doğrudur. Sessizlik, danışanın içsel sürecini yaşaması için bir fırsattır ve danışmanın sabırlı olması gerekir.
- C) **Danışana o anda aklından neler geçtiğini sorması:** Bu ifade doğrudur. Sessizlik uzadığında danışanın düşünce ve duygularını açığa çıkarmaya yardımcı olabilir.
- D) **Danışana verdiği kendi tepkilerini gözden geçirmesi:** Bu ifade doğrudur. Sessizlik bazen danışanın içsel sürecinden değil, danışmanın verdiği bir tepkinin danışanda **rahatsızlık, direnç veya anlaşılma duygusu** oluşturmamasından kaynaklanabilir. Danışman bu noktada “Az önce söylediğim şey danışanı zorladı mı?” diye kendini değerlendirir.
- E) **Sessizlik süresince danışanı gözlemesi:** Bu ifade doğrudur. Danışmanın danışanın **beden dili, mimikleri, duruşu ve duygusal tepkileri** üzerinden sessizliğin altında yatan süreci anlaması gerekir.

Cevap: A

8. Psikolojik danışma sürecinde **sonuç (davranışsal) amaçlar**, danışanın yaşamında gerçekleştirmek istediği **somut, gözlenebilir ve bireye özgü değişimleri** ifade eder. Bu amaçlar danışanın kendi yaşamına yönelik belirlediği, ölçülebilir ve davranış düzeyinde ortaya çıkan hedeflerdir. Buna karşılık **“şimdi ve burada olmak”**, danışma sürecinin işleyişine ilişkin, tüm danışanlara uygulanabilen, danışman tarafından yönlendirilen **süreç amaçlarıdır**. Bu nedenle sonuç amacı olarak değerlendirilemez. **Doğru cevap B seçeneğidir.**
- A) **Öfke yönetme becerilerini kazanmak:** Danışanın belirli bir beceriyi edinmesine yönelik, somut ve davranışsal bir hedeftir. Bu nedenle sonuç amaçlarıdır.
- C) **Verimli ders çalışma becerilerini edinmek:** Belirli bir davranışın geliştirilmesine yöneliktir ve ölçülebilir değişim içerir. Sonuç amacı kapsamındadır.
- D) **Uygun bir mesleğe karar vermek:** Danışanın yaşamına yönelik somut bir karar alma sürecini ifade eder. Bireye özgü ve davranışsal bir sonuçtur.

- E) **Diğerleriyle iyi geçinmenin yollarını öğrenmek:** Kişiler arası becerilerin geliştirilmesine yöneliktir ve davranış değişimini içerir. Bu nedenle sonuç amaçlarıdır.

Cevap: B

9. Psikolojik danışma sürecinin **sonlandırma aşaması**, danışanın elde ettiği kazanımların gözden geçirilmesi, sürecin anlamlandırılması ve danışanın bağımsız şekilde ilerleyebilmesi için desteklenmesini içerir. Bu aşamada danışmanın temel amacı, danışanı **güçlendirmek** ve süreci **olumlu, destekleyici ve bütünleyici** bir şekilde kapatmaktır. Danışana “halen yetersiz olduğu yönleri” doğrudan söylemek ise sonlandırma aşamasının doğasına uygun değildir; bu tür bir ifade danışanda **yetersizlik duygusunu artırabilir** ve sürecin **olumlu kapanışını zedeleyebilir**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **İlk oturumdan son oturuma kadar bütün oturumların özetini yapması:** Sonlandırmada sürecin **genel bir değerlendirmesinin yapılması** beklenir. Her oturumun tek tek ayrıntılı özeti zorunlu olmasa da, süreci **gözden geçirme** amacı taşıdığı için uygundur.
- B) **Danışandan amaçlarına ne kadar ulaştığının değerlendirmesini yapmasını istemesi:** Sonlandırmada danışanın kendi gelişimini fark etmesi ve **amaçlara ulaşma düzeyini değerlendirmesi** önemlidir. Bu, **içgörü kazanımını** destekler ve uygundur.
- C) **Danışandan oturumların bitmesine yönelik düşünce ve duygularını açıklamasını istemesi:** Sonlandırma süreci aynı zamanda bir **ayrılık sürecidir**. Danışanın bu sürece ilişkin **duygularını ifade etmesi**, terapötik açıdan desteklenmelidir.
- D) **Süreci olumlu geribildirimlerle sonlandırması:** Danışanın **güçlü yönlerini** ve elde ettiği ilerlemeyi vurgulamak, **motivasyonu artırır** ve sağlıklı bir kapanış sağlar.

Cevap: E

10. Davranışçı yaklaşımda, özellikle **Bandura'nın sosyal öğrenme kuramına** göre öğrenme; başkalarının davranışlarını **gözlemleme ve model alma** yoluyla gerçekleşir. Soruda psikolojik danışman, danışana hedef davranışı **nasıl yapacağını göstererek model olmakta** ve ardından davranış sergilendikçe **aşamalı pekiştirme** uygulamaktadır. Bu iki temel ipucu birlikte değerlendirildiğinde kullanılan teknik açık biçimde **model olma tekniğidir**. Doğru cevap **D** seçeneğidir.

- A) **Duygunda kal:** Gestalt terapisine ait bu teknik, danışanın kaçındığı **olumsuz duyguyu doğrudan deneyimlemesini** sağlar. Amaç, duygudan kaçmak yerine onunla **yüzleşmek ve farkındalık kazanmaktır**. Soruda ise duyguya odaklanma değil, **davranış öğretimi** vardır.
- B) **Düğmeye basma:** Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımına ait bu teknikte danışan, farklı yaşantıları zihninde canlandırarak **duygularının kendi seçimi olduğunu fark eder**. Amaç **duygusal farkındalık ve kontrol geliştirmektir**. Soruda ise duyguların fark edilmesi değil, **belirli bir davranışın öğrenilmesi ve pekiştirilmesi** söz konusudur.
- C) **Boş sandalye:** Gestalt terapisine ait olan bu teknik, danışanın **tamamlanmamış yaşantılarını canlandırma yoluyla ele almasını** sağlar. Danışan sandalyeye koyduğu kişiyle konuşur ve yer değiştirerek farklı bakış açıları geliştirir. Amaç **duygusal çözümleme ve farkındalıktır**, davranış öğretimi değildir.
- E) **Yüzleştirme:** Danışanın **söyledikleri ile davranışları arasındaki tutarsızlıkları fark etmesini sağlama** becerisidir. Burada danışana yeni bir davranış öğretilmez; yalnızca mevcut gelişmeler görünür kılınır.

Cevap: D

11. Psikolojik danışma sürecinde **müdahalelerin uygulanması aşaması**, belirlenen hedeflere ulaşmak için seçilen tekniklerin **fiilen kullanıldığı aşamadır**. Danışan bu aşamada **davranış dener, uygular ve pekiştirilir**. Doğru cevap **E** seçeneğidir.

- A) **İlişki kurma:** Danışanla **güven, kabul ve terapötik bağ** oluşturulur.

B) **Problemi araştırma ve değerlendirme:** Danışanın sorunu hakkında **bilgi toplanır ve analiz edilir**.

C) **Amaç oluşturma:** Danışanla birlikte **somut ve ulaşılabilir hedefler belirlenir**.

D) **Müdahaleleri belirleme:** Hangi tekniklerin kullanılacağına **karar verilir ve planlanır**.

Cevap: E

12. Anlamı kişiselleştirme, danışanın yaşadığı durum ile hissettiği duygunun birlikte verilmesidir. Yapı "..... hissediyorsun çünkü" şeklindedir. "Erkek arkadaşın seni çok sinirlendiriyor çünkü potansiyelini ortaya koyacak şekilde bir ilişki yaşamıyor." ifadesinde danışanın **duygusu ve yaşadığı durum** birlikte verilmiştir. Bu nedenle bu ifade **anlamı kişiselleştirmez**. Doğru cevap **E** seçeneğidir.

A) **Erkekleri anlamak gerçekten zor değil mi?** Bu ifade **genellemedir**. Duygu verilmemiştir. Bu nedenle **anlamı kişiselleştirme yoktur**.

B) **Neden erkek arkadaşına bazı sınırlar koymuyorsun. Ondan neleri beklediğini ve neleri beklemediğini açıkça ortaya koy. Taviz verme!** Bu ifade **yönlendirmedir**. Duygu ve durum birlikte verilmemiştir. Bu nedenle **anlamı kişiselleştirme yoktur**.

C) **Erkek arkadaşın bu ilişkide seni çok yormuş, bir süre bu ilişkiye ara vermeyi denemelisin.** Bu ifade **öneride bulunmadır**. Duygu ve durum birlikte verilmemiştir. Bu nedenle **anlamı kişiselleştirme yoktur**.

D) **Çok üzgünsün çünkü erkek arkadaşınla ilişkide seni çileden çıkaran bir deneyim yaşıyorsun ve onu harekete geçiremiyorsun ve bunu yapmayı gerçekten çok istiyorsun.** Bu ifade **amacın kişiselleştirilmesidir**. Duygu, durum ve istek birlikte verilmiştir.

Cevap: E

13. Amacın kişiselleştirilmesi, danışanın **duygusu, olumsuz eylemi (yapamadığı davranış) ve isteğinin (hedefinin)** birlikte verilmesidir. Yapı “..... hissediyorsun çünkü yapamıyorsun ve istiyorsun.” şeklindedir. “Çok üzgünsün çünkü erkek arkadaşınla ilişkide seni çileden çıkaran bir deneyim yaşıyorsun ve onu harekete geçiremiyorsun ve bunu yapmayı gerçekten çok istiyorsun.” ifadesinde danışanın **duygusu (çok üzgünsün), olumsuz eylemi (onu harekete geçiremiyorsun) ve isteği (bunu yapmak istiyorsun)** birlikte verilmiştir. Bu nedenle bu ifade **amacın kişiselleştirilmesidir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Erkekleri anlamak gerçekten zor değil mi? Bu ifade **genellemedir**. Üçlü yapı yoktur.
- B) Neden erkek arkadaşına bazı sınırlar koymuyorsun. Ondan neleri beklediğini ve neleri beklemediğini açıkça ortaya koy. Taviz verme! Bu ifade **yönlendirmedir**. Üçlü yapı yoktur.
- C) Erkek arkadaşın bu ilişkide seni çok yormuş, bir süre bu ilişkiye ara vermeyi denemelisin. Bu ifade **öneride bulunmadır**. Üçlü yapı yoktur.
- E) Erkek arkadaşın seni çok sinirlendiriyor çünkü potansiyelini ortaya koyacak şekilde bir ilişki yaşamıyor. Bu ifade **anlamı kişiselleştirmedir**. Duygu ve içerik vardır, istek yoktur.

Cevap: D

14. Psikolojik danışman, “Bu oturumda öğretmenlerin ve arkadaşlarıyla yaşantılarını ve ilişkilerini öğrenmek istiyorum... anlatır mısın?” diyerek danışanın yaşadığı sorunları **ayrıntılı biçimde tanımayı ve anlamayı hedeflemektedir**. Bu, **problemi araştırma ve değerlendirme** amacıdır. Bu aşamada danışman; danışanın **sorununun ne olduğunu, hangi durumlarda ortaya çıktığını, kimlerle yaşandığını ve sıklıkla tekrarlandığını, danışanın bu durumlarda ne düşündüğünü, ne hissettiğini ve nasıl davrandığını belirlemeye çalışır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Çözüm seçeneklerini araştırma**: Bu seçenek, **alternatif çözüm yollarının üretilmesi ve değerlendirilmesidir**. Soruda çözüm seçenekleri **araştırılmamıştır**.

- C) **Danışanı sevke hazırlama**: Bu seçenek, danışanın başka bir uzmana yönlendirilmesine yönelik **hazırlık yapılmasıdır**. Soruda sevke hazırlama **yoktur**.
- D) **Danışanın sorunlarına yönelik müdahalelere başlama**: Bu seçenek, **teknik ve uygulamaların kullanılmaya başlanmasıdır**. Soruda müdahale **başlatılmamıştır**.
- E) **Danışanla etkili iletişim kurma**: Bu seçenek, **terapötik ilişkinin kurulması ve sürdürülmesidir**. Soruda iletişim vardır ancak amaç bu değildir, **problemi ayrıntılı öğrenmektir**.

Cevap: B

15. Psikolojik danışmanın “Psikolojik danışmaya geliş amacınızı ve beklentilerinizi açıklar mısınız?” sorusu, danışanın kendini **rahat, serbest ve ayrıntılı biçimde ifade etmesine imkân veren** bir sorudur. Danışandan kısa ve sınırlı bir cevap değil, **kendi yaşantısını, amacını ve beklentilerini geniş şekilde anlatması** istenmektedir. Bu tür sorular **konuşmaya açık davettir. Konuşmaya açık davet**, danışanın konuşmasını başlatmak ve sürdürmek amacıyla kullanılan, **geniş yanıt gerektiren, sınırlandırmayan ve yönlendirmeyen** sorulardır. Danışanın **kendi yaşantısını detaylandırmasına, anlamlandırmasına ve derinleştirmesine** yardımcı olur. Genellikle “ne”, “nasıl”, “anlatır mısın”, “açıklar mısın” gibi ifadeler içerir ve danışanın **kendi iç dünyasına yönelmesini sağlar. Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Kapalı uçlu soru**: Kapalı uçlu sorular **kısa ve sınırlı cevap gerektirir**. Bu soruda danışandan ayrıntılı anlatım istenmiştir, bu nedenle kapalı uçlu değildir.
- B) **Asgari düzeyde teşvik**: Bu beceri “hı hı”, “anlıyorum”, “devam et” gibi **kısa sözlü teşviklerdir**. Soruda bu tür bir ifade yoktur.
- D) **Açıklayıcı tepki**: Açıklayıcı tepki, danışanın söylediklerinden **çıkarmı yaparak anlamı zenginleştirme ve netleştirmedir**. Bu soruda danışanın söylediklerine ekleme yapılmamış, yalnızca anlatması istenmiştir.
- E) **Kişiselleştirme**: Kişiselleştirme, Carkhuff’a göre **anlam, problem ve amacın kişiselleştirilmesi** şeklinde, danışanın yaşantısını kendisiyle ilişkilendirmesini sağlayan ileri düzey empatik bir beceridir. Bu soruda böyle bir yapı bulunmamaktadır.

Cevap: C

1. Psikolojik danışman Nuri Bey'in yaptığı açıklamalar; danışma sürecinin **nasıl işleyeceğini, oturumların zamanı, süresi ve sıklığını, gizlilik ilkesini ve istisnalarını, danışanın ve danışmanın rol ve sorumluluklarını** kapsamaktadır. Bu tür açıklamalar, danışma sürecine ilişkin **kuralları ve sınırları belirlemek**, danışana süreç hakkında bilgi vermek ve belirsizliği azaltarak güven oluşturmak amacıyla yapılır. Yapılama, özellikle **ilk oturumda**, danışana psikolojik danışma süreci hakkında bilgi vermek ve süreci yapılandırmak için kullanılır. Bu nedenle verilen açıklamalar **yapılama**dır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Özetleme:** Özetleme, danışanın anlattıklarının **kısa ve bütüncül biçimde yeniden ifade edilmesidir.** Soruda danışanın ifadeleri özetlenmemiştir.
- C) **Anlamı kişiselleştirme:** Bu beceri, danışanın içinde bulunduğu durumu ve duygusunu birlikte vererek anlamasını sağlamaktır. Soruda böyle bir yapı yoktur.
- D) **Yorumlama:** Yorumlama, danışanın geçmiş yaşantıları ve kişiliği ile mevcut sorunları arasındaki ilişkiyi açıklayarak içgörü kazandırmaktır. Soruda böyle bir çıkarım yapılmamıştır.
- E) **Derinlemesine inceleme:** Bu beceri, danışanın yaşantısını **ayrıntılı biçimde keşfetmeye yönelik sorular sormaktır.** Soruda keşif yoktur.

Cevap: B

2. Psikolojik danışmanın bu tür yapılandırıcı açıklamaları, danışma sürecinin **başlangıcında**, yani danışanla ilk temasın kurulduğu ve sürecin çerçevesinin oluşturulduğu aşamada yapılır. Bu nedenle bu durum **ilişki kurma aşamasına aittir.** **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Problemi araştırma:** Bu aşamada danışanın sorunları **ayrıntılı biçimde tanımlanır, ne zaman, nasıl, hangi koşullarda ortaya çıktığı incelenir; düşünce, duygu ve davranış bo-yutlarıyla analiz edilir.** Soruda bu yapılmamıştır.
- C) **Amaç belirleme:** Bu aşamada danışanla birlikte **ulaşılacak istenen hedefler netleştirilir, somut ve ölçülebilir amaçlar oluşturulur.**

Soruda bu yoktur.

- D) **Müdahale:** Müdahale aşaması, danışanın sorunlarına yönelik **belirlenen hedefler doğrultusunda teknik ve stratejilerin uygulandığı aşamadır.** Bu aşamada danışana **yeni beceriler kazandırılır, işlevsel olmayan düşünceler yeniden yapılandırılır, davranış değişikliği sağlanır ve uygulamalar yapılır.** Soruda böyle bir uygulama yoktur.
- E) **Sonlandırma:** Sonlandırma aşaması, danışma sürecinin **kapanışının yapıldığı, sürecin değerlendirildiği, kazanımların gözden geçirildiği ve danışanın gelecekte bu kazanımları nasıl sürdüreceğinin planlandığı aşamadır.** Soruda bu aşamaya ait bir durum yoktur.

Cevap: A

3. Psikolojik danışmanın verdiği yanıt; danışanın eşinin tutarsız davranışlarına dair anlattığı olay akışını ve **bilişsel içeriği kendi cümleleriyle özetleyerek danışana geri iletmesidir.** Psikolojik danışma becerilerinden **içerik yansıtması**, danışanın mesajındaki bilişsel öğelerin, olayların ve fikirlerin, duygulara girilmeden danışmana yansıyan haliyle yeniden ifade edilmesidir. Soruda danışman, Atakan Bey'in eşinin davranışlarını "anlamakta zorlandığı" ve "dengesiz bulunduğu" şeklindeki bilişsel çıkarımını özetlemiştir. Danışmanın bu tepkisinde danışanın hissettiği bir duygudan çok, durumun danışan tarafından nasıl algılandığına dair bir özet sunulmuştur. Bu nedenle verilen açıklama **içerik yansıtmasıdır.** **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Problemi kişiselleştirme:** Bu beceri, danışanın yaşadığı sorunda kendi payını, eksikliğini veya sorunu sürdüren eylemsizliğini (Örn: "Eşine karşı sınır çizemediğin için...") vurgulamayı gerektirir. Soruda danışanın kişisel bir yetersizliğine vurgu yapılmamıştır.
- B) **Amacı kişiselleştirme:** Bu beceri, danışanın mevcut durumdan kurtulmak için ulaşmak istediği hedefi ve nasıl biri olmak istediğini (Örn: "Eşinin davranışlarından etkilenmeden dik durabilen biri olmak istiyorsun") tanımlar. Soruda bir gelecek hedefi belirtilmemiştir.

C) Duygu yansıtması: Duygu yansıtması, danışanın sözlerinin arkasındaki temel duygunun (Örn: "Kendini çok şaşkın ve huzursuz hissediyorsun") ona iletilmesidir. Soruda danışman duygudan ziyade, eşin davranışlarının niteliğine (dengesizlik/anlamlandırma zorluğu) odaklanmıştır.

E) Konuşmaya açık davet: Bu beceri, danışanın daha fazla anlatmasını sağlamak amacıyla ucu açık sorular sormaktır (Örn: "Eşinizin bu davranışları hakkında biraz daha bilgi verir misiniz?"). Soruda soru sorma değil, bir geri bildirim verme söz konusudur.

Cevap: D

4. Psikolojik danışmanın verdiği yanıt; danışanın yaşadığı duyguyu (küçük düşmüş hissetme), bu duygunun gerisindeki kişisel bir değer veya inançla (mükemmel görünme ve hata yapmama isteği) ilişkilendirmektedir. **Anlamanın kişiselleştirilmesi**, danışanın dışsal olayları (müdürün eleştirisi) kendi öznel dünyasında nasıl anlamlandırdığını fark etmesini sağlayan evredir. Bu beceride temel amaç, danışanın "Olaylar bana böyle hissettiriyor" aşamasından, "Bu durum benim içsel değerlerim/inançlarım nedeniyle bu anlamı taşıyor" aşamasına geçmesini sağlamaktır. Danışman burada danışanın hayat felsefesi veya değer sistemi ile duygusu arasında bir köprü kurarak danışanı sorumluluk almaya hazırlamıştır. Bu nedenle verilen açıklama **anlamanın kişiselleştirilmesidir. Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Problemi kişiselleştirme: Bu beceri, danışanın yaşadığı sorunda kendi payını, eksikliğini veya yetersizliğini (eylemini) görmesini sağlamaktır. Soruda danışanın bir eylem eksikliğine değil, olaya yüklediği anlama vurgu yapılmıştır.

B) Duygunun yansıtılması: Duygu yansıtması, sadece danışanın hissettiği duygunun ona geri bildirilmesidir ("Küçük düşmüş hissediyorsun"). Soruda duygunun yanı sıra bu duygunun "nedeni/anlamı" da açıklandığı için sadece yansıtma değildir.

D) Amacın kişiselleştirilmesi: Bu beceri, danışanın içinde bulunduğu durumdan kurtulmak için neyi hedeflediğini, nasıl biri olmak istediğini ifade etmektir. Soruda geleceğe yönelik bir hedef tanımı bulunmamaktadır.

E) İçeriğin yansıtılması: İçerik yansıtma, danışanın anlattığı olayın bilişsel kısmının (olay örgüsünün) özetlenmesidir. Soruda danışanın düşünceleri ve duygularının ötesinde, bu durumun kişisel kaynağına inilmiştir.

Cevap: C

5. Psikolojik danışma sürecinde **problemi kişiselleştirme**, danışanın yaşadığı güçlüklerde kendi rolünü, sorumluluğunu veya değiştirebileceği **kişisel alanları** fark etmesini sağlayan ileri düzey bir empati ve farkındalık becerisidir. Danışanlar başlangıçta sorunlarını genellikle **dışsal faktörlerle** (eş, iş, şans vb.) bağlama eğilimindedir. Danışmanın bu noktadaki görevi, danışanın odağını dış dünyadan alıp kendi **içsel eylemsizliğine** veya **yetersizliğine** odaklamaktır. "**Çok üzgünsün çünkü erkek arkadaşınla ilişkide seni çileden çıkaran bir deneyim yaşıyorsun ve onu harekete geçiremiyorsun.**" ifadesinde danışman, danışanın hissettiği "üzüntü" duygusunu, danışanın partnerini "**harekete geçirememesi**" (kendi eylem eksikliği) ile ilişkilendirmiştir. Bu yaklaşım, danışanın sorunu **sahiplenmesini** ve değişim için gerekli olan "**Ben neyi farklı yapabilirim?**" sorusunu sormasını sağladığı için problemi kişiselleştirmedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Erkekleri anlamak gerçekten zor değil mi?: Bu ifade, danışanın yaşadığı özgün sorunu **genel** bir toplumsal kalıba indirger. Bu tür yaklaşımlar danışanın **sorumluluktan kaçması**na ve sorunu "çözülemez bir doğa olayı" gibi görmesine neden olduğu için doğru cevap olamaz.

C) Neden erkek arkadaşına bazı sınırlar koymuyorsun. Ondan neleri beklediğini ve neleri beklemediğini açıkça ortaya koy. Taviz verme!: Bu ifade, danışana doğrudan **eylem planı** sunan bir **öğüt** ve **tavsiye** cümlesidir. Psikolojik danışmanlıkta danışan adına çözüm üretmek, onun **özerkliğini** ve içsel keşif sürecini engellediği için doğru cevap olamaz.

D) Erkek arkadaşın bu ilişkide seni çok yormuş, bir süre bu ilişkiye ara vermeyi denemelisin.: Bu tepki, danışmanın profesyonel sınırlarını aşarak danışanın hayatı hakkında radikal bir karar vermesini içermektedir. Danışanın kendi çözümünü bulmasına rehberlik etmek yerine dışarıdan müdahale ettiği için doğru cevap olamaz.

E) Erkek arkadaşın seni çok sinirlendiriyor çünkü potansiyelini ortaya koyacak şekilde bir ilişki yaşamıyor.: Bu ifade, duygunun altındaki “kişisel anlamı” açıklamaktadır. Odak noktası danışanın kendi davranışsal eksikliği değil, partnerine yüklediği beklentinin yarattığı hayal kırıklığıdır. Bu durum bir anlam yansıması örneği olduğundan doğru cevap olamaz.

Cevap: B

6. Psikolojik danışma sürecinde soru sorma becerisi, danışanın iç dünyasını keşfetmesini sağlayan stratejik bir araçtır. Ancak soruların yönlendirici, yargılayıcı veya danışman adına çözüm dayatıcı olmaması gerekir. “Annen üstüne geldiğinde susmak yerine ona düşündüklerini söylemenin daha yararlı olacağını düşünmüyor musun?” ifadesi, teknik olarak bir sorudan ziyade gizli bir tavsiye ve yönlendirme içermektedir. Bu tür kapalı uçlu sorular, içinde danışmanın kendi yargısını ve doğru bulduğu çözüm yolunu barındırır. “Düşünmüyor musun?” kalıbı, danışanı danışmanın onayını almaya zorlar, onu savunmaya itebilir ve danışanın kendi çözümünü üretme hakkını elinden aldığı için psikolojik danışmanlık etik ve tekniklerine aykırıdır. Bu nedenle bu ifade uygun bir soru örneği değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Belirsiz dediğin bu duyguyu farklı bir şekilde tanımlamayı dener misin?: Bu soru, danışanın deneyimini netleştirmesine ve somutlaştırmasına yardımcı olan ucu açık ve keşifsel bir yaklaşımdır. Danışmanı sürece dahil ettiği için uygundur.

B) Daha önce danışma deneyimi yaşadın mı?: Bu ifade, danışma sürecinin başında danışanın geçmiş tecrübelerini anlamaya ve beklentilerini belirlemeye yönelik gerekli ve teknik bilgi alma sorusudur.

C) Yalnız kaldığında aklından geçen düşünceler nelerdir?: Bu soru, danışanın içsel süreçlerini, otomatik düşüncelerini ve yalnızlık anındaki bilişsel yapısını anlamaya yönelik ucu açık ve oldukça işlevsel bir sorudur.

D) Arkadaşlarının şaka yollu söyledikleri sana ne hissettiriyor?: Bu soru, danışanın dış dünyadan gelen uyarılara karşı verdiği duygusal tepkiyi anlamaya yönelik bir duygu odaklı sorudur. Danışanın farkındalığını artırır.

Cevap: E

7. Psikolojik danışma sürecinde soru sorma becerisi, danışanın kendini açmasını sağlayan en temel araçlardan biridir. Ancak sorunun yapısı, danışanın vereceği yanıtın kapsamını doğrudan belirler. «İşinizi seviyor musunuz?» sorusu, yapısı gereği danışanı “Evet” veya “Hayır” gibi tek kelimelik, kısıtlı bir cevaba yönlendirmektedir. Bu tür sorular, danışanın duygu ve düşüncelerini detaylandırmasına fırsat tanımayan, cevabı evet/hayır ile sınırlayan ve kontrolün danışmada olduğu kapalı uçlu soru kategorisine girmektedir. Danışma sürecinin başında bilgi toplarken zaman kazandırsa da, derinlemesine keşif için genellikle açık uçlu sorular (Örn: “İşinizle ilgili neler hissediyorsunuz?”) tercih edilir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Açık uçlu: Bu tür sorular, danışanın cevabı genişletmesine, detaylandırmasına ve kendi cümleleriyle anlatmasına olanak tanır (Örn: “Nasıl?”, “Neler?”). Soruda verilen ifade ucu kapalı bir onay mekanizması içerdiği için doğru cevap olamaz.

C) Açıklayıcı: Bu beceri, danışanın tam anlaşılabilen bir ifadesini berraklaştırmak amacıyla kullanılır. Soruda bir belirsizliği gidermekten ziyade, yeni bir konuda doğrudan bilgi alma amacı güdüldüğü için doğru cevap olamaz.

D) Empati: Empati, danışanın hissettiği duygunun ve bu duygunun nedeninin danışman tarafından anlaşıldığını geri bildirme sürecidir. Verilen ifade bir duygu anlama tepkisi değil, bir soru kalıbıdır, bu nedenle doğru cevap olamaz.

E) **Destekleyici:** Destekleyici tepkiler, danışanın kendini güvende hissetmesini, anlaşıldığını ve kabul edildiğini hissettiren ifadelerdir. Soru sormak başlı başına bir destekleme biçimi olmadığı için doğru cevap olamaz.

Cevap: A

8. Psikolojik danışma oturumlarında soru sorma biçimi, danışanın kendini güvende hissetmesi ve içsel keşif sürecine devam edebilmesi açısından hayati bir öneme sahiptir. “**Neden? ve Niçin?**” soruları, yapıları gereği danışandan mantıklı bir açıklama, bir gerekçe veya bir kanıt bekler. Bu durum, danışanın kendini bir **sorgu** ortamındaymış gibi hissetmesine, davranışlarını haklı çıkarmaya çalışmasına ve sonuç olarak **savunma mekanizmalarını** harekete geçirmesine neden olur. Danışan, bu sorular karşısında yargılandığını veya suçlandığını hissederek iç dünyasını kapatabilir. Bu nedenle, genel psikolojik danışmanlık ilkeleri gereği, danışanın **savunmacı bir tutum** sergilemesini engellemek adına bu soru kalıpları yerine “Nasıl?” veya “Neler oluyor?” gibi daha betimleyici ve keşifsel yaklaşımlar tercih edilir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Henüz danışan ve psikolojik danışmanın yeterince kaynaşmamış olması:** Danışan ile danışman arasındaki **terapötik ittifakın** zayıf olması bir engeldir; ancak “neden” sorusunun yarattığı risk sadece başlangıç aşamasıyla sınırlı değildir. Bu sorular, güven bağı kurulsa dahi yapısı gereği **savunmacı tepki** üretme potansiyeline sahip olduğu için doğru cevap olamaz.

C) **Danışanın kendisiyle ilgili yeterli içgörü geliştirmemiş olması:** İçgörü eksikliği danışma sürecinin bir parçasıdır ve sorular bu içgörü geliştirmek için sorulur. Ancak “neden” sorularının kullanılmama nedeni danışanın kapasitesi değil, sorunun bizzat kendisinin **direnç yaratma** özelliğidir, bu nedenle doğru cevap olamaz.

D) **Danışanın bilişsel yeterlik düzeyinin düşük olması:** “Neden” sorusunun sorulmaması danışanın zihinsel kapasitesiyle ilgili bir durum değildir. Çok yüksek **bilişsel düzeydeki** danışanlar bile bu soru karşısında entelektüelleştirme yaparak **savunmaya** geçebileceği için doğru cevap olamaz.

E) **Bu aşamada danışanın henüz duygularının üzerinde çalışmak için hazır olmaması:** Duygular üzerinde çalışmaya hazır olmamak süreci yavaşlatabilir; ancak “neden” sorusu duygusal hazırlıktan ziyade **bilişsel bir hesap verme** zorunluluğu hissettirdiği için teknik olarak bu riskten dolayı sakıncalıdır, bu nedenle doğru cevap olamaz.

Cevap: B

9. Psikolojik danışma süreci, güven inşasından derinlemesine analize doğru giden **aşamalı** bir yapıya sahiptir. Sürecin ilk aşamalarında temel odak noktası **raport** kurmak, danışanı **koşulsuz kabul**le karşılamak ve **terapötik ittifak** oluşturmaktır. Henüz güçlü bir güven bağı ve **ilişki kurma** süreci tam olarak tamamlanmadan, danışanın sözleri ile davranışları arasındaki tutarsızlıkları işaret etmek danışanın **savunmaya geçmesine**, kendini yargılanmış hissetmesine ve süreci erkenden sonlandırmasına neden olabilir. “**Yüksek lisans yapmak istediğini söylüyorsun ancak hiçbir araştırma yapmamışsın.**” ifadesi bir **yüzleştirme** tekniğidir. Bu teknik, doğası gereği yüksek düzeyde risk taşıdığı için genellikle sürecin orta veya ilerleyen aşamalarında, **raport** pekiştikten sonra kullanılır. Bu nedenle ilk oturumlarda bu tür bir tepki verilmesi uygun değildir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Her hafta Pazartesi günü saat 15.00’te görüşeceğiz.:** Bu ifade, psikolojik danışma sürecinin başında yapılması zorunlu olan **yapılma** aşamasına örnektir. Sürecin sınırlarını ve kurallarını belirlemek ilk oturumun görevlerinden biri olduğu için uygundur.

B) **Size nasıl yardımcı olabilirim?** Bu soru, oturumu başlatan ve danışanın **başvuru** nedenini anlamaya yönelik ucu açık bir **başlatma** sorusudur. Danışanın beklentilerini belirlemek adına ilk oturumda kullanılması gereken en temel tekniklerden biridir.

D) **Eşinle aranda yaşananların seni üzdüğünü söylüyorsun.:** Bu tepki bir **duygu yansıtması** örneğidir. İlk oturumlarda danışanın anlaşıldığını hissetmesi ve **empati** kurulması, güven bağının oluşması açısından kritiktir, bu nedenle oldukça uygundur.

E) **Atanamama düşüncesi seni çok endişelendiriyor.:** Bu ifade, danışanın yaşadığı temel kaygıyı dile getiren bir **içerik ve duygu yansımasıdır**. Danışanın sorununu tanımlamasına ve **farkındalık** kazanmasına yardımcı olduğu için başlangıç aşaması için ideal bir tepkidir.

Cevap: C

10. “**Senin için neyin iyi olduğunu bildiklerini sandıkları için çocuklarına çok kırgınsın.**” ifadesinde psikolojik danışman, “**senin için**” diyerek odağı dış dünyadan (çocuklardan) alıp doğrudan **danışanın kendi içsel algısına** çevirmektedir. **Anlamı kişiselleştirme:** Psikolojik danışmanın, danışanın anlattığı bir durumun yine o danışan için ne ifade ettiğini belirlediği bir beceridir. Burada psikolojik danışman; çocukların ne yaptığından ziyade, bu durumun **danışan (sen)** üzerindeki etkisini ve danışanın bu olaya yüklediği **kişisel anlamı** (onun adına karar verilmesine duyulan tepkiyi) dile getirmektedir. Cümledeki “senin için” ve “kırgınsın” ifadeleri, psikolojik danışmanın danışana ait olan **içsel bir süreci ve kişisel algıyı** ona geri yansıttığını kanıtlar. Bu yüzden bu tepki, olaydaki anlamı danışana özgü kılan bir anlamı kişiselleştirme örneğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Problemi kişiselleştirme:** Bu teknik, psikolojik danışmanın danışana kendi sorunundaki **payını ve eylemsizliğini** (Örn: “...çünkü bu duruma engel olamıyorsun”) fark ettirmesidir. Psikolojik danışman burada danışanı suçlamadığı veya bir eksikliğini vurgulamadığı için doğru cevap olamaz.

C) **İçerik yansıması:** Psikolojik danışmanın, danışanın söylediklerini sadece **bilişsel düzeyde** ve olay bazlı (Örn: “Çocuklarının senin hakkında kararlar aldığını düşünüyorsun”) özetlemesidir. Kişisel bir anlam bağı ve duygu derinliği kurulmadığı için doğru cevap olamaz.

D) **Yüzleştirme:** Psikolojik danışmanın, danışanın kendi içindeki **çelişkili** mesajlarını (Örn: “Hem yardıma ihtiyacım yok diyorsun hem de unutkanlıklardan bahsediyorsun”) ortaya koymasıdır. Burada bir tutarsızlık belirtilmediği için doğru cevap olamaz.

E) **Konuşmaya açık davet:** Psikolojik danışmanın danışanı daha fazla anlatmaya teşvik etmek için sorduğu **ucu açık** sorulardır. Psikolojik danışman burada bir soru sormayıp doğrudan bir saptama yaptığı için doğru cevap olamaz.

Cevap: A

11. Psikolojik danışma sürecinde **sözel olmayan davranışlar**, danışman ile danışan arasındaki güven bağının kurulmasında ve iletişimin niteliğinde belirleyici bir rol oynar. **Kolları göğüste kavuşturmak** ifadesi, psikolojik danışman tarafından sergilenen ve iletişim literatüründe “kapalı beden dili” olarak tanımlanan bir davranıştır. Bu duruş, dış dünyaya karşı bir engel (bariyer) oluşturur ve danışan tarafından savunmacı, mesafeli, ilgisiz veya yargılayıcı bir tutum olarak algılanabilir. Etkili bir danışma sürecinde beklenen, danışmanın **açık, ulaşılabilir ve kabul edici** bir beden dili sergilemesidir; oysa kolları kavuşturmak iletişimin akışını kesintiye uğratan ve danışanın kendini rahatça ifade etmesini zorlaştıran **etkisiz bir sözel olmayan davranış** örneğidir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Danışana dönük ve eğik olmak:** Psikolojik danışmanın danışana doğru hafifçe eğilmesi, onunla **ilgilendiğini**, onu **dinlemeye hazır** olduğunu ve odaklandığını gösteren etkili bir sözel olmayan iletişim unsurudur.

B) **Gerektiğinde sessizliğe izin vermek:** Sessizlik, danışanın duygu ve düşüncelerini toparlaması için bir **alan açma** becerisidir. Danışmanın bu sessizliği sabırla ve kabulle beklemesi, danışana verilen değeri gösteren güçlü bir iletidir.

C) **Karşıdaki kişiyle fiziksel olarak eşit düzeyde durmak:** Danışan ile danışmanın göz hizasının ve oturdukları seviyenin eşit olması, aradaki **hiyerarşiyi azaltır ve eşitlikçi bir ilişki** kurulmasını destekler. Bu, danışanın kendini daha güvende hissetmesini sağlayan etkili bir yerleşimdir.

D) **Rahat ve açık bir beden pozisyonu almak:** Danışmanın gergin olmayan, doğal ve **açık (kolların ve bacakların bağlanmadığı)** bir duruş sergilemesi, danışana “sana ve paylaştıklarına hazırım” mesajı verir ve iletişimi kolaylaştırır.

Cevap: E

12. "Ay, olamaz, bu berbat bir şey. Bu gerçek bir problem." ifadesi, psikolojik danışma sürecinde kaçınılması gereken **sempati** tepkisine örnektir. **Sempati:** Danışmanın, danışanın yaşadığı duyguların aynısını bizzat hissetmesi, onunla birlikte üzülmesi veya onun durumuna yönelik öznel yargılarda ("berbat", "felaket") bulunmasıdır. Psikolojik danışma sürecinde beklenen **empati** kurmaktır; yani danışanın duygusunu anlamak ama o duyguya kapılmadan nesnelliği korumaktır. Şahin Bey burada nesnelliğini yitirmiş, olayı "berbat" olarak nitelendirerek kendi kişisel yargısını sürece dahil etmiş ve danışanla birlikte duygusal bir sarmala girmiştir. Bu durum, profesyonel yardımı engelleyen ve danışmanı tarafsız bir rehber olmaktan çıkaran bir tutumdur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **İçerik yansıtma:** Psikolojik danışmanın, danışanın anlattığı olayları sadece **bilişsel düzeyde** özetleyerek (Örn: "Ailenin isteği ile kendi ilgi alanının çatıştığını söylüyorsun") ona geri vermesidir. Sorudaki tepki nesnel bir özet değil, öznel bir yargı içerdiği için doğru cevap olamaz.

B) **Duygu yansıtma:** Psikolojik danışmanın, danışanın hissettiği duyguyu (Örn: "Şu an kafan çok karışık ve çaresiz hissediyorsun") belirleyip ona yansıtmasıdır. Soruda danışmanın duygusu değil, danışmanın **durumu hakkındaki kendi duygusu** (berbat olduğu) ifade edildiği için doğru cevap olamaz.

C) **Yorumlama:** Psikolojik danışmanın, danışanın ifadelerinden yola çıkarak altında yatan **bilinç dışı nedenleri** veya bağlantıları (Örn: "Belki de çocukluğundan beri ailenin onayını alma ihtiyacın seni bu karmaşaya sürüklüyor") açıklamasıdır. Soruda bir analiz yapılmadığı için doğru cevap olamaz.

E) **Yüzleştirme:** Psikolojik danışmanın, danışanın sözleri ile davranışları arasındaki **çelişkileri** (Örn: "Hem tıp istiyordum diyorsun hem de psikolojiden daha çok zevk aldığını fark ediyorsun") fark ettirmesidir. Soruda bir tutarsızlık vurgusu olmadığı için doğru cevap olamaz.

Cevap: D

13. Psikolojik danışma sürecinde **kişiselleştirme** becerileri (anlam, problem, amaç) aşamalı olarak ilerler ve en üst düzeyde yardım, danışanın sadece duygusunu anlamasını değil, bu sorunu çözmek için **eyleme geçmesini** (amaç) sağlayan tepkidir. "**Canın sıkılıyor çünkü hayatının bu önemli kararını nasıl vereceğini bilmiyorsun ve kendin için en uygun seçimi yapmak istiyorsun. Birlikte atabileceğimiz ilk adım karar vermene yardımcı olacak kişisel değerlerinin bir listesini çıkartmak ve ardından bunların seçenekleriyle ne kadar örtüştüğüne bakmaktır.**" ifadesi, psikolojik danışma becerilerinden **amaç kişiselleştirme** ve eylem planı oluşturma aşamasına örnektir. **Amaç kişiselleştirme:** Danışanın yaşadığı sorunun altındaki temel ihtiyacı ve ulaşmak istediği hedefi (kendin için en uygun seçimi yapmak istiyorsun) netleştiren, kişiselleştirme sürecinin en ileri aşamasıdır. Psikolojik danışman Şahin Bey, bu tepkisiyle odağı Elvan'ın çaresizliğinden alıp, onun neyi başarmak istediğine ve bu hedefe ulaşmak için atılacak somut **ilk adıma** (değerler listesi çıkarmak) kaydirmiştir. Danışanı pasif bir mağdur rolünden çıkarıp kendi çözüm sürecinin aktif bir öznesi haline getirdiği için bu tepki en üst düzeyde yardımcı olan cevaptır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Hangi alanı seçeceğini bilemediğini ve hiç kimsenin senin yönünü bulmana yardımcı olamayacağını düşünüyorsun.:** Bu tepki bir **anlamı kişiselleştirme** örneğidir. Danışanın durumuna yüklediği çaresizlik inancını ve olayın onun için taşıdığı anlamı yansıtır. Danışanın iç dünyasını anlaması açısından değerli olsa da, bir hedef veya eylem planı içermediği için en etkili yardım düzeyi değildir.

B) **Tıp iş bulmada hiç sorun yaşanmayacak çok popüler bir alandır ancak okuması zordur.:** Bu ifade bir **bilgi verme** tepkisidir. Psikolojik danışmanın dışsal bir durum hakkında nesnel bilgi veya kişisel görüş paylaştığı, danışanın içsel süreçlerini ve duygularını kişiselleştirmede teknik dışı bir yaklaşımdır.

C) **Kafan gerçekten çok karışık çünkü annen ve baban doktor olmanı istiyor. Sen bambaşka bir mesleğe ilgi duyuyorsun. En kötüsü de ailen durumu içinden çıkılmaz hale getiriyor.:** Bu tepki **içerik yansıtması** ve dışsallaştırma içerir. Psikolojik danışman olayları özetlemiş ancak sorunun kaynağını ve çözü-

münü tamamen dış faktörlere (aileye) bağlamıştır. Bu durum danışanın kendi sorumluluğunu almasını zorlaştırdığı için iyileştirici gücü düşüktür.

- E) Kendini çaresiz hissediyorsun ve kendine kıızıyorsun çünkü bu durumda hangi tarafın ağır bastığını bilmiyorsun ve gerçekten doğru karar vermek istiyorsun.:** Bu ifade **duygu ve anlamı kişiselleştirme** basamaklarını başarıyla kapsar. Elvan'ın içsel çatışmasını ve kendine yönelik hislerini belirler; ancak D seçeneğinde olduğu gibi somut bir çözüm yoluna ve eylem planına geçiş yapmadığı için gelişimsel olarak bir adım geride kalır.

Cevap: D

- 14.** Soruda verilen danışanın güçlü yönlerini bulması, kendine güvenini kazanması, kendisinden başarı beklemesi ve umut kazanmasını sağlama amaçları, psikolojik danışma becerilerinden **cesaretlendirme** tekniği ile gerçekleştirilir. **Cesaretlendirme:** Danışanın kendi kapasitesine inanmasını sağlayan, çabayı ödüllendiren ve kişideki "aşağılık duygusu" ile mücadele ederek onun sosyal ilgisini ve yaşam cesaretini artıran bir süreçtir. Bu teknik, danışanın sadece geçmişteki başarılarına değil, şu andaki küçük adımlarına ve gelecekteki potansiyeline odaklanarak onda bir "yeterlilik" duygusu oluşturur. Özellikle umutsuzluk içindeki danışanların içsel kaynaklarını fark etmeleri için en etkili araçtır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Yüzleştirme:** Danışanın kendi içindeki **çelişkili** ifadelerini, duygularını ve davranışlarını (Örn: "Başarılı olmak istediğini söylüyorsun ama ders çalışmak için hiç zaman ayırmıyorsun") fark etmesini sağlayan bir tekniktir. Amacı tutarsızlıkları gidermek olup doğrudan bir öz güven aşılama tekniği değildir.

- C) Yorumlama:** Danışanın davranışlarının ve duygularının altında yatan **bilinç dışı** süreçleri veya geçmiş yaşantı bağlantılarını (Örn: "İnsanlara güvenmekte zorlanmanızın nedeni, çocuklukta yaşadığınız terk edilme korkusu olabilir") açıklayarak içgörü kazandırmayı amaçlayan bir tekniktir.

- D) Cinsiyet analizi:** Danışanın yaşadığı bireysel sorunların arkasındaki toplumsal cinsiyet kalıplarını ve baskılarını inceleyen, özellikle feminist terapide kullanılan bir analiz yöntemi-

dir. Bireyin genel öz güven inşasından ziyade toplumsal rollerin etkisine odaklanır.

- E) Mucize soru:** Danışanın sorunlarının bir gecede mucizevi bir şekilde çözüldüğünü hayal etmesini isteyerek, hedef belirlemesini ve sorunun olmadığı bir hayatı tasavvur etmesini sağlayan çözüm odaklı bir tekniktir. Gelecek senaryosu çizse de, mevcut güçlü yönleri bulup güven inşa etme süreci cesaretlendirmenin ana odak noktasıdır.

Cevap: B

- 15.** Kısa süreli çözüm odaklı terapi yaklaşımında amaçların belirlenmesi, sürecin en kritik aşamalarından biridir. Bu yaklaşıma göre hedeflerin; danışan tarafından gerçekleştirilebilir, somut, gözlemlenebilir, bir davranışın yokluğuna değil varlığına odaklanan (pozitif dille ifade edilen) ve küçük adımları içeren nitelikte olması gerekir. Soruda verilen seçenekler arasında, neyin yapılmayacağına değil neyin yapılacağına odaklanan ve bu kriterleri karşılayan cümle **"Başka insanlarla iyi geçinmenin yollarını bilmek istiyorum."** ifadesidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Eşimle ilişkimde öfkelenmek istemiyorum.:** Bu ifade bir durumun yokluğuna odaklandığı için "olumsuz (negatif) amaç" kapsamına girer. Çözüm odaklı terapide amaçlar "neyin olmayacağı" üzerine değil, o istenmeyen durumun yerine "neyin geleceği" üzerine inşa edilmelidir.

- C) Sınavlarda kaygı yaşamak istemiyorum.:** Bu hedef de bir kaçınma ve yokluk ifadesidir. Kaygının yokluğu yerine, "Sınav anında kendini nasıl hissetmek istersin?" sorusuna verilen cevap (örneğin; odaklanmış ve sakin kalmak) uygun bir amaç olabilir.

- D) Yaşamımda sıkıntılar olmasın istiyorum.:** Bu amaç hem gerçekçi değildir hem de çok geneldir. Çözüm odaklı terapi, hayatın her alanındaki sıkıntıları yok etmeyi değil, ulaşılabilir ve küçük değişimlere odaklanmayı hedefler.

- E) İnsanlar beni öfkelenmesin istiyorum.:** Bu hedefte kontrol odağı tamamen dışsaldır. Başkalarının davranışlarını değiştirmek danışanın elinde olmadığı için, danışanın kendi kontrolünde olmayan bir durum amaç olarak belirlenemez.

Cevap: A

1. **Psikolojik danışma sürecinde birey merkezli yaklaşım**, insanın özünde yapıcı olduğu ve uygun koşullar sağlandığında kendi potansiyelini en üst düzeye çıkarabileceği varsayımına dayanır. Bu yaklaşımda en üst düzeyde yardım, danışana hazır çözümler sunmak değil, onun kendi **sorunlarını çözebilecek güce sahip olduğuna inanmak** ve bu gücü ortaya çıkaracak güvenli bir iklim oluşturmaktır. “Danışanların problemlerini ve çözüm yollarını kendileri keşfetmeleri; danışmanların ise danışanlarının kendilerini değiştirme güçlerine inanmaları” ifadesi, Rogers’ın terapötik koşullarından **koşulsuz kabul** kavramına örnektir. **Koşulsuz kabul**: Danışmanın, danışanı hiçbir ön şart koymadan, yargılamadan ve olduğu gibi değerli bir varlık olarak kabul etmesi, onun içsel değerlendirme sürecine tam bir güven duymasıdır. Danışman bu tutumuyla odağı teknik müdahalelerden alıp, danışanın özgürce gelişebileceği ve kendi kararlarını alabileceği bir **ilişki biçimine** kaydırmıştır. Danışanı dışarıdan yönlendirilecek bir nesne değil, kendi hayatının **aktif bir öznesi** ve uzmanı haline getirdiği için bu bakış açısı birey merkezli ekolün kalbidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Transferans**: Danışanın geçmişindeki önemli kişilere karşı geliştirdiği duygu ve tutumları danışmana yansıtmasıdır. Daha çok **Psikanalitik** yaklaşımda değişimin temel aracı olarak kullanılır; birey merkezli yaklaşımda değişimin ana kaynağı danışman-danışan arasındaki gerçek ve insani bağıdır.

B) **Direnç**: Danışanın değişim karşısında gösterdiği bilinçli ya da bilinç dışı engellemelerdir. Soruda vurgulanan durum, engellerden ziyade bireyin içindeki **pozitif değişim potansiyeline** duyulan sarsılmaz inançtır.

C) **Empati**: Danışanın dünyasına onun penceresinden bakabilme becerisidir. Birey merkezli yaklaşımın temel bir ögesi olsa da, sorudaki “**değiştirme gücüne inanma**” vurgusu, danışana duyulan temel güveni ve ona verilen değeri daha doğrudan karşılar.

E) **Yüzleştirme**: Danışanın tutarsızlıklarını ona fark ettirme becerisidir. Bu teknik, danışanın kendi keşfinden ziyade **danışmanın bir müdahalesini** içerir. Oysa soruda danışanın kendi çözümünü kendi hızıyla bulması ve danışmanın bu sürece olan inancı anlatılmaktadır.

Cevap: D

2. Psikolojik danışma sürecinde **kendini açma**, danışmanın kendi kişisel yaşantılarından veya o anki duygularından kesitler sunarak sürece katkı sağlamasıdır. En üst düzeyde yardım, bu tekniğin danışanı rahatlatmak, yalnız olmadığını hissettirmek ve süreci somutlaştırmak amacıyla **stratejik** bir şekilde kullanılmasıdır. Ancak bu süreçte en kritik kural, odağın her zaman danışanda kalmasıdır. “Danışmanın, benzer bir yaşantısını anlatırken odağı kendi üzerinde tutması ve detaylara girmesi” ifadesi, kendini açma becerisinin yanlış kullanımına örnektir. **Odağı kaydırma**: Danışman kendi hikâyesini anlatırken çok fazla detaya girerse, seans danışanın seansı olmaktan çıkar ve bir arkadaş sohbetine dönüşür. Psikolojik danışman bu hatalı tutumuyla odağı danışanın ihtiyacından alıp kendi yaşantısına kaydırarak için **terapötik etkileşimi** zayıflatır. Danışanı merkeze alan bir süreçte danışman, kendi yaşantısını sadece bir köprü olarak kullanmalı ve hemen ardından sözü tekrar danışana bırakmalıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Kendini açma müdahalesinin danışanın yararı gözetilerek ve uygun zamanda yapılması**: Bu doğru bir tutumdur. Teknik, danışmanın kişisel tatmini için değil, sadece danışanın **gelişim sürecine** katkı sağlayacağı düşünüldüğünde uygulanmalıdır.

C) **Paylaşılan yaşantının o andaki danışma süreciyle ve danışanın getirdiği konuyla ilişkili olması**: Bu doğru bir tutumdur. İçeriğin **mevcut bağlamla** ilişkili olması, danışanın konuyu daha iyi kavramasını ve danışmanla arasındaki mesafenin sağlıklı bir şekilde kısılmasını sağlar.

D) **Danışmanın kendi geçmişindeki çözülmemiş ağır krizleri veya travmaları paylaşmaktan kaçınması**: Bu doğru bir tutumdur. Danışman, henüz **kendi içinde çözümlememediği** bir sorunu paylaşırsa, danışan kendisini danışmanı teselli etmek zorunda hissedebilir; bu da rollerin tersine dönmesine yol açar.

E) **Kendini açmanın, danışanla kurulan terapötik bağı ve içtenliği güçlendirmek amacıyla kullanılması**: Bu doğru bir tutumdur. Danışmanın insani bir yakınlık sergilemesi, **saydamlık** ilkesi gereği güven ilişkisini pekiştirir ve danışanın kendisini daha rahat ifade etmesini kolaylaştırır.

Cevap: A

3. Psikolojik danışma sürecinde **direnç**, danışanın farkındalık kazanmaya veya değişim yaşamaya karşı geliştirdiği bilinçli ya da bilinç dışı engellemelerdir. En üst düzeyde yardım, danışanın bu engelleri aşmasını sağlayarak özgürce kendini ifade etmesine destek olmaktır. "Duygularından söz etmesi" ifadesi, direncin aksine danışma sürecinin sağlıklı ilerlediğinin ve **kendini açma** becerisinin gerçekleştiğinin bir göstergesidir. **Duygu paylaşımı**: Danışanın iç dünyasına dair samimi ifadeler kullanması, savunma mekanizmalarını bir kenara bıraktığını ve değişim için gerekli olan **duygusal boşalımı** (katarsis) yaşadığını gösterir. Psikolojik danışman bu durumla odağı savunmacı tutumlardan alıp, danışanın içsel dünyasına kaydırmış olur. Danışanı kaçınan bir rolden çıkarıp kendi gerçekliğiyle yüzleşen aktif bir özne haline getirdiği için bu davranış bir direnç göstergesi değil, terapötik ilerlemedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Uzun süreli sessizlikler olması**: Bu bir direnç göstergesidir. Danışan, konuşulması gereken zor konulardan kaçınmak veya danışmana karşı hissettiği bir olumsuzluğu ifade etmemek için **sessizliği** bir kalkan olarak kullanabilir.
- B) **Sözel mesajların sözel olmayan mesajlarla uyuşmaması**: Bu bir direnç göstergesidir. Danışanın "iyiyim" derken titrek bir sesle konuşması veya ağlamaklı görünmesi, gerçek duygunun bastırılmaya çalışıldığını ve **içtenlik** konusunda bir engel olduğunu gösterir.
- C) **Seanslara geç gelmeye başlaması**: Bu bir direnç göstergesidir. Danışanın seans randevularını aksatması veya gecikmesi, sürecin getirdiği sorumluluktan ya da yüzleşilecek konulardan duyulan **kaygıdan** kaynaklanan eyleme dökme (acting-out) davranışdır.
- E) **Lafı dolandırması**: Bu bir direnç göstergesidir. Danışanın asıl soruna gelmek yerine önemsiz ayrıntılardan bahsetmesi veya sürekli konuyu değiştirmesi, merkeze inilmesini engelleyen bir **savunmacı** tutumdur.

Cevap: D

4. Soruda belirtilen danışanın **konusulanları kafasından geçirmesi, toparlaması ve özümsemesi** süreci, danışma oturumlarında danışanın dış dünyadan gelen iletileri durdurup kendi içsel süreçlerine odaklandığı bir "kuluçka" anını ifade eder. En üst düzeyde yardım, danışmana sürekli bilgi aktarmak değil, onun kendi içgörülerini kazanabilmesi için gerekli olan **zihinsel boşluğu** ona tanıtmaktır. Derya Hanım'ın danışanından beklediği bu içselleştirme ve farkına varma süreci, ancak dışsal uyarılmanın kesildiği **sessizlik** tekniği ile mümkündür. **Sessizlik**: Danışanın o ana kadar paylaşılanları sindirmesine, duygularını derinlemesine hissetmesine ve zihnindeki parçaları birleştirmesine hizmet eden terapötik bir araçtır. Psikolojik danışman bu teknikle odağı aktif karşılıklı konuşmadan alıp, danışanın **kendi iç sesine** kaydırmıştır. Danışanı sadece yanıt veren bir konumdan çıkarıp, kendi yaşantısı üzerinde düşünen **aktif bir özne** haline getirdiği için bu tutum amaca ulaşmak için en uygun yoldur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Bağlama**: Danışanın farklı zamanlarda anlattığı olaylar veya duygular arasındaki köprüleri kuran bir beceridir. Bu beceride aktif olan kişi daha çok danışmandır; oysa soruda danışanın bu süreci **kendi başına** (özümseyerek) yapması istenmektedir.
- C) **Kapalı uçlu soru sorma**: Genellikle tek kelimelik cevaplar almayı hedefleyen ve süreci kısıtlayan bir tekniktir. Danışanın **bilinç dışı** süreçlerini keşfetmesini ya da derin bir tefekküre dalmasını desteklemek yerine, zihinsel süreci belirli bir bilgiye hapsedir.
- D) **Problemi kişiselleştirme**: Danışanın yaşadığı durumdaki kendi payını ve sorumluluğunu görmesini sağlayan bir aşamadır. Danışanın farkındalığı için kritik bir basamak olsa da, seansın o anındaki "hazmetme ve toparlama" ihtiyacını karşılayan teknik müdahale bu değildir.
- E) **Asgari düzeyde teşvik**: Danışanın konuşmasını sürdürmesini sağlayan kısa onay ifadeleridir. Bu teknik odağı danışanın **anlatmaya devam etmesine** yönlendirirken, sessizlik tekniği odağı danışanın **durup düşünmesine** yönlendirir.

Cevap: B

7. Soruda danışanın yüzeysel olarak dile getirdiği “çekingencilik ve arkadaşsızlık” şikâyetinin ötesine geçilerek, bu durumun bireyin iç dünyasında yarattığı derin ıstırap ve aslında ulaşmak istediği temel arzusu (anamlı ilişkiler kurma isteği) açığa çıkarılmaktadır. En üst düzeyde yardım, danışanın sadece söylediklerini değil, henüz tam olarak farkında olmadığı ya da açıkça ifade etmediği **içsel özlemlerini** ve duygularının derinliğini ona yansıtmaktır. Danışmanın “dünyan zindan oluyor” diyerek duygunun şiddetini belirtmesi ve “anamlı ilişkilere girmek istiyorsun” diyerek alttaki ihtiyacı okuması **ileri düzeyde empati** becerisine örnektir. **İleri düzeyde empati**: Danışanın ifadelerinin altında yatan, ancak onun tarafından net bir biçimde dile getirilmemiş gizli anlamları, ihtiyaçları ve yoğun duyguları sezerek ona geri bildirme sürecidir. Psikolojik danışman bu tepkisiyle odağı basit bir durum tespitinden alıp, danışanın **bilinç dışı** veya henüz keşfedilmemiş derin duygularına kaydırmıştır. Danışanı sadece sorununu anlatan biri olmaktan çıkarıp, kendi içsel dünyasındaki temel ihtiyaçlarla yüzleşen **aktif bir özne** haline getirdiği için bu müdahale ileri düzeyde bir anlayış sunar.

Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Başlangıç düzeyinde empati:** Danışanın paylaştıklarını sadece kelime düzeyinde veya yüzeysel duyguları yansıtarak tekrar etmektir (Örneğin: “Çekingen olduğun için arkadaş edinemiyorsun ve bu seni üzüyor”). Soruda ise bu düzeyin çok ötesinde bir derinlik ve anlamlandırma söz konusudur.
- C) Şimdi ve burada:** Danışma oturumu sırasında o anda danışman ve danışan arasında gelişen etkileşime ve duygulara odaklanmaktır. Sorudaki ifade danışanın genel yaşamına ve içsel beklentilerine yönelik olduğu için bu kavramı karşılamaz.
- D) Cesaretlendirme:** Danışanın bir eylemde bulunması veya süreci devam ettirmesi için ona verilen destektir. Danışman burada bir teşvikte bulunmaktan ziyade, danışanın yaşantısının içindeki gizli **öge** ve anlamları keşfetmesine yardımcı olmaktadır.
- E) Yapılandırma:** Psikolojik danışma sürecinin hedefleri, süresi ve kuralları hakkında yapılan açıklamadır. Diyalogda sürecin teknik sınırlarına dair herhangi bir bilgilendirme yer almamaktadır.

Cevap: B

8. Soruda danışmanın kullandığı “**Bakalım doğru anlamış mıyım?**” ve “**doğru mu?**” şeklindeki kontrol cümleleri, danışma sürecinde iletilen mesajın doğruluğunu denetlemeye ve danışan ile danışman arasında tam bir mutabakat sağlamaya hizmet etmektedir. En üst düzeyde yardım, danışanın getirdiği bilgileri danışmanın kendi zihnine göre yorumlaması değil, danışanın öznel gerçekliğine uygunluğunu test ederek ilerlemesidir. Danışmanın “Öfkeni kontrol etmek için bir şeyler denemek istiyorsun” şeklindeki tespiti ve ardından gelen teyit sorusu, profesyonel iletişimde **doğrulayıcı ifade** (algı kontrolü) kullanımına örnektir. **Doğrulayıcı ifade:** Danışmanın, danışandan gelen mesajı kendi kelimeleriyle özetleyip bu özetin danışanın hissettiği veya anlatmak istediği şeyle örtüşüp örtüşmediğini denetlediği tekniktir. Psikolojik danışman bu tepkisiyle odağı kendi varsayımlarından alıp danışanın **onayına** kaydırmıştır. Danışanı belirsiz bir anlatım sürecinden çıkarıp, hedefleri üzerinde uzlaşılan ve anlaşıldığından emin olunan **aktif bir özne** haline getirdiği için bu müdahale süreci somutlaştırır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Cesaretlendirme:** Danışanın değişim yönündeki çabasını, gücünü ve harcadığı emeği vurgulayarak öz güvenini artırma becerisidir. Burada bir takdir veya motivasyonel destekten ziyade, sadece bir hedefin tespiti ve teknik olarak onayı (teyidi) söz konusu olduğundan bu sık elenir.
- C) Yüzleştirme:** Danışanın ifadeleri veya davranışları arasındaki tutarsızlıkları (Örn: “Hem değişmek istediğini söylüyorsun hem de hiçbir adım atmıyorsun”) fark ettirme becerisidir. Diyalogda bir çelişki vurgusu yoktur.
- D) Yorumlama:** Danışanın anlattıklarının altında yatan **bilinç dışı** nedenleri veya kuramsal bağlantıları ona açıklamaktır. Danışman burada yeni bir anlam katmamış, sadece danışanın isteğini netleştirip ona geri sunmuştur.
- E) Kendini açma:** Danışmanın, danışanın getirdiği konuyla ilişkili olarak kendi geçmiş yaşantılarından veya o anki duygularından bir **öge** paylaşmasıdır. Diyalogda danışmana dair kişisel bir bilgi yer almamaktadır.

Cevap: A

9. Soruda danışanın mevcut durumdaki tepkisi ile geçmiş yaşantıları arasındaki bağın danışman tarafından kurulduğu görülmektedir. Danışman, danışanın öğretmenine verdiği tepkiyi, anne ve babasıyla olan geçmiş deneyimlerine dayandırarak bir neden-sonuç ilişkisi önermektedir. En üst düzeyde yardım, danışanın getirdiği dağınık bilgi ve yaşantıları, onun henüz fark etmediği bir çerçeveye oturtturarak yeni bir bakış açısı kazanmasını sağlamaktadır. Danışmanın “geçmişte annen ve babana verdiğin tepkiye benziyordu” ifadesi, danışanın davranışlarının altındaki kökenleri gün yüzüne çıkaran bir **yorumlama** becerisine örnektir. **Yorumlama:** Danışanın anlattıklarının altında yatan, ancak kendisinin o an için açıkça göremediği **bilinç dışı** bağlantıları, nedenleri veya örüntüleri ona yeni bir perspektiften sunma sürecidir. Psikolojik danışman bu tepkisiyle odağı sadece şu andaki olaydan alıp, danışanın hayatındaki genel bir davranış kalıbına kaydırmıştır. Danışanı sadece olayları anlatan biri olmaktan çıkarıp, kendi tepkilerinin geçmişteki köklerini fark eden ve bu sayede **içgörü** kazanan **aktif bir özne** haline getirdiği için bu müdahale derinlikli bir anlamlandırma sunar. **Doğru cevap A seçeneğidir.**
- B) Cesaretlendirme:** Danışanın değişim yönündeki çabasını, gücünü ve harcadığı emeği vurgulayarak öz güvenini artırma becerisidir. Burada bir takdirden ziyade teknik bir analiz ve bağlantı kurma söz konusudur.
- C) Yüzleştirme:** Danışanın ifadeleri veya davranışları arasındaki tutarsızlıkları (Örn: “Güvenin önemli olduğunu söylüyorsun ama güven sarsacak tepkiler veriyorsun”) fark ettirme becerisidir. Diyalogda bir çelişki vurgusu yoktur, benzerlik vurgusu vardır.
- D) Problemi kişiselleştirme:** Danışanın yaşadığı sorunu kendi eksikliği veya payı üzerinden (Örn: “Öğretmeninin sana güvenmemesinden dolayı öfkeliyim çünkü bu güveni henüz sen de tesis edemedin”) tanımlamaktır. Burada ise sorun değil, davranışın kökeni analiz edilmektedir.
- E) Amacı kişiselleştirme:** Danışanın ulaşmak istediği hedefi (Örn: “Artık bu tepkiyi vermek yerine güven kazanmak istiyorsun”) netleştirmektir. Diyalogda bir hedef belirlemesinden ziyade geçmişe yönelik bir saptama mevcuttur.

Cevap: A

10. Soruda psikolojik danışman Ecem Hanım’ın danışanın ifadelerine verdiği iki farklı tepki ve bu tepkilerin teknik karşılıkları sorulmaktadır.

İlk tepkide danışman, danışanın “fena halde kızdırmıştı” ifadesine karşılık olarak “Dolayısıyla hayli öfkeliydin” diyerek, danışanın açıkça ifade ettiği duyguyu ona geri yansıtmıştır. Bu, danışanın o anki duygu dünyasını olduğu gibi aynalayan **yönlendirici olmayan duygu yansımasıdır**. Bu teknik, danışanın anlaşıldığını hissetmesini sağlayarak görüşmenin güven zemininde derinleşmesine kapı aralar.

İkinci tepkide ise danışman, danışanın yüzeydeki öfkesinin ötesine geçerek; “başka duygularının olduğunu da düşünüyorum” ve “belki de seni inciten sana güvenmemesidir” ifadelerini kullanmıştır. Burada danışman, danışanın doğrudan söylemediği ancak anlatımının satır aralarında gizli olan “incinme” duygusunu ve bunun “güven eksikliğiyle” bağını ortaya koymaktadır. Bu durum, danışanın getirdiği bilgileri bir adım öteye taşıyan ve ona yeni bir farkındalık kazandıran **yorumlayarak duygu yansıması** becerisidir. Danışmanın bu hamlesi, danışanın kendi tepkilerinin altındaki daha hassas ve derin duygusal **öğeleri** keşfetmesine rehberlik eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Yorumlayarak duygu yansıması-Yönlendirici olmayan duygu yansıması:** Tekniklerin sırası tam tersidir. Danışman önce yüzeydeki duyguyu (öfke) yansıtmış, sonra derinlerdeki duyguya (incinme) dair bir yorum katmıştır.
- B) İçerik yansıması-Duygu yansıması:** İlk tepki “kızgınlık/öfke” yani bir duyguya yöneliktir, olayın içeriğine (saat çalma suçlaması gibi) değil. Dolayısıyla ilk kısım duygu yansımasıdır.
- D) Özetleme-Cesaretlendirme:** Danışman geniş bir süreci özetlememiş, ayrıca ikinci cümlede danışanın çabasını destekleyen bir cesaretlendirme değil, analitik bir bakış (yorum) sunmuştur.
- E) Anlamı kişiselleştirme-Problemi kişiselleştirme:** Bu seçeneklerde danışanın sorundaki kendi payına veya ihtiyacına dair bir vurgu yapılması gerekir. Oysa diyalogda temel odak, duyguların tanımlanması ve bu duyguların altındaki saklı anlamların (incinmişlik gibi) **bilinç dışı** düzeyden bilinçli düzeye çıkarılmasıdır.

Cevap: C

11. Soruda danışanın sınav kaygısı ve yaşadığı bilişsel kilitlenme (donup kalma) hakkındaki paylaşımına karşılık, psikolojik danışman Fatma Hanım'ın kendi geçmiş yaşantısından bir kesit sunarak yanıt verdiği görülmektedir. En üst düzeyde yardım, danışanın kendisini yalnız, tuhaf veya anlaşılmasız hissettiği anlarda, danışmanın uygun dozda ve yerinde bir paylaşım ile bu yaşantının "insani" ve "paylaşılabilir" olduğunu hissettirmesidir. Danışmanın "Ben de sınavlarda aynı şeyleri hissediyordum" ifadesi, terapötik bir teknik olan **kendini açma** becerisinin tipik bir örneğidir. **Kendini açma**: Danışmanın, danışanın getirdiği konuyla ilişkili olarak kendi benzer deneyimlerini, duygularını veya düşüncelerini süreçte paylaşmasıdır. Bu hamle, odağı sadece danışanın "sorunlu" dünyasından alıp, yaşanan duygunun evrenselliğine kaydırarak danışanla kurulan bağın şeffaflığını ve derinliğini artırır. Danışanı, yaşadığı kaygı içinde kaybolmuş bir kurban olmaktan çıkarıp, benzer süreçlerden geçmiş biriyle bağ kuran ve bu sayede normalleşme hissine kavuşan bir noktaya taşır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Duygu yansıtması:** Danışanın o andaki "endişe" duygusunun ona geri verilmesidir (Örn: "Sınav anını düşündüğünde yoğun bir kaygı hissediyorsun"). Burada danışman kendi duygusundan bahsettiği için bu şık elenir.
- B) İçerik yansıtması:** Danışanın söylediklerinin düşünsel boyutunun özetlenmesidir (Örn: "Sınavda her şeyi unutacağından ve zihninin duracağından korkuyorsun"). Danışman burada bir özetleme yapmamış, kendi deneyimini eklemiştir.
- C) Amacı kişiselleştirme:** Danışanın sınav kaygısını yönetmek için ulaşmak istediği hedefi belirlemektir. Diyalogda bir hedefe yönelim değil, geçmiş bir yaşantı paylaşımı mevcuttur.
- D) Problemi kişiselleştirme:** Sorunun kaynağını danışanın kendi tutum veya beceri eksikliği üzerinden tanımlamaktır. Burada sorun analizi yapılmamış, duygusal bir ortaklık kurulmuştur.

Cevap: E

12. Psikolojik danışman Ayten Hanım'ın, oturumun belirli bir diliminde (ilk 15 dakika) konuşulan pek çok farklı konuyu bir araya getirerek danışana geri sunduğu görülmektedir. Danışmanın; aile çatışması, ihmal edilme öfkesi, koruyucu aileye geçişin rahatlığı ve yeni uyum süreci gibi farklı **öğeleri** birleştirip "Bunlar şu ana kadar konuştuklarımızın temel noktalarını içeriyor mu?" diye sorması, teknik olarak **özetleme** becerisine örnektir. **Özetleme**: Bir oturumun başında, sonunda veya içinde, o ana kadar paylaşılanların ana hatlarıyla toparlanması, önemli kısımların kristalize edilmesi ve süreçte bir netlik sağlanmasıdır. Bu hamle, odağı parçalı anlatımlardan alıp bütünsel bir resme kaydırarak danışanın kendi karmaşasını dışarıdan görmesine ve seansın bir sonraki aşamasına daha odaklı geçilmesine olanak tanır. Danışanı, anlattığı olayların içinde kaybolmak yerine, kendi hikâyesinin ana duraklarını fark eden ve süreci danışmanla birlikte denetleyen bir konuma getirir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) İçerik yansıtması:** Danışanın sadece o anki bilişsel ifadelerinin veya olayların tek bir parçasının yansıtılmasıdır. Burada ise 15 dakikalık geniş bir sürecin toparlanması söz konusudur.
- B) Duygu yansıtması:** Sadece hissedilen duyguların (öfke, rahatlama gibi) o anlık yansıtılmasıdır. Özetleme ise hem duyguları hem de olayları (içeriği) kapsayan daha geniş bir şemsiyedir.
- C) Birleşik yansıtma:** Duygu ve içeriğin aynı cümle içinde yansıtılmasıdır (Örn: "Ailen seni ihmal ettiği için öfkeliyim"). Sorudaki ifade tek bir yansıtmadan ziyade, birden fazla konunun genel bir dökümünü içerdiği için özetleme daha güçlüdür.
- E) Yapılandırma:** Danışma sürecinin kuralları, süresi, gizliliği ve amaçları hakkında danışanı bilgilendirmektir. Diyalogda sürecin teknik işleyişinden ziyade, anlatılanların içeriğine dair bir toplama mevcuttur.

Cevap: D

13. Soruda danışan, sadece okul hayatındaki sınav ve ödev yoğunluğundan kaynaklanan bir baskıdan bahsetmektedir. Psikolojik danışman Mücadele Hanım ise bu sınırlı bilgiden yola çıkarak, baskının danışanın “yaşamının her alanına sıçradığına” dair bir tahminde bulunmuş ve danışanın söylemediği bir sonucu dile getirmiştir. Danışmanın, danışanın anlattıklarından hareketle mevcut durumun ötesine geçen, verilere dayanarak ulaştığı bu mantıksal sonuç **çıkarsama** becerisine örnektir. **Çıkarsama**: Danışanın sunduğu bilgilerden, onun henüz açıkça ifade etmediği veya fark etmediği muhtemel sonuçları, bağlantıları ya da etkileri tahmin etme sürecidir. Bu teknik, danışanın hayatındaki örüntüleri görmesine yardımcı olurken, aynı zamanda danışmanın kurduğu bu bağlantının doğruluğunun test edilmesine (doğrulama/algı kontrolü) zemin hazırlar. Danışman burada sadece bir aynalama yapmamış, danışanın ifadesindeki boşlukları kendi analiziyle doldurarak durumu genişletmiştir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Yüzleştirme:** Danışanın ifadeleri arasındaki çelişkiyi (Örn: “Zamanım yok diyorsun ama sürekli oyun oynuyorsun”) belirtmektir. Burada bir çelişki değil, durumun yayılımına dair bir tahmin vardır.
- B) Duygu yansıtması:** Danışanın hissettiği “baskı” veya “yorgunluk” duygusunun ona geri verilmesidir. Danışman burada duyguyu yansıtmak yerine, bu duygunun hayatın geneline yayıldığına dair bir yargıda bulunmuştur.
- C) Cesaretlendirme:** Danışanın bu yoğunlukla başa çıkma çabasını takdir etmek ve ona güven vermektir. Diyalogda motivasyonel bir destek yer almamaktadır.
- E) Koşulsuz kabul:** Danışanı olduğu gibi, yargılamadan kabul etme anlayışıdır. Bu bir teknik müdahaleden ziyade danışma sürecinin temelindeki bir tutumdur; soruda ise spesifik bir sözel tepki sorulmaktadır.

Cevap: D

14. Soruda danışan, yapması gereken bir eylem (ameliyat) olduğunu bildiği halde, bu konunun üzerinde durmaktan kaçındığını ifade etmektedir. Psikolojik Danışman Yusuf Bey ise bu kaçınma davranışının altındaki temel ihtiyacı ve durumu kişiye özel bir çerçeveye oturtturarak yanıt vermiştir. Danışmanın; “konuşmakta zorlanıyorsun” ve “düşünmek seni endişelendiriyor” ifadeleriyle, sorunu danışanın içsel dünyasındaki bir engel (endişe ve zorlanma) üzerinden tanımlaması **anlamı kişiselleştirme** becerisine örnektir. **Anlamı Kişiselleştirme:** Danışanın yaşadığı durumu sadece dışsal bir olay (ameliyat olması gerekliliği) olarak değil, bu olayın danışan için ne anlama geldiğini (endişe verici ve konuşulması zor bir süreç) ortaya koyma becerisidir. Danışman burada “Senin için bu durumun anlamı endişe verici olmasıdır” mesajını vererek, odağı ameliyatın teknik detaylarından alıp danışanın öznel deneyimine kaydırır. Bu teknik, danışanın sorunu sahiplenmesine ve kendi duygusal tepkileriyle yüzleşmesine olanak tanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Amacı kişiselleştirme:** Danışanın bu durum karşısında ulaşmak istediği hedefi (Örn: “Ameliyatla ilgili korkularını yenmek istiyorsun”) belirlemektir. Burada bir hedeften ziyade mevcut durumun anlamı üzerinde durulmuştur.
- C) Problemi kişiselleştirme:** Danışanın sorun-daki payını veya eksikliğini (Örn: “Ameliyat olmaktan kaçtığın için sağlığını riske atıyorsun”) vurgulamaktır. Yusuf Bey ise yargılayıcı olmayan bir anlayışla duygusal anlama odaklanmıştır.
- D) Yorumlama:** Danışanın anlattıklarının altında yatan bilinç dışı nedenlere inerek yeni bir bağlantı kurmaktır. Danışman burada çok derin bir analiz yapmamış, danışanın kaçındığı duyguyu (endişeyi) isimlendirerek yüzeyle çıkarmıştır.
- E) Koşulsuz kabul:** Danışanın her türlü düşüncesini yargılamadan kabul etme tutumudur. Soruda ise bu tutumun ötesinde, belirli bir anlam yükleme ve yansıtma içeren sözel bir teknik kullanılmıştır.

Cevap: A

15. Soruda danışan, psikolojik danışma sürecine ve danışmanın tutumuna yönelik yoğun bir öfke ve eleştiri dile getirmektedir. Psikolojik Danışman Dilan Hanım ise bu sert çıkış karşısında savunmaya geçmek yerine, danışanın bu sözlerinin arkasındaki duygu ve düşünceleri onun bakış açısıyla anladığını gösteren bir yanıt vermiştir. Danışmanın; danışanın “çok konuşulduğu”, “işlerin zorlaştırıldığı” ve “daha fazla gözlemlenme isteği” gibi ifadelerini toparlayarak ona geri sunması, danışanın iç dünyasını, öfkesini ve beklentisini tam olarak kavradığını gösteren **empati** becerisine örnektir. **Empati:** Danışanın duygularını ve düşüncelerini, onun penceresinden bakarak anlama ve bu anlayışı ona iletme sürecidir. Burada danışman, danışanın saldırgan görünen ifadelerinin altındaki “anlaşılmama ve yardım alma” ihtiyacını duyumsamış ve bunu danışana yansıtarak aradaki iletişimi koparmadan derinleştirmiştir. Bu yaklaşım, danışanın anlaşıldığını hissetmesini sağlayarak aradaki direncin kırılmasına ve güven ilişkisinin pekişmesine olanak tanır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Yüzleştirme:** Danışanın ifadeleri arasındaki tutarsızlıkları (Örn: “Hem yardım istiyorsun hem de anlatmaya direnç gösteriyorsun”) fark ettirmektir. Dilan Hanım burada bir çelişkiyi değil, danışanın o anki hissiyatını yansıtmıştır.
- B) Cesaretlendirme:** Danışanın çabasını takdir etmektir. Burada bir takdir değil, bir duygu ve düşünce aynalaması mevcuttur.
- C) Yapılandırma:** Danışma sürecinin kuralları ve işleyişi hakkında bilgi vermektir. Danışman burada sürecin neden böyle işlediğini anlatmak yerine danışanın tepkisine odaklanmıştır.
- E) Amacı kişiselleştirme:** Danışanın uymak istediği hedefi (Örn: “Daha az konuşmamı ve seni daha iyi anlamamı istiyorsun ki kendini daha rahat hissedebilesin”) şeklinde bir hedef belirlemektir. Verilen tepki daha çok mevcut durumun ve duygunun yansıtılmasına yöneliktir.

Cevap: D

1. Soruda, Okul Psikolojik Danışmanı Ezgi Hanım'ın **öz güven** problemi nedeniyle başvuran öğrencisiyle gerçekleştireceği **ön görüşme** süreci ele alınmaktadır. Ön görüşme; danışanla ilk temasın kurulduğu, danışma süreci, kurallar, hak ve sorumluluklar hakkında gerekli bilgilendirmelerin yapıldığı ve **bilgilendirilmiş onamın** alındığı teknik bir hazırlık evresidir. Ezgi Hanım'ın bu süreçte öğrencinin yaşam koşulları, **öz geçmişi**, sorunun genel kapsamı ve aile yapısı gibi bilgileri toplaması; süreci planlayabilmesi ve "**Danışanı Tanıma Formu**" gibi araçlarla gerekli verileri bir araya getirmesi için uygulanan standart adımlardır. Ancak ön görüşme, asıl terapötik değişimin amaçlandığı psikolojik danışma oturumlarından farklı olarak daha çok tanışma gibi bir nitelik taşır. **Terapötik Koşullar:** Empati, koşulsuz kabul ve içtenlik gibi unsurları içeren, danışma oturumlarında asıl iyileşmeyi sağlayan iklimdir; ön görüşme ise odak noktası "değişim" değil "bilgi ve süreç paylaşımı" olan bir evre olduğundan, bu derin bağın eksiksiz kurulması bu aşamanın bir zorunluluğu veya **temel koşulu** değildir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) Öğrencinin hâlihazırdaki yaşam koşulları hakkında bilgi edinmeye çalışması: Danışanı tanıma ve sorunu çevresel bağlamda değerlendirme amacına hizmet eden, müdahale planı için ön görüşmede yapılması gereken rutin bir işlemdir.

B) Öğrencisinden öz geçmiş alması: Danışanın geçmiş yaşantılarını öğrenmek, problemin tarihsel gelişimini ve kökenlerini belirlemek için ön görüşmede kullanılan standart bir bilgi toplama yöntemidir.

D) Öğrencinin sorununun kapsamı hakkında bilgi toplaması: Sorunun şiddeti, süresi ve içeriği, danışanın yardıma uygun olup olmadığını belirlemek adına bu aşamada netleştirilmelidir.

E) Öğrencinin aile yapısını öğrenmeye çalışması: Aile içi dinamikler ve ebeveyn tutumları, özellikle **öz güven** gibi gelişimsel konularda durumu anlamak ve kayıt tutmak için toplanması gereken kritik bilgiler arasındadır.

Cevap: C

2. Soruda, Psikolojik Danışman Hilmihan Hanım'ın danışanı sağlıklı bir **terapötik ittifak** kurabilmesi için görüşmenin başlangıç evresinde sergilemesi gereken tutumlar sorulmaktadır. Görüşmenin ilk anları, danışanın kaygısını azaltmak, güven ortamı oluşturmak ve ilişkiyi yapılandırmak için kritik bir öneme sahiptir. Bu evrede danışmanın kendisini tanıtmayı, danışana adıyla hitap ederek kişisel bir bağ kurması, gerginliği azaltmak adına **havadan sudan** konuşarak buzları eritmesi ve danışanı fiziksel veya psikolojik olarak rahat ettirmesi ilişkiyi başlatma becerileri arasında yer alır. Ancak psikolojik danışma, aceleye getirilmemesi gereken hassas bir süreçtir. Danışan henüz hazır hissetmeden veya aradaki güven bağı tam olarak kurulmadan **vakit geçirmeden** doğrudan probleme odaklanmak, danışanın savunmaya geçmesine veya kendini baskı altında hissetmesine neden olabilir. İlk anlarda öncelik, sorunu hemen analiz etmek değil; danışanın kendini güvende hissedeceği **ilişki zeminini** hazırlamaktır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) Kendisini tanıtmayı: Danışmanın uzmanlık alanı ve kimliği hakkında bilgi vermesi, belirsizliği gidererek güven oluşumuna katkı sağlayan bir başlangıç adımıdır.

B) Danışana adıyla hitap etmesi: Danışanın bir birey olarak önemsendiğini hissettiren ve aradaki mesafeyi profesyonel bir sıcaklıkla dengeleyen, kişiselleştirilmiş bir yaklaşımdır.

C) Danışan gergin görünüyorsa havadan sudan söz etmesi: Sosyal etkileşimle başlayan bu süreç, danışanın yüksek olan başlangıç kaygısını düşürmek ve ortamı ısıtmak için kullanılan tekniklerden biridir.

D) Danışanını rahat ettirmeye çalışması: Gerek oturma düzeni gerekse sözel olmayan mesajlarla danışanın fiziksel ve duygusal konforunu sağlamak, kendini açma sürecini kolaylaştırır.

Cevap: E

3. Soruda, psikolojik danışma sürecinin sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi için izlenmesi gereken **temel aşamalar** ve bu aşamaların mantıksal sıralaması ele alınmaktadır. Psikolojik danışma, rastgele ilerleyen bir sohbet değil; belirli bir hedef doğrultusunda yapılandırılmış, evreleri olan profesyonel bir süreçtir. Sürecin ilk adımı olan **kaynaşma ve ilişki kurma (I)** ile danışanın kabul edildiği güvenli bir ortam oluşturulur. Ancak ilişki kurulduktan hemen sonra amaç belirlenemez; önce danışanı bu sürece getiren temel sorunun ne olduğunun anlaşılması, yani **problemin tanımlanması ve değerlendirme (III)** yapılması gerekir.

Problemin sınırları ve içeriği netleşmeden oluşturulacak amaçlar havada kalacaktır. Bu nedenle, önce problemin ne olduğu tanımlanmalı (III), ardından bu problemle nasıl baş edileceğine dair **amaç oluşturma (II)** evresine geçilmelidir. Amaçlar belirlendikten sonra bu hedeflere ulaşmak için uygun stratejilerin seçildiği **müdahaleleri belirleme ve uygulama (IV)** aşaması gelir ve süreç, değişimin kalıcılığının kontrol edildiği **sonlandırma ve izleme (V)** ile tamamlanır. Bu mantık akışına göre II. ve III. maddelerin yer değiştirmesi gerekir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- I. **Kaynaşma ve İlişki Kurma:** Sürecin başlangıcıdır; güven ortamı ve terapötik bağın kurulduğu, danışanın kendini açmaya başladığı aşamadır.

- III. **Problemin Tanımlanması ve Değerlendirme:** Danışanın getirdiği sorunun kapsamının, şiddetinin ve geçmişinin anlaşıldığı, “Biz tam olarak ne üzerinde çalışacağız?” sorusunun yanıtladığı evredir.

- II. **Amaç Oluşturma:** Tanımlanan problem çerçevesinde danışanın ulaşmak istediği somut ve ölçülebilir hedeflerin danışanla birlikte belirlendiği aşamadır.

- IV. **Müdahaleleri Belirleme ve Uygulama:** Belirlenen amaçlara ulaşmak için teorik yaklaşımlar ışığında uygun tekniklerin seçildiği ve eyleme geçildiği süreçtir.

- V. **Sonlandırma ve İzleme:** Belirlenen amaçlara ulaşıldığında sürecin bitirildiği ve bir süre sonra danışanın durumunun kontrol edildiği son aşamadır.

Cevap: B

4. Soruda, psikolojik danışma sürecinin aşamalı ve dinamik yapısı ele alınmaktadır. Psikolojik danışma; tesadüfi bir süreç değil, birbirini takip eden ve mantıksal bir sıra izleyen evrelerden oluşur. Metinde de belirtildiği üzere bu aşamalar iç içe geçmiş olsa da müdahale planının sağlıklı yürütülebilmesi için belirli bir hiyerarşi takip edilir. Süreç, güven bağının kurulmasıyla başlar ve ardından **problemin tanımlanması** evresine geçilir. Problemin sınırları çizilip danışanın durumu net bir şekilde değerlendirildikten sonra, “Bu süreçte neyi başarmak istiyoruz?” sorusuna yanıt aranan **amaç oluşturma** aşaması gelmelidir. Hedefler (amaçlar) belirlenmeden yapılacak olan müdahaleler, rotasız bir gemi gibi belirsizliğe yol açacaktır. Bu nedenle stratejileri seçmeden veya teknikleri uygulamadan önce danışanla birlikte somut hedeflerin koyulması kritik bir adımdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **İzleme:** Danışma süreci sonlandırıldıktan sonra, elde edilen kazanımların devam edip etmediğini kontrol etmek amacıyla yapılan son aşamalardan biridir.

- B) **Müdahaleleri uygulama:** Belirlenen amaçlara ulaşmak için seçilen tekniklerin hayata geçirildiği aşamadır. Amaçlar belirlenmeden bu aşamaya geçilmesi uygun değildir.

- C) **Müdahaleleri belirleme:** Hangi kuramsal yaklaşımın ve tekniklerin kullanılacağına karar verme sürecidir. Bu aşama, belirlenen amaçlara hizmet edecek araçların seçilmesi için amaç oluşturmadan sonra gelir.

- E) **Kaynaşma:** Sürecin en başında yer alan, danışanla güven ilişkisinin kurulduğu ve terapötik bağın oluşturulduğu ilk aşamadır.

Cevap: D

5. Soruda, psikolojik danışma sürecinin en temel yapı taşı olan “**güven**” unsuru ve danışmanın bu güveni inşa etme süreci ele alınmaktadır. Psikolojik danışmada güven, danışanın kendini tehdit altında hissetmeden en mahrem duygu ve düşüncelerini paylaşabilmesi için gereken zemini oluşturur. Bir danışmanın danışanı tarafından “güvenilir” olarak algılanabilmesi, **onun tutarlı bir duruş sergilemesiyle doğrudan ilişkilidir.** Danışanın, karşısındaki uzmanın hangi durumlarda

nasıl tepki vereceğini az çok kestirebilmesi, yani danışmanın **davranışlarının tahmin edilebilir bir kişi olması**, belirsizliği ortadan kaldırarak güven duygusunu pekiştirir. Tutarlılık ve tahmin edilebilirlik, danışanın “Burada sürprizlerle karşılaşmayacağım, danışmanım her zaman saygılı ve profesyonel sınırlarını koruyan bir çizgide kalacak” demesini sağlar. Diğer seçenekler teknik yeterlilikle ilgiliyken, güvenin oluşması daha çok ilişkinin karakteri ve sürekliliğiyle ilgilidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Temel bir kuram bilgisine sahip olmasını:** Bu durum danışmanın “yetkinliği” ile ilgilidir. Kuramsal bilgi süreci yönetmek için gereklidir ancak güven ilişkisi sadece bilgiyle değil, kurulan bağın niteliğiyle oluşur.
- C) Danışanı iyi bir şekilde yönlendirebilmesini:** Psikolojik danışmada doğrudan yönlendirme yapmak (tavsiye vermek) zaten kaçınılan bir durumdur. Güven, danışanı yönetmekle değil, ona eşlik etmekle inşa edilir.
- D) Kendisinin ihtiyaçlarının farkında olmasını:** Bu durum “öz farkındalık” ile ilgilidir. Danışmanın kendi ihtiyaçlarını süreçte karıştırmaması etik bir gerekliliktir ancak güvenin kurulması için öncelikli olarak danışanın hissettiği tutarlılık ön plandadır.
- E) Danışmanlık becerilerini bilmesini:** Becerileri bilmek teknik bir donanımdır. Ancak bir danışman tüm becerileri bilse bile, eğer davranışlarında bir tutarsızlık varsa danışan üzerinde güven uyandırması zordur.

Cevap: A

6. Psikolojik danışma yaklaşımlarının temel felsefesi ve işleyişi incelendiğinde, kuramsal farklılıklar ne olursa olsun yardım sürecini mümkün kılan bazı evrensel ilkelerin varlığı görülür. Bu süreçte benimsenen ekol ne olursa olsun; bireye saygı, gizlilik, danışanla kurulan iyileştirici bağ, danışanı bir bütün olarak anlama ve kabul etme gibi unsurlar profesyonel yardımın doğasında bulunan ortak paydalardır. Ancak psikolojik danışmada temel odak noktası her zaman **danışandır**. Danışmanın kendi hayatı, kişisel yaşantıları veya özel detayları hakkında bilgi vermesi, sürecin profesyonel sınırlarını bozabilir ve dikkatin danışandan danış-

mana kaymasına neden olabilir. Bazı yaklaşımlarda sınırlı ve amaca yönelik bir şekilde kendini açma tekniği kullanılsa da danışmanın mümkün olduğunca **kendi yaşamıyla ilgili detaylı bilgi vermesi**, hiçbir yaklaşımda ortak bir kural veya hedef değildir; aksine sürecin objektifliğine zarar verebilir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Bireye saygı ve gizlilik esastır:** Tüm yaklaşımların en temel etik ve yasal sorumluluğudur. Danışanın mahremiyeti ve bir birey olarak özerkliği tüm ekollerde korunur.
- B) Danışman ve danışan arasındaki ilişki ve iletişimin sağlanması esastır:** Değişimin gerçekleşmesi için gereken güvenli bağ, tüm kuramların başarı için şart koştuğu ortak bir zemindir.
- C) Danışanın duygu, düşünce ve davranışlarına yöneliktir:** Farklı yaklaşımlar bu boyutlardan birine ağırlık verebilir ancak sonuçta insanın bu üç temel boyutu üzerindeki değişim hedeflenir.
- D) Danışanı anlamaya ve kabul etmeye özen gösterilir:** Danışanın yargılanmadan, olduğu gibi kabul edilmesi ve onun iç dünyasının doğru bir şekilde kavranması, yardım sürecinin başlatılabilmesi için evrensel bir gerekliliktir.

Cevap: E

7. Psikolojik danışma sürecinde danışanın seanslara geç kalması veya sıkıntılarının artması, genellikle **direnc** veya sürecin getirdiği duygusal yüklen bir başa çıkma çabası olarak değerlendirilir. Nur Hanım'ın bu durumda yapması gereken, danışanla arasındaki bağı koruyarak süreci tıkayan bu unsurları anlamaya çalışmaktır. Danışanla kurulan bağın zayıfladığı veya iletişimin güçleştiği anlarda, başka kaynaklara yönelmek yerine öncelikle mevcut **terapötik ilişkiyi** onarmak esastır. Bu tür durumlarda danışmanın empati kurması, etkin dinleme yapması ve danışanın yaşadığı bu içsel sıkıntıları dışa vurmasına yardımcı olacak **etkili iletişim tekniklerini** kullanması gerekir. Bu sayede danışan, yaşadığı zorlukların fark edildiğini hissedecek ve sürecin devamlılığı için gereken güven ortamı yeniden tesis edilecektir. Sadece sessiz kalmak, süreci dış kaynaklara devretmek veya yönlendirme yapmak asıl probleme odaklan-

mayı engelleyen ve profesyonel yardımı sekteye uğratan tutumlardır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Çocuk konuşmaya hazır olana kadar sessiz kalmalı:** Sessizlik bazen bir tekniktir ancak danışan giderek artan bir sıkıntı içindeyken ve seanslara geç kalıyorken danışmanın tamamen pasif kalması, çocuğun kendini yalnız veya reddedilmiş hissetmesine neden olabilir.
- B) Çocuk hakkında konuşmak için ailesini davet etmeli:** Aileden bilgi almak sürece katkı sağlayabilir ancak mevcut oturumlardaki sıkıntı ve geç kalma problemi öncelikle çocukla doğrudan ele alınması gereken, ilişkinin kendi dinamiğine ait bir durumdur.
- C) Çocuğu okul içinde başka bir arkadaşına yönlendirmeli:** Sorunlarla karşılaşıldığında danışanı hemen başka birine yönlendirmek, danışma ilişkisinin doğasına aykırıdır ve danışanda bir tür dışlanma hissi yaratabilir.
- E) Çocuk hakkında öğretmeninden bilgi almalı:** Öğretmen gözlemi değerlidir ancak terapötik ilerlemeyi sürdürmenin anahtarı, dışarıdan bilgi toplamak değil, çocukla olan **iletişim kanalını** yeniden sağlıklı bir şekilde inşa etmektir.

Cevap: D

8. Psikolojik danışma sürecinde **özetleme** tekniği, hem bir oturumun sonunda hem de oturumun içinde karmaşık konuların konuşulduğu anlarda kullanılan, süreci netleştirme ve toparlama işlevine sahip bir iletişim becerisidir. Bu tekniğin temel amacı, danışanın sunduğu dağınık bilgileri bir araya getirerek bir bütünlük oluşturmak ve danışanın kendi durumuna dair farkındalık kazanmasını sağlamaktır. Özetleme sayesinde danışan, anlatıklarının danışman tarafından nasıl algılandığını görür ve eğer bir yanlış anlaşılma varsa bunu düzeltme imkânı bulur.

- I. Veriler düzenlenmeli ve düşünceler toplanmalıdır:** Özetleme, o ana kadar konuşulanların ana hatlarını ortaya çıkarır. Dağınık verilerin belirli bir mantık çerçevesinde düzenlenmesi, hem danışmanın süreci yönetmesini kolaylaştırır hem de danışanın zihnindeki karmaşayı azaltır.

- II. Varsayımlar gözden geçirilmelidir:** Danışman, danışanı dinlerken bazı çıkarımlar ve hipotezler oluşturur. Özetleme sırasında bu varsayımların danışana yansıtılması, bilginin doğruluğunun teyit edilmesini ve sürecin gerçekçi bir zeminde ilerlemesini sağlar.

- III. Çözüm önerileri sunulmalıdır:** Psikolojik danışma süreci danışana öğüt verme veya onun adına karar verme alanı değildir. Özetleme tekniği, anlama ve yansıtma odaklıdır; dolayısıyla danışmana hazır çözüm yolları sunmak bu tekniğin ve danışma felsefesinin bir parçası değildir.

- IV. Danışan problemi çözmeye teşvik edilmelidir:** Danışanı eyleme geçirmek veya motivasyon sağlamak özetleme tekniğinin doğrudan bir görevi değildir. Bu durum daha çok eylem evresinde kullanılan farklı tekniklerle ve stratejik planlamalarla ilgilidir.

Bu açıklamalar doğrultusunda **I ve II** numaralı öncüller doğrudur.

Cevap: C

9. Etkin dinleme, danışmanın zihnini tamamen o ana ve danışana vermesini gerektirir. Eğer danışman, dinleme esnasında bir sonraki adımı veya hangi tekniği kullanacağını düşünmeye başlarsa, odağı danışandan kendi zihinsel süreçlerine kayar. Bu durum "orada olma" halini zedeler. Dinleme sırasında kuramsal analiz veya müdahale planı yapmak, danışmanı bir "vaka" olarak nesneleştirir ve danışmanın o an iletlediği duygusal mesajların çıkarılmasına neden olur. Teknik planlama dinlemeden sonraki aşamadır.

Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) Danışanın konuşurken verdiği kısa duraksamaların anlamını fark etmeye çalışması:** Duraksamalar ve sessizlikler iletişimin bir parçasıdır. Bunlara odaklanmak, danışanın o anki zorlanmasını veya düşünsel sürecini anlamayı sağlar.

- C) Danışanın kullandığı kelimeler ile beden dili arasındaki uyumu gözlemlemesi:** Bu, etkin dinlemenin temelidir. Sözel ve sözel olmayan mesajların tutarlılığına odaklanmak mesajın tam olarak kavranmasını sağlar.

- D) **Danışanın anlattığı hikâyedeki eksik bırakılan kısımları zihninde not etmesi:** Danışanın neleri anlatmaktan kaçındığını veya neleri atlattığını fark etmek, onun savunma mekanizmalarını ve direnç noktalarını anlamak için dinleme sürecinin bir parçasıdır.
- E) **Danışanın ifadesindeki baskın olan duygu tonuna dikkat etmesi:** Kelimelerin ötesindeki duygu tonunu yakalamak, danışanla empati kurmayı ve onu gerçekten duymayı sağlayan en önemli odak noktalarından biridir.

Cevap: B

10. Psikolojik danışma sürecinde **güçlendirme** kavramı, danışanın sadece yaşadığı zorluklara odaklanmak yerine, kendi içsel kaynaklarını, yeteneklerini ve potansiyelini fark etmesini temel alır. Amaç, danışanı danışmana bağımlı bir halden kurtarıp kendi hayatının sorumluluğunu alabileceği, sorunlarıyla başa çıkabilecek bir donanıma ulaştırmaktır. Güçlenen bir danışan, karşılaştığı engelleri aşmak için ihtiyaç duyduğu gücün aslında kendi içinde var olduğunu keşfeder. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **Danışanın sorunlarının kaynağını görmesini sağlamak:** Bu durum daha çok "içgörü kazanma" ile ilgilidir. Sorunun kaynağını bilmek önemli olsa da bu bilgi tek başına bireyi güçlendirmeye yetmeyebilir.
- B) **Yardım sürecine enerji vermek:** Bu ifade genellikle sürecin canlılığını veya motivasyonunu tanımlar. Güçlendirme ise sürecin genel enerjisinden ziyade doğrudan danışanın kişisel donanımıyla ilgilidir.
- C) **Danışana yardımcı olmaya istekli olduğunu göstermek:** Danışmanın bu tutumu "gönüllülük" ve "kabul" ilkeleriyle ilgilidir. Danışmanın istekliliği, danışanı doğrudan güçlendiren bir unsur değil, süreci başlatan bir etkidir.
- D) **Danışanın çelişkilerini görmesini sağlamak:** Bu, "yüzleştirme" tekniğinin bir sonucudur. Danışanın tutarsızlıklarını fark etmesi farkındalık yaratsa da güçlendirme kavramı daha çok olumlu kapasitelere ve potansiyele odaklanır.

Cevap: E

11. Psikolojik danışma sürecinde **asgari düzeyde teşvik**, danışanı konuşmaya devam etmesi için cesaretlendiren, sözünü kesmeden dinlendiğini hissettiren ve anlatımın akışını bozmayan kısa sözel veya sözel olmayan tepkilerdir. Bu teknik, danışmana baskı kurmadan ve konuyu dağıtmadan "Seni dinliyorum, devam edebilirsin" mesajı verir. Genellikle tek kelimelik ifadeler, kısa cümleler veya kafa sallama gibi jestlerle gerçekleştirilir. Bu doğrultuda, danışanı anlatımını sürdürmeye davet eden "Evet, devam et" ve "Daha fazla anlat" gibi ifadeler bu tekniğin en belirgin örnekleridir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

III. Karşılaştığınız engellerden bazıları nelerdir?: Bu ifade asgari düzeyde teşvik değil, açık uçlu bir soru sorma tekniğidir. Danışanı belirli bir alana yönlendirir ve ondan detaylı bir açıklama bekler.

IV. Sen de katılıyor musun?: Bu bir soru cümlesidir ve danışanın onayını veya fikrini sormaya yöneliktir. Asgari düzeyde teşvikin amacı bilgi almak veya onaylanmak değil, sadece anlatımın akışını desteklemektir.

Bu açıklamalar doğrultusunda **I ve II** numaralı öncüller asgari düzeyde teşvik örneğidir.

Cevap: C

12. Psikolojik danışma sürecinde **terapötik iş birliği** (çalışma ittifakı), danışan ile danışman arasında kurulan güvene dayalı, ortak amaçlara yönelik iyileştirici bağdır. Bu bağın sağlıklı kurulabilmesi için sürecin sınırlarının belirlenmesi, danışanın kendini güvende hissetmesi ve karşılıklı anlayış esastır. Ancak bazı tekniklerin yanlış zamanda kullanılması, henüz filizlenmekte olan bu güven bağına zedeleyebilir. Özellikle **yüzleştirme** tekniği; danışanın çelişkilerini, savunmalarını veya kaçındığı noktaları ona göstermeyi amaçlayan yüksek riskli ve sarsıcı bir müdahaledir. Bu tekniğin, güven ilişkisinin tam olarak oturmamış olduğu **ilk oturumda** uygulanması danışanın savunmaya geçmesine, kendini yargılanmış hissetmesine ve süreci erken bırakmasına neden olabilir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Terapi süreciyle ilgili yapılandırma yapması:** Sürecin sınırlarını, gizlilik ilkelerini ve beklentileri belirlemek (yapılandırma), danışanın belirsizlikten kurtulmasını sağlayarak güven bağını güçlendirir.
- B) Oturumlar için gündem oluşturmaları:** Oturumda nelerin konuşulacağını planlanması, sürecin bir hedefi olduğunu gösterir ve iş birliğini profesyonel bir zemine oturtur.
- C) Danışanı dikkatle dinlemesi:** Etkin dinleme, terapötik ilişkinin en temel taşıdır. Danışanın anlaşıldığını hissetmesi, iş birliğinin kurulması için ön şarttır.
- D) Danışandan geri bildirim alması:** Danışanın süreç hakkındaki duygu ve düşüncelerini sormak, ona değer verildiğini gösterir ve ilişkinin kalitesini artırarak olası yanlış anlaşılmalara önler.

Cevap: E

- 13. Psikolojik danışmada duygu yansıtması,** danışanın sözel ifadelerinin ardında yatan temel duyguları belirleyip ona geri aynalama becerisidir. Mustafa'nın "Çok kötü hissediyorum" ifadesi derin bir **üzüntüye**, "Nerede yaşayacağımı bilmiyorum" ifadesi ise belirsizlikten kaynaklanan bir **kafa karışıklığına** işaret eder. Bu nedenle Mustafa'nın hem yaşadığı üzüntüyü hem de nerede yaşayacağına dair yaşadığı belirsizliği kapsayan "**Gerçekten üzgünsün ve ne yapacağın konusunda kafan karışmış gibi görünüyor**" ifadesi en uygun yansıtmadır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) Yaşadıklarından dolayı gerçekten kafan karışmış:** Mustafa'nın yaşadığı belirsizliği yakalamış olsa da "kötü hissediyorum" diyerek vurguladığı üzüntü boyutunu eksik bırakmaktadır.
- B) Bu durum senin için gerçekten çok mu kötü?:** Bu bir soru cümlesidir. Duygu yansıtması bir soru sorma eylemi değil, bir anlama ve durumu danışmana bildirme eylemidir.
- C) Kötü bir deneyim yaşamış gibi görünüyorsun. Ne yapacağına karar vermenin zor olabileceğini görebiliyorum:** Bu ifade daha çok durum tespiti ve **içerik yansıtmasıdır**. Duygulardan ziyade olayın kendisine ve karar verme zorluğuna odaklanmıştır.

- D) Bu durumu sana önceden söylememiş olmalarından dolayı kızgınsın:** Mustafa'nın cümlesinde "kızgınlık" duygusuna dair bir kanıt yoktur. Bu ifade, danışmanın yaptığı bir varsayımdır ve yanlış yönlendirme riski taşır.

Cevap: E

- 14. Psikolojik danışma sürecinde duygu yansıtması,** danışanın anlattığı bir durumun onda yarattığı hissi belirleyip bu hissi ona geri ifade etme becerisidir. Danışan cümlesinde annesinin çelişkili davranışlarını anlatmış, psikolojik danışman ise bu durumun danışandaki duygusal karşılığını (kafa karışıklığını) yakalayarak ona aynalamıştır. Eğer danışman sadece "Annenin söyledikleriyle yaptıkları birbirini tutmuyor" deseydi bu içerik yansıtması olurdu; ancak "kafanın karışmasına neden oluyor" diyerek danışanın içsel yaşantısına odaklandığı için bu bir duygu yansıtmasıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) İçerik yansıtması:** Danışanın anlattığı olayın veya bilginin bilişsel düzeyde, farklı kelimelerle özetlenmesidir. Burada olaydan ziyade hisse (kafa karışıklığına) vurgu yapıldığı için bu seçenek uygun değildir.
- C) Kendini açma:** Danışmanın, danışana yardımcı olmak amacıyla kendi hayatından benzer deneyimleri veya duyguları paylaşmasıdır. Firdevs Hanım burada kendinden bahsetmiştir.
- D) Yüzleştirme:** Danışanın ifadeleri, duyguları veya davranışları arasındaki tutarsızlıkları ona gösterme becerisidir. Burada danışmanın yaptığı şey bir çelişkiyi danışanın yüzüne vurmak değil, hissini anlamaktır.
- E) Cesaretlendirme:** Danışanı konuşmaya devam etmesi için motive etmektir. Soruda ise tam bir cümle ile duygu geri bildirimi söz konusudur.

Cevap: A

15. Diyalogda danışan, yaşadığı derin yalnızlığı ve çaresizliği dile getirirken aynı zamanda danışmanın onu anlayıp anlayamayacağına dair bir **şüphe** ve **mesafe** ortaya koymaktadır. Psikolojik danışman Merve Hanım ise bu direnci kırmak ve empati bağını güçlendirmek için **kendi özel yaşantısından bir kesit sunarak** cevap vermiştir. Merve Hanım'ın "Annemi kaybettiğimde ben de uzun süre kendime gelememiştim" ifadesi, danışmanın dünyasına kendi benzer deneyimiyle eşlik ettiğini gösteren bir **kendini açma** becerisidir. **Kendini Açma:** Danışmanın, danışanın gelişimine katkıda bulunmak, aradaki güveni (terapötik ittifakı) artırmak veya danışanın yaşadığı duygunun "normal" olduğunu hissettirmek amacıyla kendi benzer deneyimlerini, duygularını veya düşüncelerini paylaşmasıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A) **Somutlaştırma:** Danışanın muğlak ve belirsiz ifadelerini daha anlaşılır ve net hale getirme becerisidir. Burada danışman durumu netleştirmek yerine kendi hayatından bir örnek sunmuştur.

B) **Paylaştırma:** Temelde **grupla psikolojik danışmada** kullanılan bir tekniktir. Grup üyelerinin benzer yaşantılarını birbirlerine aktarmasını sağlayarak "yalnız değilim" duygusunu pekiştirmeyi amaçlar.

C) **Yüzleştirme:** Danışanın ifadeleri, duyguları veya davranışları arasındaki **tutarsızlıkları** ona göstermektir. Diyalogda bir çelişkiye vurgu yapılmamıştır.

E) **Duygu yansıtması:** Danışanın o anki hissini ona geri ifade etmektir. Eğer Merve Hanım kendi kaybından hiç bahsetmeyip sadece "Annenin kaybı seni çok çaresiz ve yalnız hissettiriyor" deseydi bu duygu yansıtması olurdu. Kendi hayatını sürece dahil ettiği için teknik **kendini açma** olmuştur.

Cevap: D

1. Görüşme sırasında danışan, 20 yıllık emeğinin hiçe sayıldığını hissettiği bir tablo çizerek yaşadığı hayal kırıklığını ve isyanı dile getirmektedir. Danışanın “Buna inanamıyorum” ve “gececi gündüzüme katarak verdiğim hizmet” ifadeleri, emeğinin karşılığını alamamanın yarattığı **adaletsizlik duygusuna** işaret eder. Psikolojik danışmanın bu noktada danışanın anlaşıldığını hissetmesini sağlaması, temel olarak **empati** becerisiyle mümkündür. **Empati**, danışanın dünyasına onun penceresinden bakabilme ve bu kavrayışı ona iletebilme sürecidir; bu sürecin teknik aktarımı ise **yansıtma** (içerik ve duygu yansıtması) ile gerçekleştirilir. **Yansıtma**, danışanın iletisindeki karmaşık duyguları ve bilgileri **kristalize ederek** ona geri sunma becerisidir. Bu bağlamda, danışanın 20 yıllık hizmet vurgusunu “emeğine karşılık” ifadesiyle, yaşadığı şoku ise “haksızlığa uğradığı” tespitiyle birleştiren “Bunca yıllık emeğine karşılık haksızlığa uğradığını düşünüyorsun” cümlesi, danışanın dünyasına eşlik edildiğini gösteren en uygun ifadedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Başka bir iş bulamayacağından endişeleniyorsun:** Bu cümle, danışanın o andaki mesajından ziyade gelecekteki olası bir duruma yönelik **yorum ve çıkarım** içermektedir. Danışanın mevcut «haksızlık» algısını ıskaladığı için onda tam bir **anlaşıldığı duygusu** yaratmaz.

B) **İşten çıkarılmış olmanı çevrendekilere açıklayamayacağını düşünüyorsun:** Danışanın sosyal onay ihtiyacına odaklanan bu ifade, danışman tarafından yapılan bir **varsayımdır**. Danışanın kendi içsel dünyasındaki “emek” vurgusuna değinmediği için terapötik bağda **anlaşıldığını hissettirme** işlevini yerine getiremez.

D) **İşsiz kaldığın için evini geçindiremeyeceğinden korkuyorsun:** Danışanın iletisinde yer almayan sosyo-ekonomik bir kaygıya odaklanan bu cümle, bir **duygu atfetmesidir**. Danışanın o andaki asıl sancısı maddi kaygılardan ziyade manevi bir haksızlık olduğu için bu ifade **empati bağı**nı zayıflatabilir.

E) **Bundan sonra ne yapacağını bilemiyor ve endişeleniyorsun:** Danışanın “belirsizlik” içinde olduğu varsayımına dayanan bu ifade, bir **belirsizlik yansımasıdır**. Ancak danışan ne yapacağını bilememekten çok, yapılan muamelenin yarattığı şoka odaklandığı için bu yansıtma danışanda **anlaşıma derinliği** oluşturmaz.

Cevap: C

2. Diyalogda danışan, kızının yaşadığı yoğun üzüntü ve içe kapanma karşısında sergilediği çabanın sonuçsuz kalmasını ifade ederken, aslında kendi iç dünyasındaki eylemsizlik ve tıkanmışlık durumunu dile getirmektedir. Danışanın “ne söylesem kar etmiyor” ve “yardımcı olacağımı bilemiyorum” şeklindeki ifadeleri, bir ebeveyn olarak yaşadığı yoğun **yetersizlik** ve **çözumsuzlük** duygusuna işaret eder. Psikolojik danışmanın bu noktada danışanın anlaşıldığını hissetmesini sağlaması, temel olarak **empati** becerisiyle mümkündür. **Empati**, danışanın dünyasına onun penceresinden bakabilme ve bu kavrayışı ona iletebilme sürecidir; bu sürecin teknik aktarımı ise bu soruda bizden istenen **duygu yansıtması** ile gerçekleştirilir. **Duygu yansıtması**, danışanın iletisindeki örtük veya açık olan **duyguları kristalize ederek** ona geri sunma, böylece danışanın kendi duygu dünyasını dışarıdan bir gözle fark etmesini sağlama becerisidir. Bu bağlamda, danışanın yaşadığı “çözüm üretememe” durumunun onda yarattığı temel **duyguyu** «çaresizlik» kelimesiyle somutlaştıran «Kızına yardımcı olamadığın için kendini çaresiz hissediyorsun» cümlesi, danışanın o anki psikolojik durumuna eşlik eden en uygun duygu yansıtmasıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Kızına yeterince yardımcı olamadığın için kendinin kötü bir anne olduğunu düşünüyorsun:** Bu ifade, danışanın **duygusundan** ziyade kendine yönelik olası bir **etiketlemesine ve suçluluk algısına** odaklanmaktadır. Danışman burada bir **yorum** yaptığı için danışanda tam bir **anlaşıldığı duygusu** yaratmaz.

C) **Nasıl daha iyi bir anne olabileceğini öğrenmek istiyorsun:** Bu cümle, danışanın o anki **duygusundan** koparak gelecekteki bir **eylem planına ve arayışa** odaklanmaktadır. Bir **bilişsel içerik** sunumu olduğu için **duygunun** yansıtılmasını sağlamaz.

D) **Ağladığı için kızına kırgınsın:** Danışanın iletisinde kızına yönelik bir öfke veya kırgınlık emaresi bulunmamaktadır; bu ifade tamamen danışmanın bir **varsayımdır**. Danışanın mevcut **duygu** gerçeğini yansıtmadığı için **anlaşıma derinliği** oluşturmaz.

E) **Onun kendisine zarar vereceğinden korkuyorsun:** Danışanın söylemediği bir kaygıya ve “zarar verme” ihtimaline odaklanan bu cümle, bir **duygu atfetmesidir**. Danışanın o anki asıl **duygusu** olan “yardım edememe sancısını” ıskaladığı için **empati bağı**nı zayıflatabilir.

Cevap: A

3. Psikolojik danışma sürecinde danışanlar bazen sergiledikleri tutarsızlıkların, kaçındıkları sorumlulukların veya savunma mekanizmalarının etkisiyle **gözden kaçırdıkları durumların** farkında olmayabilirler. Danışmanın, danışanın bu kör noktalarına ışık tutarak onda bir **farkındalık** ve içgörü oluşturma çabası, doğrudan müdahale tekniklerini gerektirir. Farkındalık aşamasında bu anlayış, danışanın görmekten kaçtığı gerçekleri ona geri sunma becerisi olan **yüzleştirme** ile desteklenir. **Yüzleştirme**, danışanın sözleri ile davranışları, idealleri ile gerçekleri veya iki farklı ifadesi arasındaki **tutarsızlıkları** nazik ama kararlı bir şekilde ona geri bildirme becerisidir. Bu bağlamda, danışanın kendi yaşamındaki çarpıtmaları veya farkında olmadığı gerçekleri görmesini sağlayarak terapötik süreçte ilerleme kaydedilmesine olanak tanıyan teknik yüzleştirmedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A) **Kişiselleştirme:** Danışanın yaşadığı sorunu kendi kontrol edebileceği bir boyuta taşıması, yani sorunun sorumluluğunu üstlenmesi sürecidir. Danışanın "Ben ne yapıyorum da bu sorunu yaşıyorum?" demesini sağlamaya odaklanır, ancak farkında olunmayan durumları doğrudan ortaya koyma işlevi **yüzleştirme** kadar kapsayıcı değildir.

B) **Asgari düzeyde teşvik:** Danışmanı konuşmaya devam etmesi için cesaretlendiren "Hı-hı, evet, sonra?" gibi kısa sözel veya sözel olmayan tepkilerdir. Bu teknik, süreci derinleştirmek veya yeni bir **farkındalık** kazandırmak yerine, mevcut anlatının akışını korumayı amaçlar.

C) **Paylaştırma:** Temelde **grupla psikolojik danışmada** kullanılan bir tekniktir. Grup üyelerinin benzer yaşantılarını birbirlerine aktarmasını sağlayarak "yalnız değilim" **duygusunu** pekiştirmeyi amaçlar. Bireysel farkındalık kazandırmaktan ziyade evrensellik hissiyle ilgilidir.

D) **Kendini açma:** Danışmanın, danışanın gelişimine katkıda bulunmak amacıyla kendi benzer yaşantılarını veya **duygularını** paylaşmasıdır. Bu teknik güven bağını artırır da, danışanın kendi tutarsızlıklarını ve farkında olmadığı durumları görmesini sağlayan birincil araç değildir.

Cevap: E

4. Psikolojik danışma sürecinde **amaç belirleme**, terapötik sürecin yol haritasını oluşturan en kritik aşamalardan biridir. Bilimsel literatürde etkili bir amaç; danışan tarafından kontrol edilebilir, **gözlenebilir, ölçülebilir** ve "istenmeyen bir durumdan kaçınmak" yerine "istenen bir duruma yönelmek" (olumlu dil) üzerine kurulu olmalıdır. **B seçeneğinde yer alan "Anne ve babamın arkadaş seçimime karışmalarını istemiyorum" ifadesi, değişimi danışanın kendisinden değil dışsal odaklardan (anne ve baba) beklediği ve yapıcı bir eylem yerine sadece bir durumun sonlanmasını talep ettiği için uygun bir amaç cümlesi olamaz.** Bir amacın teknik olarak geçerli sayılabilmesi için danışanın kendi kontrolünde olan ve somut bir davranış değişikliğine işaret eden bir hedefi tanımlaması gerekir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) **Diğerleriyle iyi geçinmenin yollarını bilmek istiyorum:** Bu cümle, danışanın edinmek istediği bir **sosyal beceriye** ve bilgiye odaklandığı için olumludur. Danışanın aktif olduğu ve somut bir öğrenme hedefi taşıdığı bu ifade, gelişim sürecinin takip edilmesine olanak tanır ve onda **anlaşıldığı duygusu** yaratır.

C) **Verimli ders çalışma tekniklerini öğrenmek istiyorum:** Danışanın kendi üzerine düşen sorumluluğu aldığı, **ölçülebilir** ve somut bir akademik hedefi temsil eder. Danışanın neyi başarmak istediğini net bir şekilde ortaya koyan yapıcı bir amaçtır ve danışma sürecini yapılılandırır.

D) **Derslere katılma becerimi geliştirmek istiyorum:** Doğrudan **gözlenebilen** bir eyleme yöneliktir. Derse katılım sıklığının artması gibi verilerle başarısı ölçülebileceği için psikolojik danışmanın somutlaştırma ilkeleriyle tam uyumludur.

E) **Sosyal ilişkilerimi geliştirmek istiyorum:** Mevcut durumun üzerine bir değer katma (geliştirme) iradesi taşıdığı için olumludur. Danışanın kendi **duygu** ve davranış dünyasında bir değişim yaratma niyetini yansıtan, yaklaşıma odaklı ve kabul edilebilir bir hedeftir.

Cevap: B

5. Diyalogda danışan, yaşamın genelinden keyif alamama ve kaynağı belirsiz bir mutsuzluk haliyle yardım arayışına girmiştir. Danışanın yaşadığı bu **netleştirememe** ve **belirsizlik** durumu, psikolojik danışma sürecinin başlangıç aşamalarında sıkça karşılaşılan bir durumdur. Psikolojik danışmanın bu noktada aceleci bir teşhis veya yönlendirme yapmak yerine, danışanın kendi içsel süreçlerini keşfetmesine olanak sağlayacak güvenli bir ortam sunması gerekir. Bu süreç, temel olarak **terapötik becerilerin** doğru zamanda ve doğru sırada kullanılmasıyla yönetilir. Psikolojik danışma sürecinde danışan henüz sorununu tanımlayamamışsa, danışmanın en birincil görevi danışanı sabırla dinlemek ve onun duygu/düşüncelerini aynalayarak netlik kazanmasına yardımcı olmaktır. **Aktif dinleme**, danışanın sadece söylediklerini değil, söyleyemediklerini de anlamayı ve ona “buradayım ve seni anlamaya çalışıyorum” mesajını vermeyi içerir. Danışan anlaşıldığını hissettikçe **savunma mekanizmaları** gevşer ve belirsizlik yerini daha somut ifadelerle bırakır. Bu bağlamda, Hülya Hanım’ın danışan sorununu kendisi keşfedene ve daha iyi tanımlayabilene kadar süreci aktif dinleme becerileriyle sürdürmesi en profesyonel yaklaşımdır. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) **Danışanı belirsizliği konusunda yüzleştirmelidir:** Yüzleştirme, danışanın söyledikleri ile davranışları arasındaki tutarsızlıkları fark ettirme becerisidir ve genellikle ilişkinin ilerleyen safhalarında, güçlü bir **güven bağı** kurulduktan sonra kullanılır. Sürecin başında henüz nedenleri bilmeyen bir danışanı belirsizliği için yüzleştirmek, danışanda **direnç** oluşturabilir.

B) **Danışanın geçmişte hoşlanarak yaptığı etkinlikleri açıklığa kavuşturmalıdır:** Bu yaklaşım çözüm odaklı bir teknik gibi görünse de, danışanın mevcut mutsuzluğunun kökenine inmek yerine semptomlara yönelik bir “oyalama” niteliği taşıyabilir. Danışman burada **yönlendirici** bir rol üstlenerek odağı danışanın iç dünyasından dışsal faaliyetlere kaydıracağı için birincil tercih olmamalıdır.

D) **Danışanın olası mutsuzluk nedenlerini üretmeli ve bunları danışanı ile tartışmalıdır:** Bu ifade, **danışan merkezli** yaklaşımın aksine danışman merkezli bir tutumu temsil eder. Danışman, danışan adına **varsayımlar (hipotezler)** üretmek ona empoze etmeye çalışmaktadır. Oysa psikolojik danışmada **içgörürü** kazanması gereken kişi danışanın kendisidir.

E) **Danışanına daha fazla yardımcı olamayacağına söyleyip ilişkiyi sonlandırmalıdır:** Danışanın sorununu netleştirememesi bir yetersizlik veya **sevk (referral)** gerekçesi değildir. Aksine, bu belirsizliği birlikte aşmak danışma sürecinin doğal bir parçasıdır. İlişkiyi bu aşamada kesmek, **etik ilkelerle** bağdaşmaz ve danışanda reddedilmişlik hissi yaratabilir.

Cevap: C

6. Diyalogda **Sevim Hanım**, sosyal fobi ve uykusuzluk gibi iki farklı şikâyetle yardım arayışına girmiş; ilk görüşmede sosyal fobi üzerine odaklanması yönünde bir **yapılandırma** gerçekleştirilmiştir. Ancak ikinci oturumda **Sevim Hanım**’ın, üzerinde konuşulacak konu hakkında bir **duygu karmaşası** ve **kararsızlık (ambivalans)** yaşadığı görülmektedir. Psikolojik danışma sürecinde danışan aynı anda iki farklı yöne gitmek istediğinde veya hangi konunun öncelikli olduğu konusunda çatışma yaşadığında, bu durum sürecin önünde bir engel teşkil eder. Danışmanın bu noktada görevi, **Sevim Hanım** adına bir seçim yapmak değil, bu kararsızlık halinin kendisini terapötik bir malzeme olarak ele almaktır. **Sevim Hanım**’ın yaşadığı bu karmaşanın nedenlerini araştırmak, her iki problemin onun için anlamını netleştirir ve **terapötik ittifakın** (danışan ve danışman arasındaki iş birliği) güçlenmesini sağlar. Bu keşif süreci tamamlanmadan yapılacak herhangi bir konu değişikliği veya ısrar, danışanın gerçek ihtiyacının ıskalanmasına yol açabilir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) **Sevim Hanım’ın duygu karmaşasını ele almak için güdüleyici bir görüşme yapmalıdır:** Güdüleyici görüşme, özellikle değişim konusunda direnç yaşayan danışanlarda **değişim direncini** kırmak için kullanılan teknik bir yöntemdir. Ancak burada temel ihtiyaç öncelikle **Sevim Hanım**’ın yaşadığı karmaşanın kaynağını anlamaktır; doğrudan bu tekni-

ğe geçmek için henüz erkendir.

- C) **Sevim Hanım'ın kararsızlığına saygı göstermeli ancak öncelikli problem olduğu için sosyal fobi üzerinde çalışmayı sürdürmelidir:** Bu yaklaşım, danışmanın uzman otoritesi kullanarak **Sevim Hanım'ı** belirli bir yöne zorlamasıdır. Danışanın duygusal olarak hazır olmadığı veya odağının kaydığı bir konuda çalışmaya zorlanması, danışma ilişkisine zarar verir ve **direnç** oluşturur.
- D) **Sevim Hanım'ı başka bir psikolojik danışmana sevk etmelidir: Sevk (referral)** işlemi, danışmanın yetkinlik sınırlarını aşan veya etik bir problem olan durumlarda yapılır. **Sevim Hanım'ın** iki konu arasında kararsızlık yaşaması tamamen sürecin doğasında olan bir durumdur ve bir sevk gerekçesi sayılamaz.
- E) **Planı değiştirip öncelikle Sevim Hanım'ın uykusuzluk problemini ele almalıdır: Sevim Hanım** karmaşa yaşarken sadece onun o anki söylemine dayanarak hızlıca konu değiştirmek, sorunun temelindeki **kararsızlık mekanizmasını** görmezden gelmektir. Karar vermeden önce bu karmaşanın analiz edilmesi bilimsel açıdan daha önceliklidir.

Cevap: A

7. Diyalogda danışan, okul ortamında maruz kaldığı **dışlanma, yalnızlık ve değersizlik** hissettiren yaşantılarını paylaşmaktadır. Bu tür ifadeler sadece fiziksel bir durumu (oyuna alınmama) değil, danışanın öz saygısına yönelik ağır bir saldırıyı ve bu durumun yarattığı derin bir duygusal yükü barındırır. Psikolojik danışma sürecinde, danışan bir yaşantısını aktardığında verilecek **soru tepkisi**, danışanı derinlemesine bir keşfe, kendi iç dünyasına bakmaya ve yaşadığı olayın kendisi üzerindeki anlamını kavramaya yöneltmelidir. Kapalı uçlu veya sadece bilgi almaya yönelik sorular (ne zaman, nerede, kimle?) süreci bir sorgulamaya dönüştürürken; danışanı kendi algı dünyasına odaklayan sorular **icgörü** kazandırır. Bu bağlamda, danışanın yaşadığı bu sistematik dışlanmanın onda nasıl bir karşılık bulduğunu, bu olaylara nasıl bir **anlam yüklediğini** araştırmasını sağlayan **"Bütün bu olanlar sana ne ifade ediyor?"** sorusu, danışma sürecinin derinleşmesi için en uygun müdahaledir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Mahallede/sitede arkadaşın var mı?:** Bu soru, odağı danışanın o anki duygusal acısından ve okul ortamındaki probleminden uzaklaştırarak dışsal bir bilgiye yöneltmektedir. Danışanın anlaşıldığı hissini zayıflatan ve konuyu dağıtan **kapalı uçlu** bir soru niteliğindedir.
- C) **Bunu niçin yapıyorlar düşündün mü?:** "Niçin" veya "neden" soruları, danışanda savunmacı bir tutum geliştirebilir ve odağı kendi duygularından ziyade başkalarının niyetlerine kaydırır. Bu durum, danışanın kendi duygu dünyası yerine **bilişsel analizlere** ve başkalarını suçlamaya veya anlamaya yönelmesine neden olur.
- D) **Arkadaşsız yapamayacağını mı düşünüyorsun?:** Bu ifade, danışanın söylemediği bir yargıyı içeren, yönlendirici ve **varsayımsal** bir sorudur. Danışanın o anki dışlanma sancısını anlamaktan ziyade, ona bir bağımlılık atfettiği için terapötik ilişkiye zarar verebilir.
- E) **Her zaman mı böyle oluyor?:** Bu soru, durumun sıklığını ve süresini sorgulayan bir **bilgi alma** sorusudur. Danışanın o anki yoğun duygusuna eşlik etmek yerine, olayı somutlaştırmaya ve genellemeye odaklandığı için derinlemesine bir keşif sağlamaz.

Cevap: B

8. Diyalogda danışan, "İnsanlar hep böyle anlayışsız olur" diyerek yaşadığı durumu son derece genel, belirsiz ve kapsayıcı bir ifadeyle dile getirmiştir. Bu tür **genellemeler**, danışanın yaşadığı asıl sorunun ayrıntılarının örtülmesine ve sürecin soyut bir düzlemde kalmasına neden olur. Psikolojik danışma sürecinde danışanın kapalı, muğlak ve genel ifadelerini daha belirgin, özel ve somut yaşantılara dönüştürmesini sağlama sürecine **somutlaştırma** denir. Danışman, **"Kendi yaşantından bir örnek verir misin?"** sorusuyla danışanı belirsiz yargılardan kurtarıp gerçek olaylara odaklamayı hedeflemektedir. Seçeneklerde doğrudan **"somutlaştırma"** terimi yer almasa da, bu becerinin en temel uygulama yolu danışanı daha fazla konuşmaya ve ayrıntı vermeye teşvik eden müdahalelerdir. Danışmanı ucu açık sorularla kendi dünyasını daha spesifik bir şekilde anlatmaya yöneltmek **konuşmaya açık davet** becerisi kapsamında değerlendirilir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) Saydamlık:** Danışmanın o andaki duygu ve düşüncelerini dürüstçe, olduğu gibi danışana aktarmasıdır. Sorudaki ifade danışmanın iç dünyasına dair bir paylaşım içermediği için bu beceriyle ilgili değildir.
- C) Cesaretlendirme:** Bu beceri, danışanın kendisini yetersiz hissettiği veya umutsuzluğa düştüğü anlarda, onun **öz yeterlilik** algısını güçlendirmek ve değişim yönünde adım atması için onu duygusal olarak desteklemek amacıyla kullanılır. Örneğin; “İnsanların anlayışsız olduğunu düşünmene rağmen bugün buraya gelip çözüm araman çok değerli” ifadesi bir cesaretlendirmedir. Sorudaki müdahale ise bir destekten ziyade, konuyu netleştirmeye yönelik teknik bir **keşif** sorusudur.
- D) Kendini açma:** Danışmanın, danışanın yaşadıklarına benzer kendi kişisel yaşantılarını paylaşmasıdır. Burada danışman kendinden değil, danışanın yaşantısından örnek istemektedir.
- E) Yüzleştirme:** Danışanın ifadeleri arasındaki tutarsızlıkları (söz-davranış veya iki farklı söylem arası çelişki) ona fark ettirme becerisidir. Danışanın genelleme yapması bir tutarsızlık değil, bir **bilişsel çarpıtma** veya belirsizliktir; bu nedenle doğrudan bir yüzleştirme söz konusu değildir.

Cevap: A

9. Psikolojik danışma süreci, danışanın kendi gerçekliğini özgürce keşfetmesi ve yaşadıklarına dair **içgörü** kazanması üzerine kuruludur. Bu süreçte başvurulacak soru teknikleri, danışanın iç dünyasını genişletmeye hizmet etmelidir. **Kapalı uçlu sorular** süreci mekanik bir bilgi alışverişine indirgeyerek derinleşmeyi engellerken; **yüklü sorular**, içinde belirli bir yargı veya beklenti barındırdığı için danışanı belli bir yöne çeken **yönlendirici** bir nitelik taşır. Bu tarz sorular, danışanın kendi **içsel referans** odağından kopmasına ve danışmanın çerçevesine hapsolmasına neden olduğu için terapötik sürece hizmet etmez. Dolayısıyla, danışanın **öznel dünyasını** keşfetmesini engelleyen bu yaklaşımlar temel danışma ilkeleriyle çelişir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Kişisel yaşantılara ağırlık verilmelidir:** Danışanın dışsal olaylardan ziyade, bu olayların kendi iç dünyasında nasıl yankılandığına odaklanması sürecin temelidir. Bu durum, danışanın kendi **biricik deneyimini** anlamlandırmasını sağlar.
- C) Görüşülenlerin duygusal yanı vurgulanmalıdır:** Danışanın anlattıklarının ötesindeki **hislerine** odaklanmak, onun anlaşıldığını hissetmesine ve yüzeysel anlatımlardan derinlemesine **duygu keşfine** geçmesine olanak tanır.
- D) Psikolojik danışman söylenmeyen durumlarla da ilgilenmelidir:** Danışanın dile getiremediği, **beden dili** veya sessizliklerle dışa vurduğu **gizil mesajlara** duyarlı olmak, danışanın farkındalık düzeyini artıran profesyonel bir tekniktir.
- E) Danışman danışanın anlattıklarıyla ilişkili kendi yaşantılarından da bahsetmelidir:** Terapötik ittifakı güçlendirmek ve danışanın kendisini açmasını teşvik etmek amacıyla kullanılan **kendini açma** tekniği, yerinde ve ölçülü yapıldığında sürecin derinleşmesine hizmet eder.

Cevap: B

10. Diyalogda danışan; **anlaşılmama, boşlukta olma ve önemsenmeme** gibi derin varoluşsal sancılarını dile getirmektedir. Bu ifadeler sadece bir şikâyet değil, danışanın öz saygısına yönelik hissettiği ağır bir duygusal yükü ve **tükenmişliği** barındırır. Psikolojik danışma sürecinde verilecek empatik tepki, danışanın hem içeriğini hem de bu içeriğe eşlik eden duygusunu kapsayarak ona anlaşıldığı mesajını vermelidir. **“Annenin ve diğer insanların seni anlamasını önemsiyorsun ve bunlar seni üzüyor.”** ifadesi, danışanın hem dış dünyadan beklentisini hem de bu beklentinin karşılanmamasından doğan derin kırılganlığını tam olarak aynaladığı için en uygun tepkidir. Bu müdahale, danışanın kendi duygu dünyasına odaklanmasını ve yaşadığı bu yorgunluğun kaynağını daha derinlemesine keşfetmesini sağlar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Annenin anlamaması önemli değil fakat hiç kimse seni anlamıyor:** Bu ifade, danışanın birincil yakınması olan anne figürüyle ilgili sorununu **küçümseyen** bir yaklaşım barındırır. Danışanın yaşadığı acıyı derecelendirmeye çalışmak anlaşıldığı hissini zayıflatır.
- B) **Babanla aran nasıl? Belki oradan bakmak lazım konuya:** Bu soru, odağı danışanın o anki yoğun duygusal acısından uzaklaştırarak **dışsal bir bilgiye** ve başka bir ilişki odağına yönleltmektedir. Danışanı kendi duygu dünyasından koparan bir müdahaledir.
- D) **Seni anlayabilecek ve kendini onun yanında iyi hissedebileceğin arkadaşların var mı?:** Bu ifade, danışanın o anki **çaresizlik ve yalnızlık** sancısını anlamak yerine ona dışsal bir sosyal çözüm arama çabasıdır. Duygusal eşleşme yerine bilgi toplamaya odaklanır.
- E) **Annenin böyle davranması seni kızdırıyor:** Bu tepki, danışanın anlattığı geniş çaplı yorgunluk ve boşluk hissini sadece birincil bir duygu olan “kızgınlık” ile sınırlayan **yetersiz bir yansıtmadır**. Danışanın paylaştığı yorgunluk ve değersizlik hissini derinliğini ıskalar.

Cevap: C

11. Diyalogda danışan; **anlaşılmama, boşlukta olma ve önemsenmeme** gibi derin varoluşsal sancılarını dile getirmektedir. Bu ifadeler sadece bir olay aktarımı değil, danışanın **öz saygısına** yönelik hissettiği ağır bir baskıyı ve bu durumun yarattığı derin bir duygusal bitkinliği barındırır. Psikolojik danışma sürecinde, danışan bir yaşantısını aktardığında verilecek soru tepkisi, danışanı derinlemesine bir keşfe, kendi iç dünyasına bakmaya ve yaşadığı olayın kendisi üzerindeki anlamını kavramaya yönleltmelidir. Kapalı uçlu veya yönlendirici sorular süreci bir sorgulamaya dönüştürürken; danışanı kendi algı dünyasına odaklayan sorular **içgörü** kazandırır. Bu bağlamda, danışanın anlattığı olayın detaylarına girmeden önce, yaşadığı bu yoğun duygunun kapısını aralayan ve anlatmaya teşvik eden **“Annenle aranda nasıl bir şeyler geçti, paylaşmak ister misin?”** sorusu, danışanın kendi öznel dünyasını anlatmasına fırsat tanıdığı için en uygun müdahaledir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Şu anda annene çok kızgın mısın?:** Bu soru, danışanın yaşadığı karmaşık duyguları sadece “kızgınlık” ile sınırlayan ve “evet/hayır” cevabına zorlayan **kapalı uçlu** bir sorudur. Danışanın hissettiği boşluk ve bitkinlik gibi derin temaları göz ardı eder.
- C) **Annenle yaşadığını herkese neden genelleme gereği duyuyorsun?:** Bu ifade, danışanın algısını sorgulayan, onu **yargılayan** ve savunmaya iten bir nitelik taşır. Danışanın o anki anlaşılmama sancısını anlamaktan ziyade, ona mantıksal bir hata yaptığını ima ettiği için terapötik ilişkiye zarar verebilir.
- D) **Seni gerçekten hiç kimse anlamadığını düşünüyorsun değil mi?:** Bu soru, danışanın söylemini teyit etmeye çalışan ancak içerisinden bir onay beklentisi barındıran **yönlendirici** bir sorudur. Danışanı yeni bir keşfe yönleltmek yerine, mevcut düşüncesine hapsetme riski taşır.
- E) **Annenin mi yoksa başkalarının mı davranışları daha çok kızdırıyor?:** Bu soru, danışanı duygularını **kıyaslamaya** ve bilişsel bir analize yönelten bir bilgi alma sorusudur. Danışanın o anki yoğun duygusuna eşlik etmek yerine, olayı sınıflandırmaya odaklandığı için derinlemesine bir keşif sağlamaz.

Cevap: A

12. Psikolojik danışma literatüründe danışanın ifadesindeki son kelimenin veya anahtar bir kavramın danışman tarafından aynen tekrarlanması, danışanı konuşmaya devam etmesi için yürekletiren en yalın müdahale biçimidir. Bu tür kısa ve yapılandırılmamış tepkiler, danışanın anlatım akışını bozmadan sürece eşlik etmeyi hedefler. Bu bceriye asgari düzeyde teşvik adı verilir. **Asgari düzeyde teşvik**, danışmanın en az düzeyde konuşarak danışanı en üst düzeyde konuşmaya sevk ettiği bir **dinleme becerisidir**. Bu beceri; “Hıhı”, “Evet”, “Sonra?” gibi sözel onaylayıcıların yanı sıra, danışanın kullandığı anahtar bir kelimenin bir yankı gibi aynen geri iade edilmesini de kapsar. **“Bıktın.”** tepkisi, danışanın mesajını yeniden düzenlemeden veya duygu atfetmeden sadece bir yansıma oluşturarak onun anlatmaya devam etmesini sağladığı için asgari düzeyde teşviklidir.

Doğru cevap C seçeneğidir.

- A) İçerik yansıtması:** Bu teknik, danışanın iletisinin danışman tarafından **kendi kelimele-riyle** ve daha açık bir şekilde ifade edilmesidir (paraphrasing). Eğer danışman “İnsanlarla olan münasebetlerinin artık seni tükettiğini belirtiyorsun.” deseydi, bu bir içerik yansıtması olurdu. Sadece kelime tekrarı, içeriği “yeniden yapılandırma” şartını karşılamaz.
- B) Duygu yansıtması:** Danışanın mesajındaki **örtük veya açık duyguların** (öfke, hayal kırıklığı, yalnızlık) isimlendirilerek ona geri sunulmasıdır. «Bıktın» ifadesi bir kelime tekrarıdır; oysa duygu yansıtmasında «İnsanların tutumları karşısında kendini çok dolmuş ve öfkeli hissediyorsun.» gibi bir duygu etiketi kullanılır.
- D) Destekleme:** Danışanı denemeleri, paylaşımları veya zorlandığı anlar için **cesaretlendirilen**, ona güven veren ve yanında olduğunu hissettiren sözel ifadelerdir. Kelime tekrarı tekniği, destekleme gibi doğrudan bir güven telkini içermez, sadece konuşmaya davet niteliği taşır.
- E) Saydamlık:** Danışmanın o anki süreçle ilgili kendi duygu ve düşüncelerini **içtenlikle** ve maskesiz bir şekilde paylaşmasıdır. Burada danışman kendi iç dünyasına dair bir veri sunmadığı, sadece danışanın kelimesini yansıttığı için saydamlık becerisi söz konusu değildir.

Cevap: C

- 13. Kişiselleştirme hiyerarşisi,** danışanın sorununu dışsal etkenlerden arındırıp kendi içsel sorumluluğuna ve hedeflerine taşıyan sistemli bir süreçtir. Bu süreçte danışman; danışanın sunduğu karmaşık hikâyeyi alır ve onu duygu, anlam, problem ve amaç düzeylerini kapsayacak şekilde yeniden formüle ederek danışana bir ayna tutar.

Diyalogda danışan, eski iş yerindeki aidiyet duygusunu yeni iş yerinde bulamadığını, rahatsızlıklarını dile getiremediğini ancak yine de yeni çevresiyle uyum içinde olmak istediğini belirtmektedir. Psikolojik danışman ise bu anlatımı; danışanın içinde bulunduğu durumu, yaşadığı zorluğu ve varmak istediği hedefi birleştirerek ona

geri sunmuştur. Carkhuff literatüründe, danışanın yaşadığı problemin yarattığı boşluğu dolduracak olan “ideal durumu” veya “arzuyu” tanımlama sürecine amacı kişiselleştirme adı verilir. Bu teknikte en kapsamlı formül “...hissediyorsun (duygu), çünkü ...yapamıyorsun (problem) ve ...istiyorsun (amaç)” yapısıdır. Danışman; “Bir iş ortamından başka bir iş ortamına girdin. Onlarla ilişki kurmada zorlanıyorsun. Yeni arkadaşlarınla iyi geçinmek istiyorsun ve bunu yaparken kendini de ifade etmek istiyorsun.” tepkisiyle odağı danışanın yaşadığı engelden alıp doğrudan “geçinmek” ve “kendini ifade etmek” şeklindeki eylemsel amaçlarına yönelterek onu eylem planı yapmaya hazır hale getirmiştir. Doğru cevap E seçeneğidir.

- A) Duygu yansıtması:** Danışanın paylaştığı mesajın altındaki saf duyguların (öfke, hayal kırıklığı, yalnızlık) isimlendirilerek ona geri sunulmasıdır. Eğer danışman “Yeni ortamında kendini hem dışlanmış hem de baskı altında hissediyorsun.” deseydi, bu sadece bir duygu yansıtması olurdu.
- B) İçerik yansıtması:** Bu teknik, danışanın iletisinin danışman tarafından kendi kelimeleriyle ve daha açık bir şekilde ifade edilmesidir (paraphrasing). Danışmanın “Eski yerindeki konumun değiştiği için şimdi yeni iş yerinde sessiz kalmayı tercih ettiğini belirtiyorsun.” şeklindeki bir tepkisi bu kategoriye girerdi.
- C) Anlamı kişiselleştirme:** Yaşanan durumun danışan için neden önemli olduğunu belirten, durum ile danışanın öznel değerleri/algıları arasında bağ kuran basamaktır. Formülü “... **hissediyorsun, çünkü sen (değer/algı)...**” şeklindedir. Örneğin danışman, “Kendini kötü hissediyorsun çünkü sen girdiğin her ortamda hemen onaylanmaya ve sorunsuz ilişkilere çok değer veriyorsun.” deseydi anlamı kişiselleştirmiş olurdu.
- D) Problemi kişiselleştirme:** Danışanın yaşadığı sorundaki kendi payını veya beceri eksikliğini (neyi yapamadığını) ortaya koyan aşamadır. Formülü “...**hissediyorsun, çünkü yapamıyorsun.**” yapısındadır. Danışmanın, “Şu an zorlanıyorsun çünkü yeni girdiğin bir çevrede kendi sınırlarını nasıl dile getireceğini henüz başaramıyorsun.” demesi bu beceriye örnektir.

Cevap: E

14. Parçada danışan, annesinin “**Neden derslerine yeterince çalışmıyorsun?**” şeklindeki sorusunu örnek vererek bu durumun kendisinde yarattığı can sıkıntısını ifade etmiştir. Psikolojik danışman ise bu ifadeye: “**Huzursuzsun çünkü ailen sana her zaman büyümemiş muamelesi yapıyor.**” şeklinde bir tepki vermiştir. Danışmanın bu tepkisi incelendiğinde; danışanın hissettiği duyguyu (huzursuzluk) belirlediği ve bu durumun danışan için taşıdığı öznel yargıyı (büyümemiş muamelesi görmek) birleştirerek yansıttığı görülür. Carkhuff literatüründe, yaşanan olay ile danışanın bu olaya yüklediği anlamı, algıyı veya değeri birleştiren bu müdahale **anlamı kişiselleştirme** olarak tanımlanır. Bu basamakta temel formül “**...hissediyorsun (duygu), çünkü ... (içerik)**” yapısıdır. Danışman, ailenin somut sorusunu danışanın iç dünyasındaki “büyümemiş muamelesi görme” algısına bağlayarak **anlamı kişiselleştirmiştir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

B) Problemi kişiselleştirme: Danışanın sorun-daki kendi payını, sorumluluğunu veya beceri eksikliğini (neyi yapamadığını) ortaya koyan aşamadır. Formülü “**...hissediyorsun, çünkü ... yapamıyorsun**” yapısındadır. Eğer danışman “Huzursuzsun çünkü ailene karşı yetişkin olduğunu kanıtlayacak olgun davranışlar sergilemeyi henüz **başaramıyorsun**” deseydi bu beceriyi kullanmış olurdu.

C) Amacı kişiselleştirme: Danışanın problemi aşmak için ihtiyaç duyduğu asıl hedefi ve eylemi belirleyen aşamadır. Formülü “**...hissediyorsun, çünkü ... yapamıyorsun ve ... istiyorsun**” şeklindedir. Eğer danışman “Huzursuzsun çünkü kendini ispatlayamıyorsun ve ailen tarafından artık bir yetişkin olarak kabul edilmeyi **istiyorsun**” deseydi amacı kişiselleştirmiş olurdu.

D) İçerik yansıtması: Danışanın iletisinin bilişsel düzeyde, yeni bir yorum veya derinlik katmadan yansıtılmasıdır. Danışmanın “Ailenin seni çocuk yerine koyup derslerini sorgulamasının canını sıkıtiğini belirtiyorsun” şeklindeki bir tepkisi bu kategoriye girerdi.

E) Somutlaştırma: Danışanın genel ve belirsiz ifadelerini (örneğin “canım sıkılıyor” gibi) daha net ve anlaşılır hale getirmek için yapılan müdahaledir. Danışmanın “Ailenin tam olarak hangi davranışları sana çocukmuşsun gibi hissettiriyor, bir örnek verebilir misin?” diye sorması somutlaştırma olurdu.

Cevap: A

15. Diyalogda danışan, kendisini yaşatlarından farklı gördüğünü ancak buna rağmen “**yeterince büyümediğini**” hissettiğini belirterek “büyümek” gibi kişiden kişiye değişebilecek öznel ve genel bir kavram kullanmıştır. Psikolojik danışman ise bu belirsizliği gidermek amacıyla: “**Nedir o büyümek dediğin, onu biraz açar mısın?**” şeklinde bir karşılık vermiştir. Danışmanın bu tepkisi; danışanın zihnindeki “büyümek” kavramının içeriğini, hangi somut davranışları veya durumları kapsadığını netleştirmeye yöneliktir. Literatürde; danışanın genel, soyut ve belirsiz ifadelerini daha belirgin, net ve anlaşılır hale getirme sürecine **Somutlaştırma** adı verilir. Bu teknik, danışanın ne hissettiğini veya ne düşündüğünü tam olarak anlamak için kullanılan bir “netleştirme” müdahalesi olduğu için somutlaştırma becerisidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Saydamlık: Danışmanın o anki süreçle ilgili kendi duygu ve düşüncelerini içtenlikle paylaşmasıdır. Eğer danışman “Şu an senin bu belirsiz ifaden bende bir kafa karışıklığı yarattı.” deseydi saydamlık olurdu.

C) Yüzleştirme: Danışanın ifadeleri, duyguları veya davranışları arasındaki tutarsızlıkları (söz-davranış uyumsuzluğu gibi) nazikçe önüne koyma becerisidir. Eğer danışman “Bir yandan farklı olduğunu söylüyorsun, diğer yandan büyümediğini hissediyorsun; bu iki durum birbiriyle çelişiyor gibi.” deseydi yüzleştirme olurdu.

D) Yorumlama: Danışanın anlattıklarının altında yatan gizli anlamları, bilinç dışı süreçleri veya neden-sonuç ilişkilerini danışmana yeni bir bakış açısıyla sunmaktır. “Belki de büyümediğini hissetmen, sorumluluk almaktan kaçınmanın bir yoludur.” gibi bir ifade yorumlama kapsamına girerdi.

E) Cesaretlendirme: Danışanı sadece konuşmaya devam etmesi için değil; yeni davranışlar denemesi, karar alması veya sorunun üzerine gitmesi konusunda motive etmektir. “Bunu yapabileceğine dair içinde bir güç var” veya “Bu adımı atman senin için büyük bir ilerleme olacak” gibi ifadeler danışmanı eyleme teşvik eder. Parçadaki tepki ise eylemi teşvikten ziyade bir kavramın tanımını netleştirmeye yöneliktir.

Cevap: B

1. Diyalogda danışan, genel bir sorununu (topluluk önünde konuşamama) anlatırken psikolojik danışman odağı geçmişten veya dış dünyadan çekip, tam o saniyeye ve oda içerisindeki etkileşime getirmiştir. (I) numaralı “**Şu anda da**” ifadesi, danışanın anlattığı problemin sadece dışarıya ait bir anı olmadığını, tam o esnada danışmanla olan ilişkisinde de yaşandığını vurgular. Literatürde; seans sırasında o an olup bitenlere ve danışan-danışman arasındaki etkileşime odaklanılmasına **Anlıksallık (Şimdi ve Burada)** adı verilir. Bu teknik, danışanın sorunlarının canlı bir örneğini seans odasında görmesini sağlayarak farkındalığı en üst düzeye çıkarır.

(II) numaralı “çok heyecanlısın” ifadesi ise danışanın içinde bulunduğu duygusal durumu isimlendirerek ona geri sunmaktadır. Psikolojik danışma literatüründe, danışanın örtük veya açık olan duygularının belirlenip ona geri iletilmesine **duygu yansıtması** denir. Burada amaç, danışanın hissettiği duygunun danışman tarafından anlaşıldığını (empatiyi) göstermek ve danışanın kendi duygusuyla temas kurmasına yardımcı olmaktır. Danışman, danışanın sözel veya bedensel ipuçlarından yola çıkarak “heyecan” duygusunu tanımladığı için bu bir duygu yansıtmasıdır. Doğru cevap C seçeneğidir.

A) Şimdi ve burada-İçerik yansıtması: İlk kavram soruyla örtüşür ancak içerik yansıtması mesajın bilişsel (olay/düşünce) kısmıyla ilgilidir. Eğer danışman “Şu anda da kelimeleri bir araya getirmekte zorlandığını fark ediyorum” deseydi, duyguya değil mesajın içeriğine atıf yaptığı için içerik yansıtması olurdu.

B) Kapalı uçlu soru-Konuşmaya açık davet: Kapalı uçlu sorular genellikle “evet/hayır” gibi kısıtlı cevaplar bekleyen sorgulama kalıplarıdır. Konuşmaya açık davet ise “Bu durum seni nasıl etkiliyor?” gibi ucu açık bir teşvihtir. Parçadaki ifade bir soru cümlesi değil, bir durum saptamasıdır.

D) Somutlaştırma-Yüzleştirme: Somutlaştırma, “büyümek”, “kötü hissetmek” gibi muğlak kavramları netleştirmek için kullanılır. Yüzleştirme ise danışanın sözleri ile eylemleri arasındaki çelişkiyi (örneğin; öfkeyle bağırırken “Hiç kızgın değilim” demesi) nazikçe fark ettirmektir. Eğer danışman “Topluluktan çekindiğini söylüyorsun ama şu an benimle çok rahat konuşuyorsun” deseydi yüzleştirme olurdu.

E) Konuşmaya açık davet-Duygu yansıtması:

İkinci kavram doğru olsa da ilk ifade bir davet (soru/teşvik) içermez. Konuşmaya açık davet olabilmesi için danışmanın, danışanı süreci daha fazla detaylandırmaya yönlendiren “Bu heyecanın şu an sana neler hissettiriyor, biraz anlatır mısın?” gibi bir giriş yapması gerekirdi.

Cevap: C

2. Diyalogda danışan, geçmişte yaşadığı bir olaydan bahsederken psikolojik danışman (I) numaralı bölümde “**Hocanın adı ne?**” sorusunu yöneltmiştir. Bu ifade, danışanın hikâyesine dair spesifik bir bilgi talep eden, cevabı net ve kısa olan bir soru kalıbıdır. Ancak literatürde bu tür sorular, danışanı daha fazla anlatmaya teşvik etmek, konunun detaylarına girilmesini sağlamak ve süreci derinleştirmek amacıyla kullanıldığında **konuşmaya açık davet** kategorisinde değerlendirilir. Danışman burada “somutlaştır her şeyi” diyerek danışanı detay vermeye ve anlatımını sürdürmeye teşvik etmektedir.

(II) numaralı bölümde ise danışman, danışanın tereddüdü üzerine “Burada gizlilik kuralımız var.” diyerek psikolojik danışma sürecinin sınırlarını, kurallarını ve etik ilkelerini hatırlatmıştır. Literatürde; danışma sürecinin nasıl işleyeceği, oturum süreleri, ücretlendirme, gizlilik ve sınırların belirlenmesi sürecine yapılandırma adı verilir. Yapılandırma, danışanın süreçteki belirsizliğini giderir ve kendisini güvende hissetmesini sağlar. Bu nedenle Doğru cevap E seçeneğidir.

A) Konuşmaya açık davet-İçerik yansıtması:

İlk kısım teknik olarak kabul edilebilir olsa da içerik yansıtması, danışanın anlattığı mesajın bilişsel kısmının özetlenerek geri verilmesidir. Eğer danışman “Değer verdiğin birinden beklemediğin bir tepki alman seni şaşırtmış.” deseydi içerik yansıtması olurdu.

B) Kapalı uçlu soru-Yapılandırma:

İkinci kısım doğru olsa da “Hocanın adı ne?” sorusu biçimsel olarak kapalı uçlu gibi görünse de, danışmandaki temel amaç danışanı konuyu açmaya teşvik etmek (“anlat” mesajı vermek) olduğu için bu bir konuşmaya açık davet müdahalesidir. Ayrıca profesyonel süreçlerde yapılandırma, gizlilik vurgusuyla daha güçlü bir eşleşme gösterir.

C) Konuşmaya açık davet-ilişkinin şimdi ve buradılığı: İlk kısım doğruyken ikinci kısım yanlıştır. İlişkinin şimdi ve buradılığı (anlık-sallık), seans odasında o an danışan ve danışman arasında geçen etkileşime odaklanmaktır. Eğer danışman “Şu an adını söylerken çekindiğini fark ediyorum, aramızdaki güveni mi sorguluyorsun?” deseydi şimdi ve burada ilkesi olurdu.

D) Saydamlık-Empati: Saydamlık, danışmanın kendi duygu ve düşüncelerini dürüstçe paylaşmasıdır. Empati ise danışanın dünyasına onun gözüyle bakabilmektir. Parçada danışman kendi duygusunu paylaşmamış veya danışanın içsel referans çerçevesine dair bir anladığını belirtme ifadesi kullanmamıştır.

Cevap: E

3. Diyalogda danışan, sosyal ilişkilerinde yaşadığı bir zorluğu ve bunun sonucunda kendisine duyduğu öfkeyi dile getirmiştir. Psikolojik danışman ise bu ifadeye: “Kendine kırgınsın (duygu), çünkü sınırlarını belirleyemiyorsun ve isteklerini ifade edemiyorsun (yapılamayan eylem/beceri eksikliği).” şeklinde karşılık vermiştir. Danışmanın bu tepkisi incelendiğinde; danışanın hissettiği duyguyu belirlediği ve bu duyguyu doğrudan danışanın sorundaki kendi payına, yani somut olarak **neyi yapamadığına** bağladığı görülür. Carkhuff literatüründe, danışanın sorundaki sorumluluğunu ve beceri eksikliğini ortaya koyan bu müdahale **problemi kişiselleştirme** olarak tanımlanır. Bu basamakta temel formül “**...hissediyorsun, çünkü ... yapamıyorsun**” yapısıdır. Danışman, danışanın “hayır diyememe” durumunu somut bir beceri eksikliği (sınır çizememe) olarak tanımlayıp yansıttığı için bu bir **problemi kişiselleştirme** becerisidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Anlamı kişiselleştirme: Danışanın yaşadığı durumu kendi iç dünyasındaki bir algı, değer veya öznel yargı ile birleştiren aşamadır. Formülü “**...hissediyorsun, çünkü ... (anlam/algı)**” şeklindedir. Eğer danışman “Kendine kırgınsın, çünkü kendini arkadaş grubunda etkisiz ve önemsiz biri olarak görüyorsun.” deseydi, odağı bir beceri eksikliğine değil danışanın “önemsizlik” algısına çektiği için **anlamı kişiselleştirme** olurdu.

C) Amacı kişiselleştirme: Danışanın problemi aşmak için ihtiyaç duyduğu asıl hedefi ve eylemi belirleyen aşamadır. Formülü “**...hissediyorsun, çünkü ... yapamıyorsun ve ... istiyorsun**” şeklindedir. Eğer danışman “Kendine kırgınsın, çünkü sınır çizemiyorsun ve aslında arkadaşlarına karşı daha kararlı ve dik duran biri olmak istiyorsun.” deseydi, ulaşılamayan hedefi vurguladığı için **amacı kişiselleştirme** olurdu.

D) Duygu yansıtması: Danışanın mesajındaki duygu ögesinin neden-sonuç veya kişisel sorumluluk bağı kurmadan aynalanmasıdır. Eğer danışman sadece “Arkadaşlarına hayır diyemediğin için şu an yoğun bir öfke yaşıyorsun.” deseydi, herhangi bir kişiselleştirme yapmadan sadece mevcut hissi yansıttığı için **duygu yansıtması** olurdu.

E) İçerik yansıtması: Danışanın anlattığı olayın bilişsel bir özetidir. Eğer danışman “Arkadaşlarının isteklerine boyun eğdiğin için kendine yönelik bir kırgınlık içinde olduğunu söylüyorsun.” deseydi, duyguyu ve beceri eksikliğini derinleştirmeden sadece konuyu özetlediği için **içerik yansıtması** olurdu.

Cevap: B

4. Diyalogda danışan, babasının patolojik boyuttaki öfkesi karşısında bir belirsizlik yaşamakta ve iyileşme sürecinin nasıl gerçekleşeceğine dair uzmanlık gerektiren sorular sormaktadır. Psikolojik danışman ise bu ifadeye; durumun klinik doğası, profesyonel yardımın zorunluluğu ve bu yardımın yokluğunda sürecin (bilimsel/tıbbi bir veri olarak) nasıl seyredeceği hakkında nesnel açıklamalar yaparak karşılık vermiştir. Literatürde **bilgi verme**; danışanın ihtiyacı olan olgusal verilerin, teknik açıklamaların, psiko-eğitimsel içeriklerin, dış kaynakların veya bir durumun olası sonuçlarının danışanla paylaşılmasıdır. Bu müdahale, danışanın belirsizliğini gidermeyi, gerçekliği test etmesini ve daha rasyonel kararlar alabilmesi için gereken bilgi altyapısına ulaşmasını amaçlar. Danışman burada kişisel bir görüşten ziyade, babanın durumunun ancak tıbbi bir müdahale ile değişebileceği şeklindeki uzmanlık bilgisini sunduğu için bu bir bilgi verme örneğidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Yorumlama:** Danışanın paylaşımları arasındaki bağlantıları kurarak, onun henüz fark etmediği neden-sonuç ilişkilerini veya bilinç dışı dinamikleri yeni bir bakış açısıyla sunmaktır. Eğer danışman "Babanın bu kontrolsüz öfkesi, aslında kendi geçmişinde yaşadığı engellenmişlik hissinin bir yansıması olabilir." deseydi, durumun altındaki gizli dinamiğe odaklandığı için **yorumlama** olurdu.
- B) **Özetleme:** Oturumun bir kısmında veya tamamında konuşulan duygu ve içeriklerin bir araya getirilerek toparlanmasıdır. Eğer danışman "Babanın şiddet eğilimi nedeniyle kendini güvende hissetmiyorsun ve bu durumun bir sonucu olup olmadığını merak ediyorsun." deseydi, anlatılanları birleştirip yansıttığı için **özetleme** olurdu.
- D) **Yapılandırma:** Danışma sürecinin sınırlarını, kurallarını ve rollerini (süre, gizlilik, ücret vb.) belirlemektir. Eğer danışman "Burada babanın davranışlarını değil, bu davranışların senin üzerindeki etkilerini her hafta 45 dakika boyunca konuşacağız." deseydi, sürecin çerçevesini çizdiği için **yapılandırma** olurdu.
- E) **Saydamlık:** Danışmanın o anki etkileşimde hissettiği dürüst duyguları veya düşünceleri içtenlikle paylaşmasıdır. Eğer danışman "Babanın sana vurduğunu duyduğumda senin adına büyük bir üzüntü duyduğumu ve bu durumun beni de sarstığını söylemeliyim." deseydi, kendi içsel tepkisini paylaştığı için **saydamlık** olurdu.

Cevap: C

5. Psikolojik danışma süreci, sadece bir uzmanın müdahalesi değil; iki tarafın aktif katılımıyla şekillenen **iş birliği** bir yolculuktur. Bu sürecin en kritik aşamalarından biri olan **hedeflerin belirlenmesi**, danışanın ihtiyaçları ile danışmanın profesyonel bilgisinin bulunduğu noktadır. Literatürde hedeflerin ortaklaşa belirlenmesi (goal setting), danışanın sürece olan bağlılığını (terapötik ittifak) artırır ve değişimin kalıcı olmasına olanak sağlar. Eğer hedefler sadece danışman tarafından belirlenirse, danışanın direnç gösterme olasılığı artar; sadece danışan tarafından belirlenirse de profesyonel sınırların dışına çıkılabilir. Bu neden-

le sürecin gidişatını ve odak noktasını belirleyen amaçlar, danışan ve danışman tarafından birlikte kararlaştırılır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Psikolojik danışma sürecinde danışanın problemini çözmek psikolojik danışmanın tek sorumluluğudur:** Bu ifade yanlıştır. Psikolojik danışmada sorumluluk paylaşılır. Hatta değişim için asıl çabayı gösteren ve hayatına uygulayan kişi danışandır. Danışman ise bu süreci kolaylaştıran bir rehber rolündedir.
- C) **Psikolojik danışma sürecinde danışanın ilerlemesi yalnızca danışmanın yönlendirmelerine bağlıdır:** Bu ifade yanlıştır. İlerleme, danışanın motivasyonuna, farkındalığına, seans dışındaki çabasına ve kurulan terapötik bağın gücüne de sıkı sıkıya bağlıdır. Danışma, danışmanın "yaptığı" bir şey değil, birlikte "yürütülen" bir süreçtir.
- D) **Psikolojik danışma sürecinde terapötik ilişki, sadece ilk görüşmede önemlidir:** Bu ifade yanlıştır. Terapötik ilişki (güven bağı), danışmanın en önemli iyileştirici aracıdır ve ilk oturumdan son oturuma kadar, hatta sonlandırma aşamasında bile sürecin merkezinde yer alır.
- E) **Psikolojik danışma sürecinde danışanın farkındalığı, müdahalelerin sonunda değil yalnızca başlangıcında gelişir:** Bu ifade yanlıştır. Farkındalık (insight), süreç içerisinde dalgalı bir şekilde ilerler. Bazen başlangıçta bir "aydınlanma" yaşansa da, asıl derin farkındalık ve davranış değişikliği sürecin orta ve son evrelerindeki derinlemesine çalışmalarla pekişir.

Cevap: B

6. Diyalogda Ayşe, ders çalışmak için sarf ettiği çabayı ve bu çabanın sonuçlara yansımadağını ifade etmiştir. Psikolojik danışmanın Ayşe'ye verdiği "Çalışmalarına rağmen istediğin başarıyı elde edemediğini ifade ediyorsun." tepkisi, Ayşe'nin cümlesindeki duygusal tonu (hayal kırıklığı, üzüntü vb.) bir kenara bırakarak, sadece iletilen **bilişsel veriyi** (çalışma ve sonuç ilişkisi) kendi kelimeleriyle aynalamıştır. İçerik yansıtmada temel amaç, mesajın özünü bozmadan danışana bir «yankı» sunmaktır. Bu tepki, ne bir yorum ne

de bir duygu analizi içerdiği için tam bir içerik yansıtması örneğidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Sınav sonuçlarının düşük olması seni çok kaygılandırıyor olmalı:** Bu ifade bir **duygu yansıtmasıdır**. Danışman, olaydan ziyade olay karşısında hissedilen “kaygı” duygusuna odaklanmış ve bu duyguyu belirginleştirmiştir.
- C) Daha farklı çalışma yöntemleri denemeyi hiç düşündün mü?:** Bu ifade bir **kapalı uçlu sorudur**. Danışanı bir çözüme veya yeni bir düşünceye yönlendirmeyi amaçlar; yansıtma becerisi değil, bir sorgulama/müdahale tekniğidir.
- D) Çabanın karşılığını alamaman seni oldukça zorluyor gibi görünüyor:** Bu ifade, içinde hem içerik hem de hafif bir duygu/etki barındırır da “zorlanmak” bir durumdan ziyade bir yaşantıyı ifade ettiği için daha çok **duygu yansıtmasına** veya empatik bir tepkiye yakındır. Saf bir içerik yansıtması kadar bilişsel değildir.
- E) Sınav sürecine dair ayrıntılı olarak neler yaşadığını anlatır mısın?:** Bu ifade bir **açık uçlu sorudur**. Danışanın daha fazla ayrıntı vermesini, konuyu açmasını ve somutlaştırmasını sağlamak amacıyla kullanılan bir keşif tekniğidir.

Cevap: B

7. Diyalogda danışan, iş yerindeki sosyal bir ortamda yaşadığı çekingenliği ve bunun sonucunda geliştirdiği yetersizlik duygusunu dile getirmiştir. Psikolojik danışmada **kişiselleştirme** becerisi; danışanın yaşadığı bu duyguyu dışsal olaylardan (arkadaşlarından) çekip, kendi iç dünyasına ve sorumluluğuna bağlayan bir bütündür. Bu beceri üç temel aşamadan oluşur: **Anlamı kişiselleştirmede** duygu danışanın öznel yargısına bağlanır; **problemi kişiselleştirmede** duygu danışanın beceri eksikliğine bağlanır; **amacı kişiselleştirmede** ise duygu hem beceri eksikliğine hem de ulaşılamayan asıl hedefe bağlanır. A seçeneğinde danışman, danışanın yaşadığı **yetersizlik** duygusunu doğrudan kendi **ifade edememe** eksikliğine ve **aktif biri olma** isteğine bağlayarak sorumluluğu tamamen danışana odaklamıştır. Bu ifade, hissedilen duyguyu bir beceri ve amaçla birleştirdiği için kişiselleştirme becerisinin en kapsamlı

hali olan “**amacı kişiselleştirme**”ye karşılık gelecek teknik olarak kişiselleştirme müdahalesi olur. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) “Toplantılarda arkadaşların kadar aktif olmadığını düşünüyorsun.”** ifadesi bir **içerik yansıtmasıdır**. Danışanın anlattığı durumu sadece bilişsel bir özetle geri verdiği ve duygu içermediği için yansıtma düzeyinde kalmıştır.
- C) “Arkadaşların kadar aktif olamadığını hissediyorsun.”** ifadesi bir **duygu yansıtmasıdır**. Danışanın yaşadığı hissi sadece betimlediği ve odağı hâlâ “arkadaşlar” gibi dışsal bir kıyaslamada tuttuğu için kişiselleştirme değildir.
- D) “Toplantılarda sessiz kaldığın zamanlarda neler hissettiğini biraz daha açar mısın?”** ifadesi bir **açık uçlu sorudur**. Danışanı duygusunu daha fazla anlatmaya ve konuyu somutlaştırmaya sevk eden bir keşif müdahalesidir; ancak duyguyu kişisel bir paya bağlamaz.
- E) “Çalışma arkadaşlarına fikirlerini rahatça paylaşmadığını düşünüyorsun.”** ifadesi bir **içerik yansıtmasıdır**. Danışanın mesajındaki durumu (paylaşmama) herhangi bir sorumluluk veya duygu bağı kurmadan bilişsel bir özetle geri yansıtmıştır.

Cevap: A

8. Danışan, sosyal çevresinde yaşadığı bir algıyı (eleştirilme hissi) ve buna eşlik eden duygusunu (gerginlik) dile getirmiştir. Psikolojik danışman ise danışanın bu mesajını alıp, içeriği veya duyguyu değiştirmeden, sanki bir ayna tutuyormuş gibi danışana geri vermiştir. Danışmanın tepkisi incelendiğinde; ne yeni bir bilgi eklediği, ne konuyu başka bir olayla bağladığı, ne de bir çelişkiyi ortaya koyduğu görülür. **Yapılan işlem, danışanın o anki “gerginlik” durumunu ve “arkadaşlarla konuşma” içeriğini birleştirerek danışana yansıtmasıdır**. Bu durum, danışanın anlaşıldığını hissetmesini ve kendi ifadesini dışarıdan bir sesle tekrar duymasını sağlar. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) Özetleme:** Görüşmenin geneline veya uzun bir bölümüne dair bilgilerin toparlanmasıdır. Burada sadece tek bir cümlelik mesajın aynalanması söz konusudur.

- B) Bağlama:** Danışanın şu an anlattıkları ile geçmişte anlattıkları veya farklı olaylar arasında köprü kurmaktır. Burada herhangi bir bağlantı kurulmamıştır.
- D) Konuşmaya açık davet:** Danışanı daha fazla konuşmaya teşvik eden, "Nasıl?", "Neler hissediyorsun?" gibi ucu açık soru sorma tekniğidir.
- E) Yüzleşme:** Danışanın ifadeleri, davranışları veya duyguları arasındaki tutarsızlıkları nazikçe önüne koymaktır. Burada bir tutarsızlık vurgusu yoktur.

Cevap: C

9. Psikolojik danışma oturumlarında ilişkinin şimdi ve buradallığı, danışan ile danışman arasında o anda, o odada ve o etkileşimde meydana gelen duygu ve düşüncelerin, etkileşimin doğrudan ele alınmasıdır. Bu, danışanın geçmişteki hikâyelerini anlatmasından ziyade, şu anki ilişki dinamiğine odaklanarak canlı bir farkındalık yaratmayı hedefler. Danışan, dış dünyadaki kişiler arası ilişkilerinde yaşadığı tıkanıklıkları veya savunma mekanizmalarını farkında olmadan danışmanına da yansıtır. Danışman, bu süreci "şu an aramızda ne geçiyor?" sorusu ekseninde şeffaf bir şekilde paylaştığında, danışan kendi davranışlarının başkaları üzerindeki etkisini güvenli bir laboratuvar ortamında görmüş olur. Ancak bu, danışmanın kendi özel hayat tecrübelerini merkeze alarak danışana bir yol haritası çizmesi veya ona ne yapması gerektiğini dikte etmesi için kullanılmaz. Aksine, danışman kendi duygularını sadece aradaki ilişkiyi netleştirmek için bir araç olarak kullanır ve kararı tamamen danışanın özgür iradesine bırakır. **D seçeneğinde yer alan, danışmanın danışanın duygularını kendi deneyimleriyle birleştirip yönlendirme yapması, hem şimdi ve buradallık tekniğinin özüne hem de danışmanın tarafsızlık ve özerkliğe saygı ilkesine aykırıdır.** Bu tür bir yaklaşım, terapötik etkileşimi bir farkındalık sürecinden çıkarıp kişisel bir tavsiye verme seansına dönüştürür. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) Danışanın danışmanla etkileşim sırasında fark etmediği duygularını görünür kılabılır** ifadesi tekniğin temel işlevidir; danışman o anki gerginliği veya kaçınmayı dile getirerek gizli kalmış duyguları su yüzüne çıkarır.
- B) Danışanın mevcut duygu ve davranışlarının terapötik ortamda test edilmesine olanak sağlayabilir** ifadesi doğrudur; danışan yeni bir iletişim tarzını ilk kez danışmanı üzerinde deneyerek tepkileri ölçebilir.
- C) Danışmanın verdiği tepkiler, danışanın kendi tutum ve davranışlarını fark etmesine yardımcı olur** ifadesi doğrudur; danışmanın anlık geri bildirimleri danışan için bir ayna görevi görerek onun öz farkındallığını artırır.
- E) Terapötik ilişkiye odaklanarak danışanın farkındalık geliştirmesini destekleyebilir** ifadesi şimdi ve buradallığın ana hedefini yansıtır; ilişki merkeze alınarak danışanın sosyal becerileri ve içsel süreçleri üzerine farkındalık oluşturulur.

Cevap: D

10. Diyalogda Berk, yaşadığı fiziksel tepkileri (kalp atışı, titreme, göğüs sıkışması) detaylıca tarif etmesine rağmen, bu tepkilerin altında yatan zihinsel süreci veya temel anlamı isimlendirememektedir. Psikolojik danışman ise süreci somutlaştırmaya çalışmış ancak Berk "hiçbir şey geçmiyor" diyerek bilişsel bir tıkanıklık yaşamıştır. Bu aşamada danışmanın görevi, danışanın yaşadığı bu karmaşık bedensel duyuları bir bütün haline getirip, o anki deneyimi derinleştirecek ve danışanın "anlam dünyasına" kapı aralayacak bir müdahalede bulunmaktır. Danışanın yaşadığı fiziksel belirtileri özetlemek ve ardından "sunum" kavramının onun için öznel anlamını sorgulamak, bilişsel düzeyde farkındalık yaratmak için en etkili yoldur. **"Sunum aklına gelince kalbin hızla atıyor, ellerin titriyor ve göğsün sıkışıyor. Sunum kelimesi senin için ne ifade ediyor?"** tepkisi, Berk'in "bilmiyorum" dediği noktada ona bir ayna tutarak, yaşadığı yoğun paniğin altında yatan sembolik anlamı bulmasına yardımcı olur. Bu nedenle, danışanı merkeze alan ve keşif sürecini besleyen ifade en uygun tepkidir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Oldukça yoğun kaygı yaşıyorsun ve bunu yönetmekte zorlanıyor olmalısın** ifadesi bir duygu yansıtması ve bağdaşım kurma çabasıdır; ancak Berk'in "aklımdan bir şey geçmiyor" diyerek yaşadığı tıkanıklığı aşmasına ve konuyu derinleştirmesine yeterince hizmet etmez.
- B) **Sana yardım edebilmem için ne düşündüğünü hatırlamaya çalışırsan sevinirim. Çünkü bu düşüncelerini hatırlayamazsan oturumumuz ilerleyemez** ifadesi danışanı baskı altına alan ve terapötik ittifaka zarar veren bir yaklaşımdır; danışmanı otorite figürü yapar ve danışanın direnç göstermesine neden olabilir.
- C) **Sunum aklına geldiğinde seni rahatlatacak nefes egzersizlerini öğrenmek ister misin?** ifadesi henüz keşif aşaması tamamlanmadan sunulan bir çözüm önerisidir; danışanın yaşadığı duygunun nedenlerini anlamasını engelleyerek sadece semptomu bastırmaya odaklanır.
- E) **Aslında sunum bir görev ama bazı çarpıtılmış düşünceler sende kaygı yaratmış. Bunları değiştirdiğimizde kaygın azalacaktır** ifadesi zamansız bir bilgi verme ve öğretici (didaktik) bir tutumdur; danışanın duygusunu hafife alabilir ve Berk henüz düşüncelerini fark etmemişken ona "çarpıtılmış düşüncelerin var" demek savunuculuğu artırabilir.

Cevap: D

11. Diyalogda psikolojik danışman, danışanın yaşadığı zorluktan (arkadaş edinme problemi) yola çıkarak ona hayatında nelerin farklı olmasını istediğini sormuş ve danışanın soyut isteklerini ("iyi vakit geçirmek") somut eylemlere ("beraber antrenman yapmak, eğlenmek") dönüştürmesine rehberlik etmiştir. Psikolojik danışma sürecinde, danışanın şikâyetçi olduğu durumun ötesine geçilip, danışma süreci sonunda neye ulaşılacak istendiğinin netleştirildiği, ulaşılabilir ve ölçülebilir hedeflerin belirlendiği bu aşama "amaç oluşturma" evresidir. **Danışman, konuşmanın sonunda "asıl istediğin şeyin..." diyerek danışanın hedefini kristalleştirmiş ve her iki tarafın üzerinde uzlaştığı bir varış noktası belirlemiştir.** Bu süreç, yapılacak müdahalelerin temelini oluşturduğu için

problemin sadece tanımlanmasından bir adım öteye geçerek, değişim için bir yol haritası çizmeyi ifade eder. Bu nedenle, hedeflerin netleştirildiği bu kesit **amaç oluşturma basamağına** karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Danışanla ilişkinin kurulması** ifadesi danışma sürecinin ilk aşamasıdır; bu aşamada yapılandırma yapılır, güven bağı kurulur ve danışanın kendisini açması desteklenir. Diyalogda ise ilişki kurulmuş ve artık değişimin hedefleri üzerine çalışılmaya başlanmıştır.
- C) **Problemin tanımlanması** ifadesi danışanın getirdiği sıkıntının ne olduğunun, ne zaman başladığının ve etkilerinin anlaşıldığı aşamadır. Danışan arkadaş edinemediğini söylediğinde problem tanımlanmış olur; ancak "ne değişsin istersin?" sorusuyla birlikte süreç amacın belirlenmesine evrilmiştir.
- D) **Sonlandırma ve izleme** ifadesi belirlenen amaçlara ulaşıldıktan sonra danışma sürecinin bitirilmesini ve danışanın takibini içerir. Diyalogda henüz bir değişim gerçekleşmemiş, sadece neyin hedeflendiği konuşulmaktadır.
- E) **Müdahaleleri seçme ve uygulama** ifadesi belirlenen amaçlara ulaşmak için kullanılacak tekniklerin (rol oynama, sosyal beceri eğitimi vb.) hayata geçirildiği aşamadır. Diyalogda henüz bir teknik uygulanmamış, sadece müdahaleye zemin hazırlayacak amaç netleştirilmiştir.

Cevap: A

12. Psikolojik danışma sürecinde soru sorma becerisi, sadece bilgi toplamak için değil, danışanın kendisini keşfetmesini sağlamak ve süreci önceden belirlenmiş hedeflere ulaştırmak amacıyla kullanılan stratejik bir müdahaledir. Bir psikolojik danışman, soru sormadan önce sorduğu sorunun danışanın yararına olup olmadığını ve sürecin ilerleyişine nasıl bir hizmet edeceğini profesyonel bir süzgeçten geçirmelidir. Deneyimsiz danışmanların sıkça düştüğü "meraklılık" hatası, terapötik odağın danışandan sapmasına ve ilişkinin profesyonel niteliğini kaybetmesine neden olur. Etik ve teknik standartlar gereği, her sorunun danışanın farkındalığını artırma veya bir tıkanıklığı açma gibi iyileştirici bir işlevi (terapötik katkı) olmalı ve da-

nışman bu soruyu neden sorduğunun bilincinde olmalıdır (amaçlılık). Öncüller bu temel ilkeler ışığında değerlendirildiğinde, **I ve II numaralı maddelerin bir sorunun niteliğini belirleyen vazgeçilmez kriterler olduğu görülmektedir.**

- I) Sorunun terapötik sürece katkısı olup olmadığı** ifadesi danışma sürecinin temel ilkesidir; sorulan her soru danışanın gelişimine, değişimine veya sorununun çözümüne doğrudan ya da dolaylı olarak hizmet etmelidir.
- II) Sorunun açık ve net bir amacı olup olmadığı** ifadesi danışmanın profesyonel farkındalığını yansıtır; danışman rastgele veya sadece kendi merakını gidermek için değil, belirli bir hipotezi test etmek veya bir durumu netleştirmek için soru sormalıdır.
- III) Sorunun danışanın mesleğine uygun olup olmadığı** ifadesi genel psikolojik danışma ilke ve teknikleri arasında bir soru sorma kriteri olarak yer almaz; sorular danışanın mesleki statüsüne göre değil, getirdiği problemin doğasına ve o anki ihtiyacına göre şekillenir.

Cevap: B

- 13.** Diyalogda Elif, önceki oturumlarda dile getirdiği “akademik yetkinlik ve çaba” bilgileri ile güncel olarak paylaştığı “başarısızlık beklentisi” arasında belirgin bir çelişki yaşamaktadır. Psikolojik danışman, “Derslerinde başarılı ve çeşitli tekniklerle çalışmana rağmen sınavdan istediğin puanı alamayacağını düşündüren nedir?” diyerek Elif’in geçmişteki somut başarılarını ve çalışma disiplini ona geri yansıtmış, mevcut kaygısıyla arasındaki tezatlığı fark etmesini sağlayan bir yüzleştirme yapmıştır. Danışman bu müdahaleyi yargılayıcı bir sorgulama yerine, “...düşündüren nedir?” şeklindeki bir konuşmaya açık davet ile sonlandırarak, danışanın savunmaya geçmesini engellemiş ve bu düşünce değişiminin altında yatan derin nedenleri araştırmasına kapı açmıştır. Bu hamle, hem danışanın kendi çelişkisini görmesini sağlayan bir ayna görevi görmek hem de bu çelişkinin kaynağını bulmaya yönelik bir keşif süreci başlatmaktadır. Psikolojik danışma becerilerinin bu şekilde harmanlanması, danışanın içsel farkındalık kazanması için en etkili yoldur. Doğru cevap D seçeneğidir.

- A) “Derslerde başarılı olman ve farklı teknikler denemenin seni öne çıkaracağına neden inanmıyorsun?”** ifadesi, danışanı kendi inancını haklı çıkarmaya veya savunma yapmaya iten, yüzleştirmeden ziyade doğrudan bir sorgulama niteliği taşır.
- B) “Başarılı olman ve derslerine çaba göstermen mutsuz hissetmene yol açmamalı bence”** ifadesi, danışman merkezli bir bakış açısıyla danışanın duygusunu reddeden, profesyonel sınırı aşan bir öğüt verme girişimidir ve “bence” diyerek subjektif bir yargı içermektedir.
- C) “Son zamanlarda birçok öğrenci senin gibi kaygı yaşıyor, bunu normal karşılamalısın”** ifadesi, danışanın yaşadığı çelişkiyi herkesin yaşadığı sıradan bir durum gibi göstererek (genelleştirme) sorunu basitleştirir ve kişisel farkındalık sürecini engeller.
- E) “Ders başarısını artırmak ve güçlü yanlarını geliştirmek için neden bu kadar çaba sarf ettin?”** ifadesi, danışanın geçmişteki yapıcı davranışlarını sanki bir hataymış veya anlam-sızmış gibi sorgulatarak onda suçluluk uyanıdırabilecek, güven ilişkisine zarar veren bir yaklaşımdır.

Cevap: D

- 14.** Diyalogda danışan, yaşadığı akademik başarısızlık karşısında bölümünü sorguladığını ve pes etme eğiliminde olduğunu dile getirmiştir. Psikolojik danışman ise bu ifadeye karşılık, **“Bu kadar kısa sürede fikirlerinin değişmesine ben de şaşırdım.”** diyerek o anki kendi içsel yaşantısını, şaşkınlığını ve düşüncesini danışanla paylaşmıştır. Psikolojik danışmanın, süreç içerisinde danışanın anlattıkları karşısında kendi içinde uyanan duygu, düşünce veya benzer yaşantıları uygun bir dille danışana aktarması **kendini açma** becerisi olarak tanımlanır. Bu teknik, danışman ile danışan arasındaki insani bağ güçlendirmek, danışana farklı bir bakış açısı sunmak veya sürecin şeffaflığını artırmak amacıyla kullanılır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Cesaretlendirme** ifadesi, danışanın olumlu adımlar atması veya kendini açması için ona destekleyici geri bildirimler verilmesini (Örneğin; “Bunu yapabileceğine inanıyorum”) içerir; ancak diyalogda danışman destek vermekten ziyade kendi şaşkınlığını dile getirmiştir.
- C) **İçerik yansıtma** ifadesi, danışanın söylediklerinin bilişsel kısmının özetlenerek geri verilmesidir. Eğer danışman “Çalıştığın halde sonuç alamadığın için bölümün sana uygun olmadığını düşünüyorsun” deseydi bu içerik yansıtma olurdu.
- D) **Duygu yansıtma** ifadesi, danışanın sözel veya sözel olmayan mesajındaki duygunun netleştirilmesidir. Eğer danışman “İstediğin sonuçları alamamak seni hayal kırıklığına uğratmış” deseydi bu duygu yansıtma olurdu.
- E) **Yeniden çerçevelendirme** ifadesi, danışanın sunduğu olumsuz bir durumu veya bakış açısını daha olumlu ya da işlevsel bir pencereden görmesini sağlamaktır. Diyalogdaki “şaşırdım” ifadesi bir perspektif değişiminden ziyade kişisel bir tepkidir.

Cevap: A

15. Diyalogda psikolojik danışman, sürecin başından sonuna kadar farklı terapötik becerileri devreye sokmuştur. Danışanın “Konsantre olamıyorum” ifadesine karşılık “**Konsantre olamıyorum derken tam olarak neyi kastediyorsun? Açabilir misin biraz?**” sorusunu yönelterek, belirsiz olan bir durumu netleştirmeyi amaçlayan **somutluk** becerisini kullanmıştır. Hemen ardından danışanın anlatımını sürdürmesi için kullandığı “**Hı hı.**” tepkisi, danışanı konuşmaya devam etmesi için destekleyen **asgari düzeyde teşvik** becerisine örnektir. Danışanın “Bu durum beni çok bunaltıyor” demesi üzerine, danışmanın “**Odaklanmadığın için hayal kırıklığı yaşıyorsun.**” ifadesi, danışanın sözel mesajındaki gizli duyguyu belirginleştiren **duygu yansıtma** becerisini içerir. Ayrıca ilk sorusundaki “**Açabilir misin biraz?**” kısmı, danışanı daha geniş bir açıklama yapmaya yönelten **konusmaya açık davet** niteliğindedir. Ancak süreç boyunca danışanın ifadeleri arasında bir çelişki vurgulanmamış, tutarsızlıklar yüzüne vurulmamış veya “bir yanda böyle derken diğer

yanda şöyle yapıyorsun” şeklinde bir yüzleştirme yapılmamıştır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Duygu yansıtma** becerisi, danışmanın “**Odaklanmadığın için hayal kırıklığı yaşıyorsun.**” ifadesiyle kullanılmıştır; danışanın yaşadığı “bunaltı” ve “odaklanamama” halinin altındaki duygu netleştirilmiştir.
- B) **Konusmaya açık davet** becerisi, danışmanın anlatımını derinleştirmesi için sorulan “**Açabilir misin biraz?**” sorusuyla diyalogda yer almaktadır.
- C) **Asgari düzeyde teşvik** becerisi, danışmanın sözünü kesmeden, dinlendiğini hissettiren ve konuşmanın akışını sağlayan “**Hı hı.**” tepkisiyle örneklendirilmiştir.
- E) **Somutluk** becerisi, danışanın genel ve soyut bir ifade olan “konsantre olamıyorum” sözünü, “**Tam olarak neyi kastediyorsun?**” sorusuyla daha belirgin ve anlaşılır bir çerçeveye oturtmak amacıyla kullanılmıştır.

Cevap: D

1. Psikolojik danışma sürecinde her tepki, danışanın kendini keşfetmesine yardımcı olan belirli bir amaca hizmet eder. Soruda yer alan **“Bu hafta üzerinde çalıştığımız konuları tekrar gözden geçirelim.”** ifadesi, oturumun belirli bir kısmında veya sonunda o ana kadar konuşulanları sentezlemeyi, ana hatları belirlemeyi ve süreci netleştirmeyi amaçlayan bir **özetleme** tepkisidir. Oysa **konusmaya açık davet**; danışanı bir konuyu açmaya, derinlemesine bilgi vermeye veya duygularını paylaşmaya teşvik eden, genellikle “...anlatır mısın?” veya “...neler hissediyorsun?” gibi ucu açık soruları içeren bir beceridir. Özetleme dağınık bilgileri toparlayıp bir bütün oluştururken, konuşmaya açık davet yeni bilgilerin akışını sağlar. Dolayısıyla E seçeneğindeki eşleştirme hatalıdır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

- A) **“Sınav stresi seni çok üzmüş gibi görünüyor.”** ifadesinde danışman, danışanın paylaştığı mesajın içinde saklı olan “üzüntü” duygusunu netleştirerek ona geri vermiştir; bu tipik bir **duygu yansıtma** örneğidir.
- B) **“Çalışma planını uygulamışsın ama yine de istediğin sonucu alamamışsın.”** ifadesiyle danışman, danışanın verdiği bilgileri bilişsel düzeyde (olay ve durum odaklı) toparlayarak yansıtmıştır; bu da **içerik yansıtma** becerisine karşılık gelir.
- C) **“Oturumlarımız her Salı ve Perşembe aynı saatte yapılacak.”** ifadesi, sürecin sınırlarını, kurallarını ve rollerini belirleyerek danışan için belirsizliği ortadan kaldıran **yapılama** becerisini ifade eder.
- D) **“Bugüne kadar konuştuğumuz konuları tekrar gözden geçirelim.”** ifadesi, uzun bir süreci veya oturumlar serisini genel hatlarıyla toparlayıp bir senteze ulaştırmayı amaçladığı için **özetleme** becerisiyle tam olarak örtüşmektedir.

Cevap: E

2. Psikolojik danışma sürecinin başlangıcında yer alan “problemin tanımlanması” aşaması, danışanın getirdiği şikâyetin her boyutuyla haritasının çıkarılmasını hedefler. Bu aşamada danışman, sorunun sıklığını, yoğunluğunu, danışanın hayatına olan etkilerini ve soruna eşlik eden bilişsel, duyuşsal ve fiziksel unsurları anlamaya çalışır. Ancak **“Danışanın sınav kaygısını azaltmak için hangi üniversiteye gideceğine karar vermesini sağlamak”** ifadesi, problemin ne olduğunu anlamaya yönelik bir tanımlama adımı değil; aksine problemin çözümü için atılan bir karar verme veya müdahale adımıdır. Ayrıca sınav kaygısı yaşayan bir danışana henüz sürecin başında okul tercihi yaptırmak, kaygının altında yatan temel nedenleri anlamadan sonuca odaklanmak anlamına gelir ki bu durum problemin tanımlanması aşamasının kapsamı dışındadır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) **Danışanın kaygısına eşlik eden duygu, düşünce ve fiziksel belirtileri açıklığa kavuşturmak** ifadesi, problemin danışandaki yansımalarını tam olarak belirlemek için yapılması gereken en temel tanımlama faaliyetlerinden biridir.
- C) **Kaygının ortaya çıkmadan önce, süresince ve sonrasında yaşanan olayları belirlemek** ifadesi, problemin tetikleyicilerini ve pekiştiricilerini anlamayı sağlar; bu da sorunun bağlamını tanımlamak için kritiktir.
- D) **Kaygının danışanın günlük yaşamını ve ders çalışma rutinini nasıl etkilediğini değerlendirmek** ifadesi, problemin işlevsellik üzerindeki etkisini ölçerek sorunun ciddiyetini ve sınırlarını belirlemeye yardımcı olur.
- E) **Danışanın kaygıyla başa çıkmak için kullandığı yöntemleri ve güçlü yanlarını tespit etmek** ifadesi, mevcut tablonun bir parçası olarak danışanın soruna karşı nerede durduğunu ve hangi kaynaklara sahip olduğunu anlamayı sağlar; bu bilgiler problemin mevcut durumunu tanımlar.

Cevap: B

3. Mehmet'in diyalogdaki "Boşuna getirdiler beni buraya" ifadesi, sürecin başında hissedilen doğal bir direnç ve kontrolün kendisinde olmadığına dair bir tepkidir. Psikolojik danışman bu noktada danışanı anlamaya ve güven bağı kurmaya odaklanmalıdır. "Bu süreçte sana yardımcı olamayacağımı mı düşünüyorsun?" ifadesi ise henüz danışanın yaşadığı duygu ve çatışma tam olarak keşfedilmeden yapılan, aceleci ve yönlendirici bir yorumdur. Bu tepki, danışanı savunmaya itebilir, süreci danışman-danışan çatışmasına dönüştürebilir ve danışanın "anlaşılmıyorum, yargılanıyorum" hissini pekiştirebilir. Profesyonel bir süreçte, danışanın kapalı bir mesajına bu kadar doğrudan ve teşhis koyucu bir soruyla müdahale edilmesi, terapötik ittifaka zarar vereceği için beklenen bir davranış değildir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A) "İş bulamamanın seni çok kaygılandırıldığını ve ailenin beklentilerinden dolayı baskı hissettiğini görüyorum." ifadesi, danışanın içinde bulunduğu durumu ve hissettiği baskıyı isimlendirerek anlaşıldığını hissettiren etkili bir duygu ve içerik yansıtmasıdır.

B) "Beklenmedik zorluklarla karşılaştığımızda kendimizi çaresiz hissetmek normaldir, bu yaşamın bir parçasıdır." ifadesi, danışanın hissettiği "bir şey yapamayacak gibi hissetme" halini insani bir zemine çekerek üzerindeki yükü azaltan bir **normalleştirme** tepkisidir.

D) "Bu kaygılarla baş etmeni kolaylaştıracak adımları birlikte atabiliriz." ifadesi, danışmana sürecin bir dayatma olmadığını, uzmanla yan yana yürütülecek bir **iş birliği** süreci olduğunu vurgulayan destekleyici bir yaklaşımdır.

E) "Ben de iş arama sürecinde zorluklar yaşadım ve bunun ne kadar stresli olduğunu biliyorum." ifadesi, danışmanın danışana **model olması**, benzer yaşantılar üzerinden güven kurması ve aradaki mesafeyi azaltarak empatik bir bağ kurmasını sağlayan bir **kendini açma** becerisidir.

Cevap: C

4. Danışanın "Siz olsaydınız ne yapardınız?" sorusuna karşılık danışmanın (I) "**Açık söylemek gerekirse, benim de çocuğumun kendi evinde yaşamaması... konusunda bazı beklentilerim oldu.**" demesi, kendi kişisel yaşantısından bir kesit sunmasıdır. Danışmanın, danışanla benzer deneyimlerini veya o anki hislerini paylaşması **kendini açma** becerisine örnektir. Ardından danışmanın (II) "**Siz de onun kendi kararlarını vermesini istesiniz de, çoğu zaman kendi düşüncelerinizi ve isteklerinizi ön planda tuttunuz.**" ifadesi, danışanın anlattığı durumun özünü (bilişsel içeriğini) toparlayarak ona geri vermektedir; bu bir **içerik yansıtma** tepkisidir. Sürecin devamında danışmanın (III) "**Ancak çocuğunuz kendi evini tutup bağımsız yaşamaya karar verince planlarınız değişti ve kaygı hissettiniz.**" demesi, danışanın sözel mesajındaki "kaygı" duygusunu netleştirip ona geri yansıttığı için **duygu yansıtma** becerisidir. Son olarak danışmanın (IV) "**Bu hisleriniz, kendi kontrolünüzü kaybetme korkunuzdan ve geçmiş deneyimlerinizden kaynaklanıyor olabilir.**" ifadesi, danışanın paylaştığı durumun altında yatan olası nedenlere, bilinç dışı süreçlere veya bağlantılara dair bir açıklama getirmektedir. Danışanın davranışlarına yeni bir bakış açısı getiren bu derinlemesine müdahale **yorumlama** becerisidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Cevap: A

5. Emir'in durumunda okul psikolojik danışmanı, danışanın hayatındaki iki farklı alanı (aileye karşı direnç ve danışma sürecine karşı direnç) bir araya getirerek aradaki örüntüyü ortaya koymuştur. Okul psikolojik danışmanının, Emir'in ailesine karşı sergilediği tutum ile o an oturum içerisinde danışmana karşı sergilediği tutum arasındaki benzerliğe dikkat çekmesi **bağlama** becerisine örnektir. **Bağlama becerisi**; danışanın geçmişteki yaşantıları ile şimdiki davranışları, farklı kişilerle olan benzer etkileşimleri veya oturumlar arası **paralellikler arasında köprü kurma işlemidir**. Burada danışman, Emir'in "direnç" davranışının sadece spora özgü olmadığını, genel bir etkileşim biçimi olduğunu fark etmesini sağlayarak farkındalık düzeyini artırmayı hedeflemiştir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Paylaştırma** ifadesi, daha çok grupla psikolojik danışmada kullanılan bir tekniktir; grup üyelerinin benzer yaşantılarını birbirleriyle paylaşımlarını ve ortak duyguları fark etmelerini sağlar. Bireysel danışmada bu bağlamda kullanılmaz.
- C) **İçerik yansıtma** ifadesi, danışanın söylediklerinin bilişsel düzeyde özetlenerek geri verilmesidir. Burada sadece söylenenin tekrarı değil, iki farklı durum arasında analiz ve sentez yapılmıştır.
- D) **Konuşmaya açık davet** ifadesi, danışanı daha fazla anlatmaya teşvik eden ucu açık soruları kapsar. Oysa burada danışman bir saptama ve ilişkilendirme yapmaktadır.
- E) **Problemin kişiselleştirilmesi** ifadesi, danışanın yaşadığı sorunda kendi sorumluluğunu ve etkisini fark etmesini sağlayan (Carkhuff modeline ait) bir aşamadır. Danışmanın yaptığı müdahale bu yöne hizmet etse de, iki farklı durum arasındaki “paralelliğe dikkat çekme” eyleminin teknik karşılığı doğrudan bağlamadır.

Cevap: A

6. Psikolojik danışma sürecinin **sonlandırma evresi**, kat edilen mesafenin değerlendirildiği, hedeflere ulaşma düzeyinin gözden geçirildiği ve ayrılık duygularının çalışıldığı kritik bir aşamadır. Diyalogda danışman; başlangıçtaki hedefleri hatırlatarak sürecin çerçevesini çizmiş, danışanın kaygı yönetimi ve iletişim konusundaki ilerlemelerini somut örneklerle ortaya koymuş ve sürecin doğal bir parçası olan izleme oturumunu planlamıştır. Ayrıca, sonlanmanın yaratabileceği duygusal etkiyi ihmal etmeyerek danışanı bu konudaki duygularını paylaşmaya davet etmiştir. Ancak bu konuşma kesitinde, danışanın kazandığı becerileri farklı yaşam olaylarına nasıl genelleyeceği, karşılaştığı yeni zorluklarda bu stratejileri nasıl modifiye ederek uygulayacağı gibi “öğrenilenlerin transferi” konusuna dair **derinlemesine ve ayrıntılı bir çalışma yer almamaktadır**. Danışman mevcut durumu tespit etmekle yetinmiş, uygulama detaylarına girmemiştir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

- A) **Danışanın sürecin başından itibaren gösterdiği gelişmeye vurgu yapmıştır**. ifadesi metinde mevcuttur; danışman, Selin’in artık arkadaşlarıyla daha rahat iletişim kurabildiğini belirterek katettiği mesafeyi özetlemiştir.
- B) **Psikolojik danışma sürecinde belirlenen amaçları açıklamıştır**. ifadesi metinde mevcuttur; danışman, ilk oturumlarda koyulan sosyal ortamlarda rahat olma hedefini hatırlatarak sürecin hedeflerini netleştirmiştir.
- D) **İzleme oturumunun planını yapmıştır**. ifadesi metinde mevcuttur; danışmanın iki hafta sonrası için randevulaşması bu planlamanın yapıldığını gösterir.
- E) **Oturumların sonlanması ile ilgili danışanın duygu ve düşüncelerini almıştır**. ifadesi metinde mevcuttur; danışman kapanış aşamasında Selin’in veda sürecine dair içsel tepkilerini sormuştur.

Cevap: C

7. Selin’in verdiği tepki, psikolojik danışma literatüründe **direnç** veya **ev ödevine karşı uyumsuzluk** olarak değerlendirilir. Danışan, değişimin getirdiği kaygıdan kaçmak için problemin artık var olmadığını iddia ediyor olabilir. Bu noktada danışmanın görevi; danışanı suçlamadan, **terapötik ittifaka** zarar vermeden ve onu savunmaya itmeden bu durumu anlamaya çalışmaktır. “**Amacını gerçekleştirmeye yönelik iki oturumun kaldı fakat bu amaca ilişkin henüz hiçbir adım atmadın**.” ifadesi, danışanı **yargılayan**, suçluluk hissettiren ve süreci bir **pazarlık veya süre kısıtlaması** haline getiren oldukça sert bir yaklaşımdır. Bu tür bir tepki, danışanla kurulan güven bağına zedeleyeceği ve danışanın kendisini kapatmasına neden olacağı için profesyonel bir danışma sürecinde uygun bir tepki değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

- A) **Eşine karşı öfkeni ifade etme ödevi almış olmana rağmen artık buna gerek duymadığını söylüyorsun. Bunu biraz açar mısın?** ifadesi, danışanın sergilediği çelişkili durumu ona geri yansıtan ve bu değişimin altındaki gerçek nedeni anlamaya çalışan, **somutluk** ve **yüzleştirme** içeren yerinde bir tepkidir.

- B) **Öfkeni ifade etmene engel olan durumlar üzerinde birlikte duralım.** ifadesi, danışanın ödevden kaçınma nedenlerini **iş birliği** içinde keşfetmeye yönelik, direnci kırmayı amaçlayan destekleyici bir yaklaşımdır.
- C) **Eşine karşı duygularını yönetmek bazen zor olabilir, fakat üçüncü oturuma kadar sürece katıldın ve çaba gösterdin.** ifadesi, danışanın yaşadığı zorluğu **normalleştiren** ve geçmişteki çabasını vurgulayarak onu sürece devam etmesi için motive eden bir **cesaretlendirme** tepkisidir.
- D) **Öfkeni kontrol etme konusundaki kararlılığından vazgeçecek kadar önemli olan durumları dinlemeye hazırım.** ifadesi, danışanın kararının arkasındaki gizli motivasyonları merak eden, ona **koşulsuz kabul** ve etkin ilgi ile yaklaşan empatik bir duruştur.

Cevap: E

8. Psikolojik danışmanın “**Arkadaşın seni sürekli eleştirdiği için ona kırgınsın çünkü onun arkadaşlığını ve desteğini hissetmek istiyorsun.**” şeklindeki tepkisi, kişiselleştirme becerisinin en ileri aşaması olan **amacın kişiselleştirilmesi** alt türüne örnektir. Bu beceri, danışanın yaşadığı duyguyu (kırgınlık), bu duygunun altındaki kendi yetersizliğini veya eksikliğini fark ettikten sonra aslında **neye ulaşmak istediğini** (destek ve arkadaşlık hissetme isteği) belirleyen aşamadır. Danışan burada sadece bir olay anlatmıyor; danışman ona “Sen aslında şunu hedefliyorsun/istiyorsun ama şu an buna ulaşamıyorsun” mesajını vererek onu bir amaca yönlendiriyor.

Kişiselleştirme sürecinin aşamalarını şu şekilde özetleyebiliriz:

Anlamanın kişiselleştirilmesi: Danışman, olayın danışan için kişisel önemini vurgular. “Arkadaşının eleştirmesi senin için dostluğun bitmesi anlamına geliyor.” gibi bir ifade bu aşamaya örnektir.

Problemin kişiselleştirilmesi: Danışman, sorunu dış dünyadan alıp danışanın bir şeyi “yapamamasına” bağlar. “Kırgınsın çünkü arkadaşına beklentilerini net bir şekilde ifade edemiyorsun.” gibi bir tepki problemin kişiselleştirilmesidir.

Amacın kişiselleştirilmesi: Danışman, danışanın ulaşamayan hedefini veya ihtiyacını dile getirir. Soruda geçen “...çünkü onun arkadaşlığını ve desteğini hissetmek istiyorsun” kısmı, danışanın içsel **amacını** ve **isteğini** netleştirdiği için bu kategoriye girer.

Doğru cevap B seçeneğidir.

- A) **Asgari düzeyde teşvik** ifadesi, sadece danışanın konuşmasını sürdürmesini sağlayan “evet”, “hı-hı” gibi kısa tepkilerdir. Burada ise danışmanın yapılandırılmış ve derin bir müdahalesi vardır.
- C) **Yapılama** ifadesi, oturum süresi veya gizlilik gibi kuralların hatırlatılmasıdır. Diyalogda herhangi bir kural veya süreç bilgilendirmesi yer almaz.
- D) **Bağlama** ifadesi, danışanın geçmişteki bir yaşantısıyla şimdiki yaşantısı arasındaki benzerliği kurmaktır. Burada ise tek bir güncel olay üzerinde derinleşilmiştir.
- E) **İçerik yansıtma** ifadesi, danışanın söylediklerini sadece olay bazında özetlemektir. Danışman burada “kırgınlık” (duygu) ve “destek isteği” (amaç) unsurlarını eklediği için içerik yansıtmanın ötesine geçerek danışanın öznel dünyasına odaklanmıştır.

Cevap: B

9. Danışanın durumunda psikolojik danışman, danışanın hayatındaki **iki farklı alanı** (eşine karşı hissedilen **üzüntü** ve iş arkadaşına karşı hissedilen **rahatsızlık**) bir araya getirerek aradaki **örüntüyü** ortaya koymuştur. Psikolojik danışmanın, danışanın **eşine karşı sergilediği tutum** ile **geçmiş oturumda bahsettiği iş arkadaşına karşı sergilediği tutum** arasındaki **benzerliğe** dikkat çekmesi **bağlama becerisine** örnektir. **Bağlama becerisi**; danışanın **geçmişteki yaşantıları** ile **şimdiki davranışları**, farklı kişilerle olan benzer etkileşimleri veya **oturumlar arası paralellikler** arasında **köprü kurma** işlemidir. Burada danışman, “**eleştirilme hassasiyetinin**” sadece eşine özgü olmadığını, **genel bir etkileşim biçimi** olduğunu fark etmesini sağlayarak **farkındalık düzeyini** artırmayı hedeflemiştir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Duygu yansıtma** ifadesi, danışanın hissettiği duyguların **netleştirilerek** geri verilmesidir. Burada sadece söylenenin **duygu düzeyinde tekrarı** değil, iki farklı durum arasında **analiz ve sentez** yapılmıştır.
- B) **Kişiselleştirme** ifadesi, danışanın yaşadığı sorunda **kendi sorumluluğunu ve etkisini** fark etmesini sağlayan bir aşamadır. Danışmanın yaptığı müdahale bu yöne hizmet etse de, iki farklı durum arasındaki **“paralelliğe dikkat çekme”** eyleminin teknik karşılığı doğrudan **bağlamadır**.
- D) **Özetleme** ifadesi, oturumun bir bölümünde veya tamamında konuşulanların **temel noktalarının toparlanmasıdır**. Oysa burada danışmanın **spesifik bir ilişkilendirme** ve saptama yapmaktadır.
- E) **Konuşmaya açık davet** ifadesi, danışanı daha fazla anlatmaya teşvik eden **ucu açık soruları** kapsar. Oysa burada danışman bir **saptama ve ilişkilendirme** yapmaktadır.

Cevap: C

10. Danışanın durumunda psikolojik danışman, **sonlandırma aşamasına** karar verirken danışanın **özerkliğini, kendi kendine yetebilme gücünü** ve belirlenen **terapötik hedeflere** ulaşma düzeyini temel kriter olarak alır. Danışanın **günlük stresli olaylar** karşısında **kısa süreli olumsuz duygular** yaşaması, hayatın doğal bir akışıdır ve danışma sürecinin başarısız olduğu veya devam etmesi gerektiği anlamına gelmez; bu nedenle sonlandırma kararında bir engel teşkil etmediği için **dikkate alınması gereken** bir unsur değildir. Önemli olan, danışanın bu olumsuz duygularla **baş başa çıkabilecek donanımına** sahip olmasıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

- B) **Danışanın ilerleme kaydettiğini fark etmesi** ifadesi, sürecin sonlandırılması için **uygun bir unsurdur**; çünkü danışanın kendi **gelişimini algılaması** ve sorunlarını yönetebildiğine dair **öz güven** kazanması, danışmaya duyulan ihtiyacın sona erdiğini gösterir.

- C) **Psikolojik danışmanın belirgin bir gelişme gözlemlemesi** ifadesi, sonlandırma kararı için **uygundur**; uzmanın profesyonel bir gözle danışandaki **olumlu değişimleri ve hedefe ulaşıldığını** teyit etmesi, sürecin sağlıklı bir şekilde bitirilmesini sağlar.
- D) **Danışanın stratejileri istikrarlı şekilde uygulayabilmesi** ifadesi, sonlandırma aşaması için **uygun bir kriterdir**; bu durum, oturumlarda öğrenilen **yeni davranışların** danışanın hayatında bir **alışkanlık** haline geldiğini ve kalıcılığın sağlandığını kanıtlar.
- E) **Psikolojik danışmanın yardımcı olamadığını fark etmesi** ifadesi de sonlandırma için **uygun ve etik bir unsurdur**; danışmanlık süreci bir **plato evresine** girdiğinde veya uzman kendi **yetkinlik sınırına** ulaştığında, danışanın zamanını boşa harcamamak adına süreci sonlandırıp **sevk (referal)** işlemini gerçekleştirmelidir.

Cevap: A

11. Danışanın durumunda psikolojik danışman, danışanın sergilediği davranışların (geç gelme, kısa kesme, başkalarından bahsetme) altında yatan **direnç mekanizmasını** doğru analiz etmelidir. Psikolojik danışmanın, danışanın bu tutumlarını birer engel olarak görmek yerine, bu davranışların temelinde yatan **kaygı, korku veya güvensizlik** gibi duyguları anlamaya çalışması ve bu duyguları danışana **yansıtması** dirençle baş etmede **öncelikli** ve en uygun adımdır. Çünkü direnç, genellikle danışanın kendini koruma çabasıdır ve bu durumun empatiyle karşılanması **terapötik ittifakın** güçlenmesini sağlayarak direncin kırılmasına yardımcı olur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Danışana süreci bitirmesini önermek** ifadesi, dirençle baş etmede **uygun bir yöntem değildir**; aksine direnci pekiştirebilir veya danışanın reddedilmiş hissetmesine yol açarak yardım alma sürecini tamamen sonlandırabilir.
- B) **Danışana süreçle ilgili kuralları tek taraflı iletmek** ifadesi, direncin kaynağı olan duygusal süreçleri görmezden gelmektir. Sadece yapılandırma (kurallar) üzerinden gitmek, danışanla kurulan **güven ilişkisine** zarar verebileceği için öncelikli adım olarak **uygun değildir**.

C) **Kendi yaşam deneyimlerini detaylı anlatarak model olmak** ifadesi, psikolojik danışmada **kendini açma** tekniğiyle ilgili olsa da, direnç gösteren bir danışana karşı bu yöntemin detaylı ve kontrolsüz kullanımı danışanı sürecin odağından uzaklaştıracağı için **uygun bir başlangıç değildir**.

E) **Danışanın akademik hedeflerini belirlemesine yardımcı olmak** ifadesi, danışanın asıl sorunu veya direncinin kaynağı ile doğrudan ilgili olmayabilir. Sorunun odağını değiştirerek direnci görmezden gelmek, **terapötik ilerlemeyi** sağlamayacağı için bu müdahale öncelikli olarak **uygun görülmez**.

Cevap: D

12. Danışanın durumunda psikolojik danışman, **sessizliği** terapötik bir araç veya danışanın içsel bir süreci olarak doğru analiz etmelidir. Psikolojik danışmanın oturum sırasında sessiz kalmasının **her zaman sürece zarar vereceği** ve bu davranıştan kaçınılması gerektiği düşüncesi, danışma sürecinin doğasına aykırı **yanlış bir bilgidir**. Aksine sessizlik, doğru zamanda kullanıldığında danışanın derinleşmesini sağlayan, **terapötik etkisi yüksek** bir teknik olarak kabul edilir. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

A) **Danışanın sessiz kalmasının farkındalığa yardımcı olması** ifadesi, psikolojik danışma süreci için **uygun bir bilgidir**; çünkü sessizlik anları danışanın o an hissettiği **duyguları sindirmesine** ve zihnindeki düşünceleri organize etmesine olanak tanır.

B) **Deneyimsiz danışmanların sessizlikten rahatsız olması** ifadesi, mesleki gelişim sürecinde sık karşılaşılan **doğru bir tespittir**; yeni başlayan uzmanlar sessizliği bir **boşluk veya başarısızlık** olarak algılayıp bu “gerilimi” ucu kapalı sorularla bozma eğilimi gösterebilirler.

C) **Sessizliğin kültürel ve kişisel anlamlar taşıması** ifadesi, danışma sürecinin **bireysel ve kültürel farklılıklara** duyarlı olması gerektiğini hatırlatan **doğru bir bilgidir**; bazı kültürlerde sessizlik bir saygı veya derin düşünme belirtisiyken, bazılarında direnç olarak algılanabilir.

D) **Danışmanın bilinçli sessizlik kullanması** ifadesi, sessizliğin bir **müdahale tekniği** olduğunu vurgulayan **uygun bir bilgidir**; danışman, danışanı konuşmaya zorlamayarak ona kendi iç dünyasını keşfetmesi için gerekli olan **psikolojik alanı** ve zamanı tanımış olur.

Cevap: E

13. Danışanın durumunda psikolojik danışman, danışma ilişkisinin en temel yapı taşlarından biri olan **kişilik özelliklerini** sürece yansıtmıştır. Danışanın, danışmanın **doğal ve samimi** tavrından etkilenecek kendini rahat hissettiğini belirtmesi, uzmanın maske takmadan, olduğu gibi ve **içten** bir etkileşim kurduğunu gösteren **saydamlık** (içtenlik/dürüstlük) özelliğine örnektir. **Saydamlık**; danışmanın oturum sırasında yapaylıktan uzak, duygu ve düşüncelerinde tutarlı, **kendisi olarak** var olma becerisidir. Burada danışan, Ayşe Hanım'ın bu tutumu sayesinde başlangıçtaki çekingenliğini aşmış ve **terapötik sürece** olan güveni artmıştır. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

A) **Saygı** ifadesi, danışanın özgün bir birey olarak değerini kabul etmeyi ve ona **eşit bir insan** olarak yaklaşmayı içerir. Danışanın “doğallık ve samimiyet” vurgusu, saygıdan ziyade doğrudan danışmanın **kişisel dürüstlüğü** ile ilgilidir.

B) **Koşulsuz kabul** ifadesi, danışanın ne söylerse söylesin, hangi davranışı sergilerse sergilesin **yargılanmadan** kabul edilmesidir. Danışan burada danışmanın onu kabul etmesinden çok, danışmanın kendi **doğal duruşundan** bahsetmektedir.

D) **Empati** ifadesi, danışanın dünyasını **onun gözüyle** görebilme ve bunu ona iletebilme becerisidir. Danışanın ifadesinde danışmanın kendisini çok iyi anladığına dair bir vurgu değil, danışmanın **samimi karakterine** yönelik bir saptama vardır.

E) **Kendini açma** ifadesi, danışmanın yeri geldiğinde danışanın yararı için kendi **geçmiş yaşantılarından** veya o anki duygularından bahsetmesidir. Danışan, uzmanın bir bilgisini paylaştığından değil, genel **tutum ve davranış biçimindeki** samimiyetten söz ettiği için bu teknikle doğrudan **bağdaşmamaktadır**.

Cevap: C

14. Danışanın durumunda psikolojik danışman, öğrencinin temel sorunu olan **sınav kaygısını** tetikleyen unsurları analiz etmiştir. Emre Bey'in; ders çalışma süreci, öğretmen ve arkadaş yorumları ile deneme sınavları gibi spesifik durumları belirlemesi, öğrencinin yaşadığı **kaygıya katkıda bulunan olaylara** (tetikleyicilere) odaklandığını gösterir. Problemin tanımlanması aşamasında, sorunun hangi **bağlamlarda** ve hangi **uyarıcılar** eşliğinde ortaya çıktığının saptanması, çözüm için gerekli olan **durumsal analizin** yapılmasına olanak tanır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

- A) **Kaygının öğrencinin sosyal ilişkilerine etkisine** ifadesi, problemin bir **sonucu** ile ilgilidir. Oysa burada danışman, kaygının sosyal ilişkileri nasıl bozduğuna değil, sosyal etkileşimlerin (öğretmen ve arkadaş yorumları) kaygıyı nasıl **başlattığına** bakmaktadır.
- B) **Baş etme stratejilerine ve çözüm yollarına** ifadesi, danışma sürecinin daha sonraki **müdahale aşaması** ile ilgilidir. Burada henüz çözüm üretilmemiş, problemin hangi şartlar altında **meydana geldiği** teşhis edilmiştir.
- C) **Kaygının sıklığı ve yoğunluğuna** ifadesi, problemin **niceliksel** boyutuyla (ne kadar sıklıkla ve ne kadar şiddetli yaşandığı) ilgilidir. Soruda ise kaygının derecesinden ziyade, onu **ortaya çıkaran koşullar** listelenmiştir.
- E) **Kaygı sırasında eşlik eden duygu ve düşüncelere** ifadesi, danışanın **içsel süreçlerine** (örneğin; «başaramayacağım» düşüncesi veya çaresizlik hissi) odaklanmayı gerektirir. Emre Bey ise daha çok **çevresel ve durumsal** faktörleri belirlemiştir.

Cevap: D

15. Danışanın durumunda psikolojik danışman, danışanın yaşadığı sorunu (yöneticinin görev vermesi ve aile sorunları) dışsal bir olay olmaktan çıkarak, danışanın bu sorundaki **kendi eksikliğine veya sorumluluğuna** odaklanmıştır. Psikolojik danışmanın, sorunun kaynağı olarak sadece yöneticiyi değil, danışanın **“kendi sınırlarını çizememesini”** ve **“önceliklerini belirleyememesini”** göstermesi **problemi kişiselleştirme** becerisine örnektir. **Problemi kişiselleştirme**; danışanın yaşadığı güçlükte kendi payını, yetersizliğini veya yapamadığı davranışları (“çünkü sen... yapamıyorsun”) fark etmesini sağlayarak, çözüm için gerekli sorumluluğu almasını hedefleyen bir işlemdir. Burada danışman, danışanın pasif bir kurban olmadığını, kendi davranış biçiminin (sınır çizememe) sorunu beslediğini fark etmesini sağlayarak farkındalık düzeyini artırmayı hedeflemiştir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

- A) **Anlamı kişiselleştirme** ifadesi, olayın danışan için taşıdığı **öznel değer**in (“...çünkü senin için huzur çok önemli”) vurgulanmasıdır. Burada bir değerden ziyade danışanın bir **eylem eksikliği** (sınır çizememe) üzerinde durulmuştur.
- B) **Amacı kişiselleştirme** ifadesi, danışanın bu sorunu çözmek için **neye ihtiyaç duyduğunu** (“...çünkü artık hayır diyebilmek istiyorsun”) belirlediği aşamadır. Diyalogda henüz bir hedef değil, mevcut **problemin danışana ait kısmı** saptanmıştır.
- D) **İçerik yansıtma** ifadesi, danışanın söylediklerinin bilişsel düzeyde, sadece olay bazlı tekrar edilmesidir. Oysa burada danışman, söylenenden bir adım öteye giderek danışanın **içsel eksikliğine** yönelik bir analiz yapmıştır.
- E) **Bağlama** ifadesi, danışanın bu davranışı ile **geçmiş veya farklı kişilere** karşı tutumu arasında bir köprü kurulmasıdır. Burada ise sadece mevcut durumdaki **sorumluluk alanı** belirlenmiştir.

Cevap: C

1. **Bipolar bozukluk**, bireyin duygu durumunda iki uç nokta arasında gidip gelmesiyle karakterize bir bozukluktur. Kazım'ın yaşadığı **uykusuzluk**, **sınırsız enerji**, **aşırı para harcama** ve **büyüklenmeci (tanrısal figür) düşünceler** tipik bir mani dönemine işaret eder. Bu "yükselme" dönemini takip eden "içe kapanma" ve "sosyal ilişkilerde zorlanma" ise **depresif** dönemi temsil eder. Bu iki uçlu yapının **işlevselliği bozması** ve haftalarca sürmesi tanıyı kesinleştirir. **Şizofreniform bozukluk**: Şizofreni belirtilerinin 1-6 ay arası sürdüğü durumdur; temel odak gerçeklikten kopukluktur. **Majör depresif bozukluk**: Sadece çöküş (depresyon) dönemlerini kapsar; mani/yükselme dönemleri bu tanıda görülmez. **Narsistik kişilik bozukluğu**: Sürengen bir üstünlük duygusudur; dönemler halinde gelen enerji patlamalarıyla seyretmez. **Travma sonrası stres bozukluğu**: Belirli bir travmatik olay sonrası gelişen kaçınma ve uyarılmışlık belirtileridir.

Cevap: B

2. **Sosyal anksiyete bozukluğu (Sosyal fobi)**, bireyin başkaları tarafından **yargılanma**, **küçük düşme** veya **eleştirilme** korkusu nedeniyle sosyal ortamlarda yoğun kaygı yaşamasıdır. Raj'ın karşı cinsle konuşamaması, **göz teması kuramaması** ve topluluk önüne çıkmaktan **kaçınması** bu tanının temel taşlarıdır. "Evde veya yakın arkadaşlarda sorun yaşamaması", sorunun genel bir iletişim bozukluğu değil, sosyal değerlendirilme kaygısı olduğunu kanıtlar. **Otizm spektrum bozukluğu**: İletişim kısıtlılığı her ortamda (ev dahil) ve her yaşta belirgindir, sosyal kaygıdan ziyade gelişimsel bir farktır. **Agorafobi**: Alan korkusudur; yardım alamayacağı veya kaçamayacağı yerlerde bulunma korkusuna odaklanır. **Seçici konuşmazlık**: Genellikle çocuklarda görülür ve sadece belirli durumlarda (okul gibi) hiç konuşmamayı ifade eder. **Şizotipal kişilik bozukluğu**: Tuhaf inançlar, büyüsel düşünceler ve sıra dışı algısal yaşantılara karakterizedir.

Cevap: C

3. **Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB)**, kişinin fiziksel bütünlüğüne tehdit oluşturan ağır bir **travma** (depresyon, savaş gibi) sonrası gelişir. Katniss'in yaşadığı **kâbuslar**, **irkilme tepkisi**, olayı **yeniden yaşantılama (flashback)** ve belirtilerin **aylarca sürmesi** (1 aydan uzun süre) TSSB'nin klasik belirtileridir. Bu durum, kişinin travmayı zihninde aşamadığını gösterir. **Akut stres bozukluğu**: Belirtilerin travmadan sonraki ilk 1 ay içinde görülüp sonlanmasıdır; Katniss'te "aylar geçmiş" denmiştir. **Panik bozukluk**: Beklenmedik anda gelen panik ataklar ve "atak geçirme korkusu"na odaklanır. **Uyku-uyanıklık bozukluğu**: Sadece uyku problemlerini kapsar; oysa burada travmaya bağlı çoklu semptomlar vardır. **Dissosiyatif bozukluk**: Bellek, kimlik veya çevre algısında bütünlüğün bozulmasıdır; TSSB'ye eşlik edebilir ama ana tanı değildir.

Cevap: D

4. **Antisosyal kişilik bozukluğu**, başkalarının haklarını **hiç sayma**, **manipülasyon**, **suçluluk duygumama** ve **yasa dışı eylemler** ile karakterizedir. Walter White'in planlı suç işlemesi, başkalarına zarar verirken empati kurmaması ve yakalanma riskine rağmen devam etmesi bu tanıya girer. Bu kişilerde **vicdan azabı eksikliği** ve toplumsal kurallara uyumsuzluk esastır. **Paranoid kişilik bozukluğu**: Başkalarının niyetlerini sürekli kötüye yorma ve aşırı şüphelilik odaklıdır. **Şizoid kişilik bozukluğu**: Duygusal soğukluk ve sosyal ilişkilerden tamamen uzak durma, yalnızlığı tercih etme halidir. **Narsistik kişilik bozukluğu**: Hayranlık uyandırma ihtiyacı ve kibirdir; ancak her narsist yasa dışı eylemlere başvurmaz. **Borderline kişilik bozukluğu**: Kimlik karmaşası, terk edilme korkusu ve duygularda aşırı tutarsızlık ön plandadır.

Cevap: E

5. **Majör depresif bozukluk**, en az **iki hafta** süren derin bir **çökkünlük**, hayattan zevk alamama (anhedoni), **uyku ve iştah bozuklukları** ve **suçluluk duygusu** ile tanımlanır. Bojack'ın hayatı anlamsız bulması, enerji eksikliği ve 2 aydır süren belirtileri bu tanıya tam olarak uyar. Travmatik bir olayla ilişkili olmaması, durumun durumsal bir tepkiden çok klinik bir depresyon olduğunu gösterir. **Uyum bozukluğu**: Belirgin bir stres faktörüne (iş kaybı gibi) verilen aşırı tepkidir; vaka "belirli bir olayla ilişkili değil" demektir. **Distimik bozukluk**: Belirtilerin en az 2 yıl boyunca daha hafif ama kronik şekilde seyretmesidir. **Travma sonrası stres bozukluğu**: Geçmişte ağır bir travma (ölüm tehdidi vb.) ve ona bağlı kâbus/kaçınma gerektirir. **Şizoid kişilik bozukluğu**: Sosyal ilişki kurma isteğinin olmamasıdır; depresyondaki acı çekme hissi burada görülmez.

Cevap: A

6. Barış'ın son **6 aydır** öğretmenlerine karşı alaycı ve kışkırtıcı davranması, kurallara uymaması, sık sık tartışması ve inatlaşması; ayrıca kendisine yapılanları unutmaması gibi özellikler **otorite figürlerine yönelik karşı gelici ve tartışmacı davranış örüntüsünü** göstermektedir. DSM-5'e göre **karşıt olma karşı gelme bozukluğu**, en az **6 ay süreyle** devam eden ve özellikle **tartışmacı-karşı gelici davranışlar, kışkırtıcılık, kurallara uymama ve kin tutma** gibi belirtilerle karakterizedir. Sorudaki örnek bu ölçütlerle büyük ölçüde örtüşmektedir. Bununla birlikte DSM-5'te **davranım bozukluğu** tanısında başkalarının haklarını ihlal eden **fiziksel saldırganlık, mala zarar verme, hırsızlık veya ciddi kural ihlalleri** gibi daha ağır davranışlar beklenir; soruda ise özellikle bu tür **suç ya da ciddi zarar verici davranışların olmadığı** belirtilmiştir. **Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu** ise temel olarak **dikkatsizlik, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik** belirtileriyle tanımlanır ve soruda bu belirtilere ilişkin bir bilgi bulunmamaktadır. **Aralıklı patlayıcı bozukluk** ani ve **orantısız öfke patlamalarıyla ortaya çıkan saldırgan davranışlarla** karakterizedir; oysa Barış'ın davranışları süregelen karşı gelme biçimindedir, ani saldırgan patlamalar değildir. **Antisosyal kişilik bozukluğu** ise DSM-5'e göre **18 yaşından sonra** konabilen bir tanıdır ve genellikle öncesinde davranım bozukluğu öyküsü bulunur. Bu nedenle verilen tablo **karşıt olma karşı gelme bozukluğu** ile en iyi açıklanır.

Cevap: A

7. Draco'nun son bir yılda **sık sık kavgalara karışması, yaşıtlarına zorbalık yapması, hayvanlara ve okul eşyalarına zarar vermesi, başkalarının eşyalarını izinsiz alması ve saldırgan davranışlarını bazen planlı biçimde gerçekleştirmesi** başkalarının haklarını ihlal eden süregelen bir davranış örüntüsünü göstermektedir. DSM-5'e göre **davranım bozukluğu**, en az **12 ay içinde** tekrarlayan biçimde ortaya çıkan ve başkalarının temel haklarını ya da toplumsal kuralları ihlal eden davranışlarla tanımlanır; bu davranışlar arasında **insanlara ve hayvanlara saldırganlık, mala zarar verme, hırsızlık veya ciddi kural ihlalleri** bulunur. Sorudaki örnekte hayvanlara zarar verme, zorbalık, kavga ve izinsiz eşya alma gibi davranışlar bu tanı ölçütleriyle doğrudan örtüşmektedir; ayrıca pişmanlık göstermemesi de davranım bozukluğunda görülebilen **duyarsız-duygusuz özelliklerle** uyumludur. **Aralıklı patlayıcı bozuklukta** saldırgan davranışlar genellikle ani ve plansız öfke patlamaları şeklindedir; oysa burada bazı saldırganlıkların planlı olduğu belirtilmiştir. **Antisosyal kişilik bozukluğu** DSM-5'e göre **18 yaşından sonra** konur ve genellikle çocuklukta davranım bozukluğu öyküsü bulunur. **Kleptomani** yalnızca dürtüsel çalma davranışıyla sınırlıdır ve geniş bir saldırganlık örüntüsü içermez. **Borderline kişilik bozukluğu** ise kimlik karmaşası, yoğun ilişkisel dalgalanmalar ve terk edilme korkusu gibi belirtilerle karakterizedir; sorudaki tabloyla uyumlu değildir.

Cevap: B

8. Bruce Banner'ın bazı durumlarda **ani biçimde kontrolünü kaybederek bağırması, eşyaları kırması ve çevresine zarar vermesi**, ancak bu davranışların **plansız olması, öfkeye bağlı gelişmesi, olaydan sonra pişmanlık duyması ve saldırganlığın sürekli bir davranış örüntüsü hâline gelmemesi** önemli ipuçlarıdır. DSM-5'e göre **aralıklı patlayıcı bozukluk**, dürtü kontrolünde bozulma sonucu ortaya çıkan **tekrarlayan, ani ve orantısız saldırganlık patlamaları** ile tanımlanır; bu patlamalar genellikle **plansızdır, kısa sürelidir ve kişi sonrasında pişmanlık yaşayabilir**. Soruda öfke patlamalarının stresle **orantısız olduğu ve sık tekrar ettiği** özellikle belirtilmiş olup bu durum tanı ölçütleriyle uyumludur. **Bipolar bozuklukta** temel özellik mani veya depres-

yon dönemleridir ve saldırganlık bu duygudurum dönemlerinin bir parçası olabilir; soruda böyle bir dönemsel duygudurum değişimi yoktur. **Davranım bozukluğunda** saldırganlık süregelen bir davranış örüntüsüdür ve başkalarının haklarını ihlal eden kalıcı davranışlar bulunur; burada ise saldırganlık **epizodik patlamalar** şeklindedir. **Duygudurum düzenleyici bozukluk** (yıkıcı duygudurum düzenleyememe bozukluğu) çocukluk döneminde görülen **sürekli irritabilite ve sık öfke nöbetleri** ile karakterizedir; sorudaki tablo daha çok ani saldırgan patlamaları ifade eder. **Travma sonrası stres bozukluğunda** ise travmatik olaya bağlı yeniden yaşantılamama, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık belirtileri beklenir; soruda travmatik bir yaşantıdan söz edilmemektedir.

Cevap: C

9. Mine'nin mutfakta her şeyin **aşırı düzenli ve belirli bir sıraya göre** olmasını istemesi, eşyalar bir santim bile kaydığında yeniden düzeltmeden rahat edememesi ve bu davranışların **kontrol edilemez biçimde tekrar etmesi** DSM-5'te tanımlanan **kompulsif davranışlara** işaret eder. **Obsesif-kompulsif bozuklukta** birey, kaygı yaratan düşünceler veya içsel bir zorlanma nedeniyle belirli davranışları (örneğin temizleme, düzenleme, kontrol etme) tekrar tekrar yapmak zorunda hisseder; bu davranışlar çoğu zaman **işlevsel bir amaca hizmet etmez ve belirgin zaman kaybına yol açar**. Soruda Mine'nin düzenleme davranışlarının tam olarak bu özellikleri taşıdığı görülmektedir. Bu nedenle doğru cevap **obsesif-kompulsif bozukluk**dur. **Panik atak bozukluğu** ani ve yoğun korku ataklarıyla karakterizedir; düzenleme davranışları temel belirti değildir. **Şizotipal kişilik bozukluğu** daha çok tuhaf inançlar, bilişsel-perseptüel çarpıklıklar ve kişilerarası güçlüklerle ilişkilidir. **Yaygın anksiyete bozukluğunda** temel özellik birçok konu hakkında sürekli ve kontrol edilmesi zor endişedir, kompulsif düzenleme davranışları beklenmez. **Somatik semptom bozukluğu** ise bedensel belirtiler ve bunlarla ilgili aşırı kaygıyla ilgilidir.

Cevap: A

10. Nina'nın bale gösterisi sırasında **kısa süreliğine kontrolünü kaybederek başka bir kişiye büründüğünü hissetmesi**, zamanın nasıl geçtiğini hatırlayamaması ve son zamanlarda **kendi bedenini dışarıdan izliyormuş gibi hissetmesi** bilinç, bellek ve benlik algısında geçici kopmaların yaşandığını göstermektedir. DSM-5'e göre bu tür belirtiler; özellikle **amnezi, depersonalizasyon (kişinin kendisini dışarıdan gözlüyormuş gibi hissetmesi) ve kimlik bütünlüğünde geçici kopmalar** gibi deneyimlerle karakterize edilen **dissosiyatif bozukluklar** kapsamında değerlendirilir. Nina'nın yaşadığı zaman boşluğu ve kendilik algısında kopma bu tanı grubunun temel özellikleriyle uyumludur. Bu nedenle doğru cevap **dissosiyatif bozukluk**dur. **Psikotik bozukluk** ve **şizofreniform bozuklukta** temel olarak sanrılar, varsanılar ve gerçeklik değerlendirmesinde belirgin bozulma beklenir; soruda bu tür belirtiler vurgulanmamıştır. **Somatik semptom bozukluğu** bedensel belirtilerle ilgili aşırı kaygıyla ilişkilidir ve kimlik ya da bilinç kopmaları içermez. **Travma sonrası stres bozukluğunda** travmatik olayı yeniden yaşantılamama, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık belirtileri beklenir; soruda böyle bir travma öyküsü belirtilmemiştir.

Cevap: B

11. Cansu'nun gerçekte normal kiloda olmasına rağmen kendisini aynada sürekli kilolu görmesi, vücudundan yoğun memnuniyetsizlik duyması ve bu düşüncelerle sürekli zihinsel olarak uğraşması DSM-5'te tanımlanan **görünüm kusuruna yönelik aşırı zihinsel uğraşı ve algı çarpıtması** ile uyumludur. **Beden dismorfik bozukluğunda** kişi dış görünümünde gerçekte olmayan ya da çok küçük olan bir kusuru abartılı biçimde algılar ve bu düşünceler belirgin sıkıntıya ya da işlev kaybına yol açar. Soruda Cansu'nun kilosunun normal olmasına rağmen kendisini kilolu görmesi ve günlük yaşamının bu düşünceler nedeniyle etkilenmesi tanı için ayırt edicidir. Bu nedenle doğru cevap **beden dismorfik bozukluğudur**. **Anoreksiya nervoza** tanısında belirgin derecede düşük vücut ağırlığı ve kilo almaktan yoğun korku bulunur; soruda kişinin kilosu normaldir. **Bulimia nervoza** tekrarlayan tıknırcasına yeme atakları ve kusma gibi telafi davranışlarıyla karakterizedir; soruda bu davranışlar yoktur. **Pika** besin değeri olmayan maddelerin sürekli yenmesiyle tanımlanır. **Somatik semptom bozukluğu** ise bedensel belirtilerle ilgili aşırı kaygı ve uğraşı içerir; görünüm algısına yönelik takıntılı düşünceler temel özellik değildir.

Cevap: C

12. Canan'ın aniden ortaya çıkan **yoğun bedensel belirtiler** (kalp çarpıntısı, titreme, boğuluyormuş gibi hissetme) yaşaması ve bu atakların belirli bir duruma bağlı olmadan gelişmesi DSM-5'te tanımlanan **panik atak** özellikleriyle uyumludur. Ayrıca ataklardan sonra **yeniden atak yaşayacağına dair sürekli kaygı geliştirmesi** ve bu nedenle okula gitmekten kaçınmaya başlaması tanı açısından ayırt edicidir. DSM-5'e göre **panik bozuklukta** beklenmedik panik ataklar görülür ve kişi en az bir ay boyunca yeni atakların olacağına dair sürekli kaygı duyar ya da davranışlarının buna göre değiştirmeye başlar. Soruda Canan'ın okula gitmek istememesi bu kaçınma davranışını göstermektedir. Bu nedenle doğru cevap **panik bozukluktur**. Yaygın anksiyete bozukluğunda kaygı daha sürekli ve birçok yaşam alanına yayılan bir endişe biçimindedir, ani yoğun ataklar tipik değildir. **Özgül fobi** belirli bir nesne ya da durumla sınırlı korkuyu ifade eder; soruda böyle bir tetikleyici yoktur. **Travma sonrası stres bozukluğu** için travmatik bir olay sonrası yeniden yaşantılama ve kaçınma belirtileri beklenir. **Sosyal anksiyete bozukluğu** ise özellikle sosyal değerlendirilme durumlarına yönelik yoğun korkuyla ilişkilidir.

Cevap: D

13. Rojda'nın tek başına تنها yerlere giderek tekrar eden biçimde yangın çıkarması, eylemden önce **yoğun bir gerilim yaşamaması** ve yangını başlattıktan sonra **haz ve rahatlama hissetmesi**, davranışın arkasında ekonomik, ideolojik ya da intikam gibi bir amaç bulunmaması dürtü kontrol bozuklukları içinde yer alan **piromanidir**. Bu bozuklukta kişi yangın çıkarma dürtüsünü kontrol etmekte zorlanır; eylem öncesinde artan bir gerginlik hissi yaşar ve yangın çıkarma davranışı sonrasında rahatlama ya da haz ortaya çıkar. Soruda belirtilen gerilim-eylem-rahatlama örüntüsü tanı açısından ayırt edicidir. Buna karşılık **davranım bozukluğunda** başkalarının haklarını ihlal eden saldırganlık, mala zarar verme, hırsızlık gibi daha geniş bir davranış örüntüsü beklenir. **Antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını sürekli ihlal eden kalıcı bir kişilik örüntüsüdür ve genellikle yetişkinlikte tanı konur. **Şizofreni** sanrı ve varsanılar gibi psikotik belirtilerle karakterizedir. **Aralıklı patlayıcı bozuklukta** ise ani ve orantısız öfke patlamaları görülür; yangın çıkarma dürtüsü bu bozukluğun temel özelliği değildir.

Cevap: E

14. **Winona'nın** maddi ihtiyacı olmamasına rağmen mağazalardan küçük ürünler çalması, davranış öncesinde **yoğun gerginlik yaşaması**, eylem sonrasında **rahatlama hissetmesi** ve daha sonra **pişmanlık duyması** dürtü kontrol bozuklukları içinde yer alan **kleptomani** ile uyumludur. Bu bozuklukta kişi **ekonomik kazanç amacı olmaksızın** çalma dürtüsünü kontrol etmekte zorlanır ve davranış genellikle **gerilim-eylem-rahatlama döngüsü** içinde gerçekleşir. Soruda belirtilen belirtiler bu örüntüyü açık biçimde göstermektedir. Buna karşılık **davranım bozukluğunda** saldırganlık, mala zarar verme ve hırsızlık gibi **daha geniş ve kalıcı bir davranış örüntüsü** beklenir. **Antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını sürekli ihlal eden **kalıcı bir kişilik örüntüsü** ile ilişkilidir. **Histriyonik kişilik bozukluğu** ise **aşırı duygusallık ve dikkat çekme davranışları** ile karakterizedir. **Aralıklı patlayıcı bozuklukta** temel özellik **ani ve orantısız öfke patlamalarıdır**; çalma dürtüsü bu bozukluğun temel belirtisi değildir.

Cevap: D

15. **Serkan'ın** belirgin bir **bedensel belirtisi olmasına rağmen** ciddi bir hastalığa sahip olduğuna inanması, sürekli sağlık araştırması yapması, sık sık kontrol yaptırması ve doktorların normal sonuçlarına rağmen kaygısının devam etmesi sağlıkla ilgili **yoğun ve kalıcı hastalık korkusunu** göstermektedir. Bu tablo **hastalık kaygısı bozukluğu** ile uyumludur. Bu bozuklukta kişi ciddi bir hastalığa yakalanmış olma ya da yakalanacağı düşüncesiyle sürekli kaygı duyar; ancak **belirgin bedensel belirtiler yoktur ya da çok hafiftir**. Buna karşılık **bedensel belirti bozukluğunda** bir veya daha fazla **belirgin bedensel belirti bulunur** ve kişi bu belirtilerle aşırı düzeyde uğraşır. **Yaygın anksiyete bozukluğunda** kaygı sağlıkla sınırlı değildir, birçok yaşam alanına yayılır. **Yapay bozuklukta** kişi hasta rolünü üstlenmek amacıyla belirtileri **bilinçli olarak üretir veya taklit eder**. **Dönüşüm bozukluğu** ise nörolojik işlevleri taklit eden **felç, görme kaybı, konuşma güçlüğü** gibi belirtilerle karakterizedir.

Cevap: C

1. John Nash'in başkaları tarafından izlendiğini düşünmesi (**sanrılar**), kendisine görev verildiğini söyleyen **sesler duyması (halüsinasyonlar)**, gerçeklikle bağının zayıflaması ve davranışlarının anlaşılmasız hâle gelmesi psikotik belirtileri göstermektedir. Bu belirtilerin **en az 6 ay sürmesi** tanı açısından ayırt edici bir ölçüttür ve bu tablo **şizofreni** ile uyumludur. **Şizofreniform bozuklukta** benzer psikotik belirtiler görülse de belirtilerin süresi **1 ay ile 6 ay arasındadır**, bu nedenle süre ölçütü nedeniyle uygun değildir. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** tuhaf düşünceler, sıra dışı algısal yaşantılar ve kişilerarası güçlükler görülebilir; ancak belirgin ve sürekli **psikotik belirtiler** beklenmez. **Bipolar bozukluk** ve **çift kutuplu bozukluk** aynı tanımı ifade eder ve temel özellikleri **mani ve depresyon dönemleridir**. Soruda duygudurum dönemlerinden söz edilmemektedir.

Cevap: A

2. **Don'un** kendisini başkalarından üstün görmesi, başarılarını abartması, özel ve ayrıcalıklı biri olduğuna inanması, eleştiriye tahammül edememesi, yalnızca seçkin kişilerle ilişki kurmak istemesi ve başkalarının duygularına karşı **empati eksikliği** göstermesi **narsisistik kişilik bozukluğu** ile uyumludur. Bu bozuklukta kişinin **büyüklik duygusu**, sürekli **hayranlık beklentisi** ve belirgin **empati yoksunluğu** temel özelliklerdir. Buna karşılık **antisosyal kişilik bozukluğunda** başkalarının haklarını ihlal etme, kuralları çiğneme ve sorumsuz davranış örüntüsü ön plandadır. **Borderline kişilik bozukluğunda** kimlik karmaşası, yoğun ve dengesiz ilişkiler, terk edilme korkusu ve dürtüsellik görülür. **Şizoid kişilik bozukluğu** sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğuklukla karakterizedir. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** ise aşırı düzenlilik, mükemmeliyetçilik ve kontrol ihtiyacı ile tanımlanır.

Cevap: B

3. Elvan'ın çocukluk döneminden itibaren sosyal ortamlarda zorlanması, akranlarıyla ilişki kurmaktan kaçınması, **göz teması kurmakta güçlük çekmesi**, duygularını sözel olarak ifade etmekte zorlanması, **rutinlerin bozulmasına karşı huzursuzluk göstermesi** ve bazı nesnelere **takıntılı biçimde bağlanması** sosyal iletişimde kalıcı güçlükler ve sınırlı-tekrarlayıcı davranış örüntüsünü düşündürmektedir. Bu özellikler **otizm spektrum bozukluğu** ile uyumludur. Bu bozuklukta erken gelişim döneminden itibaren **sosyal iletişimde yetersizlik** ve sınırlı, **yineleyici davranışlar** veya **ilgi alanları** görülür. Buna karşılık **seçici konuşmazlık** belirli sosyal ortamlarda konuşmama ile sınırlıdır ve sosyal iletişim becerilerinde genel bir yetersizlik bulunmaz. **Sosyal kaygı bozukluğunda** kişi sosyal ortamlarda olumsuz değerlendirilme korkusu nedeniyle kaygı yaşar, ancak burada görülen **rutinlere aşırı bağlılık ve sınırlı ilgi alanları** tipik değildir. **Davranım bozukluğunda** saldırganlık, kuralları ihlal etme ve başkalarına zarar verme davranışları ön plandadır. **Şizoid kişilik bozukluğu** ise sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğuklukla karakterizedir; ancak çocukluk döneminden itibaren görülen **tekrarlayıcı davranışlar ve gelişimsel iletişim güçlükleri** bu tanının temel özelliği değildir.

Cevap: C

4. Arman'ın nedensiz ve uygunsuz kahkahalar atması, **halüsinasyonlar yaşaması**, etrafında olmayan seslerle konuşması ve **gerçekliği değerlendirme yetisinin bozulması** psikotik belirtilerin varlığını düşündürmektedir. Bu belirtiler aynı zamanda **işlevsellikte belirgin bozulmaya** yol açmaktadır. Ancak soruda belirtilerin **toplamda 3 aydır sürdüğü** özellikle vurgulanmıştır. Psikotik belirtilerin **1 aydan uzun, 6 aydan kısa sürmesi şizofreniform bozukluk** tanısını akla getirmektedir. Buna karşılık **somatik bozuklukta** bedensel belirtiler ve sağlıkla ilgili aşırı uğraş ön plandadır; psikotik belirtiler beklenmez. **Şizoid kişilik bozukluğu** sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğuklukla karakterizedir, belirgin psikotik belirtiler tipik değildir. **Bipolar bozuklukta** temel özellik **mani ve depresyon dönemleridir**. Soruda bu tür duygudurum dönemleri anlatılmamaktadır. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** tuhaf inançlar ve kişilerarası güçlükler görülebilir ancak belirgin ve sürekli **halüsinasyonlar** tipik değildir.

Cevap: D

5. Berkay'ın derste sürekli yerinden kalkması, öğretmen sözünü kesmesi, uzun süre yerinde duramaması, evde aynı anda birçok işe başlayıp hiçbirini tamamlayamaması ve dikkatini bir etkinliğe sürdürememesi **dikkat ve dürtü kontrolüyle ilgili belirgin güçlükleri** göstermektedir. Belirtilerin **okul öncesi dönemden beri sürmesi** ve hem okul hem ev ortamında **işlevselliği etkilemesi** tabloyu **dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu** ile açıklamayı mümkün kılar. Bu bozuklukta temel özellikler **dikkatsizlik, hiperaktivite ve dürtüsellik** belirtilerinin erken yaşta başlaması ve birden fazla ortamda görülmesidir. **Karşıt olma karşı gelme bozukluğunda** otorite figürleriyle tartışma, inatlaşma ve karşı gelme davranışları ön plandadır. **Bipolar II bozuklukta** ise hipomani ve depresyon dönemleri görülür; dikkat ve hiperaktivite belirtileri temel özellik değildir. **Otizm spektrum bozukluğunda** sosyal iletişimde kalıcı güçlükler ve sınırlı-tekrarlayıcı davranış örüntüleri bulunur. **Davranım bozukluğunda** ise başkalarının haklarını ihlal eden saldırganlık, hırsızlık veya ciddi kural ihlalleriyle karakterizedir.

Cevap: E

6. Raci Bey'in başkalarıyla ilişki kurmakta zorlanması, yüz ifadesi ve duygusal tepkilerinin sınırlı olması, yalnızlığı tercih etmesi, arkadaşlık ilişkileri kurmak istememesi ve başkalarının övgü ya da eleştirisine kayıtsız kalması **şizoid kişilik bozukluğuna** sahip olduğunu göstermektedir. Bu kişilik örüntüsünde kişi genellikle **sosyal ilişkilerden uzak durur**, yalnız etkinlikleri tercih eder ve duygusal ifade sınırlıdır. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** tuhaf inançlar, sıra dışı algısal yaşantılar ve garip davranışlar ön plandadır. **Otizm spektrum bozukluğu** erken gelişim döneminde ortaya çıkan sosyal iletişim güçlükleri ve tekrarlayıcı davranışlarla karakterizedir. **Narsistik kişilik bozukluğu** büyüklük duygusu, hayranlık beklentisi ve empati eksikliği ile ilişkilidir. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** ise aşırı düzenlilik, kuralcılık ve mükemmeliyetçilik örüntüsüyle tanımlanır.

Cevap: A

7. Mert'in apartmandaki kişilerden sürekli kuşku duyması, komşularının kendisini izlediğini ve zarar vermek istediğini düşünmesi, basit bir şaka ya da yanlışlıkta bile hemen kötü niyet araması ve başkalarına güvenmemesi **paranoid kişilik bozukluğuna** sahip olduğunu göstermektedir. Bu kişilik örüntüsünde kişi başkalarının niyetlerini sürekli olarak **tehdit edici ve düşmanca** biçimde yorumlar, kolay kolay güven duymaz ve çevresindeki davranışları komplo olarak değerlendirebilir. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** tuhaf inançlar, sıra dışı algısal yaşantılar ve garip davranışlar ön plandadır. **Antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını ihlal etme, kuralları çiğneme ve solumsuz davranışlarla ilişkilidir. **Borderline kişilik bozukluğunda** yoğun ve dengesiz ilişkiler, kimlik karmaşası ve terk edilme korkusu görülür. **Şizoid kişilik bozukluğu** ise sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğuklukla karakterizedir.

Cevap: B

8. Luna'nın gerçeklikten kopmuş gibi görünen davranışlar sergilemesi, **uçuk ve sıra dışı fikirler** dile getirmesi, garip kıyafetler giymesi, doğaüstü güçlerle özel bir ilişkisi olduğuna inanması ve sosyal ilişkilerinin sınırlı olması **şizotipal kişilik bozukluğuna** sahip olduğunu göstermektedir. Bu kişilik örüntüsünde bireylerde **tuhaf inançlar, büyüsel düşünme, sıra dışı algısal yaşantılar ve garip davranışlar** dikkat çeker. Kişilerarası ilişkiler genellikle sınırlıdır ve kişi çoğu zaman başkaları tarafından anlaşılmadığını düşünür. **Şizoid kişilik bozukluğunda** sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğukluk görülür ancak belirgin **tuhaf inançlar veya büyüsel düşünceler** tipik değildir. **Paranoid kişilik bozukluğunda** başkalarına karşı sürekli kuşkuculuk ve güvensizlik ön plandadır. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** aşırı düzenlilik, kuralcılık ve mükemmeliyetçilikle ilişkilidir. **Borderline kişilik bozukluğunda** ise kimlik karmaşası, yoğun ve dengesiz ilişkiler ile terk edilme korkusu belirgindir.

Cevap: C

9. Cersei'nin çevresindekileri manipüle ederek kendi amaçlarına ulaşması, kurallara karşı kayıtsız olması, başkalarının zarar görmesini önemsememesi, sık sık **yalan söylemesi**, suça eğilimli davranışlar göstermesi ve yaptıklarıyla ilgili **pişmanlık duymaması** başkalarının haklarını ihlal eden kalıcı bir davranış örüntüsünü düşündürmektedir. Bu özellikler **antisosyal kişilik bozukluğuna** sahip olduğunu göstermektedir. Bu bozuklukta kişi toplumsal kuralları ihlal etme, başkalarını sömürme, dürüst olmama ve yaptıklarından dolayı **suçluluk ya da vicdan azabı duymama** eğilimi gösterir. **Borderline kişilik bozukluğunda** yoğun ve dengesiz ilişkiler, kimlik karmaşası ve terk edilme korkusu görülür. **Narsisistik kişilik bozukluğu** büyüklük duygusu ve hayranlık beklentisi ile karakterizedir ancak başkalarının haklarını sistematik biçimde ihlal etme temel özellik değildir. **Şizoid kişilik bozukluğu** sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğuklukla ilişkilidir. **Şizotipal kişilik bozukluğu** ise tuhaf inançlar, sıra dışı algısal yaşantılar ve garip davranışlarla tanımlanır.

Cevap: D

10. Harun'un ilişkilerinde aşırı **iniş-çıkışlar yaşaması**, bir kişiyi önce idealize edip küçük bir hayal kırıklığında hızla değersizleştirmesi, **terk edilme korkusuyla dürtüsel davranışlar** göstermesi, **kendine zarar verme davranışları**, **ani öfke patlamaları**, **kimlik karmaşası** ve hızla değişen duygular sergilemesi **borderline kişilik bozukluğuna** sahip olduğunu göstermektedir. Bu kişilik örüntüsünde kişilerarası ilişkiler genellikle **yoğun ve dengesizdir**, kişi terk edilmekten aşırı korkar ve duygudurum hızlı değişimler gösterir. **Histriyonik kişilik bozukluğunda** dikkat çekme ihtiyacı ve aşırı duygusallık ön plandadır. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** aşırı düzenlilik, kuralcılık ve mükemmeliyetçilikle ilişkilidir. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** tuhaf inançlar, sıra dışı algısal yaşantılar ve garip davranışlar görülür. **Antisosyal kişilik bozukluğu** ise başkalarının haklarını ihlal eden, kuralları çiğneyen ve pişmanlık duymayan davranış örüntüsüyle karakterizedir.

Cevap: E

11. Lockhart'ın başkalarının başarılarını kendi üzerine alması, sürekli **övgü ve hayranlık bekleme**si, her ortamda merkezde olmak istemesi, başarılarını abartması, eleştiriyi tolere edememesi ve **empati kurmakta zorlanması** büyüklük duygusu ve hayranlık ihtiyacının belirgin olduğu bir kişilik örüntüsünü göstermektedir. Bu özellikler **narsisistik kişilik bozukluğuna** sahip olduğunu göstermektedir. Bu bozuklukta kişiler kendilerini diğerlerinden üstün görme eğilimindedir, sürekli takdir edilmek ister ve başkalarının ihtiyaçlarına karşı duyarsız olabilir. **Şizoid kişilik bozukluğu** sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğuklukla karakterizedir. **Antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını ihlal etme, kuralları çiğneme ve pişmanlık duymama davranışlarıyla ilişkilidir. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** tuhaf inançlar, sıra dışı algısal yaşantılar ve garip davranışlar görülür. **Histriyonik kişilik bozukluğunda** dikkat çekme isteği ve aşırı duygusallık ön planda olsa da büyüklük duygusu ve empati eksikliği temel özellik değildir.

Cevap: A

12. Effie'nin dikkat çekici kıyafetler giymesi, sürekli **ilgi odağı olmak istemesi**, başkalarının dikkatini çekmek için **abartılı duygusal tepkiler verme**si, duygularının yüzeysel ve hızla değişmesi ve konuşurken **fiziksel görünümünü vurgulaması** dikkat çekme ve dramatik davranışların bas-kın olduğu bir kişilik örüntüsünü göstermektedir. Bu özellikler **histriyonik kişilik bozukluğuna** sahip olduğunu göstermektedir. Bu bozuklukta bireyler sürekli **ilgi odağı olma ihtiyacı**, **abartılı duygusal ifade**, **baştan çıkarıcı davranışlar** ve yüzeysel duygulanım sergileyebilir. **Borderline kişilik bozukluğunda** ilişkilerde yoğun iniş çıkışlar, terk edilme korkusu ve kimlik karmaşası görülür. **Şizoid kişilik bozukluğu** sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğuklukla karakterizedir. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** aşırı düzenlilik, kuralcılık ve mükemmeliyetçilikle ilişkilidir. **Paranoid kişilik bozukluğu** ise başkalarına karşı sürekli kuşkuçuluk ve güvensizlik örüntüsüyle tanımlanır.

Cevap: B

13. Neville'in sosyal ortamlarda gergin olması, alay edilmekten çekinmesi, eleştirileceğini düşünerek sessiz kalması, yeni ortamlara uyum sağlamakta zorlanması ve "insanlar beni küçük görür" şeklinde **yetersizlik düşüncelerini dile getirmesi** sosyal ilişkilerde belirgin çekingenlik ve **olumsuz değerlendirilme korkusunu** göstermektedir. Bu özellikler **çekingen kişilik bozukluğuna** sahip olduğunu göstermektedir. Bu kişilik örüntüsünde bireyler **yetersizlik duyguları**, eleştirilme ya da reddedilme korkusu ve sosyal ortamlardan kaçınma eğilimi gösterir. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** aşırı düzenlilik, kuralcılık ve mükemmeliyetçilikle ilişkilidir. **Sosyal anksiyete bozukluğunda** sosyal ortamlarda yoğun kaygı yaşansa da bu durum genellikle bir **anksiyete bozukluğu** olarak değerlendirilir ve kalıcı kişilik örüntüsü niteliğinde değildir. **Paranoid kişilik bozukluğu** başkalarına karşı sürekli kuşkuculuk ve güvensizlikle karakterizedir. **Borderline kişilik bozukluğu** ise yoğun ve dengesiz ilişkiler, kimlik karmaşası ve dürtüsellik ile ilişkilidir.

Cevap: C

14. Meryem'in düzen ve temizlik konularında aşırı hassas olması, program dışı gelişmeleri tolere edememesi, **kontrolcü ve mükemmeliyetçi davranması**, küçük hatalara bile yoğun tepki göstermesi ve başkalarının işi yeterince iyi yapamayacağını düşünerek **iş devretmekte zorlanması** katı kuralcılık ve kontrol ihtiyacının baskın olduğu bir kişilik örüntüsünü göstermektedir. Bu özellikler **obsesif-kompulsif kişilik bozukluğuna** sahip olduğunu göstermektedir. Bu kişilik örüntüsünde bireyler genellikle **aşırı düzenlilik, mükemmeliyetçilik, kontrol ihtiyacı ve esneklik eksikliği** sergiler. **Sosyal kaygı bozukluğu** sosyal ortamlarda olumsuz değerlendirilme korkusuyla ilişkilidir. **Obsesif-kompulsif bozukluk** ise istemsiz obsesyonlar ve bu kaygıyı azaltmak için yapılan kompulsif davranışlarla karakterizedir; burada görülen durum daha çok kalıcı bir **kışilik örüntüsüdür**. **Narsistik kişilik bozukluğu** büyüklük duygusu ve hayranlık beklentisi ile ilişkilidir. **Paranoid kişilik bozukluğu** ise başkalarına karşı sürekli kuşkuculuk ve güvensizlikle tanımlanır.

Cevap: D

15. Tekin'in ailesi veya arkadaşları olmadan karar vermekte zorlanması, sürekli **destek ve onay araması**, terk edilme korkusuyla gereksiz yere özür dilemesi ve kendi ihtiyaçlarını ifade etmekte çekingen davranması başkalarına aşırı derecede **bağımlı olma ve bakım görme ihtiyacı** ile karakterize bir kişilik örüntüsünü göstermektedir. Bu özellikler **bağımlı kişilik bozukluğuna** sahip olduğunu göstermektedir. Bu kişilik örüntüsünde bireyler karar vermekte zorlanır, sorumluluk almaktan kaçınır ve başkalarının desteği olmadan işlev görmekte güçlük yaşar. **Borderline kişilik bozukluğunda** yoğun ve dengesiz ilişkiler, kimlik karmaşası ve terk edilme korkusuna eşlik eden dürtüsellik görülür. **Şizotipal kişilik bozukluğu** tuhaf inançlar ve sıra dışı algısal yaşantılarla karakterizedir. **Çekingen kişilik bozukluğunda** sosyal ortamlardan kaçınma ve eleştirilme korkusu ön plandadır. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** ise aşırı düzenlilik, kontrol ihtiyacı ve mükemmeliyetçilik özellikleriyle tanımlanır.

Cevap: E

1. Cemşit'in sevdiği kişiye güçlü bir bağlılık duymasına rağmen duygularını açıkça ifade etmekte zorlanması, kendisini geri planda tutması, ilişki içinde **onaylanma ve kabul görme ihtiyacının belirgin olması** ve karşı tarafın kararlarına müdahale etmekten kaçınması kişilerarası ilişkilerde **çekingenlik ve yetersizlik duygusunun** öne çıktığını düşündürmektedir. Bu tür kişiler yakın ilişkiler kurmak isteseler de **reddedilme veya olumsuz değerlendirilme kaygısı** nedeniyle geri planda kalmayı tercih ederler. Bu özellikler **çekingen kişilik bozukluğu** için tipik kabul edilen bir örüntüye işaret eder. **Bağımlı kişilik bozukluğunda** kişi başkalarının bakım ve yönlendirmesine yoğun biçimde ihtiyaç duyar ve kararlarını başkalarına bırakma eğilimi gösterir. **Şizoid kişilik bozukluğu** sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğuklukla karakterizedir; yakınlık kurma isteği genellikle sınırlıdır. **Paranoid kişilik bozukluğunda** ise başkalarına karşı sürekli kuşkuculuk ve güvensizlik ön plandadır. **Pasif-agresif kişilik özellikleri** ise dolaylı karşı koyma, erteleme ve gizli öfke davranışlarıyla ilişkilidir.

Cevap: C

2. Serkan'ın çocukluk döneminden itibaren **sosyal ipuçlarını anlamakta güçlük çekmesi**, göz teması kurmakta zorlanması, karşısındaki kişinin duygularını fark edememesi ve **dar, yoğun ilgi alanlarına takıntılı biçimde yönelmesi** sosyal iletişim alanında kalıcı güçlükler ve sınırlı-tekrarlayıcı ilgi örüntüsünü göstermektedir. Sosyal iletişim kurallarını anlamakta zorlanması ve belirli konulara aşırı yoğunlaşması bu tabloyu **otizm spektrum bozukluğu** kapsamında değerlendirmeyi gerektirir. Soruda ayrıca **gelişimsel gecikmenin olmaması** bu tanıyı dışlamaz; DSM-5'te bazı bireylerde bilişsel gelişim normal olsa da sosyal iletişim alanındaki güçlükler belirgin olabilir. **Sosyal kaygı bozukluğunda** kişi sosyal ortamlarda olumsuz değerlendirilme korkusu yaşar; ancak sosyal ipuçlarını anlama kapasitesi temel sorun değildir. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** tuhaf inançlar ve sıra dışı algısal yaşantılar görülür. **Zihinsel yetersizlikte** genel bilişsel işlevlerde belirgin gerilik bulunur. **Özgül öğrenme bozukluğu** ise okuma, yazma veya matematik gibi akademik becerilerde güçlükle ilişkilidir.

Cevap: A

3. **Barkın'ın** sınıfta yerinde duramaması, öğretmenin sözünü kesmesi, düşünmeden hareket etmesi, dikkatini sürdürmemesi ve görevleri tamamlamadan başka etkinliğe geçmesi **dikkatsizlik, hiperaktivite ve dürtüsellik** belirtilerinin bir arada bulunduğunu göstermektedir. Bu davranışların **okul öncesi dönemden beri sürmesi** ve hem akademik hem sosyal işlevselliği etkilemesi tabloyu **dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu** kapsamında değerlendirmeyi gerektirir. **Davranım bozukluğunda** saldırganlık, kuralları ihlal etme ve başkalarının haklarını çiğneme davranışları ön plandadır. **Karşıt olma karşı gelme bozukluğu** otorite figürleriyle tartışma ve karşı gelme örüntüsüyle ilişkilidir. **Narsisistik kişilik bozukluğu** büyüklük duygusu ve hayranlık beklentisi ile karakterizedir. **Bipolar bozuklukta** ise mani ve depresyon dönemleri görülür.

Cevap: B

4. **Nevin'in** okuma sırasında kelimeleri yanlış okuması, harfleri karıştırması, kelimeleri atlama ve yazılı anlatımda sürekli hata yapması **okuma ve yazma alanında belirgin güçlükler** yaşadığını göstermektedir. Buna karşın zekâ düzeyinin normal olması ve sosyal iletişim becerilerinin yaşına uygun bulunması genel bilişsel geriliği dışlamaktadır. Bu tablo akademik becerilere özgü güçlüklerin görüldüğü **özüml öğrenme bozukluğu** ile açıklanır. **Otizm spektrum bozukluğunda** sosyal iletişim güçlükleri ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri bulunur. **Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu** dikkat ve dürtü kontrolü ile ilişkilidir. **Entelektüel gelişim bozukluğunda** genel zihinsel işlevlerde gerilik görülür. **Seçici konuşmazlık** belirli ortamlarda konuşmama ile karakterizedir.

Cevap: D

5. Kenan'ın evde ailesiyle normal biçimde konuşmasına rağmen özellikle okul gibi sosyal ortamlarda **konusmayı tamamen kesmesi**, bu durumun en az bir aydır sürmesi ve gelişimsel açıdan yaşlılarıyla benzer düzeyde olması belirli ortamlara özgü konuşmama örüntüsünü göstermektedir. Bu tablo **seçici konuşmazlık** tanısına işaret eder. **Otizm spektrum bozukluğunda** sosyal iletişim güçlükleri yaygındır ve tüm ortamlarda görülür. **Travma sonrası stres bozukluğu** travmatik bir olay sonrası yeniden yaşantılaşma ve kaçınma belirtileriyle ilişkilidir. **Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu** dikkat ve hiperaktivite belirtileriyle karakterizedir. **Sosyal fobide** kişi sosyal ortamlarda yoğun kaygı yaşasa da genellikle konuşma tamamen kesilmez.

Cevap: E

6. Kerem'deki belirtiler **paranoid tip şizofreniyi düşündürür**. Devlet tarafından izlendiğini düşünmesi, evine böcek yerleştirildiğine inanması gibi **sistemik sanrılar** bu alt tipin temel özelliğidir. Bu tabloda düşünce içeriğinde belirgin **paranoyak sanrılar** bulunurken konuşma genellikle **mantıklı ve düzenlidir**; belirgin düşünce dağınıklığı görülmez. Ayrıca negatif belirtilerin ve belirgin davranış dağınıklığının olmaması da bu tip ile uyumludur. **Dağınık (hebefrenik) tipte** düşünce ve davranışlarda belirgin düzensizlik ile uygunsuz duygulanım görülür. **Katatonik tip** motor belirtilerle (hareketsizlik, katelepsi, negativizm veya amaçsız motor hareketler) karakterizedir. **Rezidüel tipte** aktif psikotik belirtiler gerilemiş olup daha çok negatif belirtiler kalmıştır. **Ayrışmamış tip** ise belirtilerin belirli bir alt tipe açık biçimde uymadığı durumlarda kullanılır.

Cevap: A

7. Sibel'de görülen tablo **dağınık tip şizofreniyi düşündürür**. Tutarsız ve anlamsız konuşmalar, alakasız yanıtlar verme, anlamsız kelimeler üretme, **uygunsuz duygulanım** (gülerken ağlama gibi) ve amaçsız, abartılı davranışlar bu alt tipin ayırt edici özellikleridir. Bu tipte düşünce akışı ve davranışlar belirgin biçimde **dağınık ve düzensiz** görünür; belirgin sistemik sanrı veya halüsinasyon bulunmayabilir. **Katatonik tip** daha çok motor belirtilerle (hareketsizlik, katelepsi, negativizm) tanımlanır. **Paranoid tipte** sanrılar ve işitsel varsanılar ön plandadır. **Rezidüel tipte** ise aktif psikotik belirtiler zayıflamış, daha çok negatif belirtiler kalmıştır. **Şizoafektif tip** ise şizofreni belirtilerine eşlik eden belirgin duygudurum dönemleriyle ilişkilidir.

Cevap: B

8. Ali'deki belirtiler **katatonik tip şizofreniyi düşündürür**. Uzun süre hareketsiz kalma, verilen pozisyonu değiştirmeme (**katelepsi/negativizm**), donuk yüz ifadesi, iletişime geçmeme ve zaman zaman ani, anlamsız bağırımlar bu alt tipte görülen **motor davranış bozukluklarını** yansıtır. Katatonik tabloda kişi bazen tamamen hareketsiz kalırken bazen de amaçsız motor hareketler gösterebilir. **Paranoid tipte** sanrılar ve işitsel halüsinasyonlar ön plandadır. **Rezidüel tipte** aktif psikotik belirtiler gerilemiş, daha çok negatif belirtiler kalmıştır. **Dağınık tipte** düşünce ve davranışlarda belirgin düzensizlik görülür. **Ayrışmamış tip** ise belirtilerin belirli bir alt tipe tam uymadığı durumlar için kullanılır.

Cevap: C

9. Fikret'te görülen tablo **rezidüel tip şizofreniyi düşündürür**. Geçmişte halüsinasyon ve sanrılar gibi **aktif psikotik belirtilerin bulunması**, ancak güncel dönemde bu belirtilerin ortadan kalkıp **duygulanım küntlüğü, sosyal içe çekilme ve motivasyon eksikliği gibi negatif belirtilerin devam etmesi** bu alt tip için tipik kabul edilir. Rezidüel tabloda pozitif semptomlar belirgin değildir; buna karşılık **negatif belirtiler ve konuşma içeriğinde fakirleşme** devam edebilir. **Dağınık tipte** düşünce ve davranışlarda belirgin düzensizlik ile uygunsuz duygulanım ön plandadır. **Şizoafektif**

bozuklukta psikotik belirtilerle birlikte belirgin **duygudurum dönemleri** görülür. **Paranoid tipte** sistematik sanrılar ve işitsel halüsinasyonlar baskındır. **Katatonik tip** ise motor davranış bozuklukları (hareketsizlik, katelepsi, negativizm veya amaçsız motor hareketler) ile karakterizedir.

Cevap: D

10. Serkan'da gözlenen klinik tablo **ayrışmamış tip şizofreni** kategorisine girer. Belirtiler tek bir alt tipe özgü değildir; zaman zaman **paranoid içerikli düşünceler**, zaman zaman **dağınık konuşma** ortaya çıkmaktadır. Bununla birlikte **katatonik belirtiler bulunmaması** ve belirgin bir pozitif semptom örüntüsünün baskın olmaması tabloyu karışık hale getirmektedir. Bu nedenle belirtilerin **paranoid, dağınık veya katatonik alt tiplerden birine açık biçimde uymadığı** durumlarda kullanılan sınıflama ayrışmamış tiptir. **Dağınık tipte** düşünce ve davranışlarda belirgin düzensizlik ve uygunsuz duygulanım baskındır. **Katatonik tip** motor belirtilerle (hareketsizlik, katelepsi, negativizm ya da aşırı motor hareketlilik) tanımlanır. **Paranoid tipte** sistematik sanrılar ve işitsel varsanılar ön plandadır. **Rezidüel tipte** ise aktif psikotik belirtiler büyük ölçüde gerilemiş olup daha çok negatif belirtiler görülür.

Cevap: E

11. Zeynep'te ortaya çıkan **sanrılar** (televizyondan izlendiğini ve mesajlar gönderildiğini düşünmesi) ve **halüsinasyonlar** (görsel varsanılar) belirgin bir psikotik tabloyu göstermektedir. Bu belirtilerin **yaklaşık üç haftadır sürmesi** tanı açısından kritik ipucudur. DSM sınıflamasında psikotik belirtilerin **1 aydan kısa sürmesi** durumunda tablo **kısa psikotik bozukluk** kapsamında değerlendirilir. İşlevselliğin bozulması da bu tanıda sık görülür. **Şizofreniform bozuklukta** belirtilerin süresi **en az 1 ay, en fazla 6 ay** olmalıdır. **Şizofreni** tanısında ise belirtilerin **en az 6 ay** devam etmesi gerekir. **Sanrisal bozuklukta** genellikle sistematik sanrılar bulunur ancak belirgin halüsinasyonlar ve işlevsellikte ağır bozulma tipik değildir. **Şizoaffectif bozuklukta** psikotik belirtilere eşlik eden belirgin **duygudurum dönemleri** bulunur.

Cevap: D

12. Bu vakada **duygudurum belirtileri (mani)** ile birlikte **psikotik belirtiler (sanrı ve halüsinasyonlar)** görülmektedir. Tanı açısından belirleyici ipucu, psikotik belirtilerin **duygudurum belirtileri ortadan kalktıktan sonra da en az iki hafta boyunca devam etmesidir**. DSM-5'e göre psikotik belirtilerin duygudurum epizodlarından **bağımsız bir dönemde de sürmesi**, tabloyu **şizoaffectif bozukluk** kapsamında değerlendirmeyi gerektirir. **Şizofreni** tanısında psikotik belirtiler baskındır ve belirgin bir duygudurum epizodu tabloya eşlik etmek zorunda değildir. **Kısa psikotik bozuklukta** belirtiler en fazla **bir ay** sürer ve genellikle ani başlangıçlıdır. **Sanrisal bozuklukta** sistematik sanrılar ön plandadır, belirgin halüsinasyonlar beklenmez. **Şizotipal kişilik bozukluğu** ise tuhaf inançlar ve kişilerarası güçlüklerle seyreden kalıcı bir kişilik örüntüsüdür.

Cevap: C

13. **Kısa psikotik bozukluk** bu vaka için en uygun tanıdır. Belirtilerin **ani başlaması**, öncesinde **stresli bir yaşam olayı** bulunması ve psikotik belirtilerin **çok kısa sürede ortaya çıkıp birkaç gün içinde şiddetlenmesi** bu tanı için tipik bir örüntü oluşturur. DSM-5'e göre kısa psikotik bozuklukta psikotik belirtiler **en az 1 gün, en fazla 1 ay** sürer ve genellikle ani başlangıçlıdır. **Şizofreni** tanısında belirtilerin en az **6 ay** sürmesi gerekir. **Şizofreniform bozuklukta** süre **1 ay ile 6 ay** arasındadır. **Sanrisal bozuklukta** genellikle sistematik sanrılar bulunur ancak işlevsellik görece korunur ve belirgin psikotik tablo görülmez. **Majör depresif bozukluk - psikotik özellikli** tanısı için belirgin ve süreklilik gösteren bir **depresif epizodun** bulunması gerekir; soruda böyle bir tablo yer almamaktadır.

Cevap: D

14. **Anoreksiya nervosa** bu vakayı en iyi açıklayan tanıdır. Nigar'ın **normalin çok altında kiloya sahip olmasına rağmen kilo vermeye devam etmeye çalışması**, uzun süre yemek yememesi ve **kendisini aynada şişman görmesi** bu bozukluğun temel özellikleri arasında yer alır. Bu tabloda kişi yoğun bir **kilo alma korkusu** yaşar ve beden algısı belirgin biçimde bozulur. Ayrıca **adet görmeme (amenore)** ve yaşam işlevselliğinde ciddi bozulma da anoreksiya nervosada sık görülen bulgulardır. **Bulimiya nervosada** tekrarlayan tıkanırcasına yeme atakları ve ardından telafi davranışları (kusma, laksatif kullanımı gibi) görülür. **Tıkanırcasına yeme bozukluğunda** aşırı yeme atakları vardır ancak telafi davranışları bulunmaz. **Beden dismorfik bozukluğunda** kişi bedeninin belirli bir bölümünde kusur olduğuna inanır fakat temel sorun kilo kontrolü değildir. **Pika** ise besin değeri olmayan maddelerin yenmesiyle karakterizedir.

Cevap: A

15. **Bulimiya nervosa** bu vakada tarif edilen davranış örüntüsünü açıklar. Belma'nın stresli dönemlerde **kontROLSÜZ biçimde aşırı yemek yemesi**, ardından yoğun suçluluk hissedip **kendi isteğiyle kusması** ve zaman zaman **laksatif kullanması** bu bozuklukta görülen tipik telafi davranışlarıdır. Bulimiya nervosada bireyler genellikle **normal kiloda** olabilir ve tıkanırcasına yeme ataklarını kusma, laksatif kullanımı veya aşırı egzersiz gibi yöntemlerle dengelemeye çalışırlar. **Anoreksiya nervosada** belirgin kilo kaybı ve yoğun kilo alma korkusu ön plandadır. **Tıkanırcasına yeme bozukluğunda** aşırı yeme atakları bulunur ancak kusma veya laksatif kullanımı gibi telafi davranışları görülmez. **Pika** besin değeri olmayan maddelerin yenmesiyle karakterizedir. **Bedensel belirti bozukluğu** ise bedensel şikâyetlere aşırı odaklanma ile ilişkilidir.

Cevap: B

1. **Tıkanırcasına yeme bozukluğu** bu vakayı en iyi açıklayan tanıdır. Edibe'nin özellikle akşam saatlerinde **kontrolünü kaybeder biçimde aşırı miktarda yemek tüketmesi**, bunu çoğu zaman **gizli şekilde yapması** ve sonrasında yoğun **suçluluk duygusu yaşaması** bu bozukluğun temel özellikleri arasındadır. Bu tabloda belirleyici nokta, aşırı yeme ataklarının bulunmasına rağmen **kusma, laksatif kullanımı veya aşırı egzersiz gibi telafi davranışlarının olmamasıdır**. Bu nedenle tablo **bulimiya nervosadan** ayrılır. **Anoreksiya nervosada** belirgin kilo kaybı ve kilo alma korkusu ön plandadır. **Pika** besin değeri olmayan maddelerin yenmesiyle karakterizedir. **Beden dismorfik bozukluğunda** ise kişinin bedeninin belirli bir bölümüne yönelik algı bozulması bulunur, temel sorun yeme davranışı değildir.

Cevap: C

2. **Enürezis noktürnal** bu vakada en uygun tanıdır. DSM-5'e göre enürezis tanısı koyulabilmesi için çocuğun **kronolojik yaşının en az 5 yıl olması**, idrar kaçırmının **haftada en az iki kez ve en az üç ay süreyle** devam etmesi ve klinik açıdan belirgin sıkıntı ve işlevsellikte bozulma yaratması gerekir. Soruda Kemal'in **7 yaşında olması**, geceleri yatağını **haftada en az iki kez ıslatması** bu ölçütlerle uyumludur. Ayrıca belirtilerin **gece uykusu sırasında ortaya çıkması** tabloyu **enürezis noktürnal** olarak sınıflandırmayı gerektirir. **Enürezis diürnal** gündüz saatlerinde idrar kaçırmaya ile ilişkilidir. **Uyku bozukluğunda** temel sorun uyku düzeni veya uyku kalitesidir. **Anksiyete bozukluğunda** kaygı belirtileri ön plandadır ve idrar kaçırmaya tanı ölçütü değildir. **Enkoprezis** ise dışkı kaçırmaya ile karakterizedir.

Cevap: D

3. **Enkoprezis** bu vakada tarif edilen klinik tabloyu açıklar. DSM-5'e göre enkoprezis tanısı konulabilmesi için çocuğun **kronolojik yaşının en az 4 yıl olması**, dışkı kaçırmaya davranışının **ayda en az bir kez ve en az üç ay süreyle** tekrar etmesi gerekir. Genco'nun **6 yaşında olması**, tuvalet eğitiminin tamamlanmış olmasına rağmen **5 aydır ayda en az bir kez uygun olmayan yerlere istem dışı dışkı yapması** bu ölçütlerle örtüşmektedir. Çocuğun olaydan **utanması ve suçluluk hissetmesi** de bu durumun isteyerek yapılan bir davranıştan ziyade bir kontrol sorunu olduğunu düşündürür. **Enürezis** idrar kaçırmaya ile karakterizedir. **Davranım bozukluğunda** başkalarının haklarını ihlal eden saldırganlık ve kural çiğneme davranışları görülür. **Karşıt olma karşı gelme bozukluğu** otorite figürlerine karşı inatlaşma ve karşı gelme örüntüsüyle ilişkilidir. **Uyaran eksikliği** ise gelişimsel çevresel yoksunlukla ilgili bir kavramdır.

Cevap: E

4. Bu vakada öne çıkan problem **kontROLSÜZ ve aşırı yeme davranışdır**. Durdu'nun günde defalarca yemek yemesi, yemek sırasında **miktar kontrolünü kaybetmesi** ve yeme davranışını durduramaması **tıkanırcasına yeme ataklarını** düşündürür. Ayrıca bu davranışın ardından **kusma, laksatif kullanımı veya aşırı egzersiz gibi telafi davranışlarının bulunmaması** tanı açısından belirleyici bir özelliktir. DSM-5'e göre tıkanırcasına yeme bozukluğunda kişi kısa sürede aşırı miktarda yemek yer ve yeme davranışı üzerinde kontrol kaybı yaşar. Ailenin müdahalesine karşı ortaya çıkan öfke ve agresyon ise yeme davranışının engellenmesine verilen ikincil bir tepkidir. **Davranım bozukluğunda** başkalarının haklarını ihlal eden saldırganlık ve ciddi kural ihlalleri ön plandadır. **Aralıklı patlayıcı bozuklukta** tekrarlayan, orantısız öfke patlamaları bulunur ancak temel sorun yeme davranışı değildir. **Enkoprezis** dışkı kaçırmaya ile ilgilidir. **Karşıt olma karşı gelme bozukluğu** ise otorite figürlerine karşı inatlaşma ve tartışma örüntüsüyle tanımlanır.

Cevap: A

5. Bu vakada görülen düşünce içeriği **perseküsyon sanrısı** olarak adlandırılır. Jülide'nin yabancı güçlerin kendisini izlediğine, evine dinleme cihazı yerleştirildiğine ve ajanların peşinde olduğuna inanması kişinin **takip edildiği, zarar göreceği veya komplo kurulduğu** şeklindeki sabit ve yanlış inançlarını yansıtır. Bu tür sanrılarda kişi başkalarının kendisine karşı düşmanca planlar yaptığını inanır ve bu düşünceler genellikle sosyal geri çekilmeye yol açar. **Referans sanrısında** kişi çevredeki olayların, konuşmaların veya medya içeriklerinin kendisine yönelik özel mesajlar içerdiğini düşünür. **Erotomanik sanrı** bir kişinin kendisine âşık olduğuna dair yanlış inançla ilişkilidir. **Nihilistik sanrı** bireyin kendisinin, bedeninin veya dünyanın yok olduğuna inanmasıyla karakterizedir. **Büyüklik sanrısı** ise kişinin olağanüstü güçlere, yeteneklere veya önemli bir kimliğe sahip olduğuna inanmasıdır.

Cevap: A

6. **Referans sanrısı** bu vakada tanımlanan düşünce örüntüsünü açıklar. Tarık'ın televizyon programlarının, reklamların ve insanların konuşmalarının **kendisine özel mesajlar içerdiğini düşünmesi**, dış dünyadaki nötr olayları **kendisiyle ilişkili ve kendisine gönderilmiş işaretler** olarak yorumlaması referans sanrısının tipik özelliğidir. Bu tür sanrılarda kişi çevredeki olayların gizli biçimde kendisine gönderilen mesajlar olduğuna inanır ve zamanla sosyal çevresinden uzaklaşabilir. **Perseküsyon sanrısında** kişi başkalarının kendisine zarar vereceğine veya takip edildiğine inanır. **Somatik sanrı** bireyin bedeninde ciddi bir hastalık ya da anormallik bulunduğuna inanmasıyla ilgilidir. **Şizoid düşünce** sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğuklukla ilişkili bir kişilik örüntüsünü ifade eder, sanrı türü değildir. **Nihilistik sanrı** ise kişinin kendisinin, bedeninin ya da dünyanın yok olduğuna inanmasıyla karakterizedir.

Cevap: B

7. **Büyüklik sanrısı** bu vakayı en iyi açıklayan sanrı türüdür. Don Kişot'un kendisini kahraman bir şövalye olarak görmesi, büyük görevleri olduğuna inanması ve sıradan olayları bu rol doğrultusunda yorumlaması kişinin **olağanüstü güçlere, yeteneklere veya önemli bir misyona sahip olduğuna dair gerçek dışı inançlar** taşıdığını gösterir. **Büyüklik sanrısında** birey kendisini toplumda çok önemli bir konumda, özel yeteneklere sahip ya da dünyayı kurtaracak biri olarak değerlendirebilir. **Erotomanik sanrı**da kişi genellikle önemli birinin kendisine âşık olduğuna inanır. **Perseküsyon sanrısı** takip edilme veya zarar görme düşüncesiyle ilişkilidir. **Referans sanrısında** çevredeki olayların kişiye özel mesajlar içerdiğine inanılır. **Nihilistik sanrı** ise kişinin kendisinin, bedeninin ya da dünyanın yok olduğuna inanmasıyla karakterizedir.

Cevap: C

8. Bu vakada görülen düşünce örüntüsü **erotomanik sanrı** ile açıklanır. Cem'in bir kadının kendisine gizlice âşık olduğuna inanması, kadının davranışlarını ve sosyal medya paylaşımlarını **kendisine yönelik gizli aşk mesajları** olarak yorumlaması bu sanrı türünün temel özelliğidir. **Erotomanik sanrı**da kişi genellikle bir başkasının -çoğu zaman ulaşılmaması zor ya da sosyal olarak daha yüksek konumda biri- kendisine âşık olduğuna inanır ve karşı tarafın reddini **duygularını gizleme veya inkâr etme** olarak yorumlar. **Büyüklik sanrısı** kişinin olağanüstü yeteneklere veya önemli bir misyona sahip olduğuna inanmasıyla ilişkilidir. **Referans sanrısında** çevredeki olayların kişiye özel mesajlar içerdiğini düşünülür. **Perseküsyon sanrısı** takip edilme veya zarar görme inancını içerir. **Somatik sanrı** ise bedenle ilgili ciddi bir hastalık veya bozulma olduğuna inanma ile karakterizedir.

Cevap: E

9. Cumhur'un "bedeninin artık canlı olmadığı", "organlarının çürüdüğü" ve aslında ölü olduğu halde yürüyüp konuştuğu şeklindeki kesin inançları **nihilistik sanrı** kapsamında değerlendirilir. Nihilistik sanrılarda kişi **kendisinin, bedeninin ya da dünyanın yok olduğu veya işlevini kaybettiği** yönünde gerçek dışı fakat sarsılmaz inançlar taşır. Cumhur'un organlarının çürüdüğünü ve aslında ölü olduğunu söylemesi bu sanrı türünün tipik örneğidir. **Somatik sanrı**da kişi bedeninde bir hastalık, deformasyon veya fiziksel anormallik bulunduğu inanır. **Büyüklik sanrisi** kişinin kendisini olağanüstü güçlere veya önemli bir misyona sahip görmesiyle ilişkilidir. **Perseküsyon sanrisi** başkalarının kişiye zarar vereceği veya onu takip ettiği düşüncesini içerir. **Paranoid** ise genellikle kuşkuculuk ve tehdit algısıyla ilişkili düşünce örüntülerini ifade eder.

Cevap: A

10. **Otizm spektrum bozukluğu** bu vakada tarif edilen gelişimsel tabloyu en iyi açıklar. Ege'de **göz temasının sınırlı olması**, ismi çağrıldığında tepki vermemesi ve çevresiyle oyun kurma isteğinin düşük olması **sosyal iletişim alanındaki kalıcı güçlükleri** göstermektedir. Buna ek olarak **tekrarlayıcı el hareketleri ve ritüelistik davranışlar** gibi yineleyici davranış örüntüleri de bulunmaktadır. DSM-5'e göre otizm spektrum bozukluğu tanısında iki temel alan bulunur: **Sosyal iletişim ve etkileşimde yetersizlik** ile **sınırlı ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri**. Dil gelişimindeki gecikme de tabloya eşlik edebilir. **Dil bozukluğunda** temel problem dil üretimi ve anlama alanındadır; tekrarlayıcı davranışlar ve sosyal etkileşimde bu düzeyde bozulma beklenmez. **Sosyal (pragmatik) iletişim bozukluğunda** sosyal iletişim güçlüğü vardır ancak tekrarlayıcı davranışlar görülmez. **Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunda** dikkat ve dürtü kontrolü ile ilişkilidir. **Enürezis** ise idrar kaçırma ile ilgili bir bozukluktur.

Cevap: A

11. Zeynep'in yaşadığı güçlükler **disleksi (okuma bozukluğu)** ile açıklanır. Harfleri karıştırması, heceleyerek ve yavaş okuması ile **okuduğunu anlamakta zorlanması** okuma alanına özgü öğrenme güçlüğü'nün tipik belirtileridir. DSM-5'te bu tablo **özellikle öğrenme bozukluğu - okuma alanında güçlük** olarak tanımlanır ve günlük kullanımda disleksi olarak adlandırılır. Zekâ düzeyinin yaşitlarıyla uyumlu olması ve sorunun özellikle **okuma becerileriyle sınırlı kalması** tanıyı destekler. **Dis-kalkuli** matematiksel işlemler ve sayı kavramıyla ilgili güçlükleri ifade eder. **Disgrafi** yazma ve yazılı anlatım becerilerindeki bozulmayla ilişkilidir. **Dil bozukluğu** dilin anlama veya üretim alanındaki genel gelişimsel sorunları kapsar. **Otizm spektrum bozukluğunda** ise sosyal iletişim güçlükleri ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri ön plandadır.

Cevap: B

12. Hasan'ın yaşadığı güçlük **disgrafi (yazılı anlatım bozukluğu)** ile açıklanır. Yazıdaki harf ve kelime hatalarının fazla olması, yazının okunabilirliğinin düşük olması ve yazılı anlatımda belirgin zorluk yaşaması **yazma becerisine özgü öğrenme güçlüğü'nü** gösterir. DSM-5'te bu tablo **özellikle öğrenme bozukluğu - yazılı anlatım alanında güçlük** olarak tanımlanır. Okuma ve matematik becerilerinin yaşit düzeyinde olması, sorunun yalnızca **yazma alanıyla sınırlı** olduğunu göstererek tanıyı destekler. **Dis-kalkuli** matematiksel işlem ve sayı kavramı ile ilgili güçlükleri ifade eder. **Disleksi** okuma becerilerindeki bozulmayla ilişkilidir. **Dil bozukluğu** dilin anlama veya üretim alanındaki genel gelişimsel sorunları kapsar. **Otizm spektrum bozukluğunda** ise sosyal iletişim güçlükleri ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri ön plandadır.

Cevap: C

13. Mesut'un yaşadığı güçlükler **sosyal (pragmatik) iletişim bozukluğu** kapsamında değerlendirilir. Karşılıklı konuşmayı sürdürememesi, konuşmanın **sosyal kurallarını anlamakta zorlanması** ve ifadelerinin bağlama uygun kullanılmaması bu bozukluğun temel özelliklerindendir. Soruda özellikle **dil yapısının ve konuşmanın anlaşılabilirliğinin korunmuş olması**, sorunun dil üretiminden çok **iletişimin sosyal kullanımında** olduğunu gösterir. DSM-5'e göre sosyal (pragmatik) iletişim bozukluğunda birey dilin sosyal bağlamda kullanılmasında güçlük yaşar; konuşma sırasını ayarlama, bağlama uygun ifade kullanma ve sohbeti sürdürme gibi beceriler zayıftır. **Dil bozukluğunda** kelime dağarcığı ve dil yapısı alanında belirgin eksiklikler görülür. **Otizm spektrum bozukluğunda** sosyal iletişim güçlüklerine ek olarak **sınırlı ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri** bulunur. **Seçici konuşmazlık** belirli ortamlarda konuşmama ile karakterizedir. **Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu** ise dikkat ve dürtü kontrolü sorunlarıyla ilişkilidir.

Cevap: D

14. Selin'de gözlenen durum **dil bozukluğu** kapsamında değerlendirilir. DSM-5'e göre dil bozukluğunda çocuğun **dil gelişimi yaşlarına göre geridir**, kelime üretimi ve cümle kurma becerileri sınırlı olabilir ve bu durum iletişimin akıcılığını etkiler. Soruda Selin'in **okul öncesi dönemde konuşma gelişiminin yaşlarına göre geri kaldığı** özellikle belirtilmiştir. Ayrıca hem evde hem okulda iletişim kurmada isteksizlik görülmesi, sorunun belirli bir ortama özgü olmadığını göstermektedir. Bu durum dil gelişimindeki yetersizlikle açıklanabilir. **Otizm spektrum bozukluğunda** sosyal iletişim güçlüklerine ek olarak tekrarlayıcı davranış örüntüleri bulunur; soruda böyle bir belirti verilmemiştir. **Sosyal (pragmatik) iletişim bozukluğunda** dilin sosyal kullanımında güçlük vardır ancak dil gelişiminde belirgin gecikme bulunmaz. **Seçici konuşmazlıkta** çocuk bazı ortamlarda (genellikle evde) normal konuşurken okul gibi belirli ortamlarda konuşamaz. **Davranım bozukluğu** ise saldırganlık ve kural ihlalleriyle karakterizedir.

Cevap: A

15. Ayşe'nin yaşadığı belirtiler **travma sonrası stres bozukluğu** tanısı kapsamında değerlendirilir. Trafik kazası gibi **travmatik bir olaydan sonra kabuslar görmesi**, kazayla ilgili görüntülerin zihnine istemsiz şekilde gelmesi (**yeniden yaşantılama**), sosyal ortamlardan kaçınması (**kaçınma belirtileri**) ve ani seslere aşırı tepki vermesi (**aşırı uyarılmışlık**) bu bozukluğun temel belirtileridir. DSM-5'e göre travma sonrası stres bozukluğu tanısı için belirtilerin **travmadan sonra en az 1 ay sürmesi** gerekir. Soruda belirtilerin **6 haftadan uzun süredir devam ettiği** ifade edildiği için bu tanı ile uyumludur. **Akut stres bozukluğunda** belirtiler travmadan sonra **3 gün ile 1 ay** arasında görülür. **Majör depresyonda** çökkün duygudurum ve ilgi kaybı ön plandadır. **Dissosiyatif amnezi** travmatik olayla ilgili bellek kaybı ile karakterizedir. **Yaygın anksiyete bozukluğu** ise belirli bir travmatik olaydan bağımsız, yaygın ve sürekli kaygı ile ilişkilidir.

Cevap: A

1. **Akut stres bozukluğu** bu klinik tabloyu en iyi açıklar. Murat'ın bir iş kazası gibi travmatik bir olaydan sonra yoğun korku, çaresizlik ve dehşet yaşaması, olayı tekrar tekrar hatırlaması ve uyku problemleri yaşaması travma sonrası ortaya çıkan tipik belirtilerdir. DSM-5'e göre akut stres bozukluğu tanısı için belirtilerin **travmadan sonra en az 3 gün, en fazla 1 ay** sürmesi gerekir. Soruda belirtilerin yaklaşık **10 gün devam ettiği ve iki hafta içinde azalmaya başladığı** ifade edildiğinden süre ölçütü bu tanı ile uyumludur. **Travma sonrası stres bozukluğunda** ise belirtilerin **en az 1 ay** sürmesi gerekir. **Yaygın kaygı bozukluğu** belirli bir travmatik olaydan bağımsız, uzun süreli yaygın kaygı ile karakterizedir. **Disosiyatif kimlik bozukluğu** birden fazla kimlik durumunun varlığıyla ilişkilidir. **Agorafobi** ise kaçmanın zor olacağı ortamlarda yoğun kaygı yaşanmasıyla tanımlanır.

Cevap: B

2. Soruda Arda'nın davranışını açıklayan psikososyal etkenler verilmiş ve **hangisinin bu durumu açıklamadığı** sorulmaktadır. Arda'nın sabah uyanır uyanmaz paylaşımlarını kontrol etmesi, beğeni sayısına göre duygusal tepkiler vermesi ve dış onaya önem vermesi **sosyal onay arayışı ve dışsal motivasyon** ile ilişkilidir. Ayrıca arkadaş grubunun yoğun sosyal medya kullanması **akran etkisini**, sosyal medya beğenilerinin ödül gibi algılanması ise **teknoloji temelli ödül beklentisini** göstermektedir. Soruda özellikle Arda'nın **nörolojik ya da biyolojik bir sağlık sorunu bulunmadığı** belirtilmiştir. Bu nedenle durumun nedeni olarak **nörobiyolojik bir bozukluk** gösterilemez.

Cevap: D

3. Ece'de görülen güçlükler **birden fazla akademik alanda özgül öğrenme bozukluğu** bulunduğunu göstermektedir. Yeni kelimeleri okumakta zorlanması, harf seslerini birleştirmede güçlük çekmesi ve tahmin ederek okuması **okuma alanındaki güçlüğü (disleksi)** işaret eder. Yazısının okunaksız ve düzensiz olması **yazılı anlatım alanındaki güçlüğü (disgrafi)** düşündürür. Ayrıca çarpım tablosunu ezberlemekte ve basit

matematik problemlerini çözmekte zorlanması **matematik alanındaki güçlüğü (diskalkuli)** gösterir. DSM-5'te özgül öğrenme bozukluğu tek bir tanı başlığı altında yer alır ve bireyde **okuma, yazılı anlatım ve matematik alanlarından birden fazlası** birlikte etkilenebilir.

Cevap: D

4. Cansu'nun ünlü bir oyuncunun kendisine delicesine âşık olduğuna inanması ve sosyal medya paylaşımlarını kendisine yönelik gizli aşk mesajları olarak yorumlaması **erotomanik sanrıyı** gösterir. Erotomanik sanrıda kişi genellikle tanınmış veya sosyal olarak ulaşılması zor birinin kendisine âşık olduğuna kesin biçimde inanır ve karşı tarafın açık reddini bile bu duygularını gizleme çabası olarak yorumlayabilir. Ayrıca oyuncunun menajerinin kendisini kıskandığını ve ona zarar vermek için plan yaptığını düşünmesi **perseküsyon sanrisına** işaret eder. Perseküsyon sanrılarında kişi başkalarının kendisine zarar vereceği, takip ettiği veya komplo kurduğu yönünde güçlü ve değiştirilemeyen inançlar taşır. **Grandiyöz (büyükçülük) sanrıları** kişinin olağanüstü güçlere, önemli bir misyona veya üstün yeteneklere sahip olduğuna inanmasıyla ilişkilidir. **Somatik sanrılar** bireyin bedeninde ciddi bir hastalık, deformasyon veya fiziksel bozulma olduğuna dair yanlış inançları içerir. **Referans sanrıları** ise televizyon, gazete veya çevredeki konuşmaların kişiye özel mesajlar içerdiğine inanılmasıyla karakterizedir. Soruda anlatılan düşünceler bu türlerden farklı olarak **aşk ilişkisine yönelik yanlış inanç ve takip edilme/zarar görme düşüncesi** içerdiğinden erotomanik ve perseküsyon sanrılarıyla açıklanır.

Cevap: E

5. Soruda Barış'ın yaşadığı sorunları etkileyen faktörler verilmiş ve **hangisinin bu durumu açıklamadığı** sorulmaktadır. Barış'ın geleceğiyle ilgili **umutsuzluk yaşaması**, sürekli başarısız olacağına inanması ve ders çalışmakta zorlanması **öğrenilmiş çaresizlik** ile ilişkilendirilebilir. Babasının sürekli eleştiren ve başarı odaklı tutumu ile anenin aşırı koruyucu yaklaşımı **ailevi tutumların** bireyin özgüveni ve motivasyonu üzerindeki etkisini göstermektedir. Ayrıca Barış'ın kendisini sosyal olarak yetersiz görmesi **özgüven düşüklüğü** ve **sosyal yetersizlik algısı** ile bağlantılıdır. Soruda özellikle Barış'ın yaşamında **fiziksel ya da duygusal travmaya dair bir geçmiş bulunmadığı** belirtilmiştir. Bu nedenle travmatik yaşam deneyimi bu durumu açıklayan bir faktör değildir.

Cevap: D

6. Gizem'in televizyon spikerlerinin haberleri ve sokaktaki insanların bakışlarının **kendisiyle ilgili özel anlamlar taşıdığına** inanması çevredeki nötr olayları kendisine gönderilmiş mesajlar olarak yorumladığını gösterir. Bu düşünce biçimi **referans sanrısı** olarak adlandırılır. Referans sanrılarında kişi medya içerikleri, konuşmalar veya bakışların **kendisine yönelik gizli mesajlar içerdiğine** inanır. Ayrıca insanların onun **çok özel güçlere sahip olduğunu bildiklerini ve ondan korktuklarını düşünmesi** kişinin kendisini olağanüstü özelliklere veya önemli bir role sahip görme- siyle ilişkili olan **grandiyöz (büyüklük) sanrısını** gösterir. **Somatik sanrılar** bedenle ilgili hastalık veya bozulma inancını içerir. **Perseküsyon sanrıları** takip edilme veya zarar görme düşüncesiyle ilişkilidir. **Erotomanik sanrılar** ise birinin kişiye âşık olduğuna inanma ile karakterizedir.

Cevap: D

7. Sanrı bozukluklarında temel özellik, kişinin **gerçeklikle uyuşmayan ancak sarsılmaz biçimde inandığı düşünceler** taşımasıdır. Bu inançlar mantıklı açıklamalarla değiştirilemez ve genellikle **yanlış fakat güçlü düşünceler** şeklinde ortaya çıkar. **A seçeneğinde** kişinin dünya enerji sorununu çözecek bir makine icat edeceğine inanması **büyüklik (grandiyöz) sanrısına** örnek olabilir. **B seçeneğinde** eşinin uzaylı olduğuna inanması gerçeklikten kopuk bir **tuhaf sanrısız düşünceyi** gösterir. **C seçeneğinde** doktorların kendisine zarar vermek için ilaç verdiğine inanmak **perseküsyon sanrısı** örneğidir. **E seçeneğinde** kişinin midesinin çürüdüğüne inanması ise **somatik sanrıya** karşılık gelir. **D seçeneğinde** ise kişi yalnızken birinin kendisini ittiğini hissettiğini söylemektedir; bu durum yanlış bir inançtan çok **algısal bir yaşantıya (dokunsal varsanı)** işaret eder. Dolayısıyla sanrı değil, **halüsinasyon** niteliğindedir.

Cevap: D

8. Hasan'ın yaşadığı tablo **dissosiyatif kimlik bozukluğu** ile açıklanır. Çocukluk döneminde yaşanan **fiziksel ve duygusal istismar** bu bozukluk için önemli bir risk faktörüdür. Kişinin zaman zaman **kendini başka biri gibi hissetmesi** ve bazı yaşantılarını **hatırlamakta güçlük çekmesi** kimlik bütünlüğünde bölünme ve **dissosiyatif amnezi** belirtilerine işaret eder. DSM-5'e göre dissosiyatif kimlik bozukluğunda bireyin kimlik algısı parçalanır ve kişi zaman zaman farklı kimlik durumlarıyla ilişkili davranışlar sergileyebilir; bu durum günlük işlevselliği de etkiler. **Posttravmatik stres bozukluğu** travmatik olayın tekrar yaşanması, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık belirtileriyle karakterizedir. **Akut stres bozukluğu** travma sonrası kısa süreli (3 gün-1 ay) belirtilerle sınırlıdır. **Dissosiyatif füğ** beklenmedik şekilde evden uzaklaşma ve kimlik karmaşası ile ilişkilidir. **Depersonalizasyon/derealizasyon bozukluğunda** kişi kendisini veya çevresini yabancılaşmış gibi hisseder ancak belirgin kimlik bölünmesi görülmez.

Cevap: D

9. Bu vakada tarif edilen davranış örüntüsü **antisosyal kişilik bozukluğu** ile açıklanır. Okan'ın çocukluk döneminden itibaren **yalan söyleme, başkalarının eşyalarını izinsiz alma, kavgalara karışma ve kuralları ihlal etme** gibi davranışlar göstermesi başkalarının haklarını ihlal eden kalıcı bir örüntüye işaret eder. Yetişkinlikte **dolandırıcılık gibi suç davranışlarının devam etmesi** ve yaptıklarından dolayı **pişmanlık duymaması** bu bozukluğun ayırt edici özelliklerindendir. DSM-5'e göre antisosyal kişilik bozukluğunda kişi toplumsal normlara uymaz, başkalarını aldatma veya manipüle etme eğilimi gösterir ve davranışlarının sonuçlarına karşı duyarsız olabilir. **Borderline kişilik bozukluğunda** yoğun ve dengesiz ilişkiler ile kimlik karmaşası görülür. **Narsisistik kişilik bozukluğu** büyüklük duygusu ve hayranlık beklentisi ile ilişkilidir. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** tuhaf inançlar ve sıra dışı algısal yaşantılar ön plandadır. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** ise aşırı düzenlilik, kuralcılık ve mükemmeliyetçilikle karakterizedir.

Cevap: A

10. Ayaz Bey'in davranışı **psikolojik anormalliğin ölçütleri** açısından değerlendirildiğinde birden fazla kriteri işaret etmektedir. Terfi alamaması üzerine toplantı sırasında **ani ve yoğun öfke patlaması yaşaması**, ardından odadan çıkarak ağlaması bireyin **duygusal açıdan sıkıntı ve acı yaşadığını** gösterir; bu durum **acı çekme** ölçütüyle ilişkilidir. Ayrıca bu davranışın bir iş toplantısında gerçekleşmesi, çevredeki kişilerin şaşırmasına ve ne yapacaklarını bilememesine yol açması **sosyal rahatsızlık (toplumsal normlara aykırılık)** ölçütünü karşılar. Öte yandan ani biçimde ortaya çıkan ve ortamın beklentileriyle uyumsuz olan bu tepki **öngörülemez ve akıl dışı davranış** örüntüsünü de düşündürmektedir. Bu nedenle Ayaz Bey'in davranışları üç ölçüt açısından da psikolojik anormallik kapsamında değerlendirilebilir.

Cevap: E

11. Ahmet Bey'in sosyal ilişkilerden uzak durmayı tercih etmesi, iş arkadaşlarıyla iletişim kurmaktan kaçınması ve sosyal etkinliklere katılmaması **kişilerarası yakınlığa ilgi duymama** örüntüsünü göstermektedir. Başkalarıyla duygusal bağ kurmak istemediğini ifade etmesi ve **övgü ya da eleştiriden etkilenmemesi** duygusal tepkilerin sınırlı olduğu bir kişilik yapısına işaret eder. Bu özellikler **şizoid kişilik bozukluğu** için tipiktir. Bu bozuklukta bireyler genellikle yalnız faaliyetleri tercih eder, yakın ilişkiler kurmak istemez ve duygusal ifadeleri sınırlıdır. **Paranoid kişilik bozukluğunda** başkalarına karşı sürekli kuşkuculuk ve güvensizlik ön plandadır. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** tuhaf inançlar ve sıra dışı algısal yaşantılar görülür. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** aşırı düzenlilik ve mükemmeliyetçilikle ilişkilidir. **Bağımlı kişilik bozukluğunda** ise birey başkalarına aşırı derecede bağımlı olma ve destek arama eğilimindedir.

Cevap: C

12. Zeynep'te gözlenen akademik güçlükler **dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu** ile açıklanır. Ödevlerini yapmakta zorlanması, **dikkatini uzun süre sürdürememesi**, sınıf içinde sık sık yerinden kalkması ve verilen yönergeleri takip etmekte güçlük çekmesi bu bozukluğun temel belirtileri arasında yer alır. Soruda özellikle **okuma ve yazma becerilerinde belirgin bir sorun olmadığı** belirtilmiştir; bu durum akademik güçlüğün öğrenme alanından çok **dikkat ve dürtü kontrolü ile ilişkili olduğunu** gösterir. **Özgül öğrenme bozukluğu** ve **disleksi**de temel problem okuma, yazma veya matematik becerilerindedir. **Otizm spektrum bozukluğunda** sosyal iletişim güçlükleri ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri bulunur. **İletişim bozukluğu** ise dilin üretimi veya sosyal kullanımındaki güçlüklerle ilişkilidir.

Cevap: B

13. Emine Hanım'ın çevresindeki kişilerin kendisini izlediğini ve hakkında kötü planlar yaptığını düşünmesi, iş yerindeki insanların sözlerinin altında gizli bir anlam araması ve somut bir kanıt bulunmamasına rağmen bu düşüncelerine **ısrarla bağlı kalması** başkalarına karşı sürekli kuşkuculuk ve güvensizlik örüntüsünü gösterir. Bu tür düşünceler nedeniyle sosyal ilişkilerden uzaklaşması da tabloyu destekler. DSM-5'e göre **paranoid kişilik bozukluğu**, bireyin başkalarının niyetlerini sürekli olarak **zarar verici veya tehdit edici** biçimde yorumlamasıyla karakterizedir. **Şizoid kişilik bozukluğunda** sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğukluk ön plandadır. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** tuhaf inançlar ve sıra dışı algısal yaşantılar görülür. **Antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını ihlal eden davranışlarla ilişkilidir. **Narsisistik kişilik bozukluğu** ise büyüklük duygusu ve hayranlık beklentisi ile karakterizedir.

Cevap: E

14. Selin'in ilişkilerinde **çok hızlı idealize etme ve ardından değersizleştirme** davranışı göstermesi, **terk edilme korkusu**, **kendine zarar verme girişimleri**, **kimlik algısında dalgalanmalar** ve **yoğun öfke patlamaları** DSM-5'te tanımlanan **borderline kişilik bozukluğu** için ayırt edici belirtilerdir. Bu bozuklukta kişilerarası ilişkiler genellikle **yoğun ve dengesizdir**; bireyler terk edilmekten aşırı korkar, duyguları hızla değişebilir ve zaman zaman dürtüsel ya da kendine zarar verici davranışlar gösterebilir. **Histriyonik kişilik bozukluğunda** dikkat çekme ihtiyacı ve yüzeysel duygulanım ön plandadır. **Bağımlı kişilik bozukluğu** başkalarına aşırı bağımlı olma ve karar vermekte zorlanma ile karakterizedir. **Narsisistik kişilik bozukluğu** büyüklük duygusu ve hayranlık beklentisiyle ilişkilidir. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** ise aşırı düzenlilik, kuralcılık ve mükemmeliyetçilik özellikleriyle tanımlanır.

Cevap: B

15. Elif'in yaşadığı deneyim **depersonalizasyon/derealizasyon bozukluğu** ile açıklanır. Kendisini ve çevresini **gerçek dışı hissetmesi**, bedeninden ve çevresinden **kopmuş gibi algılaması** bu bozukluğun temel özelliklerindendir. Depersonalizasyonda kişi kendi bedenini, düşüncelerini veya duygularını sanki dışarıdan gözlemliyormuş gibi hisseder; derealizasyonda ise çevre **gerçek değilmiş ya da uzaklaşmış gibi** algılanır. Soruda bu yaşantıların yoğun stresli bir dönemden sonra ortaya çıktığı ve bir süre devam ettiği belirtilmiştir. **Akut stres bozukluğu** ve **travma sonrası stres bozukluğu** belirli bir travmatik olaydan sonra yeniden yaşantılama, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık belirtileriyle karakterizedir. **Anksiyete bozuklukları** genel kaygı belirtileriyle ilişkilidir. **Dissosiyatif kimlik bozukluğu** ise kimlik bütünlüğünde bölünme ve farklı kimlik durumlarının ortaya çıkmasıyla tanımlanır.

Cevap: E

1. Deniz'in kalabalık ortamlara girmekten kaçınması, sosyal durumlarda **küçük düşeceği korkusu yaşaması**, bu ortamlarda **kalp çarpıntısı, terleme ve titreme gibi kaygı belirtileri** göstermesi tabloyu **sosyal kaygı bozukluğu** ile açıklar. DSM-5'e göre sosyal kaygı bozukluğunda kişi başkaları tarafından **olumsuz değerlendirileceği veya küçük düşeceği korkusuyla** sosyal ortamlardan kaçınır. **Yaygın kaygı bozukluğunda** kaygı birçok yaşam alanına yayılmıştır ve belirli sosyal durumlarla sınırlı değildir. **Panik bozuklukta** beklenmedik panik ataklar ön plandadır. **Özgül fobi** belirli bir nesne ya da duruma yönelik korku ile sınırlıdır. **Obsesif-kompulsif bozuklukta** ise obsesyonlar ve kompulsyonlar görülür.

Cevap: A

2. Volkan'ın nesneleri yalnızca düşünerek hareket ettirebileceğine inanması **büyüklik (grandiyöz) sanrısı** örneğidir. Sanrılar, gerçeklikle uyummayan ancak kişinin kesin biçimde inandığı düşüncelerdir. Kendini olağanüstü güçlere, özel yeteneklere veya önemli bir misyona sahip görme düşüncesi **büyüklik sanrısı** kapsamında değerlendirilir. Bu nedenle **B seçeneği** doğru cevaptır. **A seçeneği** (odanın köşesinden fısıltı duymak) işitsel varsanıya örnektir. **C seçeneği** kişinin içinde konuşan bir ses duymasındır ve yine işitsel halüsinasyon niteliğindedir. **D seçeneği** gerçek olmayan bir gölge görmek şeklinde **görsel varsanı** örneğidir. **E seçeneğinde** seslerin kişiye zarar vermesini emretmesi de **komut veren işitsel halüsinasyon** örneğidir.

Cevap: B

3. DSM-5'e göre **şizofreni tanısı** konulabilmesi için belirtilerin toplam süresinin **en az 6 ay** olması gerekir. Bu sürenin içinde **en az 1 ay süren aktif faz** bulunmalıdır ve bu dönemde sanrı, varsanı, dağınık konuşma gibi belirgin psikotik belirtiler görülür. Bu nedenle doğru seçenek **C**'dir. **A seçeneğinde** toplam sürenin 1 ay olması yanlıştır çünkü DSM-5'te minimum süre 6 aydır. **B seçeneğinde** toplam sürenin 3 ay olması yine ölçütü karşılamaz. **D seçeneğinde** altı aylık sürenin tamamının aktif faz olması gerektiği belirtilmiştir; DSM-5'te böyle bir şart yoktur, aktif faz en az 1 ay sürmelidir. **E seçeneğinde** toplam sürenin 1 yıl olması gerektiği belirtilmiştir; DSM-5'te minimum süre 6 ay olarak kabul edilir.

Cevap: C

4. Selim'in yaşadığı tablo **yaygın kaygı bozukluğu** ile açıklanır. Günlük yaşamın birçok alanıyla ilgili **sürekli ve kontrol edilmesi zor endişe yaşaması**, buna **uyku sorunları, kas gerginliği ve yorgunluk** gibi fiziksel belirtilerin eşlik etmesi DSM-5'te tanımlanan **yaygın kaygı bozukluğunun** temel özellikleridir. Bu bozuklukta kaygı belirli bir durumla sınırlı değildir; iş, sağlık ve günlük yaşam gibi birçok konu hakkında **sürekli ve yaygın bir endişe hali** bulunur. **Panik bozuklukta** beklenmedik panik ataklar ön plandadır. **Özgül fobi** belirli bir nesne veya duruma yönelik yoğun korkuyla sınırlıdır. **Sosyal kaygı bozukluğu** başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusuyla sosyal ortamlardan kaçınma ile ilişkilidir. **Agorafobi** ise kaçmanın zor olacağı veya yardımın bulunamayacağı ortamlardan kaçınma davranışıyla karakterizedir.

Cevap: B

5. Ayhan'ın yaşadığı belirtiler **panik bozukluk** ile açıklanır. Aniden ve beklenmedik şekilde ortaya çıkan **yoğun korku atakları**, kalp çarpıntısı, nefes darlığı, terleme ve baş dönmesi gibi fiziksel belirtilerle birlikte görülmesi panik atağın tipik özellikleridir. Bu ataklar sırasında kişinin **ölüm korkusu yaşaması veya kontrolünü kaybedeceğini düşünmesi** de panik bozuklukta sık görülen deneyimlerdir. DSM-5'e göre panik bozuklukta panik ataklar **beklenmedik ve tekrarlayıcı** biçimde ortaya çıkar. **Yaygın kaygı bozukluğunda** kaygı sürekli ve yaygındır, ani ataklar şeklinde görülmez. **Özgül fobi** belirli bir nesne ya da duruma yönelik korku ile sınırlıdır. **Sosyal kaygı bozukluğu** sosyal ortamlarda olumsuz değerlendirilme korkusuyla ilişkilidir. **Travma sonrası stres bozukluğu** ise travmatik bir olay sonrası yeniden yaşantılamama, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık belirtileriyle karakterizedir.

Cevap: C

6. Elif'in korkusu **özellik fobi** tanısı ile açıklanır. Belirli bir nesneye (burada **yılan**) yönelik **yoğun ve orantısız korku** yaşaması, bu durumla karşılaşmamak için **kaçınma davranışları geliştirmesi** ve korkunun günlük yaşamını kısıtlaması DSM-5'te **özellik fobinin** temel özellikleridir. **Özellik fobilerde** korku genellikle belirli bir nesneye veya duruma yöneliktir (hayvanlar, yükseklik, kan, kapalı alan gibi). **Sosyal fobi (sosyal kaygı bozukluğu)** başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusuyla ilişkilidir. **Panik bozuklukta** beklenmedik panik ataklar görülür. **Yaygın kaygı bozukluğunda** kaygı birçok yaşam alanına yayılmıştır. **Obsesif-kompulsif bozukluk** ise obsesyonlar ve kompulsyonlarla karakterizedir.

Cevap: D

7. Burak'ın davranışları **obsesif-kompulsif bozukluk** ile açıklanır. Sürekli ellerini yıkaması ve kapıların kilitli olup olmadığını **defalarca kontrol etmesi** kompulsif davranışlara örnektir. DSM-5'e göre obsesif-kompulsif bozuklukta kişi rahatsız edici düşünceler veya kaygılar (**obsesyonlar**) yaşar ve bu kaygıyı azaltmak için tekrarlayıcı davranışlar (**kompulsyonlar**) gerçekleştirir. Burak'ın davranışlarının **günlük işlevselliğini engellemesi** de bu tanıyı destekleyen önemli bir ölçüttür. **Panik bozuklukta** ani panik ataklar ön plandadır. **Özellik fobi** belirli bir nesne veya duruma yönelik korku ile ilişkilidir. **Yaygın kaygı bozukluğunda** kaygı birçok yaşam alanına yayılır ve belirli tekrarlayıcı ritüeller bulunmaz. **Sosyal fobi** ise sosyal ortamlarda olumsuz değerlendirilme korkusuyla karakterizedir.

Cevap: E

8. Derya'nın yaşadığı tablo **sosyal kaygı bozukluğu** ile açıklanır. Sosyal ortamlarda konuşurken **kalp çarpıntısı, titreme ve terleme gibi yoğun kaygı belirtileri yaşaması** ve bu nedenle **iş toplantılarından ve sosyal etkinliklerden kaçınması** sosyal durumlarda olumsuz değerlendirilme korkusuna işaret eder. DSM-5'e göre sosyal kaygı bozukluğunda kişi başkalarının önünde performans göstermek veya konuşmak gibi durumlarda **küçük düşeceği ya da olumsuz değerlendirileceği endişesi** yaşar ve bu ortamlardan kaçınma eğilimi gösterir. **Panik bozuklukta** panik ataklar beklenmedik şekilde ortaya çıkar ve belirli sosyal durumlarla sınırlı değildir. **Özellik fobi** belirli bir nesne veya duruma yönelik korkuyla sınırlıdır. **Yaygın anksiyete bozukluğunda** kaygı birçok yaşam alanına yayılmıştır ve belirli sosyal durumlara özgü değildir. **Agorafobi** ise kaçmanın zor olacağı veya yardımın bulunamayacağı ortamlardan kaçınma davranışıyla karakterizedir.

Cevap: B

9. Mark'ın metroya binmek, alışveriş merkezlerine gitmek gibi **kalabalık ve açık alanlardan kaçınması** ve bu ortamlarda yoğun korku yaşaması **agorafobi** tanısını düşündürür. DSM-5'e göre agorafobide kişi **kaçmanın zor olacağı veya yardımın bulunamayacağı** düşünülen ortamlarda (toplu taşıma, kalabalık yerler, açık alanlar gibi) yoğun kaygı yaşar ve bu ortamlardan kaçınma davranışı geliştirir. Mark'ın evden çıkmakta zorlanması da bu kaçınma örüntüsünü destekler. **Panik bozuklukta** beklenmedik panik ataklar ön plandadır; ancak agorafobide belirli ortamlardan kaçınma temel özelliktir. **Sosyal anksiyete bozukluğunda** korku sosyal değerlendirilme ile ilgilidir. **Özellik fobi** belirli bir nesne ya da duruma yönelik sınırlı korku ile ilişkilidir. **Yaygın anksiyete bozukluğunda** ise kaygı birçok yaşam alanına yayılmıştır.

Cevap: A

10. Raymond'da görülen **göz kırpma ve omuz silkme gibi tekrarlayıcı motor tikler** çocukluk döneminde başlamış ve hâlen devam etmektedir. DSM-5'e göre **sürekli (persistan) tik bozukluğu** tanısı için tiklerin **18 yaşından önce başlaması, motor ya da vokal tiklerden yalnızca birinin bulunması** ve belirtilerin **en az 1 yıl sürmesi** gerekir. Soruda yalnızca **motor tiklerin** olduğu belirtilmiş ve belirtilerin çocuklukta başlayıp uzun süredir devam ettiği ifade edilmiştir. Bu nedenle tablo **sürekli tik bozukluğu** ile uyumludur. **Geçici tik bozukluğunda** tikler **1 yıldan kısa sürer**, bu yüzden uygun değildir. **Tourette sendromunda** ise **hem motor hem de vokal tiklerin birlikte bulunması** ve en az 1 yıl sürmesi gerekir; soruda vokal tik belirtilmemiştir. **Obsesif-kompulsif bozuklukta** obsesyon ve kompulsiyonlar ön plandadır. **Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu** ise dikkat ve dürtü kontrol sorunlarıyla karakterizedir.

Cevap: A

11. Atakan'da **hem motor tikler hem de vokal tikler** bulunmaktadır. Aniden bağırma ve kelime tekrarları gibi **vokal tiklerin** motor tiklerle birlikte görülmesi ve belirtilerin **en az 1 yıldır devam etmesi** DSM-5'te tanımlanan **Tourette sendromu** için temel tanı ölçütlerindendir. Tourette sendromunda tikler genellikle **çocukluk döneminde başlar**, zaman içinde şiddeti değişebilir ve bireyde hem motor hem de ses tikleri birlikte görülür. Bu nedenle verilen belirtiler **Tourette sendromu** ile örtüşmektedir. **Sürekli motor tik bozukluğunda** yalnızca motor tikler ya da yalnızca vokal tikler bulunur, ikisi birlikte görülmez. **Geçici tik bozukluğunda** belirtiler **1 yıldan kısa sürer**. **Panik bozukluk** ani panik ataklarla ilişkilidir. **Yaygın anksiyete bozukluğu** ise birçok yaşam alanına yayılmış sürekli kaygı ile karakterizedir.

Cevap: C

12. Rukiye'de görülen **omuz silkme ve burun kırıştırma gibi motor tikler** son **3 aydır** ortaya çıkmıştır. DSM-5'e göre **geçici tik bozukluğunda** motor veya vokal tikler bulunabilir ve belirtiler **1 yıldan kısa sürer**. Soruda tiklerin yalnızca **birkaç aydır devam ettiği** ve sosyal işlevselliği belirgin biçimde bozmadığı belirtilmiştir. Bu nedenle tablo **geçici tik bozukluğu** ile uyumludur. **Kronik (sürekli) motor tik bozukluğunda** motor tikler **en az 1 yıl sürer**. **Tourette sendromunda** ise **hem motor hem de vokal tiklerin birlikte bulunması** ve en az 1 yıl devam etmesi gerekir. **Sosyal anksiyete bozukluğu** sosyal ortamlarda olumsuz değerlendirilme korkusuyla ilişkilidir. **Duygudurum bozuklukları** ise depresyon veya mani gibi duygudurum değişimleriyle karakterizedir.

Cevap: B

13. Susanna'da görülen yoğun duygusal iniş çıkışlar, terk edilme korkusu, benlik algısında dalgalanmalar, dürtüsel davranışlar ve kronik boşluk hissi DSM-5'te tanımlanan **borderline kişilik bozukluğu** nun ayırt edici özellikleridir. Bu bozuklukta kişilerarası ilişkiler genellikle çok yoğun ve dengesizdir; bireyler bir kişiyi kısa sürede idealize edebilir, küçük bir hayal kırıklığında ise değersizleştirebilir. Ayrıca kimlik algısında değişkenlik, duygusal dalgalanmalar ve dürtüsel davranışlar sık görülür. Bipolar I bozukluğunda belirgin manik ataklar, Bipolar II bozukluğunda ise hipomanik atak ve depresif dönemler görülür; soruda bu tür epizodik duygudurum dönemlerinden söz edilmemektedir. Sosyal fobi sosyal ortamlarda olumsuz değerlendirilme korkusuyla ilişkilidir. Depresif bozuklukta ise kökkün duygudurum ve ilgi kaybı ön plandadır.

Cevap: A

14. Bill'in gece **uykuya dalmakta zorlanması**, gece boyunca **sık uyanması** ve bunun sonucunda gündüz **aşırı yorgunluk yaşaması** tabloyu **insomnia bozukluğu** ile açıklamayı gerektirir. DSM-5'e göre insomnia bozukluğunda birey **uykuya dalma güçlüğü, uykuyu sürdürmede zorluk veya erken uyanma** yaşar ve bu durum haftalar boyunca devam ederek gündüz işlevselliğini olumsuz etkiler. Soruda belirtilen belirtiler bu ölçütlerle uyumludur. **Narkolepsi** gündüz ani uyku atakları ve katapleksi ile karakterizedir. **Hipersomni** birey aşırı uyuma eğilimindedir. **Parasomni** uyku sırasında ortaya çıkan anormal davranışları (uyurgezerlik, gece terörü gibi) içerir. **Uyku apnesi** ise solunum durmaları ve buna bağlı uyku bölünmeleri ile ilişkilidir.

Cevap: A

15. Süleyman'ın gün içinde **ani ve kontrolsüz uyku atakları yaşaması** ve uyanırken **ani kas tonusu kaybı (katapleksi)** görülmesi **narkolepsi** için tipik belirtilerdir. DSM-5'e göre narkolepside birey gündüz saatlerinde karşı konulamaz uyku atakları yaşayabilir ve buna **katapleksi** eşlik edebilir. Katapleksi, genellikle güçlü duygularla tetiklenen **ani kas tonusu kaybı** ile karakterizedir ve narkolepsinin ayırt edici belirtilerinden biridir. Bu nedenle tablo **narkolepsi** ile uyumludur. **İnsomniya** uykuya dalma veya uykuyu sürdürme güçlüğü ile karakterizedir. **Hipersomni bozukluğunda** aşırı uyuma isteği bulunur ancak katapleksi görülmez. **Uyku apnesi** solunum durmalarıyla ilişkili uyku bölünmeleriyle ortaya çıkar. **Parasomni** ise uyurgezerlik veya gece terörü gibi uyku sırasında ortaya çıkan anormal davranışları içerir.

Cevap: B

1. Sabahat'ın gece uykusunu normal sürede almasına rağmen gün içinde sürekli uyku hali ve bitkinlik yaşaması, ayrıca uyku süresinin normalden fazla olması ve bunun işlevselliği etkilemesi **hipersomni** için tipik belirtilerdir. **DSM-5'e göre hipersomni bozukluğunda** birey yeterli veya uzun süre uyumasına rağmen **gündüz aşırı uyku hali** yaşayabilir ve bu durum **günlük işlevselliği olumsuz etkileyebilir**. Bu nedenle verilen tablo **hipersomni** ile uyumludur. **İnsomniya uykuya dalma veya uykuyu sürdürme güçlüğü** ile karakterizedir. **Narkolepside** gün içinde **ani ve kontrol edilemeyen uyku atakları** ve sıklıkla **katapleksi** görülür. **Uyku apnesi uyku sırasında solunum durmaları** ile ortaya çıkar. **Parasomni** ise **uyurgezerlik** veya **gece terörü** gibi **uyku sırasında ortaya çıkan anormal davranışları** içerir.

Cevap: C

2. Mark'ın uyku sırasında yataktan kalkıp yürümesi ve sabah bu davranışları hatırlamaması **somnambulizm** için tipik belirtilerdir. **DSM-5'e göre somnambulizm, NREM uyku evresinde** ortaya çıkan ve bireyin **uyurgezerlik davranışları** (yataktan kalkma, dolaşma vb.) sergilediği bir **parasomni** türüdür. Bu ataklar sırasında birey genellikle **bilinç düzeyi düşüktür** ve **uyandıktan sonra yaşadıklarını hatırlamaz**. Bu nedenle verilen tablo **somnambulizm** ile uyumludur. **İnsomniya uykuya dalma veya uykuyu sürdürme güçlüğü** ile karakterizedir. **Narkolepsi gündüz ani uyku atakları** ve çoğu zaman **katapleksi** ile ilişkilidir. **Hipersomni aşırı uyku hali** ile karakterizedir. **Uyku apnesi** ise **uyku sırasında solunum durmaları** ile ortaya çıkar.

Cevap: D

3. **DSM-5'e göre Bipolar I bozukluk** tanısı için temel ölçüt **en az bir mani döneminin varlığıdır**. **Mani dönemi, yükselmiş veya sinirli duygudurum, artmış enerji, en az 1 hafta sürme, işlevsellikte belirgin bozulma ya da hastaneye yatış gereksinimi** ile karakterizedir. Ayrıca belirtilerin **madde kullanımına veya başka bir tıbbi duruma bağlı olmaması** gerekir. **Majör depresif dönem** Bipolar I bozuklukta sık görülse de **tanı koymak için zorunlu değildir**. Kişi yalnızca **mani dönemi** yaşamış olsa bile **Bipolar I bozukluk** tanısı konulabilir.

Cevap: D

4. **DSM-5'te nörogelişimsel bozukluklar** çocukluk döneminde başlayan ve gelişimsel süreçte ortaya çıkan bozuklukları kapsar. Bu çerçevede **dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) nörogelişimsel bozukluklar, otizm spektrum bozukluğu, özgül öğrenme bozukluğu ve dispraksi** ise **DSM-5'te gelişimsel koordinasyon bozukluğu** adıyla yer alan bir **motor bozukluk** olup **nörogelişimsel bozukluklar** kategorisindedir. Bu nedenle verilenlerin **tamamı nörogelişimsel bozukluklar** başlığı altında yer alır.

Cevap: E

5. Yusuf'un "**k**", "**g**", "**r**" gibi sesleri konuşma içinde yanlış kullanması, örneğin "**kamyon**" yerine "**tamyon**", "**rüzgar**" yerine "**lüzya**" demesi dikkat çekmektedir. Ancak değerlendirmede bu sesleri tek tek tekrar ettiğinde **doğru çıkarabildiği**, yani **ses üretme becerisinin aslında mevcut olduğu** belirtilmiştir. Sorun, **sesleri konuşma içinde doğru yerde kullanamamasıdır**. **DSM-5'e göre fonolojik bozukluk**, bireyin konuşma seslerini **dil sisteminin kurallarına uygun biçimde kullanamaması**, yani **sesleri sistematik olarak başka seslerle değiştirmesi veya hatalı kullanması** ile karakterizedir. Çocuk bazı sesleri izole halde çıkarabilir, ancak konuşma sırasında **doğru biçimde kullanamaz**. **Artikülasyon bozukluğunda** ise sorun genellikle **sesin fiziksel olarak doğru üretilmemesidir**; çocuk ilgili sesi tek başına da doğru çıkaramaz. **Çocukluk çağı**

konuşma apraksisi motor planlama sorununa bağlıdır ve **sesleri istemli biçimde planlayıp üretmede güçlük** görülür. **Pragmatik bozukluk** dilin **sosyal kullanımındaki güçlüklerle** ilgilidir. **Kekemelik** ise **akıcılık bozukluğu** olup **tekrarlar, bloklar ve uzatmalar** ile karakterizedir. Bu nedenle verilen tablo **fonolojik bozukluk** ile en iyi açıklanır.

Cevap: B

6. Elif'in konuşurken **"k" sesini "t", "g" sesini "d" şeklinde söylemesi** ve değerlendirmede **bu sesleri tek tek de çıkaramaması** önemli bir ipucudur. Yani çocuk ilgili **sesleri doğru biçimde üretmemektedir**. İşitme testlerinin **normal olması** ise sorunun işitmeden kaynaklanmadığını gösterir. Bu tablo **sesin fiziksel olarak doğru üretilmesi** ile karakterize olan **artikülasyon bozukluğu** ile uyumludur. **Artikülasyon bozukluğunda** çocuk bazı sesleri **doğru şekilde çıkaramaz** ve bu durum hem **izole ses üretiminde** hem de **konuşma sırasında** görülür. Buna karşılık **fonolojik bozuklukta** çocuk ilgili sesi **tek başına doğru çıkarabilir**, ancak **konuşma içinde yanlış kullanır**. **Mutizm** konuşmama ile ilgilidir. **Akıcılık bozukluğu** (kekemelik) konuşmanın akışıyla ilişkilidir. **Pragmatik dil bozukluğu** ise dilin **sosyal kullanımındaki güçlükleri** ifade eder. Bu nedenle en olası tanı **artikülasyon bozukluğudur**.

Cevap: B

7. Aybars'ın konuşurken **uzun duraksamalar yapması, kelimelerin ilk hecelerini tekrar etmesi** ve konuşma sırasında **gerginlik belirtileri göstermesi (yüz kızarması, göz temasından kaçınma)** dikkat çekmektedir. Ayrıca bu durumun **sosyal ortamlardan kaçınmasına neden olması** önemli bir ipucudur. Bu belirtiler konuşmanın akışında ortaya çıkan **tekrarlar, duraksamalar ve bloklarla** karakterize olan **kekemelik** ile uyumludur. **Kekemelik**, DSM-5'te **akıcılık bozukluğu** olarak adlandırılır ve **ses, hece veya kelime tekrarları, uzatmalar, duraksamalar** ve konuşma sırasında **gerginlik** ile kendini gösterir. **Mutizm** konuşmama ile ilgilidir. **Disgrafi** yazma becerisiyle ilgili bir öğrenme güçlüğüdür. **Fonolojik bozukluk** seslerin dil kurallarına uygun kullanılmamasıyla ilişkilidir. **Artikülasyon bozukluğu** ise bazı seslerin fiziksel olarak doğru üretilmemesi durumudur. Bu nedenle verilen tablo **kekemelik** ile en iyi açıklanır.

Cevap: C

8. Cihan'ın **yönergeleri anlamakta zorlanması**, konuşurken **çok sınırlı kelime kullanması** ve **kısa, eksik ve dilbilgisi açısından hatalı cümleler kurması** (örneğin "Ben okul gitmek", "Kalem ver") dilin hem **anlama hem de ifade etme boyutunda yetersizlik** olduğunu göstermektedir. İşitme ve zekâ düzeyinin **normal olması** ise sorunun başka bir gelişimsel alandan değil doğrudan dil gelişiminden kaynaklandığını düşündürür. Bu özellikler **dil Bozukluğu** ile uyumludur; bu bozuklukta çocuk **kelime dağarcığında sınırlılık, dilbilgisel hatalar ve yönergeleri anlamada güçlük** yaşayabilir. **Fonolojik bozukluk** ve **artikülasyon bozukluğu** daha çok **seslerin üretimiyle** ilgilidir, **pragmatik iletişim bozukluğu** dilin **sosyal kullanımındaki güçlükleri** ifade eder, **kekemelik** ise konuşmanın **akıcılığıyla** ilgilidir. Bu nedenle en uygun tanı **dil bozukluğudur**.

Cevap: C

9. Deniz'in **dil bilgisel olarak doğru cümleler kurabilmesi** dilin yapısal yönünde sorun olmadığını gösterirken, **sosyal ortama uygun konuşma tarzını belirleyememesi, sohbet başlatma ve sürdürmede güçlük yaşaması** ve **ima içeren dolaylı ifadeleri anlayamaması** dilin **sosyal kullanımında belirgin güçlük** olduğunu göstermektedir. Ayrıca **otizm belirtilerinin saptanmaması** da tanısal ayırımı destekler. Bu özellikler **sosyal (pragmatik) iletişim bozukluğu** ile uyumludur; bu bozuklukta birey **dilin sosyal kurallarına uygun kullanımında, iletişimi bağlama göre düzenlemede ve örtük anlamları anlamada güçlük** yaşar. **Dil bozukluğu** daha çok **kelime dağarcığı ve dilbilgisel yapıdaki yetersizliklerle, fonolojik bozukluk seslerin kullanımındaki hatalarla, kekemelik** ise **konuşma akıcılığı sorunlarıyla** ilişkilidir; **otizm spektrum bozukluğunda** ise sosyal iletişim sorunlarına ek olarak **sınırlı ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri** görülür.

Cevap: C

10. Umut'un 8 yaşında olmasına rağmen geceleri altını ıslatmaya devam etmesi ve ailesinin 4 yaşından sonra hiç kuru kaldığı bir dönem olmadığını belirtmesi tanı açısından önemli bir ipucudur. **DSM-5'e göre enürezis** tanısı koyabilmek için çocuğun **en az 5 yaşında olması, tekrarlayıcı biçimde yatağa ya da giysilere idrar kaçırmaması**, bunun **en az 3 ay süreyle haftada en az iki kez görülmesi** ya da klinik açıdan belirgin sıkıntı veya işlevsellikte bozulmaya yol açması ve durumun **tıbbi bir hastalık ya da maddenin fizyolojik etkileriyle açıklanamaması** gerekir. **Primer enürezis**, çocuğun **hiçbir zaman uzun süreli kuru kalma döneminin olmaması** ile tanımlanır ve Umut'un durumu bu tabloyla uyumludur. **Sekonder enürezis** ise daha önce **en az birkaç ay süren kuru bir dönemden sonra** yeniden alt ıslatmanın başlamasıdır. **Enkoprezis** dışkı kaçırmaya ile ilgili bir bozukluktur ve idrarla ilişkili değildir. **Geçici idrar kaçırmaya bozukluğu** DSM-5'te tanınan bir kategori değildir. **Anksiyete bozukluğu** ise yoğun kaygı belirtileriyle karakterizedir ve doğrudan idrar kontrolüyle ilgili bir tanı değildir.

Cevap: C

11. Kaan'ın 11 yaşında olmasına rağmen haftada birkaç kez **dışkı kaçırmaması**, DSM-5'e göre tanınan bir bozukluktur. **Enkoprezis** tanısı koyabilmek için çocuğun **en az 4 yaşında olması, uygunsuz yerlere tekrarlayıcı biçimde dışkı kaçırmaması**, bunun **en az 3 ay süreyle ayda en az bir kez görülmesi** gerekir. Soruda ayrıca Kaan'ın **tuvalet eğitimi zamanında aldığı** ve sorunun **sonradan başladığı** belirtilmiştir. Daha önce dışkı kontrolü kazanılmışken sonradan ortaya çıkan tablo **sekonder enkoprezis** olarak adlandırılır. **Primer enkoprezis** ise çocuğun **hiçbir zaman tam dışkı kontrolü kazanamaması** durumudur. **Primer enürezis** idrar kaçırmaya ile ilgilidir. **Dissosiyatif davranış** bilinç, bellek veya kimlik bütünlüğündeki bozulmalarla ilişkilidir. **Konversiyon bozukluğu** ise psikolojik çatışmaların nörolojik görünümü belirtilerle ortaya çıkmasıdır.

Cevap: B

12. Zeynep'in 7 yaşında olmasına rağmen geceleri altını ıslatmaya başlaması DSM-5 açısından önemlidir. **Enürezis** tanısı için çocuğun **en az 5 yaşında olması, tekrarlayıcı biçimde yatağa veya giysilere idrar kaçırmaması**, bunun **en az 3 ay süreyle haftada en az iki kez görülmesi** ya da klinik açıdan belirgin sıkıntı oluşturmaması gerekir. Soruda ayrıca Zeynep'in **babası evden ayrıldıktan sonra altını ıslatmaya başladığı** belirtilmektedir; yani çocuk daha önce **idrar kontrolünü kazanmış**, ancak **stresli bir yaşam olayı sonrasında** tekrar alt ıslatma davranışı ortaya çıkmıştır. Daha önce kuru kalma dönemi varken sonradan başlayan bu tablo **sekonder enürezis** olarak adlandırılır. **Primer enürezis** ise çocuğun **hiçbir zaman uzun süreli kuru kalma döneminin olmaması** durumudur. **Gece uykusu bozukluğu** uyku düzeniyle ilgilidir, **anksiyete bozukluğu** kaygı belirtilerini kapsar ancak doğrudan idrar kontrolü tanısı değildir, **davranım bozukluğu** ise kurallara ve başkalarının haklarına yönelik ihlallerle karakterizedir.

Cevap: A

13. Cem'in **sınav haftalarında altını ıslatması** ve bunun **sabah saatlerinde derslerin başında fark edilmesi** idrar kaçırmamasının **gündüz saatlerinde gerçekleştiğini** göstermektedir. **DSM-5'e göre enürezis**, çocuğun **en az 5 yaşında olması, tekrarlayıcı biçimde yatağa ya da giysilere idrar kaçırmaması**, bunun **en az 3 ay süreyle haftada en az iki kez görülmesi** ya da klinik açıdan belirgin sıkıntı oluşturmaması ve durumun **tıbbi bir nedenle açıklanamaması** durumunda tanımlanır. Enürezis zamanına göre **gece (nokturnal)** ve **gündüz (diurnal)** olarak sınıflandırılabilir. Soruda olayın **gündüz ve okul saatlerinde ortaya çıkması** tabloyu **diurnal enürezis** ile uyumlu hale getirir. **Nokturnal enürezis** gece uykusu sırasında görülür. **Sekonder enkoprezis** dışkı kaçırmaya ile ilgilidir. **Konversiyon bozukluğu** nörolojik görünümü belirtilerle karakterizedir. **Anksiyete bozukluğu** kaygı belirtilerini içerir ancak doğrudan idrar kontrolü tanısı değildir.

Cevap: C

14. Berke'nin sabahları yatağında nemli çarşaflarla uyanması ve durumun uyku sırasında gerçekleştiğini fark etmemesi idrar kaçırmanın **gece uykusu sırasında ortaya çıktığını** göstermektedir. **DSM-5'e göre enürezis**, çocuğun **en az 5 yaşında olması, tekrarlayıcı biçimde yatağa ya da giysilere idrar kaçırmayı**, bunun **en az 3 ay süreyle haftada en az iki kez görülmesi** ya da klinik açıdan belirgin sıkıntı oluşturmaması ve durumun tıbbi bir hastalıkla açıklanamaması durumunda tanımlanır. Soruda ayrıca Berke'nin **hiçbir zaman 6 ay boyunca kuru kalmamış olması** belirtilmiştir; bu durum primer-sekonder ayrımı için ipucu olsa da soruda esas belirleyici olan **idrar kaçırmanın gece uykusu sırasında gerçekleşmesidir**. Gece görülen alt ıslatma **nokturnal enürezis** olarak adlandırılır. **Diurnal enürezis** gündüz saatlerinde görülür. **Sekonder enürezis** daha önce **uzun süreli kuru bir dönemden sonra** yeniden alt ıslatmanın başlamasıdır. **Anksiyete bozukluğu** ve **konversiyon bozukluğu** ise doğrudan idrar kontrolüyle ilgili tanılar değildir.

Cevap: C

15. Yiğit'in **geceleri altını ıslatması, sabahları çoğu zaman bunu fark etmemesi** ve değerlendirmede **mesane kontrolünün gelişimsel olarak geciktiğinin belirlenmesi** enüreziste görülen gelişimsel faktörleri düşündürmektedir. Ayrıca aile öyküsünde **baba ve amcada da çocukluk döneminde benzer alt ıslatma öyküsünün bulunması** önemli bir ipucudur. Enürezis etiyolojisinde **ailede benzer öykü bulunması** ve **mesane kontrolünün gelişimsel olarak gecikmesi** durumları **genetik ve gelişimsel yatkınlık** ile açıklanır. Bu nedenle verilen tablo enürezisin **genetik ve gelişimsel yatkınlık** etiyolojisine örnektir. **Öğrenilmiş çaresizlik** bireyin başarısızlık deneyimleri sonrası kontrol algısını kaybetmesiyle ilgilidir. **Aile içi işlev bozukluğu** aile ilişkilerindeki sorunları ifade eder. **İkincil kazanılmış davranış** davranışın pekiştirilmesiyle devam etmesini açıklar. **Uyaranlara karşı aşırı hassasiyet** ise duyuşal aşırı duyarlılıkla ilişkilidir.

Cevap: C

1. Elif'in daha önce bir yıl boyunca kuru kalmışken son 3 aydır yeniden altını ıslatmaya başlaması ve görüşmede yeni bir okula taşınma ve arkadaş edinmede güçlük yaşama gibi yaşam olaylarının ortaya çıkması önemli bir ipucudur. Enürezis etiolojisinde özellikle taşınma, okul değişikliği, sosyal uyum güçlükleri gibi stres yaratan yaşam olayları alt ıslatma davranışının ortaya çıkmasına ya da yeniden başlamasına neden olabilir. Bu nedenle Elif'in yaşadığı durum en çok **yaşamsal stres faktörleri** ile ilişkilidir. **Olumsuz tuvalet eğitimi** erken dönemde hatalı tuvalet öğretimiyle ilgilidir. **Psikoseksüel regresyon** psikanalitik açıklamaya dayalıdır. **Travma sonrası stres bozukluğu** ciddi travmatik olaylardan sonra gelişir. **Konversiyon mekanizması** ise psikolojik çatışmaların nörolojik görünümü belirtilerle ortaya çıkmasıdır.

Cevap: D

2. Mira'nın katı ve cezalandırıcı bir tuvalet eğitimi-ne maruz kalması, altını ıslattığında cezalandırılması ve kardeşiyle kıyaslanması önemli bir ipucudur. Enürezis etiolojisinde özellikle **zorlayıcı, cezalandırıcı ve katı tuvalet eğitimi** çocuğun tuvalet kontrolüyle ilgili **kaygı geliştirmesine** ve alt ıslatma davranışının ortaya çıkmasına neden olabilir. Soruda ayrıca bu tutumun **tuvalet eğitimi sürecine doğrudan bağlı olması** etiolojinin ebeveyn tutumu ve eğitim tarzıyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu nedenle verilen durumda en baskın etiolojik faktör **katı ebeveyn tutumu ve zorlayıcı tuvalet eğitimidir**. **Gelişimsel yetersizlik** mesane kontrolünün olgunlaşmamasıyla ilgilidir. **Aşırı koruyucu ebeveynlik** çocuğun bağımsızlığının kısıtlanmasıyla ilişkilidir. **Duygusal istismar** daha geniş kapsamlı psikolojik zarar verme davranışlarını ifade eder. **Organik bozukluk** ise nörolojik veya ürolojik bir tıbbi nedene bağlıdır.

Cevap: D

3. Ela'nın haftada birkaç kez dışkı kaçırması tek başına tanı koymak için yeterli değildir; **DSM-5'e göre enkoprezis** tanısı için bazı ölçütlerin karşılanması gerekir. Tanı koyabilmek için çocuğun **tekrarlayıcı biçimde uygunsuz yerlere dışkı kaçırması**, bunun **en az 3 ay süreyle ayda en az bir kez görülmesi** ve durumun **tıbbi bir hastalıkla açıklanamaması** gerekir. Ayrıca en önemli ölçütlerden biri çocuğun **en az 4 yaşında olması ya da eşdeğer gelişim düzeyine ulaşmış olmasıdır**; çünkü bu yaşa kadar tuvalet kontrolünün tam gelişmemiş olması gelişimsel olarak normal kabul edilebilir. Soruda özellikle **tuvalet eğitiminin henüz tam gerçekleşmemiş olması** vurgulanarak tanı için gerekli **yaş ve gelişim düzeyi ölçütüne** dikkat çekilmektedir.

Cevap: B

4. Merve'nin öyküsünde **kaygı bozukluğunun etiolojisinde birden fazla faktöre yer verilmiştir**. Ailesinde **depresyon ve anksiyete öyküsünün bulunması genetik yatkınlığa**, çocukluk döneminde **ailesinin boşanması ve babasının aşırı korumacı tutumu aile içi ilişkilere**, üniversitede yaşadığı **akademik baskı ve arkadaş ilişkilerindeki sorunlar çevresel stresörlere** işaret etmektedir. Ayrıca **yoğun stres dönemlerinde sigara ve kahve tüketimini artırması madde kullanımı** ile ilişkili bir faktöre örnektir. Buna karşılık öyküde **bilişsel işlev bozukluklarına** yani dikkat, bellek veya yürütücü işlevlerde bir bozulmaya ilişkin bir bilgi yer almamaktadır. Bu nedenle öyküde etiolojik faktör olarak yer verilmeyen seçenek **bilişsel işlev bozukluklarıdır**.

Cevap: C

5. Ali'nin öyküsünde **çocuklukta yaşadığı ihmal ve istismar deneyimleri** açıkça belirtilmiş olup bu durum **çocukluk çağı travmalarına** örnektir. Okul yıllarında görülen **dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtileri nörogelişimsel sorunlara** işaret etmektedir. Son yıllarda **alkol kullanımını artırması** ise **madde kullanımı** faktörünün varlığını göstermektedir. Ayrıca değerlendirmede **duygu durum dalgalanmaları ve kendine zarar verme davranışlarının tespit edilmesi** klinik belirtiler olarak öyküde yer almaktadır. Buna karşılık vakada **ailede şizofreni öyküsünün bulunmadığı özellikle belirtilmiş** ve herhangi bir **genetik yatkınlığa dair bilgi verilmemiştir**. Bu nedenle öyküde gözlemlenmeyen etiyolojik faktör **genetik faktörlerdir**.

Cevap: B

6. Öyküde ailede depresyon öyküsü olması **genetik yatkınlığa**, iş kaybı ve taşınma gibi yaşam olayları **çevresel stresörlere**, beyindeki kimyasal dengesizliklerden söz edilmesi **nörotransmitter dengesizliğine** işaret etmektedir. Ayrıca arkadaşlarıyla görüşmeyi bırakması ve yalnız kalması **sosyal destek eksikliği** ile ilişkilidir. Buna karşılık bireyin **kişilik özelliklerine** ilişkin herhangi bir bilgi verilmemiştir.

Cevap: D

7. Burcu'nun **okumada güçlük yaşaması, kelimeleri hecelerken duraksaması, yazarken harf atlamaları ve ters yazmalar yapması** okuma-yazma alanında belirgin bir güçlüğü işaret etmektedir. Ayrıca **dersleri dinleyebilmesi ve zeka testinde yaşına uygun genel yetenek puanı alması** sorunun genel bilişsel yetersizlikten kaynaklanmadığını göstermektedir. Bu özellikler **özüml öğrenme bozukluğu** kapsamında görülen **disleksi (okuma güçlüğü)** ile uyumludur ve çoğu zaman **fonolojik farkındalık eksikliği** ile ilişkilidir. Buna karşılık **genel zihinsel yetersizlikte** bireyin genel bilişsel işlevlerinde yaygın bir düşüklük görülür ve zeka testlerinde de düşük puan beklenir. Bu nedenle verilen güçlük **genel zihinsel yetersizlik ile ilişkili değildir**.

Cevap: C

8. Elif'in yaklaşık 10 aydır süren sürekli kaygı ve endişe yaşaması, uykuya dalmakta güçlük çekmesi, sürekli yorgun hissetmesi ve en küçük kararlar hakkında bile aşırı kaygı duyması önemli ipuçlarıdır. **DSM-5'e göre yaygın anksiyete bozukluğu**, en az 6 ay süren ve birçok yaşam alanına yayılan kontrol edilmesi güç aşırı kaygı ve endişe ile karakterizedir ve sıklıkla **uyku sorunları, yorgunluk ve huzursuzluk** gibi belirtiler eşlik eder. Soruda ayrıca **organik bir neden bulunmadığı** belirtilmiştir ve kaygının **tek bir durumla sınırlı olmadığı**, yaşamın birçok alanına yayıldığı görülmektedir. **Panik bozuklukta** ani panik ataklar ön plandadır, **obsesif-kompulsif bozuklukta** yineleyici düşünce ve davranışlar bulunur, **sosyal anksiyete bozukluğu** sosyal ortamlarda değerlendirilme korkusuyla sınırlıdır. **Uyum bozukluğu** ise genellikle belirli bir stresöre tepki olarak ortaya çıkar ve belirtiler çoğunlukla stresörle orantılıdır. Bu nedenle tablo en iyi **yaygın anksiyete bozukluğu** ile açıklanır.

Cevap: A

9. Can'ın **tanımadığı insanlarla konuşmaktan çekinmesi, kalabalık önünde sunum yapmaktan kaçınması, yanlış yapmaktan veya alay edilmekten korkması** ve bu durumun **çarpıntı ve huzursuzluk gibi kaygı belirtilerine yol açması** önemli ipuçlarıdır. Ayrıca bu korku nedeniyle sınıfta soru sormaktan, tahtaya kalkmaktan ve bazı derslere girmekten kaçınması kaygının özellikle **başkaları tarafından değerlendirilme korkusuyla ilişkili sosyal durumlarda ortaya çıktığını** göstermektedir. **DSM-5'e göre sosyal kaygı bozukluğu**, bireyin **başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği sosyal veya performans durumlarında belirgin ve yoğun kaygı yaşaması** ve bu durumlardan **kaçınma davranışı göstermesi** ile karakterizedir. **Yaygın anksiyete bozukluğu** birçok yaşam alanına yayılan genel kaygıyı ifade eder, **özüml fobi** belirli nesne veya durumlara yönelik korkudur, **agorafobi** kaçışın zor olduğu ortamlardan korkma ile ilişkilidir, **seçici mutizm** ise bazı sosyal ortamlarda konuşamama ile karakterizedir. Bu nedenle Can'ın yaşadığı durum **sosyal kaygı bozukluğu** ile en iyi açıklanır.

Cevap: B

10. Mehmet'in arkadaşlarına vurma, eşyalarını izinsiz alma, kurallara uymama ve başkalarının haklarını ihlal eden davranışlar göstermesi DSM-5'te **davranım bozukluğu** kapsamında tanımlanan davranışlardır. Ayrıca bu davranışların **6 yaşından beri sürmesi ve zamanla artması**, sorunun geçici bir uyum problemi değil **tekrarlayıcı ve kalıcı bir davranış örüntüsü** olduğunu göstermektedir. DSM-5'e göre **davranım bozukluğu**, çocuklarda **başkalarının temel haklarını ihlal eden veya yaşa uygun toplumsal kuralları sürekli çiğnemenin davranışların görülmesi** ile tanımlanır. **Karşıt olma bozukluğunda** daha çok otorite figürlerine karşı gelme vardır ancak ciddi hak ihlalleri görülmez. **Antisosyal kişilik bozukluğu** için bireyin **en az 18 yaşında olması** gerekir. **Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu** dikkat ve dürtüsellik sorunlarıyla ilgilidir. **Aralıklı patlayıcı bozukluk** ise ani öfke patlamalarıyla karakterizedir ve planlı ihlal davranışlarını kapsamaz.

Cevap: D

11. Hasan'ın **kapıyı defalarca kontrol etme ihtiyacı hissetmesi**, kilidi kontrol ettikten sonra **emin olamayıp tekrar tekrar geri dönmesi** ve bu davranışların işe geç kalmasına neden olacak kadar zaman alması DSM-5'te tanımlanan **obsesif-kompulsif bozukluk** belirtileridir. Bu bozuklukta birey **rahatsızlık veren yineleyici düşünceler** yaşar ve bu düşüncelerin yarattığı kaygıyı azaltmak için **tekrarlayıcı davranışlar** gerçekleştirir. Hasan'ın düşüncelerinin **anlamsız olduğunu bilmesine rağmen kendini durduramaması** ve bu durumun günlük yaşamını belirgin biçimde etkilemesi de bu tanı ile uyumludur. **Yaygın anksiyete bozukluğu** birçok yaşam alanına yayılan sürekli kaygı ile ilgilidir. **Panik bozukluk** ani panik ataklarla karakterizedir. **Travma sonrası stres bozukluğu** travmatik bir olay sonrasında ortaya çıkar. **Beden dismorfik bozukluğu** ise kişinin görünüşüyle ilgili aşırı uğraşı içerir.

Cevap: C

12. Mehmet'in son 6 aydır iş, aile ve sağlık gibi birçok konuda sürekli endişe duyması, ayrıca huzursuzluk, yorgunluk ve uyku sorunları yaşaması DSM-5'te tanımlanan **yaygın anksiyete bozukluğu** belirtileridir. Bu bozuklukta kaygı **tek bir durumla sınırlı değildir**, kişinin yaşamının birçok alanına yayılır ve **en az 6 ay süreyle devam eden kontrol edilmesi güç endişe** görülür. A seçeneğindeki **ani çarpıntı ve ölüm korkusu** panik atağı düşündürür. B seçeneğindeki kaygı **sosyal değerlendirilme korkusu** ile sınırlıdır ve sosyal anksiyete bozukluğunu ifade eder. C seçeneğindeki **travmatik olay sonrası kabuslar ve kaçınma** travma sonrası stres bozukluğunu gösterir. E seçeneğinde ise **asansör gibi belirli bir nesneye yönelik yoğun korku** özgül fobi ile ilişkilidir.

Cevap: D

13. Agorafobi, kişinin **kaçmanın zor olabileceği veya yardımın bulunamayacağı** düşüncesiyle bazı ortamlardan yoğun biçimde korkması ve bu durumlardan kaçınması ile tanımlanır. Fatma'nın **evden tek başına çıkmakta zorlanması, kalabalık mağazalara gitmekten ve toplu taşıma kullanmaktan kaçınması** ve bu ortamlarda **kaçmanın zor olacağı veya yardım bulamayacağı endişesi yaşaması** DSM-5'te tanımlanan **agorafobi** belirtileridir. A seçeneğinde belirli nesnelere yönelik korku vardır ve bu **özgül fobi** ile ilişkilidir. B seçeneğinde kalabalık ve açık alan korkusu daha çok **panik atak yaşama endişesi** ile açıklanmıştır. C seçeneğinde kapalı alanlardan kaçınma **özgül fobi (klostrofobi)** ile uyumludur. D seçeneğinde ise travmatik bir olay sonrası gelişen yoğun kaygı **travma sonrası stres bozukluğunu** düşündürür.

Cevap: E

14. Zeynep'in tanık olduğu otobüs kazasından sonra olayı zihninde tekrar tekrar yaşaması, kabuslar görmesi, kazayı hatırlatan durumlardan kaçınması ve sürekli tetikte olup küçük seslere irkilerek tepki vermesi **travma sonrası** görülen belirtilerdir. DSM-5'e göre **travma sonrası stres bozukluğu**, kişinin yaşadığı veya tanık olduğu travmatik olaydan sonra **yeniden yaşantılama, kaçınma ve artmış uyarılmışlık** belirtileri göstermesi ile tanımlanır. Zeynep'in **kazayı hatırlatan otobüslerle binmekten kaçınması, kabuslar görmesi ve sürekli tetikte olması** bu bozukluğun tipik özellikleridir. **Sosyal fobi** sosyal ortamlarda değerlendirilme korkusu ile ilgilidir. **Akut stres bozukluğu** travmadan sonraki ilk ay içinde görülür. **Yaygın anksiyete bozukluğu** birçok alana yayılan sürekli kaygı ile karakterizedir. **Panik bozukluğu** ise ani panik ataklarla tanımlanır.

Cevap: C

15. Ahmet'in **aniden ortaya çıkan yoğun korku, çarpıntı, nefes darlığı, terleme ve göğüs ağrısı** yaşaması ve bu atakların **kısa sürede doruğa ulaşması** DSM-5'te tanımlanan **panik atak** belirtileridir. Ayrıca ataklar sırasında **ölmekten veya kontrolünü kaybetmekten korkması** ve sonrasında **atakların tekrar edeceği endişesiyle bazı yerlerden kaçınmaya başlaması** bu tablonun **panik bozukluk** kapsamında değerlendirilmesine neden olur. **Agorafobi** kaçmanın zor olacağı ortamlardan korkma ile ilgilidir ve panik atak şart değildir. **Yaygın anksiyete bozukluğu** birçok konu hakkında sürekli kaygı ile ilişkilidir. **Sosyal fobi** sosyal ortamlarda değerlendirilme korkusuyla sınırlıdır. **Hastalık kaygısı bozukluğu** ise ciddi bir hastalığa yakalanma korkusuyla karakterizedir.

Cevap: B

1. Çocuğun korkulu rüyalarla uyanması, rüyayı ayrıntılarıyla hatırlaması ve epizodların sabaha karşı ortaya çıkması tipik olarak **REM uykusunda görülen kabusları** düşündürür. REM evresinde rüyalar **daha canlı ve ayrıntılıdır** ve kişi uyandı-ğında rüyanın içeriğini **hatırlayabilir**. Buna karşılık **Non-REM uykusunda** görülen gece terörü gibi durumlarda çocuk genellikle **rüyayı hatırlamaz** ve epizodlar daha çok **gecenin ilk bölümünde** ortaya çıkar. Bu nedenle verilen tablo **REM uykusu** ile ilişkilidir.

Cevap: B

2. Ceyda'nın gece uykusunda yürüdüğü'nün görülmesi, gözleri açık olmasına rağmen bilincinin kapalı gibi olması ve sabahları yaşananları hatırlamaması uyurgezerlik davranışını gösterir. Bu davranışlar **somnambulizm (uyurgezerlik)** olarak adlandırılır ve genellikle **derin Non-REM uykusu sırasında** ortaya çıkar. Non-REM döneminde görülen bu parasomnilerde kişi **bilinçsiz biçimde hareket edebilir ancak uyandıktan sonra olayı hatırlamaz**. Buna karşılık **REM uykusunda** görülen kabuslarda kişi genellikle rüyayı **ayrıntılı şekilde hatırlar**.

Cevap: B

3. Eren'in gece çılgın atarak uyanması, yüzünde yoğun korku ifadesi olması, terleme ve huzursuzluk yaşaması, ayrıca ailesinin onu sakinleştirmekte zorlanması ve sabah hiçbir şey hatırlamaması DSM-5'te tanımlanan **uyku terörü** belirtileridir. Bu tablo genellikle **uykunun ilk saatlerinde** ve **derin Non-REM uykusu sırasında** ortaya çıkar. **REM uykusunda görülen kabuslarda** kişi genellikle rüyayı **ayrıntılı biçimde hatırlar**. **REM uykusu davranış bozukluğunda** kişi rüyadaki hareketleri fiziksel olarak gerçekleştirir. **Gece panik atağı** panik belirtileriyle ilişkilidir. **Uyku sersemliği** ise uyanma sırasında görülen geçici yönelim bozukluğudur.

Cevap: B

4. Duygu'nun **geceleri korku içinde uyanması**, rüyasında **birinin kendisini takip ettiğini ve zarar vereceğini görmesi**, ayrıca **rüyayı sabah ayrıntılı biçimde hatırlaması** kabuslarda görülen tipik özelliklerdir. **Kabus bozukluğu**, genellikle **canlı ve korkutucu rüyalarla uyanma** ve kişinin rüyanın içeriğini **ayrıntılı şekilde hatırlaması** ile karakterizedir. Buna karşılık **uyku teröründe** kişi genellikle yaşanan olayı **hatırlamaz** ve epizodlar uykunun ilk saatlerinde görülür. **Uyurgezerlik** uykuda dolaşma davranışı ile ilişkilidir. **Uyku apnesi** solunum durmalarıyla karakterizedir. **Panik bozukluk** ise uykudan bağımsız panik ataklarla ilişkilidir.

Cevap: C

5. Cem'in eşinin ölümüne ilişkin kaza anını ve sonrasındaki günleri hatırlayamaması, yani travmatik olayla ilgili önemli kişisel bilgilerin bellekte geri çağırılmaması DSM-5'te tanımlanan **çözülmeli amnezi** ile uyumludur. Bu bozuklukta kişi genellikle **travmatik veya stres yaratan bir olaya ilişkin anıları hatırlayamaz**, ancak bu durum tıbbi ya da nörolojik bir nedenle açıklanamaz. Soruda da Cem'de herhangi bir nörolojik veya tıbbi neden bulunmadığı belirtilmiştir. **Travma sonrası stres bozukluğunda** olayın tekrar yaşantılanması ve kabuslar görülür. **Depersonalizasyon/derealizasyon bozukluğunda** kişi kendisini veya çevresini gerçek dışı algılar. **Çözülmeli kimlik bozukluğunda** birden fazla kimlik durumu vardır. **Dissosiyatif füğ** ise kişinin kimliğini unutup başka bir yere gitmesiyle karakterizedir.

Cevap: B

6. Hakan'ın eşinin ardından evden ayrılıp yüzlerce kilometre uzakta uyanması, oraya nasıl gittiğini hatırlayamaması ve kendi kimliğiyle ilgili kısmi bellek kaybı yaşaması **çözülmeli bellek kaybına** eşlik eden **amaçlı uzaklaşma davranışını** göstermektedir. DSM-5'te bu tablo **çözülmeli amnezi, füğ ile giden** olarak tanımlanır. Bu durumda kişi **kişisel kimliğine ilişkin bilgileri hatırlayamaz ve beklenmedik şekilde başka bir yere gidebilir**, ancak temel becerileri (yemek yemek, araba kullanmak gibi) korunur. **Yaygın kaygı**

bozukluğu sürekli kaygı ile ilgilidir, **travma sonrası stres bozukluğu** travmanın yeniden yaşantılanması ile karakterizedir, **dissosiyatif kimlik bozukluğunda** birden fazla kimlik durumu görülür, **psikotik depresyonda** ise sanrı veya varsanılar bulunur.

Cevap: D

7. Ayşe'nin stresli bir iş görüşmesi sırasında aniden kolunda felç hissetmesi, ancak yapılan nörolojik ve tıbbi testlerde bu felci açıklayacak herhangi bir fiziksel neden bulunmaması ve belirtilerin yoğun stres sonrasında ortaya çıkması DSM-5'te tanımlanan **konversiyon bozukluğu** ile uyumludur. Bu bozuklukta psikolojik çatışma veya stres, **felç, körlük, konuşma kaybı gibi nörolojik görünümü belirtilerle** ortaya çıkar ancak **tıbbi bir açıklama bulunamaz. Somatik semptom/bedensel belirti bozukluğunda** kişi bedensel belirtilerle aşırı meşguldür fakat belirtiler genellikle nörolojik kayıp şeklinde değildir. **Yapay bozuklukta** kişi belirtileri bilinçli olarak üretir. **Agorafobi** ise kaçışın zor olacağı ortamlardan korkma ile ilgilidir.

Cevap: E

8. Selin'de **konuşma kaybı gibi nörolojik görünümü bir belirti ortaya çıkması**, ancak yapılan **tıbbi değerlendirmelerde bu durumu açıklayacak organik bir neden bulunmaması** ve belirtilerin **yoğun stres sonrasında ortaya çıkması** DSM-5'te tanımlanan **konversiyon bozukluğu** belirtileridir. Bu bozuklukta psikolojik stres **felç, konuşma kaybı, körlük gibi nörolojik görünümü belirtilerle** ortaya çıkar ancak **tıbbi bir açıklama bulunamaz. Bedensel belirti bozukluğunda** kişi bedensel belirtilerle aşırı meşguldür fakat genellikle nörolojik kayıp şeklinde bir belirti görülmez. **Hastalık kaygısı bozukluğunda** kişi ciddi bir hastalığı olduğuna inanır ancak belirgin fiziksel belirti bulunmaz. **Yapay bozuklukta** kişi belirtileri bilinçli olarak üretir veya taklit eder. **Panik bozukluğu** ise ani panik ataklarla ortaya çıkar ve kalıcı nörolojik kayıp görülmez.

Cevap: B

9. Pelin'in **açıklanamayan mide ağrısı ve ishal şikayetleriyle sık sık hastaneye başvurusu**, ancak yapılan testlerde **tıbbi bir neden bulunmamasına rağmen belirtilerin sürmesi** dikkat çekicidir. Ayrıca kız kardeşinin **Pelin'in gizlice ilaçlar kullanarak veya bazı maddeler alarak kendisinde ishal oluşturduğunu fark etmesi** ve Pelin'in **hasta rolü oynamak ve tıbbi ilgi görmek istemesi** bu davranışın bilinçli olarak üretildiğini göstermektedir. Bu durum DSM-5'te tanımlanan **yapay bozukluk** ile uyumludur; bu bozuklukta kişi **hasta rolünü üstlenmek amacıyla belirtileri bilinçli olarak üretir veya taklit eder. Bedensel belirti bozukluğunda** belirtiler bilinçli olarak oluşturulmaz. **Hastalık kaygısı bozukluğunda** kişi hasta olduğuna inanır ancak belirgin semptom üretmez. **Konversiyon bozukluğunda** stres sonrası ortaya çıkan nörolojik belirtiler vardır. **Yaygın kaygı bozukluğu** ise birçok konu hakkında sürekli kaygı ile karakterizedir.

Cevap: D

10. Emre'nin sırtındaki şiddetli ağrıdan sürekli **şikayet** etmesi, ağrısı **çok yoğun şekilde tanımlaması**, yapılan MR, röntgen ve fizik muayenelerde ağrısı açıklayacak belirgin bir fiziksel bulgu bulunmamasına rağmen ağrıyla aşırı biçimde meşgul olması DSM-5'te tanımlanan **bedensel belirti bozukluğu** ile uyumludur. Bu bozuklukta bireyde **bedensel belirtiler bulunabilir veya tıbbi olarak tam açıklanamayabilir**, ancak kişinin **belirtiyle ilgili aşırı düşünce, duygu ve davranışlar göstermesi** tanı için belirleyicidir. Emre'nin ağrısının hayatını tamamen etkilediğini söylemesi ve doktorların kendisini ciddiye almadığını düşünmesi de bu aşırı meşguliyeti göstermektedir. **Hastalık kaygısı bozukluğunda** belirgin bedensel belirti yoktur, kişi daha çok ciddi bir hastalığı olduğundan korkar. **Konversiyon bozukluğunda** felç, körlük gibi nörolojik belirtiler görülür. **Psikojenik ağrı bozukluğu** DSM-5'te ayrı bir tanı olarak kullanılmamaktadır. **Psikojenik ağrı bozukluğu** DSM-IV'te kullanılan bir terimdir ve **psikolojik etkenlere bağlı ağrı** durumunu ifade eder. **Depresif bozuklukta** ise temel belirtiler çökkün duygudurum ve ilgi kaybıdır.

Cevap: B

11. Elif'in toprak, boya kalıntıları ve saç yumağı gibi besin değeri olmayan maddeleri düzenli olarak yemesi DSM-5'te tanımlanan **pika** davranışdır. Pika tanısı için bu davranışın **en az 1 ay sürmesi**, **gelişim düzeyiyle uyumsuz olması** ve **kültürel olarak kabul edilen bir uygulama olmaması** gerekir. Soruda Elif'in **3 aydır bu davranışı sürdürmesi**, **yaşına uygun zihinsel gelişime sahip olması** ve davranışın **kültürel olarak desteklenmemesi** bu tanıyı destekler. **Ruminasyon bozukluğunda** kişi yediği besini tekrar ağzına getirir. **Kısıtlı/kaçıngan yiyecek alımı bozukluğunda** belirli yiyeceklerden kaçınma görülür. **Anoreksiya nervoza** kilo alma korkusu ve beden algısı bozukluğu ile ilişkilidir. **Başka türlü adlandırılmayan yeme bozukluğu** ise belirli bir tanı ölçütünü tam karşılamayan durumlar için kullanılır.

Cevap: D

12. Gizem'in **kısa sürede normalden çok daha fazla miktarda yiyecek tüketmesi**, bu sırada **kontrolünü kaybettiğini hissetmesi**, **rahatsız edici derecede doyana kadar yemesi** ve sonrasında **utanç ve suçluluk yaşaması** DSM-5'te tanımlanan **tıkanırçasına yeme bozukluğu** özellikleridir. Bu bozuklukta yeme atakları **haftada en az bir kez ve birkaç ay boyunca devam eder**, ancak kusma, laksatif kullanımı veya aşırı egzersiz gibi telafi edici davranışlar bulunmaz. Gizem'in telafi edici davranışlarının olmaması bu durumu **bulimia nervozadan** ayırır. **Anoreksiya nervoza** belirgin kilo kaybı ve kilo alma korkusuyla karakterizedir. **Gece yeme sendromu** gece saatlerinde aşırı yeme ile ilişkilidir. **Başka türlü adlandırılmayan yeme bozukluğu** ise ölçütleri tam karşılamayan durumlar için kullanılır.

Cevap: E

13. Muhammed'in gece ve gündüz vardiyalarının dönüşümlü olduğu bir işte çalışması, buna bağlı olarak **biyolojik saati ile uyku düzeni arasında uyumsuzluk yaşaması**, **gündüz uykusuzluk çekmesi** ve **gece çalışırken uyanık kalmakta zorlanması** DSM-5'te tanımlanan **sirkadiyen ritim uyku-uyanıklık bozukluğu** belirtileridir. Bu bozuklukta kişinin **içsel biyolojik ritmi ile çevresel uyku zamanı arasında uyumsuzluk** oluşur ve bu durum uykusuzluk, gündüz aşırı uyku hali, yorgunluk ve konsantrasyon **güçlüğü** gibi sorunlara yol açar. **İnsomnia bozukluğunda** temel sorun uykuya dalma veya uykuyu sürdürme güçlüğüdür. **Hipersomnia bozukluğunda** aşırı uyuma isteği görülür. **Narkolepsi** ani uyku atakları ile karakterizedir. **Uyku apnesi** ise uyku sırasında solunum durmalarıyla ilişkilidir.

Cevap: D

14. DSM-5'e göre kişilik bozuklukları; kişinin **kendini ve başkalarını algılama biçiminde**, **duygusal tepkilerinde**, **kişilerarası ilişkilerinde** ve **dürtü kontrolünde** kalıcı ve esnek olmayan örüntülerle karakterizedir. Bu örüntüler bireyin yaşamının birçok alanında görülür ve işlevsellikte belirgin bozulmaya yol açar. Bu nedenle **algılama ve yorumlama biçimindeki farklılıklar**, **duygusal tepkilerin uygunsuzluğu** veya **yoğunluğu**, **kişilerarası işlevsellikte bozulma** ve **dürtü kontrolü sorunları** kişilik bozukluklarının temel alanları arasında yer alır. Buna karşılık **gelişimsel gerilik** veya **zihinsel engelin varlığı** kişilik bozukluğu tanısı için gerekli bir özellik değildir; bu durum ayrı bir tanı grubunda değerlendirilir.

Cevap: E

15. DSM-5'e göre kişilik bozuklukları, bireyin **düşünme, duygu yaşama, kişilerarası ilişkiler ve dürtü kontrolünde** görülen kalıcı ve esnek olmayan örüntülerdir. Tanı konulabilmesi için bu örüntünün **ergenlik döneminde veya genç yetişkinliğin başlarında ortaya çıkmış olması** ve zaman içinde süreklilik göstermesi beklenir. Bu nedenle belirtilerin **her yaşta başlaması, 30 yaşından sonra ortaya çıkması** veya **belirli bir başlangıç yaşının olmaması** DSM-5 ölçütleriyle uyumlu değildir.

Cevap: A

1. Koray'ın ani ve şiddetli bir stres faktöründen sonra ortaya çıkan işitsel halüsinasyonlar ve zarar göreceğine dair sanrılar yaşaması psikotik belirtileri göstermektedir. DSM-5'e göre kısa psikotik bozukluk, genellikle şiddetli bir stresör sonrasında ortaya çıkan, sanrı veya halüsinasyon gibi psikotik belirtilerin görüldüğü ve süresi kısa olan bir tablodur. Soruda belirtilerin kazadan sonra aniden başlaması ve öncesinde herhangi bir psikotik öykünün bulunmaması bu tanıyla uyumludur. Şizofreni tanısı için belirtilerin en az 6 ay sürmesi gerekir. Şizofreniform bozukluk ise 1-6 ay arası sürer. Paranoid şizofreni DSM-5'te ayrı bir alt tip olarak kullanılmamaktadır. Katatoni ise motor davranışlarda belirgin bozulmalarla karakterizedir.

Cevap: B

2. DSM-5'e göre şizofreni tanısında belirtiler genel olarak pozitif semptomlar ve negatif semptomlar olarak iki grupta ele alınır. Pozitif semptomlar bireyin yaşantısına eklenen patolojik deneyimleri ifade eder ve sanrılar (gerçek dışı inançlar), halüsinasyonlar (gerçek dışı algılar), dağınık konuşma ile garip ya da katatonik davranış bu grupta yer alır. Buna karşılık negatif semptomlar bireyin normal psikolojik işlevlerinde azalma veya kayıp ile karakterizedir. DSM-5'te başlıca negatif belirtiler arasında duygulanımda küntleşme, aloji (konuşma yoksulluğu), anhedoni (haz alamama), asosyalite (sosyal ilişkilere ilginin azalması) ve avolasyon (amaçlı etkinlikleri başlatma ve sürdürme isteğinde belirgin azalma) yer alır. Soruda verilen seçenekler incelendiğinde avolasyon, motivasyon ve amaçlı davranış başlatma kapasitesindeki belirgin azalmayı ifade ettiği için negatif semptom niteliğindedir; diğer seçeneklerdeki sanrılar, halüsinasyonlar, dağınık konuşma ve garip/katatonik davranış ise pozitif semptomlar kapsamında değerlendirilir.

Cevap: B

3. DSM-5'e göre zihinsel yeti yitimi, gelişimsel dönemde başlayan ve zihinsel işlevlerde belirgin yetersizlik ile birlikte uyumsal işlevlerde yetersizlik ile tanımlanan bir nöro gelişimsel bozukluktur. Tanı için akıl yürütme, problem çözme ve akademik öğrenme gibi zihinsel işlevlerde sınırlılık ile birlikte bireyin kavramsal, sosyal ve pratik alanlarda günlük yaşam becerilerini bağımsız sürdürememesi beklenir. Vakada Berke'nin uzun süredir okuma-yazma ve temel aritmetik becerilerde belirgin güçlük yaşaması, çok adımlı yönergeleri anlamakta zorlanması ve akademik ilerlemesinin yaşlarının gerisinde kalması zihinsel işlevlerde sınırlılığa işaret etmektedir. Bunun yanında üstünü giyme, beslenme veya okul çantasını hazırlama gibi günlük yaşam becerilerinde sürekli hatırlatılmaya ihtiyaç duyması uyumsal işlevlerde yetersizliği göstermektedir. Ayrıca bu durumların küçük yaşlardan beri var olması DSM-5'in gelişimsel başlangıç ölçütü ile uyumludur. Özgül öğrenme bozukluğu yalnızca belirli akademik alanlarla sınırlı güçlükleri içerir ve uyumsal işlevlerde yaygın yetersizlik beklenmez. Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu dikkat ve dürtüsellik sorunlarıyla karakterizedir ancak genel bilişsel gerilik tanının temel özelliği değildir. Otizm spektrum bozukluğunda temel sorun sosyal iletişimde yetersizlik ve sınırlı/tekrarlayıcı davranışlardır. Gelişimsel koordinasyon bozukluğu ise motor koordinasyon güçlüğü ile ilişkilidir.

Cevap: C

4. Vaka incelendiğinde Serhat'ın yaklaşık 5 yıldır neredeyse her gün süren üzgün ve umutsuz duygu durum, buna eşlik eden düşük enerji, iştahta azalma, düşük benlik saygısı ve karar vermede güçlük yaşadığı görülmektedir. Ayrıca belirtilerin kronik biçimde uzun yıllar devam ettiği, ancak hiçbir zaman majör depresif dönem düzeyine ulaşacak kadar şiddetli olmadığı özellikle vurgulanmıştır. Bu özellikler DSM-5'e göre inatçı depresif bozukluk (distimi) tanısına karşılık gelir. İnatçı depresif bozukluk (distimi), DSM-5'te en az 2 yıl boyunca günlerin çoğunda süren depresif duygu durum ile birlikte düşük enerji, iştah değişiklikleri, düşük benlik saygısı, karar vermede güçlük veya umutsuzluk gibi belirtilerin eşlik ettiği, kronik fakat genellikle

mağör depresif dönem kadar ağır olmayan bir depresif tablo olarak tanımlanır. **Majör depresif bozuklukta** belirtiler belirli bir dönemde **en az iki hafta süreyle yoğun biçimde ortaya çıkar ve mağör depresif dönem ölçütlerini karşılar**. Siklotimik bozuklukta hipomanik belirtiler ile depresif belirtiler arasında dalgalı bir duygu durum görülür. **Bipolar II bozukluk için en az bir hipomanik dönem ve bir mağör depresif dönem bulunması gerekir**. **Mevsimsel özellikli depresyon** ise belirtilerin yılın belirli mevsimleriyle düzenli biçimde ilişki göstermesi ile tanımlanır.

Cevap: B

5. Vakada Elif'in **enerji artışı, uyku ihtiyacında azalma, konuşkanlık, düşünce akışında hızlanma, kendine güven artışı ve riskli davranışlar** gibi **hipomanik belirtiler** yaşadığı; bu dönemlerin ardından **moral bozukluğu, ilgi kaybı, uyku problemleri ve umutsuzluk** gibi **depresif belirtilerin** ortaya çıktığı görülmektedir. Ayrıca bu belirtilerin **yaklaşık 3 yıldır döngüsel biçimde sürdüğü ve hiçbir zaman tam hipomani ya da mağör depresif dönem ölçütlerini karşılamadığı** özellikle belirtilmiştir. Bu özellikler DSM-5'e göre **siklotimik bozukluğa** karşılık gelir. **Siklotimik bozukluk**, DSM-5'te **en az 2 yıl boyunca çok sayıda hipomanik belirti ile depresif belirtilerin dalgalı biçimde görülmesi**, ancak bu belirtilerin **hiçbir zaman tam hipomanik dönem veya mağör depresif dönem tanı ölçütlerini karşılamaması** ile tanımlanan kronik bir duygudurum bozukluğudur. **Majör depresif bozuklukta** yalnızca depresif dönemler görülür. **Bipolar II bozuklukta** ise **en az bir hipomanik dönem ve bir mağör depresif dönem** bulunması gerekir. **Distimi (inatçı depresif bozukluk)** kronik depresif duygu durumuyla karakterizedir ve hipomanik belirtiler içermez. **Bipolar I bozuklukta** ise **en az bir manik dönem** bulunması tanı için gereklidir.

Cevap: C

6. Vakada Anıl'ın başlangıçta **1-2 kadeh alkol ile rahatlama yaşadığı**, ancak zamanla **aynı etkiyi hissedebilmek için 4-5 kadeh içmek zorunda kaldığını** ve **"etkisi azaldı"** şeklinde ifade ettiği görülmektedir. Bu durum bireyin aynı maddenin etkisini elde edebilmek için **giderek daha yüksek miktarda madde kullanma ihtiyacı duyması** ile karakterizedir. DSM-5'e göre bu tablo **tolerans gelişimi** olarak adlandırılır. **Tolerans gelişimi**, madde kullanım bozukluklarında görülen ve **madenin tekrar eden kullanımına bağlı olarak aynı etkiyi elde etmek için daha yüksek miktarlara ihtiyaç duyulması** ya da **aynı miktarın belirgin biçimde daha az etki oluşturmaması** ile tanımlanan bir durumdur. **Fiziksel yoksunluk belirtileri**, madde bırakıldığında ortaya çıkan **titreme, terleme, huzursuzluk gibi fizyolojik belirtilerle** karakterizedir. **Davranışsal bağımlılık**, kumar veya internet kullanımı gibi **madde dışı davranışlara yönelik bağımlılığı** ifade eder. **Toksik etki**, maddenin aşırı kullanımına bağlı **zehirlenme veya akut zarar verici etkileri** kapsar. **Psikolojik yoksunluk** ise madde kesildiğinde ortaya çıkan **yoğun istek, huzursuzluk veya gerginlik** gibi psikolojik belirtilerle ilgilidir.

Cevap: A

7. Sibel'in yaklaşık **8 aydır düzenli olarak uyarıcı madde kullanması**, ardından maddeyi bıraktıktan **yaklaşık 24 saat sonra baş ağrısı, yorgunluk, odaklanma güçlüğü, sinirlilik ve uykusuzluk** gibi belirtiler yaşaması dikkat çekmektedir. Bu belirtilerin **maddenin bırakılmasından kısa süre sonra ortaya çıkması** ve kişinin bu rahatsızlık nedeniyle **yeniden kullanmayı düşünmeye başlaması** DSM-5'te tanımlanan **madde kesilme (yoksunluk) belirtilerine** karşılık gelir. **Madde kesilme (yoksunluk) belirtileri**, DSM-5'e göre uzun süreli veya yoğun madde kullanımından sonra **maddenin azaltılması ya da bırakılmasıyla ortaya çıkan fizyolojik ve psikolojik belirtiler** ile karakterizedir ve çoğu zaman kişiyi maddeyi yeniden kullanmaya yönleltebilir. **Tolerans gelişiminde** aynı etkiyi elde etmek için **giderek daha yüksek miktarda madde kullanma gereksinimi** ortaya çıkar. **Psikolojik bağımlılık**, maddenin oluşturduğu **haz veya rahatlama nedeniyle güçlü kullanım isteği** duyulmasını ifade eder ancak doğrudan kesilme belirtilerini açıklar.

maz. **Maddeye bağlı psikotik bozuklukta sanrı veya halüsinasyon** gibi psikotik belirtiler görülür. **Davranışsal bağımlılık** ise kumar veya internet kullanımı gibi **madde dışı davranışlara yönelik bağımlılığı** ifade eder.

Cevap: B

8. Ali Bey'de son bir yıl içinde **ev adresini unutma, aynı soruları tekrar etme, alışverişte eşyaları karıştırma, banka hesabını yönetememe, faturaları ödeyememe, yakın akrabaları karıştırma ve kapıyı açık bırakma** gibi belirtiler ortaya çıkmıştır. Ayrıca **bellek, yürütücü işlevler ve dikkat alanlarında belirgin bilişsel bozulma** nöropsikolojik testlerle gösterilmiş ve **günlük işlevsellikte bariz düşüş** gözlenmiştir. Bu tablo DSM-5'te tanımlanan **demans** ile uyumludur. **Demans**, DSM-5 sınıflamasında **major nörobilişsel bozukluk** olarak adlandırılır ve **bellek, dikkat, yürütücü işlevler veya öğrenme** gibi bir ya da daha fazla bilişsel alanda belirgin gerileme ile birlikte **bireyin günlük yaşam aktivitelerinde bağımsızlığının azalması** ile tanımlanır. **Hafif nörobilişsel bozuklukta** bilişsel gerileme vardır ancak **bireyin günlük işlevselliği büyük ölçüde korunur**. **Deliryum** ise **akut başlangıçlı, dalgalı seyirli ve çoğunlukla bilinç ve dikkat bozukluğu** ile karakterizedir. **Yaşlanmaya bağlı normal unutkanlıkta** günlük yaşamı ciddi biçimde bozan bilişsel kayıplar beklenmez. **Depresyonda** ise bilişsel yakınmalar olabilir ancak tablo temel olarak **depresif duygu durum** ile ilişkilidir ve nörobilişsel gerileme bu düzeyde kalıcı değildir.

Cevap: B

9. Baran başlangıçta **bir fincan kahve içtiğinde kendini dinç ve motive hissettiğini**, ancak zamanla **aynı etkiyi elde edebilmek için iki ve üç fincan kahve içmeye başladığını**, daha sonra da **daha sert kahvelere yöneldiğini** ifade etmektedir. Bu durum kişinin aynı uyarıcı etkiyi yaşayabilmek için **giderek daha fazla miktarda madde kullanma ihtiyacı duyması** ile karakterizedir. DSM-5'e göre bu tablo **tolerans gelişimi**ne karşılık gelir. **Tolerans gelişimi**, bir maddenin tekrar eden kullanımına bağlı olarak **aynı etkiyi elde etmek için daha yüksek miktarlara ihtiyaç**

duyulması veya aynı miktarın giderek daha az etki göstermesi şeklinde tanımlanır. **Psikolojik bağımlılıkta** kişi maddenin sağladığı **haz veya rahatlatma nedeniyle güçlü bir kullanım isteği** duyar. **Yoksunluk belirtisi** ve **kesilme**, maddenin bırakılmasından sonra ortaya çıkan **fizyolojik veya psikolojik rahatsızlık belirtilerini** ifade eder. **Entoksikasyon** ise maddenin alınmasından sonra ortaya çıkan **akut etkiler ve davranış değişiklikleri** ile ilişkilidir.

Cevap: C

10. Melis'in partide alkol aldıktan **kısa süre sonra konuşmasının yavaşlaması, dengesini kaybetmesi, bulanık görme yaşaması ve bilinç düzeyinde azalma** göstermesi dikkat çekmektedir. Ayrıca hastanede yapılan değerlendirmede **vücut sıvılarında yüksek düzeyde alkol saptanması** bu belirtilerin alkol alımından hemen sonra ortaya çıkan **akut fizyolojik ve davranışsal etkiler** olduğunu göstermektedir. DSM-5'e göre bu tablo **alkol entoksikasyonudur**. **Alkol entoksikasyonu**, kısa sürede alınan alkolün merkezi sinir sistemi üzerinde oluşturduğu etkiler sonucunda **konuşma bozulması, koordinasyon kaybı, dengesizlik, dikkat ve bilinç düzeyinde azalma** gibi belirtilerin ortaya çıkmasıyla tanımlanır. **Alkol yoksunluğu**, uzun süreli kullanım sonrasında alkol bırakıldığında gelişen **titreme, terleme, huzursuzluk gibi belirtiler** ile karakterizedir. **Alkol bağımlılığı** kronik ve kontrol kaybıyla seyreden bir **alkol kullanım bozukluğu** tablosunu ifade eder. **Alkol toleransı**, aynı etkiyi elde etmek için **giderek daha fazla alkol tüketme ihtiyacı** ile açıklanır. **Alkol halüsinasyonu** ise alkol kullanımına bağlı gelişen **algı bozukluklarını** ifade eder.

Cevap: A

11. Emine Hanım'ın ameliyat sonrası **2. günde aniden gelişen yer ve zaman yöneliminde bozulma, hemşireleri tanıyamama, gece uykusuzluk ve huzursuzluk, yatağından kalkma isteği** gibi belirtiler göstermesi dikkat çekmektedir. Bu belirtilerin **akut başlangıçlı olması**, hastanede yatış ve ameliyat gibi **tıbbi bir durum sonrasında ortaya çıkması ve bilinç ile dikkat düzeyinde belirgin**

dalgalanmalar göstermesi DSM-5'te tanımlanan **deliryum** tablosuna işaret eder. **Deliryum**, DSM-5'e göre **saatler ya da günler içinde gelişen, dikkat ve farkındalıkta bozulma ile karakterize, genellikle tıbbi bir durum, cerrahi girişim veya metabolik sorunlara bağlı ortaya çıkan akut nörobilişsel bozukluktur**. Vakada ayrıca **böbrek fonksiyonlarında geçici bozulma** gibi bir tıbbi etkenin bulunması da bu tabloyu desteklemektedir. **Majör nörobilişsel bozukluk (Alzheimer tipi)** genellikle **yavaş ve ilerleyici başlangıçlıdır**, akut gelişmez. **Psikotik bozukluk** ve **geç başlangıçlı şizofreni** daha çok **sanrı ve halüsinasyon** gibi psikotik belirtilerle tanımlanır. **Hafif nörobilişsel bozuklukta** ise bilişsel gerileme vardır ancak **akut başlangıç ve belirgin bilinç dalgalanmaları** beklenmez.

Cevap: B

12. Adem'in lise yıllarından itibaren **başkalarının eşyalarını çalma**, sık sık kavga etme, yalan söyleme ve kuralları ihlal etme gibi davranışlar sergilediği, ayrıca bu davranışlardan **hiçbir suçluluk duymadığı** belirtilmektedir. Yetişkinlik döneminde de düzenli bir iş sürdürememesi ve çalma davranışının devam etmesi, başkalarının haklarını hiçe sayan kalıcı bir davranış örüntüsünü göstermektedir. DSM-5'e göre bu tablo **antisosyal kişilik bozukluğuna** karşılık gelir. Antisosyal kişilik bozukluğu, başkalarının haklarını sürekli ihlal etme, aldatıcı davranışlar, saldırganlık, sorumsuzluk ve yapılan davranışlardan pişmanlık duymama gibi özelliklerle tanımlanan bir kişilik örüntüsüdür ve genellikle ergenlik döneminde başlayan davranım sorunlarının yetişkinlikte devam etmesiyle ilişkilidir. **Sınırdaki kişilik bozukluğunda** temel özellik duygusal dalgalanmalar, yoğun terk edilme korkusu ve ilişkilerde istikrarsızlıktır. **Narsistik kişilik bozukluğu** büyüklük duyguları ve aşırı hayranlık ihtiyacı ile karakterizedir. **Histriyonik kişilik bozukluğunda** birey ilgi odağı olma ve dramatik davranışlar sergileme eğilimindedir. **Çekingen kişilik bozukluğu** ise sosyal yetersizlik duygusu ve eleştirilme korkusu nedeniyle sosyal ortamlardan kaçınma ile tanımlanır.

Cevap: C

13. Nejla'nın **yetersizlik duyguları**, başkalarının kendisi hakkında düşündüklerine karşı **aşırı duyarlılık göstermesi** ve bu nedenle **iş yerindeki ve sosyal ortamlardaki etkinliklerden kaçınması** dikkat çekmektedir. Bu özellikler kişinin **eleştirilme veya reddedilme korkusu nedeniyle sosyal ortamlardan uzak durması** ile karakterize bir örüntüyü göstermektedir. DSM-5'e göre bu tablo **çekingen kişilik bozukluğuyla** açıklanır. Çekingen kişilik bozukluğu, bireyin **yetersizlik duyguları, eleştirilme ve olumsuz değerlendirilme korkusu** ve buna bağlı olarak **sosyal ilişkilerden kaçınma eğilimi** göstermesiyle tanımlanan bir kişilik örüntüsüdür. **Dissosiyatif amnezi** bireyin önemli kişisel bilgileri hatırlayamaması ile karakterizedir. **Antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını ihlal etme ve kuralları çiğneme davranışlarıyla ilişkilidir. **Sınırdaki kişilik bozukluğunda** duygusal dalgalanmalar ve terk edilme korkusu ön plandadır. **Bağımlı kişilik bozukluğunda** ise birey başkalarına aşırı derecede bağımlı olma ve kendi başına karar verememe eğilimi gösterir.

Cevap: E

14. Soruda Osman'ın **kişilerarası ilişkilerinde, benlik imajında ve duygularında yaygın bir istikrarsızlık** yaşadığı ve zaman zaman **kendine zarar verici davranışlar (jiletleme)** sergilediği belirtilmektedir. Bu özellikler DSM-5'te tanımlanan **sınırdaki kişilik bozukluğunu** düşündürür. **Sınırdaki kişilik bozukluğu**, bireyin kişilerarası ilişkilerinde, benlik algısında ve duygulanımında belirgin **istikrarsızlık**, yoğun duygusal dalgalanmalar, **dürtüsel davranışlar** ve **kendine zarar verme davranışları** ile karakterize bir kişilik örüntüsüdür. **Antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını ihlal etme ve kuralları çiğneme davranışlarıyla tanımlanır. **Bağımlı kişilik bozukluğunda** birey başkalarına aşırı derecede bağımlı olma ve kendi başına karar verememe eğilimi gösterir. **Özsever kişilik bozukluğu** büyüklük duyguları ve aşırı hayranlık ihtiyacı ile karakterizedir. **Histriyonik kişilik bozukluğunda** ise ilgi odağı olma isteği ve dramatik davranışlar ön plandadır.

Cevap: C

15. Bağımlı kişilik örüntüsünde birey kendisini **yetersiz ve güçsüz** görme eğilimindedir ve yaşamını sürdürebilmek için **başkalarına ihtiyaç duyduğunu** düşünür. Bu nedenle "**Başkaları olmadan yaşayamam**", "**Kendime güvenemem**", "**Ben değersiz biriyim**" ve "**Sorumluluk üstlenemem**" gibi düşünceler bağımlı kişilik yapısında sık görülen bilişsel örneklerdir; kişi karar verme, sorumluluk alma ve tek başına hareket etme konusunda kendisini yetersiz görür. Buna karşılık "**Herkesin ilgisini çekmeliyim**" düşüncesi daha çok **histriyonik kişilik bozukluğunda** görülen, ilgi odağı olma ve dikkat çekme ihtiyacını yansıtan bir bilişsel örüntüdür ve bağımlı kişilik bozukluğunun tipik düşünceleri arasında yer almaz.

Cevap: D

1. Ferhunde'nin bulunduğu sosyal ortamlarda **ilgi-nin kendi üzerinde toplanmasını istemesi**, dikkat çekmediğinde rahatsızlık duyması, **abartılı ve dikkat çekici giyinmesi** ve **baştan çıkarıcı davranışlar sergilemesi** dikkat çekmektedir. Bu özellikler bireyin sürekli **ilgi odağı olma ihtiyacı** ve dikkat çekmeye yönelik dramatik davranışlarıyla tanımlanan bir kişilik örüntüsünü göstermektedir. DSM-5'e göre bu tablo **histriyonik kişilik bozukluğuyla** açıklanır. Histriyonik kişilik bozukluğu, bireyin **sürekli ilgi odağı olma isteği**, duygularını **abartılı ve teatral biçimde ifade etmesi**, **baştan çıkarıcı veya uygunsuz derecede çekici davranışlar** sergilemesi ve dikkat çekmeye yönelik davranışlar göstermesi ile karakterizedir. **Narsisistik kişilik bozukluğu** büyüklük duyguları ve hayranlık ihtiyacı ile tanımlanır. **Sınırdaki kişilik bozukluğunda** duygusal dalgalanmalar ve ilişkilerde istikrarsızlık ön plandadır. **Bağımlı kişilik bozukluğu** başkalarına aşırı bağımlı olma ve karar vermede güçlüklerle ilişkilidir. **Şizoid kişilik bozukluğu** ise sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal soğukluk ile karakterizedir.

Cevap: B

2. **Narsisistik kişilik örüntüsünde** birey kendisini **aşırı derecede önemli ve üstün görme**, başkalarından **hayranlık bekleme** ve diğer insanların duygularına karşı **empati eksikliği** gösterme eğilimindedir. DSM-5'e göre **narsisistik kişilik bozukluğunda** görülen başlıca özellikler arasında **büyükleme benlik algısı**, **sınırsız başarı**, **güç veya üstünlük fantezileri**, **empati yoksunluğu** ve **kibirli ya da kendini beğenmiş tutumlar** yer alır. Buna karşılık **sorumluluk üstlenmeme** narsisistik kişilik bozukluğunun temel tanı ölçütleri arasında yer almaz; bu özellik daha çok **antisosyal kişilik bozukluğunda** görülen sorumsuzluk davranışıyla ilişkilidir. Bu nedenle seçenekler içinde narsisistik kişilik bozukluğu için aranmayan belirti sorumluluk üstlenmemedir.

Cevap: E

3. Selim'in **sosyal ilişkilerden uzak durması**, **yakın ilişkilerden kaçınması** ve insanlara karşı **duygularını ifade etmekte zorlanması** dikkat çekmektedir. Bu özellikler bireyin sosyal ilişkilerden belirgin biçimde uzak durduğu ve duygusal ifade açısından sınırlı kaldığı bir kişilik örüntüsünü göstermektedir. DSM-5'e göre bu tablo **şizoid kişilik bozukluğuyla** açıklanır. Şizoid kişilik bozukluğu, bireyin **yakın ilişkilere ilgi duymaması**, çoğu etkinliği **yalnız yapmayı tercih etmesi**, sosyal ortamlardan uzak durması ve **duygusal ifadede sınırlılık** göstermesi ile tanımlanır. **Sınırdaki kişilik bozukluğunda** kişilerarası ilişkilerde yoğun dalgalanmalar ve dürtüsel davranışlar görülür. **Paranoid kişilik bozukluğu** başkalarına karşı sürekli kuşkuculuk ve güvensizlik ile karakterizedir. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** sosyal ilişkilerde zorlukla birlikte **tuhaf düşünceler ve algısal yaşıntılar** ön plandadır. **Antisosyal kişilik bozukluğu** ise başkalarının haklarını ihlal etme ve kuralları çiğneme davranışlarıyla ilişkilidir.

Cevap: A

4. Soruda Orkun'un öğretmenlere, okul yöneticilerine ve ailesine karşı **işbirliğinden kaçınma**, **meydan okuma**, **itaatsiz ve düşmanca davranışlar** sergilediği belirtilmektedir. Bununla birlikte **ciddi antisosyal ihlallerin bulunmadığı** özellikle vurgulanmıştır. Bu özellikler otorite figürlerine karşı **sürekli tartışma**, **karşı gelme ve düşmanca tutumlar** ile tanımlanan bir davranış örüntüsünü göstermektedir. DSM-5'e göre bu tablo **karşı gelme bozukluğuyla** açıklanır. Karşı gelme bozukluğu, özellikle **otorite figürlerine karşı öfkeli**, **tartışmacı ve meydan okuyucu davranışların** süreklilik göstermesiyle karakterizedir ve genellikle çocukluk ya da ergenlik döneminde ortaya çıkar. **Davranım bozukluğunda** ise başkalarının haklarını ihlal eden **saldırganlık**, **hırsızlık veya ciddi kural ihlalleri** gibi daha ağır antisosyal davranışlar görülür. **Rett sendromu** nörogelişimsel bir bozukluk olup motor ve bilişsel gerilemeyle ilişkilidir. **Aralıklı patlayıcı bozukluk** tekrarlayan **ani öfke patlamaları** ile karakterizedir. **Bipolar bozukluk** ise duygu durumunun **manik ve depresif dönemler** arasında dalgalanmasıyla tanımlanır.

Cevap: C

5. Kerem'de stres yaratan durumlarla karşılaştığında **ani ortaya çıkan, kısa süreli öfke patlamaları, sözel saldırganlık ve dürtüsel saldırgan davranışlar** görülmesi dikkat çekmektedir. Bu patlamaların **genellikle kısa sürmesi (30 dakikadan az)** ve belirli bir stres uyaranına karşı **oranısız biçimde ortaya çıkması** önemli bir özelliktir. DSM-5'e göre bu tür **tekrarlayan ve kontrol edilmesi güç öfke patlamaları** ile seyreden tablo **aralıklı patlayıcı bozuklukla** açıklanır. Aralıklı patlayıcı bozukluk, bireyin dürtülerini kontrol etmekte zorlanması sonucunda **tekrarlayan saldırgan davranış patlamaları** göstermesiyle tanımlanan bir bozukluktur ve bu tepkiler çoğu zaman duruma göre **orantısız derecede yoğun** olur. **Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu** dikkat sorunları, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik ile karakterizedir. **Karşıt olma bozukluğunda** ise otorite figürlerine karşı **inatlaşma ve meydan okuma davranışları** ön plandadır. **Otizm** sosyal iletişimde yetersizlik ve sınırlı/tekrarlayıcı davranış örüntüleriyle ilişkilidir. **Rett sendromu** ise erken çocukluk döneminde görülen nörogelişimsel bir bozukluktur.

Cevap: A

6. Ziya'nın **toplumsal normları, kuralları ve yasaları ısrarla hiçe sayması ve başkalarının haklarını ihlal eden davranışlar sergilemesi** dikkat çekmektedir. Bu tür davranışlar yalnızca otoriteye karşı gelme ile sınırlı olmayıp **sosyal kuralların ve başkalarının haklarının ciddi biçimde ihlal edilmesini** içerir. DSM-5'e göre bu özellikler **davranım bozukluğunun** temel belirtilerini oluşturur. Davranım bozukluğu; **saldırganlık, hırsızlık, ciddi kural ihlalleri ve başkalarının haklarını ihlal eden davranışların tekrarlayıcı biçimde görülmesi** ile karakterizedir ve genellikle çocukluk ya da ergenlik döneminde ortaya çıkar. **Aralıklı patlayıcı bozukluk** daha çok ani ve kısa süreli öfke patlamalarıyla ilişkilidir. **Karşıt olma bozukluğunda** otorite figürlerine karşı tartışma ve meydan okuma davranışları görülür ancak ağır hak ihlalleri tipik değildir. **Narsistik kişilik bozukluğu** büyüklük duyguları ve hayranlık ihtiyacı ile tanımlanır. **Yıkıcı davranış bozukluğu** ise genel bir üst başlıktır; soruda tanımlanan özgül tablo davranım bozukluğudur.

Cevap: E

7. Soruda öğrencide **şizofreni** olasılığını doğrulamak için hangi belirtinin gerekli olmadığı sorulmaktadır. DSM-5'e göre şizofreni tanısında temel olarak **gerçeği değerlendirme yetisinde bozulma, sanrılar, halüsinasyonlar, dağınık konuşma veya davranış ve negatif belirtiler** gibi psikoz belirtileri aranır. Bu belirtiler çoğu zaman bireyin **sosyal ve mesleki işlevselliğinde belirgin bozulmaya** yol açabilir ve kişi zamanla **sosyal ortamlardan uzaklaşabilir**. Buna karşılık **panik ataklar**, yoğun korku ve bedensel kaygı belirtileriyle seyreden **panik bozukluk** ile ilişkilidir ve şizofreni tanısı için gerekli bir belirti değildir. Bu nedenle seçenekler içinde şizofreni tanısını doğrulamak için aranması gerekmeyen belirti panik ataklardır.

Cevap: D

8. Psikoz tanısı konulabilmesi için DSM-5'e göre bireyin **gerçeklikle bağının bozulması**, özellikle **sanrılar (gerçek dışı, değiştirilemeyen inançlar)** ve **halüsinasyonlar (gerçekte olmayan algılar)** gibi belirtilerin bulunması gerekir. Bu belirtiler kişinin kültürel ve dinsel bağlamı dışında ortaya çıktığında patolojik kabul edilir. Seçeneklere bakıldığında **Sabri'nin** uzaylıların düşüncelerini izlediğine inanması, **Cemal'in** insanların kulağına mesajlar fısıldadığını söylemesi, **Pelin'in** kafasının içinde Tanrı'nın sesini duyduğunu söylemesi ve **Nilay'ın** televizyondan kendisine dünyayı kurtarması için mesaj gönderildiğine inanması gerçekte bağın bozulduğunu gösteren tipik sanrılar veya halüsinatuvar yaşantılardır. Buna karşılık **Vehbi'nin** son derece **dindar bir kişi olarak Tanrı'nın sesini duyduğunu söylemesi**, kendi **dini inanç sistemi ve kültürel bağlamı içinde değerlendirildiğinde** patolojik bir psikoz belirtisi olarak kabul edilmez. **Bu nedenle psikoz tanısı konulamayacak durum Vehbi'ye aittir.**

Cevap: D

9. Soruda **distimi** kavramının en doğru tanımı sorulmaktadır. DSM-5'te distimi, yani **inatçı depresif bozukluk**, bireyin **uzun süre devam eden ancak majör depresyon kadar şiddetli olmayan depresif duygu durum** yaşamasıyla tanımlanır. Bu bozuklukta depresif belirtiler genellikle **en az 2 yıl boyunca** sürer ve kişi çoğu gün kendini **üzgün, umutsuz veya düşük enerjili** hisseder; ancak belirtiler çoğu zaman majör depresif dönem kadar ağır değildir. Bu nedenle distimi **kronik fakat görece daha hafif şiddette seyreden bir depresyon türü** olarak kabul edilir. **Psikoaktif ilaçlara bağlı hareket bozuklukları** nörolojik yan etkilerle ilişkilidir. **Hızlı ve bağlantısız düşünceler** daha çok manik dönemlerde görülen düşünce uçuşuna işaret eder. **Bipolar bozukluğun belirtiler şiddetlenmeden önceki hali** ya da **bipolar bozukluğun canlılık dönemi** ise manik veya hipomanik durumlarla ilişkilidir ve distimiye tanımlamaz.

Cevap: B

10. Deliryum ve demans karşılaştırılırken en önemli ayırt edici özellik **başlangıç hızıdır**. DSM-5'e göre **deliryum** genellikle **akut başlangıçlıdır**, yani saatler veya günler içinde hızla ortaya çıkar ve dikkat ile farkındalıkta belirgin bozulma görülür. Buna karşılık **demans** (DSM-5'te **major nörobilişsel bozukluk**) çoğunlukla **yavaş, kademeli ve sinsi başlangıçlıdır** ve zaman içinde ilerleyici bir bilişsel gerileme ile seyreder. Bu nedenle tabloda **"Deliryum: başlangıç kademeli ve sinsidir / Demans: hızlıdır"** şeklindeki ifade **doğru değildir**. Çünkü gerçekte durum tam tersidir. Diğer seçeneklerde verilen özellikler genel olarak iki tablo arasındaki klinik farklarla uyumludur: deliryumda süre genellikle kısa ve nedene bağlıdır, düşünme düzensizdir ve algı bozuklukları sık görülebilir. Demansta ise süreç uzun süreli ve ilerleyicidir, bellek ve dil işlevlerinde giderek artan bozulma ortaya çıkar.

Cevap: A

11. Buğra Bey'in eşinin kendisini aldattığına, eşinin ailesinin kendisine **tuzak kurduğuna** ve kendisinden **malını, çocuklarını almaya çalıştıklarına** inandığını ifade etmesi dikkat çekmektedir. Oysa anlatılanların gerçeği yansıtmadığı belirtilmektedir. Bu durum bireyin çevresindeki insanların **kendisine zarar vereceğine veya kendisini kandıracağına yönelik temelsiz ve aşırı kuşkucu düşünceler** geliştirdiğini göstermektedir. DSM-5'e göre bu tür **sürekli güvensizlik, kuşkuculuk ve başkalarının niyetlerini kötüye yorma eğilimi** ile tanımlanan tablo **paranoid kişilik bozukluğuyla** açıklanır. Paranoid kişilik bozukluğunda birey başkalarının davranışlarını çoğu zaman **kendisine yönelik tehdit veya düşmanlık** olarak yorumlar ve çevresindeki kişilere karşı kalıcı bir güvensizlik geliştirir. **Yaygın kaygı bozukluğu** sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygı ile ilişkilidir. **Bağımlı kişilik bozukluğu** başkalarına aşırı derecede bağımlı olma ve karar vermede güçlükle karakterizedir. **Sınırdaki kişilik bozukluğunda** ilişkilerde ve duygularda belirgin istikrarsızlık görülür. **Narsisistik kişilik bozukluğu** ise büyüklük duyguları ve aşırı hayranlık ihtiyacı ile tanımlanır.

Cevap: B

12. Romanda aynı kişinin bazen **Dr. Jekyll**, bazen de **Mr. Hyde** kimliğiyle ortaya çıkması, bireyde **iki farklı kimlik durumunun dönüşümlü olarak davranışı kontrol etmesi** biçiminde anlatılmaktadır. Bu durum kişinin farklı zamanlarda **farklı kimlikler veya kişilik durumları sergilemesi** ile karakterize bir tabloyu betimler. DSM-5'e göre bu özellikler **dissosiyatif kimlik bozukluğuna** karşılık gelir. Dissosiyatif kimlik bozukluğu, bireyde **iki ya da daha fazla ayrı kimlik veya kişilik durumunun bulunması** ve bu kimliklerin zaman zaman davranışı kontrol etmesi ile tanımlanan bir dissosiyatif bozukluktur. **Depersonalizasyon bozukluğunda** kişi kendisini gerçek dışı ya da bedenden kopmuş gibi hisseder. **Derealizasyon bozukluğu** çevrenin gerçek dışı veya sisli algılanması ile ilgilidir. **Dissosiyatif amnezi** önemli kişisel bilgilerin hatırlanamamasıyla karakterizedir. **Dissosiyatif füz** ise kişinin kimliğini unutup başka bir yere gitmesi ve yeni bir kimlik benimsemesiyle ilişkilidir.

Cevap: A

13. Sezin Hanım'ın 6 aydan uzun süredir hemen her gün süren yoğun endişe, huzursuzluk, çabuk yorulma, gerginlik, konsantrasyon güçlüğü, ayrıca çarpıntı, terleme ve mide rahatsızlıkları gibi bedensel belirtiler yaşadığı belirtilmektedir. Bu belirtilerin süreklilik göstermesi ve zamanla toplumsal ve mesleki işlevselliği bozması dikkat çekicidir. DSM-5'e göre bu tür uzun süreli ve kontrol edilmesi güç yaygın endişe ile birlikte görülen bilişsel ve fiziksel belirtiler yaygın kaygı bozukluğunu düşündürür. Yaygın kaygı bozukluğu, bireyin birçok yaşam alanına ilişkin en az 6 ay boyunca süren aşırı kaygı ve endişe yaşaması ve buna huzursuzluk, yorgunluk, kas gerginliği, dikkat güçlüğü gibi belirtilerin eşlik etmesiyle tanımlanır. **Panik bozuklukta** beklenmedik ve ani gelişen panik ataklar görülür. **Özgül fobi** belirli bir nesne veya duruma yönelik yoğun korku ile ilişkilidir. **Sosyal fobi** sosyal ortamlarda değerlendirilme korkusu ile ortaya çıkar. **Travma sonrası stres bozukluğu** ise travmatik bir olay sonrasında gelişen yeniden yaşantılama ve kaçınma belirtileriyle karakterizedir.

Cevap: B

14. Vedat Bey'in kan verme gibi belirli bir durumla karşılaştığında yoğun korku yaşaması ve hatta bazı durumlarda bayılması dikkat çekmektedir. Korkunun belirli bir uyarı ile, yani kan görme veya kan verme durumu ile sınırlı olması bu tabloyu açıklayan temel ipucudur. DSM-5'e göre belirli bir nesne ya da durumla karşılaşıldığında ortaya çıkan yoğun ve orantısız korku, kişinin bu durumdan kaçınmasına veya büyük bir sıkıntı ile katlanmasına yol açıyorsa bu durum **özümlü fobi** kapsamında değerlendirilir. Özümlü fobilerde korku genellikle belirli bir uyarı ile sınırlıdır ve kan-enjeksiyon-yaralanma türünde fobilerde **bayılma tepkisi** görülebilir. **Agorafobi** kaçmanın zor olabileceği ortamlardan korkma ile ilişkilidir. **Sosyal fobi** başkaları tarafından değerlendirilme korkusuyla ortaya çıkar. **Travma sonrası stres bozukluğu** travmatik bir olayın ardından gelişen yeniden yaşantılama ve kaçınma belirtileriyle tanımlanır. **Genel tıbbi duruma bağlı kaygı bozukluğu** ise doğrudan bir tıbbi hastalığın fizyolojik etkileriyle ilişkilidir.

Cevap: C

15. Süleyman Bey'in ciddi bir trafik kazası sonrasında kazayı zihninde tekrar tekrar yaşaması, kazayı hatırlatan durumlardan kaçınması, duygusal tepkisizlik, aşırı uyarılmışlık, tetikte olma ve kolay irkilme gibi belirtiler göstermesi dikkat çekmektedir. Bu belirtiler travmatik bir olaydan sonra ortaya çıkan yeniden yaşantılama, kaçınma ve artmış uyarılmışlık kümelerini içermektedir. DSM-5'e göre bu tür belirtiler **travma sonrası stres bozukluğu** düşündürür. Travma sonrası stres bozukluğu, kişinin gerçek bir ölüm, ciddi yaralanma veya tehdit içeren travmatik bir olayı yaşaması ya da tanık olması sonrasında gelişen; olayın tekrar tekrar hatırlanması, travmayı çağrıştıran uyarılardan kaçınma ve aşırı uyarılmışlık belirtileri ile karakterize bir bozukluktur. **Sosyal fobi** başkaları tarafından değerlendirilme korkusu ile ilişkilidir. **Agorafobi** kaçmanın zor olabileceği ortamlardan korkma ile tanımlanır. **Özümlü fobi** belirli bir nesne veya duruma yönelik yoğun korku ile sınırlıdır. **Obsesif kompulsif bozukluk** ise yineleyici obsesyonlar ve bunlara eşlik eden kompulsif davranışlarla karakterizedir.

Cevap: D

1. Serap Hanım'ın öğrencisinde **şizofreni** olasılığını doğrulayabilmesi için özellikle **psikotik belirtilerin** varlığını gözlemesi gerekir. DSM-5'e göre şizofreni tanısında en temel belirtiler arasında **sanrılar**, **halüsinasyonlar**, **dağınık konuşma**, **dağınık ya da katatonik davranış** ve bazı **negatif belirtiler** yer alır. Bu belirtiler bireyin **gerçeği değerlendirme yetisinde bozulma** yaşadığını gösterir ve tanı açısından belirleyicidir. Seçenekler incelendiğinde **sanrılar**, kişinin gerçekte olmayan ancak güçlü biçimde inandığı düşünceler olup şizofreninin en tipik psikotik belirtilerinden biridir. Buna karşılık **hipokondri** hastalık kaygısı ile ilişkilidir. **Çoğul kişilik** dissosiyatif kimlik bozukluğunu ifade eder. **Psikoseksüel işlev bozuklukları** cinsel işlevlerle ilgilidir. **Panik ataklar** ise kaygı bozuklukları kapsamında değerlendirilir ve şizofreninin tipik tanı ölçütleri arasında yer almaz.

Cevap: A

2. **Obsesyon**, DSM-5'e göre kişinin zihnine **istem dışı gelen, yineleyici ve rahatsız edici düşünce, dürtü veya imgeler** olarak tanımlanır. Kişi bu düşüncelerin anlamsız veya aşırı olduğunu fark eder ancak onları zihninden uzaklaştırmakta zorlanır. Bu nedenle obsesyon en basit biçimde **istenmeyen düşünceler** olarak ifade edilir. **Anlamsız ritüeller** obsesyonları azaltmak amacıyla yapılan davranışları ifade eder ve kompulsyonları tanımlar. **Olmayan sesler duymak** halüsinasyon belirtisidir. **Algı yanılsaması** gerçek bir uyarının yanlış algılanmasıdır. **Panik atak** ise yoğun korku ve bedensel belirtilerle ortaya çıkan ani kaygı nöbetidir.

Cevap: D

3. **Somatizasyon bozukluğu**, bireyin tıbbi olarak yeterince açıklanamayan ya da mevcut bir tıbbi durumla orantısız olan **bedensel belirtiler ve fiziksel yakınmalar** yaşaması ile karakterizedir. Kişi genellikle ağrı, mide-bağırsak sorunları, baş dönmesi veya çeşitli bedensel rahatsızlıklar gibi **fiziksel şikâyetler** dile getirir ve bu belirtiler günlük yaşamını önemli ölçüde etkileyebilir. Bu nedenle somatizasyon bozukluğunun temel özelliği **bedensel yakınmaların ön planda olmasıdır**. **Ruh halinde değişiklikler** daha çok duygu durum bozukluklarıyla ilişkilidir. **Panik ataklar** kaygı bozukluklarında görülür. **Agorafobi** belirli ortamlardan kaçınma korkusuyla ilgilidir. **Yeme davranışındaki değişiklikler** ise yeme bozukluklarının temel özelliğidir.

Cevap: E

4. Kişilik bozuklukları DSM-5'te bireyin **kalıcı ve esnek olmayan davranış örüntüleri** göstermesi, özellikle **kişilerarası ilişkilerde sorunlar yaşaması** ve stresli durumlara **uyumsuz tepkiler vermesi** ile tanımlanır. Bu örüntüler genellikle ergenlik ya da erken yetişkinlik döneminde başlar ve kişinin sosyal, mesleki ve kişilerarası işlevselliğini olumsuz etkiler. Bu nedenle kişilik bozukluklarının en belirgin özelliği **sorunlu sosyal ilişkiler ve strese karşı esnek olmayan uyumsuz tepkiler** göstermektir. **Nöroleptik ilaçlara başarılı cevap** daha çok psikotik bozukluklarla ilişkilidir. **Panik ataklarla birlikte açık alanlardan korkma** agorafobiyi tanımlar. **Asetilkolin eksikliği** nörobilişsel bozukluklarla ilişkilidir. **Serotonin düzeyindeki değişiklikler** ise çeşitli duygu durum ve kaygı bozukluklarında görülebilir.

Cevap: E

5. Ayşen Hanım'ın evden çıktıktan sonra **kapıyı kilitleyip kilitlemediğinden emin olamaması** ve bu nedenle **geri dönerek kapıyı tekrar tekrar kontrol etmesi** dikkat çekmektedir. Bu davranışların **sık tekrarlanması** ve kişinin günlük yaşamında **zaman kaybına yol açması** önemli bir özelliktir. DSM-5'e göre bu tür **tekrarlayıcı kontrol davranışları**, kişinin kaygı veren düşüncelerini azaltmak amacıyla yaptığı **kompulsif davranışlar** olarak değerlendirilir. Bu tablo **obsesif kompulsif bozuklukla** açıklanır. Obsesif kompulsif bozuklukta bireyde **istenmeyen ve yineleyici düşünceler (obsesyonlar)** ortaya çıkar ve kişi bu düşüncelerin yarattığı kaygıyı azaltmak için **tekrarlayıcı davranışlar veya zihinsel eylemler (kompulsiyonlar)** gerçekleştirir; kontrol etme davranışı en sık görülen kompulsiyonlardan biridir. **Narsistik kişilik bozukluğu** büyüklük duyguları ve hayranlık ihtiyacıyla ilişkilidir. **Panik atak bozukluğu** ani yoğun korku nöbetleriyle karakterizedir. **Yaygın kaygı bozukluğu** birçok konuda sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygı ile tanımlanır. **Bipolar bozukluk** ise manik ve depresif dönemlerle seyreden bir duygu durum bozukluğudur.

Cevap: D

6. Nurcan'ın **kalabalık ortamlarda ve halka açık yerlerde yoğun korku ve endişe yaşadığını**, bu durumlarda **panik ataklar ve belirgin kaygı belirtileri** gösterdiğini ifade etmesi dikkat çekmektedir. Korkunun özellikle **açık alanlar, kalabalık yerler ve kaçmanın zor olabileceği ortamlarla** ilişkili olması bu tablonun ayırt edici yönüdür. DSM-5'e göre bu tür durumlarda ortaya çıkan yoğun korku ve kaçınma davranışları **agorafobi** ile açıklanır. Agorafobi, kişinin **kaçmanın zor olabileceğini ya da yardım alamayacağını düşündüğü kalabalık veya açık ortamlarda bulunmaktan korkması** ve bu ortamlardan kaçınmasıyla karakterizedir; bu durumlarda panik belirtileri de görülebilir. **Genel kaygı bozukluğu** birçok yaşam alanına yönelik sürekli kaygı ile ilişkilidir. **Derealizasyon bozukluğu** çevrenin gerçek dışı algılanmasıyla karakterizedir. **Sosyal kaygı bozukluğu** başkaları tarafından değerlendirilme korkusuyla ortaya çıkar. **Bipolar bozukluk** ise manik ve depresif dönemlerle seyreden bir duygu durum bozukluğudur.

Cevap: C

7. Uyum ve davranış bozukluklarını açıklarken farklı kuramsal yaklaşımlar farklı etkenleri ön plana çıkarır. **Davranışçı yaklaşım**, bireyin davranışlarının büyük ölçüde **çevresel koşullanma, pekiştirme ve öğrenme süreçleri** ile şekillendiğini savunur ve bu nedenle **çevrenin etkisini** vurgular. Buna karşılık **bilişsel yaklaşım**, bireyin olayları nasıl algıladığı, yorumladığı ve zihninde nasıl işlediği gibi **zihinsel süreçlerin ve bilişsel değerlendirme**lerin davranış üzerindeki rolünü ön plana çıkarır. Bu nedenle boşluklara sırasıyla **çevrenin** ve **zihinsel süreçlerin** ifadeleri gelmelidir.

Cevap: A

8. Hafıza sorunları özellikle kişinin **kişisel kimliği ve geçmişine ilişkin bilgileri hatırlayamaması** ile karakterize olan dissosiyatif bozukluklarda görülür. **Dissosiyatif füz**, bireyin kimliğine ilişkin önemli bilgileri hatırlayamamasıyla birlikte bazen **ani biçimde bulunduğu yerden uzaklaşması ve yeni bir kimlik benimsemesi** ile tanımlanan bir durumdur. Bu tabloda temel belirti **bellek kaybıdır**. **Obsesif-kompulsif bozukluk** yineleyici düşünceler ve kompulsif davranışlarla ilişkilidir. **Bipolar bozukluk** manik ve depresif dönemlerle seyreden bir duygu durum bozukluğudur. **Sosyal fobi** başkaları tarafından değerlendirilme korkusu ile ortaya çıkar. **Antisosyal kişilik bozukluğu** ise başkalarının haklarını ihlal eden davranış örüntüsü ile karakterizedir.

Cevap: B

9. Bazı ruhsal bozukluklarda bireyin kimlik bütünlüğünde belirgin bir bölünme görülebilir. **Dissosiyatif kimlik bozukluğunda** bireyde **iki ya da daha fazla farklı kimlik veya kişilik durumu** bulunur ve bu kimlikler zaman zaman davranışı kontrol eder. Kişi farklı kimlik durumları arasında geçiş yaşayabilir ve bazı dönemlere ilişkin **bellek boşlukları** da görülebilir. **Şizofreni** psikotik belirtilerle (sanrı, halüsinasyon) karakterizedir. **Depersonalizasyon bozukluğunda** kişi kendisini gerçek dışı ya da bedenden kopmuş gibi hisseder. **Bipolar bozukluk** manik ve depresif dönemlerle seyreden bir duygu durum bozukluğudur. **Majör depresyon** ise yoğun ve sürekli depresif duygu durumla ilişkilidir.

Cevap: C

10. Halüsinasyonlar ve delüzyonlar **psikotik belirtiler** olarak adlandırılır ve bireyin **gerçeklikle bağının bozulduğunu** gösterir. **Halüsinasyon**, gerçekte bir uyarıcı olmadığı halde kişinin **sesler duyması veya görüntüler görmesi** gibi algı yaşantılarıdır. **Delüzyon (sanrı)** ise kişinin gerçeklikle uyumlayan ancak güçlü biçimde inandığı **yanlış ve değiştirilemeyen inançlardır**. DSM-5'e göre bu tür psikotik belirtiler özellikle **şizofrenide** temel ve ayırt edici belirtiler arasında yer alır. **Bipolar bozukluk** ve **majör depresyon** temel olarak duygu durum bozukluklarıdır. **Dissosiyatif kimlik bozukluğu** birden fazla kimlik durumunun varlığıyla ilişkilidir. **Depersonalizasyon bozukluğunda** ise kişi kendisini gerçek dışı ya da bedenden kopmuş gibi hisseder.

Cevap: D

11. Dissosiyatif bozuklukların ortak özelliği bireyin **bilinç, bellek, kimlik veya algı bütünlüğünde bozulma** yaşamasıdır. Bu bozukluklarda kişi zaman zaman **bilinçte veya kimlik algısında ani ve geçici değişimler** yaşayabilir; bu durum kişinin kendisiyle, geçmişle ya da çevresiyle olan psikolojik bütünlüğünün geçici olarak kopmasıyla ilişkilidir. Bu nedenle tüm dissosiyatif bozuklukları kapsayan temel özellik **bilinç veya kimlikte ani geçici değişim** görülmesidir. **Kabul edilemez dürtülerin baskısı** psikanalitik açıklamalarla ilişkilidir. **Çatışan iki kimliğin varlığı** yalnızca **dissosiyatif kimlik bozukluğuna** özgüdür. **Değersizlik ve suçluluk hissi** ile **iştahsızlık ve uyku bozukluğu** ise daha çok depresyon belirtileridir.

Cevap: E

12. Somatoform bozukluklarda (DSM-5'te **somatik belirti ve ilişkili bozukluklar** olarak adlandırılır) bireyde **bedensel yakınmalar ön plandadır**, ancak bu yakınmalar çoğu zaman **tıbbi bir hastalıkla yeterince açıklanamaz** ya da mevcut tıbbi durumla orantısızdır. Kişi çeşitli **ağrı, mide-bağırsak sorunları, baş dönmesi veya bedensel rahatsızlıklar** yaşadığını ifade eder ve bu belirtiler psikolojik etkenlerle yakından ilişkilidir. Bu nedenle somatoform bozukluklarda özellikle **tıbbi kökenli olmaktan çok psikolojik kökenli beden-**

sel yakınmalar görülmesi beklenir. **Öğrenilmiş çaresizlik** daha çok depresyon açıklamalarında kullanılır. **Birden fazla kişilik boyutu** dissosiyatif kimlik bozukluğu ile ilişkilidir. **Yeme bozuklukları** ayrı bir tanı grubudur. **Geleceğe ilişkin umutsuzluk** ise depresyonun tipik belirtilerindendir.

Cevap: C

13. Mustafa Bey'in yemek sırasında **aniden nefes alamadığını hissetmesi, hızlı ve derin nefes alma, ölüm korkusu yaşaması** gibi belirtiler göstermesi dikkat çekmektedir. Bu belirtiler **ani başlayan yoğun korku ve fiziksel kaygı belirtileri** ile karakterizedir ve tipik bir **panik atak** tablosunu düşündürür. DSM-5'e göre panik ataklar; **çarpıntı, nefes darlığı, boğulma hissi, terleme, titreme ve ölme korkusu** gibi belirtilerin aniden ortaya çıkmasıyla tanımlanır ve bu durum **panik bozukluk** kapsamında değerlendirilir. Mustafa Bey'in arkadaşlarının önünde yardım istemekten çekinmesi sosyal kaygıyı düşündürebilse de belirtilerin temel özelliği **ani gelişen yoğun panik belirtileridir**. **Bipolar bozukluk** manik ve depresif dönemlerle seyreder. **Yaygın kaygı bozukluğu** sürekli ve yaygın endişe ile karakterizedir. **Özgül fobi** belirli bir nesne ya da duruma yönelik korkudur. **Sosyal fobi** ise başkaları tarafından değerlendirilme korkusuyla ilişkilidir.

Cevap: A

14. Duygudurum bozukluklarının temel özelliği bireyin **duygudurumunun belirgin biçimde bozulması** ve buna bağlı olarak **duygusal tepkilerinde sorunlar yaşamasıdır**. Bu bozukluklarda kişi bazen **çökkünlük, üzüntü ve ilgi kaybı**, bazen de **aşırı yükselmiş ya da taşkın duygudurum** yaşayabilir; ancak tüm duygudurum bozukluklarında ortak olan nokta **duygusal düzenlemenin bozulmasıdır**. Bu nedenle temel özellik **duygusal tepkilerde problemler** görülmesidir. **Yeme konusunda kontrolsüzlük** yeme bozukluklarının tipik özelliğidir. **Aşırı ve temelsiz özgüven** manik dönemlerde görülebilir ancak tüm duygudurum bozukluklarında bulunmaz. **Sosyal ilişkilerde bozukluk** birçok psikolojik bozuklukta görülebilir fakat **ölgül bir belirti değildir**. **Çökkünlük ve coşku döngüleri** ise özellikle bipolar bozukluk için geçerlidir.

Cevap: D

15. Selen'in hiçbir şeyden zevk alamaması, tüm başarısızlıklardan kendisini sorumlu tutması, yeme ve sosyal etkinliklere ilgisinin azalması ve bazı günler yataktan çıkmak istememesi dikkat çekmektedir. Bu belirtiler ilgi ve haz kaybı (anhedoni), değersizlik veya suçluluk düşünceleri, enerji düşüklüğü ve günlük işlevsellikte azalma gibi depresif belirtileri göstermektedir. DSM-5'e göre bu tür belirtilerin belirli bir süre boyunca devam etmesi **majör depresyon** tanısını düşündürür. Majör depresyon, bireyin **çökkün duygu durumu, ilgi ve zevk kaybı, enerji azalması, suçluluk düşünceleri** ve günlük yaşamda belirgin işlev kaybı yaşamasıyla tanımlanan bir duygu durum bozukluğudur. **Bipolar bozukluk** manik ve depresif dönemlerin birlikte görülmesiyle karakterizedir. **Antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını ihlal eden davranış örüntüsüyle ilişkilidir. **Agorafobi** kaçmanın zor olabileceği ortamlara yönelik korku ile tanımlanır. **Narsistik kişilik bozukluğu** büyüklük duyguları ve hayranlık ihtiyacı ile karakterizedir.

Cevap: E

1. Selma'nın **evden çok nadiren çıkması**, işlerini çoğunlukla **evde yürütmeye çalışması** ve **sinemaya, parka ya da lokantaya gitme düşüncesinin kendisinde yoğun korku yaratması** dikkat çekmektedir. Bu durum kişinin **ev dışında bulunmayı veya açık ve kalabalık ortamlara girmeyi korkutucu bulması** ve bu ortamlardan kaçınmasıyla açıklanır. DSM-5'e göre bu tür kaçınma davranışları **agorafobi** ile uyumludur. **Agorafobi**, bireyin **kaçmanın zor olabileceğini ya da yardım alamayacağını düşündüğü açık alanlar, kalabalık yerler veya ev dışındaki ortamlardan korkması** ve bu nedenle bu ortamlardan kaçınmasıyla karakterizedir. **Obsesif-kompulsif bozukluk** tekrarlayıcı düşünceler ve ritüel davranışlarla ilişkilidir. **Dissosiyatif fügen** kişinin kimliğini unutup başka bir yere gitmesiyle tanımlanır. **Panik bozukluk** beklenmedik panik ataklarla seyreder. **Derealizasyon bozukluğu** ise çevrenin gerçek dışı algılanmasıyla ilişkilidir.

Cevap: C

2. Pelin'in **şarkısının liste başı olacağını ve Grammy kazanacağını söylemesi, pahalı alışverişler yapması, yüksek sesle konuşması ve taşkın davranışlar sergilemesi** gibi belirtiler **taşkın duygu durumu, büyüklük düşünceleri ve dürtüsel davranışlar** ile ilişkilidir. Bu tür belirtiler **manik dönem** özelliklerini düşündürür. Bunun ardından **aşırı suskunlaşması ve içine kapanması** ise duygu durumunun karşı uçta **depresif özelliklere kayabileceğini** göstermektedir. DSM-5'e göre **manik belirtiler ile depresif belirtilerin dönemler hâlinde görülmesi bipolar bozukluk** ile açıklanır. Bipolar bozuklukta bireyde **taşkın veya yükselmiş duygu durumu, aşırı özgüven, konuşkanlık ve riskli davranışlar** görülebilir; bunu izleyen dönemlerde ise **çökkünlük, enerji kaybı ve geri çekilme** gibi depresif belirtiler ortaya çıkabilir. **Majör depresyon** yalnızca depresif belirtilerle seyreder. **Dissosiyatif kimlik bozukluğu** birden fazla kimlik durumunun varlığıyla ilişkilidir. **Mevsimsel duygudurum bozukluğu** belirtilerin mevsimsel değişimlerle ortaya çıkmasıyla tanımlanır. **Mutizm** ise konuşmama davranışı ile karakterizedir.

Cevap: D

3. Ali Bey'in oğluna köpek saldırdıktan sonra yaşadığı olayın ardından **elini kullanamamaya başlaması**, ancak yapılan tıbbi muayenelerde **herhangi bir fiziksel hasarın bulunmaması** dikkat çekmektedir. Bu durum **psikolojik bir çatışma ya da yoğun stres sonrasında ortaya çıkan, nörolojik görünümlü ancak tıbbi olarak açıklanamayan belirtiler** ile karakterizedir. DSM-5'e göre bu tablo **konversiyon bozukluğu** (işlevsel nörolojik belirti bozukluğu) ile açıklanır. Konversiyon bozukluğunda kişi **felç, körlük, konuşma kaybı veya duyu kaybı gibi nörolojik belirtiler** yaşayabilir; fakat yapılan tıbbi değerlendirmelerde bu belirtileri açıklayacak **organik bir neden bulunamaz**. **Hipokondri** kişinin hastalığı olduğuna dair aşırı kaygı duymasıyla ilişkilidir. **Psikosomatik bozukluklarda** ise psikolojik etkenler mevcut bir **fiziksel hastalığı etkiler**. **Şizoid** kişilik bozukluğu sosyal ilişkilerden uzak durma ile karakterizedir. **Obsesif-kompulsif bozukluk** ise yineleyici düşünceler ve ritüel davranışlarla ilişkilidir.

Cevap: A

4. Yakup'un gün boyunca **mikroplar ve kirlerle ilgili düşünceleri zihninden atamaması** dikkat çekmektedir. Bu tür **istemdisi, yineleyici ve rahatsız edici düşünceler** DSM-5'e göre **obsesyon** olarak adlandırılır. Yakup'un bu düşüncelerin yarattığı kaygıyı azaltmak amacıyla **ellerini uzun süre ve tekrar tekrar yıkaması** ise bir **kompulsiyon**, yani kaygıyı azaltmak için yapılan **tekrarlayıcı davranış** örneğidir. Obsesif-kompulsif bozuklukta birey genellikle **obsesyonların yarattığı sıkıntıyı azaltmak için kompulsif davranışlara başvurur**.

Cevap: B

5. Sercan Bey'in ustayla yaşadığı yoğun tartışmanın ardından **olayın ayrıntılarını hatırlayamaması** dikkat çekmektedir. Yaşanan olaydan sonra arabayla iş yerine gitmesine rağmen, **tartışmaya ilişkin belleğinde boşluk oluşması** bu tablonun temel özelliğidir. Bu durum kişinin genellikle **stresli veya travmatik bir olaydan sonra önemli kişisel bilgileri hatırlayamaması** ile karakterizedir. Bu özellikler **dissosiyatif amnezi** ile açıklanır.

Dissosiyatif amnezide birey özellikle **yaşanan olayın belirli bir bölümünü veya tamamını hatırlayamaz**, ancak genel kimlik bilgisi ve günlük işlevleri korunur. **Manik nöbet** taşkın duygu durumu ve aşırı enerji ile ilişkilidir. **Takıntılı düşünce** istemsiz yineleyici düşünceleri ifade eder. **Dissosiyatif füğ** durumunda kişi belleğini kaybetmenin yanında **başka bir yere gitme ve yeni bir kimlik benimseme** davranışı gösterir. **Derealizasyon bozukluğu** ise çevrenin gerçek dışı algılanmasıyla karakterizedir.

Cevap: D

6. Yusuf Bey'in **uyumsuz ve esnek olmayan davranış kalıplarına sahip olması** ve bu nedenle **kişilerarası ilişkilerinde sık sık sorun yaşaması** dikkat çekmektedir. Bu tür davranış örüntüleri bireyin düşünme, duygu ve davranış biçimlerinin **kalıcı, katı ve uyumsuz** olmasıyla ilişkilidir ve genellikle sosyal ilişkilerde belirgin güçlükler yaratır. Bu özellikler **kişilik bozukluklarını** düşündürür. Kişilik bozukluklarında bireyin davranış örüntüleri **uzun süreli, esnek olmayan ve çevresine uyum sağlamada zorlayıcı** bir yapı gösterir. **Şizofreni** psikotik belirtilerle karakterizedir. **Dissosiyatif kimlik bozukluğu** birden fazla kimlik durumunun varlığıyla ilişkilidir. **Dissosiyatif füğ** kişinin kimliğini unutup başka bir yere gitmesiyle tanımlanır. **Obsesif-kompulsif bozukluk** ise yineleyici obsesyon ve kompulsyonlarla karakterizedir.

Cevap: E

7. Necati Bey'in **Ankara'da yaşayan biri olması-na rağmen bir sabah İstanbul'da yabancı bir evde uyanması**, bulunduğu yere nasıl geldiğini hatırlamaması ve yeni işyerinde **kendini farklı bir isimle (Nejat) tanıtmaması** dikkat çekmektedir. Bu durumda kişinin **geçmiş kimliğine ilişkin belleğinde boşluk yaşaması**, başka bir yere gitmesi ve bazen **yeni bir kimlik benimsemesi** söz konusudur. Bu özellikler **dissosiyatif füğ** ile açıklanır. Dissosiyatif füğde birey genellikle **ani biçimde bulunduğu yerden uzaklaşır**, geçmişine ilişkin bazı bilgileri hatırlayamaz ve bazen **yeni bir kimlik ya da yaşam düzeni oluşturabilir**. **Borderline kişilik bozukluğu** kişilerarası ilişkiler-

de ve duygularda istikrarsızlıkla ilişkilidir. **Şizotipal kişilik bozukluğu** tuhaf düşünceler ve sosyal ilişkilerde zorluklarla karakterizedir. **Dissosiyatif kimlik bozukluğu** birden fazla kimlik durumunun varlığıyla tanımlanır. **Narsisistik kişilik bozukluğu** ise büyüklük duyguları ve hayranlık ihtiyacıyla ilişkilidir.

Cevap: A

8. Arda Bey'in **arkadaşlık ve romantik ilişkilerini sürdürmekte zorlanması, kimlik ve yaşam amaçlarında belirsizlik yaşaması, ayrıca yoğun duygudurum dalgalanmaları ve sık öfke patlamaları** göstermesi dikkat çekmektedir. Bunun yanında insanlara önce **aşırı gururlu bir tutumla yaklaşması**, ardından kısa sürede **ilişkisini kesmesi** kişilerarası ilişkilerde belirgin **istikrarsızlık** olduğunu göstermektedir. Bu özellikler **borderline kişilik bozukluğunun** tipik özellikleriyle uyumludur. Borderline kişilik bozukluğunda birey genellikle **kimlik karmaşası, duygusal dalgalanmalar, yoğun ve dengesiz ilişkiler ve öfke kontrolünde güçlük** yaşar. **Şizofreni** psikotik belirtilerle karakterizedir. **Antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını ihlal eden davranışlarla ilişkilidir. **Manik bozukluk** taşkın duygu durumu ve aşırı enerji ile tanımlanır. **Narsisistik kişilik bozukluğu** ise büyüklük duyguları ve hayranlık ihtiyacıyla karakterizedir.

Cevap: C

9. Şeyda'da **yoğun değersizlik duygularının bulunması** dikkat çekmektedir. Değersizlik ve aşırı suçluluk düşünceleri özellikle **depresif tabloların** en belirgin bilişsel belirtilerinden biridir. Bu tür düşünceler genellikle kişinin kendisini yetersiz görmesi, başarısızlıkları abartması ve geleceğe ilişkin karamsarlık yaşamasıyla birlikte ortaya çıkar. Bu nedenle bu belirti öncelikle **majör depresyonu** düşündürür. **Antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını ihlal eden davranış örüntüsüyle ilişkilidir. **Bipolar bozukluk** manik ve depresif dönemlerin dönüşümlü görülmesiyle karakterizedir. **Şizofreni** ve **paranoid şizofreni** ise sanrılar ve halüsinasyonlar gibi psikotik belirtilerle tanımlanır.

Cevap: A

10. Soruda **majör depresyon tanısı konulan bir kişide hangi belirtinin beklenmeyeceği** sorulmaktadır. Majör depresyon tablosunda bireyde genellikle **üzüntü, gündelik etkinliklere karşı isteksizlik (ilgi ve haz kaybı), iştah değişiklikleri ve uyku düzeninde bozulmalar** gibi belirtiler görülür. Bu durum **DSM-5'te majör depresyonun tipik belirtileri** arasında yer alır. Buna karşılık **coşku** yani aşırı yükselmiş duygu durumu depresyonun özelliği değildir; bu belirti daha çok **manik dönemlerde** görülür. **İştahsızlık, üzüntü, uyku düzeninde bozulmalar ve gündelik etkinliklere isteksizlik** majör depresyonla uyumlu belirtilerdir.

Cevap: D

11. Soruda **dissosiyatif bozukluğu en iyi tanımlayan ifade** sorulmaktadır. Dissosiyatif bozukluklarda temel özellik kişinin **bilinç, bellek veya kimlik bütünlüğünde kopmalar yaşamasıdır**. Bu durum **DSM-5'te bilinç, kimlik, bellek ya da algının normal bütünlüğünde bozulma** olarak tanımlanır. Bu nedenle dissosiyatif bozuklukları en iyi açıklayan ifade **bilinç veya kimlikte ani ve geçici bir değişim görülmesidir**. Kişinin **gerçeklikle bağını kaybetmesi** daha çok psikotik bozukluklarla ilişkilidir. **Yeni bir yere gidip yeni bir kimlik alması** ise dissosiyatif bozuklukların özel bir türü olan **dissosiyatif fügeni tanımlar**. **Kişiliğin bilişsel ve duygusal olarak ikiye bölünmesi** doğru bir klinik tanım değildir. **Bir süre üzgün bir süre neşeli olma** ise duygudurum bozukluklarıyla ilişkilidir.

Cevap: E

12. Soruda Süheyl'in **sürekli hareketli olması, sınıf içinde dolaşması, sırasını bekleyememesi ve eşyalarını sık sık kaybetmesi** gibi davranışları anlatılmaktadır. Bu belirtiler çocuğun **dikkatini sürdürmekte zorlandığını**, aynı zamanda **dürtüsel ve aşırı hareketli** davrandığını göstermektedir. Bu tablo **DSM-5'te dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğunun (DEHB)** temel özellikleri arasında yer alır. DEHB'de çocuklarda **dikkat sorunları, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik** görülür ve bu durum sınıf düzenini ve akademik işlevselliği olumsuz etkileyebilir. **Mutizm** konuş-

mama ile karakterizedir. **Özgül öğrenme güçlüğü** okuma, yazma veya matematik gibi akademik alanlarda belirgin güçlüklerle ilişkilidir. **Trikotillomani** kişinin saçını koparma davranışı göstermesidir. **Diskalkuli** ise matematik öğrenme güçlüğünü ifade eder.

Cevap: D

13. Soruda Tekin Bey'in **karıncalanma, uyuşma, hazımsızlık, mide bulantısı ve göğüs sıkıntısı** gibi bedensel yakınmalar yaşadığı, ayrıca **hapşırma veya öksürme gibi basit durumlarda bile sağlığı hakkında aşırı endişe duyduğu ve iki yıldır sürekli sağlığından şikâyet ettiği** belirtilmektedir. Bu durum kişinin bedensel belirtileri ciddi bir hastalığın işareti olarak yorumlayıp **sağlığıyla ilgili sürekli kaygı duyması** ile karakterizedir. Bu tablo **DSM-5'te hastalık kaygısı bozukluğu olarak da adlandırılan hipokondri** ile uyumludur. Hipokondride birey **ciddi bir hastalığı olduğuna ya da olacağına dair yoğun ve sürekli kaygı** yaşar. **Paranoid şizofreni** sanrılar ve halüsinasyonlarla karakterizedir. **Bipolar bozukluk** manik ve depresif dönemlerle seyreder. **Sosyal fobi** başkaları tarafından değerlendirilme korkusu ile ilişkilidir. **Özgül fobi** ise belirli bir nesne ya da duruma yönelik yoğun korkudur.

Cevap: A

14. Soruda Mehtap Hanım'ın **tekrar tekrar ellerini yıkama isteği** olduğu belirtilmektedir. Bu davranış kişinin içsel bir gerginliği azaltmak ya da kaygı verici düşüncelerin etkisini hafifletmek için **tekrarlayıcı biçimde yaptığı davranışları** ifade eder. Bu tür yineleyici davranışlar **kompulsiyon** olarak adlandırılır. Kompulsiyonlar genellikle obsesyonların yarattığı kaygıyı azaltmak amacıyla ortaya çıkar. **Konversiyon** psikolojik çatışmaların bedensel belirtilerle ortaya çıkmasıdır. **Obsesyon** ise kişinin zihnine istem dışı gelen, rahatsız edici düşünceler veya dürtülerdir. **Halüsinasyon** gerçekte olmayan algı yaşantılarıdır. **Delüzyon** ise kişinin gerçeklikle uyuşmayan, değiştirilemeyen yanlış inançlarıdır.

Cevap: A

15. Soruda hastanın **diğer insanların kendisine casusluk yaptığını, onu zehirlemeye çalıştıklarını ve devletin kendisini televizyondan izlediğini** söylediği belirtilmektedir. Bu tür düşünceler kişinin gerçeklikle uyuşmayan, güçlü biçimde inandığı **sanırsal düşünceler** olduğunu gösterir ve özellikle **şüphencilik ve zarar görme düşüncelerinin ön planda olması** dikkat çekicidir. Bu tablo **DSM-5'te tanımlanan şizofreni belirtileriyle uyumludur** ve özellikle **perseküsyon (zulmedilme) sanrılarının baskın olduğu paranoid tip şizofreniyi** düşündürür. **Katatonik şizofreni** daha çok hareket ve davranışlarda belirgin donakalma veya aşırı hareketlilikle ilişkilidir. **Farklılaşmamış şizofreni** belirgin bir alt tip özelliği göstermeyen durumları ifade eder. **Organize olmamış şizofrenide** ise dağınık konuşma ve uygunsuz duygulanım ön plandadır. **Otizm** ise sosyal iletişim ve davranış örüntülerinde erken başlayan gelişimsel bir bozukluktur.

Cevap: B

1. Soruda Arzu Hanım'ın ilişkilerde **reddedilme korkusu** yaşadığı ve bu nedenle **yeni ilişkiler kuramayacağına dair yoğun duygular** hissettiği belirtilmektedir. Kişinin başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği ya da reddedileceği beklentisi nedeniyle sosyal ilişkilerden uzak durması, **çekingeni kişilik bozukluğunun** temel özelliklerinden biridir. Bu bozuklukta bireyler genellikle **yetersizlik duyguları, eleştirilme hassasiyeti ve sosyal ortamlardan kaçınma eğilimi** gösterirler. Sorudaki temel ipucu da kişinin ilişki kurma isteği olmasına rağmen **reddedilme korkusu nedeniyle ilişkilerden kaçınmasıdır**. Diğer seçenekler incelendiğinde **histriyonik kişilik bozukluğu** daha çok **dikkat çekme ve dramatik davranışlarla, narsistik kişilik bozukluğu** **büyüklik duygusu ve hayranlık beklentisiyle, antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını ihlal eden davranışlarla, **bağımlı kişilik bozukluğu** ise **başkalarına aşırı bağımlı olma ve bakım görme gereksinimiyle** tanımlanmaktadır. Bu özellikler soruda verilen tabloyla örtüşmektedir.

Cevap: C

2. Kemal Bey son zamanlarda **sürekli huzursuz ve gergin olması, en küçük eleştiriye tahammül edememesi, basit kararları vermekte zorlanması** ve özellikle işi, ekonomik ve ailevi durumuyla ilgili **yoğun endişeler yaşamaması** gibi belirtiler göstermektedir. Bu belirtiler DSM-5'te tanımlanan **yaygın kaygı bozukluğuna** işaret etmektedir. DSM-5'e göre **yaygın kaygı bozukluğu**, kişinin yaşamının çeşitli alanlarına yönelik **aşırı ve kontrol edilmesi güç kaygı ve endişe yaşamaması**, buna **sürekli gerginlik, huzursuzluk, odaklanma ve karar verme güçlüğü** gibi belirtilerin eşlik etmesiyle tanımlanmaktadır. Soruda kaygının tek bir durumla sınırlı olmayıp iş, ekonomi ve aile gibi birden fazla yaşam alanına yayılması bu tanı için ayırt edici bir ipucu oluşturmaktadır. Diğer seçenekler incelendiğinde **majör depresyon** daha çok **depresif duygudurum ve ilgi kaybı** ile; **fobik bozukluk** belirli bir nesne ya da duruma yönelik **yoğun korku ve kaçınma davranışıyla**; **somatoform bozukluk** psikolojik sıkıntıların **bedensel belirtiler şeklinde yaşanmasıyla**; **panik atak** ise ani başlayan **yoğun korku ve bedensel belirtilerin eşlik ettiği kısa süreli ataklarla** karakterizedir. Bu özellikler soruda verilen tabloyla örtüşmemektedir.

Cevap: D

3. Soruda Ferhunde Hanım'ın **birden bire aklını kaybedeceğinden korktuğu** belirtilmektedir. Bu tür bir korku **panik bozukluğu** göstermektedir. DSM-5'e göre **panik bozukluk**, yineleyici ve beklenmedik panik atakların yaşandığı; bu ataklar sırasında kişinin **kontrolünü kaybedeceği, aklını kaçıracağı ya da öleceği** yönünde yoğun korkular yaşayabildiği bir kaygı bozukluğudur. Panik atak sırasında ortaya çıkan bu felaketleştirici düşünceler bireyin zihinsel kontrolünü kaybedeceğine dair güçlü bir kaygı yaşamamasına yol açabilir. Soruda vurgulanan **aklını kaybedeceği korkusu** da panik ataklarda sık görülen bu düşünce örüntüsüne karşılık gelmektedir. Diğer seçenekler incelendiğinde **özellik fobi** belirli bir nesne ya da duruma yönelik **yoğun ve irrasyonel korku** ile; **sosyal fobi** başkaları tarafından **olumsuz değerlendirilme ve küçük düşme korkusu** ile; **obsesif kompulsif bozukluk** kişinin zihnine istemsiz gelen **obsesyonlar** ve bunların yarattığı kaygıyı azaltmak için yapılan **kompulsiyonlarla**; **somatoform bozukluk** ise psikolojik sıkıntıların **bedensel belirtiler biçiminde yaşanmasıyla** tanımlanmaktadır. Bu özellikler soruda verilen tabloyla örtüşmemektedir.

Cevap: C

4. Soruda **birbirleriyle özdeşleşen iki ya da daha fazla sayıda kimliğin bulunması** durumundan söz edilmektedir. Bu özellik **dissosiyatif kimlik bozukluğunu** göstermektedir. DSM-5'e göre **dissosiyatif kimlik bozukluğu**, bireyin davranışlarını ve bilinç durumunu farklı zamanlarda kontrol eden **iki ya da daha fazla ayrı kimlik ya da kişilik durumunun bulunması** ile tanımlanmaktadır. Bu kimlikler arasında algı, düşünce, duygu ve davranış örüntüleri farklılaşabilir ve zaman zaman bireyin belleğinde boşluklar ya da kopukluklar ortaya çıkabilir. Soruda vurgulanan **birden fazla kimliğin varlığı** bu bozukluğun ayırt edici özelliğidir. Diğer seçeneklere bakıldığında **şizofreni** daha çok **sanrılar, halüsinasyonlar ve düşünce süreçlerindeki bozulmalarla**, **somatoform bozukluk** psikolojik sıkıntıların **bedensel belirtiler şeklinde yaşanmasıyla**, **yaygın kaygı bozukluğu** yaşamın birçok alanına yönelik **sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygıyla**, **narsistik kişilik bozukluğu** ise **büyüklik duygusu ve hayranlık beklentisiyle** tanımlanmaktadır. Bu özellikler soruda belirtilen **birden fazla kimliğin varlığı** ile ilişkili değildir.

Cevap: A

5. Levent ile ilgili verilen bulgular incelendiğinde kişinin **hiçbir suçluluk duygusu hissetmeden dürtüsel biçimde suç oluşturabilecek davranışlar sergilediği** görülmektedir. Bu davranış örüntüsü **antisosyal kişilik bozukluğu** ile uyumludur. DSM-5'te **antisosyal kişilik bozukluğu**, başkalarının haklarını hiçe sayma, **toplumsal kuralları ihlal etme, dürtüsellik, sorumluluk almama** ve yapılan davranışlar sonrasında **pışmanlık ya da suçluluk duymama** gibi özelliklerle tanımlanmaktadır. Soruda özellikle vurgulanan **suçluluk duygusunun bulunmaması** ve **suç içeren davranışların dürtüsel biçimde gerçekleştirilmesi** bu bozukluğun temel özellikleriyle örtüşmektedir. B seçeneğinde yer alan **histriyonik kişilik bozukluğu** daha çok **dikkat çekme isteği, abartılı ve dramatik davranışlar** ile tanımlanır. C seçeneğindeki **borderline kişilik bozukluğu** ise **yoğun duygusal dalgalanmalar, terk edilme korkusu** ve **kararsız kişilerarası ilişkiler** ile ilişkilidir. D seçeneğinde verilen **dissosiyatif amnezi**, kişinin **önemli kişisel bilgileri hatırlayamaması** ile karakterizedir. E seçeneğinde yer alan **derealizasyon bozukluğu** ise bireyin çevresini **gerçek dışı ya da yabancılaşmış gibi algılaması** durumunu ifade eder.

Cevap: A

6. Soruda **asperger bozukluğunun doğru açıklaması** sorulmaktadır. Asperger bozukluğu, DSM-IV'te ayrı bir tanı olarak yer almakla birlikte güncel sınıflandırmalarda **otizm spektrum bozukluğu** içinde değerlendirilmektedir ve genellikle **otizmin daha hafif seyreden bir biçimi** olarak açıklanmaktadır. Bu durumda bireylerde özellikle **sosyal etkileşimde güçlük, sınırlı ilgi alanları ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri** görülebilmektedir. Sayma, ezberleme ya da belirli davranışları tekrar etme gibi **tekrarlayıcı davranışlar** da bu tabloya eşlik edebilir. A seçeneğinde tanımlanan durum **narsisistik kişilik bozukluğunun** temel özelliği olan **abartılı benlik algısı ve üstünlük düşüncelerini**, B seçeneğinde verilen ifade **aşırı suçluluk duygusunu**, C seçeneğindeki açıklama **obsesif kompulsif kişilik bozukluğunda görülen aşırı düzen ve mükemmeliyetçilik eğilimini**, D seçeneği ise **yaygın ve gerçekçi olmayan endişelerin görüldüğü kaygı durumlarını** ifade etmektedir. Asperger bozukluğunu doğru biçimde tanımlayan seçenek **otizmin daha hafif hali olup tekrarlayıcı davranışların görülmesini** vurgulayan seçenektir.

Cevap: E

7. Soruda **sosyal ilişkilerin kopması** ile karakterize edilen bir kişilik bozukluğu sorulmaktadır. Bu özellik **şizoid kişilik bozukluğunu göstermektedir**. DSM-5'e göre **şizoid kişilik bozukluğu**, bireyin **sosyal ilişkilerden uzak durması, yalnızlığı tercih etmesi, duygusal ifade ve yakınlık kurmada belirgin sınırlılık göstermesi** ile tanımlanmaktadır. Bu kişiler genellikle başkalarıyla yakın ilişki kurma isteği duymaz, sosyal ortamlardan kaçınır ve çoğu zaman **toplumsal ilişkilerden kopuk bir yaşam** sürerler. A seçeneğinde yer alan **paranoid kişilik bozukluğu** ise başkalarına karşı **yoğun güvensizlik ve kuşkuculuk** ile karakterizedir. C seçeneğindeki **narsisistik kişilik bozukluğu büyüklük duygusu, hayranlık beklentisi** ve **kendini üstün görme eğilimi** ile ilişkilidir. D seçeneğinde yer alan **borderline kişilik bozukluğu** daha çok **duygusal dalgalanmalar, terk edilme korkusu** ve **kararsız kişilerarası ilişkiler** ile tanımlanır. E seçeneğindeki **histriyonik kişilik bozukluğu** ise **dikkat çekme isteği** ve **abartılı duygusal davranışlar** ile bilinir.

Cevap: B

8. Soruda kişinin bulunduğu ortamlarda **sürekli dikkat çekme isteğinin belirgin olması** vurgulanmaktadır. Bu özellik **histriyonik kişilik bozukluğunu göstermektedir**. DSM-5'e göre **histriyonik kişilik bozukluğu**, bireyin **ilgi odağı olma ihtiyacı, abartılı duygusal tepkiler, dramatik ve dikkat çekici davranışlar** sergilemesiyle tanımlanmaktadır. Bu kişiler çoğu zaman başkalarının ilgisini üzerlerine çekmek ister, dikkat odağı olmadıkları durumlarda rahatsızlık hissedebilirler. A seçeneğinde yer alan **sınırdaki kişilik bozukluğu** daha çok **duygusal dengesizlik, terk edilme korkusu** ve **kararsız kişilerarası ilişkiler** ile ilişkilidir. B seçeneğindeki **antisosyal kişilik bozukluğu** başkalarının haklarını hiçe sayma, **kuralları ihlal etme** ve **suçluluk duymama** gibi özelliklerle tanımlanır. C seçeneğinde verilen **çekingen kişilik bozukluğu** ise **reddedilme korkusu** ve **sosyal ortamlardan kaçınma** ile karakterizedir. E seçeneğinde yer alan **asperger sendromu** ise **sosyal etkileşimde güçlük, sınırlı ilgi alanları** ve **tekrarlayıcı davranış örüntüleri** ile ilişkilidir.

Cevap: D

9. Münevver Hanım'ın **kaygı duyulmasını gerektirmeyen birçok durum hakkında sürekli kaygı yaşaması** dikkat çekmektedir. Bu durum **yaygın kaygı bozukluğunu göstermektedir**. DSM-5'e göre **yaygın kaygı bozukluğu**, kişinin yaşamının farklı alanlarına ilişkin **aşırı ve kontrol edilmesi güç endişe ve kaygı yaşaması** ile tanımlanır. Bu bireyler çoğu zaman günlük olaylar, iş, aile veya sıradan durumlar hakkında bile **sürekli kaygı duyma, gerginlik, huzursuzluk ve zihinsel olarak endişeyi durdurmakta zorlanma** gibi belirtiler gösterebilirler. Soruda vurgulanan **kaygı gerektirmeyen birçok konu hakkında sürekli kaygı yaşama** durumu da bu bozukluğun tipik özelliğidir. A seçeneğinde yer alan **şizofreni** daha çok **sanrılar, halüsinasyonlar ve düşünce süreçlerinde bozulma** ile; B seçeneğindeki **bipolar bozukluk mani ve depresyon dönemlerinin görülmesiyle**; C seçeneğinde verilen **majör depresyon depresif duygudurum ve ilgi kaybı** ile; D seçeneğinde yer alan **travma sonrası stres bozukluğu** ise **travmatik bir olay sonrasında ortaya çıkan yeniden yaşantılama, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık belirtileriyle** tanımlanmaktadır.

Cevap: E

10. Ayşegül'ün büyükannesinin **önceden bildiği tarifleri hatırlayamaması** ve hatta **Ayşegül'ü tanıyamaması** dikkat çekmektedir. Bu durum **demansı göstermektedir**. DSM-5'te demans, güncel sınıflandırmada **majör nörobilişsel bozukluk** olarak adlandırılmakta olup **bellek başta olmak üzere bilişsel işlevlerde belirgin gerileme, önceden öğrenilmiş bilgileri hatırlayamama** ve zamanla **yakınlarını tanımada güçlük yaşama** gibi belirtilerle tanımlanmaktadır. Soruda özellikle **önceden bilinen bilgilerin unutulması ve yakın bir kişiyi tanıyamama** demans için ayırt edici ipuçlarıdır. B seçeneğinde yer alan **deliryum** ise genellikle **ani başlayan bilinç bulanıklığı, dikkat ve farkındalıkta bozulma** ile seyreden ve çoğu zaman tıbbi bir duruma bağlı olarak gelişen geçici bir tablodur. C seçeneğinde verilen **bulimia nervosa** **tıknırcasına yeme atakları ve ardından telafi edici davranışlarla**, D seçeneğindeki **anoreksiya nervosa** ise **aşırı kilo kaybı ve kilo almaktan yoğun korku** ile karakterizedir. E seçeneğinde yer alan **majör depresyon** daha çok **depresif duygudurum, ilgi kaybı ve enerji azalması** ile ilişkilidir.

Cevap: A

11. Soruda anlatılan durumda kişinin **insanların kendisini olumsuz değerlendireceğinden korkması, küçük düşeceğini ve reddedileceğini düşünmesi** ve bu nedenle **kendini odasına kapatarak sosyal ortamlardan uzak durması** gibi belirtiler görülmektedir. Bu tür belirtiler **sosyal kaygı bozukluğuna işaret etmektedir**. DSM-5'e göre **sosyal kaygı bozukluğu**, bireyin başkaları tarafından **olumsuz değerlendirilme, eleştirilme veya küçük düşürülme** korkusu yaşaması ve bu nedenle **sosyal etkileşim gerektiren ortamlardan kaçınma davranışı göstermesi** ile tanımlanmaktadır. Bu kişiler sosyal ortamlarda yoğun kaygı yaşayabileceklerini düşündükleri için zamanla **sosyal etkinliklerden uzaklaşabilir ve kaçınma davranışı geliştirebilirler**. A seçeneğinde yer alan **dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik bozukluğu** daha çok **dikkati sürdürmede güçlük, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik** ile ilişkilidir. B seçeneğinde yer alan **narsistik kişilik bozukluğu** **büyüklik duygusu, hayranlık beklentisi ve kendini üstün görme eğilimi** ile tanımlanmaktadır. D seçeneğindeki **bipolar bozukluk mani ve depresyon dönemlerinin görülmesiyle**, E seçeneğinde verilen **majör depresyon** ise **depresif duygudurum ve ilgi kaybı** ile karakterizedir.

Cevap: C

12. Soruda Zarife'nin **çok zayıf olmasına rağmen kendisini aşırı kilolu görmesi, neredeyse hiç yemek yememesi, buna rağmen sürekli diyet yapması ve ağır egzersizler uygulaması** gibi belirtiler yer almaktadır. Bu belirtiler **anoreksiya nervozaya işaret etmektedir**. DSM-5'e göre **anoreksiya nervoza**, kişinin **kilo almaktan yoğun biçimde korkması, beden algısının bozulması** ve bu nedenle **yemek yemeyi ciddi biçimde kısıtlaması** ile tanımlanan bir yeme bozukluğudur. Bu bireyler çoğu zaman normalden çok zayıf olmalarına rağmen kendilerini **kilolu olarak algılayabilir** ve kilo almamak için **aşırı diyet ya da yoğun egzersiz** gibi davranışlar gösterebilirler. A seçeneğinde yer alan **bulimiya nervoza** ise **tıknırcasına yeme atakları ve ardından kusma, laksatif kullanma veya aşırı egzersiz gibi telafi edici davranışların** görülmesiyle tanımlanır. C seçeneğindeki **bipolar bozukluk mani ve depresyon dönemleriyle**, D seçeneğinde verilen **obsesif kompulsif bozukluk** **obsesyonlar ve kompulsiyonlarla**, E seçeneğinde yer alan **deliryum** ise **bilinç ve dikkat düzeyinde ani bozulmalarla** ilişkilidir.

Cevap: B

13. Soruda oda arkadaşının **odaya her girişinde ve çıkışında lambayı tam 10 kez yakıp söndürmesi** gibi **tekrarlayıcı ve ritüel biçiminde gerçekleştirilen bir davranış** sergilediği belirtilmektedir. Bu tür davranışlar **obsesif kompulsif bozukluğu** göstermektedir. DSM-5'e göre **obsesif kompulsif bozukluk**, kişinin zihnine istemsiz biçimde gelen **obsesyonların** yarattığı kaygıyı azaltmak amacıyla belirli davranışları **tekrar tekrar yapması** ile tanımlanır. Bu tekrar eden davranışlara **kompulsiyon** adı verilir ve çoğu zaman sayma, kontrol etme veya belirli eylemleri belli sayıda tekrar etme şeklinde görülebilir. Soruda belirtilen **lambayı belirli bir sayıda tekrar tekrar yakıp söndürme davranışı** da tipik bir kompulsif davranış örneğidir. A seçeneğinde yer alan **dissosiyatif kimlik bozukluğu** birden fazla kimliğin varlığıyla, B seçeneğinde verilen **histriyonik kişilik bozukluğu** **dikkat çekme ve dramatik davranışlarla**, C seçeneğinde yer alan **yaygın kaygı bozukluğu** yaşamın birçok alanına yönelik **sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygı ile**, D seçeneğindeki **bipolar bozukluk** ise **mani ve depresyon dönemleriyle** tanımlanmaktadır.

Cevap: E

14. Soruda Serpil'in **erkeklerle daha çok vakit geçirmesi, onlarla gürüşmesi veya futbol oynaması** ve ayrıca **erkek çocuklarına benzer davranışlar ve giyiniş tarzı sergilemesi** dikkat çekmektedir. Bu davranış örüntüsü **cinsiyetinden hoşnut olmama durumu ile ilişkilendirilmektedir**. Bu durumda birey, biyolojik olarak sahip olduğu cinsiyet rolüyle kendisini özdeşleştirmekte zorlanabilir ve karşı cinsiyetin davranışlarına, etkinliklerine veya görünümüne yönelme eğilimi gösterebilir. Soruda Serpil'in özellikle **erkeklerle özgü kabul edilen etkinliklere yönelmesi** ve **erkek çocuklarına benzer davranış ve giyim tarzı sergilemesi** bu tabloyu düşündürmektedir. B seçeneğinde yer alan **dissosiyatif bozukluk** bilinç, bellek ve kimlik bütünlüğünde **kopmalar yaşanmasıyla**, C seçeneğindeki **bipolar bozukluk** **mani ve depresyon dönemleriyle**, D seçeneğinde verilen **dissosiyatif fûğ** kişinin **kimliğini unutarak farklı bir yere gitmesi ve yeni bir kimlik benimsemesiyle**, E seçeneğinde yer alan **derealizasyon bozukluğu** ise kişinin çevresini **gerçek dışı veya yabancılaşmış gibi algılamasıyla** tanımlanmaktadır.

Cevap: A

15. Mercan ile ilgili anlatılan durumda özellikle **bir işe yeterince odaklanamaması, verilen görevleri tamamlamakta zorlanması** ve bunun akademik performansına yansiyarak **notlarının düşük olması** dikkat çekmektedir. Bu belirtiler **dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik bozukluğuna** işaret etmektedir. DSM-5'e göre **dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik bozukluğu**, bireyin dikkatini sürdürmede **güçlük yaşamaması, görevleri organize etmekte zorlanması, verilen işleri tamamlamaması** ve bu nedenle özellikle **okul başarısında düşüş yaşamaması** ile tanımlanan nörogelişimsel bir bozukluktur. Soruda Mercan'ın özellikle **odaklanma güclüğü** ve **görevleri yerine getirmede zorlanması** bu bozukluğun temel özellikleriyle örtüşmektedir. A seçeneğinde yer alan **obsesif kompulsif bozukluk** daha çok **obsesyonlar ve bunları azaltmak için yapılan kompulsiyonlarla**, B seçeneğindeki **antisosyal kişilik bozukluğu** **başkalarının haklarını ihlal eden davranışlarla**, D seçeneğinde verilen **bulimiya nervosa** **tıkınırcasına yeme atakları ve telifi edici davranışlarla**, E seçeneğinde yer alan **asperger sendromu** ise **sosyal etkileşimde güçlük ve sınırlı ilgi alanlarıyla** tanımlanmaktadır.

Cevap: C

1. Tuncay'ın anlattıkları incelendiğinde **uykuya dalmakta zorlanması, ilaç kullanmasına rağmen yeterince uyuyamaması ve sabah çok erken saatlerde uyanması** gibi belirtiler görülmektedir. Bu belirtiler **insomniayı göstermektedir. İnsomnia**, bireyin **uykuya dalmakta güçlük yaşaması, uykuyu sürdürmekte zorlanması** ya da **erken uyanıp tekrar uyuyamaması** ile karakterize edilen bir uyku bozukluğudur. Bu durum çoğu zaman kişinin günlük yaşamını etkileyerek yorgunluk, dikkat güçlüğü ve işlevsellikte azalma gibi sorunlara yol açabilir. A seçeneğinde yer alan **piromani** kişinin **yangın çıkarma dürtüsünü kontrol edememesiyle**, C seçeneğinde verilen **demans bellek ve bilişsel işlevlerde ilerleyici bozulma** ile, D seçeneğindeki **derealizasyon bozukluğu** kişinin **çevresini gerçek dışı veya yabancılaşmış gibi algılamasıyla**, E seçeneğinde yer alan **dissosiyatif amnezi** ise **önemli kişisel bilgilerin hatırlanamamasıyla** ilişkilidir.

Cevap: B

2. Kaan'ın **defalarca farklı yerlerde yangın çıkarması**, buna rağmen davranışı için **belirli bir neden göstermemesi** ve özellikle **ateş yakmaktan özel bir zevk aldığını ifade etmesi** dikkat çekmektedir. Bu tür davranışlar **piromaniyi göstermektedir. Piromani**, bireyin **yangın çıkarma dürtüsüne karşı koyamaması**, yangın çıkarmadan önce **gerilim yaşaması** ve yangın çıkarma eylemi sırasında ya da sonrasında **rahatlama veya haz duyması** ile tanımlanan bir dürtü kontrol bozukluğudur. Soruda Kaan'ın yangın çıkarma davranışını tekrar tekrar sergilemesi ve bunu **haz verici bir eylem olarak ifade etmesi** bu bozukluğun ayırt edici özelliğiyle örtüşmektedir. **İnsomnia** ise bir **uyku bozukluğu** olup kişinin **uykuya dalmakta veya uykuyu sürdürmekte zorlanmasıyla** ilişkilidir. **Demans bellek ve diğer bilişsel işlevlerde ilerleyici bozulma** ile karakterizedir. **Trikotillomani** bireyin **saçlarını ya da kıllarını koparma dürtüsüne karşı koyamaması** durumunu ifade eder. **Dissosiyatif füğ** ise kişinin **kimliğini hatırlayamadan bulunduğu yerden uzaklaşması ve yeni bir kimlik benimsemesi** ile ilişkilidir.

Cevap: A

3. Nazlıcan'ın **saçlarını tekrar tekrar çekmesi ve yolması**, bunun sonucunda **başında belirgin saç kayıpları ve kellik alanlarının oluşması** DSM-5'e göre **trikotillomani** ile tanımlanan bir tabloya karşılık gelmektedir. **Trikotillomani**, bireyin **saçlarını veya vücudundaki kılları koparma dürtüsüne karşı koyamaması** ve bu davranışı yineleyici biçimde sürdürmesiyle karakterize edilen bir dürtü kontrol problemidir. Bu davranış zamanla saçlarda seyrelme ya da **bölgesel kellik oluşmasına** yol açabilir. **Piromani** yangın çıkarma dürtüsünün kontrol edilememesiyle ilgili bir bozukluktur. **İnsomnia** ise **uykuya dalma veya uykuyu sürdürmede güçlük** yaşanmasıyla tanımlanan bir uyku bozukluğudur. **Bulimiya nervoza**, **tıkınırcasına yeme atakları** ve sonrasında görülen **telafi edici davranışlarla** ilişkilidir. **Anoreksiya nervoza** ise **kilo almaktan yoğun korku ve yemek yemeyi ciddi biçimde kısıtlama** ile tanımlanan bir yeme bozukluğudur. Bu nedenle sorudaki davranış örüntüsünü en iyi karşılayan seçenek **trikotillomanidir**.

Cevap: D

4. Soruda Mehmet Bey'in **ameliyat sonrası kısa süre içinde ortaya çıkan, zaman zaman çevresini tanıyamama, konuşmaları karıştırma, dikkatini toplamakta zorlanma ve bilinç düzeyinde gün içinde dalgalanmalar yaşama** gibi belirtiler gösterdiği anlatılmaktadır. Bu belirtiler DSM-5'e göre **deliryum** ile uyumludur. **Deliryum**, genellikle tıbbi bir durum, ameliyat veya ilaç etkisi sonrasında ortaya çıkan; **bilinç ve dikkat düzeyinde bozulma, algı ve düşünce süreçlerinde karışıklık** ve özellikle **gün içinde dalgalı seyir gösterme** ile karakterize edilen bir tablodur. Soruda belirtilen **ani başlangıç ve belirtilerin gün içinde değişkenlik göstermesi** deliryumu düşündüren temel özelliklerdir. **Demans** ise çoğunlukla **yavaş ve ilerleyici biçimde gelişen bellek ve bilişsel işlev kaybı** ile ilişkilidir. **Şizofreni** daha çok **sanrılar ve halüsinasyonlar** gibi psikotik belirtilerle tanımlanır. **Majör depresyon** temel olarak **depresif duygudurum ve ilgi kaybı** ile karakterizedir. **Dissosiyatif amnezi** ise kişinin **önemli kişisel bilgileri hatırlayamaması** durumunu ifade eder.

Cevap: B

5. Hatice Hanım'ın **akşam erken saatlerde uyu-
masına rağmen sabah geç saatlere kadar uyu-
ması**, ayrıca **gündüzleri de uzun süre uyumaya
devam etmesi** dikkat çekmektedir. Bu durum kişi-
nin normalden **çok daha uzun süre uyuması ve
gün içinde de uyku ihtiyacı duyması** ile karak-
terize edilen bir tabloyu düşündürmektedir. Bu tür
belirtiler **narkolepsi** kapsamında değerlendirilebi-
len aşırı uyku eğilimini göstermektedir. **Narkolep-
si**, bireyin gün içinde **kontrol edilemeyen uyku
atakları yaşaması** ve yoğun uyku ihtiyacı duyma-
sıyla tanımlanan bir uyku bozukluğudur. Soruda
Hatice Hanım'ın yalnızca gece değil **gündüzleri
de uzun süre uyuması** bu tabloyu desteklemek-
tedir. **İnsomnia** ise tam tersine **uykuya dalmakta
ya da uykuyu sürdürmekte güçlük yaşanması**
ile karakterizedir. **Demans** daha çok **bellek ve bi-
lişsel işlevlerde ilerleyici bozulma** ile ilişkilidir.
Yaygın kaygı bozukluğu yaşamın birçok alanına
yönelik **sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygı**
ile tanımlanır. **Trikotillomani** ise bireyin **saçlarını
veya kıllarını koparma dürtüsünü kontrol ede-
memesi** durumudur.

Cevap: C

6. Soruda Çağrı'nın **farklı zamanlarda bambaşka
kimliklerle ortaya çıkması** ve bu kimliklerin **farklı
duygusal tepkiler göstermesi** önemli bir özellik-
tir. Bu durum, bireyin davranışlarını ve duygula-
rını zaman zaman **farklı kimliklerin kontrol et-
mesi** ile açıklanan bir tabloyu düşündürmektedir.
DSM-5'e göre **dissosiyatif kimlik bozukluğu**,
bireyin içinde **iki ya da daha fazla farklı kimlik
durumunun bulunması** ve bu kimliklerin zaman
zaman kişinin davranışlarını, düşüncelerini ve
duygularını yönlendirmesi ile tanımlanmaktadır.
Soruda Çağrı'nın çevresindeki insanlar tarafından
farklı kimliklerle görülmesi bu bozukluğun ayırt
edici özelliğiyle örtüşmektedir. **Antisosyal kişilik
bozukluğu** başkalarının haklarını ihlal etme ve
suçluluk duymama ile ilişkilidir. **Asperger send-
romu** daha çok **sosyal etkileşimde güçlük ve
sınırlı ilgi alanlarıyla** tanımlanan nörogelişimsel
bir durumdur. **Yaygın kaygı bozukluğu** bireyin
yaşamın birçok alanına yönelik **sürekli ve kont-
rol edilmesi güç kaygı yaşamasıyla** karakteri-
zedir. **Demans** ise **bellek ve bilişsel işlevlerde
ilerleyici bozulma** ile açıklanan bir nörobilişsel
bozukluktur.

Cevap: B

7. Soruda teyzenin farklı zamanlarda **birbirinden
oldukça farklı duygusal durumlar sergiledi-
ği** görülmektedir. Sizin yanınızdayken **neşeli ve
eğlenceli davranması**, buna karşılık annenizin
yanında **çökkün ve mutsuz görünmesi** kişinin
duygu durumunda belirgin değişimler yaşadığını
düşündürmektedir. Bu tür **duygu durum dalga-
lanmaları** psikopatoloji literatüründe **bipolar bo-
zukluk** ile ilişkilendirilmektedir. **Bipolar bozukluk**,
bireyin zaman zaman **taşkın, enerjik ve neşeli
bir ruh hâli (mani)** sergilemesi; zaman zaman
ise **çökkünlük, isteksizlik ve mutsuzluk (dep-
resyon)** yaşaması ile tanımlanan bir duygudurum
bozukluğudur. Soruda anlatılan **bir ortamda ol-
dukça neşeli görünürken başka bir durumda
belirgin biçimde mutsuz olması** bu duygudu-
rum değişkenliğini düşündürmektedir. **Yaygın
kaygı bozukluğu** daha çok **sürekli ve kontrol
edilmesi güç endişe** ile karakterizedir. **Disso-
siyatif amnezi** bireyin **önemli kişisel bilgileri
hatırlayamaması** durumunu ifade eder. **Çoğul
kişilik bozukluğu** ise bireyin içinde **birden fazla
kimliğin bulunması** ile açıklanan bir dissosiyatif
bozukluktur. **Demans** ise **bellek ve diğer bilişsel
işlevlerde ilerleyici bozulma** ile ilişkilidir.

Cevap: D

8. Soruda bir kişide **dağınık konuşma, sosyal ya-
lıtılmışlık, entelektüel işlevlerde bozulma** ve
özellikle **davranışlarının dışsal bir güç tarafın-
dan kontrol edildiği duygusu** gibi belirtilerin gö-
rüldüğü ifade edilmektedir. Bu belirtiler psikopato-
loji literatüründe **şizofreni** ile ilişkilendirilmektedir.
Şizofreni, bireyin düşünce süreçlerinde ve algı-
sında belirgin bozulmaların görüldüğü; **sanrılar**,
dağınık konuşma, sosyal geri çekilme ve ba-
zen kişinin davranışlarının **dış bir güç tarafından
kontrol edildiğine inanması** gibi psikotik belirti-
lerle tanımlanan bir bozukluktur. B seçeneğindeki
demans daha çok **bellek ve bilişsel işlevlerde
ilerleyici gerileme** ile karakterizedir. **Mental re-
tardasyon** (güncel adıyla zihinsel yetersizlik) geli-
şim döneminde ortaya çıkan **entelektüel işlevler-
de sınırlılık ve uyumsal becerilerde yetersizlik**
ile ilişkilidir. **Çoğul kişilik bozukluğu** bireyin için-
de **iki ya da daha fazla kimliğin bulunması** ile
açıklanan dissosiyatif bir bozukluktur. **Majör dep-
resyon** ise temel olarak **depresif duygudurum**,
isteksizlik ve ilgi kaybı ile tanımlanmaktadır.

Cevap: A

9. Soruda danışanda **diğer insanlarla temel iletişim becerilerinde gecikme ve ilgi alanları geliştirmede güçlük** olduğu belirtilmektedir. Bu tür belirtiler **Asperger sendromunu düşündürmektedir. Asperger sendromu**, otizm spektrumunda yer alan bir gelişimsel bozukluk olup bireylerde özellikle **sosyal etkileşim ve iletişim alanında güçlük, sınırlı ve dar ilgi alanları** ve bazen **tekrarlayıcı davranış örüntüleri** ile kendini gösterir. Bu bireyler çoğu zaman başkalarıyla iletişim kurmakta zorlanabilir ve sosyal ilişkiler geliştirmede gecikmeler yaşayabilirler. **Yaygın kaygı bozukluğu** yaşamın birçok alanına yönelik **sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygı** ile karakterizedir. **Obsesif-kompulsif bozukluk obsesyonlar ve kompulsiyonlarla** tanımlanan bir kaygı bozukluğudur. **Mental retardasyon** (zihinsel yetersizlik) **entelektüel işlevlerde genel sınırlılık ve uyumsal becerilerde yetersizlik** ile ilişkilidir. **Piromani** ise kişinin **yangın çıkarma dürtüsünü kontrol edememesi** durumunu ifade eden bir dürtü kontrol bozukluğudur.

Cevap: C

10. Ruh sağlığı yerinde olan bireylerden beklenen bazı temel özellikler vardır. Bu kişiler genellikle **gerçeği doğru biçimde algılayabilen, davranışlarını kontrol edebilen, toplumsal kurallara uyum sağlayabilen ve başkalarının düşünce ve inançlarına saygı gösterebilen** bireylerdir. Bu çerçevede seçenekler incelendiğinde **içinde bulunduğu toplumsal ortamlarda kabul edilebilir davranışlar sergilemek, gerçeği uygun şekilde algılamak, davranış üzerinde gönüllü denetim kurabilmek ve başkalarına karşı hoşgörülü olmak** ruh sağlığı yerinde bireylerde beklenen özellikler arasında yer alır. Buna karşılık **toplumun değerleri ve beklentileri ile sürekli çatışma içinde olmak** ruhsal uyumun göstergesi değildir ve sağlıklı bir ruhsal işleyişle bağdaşmaz. Bu nedenle doğru seçenek toplumla sürekli çatışma durumunu ifade eden seçenektir.

Cevap: E

11. Soruda anormal davranışların **psikodinamik yaklaşıma göre temel nedeni** sorulmaktadır. **Psikodinamik yaklaşım** (Freud'un kuramı ve onu izleyen psikanalitik kuramlar), ruhsal sorunların temelinde **bilinçdışında yer alan çatışmaların** bulunduğunu savunur. Bu yaklaşıma göre bastırılmış dürtüler, çocukluk yaşantıları ve bilinçdışı süreçler yeterince işlenip **bilince çıkarılmadığında** bireyin ruhsal yapısında bütünleşme sağlanamaz ve bu durum anormal davranışların ortaya çıkmasına neden olabilir. Bu nedenle **bilinçdışı malzemenin bilince çıkarılamaması ve bütünleşmenin gerçekleşmemesi** psikodinamik kuramın açıklamasıyla örtüşmektedir. Seçeneklere kuramsal açıdan bakıldığında **yaşam boyu meydana gelen yanlış öğrenmeler** ifadesi **davranışçı kuramın** (Watson, Skinner gibi davranışçı psikologların) anormal davranışları **öğrenme süreçleriyle** açıklayan yaklaşımını yansıtır. **İnsanların kendileri ve çevrelerine ilişkin oluşturdıkları şemalarda çarpıtmaların olması** ise **bilişsel kuramın** (Beck ve Ellis'in bilişsel yaklaşımları) vurguladığı **bilişsel çarpıtmalar ve hatalı düşünme biçimleri** ile ilişkilidir. **Varoluş kaygısı ve ölümle yüzleşme korkusu** açıklaması **varoluşçu yaklaşımın** (Frankl, May gibi düşünürlerin) insanın anlam arayışı ve varoluş kaygısı üzerinde durduğu görüşüyle ilgilidir. **Merkezi sinir sistemi ve kalıtsal ya da patolojik faktörlerin uygunsuzluğu** ise **biyolojik yaklaşımın** anormal davranışları **genetik ve nörolojik faktörlerle** açıklayan görüşünü temsil eder. Bu nedenle psikodinamik yaklaşımın açıklamasını ifade eden doğru seçenek **bilinçdışı süreçlere vurgu yapan** seçenektir.

Cevap: D

12. DSM-5 sınıflandırmasına göre **anksiyete bozuklukları**, bireyde **yoğun korku, kaygı ve buna bağlı kaçınma davranışları** ile karakterize edilen bozuklukları kapsar. Bu grupta **ayrılma kaygısı bozukluğu**, seçici konuşmazlık (selektif mutizm), yaygın (genellenmiş) kaygı bozukluğu ve **panik bozukluğu / panik atak** gibi bozukluklar yer almaktadır. Bu nedenle A seçeneğindeki **ayrılma kaygısı bozukluğu**, C seçeneğindeki **seçici konuşmazlık**, D seçeneğindeki **yaygın kaygı bozukluğu** ve E seçeneğindeki **panik bozukluğu** DSM-5'te **anksiyete bozuklukları kategorisi içinde** değerlendirilir. Buna karşılık **davranım**

bozukluğu, DSM-5'te yıkıcı, dürtü kontrolü ve davranım bozuklukları başlığı altında yer alan bir problemdir ve temel özelliği **toplumsal kural-ları ihlal etme, başkalarının haklarını çiğneme ve saldırgan davranışlar** sergilemesidir. Dolayısıyla bu bozukluk **anksiyete bozuklukları gru-bunda yer almaz.**

Cevap: B

13. Soruda **ayrılık kaygısı bozukluğuna ait olma-yan bir belirti** sorulmaktadır. DSM-5'e göre **ay-rılık kaygısı bozukluğu**, bireyin bağlandığı kişi-lerden ayrılmaya ilişkin **yoğun korku ve kaygı yaşaması** ile karakterizedir. Bu bozuklukta kişi **bağlandığı kişilerden ayrılacağı zaman aşırı tasalanma, onların başına kötü bir şey gelece-ğinden sürekli endişe duyma, onlardan uzak kalacağı durumlara karşı direnç gösterme ve bağlandığı kişiler yanında olmadan uyumak istememe** gibi belirtiler gösterebilir. Ayrıca DSM-5 tanı ölçütlerine göre bu belirtilerin **çocuk ve er-genlerde en az 4 hafta, erişkinlerde ise en az 6 ay** sürmesi gerekir. Bu nedenle A seçeneğinde verilen süre ölçütü ile B, D ve E seçeneklerinde yer alan **ayrılma durumunda aşırı kaygı duyma, bağlandığı kişilerin başına kötü bir şey geleceğinden korkma ve onların yanında olmadan uyumak istememe** gibi ifadeler ayrılık kaygısı bozukluğunun belirtileri arasında yer al-maktadır. Buna karşılık **başkalarının davranışla-rını kötü niyetli olarak yorumlama, kuşkuculuk ve güvensizlik** ise daha çok **paranoid kişilik bozukluğuna** özgü özelliklerdir ve ayrılık kaygısı bozukluğunun tanı ölçütleri arasında bulunmaz.

Cevap: C

14. Elif'in okula gitmek istememesi, bunu **baş ağrı-sı ve mide bulantısı gibi gerekçelerle ifade et-mesi** ve özellikle **okuldayken anne ve babasının başına kötü bir şey geleceğinden korktuğunu söylemesi** ayrılma durumuna yönelik yoğun kay-gıyı düşündürmektedir. DSM-5'e göre **ayrılma kaygısı bozukluğu**, çocuğun bağlandığı kişiler-den ayrılma durumunda **yoğun korku ve kaygı yaşaması**, bu kişilerin başına **hastalık, kaza ya da ölüm gibi kötü olaylar geleceği** konusun-da **aşırı endişe duyması** ve bu nedenle **okula**

gitmek ya da evden ayrılmak istememesi gibi belirtilerle tanımlanmaktadır. Soruda Elif'in okula gitmeye direnç göstermesi ve **anne babasının başına kötü bir şey geleceği düşüncesiyle kaygı yaşaması** bu bozukluğun tipik özellikleriyle örtüşmektedir. **Yaygın kaygı bozukluğu** ya-şamın birçok alanına yönelik **sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygı** ile karakterizedir. **Toplumsal iletişim bozukluğu** bireyin **sosyal iletişim be-cerilerinde yetersizlik yaşaması** ile ilişkilidir. **Sı-nırsız toplumsal katılım bozukluğu** ise özellikle erken çocukluk döneminde görülen **yabancılara karşı aşırı yakın ve çekincesiz davranışlar** ile tanımlanır. **Panik atak ve panik bozukluk** ise **ani başlayan yoğun korku atakları** ile karakterizedir.

Cevap: C

15. Soruda Arda'nın **bazı kişilerle hiç konuşma-ması**, özellikle **öğretmeni ve okul çevresindeki kişilerle iletişim kurmaktan kaçınması**, buna karşılık **aile üyeleri ve yakın akrabalarıyla ko-nuşabilmesi** dikkat çekmektedir. DSM-5'e göre **seçici konuşmazlık (mutizm)**, bireyin konuşma becerisine sahip olmasına rağmen belirli sosyal ortamlarda **sürekli konuşmaması**, buna karşın kendisini rahat hissettiği ortamlarda konuşabil-mesi ile tanımlanan bir kaygı bozukluğudur. Bu çocuklar genellikle **ev ortamında konuşabilir-ken okul gibi sosyal ortamlarda konuşmaktan kaçınırlar**. Soruda Arda'nın ailesiyle konuşabil-mesine rağmen **öğretmeni ve bazı kişilerle ko-nuşmaması**, hatta başlangıçta **hiç konuşmayıp daha sonra çok kısık sesle iletişim kurması** se-çici konuşmazlığın tipik bir özelliğidir. **Sosyal fobi** daha çok **olumsuz değerlendirilme korkusu nedeniyle sosyal ortamlardan kaçınma** ile iliş-kilidir. **Ayrılık kaygısı bozukluğu** çocuğun **bağ-landığı kişilerden ayrılma durumunda yoğun kaygı yaşaması** ile tanımlanır. **Otizm spektrum bozukluğu** ise **sosyal iletişimde genel güçlük-ler ve sınırlı ilgi alanları** ile karakterizedir. **Tepki-sel bağlanma bozukluğu** erken dönemde **bakım verenle güvenli bağ kuramama** ile ilişkilidir.

Cevap: A

1. Osman Bey'in yaşadığı kaygının **belirli bir sosyal durumla**, yani **başkalarının önünde sunum yapma gerekliliğiyle** ortaya çıktığı görülmektedir. Sunum sırasında **rezil olacağına dair düşünceler yaşaması**, bu durumu sürekli zihninde canlandırması, **sunumu hazırlamayı ertelemesi** ve toplantılarda **mecbur kalmadıkça konuşmaktan kaçınması** başkaları tarafından **olumsuz değerlendirilme korkusunu** düşündürmektedir. DSM-5'e göre **sosyal fobi (sosyal kaygı bozukluğu)** bireyin **başkaları tarafından değerlendirileceği sosyal ortamlarda yoğun kaygı yaşaması**, **küçük düşeceği ya da rezil olacağı korkusu taşıması** ve bu tür durumları **kaçınma veya erteleme davranışı göstermesi** ile tanımlanır. Osman Bey'in özellikle **sunum yapma gibi performans gerektiren sosyal durumlarda yoğun kaygı yaşaması** ve yıllardır toplantılarda konuşmaktan kaçınması bu bozukluğun tipik özellikleriyle örtüşmektedir. **Özgül fobi** belirli bir **nesne veya duruma yönelik korku** ile sınırlıdır. **Yaygın kaygı bozukluğu** yaşamın birçok alanına yayılan **sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygı** ile karakterizedir. **Panik bozukluk** ise **ani başlayan yoğun panik atakları** ile ilişkilidir. **Derealizasyon bozukluğu** bireyin çevresini **gerçek dışı ya da yabancılaşmış gibi algılaması** durumunu ifade eder. Bu nedenle Osman Bey'in yaşadığı problem **sosyal fobi** ile açıklanır.

Cevap: D

2. Okan Bey'in özellikle **eşinin ailesi ve arkadaşlarının bulunduğu ortamlarda konuşmaktan kaçınması**, **sorulan sorulara cevap verememesi**, **sessiz kalması** ve **bulunduğu ortamdan bir an önce ayrılmak istemesi** sosyal ortamlarda yaşanan yoğun kaygıyı düşündürmektedir. Bu tür durumlar DSM-5'e göre **sosyal fobi (sosyal kaygı bozukluğu)** ile ilişkilidir. **Sosyal fobi**, bireyin başkaları tarafından **değerlendirileceği sosyal ortamlarda yoğun kaygı yaşaması**, **olumsuz değerlendirilme veya küçük düşme korkusu taşıması** ve bu nedenle sosyal ortamlarda **kaçınma davranışı göstermesi** ile tanımlanan bir kaygı bozukluğudur. Okan Bey'in özellikle **insanların bulunduğu ortamlarda konuşamaması**, **gergin hissetmesi** ve **ortamdan uzaklaşmak istemesi** bu bozukluğun tipik özellikleriyle örtüşmektedir. **Seçici konuşmazlık** daha çok çocukluk

döneminde görülen ve çocuğun belirli ortamlarda konuşmaması ile karakterize edilen bir bozukluktur. **Tourette sendromu** ise **motor ve vokal tiklerin** görülmesi ile tanımlanır. **Yaygın kaygı bozukluğu** bireyin yaşamın birçok alanına yönelik **sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygı yaşaması** ile karakterizedir. **Özgül fobi** ise belirli bir **nesne ya da duruma yönelik yoğun korku** ile ilişkilidir. Bu nedenle anlatılan tablo **sosyal fobi** ile açıklanabilir.

Cevap: C

3. Alev Hanım'ın **asansörde mahsur kaldığı sırada yoğun bir korku ve boğulma hissi yaşaması** ve bu olaydan sonra **asansöre binmekten tamamen kaçınması** dikkat çekmektedir. Yaşanan bu deneyimin ardından kişinin **belirli bir nesneye ya da duruma karşı sürekli korku geliştirmesi ve o durumdan kaçınması** psikopatolojide **ölgül fobi** olarak adlandırılmaktadır. **Özgül fobi**, bireyin belirli bir **nesneye veya duruma (örneğin asansör, yükseklik, hayvan vb.) karşı yoğun korku duyması** ve bu durumdan **ısrarla kaçınması** ile tanımlanan bir kaygı bozukluğudur. Soruda Alev Hanım'ın olaydan sonra **asansörü tamamen kullanmayı bırakması ve altıncı kata her gün merdivenle çıkmayı tercih etmesi** bu kaçınma davranışını göstermektedir. **Panik atak** ani başlayan ve kısa süren yoğun korku ataklarını ifade eder. **Sosyal fobi** başkaları tarafından **değerlendirileceği sosyal ortamlarda yaşanan kaygı** ile ilişkilidir. **Yaygın kaygı bozukluğu** yaşamın birçok alanına yayılan **sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygı** ile karakterizedir. **Agorafobi** ise kişinin **kaçmasının zor olabileceğini düşündüğü ortamlardan (kalabalık yerler, açık alanlar, toplu taşıma vb.) kaçınması** ile ilişkilidir.

Cevap: D

4. Pınar'ın okul ortamında öğretmeni ve arkadaşlarıyla hiç konuşmaması, buna karşılık evde ailesi ve yakın akrabalarıyla akıcı biçimde konuşabilmesi seçici konuşmazlık (mutizm) olarak adlandırılan durumu göstermektedir. Seçici konuşmazlık, DSM-5'e göre çocuğun konuşma becerisine sahip olmasına rağmen belirli sosyal ortamlarda sürekli konuşmaması, buna karşılık kendini rahat ve güvende hissettiği ortamlarda normal biçimde konuşabilmesi ile tanımlanan bir kaygı bozukluğudur. Bu çocuklar genellikle okul gibi sosyal ortamlarda sessiz kalmayı tercih eder, iletişim kurmaktan kaçınır veya isteklerini jest ve işaretlerle ifade ederler. Soruda Pınar'ın sınıfta konuşmaması, teneffüslerde yalnız kalması ve yalnızca işaretlerle iletişim kurması; buna karşılık evde rahat konuşabilmesi bu bozukluğun tipik özellikleriyle örtüşmektedir. Ayrılma kaygısı bozukluğu çocuğun bakım verenlerden ayrılma durumunda yoğun kaygı yaşaması ile ilişkilidir. Özgül fobi belirli bir nesne ya da duruma yönelik yoğun korku ile tanımlanır. Otizm spektrum bozukluğu sosyal iletişimde genel güçlükler ve sınırlı ilgi alanları ile karakterizedir. Tepkisel bağlanma bozukluğu ise erken çocukluk döneminde bakım verenle güvenli bağ kuramama ile ilişkilidir.

Cevap: E

5. Soruda agorafobi tanısı için gerekli olmayan bir özellik sorulmaktadır. Agorafobi, DSM-5'e göre bireyin kaçmanın zor olabileceğini ya da panik benzeri belirtiler yaşadığında yardım alamayacağını düşündüğü ortamlardan korkması ve bu durumlardan kaçınması ile karakterize edilen bir kaygı bozukluğudur. Bu nedenle A seçeneğinde yer alan korku, kaygı ya da kaçınmanın en az 6 ay sürmesi, B seçeneğinde belirtilen kaçmanın zor olabileceği ya da yardım alamayacağı düşüncesi, D seçeneğinde ifade edilen mağaza, sinema gibi kapalı alanlarda bulunmaktan rahatsızlık duyma gibi durumlar agorafobinin tanı özellikleri arasında yer alır. C seçeneğinde belirtilen kişinin tek başına ev dışında bulunmakta zorlanması da agorafobide sık görülen durumlardan biridir. Buna karşılık olumsuz değerlendirilme ya da başkalarının önünde kaygı belirtileri göstermekten korkma durumu sosyal fobi (sosyal kaygı bozukluğu) ile ilişkilidir ve agorafobinin tanı ölçütleri arasında yer almaz.

Cevap: E

6. Şizofrenide görülen belirtilerden sanrı (delüzyon) ve varsanı (halüsinasyon) birbirinden farklı kavramlardır. Sanrı, kişinin gerçeğe uymayan ancak güçlü biçimde inandığı ve mantıklı açıklamalarla değiştirilemeyen yanlış inançları ifade eder. Buna karşılık varsanı (halüsinasyon), ortada gerçek bir uyarın olmadığı halde kişinin bir şeyi görmesi, duyması ya da hissetmesi gibi algı yaşantıları yaşamasıdır. Bu nedenle sanrı yanlış inanç, varsanı ise gerçek olmayan algı olarak tanımlanabilir. Seçenekler incelendiğinde "Bütün teknolojik cihazlar aslında kötü güçlerin kontrolünde ve insanları manipüle ediyorlar." ifadesi gerçeklikle uyummayan bir inanç içerdiği için sanrı örneğidir. "Benim yediklerim aslında kutsal yiyecekler ve bunlar sayesinde ölümsüz olacağım." ifadesi de kişinin kendisine olağanüstü bir özellik atfetmesi nedeniyle sanrıdır. "Herkesin yüzünde aslında bir maske var ve gerçek kimliklerini benden saklıyorlar." düşüncesi de gerçek dışı bir inanç olduğu için sanrı örneği olarak kabul edilir. "Sanki içimde ilahi bir güç var ve bu güç beni yönlendiriyor." ifadesi de kişinin kendisini özel bir güç tarafından yönlendirildiğine inanması nedeniyle sanrıdır. Buna karşılık "Sanki biri sürekli olarak omzuma dokunuyor." ifadesi ortada gerçek bir uyarın olmadan dokunma hissinin algılanması anlamına gelir ve bu durum varsanı (dokunsal halüsinasyon) örneğidir. Dolayısıyla bu seçenek sanrıya örnek değildir.

Cevap: E

7. Nafiz Bey'in anlattığı tabloda **birdenbire ortaya çıkan yoğun korku, kalp çarpıntısı, nefes alamama hissi, terleme, baş dönmesi, mide bulantısı ve ölme ya da kontrolünü kaybetme düşüncesi** gibi belirtiler yer almaktadır. Ayrıca bu belirtilerin **ani biçimde başlaması**, birkaç dakika içinde **yoğunlaşması** ve kısa bir süre sonra **ya-vaş yavaş azalması** dikkat çekmektedir. DSM-5'e göre bu tür belirtiler **panik atak** olarak adlandırılan durumu tanımlar. **Panik atak**, herhangi bir uyarıcı olmaksızın aniden başlayan ve kısa sürede zirveye ulaşan **yoğun korku ya da yoğun rahatsızlık nöbeti** ile karakterizedir; bu sırada **kalp çarpıntısı, nefes darlığı, terleme, baş dönmesi ve ölme ya da delirme korkusu** gibi bedensel ve bilişsel belirtiler görülür. **Aralıklı patlayıcı bozukluk** bireyin **ani öfke patlamaları ve saldırgan davranışlar göstermesi** ile ilişkilidir. **Hiperaktivite bozukluğu** daha çok **dikkat eksikliği, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik** ile karakterizedir. **Yaygın kaygı bozukluğu** yaşamın birçok alanına yönelik **sürekli ve kontrol edilmesi güç kaygı** ile tanımlanır. **Özgül fobi** ise belirli bir **nesne ya da duruma yönelik yoğun korku** ile ilişkilidir. Bu nedenle Nafiz Bey'in yaşadığı tablo **panik atak** ile açıklanır.

Cevap: C

8. Özgül öğrenme bozukluğu olan öğrencilerin öğrenme sürecinde **okuma, yazma veya matematik gibi akademik becerilerde belirgin güçlükler** yaşayabildikleri bilinmektedir. Bu nedenle sınıf öğretmenlerinin öğretim sürecinde **destekleyici ve uyarlayıcı öğretimsel düzenlemeler yapmaları** önerilmektedir. Bu öğrenciler için **yazılı yönergelerin görsellerle desteklenmesi, değerlendirmelerde ek süre verilmesi, öğrenmenin somut ve anlamlı materyallerle desteklenmesi ve karmaşık görevlerin küçük ve yönetilebilir adımlara bölünmesi** öğrenmeyi kolaylaştıran uygun öğretimsel düzenlemelerdir. Buna karşılık özgül öğrenme bozukluğu yaşayan öğrenciler özellikle **okuma alanında güçlük yaşadıkları için sesli okuma çalışmaları onların okuma doğruluğu ve akıcılığını geliştirmede önemli bir destek sağlar**. Bu nedenle öğrencilerin **sesli okuma yerine yalnızca sessiz okuma yapmalarının istenmesi** uygun bir öğretimsel düzenleme değildir.

Cevap: A

9. Stresle ilişkili yaşam olayları değerlendirilirken bazı olaylar **bireyin davranışlarından bağımsız olarak ortaya çıkan olaylar** (bağımsız yaşam olayları), bazıları ise **bireyin davranışlarıyla ilişkili olarak gelişen olaylar** (bağımlı yaşam olayları) olarak sınıflandırılır. **Bağımlı yaşam olayları**, kişinin kendi davranışları, kararları veya tutumlarıyla bağlantılı olarak ortaya çıkan olayları ifade eder. Seçenekler bu açıdan incelendiğinde **binada çıkan yangında eşyalarının zarar görmesi** bireyin kontrolü dışında gelişen bir durumdur ve bağımsız yaşam olayına örnektir. **Babasının rahatsızlanması nedeniyle ailesinin yanına dönmek zorunda kalması** da bireyin kontrolü dışında gerçekleşen bir durumdur. **Okuldan izin alarak bir dönem ara vermesi** bireyin kendi kararı olsa da doğrudan bir olumsuz olayın sonucu değildir. **Ailesinin yanında kaldığı dönemde ödevlerini aksatması** ise yaşanan koşullara bağlı gelişen bir durumdur. Buna karşılık **işe sürekli geç kaldığı için işten çıkarılması** bireyin kendi davranışıyla doğrudan ilişkili bir sonuçtur ve bu nedenle **bağımlı yaşam olayı** olarak değerlendirilir.

Cevap: E

10. Yaşam olayları stres bağlamında ele alınırken olaylar genellikle **bağımlı yaşam olayları ve bağımsız yaşam olayları** olarak sınıflandırılır. **Bağımlı yaşam olayları**, bireyin kendi davranışları, performansı veya kararlarıyla ilişkili olarak ortaya çıkan olaylardır. Buna karşılık **bağımsız yaşam olayları**, bireyin kontrolü dışında gerçekleşen ve kişinin davranışlarından doğrudan etkilenmeyen olaylardır. Seçenekler bu açıdan değerlendirildiğinde **iş görüşmesine geç kaldığı için görüşmeye alınmaması** Yusuf'un kendi davranışıyla ilişkilidir. **Yazılım sınavında düşük puan alması** yeterince hazırlanmamasıyla bağlantılıdır. **Ailesinin yönlendirmesiyle istemediği ilanlara başvurması** aile baskısı ve kişisel tercihlerle ilişkili bir durumdur. **Stajı verilen görevleri yerine getirmekte zorlandığı için bırakması** da bireyin performansına bağlı gelişen bir olaydır. Buna karşılık **yaşadığı şehirde meydana gelen depremin iş planlarını engellemesi** bireyin kontrolü dışında gerçekleşen bir durumdur ve bu nedenle **bağımsız yaşam olayı** olarak değerlendirilir.

Cevap: E

11. **Uygulamalı davranış analizi (UDA)** özel eğitimde sık kullanılan ve davranışın **gözlenmesi, ölçülmesi ve sistematik biçimde değiştirilmesi** üzerine kurulu bilimsel bir yaklaşımdır. Bu yaklaşımda süreç genellikle **hedef davranışın açık ve ölçülebilir biçimde tanımlanması, davranışı artırmak ya da azaltmak için uygun pekiştireçlerin kullanılması, davranışın işlevine göre müdahale planı hazırlanması ve uygulanan müdahalenin etkililiğinin veri toplanarak değerlendirilmesi** gibi aşamalardan oluşur. Bu nedenle **hedef davranışın gözlenebilir ve ölçülebilir şekilde tanımlanması, uygun pekiştireçlerin belirlenmesi, davranışın işlevine dayalı müdahale planı oluşturulması ve müdahalenin veri ile izlenmesi** uygulamalı davranış analizinin temel süreçleri arasında yer alır. Buna karşılık **davranışın gelişimsel özelliklerle ilişkilendirilerek yorumlanması** daha çok **gelişimsel ya da kuramsal değerlendirme yaklaşımlarında** kullanılan bir açıklama biçimidir ve uygulamalı davranış analizinin temel süreçlerinden biri değildir.

Cevap: D

12. Soruda öğretmenin dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan öğrencinin **uygun davranışlarını sistemli biçimde takip ettiği**, bu davranışlar ortaya çıktığında **ödüllendirme yaptığı** ve böylece öğrencinin **dikkatini sürdürme davranışını artırmaya çalıştığı** belirtilmektedir. Uygulamalı davranış analizinde **hedef davranışın ardından ödül, pekiştireç ya da hoş bir uyarın verilerek o davranışın görülme sıklığını artırma süreci olumlu pekiştirme** olarak adlandırılır. Öğretmenin uygun davranışları ödüllendirmesi, davranışın tekrar edilme olasılığını artırmayı amaçladığı için bu süreç **olumlu pekiştirme yoluyla hedef davranışı artırma** örneğidir. **Davranışın işlevsel analizini yapmak** davranışın neden ortaya çıktığını belirlemeye yönelik değerlendirme sürecidir. **Negatif pekiştirme** ya da **olumsuz pekiştirme**, bir davranışın ardından hoş olmayan bir uyarının ortamdaki kaldırılmasıyla davranışın artmasını ifade eder. **Söndürme** ise problem davranışın ardından pekiştireç verilmemesi yoluyla davranışın zamanla azalmasını hedefler. Soruda ise öğretmenin özellikle **uygun davranışı ödüllendirerek artırmaya çalıştığı** vurgulanmaktadır.

Cevap: C

13. **Uygulamalı davranış analizi (UDA)** özel eğitimde kullanılan ve davranışın **gözlenebilir, ölçülebilir ve değiştirilebilir özelliklerine** odaklanan bilimsel bir yaklaşımdır. Bu yaklaşımda davranışlar **somut biçimde tanımlanır**, müdahaleler **veri toplanarak sistematik biçimde değerlendirilir**, hedef davranışlar için **işlevsel analiz yapılır** ve öğrenilen davranışların **farklı ortamlara genellenmesi** hedeflenir. Bu nedenle **davranışların gözlenebilir ve ölçülebilir şekilde tanımlanması, müdahalelerin veri ile değerlendirilmesi, davranışın işlevsel analizinin yapılması ve öğrenilen davranışların genellenmesi** uygulamalı davranış analizinin temel özellikleri arasında yer alır. Buna karşılık **davranışın yalnızca bireyin zihinsel süreçlerine dayanarak açıklanması** davranışçı yaklaşımın temel ilkeleriyle uyumsuz; çünkü uygulamalı davranış analizi **gözlenebilir davranışlara ve çevresel etkenlere** odaklanır.

Cevap: A

14. **Doğal öğretim yöntemi**, özel eğitimde bireyin becerileri **günlük yaşamın doğal akışı içinde** öğrenmesini hedefleyen bir yaklaşımdır. Bu yöntemde öğrenme **doğal ortamlarda**, bireyin **ilgi alanları ve motivasyonları dikkate alınarak** gerçekleştirilir. Öğretmen veya uygulayıcı, ortaya çıkan **doğal öğrenme fırsatlarını fark eder ve bu fırsatları öğretim için kullanır**. Bu nedenle öğrenilen becerilerin **farklı ortamlara ve durumlara genellenmesi** doğal öğretimin önemli amaçlarından biridir. Bu açıdan **öğrenmenin günlük yaşam ortamlarında gerçekleşmesi, öğrencinin ilgi ve motivasyonunun öğretimde merkezi rol oynaması, öğretmenin spontan öğrenme fırsatlarını desteklemesi ve yöntemin sosyal beceri ile iletişim gelişimini desteklemek için kullanılması** doğal öğretim yaklaşımına uygun ifadelerdir. Buna karşılık **öğrenilen becerilerin farklı ortamlara genellenmesinin beklenmesi** doğal öğretim yaklaşımının temel ilkeleriyle çelişir.

Cevap: C

15. Özel eğitimde **doğal öğretim yöntemi**, öğrencinin öğrenmesini **günlük yaşam bağlamında ve doğal etkileşimler içinde** gerçekleştirmeyi amaçlayan bir yaklaşımdır. Bu yöntemde öğrenme fırsatları öğrencinin doğal çevresinde ortaya çıkar ve öğretim öğrencinin **ilgi alanlarına, ihtiyaçlarına ve motivasyonuna göre** düzenlenir. Öğrencinin sosyal etkileşimleri, oyunları ve günlük yaşam etkinlikleri öğretim sürecinin önemli bir parçasıdır. Buna karşılık **yapılandırılmış öğretim** yaklaşımında öğretim süreci öğretmen tarafından önceden planlanır; belirli hedefler doğrultusunda hazırlanmış öğretim planları, yönlendirilmiş etkileşimler ve tekrar-pekiştirme süreçleri kullanılır. Öğrenci çoğunlukla öğretmenin belirlediği adımlar doğrultusunda ilerler ve süreç daha sistematik ve kontrollüdür. Bu nedenle öğrencinin yalnızca yapılandırılmış ve kontrollü ortamlarda çalıştırılması ya da öğrenme sürecinin tamamen öğretmenin yönlendirmesine dayanması doğal öğretim yaklaşımının özellikleri değildir. Doğal öğretimde temel vurgu, öğrencinin **ilgi ve ihtiyaçlarına uygun olarak ortaya çıkan doğal öğrenme fırsatlarının değerlendirilmesidir**.

Cevap: B

1. Soruda öğretmenin, otizm tanısı olan Ali'nin **sevdiği oyuncak araba ile oynadığı sırada iletişim kurmasını teşvik ettiği** bir durum anlatılmaktadır. Etkinlik planlı ve yapılandırılmış bir ders saatinde değil, öğrencinin **doğal oyun etkinliği sırasında ortaya çıkan öğrenme fırsatı kullanılarak** gerçekleştirilmiştir. Bu durum özel eğitim literatüründe **doğal öğretim yaklaşımına** karşılık gelir. Doğal öğretimde öğretim fırsatları öğrencinin günlük etkinlikleri, oyunları ve sosyal etkileşimleri içinde ortaya çıktığında değerlendirilir ve öğrencinin **ilgi alanları öğretim için araç olarak kullanılır**. Doğal öğretim yönteminde beceriler öğrencinin **doğal ortamlarında ve gerçek yaşam bağlamlarında** öğretilir. Öğretmen, öğrencinin ilgisini çeken bir nesneyi ya da etkinliği kullanarak iletişim, sosyal etkileşim veya dil becerilerini geliştirmeye çalışır. Soruda öğretmenin Ali'nin sevdiği oyuncak arabayı kullanarak basit kelimeler söylemesini istemesi, doğal oyun bağlamında iletişim fırsatı yaratması bu yaklaşımın tipik bir örneğidir.

Cevap: E

2. Soruda öğretmenin, otizm tanısı olan Ayşe'nin **sevdiği oyuncak bebekle oynadığı sırada ortaya çıkan iletişim fırsatlarını değerlendirerek konuşmasını teşvik ettiği** bir durum anlatılmaktadır. Etkileşim planlı bir ders saatinde değil, **günlük oyun zamanı içinde ve doğal ortamda** gerçekleşmektedir. Bu tür uygulamalar özel eğitimde **doğal öğretim yaklaşımının** temel özelliklerini yansıtır. Doğal öğretimde öğretmen, öğrencinin ilgi duyduğu etkinlikleri ve doğal etkileşimleri kullanarak **spontan öğrenme fırsatlarını öğretime dönüştürür**. Bu yöntemde öğretim, yapılandırılmış ve katı planlanmış öğretim oturumlarından ziyade **günlük yaşam bağlamlarında** gerçekleşir. Öğrencinin ilgi duyduğu oyuncaklar, oyunlar ve sosyal etkileşimler öğretim fırsatı oluşturur. Soruda öğretmenin Ayşe'nin sevdiği oyuncak bebekle oynadığı sırada basit kelimeler kullanmasını teşvik etmesi, doğal öğretimin tipik bir uygulamasıdır.

Cevap: E

3. Soruda, özgül öğrenme bozukluğu tanısı olan Burak'ın okuma becerilerini geliştirmek için **doğal öğretim yönteminin kullanıldığı** bir öğretim süreci anlatılmaktadır. Öğretmen Burak'ın günlük yaşamındaki etkinlikleri ve ilgi alanlarını dikkate alarak **yemek tarifleri, oyun talimatları ve yol işaretleri gibi gerçek yaşam metinleri** üzerinden okuma becerilerini desteklemektedir. Bu yaklaşım, becerilerin **günlük yaşam bağlamında ve doğal ortamlarda ortaya çıkan fırsatlar kullanılarak öğretilmesi** anlamına gelen doğal öğretim yaklaşımının temel özelliğidir. Soruda ise doğal öğretim yaklaşımına **uygun olmayan** uygulama sorulmaktadır. Doğal öğretimde öğretim fırsatları öğrencinin günlük yaşamı içinde ortaya çıkar; gerçek yaşam materyalleri kullanılır ve öğrencinin ilgi duyduğu bağlamlar öğretime dönüştürülür. Buna karşılık **önceden planlanmış, kuralları sabit, yapılandırılmış ve ezbere dayalı etkinlikler** doğal öğretim yaklaşımının özellikleri arasında yer almaz.

- A) **Burak'ın evde kullandığı yemek tariflerini birlikte okuyup anlamaya çalışmak:** Günlük yaşamda karşılaşılan gerçek bir metnin kullanılması doğal öğretimle uyumludur.
- B) **Burak'a, okuma becerilerini geliştirmek için haftada iki gün sınıfta kurgulanmış ve sabit kurallara sahip ezberletme etkinlikleri yaptırmak:** Bu uygulama yapılandırılmış ve ezbere dayalı öğretimdir; doğal öğretim yaklaşımının özelliklerini yansıtmaz.
- C) **Parkta oynarken karşılaştığı oyun kurallarını birlikte okumak ve anlamak:** Günlük yaşam etkinliği içinde ortaya çıkan metinler kullanıldığı için doğal öğretime uygundur.
- D) **Burak'ın günlük alışverişte ürün etiketlerini okumasını teşvik etmek:** Gerçek yaşam bağlamında okuma fırsatı yaratılması doğal öğretimle uyumludur.
- E) **Okul çıkışında yol tabelalarını birlikte inceleyerek okuma pratiği yapmak:** Doğal ortamda karşılaşılan metinler üzerinden öğretim yapılması doğal öğretim yaklaşımının tipik bir örneğidir.

Cevap: B

4. Soruda, sınıfta **hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan öğrenciler** için yapılabilecek öğretimsel düzenlemelerden hangisinin **uygun olmadığı** sorulmaktadır. Hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan öğrencilerde öğrenme daha yavaş gerçekleşebilir; bu nedenle öğretimde **bireyselleştirme, somut materyal kullanımı, görevlerin küçük basamaklara ayrılması ve tekrar fırsatları** önemli desteklerdir. Etkili öğretim için öğrencilerin bireysel özellikleri ve öğrenme hızları dikkate alınmalıdır. Hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan öğrenciler için öğretim sürecinde görevlerin küçük ve yönetilebilir basamaklara ayrılması, somut materyaller kullanılması, öğrencinin hızına uygun tekrarların yapılması ve gelişim düzeyine uygun hedeflerin belirlenmesi öğrenmeyi kolaylaştıran temel düzenlemelerdir. Buna karşılık tüm öğrencilerin **aynı hızda ve aynı sürede öğrenmesini beklemek**, bireysel farklılıkları göz ardı ettiği için uygun bir öğretimsel düzenleme değildir.

- A) **Karmaşık görevleri basamaklara ayırarak öğretmek:** Zihinsel yetersizliği olan öğrenciler için görev analizinin yapılması öğrenmeyi kolaylaştıran etkili bir öğretim stratejisidir.
- B) **Öğrencinin bireysel öğrenme hızına uygun tekrarlar yapmak:** Öğrenmenin pekişmesi için tekrar fırsatları sunmak ve öğrencinin hızına uyum sağlamak uygun bir düzenlemedir.
- C) **Görevleri somut araçlarla destekleyerek anlatmak:** Somut materyaller ve görsel destekler kavramların anlaşılmasını kolaylaştırır.
- D) **Öğrencinin gelişim düzeyine uygun hedefler belirlemek:** Öğretim hedeflerinin öğrencinin performans düzeyine uygun olması bireyselleştirilmiş öğretimin temelidir.
- E) **Tüm öğrencilerin aynı hızda ve aynı sürede öğrenmesini beklemek:** Öğrenciler arasındaki bireysel farklılıkları dikkate almadığı için uygun bir öğretimsel düzenleme değildir.

Cevap: E

5. Soruda, DSM-5 tanı ölçütlerine göre **alkol kullanımı bozukluğu** ile ilgili verilen ifadelerden **hangisinin yanlış olduğu** sorulmaktadır. **DSM-5'e göre alkol kullanımı bozukluğu tanısı** konulabilmesi için **12 aylık bir dönem** içinde belirlenen ölçütlerden **en az ikisinin görülmesi** gerekir. Bu ölçütler arasında kişinin **alkolü planladığından daha uzun süre ya da daha fazla miktarda kullanması**, alkol kullanımı nedeniyle **sosyal, mesleki ya da eğitsel sorumluluklarını yerine getirmekte zorlanması**, kullanım **azaltıldığında ya da bırakıldığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması** ve kişinin alkolün yol açtığı **fiziksel ya da ruhsal sorunlara rağmen kullanımını sürdürmesi** gibi kriterler yer alır. Dolayısıyla DSM-5'te **tanı alabilmesi için kişinin mutlaka günlük alkol kullanımı olması gerekir** şeklinde bir koşul bulunmamaktadır.

Cevap: A

6. Soruda **dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB)** tanısı almış bir öğrenci için yapılabilecek **öğretimsel düzenlemelerden hangisinin uygun olmadığı** sorulmaktadır. **DSM-5'e göre dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu** tanısında **dikkati sürdürmede güçlük, yönergele-ri takip etmekte zorlanma, görevleri tamamlamama, yerinde duramama, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik** gibi belirtilerin görülmesi gerekir ve bu belirtiler öğrencinin **akademik ve sosyal işlevselliğini olumsuz etkilemelidir**. Bu nedenle sınıf içi düzenlemelerde amaç öğrencinin **dikkatini sürdürebilmesini kolaylaştırmak, davranışlarını yapılandırmak ve öğrenme sürecini desteklemek** olmalıdır. Bu doğrultuda görevlerin **küçük parçalara bölünmesi**, öğrencinin **hareket ihtiyacını karşılamak için kısa fiziksel molalar verilmesi**, **başarıların anında ve somut pekiştiricilerle desteklenmesi** ve öğrencinin **öğretmene yakın bir yerde oturtularak dikkatinin yönlendirilmesi** DEHB olan öğrenciler için uygun düzenlemelerdir. Buna karşılık öğrencinin dikkatinin dağılmasını azaltmak amacıyla **yüksek sesle okuma görevlerinin daha sık verilmesi** uygun bir düzenleme değildir; çünkü DEHB'li öğrencilerde dikkat süresi sınırlı olduğundan bu tür görevlerin artırılması dikkati toparlamak yerine **bilişsel yükü ve dikkat dağınıklığını** artırabilir.

Cevap: D

7. Soruda **özüml öğrenme bozukluğu** tanısı olan **Arda** adlı öğrencinin hem **akademik hem de sosyal uyumunu artırmak** için öğretmene hangi önerilerin daha uygun olacağı sorulmaktadır. **DSM-5'e göre özüml öğrenme bozukluğu** tanısında bireyin özellikle **okuma, yazılı anlatım veya matematik becerilerinde yaşatlarına göre belirgin güçlükler yaşaması**, bu güçlüklerin **akademik işlevselliği olumsuz etkilemesi** ve uygun öğretim desteğine rağmen **sorunların devam etmesi** gibi durumların görülmesi gerekir. Bu nedenle bu öğrencilerle çalışırken amaç yalnızca akademik güçlükleri azaltmak değil, aynı zamanda **özgüvenlerini ve sosyal uyumlarını desteklemektir**. Arda için verilen **birinci öncülde**, sınıf içi sorumlulukların azaltılması önerilmektedir. Ancak öğrencinin sorumluluklarını tamamen azaltmak, kısa vadede başarısızlık hissini azaltıyor gibi görünse de öğrencinin **öğrenme fırsatlarını ve sorumluluk alma becerisini sınırlandırabileceği** için uygun bir yaklaşım değildir. **İkinci öncülde**, Arda'nın güçlü olduğu alanlarda öne çıkarılması önerilmektedir. Bu yaklaşım öğrencinin **özgüvenini artırabilir ve akranlarıyla olumlu sosyal ilişkiler kurmasını destekleyebilir**, bu nedenle uygundur. **Üçüncü öncülde** ise okuma yazma etkinliklerinde birlikte çalışacağı arkadaşların seçiminde Arda'nın tercihi yer verilmesi önerilmektedir. Bu durum öğrencinin **sosyal kabulünü ve sınıf içi katılımını artırabileceği** için uygun bir yaklaşımdır. Bu nedenle **ikinci ve üçüncü öncüller uygun, birinci öncül uygun değildir**.

Cevap: D

8. Soruda **Deniz'in** geceleri uykusunda aniden **çığlık atarak yataktan fırlaması**, korku içinde **etrafına bakması**, **sakinleşmekte zorlanması**, olayların genellikle uykunun ilk bölümünde ortaya çıkması ve sabah bu olayları hatırlaması gibi belirtilerden söz edilmektedir. **DSM-5'e göre uyku terörü** tanısında uykunun ilk üçte birlik bölümünde ani korku ve çığlıkla uyanma, yoğun otonomik uyarılma (korku, çarpıntı, panik hali), kişinin **sakinleştirilmesinin zor olması** ve olay sonrasında **epizodun hatırlanmaması** gibi belirtilerin görülmesi gerekir. Soruda verilen belirtiler bu tabloyla uyumludur. Buna karşılık **kabus bozukluğu** genellikle **REM uykusu sırasında**, yani uykunun daha geç dönemlerinde görülür

ve kişi çoğu zaman **gördüğü korkutucu rüyayı ayrıntılı biçimde hatırlar**. **Uyurgezerlik** ise kişinin uykuda **yürmesi veya otomatik davranışlar sergilemesi** ile karakterizedir; yoğun korku ve çığlık temel belirti değildir. **İnsomnia**, kişinin **uykuya dalmakta veya uykuyu sürdürmekte güçlük yaşaması** durumudur. **Uyku felci** ise kişinin uyanıklık ile uyku arasında **kısa süreli hareket edememe ve konuşamama** yaşadığı bir durumdur. Bu özellikler sorudaki tabloyla örtüşmemektedir. **Cevap uyku terörüdür**.

Cevap: C

9. Soruda **Zeynep'in** neredeyse her gece çok canlı, korkutucu ve rahatsız edici rüyalar görmesi, rüyaların kovalanma veya zarar görme temaları içermesi, rüyadan ter içinde ve kalp çarpıntısıyla uyanması, rüyayı ayrıntılı biçimde hatırlaması ve bunun uyku kalitesini ile gündüz işlevselliğini olumsuz etkilemesi gibi belirtiler anlatılmaktadır. **DSM-5'e göre kabus bozukluğu** tanısında kişinin genellikle **REM uykusu sırasında ortaya çıkan, yoğun korku içeren ve ayrıntılı biçimde hatırlanan rüyalar görmesi**, bu rüyalar nedeniyle **ani ve tam uyanıklıkla uyanması**, sonrasında **korku ve sıkıntı yaşaması** ve bu durumun **uykuya gitmekten kaçınma, uyku kalitesinde düşme veya gündüz işlevselliğinde bozulmaya yol açması** gibi belirtilerin görülmesi gerekir. Soruda verilen belirtiler bu tabloyla uyumludur. Buna karşılık **uyku terörü** genellikle **uykunun ilk bölümünde ortaya çıkar** ve kişi çoğu zaman **yaşanan olayı hatırlamaz**; **uyurgezerlik** uykuda **yürme ve otomatik davranışlarla** karakterizedir; **insomnia** temel olarak **uykuya dalma veya uykuyu sürdürmede güçlük** yaşanmasıyla ilgilidir; **narkolepsi** ise **gündüz aşırı uyku atakları ve katapleksi** gibi belirtilerle seyreder. Bu nedenle sorudaki tablo **kabus bozukluğuna uygundur**.

Cevap: E

10. Soruda **şizofreni ile ilişkili sanrı örneği** sorulmaktadır. **Sanrı**, kişinin gerçeğe uymayan ancak güçlü biçimde inandığı **yanlış inançlar** olarak tanımlanır ve birey bu inancın yanlış olduğuna dair kanıtlara rağmen düşüncesini sürdürür. Soruda verilen **"devletin gizli ajanlarının sürekli olarak kendisini takip ettiği"** inancı, kişinin gerçeklikle uyumlu olmayan ve güçlü biçimde inandığı bir düşüncüyü ifade ettiği için **DSM-5'e göre sanrıya örnektir**. Buna karşılık **kulağında birinin güldüğünü duymak işitsel halüsinasyon, gözünün önünde böcekler görmek görsel halüsinasyon, çürük et kokusu almak koku halüsinasyonu ve dilde ekşi tat hissetmek tat halüsinasyonu** örnekleridir; bunlar **varsanı bozukluklarıdır** ve sanrı değildir.

Cevap: E

11. Soruda **DSM-5'e göre özgül öğrenme bozukluğu tanısı için gerekli olmayan ölçüt** sorulmaktadır. DSM-5'e göre **özgül öğrenme bozukluğu** tanısı konulabilmesi için bireyin **okuma, yazılı anlatım veya matematik becerilerinde yaşıtlarına göre belirgin güçlükler yaşaması**, bu güçlüklerin **hedefe yönelik müdahalelere rağmen en az 6 ay devam etmesi** ve yaşanan güçlüklerin **akademik başarıyı ya da günlük işlevselliği olumsuz etkilemesi** gerekir. Ayrıca bu güçlüklerin **zihinsel yetersizlik, duysal yetersizlik veya yetersiz eğitim fırsatları** ile daha iyi açıklanamaması beklenir. Bu bozukluğun ayırt edici özelliklerinden biri ise bireyin **zeka düzeyinin genellikle normal ya da normalin üzerinde olmasıdır**; yani akademik güçlükler **genel bilişsel yetersizlikten kaynaklanmaz**. Bu nedenle tanı konulabilmesi için bireyin **zeka düzeyinin ortalamanın altında olması gerektiği** ifadesi DSM-5 ölçütleriyle uyumlu değildir.

Cevap: E

12. Soruda Aylin'in **gözlerini kısıma ve başını sürekli sağa sola sallama gibi yineleyici ve istemsiz hareketler yaptığı**, bu hareketleri **kontrol etmekte zorlandığını ifade ettiği** belirtilmektedir. Bu belirtiler **tik bozukluğuna işaret etmektedir**. **DSM-5'e göre tik bozuklukları**, kişinin **ani, hızlı, yineleyici ve ritmik olmayan motor hareketler ya da sesler göstermesi** ile karakterizedir ve bu hareketler çoğu zaman **istemsizdir ve kişi tarafından tam olarak kontrol edilemez**. Buna karşılık **obsesif-kompulsif bozuklukta** bireyde rahatsız edici düşünceler (obsesyonlar) ve bu düşünceleri azaltmak için yapılan yineleyici davranışlar (kompulsiyonlar) görülür; **tıkınırcasına yeme bozukluğu** kontrolsüz yeme ataklarıyla ilişkilidir; **duygusal bozukluk** belirli bir DSM-5 tanı kategorisini ifade etmez; **depresyon** ise çökkün duygu durumu, ilgi kaybı ve enerji azalması gibi belirtilerle karakterizedir.

Cevap: C

13. Soruda kişinin **göz kırpması ve omuz silkmesi gibi motor tikler** ile küfürlü söz söyleme ve boğaz temizleme gibi **vokal tikler** gösterdiği belirtilmektedir. Bu belirtiler **tourette bozukluğuna işaret etmektedir**. DSM-5'e göre **tourette bozukluğu** tanısında bireyde **birden fazla motor tik ve en az bir vokal tiki birlikte bulunması** ve bu tiklerin **en az 1 yıl süreyle devam etmesi** gerekir. Buna karşılık **geçici tik bozukluğunda** tikler bulunmakla birlikte **belirtilerin süresi 1 yıldan kısadır**. **Obsesif-kompulsif bozuklukta** temel özellik, kişinin zihnine istemsiz gelen düşünceler (**obsesyon**) ve bu düşüncelerin yarattığı kaygıyı azaltmak için yapılan yineleyici davranışlardır (**kompulsiyon**); motor ve vokal tikler temel belirti değildir. **Konversiyon bozukluğunda** nörolojik hastalığı andıran ancak tıbbi olarak açıklanamayan **duyu veya motor işlev kayıpları** görülür. **Yaygın anksiyete bozukluğunda** ise kişinin yaşamın birçok alanıyla ilgili **sürekli ve aşırı kaygı yaşaması** temel özelliktir.

Cevap: B

14. Soruda Zeynep'in arkadaşlarının söylediklerini **tekrar etmesi**, bazen bir cümleyi defalarca **söylemesi** ve konuşmalarında **karşılıklılığın olmaması** gibi davranışlar anlatılmaktadır. Bu belirtiler **ekolaliye işaret etmektedir**. Ekolali, kişinin başkalarının söylediği sözcük veya cümleleri **anında ya da gecikmeli olarak tekrar etmesi** ile karakterizedir ve özellikle **otizm spektrum bozukluğu** olan çocuklarda sık görülen bir dil özelliğidir. Buna karşılık **afazi**, beyin hasarına bağlı olarak dil üretimi veya anlama becerilerinin bozulmasıdır. **Disleksi**, okuma becerilerinde yaşanan özgül öğrenme güçlüğüne ifade eder. **Fonolojik bozukluk**, konuşma seslerinin doğru üretilmemesi ile ilgilidir. **Mutizm** ise kişinin konuşma kapasitesi olmasına rağmen belirli ortamlarda **konusmaması** durumudur.

Cevap: A

15. Soruda Oğuz'un **stresli dönemlerde kısa sürede aşırı miktarda yemek tüketmesi**, ardından **yoğun suçluluk ve pişmanlık yaşaması**, ancak **kusma veya başka bir telafi davranışına başvurmaması** ve zamanla **kilosunun artması** gibi belirtiler anlatılmaktadır. Bu belirtiler **tıkınırcasına yeme bozukluğuna işaret etmektedir**. DSM-5'e göre **tıkınırcasına yeme bozukluğunda** kişi kısa sürede normalden çok daha fazla miktarda yemek tüketir ve bu sırada **kontrol kaybı hissi yaşar**. Ataklardan sonra **suçluluk, utanç veya pişmanlık** görülebilir. Ancak **telafi edici davranışlar bulunmaz** ve bu nedenle zamanla **kilo artışı** görülebilir. **Bulimiya nervozada** tıkınırcasına yeme ataklarının ardından **kusma, laksatif kullanımı veya aşırı egzersiz gibi telafi edici davranışlar** bulunur. **Anoreksiya nervozada** kişinin **beden ağırlığı belirgin biçimde düşüktür** ve yoğun **kilo alma korkusu** vardır. **Pika bozukluğunda** kişi **besin değeri olmayan maddeleri (toprak, kireç gibi) yeme davranışı gösterir**. **Obsesif kompulsif bozuklukta** ise temel belirtiler **obsesyonlar ve kompulsyonlardır**.

Cevap: C

1. Soruda Damla'nın **evden çıkmadan önce eşyalarını belirli bir sıraya koyma zorunluluğu hissetmesi**, nesneler yerinde değilse **yoğun huzursuzluk yaşaması** ve her şeyin **tam simetrik durması gerektiğini düşünmesi** gibi belirtiler anlatılmaktadır. Bu belirtiler **simetri ve düzen boyutuna işaret etmektedir. DSM-5'e göre obsesif kompulsif bozuklukta** bazı bireylerde nesnelerin **simetrik, düzenli ve belirli bir sıraya göre yerleştirilmesi** gerektiğine dair güçlü bir ihtiyaç görülebilir ve kişi bu düzen bozulduğunda yoğun rahatsızlık hisseder. **Bulaşma ve temizlik boyutunda** kişi mikrop bulaşacağı düşüncesiyle sürekli yıkanma veya temizlik davranışları gösterir. **Dini içerikli obsesyonlarda** günah işleme veya kutsal değerlere saygısızlık yapma düşünceleri görülür. **Birikirme davranışında** kişi değersiz nesneleri bile atmakta zorlanır ve biriktirir. **Cinsel içerikli obsesyonlarda** ise kişiyi rahatsız eden istenmeyen cinsel düşünceler ortaya çıkar.

Cevap: B

2. Soruda Zeynep Hanım'ın yaklaşık **bir yıldır** insanların kendisi hakkında konuştuğunu düşünmesi, bazı **jest ve mimiklerin kendisine gizli mesaj içerdiğine inanması**, televizyon programlarının kendisine **özel mesajlar verdiğini düşünmesi** ve zaman zaman bir **"iç ses" duyduğunu söylemesi** gibi belirtiler anlatılmaktadır. Bu belirtiler **sanrı** (özellikle referans ve paranoid içerikli sanrılar) ve **işitsel halüsinasyonlara** işaret etmektedir. **DSM-5'e göre şizofreni** tanısında sanrılar, halüsinasyonlar ve düşünce içeriğinde bozulma gibi psikotik belirtilerin bulunması ve bu belirtilerin **en az 6 ay süreyle devam etmesi** gerekir. Vakada belirtilerin yaklaşık **1 yıldır sürdüğü** ifade edilmektedir. **Şizofreniform bozuklukta** ise belirtilerin süresi **1 aydan uzun ancak 6 aydan kısadır. Şizoid kişilik bozukluğunda** sosyal ilişkilerden uzak durma ve duygusal kısıtlılık görülür, ancak **psikotik belirtiler bulunmaz. Katatoni**, belirgin **motor hareketsizlik, donakalma veya aşırı motor hareketlilik** ile karakterizedir. **Dissosiyatif kimlik bozukluğunda** ise birden fazla kimlik durumu ve **bellek boşlukları** görülür. Bu nedenle verilen belirtiler öncelikle **paranoid içerikli şizofreni** ile uyumludur.

Cevap: A

3. Soruda Arda Bey'in **peygamber olduğunu düşünmesi ve insanlara mesaj ilettiğini söylemesi** gibi **sanrılar**, bununla birlikte **uykusuzluk, aşırı enerji, para harcama isteğinde artış, dikkatin kolay dağılması ve büyük projelere girişme** gibi **manik belirtiler** ve geçmişte **çökkünlük ile intihar düşüncelerinin bulunduğu depresif dönemler** anlatılmaktadır. Ayrıca psikotik belirtilerin **hem duygudurum dönemlerinde görülmesi hem de zaman zaman duygudurum belirtileri olmadan da devam etmesi** belirtilmiştir. Bu durum **şizoafektif bozukluğa işaret etmektedir. DSM-5'e göre şizoafektif bozukluk**, şizofreni belirtileri (sanrı, halüsinasyon gibi) ile **duygudurum dönemlerinin (manik veya depresif) birlikte görüldüğü ve ayrıca psikotik belirtilerin duygudurum belirtileri olmadan da belirli bir süre devam ettiği bir bozukluktur. Bipolar I bozuklukta** psikotik belirtiler görülebilir ancak genellikle **duygudurum dönemleri ile sınırlıdır. Katatoni** motor hareketsizlik, donakalma veya aşırı motor aktivite gibi belirtilerle karakterizedir. **Depresif bozukluk** çökkün duygu durum ve ilgi kaybı ile ilişkilidir. **Sanrılı bozuklukta** ise sanrılar bulunur ancak belirgin **manik veya depresif dönemler** görülmez.

Cevap: C

4. Soruda Ayşe'nin **yetişkinlere karşı güvensiz davranması, sevgi ve ilgiye direnç göstermesi** ve zaman zaman **öfke patlamaları yaşaması**, ancak **yaşlılarıyla ilişkilerinde belirgin bir sorun görülmemesi** gibi belirtiler anlatılmaktadır. Bu belirtiler **tepkisel bağlanma bozukluğuna işaret etmektedir. DSM-5'e göre tepkisel bağlanma bozukluğu**, erken çocukluk döneminde yetersiz bakım, ihmal veya duygusal yoksunluk gibi durumlara bağlı olarak çocuğun bakım verenlere karşı **çekingen, mesafeli ve güvensiz ilişki örüntüsü geliştirmesi** ile karakterizedir. Buna karşılık **sınırsız toplumsal bağlanma bozukluğunda** çocuk yabancı yetişkinlere karşı **aşırı yakın ve çekincesiz davranır. Travma sonrası stres bozukluğunda** travmatik olaya bağlı yeneden yaşantılama, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık belirtileri görülür. **Sosyal fobide** kişi sosyal ortamlarda yoğun değerlendirilme kaygısı yaşar. **Davranım bozukluğunda** ise başkalarının haklarını ihlal eden saldırganlık, yıkıcılık veya kurallara uymama gibi davranışlar görülür.

Cevap: B

5. Soruda Mesut'un **yemek yedikten kısa süre sonra yediklerini tekrar ağzına getirip yeniden çiğnemesi ve ardından ya tekrar yutması ya da tükürmesi**, bu davranışın **en az bir aydır sürmesi** ve herhangi bir **tıbbi durumla açıklanamaması** anlatılmaktadır. Bu belirtiler **ruminasyon bozukluğuna işaret etmektedir**. **DSM-5'e göre ruminasyon bozukluğu**, kişinin yediği besinleri tekrar ağzına getirmesi, yeniden çiğnemesi ve tekrar yutması veya tükürmesi ile karakterizedir ve bu davranışın **en az 1 ay süreyle devam etmesi** gerekir. **Anoreksiya nervozada** kişinin **beden ağırlığı belirgin derecede düşüktür** ve yoğun kilo alma korkusu vardır. **Bulimiya nervozada** ise tıknırcasına yeme atakları sonrası **kusma veya diğer telafi edici davranışlar** görülür. **Pika bozukluğunda** kişi **besin değeri olmayan maddeleri** yeme davranışı gösterir. **Kaçınan/kısıtlayıcı yiyecek alım bozukluğunda** ise kişi belirli yiyeceklerden kaçınır veya yetersiz beslenir, ancak yemeğin tekrar ağza getirilmesi söz konusu değildir.

Cevap: D

6. Soruda Alim Bey'in **çocukluktan beri büyülmüş düşüncelere sahip olması, başkalarının düşüncelerini okuyabildiğine inanması**, bazı olaylara özel anlamlar yüklemesi, garip konuşma tarzı ve sıra dışı davranışlar sergilemesi, ayrıca sosyal ortamlarda gergin olması ve yakın arkadaşlıklarının bulunmaması gibi belirtiler anlatılmaktadır. Bu belirtiler **şizotipal kişilik bozukluğuna işaret etmektedir**. **DSM-5'e göre şizotipal kişilik bozukluğu**, bireyde **büyülmüş düşünceler, referans fikirleri, sıra dışı algısal yaşantılar, tuhaf konuşma biçimi ve eksantrik davranışlar** ile birlikte **yakın ilişkiler kurmada belirgin güçlük** görülmesiyle karakterizedir. **Şizoid kişilik bozukluğunda** birey sosyal ilişkilerden uzak durur ve duygusal ifadeleri sınırlıdır, ancak **büyülmüş düşünceler ve garip inançlar** tipik değildir. **Çekingen kişilik bozukluğunda** kişi yoğun eleştirilme ve reddedilme korkusu nedeniyle sosyal ortamlardan kaçınır. **Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu** aşırı **düzen, kuralcılık ve mükemmeliyetçilik** ile karakterizedir. **Paranoid kişilik bozukluğunda** ise başkalarına karşı **yaygın güvensizlik ve kuşkuculuk** görülür.

Cevap: A

7. Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğunda bireylerin düşünce yapısı **mükemmeliyetçilik, aşırı düzen ve kontrol ihtiyacı** etrafında şekillenir. Bu kişiler işlerin belirli kurallara göre ve hatasız yapılması gerektiğine inanır ve küçük hatalar bile onlar için kabul edilemez olabilir. Bu nedenle **"her şey kusursuz olmalı, aksi takdirde işler kontrolden çıkar"** biçimindeki düşünce kalıbı bu kişilik örüntüsünün en tipik bilişsel temasını yansıtır. **Başkalarının ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarının önüne koyma** daha çok bağımlı kişilik örüntülerinde görülür. **Duygularını yoğun yaşama gereksinimi** histrionik özelliklerle ilişkilidir. **Risk almaktan kaçınma düşüncesi** çekingen kişilik örüntüsünde daha belirgindir. **Herkesin kendisini eleştirdiğini düşünme** ise paranoid düşünce biçimini yansıtır.

Cevap: A

8. Bağımlı kişilik bozukluğunda bireylerin temel bilişsel örüntüsü **başkalarına aşırı bağımlılık ve tek başına işlev göremeyeceğine dair inanç** etrafında şekillenir. Bu kişiler karar verme, sorumluluk alma ve günlük işleri yürütme konusunda kendilerine güvenmez ve genellikle bir başkasının yönlendirmesine ihtiyaç duyduklarını düşünürler. Bu nedenle **"kendi başıma hiçbir şeyi hallede-mem, birine ihtiyacım var"** biçimindeki düşünce bağımlı kişilik bozukluğunun en tipik bilişsel temasını yansıtır. **"Mükemmel olmalıyım"** düşüncesi daha çok obsesif-kompulsif kişilik özellikleriyle ilişkilidir. **Duyguları kontrol altında tutma gereksinimi** obsesif kontrol eğilimleriyle bağlantılıdır. **Başkalarına güvenmeme düşüncesi** paranoid kişilik örüntüsünü yansıtır. **Herkes beni terk edecek** biçimindeki düşünce ise daha çok borderline kişilik örüntüsünde görülen terk edilme korkusuyla ilişkilidir.

Cevap: B

9. **Paranoid kişilik bozukluğunda** bireyin düşünce örüntüsü **başkalarına karşı yaygın güvensizlik ve kuşkuculuk** etrafında şekillenir. Bu kişiler çevrelerindeki insanların niyetlerini çoğu zaman kötü olarak yorumlar, kolayca aldatılabileceklerini ya da zarar görebileceklerini düşünürler. Bu nedenle **"insanlara güvenilmez, beni kesinlikle aldatacaklar"** biçimindeki düşünce **paranoid kişilik** örüntüsünün en belirgin bilişsel temasını yansıtır. **"Sevilmek için kusursuz olmalıyım"** düşüncesi daha çok **obsesif-kompulsif** kişilik özellikleriyle ilişkilidir. **Başkalarının ne düşündüğüne aşırı önem verme histrionik veya çekingen** özelliklerle bağlantılı olabilir. **"Kendi başıma hiçbir şeyi doğru yapamam"** düşüncesi **bağımlı kişilik** örüntüsünü yansıtır. **Kurallar ve düzen her şeyden önemlidir** düşüncesi ise **obsesif-kompulsif** kişilik özelliklerinin tipik bilişsel temasını ifade eder.

Cevap: B

10. **Şizoid kişilik bozukluğunda** bireyler genellikle **sosyal ilişkilerden uzak durma**, yalnızlığı tercih etme ve duygusal mesafe koyma eğilimi gösterirler. Yakın ilişkiler onlar için çoğu zaman gereksiz, yorucu veya anlamlı olmayan durumlar olarak algılanır. Bu nedenle **"yakın ilişkiler karmaşık ve gereksizdir"** biçimindeki düşünce **şizoid kişilik** örüntüsünün en belirgin bilişsel temasını yansıtır. **"Herkes beni terk edecek"** düşüncesi borderline kişilik örüntüsünde görülen terk edilme korkusuyla ilişkilidir. **Dikkat çekmek için ne gerekiyorsa yapmalıyım** düşüncesi **histrionik kişilik** özelliklerini yansıtır. **Hata yapmaktan kaçınmalıyım ki kimse beni eleştirmesin** düşüncesi **çekingen** kişilik örüntüsüyle ilişkilidir. **Duygularımı kontrol altında tutmalıyım** ifadesi ise **obsesif-kompulsif** kişilik özellikleriyle daha çok bağlantılıdır.

Cevap: A

11. **Şizotipal kişilik bozukluğunda** bireylerin düşünce yapısı genellikle **büyülü düşünceler, sıra dışı algılar ve alışılmadık inançlar** etrafında şekillenir. Bu kişiler kendilerini diğer insanlardan farklı algılayabilir, olaylara olağan dışı anlamlar yükleyebilir veya düşüncelerinin özel bir niteliği olduğuna inanabilirler. Bu nedenle **"normal insanlar gibi düşünmüyorum, farklı bir algım var"** biçimindeki düşünce **şizotipal kişilik** örüntüsünün en belirgin bilişsel temasını yansıtır. **Başkalarının ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarının önüne koyma** daha çok **bağımlı kişilik** özellikleriyle ilişkilidir. **Mükemmel olma gereksinimi** **obsesif-kompulsif** kişilik örüntüsünde görülür. **Güçlü olma ve incinmekten kaçınma düşüncesi** daha çok **narsisistik savunmalarla** ilişkilendirilebilir. **Herkesin kendisini kontrol etmeye çalıştığını düşünme** ise **paranoid düşünce** örüntüsünü yansıtır.

Cevap: E

12. **Antisosyal kişilik bozukluğunda** bireylerin düşünce yapısı çoğu zaman **toplumsal kuralları önemsememe, başkalarının haklarını ihlal etmeyi sorun olarak görmeme ve kendi çıkarını ön planda tutma** eğilimi etrafında şekillenir. Bu kişiler kuralları gereksiz veya kısıtlayıcı olarak görebilir ve kendi istekleri doğrultusunda hareket etmeyi haklı bulabilirler. Bu nedenle **"kurallar aptallar içindir, kendi yolumu çizmeliyim"** biçimindeki düşünce **antisosyal kişilik** örüntüsünün en tipik bilişsel temasını yansıtır. **Sevilmek için çabalamalıyım** düşüncesi **bağımlı veya çekingen** özelliklerle ilişkilidir. **Herkes beni eleştiriyor** düşüncesi **paranoid** örüntüyü yansıtır. **Yalnız kalırsam dayanamam** düşüncesi **bağımlı kişilik** özelliklerini gösterir. **Duygularımı yoğun bir şekilde yaşamalıyım** düşüncesi ise daha çok **histrionik** özelliklerle ilişkilidir.

Cevap: D

13. **Borderline kişilik bozukluğunda** bireylerin düşünce yapısı çoğu zaman **siyah-beyaz düşünme (bölme)** ve **ilişkilerde aşırı idealize etme ya da değersizleştirme** eğilimi etrafında şekillenir. Kişi insanları ve durumları genellikle **ya tamamen iyi ya da tamamen kötü** olarak değerlendirir ve ara değerlendirmeler yapmakta zorlanır. Bu nedenle **"ya tamamen iyisin ya da tamamen kötü, arada bir şey yok"** biçimindeki düşünce borderline kişilik örüntüsünün en belirgin bilişsel temasını yansıtır. **Başkalarının ne düşündüğüne aşırı önem verme** daha çok çekingen veya histrionik özelliklerle ilişkilidir. **Mükemmel olursam terk edilmem** düşüncesi obsesif-kompulsif kişilik eğilimleriyle bağlantılıdır. **Güçlü ve kontrolcü olmalıyım** düşüncesi narsisistik özelliklerle ilişkilendirilebilir. **Herkes beni kullanmaya çalışıyor** düşüncesi ise paranoid düşünce örüntüsünü yansıtır.

Cevap: A

14. **Histriyonik kişilik bozukluğunda** bireyin düşünce örüntüsü çoğunlukla **ilgi ve onay arayışı**, dikkat odağı olma ihtiyacı ve duyguların dramatik biçimde ifade edilmesi etrafında şekillenir. Bu kişiler başkalarının ilgisini kaybettiklerinde kendilerini değersiz hissedebilir ve sürekli dikkat çekme eğilimi gösterebilirler. Bu nedenle **"dikkat çekmeliyim, aksi takdirde var olmam"** biçimindeki düşünce histriyonik kişilik örüntüsünün en belirgin bilişsel temasını yansıtır. **Duygularımı kontrol altında tutmalıyım** düşüncesi daha çok obsesif-kompulsif özelliklerle ilişkilidir. **Mükemmel olmalıyım ki seveyim** düşüncesi mükemmeliyetçi ve obsesif kişilik özelliklerini yansıtır. **Yalnız kalmak dayanılmaz** düşüncesi bağımlı kişilik örüntüsünde daha belirgindir. **Başkalarına güvenmemeliyim** düşüncesi ise paranoid kişilik özelliklerini ifade eder.

Cevap: C

15. **Narsisistik kişilik bozukluğunda** bireyin düşünce örüntüsü genellikle **büyüklenmeci benlik algısı, özel ve üstün olduğuna dair inanç** ve başkalarından **hayranlık bekleme** etrafında şekillenir. Bu kişiler kendilerini diğer insanlardan daha yetenekli veya daha önemli görme eğilimindedir ve ayrıcalıklı muamele görmeleri gerektiğine inanabilirler. Bu nedenle **"özel ve üstünüm, herkesten daha iyiyim"** biçimindeki düşünce narsisistik kişilik örüntüsünün en belirgin bilişsel temasını yansıtır. **Eleştirilmek dayanılmaz** düşüncesi narsisistik kişilerde görülebilir de daha çok eleştiriye aşırı duyarlılığı ifade eder ve temel bilişsel tema değildir. **Başkalarının ihtiyaçları benim sorumluluğum** düşüncesi bağımlı veya aşırı uyumlu örüntülerle ilişkilidir. **Herkes beni terk edecek** düşüncesi borderline kişilik örüntüsünde görülen terk edilme korkusunu yansıtır. **Kurallara uymalıyım** düşüncesi ise obsesif-kompulsif kişilik özellikleriyle ilişkilidir.

Cevap: D

1. Çekingen kişilik bozukluğunda bireyin düşünce yapısı çoğunlukla **yetersizlik duygusu, eleştirilme veya reddedilme korkusu** ve sosyal ortamlarda olumsuz değerlendirilme beklentisi etrafında şekillenir. Bu kişiler kendilerini başkalarına göre yetersiz görür ve beğenilmeyecekleri düşüncesiyle sosyal ilişkilerden kaçınma eğilimi gösterirler. Bu nedenle **"yetersizim, beğenilmeyeceğim"** biçimindeki düşünce çekingen kişilik örüntüsünün en belirgin bilişsel temasını yansıtır. **Başkalarının ne düşündüğünü önemsememek** çekingen özelliklerle uyumlu değildir çünkü bu kişiler tam tersine başkalarının değerlendirmesine aşırı duyarlıdır. **Mükemmel olmalıyım ki eleştirilmeyeyim** düşüncesi daha çok obsesif-kompulsif kişilik örüntüsüyle ilişkilidir. **Kendi kararlarımı kendim vermeliyim** bağımlı kişilik örüntüsünün tersine bir düşünceyi ifade eder. **Herkes bana zarar vermek istiyor** düşüncesi ise paranoid düşünce örüntüsünü yansıtır.

Cevap: A

2. Derya'nın konuşma, ince motor ve sosyal etkileşim becerilerinde yaştlarının gerisinde olması ve değerlendirmelerde bilişsel, dil ve sosyal-duygusal gelişim gibi birden fazla gelişim alanında gecikmeler bulunması dikkat çekmektedir. Ancak çocuk henüz **güvenilir bir zeka testi uygulanabilecek yaşta değildir**. Bu durum genel gelişimsel gecikmeye işaret etmektedir. **DSM-5'e göre genel gelişimsel gecikme**, küçük çocuklarda birden fazla gelişim alanında belirgin gecikmeler bulunmasına rağmen çocuğun **henüz zihinsel yetersizlik tanısını güvenilir biçimde koymaya uygun yaşta veya değerlendirme düzeyinde olmaması** durumunda kullanılan geçici bir tanıdır. **Zihinsel yetersizlik** tanısı koyulabilmesi için bilişsel işlevlerin ve uyumsal davranışların standart değerlendirmelerle belirlenmesi gerekir. **Otizm spektrum bozukluğu** temel olarak sosyal iletişimde niteliksel bozulma ve sınırlı-yineleyici davranış örüntüleri ile karakterizedir. **Özgül öğrenme güçlüğü** okul çağı döneminde akademik becerilerde ortaya çıkar. **Karma tip dil bozukluğu** ise esas olarak dil gelişimi alanındaki güçlüklerle sınırlıdır.

Cevap: D

3. Tan'ın el yazısında harfleri hizalayamaması, kesme, boyama ve makas kullanma gibi ince motor becerilerde zorlanması, ayrıca **koşarken sık düşmesi, düğme ilikleme ve ayakkabı bağlama gibi günlük motor becerilerde gecikme yaşaması** dikkat çekmektedir. Bu güçlüklerin **günlük yaşam ve okul işlevselliğini olumsuz etkilemesi**, buna karşın **bilişsel gelişim, sosyal iletişim ve duygusal durumunun yaşına uygun olması** tabloyu belirgin biçimde motor koordinasyon alanına özgü bir güçlük olarak göstermektedir. Bu durum **gelişimsel eşgüdüm bozukluğuna işaret etmektedir**. **DSM-5'e göre gelişimsel eşgüdüm bozukluğunda** motor becerilerin edinimi ve uygulanması yaştlarına göre belirgin derecede düşüktür ve bu durum **günlük yaşam aktivitelerini ve akademik işlevselliği olumsuz etkiler**. **Özgül öğrenme güçlüğü** daha çok okuma, yazma veya matematik gibi akademik becerilerde görülür. **Otizm spektrum bozukluğu** sosyal iletişimde niteliksel bozulma ve sınırlı yineleyici davranışlarla karakterizedir. **Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu** dikkat sürdürme güçlüğü ve aşırı hareketlilikle ilişkilidir. **Tepkisel bağlanma bozukluğu** ise erken bakım ilişkilerindeki yetersizliklerle ilişkili bağlanma sorunlarıyla tanımlanır.

Cevap: B

4. Mert'in son günlerde **çok az uyumasına rağmen enerjik olması, aşırı konuşma, dikkatin kolay dağılması, büyük ve gerçekçi olmayan projelere girişme, riskli yatırımlar yapma ve sosyal davranışlarda uygunsuzluk** gibi belirtiler göstermesi tabloyu belirgin bir **manik dönem** olarak düşündürmektedir. Ayrıca bu belirtilerin **işlevselliği belirgin biçimde bozması** ve geçmişte **psikotik özellikler içeren bir dönem nedeniyle hastaneye yatışın bulunması** önemlidir. Bu durum **bipolar I bozukluğa işaret etmektedir**. **DSM-5'e göre bipolar I bozuklukta** en az bir manik dönem görülmesi tanı için yeterlidir ve bu dönem bazen **psikotik özellikler veya hastaneye yatış gereksinimi** ile seyredebilir. **Bipolar II bozuklukta** ise manik değil hipomanik dönemler bulunur ve psikotik özellik görülmez. **Siklotimik bozuklukta** daha hafif ve kronik duygu durum dalgalanmaları vardır. **Şizoafektif bozuklukta** psikotik belirtiler duygudurum dönemlerinden bağımsız olarak da görülür. **Sınır kişilik bozukluğu** ise daha çok kişilerarası ilişkilerde dengesizlik, dürtüsellik ve terk edilme korkusu ile karakterizedir.

Cevap: D

5. Elif'in dönem dönem **çökkünlük, umutsuzluk, isteksizlik ve değersizlik duyguları yaşaması**, bu dönemlerde **işlevselliğin düşmesi, uyku ve iştahın bozulması ve intihar düşüncelerinin ortaya çıkması** majör depresif dönemle uyumlu görünmektedir. Bunun yanında bazı dönemlerde **enerjinin artması, daha az uyuma, konuşkanlık, düşüncelerin hızlanması ve üretkenlik hissinin artması** gibi belirtiler görülmektedir. Ancak bu dönemlerde **psikotik özellik bulunmaması, hastaneye yatış gerektirecek düzeyde bir taşkınlık olmaması ve işlevselliğin belirgin biçimde bozulmaması** bu epizodların **hipomanik dönem** olduğunu göstermektedir. Bu durum **bipolar II bozukluğa işaret etmektedir. DSM-5'e göre bipolar II bozukluk**, en az bir majör depresif dönem ve en az bir **hipomanik dönem** varlığı ile tanımlanır; ancak **tam manik dönem** görülmez. **Bipolar I bozuklukta** en az bir **manik dönem** bulunur ve çoğu zaman işlevsellik belirgin biçimde bozulur veya hastaneye yatış gerekebilir. **Siklotimik bozuklukta** ise hipomanik ve depresif belirtiler bulunmakla birlikte **tam majör depresif dönem kriterleri karşılanmaz. Majör depresif bozuklukta** yalnızca depresif dönemler görülür. **Distimik bozuklukta** ise kronik ancak daha hafif düzeyde depresif belirtiler vardır.

Cevap: D

6. Aras'ın **küçük engellenmeler karşısında yoğun öfke patlamaları yaşaması**, bu patlamaların **bağırma, eşyaları fırlatma ve saldırgan davranışlar** şeklinde ortaya çıkması ve **haftada birkaç kez tekrar etmesi** dikkat çekmektedir. Ayrıca nöbetler dışında da çocuğun **sürekli sinirli ve huzursuz bir ruh hali içinde olması**, belirtilerin **14 aydır devam etmesi ve hem evde hem okulda işlevselliği bozması** tabloyu belirgin biçimde kronik iritabilite ile seyreden bir bozukluk olarak göstermektedir. Bu durum **yıkıcı duygudurum düzenleyememe bozukluğuna işaret etmektedir. DSM-5'e göre bu bozuklukta** çocuğun yaşına göre orantısız ve sık öfke patlamaları görülür, bu patlamalar **haftada en az üç kez** ortaya çıkar ve çocuk patlamalar arasında da **sürekli öfkeli veya iritabl bir ruh hali** gösterir; belirtilerin **en az 12 ay sürmesi** ve birden fazla ortamda görülmesi beklenir. **Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğunda** temel sorun dikkat sürdürme ve aşırı

hareketlilikler. **Karşıt olma karşı gelme bozukluğunda** otorite figürlerine karşı gelme ve tartışma davranışı öne çıkar, ancak burada görülen **sürekli iritabl duygudurum ve yoğun öfke nöbetleri** daha belirgin değildir. **Bipolar I bozuklukta** manik dönemler görülür, ancak vakada böyle bir dönem bulunmadığı belirtilmiştir. **Yaygın anksiyete bozukluğu** ise sürekli kaygı ve endişe ile karakterizedir.

Cevap: C

7. Naci Bey'in **eşyaları atmakta zorlanması**, evin odalarının **eşyalarla dolup taşması**, buna rağmen **yeni eşyalar almaya devam etmesi** ve bu durumun **evin kullanımını ve hijyen koşullarını ciddi biçimde bozması** gibi belirtiler anlatılmaktadır. Bu belirtiler **DSM-5'te tanımlanan biriktiricilik bozukluğuna karşılık gelmektedir. Biriktiricilik bozukluğunda** kişi eşyaların gerçek değerinden bağımsız olarak onları **elden çıkarmakta sürekli güçlük yaşar** ve bunun sonucunda yaşam alanları **kullanılamayacak derecede eşyalarla dolabilir**. Bu durum kişinin **günlük işlevselliğini ve yaşam koşullarını belirgin biçimde bozar. Obsesif-kompulsif bozuklukta** temel belirtiler obsesyonlar ve bunları azaltmaya yönelik kompulsiyonlardır. **Şizotipal kişilik bozukluğu** büyüdü düşünceler, sıra dışı algılar ve tuhaf davranışlarla karakterizedir. **Paranoid kişilik bozukluğunda** başkalarına karşı yaygın güvensizlik ve kuşkuculuk görülür. **Majör depresif bozuklukta** ise çökkün duygu durumu, ilgi kaybı ve enerji azalması gibi belirtiler ön plandadır.

Cevap: D

8. Defne'nin **tekrarlayan ateş, kusma ve bilinç kaybı şikayetleri nedeniyle sık sık hastaneye götürülmesi**, yapılan tıbbi incelemelerde **herhangi bir fiziksel hastalık bulunmaması**, annenin ısrarla **yeni testler ve tedaviler talep etmesi** ve belirtilerin **özellikle annenin yanında ortaya çıkıp annenin olmadığı durumlarda azalması** gibi bulgular anlatılmaktadır. Bu durum **DSM-5'te tanımlanan vekâleten yapay bozukluğa karşılık gelmektedir. Vekâleten yapay bozuklukta** (başkasına yüklenen yapay bozukluk) birey, ba-

kım verdiği kişide **hastalık belirtileri üretir veya varmış gibi gösterir** ve bu davranışın temel amacı **hasta rolünü** dolaylı olarak sürdürmek ve **tıbbi ilgi çekmektir**. Bu durum klinik olarak aynı zamanda **tıbbi çocuk istismarı** olarak da değerlendirilebilir. **Yapay bozukluk - kişinin kendisine uyguladığı** durumda kişi belirtileri kendi üzerinde üretir. **Münchausen sendromu** ise yapay bozukluğun kişinin kendisine yönelik ağır ve kronik biçimini ifade eder. **Histerik (konversiyon) bozuklukta** ise nörolojik görünümlü belirtiler bulunur ancak belirtiler bilinçli olarak üretilmez.

Cevap: D

9. **Bağımsız yaşam olayları**, bireyin davranışlarından veya seçimlerinden **bağımsız olarak ortaya çıkan**, kişinin kontrolü dışında gelişen yaşam stresörlerini ifade eder. Bu tür olaylar bireyin tutumları ya da performansı ile doğrudan ilişkili değildir ve dışsal koşulların sonucu olarak meydana gelir. Bu çerçevede **doğal afet nedeniyle evin zarar görmesi** bireyin kontrolü dışında gelişen bir durumdur ve **bağımsız yaşam olayına karşılık gelir**. **Aile bireyleriyle sık tartışmalar yaşama** kişilerarası etkileşimlere bağlıdır. **Sınavdan düşük not alma** bireyin akademik performansı ile ilişkilidir. **Yakın bir arkadaşla ilişkinin bozulması** kişilerarası süreçlere bağlıdır. **İş yerinde performans düşüklüğü nedeniyle uyarı alma** ise bireyin iş performansı ile bağlantılıdır.

Cevap: E

10. Zeynep'in sağ kolunu hareket ettiremediğini söylemesi, buna rağmen yapılan nörolojik muayenelerde **kas gücünün, reflekslerin ve görünümleri sonuçlarının normal bulunması** ve klinik gözlem sırasında **kolunu bazı anlarda farkında olmadan oynatabildiğinin görülmesi** gibi belirtiler anlatılmaktadır. Bu belirtiler **DSM-5'te tanımlanan konversiyon bozukluğuna karşılık gelmektedir**. **Konversiyon bozukluğunda** bireyde felç, duyu kaybı veya hareket kısıtlılığı gibi **nörolojik görünümlü belirtiler** ortaya çıkar; ancak bu belirtileri açıklayabilecek **organik bir tıbbi neden bulunamaz** ve semptomlar çoğu zaman **psikolojik stresle ilişkili** olarak ortaya

çıkır. **Münchausen sendromunda** kişi belirtileri **bilinçli olarak üretir veya taklit eder**. **Somatik belirti bozukluğunda** kişinin bedensel belirtilerle ilgili **yoğun kaygı ve aşırı uğraş** göstermesi ön plandadır. **Panik bozukluk** ani ve yoğun panik ataklarla karakterizedir. **Hastalık hastalığında** ise kişi ciddi bir hastalığa sahip olduğuna dair **sürekli kaygı** yaşar, ancak belirgin bedensel belirtiler bulunmayabilir.

Cevap: E

11. **Bağımlı yaşam olayları**, bireyin **kendi davranışları, tercihleri veya performansı ile ilişkili olarak ortaya çıkan** ve dolayısıyla kişinin belli ölçüde etkileyebileceği **yaşam stresörlerini** ifade eder. Bu tür olaylar bireyin eylemleri veya kişilerarası süreçleri ile bağlantılıdır. Bu çerçevede **iş yerinde yaşanan performans düşüklüğü ve çatışmalar** kişinin davranışları, iş performansı ve kişilerarası ilişkileri ile ilişkili olduğu için **bağımlı yaşam olayına karşılık gelir**. **Deprem sonrası evin hasar görmesi** bireyin kontrolü dışında gelişen doğal bir olaydır. **Sevilen bir yakının ani ölümü** kişinin davranışlarından bağımsızdır. **Trafik kazası sonucu yaralanma** çoğu durumda bireyin kontrolü dışında gerçekleşen bir olaydır. **Ani hastalık tanısı konması** da bireyin davranışlarından doğrudan kaynaklanmayan bir yaşam stresörüdür.

Cevap: C

12. Ferhat Bey'in Asya'nın **okuma-yazma becerilerinde yaşatlarından geri kaldığını fark etmesi** ve yalnızca **yazılı sınav sonuçlarına dayanarak RAM'a yönlendirme talep etmesi** gönderme öncesi sürecin gereklilikleri açısından yeterli değildir. Özel eğitimde **gönderme öncesi süreçte** öğretmenin öğrencinin akademik, davranışsal ve öğrenme süreçlerine ilişkin **çok yönlü gözlem yapması**, farklı etkinliklerdeki performansını incelemesi ve **sistematiik veri toplaması** beklenir. Bu nedenle öğrencinin yalnızca sınav sonuçlarına bakmak yerine **farklı derslerdeki performansını, sınıf içi katılımını ve öğrenme süreçlerini yapılandırılmış biçimde gözlemleyerek veri toplaması** daha uygun olurdu. **Sınıf arkadaşlarıyla ilişkileri geliştirmeye yönelik grup çalışmaları**

sosyal gelişimi destekleyebilir ancak doğrudan değerlendirme verisi sağlamaz. **Veliye destek eğitim sınıfına alınması gerektiğini bildirmek** yetkili değerlendirme yapılmadan uygun değildir. **Öğrenciyi doğrudan RAM'a sevk etmek** gönderme öncesi müdahaleler yapılmadan doğru bir uygulama değildir. **Özel ders önermek** ise okul temelli değerlendirme sürecinin yerine geçmez.

Cevap: B

13. Nisan'ın **grup oyunlarına katılmakta isteksiz olması, yönergelere geç tepki vermesi ve dikkatini etkinliklerde sürdürmekte zorlanması** öğretmen tarafından fark edilmiştir. Bu durumda okul öncesi eğitimde izlenmesi gereken ilk adım, öğrenciyi hemen yönlendirmek yerine **sınıf içi gözlem yapmak ve öğretim sürecini çocuğun gereksinimlerine göre düzenlemektir**. Bu yaklaşım gönderme öncesi süreçte öğretmenin öğrencinin gelişimini daha iyi anlamasını ve destekleyici düzenlemeler yapmasını sağlar. Bu nedenle Esra Hanım'ın **Nisan'ın gelişimini sistemli biçimde gözlemlemesi ve sınıf içi etkinlikleri onun ihtiyaçlarına göre uyarlaması** en uygun ilk adımdır. **Nisan'ı bireysel etkinliklere yönlendirerek akran etkileşimini azaltmak** sosyal gelişimini olumsuz etkileyebilir. **Aileyi doğrudan RAM'a yönlendirmek** gönderme öncesi sınıf içi düzenlemeler yapılmadan uygun değildir. **Özel eğitim materyalleriyle bireysel eğitim vermek** öğretmenin yetki ve sorumluluklarının ötesinde olabilir. **Nisan'ı geri planda tutmak** ise öğrenme fırsatlarını azaltır.

Cevap: B

14. Aysel Öğretmen'in Emre'nin **okuma hızında ve anlama becerisinde akranlarından farklılaştığını fark etmesi**, derslerdeki performansını **sistemli biçimde gözlemleyip notlar alması**, ardından **veliyle görüşmesi ve durumu rehberlik servisine bildirmesi** öğrencide olası bir güçlüğün erken fark etmeye yönelik bir süreci göstermektedir. Bu tür çalışmalar öğrenciler arasında **risk taşıyan ya da farklı gelişim gösteren bireyleri belirlemek** amacıyla yapılan ilk inceleme sürecine karşı-

lık gelir. Özel eğitimde bu aşama **tarama** olarak adlandırılır ve amacı ayrıntılı tanılama yapılmadan önce öğrenciler arasındaki olası güçlükleri belirlemektir. **Tanılama** aşaması ise RAM gibi yetkili kurumlar tarafından yapılan ayrıntılı değerlendirmeyi ifade eder. **Programı belirleme** öğrencinin gereksinimlerine uygun eğitim planının hazırlanmasıdır. **Gelişimi izleme** uygulanan programın ilerleyişini takip etmeyi içerir. **Programı değerlendirme** ise uygulanan programın etkililiğini inceleme sürecidir.

Cevap: B

15. Can'ın **okuma ve yazma etkinliklerinde belirgin güçlükler yaşaması** üzerine Hatice Öğretmen öğrencinin durumunu daha ayrıntılı anlamak amacıyla **özel eğitim uzmanlarından kapsamlı bir değerlendirme yapılmasını istemiştir**. Bu değerlendirme sonucunda öğrencide **öğrenme güçlüğü olduğu belirlenmiştir**. Özel eğitim sürecinde öğrencinin özelliklerini ayrıntılı biçimde inceleyerek **hangi yetersizliğe sahip olduğunun belirlenmesi** süreci **tanılama** olarak adlandırılır. Tanılama, öğrencinin güçlü ve zayıf yönlerinin belirlenmesi ve uygun eğitim hizmetlerinin planlanabilmesi için yapılan ayrıntılı değerlendirmeleri kapsar. **Tarama** olası risk taşıyan öğrencileri erken dönemde belirleme sürecidir. **Programı belirleme** tanı sonrasında bireyselleştirilmiş eğitim planının hazırlanmasını ifade eder. **Gelişimi izleme** uygulanan programın öğrencinin ilerlemesine katkısını takip etmeyi içerir. **Programı değerlendirme** ise eğitim programının etkililiğinin incelenmesidir.

Cevap: B

1. Özgür için öğretmenlerin, rehberlik servisinin ve velilerin katıldığı toplantıda **öğrencinin güçlü yönleri ve ihtiyaçlarının belirlenmesi**, ardından **bireyselleştirilmiş hedeflerin ve öğretim stratejilerinin oluşturulması** anlatılmaktadır. Bu süreçte öğrencinin eğitim gereksinimlerine uygun olarak **bireyselleştirilmiş eğitim planının hazırlanması ve öğretim hedeflerinin belirlenmesi** söz konusudur. Özel eğitimde bu aşama **programı belirleme** olarak adlandırılır. **Tarama** risk altında olabilecek öğrencileri erken dönemde belirleme sürecidir. **Tanılama** öğrencinin yetersizliğinin kapsamlı değerlendirmelerle belirlenmesidir. **Gelişimi izleme** uygulanan programın öğrencinin ilerlemesini takip etmeyi içerir. **Programı değerlendirme** ise programın etkililiğini incelemeyi ifade eder.

Cevap: C

2. Selim'in bireyselleştirilmiş eğitim programındaki hedeflere ulaşma durumunun düzenli olarak kontrol edilmesi, gelişiminin kayıt altına alınması ve elde edilen verilere göre **eğitim planında gerekli düzenlemelerin yapılması** anlatılmaktadır. Bu süreç öğrencinin eğitim programına verdiği tepkinin sistemli biçimde takip edilmesini ifade eder. Özel eğitimde bu aşama **gelişimi izleme** olarak adlandırılır. **Tarama** olası risk taşıyan öğrencileri erken dönemde belirleme sürecidir. **Tanılama** öğrencinin yetersizliğinin kapsamlı değerlendirmelerle belirlenmesini ifade eder. **Programı belirleme** bireyselleştirilmiş eğitim hedeflerinin ve öğretim yöntemlerinin planlanmasıdır. **Programı değerlendirme** ise uygulanan programın genel etkililiğini incelemeye yöneliktir.

Cevap: D

3. Özel eğitimde **en az kısıtlayıcı ortam ilkesi**, özel gereksinimli öğrencilerin mümkün olduğunca **tipik gelişim gösteren akranlarıyla birlikte eğitim almalarını** ifade eder. Bu ilkeye göre öğrenciler yalnızca gerekli durumlarda daha fazla destek içeren ortamlara yönlendirilmeli, aksi halde **genel eğitim sınıflarında akranlarıyla birlikte öğrenme fırsatı bulmalıdır**. Bu yaklaşım öğrencinin hem akademik hem de sosyal gelişimini destekler. **Sadece**

özel eğitim sınıflarında eğitim görmek öğrenciyi gereksiz biçimde ayrıştırabilir. **Tamamen ayrı bir okulda eğitim almak** daha kısıtlayıcı bir ortamdır ve yalnızca gerekli durumlarda tercih edilir. **Ayrı gruplar ve programlarda eğitim görmek** yine daha kısıtlayıcı bir düzenlemeyi ifade eder. **Yalnızca sosyal etkinliklerde bir araya gelmek** ise kaynaştırma ilkesinin gerektirdiği akademik birlikteliği sağlamaz.

Cevap: B

4. Aslan'ın **akademik güçlükler yaşaması ve dikkat eksikliği belirtileri göstermesi** üzerine öğretmenin aileyle ve okul psikolojik danışmanı ile görüşmesi anlatılmaktadır. Ancak öğrenci **Rehberlik ve Araştırma Merkezine yönlendirilmeden önce** okul içinde yapılması gereken bir **gönderme öncesi müdahale süreci** bulunmaktadır. Özel eğitimde bu süreçte öğretmenin öğrenciyi doğrudan sevk etmek yerine **sınıf içi öğretimsel düzenlemeler yapması, öğretim yöntemlerini uyarlaması ve gerekli destekleri sağlaması** beklenir. Bu düzenlemeler öğrencinin güçlüklerinin sınıf içi desteklerle giderilip giderilemeyeceğini anlamaya yardımcı olur. **Bireysel eğitim hedefleri oluşturmak** genellikle tanılama sonrasında yapılan bir çalışmadır. **Psikometrik test uygulamak** öğretmenin sorumluluğunda değildir. **Hiçbir değişiklik yapmadan gelişimi izlemek** uygun bir müdahale değildir. **Sadece psikolojik danışmanın raporunu beklemek** de gönderme öncesi öğretmen sorumluluğunu karşılamaz.

Cevap: E

5. Serkan'ın okul başarısındaki düşüşün **aile tutumlarıyla bağlantılı olabilecek nedenleri** sorgulanmaktadır. Ailenin **tutarsız davranması, yüksek akademik beklenti oluşturması, çocuğun ilgi ve yeteneklerini dikkate almaması** veya **başarısızlıkları nedeniyle sık eleştirmesi** gibi tutumlar çocukta **kaygı, özgüven düşüklüğü ve motivasyon kaybına** yol açarak akademik başarıyı olumsuz etkileyebilir. Buna karşılık **ailenin Serkan'ın sosyal ve duygusal gelişimini desteklemeye özen göstermesi** olumlu bir ebeveyn tutumudur ve öğrencinin başarısındaki düşüşün nedeni olma ihtimali en düşük olan seçenektir.

Cevap: D

6. Psikolojik sağlamlık, bireyin **stresli veya zorlayıcı yaşam olayları karşısında uyum sağlayabilmesi, toparlanabilmesi ve etkili başa çıkma stratejileri geliştirebilmesi** olarak tanımlanır. Okul ortamında psikolojik sağlamlığı geliştirmek için öğrencilerin **duygusal farkındalıklarını artıran, problem çözme ve başa çıkma becerilerini güçlendiren etkinlikler** yapılması önemlidir. Bu nedenle öğrencilerin **zorlayıcı durumlarla başa çıkma becerilerini geliştirmeye yönelik grup etkinlikleri düzenlemek** psikolojik sağlamlığı destekleyen en uygun uygulamadır. Diğer seçenekler psikolojik sağlamlığı doğrudan geliştirmeye yönelik değildir.

Cevap: B

7. Melis Hanım'ın bazı öğrencilerin **yönergeleri takip etmekte ve görevleri tamamlamakta zorlandığını fark etmesi**, durumu okul psikolojik danışmanı ile paylaşması ve ardından psikolojik danışmanın **sınıf içi gözlem yaparak öğretimin düzeyi ile öğrencilerin hazırbulunuşluk düzeyi arasında fark olduğunu belirlemesi** anlatılmaktadır. Bu gözlemler doğrultusunda öğrencileri hemen yönlendirmek yerine **sınıf içinde öğretimsel uyarlamalar yapılması** ve öğrencilerin gelişimlerinin bir süre bu düzenlemeler üzerinden **izlenmesi** planlanmıştır. Özel eğitimde öğrenciyi doğrudan tanılama sürecine göndermeden önce **sınıf içi düzenlemeler yaparak öğrencinin güçlüklerinin öğretimsel müdahalelerle giderilip giderilemeyeceğini inceleme süreci gönderme öncesi süreç** olarak adlandırılır. **Ayrıntılı değerlendirme süreci** RAM gibi yetkili kurumlar tarafından yapılan kapsamlı tanılamayı ifade eder. **Bireyselleştirilmiş eğitim programı hazırlama** tanılama sonrasında gerçekleştirilir. **Destek hizmetlere yönlendirme ve gönderme süreci** ise öğrencinin resmi değerlendirme için yönlendirilmesi aşamasını ifade eder.

Cevap: A

8. Ayla'nın **sözel yönergeleri geç kavraması, akranlarıyla iletişimde kısa ve tekrar eden cümleler kullanması ve grup etkinliklerine katılımda isteksiz olması** gibi gelişimsel farklılıklar öğretmen tarafından gözlemlenmiş ve durum okul psikolojik danışmanı ile paylaşılmıştır. Yapılan görüşmeler ve ön değerlendirmeler sonrasında Ayla'nın **eğitsel performansını ve sosyal becerilerini desteklemek amacıyla farklı uzmanların yer aldığı bir plan hazırlanmış ve öğrenci konuşma terapisi ile sosyal beceri grup çalışmalarına yönlendirilmiştir**. Bu durum öğrencinin gereksinimlerine göre **farklı uzmanlık alanlarından destek hizmetlerinin planlanıp uygulanması** sürecini ifade eder. Özel eğitimde bu tür uygulamalar **destek hizmetlere yönlendirme süreci** kapsamında değerlendirilir. **Gönderme öncesi süreç** sınıf içinde yapılan öğretimsel uyarlamaları içerir. **Ayrıntılı değerlendirme süreci** tanılama için yapılan kapsamlı incelemeleri ifade eder. **İlk belirleme süreci** öğrencide risk olabileceğinin ilk fark edilmesini kapsar. **Bireyselleştirilmiş eğitim programı hazırlama süreci** ise tanılama sonrasında öğrencinin eğitim hedeflerinin belirlenmesini içerir.

Cevap: D

9. Oğuz'un **okuma-yazma çalışmalarında zorlanması, harfleri karıştırması, harfleri ters yazması ve satır takibinde güçlük yaşaması** gibi durumlar öğretmen tarafından fark edilmiştir. Yasemin Hanım bu belirtileri **rehberlik servisi ve veli ile paylaşmış**, ardından öğrenciyi **bir süre daha sistematik biçimde gözlemleyerek gözlem formları doldurmuş** ve sonrasında öğrencinin **eğitsel ihtiyaçlarının ayrıntılı biçimde değerlendirilmesi için ilgili birimlere bildirimde bulunmuştur**. Bu süreçte öğretmen öğrencide olası bir öğrenme güçlüğüne işaret eden belirtileri **ilk kez fark edip kayıt altına alarak değerlendirme sürecine yönlendirmiştir**. Özel eğitimde öğrencide risk olabileceğinin **ilk fark edilmesi ve gerekli kurumlara bildirilmesi süreci ilk belirleme süreci** olarak adlandırılır. **BEP hazırlama** tanılama sonrasında yapılır. **Destek eğitim odasına yönlendirme** öğrencinin tanı ve yerleştirme kararlarından sonra gerçekleşir. **Tanı ve yerleştirme süreci** RAM tarafından yürütülen ayrıntılı değerlendirme aşamasıdır. **Destek hizmetlere erişim** ise belirlenen gereksinimler doğrultusunda ek hizmetlerin sağlanmasını ifade eder.

Cevap: E

10. Özel eğitim hizmetlerinde temel yaklaşım, öğrencilerin eğitim sürecinin **bireysel farklılıklarına, ilgi ve ihtiyaçlarına göre düzenlenmesi** ve mümkün olduğunca **akranlarıyla birlikte eğitim almalarının desteklenmesi**dir. Ayrıca özel eğitim sürecinde **aile katılımının sağlanması** ve öğrenciler için **bireyselleştirilmiş eğitim planlarının hazırlanması** önemli ilkeler arasında yer alır. Bu nedenle özel eğitim uygulamaları **standart ve herkese aynı şekilde uygulanan programlarla değil**, bireyin özelliklerine göre uyarlanmış eğitim planlarıyla yürütülür. Dolayısıyla **"özel eğitim hizmetlerinin bireyin yetersizliğini esas alarak standart programlarla yürütülmesi"** özel eğitimin temel ilkeleriyle uyumlu değildir. Diğer seçeneklerde verilen ifadeler ise özel eğitimin temel ilkeleri arasında yer almaktadır.

Cevap: B

11. Zihinsel yetersizliği olan bireylerde **öğrenme hızının akranlarına göre daha yavaş olması, yeni öğrenilen bilgileri genelleştirme ve farklı durumlara transfer etmede güçlük yaşanması, günlük yaşam becerlerinde zaman zaman desteğe ihtiyaç duyulması ve karmaşık akıl yürütme ya da problem çözme gerektiren görevlerde zorlanma** gibi özellikler DSM-5 ve özel eğitim literatüründe belirtilen tipik gelişim özellikleridir. Bu özellikler bilişsel işlevler ve **uyumsal davranış alanlarında sınırlılıklar** bulunmasıyla ilişkilidir. Buna karşılık **duygusal tepkilerin akranlara göre daha güçlü ve dalgalı olması** zihinsel yetersizliğin temel ve ayırt edici bir gelişim özelliği değildir; bu durum bazı bireylerde görülebilse de tanımlayıcı bir özellik olarak kabul edilmez.

Cevap: D

12. Kaynaştırma uygulamalarının temel amacı, özel gereksinimli öğrencilerin **akranlarıyla birlikte eğitim ortamlarında yer almasını sağlayarak sosyal, duygusal ve akademik gelişimlerini desteklemektir**. Bu uygulamalar sayesinde öğrencilerin **sosyal etkileşimleri artar**, akranlarıyla **iletişim kurma becerileri gelişir** ve **toplumsal yaşama uyumları kolaylaşır**. Ayrıca günlük yaşam deneyimleri içinde öğrenme fırsatları artar ve öğrenciler **kendilerini ifade etme ve karar verme konusunda daha fazla fırsat bulabilirler**. Ancak kaynaştırma uygulamalarının amacı **özel gereksinimli öğrencilerin akademik olarak tüm akranlarıyla aynı düzeye ulaşmasını sağlamak değildir**; amaç öğrencinin **kendi potansiyeline uygun gelişim göstermesini desteklemektir**.

Cevap: E

13. Uygulamalı davranış analizine dayalı müdahalelerde ilk adım, hedef davranışın **operasyonel olarak açık biçimde tanımlanması ve gözlemlenebilir hâle getirilmesidir**. Öğrencinin hangi davranışının değiştirileceğinin net biçimde belirlenmesi, davranışın **ne zaman, hangi koşullarda ve ne sıklıkta ortaya çıktığının** anlaşılmasını sağlar. Bu nedenle psikolojik danışmanın öncelikle Ayaz'ın **yerinden kalkma davranışının ne zaman ve hangi durumlarda gerçekleştiğini açık şekilde tanımlaması** gerekir. **Doğrudan pekiştirme uygulamak** müdahale aşamasına girer. **Sosyal beceri eğitimi başlatmak** hedef davranışın işlevi belirlenmeden yapılacak bir uygulamadır. **Sınıf dışına çıkmasına izin vermek** davranışını pekiştirebilir. **Akademik başarıya odaklanmak** ise hedef davranışın analizini sağlamaz.

Cevap: A

14. Yiğit'in **bağırma, ayağa kalkma ve sınıf içinde dolaşma davranışlarını** hangi koşullarda, ne sıklıkla ve hangi sonuçlarla **sergilediğinin sistemli biçimde kaydedilmesi** anlatılmaktadır. Psikolojik danışman öğretmen ve özel eğitim öğretmeni ile birlikte **davranışın ortaya çıktığı durumları, öncesindeki uyarıları ve davranıştan sonra ortaya çıkan sonuçları incelemektedir**. Bu tür veri toplama ve davranışın **hangi işlevi taşıdığını belirleme** süreci Uygulamalı Davranış Analizi'nde **işlevsel davranış analizi** olarak adlandırılır. İşlevsel davranış analizinde davranışın **öncülleri (A), davranışın kendisi (B) ve sonuçları (C)** incelenerek davranışın dikkat çekme, kaçınma ya da somut kazanç gibi hangi işleve hizmet ettiği belirlenir. **Pekiştirme türünün belirlenmesi** müdahale planı aşamasında yapılır. **Ayırt edici uyarıcıların ortadan kaldırılması** ve **ceza türünün belirlenmesi** müdahale stratejileridir. **Hedef davranışın tanımlanması** daha erken bir aşamadır, ancak burada yapılan işlem davranışın işlevini ortaya koymaya yöneliktir.

Cevap: D

15. Bireyselleştirilmiş eğitim programı (**BEP**), özel gereksinimli öğrencinin **gelişim özellikleri, mevcut performansı ve eğitim ihtiyaçları** dikkate alınarak hazırlanır. Bu programda öğrencinin **kısa ve uzun dönemli hedefleri, alacağı destek eğitim hizmetlerinin türü ve süresi, ayrıca öğretim ve değerlendirmede kullanılacak yöntem, teknik ve materyaller** yer alır. Gerektiğinde öğrencinin **davranış problemlerini azaltmaya yönelik stratejiler ve müdahale yöntemleri** de programın içinde planlanabilir. Ancak BEP'in temel içeriğinde **öğrencinin aile bireylerine ilişkin temel bilgiler** yer almaz; bu tür bilgiler öğrencinin dosyasında veya diğer kayıt sistemlerinde bulunabilir ancak programın doğrudan bir bileşeni değildir.

Cevap: E

1. Bireyselleştirilmiş eğitim programında (BEP) yer alan **yıllık ve kısa dönemli amaçların yazımında** amaçların öğrencinin gelişimini destekleyecek nitelikte olması gerekir. Bu amaçların **işlevsel olması**, öğrencinin **günlük yaşamda kullanabileceği becerileri kapsamı** ve öğrencinin **mevcut ile gelecekteki gereksinimlerini karşılamaya yönelik olması** beklenir. Ayrıca amaçların **gerçekçi ve başarılabılır** olması, öğrencinin performans düzeyine uygun biçimde belirlenmesi önemlidir. Buna karşılık amaçların **öğrencinin yetersizliğini ön plana alacak şekilde yazılması** uygun değildir; BEP hedefleri öğrencinin **güçlü yönlerini ve gelişim alanlarını dikkate alarak** yazılmalıdır. Bu nedenle doğru olan ifadeler **I, II ve IV** numaralı maddelerdir.

Cevap: C

2. Özel eğitime ihtiyacı olan bireylerin **tanılama ve değerlendirme süreci**, öğrencinin eğitsel gereksinimlerini belirlemek amacıyla **Rehberlik ve Araştırma Merkezlerinde (RAM)** yürütülür. Bu süreçte öğrencinin gelişim özellikleri, performansı ve ihtiyaçları çeşitli değerlendirme araçlarıyla incelenir ve elde edilen bulgular doğrultusunda **eğitsel değerlendirme ve tanılama raporu** hazırlanır. Bu rapor, RAM bünyesinde görev yapan **Özel Eğitim Değerlendirme Kurulu** tarafından hazırlanır. **İl ve ilçe milli eğitim müdürlüğü Özel Eğitim Hizmetleri Kurulu** ise yerleştirme ve hizmetlerin planlanmasıyla ilgilendir. **Okul rehberlik servisi veya diğer komisyonlar** tanılama raporunu hazırlama yetkisine sahip değildir.

Cevap: A

3. Evren'in **kendi sınıfında yarı kaynaştırma eğitimine katılması** öğrencinin akranlarıyla **aynı fiziksel ortamda bulunmasını** ifade eder. Bu durum kaynaştırmanın **fiziksel katmanına** karşılık gelir. Evren'in **sınıf arkadaşlarının ona koşulsuz kabul ile yaklaşımları ve olduğu gibi kabul etmeleri** öğrencinin akranlarıyla **sosyal etkileşim kurması ve kabul görmesi** ile ilgilidir. Bu durum kaynaştırmanın **sosyal katmanını** ifade eder. Öğretmenlerin **RAM raporu** doğrultusunda **Bireyselleştirilmiş Eğitim**

Programı (BEP) hazırlayarak Evren'in eğitim almasını sağlamaları ise öğretimin öğrencinin gereksinimlerine göre uyarlanmasını ifade eder. Bu durum kaynaştırmanın **öğretimsel katmanıdır**. Bu nedenle sıralama **Fiziksel - Sosyal - Öğretimsel** şeklindedir.

Cevap: D

4. Kaynaştırma eğitimi, özel gereksinimli öğrencilerin **akranlarıyla birlikte eğitim ortamlarında bulunarak sosyal, duygusal ve akademik gelişimlerini desteklemeyi** amaçlar. Bu süreçte öğrenciler akranlarıyla etkileşim içinde oldukları için **iletişim kurma, iş birliği yapma, kabul görme ve birlikte yaşam becerileri** geliştirme fırsatı elde ederler. Ayrıca kaynaştırma uygulamalarında öğretim **öğrencinin bireysel kapasitesi ve öğrenme hızına uygun biçimde düzenlenir**, yani gerekli öğretimsel uyarlamalar yapılır. Buna karşılık **akranlarına liderlik yapma becerilerinin gelişmesi** kaynaştırmanın özel gereksinimli öğrencilere yönelik temel ve doğrudan bir katkısı olarak kabul edilmez. Bu nedenle doğru olan ifadeler **I ve II'dir**.

Cevap: D

5. Kaynaştırma eğitimi, özel gereksinimli öğrencilerin **akranlarıyla birlikte eğitim almalarını sağlayan ve onların sosyal, akademik ve duygusal gelişimlerini desteklemeyi amaçlayan** bir yaklaşımdır. Bu yaklaşımın temel ilkeleri arasında her bireyin **akranlarıyla birlikte eğitim görme hakkına sahip olması**, kaynaştırma sürecinde **aile ile okulun sürekli iş birliği ve etkileşim içinde olması** ve eğitim uygulamalarında **sürekliliğin sağlanması** yer alır. Bu ilkeler kaynaştırma uygulamalarının etkili ve sürdürülebilir biçimde yürütülmesi açısından önemlidir. Bu nedenle verilen ifadelerin **üçü de** kaynaştırma eğitiminin temel ilkeleri arasındadır.

Cevap: E

6. Kaynaştırma eğitiminde öğretim süreci öğrencinin **bireysel özellikleri, gereksinimleri ve öğrenme hızına göre uyarlanmalıdır**. Bu nedenle öğrencinin **olumlu davranışlarının pekiştirilmesi, öğretim hedeflerinin küçük basamaklara ayrılarak öğretilmesi, öğrencinin güçlü yönlerini destekleyen bir öğrenme ortamının oluşturulması ve kazanılan bilgi ile becerilerin günlük yaşama aktarılmasının sağlanması** kaynaştırma uygulamalarında önerilen yaklaşımlardır. Buna karşılık kaynaştırma eğitiminde **tüm öğrenciler için standart öğretim materyali kullanılması** uygun değildir; öğretim materyalleri öğrencinin **bireysel ihtiyaçlarına göre uyarlanmalıdır**.

Cevap: C

7. Öncülde Umut'un **sınıfta fiziksel olarak bulunduğu ancak öğrenme ve etkileşim açısından sınıf yaşantısına yeterince katılamadığı** açıkça belirtilmektedir. Yani sorun öğrencinin sınıfta bulunmaması değil, **sınıf etkinliklerine ve akran etkileşimine katılımının düşük olmasıdır**. Kaynaştırma uygulamalarında böyle durumlarda ilk yapılması gereken müdahale öğrencinin **akranlarıyla etkileşimini ve sınıf içi katılımını artıracak sınıf içi düzenlemeler yapmaktır**. Öğrencinin sınıf içinde akranlarına daha yakın bir konuma yerleştirilmesi ve temas fırsatlarının artırılması, sosyal etkileşimi ve etkinliklere katılımı destekleyen temel uygulamalardandır. Bu nedenle öğretmene **Umut'un sınıftaki yerini değiştirerek akranlarıyla daha fazla temas kurmasını sağlamasını önermek** öncelikli ve uygun bir adımdır.

Cevap: A

8. Öncülde Zeynep'in **akademik etkinliklere katıldığı**, ancak **teneffüslerde yalnız kaldığı, akranlarıyla oyun oynamadığı, grup çalışmalarında pasif kaldığı ve iletişimi başlatamadığı** belirtilmektedir. Yani problem öğrencinin akademik katılımı değil, **akran etkileşimi ve sosyal katılımının düşük olmasıdır**. Kaynaştırma uygulamalarında böyle durumlarda ilk yapılması gereken müdahale öğrenciyi ortamdaki ayırmak ya da yalnızca bireysel destek vermek değil, **sınıf için-**

de akran etkileşimini artıracak düzenlemeler yapmaktır. Sosyal becerileri güçlü akranlarla eşleştirme, akran modelinden yararlanma ve işbirlikli etkinliklere katılım sağlama bu amaçla kullanılan temel uygulamalardandır. Bu nedenle Zeynep'in **grup etkinliklerinde sosyal liderlik becerileri güçlü olan öğrencilerle eşleştirilmesi**, sosyal etkileşimini ve katılımını artırmaya yönelik en uygun ilk adımdır.

Cevap: A

9. Öncülde Ali'nin **öзgöl öğrenme güçlüğü tanısı olduğu**, buna rağmen sınıf öğretmeninin **dersi tüm sınıfa aynı şekilde anlattığı ve Ali için herhangi bir öğretim uyarlaması yapmadığı** belirtilmektedir. Ali'nin okuma-yazma ve matematikte zorlanması, tahtadan yazılanları geçirememesi ve harf atlama gibi güçlükleri de **öğretimin öğrencinin bireysel ihtiyaçlarına göre düzenlenmediğini** göstermektedir. Kaynaştırma uygulamalarında öğrencinin öğretimsel bütünleşmesini artırmak için ilk yapılması gereken, öğrenciyi ortamdaki ayırmak değil **sınıf içinde öğretimsel uyarlamalar yapılmasını sağlamaktır**. Bu uyarlamalar; farklı materyaller kullanma, görevleri basamaklandırma, ek süre verme ve öğretimi öğrencinin öğrenme hızına uygun düzenleme gibi uygulamaları içerir. Bu nedenle öncelikli adım **sınıf öğretmeni-nin Ali için uygun öğretim uyarlamaları yapması konusunda desteklenmesidir**.

Cevap: B

10. Öncülde öğretmenin **sınıf düzeninde değişiklikler yaparak İsmail'in sınıf ortamında bulunma biçimi üzerinde çalıştığı** belirtilmektedir. Yani yapılan düzenleme öğrencinin **sınıf içinde fiziksel olarak erişimini ve ortamda bulunmasını kolaylaştırmaya** yöneliktir. Kaynaştırma uygulamalarında öğrencinin akranlarıyla **aynı fiziksel ortamda bulunabilmesi ve sınıf ortamına erişiminin sağlanması fiziksel bütünleşme olarak adlandırılır**. **Sosyal bütünleşme** akranlarla etkileşim kurmayı, **öğretimsel bütünleşme** ise öğretimin uyarlanmasını ifade eder.

Cevap: C

11. Öncülde Berat'ın **akranlarıyla aynı sınıfta eğitim aldığı** ve öğretmenin onun ihtiyaçlarına uygun olarak **ders materyallerinde ve öğretim yöntemlerinde farklılıklar yaptığı** belirtilmektedir. Ayrıca öğretmenin bu uyarlamaları **Berat'ın akademik başarısını ve derse katılımını artırmak amacıyla** uyguladığı ifade edilmiştir. Bu durum öğrencinin sınıf ortamında sadece bulunması değil, **öğretimin öğrencinin bireysel ihtiyaçlarına göre uyarlanması** anlamına gelir. Kaynaştırma uygulamalarında öğretimin içeriği, yöntemleri, materyalleri ve değerlendirme süreçlerinin öğrencinin özelliklerine göre düzenlenmesi **öğretimsel bütünleşme** olarak adlandırılır. Diğer seçenekler incelendiğinde; **sosyal bütünleşme** öğrencinin akranlarıyla iletişim kurması ve sosyal etkileşime katılması ile ilgilidir. **Fiziksel bütünleşme** öğrencinin akranlarıyla aynı fiziksel ortamda bulunmasını ifade eder. **Tersine kaynaştırma**, tipik gelişim gösteren öğrencilerin özel eğitim ortamlarına dahil edilmesidir. **Destek eğitim odası** ise öğrencinin belirli derslerde bireysel destek aldığı ayrı bir uygulamadır. Bu nedenle verilen uygulama **öğretimsel bütünleşmeye** karşılık gelmektedir.

Cevap: B

12. Öncülde Büşra'nın **kaynaştırma sınıfında eğitim aldığı** ve öğretmenin onun **akranlarıyla daha fazla iletişim kurabilmesi ve sınıf içinde kaynaşmasını sağlamak amacıyla grup etkinlikleri düzenlediği** belirtilmektedir. Yani yapılan düzenlemeler öğrencinin **akranlarıyla etkileşim kurmasını ve sosyal ilişkilerini geliştirmesini** hedeflemektedir. Kaynaştırma uygulamalarında öğrencinin akranlarıyla **iletişim kurması, birlikte etkinliklere katılması ve sosyal ilişkiler geliştirmesi sosyal bütünleşme** katmanına karşılık gelir. Diğer seçenekler incelendiğinde; **öğretimsel bütünleşme** öğretim yöntemlerinin ve materyallerin öğrenciye göre uyarlanmasını ifade eder. **Fiziksel bütünleşme** öğrencinin akranlarıyla aynı ortamda bulunmasını ifade eder. **Tersine kaynaştırma**, tipik gelişim gösteren öğrencilerin özel eğitim ortamlarına dahil edilmesidir. **Destek eğitim odası** ise öğrencinin belirli derslerde bireysel destek aldığı ayrı bir uygulamadır. Bu nedenle verilen durum **sosyal bütünleşme** örneğidir.

Cevap: A

13. Öncülde Melike için **bireyselleştirilmiş eğitim programı (BEP)** hazırlanacağı ve bu süreçte **öğretmen gözlemleri, değerlendirme sonuçları ve aile görüşlerinin dikkate alınacağı** belirtilmektedir. BEP hazırlama sürecinin temelinde öğrencinin **mevcut performansının belirlenmesi** yer alır. Bu nedenle program hazırlanırken ilk olarak öğrencinin **güçlü yönleri, gelişim alanları ve eğitsel performansı kapsamlı biçimde değerlendirilir**. Bu değerlendirme sonucunda öğrencinin ihtiyaçları netleştirilir ve ardından hedefler, öğretim yöntemleri ve kullanılacak materyaller planlanır. Diğer seçeneklerde verilen **materyal belirleme, yılsonu hedefleri oluşturma, öğretim stratejileri toplama ve aile katılımını planlama** gibi adımlar BEP sürecinde yer alabilir; ancak bunlar öğrencinin mevcut performansı belirlendikten sonra yapılır.

Cevap: B

14. Öncülde Cebrail'in ailesinin **çocuğun akademik gelişimi ve evde yapılacak destekler konusunda bilgi eksikliği olduğu**, ayrıca **okulla iş birliğinin zayıf olduğu** belirtilmektedir. Yani temel sorun ailenin **eğitim süreci hakkında yeterli bilgiye sahip olmaması ve sürece etkin katılamamasıdır**. Özel eğitimde aile ile etkili iş birliği kurmanın ilk adımlarından biri, aileye çocuğun **özellikleri, ihtiyaçları ve eğitim süreci hakkında doğru, açık ve anlaşılır bilgiler sunmaktır**. Aile bilgilendirildiğinde ve süreci anladığında okul ile iş birliği kurması ve çocuğun eğitimine aktif katılımı kolaylaşır. Diğer seçenekler incelendiğinde; **yalnızca akademik rapor vermek** yeterli değildir, **katılımı zorunlu hale getirmek** iş birliğini zedeleyebilir, **yazılı iletişimi tercih ederek görüşmelerden kaçınmak** etkili değildir ve **eğitim sorumluluğunu tamamen okula bırakmak** aile katılımı ilkesine aykırıdır.

Cevap: B

15. Öncülde öğretmenin Orçun'da **akademik başarı düşüşü, yönergeleri anlamada güçlük, dikkatini toplamakta zorlanma ve sınıf etkinliklerine sınırlı katılım** gibi durumlar gözlemlediği ve **hafif zihinsel yetersizlik olasılığından şüphelendiği** belirtilmektedir. Böyle bir durumda öğretmenin yapması gereken ilk adım öğrenciyi doğrudan ayırmak ya da disiplin uygulamak değil, öğrencinin **eğitsel performansına ilişkin sistemli gözlemler yaparak durumu okulun rehberlik servisiyle paylaşmak ve değerlendirme sürecini başlatmaktır**. Özel eğitimde öğrencinin olası gereksinimlerini belirlemek için öğretmenin **gözlem verileri toplaması ve rehberlik birimiyle iş birliği içinde süreci yürütmesi** önemlidir. Diğer seçeneklerde yer alan **ek görev verme, öğrenciyi sınıftan ayırma, disiplin odaklı yaklaşım** veya **sorunu görmezden gelme** gibi uygulamalar öğrencinin gereksinimlerini belirlemeye ve uygun destek planı oluşturmaya hizmet etmez.

Cevap: E

1. Soruda ölçek aynı öğrenci grubuna **üç hafta arayla iki kez uygulanmış** ve iki uygulamadan elde edilen puanlar arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu nedenle ölçülmek istenen güvenirlik türü **test-tekrar test güvenirliğidir. Test-tekrar test güvenirliği**, bir ölçme aracının **zaman içindeki kararlılığını** belirlemek amacıyla kullanılır. Aynı testin aynı gruba belirli bir zaman aralığıyla tekrar uygulanması ve iki uygulamadan elde edilen puanlar arasındaki **korelasyon katsayısının** hesaplanmasına dayanır. Korelasyonun yüksek olması ölçme aracının zaman içinde **tutarlı sonuçlar verdiğini** gösterir.

A seçeneğindeki iki yarı güvenirliği test maddelerinin iki eşdeğer parçaya ayrılması (örneğin **tek-çift maddeler**) ve bu iki yarıdan elde edilen puanlar arasındaki korelasyonun hesaplanmasına dayanır. Bu yöntem testin **iç tutarlılığına** ilişkin bilgi verir ve **tek uygulama verisiyle** hesaplanır.

C seçeneğindeki iç tutarlılık güvenirliği bir ölçekteki maddelerin aynı özelliği ölçme derecesini, yani maddeler arasındaki **tutarlılığı ve homojenliği** ifade eder. Bu tür güvenirlik çoğunlukla **Cronbach alfa katsayısı** ile belirlenir.

D seçeneğindeki puanlayıcılar arası güvenirlik aynı performansın farklı değerlendiriciler tarafından puanlanması durumunda verilen puanların **birbiriyle ne kadar uyumlu olduğunu** gösterir. Özellikle gözlem ve performans değerlendirmelerinde önemlidir.

E seçeneğindeki madde analizine dayalı güvenirlik test maddelerinin **madde güçlüğü** ve **madde ayırt edicilik indekslerinin** incelenmesiyle testin madde düzeyindeki niteliğinin değerlendirilmesini ifade eder.

Cevap: B

2. Soruda empatiyi ölçmek amacıyla geliştirilen ölçeğin puanlarının, empatiyle ilişkili **duygusal anlayış ve başkasının bakış açısından düşünme** becerileriyle değil; daha çok **prososyal davranışlarla** ilişkili olduğu görülmektedir. Bu durum ölçeğin empatiyi değil başka bir yapıyı ölçtüğünü gösterir. Dolayısıyla ölçeğin **yapı geçerliğinin sağlanamadığı** anlaşılmaktadır. **Yapı geçerliği**, bir ölçme aracının ölçmeyi amaçladığı **kuramsal yapıyı gerçekten ölçme derecesini** ifade eder. Empatiyi ölçmek için geliştirilen bir ölçeğin daha çok yardım etme eğilimini ölçmesi, ölçülen yapının hedeflenen yapıdan farklı olduğunu gösterir.

Test-tekrar test güvenirliği, bir ölçme aracının **zaman içindeki kararlılığını** belirlemek amacıyla aynı testin aynı gruba belirli bir zaman aralığıyla tekrar uygulanması ve iki uygulama puanı arasındaki korelasyonun incelenmesine dayanır. Soruda zamana bağlı bir tutarlılık incelemesi söz konusu değildir.

Kapsam geçerliği, ölçme aracının ölçmek istediği alanın **tüm boyutlarını yeterince temsil edip etmediğiyle** ilgilidir. Genellikle uzman görüşleriyle değerlendirilir. Sorudaki problem alanın kapsamından değil, ölçülen **kuramsal yapının farklı olmasından** kaynaklanmaktadır.

İç tutarlılık güvenirliği, ölçekte yer alan maddelerin **birbiriyle ne kadar tutarlı olduğunu** gösterir ve çoğunlukla **Cronbach alfa katsayısı** ile hesaplanır. Soruda maddeler arası tutarlılıkla ilgili bir durumdan söz edilmemektedir.

Standardizasyon, testin **uygulama, puanlama ve yorumlama süreçlerinin standartlaştırılması** ve normların oluşturulması sürecini ifade eder. Sorudaki bulgu standardizasyonla ilgili değildir.

Cevap: A

3. Soruda psikolojik danışman ortaokul öğrencilerinin sınav kaygısını ölçmek için bir ölçek geliştirmek istemektedir ve özellikle ölçeğin **öğrencilerin yaş, sınıf düzeyi, okula devam durumu ve akademik beceri farklılıklarına uygun olmasını** hedeflemektedir. Bir ölçme aracı geliştirilirken ilk yapılması gereken, testin uygulanacağı grubun özelliklerini ayrıntılı biçimde tanımdır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğindeki hedef grubun demografik, bilişsel ve sosyal özelliklerini ayrıntılı biçimde incelemektir**. Test geliştirme sürecinde ilk aşama **hedef kitlenin özelliklerini ve ölçülecek yapının bağlamını belirlemektir**. Böylece hazırlanacak maddeler öğrencilerin gelişim düzeyine, dil özelliklerine ve yaşantılarına uygun şekilde oluşturulabilir.

Kapsam geçerliği, ölçme aracının ölçmek istediği alanın tüm boyutlarını yeterince temsil edip etmediğini ifade eder ve genellikle **uzman görüşleri** alınarak değerlendirilir. Ancak bu aşama, hedef kitle ve ölçülecek yapının özellikleri belirlendikten sonra gerçekleştirilir.

Pilot uygulama, hazırlanan maddelerin küçük bir örneklem üzerinde denenmesi sürecidir. Bu uygulama madde yazımı tamamlandıktan sonra yapılır ve test geliştirme sürecinin ilk basamağıdır.

Madde gücülüğü ve madde ayırt edicilik indeksleri, test maddelerinin ne kadar zor olduğunu ve öğrencileri ne kadar iyi ayırt ettiğini belirlemek amacıyla hesaplanır. Bu analizler genellikle **pilot uygulamadan sonra** yapılır.

Yönerge ve puanlama anahtarının hazırlanması, testin uygulanma ve puanlanma süreçlerinin standartlaştırılmasıyla ilgilidir ve geliştirme sürecinin ilerleyen aşamalarında gerçekleştirilir.

Cevap: D

4. Soruda Ahmet Bey'in gerçek stres düzeyinden daha yüksek puanlar verdiği ve bunu **yöneticilerin dikkatini çekmek ve daha fazla destek almak amacıyla bilinçli olarak yaptığı** belirtilmektedir. Yani kişi ölçme aracını kasıtlı biçimde yanlış yönlendirmektedir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki yanıltmadır**. Yanıltma, bireyin test veya anketteki sorulara **bilinçli olarak gerçeğe aykırı cevaplar vermesi** ve ölçme sonucunu belirli bir amaç doğrultusunda değiştirmeye çalışmasıdır.

Kişi burada gerçek durumunu değil, **elde etmek istediği sonuca uygun bir yanıt örüntüsü** sergilemektedir.

Sosyal kabul hatası, bireyin toplum tarafından olumlu karşılanacak cevapları verme eğilimidir. Kişi kendini daha iyi göstermek ister. Soruda ise kişi kendini daha iyi değil, olduğundan **daha kötü durumda** göstermektedir.

Orta yol cevap verme, bireyin kararsızlık ya da risk almama eğilimi nedeniyle ölçeklerde **orta seçenekleri tercih etmesidir**. Soruda böyle bir durum yoktur.

Toto oynama, bireyin soruların doğru cevabını bilmediğinde **rastgele işaretleme yapmasıdır**. Bu durum genellikle başarı testlerinde görülür.

Cevapların kalıplaşması, bireyin soruları dikkatle okumadan **aynı seçeneği art arda işaretlemesi** gibi durumları ifade eder. Soruda sistematik biçimde aynı seçeneği işaretleme söz konusu değildir.

Cevap: C

5. Soruda ölçme değerlendirme uzmanı geliştirdiği ölçeğin **zamana karşı ne kadar tutarlı sonuç verdiğini** incelemek istemektedir. Bu amaçla ölçeği **aynı öğrenci grubuna iki hafta arayla iki kez uygulamış** ve iki uygulamadan elde edilen puanları karşılaştırmıştır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki test-tekrar test güvenilirliğidir**. **Test-tekrar test güvenilirliği**, bir ölçme aracının **zaman içindeki kararlılığını** belirlemek amacıyla aynı testin aynı gruba belirli bir zaman aralığıyla tekrar uygulanması ve iki uygulamadan elde edilen puanlar arasındaki **korelasyonun incelenmesine** dayanır.

KR-20 ve KR-21 güvenilirliği, özellikle **iki kategorili (doğru-yanlış gibi)** maddelerden oluşan testlerde kullanılan **iç tutarlılık güvenilirliği katsayılarıdır**. Maddelerin birbirleriyle ne kadar tutarlı olduğunu belirlemeye yöneliktir.

Paralel form güvenilirliği, aynı özelliği ölçen **iki eşdeğer test formunun** aynı gruba uygulanması ve iki formdan elde edilen puanların korelasyonunun incelenmesine dayanır. Soruda aynı test iki kez uygulanmıştır, farklı form kullanılmamıştır.

Ölçüt geçerliği, bir testten elde edilen puanların **başka bir ölçütle olan ilişkisini** inceleyerek tes-

tin geçerliliğini değerlendirmeyi ifade eder. Bu durum güvenirlikle değil **geçerlilikle** ilgilidir.

Cronbach alfa güvenirliği, ölçek maddelerinin birbiriyle tutarlılığını gösteren bir iç tutarlılık güvenirliği katsayısıdır ve tek uygulama verisine dayanır.

Cevap: B

6. Soruda geliştirilen testin maddeleri **doğru-yanlış biçiminde iki kategorili olarak** yanıtlanmaktadır ve danışman testteki maddelerin birbiriyle tutarlılığını, yani testin genel olarak güvenilir olup olmadığını belirlemek istemektedir. İki kategorili maddelerden oluşan testlerde iç tutarlılığı belirlemek için kullanılan özel katsayılar vardır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki KR-20 ve KR-21 güvenirliğidir**. KR-20 ve KR-21, doğru-yanlış ya da 0-1 biçiminde puanlanan maddelerden oluşan testlerde iç tutarlılığı belirlemek için kullanılan güvenirlik katsayılarıdır. Bu katsayılar testteki maddelerin aynı özelliği ölçüp ölçmediğini ve birbirleriyle ne kadar tutarlı olduğunu gösterir.

Test-tekrar test güvenirliği, bir ölçme aracının zaman içindeki kararlılığını belirlemek için aynı testin aynı gruba belirli bir zaman aralığıyla tekrar uygulanması ve iki uygulama puanı arasındaki korelasyonun incelenmesine dayanır. Soruda zamana bağlı bir karşılaştırma yapılmamaktadır.

Puanlayıcı güvenirliği, aynı performansın farklı değerlendiriciler tarafından puanlanması durumunda verilen puanların birbiriyle ne kadar tutarlı olduğunu gösterir. Genellikle gözlem veya performans değerlendirmelerinde kullanılır.

Paralel form güvenirliği, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun aynı gruba uygulanması ve iki formdan elde edilen puanların korelasyonunun incelenmesine dayanır. Soruda farklı test formlarından söz edilmemektedir.

İç tutarlılık güvenirliği, bir testteki maddelerin birbiriyle ne kadar tutarlı olduğunu ifade eden genel bir kavramdır. Ancak iki kategorili maddelerden oluşan testlerde bu amaçla kullanılan özel yöntem **KR-20 ve KR-21 katsayılarıdır**.

Cevap: B

7. Soruda geliştirilen ölçek **Likert tipi** olup maddeler "hiç katılmıyorum-tamamen katılıyorum" şeklinde **çok kategorili derecelendirme** ile yanıtlanmaktadır. Danışman ayrıca ölçek maddelerinin birbiriyle ne kadar tutarlı olduğunu, yani ölçeğin iç tutarlılığını incelemek istemektedir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki Cronbach alfa güvenirliğidir**. Cronbach alfa, özellikle Likert tipi ve çok kategorili maddelerden oluşan ölçeklerde iç tutarlılığı belirlemek için kullanılan güvenirlik katsayısıdır. Ölçekteki maddelerin aynı yapıyı ölçüp ölçmediğini ve birbirleriyle ne kadar tutarlı olduğunu gösterir.

Test-tekrar test güvenirliği, bir ölçme aracının zaman içindeki kararlılığını incelemek amacıyla aynı testin aynı gruba belirli bir zaman aralığıyla tekrar uygulanması ve puanlar arasındaki korelasyonun hesaplanmasına dayanır. Soruda zamana bağlı bir inceleme yapılmamaktadır.

Puanlama güvenirliği, özellikle açık uçlu veya performans değerlendirmelerinde farklı puanlayıcıların verdikleri puanların birbiriyle ne kadar tutarlı olduğunu gösterir. Likert tipi bir öz-bildirim ölçeğinde bu tür bir değerlendirme söz konusu değildir.

Paralel form güvenirliği, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun aynı gruba uygulanması ve iki formdan elde edilen puanların korelasyonunun incelenmesine dayanır. Soruda ikinci bir test formu bulunmamaktadır.

İki yarı güvenirliği, test maddelerinin iki eşdeğer parçaya ayrılması (örneğin **tek-çift maddeler**) ve iki yarıdan elde edilen puanlar arasındaki korelasyonun incelenmesine dayanır. Bu da iç tutarlılığı inceleyen bir yöntemdir; ancak Likert tipi ölçeklerde en yaygın kullanılan yöntem **Cronbach alfa katsayısıdır**.

Cevap: C

8. Murat Bey, öğrencilerin ilk testten etkilenmesini önlemek için **aynı kavramı ölçen farklı bir test formu** hazırlamış ve **her iki formu aynı öğrenci grubuna uygulayarak puanlar arasındaki ilişkiyi incelemiştir**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğindeki paralel form güvenilirliğidir**. Paralel form güvenilirliği, aynı özelliği ölçen eşdeğer iki test formunun aynı gruba uygulanması ve iki formdan elde edilen puanlar arasındaki **korelasyonun incelenmesine** dayanır. Bu yöntem, testin farklı formlarının **benzer sonuçlar verip vermediğini** belirlemek amacıyla kullanılır.

Test-tekrar test güvenilirliği, aynı testin **aynı gruba belirli bir zaman aralığıyla tekrar uygulanması** ve iki uygulamadan elde edilen puanlar arasındaki ilişkinin incelenmesine dayanır. Soruda ise aynı test değil, **farklı test formları** kullanılmıştır.

KR-20 ve KR-21 güvenilirliği, doğru-yanlış gibi **iki kategorili maddelerden oluşan testlerde iç tutarlılığı** belirlemek için kullanılan güvenilirlik katsayılarıdır.

Cronbach alfa güvenilirliği, özellikle **Likert tipi ve çok kategorili maddelerden oluşan ölçeklerde** maddelerin birbiriyle ne kadar tutarlı olduğunu gösteren **iç tutarlılık katsayısıdır**.

İç tutarlılık güvenilirliği, bir testteki maddelerin **aynı özelliği ölçme derecesini ve maddeler arasındaki tutarlılığı** ifade eden genel bir kavramdır. Soruda ise maddeler arası tutarlılık değil, **iki eşdeğer test formunun karşılaştırılması** söz konusudur.

Cevap: D

9. Psikolojik danışman tarafından geliştirilen ölçek **Likert tipi** olup maddeler "hiç katılmıyorum-tamamen katılıyorum" şeklinde derecelendirilmektedir. Ayrıca amaç, ölçeğin maddelerinin **birbiriyle ne kadar tutarlı olduğunu** ve ölçmek istediği yapıyı güvenilir biçimde yansıtıp yansıtmadığını incelemektir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki iç tutarlılık güvenilirliğidir**. İç tutarlılık güvenilirliği, bir ölçekteki maddelerin **aynı özelliği ölçme derecesini** ve maddeler arasındaki tutarlılığı ifade eder. Likert tipi ölçeklerde bu tutarlılık çoğunlukla **Cronbach alfa katsayısı** ile belirlenir.

Test-tekrar test güvenilirliği, bir ölçme aracının **zaman içindeki kararlılığını** incelemek amacıyla aynı testin aynı gruba belirli bir zaman aralığıyla tekrar uygulanması ve iki uygulama puanı arasındaki ilişkinin incelenmesine dayanır.

Paralel form güvenilirliği, aynı özelliği ölçen **iki eşdeğer test formunun** aynı gruba uygulanması ve iki formdan elde edilen puanların korelasyonunun incelenmesini ifade eder.

Ölçüt geçerliği, bir testten elde edilen puanların **başka bir ölçütle olan ilişkisini** inceleyerek testin geçerliğini değerlendirmeye yöneliktir.

Görünüş geçerliği, test maddelerinin ölçmek istediği özelliği **yüzeysel olarak ölçüyor gibi görünmesi** ile ilgilidir ve genellikle uzman ya da katılımcı görüşlerine dayanır.

Cevap: B

10. I. **öncülde**, bireyin ölçme aracındaki ifadeleri dikkatlice okumadan **benzer yanıt biçimlerini tekrar tekrar işaretlemesi** anlatılmaktadır. Bu durum envanter hatalarından **cevapların kalıplaşması** olarak adlandırılır. Kişi soruları değerlendirmeden aynı seçeneği sürekli işaretleme eğilimi gösterir.
- II. **öncülde**, katılımcının bazı maddelerin cevabından emin olamadığında **rastgele seçim yapması** ifade edilmektedir. Bu durum ölçme hatalarından **toto oynamak** olarak adlandırılır ve bireyin sorulara bilinçli bir değerlendirme yapmadan şans eseri cevap vermesini ifade eder.
- III. **öncülde** kişinin kendisini net biçimde ifade etmekten kaçınarak genellikle **orta seçenekleri tercih etmesi** söz konusudur. Bu durum **orta yol cevap verme** eğilimi olarak bilinir ve bireyin uç seçeneklerden kaçınarak ortada kalma eğilimini gösterir.
- IV. **öncülde** bireyin kendisini değerlendirirken **toplum tarafından onaylanabilecek biçimde görünmeye çalışması** anlatılmaktadır. Bu durum **sosyal kabul (sosyal beğenirlik) hatası** olarak adlandırılır.

Cevap: E

11. Psikolojik danışman tarafından geliştirilen ölçekte maddelerin çoğu **ders çalışma süresi ve ödev teslim alışkanlıkları** gibi sınırlı davranışlara odaklanmakta; ancak öz disiplinin önemli boyutları olan **dürtü kontrolü, plan yapma ve erteleme** gibi alanlar yeterince temsil edilmemektedir. Danışmanın ölçeğin geçerliğini artırmak için bu alanlara ilişkin **yeni maddeler eklemeyi planlaması**, ölçülen yapının tüm boyutlarını kapsamasını sağlamaya yöneliktir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki kapsam geçerliğini geliştirmeye yöneliktir. Kapsam geçerliği**, bir ölçme aracının ölçmek istediği alanın **tüm boyutlarını yeterli ve dengeli biçimde temsil etme derecesini** ifade eder.

Ölçüt bağıntılı geçerlik, bir testten elde edilen puanların **başka bir ölçüt ile olan ilişkisine** bakılarak değerlendirilir. Amaç, test sonuçlarının başka bir ölçümle ne kadar ilişkili olduğunu incelemektir.

Yapı geçerliği, bir ölçme aracının ölçmek istediği **kuramsal psikolojik yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediğini** belirlemeye yöneliktir ve genellikle faktör analizi gibi yöntemlerle incelenir.

Yordama geçerliği, testten elde edilen puanların **gelecekteki bir performansı veya davranışı ne ölçüde tahmin ettiğini** inceleyen bir geçerlik türüdür.

Görünüş geçerliği, test maddelerinin ölçmek istediği özelliği **yüzeysel olarak ölçüyor gibi görünmesiyle** ilgilidir ve genellikle uzman veya katılımcı görüşlerine dayanır.

Cevap: C

12. Araştırmacı envanter sonuçlarının okul ortamındaki gerçek gözlemlerle örtüşmediğini fark etmiş ve bunun nedenlerini incelemiştir. İnceleme sonucunda bazı öğrencilerin **anketi hızlıca ve rastgele doldurduğu**, bazı maddelerin **olumsuz ifadeleri nedeniyle anlaşılmadığı** ve okul yönetiminin sonuçları göreceği söylentisinin yayıldığı belirlenmiştir. Bu durum sırasıyla **yanıtlayıcı motivasyonunun düşüklüğü, madde anlaşılabilirliğinin zayıflığı** ve öğrencilerin kendilerini olumlu göstermek istemesine bağlı **sosyal beğenirlik etkisini** ifade eder. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğindeki yanıtlayıcı motivasyonunun düşüklüğü, madde anlaşılabilirliğinin zayıflığı ve sosyal beğenirlik etkisidir**.

B seçeneğinde geçen **iç tutarlılığın yüksekliği** maddelerin birbirleriyle tutarlı olduğunu gösteren olumlu bir durumdur; soruda ise testin kalitesini düşüren faktörlerden söz edilmektedir. Ayrıca kapsam ve yapı geçerliğiyle ilgili doğrudan bir bulgu verilmemiştir.

C seçeneğinde yer alan **uygulayıcı önyargısı**, testi uygulayan kişinin tutumundan kaynaklanan bir hatadır. Soruda uygulayıcıdan kaynaklanan bir durum bulunmamaktadır. Aynı seçenekte geçen **ölçüt geçerliğinin yüksekliği** de problem değil, olumlu bir özelliktir.

D seçeneğinde belirtilen **test-tekrar test güvenirliği** ve **madde homojenliği** testin güvenirliğini artıran kavramlardır. Soruda ise güvenirliği azaltan durumlar anlatılmaktadır.

E seçeneğinde yer alan **kültürel uyum eksikliği** ve **dışsal güvenirlik** gibi kavramlara ilişkin bir bulgu verilmemiştir. Ayrıca seçenek "tepki yanlılığının azalması"ndan söz ederken, soruda tam tersine yanlılık oluştugu görülmektedir.

Cevap: A

13. Psikolojik danışman tarafından uygulanan testte **aynı akademik başarı düzeyine sahip kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı puan farkları** görülmüş ve ayrıntılı analizde bazı maddelerin **bir grup için daha kolay, diğer grup için daha zor** olduğu belirlenmiştir. Bu durum, maddelerin ölçmek istedikleri beceri dışında **belirli bir grup lehine avantaj oluşturduğunu** gösterir. Dolayısıyla burada test geliştirme sürecinde karşılaşılan sorun **E seçeneğindeki madde yanlılığıdır. Madde yanlılığı**, aynı yetenek düzeyine sahip farklı grupların bir maddeyi **sistematiik biçimde farklı başarı düzeylerinde cevaplama**sı durumudur ve testin adil ölçme yapmasını engeller.

A seçeneğindeki kapsam geçerliği, bir testin ölçmek istediği alanın tüm boyutlarını ne kadar iyi temsil ettiğini ifade eder. Soruda ise içerik kapsamından değil, maddelerin belirli gruplar için avantaj sağlamasından söz edilmektedir.

B seçeneğindeki madde gücülüğü, bir maddenin öğrenciler tarafından doğru cevaplanma oranını ifade eder. Soruda sorun madde gücülüğünün istikrarlı olması değil, gücülüğün **farklı gruplar için değişmesidir**.

C seçeneğindeki iç tutarlılık, test maddelerinin aynı özelliği ölçme derecesini ifade eder ve genel-

likle **Cronbach alfa katsayısı** ile incelenir. Soruda maddeler arası tutarlılıkla ilgili bir problem verilmemiştir.

D seçeneğindeki uygulayıcı güvenilirliği, farklı değerlendiricilerin verdikleri puanların birbiriyle ne kadar tutarlı olduğunu ifade eder. Bu durum daha çok **gözlem veya performans değerlendirme** önemlidir ve sorudaki durumla ilişkili değildir.

Cevap: E

14. Ölçek aynı öğrencilere **iki hafta arayla tekrar uygulandığında puanlar arasında düşük korelasyon** bulunması, ölçme aracının **zaman içinde tutarlı sonuç vermediğini** gösterir. Bu durum **güvenirliğin düşük** olduğuna işaret eder. Ayrıca ölçek puanları ile **dönem sonu not ortalaması ve ders devamlılığı** arasında anlamlı bir ilişki bulunmaması, ölçme aracının ölçmek istediği yapıyla ilişkili ölçütlerle bağlantı kuramadığını gösterir; yani **geçerlik de zayıftır**. Bunun yanında maddelerin bazıları **motivasyon ve öz düzenleme** gibi farklı kavramları da içermektedir; bu da ölçeğin ölçmek istediği yapıyı net biçimde temsil etmediğini düşündürür. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki ölçeğin hem geçerliliğinin hem de güvenilirliğinin zayıf olmasıdır**.

A seçeneğindeki durum, ölçeğin geçerli olduğu fakat güvenilir olmadığı anlamına gelir. Oysa soruda hem güvenilirliğin hem de geçerliliğin sorunlu olduğunu gösteren bulgular bulunmaktadır.

C seçeneğinde ölçeğin güvenilir fakat geçerli olmadığı ifade edilmektedir. Ancak test-tekrar uygulamasında düşük korelasyon bulunması, güvenilirliğin de düşük olduğunu gösterir.

D seçeneğindeki kapsam geçerliği ve yapı geçerliği değerlendirmesi sorudaki bulguların tamamını açıklamaz. Soruda yalnızca yapı ile ilgili değil, **güvenirlik ve ölçüt ilişkisi** ile ilgili sorunlar da vardır.

E seçeneğinde belirtilen ölçüt bağıntılı geçerlik, test puanlarının başka bir ölçütle güçlü ilişki göstermesi durumudur. Soruda ise test puanları ile akademik başarı arasında **anlamlı ilişki bulunmadığı** belirtilmiştir.

Cevap: B

15. Psikolojik danışman test uygulaması öncesinde öğrencilere gerekli bilgilendirmeyi yapmış ve uygulama sırasında **standart yönergeleri ve süre sınırını değiştirmeden** süreci yürütmüştür. Ancak test sonuçlarını öğretmenlerle paylaşırken bazı öğrenciler için **"dikkat eksikliği tanısı"** ifadesini kullanmıştır. Oysa psikolojik test sonuçları **tek başına klinik tanı koymak için yeterli değildir** ve bu tür ifadeler etik açıdan sorun oluşturur. Bu nedenle burada ihlal edilen ilke **D seçeneğindeki test sonuçlarının yorumlanmasında dikkat edilmesi gereken etik sınırlılıklardır**. Ölçme sonuçları yorumlanırken testin **amacı, kapsamı ve sınırlılıkları** dikkate alınmalı; test sonuçlarından doğrudan **tanı koyma** gibi aşırı yorumlar yapılmamalıdır.

A seçeneğinde belirtilen **birden fazla ölçme aracı kullanma ilkesi**, değerlendirmelerin farklı veri kaynaklarıyla desteklenmesini ifade eder. Soruda bu ilkenin ihlal edildiğine dair doğrudan bir bilgi verilmemektedir.

B seçeneğindeki uygulama koşullarının standartlığı, testin aynı yönerge ve süre ile uygulanmasını ifade eder. Soruda danışmanın yönergeleri ve süreyi değiştirmede özellikle belirtilmiştir; yani bu ilke korunmuştur.

C seçeneğindeki kapsam geçerliği, test maddelerinin ölçmek istediği alanın tüm boyutlarını temsil etmesiyle ilgilidir. Sorudaki problem test içeriğiyle değil, sonuçların yorumlanmasıyla ilgilidir.

E seçeneğinde ifade edilen durum, ölçme aracının **farklı zaman ve koşullarda benzer sonuçlar vermesi**, yani güvenilirlik ile ilişkilidir. Soruda böyle bir güvenilirlik sorunu bulunmamaktadır.

Cevap: D

1. Havayolu şirketi pilot adaylarını değerlendirmek için bir test uygulamakta ve **yalnızca en yüksek puanı alan adayları eğitim programına kabul etmektedir**. Yani test sonuçları adaylar arasında bir eleme yaparak **en uygun adayların belirlenmesi** amacıyla kullanılmaktadır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki seçme işlevidir**. İşe alım, öğrenci kabulü veya programlara yerleştirme süreçleri bu işlevin tipik örnekleridir.

A seçeneğindeki sınıflama, bireyleri belirli özelliklerine göre **farklı kategorilere veya gruplara ayırmayı** ifade eder. Burada ise gruplama değil, **en yüksek puanlı adayların seçilmesi** söz konusudur.

C seçeneğinde yer alan yöntemi değerlendirme, uygulanan bir eğitim programı veya müdahalenin **etkililiğini incelemek** amacıyla testlerin kullanılmasını ifade eder.

D seçeneğindeki araştırma, psikolojik testlerin **bilimsel veri toplama ve değişkenler arasındaki ilişkileri inceleme** amacıyla kullanılmasını ifade eder.

E seçeneğinde belirtilen hipotezlerin kontrol edilmesi, araştırmalarda belirli varsayımların **istatistiksel olarak sınanması** sürecidir ve burada anlatılan durumla ilişkili değildir.

Cevap: B

2. Psikolojik danışman öğrencilerin **öğrenme stillerini belirlemek** için bir envanter uygulamış ve elde edilen sonuçlara göre öğrencileri **baskın öğrenme stiline uygun destek gruplarına yerleştirmiştir**. Bu süreçte hiçbir öğrenci elenmemiş, yalnızca benzer özelliklere sahip öğrenciler farklı gruplara ayrılmıştır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğindeki sınıflamadır**. Sınıflama, psikolojik test sonuçlarına dayanarak bireylerin **benzer özelliklerine göre farklı gruplara veya kategorilere ayrılması** işlemidir.

B seçeneğindeki seçme, bireyler arasından belirli ölçütlere en uygun olanların seçilmesi ve diğerlerinin elenmesi sürecini ifade eder. Soruda öğrencilerin elenmesi söz konusu değildir.

C seçeneğinde yer alan uygulanan yöntemi değerlendirme, bir eğitim programının veya müdahale yönteminin **etkililiğini incelemek** amacıyla test sonuçlarının kullanılmasıdır.

D seçeneğindeki yordama, test puanlarının **gelecekteki bir başarıyı ya da davranışı tahmin etmek** amacıyla kullanılmasını ifade eder.

E seçeneğindeki tanılama, bireyin bir **psikolojik sorununu ya da durumunu belirleme** amacıyla yapılan değerlendirmeleri ifade eder. Soruda böyle bir klinik değerlendirme söz konusu değildir.

Cevap: A

3. Depresyon hastalarına uygulanan **iki farklı terapi programının etkililiğini karşılaştırmak** amacıyla terapi öncesi ve sonrası depresyon düzeyleri **Beck Depresyon Ölçeği** ile ölçülmüş ve hangi yöntemin daha etkili olduğu incelenmiştir. Yani psikolojik test burada **bir müdahale yönteminin sonuçlarını değerlendirmek** amacıyla kullanılmıştır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki uygulanan yöntemin değerlendirilmesidir**. Psikolojik testler bazen bir eğitim, terapi ya da müdahale programının **etkililiğini belirlemek** için kullanılır.

A seçeneğindeki seçme, bireyler arasından belirli ölçütlere en uygun olanların belirlenmesi ve diğerlerinin elenmesi amacıyla testlerin kullanılmasıdır. Soruda böyle bir eleme söz konusu değildir.

B seçeneğindeki sınıflama, bireylerin benzer özelliklerine göre farklı gruplara ayrılmasıdır. Bu soruda bireyleri gruplara ayırmak değil, **iki yöntemin sonuçlarını karşılaştırmak** amaçlanmaktadır.

D seçeneğindeki araştırma, psikolojik testlerin bilimsel veri toplamak ve değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla kullanılmasıdır. Soruda araştırma niteliği bulunsa da asıl amaç **uygulanan terapi yöntemlerinin etkililiğini değerlendirmektir**.

E seçeneğindeki hipotezlerin kontrol edilmesi, araştırmalarda belirli varsayımların istatistiksel olarak sınanmasını ifade eder. Burada test doğru bir **terapi yönteminin etkililiğini değerlendirmek** amacıyla kullanılmıştır.

Cevap: C

4. Bir üniversitede yapılan çalışmada öğrencilerin **sınav kaygısı düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki** incelenmektedir. Araştırmacılar kaygı düzeyini ölçmek için **Sınav Kaygısı Envanteri**, başarıyı belirlemek için ise **dönem sonu notlarını** kullanmıştır. Burada psikolojik test, bireyleri seçmek ya da sınıflamak için değil; **iki değişken arasındaki ilişkiyi incelemek ve bilimsel veri toplamak** amacıyla kullanılmaktadır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğindeki araştırma işlevi**dir. Psikolojik testler araştırmalarda **değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek ve bilimsel veri elde etmek** amacıyla sıkça kullanılır.

A seçeneğindeki sınıflama, bireylerin belirli özelliklerine göre farklı gruplara ayrılmasıdır. Soruda öğrencilerin gruplara ayrılması söz konusu değildir.

B seçeneğindeki seçme, bireyler arasından belirli ölçütlere en uygun olanların belirlenmesi ve diğerlerinin elenmesi sürecidir. Araştırmada böyle bir eleme yapılmamaktadır.

C seçeneğindeki uygulanan yöntemin değerlendirilmesi, bir eğitim programının ya da müdahale yönteminin **etkililiğini belirlemek** amacıyla testlerin kullanılmasıdır.

E seçeneğindeki tanılama, bireyin bir **psikolojik sorunu veya klinik durumunu belirlemek** amacıyla yapılan değerlendirmeleri ifade eder. Soruda böyle bir amaç bulunmamaktadır.

Cevap: D

5. Test geliştirme uzmanı ölçeğin uygulanması için **ayrıntılı yönergeler hazırlamış ve tüm uygulayıcıların aynı talimatları izlemesini istemiştir**. Ancak bazı psikolojik danışmanların soruları değiştirmesi ve puanlamada farklı ölçütler kullanması, testin **standardizasyonunun bozulmasına** neden olur. Standardizasyonun sağlanmaması durumunda test her uygulayıcı tarafından **farklı biçimde uygulanır ve puanlanır**, bu da sonuçlarda tutarsızlık ve ölçüm hatasına yol açar. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğindeki testin ölçüm hatasının artması ve farklı uygulayıcılar arasında tutarsızlık oluşmasıdır**. Standardizasyon, testin **aynı yönerge, aynı uygulama koşulları ve aynı puanlama sistemiyle** uygulanmasını gerektirir.

A seçeneğindeki kültürel geçerlik, testin farklı kültürlerle uygunluğunu ifade eder. Standardizasyon eksikliği kültürel geçerliği artırmaz.

B seçeneğinde normların güncel kalması ve standart sapmanın azalması testin norm çalışmalarıyla ilgilidir; uygulayıcıların yönergeyi değiştirmesi bu sonucu doğurmaz.

C seçeneğinde kullanım kolaylığının artması, testin pratikliğini ifade eder. Standardizasyonun bozulması tam tersine **sonuçların yorumlanmasını zorlaştırır**.

D seçeneğindeki içerik geçerliği, test maddelerinin ölçmek istediği alanı temsil etmesiyle ilgilidir. Uygulayıcıların farklı yönergeler kullanması içerik geçerliğini artırmaz.

Cevap: E

6. Psikolojik danışman test sonuçlarını yorumlarken **10 yıl önce büyük şehirlerdeki öğrencilerden elde edilmiş normları**, farklı sosyoekonomik özelliklere sahip **küçük bir kasabadaki öğrenciler için** kullanmaktadır. Normların **güncel ve temsil edici olmaması**, bireylerin puanlarının uygun bir karşılaştırma grubuyla değerlendirilmemesine yol açar. Bu durumda öğrencilerin test puanları **yanlış değerlendirilebilir ve bireyler hatalı biçimde sınıflandırılabilir**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki test sonuçlarının yanlış yorumlanması ve bireylerin yanlış sınıflandırılmasıdır**. Normlar, test puanlarının **benzer özelliklere sahip bir referans gruba karşılaştırılması** için kullanıldığından, temsil gücü zayıf veya güncelliğini yitirmiş normlar yorum hatalarına yol açabilir.

A seçeneğindeki durum, güvenilirliğin artması ve geçerliğin azalması gibi bir sonuçtan söz eder; normların güncel olmaması doğrudan böyle bir ilişki oluşturmaz.

C seçeneğindeki standardizasyon, testin aynı koşullarda uygulanmasıyla ilgilidir. Normların güncel olmaması standardizasyonu güçlendirmez.

D seçeneğinde belirtilen kullanım kolaylığı, testin uygulanmasının pratik olmasıyla ilgilidir; normların eski olması sonuçların kesinleşmesini sağlamaz.

E seçeneğindeki ifade, normların değişmemesine rağmen geçerliğin artacağını öne sürmektedir; oysa temsil gücü zayıf normlar test sonuçlarının **doğru yorumlanmasını zorlaştırır**.

Cevap: B

7. Psikolojik danışman öğrencilerin **problem çözme becerilerini** ölçmek amacıyla bir test geliştirmiştir; ancak testteki maddeler yalnızca **bilgi düzeyini ölçmeye** yöneliktir. Bu durum testin ölçmek istediği özellik ile gerçekten ölçtüğü özellik arasında bir uyumsuzluk olduğunu gösterir. Yani test **problem çözme becerisini değil, bilgi düzeyini ölçmektedir**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğindeki testin ölçtüğü özellik ile amaçlanan özellik arasında uyumsuzluk olmasıdır**. Böyle bir durumda testin **yapı geçerliği** zayıf olur; çünkü ölçülmek istenen kuramsal yapı doğru biçimde temsil edilmemektedir.

B seçeneğinde belirtilen durum testin uygulanma süresiyle ilgilidir ve daha çok **uygulama kolaylığı veya katılımcı motivasyonu** ile ilişkilidir; geçerlik sorununun temel nedeni değildir.

C seçeneğinde ifade edilen ekonomiklik, testin **zaman, maliyet ve uygulama açısından pratik olması** ile ilgilidir. Bu durum testin geçerliğiyle doğrudan ilişkili değildir.

D seçeneğindeki standart talimatlar, testin **standardizasyonu** ile ilgilidir. Soruda ise standardizasyon değil, ölçülen özellik ile amaçlanan özellik arasındaki uyumsuzluk söz konusudur.

E seçeneğinde yer alan normların güncelliği, test sonuçlarının **yorumlanmasıyla** ilgilidir. Sorudaki temel problem normlar değil, test maddelerinin ölçtüğü özelliktir.

Cevap: A

8. Psikolojik danışman geliştirdiği ölçeği aynı bireylere iki hafta arayla tekrar uygulamış ve sonuçlarda dalgalanmalar olduğunu fark etmiştir. Ayrıca ölçekte bazı maddelerin **birbirleriyle tutarsız olduğu** belirtilmektedir. Bu durum ölçme aracının **tutarlı sonuçlar vermediğini** gösterir. Dolayısıyla burada yeterince sağlanamayan özellik **güvenirliktir**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğindeki güvenilirliğin sağlanamaması ve ölçüm hatasının artmasıdır**. **Güvenirlik**, bir testin farklı zamanlarda veya benzer koşullarda uygulandığında tutarlı sonuçlar vermesi anlamına gelir. Güvenirliğin düşük olması ölçümlerde **rastlantısal hatanın artmasına** ve sonuçların kararsız olmasına yol açar.

A seçeneğindeki geçerlik, testin ölçmek istediği özelliği doğru biçimde ölçüp ölçmediğini ifade eder. Soruda asıl problem ölçülen yapının doğruluğu değil, **sonuçların tutarsız olmasıdır**.

B seçeneğinde yer alan kullanılabilirlik, testin uygulanmasının pratik olması, süre ve maliyet açısından uygunluğu ile ilgilidir. Soruda böyle bir sorun belirtilmemiştir.

C seçeneğindeki normlar, test puanlarının benzer özelliklere sahip bir referans grupta karşılaştırılması için kullanılır. Soruda normlarla ilgili bir problem bulunmamaktadır.

E seçeneğindeki standardizasyon, testin aynı yönerge ve koşullarda uygulanmasını ifade eder. Soruda uygulayıcılar arası farklılık değil, **sonuçların tutarsızlığı** söz konusudur.

Cevap: D

9. Test geliştirme uzmanı tarafından hazırlanan test bataryasının **hazırlanması, uygulanması ve puanlanmasının çok zaman alması ve yüksek maliyet gerektirmesi**, testin pratik kullanımını zorlaştırmaktadır. Bu durum ölçme araçlarında **kullanılabilirlik (ekonomiklik ve uygulanabilirlik)** ile ilgili bir soruna işaret eder. Yani test teorik olarak iyi hazırlanmış olsa bile **uygulanması zor ve maliyetli olduğunda yaygın biçimde kullanılması güçleşir**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki testin uygulanabilirliğinin zorlaşması ve yaygın kullanımının kısıtlanmasıdır**.

A seçeneğinde belirtilen durum testin ölçtüğü özelliğin doğruluğu ile ilgilidir ve daha çok **geçer-**

lik sorundur. Soruda böyle bir durumdan söz edilmemektedir.

B seçeneğinde ifade edilen her uygulamada farklı sonuçların ortaya çıkması, testin **güvenirliğinin düşük olması** ile ilgilidir. Soruda testin tutarsız sonuç verdiğine dair bir bilgi yoktur.

D seçeneğinde belirtilen temsil edici örneklem sorunu, testin **norm çalışmalarıyla** ilgilidir. Soruda normların oluşturulmasıyla ilgili bir problem bulunmamaktadır.

E seçeneğindeki standardizasyon, testin tüm uygulayıcılar tarafından **aynı yönerge ve koşullarda uygulanması** ile ilgilidir. Sorudaki problem uygulama koşulları değil, testin **zaman ve maliyet açısından zor uygulanmasıdır**.

Cevap: C

10. Psikolojik danışmanın alan seçimi sürecinde **bilgilerin yalnızca tek bir döneme ait olmasını eleştirmesi**, birey hakkında verilerin **zamana yayılarak toplanması gerektiğini** ifade eder; bu durum **süreklilik ilkesine** karşılık gelir. Ayrıca bilgilerin **gerçeği yansıtmaması ve bireysel kanatlara dayanmasına karşı çıkması**, elde edilen verilerin **doğru ve güvenilir olması gerektiğini** vurgular; bu da **geçerlik ilkesidir**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Takım çalışması: Sürecin **farklı uzman ve paydaşların iş birliğiyle yürütülmesini** ifade eder.

Bütünsellik: Bireyin **farklı yönleriyle ve çeşitli veri kaynaklarıyla birlikte ele alınmasıdır**.

Paylaşım: Toplanan bilgilerin **etik sınırlar içinde ilgili kişilerle paylaşılmasıdır**.

Cevap: A

11. Psikolojik danışman ölçeği geliştirme sürecinde **farklı yaş, cinsiyet ve sosyoekonomik düzeylerden öğrencilerin yer aldığı bir deneme grubu** oluşturmuş ve bu grubun özelliklerini test kılavuzunda ayrıntılı biçimde belirtmiştir. Test kılavuzunda deneme grubunun özelliklerinin verilmesi, testin **hangi özelliklere sahip bireyler üzerinde geliştirildiğini ve denenmiş olduğunu** gösterir. Bu bilgi, testin daha sonra **hangi öğrenci**

grubuna uygulanmasının uygun olacağı konusunda uygulayıcıya doğrudan rehberlik eder. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğindeki testin uygulanacağı uygun öğrenci grubunun belirlenmesidir**.

A seçeneğindeki puanların hesaplanması, test maddelerinin nasıl puanlanacağı ve toplam puanın nasıl elde edileceği ile ilgilidir. Deneme grubunun özellikleri bu süreci doğrudan belirlemez.

B seçeneğindeki güvenirlik katsayısı, test puanlarının tutarlılığını gösteren istatistiksel bir değerdir. Deneme grubu bu katsayının hesaplanmasında kullanılır; ancak kılavuzda grubun özelliklerinin verilmesi uygulayıcıya esas olarak **kimin üzerinde kullanılacağı** konusunda bilgi sağlar.

C seçeneğindeki geçerlik kanıtları, testin ölçmek istediği özelliği ne derece doğru ölçtüğünü belirlemeye yöneliktir. Deneme grubunun tanıtılması doğrudan geçerlik kanıtını değerlendirmek için değil, **testin hedef kitlesini tanımlamak** için kullanılır.

D seçeneğindeki pratik kullanım, testin uygulanma süresi, maliyeti ve kullanım kolaylığı gibi özelliklerle ilgilidir. Deneme grubunun özellikleri bu konuda doğrudan belirleyici değildir.

Cevap: E

12. Akademik başarı testinde **standart hata 3** olarak verilmiştir ve öğrencinin test puanı **145**'tir. Ölçme mantığına göre gerçek puanın yaklaşık %95 olasılıkla bulunduğu aralık **± 2 standart hata** ile hesaplanır. Bu nedenle öğrencinin gerçek puan aralığını tahmin etmek için **$145 \pm (2 \times 3)$** işlemi yapılır.

$2 \times 3 = 6$ olduğundan,

$145 - 6 = 139$

$145 + 6 = 151$

Buna göre öğrencinin gerçek puanı yaklaşık olarak **139 ile 151** arasında beklenir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki 139-151 aralığıdır**. Bu aralık, ölçme sonucundaki **ölçüm hatasını dikkate alarak gerçek puanın tahmin edildiği güven aralığını** ifade eder.

Cevap: B

13. Psikolojik danışman öğretmenlerin "ölçek sonuçları öğrencilerin o günkü ruh hâline göre değişebilir" görüşü üzerine **aynı ölçeği aynı öğrencilere iki hafta arayla tekrar uygulamış** ve iki uygulamadan elde edilen sonuçların **ne kadar tutarlı olduğunu incelemek istemiştir**. Bir ölçeğin aracının farklı zamanlarda benzer sonuçlar verip vermediğini incelemek **güvenirlilik** ile ilgilidir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğindeki güvenirliliktir**. Bu tür uygulama özellikle **test-tekrar test yöntemi** ile ölçeğin aracının **zaman içindeki tutarlılığını** belirlemek için yapılır.

A seçeneğindeki geçerlik, testin ölçmek istediği özelliği doğru biçimde ölçüp ölçmediğini ifade eder. Soruda testin doğru özelliği ölçmesi değil, sonuçların **zaman içinde tutarlı olup olmadığı** incelenmektedir.

B seçeneğindeki kullanılabilirlik, testin uygulanmasının **pratik, ekonomik ve kolay** olmasıyla ilgilidir.

C seçeneğindeki standardizasyon, testin tüm bireylere **aynı yönergeler ve aynı koşullarda uygulanmasını** ifade eder.

E seçeneğindeki normlar, bireylerin test puanlarının **benzer özelliklere sahip bir referans gruba karşılaştırılması** için kullanılan ölçütlerdir.

Cevap: D

14. Psikolojik değerlendirme sonucunda dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtileri gösteren bir öğrencinin **bireyselleştirilmiş eğitim programına (BEP)** yönlendirilmesine karar verilmiştir. Yani test sonuçları kullanılarak öğrenci **belirli bir eğitim kategorisine yerleştirilmiş ve uygun bir programa yönlendirilmiştir**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki sınıflamadır**. Sınıflama, psikolojik test sonuçlarına dayanarak bireylerin **benzer özelliklerine göre belirli gruplara veya eğitim programlarına yerleştirilmesi** anlamına gelir. Özel eğitim hizmetlerine yönlendirme bu işlevin tipik bir örneğidir.

A seçeneğindeki seçme, bireyler arasından belirli ölçütlere en uygun olanların seçilmesi ve diğerlerinin elenmesi durumunu ifade eder. Soruda bir eleme yapılmamaktadır.

C seçeneğinde belirtilen **uygulanan yöntemlerin değerlendirilmesi**, bir eğitim ya da terapi

programının **etkiliğini belirlemek** amacıyla testlerin kullanılmasını ifade eder.

D seçeneğindeki hipotezlerin kontrol edilmesi, araştırmalarda belirli varsayımların **istatistiksel olarak sınanması** sürecidir.

E seçeneğindeki yordama, test puanlarının **gelecekteki bir başarıyı veya davranışı tahmin etmek** amacıyla kullanılmasını ifade eder.

Cevap: B

15. Soruda öğrencilerin testi doldururken kendilerini **olduğundan daha dışa dönük, girişken ve sorumluluk sahibi** göstermeye çalıştıkları belirtilmiştir. Bunun nedeni test sonucunun **öğrenci temsilciliği seçiminde kullanılacağını öğrenmeleridir**. Yani öğrenciler test sonuçlarını **kendi lehlerine olacak şekilde bilinçli olarak değiştirmeye çalışmaktadır**. Bu durum ölçme literatüründe **yanıltma** olarak adlandırılır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki yanıltmadır**. Yanıltma, bireyin testten elde edilecek sonucu etkilemek amacıyla **bilinçli olarak gerçeğe uygun olmayan cevaplar vermesi** durumudur.

A seçeneğindeki orta yol cevap verme, bireyin uç seçeneklerden kaçınarak genellikle **orta seçenekleri tercih etmesi** durumudur.

B seçeneğindeki cevapların kalıplaşması, katılımcının soruları dikkatlice okumadan **aynı yanıt biçimini art arda işaretlemesi** durumunu ifade eder.

D seçeneğindeki boş bırakma, bireyin bazı maddeleri **yanıtsız bırakması** anlamına gelir.

E seçeneğindeki sosyal kabul hatası, bireyin kendisini **toplum tarafından olumlu görülecek biçimde sunma eğilimi** göstermesidir. Soruda ise öğrencilerin **test sonucundan avantaj sağlamak için bilinçli biçimde yanıltıcı yanıtlar vermesi** söz konusudur.

Cevap: C

1. Psikolojik danışman kaygı ölçeğini **sınav haftasında uygulanan öğrenciler ile normal ders döneminde uygulanan öğrenciler** üzerinde karşılaştırmıştır. Beklendiği gibi sınav haftasındaki öğrencilerin **kaygı puanlarının daha yüksek** olduğu görülmüştür. Bu durum ölçeğin **kuramsal olarak beklenen bir farkı ortaya koyabildiğini**, yani kaygı düzeyinin artması beklenen bir durumda gerçekten daha yüksek puan verdiğini gösterir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğindeki yapıya dair geçerlik delilidir. Yapı geçerliği**, bir ölçme aracının ölçmek istediği **kuramsal yapıyı (burada kaygı)** gerçekten ölçtüğüne dair kanıtların elde edilmesini ifade eder. Beklenen gruplar arasında fark bulunması, yapı geçerliğine ilişkin önemli bir kanıttır.

A seçeneğindeki iç tutarlılık, test maddelerinin birbirleriyle ne kadar tutarlı olduğunu ifade eder ve genellikle **Cronbach alfa katsayısı** ile incelenir. Soruda maddeler arası tutarlılık değerlendirilmektedir.

B seçeneğindeki paralel form güvenirliği, aynı özelliği ölçen **iki eşdeğer test formunun** aynı gruba uygulanması ve puanlar arasındaki ilişkinin incelenmesine dayanır.

C seçeneğindeki kapsama dair geçerlik delili, test maddelerinin ölçülmek istenen alanın **tüm boyutlarını temsil edip etmediğini** ifade eder ve genellikle **uzman görüşleri** ile değerlendirilir.

D seçeneğindeki kullanılabilirlik, testin uygulanmasının **zaman, maliyet ve pratiklik açısından uygun olup olmaması** ile ilgilidir.

Cevap: E

2. Ahmet'in çoklu yetenek ve ilgi envanterinden aldığı puanlara bakıldığında **müzik, matematik ve yazarlık gibi farklı yetenek alanlarında** ve ayrıca **beş farklı ilgi alanında %85'in üzerinde puan aldığı** görülmektedir. Bu durum Ahmet'in birçok alanda **yüksek ve birbirine yakın puanlar aldığı**, yani profilinin belirli bir alanda yoğunlaşmadığını gösterir. Ölçme değerlendirmede buna **düz (flat) profil** denir. Bu nedenle Ahmet'in yetenek ve ilgi alanları arasında **belirgin bir ayrışma olduğu** söylenemez. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğindeki "yüksek düzeyde düz profil", bireyin birçok alanda birbirine yakın ve yüksek pu-

anlar alması durumunu ifade eder. Verilen bilgiler bu duruma uygundur.

B seçeneğinde belirtilen "çoklu yetenek ve ilgi", bireyin birden fazla alanda yüksek performans göstermesi anlamına gelir. Ahmet'in puanları bunu desteklemektedir.

C seçeneğindeki "güçlü yetenek ve ilgiler", %85 gibi yüksek puanlarla uyumludur.

E seçeneğinde belirtilen "yetenek ve ilgi alanları arasında uyum", bireyin yeteneklerinin ilgi alanlarıyla örtüşmesi durumudur. Verilen bilgilerde hem yetenek hem ilgi alanlarında yüksek puanlar bulunduğu için bu yorum yapılabilir.

Cevap: D

3. Matematik yeteneğini ölçmek amacıyla hazırlanan testteki bir madde **bilgisayar programlama senaryosuna dayanmaktadır**. Bu nedenle programlama dersi alan öğrenciler bu soruyu daha kolay yanıtlamış, aynı matematik yeteneğine sahip ancak programlama deneyimi olmayan öğrenciler ise daha düşük başarı göstermiştir. Bu durumda test maddesi ölçmek istediği **matematik yeteneği dışında bir özellikten (programlama deneyimi)** etkilenmektedir. Böyle bir durum ölçme sonuçlarına **sistemik hata** karışmasına yol açar. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğindeki test puanlarına karışan sistemik hata miktarının artmasıdır**. Sistemik hata, ölçüm sonuçlarının belirli bir grup lehine **düzenli biçimde sapmasına** neden olur.

A seçeneğinde belirtilen **güvenirlik (kararlılık)**, testin farklı zamanlarda benzer sonuçlar vermesiyle ilgilidir. Soruda zaman içindeki tutarlılık değil, madde içeriğinden kaynaklanan bir yanlılık vardır.

B seçeneğindeki ölçmenin duyarlılığı, testin bireyler arasındaki küçük farkları ayırt edebilme gücünü ifade eder. Sorudaki problem duyarlılık değil, **madde yanlılığıdır**.

C seçeneğinde her grubun ortalamasının artması beklenmez; madde yalnızca belirli bir grup için avantaj sağlamaktadır.

D seçeneğinde ifade edilen **kullanılabilirlik**, testin uygulanmasının pratik ve ekonomik olmasıyla ilgilidir. Soruda uygulama kolaylığıyla ilgili bir sorun yoktur.

Cevap: E

4. Psikolojik danışman geliştirdiği testin **öğrencilerin gerçek hayattaki problem çözme becerilerini ne ölçüde yansıttığını** incelemek istemektedir. Yani testten elde edilen puanların **gerçek yaşam performansı ile ne kadar örtüştüğüne** bakılmaktadır. Bu durum bir testin başka bir ölçütü (gerçek yaşam davranışıyla) ne kadar ilişkili olduğunu incelemeyi ifade eder. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki ölçüt (uygunluk) geçerli**dir. **Ölçüt geçerliği**, test puanlarının dış bir ölçüt ile ya da gerçek yaşam performansı ile ilişkisini inceleyerek testin geçerliğine kanıt sağlar.

A seçeneğindeki içerik geçerliği, test maddelerinin ölçülmek istenen alanın **temsil edici örneklerini içerip içermediğini** ifade eder. Soruda ise asıl vurgu maddelerin kapsamından çok **gerçek yaşam performansını ne kadar yansıttığına** yöneliktir.

C seçeneğindeki yapı geçerliği, testin ölçmek istediği **kuramsal yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediğini** belirlemeye yöneliktir.

D seçeneğindeki görünüş geçerliği, testin ölçmek istediği özelliği **yüzeysel olarak ölçüyor gibi görünmesi** ile ilgilidir.

E seçeneğindeki kapsam geçerliği, ölçülmek istenen alanın **tüm boyutlarının testte temsil edilmesi** ile ilgilidir.

Cevap: B

5. Psikolojik danışman geliştirdiği ölçeği uyguladıktan **altı ay sonra öğrencilerin dönem sonu not ortalamalarını incelemiş** ve ölçek puanları ile akademik başarı arasında **anamlı ve pozitif bir ilişki** olduğunu belirlemiştir. Yani test puanlarının **dış bir ölçüt (akademik başarı)** ilişkisi incelenmektedir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki ölçüt geçerliği**dir. **Ölçüt geçerliği**, bir testten elde edilen puanların **başka bir ölçüt veya gerçek performans göstergesiyle ne kadar ilişkili olduğunu** inceleyerek testin geçerliğine kanıt sağlar. Ayrıca ölçütün **gelecekte elde edilmesi** (burada altı ay sonra not ortalaması) durumunda bu tür geçerlik **yordama geçerliği** olarak da adlandırılır.

A seçeneğindeki kapsam geçerliği, test maddelerinin ölçülmek istenen alanın **tüm boyutlarını temsil edip etmediğiyle** ilgilidir ve genellikle uzman görüşleriyle değerlendirilir.

B seçeneğindeki yapı geçerliği, testin ölçmek istediği **kuramsal yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediğini** belirlemeye yöneliktir.

D seçeneğindeki görünüş geçerliği, test maddelerinin ölçmek istediği özelliği **yüzeysel olarak ölçüyor gibi görünmesi** ile ilgilidir.

E seçeneğindeki güvenirlik, testin **tutarlı ve kararlı sonuçlar verip vermediğini** ifade eder.

Cevap: C

6. Test geliştirme uzmanı ölçeğin **kuramsal olarak üç alt boyuttan oluştuğunu** belirtmiş ve bunu sınamak için verileri **doğrulayıcı faktör analizi** ile incelemiştir. Analiz sonucunda **üç faktörlü modelin veriye iyi uyum göstermesi**, ölçeğin kuramsal yapısının doğrulandığını gösterir. Ayrıca ölçek puanlarının **sosyal beceri yetersizliği ile pozitif, dışa dönüklük ile negatif ilişki göstermesi** de kuramsal olarak beklenen ilişkileri doğrulamaktadır. Bu tür bulgular testin ölçmek istediği **kuramsal yapıyı gerçekten ölçtüğüne dair kanıt sağlar**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğindeki yapı geçerliği**dir. **Yapı geçerliği**, faktör analizi sonuçları ve kuramsal olarak ilişkili değişkenlerle beklenen yönlerde ilişkiler bulunması gibi kanıtlarla desteklenir.

B seçeneğindeki kriter (ölçüt) geçerliği, test puanlarının **başka bir ölçüt veya performans göstergesiyle** ilişkisinin incelenmesine dayanır.

C seçeneğindeki içerik geçerliği, test maddelerinin ölçülmek istenen alanın **temsil edici örneklerini içerip içermediğini** ifade eder ve genellikle uzman görüşleriyle değerlendirilir.

D seçeneğindeki kapsam geçerliği, ölçülmek istenen alanın **tüm boyutlarının testte yeterli biçimde temsil edilmesi** ile ilgilidir.

E seçeneğindeki yordayıcı geçerlik, test puanlarının **gelecekteki bir performansı ya da davranışı tahmin etme gücünü** ifade eder.

Cevap: A

7. Psikolojik danışman ölçek geliştirme sürecinde önce alanyazın taraması yapmış, ardından **akademik ertelemenin bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutlarını kapsayan maddeler yazmıştır**. Daha sonra maddelerin ölçülmek istenen yapıyı **kuramsal olarak temsil edip etmediğini değerlendirmek için alan uzmanlarının görüşüne başvurmuştur**. Uzmanlar bazı maddelerin kapsam dışında kaldığını veya aynı özelliği tekrar ettiğini belirtmiş ve buna göre bazı maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki içerik geçerliği**dir. İçerik geçerliği, bir testteki maddelerin ölçülmek istenen davranış veya alanın **temsil edici örneklerini içerip içermediğini** belirlemek amacıyla genellikle **uzman görüşleri alınarak** değerlendirilir.

A seçeneğindeki yapı geçerliği, testin ölçmek istediği **kuramsal yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediğini** belirlemeye yöneliktir ve genellikle **faktör analizi** gibi istatistiksel yöntemlerle incelenir.

B seçeneğindeki kriter geçerliği, test puanlarının **başka bir ölçüt ile olan ilişkisine** bakılarak değerlendirilir.

D seçeneğindeki yordayıcı geçerlik, test puanlarının **gelecekteki bir performansı veya davranışı tahmin etme gücünü** ifade eder.

E seçeneğindeki ölçüt geçerliği, test puanlarının **dış bir ölçüt ile (örneğin akademik başarı, performans vb.) ilişkisini inceleyen geçerlik türüdür**. Soruda ise herhangi bir dış ölçüt ile ilişki incelenmemiş, yalnızca maddelerin alanı temsil edip etmediği değerlendirilmiştir.

Cevap: C

8. Psikolojik danışman geliştirdiği ölçeğin taslak formunu bir uzmana inceletmiş ve uzman bazı maddelerin **kaygı kavramıyla doğrudan ilişkili görünmediğini** ve öğrenciler tarafından **kaygıyı ölçen bir ölçek olarak algılanmayabileceğini** belirtmiştir. Bunun üzerine maddelerin ifadeleri daha açık ve ilgili hale getirilmiştir. Burada değerlendirilen nokta, maddelerin **ölçmek istediği özelliği yüzeysel olarak ölçüyor gibi görünmesi ve katılımcılar tarafından bu şekilde algılanmasıdır**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki görünüş geçerliği**dir. Görünüş geçerliği, bir testin maddelerinin ölçmek istediği özelliği **ilk bakışta ölçüyor gibi görünmesi ve katılımcılar veya uzmanlar tarafından bu şekilde algılanması** ile ilgilidir.

A seçeneğindeki kapsam geçerliği, ölçülmek istenen alanın **tüm boyutlarının test maddeleri tarafından temsil edilmesi** ile ilgilidir.

C seçeneğindeki uygunluk geçerliği, test puanlarının **başka bir ölçüt ile ilişkisini** inceleyen geçerlik türlerinden biridir.

D seçeneğindeki ölçüt geçerliği, test puanlarının **dış bir ölçüt ile (örneğin başarı, performans vb.) ilişkisine** bakılarak değerlendirilir.

E seçeneğindeki yordayıcı geçerlik, test puanlarının **gelecekteki bir performansı veya davranışı tahmin etme gücünü** ifade eder.

Cevap: B

9. Test geliştirme uzmanı norm çalışması yaparken **yaş, cinsiyet, bölgesel farklılıklar, sosyoekonomik düzey ve kültürel çeşitlilik gibi değişkenleri dikkate alarak geniş ve temsil gücü yüksek bir örneklem oluşturmuştur**. Ayrıca bu grubun demografik özellikleri teknik kılavuzda ayrıntılı biçimde verilmiş ve hedef evreni temsil etme düzeyi istatistiksel olarak gösterilmiştir. Bu tür çalışmaların amacı, testten elde edilen puanların **hangi referans grubuna göre yorumlanacağını belirlemek** ve bireylerin performansını **benzer özelliklere sahip bireylerle karşılaştırabilmek**ti. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğindeki test sonuçlarının anlamlandırılması için uygun normların oluşturulmasıdır**. Norm çalışmaları sayesinde bir öğrencinin aldığı puanın **yüksek, orta veya düşük** olup olmadığı güvenilir biçimde yorumlanabilir.

A seçeneğinde belirtilen durum test maddelerinin ölçülmek istenen alanı temsil etmesiyle ilgilidir ve

daha çok **içerik/kapsam geçerliği** ile ilişkilidir.

B seçeneğindeki kullanışlılık, testin uygulanmasının **pratik, ekonomik ve kolay olması** ile ilgilidir; norm çalışması doğrudan bu özelliği geliştirmez.

C seçeneğindeki puanlayıcılar arası tutarlılık, özellikle açık uçlu veya performans değerlendirmelerinde farklı değerlendiricilerin verdikleri puanların **birbirine ne kadar benzer olduğunu** ifade eder.

E seçeneğinde yer alan **güvenirlilik katsayılarının yükselmesi**, test maddelerinin tutarlılığıyla ilgilidir; norm grubunun belirlenmesi doğrudan bu katsayıları artırmaz.

Cevap: D

10. Rehberlik servisi öğrencilerin **genel yetenek düzeylerini belirlemek, üstün yetenekli olma olasılığı bulunanları tespit etmek** ve elde edilen sonuçlara göre bazı öğrencileri **özel eğitim programlarına**, bazılarını ise **destek eğitime yönlendirmek** amacıyla bir yetenek testi uygulamıştır. Ayrıca öğrenciler test puanlarına göre **benzer özelliklere sahip akran grupları içinde konumlandırılmıştır**. Bu durum test sonuçlarının kullanılarak öğrencilerin **belirli gruplara ayrılması ve uygun eğitim programlarına yerleştirilmesi** anlamına gelir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğindeki öğrencileri belirli kategorilere ayırarak uygun programlara yönlendirmedir**. Psikolojik testler bu tür durumlarda bireylerin özelliklerine göre **sınıflandırılmasını ve uygun eğitimsel düzenlemelere yönlendirilmesini** sağlar.

A seçeneğinde belirtilen araştırma işlevi, psikolojik testlerin **bilimsel veri toplamak ve değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek** amacıyla kullanılmasıdır.

B seçeneğindeki niteliksel veri toplama, gözlem, görüşme gibi yöntemlerle elde edilen **betimleyici bilgileri** ifade eder; testler ise genellikle **nicel veriler** sağlar.

C seçeneğinde yer alan danışma sürecinin etkililiğini değerlendirme, bir müdahale veya programın **sonuçlarını incelemek** amacıyla testlerin kullanılması ifade eder.

D seçeneğindeki durum, test maddelerinin niteliğini inceleyen **test geliştirme süreciyle** ilişkilidir.

Cevap: E

11. İnsan kaynakları birimi kuruma başvuran adaylara bir ölçme aracı uygulamakta ve **yalnızca belirli bir puanın üzerinde performans gösteren adayları değerlendirme sürecinin sonraki aşamasına davet etmektedir**. Yani test sonuçları kullanılarak adaylar arasından **kurum için uygun olanlar seçilmekte**, diğer adaylar ise süreç dışında bırakılmaktadır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğindeki seçme işlevidir**. **Seçme işlevi**, psikolojik testlerin bireyler arasından belirli ölçütlerle en uygun olanları belirlemek ve diğerlerinden ayırmak amacıyla kullanılmasıdır. İşe alım süreçlerinde kullanılan testler bu işlevin en tipik örneklerindendir.

B seçeneğindeki sınıflama işlevi, bireylerin özelliklerine göre **farklı kategorilere veya gruplara ayrılması** durumunu ifade eder. Soruda ise gruptan değil, **uygun adayların seçilmesi** söz konusudur.

C seçeneğindeki araştırma işlevi, testlerin bilimsel çalışmalarda **veri toplamak ve değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek** amacıyla kullanılması ifade eder.

D seçeneğindeki uygulanan yöntemlerin değerlendirilmesi, bir eğitim ya da müdahale programının **etkililiğini incelemek** amacıyla testlerin kullanılması ifade eder.

E seçeneğindeki tanılama işlevi, bireyin bir **psikolojik durumunu ya da klinik özelliğini belirlemek** amacıyla yapılan değerlendirmeleri ifade eder.

Cevap: A

12. Araştırma ekibi öğrencilerin **problem çözme becerileri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü** incelemek amacıyla bir çalışma yürütmektedir. Elde edilen puanlar **istatistiksel analizlerde kullanılmakta**, bireylere geri bildirim verilmemekte ve sonuçların **psikolojik danışma hizmetlerinden çok bilimsel literatüre katkı sağlaması** amaçlanmaktadır. Bu nedenle testin kullanım amacı bireyleri tanımak, seçmek ya da sınıflamak değil; **bilimsel veri elde etmek ve değişkenler arasındaki ilişkileri incelemektir**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki araştırma işlevidir**.

A seçeneğindeki tanılama işlevi, bireyin bir psikolojik durumunu veya sorununu belirlemek amacıyla yapılan değerlendirmeleri ifade eder.

B seçeneğindeki seçme işlevi, bireyler arasından belirli ölçütlere en uygun olanların belirlenmesi ve diğerlerinin elenmesi sürecidir.

D seçeneğindeki sınıflama işlevi, bireylerin belirli özelliklerine göre **farklı kategorilere veya gruplara ayrılması** anlamına gelir.

E seçeneğindeki uygulanan yöntemlerin değerlendirilmesi, bir eğitim ya da müdahale programının **etkililiğini incelemek** amacıyla testlerin kullanılmasını ifade eder.

Cevap: C

13. Okulda yürütülen **grup rehberliği programının etkililiğini incelemek** amacıyla program öncesinde ve sonrasında aynı ölçme aracı uygulanmış ve **ön test-son test puanları karşılaştırılmıştır**. Elde edilen sonuçlar öğrencileri seçmek veya sınıflamak için değil, **uygulanan programın hedeflenen sosyal becerileri geliştirip geliştirmediğini değerlendirmek** amacıyla kullanılmaktadır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki uygulanan yöntemlerin değerlendirilmesi işlevidir**. Psikolojik testler bazen bir **eğitim, rehberlik ya da terapi programının etkililiğini belirlemek** için kullanılır.

A seçeneğindeki seçme işlevi, bireyler arasından belirli ölçütlere en uygun olanların belirlenmesi ve diğerlerinin elenmesi durumudur.

B seçeneğindeki sınıflama işlevi, bireylerin özelliklerine göre **farklı kategorilere veya gruplara ayrılması** anlamına gelir.

D seçeneğindeki araştırma işlevi, psikolojik testlerin **bilimsel çalışmalar için veri toplamak ve değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek** amacıyla kullanılmasını ifade eder.

E seçeneğindeki tanılama işlevi, bireyin bir psikolojik sorununun veya durumunun **belirlenmesi** amacıyla yapılan değerlendirmeleri ifade eder.

Cevap: C

14. Psikolojik danışman geliştirdiği dikkat testinin güvenilirliğini incelemek için iki farklı yöntem kullanılmıştır. Önce testi **aynı katılımcı grubuna iki hafta arayla tekrar uygulamış** ve iki uygulama arasındaki korelasyonu hesaplamıştır. Bu işlem **test-tekrar test yöntemi** olup testin **zaman içindeki kararlılığını** değerlendirmeye yöneliktir. Daha sonra maddelerin **birbirleriyle ne kadar tutarlı olduğunu** incelemek amacıyla **Cronbach Alfa katsayısını** hesaplamıştır. Cronbach Alfa, bir testteki maddelerin **aynı özelliği ölçme derecesini**, yani **iç tutarlılığı** gösterir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir: test-tekrar test yöntemi zaman içindeki kararlılığı, Cronbach Alfa katsayısı ise iç tutarlılığı ölçer**.

A seçeneğinde bu iki yöntemin işlevleri ters verilmiştir. Test-tekrar test iç tutarlılığı değil, **zaman içindeki tutarlılığı** ölçer.

B seçeneğindeki Cronbach Alfa, içerik geçerliğini değil **güvenirliğin iç tutarlılık boyutunu** değerlendirmek için kullanılır.

C seçeneğinde belirtilen **madde eşdeğerliği**, daha çok paralel form veya iki yarı güvenilirliği gibi yöntemlerle ilişkilidir.

D seçeneğinde test-tekrar test yöntemi **madde gücünü** belirlemez; Cronbach Alfa da **geçerliği** değil güvenilirliği gösterir.

Cevap: E

15. Test geliştirme uzmanı öğrencilerin hazırladığı **laboratuvar raporlarını belirli kriterlere göre puanlamaktadır**. Ancak aynı raporların farklı uygulamalarda **farklı puanlar alması**, puanlama sürecinde tutarsızlık olduğunu göstermektedir. Uzman bu durumu düzeltmek için **puanlama yönergelerini daha açık ve net hale getirerek puanların tutarlılığını artırmayı** planlamaktadır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğindeki puanlama güvenilirliğidir**. Puanlama güvenilirliği, özellikle performans ve açık uçlu değerlendirmelerde **puanlayıcıların aynı ürüne benzer puanlar vermesi**, yani puanlamanın tutarlı olması anlamına gelir.

B seçeneğindeki test-tekrar test güvenilirliği, aynı testin aynı gruba **farklı zamanlarda uygulanması** ve sonuçların tutarlılığının incelenmesiyle ilgilidir.

C seçeneğindeki iç tutarlılık güvenilirliği, test maddelerinin **birbirleriyle ne kadar tutarlı olduğunu** gösterir ve genellikle **Cronbach alfa katsayısı** ile değerlendirilir.

D seçeneğindeki paralel formlar güvenilirliği, aynı özelliği ölçen **iki eşdeğer test formunun** aynı gruba uygulanması ve puanların karşılaştırılmasıyla incelenir.

E seçeneğindeki içerik geçerliği, test maddelerinin ölçülmek istenen alanı **yeterince temsil edip etmediğini** ifade eder.

Cevap: A

1. Soruda psikolojik danışman, geliştirdiği **kaygı ölçeğini aynı gruba iki hafta arayla uygulayarak iki uygulama arasındaki korelasyonu hesaplamaktadır**. Bir ölçme aracının farklı zamanlarda yapılan uygulamalarda benzer sonuçlar verip vermediğinin incelenmesi, ölçme aracının **zamana karşı tutarlılığını**, yani **güvenirliğini** değerlendirmeye yöneliktir. Özellikle aynı testin aynı bireylere belirli bir zaman aralığıyla yeniden uygulanması ve iki uygulama arasındaki ilişkinin incelenmesi, ölçme ve değerlendirme literatüründe **test-tekrar test güvenilirliği** olarak adlandırılır. Bu yaklaşımda amaç, ölçme aracının zaman içinde **kararlı ve tutarlı sonuçlar üretip üretmediğini** belirlemektir. Bu nedenle psikolojik danışmanın yaptığı işlemin temel amacı **testin güvenilirliğini belirlemektir** ve doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğindeki geçerlilik, bir testin **ölçmeyi amaçladığı özelliği ne derece doğru ölçtüğünü** ifade eder. Geçerlilik; **ölçüt geçerliği**, **yapı geçerliği** ve **içerik geçerliği** gibi farklı türlerde incelenir. Soruda ise ölçme aracının doğruluğu değil, **zaman içindeki tutarlılığı** incelenmektedir.

C seçeneğindeki madde güclüğü, bir test maddesinin **bireyler tarafından doğru cevaplanma oranını** ifade eden ve **madde analizi** kapsamında değerlendirilen bir özelliktir. Soruda yapılan işlem maddelerin gücüğünü değil, test puanlarının **iki uygulama arasındaki tutarlılığını** incelemektedir.

D seçeneğindeki norm oluşturma, test puanlarının **geniş ve temsil edici bir örneklem üzerinde dağılımının belirlenmesi** ve bireylerin puanlarının bu dağılıma göre yorumlanması sürecidir. Soruda böyle bir **standartlaştırma veya norm geliştirme işlemi** yapılmamaktadır.

E seçeneğindeki içerik kapsamının değerlendirilmesi, test maddelerinin **ölçülmek istenen davranış alanını ne kadar temsil ettiğini** inceleyen **içerik geçerliği** ile ilgilidir ve genellikle **alan uzmanlarının görüşlerine** dayanarak belirlenir.

Cevap: B

2. Soruda test geliştirme uzmanı, geliştirdiği **25 maddelik akademik motivasyon ölçeğini aynı gruba uyguladıktan sonra maddelerin birbirleriyle olan ilişkisini incelemekte** ve bazı maddelerin diğer maddelerle **daha düşük ilişki gösterdiğini** fark etmektedir. Bir ölçme aracındaki maddelerin aynı yapıyı ölçüp ölçmediğini ve birbirleriyle ne kadar tutarlı olduklarını inceleme süreci ölçme ve değerlendirme literatüründe **iç tutarlılık güvenilirliği** olarak adlandırılır. **İç tutarlılık**, testte yer alan maddelerin aynı psikolojik özelliği ölçme bakımından birbirleriyle **tutarlı ve ilişkili olup olmadığını** gösterir ve genellikle **Cronbach alfa katsayısı** veya **madde-toplam korelasyonları** gibi istatistiklerle değerlendirilir. Maddelerin diğer maddelerle düşük ilişki göstermesi, o maddelerin ölçülen yapıyı yeterince temsil etmediğini gösterebilir ve bu nedenle araştırmacılar bu maddeleri **gözden geçirir veya testten çıkarabilir**. Bu nedenle uzmanın yaptığı incelemenin temel amacı **testin iç tutarlılığını belirlemektir** ve doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğindeki zaman içindeki kararlılık, aynı testin **aynı bireylere farklı zamanlarda uygulanması** ve sonuçların tutarlılığının incelenmesiyle belirlenen **test-tekrar test güvenilirliği** ile ilgilidir. Soruda ise zaman aralıklı iki uygulama değil, **maddelerin birbirleriyle olan ilişkisi** incelenmektedir.

B seçeneğindeki madde eşdeğerliği, aynı özelliği ölçen **eşdeğer maddelerin veya paralel test formlarının** benzer sonuçlar verip vermediğinin incelenmesiyle ilgilidir. Soruda böyle bir **eşdeğer form veya paralel madde karşılaştırması** yapılmamaktadır.

D seçeneğindeki içerik geçerliliği, test maddelerinin **ölçülmek istenen kavram alanını yeterli ve dengeli biçimde temsil edip etmediğini** ifade eder ve genellikle **alan uzmanlarının görüşleri** doğrultusunda değerlendirilir. Soruda ise maddelerin **içerik kapsamı değil, istatistiksel olarak birbirleriyle tutarlılığı** incelenmektedir.

E seçeneğindeki normların uygunluğu, test puanlarının **geniş ve temsil edici bir örneklem üzerinde elde edilen dağılımlarına göre yorumlanması** ile ilgilidir. Soruda norm oluşturma veya normların değerlendirilmesine ilişkin bir işlem bulunmamaktadır.

Cevap: C

3. Test geliştirme uzmanı burada problem çözme becerilerini ölçen ölçeğin **aynı özelliği ölçen iki farklı formunu hazırlayıp aynı gruba uygulamakta** ve iki form arasındaki **korelasyonu incelemektedir**. Ölçme ve değerlendirmede aynı yapıyı ölçen iki eşdeğer test formunun uygulanarak elde edilen puanlar arasındaki ilişkinin incelenmesi **paralel formlar yaklaşımı** ile ilişkilidir ve bu süreçte amaç maddelerin **eşdeğer özellikte olup olmadığını, yani madde eşdeğerliğini** değerlendirmektir. Uzmanın bazı maddelerin **eşdeğerlik açısından düşük performans gösterdiğini** fark etmesi de maddelerin iki formda aynı psikolojik özelliği benzer biçimde ölçmediğini göstermektedir. Bu nedenle yapılan uygulama testteki **madde eşdeğerliğini** değerlendirmeye yöneliktir ve doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğindeki zaman içindeki kararlılık, aynı testin aynı bireylere **farklı zamanlarda uygulanması** ile incelenen **test-tekrar test güvenilirliği** ile ilgilidir.

C seçeneğindeki iç tutarlılık, test maddelerinin birbirleriyle ne kadar ilişkili ve tutarlı olduğunu gösterir ve genellikle **Cronbach alfa katsayısı** ile değerlendirilir.

D seçeneğindeki içerik geçerliliği, test maddelerinin **ölçülmek istenen davranış alanını yeterince temsil edip etmediğini** ifade eder ve çoğunlukla **alan uzmanlarının değerlendirmelerine** dayanır.

E seçeneğindeki normlara uygunluk, test puanlarının **geniş bir örneklemde elde edilen norm dağılımlarıyla karşılaştırılarak yorumlanması** ile ilgilidir.

Cevap: B

4. Test geliştirme uzmanı burada ölçeğin maddelerinin **birbirleriyle ne kadar uyumlu olduğunu** incelemektedir. Bir testte yer alan maddelerin aynı psikolojik özelliği ölçüp ölçmediğini ve maddelerin birbirleriyle ne kadar ilişkili olduğunu belirlemeye yönelik analizler **iç tutarlılık güvenilirliği** kapsamında değerlendirilir. İç tutarlılığı istatistiksel olarak belirlemede en yaygın kullanılan yöntem **cronbach alfa katsayısıdır**. Bu katsayı, maddeler arasındaki ilişkileri temel alarak ölçeğin bütününe ne derece tutarlı çalıştığını gösterir. Maddelerden bazılarının diğerleriyle düşük ilişki

göstermesi durumunda bu maddeler **gözden geçirilebilir veya testten çıkarılabilir**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğindeki cronbach alfa katsayısıdır**.

B seçeneğindeki test-tekrar test yöntemi, aynı testin aynı bireylere farklı zamanlarda uygulanması ve iki uygulama arasındaki puanların tutarlılığının incelenmesiyle ilgilidir.

C seçeneğindeki paralel formlar yöntemi, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun aynı gruba uygulanması ve elde edilen puanların karşılaştırılması esasına dayanır.

D seçeneğindeki içerik geçerliliği, test maddelerinin **ölçülmek istenen davranış alanını yeterli ve dengeli biçimde temsil edip etmediğinin** uzman görüşleriyle değerlendirilmesini ifade eder.

E seçeneğindeki norm karşılaştırması, bireyin test puanının geniş bir örneklemde elde edilen norm dağılımlarıyla karşılaştırılarak yorumlanmasıyla ilgilidir.

Cevap: A

5. Test geliştirme uzmanı burada **doğru/yanlış tipinde (iki kategorili)** maddelerden oluşan bir test geliştirmiştir ve test maddelerinin **birbirleriyle ne kadar tutarlı çalıştığını**, yani testin **iç tutarlılık güvenilirliğini** incelemek istemektedir. Ölçme ve değerlendirmede maddeleri **doğru-yanlış, evet-hayır gibi ikili puanlanan testlerde** iç tutarlılığı belirlemek için en uygun yöntem **KR-20 ve KR-21 katsayılarıdır**. Bu katsayılar, özellikle **dichotomous (iki kategorili) maddelerden oluşan testlerin güvenilirliğini** belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Uzmanın maddelerin performansını inceleyerek düşük uyum gösteren maddeleri çıkarmayı düşünmesi de iç tutarlılık analizinin tipik bir uygulamasıdır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğindeki KR-20 ve KR-21 katsayılarıdır**.

A seçeneğindeki test-tekrar test yöntemi, aynı testin aynı bireylere farklı zamanlarda uygulanarak sonuçların zaman içindeki tutarlılığının incelenmesiyle ilgilidir.

B seçeneğindeki paralel formlar yöntemi, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun uygulanması ve elde edilen puanların karşılaştırılması esasına dayanır.

C seçeneğindeki cronbach alfa katsayısı, maddelerin çok kategorili puanlandığı ölçeklerde iç tutarlılığı belirlemek için yaygın olarak kullanılan bir yöntemdir.

E seçeneğindeki içerik geçerliliği analizi, test maddelerinin ölçülmek istenen konu alanını ne kadar temsil ettiğinin uzman görüşleriyle değerlendirilmesini ifade eder.

Cevap: D

6. Burada geliştirilen ölçme aracı **kompozisyon gibi açık uçlu bir performans görevi** olduğundan, puanlama süreci değerlendiricilerin yorumuna bağlıdır. İki farklı uzmanın aynı öğrenci ürünlerini puanlaması ve verilen puanlar arasındaki **uyumun incelenmesi**, ölçme ve değerlendirmede **puanlayıcı güvenilirliği** (değerlendiriciler arası güvenilirlik) kapsamında ele alınır. Uzmanın bazı değerlendiricilerin daha yüksek ya da daha düşük puan verme eğiliminde olduğunu fark etmesi ve **puanlama yönergelerini netleştirmeyi planlaması**, değerlendiriciler arasında daha **tutarlı puanlama** sağlama amacını göstermektedir. Bu nedenle incelenen temel psikometrik özellik **B seçeneğindeki puanlayıcı güvenilirliğidir**.

A seçeneğindeki test-tekrar test güvenilirliği, aynı testin aynı bireylere farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığını incelemeyi ifade eder.

C seçeneğindeki iç tutarlılık güvenilirliği, test maddelerinin birbirleriyle ne kadar uyumlu olduğunu ve aynı özelliği ölçüp ölçmediğini belirlemek için kullanılır.

D seçeneğindeki paralel formlar güvenilirliği, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun uygulanması ve sonuçların karşılaştırılması esasına dayanır.

E seçeneğindeki içerik geçerliliği, test maddelerinin ölçülmek istenen davranış alanını ne ölçüde temsil ettiğinin uzman görüşleriyle değerlendirilmesini ifade eder.

Cevap: B

7. Uzman, geliştirdiği stres yönetimi ölçeğini **aynı öğrenci grubuna iki hafta arayla yeniden uygulayarak** iki uygulamadan elde edilen puanları karşılaştırmaktadır. Bir ölçme aracının aynı bireylere farklı zamanlarda uygulanması ve sonuçların **ne kadar benzer çıktığının incelenmesi**, ölçme ve değerlendirmede **test-tekrar test güvenilirliği** olarak adlandırılır. Bu yöntem, testin **zaman içindeki kararlılığını** değerlendirmeye yöneliktir. Soruda da iki uygulama arasındaki puanların genel olarak **tutarlı bulunması**, ölçeğin zaman içinde benzer sonuçlar verdiğini göstermektedir. Bu nedenle incelenen psikometrik özellik **C seçeneğindeki test-tekrar test güvenilirliğidir**.

A seçeneğindeki iç tutarlılık güvenilirliği, test maddelerinin birbirleriyle ne kadar ilişkili ve tutarlı olduğunu belirlemeye yöneliktir.

B seçeneğindeki paralel formlar güvenilirliği, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun uygulanması ve puanların karşılaştırılmasıyla incelenir.

D seçeneğindeki puanlama güvenilirliği, özellikle açık uçlu veya performans görevlerinde farklı değerlendiricilerin verdikleri puanlar arasındaki uyumu ifade eder.

E seçeneğindeki içerik geçerliliği, test maddelerinin ölçülmek istenen alanı ne kadar temsil ettiğinin uzman görüşleriyle değerlendirilmesini ifade eder.

Cevap: C

8. Uzman, sözel akıl yürütme becerilerini ölçmek için geliştirdiği testin **aynı özelliği ölçen iki farklı formunu** hazırlamış ve bu iki formu **aynı öğrenci grubuna uygulayarak** elde edilen puanları karşılaştırmıştır. Ölçme ve değerlendirmede aynı yapıyı ölçen **eşdeğer iki test formunun sonuçlarının karşılaştırılması**, testin farklı versiyonlarının benzer sonuçlar verip vermediğini incelemeye yöneliktir. Bu süreç **paralel testler güvenilirliği** olarak adlandırılır. Uzmanın bazı maddelerin **eşdeğerlik açısından düşük performans gösterdiğini** fark etmesi de iki formdaki maddelerin aynı özelliği aynı düzeyde ölçmediğini gösterir. Bu nedenle incelenen psikometrik özellik **E seçeneğindeki paralel testler güvenilirliğidir**.

A seçeneğindeki test-tekrar test güvenilirliği, aynı testin aynı bireylere farklı zamanlarda uygu-

lanarak zaman içindeki tutarlılığın incelenmesini ifade eder.

B seçeneğindeki iç tutarlılık güvenilirliği, test maddelerinin birbirleriyle ne kadar uyumlu olduğunu ve aynı yapıyı ölçüp ölçmediğini belirlemeye yöneliktir.

C seçeneğindeki puanlama güvenilirliği, özellikle açık uçlu ya da performans görevlerinde farklı değerlendiricilerin verdikleri puanlar arasındaki uyumu ifade eder.

D seçeneğindeki içerik geçerliliği, test maddelerinin ölçülmesi istenen konu alanını yeterince temsil edip etmediğinin uzman görüşleriyle değerlendirilmesidir.

Cevap: E

9. Durum dikkatle incelendiğinde Serra Hanım'ın karşılaştığı problem, öğrencilerin testi **rastgele işaretlemesi** ve **arkadaşlarından kopya çekmesi** nedeniyle elde edilen puanların **tutarlı ve güvenilir olmama ihtimalidir**. Ölçme ve değerlendirmede **güvenilirlik**, bir testten elde edilen sonuçların hatalardan arınmış ve **tutarlı** olmasıyla ilgilidir. Öğrencilerin testi ciddiyle yanıtlanmaması veya başkalarının cevaplarını kullanması, ölçme sürecine **tesadüfi hata** karışmasına yol açar ve sonuçların güvenilirliğini düşürür. Serra Hanım'ın bu durumu fark etmesine rağmen testi yeniden uygulamadan sonuçları raporlaması, ölçme aracından elde edilen puanların **güvenilirliğinin zedelenmesine rağmen kullanılmaya devam edilmesi** anlamına gelir. Bu nedenle ihlal edilen temel psikometrik özellik **E seçeneğindeki güvenilirliktir**.

A seçeneğindeki geçerlik, testin ölçmek istediği özelliği doğru biçimde ölçmesiyle ilgilidir.

B seçeneğindeki ekonomiklik, testin zaman ve maliyet açısından pratik uygulanabilir olmasını ifade eder.

C seçeneğindeki standartlaşma, testin uygulama ve puanlama koşullarının tüm bireyler için aynı şekilde düzenlenmesini ifade eder.

D seçeneğindeki kullanılabilirlik, ölçme aracının uygulanmasının ve yorumlanmasının pratik olmasını ifade eder.

Cevap: E

10. Dikkat edilirse psikolojik danışman, yalnızca Mert'in kararsızlığını çözmeye odaklanmamış; **sınıftaki tüm öğrencilerin güçlü ve geliştirilmesi gereken yönlerini tanımlarına yardımcı olacak çalışmaların yapılması gerektiğini** vurgulamıştır. Ayrıca öğrencilerin **yalnızca akademik değil kişisel gelişimlerinin de desteklenmesi** gerektiğini ifade etmektedir. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin temel amaçlarından biri, öğrencilerin **kendilerini tanımları**, ilgi ve yeteneklerinin farkına varmaları ve buna dayalı olarak **daha sağlıklı ve gerçekçi seçimler yapabilme-lerini sağlamaktır**. Bu nedenle psikolojik danışmanın yaklaşımının temel gerekçesi öğrencilerin **kendileri hakkında farkındalık kazanmalarına yardımcı olmak** ve bu farkındalık sayesinde yaşamlarına ilişkin **daha uygun kararlar verebilmelerini desteklemektir**. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği, öğrencilerin uyum sorunlarını belirleyip müdahale programları geliştirmeye odaklanır; soruda ise bir sorun müdahalesinden çok **gelişimsel rehberlik** yaklaşımı görülmektedir.

B seçeneği, gelişim görevlerinde yaşanan güçlükleri belirlemeye vurgu yapar; ancak metinde asıl amaç güçlük tespiti değil **öğrencilerin kendilerini tanımlarını desteklemektir**.

C seçeneği, öğrenciler arasında rekabet oluşturmaya ifade eder; rehberlik hizmetlerinin temel amacı rekabeti artırmak değildir.

D seçeneği, grup içi etkileşimi geliştirmeye vurgu yapar; metindeki vurgu ise öğrencilerin **kendi özelliklerini fark etmeleri ve seçim yapabilme-leri** üzerinedir.

Cevap: E

11. Soruda bireyi tanıma çalışmalarının **temel amaçları** sorgulanmaktadır. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinde bireyi tanıma; öğrencinin **ilgi, yetenek, değer ve kişilik özelliklerini** daha iyi anlamak, öğrencinin kendini tanımasına yardımcı olmak ve bu bilgiler doğrultusunda **eğitsel, mesleki ve kişisel gelişimine yönelik uygun rehberlik hizmetleri sunmak** amacıyla yapılır.

A seçeneği doğrudur. Bireyi tanıma çalışmaları, öğrencinin özelliklerinin daha iyi anlaşılmasını sağlayarak onun **eğitim sürecinden daha etkili**

biçimde yararlanmasına katkı sağlar.

B seçeneği doğrudur. Bu çalışmalar öğrencinin kendisi hakkında daha gerçekçi bir benlik algısı geliştirmesine yardımcı olur.

C seçeneği yanlıştır. Bireyi tanıma araçları öğrencilerin sınıf içindeki sosyal statülerini belirleyip buna göre kalıcı yerleşim düzeni oluşturmak amacıyla kullanılmaz. Bu tür araçlar öğrencileri etiketlemek ya da sınıf düzenini kalıcı biçimde belirlemek için değil, **rehberlik hizmetlerinde öğrenciyi daha iyi anlamak ve desteklemek için** kullanılır.

D seçeneği doğrudur. Bireyi tanıma çalışmaları, okul rehberlik hizmetlerinde **uygun müdahale ve destek stratejilerinin belirlenmesine** yardımcı olur.

E seçeneği doğrudur. Öğrencilerin özellikleri hakkında elde edilen bilgiler, onların **gelecekteki akademik ve mesleki yönlendirmelerine** ilişkin önemli bir veri kaynağı oluşturur.

Cevap: C

12. Bu durumda Demet Hanım öğrencilerin **fen alanına yatkınlıklarını belirlerken yalnızca fen derisi yazılı notlarını** temel almaktadır. Oysa bireyi tanıma sürecinde öğrencinin **ilgi, yetenek, kişilik özellikleri, akademik performansı ve diğer bireysel özellikleri birlikte değerlendirilmelidir**. Üstelik öğrencilerden gelen geri bildirimler de fen notlarının tek başına öğrencinin eğilimini yansıtmadığını göstermektedir. Buna rağmen tüm yönlendirmelerin yalnızca tek bir ölçüte dayandırılması, bireyi tanıma çalışmalarının **çok yönlü ve bütüncül olması gerektiği** ilkesine aykırıdır. Yani Demet Hanım, öğrenciyi **tek bir veri kaynağına bakarak tanımaya çalışmaktadır**. Bu nedenle ihlal edilen ilke **D seçeneğindeki bireyin tek bir uygulama sonucu ile bütüncül olarak tanınabileceğini varsaymasıdır**.

A seçeneği, verilerin güncel tutulmamasıyla ilgilidir; soruda böyle bir durumdan söz edilmemektedir.

B seçeneği, yalnızca kişilik özelliklerinin göz ardı edilmesine vurgu yapar; oysa problem yalnızca kişilik değil, **tüm bilgilerin tek bir ölçüte indirgenmesidir**.

C seçeneği, verilerin geçerliğini kontrol etmemekle ilgilidir; metindeki asıl sorun verinin geçerliliğinden çok **tek veri kaynağına dayanılmasıdır**.

E seçeneği, bireyi tanıma verilerinin gizliliği ile ilgilidir; soruda gizlilik ihlali bulunmamaktadır.

Cevap: D

13. Olayda disiplin kurulu başkanı, öğrenci hakkında karar verirken psikolojik danışmandan **kişilik testleri ve aileyle yapılan özel görüşme kayıtlarını** istemektedir. Psikolojik danışman ise bu bilgileri kurula vermiştir. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinde bireyi tanıma sürecinde elde edilen bilgiler **özel ve hassas nitelikte** kabul edilir. Bu nedenle bu tür bilgiler, danışanın izni olmadan ya da gerekli etik koşullar sağlanmadan üçüncü kişilerle paylaşılmaz. Öğrencinin kişilik testleri ve aile görüşmeleri gibi **mahrem bilgilerinin disiplin kuruluna aktarılması**, bireyi tanıma sürecinin en temel etik ilkelerinden biri olan **gizlilik** ilkesinin ihlali anlamına gelir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki gizlilik** tir.

A seçeneğindeki gönüllülük, bireyin bireyi tanıma çalışmalarına kendi isteğiyle katılmasını ifade eder.

C seçeneğindeki süreklilik, bireyi tanıma sürecinin tek seferlik değil, öğrencinin gelişimi boyunca devam eden bir süreç olmasını ifade eder.

D seçeneğindeki kullanılabilirlik, bireyi tanıma araçlarının uygulanabilir ve pratik olmasını ifade eder.

E seçeneğindeki iş birliği, rehberlik hizmetlerinde öğretmen, yönetici ve aile gibi paydaşların birlikte çalışmasını ifade eder.

Cevap: B

14. Metne dikkatle bakıldığında psikolojik danışman, Can'ın meslek seçimiyle ilgili karar verirken **yalnızca 9. sınıfta uygulanmış sayısal yetenek testi sonucuna** dayanmakta ve daha sonra elde edilen **ilgi envanteri sonuçlarını dikkate almamaktadır**. Oysa bireyi tanıma sürecinde elde edilen veriler **tek bir zamana veya tek bir ölçme sonucuna dayanarak değil**, öğrencinin gelişimi boyunca toplanan **güncel ve çeşitli veriler birlikte değerlendirilerek** yorumlanmalıdır. Özellikle mesleki rehberlikte öğrencinin **zaman içinde değişebilen ilgi, yetenek ve değerleri** dikkate alınmalıdır. Danışmanın daha eski bir veriyi esas alıp daha **yeni ve güncel bilgileri göz ardı etmesi**, bireyi tanıma çalışmalarının **süreklilik** ilkesine aykırı bir durumdur. Bu ilke, bireyin gelişiminin zaman içinde izlenmesini ve elde edilen verilerin **sürekli güncellenerek birlikte değerlendirilmesini** gerektirir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğindeki sürekliliktir**.

B seçeneğindeki objektiflik, bireyi tanıma verilerinin önyargısız ve tarafsız biçimde değerlendirilmesini ifade eder.

C seçeneğindeki geçerlik, kullanılan ölçme aracının ölçmek istediği özelliği doğru ölçmesiyle ilgilidir.

D seçeneğindeki gizlilik, bireyi tanıma sürecinde elde edilen bilgilerin izinsiz biçimde başkalarıyla paylaşılmamasını ifade eder.

E seçeneğindeki iş birliği, rehberlik sürecinde öğretmen, aile ve diğer paydaşlarla birlikte çalışılmasını ifade eder.

Cevap: A

15. Deniz Hanım, Kerem'in **öz güven düzeyini değerlendirmek amacıyla gözlem yapmaktadır**. Ancak gözlemini Kerem'in normal sınıf ortamındaki davranışlarını yansıtan bir durumda değil, **basketbol antrenmanında başarı elde ettiği ve arkadaşlarından övgü aldığı özel bir anda** gerçekleştirmiştir. Üstelik elde ettiği verilerin Kerem'in **genel sınıf içi davranışlarını temsil etmediğinin farkında olmasına rağmen**, olumlu bir rapor hazırlamak amacıyla bu durumu kaydetmiştir. Bireyi tanıma sürecinde elde edilen verilerin **tarafsız, gerçeğe uygun ve gözlemcinin kişisel beklentilerinden bağımsız biçimde kaydedilmesi** gerekir. Verilerin bilinçli biçimde olumlu yönde sunulması, bu sürecin **nesnellik** ilkesini zedeler. Bu nedenle Deniz Hanım'ın davranışı **B seçeneğindeki nesnellığın** ihlali olarak değerlendirilir.

A seçeneğindeki bütünlük, bireyin farklı yönlerinin birlikte ele alınmasını ifade eder.

C seçeneğindeki geçerlik, kullanılan aracın ölçmek istediği özelliği doğru biçimde ölçmesiyle ilgilidir.

D seçeneğindeki kullanılabilirlik, kullanılan yöntemin pratik ve uygulanabilir olmasını ifade eder.

E seçeneğindeki gönüllülük, bireyin bireyi tanıma çalışmalarına kendi isteğiyle katılmasını ifade eder.

Cevap: B

1. Burada psikolojik danışman, **üstün yetenekliler programına öğrenci seçimi yaparken yalnızca tek bir ölçme aracına (görsel zekâ testi)** dayanarak karar vermiştir. Oysa bireyi tanıma sürecinde öğrencinin özellikleri **tek bir test sonucuna göre değil**, farklı kaynaklardan elde edilen bilgiler birlikte değerlendirilerek yorumlanmalıdır. Özellikle yetenek belirleme süreçlerinde **ilgi, motivasyon, akademik başarı, öğretmen gözlemleri ve farklı yetenek alanları** gibi çeşitli verilerin birlikte ele alınması gerekir. Yalnızca tek bir ölçme aracına dayanarak nihai karar verilmesi, bireyi tanımanın **bireyin farklı yönlerini birlikte değerlendirmeyi gerektiren bütüncül yaklaşımına** aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğindeki bütüncüllük ilkesidir**.

A seçeneğindeki gizlilik, bireyi tanıma sürecinde elde edilen bilgilerin izinsiz biçimde başkalarıyla paylaşılmasıyla ilgilidir.

B seçeneğindeki süreklilik, bireyi tanıma çalışmalarının öğrencinin gelişimi boyunca devam eden bir süreç olmasını ifade eder.

C seçeneğindeki gönüllülük, bireyin bireyi tanıma çalışmalarına kendi isteğiyle katılmasını ifade eder.

D seçeneğindeki geçerlik, kullanılan ölçme aracının ölçmek istediği özelliği doğru biçimde ölçmesiyle ilgilidir.

Cevap: E

2. Okul rehberlik servisinin topladığı bilgiler; öğrencilerin **kulüp tercihleri, mesleki eğilimleri ve öğrenme stilleri** gibi bireysel özelliklerine ilişkindir. Bu tür veriler bireyi tanıma çalışmalarında öğrenciyi **daha iyi anlamak ve gelişimini desteklemek** amacıyla kullanılır. Psikolojik danışmanın bu verileri her öğrenci için **bireysel gelişim planları hazırlamak** amacıyla değerlendirmek istemesi de rehberlik hizmetlerinin temel işleviyle uyumludur. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinde bireyi tanıma çalışmalarının öncelikli amacı, öğrencilerin özelliklerini belirleyerek **onların gelişimini destekleyecek uygun rehberlik programlarını planlamaktır**. Bu nedenle psikolojik danışmanın savunması gereken gerekçe **D seçeneğindeki öğrencilerin gelişimlerini destekleyici bireysel rehberlik programlarını planlamaktır**.

A seçeneği, öğrenciler arasında rekabet oluşturmaya yöneliktir; rehberlik hizmetlerinin temel amacı rekabeti artırmak değildir.

B seçeneği, velilere bilgi vermeyi ifade eder; bu durum rehberlik hizmetlerinin bir sonucu olabilir ancak bireyi tanımanın **temel işlevi** değildir.

C seçeneği, öğrencilerin yaşadığı güçlükleri gözlemlemeye odaklanır; bireyi tanıma bundan daha geniş bir amaç taşır.

E seçeneği, okulun akademik performansını artırmaya yöneliktir; bireyi tanıma çalışmalarının temel amacı kurum performansını yükseltmek değil **öğrenci gelişimini desteklemektir**.

Cevap: D

3. Zahide Hanım bursluluk programı için **uygun adayları belirlemek amacıyla** öğrencilerin akademik başarılarını, motivasyon düzeylerini ve liderlik potansiyellerini çeşitli ölçme araçlarıyla değerlendirmektedir. Ölçme ve değerlendirme sonuçlarının, belirli bir programa ya da fırsata **en uygun bireyleri belirlemek** amacıyla kullanılması psikolojik tespit işlevleri içinde **seçme** olarak adlandırılır. Yani elde edilen veriler, öğrencileri tanımdan öte **programa kimlerin kabul edileceğini belirlemek** için kullanılmaktadır. Bu nedenle yapılan çalışma **B seçeneğindeki seçme işlevine** örnektir.

A seçeneğindeki tanılama, bireyin yaşadığı bir problem ya da durumun nedenlerini belirlemek amacıyla yapılan değerlendirmeleri ifade eder.

C seçeneğindeki izleme, bireyin gelişiminin zaman içinde takip edilmesi ve değişimlerin gözlenmesiyle ilgilidir.

D seçeneğindeki uygulanan yöntemin değerlendirilmesi, kullanılan program ya da yöntemin etkililiğini incelemeyi ifade eder.

E seçeneğindeki sınıflama, bireylerin benzer özelliklerine göre gruplara ayrılmasını ifade eder.

Cevap: B

4. Okul psikolojik danışmanı, üç ay boyunca uygulanan **sosyal beceri geliştirme programının** etkisini görmek için program öncesi ve sonrası elde edilen **başlangıç ve bitiş testi sonuçlarını karşılaştırmaktadır**. Bu tür karşılaştırmaların amacı, uygulanan bir programın ya da müdahalenin **istenilen değişimi sağlayıp sağlamadığını** belirlemektir. Rehberlik ve psikolojik danışma alanında bir uygulamanın etkililiğini incelemek, psikolojik tespit işlevlerinden **uygulanan yöntemin değerlendirilmesi** kapsamında ele alınır. Bu nedenle yapılan işlem, programın öğrencilerin iletişim becerilerini **ne ölçüde geliştirdiğini değerlendirmeye** yöneliktir. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğindeki sınıflama, bireylerin benzer özelliklerine göre gruplara ayrılmasını ifade eder.

B seçeneğindeki tanılama, bireyin yaşadığı bir problem ya da durumun nedenlerini belirlemek amacıyla yapılan değerlendirmeleri kapsar.

C seçeneğindeki araştırma, bilimsel bilgi üretmek amacıyla yürütülen sistematik çalışmaları ifade eder.

D seçeneğindeki seçme, belirli bir programa veya fırsata en uygun bireyleri belirlemek için yapılan değerlendirmeleri ifade eder.

Cevap: E

5. Bireyi tanıma çalışmaları yürütülürken kullanılan araç ve yöntemlerin **öğrencinin yaşına, gelişim düzeyine ve özelliklerine uygun olması** gerekir. Çünkü ilkökul, ortaokul ve lise düzeyindeki öğrencilerin bilişsel, duygusal ve sosyal özellikleri farklıdır. Bu nedenle bireyi tanımada kullanılan testler, envanterler veya gözlem teknikleri öğrencinin **gelişimsel özellikleri dikkate alınarak** seçilmelidir. Bu yaklaşım bireyi tanıma sürecinin temel ilkelelerinden biridir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğindeki öğrencinin gelişim düzeyine uygun araçlar kullanılmasıdır**.

A seçeneği doğru değildir; bireyi tanıma verileri yalnızca psikolojik danışman tarafından değil, gerekli durumlarda **öğrenci yararı gözetilerek ilgili kişilerle paylaşılabılır**.

B seçeneği yanlıştır; bireyi tanıma çalışmaları **tek bir zamana bağlı değildir**, öğrencinin gelişimi boyunca sürdürülen bir süreçtir.

C seçeneği uygun değildir; bireyi tanımada **tek bir ölçme aracına dayanmak yerine farklı kaynaklardan veri toplamak** esastır.

E seçeneği de doğru değildir; bireyi tanıma çalışmalarında elde edilen bilgiler uygun biçimde **öğrenciyle paylaşılabilir**, hatta bu durum öğrencinin kendini tanımasına katkı sağlar.

Cevap: D

6. Bireyi tanıma çalışmalarının temel amacı, **öğrencinin kendisini tanımasına yardımcı olmak**, elde edilen bilgiler doğrultusunda uygun rehberlik hizmetlerini planlamak ve öğrencinin gelişimini desteklemektir. Bu nedenle bireyi tanıma sürecinde uyulması gereken bazı temel ilkeler bulunmaktadır.

I. öncül doğrudur. Bireyi tanıma çalışmaları rehberlik hizmetlerinin amacı değil, öğrencinin kendisini tanımasına yardımcı olan ve rehberlik hizmetlerinin planlanmasına katkı sağlayan **bir araçtır**.

II. öncül yanlıştır. Psikolojik testlerin uygulanması ve yorumlanması **uzmanlık gerektiren bir süreçtir**. Bu nedenle bu testler genellikle psikolojik danışmanlar veya bu alanda eğitim almış uzmanlar tarafından uygulanır.

III. öncül doğrudur. Bireyi tanıma çalışmalarından elde edilen bilgiler **planlı biçimde ve gecikmeden kullanılmalıdır**.

IV. öncül doğrudur. Elde edilen sonuçlar öğrenciyle paylaşılırken öğrencinin **hazır oluş düzeyi ve psikolojik durumu** dikkate alınmalıdır.

Bu nedenle yanlış olan yalnızca **II. öncüldür**.

Cevap: B

7. Bireyi tanıma sürecinde elde edilen bilgilerin **farklı zamanlarda ve farklı araçlarla toplanıp birbiriyle tutarlı olup olmadığının incelenmesi**, verilerin güvenilirliğine dikkat edilmesi anlamına gelir. Çünkü aynı birey hakkında farklı kaynaklardan elde edilen bilgilerin **benzer sonuçlar vermesi**, ölçmenin **güvenilir** olduğunu gösterir.

Sorunun ikinci kısmında ise öğrencilik hayatı boyunca **düzenli aralıklarla veri toplanması** vurgulanmaktadır. Bu durum bireyi tanıma çalışmalarının **tek seferlik değil, öğrencinin gelişimi boyunca devam eden bir süreç olması** gerektiğini ifade eder ve **süreklilik** ilkesine karşılık gelir.

A seçeneği uygun değildir; ekonomiklik zaman ve maliyetle, gizlilik ise bilgilerin korunmasıyla ilgilidir.

B seçeneği doğru değildir; objektiflik verilerin tarafsız değerlendirilmesini, geçerlik ise ölçme aracının doğru özelliği ölçmesini ifade eder.

C seçeneği uygun değildir; bütünlük farklı yönlerin birlikte ele alınmasını vurgular, ancak soruda özellikle **verilerin tutarlılığı** üzerinde durulmaktadır.

D seçeneği doğru değildir; gönüllülük bireyin isteyerek katılımını, gizlilik ise bilgilerin korunmasını ifade eder.

E seçeneği doğru cevaptır. Verilerin birbiriyle tutarlı olup olmadığına bakılması **güvenilirlik**, öğrencilik hayatı boyunca **düzenli aralıklarla veri toplanması ise süreklilik** ilkesini vurgular.

Cevap: E

8. Kariyer danışmanlığı sürecinde öğrencinin mesleki yönelimleri belirlenirken **farklı veri kaynaklarının birlikte değerlendirilmesi** gerekir. Yeternek testleri önemli bilgiler sağlar; ancak meslek seçiminde **ilgi, değer, kişilik özellikleri, güncel deneyimler ve öğrencinin kendi görüşleri** de dikkate alınmalıdır. Soruda Ali Bey'in, Mert hakkında yalnızca **lise 1'de uygulanan sayısal yetenek testi sonucuna** dayanarak kesin bir yönlendirme yapması ve öğrencinin son dönemde gelişen **edebiyat ilgisi ve sosyal sorumluluk etkinliklerine yönelimi** gibi diğer bilgileri dikkate almaması bu açıdan sorunludur. Bu durum, bireyi tanıma sürecinde **birden fazla kaynaktan veri toplanması ve bireyin farklı yönlerinin birlikte değerlendirilmesi gerektiğini** vurgulayan

çok yönlülük (bütüncüllük) ilkesinin göz ardı edildiğini gösterir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği uygun değildir; geçerlik, ölçme aracının ölçmek istediği özelliği doğru ölçmesiyle ilgilidir.

C seçeneği süreklilik ilkesini ifade eder; bu ilke bireyi tanıma çalışmalarının zaman içinde devam etmesi gerektiğini vurgular.

D seçeneği gönüllülük ilkesidir; bireyin bireyi tanıma çalışmalarına isteyerek katılmasıyla ilişkilidir.

E seçeneği gizlilik ilkesini ifade eder; elde edilen bilgilerin izinsiz paylaşılmamasıyla ilgilidir.

Cevap: B

9. Bireyi tanıma çalışmalarında elde edilen bilgiler **yalnızca toplanmak için değil**, öğrencinin gelişimine katkı sağlayacak biçimde **zamanında değerlendirilip kullanılmak için** toplanır. Soruda psikolojik danışman çok sayıda veri toplamış olmasına rağmen, yoğunluğu gerekçe göstererek bu bilgileri **eğitim yılı sonuna kadar kullanmayı planlamaktadır**. Oysa bireyi tanıma ilkelerine göre elde edilen veriler **planlı biçimde ve gecikmeden kullanılmalıdır**; aksi halde öğrencinin gelişimini destekleme işlevi zayıflar. Bu nedenle burada öncelikle ihlal edilen ilke, **elde edilen bilgilerin planlı şekilde en kısa sürede kullanılması** ilkesidir.

A seçeneği doğru cevaptır. Soruda açıkça verilerin kullanılmasının **ertelendiği** belirtilmektedir.

B seçeneği süreklilik ilkesini anlatır; bireyi tanıma çalışmalarının öğrencinin gelişimi boyunca devam etmesi gerektiğini vurgular.

C seçeneği iş birliği ilkesine işaret eder; bireyi tanıma verilerinin gerekli durumlarda öğretmen ve diğer ilgili kişilerle birlikte değerlendirilmesi beklenir.

D seçeneği elde edilen bilgilerin öğrencinin gelişimine hizmet edecek şekilde yorumlanmasını vurgular.

E seçeneği bireyin farklı yönlerinin birlikte ele alınması gerektiğini ifade eder.

Cevap: A

10. Bireyi tanıma çalışmaları yalnızca problem yaşayan öğrenciler için yürütülen bir süreç değildir. Rehberlik hizmetlerinin temel yaklaşımı **tüm öğrencilere yönelik** olup öğrencilerin kendilerini tanımalarına, ilgi ve yeteneklerini fark etmelerine ve gelişimlerini planlamalarına yardımcı olmayı amaçlar. Soruda Hakan Bey'in bireyi tanıma çalışmalarını büyük ölçüde **başarısı düşük veya uyum sorunu yaşayan öğrencilerle sınırladığı**, buna karşılık geniş öğrenci grubuna ait **ilgi envanteri ve yetenek testlerini incelemeyi ertelemediği** görülmektedir. Bu durum bireyi tanıma çalışmalarının **tüm öğrencilere yönelik olması gerektiği** ilkesine aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği gizlilik ilkesini ifade eder; bireyi tanıma sürecinde elde edilen bilgilerin korunmasıyla ilgilidir.

B seçeneği süreklilik ilkesidir; bireyi tanıma çalışmalarının öğrencinin gelişimi boyunca devam etmesi gerektiğini vurgular.

C seçeneği ekip çalışmasını ifade eder; rehberlik hizmetlerinde öğretmen ve diğer paydaşlarla iş birliğini içerir.

E seçeneği bütünlük ilkesidir; bireyin farklı yönlerinin birlikte değerlendirilmesi gerektiğini vurgular.

Cevap: D

11. Rehberlik servisi, öğrencilerin **dijital bağımlılık düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemeyi** amaçlayan bir çalışma planlamaktadır. Buradaki amaç belirli bir öğrenciyi tanımak ya da bir programa öğrenci seçmek değildir; iki değişken arasındaki ilişkinin ortaya konmasıdır. Bu tür çalışmalar, rehberlik hizmetlerinde **bilimsel bilgi elde etmeye ve bir durumun neden-sonuç ilişkisini incelemeye** yönelik olduğu için **araştırma** işlevi kapsamında değerlendirilir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği seçme işlevini ifade eder; belirli bir programa veya fırsata en uygun bireyleri belirlemek amacıyla yapılır.

B seçeneği uygulanan yöntemin değerlendirilmesidir; yürütülen bir programın ya da müdahalenin etkisini incelemek için kullanılır.

C seçeneği tanılama işlevini ifade eder; bireyin yaşadığı bir problemin nedenlerini belirlemeye yöneliktir.

D seçeneği sınıflamadır; bireylerin benzer özelliklerine göre gruplara ayrılmasıyla ilgilidir.

Cevap: E

12. Rehberlik servisinin yaptığı uygulamada öğrenciler, **kişilik ve ilgi envanteri sonuçlarına göre kariyer eğilimlerine göre gruplandırılmıştır**. Psikolojik testlerden elde edilen verilerin kullanılarak bireylerin **benzer özelliklerine göre belirli gruplara ayrılması**, psikolojik testlerin kullanım amaçları içinde **sınıflama** işlevine karşılık gelir. Bu uygulamada amaç belirli bir programa öğrenci seçmekten çok, öğrencileri **kariyer eğilimlerine göre gruplandırarak uygun alanlara yönlendirmektir**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğinde ki sınıflamadır**.

A seçeneği araştırma işlevini ifade eder; değişkenler arasındaki ilişkileri incelemeye yönelik bilimsel çalışmalar bu kapsamda değerlendirilir.

B seçeneği uygulanan yöntemin değerlendirilmesidir; bir programın ya da müdahalenin etkisini incelemek için yapılır.

C seçeneği seçme işlevini ifade eder; belirli bir programa veya fırsata en uygun bireyleri belirlemek amacıyla kullanılır.

E seçeneği tanılama işlevidir; bireyin yaşadığı bir problem veya durumun nedenlerini belirlemek amacıyla yapılan değerlendirmeleri kapsar.

Cevap: D

13. Psikolojik değerlendirme sürecinde bazen bireyler testlere gerçek durumlarını yansıtmayan **biçimde cevap verebilir**. Bu durum ölçme sonuçlarının doğruluğunu etkileyen önemli hatalardan biridir. **Yanıltma hatası**, bireyin belirli bir amaç doğrultusunda değerlendirme sürecini bilinçli olarak manipüle etmesiyle ortaya çıkar. Kişi, bir kazanç elde etmek ya da sorumluluktan kaçınmak amacıyla **psikolojik veya fiziksel belirtileri abartabilir ya da varmış gibi gösterebilir**. Bu nedenle yanıltma hatası, bireyin değerlendirme sürecini **bilinçli bi-**

çimde çarpıtması anlamına gelir. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneği sosyal beğenirlik eğilimini anlatır; bireyin toplum tarafından onaylanacak cevaplar vermeye çalışmasıdır.

C seçeneği onaylama eğilimi (acquiescence) olarak bilinir; bireyin test maddelerine sürekli **"evet" deme eğilimi** göstermesidir.

D seçeneği rastgele cevaplama durumudur; bireyin soruları dikkatle okumadan gelişigüzel işaretlemesidir.

E seçeneği ise karşı çıkma eğilimini ifade eder; bireyin test maddelerine sistematik biçimde **"hayır" deme eğilimi** göstermesidir.

Cevap: A

14. Psikolojik ölçme araçlarında bireyler bazen soruları gerçek düşüncelerini yansıtmayan biçimde cevaplayabilir. Bu durum literatürde **cevaplama hataları** olarak adlandırılır ve farklı türleri vardır.

I. öncül sosyal kabul / sosyal istenirlik hatasını açıklar. Ahmet Bey'in hassas sorulara toplum tarafından onaylanacağını düşündüğü cevapları vermesi ve kendisini hatasız göstermeye çalışması, bireyin kendisini **toplum gözünde olumlu gösterecek şekilde cevap vermesi** anlamına gelir.

II. öncül toto oynamak hatasını gösterir. Zeynep Hanım'ın dikkatini vermeden ve düşünmeden seçenekleri işaretlemesi, sorulara **rastgele cevap verme** davranışdır.

III. öncül orta yol cevap verme hatasını ifade eder. Kemal Bey'in sürekli **"orta" seçenekleri tercih etmesi** ve uç seçeneklerden kaçınması bu hataya karşılık gelir.

Bu nedenle sosyal kabul hatasını açıklayan yalnızca **I. öncüdür**.

Cevap: A

15. Psikolojik testlerde bazı durumlarda bireyler soruları dikkatle okumadan veya yeterince düşünmeden cevaplayabilir. Bu özellikle **uzun ve yorucu testlerin sonlarına doğru** görülebilir. Soruda Emel Hanım'ın testin son kısmında soruları dikkatle okumakta zorlandığı ve birçok soruya **düşünmeden, rastgele seçenekleri işaretlediği** belirtilmektedir. Bu durum ölçme literatüründe **toto oynamak** olarak adlandırılır. Toto oynamak, bireyin sorulara gelişigüzel ve rastgele cevap vermesi anlamına gelir ve test sonuçlarının güvenilirliğini düşürür. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği sosyal kabul hatasını ifade eder; bireyin toplum tarafından daha olumlu değerlendirilecek cevapları vermeye çalışmasıdır.

B seçeneği orta yol cevap verme hatasıdır; bireyin sürekli orta seçenekleri işaretlemesiyle ortaya çıkar.

C seçeneği yanıltma hatasıdır; bireyin belirli bir amaçla testi bilinçli biçimde çarpıtmasıdır.

E seçeneği cevapların kalıplaşmasıdır; bireyin test boyunca aynı tür cevapları tekrar tekrar işaretlemesidir.

Cevap: D

1. Tutum ölçeklerinde bazen bireyler maddeleri dikkatle değerlendirmek yerine **alışkanlık haline gelen bir cevap biçimini sürekli kullanabilir**. Soruda Alaz Bey'in birçok ifade hakkında net bir fikri olmadığı hâlde, özellikle karmaşık maddelerde **sürekli "Katılıyorum" seçeneğini işaretlediği** belirtilmektedir. Bu durum bireyin test boyunca **aynı tür cevabı tekrar tekrar verme eğilimi** göstermesidir. Ölçme literatüründe bu durum **cevapların kalıplaşması** olarak adlandırılır.

A seçeneği sosyal kabul hatasıdır; bireyin kendisini toplum tarafından daha olumlu görünecek şekilde göstermeye çalışmasıdır.

B seçeneği yanıltma hatasıdır; bireyin belirli bir amaçla değerlendirme sonuçlarını bilinçli olarak çarpıtmasıdır.

C seçeneği toto oynamaktır; sorulara gelişigüzel ve rastgele cevap verilmesini ifade eder.

D seçeneği orta yol cevap verme hatasıdır; bireyin sürekli orta seçenekleri (kararsızım vb.) işaretlemesi durumudur.

Cevap: E

2. Mesleki rehberlik sürecinde öğrencinin **güncel ilgi ve yeteneklerinin** belirlenmesi büyük önem taşır. Çünkü bireyin ilgi alanları, değerleri ve yönelimleri zaman içinde değişebilir. Soruda psikolojik danışmanın öğrencinin **şu anki ilgilerini ve yeteneklerini değerlendirmek yerine**, yalnızca **8. sınıfta uygulanmış eski bir test sonucuna** dayanarak meslek önerisinde bulunduğu görülmektedir. Oysa bireyi tanıma çalışmaları öğrencinin gelişimi boyunca **belirli aralıklarla sürdürülmeli ve elde edilen bilgiler güncellenmelidir**. Danışmanın yeni bir değerlendirme yapmadan eski veriye dayanması, bireyi tanıma çalışmalarının **zaman içinde devam etmesi gerektiğini** vurgulayan **süreklilik ilkesine** aykırıdır.

A seçeneği bireysel farklılıklara saygı ilkesidir; öğrencilerin özelliklerinin birbirinden farklı olduğunu kabul etmeyi ifade eder.

C seçeneği nesnellik ilkesidir; elde edilen verilerin önyargısız biçimde değerlendirilmesini gerektirir.

D seçeneği standartlaşma ilkesidir; ölçme araçlarının uygulanma koşullarının herkes için aynı olmasını ifade eder.

E seçeneği ekip çalışması ilkesidir; rehberlik sürecinde öğretmen ve diğer paydaşlarla iş birliği yapılmasını içerir.

Cevap: B

3. Bireyi tanıma çalışmalarının temel amacı, birey hakkında bilgi toplamak değil; bu bilgileri kullanarak **öğrencinin kendisini tanımasına yardımcı olmak**, güçlü ve geliştirilmesi gereken yönleri hakkında farkındalık kazanmasını sağlamak ve daha **gerçekçi kararlar verebilmesine destek olmaktır**. Soruda Serap Hanım'ın farklı araçlardan elde ettiği verileri analiz ederken amacının öğrencilerin **gizli potansiyellerini fark etmelerine yardımcı olmak ve kendileri hakkında bilinç kazanmalarını sağlamak** olduğu belirtilmektedir. Bu yaklaşım, bireyi tanıma çalışmalarının **etiketleme veya kesin yargılar üretme amacı taşımadığını; bireyin kendisini anlamasına hizmet eden bir süreç olduğunu** vurgular.

A seçeneği bireyi tanıma verilerinin uzman tarafından kesin meslek kararları vermek için kullanılmasını savunur; bu rehberlik anlayışına uygun değildir.

B seçeneği verilerin yalnızca akademik başarıyı artırmak amacıyla yönetim ve öğretmenler tarafından kullanılmasını vurgular; bireyi tanımanın temel amacı bu değildir.

C seçeneği doğru cevaptır. Bu seçenek, bireyi tanıma sürecinin **bireyin kendisini anlamasına ve gerçekçi kararlar almasına yardımcı olma** amacını en doğru biçimde ifade eder.

D seçeneği test sonuçlarının kesin ve değişmez yargılar oluşturmak için kullanılmasını savunur; bu yaklaşım bireyi tanıma ilkelerine aykırıdır.

E seçeneği tüm sorumluluğu rehberlik servisine yükler; oysa rehberlik sürecinde bireyin aktif rolü vardır.

Cevap: C

4. Rehberlik hizmetlerinde bireyi tanıma süreci belirli etik ve mesleki ilkelere dayanır. Sorudaki her davranış bu ilkeler açısından değerlendirildiğinde hangi ilkenin ihlal edildiği belirlenebilir.
- Öncül gizlilik ilkesine aykırıdır.** İlgili envanteri sonuçlarının öğrencinin ve velisinin bilgisi olmadan okul müdürüne verilmesi, bireyi tanıma sürecinde elde edilen bilgilerin **gizli tutulması gerektiği** ilkesini ihlal eder.
 - Öncül gönüllülük ilkesine aykırıdır.** Katılmak istemeyen öğrenciler dâhil herkese zorunlu kişilik envanteri uygulanması, bireyi tanıma çalışmalarının **bireyin isteğine bağlı olması** ilkesine ters düşer.
 - Öncül bütüncüllük ilkesine aykırıdır.** Bir öğrencinin tüm sorunları hakkında **tek bir envanter sonucuna dayanarak kesin yargı oluşturmak**, bireyi farklı yönleriyle ve birden fazla veri kaynağıyla değerlendirme gerekliliğini ihlal eder.
 - Öncül süreklilik ilkesine aykırıdır.** Mesleki yönlendirmede öğrencinin gelişimini izlemek yerine **üç yıl önceki bir test sonucuna dayanmak**, bireyi tanımanın zaman içinde güncellenmesi gerektiği ilkesini ihlal eder.
 - Öncül araçların amaca hizmet etmesi ilkesine aykırıdır.** Yetenek testleri gibi bireyi tanıma araçlarının verilerini dikkate almadan yalnızca ailenin ekonomik beklentilerine göre yönlendirme yapmak, bu araçların **bireyin gelişimine hizmet etmesi** amacını göz ardı etmektir.
- Bu nedenle doğru sıralama: **Gizlilik - Gönüllülük - Bütüncüllük - Süreklilik - Araçların amaca hizmet etmesidir.**

Cevap: B

5. Kişilik değerlendirmelerinde **objektif** ve **projektif** testler farklı özelliklere sahiptir. Objektif testler genellikle **standartlaştırılmış, puanlaması açık ve sayısal olarak değerlendirilebilen** araçlardır. Projektif testler ise daha çok **yorumaya dayalı**, bireyin bilinçdışı süreçlerini ve iç dünyasını anlamaya yönelik niteliksel değerlendirmeler içerir. Bu nedenle iki test türünün güçlü ve sınırlı yönleri birlikte ele alınmalıdır.

A seçeneği doğrudur. Objektif testler genellikle geniş örneklemeler üzerinde geliştirildiği için **norm çalışmaları daha kapsamlıdır**; projektif testlerde ise norm verileri daha sınırlı olabilir.

B seçeneği doğrudur. Projektif testler bireyin **yaratıcılığını ve özgün tepkilerini** ortaya çıkarma açısından objektif testlere göre daha esnek bir yapı sunar.

C seçeneği doğrudur. Objektif testler genellikle **nicel puanlama** ile değerlendirilirken, projektif testlerde yorumlama süreci **nitel ve klinik değerlendirmeye** dayanır.

D seçeneği doğrudur. Objektif testlerde birey soruların amacını anlayabildiği için **sosyal beğenirlik gibi yanıt çarpıtmaları** daha sık görülebilir; projektif testlerde bu tür bilinçli kontrol daha sınırlıdır.

E seçeneği yanlıştır. Projektif testler bilinçdışı süreçleri ortaya çıkarmada yararlı olabilir; ancak **her zaman objektif testlerden daha üstün oldukları söylenemez.** Her iki test türünün de kullanım alanları ve sınırlılıkları vardır.

Cevap: E

6. Projektif kişilik testleri bireyin **serbest tepki vermesine dayanan**, daha çok nitel yorumlama gerektiren değerlendirme araçlarıdır. Bu testler bireyin bilinçdışı süreçlerini, iç dünyasını ve savunma mekanizmalarını ortaya koymada yararlı olabilir. Ancak bu testlerin önemli bir sınırlılığı, **puanlama ve yorumlama süreçlerinin objektif testlere göre daha az standartlaşmış olmasıdır.** Bu nedenle aynı test farklı uzmanlar tarafından değerlendirildiğinde **yorum farklılıkları ortaya çıkabilir.**

A seçeneği objektif testlerin özelliğini anlatır; projektif testler çoktan seçmeli ya da doğru-yanlış formatında değildir.

B seçeneği doğru cevaptır. Projektif testlerde **puanlama ve yorumlama standardizasyonu sınırlı olabilir** ve bu durum uygulayıcılar arasında farklı değerlendirmelere yol açabilir.

C seçeneği projektif testlerin temel sınırlılığı değildir; aksine bu testler bireyin bilinçdışı süreçlerini anlamaya çalışır.

D seçeneği uygun değildir; projektif testler genel-

likle **kısa ve yüzeysel değil**, zaman alan ve ayrıntılı yorum gerektiren uygulamalardır.

E seçeneği de doğru değildir; projektif testlerde norm grupları genellikle **geniş ve güçlü değildir**, bu nedenle genellenebilirlik sınırlı olabilir.

Cevap: B

7. Kişilik değerlendirmelerinde **objektif testler** ve **projektif testler** farklı özelliklere sahiptir. Objektif testlerin en önemli özelliği, maddelerin ve cevap seçeneklerinin **önceden belirlenmiş olması** ve testin **puanlama ile yorumlama süreçlerinin standartlaştırılmış biçimde yapılabilmesidir**. Bu durum farklı uygulayıcılar tarafından yapılan değerlendirmelerde **daha tutarlı ve nesnel sonuçlar** elde edilmesini sağlar. Bu nedenle objektif testlerin projektif testlere göre temel avantajı **standart ve nesnel ölçme imkânı sunmalarıdır**.

A seçeneği projektif testlerin güçlü yönlerinden biridir; bireyin bilinçdışı süreçlerini keşfetmeye daha fazla olanak tanıyabilir.

B seçeneği doğru cevaptır. Objektif testlerde uygulama ve puanlama süreçleri **daha standart ve nesnel** biçimde yürütülür.

C seçeneği doğru değildir; objektif testlerde bireyler soruların amacını anlayabildiği için **yanıt çarpıtmaları (örneğin sosyal beğenirlik)** görülebilir.

D seçeneği projektif testlerin özelliğidir; bu testlerde uyarıcılar daha az yapılandırılmıştır.

E seçeneği projektif testlerin klinik yorum açısından daha esnek olmasına gönderme yapar; objektif testlerin temel avantajı bu değildir.

Cevap: B

8. **İlgi envanterleri**, bireyin hangi alanlara yönelim gösterdiğini belirlemeye yardımcı olan araçlardır. Bu envanterler bireyin **hoşlandığı etkinlikleri, mesleki eğilimlerini ve tercih ettiği faaliyet alanlarını** ortaya koyarak özellikle **eğitsel ve mesleki rehberlik** sürecinde kullanılır. Ancak ilgi envanterleri bireyin kişilik yapısını ya da değer sistemini **kesin biçimde belirleyen araçlar değildir**.

A seçeneği ilgi envanterlerinin kullanım amaçlarından biridir; elde edilen sonuçlar bireyin ilgi duyabileceği **hobi ve gelişim etkinlikleri** hakkında öneriler sunabilir.

B seçeneği doğru değildir. İlgi envanterleri bireyin **kişisel değerlerini ve önceliklerini kesin olarak belirlemek** için kullanılmaz; bu daha çok değer envanterleri veya farklı psikolojik değerlendirmelerle incelenir.

C seçeneği ilgi envanterlerinin dolaylı amaçlarından biridir; birey sonuçları yorumlarken **farklı meslek alanlarını tanıma fırsatı** bulabilir.

D seçeneği doğrudur; ilgi envanterleri bireyin **kariyer hedeflerini netleştirmesine** yardımcı olabilir.

E seçeneği de doğrudur; bireyin **eğitim ve kariyer kararlarını daha bilinçli vermesine** katkı sağlar.

Cevap: B

9. Psikolojik danışman danışanın **bilinçdışı çatışmalarını, düşünce örüntülerini ve duygusal süreçlerini** daha derinlemesine anlamak istemektedir. Bu tür durumlarda daha **serbest çağrışım ve yorumlama imkânı sağlayan** değerlendirme yöntemleri tercih edilir. **Projektif testler**, bireye yapılandırılmamış uyarılar sunarak kişinin iç dünyasını, bilinçdışı süreçlerini ve savunma mekanizmalarını ortaya koymayı amaçlar. Bu nedenle bu amaç için en uygun yöntem **projektif tekniklerdir**.

A seçeneği Beck Depresyon Envanteri gibi **kendini raporlama ölçeklerini** içerir; bu araçlar daha çok belirli semptomların düzeyini ölçer.

B seçeneği kaygı düzeyini ölçen envanterleri ifade eder; bunlar spesifik bir psikolojik durumu değerlendirmeye yöneliktir.

C seçeneği MMPI gibi **objektif kişilik testlerini** içerir; bu testler standart ve nicel değerlendirme sağlar ancak bilinçdışı süreçleri ortaya koyma açısından projektif testler kadar derin değildir.

D seçeneği doğru cevaptır. **Rorschach Mürekkep Lekesi Testi** ve **Tematik Algı Testi (TAT)** gibi projektif teknikler bireyin bilinçdışı çatışmalarını ve içsel süreçlerini anlamada sıklıkla kullanılır.

E seçeneği sosyal beğenirlik gibi yanıt çarpıtmalarını belirlemeye yönelik ölçekleri ifade eder.

Cevap: D

10. Soruda danışman, öğrencinin **açıklık, sorumluluk, dışadönüklük, uyumluluk ve nevrotiklik** olmak üzere **beş temel kişilik boyutunu** ölçmeyi amaçlayan bir ölçek kullanmıştır. Bu beş boyut psikoloji literatüründe **Beş Faktör Kişilik Kuramı** olarak bilinen modele karşılık gelir. Bu modeli ölçmek için kullanılan araçlar da genellikle **kendini raporlama esasına dayalı Beş Faktör kişilik ölçekleridir**. Bu nedenle danışmanın kullandığı araç **Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği**dir.

A seçeneği doğru cevaptır. Bu ölçek bireyin kişiliğini deneyime **açıklık, sorumluluk, dışadönüklük, uyumluluk ve nevrotiklik** boyutları üzerinden değerlendiren araçtır.

B seçeneği MMPI'dir; daha çok **psikopatoloji ve klinik kişilik değerlendirmelerinde** kullanılır.

C seçeneği 16PF envanteridir; Cattell'in geliştirdiği **16 kişilik faktörünü** ölçmeye yöneliktir.

D seçeneği Leiter Uluslararası Performans Ölçeği'dir; **zekâ ve bilişsel performansı** ölçer.

E seçeneği Thurstone Temel Kabiliyetler Testidir; **bilişsel yetenekleri** değerlendirmek için kullanılır.

Cevap: A

11. Projektif teknikler, bireyin **bilinçdışı süreçlerini, içsel çatışmalarını ve dünyayı algılama biçimini** ortaya koymayı amaçlayan değerlendirme araçlarıdır. Bu tekniklerde bireye **belirsiz ve yapılandırılmamış uyaranlar** sunulur ve kişinin verdiği tepkiler üzerinden iç dünyası yorumlanır.

I. öncül projektif tekniklerin amacı değildir. Zekâ düzeyini ve bilişsel kapasiteyi ölçmek daha çok **zekâ testlerinin** amacıdır.

II. öncül projektif tekniklerin amaçları arasındadır. Bu teknikler bireyin **savunma mekanizmalarını ve bilinçdışı çatışmalarını** anlamaya yardımcı olabilir.

III. öncül projektif tekniklerin temel amacı değildir. Sosyal beğenirlik eğilimi genellikle **objektif kişilik testlerinde** kullanılan geçerlik ölçekleri ile incelenir.

IV. öncül projektif tekniklerin amaçları arasındadır. Projektif testler bireyin **kendine özgü algılama ve dünyayı anlamlandırma biçimini** ortaya koymayı hedefler.

Bu nedenle doğru seçenek **II ve IV**'tür.

Cevap: C

12. Soruda psikolojik danışmanın çocuğa **sonu açık bırakılmış masallar veya fabllar anlatması** ve çocuğun bu hikâyeleri nasıl tamamladığını incelemesi vurgulanmaktadır. Bu teknik özellikle çocukların **anne-baba ilişkileri, kardeş kıskançlığı, otorite figürleriyle çatışma gibi gelişimsel ve psikanalitik temelli duygularını** ortaya çıkarmayı amaçlar. Psikanalitik kurama dayanan bu yöntemde çocuk, hikâyenin devamını anlatarak **kendi içsel çatışmalarını ve duygularını yansıtır**. Bu özellikler, **Louisa Düss Psikanalitik Hikâye Testi**nin temel uygulama biçimidir.

A seçeneği Çocuklar İçin Tematik Algılama Testi (CAT)'dir; bu testte çocuklara **resimli kartlar** gösterilir ve hikâye oluşturmaları istenir.

B seçeneği Rorschach Mürekkep Lekesi Testi'dir; bireylerden **mürekkep lekelerine ne gördüklerini söylemeleri** beklenir.

C seçeneği Rotter Cümle Tamamlama Testi'dir; bireylerden **yarım bırakılmış cümleleri tamamlamaları** istenir.

D seçeneği Denver Gelişim Tarama Testi'dir; projektif değil, **gelişimsel değerlendirme** aracıdır.

Cevap: E

13. Soruda tanımlanan araç **0-6 yaş arası çocuklarda gelişimsel ilerlemeyi izlemek**, olası gecikmeleri erken dönemde fark etmek amacıyla kullanılan bir **tarama testidir**. Ayrıca araçta **kişisel-sosyal, ince motor, dil ve kaba motor** olmak üzere dört gelişim alanının değerlendirildiği ve amacın **tanı koymak değil, olası gelişimsel riskleri belirlemek** olduğu belirtilmiştir. Bu özellikler gelişim psikolojisinde yaygın olarak kullanılan **Denver Gelişim Tarama Testi**nin temel özellikleridir.

A seçeneği Stanford-Binet Zekâ Ölçeği'dir; çocukların **zekâ düzeyini ölçmek** için kullanılır.

B seçeneği doğru cevaptır. **Denver Gelişim Tarama Testi**, 0-6 yaş arası çocukların gelişimini **kişisel-sosyal, ince motor, dil ve kaba motor alanlarında** taramak için kullanılır.

C seçeneği WISC-IV'tür; **okul çağındaki çocukların zekâ düzeyini** ölçmeye yönelik bir testtir.

D seçeneği Thurstone Temel Kabiliyetler Testi'dir; **bilişsel yetenekleri** ölçmeye yöneliktir.

E seçeneği Bender Görsel Hareket Algısı Testi'dir; daha çok **görsel-motor koordinasyon ve nörolojik işlevleri** değerlendirmek amacıyla kullanılır.

Cevap: B

14. Soruda anlatılan uygulamada çocuğa **bir insan resmi çizmesi** söylenmekte ve değerlendirme yapılırken resmin sanatsal yönü değil; **çizimde yer alan vücut parçalarının sayısı, ayrıntılar, oranlar ve temsiller** dikkate alınmaktadır. Bu tür çizimlerde çocuğun bilişsel olgunluk düzeyi, çizdiği insan figüründeki **gelişimsel ayrıntılar üzerinden puanlanır**. Çocuklardan "bir insan çiz" talimatıyla alınan çizimlerin standart ölçütlere göre değerlendirilmesi, **Goodenough-Harris Bir İnsan Çiz Testi**nin temel uygulama biçimidir. Bu test özellikle çocuklarda **bilişsel gelişim ve zihinsel olgunluk hakkında hızlı bir değerlendirme** yapmak amacıyla kullanılır.

A seçeneği Çocuklar İçin Tematik Algılama Testi'dir; çocuklara **resimli kartlar gösterilerek hikâye oluşturmaları** istenir.

B seçeneği Anadolu SAK Zekâ Ölçeği'dir; kapsamlı bir **zekâ testi bataryasıdır**.

C seçeneği Bayley Zihinsel Gelişim Ölçeği'dir; daha çok **0-3 yaş arası bebeklerin gelişimini** değerlendirmek için kullanılır.

D seçeneği doğru cevaptır. Goodenough-Harris Bir İnsan Çiz Testi, çocuğun çizdiği insan figüründeki ayrıntılar üzerinden **zihinsel olgunluk ve bilişsel gelişimi** değerlendiren bir testtir.

E seçeneği Bender-Gestalt Görsel Motor Algılama Testi'dir; bireyin **görsel-motor koordinasyonunu** geometrik şekilleri kopyalama yoluyla değerlendirir.

Cevap: D

15. Psikolojik danışman, danışanın **akademik uyum, aile ilişkileri, kişilerarası ilişkiler ve gelecek kaygıları** gibi yaşam alanlarına ilişkin duygusal durumunu hızlı biçimde değerlendirmek istemektedir. Bu amaçla danışana **başlangıcı verilmiş cümlelerden oluşan bir form verilip bunları tamamlaması istenmiştir**. Bu tür teknikler yarı-projektif niteliktedir ve bireyin düşünce, duygu ve tutumlarını kısa ifadelerle ortaya koymasını sağlar. Soruda özellikle **40 maddeden oluşan standart bir form** kullanıldığı belirtilmiştir. Bu özellikler, psikolojik değerlendirmede yaygın kullanılan **Rotter Cümle Tamamlama Testi**nin temel özellikleriyle örtüşmektedir.

A seçeneği doğru cevaptır. Rotter Cümle Tamamlama Testi, 40 maddeden oluşan ve bireyin yaşam alanlarına ilişkin duygu ve düşüncelerini ortaya çıkarmayı amaçlayan yarı-projektif bir tekniktir.

B seçeneği Beier Cümle Tamamlama Testi'dir; daha çok çocuk ve ergenlerle kullanılan farklı bir formdur ve yapısı soruda verilenle tam örtüşmez.

C seçeneği Tematik Algılama Testi'dir (TAT); bireylerden **resimli kartlara bakarak hikâye oluşturmaları** istenir.

D seçeneği Çocuklar İçin Tematik Algılama Testi'dir (CAT); yine **resimli kartlar ve hikâye anlatımı** temellidir.

E seçeneği Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri'dir (MMPI); **objektif ve çoktan seçmeli maddelerden oluşan kapsamlı bir kişilik testidir**.

Cevap: A

1. Bir ilkokul öğrencisinde öğrenme güçlüğü şüphesi bulunan psikolojik danışman, öğrencinin **görsel algı ve motor becerilerini bir arada kullanma yeteneğini** değerlendirmek istemektedir. Bu amaçla öğrenciye geometrik şekillerden oluşan karmaşık desenlerin bulunduğu **dokuz kart** gösterilmiş ve öğrenciden bu desenleri boş bir kâğıda mümkün olduğunca doğru biçimde **kopya etmesi** istenmiştir. Ayrıca puanlamada çizimlerde ortaya çıkan **dönüklük, bozulma, birleşme veya ayrılma hataları** gibi ölçütlerin dikkate alındığı belirtilmiştir. Bu özellikler, bireyin **görsel-motor bütünleşmesini** değerlendirmeyi amaçlayan ve özellikle **nörolojik işlev bozukluklarının belirlenmesinde** kullanılan **Bender-Gestalt Görsel Motor Algılama Testinin** temel uygulama özellikleriyle örtüşmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği **Cattell Uluslararası Zeka Ölçeği**'dir; akıcı zekâyı ölçmeye yönelik kültürden görece bağımsız bir zekâ testidir ve görsel-motor çizim kopyalama temelli değildir.

B seçeneği **Gesell Gelişim Ölçeği**'dir; çocukların motor, dil ve uyumsal davranış gibi gelişim alanlarını değerlendiren bir gelişim ölçeğidir.

C seçeneği **Stanford-Binet Zeka Ölçeği**'dir; bireyin genel zihinsel kapasitesini ölçen kapsamlı bir zekâ testidir.

E seçeneği **Denver Gelişimsel Tarama Testi**'dir; 0-6 yaş çocuklarda gelişimsel gecikmeleri taramak için kullanılan bir gelişim tarama testidir.

Cevap: D

2. Uzmanın kullandığı test **Wechsler Çocuklar İçin Zekâ Ölçeği (WISC-IV)**'tür. Bu test, **6 yaş 0 ay ile 16 yaş 11 ay** arasındaki çocukların bilişsel yeteneklerini değerlendirmek amacıyla kullanılan bireysel bir zekâ testidir. WISC-IV yalnızca tek bir genel zekâ puanı vermek yerine bireyin bilişsel performansını **sözel kavrama, algısal akıl yürütme, çalışma belleği ve işleme hızı** olmak üzere dört temel endeks üzerinden değerlendirir. Böylece öğrencinin güçlü ve zayıf bilişsel alanları ayrıntılı biçimde ortaya konabilir ve özellikle **öğrenme güçlüğü tanı süreçlerinde** ayrıntılı bir bilişsel profil elde edilir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Stanford-Binet Zekâ Ölçeği, bireyin genel zihinsel kapasitesini ölçen kapsamlı bir bireysel zekâ testidir; ancak soruda belirtilen **dört endeksli yapı** WISC-IV'e özgü biçimde ifade edilmiştir.

Leiter Uluslararası Performans Ölçeği, özellikle **dil kullanımından bağımsız performans temelli değerlendirme** yapmak amacıyla geliştirilmiş bir zekâ testidir ve sözel kavrama gibi alanları değerlendirmez.

Goodenough-Harris Bir İnsan Çiz Testi, çocuğun çizdiği insan figüründen hareketle bilişsel gelişim hakkında ipuçları elde etmeyi amaçlayan bir çizim testidir ve kapsamlı bir zekâ testi değildir.

Denver Gelişim Tarama Testi, küçük çocuklarda **gelişimsel gecikmeleri taramak** amacıyla kullanılan bir gelişim tarama aracıdır; bireysel zekâ testi niteliği taşımaz.

Cevap: C

3. Uzmanın kullandığı teknik **Beier Cümle Tamamlama Testi**'dir. Bu test, bireyin çeşitli yaşam alanlarındaki **uyum, tutum ve olası çatışmalarını** ortaya çıkarmak amacıyla kullanılan yarı-projektif bir tekniktir. Testte bireye yarım bırakılmış cümleler verilerek bunları tamamlaması istenir ve verilen yanıtlar uzman tarafından niteliksel olarak değerlendirilir. Literatürde testin **A ve B olmak üzere iki formu** bulunmaktadır. **A formu 56 eksik cümleden oluşur ve yaklaşık 8-16 yaş arasındaki çocuklara uygulanır; B formu ise 67 eksik cümleden oluşur ve daha ileri yaşlardaki çocuk ve ergenlere uygulanır.** Maddeler özellikle **aile, sosyal ilişkiler, cinsel tutumlar ve okul/iş yaşamı** gibi bireyin temel uyum alanlarını ortaya koyacak şekilde düzenlenmiştir. Soruda belirtilen **67 yarım bırakılmış cümle** ve bu alanlara ilişkin değerlendirme yapılması, kullanılan tekniğin **Beier Cümle Tamamlama Testi** olduğunu göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Rotter Cümle Tamamlama Testi, yarı-projektif bir teknik olmakla birlikte **40 maddeden oluşur** ve bireyin çeşitli yaşam alanlarına ilişkin duygu ve tutumlarını ortaya çıkarmayı amaçlar; soruda belirtilen 67 maddelik yapı ile örtüşmez.

Tematik Algılama Testi (TAT), bireylerden resimli kartlara bakarak **hikâye oluşturmalarının istendiği projektif bir testtir**; cümle tamamlama biçiminde uygulanmaz.

Louisa Düss Psikanalitik Hikâye Testi, çocuk-

lara anlatılan hikâyelerin devamını getirmeleri ya da yorumlamaları esasına dayanan **psikanalitik temelli projektif bir tekniktir.**

Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI), bireyin **kişilik özelliklerini ve psikopatolojik belirtilerini** değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş, çok sayıda **doğru-yanlış maddeden oluşan objektif bir kişilik envanteridir**; yarım bırakılmış cümlelerin tamamlanmasına dayalı bir teknik değildir.

Cevap: B

4. Psikolojik danışmanın uyguladığı test **Stanford-Binet Zekâ Ölçeği**'dir. Bu testin kökeni, **Binet ve Simon tarafından geliştirilen ilk standardize zekâ testlerine** dayanır ve zekâyı ölçmeye yönelik tarihsel açıdan en önemli bireysel testlerden biridir. Test, zekânın değerlendirilmesinde **Zekâ Yaşı (Z.Y.) kavramının ortaya çıkmasına** temel oluşturmuş ve klasik **zekâ katsayısı formülünün** geliştirilmesinde kullanılmıştır. Günümüzdeki versiyonları farklı yaş gruplarına uygun görevler içerir ve yaklaşık **2 yaşından yetişkinliğe kadar geniş bir yaş aralığında** uygulanabilmesiyle bilinir. Bu özellikler soruda verilen tarihsel vurgu, geniş yaş aralığı ve zekâ yaşı kavramı ile doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Wechsler Çocuklar İçin Zekâ Ölçeği (WISC-IV), 6 yaş ile 16 yaş 11 ay arasındaki çocukların bilişsel yeteneklerini ölçmek amacıyla geliştirilen bireysel bir zekâ testidir ve **sözel kavrama, algısal akıl yürütme, çalışma belleği ve işleme hızı** gibi endeks puanları sunar.

Denver Gelişim Tarama Testi, 0-6 yaş çocuklarda **gelişimsel gecikmeleri taramak** amacıyla kullanılan bir gelişim tarama aracıdır; bireysel zekâ testi değildir.

Bender-Gestalt Görsel Motor Algılama Testi, bireyin **görsel algı ile motor koordinasyonunun bütünleşmesini** değerlendiren bir çizim testidir ve nörolojik işlev bozukluklarını belirlemede kullanılır.

Metropolitan Olgunluk Testi, çocukların özellikle **okula hazırbulunuşluk ve okul olgunluğu düzeylerini** değerlendirmek amacıyla kullanılan bir testtir.

Cevap: B

5. Psikolojik danışmanın seçtiği test **Leiter Uluslararası Performans Ölçeği**'dir. Bu test, bireyin bilişsel yeteneklerini **dil kullanımından bağımsız olarak** değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş bir performans zekâ testidir. Uygulama sırasında **sözel yönerge verilmez ve bireyden sözel yanıt beklenmez**; bunun yerine yönergeler **jestler ve işaretlerle** gösterilir ve bireyden görsel eşleştirme, sıralama, desen tamamlama gibi **manipülatif ve görsel görevleri** yerine getirmesi istenir. Bu özellikleri sayesinde test, özellikle **işitme engeli olan, dil ve konuşma güçlüğü yaşayan veya farklı kültürlerden gelen bireylerin bilişsel yeteneklerini değerlendirmede** yaygın biçimde kullanılmaktadır. Soruda belirtilen tamamen **sözel olmayan uygulama biçimi** ve dil becerisinden bağımsız değerlendirme özelliği, bu testin temel ayırt edici özelliğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Wechsler Çocuklar İçin Zekâ Ölçeği (WISC-IV), çocukların bilişsel yeteneklerini değerlendiren bireysel bir zekâ testidir; ancak uygulamada **sözel yönergeler ve sözel alt testler** bulunmaktadır.

Stanford-Binet Zekâ Ölçeği, bireyin genel zihinsel kapasitesini ölçen kapsamlı bir bireysel zekâ testidir ve değerlendirme sürecinde **sözel içerikli görevler** de yer alır.

McCarthy Yetenekler Ölçeği, 2,5-8,5 yaş arası çocukların bilişsel ve motor yeteneklerini değerlendiren bir gelişim ve yetenek ölçeğidir; dil kullanımından tamamen bağımsız bir performans testi değildir.

Bayley Zihinsel Gelişim Ölçeği, özellikle **0-3 yaş arası bebek ve küçük çocukların zihinsel ve motor gelişimini** değerlendirmek amacıyla kullanılan bir gelişim ölçeğidir.

Cevap: A

6. Psikolojik danışmanın kullandığı envanter **Edwards Kişisel Tercih Envanteri**'dir. Bu envanter, **Henry Murray**'in **ihtiyaç kuramına** dayanarak geliştirilmiştir ve bireyin temel **güdüsel ihtiyaçlarını ve motivasyonel eğilimlerini** ölçmeyi amaçlar. Envanterde maddeler **ikili karşılaştırmalı (zorunlu seçim)** biçiminde sunulur; bireyden her seferinde iki ifade arasından kendisine daha uygun olanı seçmesi istenir. Bu yöntem, bireyin **toplum tarafından onaylanacak cevapları verme eğilimini azaltmayı** hedefler. Envanter, Murray'in tanımladığı **15 temel insan ihtiyacını** (başarma, düzen, yakınlık, özerklik, saldırganlık vb.) değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir ve özellikle bireyin **güdüsel ve motivasyonel tercihlerini** ortaya koymada kullanılır. Bu özellikler soruda verilen açıklamalarla örtüşmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri, bireyin **kişilik özelliklerini ve psikopatolojik belirtilerini** değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş, doğru-yanlış maddelerden oluşan kapsamlı bir objektif kişilik envanteridir.

Hacettepe Kişilik Envanteri, bireyin **kişisel ve sosyal uyum düzeylerini** değerlendirmeyi amaçlayan bir kişilik envanteridir.

Kendini Değerlendirme Envanteri, bireyin **kendilik algısı ve kişisel özelliklerine ilişkin değerlendirmelerini** ortaya koymayı amaçlayan bir ölçme aracıdır.

Kendini Kabul Envanteri, bireyin **kendini kabul düzeyini ve benlik algısını** değerlendirmeye yönelik bir ölçme aracıdır.

Cevap: D

7. Uzmanın kullandığı test **Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri**'dir. Bu envanter, bireyin **kişilik özelliklerini ve psikopatolojik eğilimlerini** değerlendirmek amacıyla geliştirilen objektif ve standardize edilmiş bir kişilik testidir. Test, **567 maddeden** oluşur ve bireyden her maddeye **"doğru" veya "yanlış"** şeklinde yanıt vermesi istenir. Değerlendirme sürecinde hipokondriasis, depresyon, histeri ve psikopatik sapma gibi **klินิก alt ölçekler** kullanılarak bireyin psikolojik özelliklerine ilişkin bir profil oluşturulur. Ayrıca bireyin testi yanıtlarken **samimi olup olmadığını** değer-

lendirmek amacıyla **L, F ve K geçerlik ölçekleri** de kullanılır. Bu özellikler soruda verilen açıklamalarla doğrudan örtüşmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Kendini Kabul Envanteri, bireyin **kendini kabul düzeyini ve benlik algısını** değerlendirmeye yönelik bir ölçme aracıdır; kapsamlı psikopatoloji alt ölçekleri içermez.

Tematik Algılama Testi, bireylerden resimli kartlara bakarak **hikâyeler oluşturmalarının istendiği projektif bir kişilik testidir**; doğru-yanlış maddelerden oluşan objektif bir envanter değildir.

Ruhsal Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R), bireyin son dönemde yaşadığı **psikolojik belirtilerin düzeyini** taramak amacıyla kullanılan bir belirti tarama ölçeğidir; kişilik profili oluşturmaya yönelik kapsamlı klinik ölçek yapısına sahip değildir.

Edwards Kişisel Tercih Envanteri, **Henry Murray**'in **ihtiyaç kuramına** dayanan ve bireyin **motivasyonel ihtiyaçlarını** ölçmeyi amaçlayan bir kişilik envanteridir.

Cevap: C

8. Uzmanın kullandığı teknik **Rorschach Mürekkep Lekesi Testi**'dir. Bu test, bireyin **bilinçdışı süreçlerini, algı biçimlerini ve duygusal yaşantılarını** ortaya çıkarmayı amaçlayan projektif bir kişilik testidir. Testte bireye **simetrik yapıda mürekkep lekeleri bulunan toplam 10 kart** sırayla gösterilir ve bireyden her bir lekenin kendisine **neye benzediğini ya da neyi çağrıştırdığını serbest çağrışım yoluyla ifade etmesi** istenir. Değerlendirme sürecinde verilen yanıtlar; **algının içeriği, şekil kullanımı, renk kullanımı ve hareket algısı** gibi belirleyiciler üzerinden analiz edilerek bireyin kişilik yapısına ilişkin kapsamlı bir yorum yapılır. Soruda belirtilen **belirsiz mürekkep lekeleri, 10 kart kullanımı ve serbest çağrışım yöntemi**, bu testin ayırt edici özellikleridir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Beier Cümle Tamamlama Testi, bireye yarım bırakılmış cümlelerin verilerek tamamlanmasının istendiği yarı-projektif bir tekniktir; mürekkep lekeleri kullanılmaz.

Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri, bireyin **kişilik özelliklerini ve psikopatolojik eğilimlerini** değerlendiren, doğru-yanlış maddelerden olu-

şan objektif bir kişilik envanteridir.

Çocuklar İçin Tematik Algılama Testi, çocuklara gösterilen resimli kartlar üzerinden **hikâye anlatmalarının istendiği projektif bir test**dir; mürekkep lekeleri kullanılmaz.

Edwards Kişisel Tercih Envanteri, bireyin **motivasyonel ihtiyaçlarını** ölçmeye yönelik, zorunlu seçimli maddelerden oluşan objektif bir kişilik envanteridir.

Cevap: A

9. Uzmanın kullandığı teknik **Tematik Algılama Testi (TAT)**'tir. Bu test, bireyin **güdülerini, ihtiyaçlarını, duygusal çatışmalarını ve kişilerarası ilişkilerdeki algılarını** ortaya çıkarmayı amaçlayan projektif bir kişilik tekniğidir. Testte bireye **insan figürleri ve sosyal durumlar içeren, anlamı belirsiz resimli kartlar** gösterilir ve bireyden bu kartlara ilişkin **bir hikâye oluşturması** istenir. Danışandan hikâyenin **öncesini, o anda neler olduğunu, karakterlerin duygu ve düşüncelerini ve olayın nasıl sonuçlanacağını** anlatması beklenir. Bu süreçte bireyin kendi **ihtiyaçlarını, çatışmalarını ve içsel yaşantılarını** oluşturduğu hikâyelere **yanıtacağı** varsayımına dayanılarak yorum yapılır. Soruda belirtilen **resimli kartlar, hikâye oluşturma ve içsel süreçlerin yansıtılması** özellikleri bu testin temel uygulama biçimiyle örtüşmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Rorschach Mürekkep Lekesi Testi, bireye gösterilen **belirsiz mürekkep lekelerine** verdiği çağrışımlar üzerinden kişilik değerlendirmesi yapılan projektif bir tekniktir.

Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri, bireyin **kişilik özelliklerini ve psikopatolojik belirtilerini** değerlendirmek amacıyla geliştirilen, doğru-yanlış maddelerden oluşan objektif bir kişilik envanteridir.

Beier Cümle Tamamlama Testi, bireye verilen **yarım bırakılmış cümleleri tamamlaması** yoluyla bireyin uyum alanlarını ve tutumlarını ortaya koymayı amaçlayan yarı-projektif bir tekniktir.

Edwards Kişisel Tercih Envanteri, bireyin **motivasyonel ihtiyaçlarını** ölçmeye yönelik zorunlu seçimli maddelerden oluşan objektif bir kişilik envanteridir.

Cevap: B

10. **Rorschach Mürekkep Lekesi Testi**, bireyin kişilik özelliklerini ve psikolojik işleyişini ortaya çıkarmayı amaçlayan **projektif bir değerlendirme tekniğidir**. Testte bireye anlamı belirsiz, simetrik **mürekkep lekelerinden oluşan kartlar** gösterilir ve bireyden bu lekelerin kendisine neyi çağrıştırdığını söylemesi istenir. Projektif tekniklerin temel varsayımına göre birey, **belirsiz ve yapılandırılmamış uyarıcılara kendi iç dünyasını, duygularını, çatışmalarını ve algı biçimini yansıtır**. Bu nedenle değerlendirme, bireyin verdiği yanıtların içerik, algısal belirleyiciler ve yorum biçimleri üzerinden yapılır. Bu açıklama Rorschach testinin temel ilkesini doğrudan tanımlamaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneği, bireyin **bilinçli düşünce süreçlerini ve rasyonel kararlarını analiz etmeye** yöneliktir; bu yaklaşım daha çok bilişsel değerlendirmelerde görülür, projektif testlerin amacı değildir.

C seçeneği, bireyin **standart uyarıcılara verdiği tipik davranışsal tepkilerin gözlemlenmesini** ifade eder; bu yaklaşım davranışçı değerlendirme yöntemleriyle ilişkilidir.

D seçeneği, bireyin **sözel ifadelerinde ortaya çıkan temaların analiz edilmesini** ifade eder; bu durum daha çok anlatı analizleri veya bazı projektif hikâye teknikleriyle ilişkilidir.

E seçeneği, bireyin **geçmiş yaşantılarını ve travmatik olaylarını doğrudan sorgulamaya** dayalı bir görüşme yaklaşımını ifade eder; Rorschach testinin temel yöntemi değildir.

Cevap: A

11. Okul psikolojik danışmanının kullandığı teknik **Çocuklar İçin Tematik Algılama Testi**'dir. Bu test, çocukların **duygusal yaşantılarını, kişilerarası ilişkilerini ve aile içi algılarını** ortaya çıkarmayı amaçlayan projektif bir değerlendirme tekniğidir. Uygulamada çocuğa **insan ya da hayvan figürlerinin yer aldığı, anlamı tam belirli olmayan resimli kartlar** gösterilir ve bu resimler hakkında **bir öykü anlatması** istenir. Çocuğun oluşturduğu hikâyeler; karakterlerin duygu ve düşünceleri, ilişkileri ve olayların gelişimi üzerinden yorumlanarak çocuğun **aile ilişkileri, duygusal ihtiyaçları ve içsel çatışmaları** hakkında bilgi elde edilir. Soruda belirtilen **hayvan veya insan**

figürlü belirsiz resimler ve hikâye anlatma yöntemi, bu testin temel uygulama biçimini tanımlamaktadır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Goodenough İnsan Çizim Testi, çocuktan **bir insan resmi çizmesinin istendiği** ve bilişsel gelişime ilişkin ipuçları elde etmeyi amaçlayan bir çizim testidir.

Louisa Düss Psikanalitik Hikaye Testi, çocuğa anlatılan **kısa hikâyelerin devamını getirmesinin istendiği** psikanalitik temelli projektif bir tekniktir; resimli kartlara dayanmaz.

Beier Cümle Tamamlama Testi, bireyin **yarım bırakılmış cümleleri tamamlaması** yoluyla tutum ve uyum alanlarını ortaya koymayı amaçlayan yarı-projektif bir tekniktir.

Rorschach Mürekkep Lekesi Testi, bireyin **belirsiz mürekkep lekelerine verdiği çağrışımlar** üzerinden kişilik özelliklerinin yorumlandığı projektif bir testtir.

Cevap: A

12. Psikolojik danışmanın uygulamayı planladığı **yetenek testleri**, bireyin belirli alanlardaki **doğuştan gelen veya geliştirilebilir potansiyelini ve öğrenme kapasitesini** ortaya çıkarmayı amaçlayan ölçme araçlarıdır. Psikolojik ölçme literatüründe yetenek testleri; bireyin **hangi alanlarda güçlü olduğunu belirlemek, mesleki ve akademik yönlendirme yapmak** ve bireyin potansiyeline uygun **eğitim veya meslek seçeneklerini belirlemede** kullanılmaktadır. Buna karşılık yetenek testleri, öğrencinin dersteki başarısızlığının nedenlerini doğrudan belirlemek ya da öğrencinin sosyal uyum düzeyini değerlendirmek için kullanılan araçlar değildir; bu amaçlar daha çok **başarı testleri, gözlem, görüşme veya kişilik-uyum ölçekleri** ile değerlendirilir.

Bu nedenle **öğrencinin hangi alanlarda daha fazla potansiyeli olduğunu görmek (II)** ve **öğrenciye uygun üst öğrenim kurumlarını belirlemede yardımcı olmak (IV)** yetenek testlerinin temel kullanım amaçlarıdır.

Cevap: C

13. Psikolojik danışmanın kullandığı teknik **Çocuklar İçin Tematik Algılama Testi**'dir. Bu test, çocukların **duygusal yaşantılarını, kişilerarası ilişkilerini ve içsel çatışmalarını** ortaya çıkarmayı amaçlayan projektif bir değerlendirme tekniğidir. Testte çocuğa **insan ya da insan davranışı sergileyen hayvan figürlerinin bulunduğu belirsiz resimli kartlar** gösterilir ve çocuktan her kartla ilgili **bir hikâye oluşturmaları** istenir. Çocuğun anlattığı hikâyelerdeki karakterler, olayların gelişimi, duygular ve çatışmalar analiz edilerek çocuğun **aile ilişkilerine dair algıları, kaygıları ve gelişimsel çatışmaları** hakkında yorum yapılır. Soruda özellikle **insan kılığına girmiş hayvan figürleri içeren kartlar ve hikâye anlatma yöntemi** vurgulandığı için kullanılan projektif teknik bu testtir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Rorschach Mürekkep Lekesi Testi, bireyin **belirsiz mürekkep lekelerine verdiği çağrışımlar** üzerinden kişilik özelliklerinin yorumlandığı projektif bir tekniktir.

Goodenough-Harris Bir İnsan Çiz Testi, çocuktan **bir insan resmi çizmesinin istendiği** ve bilişsel gelişime ilişkin ipuçları elde etmeyi amaçlayan bir çizim testidir.

Beier Cümle Tamamlama Testi, bireyin **yarım bırakılmış cümleleri tamamlaması** yoluyla tutum ve uyum alanlarını değerlendirmeye yönelik yarı-projektif bir tekniktir.

Bender-Gestalt Görsel Motor Algılama Testi, bireyin **görsel algı ile motor koordinasyonunun bütünleşmesini** değerlendiren bir çizim testidir.

Cevap: D

14. **Başarı testleri**, bireyin belirli bir öğretim sürecinin ardından **öğrenmiş olduğu bilgi ve becerileri** ölçmek amacıyla kullanılan testlerdir. Eğitimde ölçme ve değerlendirme literatürüne göre bu testler, öğrencilerin **belirli bir ders veya öğrenme ünitesindeki kazanımları ne ölçüde edindiğini belirlemek** ve aynı zamanda **uygulanan öğretim programlarının etkililiğini değerlendirmek** amacıyla kullanılır. Buna karşılık doğuştan gelen potansiyel yetenekleri belirlemek **yetenek testlerinin**, öğrencilerin ilgi alanlarını ve mesleki yönelimlerini belirlemek ise **ilgi envanterlerinin** amacıdır.

Bu nedenle öğrencilerin belirli bir öğrenme ünitesindeki kazanımlarını değerlendirmek (I) ve öğretim programlarının etkililiğini ölçmek (III) başarı testlerinin temel kullanım amaçları arasında yer alır.

Cevap: B

15. **Tematik Algılama Testi (TAT)**, bireyin ihtiyaçlarını, güdülerini, duygusal çatışmalarını ve kişilerarası ilişkilerdeki algılarını ortaya çıkarmayı amaçlayan projektif bir değerlendirme tekniğidir. Testte bireye **insan figürleri ve sosyal durumların yer aldığı, anlamı tam belirli olmayan resimli kartlar** gösterilir. Bireyden bu resimler hakkında **bir hikâye oluşturması**, olayın öncesini, o anda neler olduğunu ve sonrasında ne olacağını anlatması istenir. Bu yaklaşımın temel varsayımı, bireyin oluşturduğu hikâyelere **kendi içsel yaşantılarını, ihtiyaçlarını ve çatışmalarını yansıtacağıdır**. Bu nedenle TAT'ın temel uygulama anlayışı, bireyin belirsiz resimler üzerinden hikâye anlatarak iç dünyasını ortaya koymasıdır.

A seçeneği, kelime çağrışımları yoluyla bilinçdışı süreçleri ortaya çıkarmaya yönelik teknikleri ifade eder.

B seçeneği, bireyin mürekkep lekelerine verdiği algısal yanıtların yorumlanmasına dayanan **Rorschach Mürekkep Lekesi Testinin** uygulama anlayışını tanımlar.

C seçeneği, bireyin davranışsal tepkilerini **standart ölçekler aracılığıyla ölçen objektif testlere** özgü bir yaklaşımdır.

E seçeneği, bireyin **tamamlanmamış cümleleri tamamlamasına dayanan cümle tamamlama tekniklerini** tanımlar.

Cevap: D

1. **Çocuklar İçin Algılama Testi (CAT)**, çocukların **duygusal yaşantılarını, güdülerini, içsel çatışmalarını ve kişilerarası ilişkilerini** ortaya çıkarmayı amaçlayan projektif bir değerlendirme tekniğidir. Testte çocuklara **insan davranışı sergileyen hayvan figürlerinin bulunduğu belirsiz resimli kartlar** gösterilir ve çocuktan bu resimler hakkında **bir hikâye anlatması** istenir. Bu yaklaşımın temel varsayımı, çocuğun oluşturduğu hikâyelere **kendi duygularını, korkularını, ihtiyaçlarını ve çatışmalarını yansıtacağıdır**. Bu nedenle testin uygulama anlayışı, çocuğun hayvan figürlü resimler üzerinden öyküler anlatarak **iç dünyasını yansıtmasını sağlamaya** dayanır.

A seçeneği, kelime çağrışımlarına dayalı teknikleri ifade eder.

B seçeneği, bireyin mürekkep lekelerine verdiği yanıtların yorumlanmasına dayanan **Rorschach Mürekkep Lekesi Testi**nin uygulama anlayışını tanımlar.

C seçeneği, bireyin davranışlarını **gözlem yoluyla değerlendiren davranışsal ölçme yöntemlerine** özgüdür.

D seçeneği, bireyin yarım bırakılmış cümleleri tamamlamasına dayanan **cümle tamamlama tekniklerini** ifade eder.

Cevap: E

2. **Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI)**, kişilik özelliklerini ve psikopatolojik eğilimleri ölçmek amacıyla geliştirilmiş **objektif bir kişilik envanteridir**. Test çok sayıda **doğru-yanlış biçiminde** yanıtlanan maddelerden oluşur ve puanlama standart klinik ve geçerlik ölçekleri üzerinden yapılır. Bu nedenle yapısı gereği objektif testlere örnektir.

Rorschach Mürekkep Lekesi Testi, bireyin **belirsiz mürekkep lekelerine verdiği çağrışımların** yorumlanmasına dayanan projektif bir tekniktir.

Tematik Algı Testi (TAT), bireyin **belirsiz resimler hakkında hikâyeler anlatması** yoluyla içsel süreçlerinin yorumlandığı projektif bir testtir.

İnsan Çiz Testi, bireyin çizdiği insan figürünün özelliklerinden hareketle yorum yapılan **projektif çizim testleri** arasında yer alır.

Cümle Tamamlama Testleri, bireyin yarım bırakılmış cümleleri tamamlamasına dayanan ve çoğunlukla **yarı-projektif teknikler** olarak kabul edilen değerlendirme araçlarıdır.

Cevap: E

3. **Projektif teknikler**, bireyin **belirsiz ve yapılandırılmamış uyarıcılara verdiği yanıtlar aracılığıyla içsel süreçlerini, duygularını ve çatışmalarını yansıtacağı** varsayımına dayanan değerlendirme araçlarıdır. Bu tekniklerde bireyden doğrudan ve yapılandırılmış cevaplar istenmediği için kişi genellikle kendini **daha serbest ve dolaylı biçimde ifade edebilir**. Ayrıca projektif testlerin yorumlanması, verilen yanıtların içerik ve sembolik anlamlarının analizini gerektirdiğinden **uygulayıcıda yüksek düzeyde klinik deneyim ve yorumlama becerisi** gerektirir. Buna karşılık projektif tekniklerde yanıtlar bireyin **bilinçli ve rasyonel düşünce süreçlerini doğrudan yansıtmaz**, daha çok bilinçdışı süreçlerin yansımaları olarak kabul edilir. Ayrıca bu tekniklerin **geçerlik ve güvenilirlik düzeyleri objektif testlere kıyasla genellikle daha sınırlıdır**.

Bu nedenle projektif tekniklerin ortak özellikleri arasında **yer almayan ifadeler II ve IV numaralı** öncüllerdir.

Cevap: C

4. **Beier Cümle Tamamlama Testi**, bireyin çeşitli yaşam alanlarına ilişkin **tutumlarını, duygularını, çatışmalarını ve uyum alanlarını** ortaya çıkarmayı amaçlayan yarı-projektif bir değerlendirme tekniğidir. Testte bireyden yarım bırakılmış cümleleri tamamlaması istenir ve verilen yanıtlar niteliksel olarak analiz edilir. Yorumlama sürecinde özellikle **tekrarlayan temalar, duygusal ton, olumsuz ya da çatışma içeren ifadeler** dikkate alınır. Bu tekrar eden içerikler bireyin bazı konulara karşı **yoğun duygusal yük taşıdığını, bastırılmış ya da çözülmemiş çatışmalar yaşayabileceğini** ve bu durumla başa çıkarken kullandığı **savunma mekanizmalarına** dair ipuçları verir. Bu nedenle testte ortaya çıkan tematik tekrarlar bireyin içsel çatışmalarını ve psikolojik savunmalarını anlamada önemli bilgiler sağlar.

A seçeneği, zekâ düzeyini ölçmeye yönelik testlerin amacını ifade eder; cümle tamamlama teknikleri zekâ değerlendirmesi için kullanılmaz.

C seçeneği, bireyin sosyal olarak onaylanacak cevapları verme eğilimini ifade eder; bu daha çok bazı objektif kişilik envanterlerinde incelenen bir özelliktir.

D seçeneği, bireyin fiziksel sağlık durumuna ilişkindir; cümle tamamlama teknikleri bu tür bir değerlendirme amacı taşımaz.

E seçeneği, akademik başarı potansiyelini ifade eder; bu alan daha çok başarı veya yetenek testleriyle değerlendirilir.

Cevap: B

5. **Louisa Düss Psikanalitik Hikaye Testi,** çocukların bilinçdışı çatışmalarını, kaygılarını ve gelişimsel dönemlere özgü duygusal sorunlarını ortaya çıkarmayı amaçlayan projektif bir tekniktir. Bu testte çocuğa belirli temalar içeren **kısa ve tamamlanmamış öyküler** sunulur. Çocuktan bu öykülerin **nasıl devam edeceğini veya nasıl sonuçlanacağını anlatması** istenir. Testin temel varsayımı, çocuğun öyküyü tamamlarken **kendi içsel çatışmalarını, korkularını ve duygusal yaşantılarını hikâyeye yansıtacağıdır.** Bu nedenle teknik, çocukların yarım bırakılmış hikâyeleri tamamlaması yoluyla iç dünyalarını ortaya koymalarına dayanır.

A seçeneği, hayvan figürleri içeren kartlar üzerinden hikâye anlatımına dayanan **Çocuklar İçin Algılama Testinin** özelliğini tanımlar.

B seçeneği, belirsiz resimler hakkında hikâye anlatmaya dayanan Tematik Algılama Testinin (TAT) temel uygulama anlayışını ifade eder.

D seçeneği, bireyin mürekkep lekelerine verdiği yanıtların yorumlanmasına dayanan **Rorschach Mürekkep Lekesi Testini** tanımlar.

E seçeneği, davranışların gözlenmesine dayalı **davranışsal değerlendirme yöntemlerini** ifade eder.

Cevap: C

6. İlgili envanterleri, bireyin **hangi alanlara, etkinliklere ve mesleklere ilgi duyduğunu** belirlemek amacıyla kullanılan ölçme araçlarıdır. Bu envanterler bireyin ilgi alanlarını ortaya koyarak **mesleki yönlendirme ve eğitim planlamasında** yardımcı olur. Ancak ilgili envanterleri bireyin **yeteneklerini veya becerilerini doğrudan ölçmez;** bu nedenle tek başına birey için en uygun mesleği kesin olarak belirlemez. Meslek seçimi sürecinde ilgili envanterlerinin sonuçları genellikle **yetenek testleri, başarı düzeyi ve bireysel özelliklerle birlikte** değerlendirilir.

A seçeneği, ilgili envanterlerinin bireyin **ilgi duyduğu eğitim programlarını belirlemede kullanılabileceğini** ifade eder ve doğrudur.

B seçeneği, ilgili envanterlerinin **bireyin becerilerini doğrudan ölçerek en uygun mesleği belirlediğini** ifade eder; bu doğru değildir çünkü beceriler yetenek testleriyle ölçülür.

C seçeneği, ilgili envanterlerinin bireyin **farklı etkinliklere yönelik motivasyon ve tercihlerini anlamaya yardımcı olabileceğini** ifade eder ve doğrudur.

D seçeneği, ilgili envanterlerinin bireye **meslek seçimi sürecinde alternatifler sunabileceğini** ifade eder ve doğrudur.

E seçeneği, bireyin **ilgi alanlarının zaman içinde değişebileceğinin** dikkate alınması gerektiğini ifade eder ve doğrudur.

Cevap: B

7. Tanımlanan ölçme aracı **Kuder İlgili Alanı Tercih Envanteri**'dir. Bu envanter, bireyin **mesleki ilgi alanlarını nesnel biçimde belirlemek** amacıyla kullanılan bir ilgi envanteridir ve özellikle **zorunlu seçim formatı** ile bilinir. Testte bireye **üç farklı etkinlik aynı anda sunulur** ve bireyden bu seçenekler arasından **en çok ve en az tercih ettiği etkinliği işaretlemesi** istenir. Bu yöntem bireyin farklı alanlara yönelik **göreliliği düzeylerini** ortaya koymayı amaçlar. Envanter **üçlü gruplar hâlinde düzenlenmiş 504 maddeden oluşur** ve bireyin ilgisini **açık hava, el işi, hesap, ilim, ikna, sanat, edebiyat, müzik, sosyal ve büro** olmak üzere **10 mesleki alanda** ölçer. Bu özellikler soruda verilen tanımla örtüşmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Strong İlgı Envanteri, bireyin mesleki ilgi alanlarını belirlemeye yönelik bir envanterdir ancak üçlü zorunlu seçim formatında değildir.

Holland Mesleki Tercih Envanteri, bireyin mesleki ilgilerini **altı kişilik-meslek tipine** göre değerlendirir.

Thurstone İlgı Envanteri, bireyin çeşitli meslek alanlarına yönelik ilgilerini ölçer fakat üçlü zorunlu seçim biçiminde yapılandırılmamıştır.

Gazete Haberleri Testi, bireyin **gazete veya dergilerdeki haber başlıkları arasından ilgisini çekenleri seçmesi** yoluyla ilgi alanlarını belirlemeye yönelik bir tekniktir.

Cevap: D

8. Tanımlanan envanter **Strong Mesleki İlgı Envanteri**'dir. Bu envanter, bireyin **mesleklere, okul derslerine, boş zaman etkinliklerine ve farklı insan tiplerine yönelik ilgilerini** belirlemek amacıyla kullanılan kapsamlı bir mesleki ilgi envanteridir. Envanter **317 maddeden oluşur** ve sonuçlar **6 genel mesleki tema, 25 temel ilgi ölçeği, 211 mesleki ölçek, 4 kişilik tipi ölçeği ve 3 uygulama endeksi** üzerinden raporlanır. En ayırt edici özelliği, bireyin ilgi profilini **belirli mesleklerde çalışan ve işlerinden doyum sağlayan kişilerin ilgi profilleriyle karşılaştırarak** yorumlamasıdır. Bu yönüyle mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığında en kapsamlı ve köklü araçlardan biridir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Kuder Kariyer Keşfi, bireyin kariyer planlamasına yardımcı olmak amacıyla geliştirilen bir ilgi envanteridir ancak soruda belirtilen ölçek yapısına sahip değildir.

Kuder İlgı Alanı Tercih Envanteri, bireyin ilgi alanlarını **üçlü zorunlu seçim formatı** ile ölçen ve 10 temel ilgi alanını değerlendiren bir envanterdir.

Holland'ın Mesleki Kişilik Tipleri Envanteri, bireyin mesleki ilgilerini **Gerçekçi, Araştırmacı, Sanatçı, Sosyal, Girişimci ve Geleneksel** olmak üzere altı kişilik-meslek tipine göre değerlendirir.

Thurstone İlgı Envanteri, bireyin farklı meslek alanlarına yönelik ilgilerini ölçen bir ilgi envanteridir ancak soruda verilen kapsamlı ölçek yapısıyla örtüşmez.

Cevap: B

9. **İlgı envanterleri**, bireyin hangi etkinliklere, derslere ve mesleklere ilgi duyduğunu belirlemek amacıyla kullanılan ölçme araçlarıdır. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinde bu envanterler; öğrencilerin **ilgi alanlarını fark etmelerine yardımcı olmak, meslek ve eğitim seçenekleri hakkında farkındalık kazandırmak ve kariyer planlama sürecine destek olmak** amacıyla kullanılır. İlgı envanterleri öğrencinin **ilgi eğilimlerini** ortaya koyar; ancak öğrencinin **akademik başarı düzeyini ölçmek** ya da başarıya engel olan bilişsel veya duygusal sorunları belirlemek için kullanılmaz. Bu tür değerlendirmeler daha çok **başarı testleri, yetenek testleri, gözlem ve psikolojik değerlendirme yöntemleri** ile yapılır.

A seçeneği, ilgi envanterlerinin öğrencilerin **ilgi alanlarını belirleyerek ders seçimi ve mesleki yönlendirmeye yardımcı olma** amacını ifade eder ve doğrudur.

B seçeneği, öğrencinin **meslek alanlarına yönelik farkındalığını artırma ve motivasyonunu destekleme** amacını ifade eder ve doğrudur.

C seçeneği, öğrencilerin **kendilerini tanımlarına ve gerçekçi kariyer hedefleri belirlemelerine katkı sağlamayı** ifade eder ve doğrudur.

D seçeneği, ilgi envanteri sonuçlarının **yetenek bilgileriyle birlikte değerlendirilerek uygun eğitim ve meslek seçeneklerine yönlendirmeye yardımcı olabileceğini** ifade eder ve doğrudur.

E seçeneği, öğrencilerin **akademik başarı düzeyini ve buna engel olan bilişsel veya duygusal problemleri belirlemeyi** ifade eder; bu ilgi envanterlerinin amacı değildir.

Cevap: E

10. Tanımlanan ölçme aracı **Thurstone İlgı Envanteri**'dir. Bu envanter, bireyin **işlere ve etkinliklere yönelik tutumlarını** belirleyerek mesleki ilgi alanlarını ortaya koymayı amaçlayan bir ilgi envanteridir. Envanter **12 yaşından büyük bireyle** uygulanabilir ve **bireysel ya da grup uygulamasına** uygundur. Testte bireyin ilgileri **10 ana mesleki ilgi alanı** altında değerlendirilir. Envanter **100 maddeden oluşur** ve bireyden bazı maddelerde **iki etkinlik arasından birini seçmesi**, bazı maddelerde ise etkinliğe yönelik **üçlü bir tutum**

belirtmesi istenir. Uygulama süresinin kısa olması (yaklaşık 30 dakikanın altında) nedeniyle özellikle **okullardaki rehberlik hizmetlerinde pratik bir şekilde kullanılabilir** ve elde edilen ilgi profili meslek seçimi sürecinde yol gösterici bilgiler sağlar. Bu özellikler soruda verilen tanımla örtüşmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Strong Mesleki İlgil Envanteri, bireyin ilgi profilini mesleklerinde başarılı ve doyumlu olan kişilerin ilgi profilleriyle karşılaştırarak yorumlayan kapsamlı bir mesleki ilgi envanteridir.

Kuder Mesleki Tercih Envanteri, bireyin ilgi alanlarını belirlemek için **zorunlu seçimli üçlü madde formatını** kullanan ve farklı mesleki alanlara yönelik göreceli ilgi düzeylerini ölçen bir envanterdir.

Holland Mesleki Kişilik Envanteri, bireyin mesleki ilgilerini **Gerçekçi, Araştırmacı, Sanatçı, Sosyal, Girişimci ve Geleneksel** olmak üzere altı mesleki kişilik tipine göre değerlendirir.

Akademik Benlik Kavramı Ölçeği, bireyin akademik yeterlik algısını ve kendine ilişkin akademik değerlendirmelerini ölçmeye yönelik bir ölçektir.

Cevap: C

11. Tanımlanan ölçme aracı **Gazete Haberleri Testi**'dir. Bu test, **Prof. Dr. Hasan Tan** tarafından geliştirilmiş ve bireyin **mesleki ve genel ilgi alanlarını günlük hayattaki gazete okuma davranışlarından belirlemeyi** amaçlayan bir ilgi ölçme tekniğidir. Testte bireye gerçek gazete başlıklarını andıran **haber başlıkları bloklar hâlinde sunulur** ve bireyden bu başlıklar arasından **en çok okumak istediği ve en az ilgisini çeken haberi seçmesi** istenir. Bu seçimler analiz edilerek bireyin **bilimsel, sosyal, ekonomik, sanatsal, politik ve spor gibi alanlara yönelik ilgi profili**li belirlenir. Özellikle **ortaöğretim düzeyindeki öğrencilerin mesleki ilgi eğilimlerini ortaya koymak** amacıyla rehberlik ve kariyer danışmanlığında kullanılmaktadır. Soruda özellikle **gazete kupürleri veya haber başlıkları üzerinden tercih yapılması** vurgulandığı için tanımlanan araç bu testtir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Strong Mesleki İlgil Envanteri, bireyin ilgi profilini mesleklerinde başarılı ve doyumlu olan kişilerin ilgi profilleriyle karşılaştırarak yorumlayan kapsamlı bir mesleki ilgi envanteridir.

Akademik Benlik Kavramı Ölçeği, bireyin akademik yeterlik algısını ve akademik benlik değerlendirmesini ölçmeye yönelik bir ölçektir.

Kuder Mesleki Tercih Envanteri, bireyin ilgi alanlarını **zorunlu seçimli maddeler** aracılığıyla ölçen bir envanterdir.

Thurstone İlgil Envanteri, bireyin **mesleki alanlara yönelik ilgi ve tutumlarını** ölçen bir ilgi envanteridir.

Cevap: D

12. Soruda tanımlanan ölçek **Akademik Benlik Kavramı Ölçeği (ABKÖ)**'dür. Bu ölçek **Prof. Dr. Yıldız Kuzgun** tarafından geliştirilmiş olup bireyin **sözel, sayısal, şekil-uzay ve göz-el koordinasyonu gibi alanlarda kendi yeteneklerini nasıl algıladığını** ölçmeyi amaçlayan bir öz-bildirim ölçektir. Ölçek bireyin gerçek yeteneğini ölçmez; kendisini bu alanlarda ne kadar başarılı gördüğünü belirler. Bu nedenle özellikle **eğitsel ve mesleki yönlendirme süreçlerinde**, öğrencilerin hangi alanlarda kendilerini güçlü gördüklerini belirlemek için kullanılır. Soruda vurgulanan **4 temel yetenek alanı (sözel, sayısal, şekil-uzay, göz-el koordinasyonu)** bu ölçeğin temel yapısını tanımlamaktadır.

Gazete Haberleri Testi, bireyin gazete başlıkları arasından seçim yaparak **ilgi alanlarını belirlemeye** yönelik bir tekniktir.

Kendini Değerlendirme Envanteri, bireyin **yetenek, ilgi ve mesleki değerlerini birlikte değerlendiren ve 170 maddeden oluşan** çok boyutlu bir kariyer envanteridir.

Kendini Keşfetme Ölçeği, bireyin **kendini tanıma ve farkındalık düzeyini** değerlendirmeye yönelik ölçme araçları arasında yer alır.

Mesleki Yönelim Envanteri, **Muharrem Kepçeoğlu** tarafından geliştirilmiş bir **ilgi envanteridir ve 60 madde ile 360 seçenekten oluşur.**

Cevap: D

13. Tanımlanan envanter **Mesleki Yönelim Envanteri (MYE)**'dir. Bu envanter **Prof. Dr. Muharrem Kepçeoğlu** tarafından geliştirilmiş ve bireyin **mesleki faaliyetlere yönelik ilgi eğilimlerini** belirlemek amacıyla kullanılan bir ilgi envanteridir. Envantenin yapısı **60 maddeden** oluşur ve her maddede bireye **birbiriyle rekabet eden 6 farklı seçenek** sunulur. Birey bu seçeneklerden **kendisine en uygun olan yalnızca birini** seçer. Böylece toplamda **360 farklı seçenekten elde edilen veriler** analiz edilerek bireyin mesleki ilgi ve yönelimleri belirlenir. Bu yapı özellikle **lise öğrencilerinin yükseköğretim tercih eğilimlerini belirlemede** rehberlik hizmetlerinde kullanılmaktadır. Soruda verilen **60 madde ve 360 seçenekten oluşan yapı** bu envanteri açıkça tanımlamaktadır.

Gazete Haberleri Testi, bireyin gazete başlıkları arasından seçim yaparak **ilgi alanlarını belirlemeye** yönelik bir tekniktir.

Akademik Benlik Kavramı Ölçeği, bireyin **sözel, sayısal, şekil-uzay ve göz-el koordinasyonu alanlarında kendi yetenek algısını** ölçen bir öz-bildirim ölçeğidir.

Kuder Mesleki Tercih Envanteri, bireyin ilgi alanlarını **zorunlu seçimli maddeler** aracılığıyla ölçen bir mesleki ilgi envanteridir.

Strong Mesleki İlgı Envanteri, bireyin ilgi profilini **mesleklerinde başarılı ve doyumlu olan kişilerin ilgi profilleriyle karşılaştırarak** yorumlayan kapsamlı bir ilgi envanteridir.

Cevap: E

14. Tanımlanan ölçme aracı **Kendini Değerlendirme Envanteri (KDE)**'dir. Bu envanter **Prof. Dr. Yıldız Kuzgun** tarafından geliştirilmiş ve bireyin **meslek seçimi sürecinde önemli olan yetenek, ilgi ve mesleki değerlerini birlikte değerlendirmeyi** amaçlayan çok boyutlu bir kariyer envanteridir. Envanter özellikle bireyin **kendi kendini tanıma sürecini desteklemek** amacıyla hazırlanmış olup uygulama ve puanlaması büyük ölçüde **bireyin kendisi tarafından yapılabilecek bir formatta** düzenlenmiştir. Ölçek **3 yetenek alanı (sözel, sayısal, şekil-uzay)**, **11 ilgi alanı** ve **9 mesleki değer alanı** olmak üzere **toplam 23 alt boyuttan** oluşur. Bu boyutların her biri **10 maddelik gruplarla ölçülür** ve envanterin tamamı **230 madde-**

den oluşur. Bu yapısı sayesinde bireyin **hangi alanlarda kendini yeterli gördüğü, nelerden hoşlandığı ve bir meslekten ne beklediği** birlikte değerlendirilerek kariyer danışmanlığı sürecinde kapsamlı bir profil oluşturulur. Soruda verilen **23 alt boyut ve 230 maddeden oluşan yapı ile yetenek-ilgi-mesleki değerleri birlikte ölçme özelliği** bu envanteri tanımlamaktadır.

Strong Mesleki İlgı Envanteri, bireyin ilgi profilini **mesleklerinde başarılı ve doyumlu olan kişilerin ilgi profilleriyle karşılaştırarak** yorumlayan kapsamlı bir mesleki ilgi envanteridir.

Akademik Benlik Kavramı Ölçeği, bireyin **sözel, sayısal, şekil-uzay ve göz-el koordinasyonu alanlarında kendi yetenek algısını** ölçen bir öz-bildirim ölçeğidir.

Gazete Haberleri Testi, bireyin gazete başlıkları arasından seçim yaparak **ilgi alanlarını belirlemeye** yönelik bir tekniktir.

Thurstone İlgı Envanteri, bireyin **mesleki alanlara yönelik ilgi ve tutumlarını** ölçen bir ilgi envanteridir.

Cevap: D

15. Tanımlanan envanter **Kendini Keşfetme Envanteri**'dir. Bu envanter, **John Holland'ın Kişilik-Çevre Uyumu Kuramına** dayanılarak geliştirilmiş bir kendini değerlendirme aracıdır. Kurama göre bireyler sahip oldukları kişilik özelliklerine uygun **mesleki çevrelerde** daha başarılı ve doyumlu olurlar. Envanter bireyin mesleki eğilimlerini **Holland'ın belirlediği altı kişilik tipi** (Gerçekçi, Araştırmacı, Sanatçı, Sosyal, Girişimci ve Geleneksel) üzerinden değerlendirir. Yapısal olarak **etkinlikler, yeterlilikler ve meslekler** gibi bölümlerden oluşur ve bireyden bu maddelere yönelik tercihlerini belirtmesi istenir. Testin sonunda bireyin en yüksek puanı aldığı üç tip belirlenir ve bu sonuç **üç harften oluşan Holland kodu** şeklinde ifade edilerek bireyin mesleki yönelimini gösterir. Soruda belirtilen **6 kişilik tipi ve üç harfli Holland kodu** bu envanteri tanımlamaktadır.

Strong Mesleki İlgı Envanteri, bireyin ilgi profilini mesleklerinde başarılı ve doyumlu olan kişilerin ilgi profilleriyle karşılaştırarak yorumlayan kapsamlı bir mesleki ilgi envanteridir.

Akademik Benlik Kavramı Ölçeği, bireyin sözel, sayısal, şekil-uzay ve göz-el koordinasyonu alanlarında kendi yetenek algısını ölçen bir öz-bildirim ölçeğidir.

Thurstone İlgı Envanteri, bireyin farklı meslek alanlarına yönelik **ilgi ve tutumlarını** ölçen bir ilgi envanteridir.

Gazete Haberleri Testi, bireyin gazete başlıkları arasından seçim yaparak **ilgi alanlarını belirlemeye** yönelik bir tekniktir.

Cevap: E

1. Tanımlanan ölçme aracı **Kuder İlgı Alanları Tercihi Envanteri**'dir. Bu envanter **Frederic Kuder** tarafından geliştirilmiş bir **ilgi envanteridir** ve kariyer danışmanlığı sürecinde bireyin hangi faaliyetlere daha fazla ilgi duyduğunu belirlemeyi amaçlar. Envanteri diğer ilgi envanterlerinden ayıran en önemli özellik **zorunlu seçmeli üçlü madde yapısıdır**. Testte bireye **üç etkinlikten oluşan gruplar** sunulur ve birey bu üç seçenekten **en çok sevdiği ve en az sevdiği etkinliği** işaretler. Soruda belirtilen yapı **168 üçlü grup ve toplam 504 etkinlik** içeren **Kuder Genel İlgı Envanteri (Kuder-E)** formunun özellikleriyle örtüşmektedir. Elde edilen sonuçlar bireyin ilgilerini **10 temel ilgi alanı** altında değerlendirerek kariyer profili oluşturur. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

Strong Mesleki İlgı Envanteri, Edward Strong tarafından geliştirilen bir ilgi envanteridir. Bireyin meslekler, dersler ve boş zaman etkinliklerine yönelik ilgilerini ölçer ve sonuçları **mesleklerinde başarılı ve doyumlu kişilerin ilgi profilleriyle karşılaştırarak** yorumlar.

Gazete Haberleri Testi, Hasan Tan tarafından geliştirilen bir ilgi belirleme tekniğidir. Bireye **gazete haber başlıkları** sunulur ve en çok ilgisini çeken başlıkları seçmesi istenir; böylece ilgi alanları belirlenir.

Kendini Keşfetme Envanteri, John Holland'ın kişilik-çevre uyumu kuramına dayanır. Bireyin mesleki eğilimlerini **6 kişilik tipi** üzerinden değerlendirir ve sonuç **üç harften oluşan Holland kodu** ile ifade edilir.

Thurstone İlgı Envanteri, L. L. Thurstone tarafından geliştirilmiş olup mesleki ilgileri **faktör analizi ile belirlenen 10 temel alan** altında değerlendirir. Genellikle **100 ikili meslek çifti** içeren maddelerden oluşur ve birey iki meslekten hangisini tercih ettiğini belirtir.

Cevap: B

2. Soruda verilen özellikler **23 resimli karttan oluşması, resimlere bakarak hikâye anlatılmasının istenmesi ve uygulamanın iki farklı güne yapılabilmesi** gibi özelliklerle **Resim Yorumlama Testini** tanımlamaktadır. Bu test **Delbert C. Beier** tarafından geliştirilmiş **projektif (yansıtıcı) bir test**dir. Test **23 resimli karttan oluşur** ve birey kartlardaki sosyal sahneler hakkında hikâyeler anlatarak **aile ilişkileri, sosyal uyum, korkular ve içsel çatışmalarını** yansıtır. Test **tipik performans** niteliğindedir ve genellikle **5-6 yaş ve üzeri çocuklara** uygulanır.

Rorschach Mürekkep Lekesi Testi: Hermann Rorschach tarafından geliştirilmiştir. Test **10 mürekkep lekesi kartından** oluşur ve bireyin bu belirsiz lekeleri nasıl yorumladığına göre kişilik özellikleri değerlendirilir.

Tematik Algı Testi: Henry A. Murray ve Christina Morgan tarafından geliştirilmiştir. Test **30 resim ve 1 boş karttan** oluşur ve bireyin resimler üzerinden oluşturduğu hikâyeler aracılığıyla **ihtiyaçlar, güdüler ve içsel çatışmalar** analiz edilir.

Çocuk Algılama Testi: Leopold Bellak ve Sonya Bellak tarafından geliştirilmiştir. Test **hayvan figürleri içeren 10 karttan** oluşur ve özellikle **3-10 yaş arası çocukların** aile ilişkileri ve temel çatışmalarını değerlendirmek için kullanılır.

Goodenough-Harris Adam Çizme Testi: Florence Goodenough ve Dale Harris tarafından geliştirilmiştir. Çocuktan **bir insan resmi çizmesi** istenir ve çizimdeki ayrıntılar çocuğun **bilişsel olgunluğu** hakkında bilgi verir.

Cevap: A

3. Standart başarı testleri ile öğretmen yapımı başarı testleri arasındaki en temel fark **standartlaştırma sürecidir**. Standart başarı testleri geliştirilirken **test maddelerinin hazırlanması, uygulanması, puanlanması ve sonuçların yorumlanması** belirli bilimsel kurallara bağlanır ve **geniş bir temsili örneklem üzerinde normlar oluşturulur**. Böylece elde edilen puanlar bireyin yalnızca kendi sınıfındaki öğrencilerle değil, **norm grubuyla karşılaştırılarak** yorumlanabilir. Bu özellik, standart başarı testlerinin en belirgin ve ayırt edici özelliğidir. **C seçeneği doğrudur**.

- A) **Sınavın temel amacının öğrenilen bilgileri ölçmesi:** Bu özellik hem öğretmen yapımı başarı testlerinde hem de standart başarı testlerinde bulunur; ayırt edici bir özellik değildir.
- B) **Yalnızca bilişsel alanı ölçmesi:** Başarı testleri çoğunlukla bilişsel alanı ölçse de bu durum standart testlere özgü değildir.
- D) **Çoktan seçmeli veya doğru-yanlış maddeler kullanması:** Öğretmen yapımı testlerde de bu tür maddeler kullanılabilir; bu nedenle ayırt edici bir özellik değildir.
- E) **Maddelerin kolaydan zora sıralanması:** Bu, test hazırlama sürecinde tercih edilen bir düzenleme olabilir ancak standart testleri diğerlerinden ayıran temel özellik değildir.

Cevap: C

4. Soruda verilen özellikler A ve B olmak üzere iki eşdeğer formunun bulunması, toplam 45 mürekkep lekesi kartından oluşması, her karta yalnızca tek yanıt verilmesinin zorunlu olması ve yanıtların 22 farklı değişken üzerinden nicel olarak puanlanması gibi ayırt edici nitelikleriyle Holtzman Mürekkep Lekesi Testini tanımlamaktadır. Bu test Wayne H. Holtzman tarafından geliştirilmiş **projektif (yansıtımlı) bir kişilik değerlendirme aracıdır**. Test 45 mürekkep lekesi kartından oluşur ve A ile B olmak üzere iki paralel forma sahiptir. Uygulamada bireyden her karta yalnızca tek yanıt vermesi istenir; bu özellik testin **psikometrik güvenirliğini artırmak amacıyla** geliştirilmiştir. Verilen yanıtlar 22 farklı değişken üzerinden sistematik biçimde puanlanarak bireyin kişilik özelliklerine ilişkin nicel bir profil oluşturulur.

Rorschach Mürekkep Lekesi Testi: Hermann Rorschach tarafından geliştirilmiştir. Test 10 mürekkep lekesi kartından oluşur ve birey her karta birden fazla yanıt verebilir. Bireyin belirsiz mürekkep lekelerini nasıl algıladığı ve yorumladığı üzerinden kişilik özellikleri değerlendirilir.

Tematik Algı Testi: Henry A. Murray ve Christina Morgan tarafından geliştirilmiştir. Test 30 resimli kart ve 1 boş karttan oluşur. Bireyden resimlere bakarak **hikâyeler oluşturması** istenir ve bu hikâyeler aracılığıyla **ihtiyaçlar, güdüler ve**

içsel çatışmalar analiz edilir.

Çocuk Algılama Testi: Leopold Bellak ve Sonya Bellak tarafından geliştirilmiştir. Test hayvan figürleri içeren 10 karttan oluşur ve özellikle 3-10 yaş arası çocukların aile ilişkileri ve temel çatışmalarını değerlendirmek amacıyla kullanılır.

Louisa Düss Psikanalitik Hikâye Testi: Louisa Düss tarafından geliştirilmiştir. Test 10 kısa hikâyeden oluşur ve çocukların **duygusal çatışmalarını ve bilinçdışı süreçlerini** değerlendirmeyi amaçlayan **sözel projektif bir tekniktir**.

Cevap: C

5. Soruda verilen özellikler öğrencilerin seçecekleri mesleklere karşı geliştirdikleri duygusal tepkiyi, inançları ve genel olumlu ya da olumsuz yönelimlerini belirleme amacıyla ilgilidir. Ayrıca metinde bu yönelimlerin **motivasyon ve değer yargılarını yansıtan öğrenilmiş eğilimler** olduğu vurgulanmaktadır. Ölçme ve değerlendirme literatüründe bir nesneye, mesleğe ya da duruma yönelik duygusal, bilişsel ve davranışsal eğilimler "tutum" kavramı ile açıklanır. Bu nedenle bireylerin mesleklere yönelik olumlu ya da olumsuz değerlendirmelerini, inançlarını ve duygusal yönelimlerini belirlemek için en uygun ölçme aracı **tutum ölçekleridir**. Tutum ölçekleri genellikle **Likert tipi derecelendirme biçiminde** hazırlanır ve bireyin belirli bir konuya ilişkin **öğrenilmiş eğilimlerini** ortaya koymayı amaçlar. **Doğru cevap tutum ölçekleridir**.

Standart başarı testleri: Bireylerin belirli bir ders ya da öğretim programındaki akademik başarı düzeylerini ölçmek amacıyla kullanılan ölçme araçlarıdır.

Zekâ testleri: Bireyin genel zihinsel kapasitesini ve bilişsel potansiyelini ölçmeye yönelik testlerdir.

İlgi envanterleri: Bireylerin hangi etkinlik ve meslek alanlarına ilgi duyduklarını belirlemek için kullanılır.

Yetenek testleri: Bireyin belirli alanlardaki beceri ve performans potansiyelini ölçmeyi amaçlayan testlerdir.

Cevap: D

6. Soruda verilen durumda **ergenlik döneminde ilgi alanlarının henüz istikrar kazanmadığı ve zaman içinde değişebildiği** vurgulanmaktadır. Mesleki rehberlik literatürüne göre **ilgi envanterleri bireyin o andaki ilgi ve motivasyon düzeyini gösteren bir "anlık profil" sunar**. Bu nedenle elde edilen sonuçlar kesin ve değişmez kariyer kararları olarak değil, bireyin kendini tanımasına yardımcı olan bir keşif sürecinin parçası olarak değerlendirilmelidir. Psikolojik danışman, envanter sonuçlarını **bireyin kendini keşfetmesini destekleyen, esnek ve gelişime açık yönlendirmeler için bir veri kaynağı olarak kullanmalıdır**. Doğru cevap ilgi envanteri sonuçlarını bireyin mevcut ilgi ve motivasyon düzeyini gösteren bir anlık durum olarak değerlendirmeyi ifade eden **B seçeneğidir**.

Standart başarı testleri: Bireyin belirli derslerdeki akademik öğrenme düzeyini ve başarı performansını ölçer; mesleki ilgi yönelimlerini doğrudan belirlemez.

Zekâ testleri: Bireyin genel zihinsel kapasitesi, akıl yürütme gücü ve bilişsel potansiyeli hakkında bilgi verir.

İlgi envanterleri: Bireyin hangi etkinlik ve meslek alanlarına ilgi duyduğunu belirlemeye yönelik araçlardır; ancak özellikle ergenlik döneminde bu ilgi alanları **değişebilir ve zamanla gelişebilir**.

Yetenek testleri: Bireyin belirli alanlardaki performans potansiyelini ve beceri düzeyini ölçmeyi amaçlayan ölçme araçlarıdır.

Cevap: B

7. Soruda verilen özellikler **psikopatolojik belirtilerin hızlı biçimde taranması amacıyla geliştirilmiş olması, 53 maddeden oluşması, son bir hafta içindeki belirtilerin 5 dereceli Likert tipi ölçekle değerlendirilmesi ve anksiyete, depresyon, somatizasyon, hostilite ve olumsuz benlik kavramı gibi belirtileri ölçmesi** gibi ayırt edici niteliklerdir. Ayrıca uygulama sonunda **bireyin genel belirti düzeyini gösteren Genel Semptom Şiddet İndeksi (GSI) hesaplanabilmesi de önemli bir özelliktir**. Bu özellikler **Leonard R. Derogatis tarafından geliştirilen Kısa Semptom Ölçeği'ni** tanımlamaktadır. Ölçek özellikle araştırmalarda ve zamanın sınırlı olduğu klinik

tarama çalışmalarında kullanılan, 53 maddelik kısa bir psikopatoloji tarama aracıdır. Doğru cevap kısa semptom ölçeğidir.

Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri: **Hat-haway ve McKinley** tarafından geliştirilmiştir. Bireyin kişilik özelliklerini ve psikopatolojik eğilimlerini geniş kapsamlı biçimde değerlendiren çok boyutlu bir kişilik envanteridir.

Beck Depresyon Envanteri: **Aaron T. Beck** tarafından geliştirilmiştir ve bireydeki **depresyon belirtilerinin şiddetini** ölçmeye yönelik bir öz-bildirim ölçeğidir.

Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R): **Leonard R. Derogatis** tarafından geliştirilmiştir ve **90 maddeden oluşan kapsamlı bir psikopatoloji tarama ölçeğidir**.

Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri: **Spielberger** tarafından geliştirilmiştir ve bireyin **durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini** ölçmeyi amaçlar.

Cevap: E

8. Soruda **mesleki yönlendirmede ilgi envanteri sonuçlarının doğru ve etkili kullanımı** sorulmakta ve **uygun olmayan uygulama** istenmektedir. Mesleki rehberlik literatürüne göre **ilgi envanterleri bireyin hangi etkinlik ve meslek alanlarına ilgi duyduğunu gösteren araçlardır**, ancak meslek seçimi yalnızca ilgiye dayandırılmaz. Sağlıklı bir mesleki karar sürecinde **ilgi, yetenek, kişilik özellikleri, değerler ve bireyin çevresel koşulları birlikte değerlendirilmelidir**. Bu nedenle ilgi envanteri sonuçlarını **kariyer kararında tek ve en önemli belirleyici olarak kabul etmek ve yetenek ile kişilik gibi diğer önemli faktörleri ikinci plana atmak** mesleki rehberlik ilkelerine uygun değildir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: İlgi envanteri sonuçlarını bireyin meslek hedefleri ve beklentileriyle karşılaştırmak, değerlendirme sürecinde tutarlılık analizi yapmak açısından uygun bir uygulamadır.

B seçeneği: Sadece yüksek puanlı alanlara değil, düşük ilgi puanı alınan alanların nedenlerini tartışmak, bireyin kendini daha iyi tanımasına yardımcı olacağı için uygun bir yaklaşımdır.

C seçeneği: Bireyin yüksek ilgi duyduğu alanları

daha ayrıntılı araştırması ve o alanda çalışan kişilerle görüşmesi meslek araştırması sürecini destekleyen uygun bir rehberlik uygulamasıdır.

D seçeneği: İlgi alanlarının özellikle gelişim dönemlerinde **değişebilir olduğunu vurgulamak**, ilgi envanterlerinin yorumlanmasında önemli bir ilkedir.

Cevap: E

9. Soruda verilen özellikler bireyin ruh sağlığına ilişkin belirtileri kapsamlı biçimde taramak amacıyla kullanılması, klinik tanı koymak için tek başına yeterli olmaması ve daha çok tarama ile tedavi sürecini izleme amacıyla kullanılması, genellikle 17 yaş ve üzerindeki bireylere uygulanması ve özellikle 9 temel psikopatoloji boyutunu ölçmeye odaklanması gibi ayırt edici niteliklerdir. Bu özellikler **Leonard R. Derogatis tarafından geliştirilen Semptom Kontrol Listesi (SCL-90-R)** ölçeğini tanımlamaktadır. Bu ölçek 90 maddeden oluşan, bireyin son dönemde yaşadığı psikolojik belirtilerin düzeyini değerlendiren kapsamlı bir psikopatoloji tarama aracıdır ve somatizasyon, obsesif-kompulsif belirtiler, kişilerarası duyarlılık, depresyon, anksiyete, hostilite, fobik anksiyete, paranoid düşünce ve psikotizm olmak üzere dokuz temel belirti boyutunu ölçer. **Doğru cevap semptom kontrol listesidir (SCL-90-R).**

Beck Depresyon Envanteri: Aaron T. Beck tarafından geliştirilmiştir ve bireydeki **depresyon belirtilerinin şiddetini** ölçmeye yönelik bir öz bildirim ölçeğidir.

Kısa Semptom Envanteri: Leonard R. Derogatis tarafından geliştirilmiş olup 53 maddeden oluşan, psikopatolojik belirtileri hızlı biçimde taramak için kullanılan kısa bir ölçektir.

Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri: Hathaway ve McKinley tarafından geliştirilmiş olup bireyin **kişilik özelliklerini ve psikopatolojik eğilimlerini** geniş kapsamlı biçimde değerlendiren bir kişilik envanteridir.

Louisa Düss Psikanalitik Hikâye Testi: Louisa Düss tarafından geliştirilmiş 10 hikâyeden oluşan **projektif bir testtir** ve çocukların duygusal çatışmalarını değerlendirmeyi amaçlar.

Cevap: D

10. Soruda verilen özellikler bireydeki depresif belirtilerin varlığını ve şiddetini hızlı biçimde belirlemek amacıyla kullanılan bir kendini değerlendirme aracı olması, depresyonun bilişsel, duygusal, motivasyonel ve somatik boyutlarını kapsamaması, toplam 21 maddeden oluşması ve her maddede belirtinin şiddetine göre sıralanmış dört ifade seçeneğinin bulunması gibi ayırt edici niteliklerdir. Bu özellikler **Aaron T. Beck tarafından geliştirilen Beck Depresyon Ölçeğini** tanımlamaktadır. Bu ölçek 21 maddeden oluşan ve her maddede 0-3 arasında derecelendirilen dört seçenek bulunan bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçekten elde edilen toplam puan **depresyon belirtilerinin şiddetini nicel olarak belirlemeye yardımcı olur**, ancak tek başına klinik tanı koymak için kullanılmaz ve daha çok tarama ile tedavi sürecini izleme amacıyla kullanılır. **Doğru cevap Beck Depresyon Ölçeğidir.**

Louisa Düss Psikanalitik Hikâye Testi: Louisa Düss tarafından geliştirilmiş 10 hikâyeden oluşan **projektif bir testtir** ve çocukların bilinçdışı çatışmalarını değerlendirmeyi amaçlar.

Kısa Semptom Envanteri: Leonard R. Derogatis tarafından geliştirilen ve 53 maddeden oluşan psikopatolojik belirtileri hızlı biçimde taramak amacıyla kullanılan bir ölçektir.

Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R): Leonard R. Derogatis tarafından geliştirilmiş olup 90 maddeden oluşan ve bireyin psikopatolojik belirtilerini geniş kapsamlı biçimde değerlendiren bir tarama ölçeğidir.

Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri: Charles D. Spielberger tarafından geliştirilmiş olup bireyin **durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini** ölçmeyi amaçlayan bir ölçektir.

Cevap: C

11. Soruda verilen özellikler **Raymond Cattell tarafından faktör analizi yöntemi kullanılarak geliştirilmiş olması**, psikopatolojiyi değil **normal kişilik özelliklerini ölçmeye odaklanması** ve bireyin **kaygı, baskınlık, duygusal istikrar, sosyal cesaret gibi temel kişilik boyutlarını** değerlendirmesi gibi ayırt edici niteliklerdir. Ayrıca sonuçların **kişilik profili** şeklinde yorumlanması da bu envanterin önemli bir özelliğidir. Bu özellikler **Raymond B. Cattell tarafından geliştirilen 16 Faktör Kişilik Envanterini (16PF)** tanımlamaktadır. Bu envanter, faktör analizi ile belirlenen **16 temel kişilik boyutunu** ölçen bir kendini değerlendirme aracıdır ve bireyin normal kişilik özelliklerini çok boyutlu biçimde değerlendirmeyi amaçlar.

Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri: Hathaway ve McKinley tarafından geliştirilmiştir ve daha çok **psikopatolojik eğilimleri** değerlendirmeye yönelik bir kişilik envanteridir.

Beş Faktör Kişilik Envanteri: Kişiliği **beş temel boyutta** (dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal dengelilik, deneyime açıklık) açıklayan modele dayalıdır.

Edwards Kişisel Tercih Envanteri: Allen L. Edwards tarafından geliştirilmiş olup **Murray'ın psikojenik ihtiyaçlar kuramına** dayalı olarak bireyin ihtiyaç ve güdülerini ölçmeyi amaçlar.

Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri: Spielberger tarafından geliştirilmiştir ve bireyin **durumluk ve sürekli kaygı düzeyini** ölçer.

Cevap: E

12. Soruda verilen özellikler **bireyin kişisel ve sosyal uyum düzeylerini ölçmeyi amaçlaması, toplam 168 maddeden oluşması**, yanıtların **"Evet / Hayır"** biçiminde alınması ve envanterin **kendini gerçekleştirme, duygusal kararlılık, aile ilişkileri ve antisosyal eğilimler gibi sekiz alt ölçeğe sahip olması** gibi ayırt edici niteliklerdir. Bu özellikler **İbrahim Ethem Özgüven tarafından geliştirilen Hacettepe Kişilik Envanterini** tanımlamaktadır. Bu envanter bireyin **kişisel uyum ve sosyal uyum düzeylerini** değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş olup **8 alt ölçekten ve toplam 168 maddeden oluşur**. Alt ölçeklerden elde edilen **yüksek puanlar ilgili alanda daha yüksek uyumu** gösterir.

Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R): Leonard R. Derogatis tarafından geliştirilmiş olup **90 maddeden oluşan** ve psikopatolojik belirtileri tarayan bir ölçektir.

Beş Faktör Kişilik Envanteri: Kişiliği **dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal dengelilik ve deneyime açıklık** olmak üzere beş temel boyutta değerlendiren modele dayanır.

Edwards Kişisel Tercih Envanteri: Allen L. Edwards tarafından geliştirilmiş olup **Murray'ın psikojenik ihtiyaçlar kuramına** dayalı olarak bireyin ihtiyaç ve güdülerini ölçer.

Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri: Charles D. Spielberger tarafından geliştirilmiş olup bireyin **durumluk ve sürekli kaygı düzeyini** ölçer.

Cevap: D

13. Soruda **standart başarı testlerinin temel kullanım amaçlarından biri olmayan durum** sorulmaktadır. Standart başarı testleri öğrencilerin **belirli bir ders veya öğretim programındaki bilgi ve beceri düzeylerini ölçmek**, öğretim programının **hedeflerine ulaşıp ulaşılmadığını değerlendirmek**, öğrencilerin başarılarını **norm grubuyla karşılaştırarak yorumlamak** ve bazı durumlarda **yerleştirme ve seçme süreçlerinde ölçüt olarak kullanmak** amacıyla geliştirilmiştir. Buna karşılık öğrencilerin **motivasyon, merak ve kişisel tercih eğilimlerini belirlemek** standart başarı testlerinin amacı değildir; bu tür özellikler daha çok **ilgi envanterleri ve tutum ölçekleri** ile değerlendirilir. Bu nedenle doğru olmayan ifade **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Öğrencilerin belirli bir ders ya da alandaki **akademik kazanımlarını belirlemek**, standart başarı testlerinin temel kullanım amaçlarından biridir.

C seçeneği: Öğretim programının **hedeflerine ulaşıp ulaşılmadığını değerlendirmek** ve programın etkililiğini incelemek için başarı testlerinden yararlanılabilir.

D seçeneği: Başarı testleri bazı durumlarda **yerleştirme ve seçme süreçlerinde ölçüt olarak** kullanılabilir.

E seçeneği: Öğrencinin performansını **geniş ve temsili bir norm grubuyla karşılaştırarak yorumlamak**, standart testlerin önemli özelliklerinden biridir.

Cevap: B

14. Soruda ilgi envanterlerinin kullanım amaçları arasında yer almayan durum sorulmaktadır. İlgi envanterleri bireyin hangi etkinlik ve meslek alanlarına ilgi duyduğunu, hangi alanlarda daha fazla doyum ve motivasyon yaşayabileceğini belirlemek amacıyla kullanılır. Bu araçlar mesleki rehberlik sürecinde bireyin hoşlandığı alanları keşfetmesine yardımcı olur, eğitim ve meslek seçiminde alternatif seçenekler hakkında farkındalık kazandırır ve bireyin yönelimleri hakkında rehberlik hizmetlerine veri sağlar. Ancak ilgi envanterleri bireyin bilişsel kapasitesini veya hangi alanlarda üstün performans gösterebileceğini doğrudan ölçmez; bu özellikler daha çok yetenek ve zekâ testleri ile belirlenir. Bu nedenle doğru olmayan ifade **C seçeneğidir**.

A seçeneği: İlgi envanterleri bireyin hangi eğitim ve meslek alanlarına yönelme eğiliminde olduğunu göstererek mesleki planlama için ipuçları sağlayabilir.

B seçeneği: Bireyin kişisel doyum sağlayabileceği ve motive olacağı meslek alanlarını belirlemek ilgi envanterlerinin temel kullanım amaçlarından biridir.

D seçeneği: Öğrencinin derslere ve etkinliklere yönelik ilgi alanlarını anlamak, eğitim ortamını düzenleme ve rehberlik çalışmalarında yararlı bilgiler sağlayabilir.

E seçeneği: Bireyin hoşlandığı alanları keşfetmesine yardımcı olmak ve mesleki rehberlik sürecinde alternatif seçenekler sunmak ilgi envanterlerinin temel amaçları arasındadır.

Cevap: C

15. Soruda tutum envanterlerinin doğasına ilişkin doğru olmayan ifade sorulmaktadır. Tutumlar bireyin bir nesneye, kişiye ya da duruma yönelik duygusal, bilişsel ve davranışsal eğilimlerini ifade eden psikolojik yapılardır ve doğrudan gözlemlenemez. Bu nedenle tutumlar genellikle öz bildirim temelli ölçeklerle ölçülür ve ölçek sonuçları bireyin belirli bir zamandaki tutum eğilimini yansıtır. Tutum ölçekleri çoğunlukla Likert tipi derecelendirme yöntemleriyle hazırlanır ve öğrencilerin derslere, okula, mesleklere veya çeşitli sosyal konulara yönelik tutumlarını belirlemek için kullanılabilir. Buna karşılık tutumların ölçülmesinde kullanılan araçların geçerlik ve güvenirliğinin standart başarı testlerinden daha yüksek olması gerektiği şeklinde bir beklenti yoktur. Çünkü tutumlar dolaylı ölçülen psikolojik özelliklerdir ve ölçümü başarı testlerine göre daha karmaşık olabilir. Bu nedenle doğru olmayan ifade **A seçeneğidir**.

B seçeneği: Tutumların doğrudan gözlenemeyen içsel eğilimler olması nedeniyle öz bildirim temelli ölçeklerle ölçülmesi doğru bir ifadedir.

C seçeneği: Tutumlar zaman içinde değişebilir ve ölçüm sonuçları bireyin belirli bir andaki eğilimini yansıtır.

D seçeneği: Tutum ölçekleri çoğunlukla Likert tipi derecelendirme yöntemleriyle hazırlanır.

E seçeneği: Tutum envanterleri öğrencilerin derslere, okula, mesleklere veya sosyal konulara yönelik duygusal yönelimlerini belirlemek amacıyla kullanılabilir.

Cevap: A

1. Soruda, tutum ölçekleri içinde bireyin bir sosyal, etnik ya da ırksal gruba yönelik kabul veya ret düzeyini, en yakın kişisel ilişkiden en uzak ilişkiye doğru hiyerarşik bir sıralama ile ölçeğin klasik araç sorulmaktadır. Bu tanım, doğrudan **sosyal mesafe kavramına dayanan** ve bireyin bir gruba ne ölçüde yakın ilişki kurmayı kabul ettiğini belirleyen **Bogardus Sosyal Mesafe Ölçeği**'ni ifade eder. Bu ölçekte maddeler, **evlilik gibi en yakın ilişkiden başlayarak komşuluk, vatan-daşlık gibi daha uzak ilişkilere doğru** sıralanır ve bireyin tutumunun sınırları bu **hiyerarşik yapı** üzerinden belirlenir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: **Thurstone Eşit Görünen Aralıklar Ölçeği**, maddelerin uzmanlar tarafından derecelendirilmesiyle oluşturulan ve **eşit aralıklı kabul edilen** bir tutum ölçeğidir; ancak **sosyal mesafe ve ilişki yakınlığına dayalı hiyerarşik sıralama** içermez.

C seçeneği: **Guttman Ölçekleme Tekniği**, **kümülatif (birikimli) yapıdadır** ve maddeler zorluk ya da şiddet düzeyine göre sıralanır; ancak bu teknik **özellik olarak sosyal mesafeyi ölçmez.**

D seçeneği: **Likert tipi ölçekler**, bireyin ifadelerle katılma derecesini belirlediği ve **puanların toplanmasıyla genel tutumun hesaplandığı** ölçeklerdir; **hiyerarşik sosyal ilişki düzeyi içermez.**

E seçeneği: **Beş Faktör Kişilik Envanteri**, bireyin **kişilik özelliklerini ölçer**, tutum ölçmeye yönelik bir araç değildir.

Cevap: B

2. Soruda, tutum ölçümünde kullanılan tekniklerden **Guttman ölçeklemesinin en belirgin ve ayırt edici yapısal özelliği** sorulmaktadır. Guttman ölçeği, **birikimli (kümülatif) ve tek boyutlu** bir yapıya sahiptir. Temel mantığı, maddelerin **en zayıf tutumdan en şiddetli tutuma doğru hiyerarşik olarak sıralanmasıdır**. Bu yapı içinde birey, daha yüksek düzeyde (daha şiddetli) bir maddeyi kabul ediyorsa, **kendinden önce gelen tüm daha düşük düzeydeki maddeleri de kabul etmiş sayılır**. Bu zorunlu kabul ilişkisi, tekniğin ayırt edici özelliğidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneği: **Thurstone Eşit Görünen Aralıklar Ölçeği**'ne aittir. Maddeler uzmanlar tarafından

derecelendirilir ve **medyan değerlere göre eşit aralıklı kabul edilir**, Guttman'daki kümülatif yapı bulunmaz.

B seçeneği: **Likert tipi ölçekleri** ifade eder. Bireyler her maddeye **katılma derecelerini belirtir ve toplam puan elde edilir**; ancak **hiyerarşik ve birikimli yapı yoktur.**

D seçeneği: **Guttman ölçeklemede** temel ölçüt **ölçeklenebilirlik katsayısıdır**. Yalnızca **Cronbach alfa güvenirlik katsayısına bakılması yeterli değildir** ve bu ifade tekniğin doğasına uygun değildir.

E seçeneği: **Guttman ölçeğinde** maddeler **rastgele değil, hiyerarşik ve sistematik biçimde düzenlenir**; bu nedenle ifade yanlıştır.

Cevap: C

3. Soruda, **Türkiye'nin ilk yerli zekâ ölçeği**, **Türk kültürüne uygun normlarla geliştirilmiş**, **Cattell-Horn-Carroll (CHC) kuramına dayanan** ve **4-12 yaş aralığındaki çocuklara uygulanan** bir ölçme aracı tanımlanmaktadır. Ayrıca testin **Genel Zekâ Endeksi**, **Sözel Potansiyel Endeksi** ve **Görsel Potansiyel Endeksi** gibi alt boyutlara dayalı ayrıntılı değerlendirme sunması ve **üstün zekâ ile öğrenme güçlüğü riskini belirlemede kullanılması** da ayırt edici özelliklerdir. Bu özellikler doğrudan **Anadolu-Sak Zekâ Ölçeği (ASİS)**'i tanımlar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği: **Kaufman Kısa Zekâ Testi**, bireyin genel zihinsel kapasitesini hızlı biçimde değerlendirmeye yönelik bir araçtır; ancak **yerli değildir ve Türk normlarına göre geliştirilmemiştir.**

B seçeneği: **Wechsler Çocuklar İçin Zekâ Ölçeği**, dünyada yaygın kullanılan bireysel bir zekâ testidir; ancak **Türkiye'de geliştirilmemiştir** ve soru kökündeki yerli olma özelliğini karşılamaz.

C seçeneği: **Stanford-Binet Zekâ Ölçeği**, klasik ve kapsamlı bir zekâ testidir; fakat **yerli değildir ve CHC temelli Türk normlu özgün bir test değildir.**

D seçeneği: **Anadolu-Sak Zekâ Ölçeği**, **Türkiye'nin ilk yerli zekâ testi**, **CHC kuramına dayalı**, **4-12 yaş grubuna yönelik**, **genel, sözel ve görsel potansiyel endeksleri raporlayan** bir ölçektir ve tanımla tamamen örtüşür.

E seçeneği: **Goodenough-Harris Bir İnsan Çiz Testi**, çocuğun çizimleri üzerinden bilişsel gelişime dair çıkarım yapan **projektif/dolaylı bir değerlendirme aracıdır**, kapsamlı bir zekâ ölçüğü değildir.

Cevap: D

4. Soruda, mesleki yönlendirmede ilgi envanteri sonuçlarına dayalı **gerçekçi bir kariyer planlamasında dikkate alınmasına gerek olmayan değişken** sorulmaktadır. Mesleki rehberlikte temel yaklaşım; bireyin **ilgi, yetenek (başarı), kişilik ve değerler** gibi psikolojik özellikleri ile **mesleklerin gereklilikleri ve iş dünyasının koşullarını** birlikte değerlendirmektir. Bu çerçevede bireyin mesleki uygunluğunu belirleyen değişkenler doğrudan onun psikolojik özellikleri ve mesleğin yapısıyla ilişkilidir. Buna karşılık **aile gelirinin ve mal varlığının meslek seçimi üzerindeki etkisi**, daha çok çevresel ve dolaylı bir faktördür; bireyin mesleğe uygunluğunu belirleyen temel bir değişken değildir. Bu nedenle kariyer planlamasında **dikkate alınması zorunlu değildir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği: **Akademik başarı ve standart test puanları**, bireyin ilgili alanda **başarı potansiyelini (yetenek boyutunu)** gösterir ve ilgi ile birlikte değerlendirilmesi gereken temel değişkenlerdendir.

B seçeneği: **Kişilik envanteri sonuçları**, bireyin **çalışma ortamı tercihleri, sosyal etkileşim düzeyi ve problem çözme biçimi** hakkında bilgi verir ve meslek-kişiyi uyumu açısından kritik öneme sahiptir.

C seçeneği: **Meslekten beklentiler ve iş değerleri**, bireyin **iş doyumu ve mesleki tatmini** açısından belirleyicidir ve kariyer planlamasında mutlaka dikkate alınır.

E seçeneği: **Mesleklerin istihdam olanakları, maaş düzeyi ve iş piyasasındaki durumu**, kariyer planlamasının **gerçekçilik ve uygulanabilirlik boyutunu** oluşturur ve önemli çevresel değişkenlerdir.

Cevap: D

5. Soruda, **bireyi tanıma hizmetlerinin temel ilkelere aykırı olan ifade** sorulmaktadır. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinde bireyi tanıma; **tüm öğrencilere yönelik, gelişimsel ve önleyici** bir süreçtir. Bu hizmetler yalnızca problem yaşayan bireylere değil, **her öğrencinin kendini tanımasına ve geliştirmesine yardımcı olmayı** amaçlar. Buna karşılık yalnızca **duygusal sorun yaşayan öğrencilerle çalışılması gerektiğini** ifade eden yaklaşım, rehberliğin **kapsayıcılık ve gelişimsel olma ilkelerine aykırıdır. Doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneği: **Bireyi tanımanın temel amacı, öğrencinin kendini anlamasına yardımcı olmaktır**, bu ifade rehberlik hizmetlerinin özüne uygundur.

C seçeneği: **Elde edilen verilerin öğrencinin hazır oluşluk düzeyine göre paylaşılması**, etik ve gelişimsel uygunluk açısından doğru bir ilkedir.

D seçeneği: **Kullanılan ölçme araçlarının öğrencinin gelişim düzeyine uygun olması**, geçerlik ve uygunluk açısından temel bir ilkedir.

E seçeneği: **Gizlilik ilkesi**, bireyi tanıma hizmetlerinin en temel etik ilkelerinden biridir ve mutlaka korunmalıdır.

Cevap: A

6. Soruda, ilkökul düzeyindeki **(4. sınıf)** öğrencilere uygulanan bir ilgi envanterinden elde edilen sonuçların, öğrencilerin gerçek davranışlarıyla **örtüşmemesi** dikkat çekmektedir. Öğrenciler envanterde "ilgi yok" şeklinde yanıt verirken, daha sonra **sınıf içi etkinliklerde belirgin ilgi ve merak göstermektedir.** Bu durum, kullanılan ölçme aracının öğrencilerin **gelişimsel özelliklerine uygun olmadığını**, yani çocukların **soyut öz-bildirim gerektiren maddeleri sağlıklı değerlendiremediğini** gösterir. İlkokul düzeyindeki bireylerde ilgi daha çok **davranışsal gözlemler ve somut etkinlikler üzerinden** ortaya çıkar. Bu nedenle yapılan hata, ölçme aracının gelişim düzeyine uygunluğunun göz ardı edilmesidir. Doğru cevap B seçeneğidir.

A seçeneği: **Verilerin planlı kullanımı** ile ilgili bir sorun vurgulanmamaktadır; problem verinin elde edilme biçimindedir.

C seçeneği: **Gizlilik ilkesine** aykırı bir durum söz konusu değildir.

D seçeneği: **Bütüncül değerlendirme** ile ilişkili bir yön olsa da, parçanın temel problemi verilerin birlikte yorumlanmasından ziyade **ölçme aracının uygun olmamasıdır**.

E seçeneği: **Süreklilik ilkesi** ihlal edilmemiştir; aksine süreç içinde farklı gözlemler ortaya çıkmıştır.

Cevap: B

7. Soruda öğretmenin yaptığı uygulama incelendiğinde, **internet üzerinden bulduğu bir kaygı ölçeğini doğrudan uyguladığı**, sonuçları sınıflandırdığı ve buna göre **müdahale kararı aldığı** görülmektedir. Oysa kaygı gibi duygusal özellikleri ölçen psikolojik testler, **uygulama, puanlama ve yorumlama açısından uzmanlık gerektirir** ve bu tür araçlar yalnızca **bu konuda eğitim almış kişiler tarafından** kullanılmalıdır. Öğretmenin bu süreci kendi başına yürütmesi, bireyi tanıma ilkelere aykırıdır. Doğru cevap A seçeneğidir.

A seçeneği: Psikolojik testler yalnızca bu konuda eğitim almış kişiler tarafından uygulanmalıdır ve bu ilke doğrudan ihlal edilmiştir.

B seçeneği: Yönetimle paylaşım ilk bakışta gizlilik sorunu gibi görünse de, okul içi profesyonel paylaşımlar belirli etik sınırlar içinde yapılabilir; burada asıl ihlal bu değildir.

C seçeneği: Bu ilke daha çok **yorumlama sürecine** ilişkindir; oysa problem, yorumdan önceki aşamada yani **uygulama yetkisindedir**.

D seçeneği: Ekip çalışması önemlidir ancak burada eksik olan şey ekip değil, **uzmanlık bilgisidir**.

E seçeneği: Farklı tekniklerin birlikte kullanılması elbette beklenir; fakat bu senaryoda temel sorun, kullanılan tekniğin **yanlış kişi tarafından uygulanmasıdır**, yöntem çeşitliliği değil.

Cevap: A

8. Soruda verilen ifadelerin **tipik performans testleriyle ölçülüp ölçülemeyeceği** sorgulanmaktadır. Tipik performans testleri; bireyin **ne yapabildiğini değil, nasıl davrandığını, neyi tercih ettiğini ve eğilimlerini** ortaya koyar. Yani **ilgi, tutum, kişilik özellikleri** gibi yapıları ölçer. Buna karşılık başarı ve beceriye dayalı olanlar **maksimum performans testleri** kapsamındadır.

- I. öncül (**mantık ve strateji oyunlarından hoşlanma**) bireyin **ilgi ve tercihlerini** yansıtır, bu nedenle tipik performans kapsamında değerlendirilir.
- II. öncül (**harfleri doğru yazabilme**) doğrudan bir **beceri/başarı göstergesidir**, yani maksimum performans testleriyle ölçülür.
- III. öncül (**küçük nesneleri dikkatle birleştirebilme**) bir **psikomotor beceriyi** ifade eder, bu da maksimum performans kapsamındadır.
- IV. öncül (**sınıf arkadaşlarıyla grup etkinliklerini tercih etme**) bireyin **sosyal eğilimini ve tercihlerini** yansıtır, dolayısıyla tipik performansla ölçülür.

Bu analiz doğrultusunda tipik performans kapsamında olanlar I ve IV'tür. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: II. öncül beceri içerdiği için bu seçenek uygun değildir. **B seçeneği:** I ve IV, **ilgi ve tercihleri yansıttığı için** tipik performansla uygundur. **C seçeneği:** Her iki öncül de beceriye dayalıdır; tipik performans değildir. **D seçeneği:** II. öncül beceri olduğu için bu kombinasyon hatalıdır. **E seçeneği:** III. öncül beceri içerir; yalnızca IV uygun olurdu, bu yüzden yanlış kombinasyondur.

Cevap: B

9. Parçada Selin Hanım'ın süreci incelendiğinde, verilerin **toplandığı, analiz edildiği ve öğretmenlerle paylaşılarak öğretim sürecine yansıtıldığı** görülmektedir. Ancak dikkat çekici nokta, elde edilen bilgilerin **öğrencilerin kendilerine dönük bir farkındalık geliştirmesine hizmet etmemesidir**. Oysa bireyi tanıma hizmetlerinin temel amacı, sadece çevreyi (öğretmeni) bilgilendirmek değil, **bireyin kendini tanımasına ve içgörü geliştirmesine yardımcı olmaktır**. Süreçte bu boyut eksik bırakılmıştır. **Doğru seçenek A'dır.**

B seçeneği: Veriler bireysel değil, **sınıf düzeyinde ve eğitsel amaçla** paylaşılmıştır; bu durum doğrudan gizlilik ihlali olarak yorumlanmaz.

C seçeneği: Kullanılan araçların gelişim düzeyine uygun olmadığına dair bir ipucu verilmemiştir.

D seçeneği: İki farklı araç kullanılarak veri toplanmış, yani **çoklu veri kaynağına başvurulmuştur**.

E seçeneği: Sürecin sürekliliğine aykırı bir durum belirtilmemiştir; aksine sonuçlar öğretim sürecine aktarılmıştır.

Cevap: A

10. Parçada psikolojik danışmanın bir ölçek uyguladığı, verileri analiz ettiği ve rapor hazırladığı görülmektedir. Bu süreç genel olarak rehberlik hizmetleriyle uyumludur. Ancak kritik nokta, **ölçek sonuçlarına dayanarak öğrenciler hakkında kesin yargılara varılmasıdır**. Psikolojik ölçme araçları, özellikle tutum ve eğilimleri ölçen ölçekler, **kesin tanı koymaz; olasılık ve eğilim bildirir**. Bu nedenle elde edilen veriler **yorumlanırken temkinli olunmalı**, farklı veri kaynaklarıyla desteklenmeden **kesin hüküm verilmemelidir**. Bu ilkenin ihlali söz konusudur. **Doğru seçenek D'dir**.

A seçeneği: Psikolojik danışmanlar ölçme araçlarını kullanma konusunda eğitilmiştir; ayrıca parçada eğitim almamış olduğuna dair bir bilgi yoktur.

B seçeneği: Okul yönetiminin öğrencilerin durumunu öğrenmek istemesi, rehberlik hizmetlerinin planlanması açısından olağandır.

C seçeneği: İlk bakışta gizlilik ihlali gibi düşünülebilir; ancak soruda bunun yapıldığı kesin olarak belirtilmemiştir.

E seçeneği: Raporun öneriler içermesi, rehberlik hizmetlerinin **önleyici ve geliştirici yönüyle uyumludur**.

Cevap: D

11. Parçada psikolojik danışmanın, ilgi envanteri sonuçlarına dayanarak öğrencilerden **belirli meslekleri seçmelerini istemesi**, ilgi envanterlerinin kullanım amacına uygun değildir. İlgili envanterleri bireye **kesin meslek önerisi yapmak için değil**, onun **ilgi alanlarını fark etmesini sağlamak ve bu alanlara uygun meslek seçeneklerini tanıtmak** için kullanılır. Özellikle öğrencilerin ilgilerinin

birden fazla alana yönelmesi (sanat + sosyal alan gibi), meslek seçiminde **esnek ve keşfe dayalı bir rehberlik sürecini** gerektirir. Bu nedenle en uygun kullanım, sonuçları **bilgilendirme ve farkındalık kazandırma amacıyla değerlendirilmektir**. **Doğru seçenek B'dir**.

A seçeneği: Bu yaklaşım süreklilik açısından doğru olabilir; ancak sorunun odağı **sonuçların nasıl kullanılacağıdır**, ölçümün tekrarı değil.

C seçeneği: İlgili envanterini yalnızca akademik başarıyla sınırlamak, meslek seçimini **tek boyuta indirger** ve yeterli değildir.

D seçeneği: İlgili envanterine dayanarak doğrudan meslek önermek, **yönlendirici ve sınırlayıcı** bir yaklaşımdır.

E seçeneği: İlgileri kararsız görünen öğrencilerde envanter sonuçlarını yok saymak yerine, **daha fazla rehberlik yapılması gerekir**.

Cevap: B

12. Parçada vurgulanan temel nokta, öz bildirim temelli envanterlerin **öğrencinin kendi özelliklerini fark etmesine katkı sağlaması** ve farklı alanlara ilişkin **çok boyutlu veri sunmasıdır**. Bu tür araçların birlikte kullanılmasının amacı, bireyin yalnızca tek bir yönünü değil; **ilgi, tutum ve kişisel özelliklerini bütüncül biçimde görmesini ve kendisi üzerine düşünmesini sağlamaktır**. Yani süreç, dış değerlendirmeden çok **öz-farkındalık ve içgörü geliştirmeye** yöneliktir. **Doğru seçenek E'dir**.

A seçeneği: Akademik başarıyı ölçmek ve performansla ilişkilendirmek, daha çok **başarı testlerinin** alanına girer.

B seçeneği: Öz bildirim araçları, dış gözlemi doğrulamak için değil, **bireyin kendi algısını ortaya koymak için** kullanılır.

C seçeneği: Bu araçlar meslek seçimine katkı sağlar; ancak **doğrudan başarıyı belirlemek gibi kesin bir amaç taşımaz**.

D seçeneği: Uyum düzeyini objektif biçimde ölçmek, öz bildirim araçlarının temel amacı değildir; çünkü bu araçlar **öznel değerlendirmeye dayanır**.

Cevap: E

13. Parçada Murathan Bey'in, bazı öğrencilerin **akademik başarılarının genel yetenek düzeylerinin üzerinde olduğunu fark etmesi**, rehberlik açısından dikkat edilmesi gereken bir durumdur. Bu tür durumlarda rehberlik anlayışı, yüzeydeki başarıya odaklanmak yerine, **bu başarının altında yatan psikolojik ve duygusal süreçleri anlamayı** gerektirir. Çünkü yüksek başarı bazen **baskı, kaygı ya da mükemmeliyetçilik gibi riskli faktörlerden kaynaklanabilir**. Bu nedenle en uygun yaklaşım, öğrencilerle **bireysel görüşmeler yaparak durumu derinlemesine incelemek** olacaktır. **Doğru seçenek D'dir.**

A seçeneği: Öğrencileri örnek göstermek, diğer öğrenciler üzerinde **olumsuz karşılaştırma ve baskı oluşturabilir**.

B seçeneği: Başarıyı daha da artırmaya odaklanmak, mevcut durumun nedenlerini anlamadan **yük bindirmek** anlamına gelebilir.

C seçeneği: Öğrencileri akranlarına rehber yapmak, onların kendi ihtiyaçlarını göz ardı ederek **rol yüklemeye** neden olabilir.

E seçeneği: Çalışma yöntemlerini paylaşmak faydalı olabilir; ancak bu yaklaşım, sorunun **kaynağını anlamaya yönelik değildir**.

Cevap: D

14. Soruda verilen bulgulara göre, **6. sınıfta uzamsal ve sözel yetenekler arasında 0.61 gibi yüksek bir ilişki**, lise son sınıfta ise **0.28 gibi daha düşük bir ilişki** bulunmuştur. Bu durum, yaş ilerledikçe bu iki yetenek alanı arasındaki ilişkinin **zayıfladığını**, yani yeteneklerin başlangıçta daha bağlantılıyken zamanla **birbirinden daha bağımsız hale geldiğini** gösterir. Bu durum gelişim sürecinde yeteneklerin **farklılaşması** olarak açıklanır. **Doğru seçenek E'dir.**

A seçeneği: Verilen bilgi, yeteneklerin ne kadar hızlı geliştiğini değil, **birbirleriyle olan ilişki düzeyini** göstermektedir.

B seçeneği: İlişki ters yönlü değildir; sadece **gücü azalmıştır**, yani pozitif ilişki devam etmektedir.

C seçeneği: Genel yetenek düzeyi hakkında bir bilgi yoktur; yalnızca iki yetenek arasındaki ilişki ele alınmıştır.

D seçeneği: Çevresel etkenlere dair herhangi bir veri sunulmamıştır; bu nedenle böyle bir çıkarım yapılamaz.

Cevap: E

15. Soruda verilen ipuçları; **67 eksik cümleden oluşması, A ve B formlarının bulunması** ve yanıtların **olumlu, olumsuz, nötr olarak sınıflandırılması**dır. Bu özellikler doğrudan **Beier Cümle Tamamlama Testine** aittir. Beier testi, bireyin **aile ilişkileri, otoriteye bakışı, ilgi alanları ve duygusal eğilimlerini** ortaya koyan, **yansıtma temelli ve cümle tamamlama formatında** bir ölçme aracıdır. Ayrıca **A ve B formlarının bulunması ve 56-67 madde içermesi** ayırt edici özelliğidir. **Doğru seçenek B'dir.**

Louisa Düss Psikanalitik Hikâye Testi: 10 hikâyeden oluşur ve bireyin öyküleri tamamlaması istenir; cümle tamamlama yapısı yoktur.

Rotter Cümle Tamamlama Testi: Cümle tamamlama tekniğidir ancak **40 maddeden oluşur ve A-B form yapısı bulunmaz**.

Çocuklar İçin Algılama Testi (CAT): Resim kartlarına dayalıdır, bireyden hikâye oluşturmaları beklenir; cümle tamamlama içermez.

Rorschach Mürekkep Lekesi Testi: Mürekkep lekelerine verilen tepkiler üzerinden değerlendirme yapılır; yapı tamamen farklıdır.

Cevap: B

1. Soruda verilen ipuçları; **6 yaşındaki bir çocuğa uygulanması, hayvan figürlerinin yer aldığı kartların kullanılması ve her kart için hikâye anlatmasının istenmesidir.** Bu özellikler doğrudan **Çocuklar İçin Algılama Testi'ne (CAT)** aittir. CAT, özellikle çocuklarda **aile ilişkileri, duygusal çatışmalar ve içsel yaşantıları anlamak amacıyla kullanılan, 10 hayvan figürlü karttan oluşan projektif bir testtir. Doğru seçenek D'dir.**

Louisa Düss Psikanalitik Hikâye Testi: 10 hikâyeden oluşur, kartlara değil sözlü hikâyelere dayanır.

Tematik Algı Testi (TAT): İnsan figürlerinin yer aldığı kartlarla uygulanır ve daha çok **ergen ve yetişkinlere yöneliktir.**

Beier Cümle Tamamlama Testi: Eksik cümleleri **tamamlama** esasına dayanır, kart ve hikâye anlatımı içermez.

Rorschach Mürekkep Lekesi Testi: Mürekkep lekelerine verilen tepkiler üzerinden değerlendirme yapılır, hayvan figürlü kartlar yoktur.

Cevap: D

2. Soruda ilgi envanterlerinin kullanımına ilişkin **yanlış ifade** sorulmaktadır. İlgi envanterleri, bireyin **hangi alanlara yöneldiğini, nelerden hoşlandığını ve hangi etkinliklere ilgi duyduğunu** belirlemeye yönelik araçlardır. Ancak bu araçlar **yetenek ölçmez**; yani bireyin bir alanda ne kadar başarılı olabileceğini değil, o alana **yönelimini** ortaya koyar. Bu nedenle ilgi envanterleri aracılığıyla **yetenek düzeyinin belirlenebileceğini söylemek hatalıdır. Doğru seçenek C'dir.**

A seçeneği: İlgi envanterleri, bireyin **hoşlandığı etkinlikleri belirlemede** doğrudan kullanılır.

B seçeneği: Meslek seçimi sürecinde ilgi, temel değişkenlerden biridir; bu nedenle bu tür envanterler **önemli veri sağlar.**

D seçeneği: İlgi alanları gelişimsel olarak değişebilir; bu yüzden **farklı dönemlerde yeniden ölçüm yapılması** uygun bir yaklaşımdır.

E seçeneği: İlgi envanteri sonuçları tek başına yeterli değildir; **diğer tekniklerle birlikte değerlendirilmesi** gerekir.

Cevap: C

3. Soruda bireyi tanıma ve değerlendirme tekniklerinin uygulanmasında **dikkat edilmesi gereken ilkeler arasında yer almayan** ifade sorulmaktadır. Ölçme araçlarında temel ilke, aracın **standart koşullarda uygulanmasıdır.** Testin yönergesi, uygulama biçimi ve içeriği **değiştirilemez**; aksi durumda testin **geçerliliği ve güvenirliği bozulur.** Bu nedenle öğrencinin düzeyine uygun olmayan bir testte yapılması gereken, yönergeyi değiştirmek değil, **uygun bir ölçme aracı seçmektir.** Bu ifade ilkelere aykırıdır. **Doğru seçenek E'dir.**

A seçeneği: Gizlilik, bireyi tanıma sürecinin **temel etik ilkelerinden biridir** ve mutlaka korunmalıdır.

B seçeneği: Ölçme aracının amaca uygun seçilmesi, **geçerli ve anlamlı sonuçlar elde etmek için zorunludur.**

C seçeneği: Uygulama öncesinde bireyin bilgilendirilmesi, sürecin **etik ve şeffaf yürütülmesini sağlar.**

D seçeneği: Sonuçların öğrencinin gelişimini destekleyecek şekilde kullanılması, rehberliğin **geliştirici işlevine uygundur.**

Cevap: E

4. Soruda yetenek testleriyle ilgili **yanlış bilgi** sorulmaktadır. Yetenek testleri, bireyin **potansiyelini ve belirli alanlardaki performans kapasitesini** ölçer ve bu nedenle **gelecekteki başarıyı yordamada** kullanılabilir. Ayrıca hazırlanması ve uygulanması **uzmanlık gerektirir** ve meslek seçiminde **ilgi ve tutumlarla birlikte değerlendirilmesi gerekir.** Bununla birlikte yetenek testleri **öğrenme eksikliklerini doğrudan saptamak için kullanılan araçlar değildir**; bu amaç daha çok **başarı testlerinin** kapsamına girer. Bu nedenle D seçeneği yanlıştır. **Doğru seçenek D'dir.**

A seçeneği: Test geliştirme ve uygulama süreci **uzmanlık gerektirir**, bu doğru bir ifadedir.

B seçeneği: Yaş ilerledikçe yeteneklerin **farklaşması ve görece bağımsızlaşması**, gelişimsel psikolojide kabul edilen bir durumdur.

C seçeneği: Meslek seçiminde **yetenek, ilgi ve tutumun birlikte değerlendirilmesi** gerekir, bu doğru bir yaklaşımdır.

E seçeneği: Yetenek testleri, bireyin gelecekteki başarısını **yordamada önemli araçlardır**, bu da doğru bir bilgidir.

Cevap: D

5. Soruda, anekdot (vaka kaydı) tutulurken yapılan **yorum katma hatası** sorgulanmaktadır. Anekdot kayıtlarında temel ilke, **yalnızca gözlelenebilir davranışların nesnel biçimde yazılması**, yorum ve çıkarım yapılmamasıdır. Seçenekler incelendiğinde birinde davranışın ötesine geçilerek **kişilik özelliğine yönelik çıkarım yapıldığı** görülmektedir. "Sorumluluk bilincinin gelişmediğini açıkça gösteriyor" ifadesi, gözlem değil **yoruma dayalı bir genellemedir** ve bu nedenle ilkelere aykırıdır. **Doğru seçenek C'dir.**

A seçeneği: Davranışlar **olduğu gibi ve gözlelenebilir biçimde aktarılmıştır**, yorum yoktur.

B seçeneği: Gözlenen davranış ve yüz ifadesi **betimlenmiştir**, çıkarım yapılmamıştır.

D seçeneği: Fiziksel davranışlar **nesnel şekilde kaydedilmiştir**, yorum içermez.

E seçeneği: Zaman belirtilerek yapılan kayıt, **doğrudan gözleme dayalıdır**, yorum bulunmaz.

Cevap: C

6. Soruda psikodramaya ilişkin **doğru olmayan ifade** sorulmaktadır. Psikodrama, bireyin iç dünyasını **rol alma, canlandırma ve eylem yoluyla ifade ettiği, spontanlık ve yaratıcılığın teşvik edildiği** bir yaklaşımdır. Süreçte terapist yönlendirici olsa da amaç, danışana hazır bir çözüm dayatmak değil; **bireyin kendi yaşantılarını keşfetmesi ve içgörü geliştirmesidir**. Bu nedenle "yalnızca terapistin belirlediği çözümü uygulamak" ifadesi psikodramanın doğasına aykırıdır. **Doğru seçenek B'dir.**

A seçeneği: Psikodramanın temelinde bireyin **rol ve eylem yoluyla kendini ifade etmesi** vardır.

C seçeneği: Olayların dramatize edilmesi sayesinde **farklı bakış açıları ortaya çıkar ve içgörü gelişir**.

D seçeneği: Rol değiştirme teknikleriyle **empati geliştirme** önemli bir kazanımdır.

E seçeneği: Psikodrama, **spontanlık ve yaratıcılığı merkeze alarak** bireyin sorunlarını deneyimlemesine olanak tanır.

Cevap: B

7. Verilen ifadede psikolojik danışman, bireyi tanıma çalışmalarının **sadece problem yaşayan öğrencilere değil, tüm öğrencilere yönelik olması gerektiğini** vurgulamaktadır. Bu, rehberlik hizmetlerinin **gelişimsel ve kapsayıcı** bir anlayışa dayandığını, her öğrencinin **kendini tanıma, potansiyelini fark etme ve bilinçli seçimler yapma sürecine destek olmayı** amaçladığını gösterir. Yani vurgu, rehberliğin yalnızca sorun çözmeye değil, **tüm bireylerin gelişimine katkı sağlama-ya yönelik** olmasıdır. **Doğru seçenek A'dır.**

B seçeneği: Bu ifade daha çok bireyin farklı yönlerinin izlenmesine vurgu yapar; ancak **tüm öğrencilere yönelik olma** ilkesini tam karşılamaz.

C seçeneği: Sadece **başarısız öğrenciler üzerine odaklanır**, oysa parçada bunun aksine bir vurgu vardır.

D seçeneği: Sosyal uyum önemli bir alan olsa da ifade **genel ilkeyi değil, belirli bir boyutu** yansıtır.

E seçeneği: Öğrencileri sınıflandırmaya dayalı bir yaklaşım olup, **kapsayıcılık ilkesine uygun değildir**.

Cevap: A

8. Parçada öğretmenin tuttuğu notlara bakıldığında, Burak'ın davranışlarının **belirli durumlar içinde, zaman ve bağlam verilerek, ayrıntılı ve betimleyici biçimde kaydedildiği** görülmektedir. Örneğin grup çalışması, uyarılma durumu ve belirli bir etkinlikte yaşanan olaylar **olduğu gibi aktarılmış**, yani davranışlar doğal akışı içinde kayıt altına alınmıştır. Bu özellikler, bireyin belirli bir olay sırasındaki davranışlarının **sistemati ve betimleyici biçimde yazıldığı olay kaydı (anekdot)** tekniğini gösterir. **Doğru seçenek B'dir.**

Otobiyografi: Bireyin **kendi yaşamını kendisinin yazması** esasına dayanır; burada öğretmen tarafından tutulmuş kayıt vardır.

Dereceleme ölçeği: Davranışlar **puanlama ya da derecelendirme ile** değerlendirilir; metinde böyle bir yapı yoktur.

Görüşme: Karşılıklı **soru-cevap süreci** içerir; burada gözleme dayalı yazılı kayıt söz konusudur.

Sosyometri: Grup içindeki **sosyal ilişkileri ve tercihleri** belirlemeye yöneliktir; bireysel davranış betimlemesi içermez.

Cevap: B

9. Soruda okul müdürünün amacı, öğrencilerin yaşadığı sorunların (**disiplin, arkadaş ilişkileri, devamsızlık**) okul genelinde ne kadar yaygın olduğunu **sistematiik biçimde belirlemektir**. Bu tür durumlarda ihtiyaç duyulan şey, bireysel derinlemesine veri değil; **geniş gruplardan hızlı, düzenli ve karşılaştırılabilir veri toplamaktır**. Bu amaçla en uygun teknik, öğrencilerde görülen sorunların **varlığını ve yaygınlığını tarayan** araçlardır. Problem tarama listeleri tam olarak bu işlevi görür; okul genelinde hangi problemlerin ne düzeyde görüldüğünü **nicel ve sistematiik biçimde ortaya koyar. Doğru seçenek C'dir**.

Sosyometri: Daha çok **grup içi sosyal ilişkileri ve tercihleri** belirlemek için kullanılır; problem yaygınlığını saptamak için uygun değildir.

Görüşme: Derinlemesine bilgi sağlar ancak **geniş kitlelerde hızlı ve sistematiik tarama** için pratik değildir.

Anekdot: Bireysel davranışların **betimsel kaydıdır**, genellenebilir veri sunmaz.

Özellik kayıt çizelgesi: Belirli özelliklerin **var/yok şeklinde işaretlenmesine** dayanır; kapsamlı problem alanlarını taramada sınırlı kalır.

Cevap: C

10. Soruda **arzu listesi tekniğine** uygun olmayan öneri sorulmaktadır. Arzu listesi; öğrencilerin **isteklerini, beklentilerini ve duygusal ihtiyaçlarını yazılı olarak ifade etmelerine** dayanan, **yansıtıcı ve öz-bildirim temelli** bir tekniktir. Bu teknikte **canlandırma, rol oynama veya sahneleme yoktur**. Buna karşılık "sosyal problemleri canlandırarak çözüm yolları bulma" ifadesi **sosyodrama tekniğine** aittir. Bu nedenle bu öneri arzu listesiyle uyumsuzdur. **Doğru seçenek D'dir**.

A seçeneği: Güven ilişkisi kurulmadan öğrencilerin kendini açması zor olur; bu nedenle uygun bir öneridir.

B seçeneği: Soruların hayal gücünü desteklemesi, öğrencinin **iç dünyasını daha rahat ifade etmesini sağlar**.

C seçeneği: İsteklerin serbestçe ifade edilmesi, tekniğin **temel amacıdır**.

E seçeneği: Paylaşım yapmak isteyen öğrencilerin rehberlik servisine yönlendirilmesi, **destekleyici ve etik bir yaklaşımdır**.

Cevap: D

11. Soruda anekdot (olay kaydı) tekniğinin temel ilkesi vurgulanmaktadır: **yalnızca gözlenebilir davranışların yazılması, yorum ve çıkarımdan kaçınılması**. Anekdot kayıtlarında "gördüm-duydum" düzeyinde somut veriler yer almalı; bireyin içsel durumuna yönelik **çıkartım içeren ifadeler kullanılmamalıdır**. Seçenekler incelendiğinde yalnızca birinde doğrudan gözlenemeyen bir duyguya yönelik **yorum yapıldığı** görülür. "Utanmış görünüyor" ifadesi, gözlem değil **yorumdur** ve bu nedenle ilkeye aykırıdır. **Doğru seçenek E'dir**.

A seçeneği: Öğrencinin söylediği ifade **doğrudan aktarılmıştır**, yorum yoktur.

B seçeneği: Gözlenebilir bir davranış **nesnel biçimde betimlenmiştir**.

C seçeneği: Sözel davranış **olduğu gibi kaydedilmiştir**, çıkartım içermez.

D seçeneği: Davranış ve yüz ifadesi **gözleme dayalı olarak verilmiştir**, yorum yapılmamıştır.

Cevap: E

12. Soruda yapılandırılmış otobiyografi tekniği uygulanırken **karşılaşılacak bir sorun** sorulmaktadır. Yapılandırılmış otobiyografide konular ve sorular **danışman tarafından önceden belirlenir**, böylece veriler daha **standart ve karşılaştırılabilir** hâle getirilir. Dolayısıyla "konuların öğrenciler tarafından belirlenmesi" bu tekniğin doğasına aykırıdır ve böyle bir durum zaten söz konusu değildir. Bu nedenle bu ifade, karşılaşılabilecek bir sorun olarak değerlendirilemez. **Doğru seçenek C'dir**.

A seçeneği: Yazılı anlatım becerilerindeki farklılıklar, verilerin **eşit ve sağlıklı yorumlanmasını zorlaştırabilir**.

B seçeneği: Öz-bildirim tekniklerinde sık görüldüğü gibi öğrenciler **kendilerini daha olumlu göstermek için bilgileri değiştirebilir**.

D seçeneği: Özellikle küçük yaş gruplarında ya da isteksiz öğrencilerde **yüzeysel ve kısa yanıtlar** alınabilir.

E seçeneği: Tek bir teknikte elde edilen veriler yeterli olmayabilir; bu nedenle **başka tekniklerle desteklenmezse yanlış yorumlar yapılabilir**.

Cevap: C

13. Soruda verilen uygulamada çocuklara **"sihirli güçlerin olsaydı neleri değiştirmek isterdin?"** gibi hayal gücünü harekete geçiren bir soru yöneltilmekte ve onların **istek, korku ve özlemlerini ifade etmeleri** sağlanmaktadır. Bu tür sorular, bireyin iç dünyasını ortaya koymak için kullanılan **arzu (istek) listesi tekniğinin** tipik örneklerindendir. Bu teknik özellikle çocuklarda **duygusal gereksinimleri, beklentileri ve özlemleri ortaya çıkarmaya** yöneliktir ve verilen uygulama bu yapıyla tamamen örtüşmektedir. **Doğru seçenek D'dir.**

Kime göre ben neyim?: Daha çok bireyin **başkalarının kendisi hakkındaki algılarını değerlendirmesine** yöneliktir.

Görüşme: Karşılıklı etkileşime dayalıdır; burada ise **belirli bir yansıtıcı soru üzerinden yazılı/sözlü ifade alma** söz konusudur.

Oyun terapisi: Çocuğun oyun yoluyla kendini ifade etmesine dayanır; bu senaryoda yapılandırılmış bir soru vardır.

Özellik kayıt çizelgesi: Belirli davranışların **var/yok ya da sıklık düzeyinde işaretlenmesine** dayanır.

Cevap: D

14. Soruda psikolojik danışmanın yaptığı işlem incelendiğinde, önce **"sorumluluk" gibi belirli bir özelliği tanımladığı**, ardından gözlemlerine dayanarak **hangi öğrencilerin bu özelliği gösterdiğini işaretlediği** görülmektedir. Bu yapı, belirli özelliklerin **var/yok ya da gözlenip gözlenmediği şeklinde sistematik olarak kaydedildiği** tekniklere karşılık gelir. Bu tanım doğrudan **özellik kayıt çizelgesini** ifade eder. **Doğru seçenek A'dır.**

Anekdote: Davranışların **ayrıntılı ve betimleyici biçimde yazılmasıdır**; burada böyle bir anlatım yoktur.

Otobiyografi: Bireyin **kendi yaşamını yazması** esasına dayanır; gözlemci kaydı değildir.

Görüşme: **Karşılıklı konuşma ve soru-cevap süreci** içerir; gözleme dayalı işaretleme yoktur.

Sosyometri: Grup içindeki **sosyal ilişkileri ve tercihleri** belirlemeye yöneliktir; bireysel özellik işaretleme içermez.

Cevap: A

15. Verilen öncüller tekniklerin tanımlarına göre eşleştirildiğinde:

- öncül, **aile içi ilişkileri ve etkileşim örüntülerini grafiksel olarak gösteren** bir yapıdan bahseder; bu doğrudan **genogramdır**.
- öncül, bireyin **kendini ve başkalarını nasıl algıladığını ortaya koymaya** yönelik bir tekniktir; bu tanım **kime göre ben neyim** tekniğine aittir.
- öncül ise bireyin bir durumu **sahneleyerek, grup önünde deneyimlemesi ve çözüm araması** sürecini anlatır; bu da **psikodramadır**.

Bu eşleştirme sırasıyla **Genogram - Kime Göre Ben Neyim - Psikodrama** şeklindedir.

Cevap: A

1. Parçada Selin ve Duru'nun birbirleriyle ve sınıftaki diğer öğrencilerle konuşmadıkları, yani hiçbir sosyal bağ kurmadıkları açıkça belirtilmektedir. Sosyometri açısından bu durum, bireylerin grup içinde hiç tercih edilmemesi ve kimseyle ilişki kurmaması, yani "yalnız (izole)" konumda olmaları anlamına gelir.

Bu nedenle:nl. öncül (ikili alt grup) olamaz; çünkü böyle bir yapı için en azından birbirlerini seçmeleri ve ilişki kurmaları gerekir. II. öncül (zincirsel ilişki) söz konusu değildir; çünkü ortada herhangi bir bağlantı ağı yoktur.nIII. öncül (yalnızlar) doğru tanımlamadır.

Bu değerlendirmeye göre doğru seçenek **Yalnız III'tür. Doğru seçenek C'dir.**

A seçeneği: İkili alt grup için karşılıklı ilişki gerekir; burada yoktur.

B seçeneği: Zincirsel yapı en az üç kişiyle oluşur; bu durumla uyuşmaz.

D seçeneği: Her iki ifade de yanlış varsayıma dayanır.

E seçeneği: İkili alt grup olmadığı için bu seçenek de hatalıdır.

Cevap: C

2. Parçada psikolojik danışmanın öğrenciyi birebir konuşma yerine doğal ortamda (teneffüs, grup etkinliği) izlediği ve davranışları sistemli biçimde kaydettiği belirtilmektedir. Bu durum, bireyin davranışlarının doğal bağlamda, planlı ve sistematik olarak izlenmesi anlamına gelir. Bu tanım doğrudan gözlem tekniğini ifade eder. Doğru seçenek B'dir.

Görüşme: Öğrenci konuşmaktan kaçındığı için bu teknik etkili değildir; zaten kullanılmamıştır.

Sosyometri: Grup içi sosyal ilişkileri ve tercihleri belirlemeye yöneliktir, doğrudan davranış gözlemi değildir.

Otobiyografi: Bireyin kendini yazılı olarak ifade etmesi esasına dayanır.

Anket: Öz-bildirim temelli veri toplama aracıdır; gözleme dayalı değildir.

Cevap: B

3. Soruda otobiyografide aynı olayın farklı bölümlerde çelişkili duygularla anlatılması dikkat çekmektedir. Otobiyografi gibi öz-bildirim ve yansıtıcı tekniklerde, bu tür tutarsızlıklar genellikle hata ya da yalan olarak değil, bireyin yaşantıya ilişkin çelişkili, karmaşık ve henüz bütünleşmemiş duygularının bir yansıması olarak değerlendirilir. Özellikle aynı olaya hem üzüntü hem de haz atfedilmesi, danışanın o deneyimi duygusal olarak işlemeye devam ettiğini gösterir. Bu nedenle en uygun yorum, öğrencinin bu olaya ilişkin karmaşık ve çözülmemiş duygular taşıdığıdır. Doğru seçenek E'dir.

A seçeneği: Bellek sorunu olsa anlatımda bilgi eksikliği ya da yanlışlık beklenir; burada duygusal çelişki vardır.

B seçeneği: Dikkatsizlik, bu düzeyde anlamsal çelişkiyi açıklamak için yeterli değildir.

C seçeneği: Doğrudan yalan söyleme yorumu yapmak, klinik olarak aceleci ve hatalı bir çıkarım olur.

D seçeneği: Anlatım becerisi zayıf olabilir; ancak burada sorun dil değil, duygusal içeriktir.

Cevap: E

4. Parçada öğrencilerden birlikte çalışmak istedikleri üç arkadaşın adını yazmalarının istenmesi ve bu verilerle sınıfın sosyal ağ yapısının çıkarılması, bireylerin karşılıklı seçimlerine dayalı ilişkilerini, alt grupları, liderleri ve dışlananları belirlemeye yönelik bir uygulamadır. Bu özellikler, Moreno tarafından geliştirilen sosyometri tekniğine aittir. Doğru seçenek A'dır.

Gözlem: Bireyin davranışları doğal ortamda, planlı ve sistematik biçimde izlenerek kaydedilir. Katılımlı ya da katılımsız olabilir ve özellikle davranışın ortaya çıkış biçimini ve sıklığını anlamaya yöneliktir.

Kime göre ben neyim?: Bireyin kendi algısı ile başkalarının onu nasıl algıladığını karşılaştırmalı olarak ortaya koyan bir tekniktir. Bu sayede benlik algısı ile sosyal algı arasındaki farklar incelenir.

Derecelendirme ölçeği: Belirli özelliklerin belirli dereceler üzerinden puanlanmasına dayanır. Genellikle öğretmen ya da gözlemci tarafından

doldurulur ve bireyin **özellik düzeyini nicel olarak belirlemeyi** amaçlar.

Kimdir bu?: Bu teknikte bireyden, verilen özelliklere uygun kişileri **grup içinden seçmesi** istenir. Amaç, bireyin **diğer insanları nasıl algıladığını ve grup üyeleri hakkındaki değerlendirmeleri** ni ortaya koymaktır.

Cevap: A

5. Soruda öğrencilerin **gerçek durumlarını gizleyerek toplum tarafından kabul edilen, olumlu cevapları işaretledikleri** belirtilmektedir. Bu durum, bireyin **sosyal olarak istenen/ kabul edilen yanıtları verme eğilimi** olan **sosyal kabul (sosyal istenirlik) hatasını** ifade eder. **Doğru seçenek B'dir.**

Cevapların kalıplaşması: Bireyin soruların içeriğine bakmadan **hep aynı tür cevapları verme alışkanlığıdır.**

Toto oynama: Bireyin **bilmeden, tahmin ederek ya da rastgele işaretleme** yapmasıdır.

Orta yol cevap verme: Bireyin **"kararsızım" gibi orta seçenekleri tercih etmesi ya da soruları boş bırakmasıdır.**

Yanıltma: Bireyin **kendi amacına uygun sonuç elde etmek için bilinçli biçimde cevaplarını çarpıtmasıdır.**

Cevap: B

6. Soruda Can'ın **çoğu soruda "bazen/kararsızım" seçeneklerini işaretlediği ve bazı soruları boş bıraktığı** belirtilmektedir. Bu durum, bireyin **net bir tutum belirtmekten kaçınarak orta seçeneklere yönelmesi ve/veya maddeleri boş bırakması** şeklinde tanımlanan **orta yol cevap verme ya da boş bırakma hatasıdır.** **Doğru seçenek E'dir.**

Sosyal kabul hatası: Bireyin **toplum tarafından onaylanan, olumlu cevapları verme eğilimidir.**

Yanıltma hatası: Bireyin **kendi amacına uygun sonuç elde etmek için bilinçli biçimde cevaplarını çarpıtmasıdır.**

Toto oynama: Bireyin **bilmediği soruları rastgele ya da tahmin ederek işaretlemesidir.**

Cevapların kalıplaşması: Bireyin soruların içeriğinden bağımsız olarak **hep aynı tür cevapları verme alışkanlığıdır.**

Cevap: E

7. Soruda Osman Bey'in, programa kabul edilmek için gereken özellikleri **önceden öğrenip**, envanterdeki soruları **gerçek davranışlarından farklı ve amaca yönelik biçimde yanıtladığı** belirtilmektedir. Bu durum, bireyin **kendi çıkarı doğrultusunda, belirli bir sonuca ulaşmak amacıyla cevaplarını bilinçli biçimde çarpıtması** anlamına gelir ve **yanıltma hatası** olarak tanımlanır. **Doğru seçenek C'dir.**

Sosyal kabul hatası: Bireyin **toplum tarafından onaylanan, olumlu cevapları verme eğilimidir.**

Orta yol cevap verme hatası: Bireyin **"kararsızım" gibi orta seçenekleri tercih etmesi ya da soruları boş bırakmasıdır.**

Toto oynama: Bireyin **bilmeden, rastgele ya da tahmin ederek cevap vermesidir.**

Cevapların kalıplaşması: Bireyin soruların içeriğinden bağımsız olarak **aynı tür cevapları verme alışkanlığıdır.**

Cevap: C

8. Soruda Mert'in, bazı soruları **anlamadığı ve doğru cevaptan emin olamadığı için rastgele işaretleme ve tahmin etme yoluna gittiği** belirtilmektedir. Bu durum, bireyin **bilmediği ya da emin olmadığı maddeleri şansa dayalı olarak cevaplama** şeklinde tanımlanan **toto oynama hatasını** ifade eder. **Doğru seçenek D'dir.**

Sosyal kabul: Bireyin **toplum tarafından onaylanan, olumlu cevapları verme eğilimidir.**

Orta yol cevap verme: Bireyin **"kararsızım" gibi orta seçenekleri tercih etmesi ya da soruları boş bırakmasıdır.**

Yanıltma: Bireyin **kendi amacına uygun sonuç elde etmek için bilinçli biçimde cevaplarını çarpıtmasıdır.**

Cevapların kalıplaşması: Bireyin soruların içeriğinden bağımsız olarak **aynı tür cevapları verme alışkanlığıdır.**

Cevap: D

9. Soruda Elif'in, soruların içeriğine bakmadan **sistematiik biçimde sürekli "evet" seçeneğini işaretlelediği** ve farklı boyutlar olmasına rağmen yanıtlarının değişmediği belirtilmektedir. Bu durum, bireyin maddelerin içeriğini dikkate almadan **aynı tür cevapları verme eğilimi** olarak tanımlanan **cevapların kalıplaşması hatasını** ifade eder. **Doğru seçenek E'dir.**

Sosyal kabul: Bireyin toplum tarafından onaylanan, olumlu cevapları verme eğilimidir.

Orta yol cevap verme ya da boş bırakma hatası: Bireyin "kararsızım" gibi orta seçenekleri tercih etmesi ya da soruları boş bırakmasıdır.

Yanıltma hatası: Bireyin kendi amacına uygun sonuç elde etmek için bilinçli biçimde cevaplarını çarpıtmasıdır.

Toto oynama: Bireyin bilmediği soruları rastgele ya da tahmin ederek cevaplamasıdır.

Cevap: E

10. Soruda Selin'in, **gerçek davranışlarını gizleyerek kendini daha sorumlu ve katılımcı gösterecek şekilde yanıtlar verdiği** belirtilmektedir. Bu durum, bireyin kendi amacına uygun bir izlenim oluşturmak için cevaplarını bilinçli biçimde değiştirmesi anlamına gelir ve ölçme-değerlendirmede **yanıltma hatası** olarak tanımlanır. **Doğru seçenek A'dır.**

Boş bırakma: Bireyin bazı soruları **cevapsız bırakmasıdır.**

Orta yol cevap verme: Bireyin "kararsızım" gibi orta seçenekleri tercih etmesidir.

Cevapların kalıplaşması: Bireyin soruların içeriğine bakmadan **aynı tür cevapları verme eğilimidir.**

Toto oynama: Bireyin rastgele ya da tahmin ederek cevap vermesidir.

Cevap: A

11. I. **öncül:** Deniz'in soruları anlamakta zorlanıp boş bırakması ve "kararsızım" seçeneğini işaretlemesi, bireyin net tutum belirtmekten kaçınarak **orta seçeneklere yönelmesi veya soruları boş bırakması** durumudur. Bu, **orta yol cevap verme (ya da boş bırakma) hatasıdır.**
- II. **öncül:** Mert'in, gerçek düşüncelerini yansıtmayıp **burs komitesinin görmek isteyeceği şekilde yanıt vermesi**, bireyin **belirli bir sonucu elde etmek amacıyla cevaplarını bilinçli biçimde değiştirmesidir.** Bu durum **yanıltma hatasıdır.**
- III. **öncül:** Elif'in doğru cevaptan emin olamayınca **rastgele işaretleme ve tahmine dayalı yanıt verme davranışı**, bireyin **şansa dayalı cevap vermesi** anlamına gelir. Bu da **toto oynama hatasıdır.**

Cevap: A

12. Parçada danışmanın gözlem sürecinde **aynı planı uygulamadığı**, bazı oturumlarda yalnızca **öne çıkan davranışları**, bazı oturumlarda ise **tüm öğrencilerin ayrıntılı tepkilerini** kaydettiği belirtilmektedir. Bu durum, gözlemlerin **her seferinde sistematik ve tutarlı biçimde kaydedilmediğini** gösterir. Gözlem tekniğinde temel ilke, verilerin **belirlenen plana uygun ve aynı düzeyde sistematiklikle kaydedilmesidir**; aksi hâlde veriler karşılaştırılabilir olmaz ve güvenilirlik düşer. Bu nedenle ihlal edilen ilke, **davranışların her seferinde sistematik biçimde kaydedilmesi gerekliliğidir.** **Doğru seçenek A'dır.**

B seçeneği: Gözlemlerin doğal ortamda yapılmadığına dair bir bulgu yoktur.

C seçeneği: İlk bakışta uygun gibi görünse de sorun kriterden çok **kayıt biçiminin tutarsızlığıdır.**

D seçeneği: Gözlemin yalnızca tek kişi ya da grupla sınırlı olması zorunlu değildir.

E seçeneği: Öğrencilerin dikkatinin dağıtıldığına dair bir ipucu verilmemiştir.

Cevap: A

13. I. öncül: Eda'nın kendini öğretmenlerin ve arkadaşlarının beğeneceği şekilde, daha uyumlu ve olumlu gösterecek biçimde yanıt vermesi, bireyin toplum tarafından kabul gören cevapları verme eğilimi olan sosyal kabul hatasını gösterir.

II. öncül: Berk'in soruların içeriğine bakmadan sistematik biçimde hep "hayır" seçeneğini işaretlemesi, bireyin aynı tür cevapları tekrar etmesi şeklinde tanımlanan cevapların kalıplaşması hatasıdır.

III. öncül: Selim'in doğru cevaptan emin olamayıncı tahmine dayalı ya da rastgele işaretleme yapması, bireyin şansa dayalı cevap vermesi olan toto oynama hatasıdır.

Cevap: E

14. Parçada psikolojik danışmanın, öğrencilerin davranışlarını doğal sınıf ortamında, herhangi bir müdahalede bulunmadan sistemli ve ayrıntılı biçimde izleyip kaydettiği belirtilmektedir. Ayrıca öğrencilerin hangi durumlarda nasıl davrandıkları, etkileşim biçimleri ve tepkileri bütüncül olarak incelenmiştir. Bu özellikler, bireyin davranışlarının doğal ortamda planlı ve sistematik şekilde izlenmesine dayanan gözlem tekniğini ifade eder. Doğru seçenek E'dir.

Derecelendirme ölçeği: Belirli özelliklerin önceden belirlenmiş dereceler üzerinden puanlanmasına dayanır.

Vaka/olay kaydı: Belirli bir tek olayın ya da dikkat çeken davranışın ayrıntılı betimlenmesi söz konusudur.

Sosyometri: Grup içindeki sosyal ilişkiler ve tercihleri belirlemeye yöneliktir.

Kimdir bu?: Bireyin diğerlerini nasıl algıladığını ortaya koyan bir tekniktir.

Cevap: E

15. Parçada öğrencilerden yaşamlarında etkili olan olayları, kişileri ve duygularını yazılı olarak ifade etmeleri istenmektedir. Bu uygulama, bireyin kendi yaşamını, deneyimlerini ve duygularını yazılı biçimde ortaya koymasına dayanan otobiyografi tekniğini ifade eder. Bu teknik, bireyin benlik farkındalığını ve iç dünyasını anlamaya yönelik öz-bildirim temelli bir yaklaşımdır. Doğru seçenek A'dır.

Kime göre ben neyim?: Bireyin kendi algısı ile başkalarının onu nasıl algıladığını karşılaştırmaya yöneliktir.

Kimdir bu?: Bireyin grup üyelerini belirli özelliklere göre değerlendirmesi esasına dayanır.

Sosyometri: Grup içindeki sosyal ilişkileri ve tercihleri belirlemeye yöneliktir.

Genogram: Aile içindeki ilişki ve etkileşim örüntülerini grafiksel olarak gösterir.

Cevap: A

1. Bu soruda derecelendirme ölçeklerinde **güvenirliliği artırmaya yönelik önlemler** sorgulanmaktadır. Güvenirlilik, ölçme sonuçlarının **tutarlı ve hatalardan arınmış olması** ile ilgilidir. **A, B, C ve D seçenekleri**, ölçme hatalarını azaltarak tutarlılığı artırmaya hizmet eder. Ancak **E seçeneğinde belirtilen "ölçeğin tüm öğrenciler için aynı kişi tarafından doldurulması"**, ilk bakışta farklı değerlendiricilerden kaynaklı değişkenliği ortadan kaldırıyor gibi görünse de, bu durum **tek değerlendiricinin yanlılığını tüm ölçümlere yayarak sistematik hata oluşturur**. Bu da güvenirliliği artırmak yerine ölçmenin nesnellliğini zedeler. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

- A) Uygulayıcılara önceden açıklama yapılması, **puanlama birliği artırır**.
 B) Niteliklerin açık tanımlanması, **yorum farklılıklarını azaltır**.
 C) Tarafsız gözlem, **gözlem hatalarını azaltır**.
 D) Farklı ortamlarda gözlem, davranışın **tutarlılığını test eder**.
 E) Tek değerlendirici kullanımı, **yanlılığı geliştirir ve sistematik hata oluşturur**.

Cevap: E

2. Parçada psikolojik danışman, öğrencilerin **önceden belirlenmiş davranışlarını (iş birliği, sorumluluk alma, liderlik)** liste hâline getirerek, bu davranışlar ortaya çıktıkça **işaretleme yoluyla sistematik kayıt tutmaktadır**. Bu uygulama, gözlenecek davranışların önceden tanımlandığı ve **var-yok biçiminde işaretlenmesine dayanan yapılandırılmış gözlem yaklaşımı olan gözlem listesi** tekniğini ifade eder. Ayrıca farklı oturumlarda kullanılması, davranışların **sürekliliğini ve sıklığını izleme** amacını da göstermektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

Kimdir bu?: Bireyin grup üyelerini belirli özelliklere göre değerlendirmesi esasına dayanır.

Kime göre ben neyim?: Bireyin kendisini başkalarının gözünden nasıl algıladığını anlamaya yöneliktir.

Sosyometri: Grup içindeki sosyal ilişkileri ve tercihleri belirlemeye yöneliktir.

Anekdot: Belirli bir davranışın ayrıntılı ve betimleyici biçimde yazılması esasına dayanır.

Cevap: D

3. Parçada Sevim Hanım'ın kullanmak istediği teknik **vaka kaydı (anekdot)** olup bu teknikte temel amaç, gözlenen davranışın **nesnel, betimleyici ve yorumsuz biçimde kaydedilmesidir**. Bu nedenle anekdot kayıtlarında **kişisel yorum ve yargılardan kaçınılması**, yalnızca gözlenen davranışın olduğu gibi aktarılması gerekir. Ancak C seçeneğinde olayın anlatımında **kişisel değerlendirme ve yargılara yer verilmesi gerektiği** ifade edilmiştir ki bu durum tekniğin temel ilkesine aykırıdır. Bu nedenle bu öneri yapılmaz. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneği: Her anekdot yalnızca bir öğrenciye ilişkin olmalıdır ifadesi anekdot tekniğine uygundur çünkü kayıtların her biri tek bir bireye odaklanarak davranışın doğru ve karışmadan izlenmesini sağlar.

B seçeneği: Olayın geçtiği yer, zaman ve koşullar belirtilmelidir ifadesi anekdot tekniğine uygundur çünkü davranışın hangi ortamda ve hangi şartlarda ortaya çıktığını nesnel biçimde kaydetmeyi sağlar.

D seçeneği: Gözlem sonuçları olayın hemen ardından kaydedilmelidir ifadesi anekdot tekniğine uygundur çünkü unutma ve çarpıtma hatalarını azaltarak daha doğru kayıt tutulmasını sağlar.

E seçeneği: Kayıtlar gizlilik ilkesine uygun korunmalıdır ifadesi anekdot tekniğine uygundur çünkü bireye ait bilgilerin etik kurallar çerçevesinde korunmasını gerektirir.

Cevap: C

4. Parçada psikolojik danışman, öğrencilerin **önceden belirlenmiş davranışlarını detaylı biçimde listelemiş** ve bu davranışların **ne sıklıkta sergilendiğini sistematik olarak kaydetmiştir**. Bu durum yalnızca davranışın varlığını değil, aynı zamanda **frekansını (sıklığını) da izlemeye yönelik** bir değerlendirme sürecini ifade eder. Bu özellikler, davranışların hem **tanımlandığı hem de görülme sıklığının kaydedildiği özellik-kayıt çizelgesi** tekniği ile örtüşmektedir. Bu teknik, bireylerin belirli davranışlar açısından **sistematik ve karşılaştırmalı değerlendirilmesini** sağlar. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

Genogram, aile bireyleri arasındaki ilişkileri ve kuşaklar arası etkileşimleri grafiksel olarak göstermeye yönelik bir tekniktir.

Anekdot, davranışların ayrıntılı ve betimleyici biçimde yazıldığı, nitel kayıt tutmaya dayalı bir tekniktir; sıklık ölçümü içermez.

Yapılandırılmış görüşme, önceden belirlenmiş sorularla yürütülen, sözlü veri toplamaya dayalı bir tekniktir.

Kimdir bu?, bireylerin grup üyelerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanan bir tekniktir.

Cevap: C

5. Gözlem tekniği, bireyin davranışlarını **doğal ortamında, sistematik ve planlı biçimde incelemeye** dayanan bir veri toplama yöntemidir. Bu teknikte amaç, davranışı **olduğu gibi ve nesnel biçimde kaydetmek**, farklı durumlarda **tutarlılığını incelemek** ve yeterli süre boyunca gözleyerek **davranış örüntülerini ortaya koymaktır**. Bu nedenle gözlem süreci; planlı olmalı, kayıtlar zamanında tutulmalı ve birey farklı koşullarda izlenmelidir.

Buna göre:

I. Öncül doğrudur çünkü gözlem kayıtlarının gözlem sırasında ya da hemen sonrasında yapılması, unutma ve çarpıtma hatalarını azaltır.

II. Öncül doğrudur çünkü gözlem öncesinde plan yapılması, hangi davranışların nasıl izleneceğini belirleyerek süreci sistematik hâle getirir.

III. Öncül doğrudur çünkü bireyin farklı ortam ve durumlarda gözlenmesi, davranışın genellenebilirliği hakkında bilgi verir.

IV. Öncül doğrudur çünkü gözlemin yeterli süreyi kapsamaması, bireyin davranış örüntülerinin doğru şekilde ortaya konmasını sağlar.

Cevap: E

6. Parçada ilk olarak öğrencilerden birbirlerine ilişkin belirli özellikleri yazmaları istenmektedir. Bu durum, bireylerin grup üyelerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanan **kimdir bu?** tekniğini ifade eder. İkinci aşamada ise öğrencilerden sosyal bir çatışmayı canlandırmaları istenmiş ve bu süreçte bireysel tepkiler gözlemlenmiştir. Bu uygulama, grup içinde sosyal durumların canlandırılması ve roller üzerinden farkındalık geliştirilmesine dayanan **sosyodrama** tekniğine karşılık gelir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Psikodrama, bireyin kendi yaşantılarını ve içsel çatışmalarını sahneleyerek çalışmasına dayanan bir tekniktir.

Gözlem listesi, önceden belirlenen davranışların varlığı ya da sıklığının sistematik biçimde işaretlenmesine dayanır.

Oyun terapisi, özellikle çocukların duygularını oyun yoluyla ifade etmelerine ve çözümlemelerine yönelik terapötik bir yaklaşımdır.

Sosyometri, grup içindeki sosyal ilişkileri, tercihleri ve etkileşim ağını ortaya koymayı amaçlar.

Cevap: A

7. Otobiyografi tekniği, bireyin yaşamındaki önemli olayları, duygularını ve deneyimlerini **yazılı olarak ifade etmesine dayanan öz-bildirim temelli bir yöntem**dir. Bu teknikle amaç, bireyin kendi yaşantısını anlamlandırması, iç dünyasını fark etmesi ve **benlik farkındalığını artırarak kendini tanımasını sağlamaktır**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

Akademik başarıyı ölçme, daha çok başarı testleriyle yapılır; otobiyografi bu amaca hizmet etmez.

Sosyal uyum düzeyini belirleme, gözlem, sosyometri gibi tekniklerle daha doğrudan değerlendirilir.

Mesleki ilgi alanlarını saptama, ilgi envanterleri ile gerçekleştirilir.

Psikolojik sorunları teşhis etme, klinik değerlendirme araçları ve testlerle yapılır; otobiyografi tanı koyma aracı değildir.

Cevap: C

8. Parçada sınıf içinde **bazı öğrencilerin dışlanması, bazılarının ise sürekli etkinliklerde yer alması**, ayrıca **grup içi çatışmaların yaşanması** gibi durumlar vurgulanmaktadır. Bu tür problemler, grup içindeki **sosyal ilişkiler, kabul-red durumları ve etkileşim örüntülerinin** incelenmesini gerektirir. Bu amaçla en uygun teknik, öğrenciler arasındaki **kim kimi seçiyor, kim dışlanıyor** gibi ilişkileri sistematik biçimde ortaya koyan **sosyometri** tekniğidir. Sosyometri, sınıf içindeki sosyal

yapıyı analiz ederek problemleri ilişkileri belirlemede öncelikli olarak kullanılır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

Sosyodrama, sosyal durumların canlandırılması yoluyla farkındalık geliştirmeye yöneliktir ancak öncelikle mevcut ilişki yapısını ortaya koymaz.

Anket, bireylerin görüş ve düşüncelerini toplar; doğrudan sosyal ilişki ağını analiz etmez.

İstek listesi, bireylerin tercihlerini sınırlı biçimde ortaya koyar ancak grup dinamiklerini sistematik olarak çözümümez.

Vaka kaydı, bireysel davranışların ayrıntılı betimlenmesine dayanır; grup içi ilişkileri bütüncül olarak göstermez.

Cevap: E

9. Arzu listesi tekniği, bireyin **isteklerini, beklentilerini ve ulaşmak istediği durumları ifade etmesine dayanan** bir öz-bildirim yöntemidir. Bu teknikle bireyin **doyurulmamış ihtiyaçları, güdülerini, beklentileri ve geleceğe yönelik umutları** ortaya çıkarılarak **kendini tanımasına katkı sağlanır**. Ancak bu teknik, bireyin **yeteneklerini ölçmeye yönelik nesnel bir değerlendirme aracı değildir ve bu ifade yanlıştır**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Bireyin doyurulmamış ihtiyaçlarını belirlemek arzu listesi tekniğine uygundur çünkü birey ifade ettiği istekler üzerinden eksik kalan ihtiyaçlarını yansıtır.

C seçeneği: Bireyin güdü ve motivasyon kaynaklarını anlamak arzu listesi tekniğine uygundur çünkü bireyin yönelimleri ve istekleri motivasyon kaynaklarını gösterir.

D seçeneği: Bireyin geleceğe yönelik umutlarını keşfetmek arzu listesi tekniğine uygundur çünkü birey geleceğe dair beklentilerini ifade eder.

E seçeneği: Bireyin kendini tanımasına katkıda bulunmak arzu listesi tekniğine uygundur çünkü birey kendi istek ve ihtiyaçlarının farkına varır.

Cevap: B

10. Parçada psikolojik danışman, öğrencinin ailesini **üç kuşak boyunca incelemek**, aile üyeleri arasındaki **ilişki örüntülerini, çatışmaları ve yakınlık düzeylerini görsel olarak ortaya koymak** istemektedir. Bu amaçla aile yapısının şematik biçimde gösterilmesi ve ilişkilerin analiz edilmesi söz konusudur. Bu özellikler, aile içi ilişkileri **kuşaklar arası olarak grafiksel biçimde gösteren ve etkileşim örüntülerini analiz etmeye imkân tanıyan genogram** tekniği ile örtüşmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: Sosyometri tekniği bu duruma uygun değildir çünkü grup içindeki sosyal tercih ve ilişkileri belirler, aile yapısını kuşaklar arası incelemeyi amaçlar.

C seçeneği: Sosyal uzaklık ölçeği bu duruma uygun değildir çünkü bireylerin farklı gruplara karşı tutumlarını ölçmeye yöneliktir.

D seçeneği: Otobiyografi tekniği bu duruma uygun değildir çünkü bireyin kendi yaşamını yazılı olarak ifade etmesine dayanır, aile yapısını gözlemlemez.

E seçeneği: Kimdir bu? tekniği bu duruma uygun değildir çünkü bireylerin birbirlerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanır.

Cevap: B

11. Parçada öğrencilerden **kaygı ve korkularını gerçek yaşam durumlarına benzer biçimde canlandırmaları** istenmektedir. Bu süreçte bireyler kendi yaşantılarını, duygularını ve içsel çatışmalarını sahneye taşıyarak ifade ederler. Bu özellikler, bireyin **kendi yaşantısını merkeze alarak rol oynama yoluyla duygusal boşalım ve farkındalık kazanmasını sağlayan psikodrama** tekniği ile örtüşmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Oyun terapisi, daha çok çocukların duygularını oyun yoluyla ifade etmelerine dayanan terapötik bir yaklaşımdır.

Vaka incelemesi, bireyin yaşadığı bir problemin ayrıntılı biçimde analiz edilmesine dayanır.

Sosyodrama, toplumsal roller ve genel sosyal durumların canlandırılmasına odaklanır, bireyin kendi yaşantısını merkeze almaz.

Otobiyografi, bireyin yaşamını ve duygularını yazılı olarak ifade etmesine dayanır.

Cevap: B

12. Parçada psikolojik danışman, öğrenci hakkında **farklı kaynaklardan (öğretmen görüşmeleri, gözlem, çeşitli etkinliklerde davranış kayıtları)** bilgi toplamakta ve bu verileri **birleştirerek sistematik, kapsamlı ve derinlemesine bir değerlendirme** yapmaktadır. Bu süreç, tek bir veri toplama yöntemiyle sınırlı olmayıp, bireyin durumunu çok yönlü ele almayı içerir. Bu özellikler, farklı veri kaynaklarının bir araya getirilerek bireyin bütüncül olarak analiz edildiği **vaka incelemesi** tekniğini ifade eder. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Kimdir bu?, bireylerin grup üyelerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanan bir tekniktir.

Vaka kaydı (anekdot), belirli bir davranışın anlık ve betimleyici biçimde yazılmasıdır; çoklu veri kaynağıyla kapsamlı analiz içermez.

Görüşme, sözlü bilgi toplama sürecidir; tek başına bütüncül değerlendirme sağlamaz.

Problem tarama, bireylerin genel sorun alanlarını belirlemeye yönelik tarama niteliğinde bir tekniktir.

Cevap: D

13. Gözlem tekniği, bireyin davranışlarını **doğal ortamında ve müdahale olmaksızın incelemeye** olanak sağlayan bir yöntemdir. Bu teknik, davranışın **gerçek yaşam koşullarındaki görünümünü ortaya koyma** açısından güçlüdür; ancak gözlemci etkisi tamamen ortadan kaldırılamaz, tüm değişkenler kontrol edilemez ve nedensel sonuçlara kesin olarak ulaşılamaz. Bu nedenle doğru ifade, gözlemin **doğal ortamda davranışı incelemeye imkân tanınmasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: Gözlem verilerinin tamamen bağımsız olması doğru değildir çünkü gözlemcinin tutum ve beklentileri ölçümü etkileyebilir.

C seçeneği: Gözlem sırasında tüm bağlam değişkenleri kontrol edilemez; doğal ortamın temel özelliği kontrolün sınırlı olmasıdır.

D seçeneği: Gözlem, nedensel ilişkileri kesin olarak ortaya koymaz; daha çok betimleyici veri sağlar.

E seçeneği: Gözlem yalnızca kısa süreli değil, uzun süreli süreçlerde de kullanılabilir.

Cevap: B

14. Parçada psikolojik danışman, öğrencinin duygularını anlamasına yardımcı olmak için **uygun bir kitap seçmekte**, öğrenciden bu metni okumasını istemekte ve ardından **kitaptaki karakterle kendi yaşantısı arasında bağlantı kurmasını sağlayarak farkındalık geliştirmesine yönelik çalışmalar yaptırmaktadır.** Bu süreçte okuma, tartışma ve yazma etkinlikleri birlikte kullanılarak bireyin **duygusal içgörü kazanması ve kendini ifade etmesi** hedeflenmektedir. Bu özellikler, edebi metinler aracılığıyla bireyin kendini tanımasına ve duygusal iyileşmesine katkı sağlayan **bibliyoterapi** tekniğini ifade eder. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Genogram, aile içi ilişkileri ve kuşaklar arası etkileşimleri grafiksel olarak incelemeye yöneliktir.

Otobiyografi, bireyin kendi yaşamını ve duygularını yazılı olarak ifade etmesine dayanır ancak burada temel araç kitap üzerinden yönlendirilmez.

Psikodrama, bireyin yaşantılarını sahneleme yoluyla canlandırmasına dayanır.

Sosyometri, grup içindeki sosyal ilişkileri ve tercihleri belirlemeye yöneliktir.

Cevap: A

15. Parçada psikolojik danışman, çok sayıda öğrenciden **kısa sürede, standart ve toplu biçimde veri toplamayı** ve bu verilerle öğrencilerin **genel sorun alanlarını belirlemeyi** amaçlamaktadır. Ayrıca elde edilen bilgilerin, hangi alanlarda müdahale gerektiğini ortaya koyması beklenmektedir. Bu özellikler, bireylerin çeşitli yaşam alanlarına ilişkin sorunlarını **geniş kapsamlı ve sistematik biçimde taramaya yönelik olan problem tarama envanteri** tekniği ile örtüşmektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Sosyometri, grup içindeki sosyal ilişkileri ve tercihleri belirlemeye yöneliktir; genel sorun alanlarını kapsamaz.

Görüşme, bireysel ve derinlemesine bilgi sağlar ancak çok sayıda kişiden kısa sürede veri toplamak için uygun değildir.

Kısa semptom envanteri, psikolojik belirtileri (örneğin kaygı, depresyon) ölçmeye yöneliktir; tüm yaşam alanlarını kapsayan genel tarama yapmaz.

Anket, genel bilgi toplamak için kullanılabilir ancak problem tarama envanteri kadar sistematik ve kapsamlı bir sorun belirleme amacı taşımaz.

Cevap: B

1. Arzu listesi tekniği, bireyin **istekleri, ihtiyaçları ve yönelimleri** üzerinden onun ilgi alanlarını ve beklentilerini ortaya koymayı amaçlar. Verilen listede öğrenci; **arkadaşlarıyla vakit geçirmek (sosyal), basketbol takımına katılmak (spor-tif), matematikte başarılı olmak (akademik), ailesiyle zaman geçirmek (aile) ve tiyatrodaki rol almak (sanatsal)** gibi farklı alanlara yönelik **istek ve motivasyonlarını açıkça ifade etmektedir**. Bu durum öğrencinin sanatsal etkinliklere karşı isteksiz değil, aksine **katılım arzusu taşıdığını** gösterir. Bu nedenle sanatsal motivasyonunun düşük olduğu sonucu çıkarılamaz. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneği: Öğrencinin sosyal ilişkilerine yönelik bir beklentisi olduğu sonucu çıkarılabilir çünkü arkadaşlarıyla daha fazla vakit geçirmek istemektedir.

B seçeneği: Öğrencinin akademik başarısını arttırmaya yönelik hedefi olduğu sonucu çıkarılabilir çünkü matematikte daha başarılı olmak istemektedir.

C seçeneği: Öğrencinin sportif gelişime yönelik isteği olduğu sonucu çıkarılabilir çünkü basketbol takımına katılmak istemektedir.

D seçeneği: Öğrencinin ailesiyle etkileşimini artırmak istediği sonucu çıkarılabilir çünkü ailesiyle daha sık etkinlik yapmak istemektedir.

Cevap: E

2. Otobiyografi tekniği, bireyin yaşamındaki önemli olayları, duygularını ve kendine ilişkin algılarını **yazılı olarak ifade etmesine dayanan öz-bildirim temelli bir yöntem**dir. Bu nedenle değerlendirilmede bireyin **duygusal ifadeleri, kendini tanımlama biçimi, yaşantılara yüklediği anlamlar ve geleceğe yönelik beklentileri** gibi içsel süreçler ön plandadır. Ancak **ailenin sosyo-ekonomik düzeyi ve meslekleri**, doğrudan otobiyografik anlatımın çözümlemesinde temel odak değildir ve daha çok başka veri toplama yollarıyla elde edilir; bu nedenle bu ifadeye özellikle dikkat edilmesi gerekmez. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneği: Öğrencinin anlattığı olaylar arasındaki duygusal tutarlılık ve çelişkiler otobiyografi tekniğine uygundur çünkü bireyin içsel yaşantısının analiz edilmesini sağlar.

B seçeneği: Öğrencinin geleceğe yönelik beklentileri ve umut düzeyi otobiyografi tekniğine uygundur çünkü bireyin yönelimleri ve psikolojik durumu hakkında bilgi verir.

D seçeneği: Öğrencinin kendini tanımlarken kullandığı özellikler otobiyografi tekniğine uygundur çünkü benlik algısını ortaya koyar.

E seçeneği: Öğrencinin seçtiği olaylar ve bunlara yüklediği anlamlar otobiyografi tekniğine uygundur çünkü bireyin yaşantıları nasıl yorumladığını gösterir.

Cevap: C

3. Sosyodrama ve psikodrama arasındaki temel fark, odak noktalarında ortaya çıkar. **Sosyodrama**, grup içinde ortak yaşanan sosyal durumları, **toplumsal roller ve grup dinamikleri** üzerinden ele almayı amaçlar. Buna karşılık **psikodrama**, bireyin kendi yaşantılarını, içsel çatışmalarını ve duygularını **derinlemesine incelemeye** odaklanır. Bu nedenle sosyodrama daha çok **grup düzeyinde sosyal süreçleri anlamaya**, psikodrama ise **bireysel duygusal süreçleri çözümlemeye** yöneliktir. Bu ayrımı en doğru yansıtan ifade D seçeneğidir.

A seçeneği: Bu ifade tersine çevrilmiştir; psikodrama bireysel, sosyodrama grup odaklıdır.

B seçeneği: Her iki teknik de büyük ölçüde doğaçlamaya dayanır; bu şekilde kesin bir ayrım yoktur.

C seçeneği: Süre açısından böyle net bir ayrım yapılmaz.

E seçeneği: Yaş gruplarına göre keskin bir ayrım söz konusu değildir.

Cevap: D

4. Parçada öğrencilerden, farklı sosyal gruplardaki arkadaşlarının kendilerini **nasıl tanımlayacağını düşünceleri** istenmektedir. Bu uygulama, bireyin **kendi algısı ile başkalarının onu nasıl algıladığına ilişkin düşüncelerini karşılaştırmasına** dayanır. Amaç, bireyin sosyal ortamlara göre değişen **algı farklılıklarını ve benlik algısını** ortaya koymaktır. Bu özellikler, bireyin kendisini başkalarının gözünden değerlendirmesine yönelik olan **kime göre ben kimim?** tekniği ile örtüşmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

Sosyogram, sosyometrik verilerin görsel olarak gösterilmesidir; algı değil ilişki yapısını ortaya koyar.

Kimdir bu?, bireylerin grup üyelerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanır.

Sosyodrama, sosyal durumların canlandırılması yoluyla farkındalık geliştirmeye yöneliktir.

Psikodrama, bireyin kendi yaşantılarını sahneleyerek çalışmasına dayanır.

Cevap: E

5. Parçada psikolojik danışman, öğrencinin yaşadığı durumu **derinlemesine, duygusal boyutuyla ve bireyin kendi ağzından** anlamak istemektedir. Ayrıca bu sürecin **esnek ve bireye uyarlanabilir** olması vurgulanmaktadır. Bu özellikler, danışmanın öğrenciyle **yüz yüze, etkileşimli ve gerektiğinde yön değiştirebilen** bir süreçte bilgi toplamasını gerektirir. Bu amaçla en uygun teknik, bireyin duygularını, düşüncelerini ve yaşantılarını doğrudan ifade edebildiği **görüşme** tekniğidir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Sosyometri, öğrencinin grup içindeki sosyal konumunu belirler; bireyin iç dünyasını derinlemesine ortaya koymaz.

Otobiyoğrafi, yazılı anlatıma dayanır ve anlık, esnek etkileşim sağlamaz.

Problem tarama listesi, geniş kapsamlı ancak yüzeysel veri sağlar; derinlemesine analiz için uygun değildir.

Özellik kayıt çizelgesi, davranışların varlığı veya sıklığını belirler; duygusal nedenleri ortaya koymaz.

Cevap: B

6. Parçada psikolojik danışman, yaklaşık **1200 öğrenciden kısa sürede, standart ve önceden belirlenmiş sorular** aracılığıyla veri toplamak istemektedir. Toplanacak bilgiler de **net, sınırlı ve kategorik (ders çalışma süresi, kaygı yaşanan dersler, önceki eğitim, tercih edilen zaman)** niteliktedir. Bu tür durumlarda en uygun teknik, çok sayıda kişiden **hızlı, ekonomik ve yapılandırılmış biçimde veri toplamayı sağlayan anket** tekniğidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Grup görüşmesi, sınırlı sayıda kişiyle derinlemesine veri toplamaya uygundur; geniş kitleler için pratik değildir.

Vaka incelemesi, tek bir bireyin ayrıntılı ve kapsamlı analizine yöneliktir.

Problem tarama listesi, genel sorun alanlarını belirlemeye yöneliktir; burada ise daha spesifik ve planlamaya dönük bilgiler istenmektedir.

Kimdir bu?, bireylerin birbirlerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanır.

Cevap: A

7. Parçada psikolojik danışman, öğrenciyle **ilk görüşmede onun genel durumunu anlamak**, yaşadığı sorunları **kendi ağzından dinlemek** ve **güven temelli bir ilişki kurmak** istemektedir. Bu amaçlar, danışman ile öğrenci arasında **doğrudan, esnek ve etkileşimli bir iletişim sürecini** gerektirir. Bu özellikler, bireyin duygu, düşünce ve yaşantılarını ayrıntılı biçimde ifade etmesine olanak tanıyan **görüşme** tekniği ile örtüşmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Otobiyoğrafi, yazılı anlatıma dayanır ve ilk temas için gerekli etkileşim ve güven ilişkisini doğrudan sağlamaz.

Sosyometri, grup içindeki sosyal ilişkileri belirlemeye yöneliktir.

Projektif testler, bireyin bilinçdışı süreçlerini ortaya koymaya yöneliktir; ilk aşamada tercih edilmez.

Derecelendirme ölçeği, belirli davranışların değerlendirilmesine yöneliktir; derinlemesine bireysel bilgi sağlamaz.

Cevap: C

8. Parçada psikolojik danışman, öğrencinin sınıf içindeki bazı davranışlarını gözlemledikten sonra bu davranışları doğrudan **DEHB gibi klinik bir tanıya dönüştürmekte** ve bunu veliyle paylaşmaktadır. Oysa gözlem tekniği **betimleyici veri toplama** amacına hizmet eder; tek başına **kesin tanı koymaya** yeterli değildir. Tanı koyma süreci, çoklu veri kaynakları, standart ölçme araçları ve klinik değerlendirme gerektirir. Bu nedenle yapılan temel hata, gözlem verilerini **doğrudan tanıya dönüştürmektir. Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: Gözlemi tek ortamla sınırlamak bir sınırlılık olabilir ancak sorudaki temel hata bu değildir.

C seçeneği: Subjektif yorum yapmak bir hata olabilir; ancak burada asıl problem yorumun doğrudan tanıya dönüştürülmesidir.

D seçeneği: Ön görüşme yapılmaması eksiklik olabilir fakat verilen durumda vurgulanan hata bu değildir.

E seçeneği: Yeterli veri toplamamak önemli bir eksikliktir ancak soruda açıkça tanıya gitme hatası öne çıkmaktadır.

Cevap: B

9. Parçada **kimdir bu?** tekniği ile elde edilen veriler, yalnızca **ön bilgi ve ipucu** niteliğindedir; bu tür bulgular **kesin yargı oluşturmak için yeterli değildir**. Bir öğrencinin birkaç kişi tarafından işaretilmesi, doğrudan etiketleme ya da müdahale gerektirmez; öncelikle durumun **doğruluğu, bağlamı ve nedenleri** ayrıntılı biçimde incelenmelidir. Bu nedenle psikolojik danışma sürecinde ilk adım, ilgili öğrenci ve diğer öğrencilerle **bireysel görüşmeler yaparak durumu derinlemesine anlamaktır**. Bu yaklaşım hem **etik** hem de **sağlıklı veri toplama** açısından gereklidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneği: Akademik performansı izlemek, sosyal davranış problemini anlamada doğrudan yeterli değildir.

B seçeneği: Genel kural hatırlatması yapılabilir ancak bireysel durumu anlamadan önce yeterli değildir.

D seçeneği: Veli toplantısında genel konuya değinmek dolaylı bir adımdır; öncelik bireysel değerlendirmedir.

E seçeneği: Sportif etkinliklere yönlendirme, sorun anlaşılmadan yapılacak yüzeysel bir müdahaledir.

Cevap: C

10. Gözlem tekniği, bireyin davranışlarını **doğal ortamında, planlı ve sistematik biçimde incelemeye** dayanır. Bu süreçte davranışların **zamanında kaydedilmesi**, gözlemin **önceden planlanması**, bireyin **farklı ve doğal ortamlarda izlenmesi** ve gözlemin **yeterli bir süreyi kapsamı** esastır.

Buna göre öncüller incelendiğinde:

I. öncül doğrudur çünkü kayıtların gözlem sırasında ya da hemen sonrasında yapılması, unutma ve çarpıtmayı azaltır.

II. öncül yanlıştır çünkü gözlemlerde neyin gözlemleneceği önceden belirlenmelidir; bu durum sürecin sistematik olmasını sağlar.

III. öncül doğrudur çünkü bireyin farklı ve doğal ortamlarda gözlenmesi, davranışın tutarlılığı hakkında bilgi verir.

IV. öncül doğrudur çünkü gözlem belirli bir süreci kapsamlı, anlık izlenimlerle sınırlı kalmamalıdır.

Cevap: D

11. Parçada psikolojik danışman, öğrencilerden **kısa sürede, kolay uygulanabilir, puanlanabilir ve sayısal veri sağlayan** bir teknikle bilgi toplamak istemektedir. Ayrıca elde edilen verilerin **istatistiksel olarak analiz edilebilmesi** ve **çok sayıda öğrenciye uygulanabilmesi** vurgulanmaktadır. Bu özellikler, yapılandırılmış sorularla **hızlı, ekonomik ve nicel veri toplamayı sağlayan anket** tekniği ile örtüşmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Görüşme, derinlemesine ve nitel veri sağlar; zaman alıcıdır ve büyük gruplar için pratik değildir.

Psikodrama, bireyin yaşantılarını canlandırmaya dayalıdır; ölçme ve sayısal veri üretme amacı taşımaz.

Gözlem, davranışları doğal ortamda incelemeye yöneliktir; standart ve hızlı puanlama sağlamaz.

Genogram, aile ilişkilerini kuşaklar arası inceleyen bir tekniktir.

Cevap: D

12. Parçada öğrencilerden, geçmişte yaşadıkları önemli bir olayı ve bu olayın kendilerini nasıl etkilediğini **yazılı olarak ifade etmeleri** istenmektedir. Bu uygulama, bireyin **yaşantılarını, duygularını ve kendisi için anlamlı olayları yazılı biçimde ortaya koymasına dayanan öz-bildirim temelli** bir süreci ifade eder. Bu özellikler, bireyin iç dünyasını ve yaşam deneyimlerini anlamaya yönelik olan **otobiyografi** tekniği ile örtüşmektedir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Anket, yapılandırılmış sorularla genellikle sayısal veri toplar; derinlemesine kişisel anlatım içermez.

Sosyometri, grup içindeki sosyal ilişkileri ve tercihleri belirlemeye yöneliktir.

Gözlem, davranışların doğal ortamda izlenmesine dayanır.

Görüşme, sözlü ve etkileşimli veri toplama sürecidir; burada yazılı ifade esastır.

Cevap: C

13. Gözlem tekniği, bireyin davranışlarını **doğal ortamında ve gerçek yaşam koşulları içinde, olduğu gibi incelemeye** olanak sağlayan bir yöntemdir. Bu teknik, davranışın **müdahale edilmeden gözlenmesini** ve bağlamıyla birlikte değerlendirilmesini mümkün kılar; ancak gözlemci etkisi tamamen ortadan kaldırılamaz, veriler her zaman eşit derecede güvenilir değildir ve doğrudan sayısal veri üretmek temel amacı değildir. Bu nedenle doğru ifade, gözlemin **doğal yaşam koşullarında davranışı incelemeye imkân tanınmasıdır**. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: Gözlemcinin önyargılarından tamamen bağımsız olmak mümkün değildir.

C seçeneği: Gözlemlerin tek kişi tarafından yapılması zorunlu değildir; aksine birden fazla gözlemci güvenilirliği artırabilir.

D seçeneği: Gözlem verileri doğrudan sayısal değildir; daha çok betimleyici niteliktedir.

E seçeneği: Gözlem verileri her birey için aynı düzeyde güvenilir olmayabilir.

Cevap: B

14. Parçada psikolojik danışman, öğrencinin **iç dünyasını, gizli kalmış duygu ve düşüncelerini, kaygılarını ve doyurulmamış ihtiyaçlarını** anlamak istemekte ve bunu **dolaylı, yorumlamaya açık ve kendini anlatmaya dayalı bir yolla** gerçekleştirmeyi hedeflemektedir. Bu özellikler, bireyin yaşamını, duygularını ve deneyimlerini **serbest ve derinlemesine biçimde yazılı olarak ifade etmesine olanak tanıyan otobiyografi** tekniği ile örtüşmektedir. Otobiyografi, yapılandırılmış tekniklere göre daha **zengin, derin ve yorumlanabilir** veri sunar. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Problem tarama listesi, genel sorun alanlarını yüzeysel ve sınırlı biçimde belirler; derinlemesine veri sağlamaz.

Yapılandırılmış görüşme, önceden belirlenmiş sorularla sınırlıdır; esneklik ve derinlik daha düşüktür.

Kime göre ben neyim?, bireyin başkalarının kendisini nasıl algıladığını anlamaya yöneliktir.

Anket, kısa ve standart cevaplara dayanır; yorumlamaya açık zengin veri sunmaz.

Cevap: D

15. Parçada uygulanan teknikle öğrencilerin **popülerlik düzeyleri, dışlanma durumları ve alt gruplar** gibi sınıf içi sosyal yapı hakkında **nicel veriler** elde edilmektedir. Bu özellikler, grup içindeki **çekim, reddedilme ve sosyal ilişkileri sistematik olarak ortaya koyan sosyometri** tekniğine aittir. Ancak soruda da vurgulandığı gibi bu teknik, yalnızca mevcut ilişki ağını gösterir; öğrencilerin **neden dışlandıkları ya da neden popüler oldukları gibi nedensel açıklamalar sunmaz**. Bu nedenle doğru eşleştirme **sosyometri - nedenleri açıklayamama sınırlılığıdır**. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

Kimdir bu?, bireylerin birbirlerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanır; benlik algısını ölçme temel amacı değildir.

Vaka kaydı, belirli davranışların ayrıntılı betimlenmesine dayanır; grup yapısını nicel olarak ortaya koymaz.

Derecelendirme ölçeği, belirli özelliklerin derecelendirilmesini sağlar; verilen sınırlılık doğrudan buna özgü değildir.

Anket, yazılı veri toplar; ancak soruda belirtilen durum sosyal ilişki ağını analiz etmeye yöneliktir.

Cevap: B

1. Vaka kaydı (anekdot) tekniğinde temel ilke, gözlenen davranışların **nesnel, yorumsuz ve doğrudan gözlenebilir biçimde kaydedilmesidir**. Bu nedenle kayıtlarda **çıkartım, yorum veya kişilik özelliği atfetme** yer almalı; yalnızca **görülen ve duyulan davranışlar** yazılmalıdır. B seçeneğinde ise öğrencinin davranışı, "**sosyal becerilerinin zayıf olması**" gibi **yorum ve çıkarıma dayalı bir ifadeyle açıklanmıştır**. Bu durum, tekniğin objektiflik ilkesine aykırıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: Bu ifade anekdot tekniğine uygundur çünkü gözlenebilir davranışlar doğrudan ve yorumsuz biçimde aktarılmıştır.

C seçeneği: Bu ifade anekdot tekniğine uygundur çünkü davranış somut ve gözlenebilir şekilde betimlenmiştir.

D seçeneği: Bu ifade anekdot tekniğine uygundur çünkü davranışlar gözleme dayalı olarak aktarılmıştır (duygusal tepki gözlenebilir ipuçlarıyla verilmiştir).

E seçeneği: Bu ifade anekdot tekniğine uygundur çünkü öğrencinin davranışı ve ardından gelen tepki nesnel biçimde ifade edilmiştir.

Cevap: B

2. Görüşme tekniği, psikolojik danışman ile danışan arasında **yüz yüze, etkileşimli ve esnek bir süreçte** yürütülür. Bu teknik, yalnızca söylenenleri değil; **beden dili, mimik, ses tonu gibi sözel olmayan ipuçlarını da gözlemlene** imkânı sunar. Bu yönüyle görüşme, diğer birçok test dışı teknikten farklı olarak bireyin **duygusal durumunu ve içsel süreçlerini daha derinlemesine anlamayı** sağlar. Bu nedenle görüşmenin en güçlü yönlerinden biri, **sözel ve sözel olmayan ipuçlarını birlikte değerlendirme olanağı sunmasıdır**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneği: Görüşme tamamen objektif veri sunmaz; özne ifadeler içerir.

B seçeneği: Görüşme yorum ve yargılardan tamamen bağımsız değildir.

C seçeneği: Görüşme zaman alıcıdır; kısa sürede çok sayıda kişiye ulaşmak için uygun değildir.

D seçeneği: Verilen bilgilerin doğruluğu her zaman kolayca kontrol edilemez.

Cevap: E

3. Parçada psikolojik danışman; **gözlem listesi (öğretmenlerden), otobiyografi (öğrenciden) ve görüşme (veliyle)** gibi farklı teknik ve kaynaklardan elde ettiği bilgileri **bir araya getirerek öğrenciyi çok yönlü ve bütüncül biçimde değerlendirmektedir**. Bu süreç, tek bir veri toplama aracına değil, **çoklu veri kaynaklarının sistematik olarak bütünleştirilmesine** dayanır. Bu özellikler, bireyin sorununu kapsamlı biçimde analiz etmeyi amaçlayan **vaka incelemesi** tekniğini ifade eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Vaka kaydı, belirli bir davranışın anlık ve betimleyici biçimde yazılmasıdır; çoklu veri kaynağını birleştirmez.

Vaka konferansı, uzmanların bir araya gelerek vaka hakkında tartıştığı bir süreçtir; veri toplama değil, değerlendirme toplantısıdır.

Psikodrama, bireyin yaşantılarını canlandırmasına dayanan bir tekniktir.

Toplu dosya sistemi, öğrencilerle ilgili bilgilerin düzenli biçimde saklandığı bir kayıt sistemidir.

Cevap: C

4. Parçada psikolojik danışman, ergenlerin **kimlik arayışı ve yaşamın anlamı** gibi konular üzerinde çalışmasını, **farklı yaşam öyküleri ve anlatılar üzerinden içgörü kazanmalarını** ve sorunlarının evrenselliğini fark etmelerini amaçlamaktadır. Bu süreçte özellikle **edebiyat ve sanat ürünlerinden yararlanma** vurgulanmaktadır. Bu özellikler, bireyin kitaplar ve hikâyeler aracılığıyla kendini keşfetmesini ve duygusal farkındalık geliştirmesini sağlayan **bibliyoterapi** tekniği ile örtüşmektedir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Vaka kaydı, belirli davranışların gözlenip betimlenmesine dayanır.

Sosyometri, grup içindeki sosyal ilişkileri ve tercihleri belirlemeye yöneliktir.

Otobiyografi, bireyin kendi yaşamını yazılı olarak ifade etmesine dayanır; edebi metinler üzerinden ilerlemez.

Veli görüşmesi, aileden bilgi toplamaya yönelik bir tekniktir.

Cevap: D

5. Sosyometri tekniği, grup içindeki **sosyal çekim, reddedilme, alt gruplar ve bireylerin statüleri**ni nicel olarak ortaya koyan bir tekniktir. Ancak bu teknik yalnızca **mevcut ilişki yapısını gösterir**; bireylerin neden dışlandığı ya da alt grupların **hangi nedenlerle oluştuğu gibi nedensel açıklamalar sunmaz**. Bu nedenle sosyometrik verilerle ilişkilerin yapısı belirlenebilir ancak bu yapıların nedenleri kesin olarak açıklanamaz. Bu doğrultuda, izole öğrencinin dışlanma gerekçesini ve kliklerin neden oluştuğunu belirlemek mümkün değildir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: Sınıf içindeki sosyal çekim ve reddetme örüntüleri sosyometri ile belirlenebilir.

C seçeneği: Sınıfın sosyal yapısının parçalanma düzeyi nicel olarak ortaya konabilir.

D seçeneği: Öğrencilerin sosyometrik statüleri (popüler, reddedilen, izole vb.) belirlenebilir.

E seçeneği: Alt grupların ve kliklerin varlığı tespit edilebilir.

Cevap: B

6. Vaka incelemesi tekniği, birey hakkında **çok sayıda kaynaktan (görüşme, gözlem, otobiyografi, testler vb.) veri toplayıp bunları bütüncül biçimde analiz etmeye** dayanır. Bu kapsamlı yapı, tekniğin en güçlü yönü olmakla birlikte uygulamada önemli bir sınırlılığı da beraberinde getirir. Farklı veri kaynaklarının toplanması, düzenlenmesi ve analiz edilmesi süreci **uzun zaman gerektirir ve emek/maliyet açısından yük oluşturur**. Bu nedenle vaka incelemesinin yaygın kullanımını en çok sınırlayan durum, **zaman alıcı ve maliyetli olmasıdır**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneği: Vaka incelemesi çoğunlukla nitel veri içerir ancak bu durum tek başına kullanımını engelleyen temel sınırlılık değildir.

B seçeneği: Vaka incelemesi yüzeysel değil, aksine derinlemesine bilgi sağlar.

C seçeneği: Birden fazla uzmanın katkısı olabilir ancak tek başına yürütülememesi zorunlu değildir.

D seçeneği: Etik riskler vardır ancak bu durum tüm teknikler için geçerlidir ve temel sınırlılık değildir.

Cevap: E

7. Otobiyografi tekniği, bireyin **yaşantılarını, duygularını ve kendine ilişkin algılarını yazılı olarak ifade etmesine** dayanır ve bu nedenle değerlendirme sürecinde elde edilen veriler **yorumlamaya açıktır ancak kesin yargılar için tek başına yeterli değildir**. Özellikle biçimsel özellikler (yazım hataları, üslup vb.), bireyin **zeka düzeyi hakkında doğrudan ve kesin çıkarım yapmak için güvenilir bir ölçüt değildir**. Bu tür bir yaklaşım, hem bilimsel açıdan hatalıdır hem de ölçme ilke ve sınırlarını ihlal eder. Bu nedenle bu yaklaşım kaçınılması gereken bir yorum biçimidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneği: Bireyin kendini ne ölçüde sansürlediğini değerlendirmek, otobiyografinin geçerliğini anlamak açısından uygundur.

B seçeneği: Farklı kaynaklardan doğrulama yapmak, verinin güvenilirliğini artırmaya yönelik doğru bir yaklaşımdır.

D seçeneği: Kronolojik ve duygusal tutarlılığı incelemek, metnin anlamlandırılması açısından uygundur.

E seçeneği: Metindeki temaları belirlemek ve bunları bireyin sorunlarıyla ilişkilendirmek, yorumlama sürecinin önemli bir parçasıdır.

Cevap: C

8. Parçada psikodrama uzmanı, Ege'nin **kendi farkında olmadığı sözel olmayan davranış örüntülerini dışarıdan görmesini** ve bu davranışların karşı taraf üzerindeki etkisini fark etmesini amaçlamaktadır. Bu hedef, bireyin kendi davranışını bir başkası tarafından **aynı şekilde taklit edilerek izlenmesi** ile sağlanır. Bu teknik, psikodramada **"ayna (mirroring)"** olarak adlandırılır ve bireyin **kendine yönelik içgörüsünü artırmada** oldukça etkilidir. Bu nedenle doğru seçenek, Ege'nin davranışlarının bir yardımcı ego tarafından aynen canlandırılmasıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği: Bu, "çiftleme (doubling)" tekniğidir; bireyin ifade edemediği iç sesini dile getirmeye yöneliktir.

B seçeneği: Bu, "rol değiştirme (role reversal)" tekniğidir; karşı tarafın bakış açısını anlamayı sağlar.

C seçeneği: Bu, geleceğe projeksiyon yapmaya dayalı bir tekniktir; mevcut davranış örüntüsünü fark ettirmez.

E seçeneği: Bu, boş sandalye tekniğidir; daha çok Gestalt yaklaşımında kullanılır.

Cevap: D

9. Parçada sınıf öğretmeni tarafından iletilen bilgiler **ön gözlem ve sınırlı veri** niteliğindedir. Psikolojik danışmanın amacı ise öğrencinin **sorunun kaynağını, duygusal durumunu ve yaşantılarını derinlemesine anlamaktır**. Bu nedenle ilk aşamada yapılması gereken, öğrenciyle **yüz yüze, esnek ve derinlemesine bilgi toplamaya olanak tanıyan görüşme** yapmaktır. Ayrıca elde edilen bilgilerin **toplu dosya ve diğer kayıtlarla desteklenmesi**, değerlendirmeyi daha kapsamlı hâle getirir. Bu yaklaşım, hem **birincil kaynaktan veri elde etmeyi** hem de **çoklu veri ile doğrulamayı** içerdiği için en uygun başlangıçtır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: Problem tarama listesi yüzeysel veri sağlar; ilk aşamada derinlemesine bilgi için yeterli değildir.

C seçeneği: Derecelendirme ölçeği davranış sıklığını gösterir ancak sorunun nedenini ortaya koymaz.

D seçeneği: Sorun netleştirilmeden yönlendirme yapmak erken ve uygun değildir.

E seçeneği: Tek kaynağa dayanarak hareket etmek yeterli ve sağlıklı bir değerlendirme sağlamaz.

Cevap: B

10. Parçada kullanılan **kimdir bu?** tekniği, öğrencilerin birbirlerine **belirli özellikler atfetmesi** yoluyla sınıf içindeki algıları ortaya koyar. Bu teknik, yalnızca "kimi seçiyorsun?" sorusundan öte, bireylerin **hangi özelliklerle tanımlandığını ve bu algıların sosyal konumla nasıl ilişkili olabileceğini** anlamaya imkân tanır. Bu yönüyle sosyometri gibi sadece **ilişki ağını (çekim-ret)** göstermenin ötesine geçerek, bu ilişkilerin **olası nedenlerine dair ipuçları sunar**. Bu nedenle doğru ifade, kim-

dir bu tekniğinin **ilişkilerin nedenlerine yönelik çıkarım yapmaya yardımcı olmasıdır. Doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneği: Kimdir bu tekniği sosyometriye göre daha nicel ve kesin veri sunmaz; daha çok nitel ipuçları verir.

B seçeneği: Duygusal bağların haritalandırılması sosyometrinin özelliğidir.

D seçeneği: Kimdir bu tekniği hem olumlu hem olumsuz özellikleri belirlemede kullanılabilir.

E seçeneği: Uygulama sırasına ilişkin böyle zorunlu bir kural yoktur.

Cevap: C

11. Parçada kullanılan **kime göre ben neyim** tekniğinde, bireyin bir özelliğe ilişkin **kendi değerlendirmesi ile başkalarının kendisi hakkındaki değerlendirmesine dair algısı** karşılaştırılmaktadır. Bu teknikten elde edilen veriler, bireyin **gerçek benlik algısı (kendi değerlendirmesi)** ile **sosyal benlik algısı (başkalarının onu nasıl gördüğüne dair algısı)** arasındaki **uyum ya da farklılık düzeyini** doğrudan ortaya koyar. Bu nedenle analiz sonucunda ulaşılabilecek temel yargı, bu iki algı arasındaki **tutarlılık düzeyidir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneği: Klik oluşum nedenleri bu teknikle belirlenemez; bu daha çok sosyometri ile ilişkilidir.

C seçeneği: Popülerlik ve dışlanma durumu sosyometrik tekniklerle belirlenir.

D seçeneği: Nedensel kişilik örüntüleri bu teknikle doğrudan ortaya konulamaz.

E seçeneği: Duygusal çatışmaların yoğunluğu bu teknikle ölçülmez.

Cevap: A

12. Sosyometri tekniği, grup içindeki **sosyal ilişkileri, çekim-reddedilme durumlarını, alt grupları ve grup yapısını** ortaya koymaya yönelik bir tekniktir. Bu teknik sayesinde sınıf içindeki **gizli sosyal dinamikler**, olası **çatışma alanları** ve **grup bütünlüğü** analiz edilebilir. Dolayısıyla sosyometrinin temel kullanım amacı, bir grubun **ilişki ağını ve sosyal yapısını çözümlenektir**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: Bireyin kişisel ve ailevi travmalarını belirlemek sosyometri ile değil, görüşme ve klinik tekniklerle yapılır.

B seçeneği: Bu durum "kime göre ben neyim" tekniği ile ilgilidir.

C seçeneği: Kaygı türlerini hızlı taramak anket veya tarama ölçekleri ile yapılır.

D seçeneği: Bu durum derecelendirme ölçekleri ile ilgilidir.

Cevap: E

13. Parçada öğrenciler, kurgusal karakterin yaşadığı durumu **kendi yaşantılarıyla karşılaştırmakta**, karakterin duygularını ve deneyimlerini **içselleştirerek kendilerini onun yerine koymaktadır**. Bu durum, bibliyoterapi sürecinde bireyin karakterle **duygusal ve durumsal benzerlik kurduğu**, yani kendisini karakterin yerine koyarak bağlantı kurduğu aşamayı ifade eder. Bu aşama **özdeşleşme** olarak adlandırılır ve içgörü ya da evrenselleştirme aşamalarından önce gerçekleşir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

Katarsis, bastırılmış duyguların boşalımıyla ilgilidir; burada vurgu karşılaştırma ve kendini karakter yerine koymadır.

Evrenselleştirme, bireyin sorunun yalnızca kendisine ait olmadığını fark etmesidir.

İç görüşü, çözüm yollarını fark ederek yeni bir anlayış geliştirmeyi ifade eder.

Uygulama, öğrenilenlerin gerçek yaşama aktarılmasıdır.

Cevap: A

14. Vaka kaydı (anekdot) tekniğinde temel ilke, gözlenen davranışların **nesnel, betimleyici ve yorum-suz biçimde** kaydedilmesidir. Kayıtlarda yalnızca **görülen ve duyulan davranışlar** yer almalı, gözlemcinin **yorumları, çıkarımları ve neden atıfları** bulunmamalıdır. Verilen kayıta ise **"Ahmet çok sinirliydi"** ve **"ailesi tarafından yeterince disipline edilmediğini gösteriyor"** gibi ifadeler, **yorum ve nedensel çıkarım** içermektedir. Bu durum, objektiflik ilkesinin ihlal edildiğini gösterir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneği: Anekdot yalnızca olumlu davranışlara değil, dikkat çeken tüm davranışlara odaklanabilir.

B seçeneği: Anekdotlar genellikle belirli ve dikkat çekici olayları kaydeder; uzun örüntü şart değildir.

C seçeneği: Gelişim düzeyi önemli olsa da sorudaki ihlal bu değildir.

E seçeneği: Kayıtların zamanında tutulması önemlidir ancak verilen hatanın kaynağı bu değildir.

Cevap: D

15. Görüşme tekniği, psikolojik danışma sürecinde bireyle **yüz yüze ve etkileşimli bir iletişim kurulmasını** sağlar. Bu sayede danışman, yalnızca bireyin ifade ettiği düşünce ve duyguları değil; aynı zamanda **beden dili, mimikler, ses tonu gibi sözel olmayan ipuçlarını da anlık olarak gözlemleyip yorumlayabilir**. Bu özellik, bireyin duygusal durumunu ve içsel süreçlerini **daha derin ve bütüncül biçimde anlamaya** olanak tanır ve görüşmeyi diğer tekniklerden ayıran en güçlü yönlerden biridir. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

A seçeneği: Bu özellik anket gibi tekniklere aittir; görüşme zaman alıcıdır.

B seçeneği: Görüşme tamamen objektif değildir; subjektif yorumlar içerebilir.

C seçeneği: Okuma yazma bilmeyenlere uygulanabilmesi bir avantajdır ancak ayırt edici en güçlü özellik değildir.

D seçeneği: Görüşme genellikle zaman ve maliyet açısından daha verimli değildir.

Cevap: E

1. Parçada psikolojik danışman, ergene **duygusal içgörü kazandırmak ve yaşadığı sorunun evrenselliğini fark ettirmek** amacıyla bir roman önermektedir. Bibliyoterapi sürecinde seçilecek materyalin; danışanın **kendisiyle özdeşleşebileceği**, yaşadığı probleme **benzer temalar içeren, gerçekçi çözüm yolları sunan ve gelişim düzeyine uygun** olması gerekir. Ancak romanın **didaktik, öğüt verici ve doğrudan doğruya dikt eden bir yapıda olması**, danışanın içgörü geliştirmesini engeller ve süreci yüzeyselleştirir. Bu nedenle böyle bir özellik aranmamalıdır. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: Danışanın karakterle özdeşleşmesini kolaylaştırdığı için uygun bir özelliktir.

C seçeneği: Problemin benzerinin işlenmesi, farkındalık ve ilişkilendirme açısından önemlidir.

D seçeneği: Gerçekçi çözüm yolları, danışanın içgörü geliştirmesine katkı sağlar.

E seçeneği: Dil ve düzeyin uygun olması, sürecin etkili olabilmesi için gereklidir.

Cevap: B

2. Parçada psikolojik danışman, öğrencinin **iç dünyasını, gizli kalmış duygu ve düşüncelerini, kaygılarını ve doyurulmamış ihtiyaçlarını** anlamak istemekte ve bunu **dolaylı, yorumlamaya açık ve kendini anlatmaya dayalı bir yolla** gerçekleştirmeyi hedeflemektedir. Bu özellikler, bireyin yaşantılarını ve duygularını **serbest, derinlemesine ve yorumlanabilir biçimde yazılı olarak ifade etmesine olanak tanıyan otobiyografi tekniği** ile örtüşmektedir. Otobiyografi, yapılandırılmış tekniklere göre **daha zengin ve derin veri sağlar**. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Problem tarama listesi, genel sorun alanlarını yüzeysel ve sınırlı biçimde belirler.

Kimdir bu?, bireylerin birbirlerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanır.

Derecelendirme ölçeği, belirli davranışların derecelendirilmesine yöneliktir.

Anket, kısa ve standart cevaplara dayanır; derinlemesine veri sunmaz.

Cevap: A

3. Otobiyografi tekniğinde birey, yaşamındaki önemli olayları, duygularını, düşüncelerini ve kendine dair algılarını **öznel bir bakış açısıyla yazılı olarak ifade eder**. Bu nedenle bireyin **ihtiyaçları, karşılaştığı güçlükler ve bunlarla nasıl başa çıktığı, kendine atfettiği özellikler** gibi konular hakkında bilgi elde edilebilir. Ancak otobiyografi, bireyin **gerçek performansı ile potansiyeli (yetenek-başarı uyumu)** arasında nesnel bir karşılaştırma yapmaya imkân vermez; bu tür değerlendirmeler daha çok testler ve objektif ölçme araçlarıyla yapılır. Bu nedenle bu soruya otobiyografi ile doğrudan cevap bulunamaz. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneği: İhtiyaçlar, bireyin yazdıkları üzerinden çıkarılabilir.

C seçeneği: Güçlüklerle başa çıkma biçimi, anlatılan yaşantılardan anlaşılabilir.

D seçeneği: Çevrenin beklentileri, bireyin algısı üzerinden dolaylı olarak öğrenilebilir.

E seçeneği: Bireyin kendine atfettiği tipik davranışlar metinden çıkarılabilir.

Cevap: A

4. Anketlerde güvenilirliği artırmak için soruların **açık, anlaşılır, sınırlı ve katılımcıyı rahatsız etmeyecek nitelikte** olması gerekir. Özellikle **aşırı kişisel ve özel sorular**, katılımcıların **dürüst yanıt vermekten kaçınmasına**, soruları boş bırakmasına veya sosyal olarak kabul edilebilir cevaplar vermesine yol açar. Bu durum, elde edilen verilerin **tutarlılığını ve doğruluğunu düşürerek güvenilirliği zedeler**. Bu nedenle bu tür soruların fazla kullanılması güvenilirliği olumsuz etkiler. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği: Amaç ve yönerge açıklamak, uygulamanın anlaşılmasını sağlar ve güvenilirliği artırır.

C seçeneği: Anketin kısa tutulması, dikkat dağılmasını azaltarak daha tutarlı yanıtlar alınmasını sağlar.

D seçeneği: Açık uçlu soruların sınırlı tutulması, puanlama ve değerlendirmede tutarlılığı artırır.

E seçeneği: Konunun sınırlandırılması, ölçülmek istenen özelliğin daha net değerlendirilmesini sağlar.

Cevap: B

5. Parçada öğretmen, öğrencilerden **"dileklerini" ifade etmelerini istemekte**, yani onların **isteklerini, beklentilerini ve içsel ihtiyaçlarını** ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır. Bu tür sorular, bireyin **doyurulmamış ihtiyaçlarını, yönelimlerini ve arzularını** yansıttığı için **arzu listesi** tekniği ile örtüşür. Bu teknik, özellikle çocukların iç dünyasını dolaylı yoldan anlamada kullanılır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Beier cümle tamamlama testi, yarım bırakılmış cümlelerin tamamlanmasına dayanır; dilek sorma şeklinde değildir.

Anekdot, gözlenen davranışların betimlenerek kaydedilmesidir.

Görüşme, yüz yüze sözlü veri toplamaya dayanır; burada yapılandırılmış bir dilek ifadesi söz konusudur.

Öz değerlendirme formu, bireyin kendini belirli ölçütlere göre değerlendirmesine dayanır.

Cevap: A

6. Bu, testin tüm bireylere **aynı koşullarda, aynı maddelerle ve aynı yönergelerle uygulanmasını** gerektirir. Test maddelerinin değiştirilmesi, çıkarılması ya da farklılaştırılması durumunda ölçme aracının **geçerliliği ve güvenilirliği bozulur** ve elde edilen sonuçlar bilimsel değerini kaybeder. Bu nedenle öğrencinin kaygısını azaltma amacıyla test maddelerini değiştirmek, test kullanım ilkelerine aykırıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği: Test sonuçlarının kimlerle ve hangi amaçlarla paylaşılacağına belirlenmesi etik ilkelere uygundur.

B seçeneği: Test sonuçlarının nesnel ölçütlere göre yorumlanması, bilimsel değerlendirme açısından gereklidir.

C seçeneği: Birden fazla test kullanmak, daha kapsamlı ve bütüncül değerlendirme sağlar.

E seçeneği: Standart uygulama koşullarına uyulması, testlerin güvenilirliği için temel bir ilkedir.

Cevap: D

7. Zaman çizelgesi, bireyin gün içinde yaptığı etkinlikleri **tür ve süre açısından sistematik biçimde kaydetmeye** dayanır. Bu teknikle öğrencinin **hangi etkinliklere zaman ayırdığı**, yani **hobileri, ilgileri, sosyal faaliyetleri ve dolaylı olarak mesleki eğilimleri** hakkında çıkarım yapılabilir. Ancak bu teknik, bireyin **iç dünyasına, bilinçdışı süreçlerine veya içsel çatışmalarına** dair doğrudan bilgi sunmaz. Bu tür derin psikolojik süreçler, daha çok projektif ya da derinlemesine tekniklerle anlaşılır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir.**

A seçeneği: Hobiler, zaman ayrılan etkinliklerden anlaşılabilir.

B seçeneği: İlgili alanları, tekrar eden faaliyetlerden çıkarılabilir.

D seçeneği: Sosyal faaliyetler, gün içindeki etkinliklerden görülebilir.

E seçeneği: Mesleki eğilimler, ilgi ve etkinlik tercihlerinden dolaylı olarak çıkarılabilir.

Cevap: C

8. Parçada psikolojik danışman, uygulanan rehberlik programı sonrasında öğrencilerin **kazandıkları becerileri ne düzeyde kullandıklarını ve kendilerinde ne tür bir gelişim olduğunu** belirlemek istemektedir. Bu amaç, bireyin kendi davranışlarını, değişimini ve kazanımlarını **kendi algısı üzerinden değerlendirmesine** dayanır. Bu nedenle en uygun teknik, bireyin kendi gelişimini ve performansını **kendi değerlendirmesiyle ortaya koymasını sağlayan öz değerlendirme formudur.** **Doğru cevap E seçeneğidir.**

Kime göre ben neyim?, bireyin kendisi ile başkalarının algılarını karşılaştırmaya yöneliktir.

Kimdir bu?, bireylerin birbirlerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanır.

Arzu listesi, bireyin istek ve ihtiyaçlarını ortaya koyar.

Sosyometri, grup içindeki sosyal ilişkileri analiz eder.

Cevap: E

9. Problem tarama envanteri bireyin belli başlı üzüntülerini, ihtiyaçlarını, sağlık, beden gelişimi, okul, ev, aile, meslek, gelecek, insan ilişkileri, toplumsal değer ve tutumları, kişilik özellikleri gibi alanlarla ilgili **problemlerini genişlemesine saptama ve yardım sunma amacıyla hazırlanmış bilgi toplama aracıdır**. Özellikle okul rehberlik hizmetleri plan ve programını hazırlamadan önce kullanılması uygundur. Bu envanter, öğrencilerin yaşadığı sorunları genel ve tarama düzeyinde belirlemeye yöneliktir. **Klinik tanı koyma amacı taşımaz**. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneği: Öğrencilerin problem alanlarını genel düzeyde belirlemek, bu envanterlerin temel kullanım amacıdır.

B seçeneği: Risk grubundaki öğrencileri ayırt etmeye yardımcı olur; çünkü yüksek puanlar müdahale gereksinimine işaret eder.

C seçeneği: Elde edilen veriler, okul rehberlik programlarının planlanmasında doğrudan kullanılır.

E seçeneği: Belirlenen problem alanlarına göre bireysel ya da grupta rehberliğe yönlendirme yapılmasını sağlar.

Cevap: D

10. Parçada sınıf içinde **çatışmalar, dışlanma ve alt grupların (kliklerin) oluştuğu** belirtilmektedir. Bu tür durumlarda amaç, grup içindeki **kim kime yakın, kim kim tarafından reddediliyor, kim izole durumda** gibi **sosyal ilişki örüntülerini hızlı ve sistematik biçimde ortaya koymaktır**. Bu amaçla en uygun teknik, grup üyeleri arasındaki **çekim ve itim ilişkilerini analiz ederek sosyal yapıyı görünür hâle getiren sosyometri** tekniğidir. Sosyometri, elde edilen verilerle sınıf içindeki **klikleri, dışlanan öğrencileri ve sosyal statüleri** belirleyerek müdahale planı oluşturmayı sağlar. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

Vaka kaydı, bireyin belirli bir davranışının **olduğu anda, ayrıntılı ve betimleyici biçimde yazılmasıdır**; daha çok bireysel davranış analizi için kullanılır ve grup içi ilişki ağını ortaya koymaz.

Görüşme, bireyin duygu, düşünce ve yaşantılarını **derinlemesine anlamaya yönelik yüz yüze bir tekniktir**; ancak tek tek uygulandığı için sınıfın tamamındaki sosyal yapıyı hızlı ve bütüncül biçimde göstermez.

Problem tarama listesi, öğrencilerin **genel sorun alanlarını (akademik, sosyal, duygusal vb.) belirlemek için** kullanılır; ilişkilerin yönünü ve grup içi etkileşimleri ortaya koymaz.

Otobiyografi, bireyin yaşamını ve iç dünyasını **yazılı olarak ifade etmesine dayanan** bir tekniktir; bireysel farkındalık sağlar ancak sosyal ilişki örüntülerini analiz etmez.

Cevap: C

11. Parçada öğretmen, öğrencinin **anne, baba ve öğretmen gibi önemli kişilerin gözünde kendisini nasıl algıladığını** öğrenmek istemektedir. Bu durum, bireyin **kendi algısı ile başkalarının onu nasıl gördüğüne dair algısını karşılaştırmaya** dayanır. Bu özellik, doğrudan **kime göre ben neyim** tekniğini ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

Kimdir bu?, öğrencilerin birbirlerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanır; bireyin kendine yönelik algısını değil, **başkalarının birbirine yüklediği özellikleri** ortaya koyar.

Anekdot, öğrencinin dikkat çeken davranışlarının **nesnel ve yorumsuz biçimde kaydedilmesini** sağlar; benlik algısı hakkında doğrudan bilgi vermez.

Sosyometri, sınıf içindeki **çekim-reddedilme ilişkilerini ve sosyal statüleri** ortaya koyar; kimlerin tercih edildiğini veya dışlandığını belirler.

Sosyal uzaklık ölçeği, öğrencilerin birbirlerine olan **yakınlık-uzaklık derecelerini belirleyerek grup içindeki sosyal yapı, kabul ve dışlanma düzeylerini ortaya koyar**; ancak benlik algısını ölçmez.

Cevap: B

12. Genogram (soy ağacı) tekniği, bireyin ailesini kuşaklar arası ilişkiler, etkileşim örüntüleri ve duygusal bağlar açısından grafiksel olarak incelemeye yarar. Bu teknikle birey, ailesindeki rol dağılımlarını, ilişki biçimlerini ve aile üyelerinin yaşamı üzerindeki etkilerini fark eder. Özellikle bireyin kararları ve yönelimleri üzerinde ailenin nasıl bir etkisi olduğunu anlamaya yardımcı olur. Bu nedenle genogram, öğrencinin geleceğe yönelik seçimlerinde aile etkisini görmesini sağlar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneği: Bu durum "kime göre ben neyim" tekniği ile ilgilidir; akran algısını inceler.

B seçeneği: Ailenin bireyi nasıl algıladığını doğrudan ölçmez; daha çok ilişki örüntüsünü gösterir.

C seçeneği: Günlük davranışları belirlemek zaman çizelgesi ile yapılır.

D seçeneği: Savunma mekanizmaları daha çok klinik ve derinlemesine tekniklerle anlaşılır.

Cevap: E

13. Parçada öğretmenler, öğrencilerin sınıf içindeki özelliklerini **görülme sıklığına göre kaydetmek**, bu verileri **sayısal hâle getirmek** ve sonuçları ailelerle paylaşmak istemektedir. Ayrıca değerlendirme sürecinde öğretmenlerin **yüksek puan verme eğilimi** göstermesi de dikkat çekmektedir. Bu durum, davranışların belirli dereceler üzerinden puanlandığı ve **nicel verilere dönüştürüldüğü** bir yapıyı ifade eder. Bu özellikler, öğrencilerin belirli özelliklerinin **derecelendirilerek puanlanmasını sağlayan derecelendirme ölçeği** tekniği ile örtüşmektedir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

Kişilik testi, standart psikolojik testlerdir ve öğretmenler tarafından bu şekilde uygulanmaz.

Gözlem listesi, davranışların var-yok şeklinde işaretlenmesine dayanır; derecelendirme içermez.

Anekdot, davranışların ayrıntılı ve betimleyici biçimde yazılmasıdır; sayısal veri üretmez.

Özellik kayıt çizelgesi, davranışların sıklığını kaydetmeye yöneliktir ancak derecelendirme ve puanlama vurgusu bu kadar belirgin değildir.

Cevap: E

14. Parçada öğretmenlerin, öğrencilerin davranışlarını değerlendirirken **genellikle yüksek puan verme eğiliminde oldukları** belirtilmektedir. Bu durum, değerlendiren kişinin ölçme sürecine **kendi eğilimlerini ve yanlılığını yansıtması** anlamına gelir. Derecelendirme ölçeklerinde sık görülen bu hata, bireyin gerçek performansından bağımsız olarak **sürekli yüksek (ya da düşük) puan verme eğilimi** göstermesidir ve **kişisel yanlılık** kapsamına girer. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Anlam hatası, ölçülen özelliğin yanlış anlaşılmasıyla ilgilidir; burada böyle bir durum yoktur.

Mantık hatası, bir özelliğe bakarak başka bir özelliğin de aynı düzeyde olduğunu varsaymaktır.

Gözlem yetersizliği, yeterli veri olmadan değerlendirme yapmaktır.

Genelleme hatası, tek bir davranıştan yola çıkarak genel yargıya varmaktır.

Cevap: A

15. Gözleme dayalı tekniklerde hataları azaltmak için gözlemin **planlı, sınırlı, net tanımlanmış ve yeterli süreye yayılmış** olması gerekir. Gözlenecek özelliklerin çok fazla sayıda olması ve kısa sürede gözlenmeye çalışılması, dikkatin dağılmasına ve **yüzeysel, hatalı veri toplanmasına** yol açar. Bu nedenle gözlenecek özelliklerin **sınırlı ve odaklı olması** gerekir. Dolayısıyla çok sayıda özelliği kısa sürede gözlemeye çalışmak yarar sağlamaz. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneği: Yeterli sayıda gözlem yapmak, daha güvenilir veri elde etmeyi sağlar.

B seçeneği: Özelliğin açık ve herkes tarafından aynı anlaşılır olması, yorum farklılıklarını azaltır.

C seçeneği: Birden fazla gözlemci kullanmak, gözlemci hatalarını azaltır ve güvenilirliği artırır.

D seçeneği: Gözlenemeyen (soyut) özelliklerden kaçınmak, nesnelliği artırır.

Cevap: E

1. İlkokul düzeyinde öğrencilerin belirli bir **özellikle sahip olup olmadığını sistematik ve nesnel biçimde belirlemek** amacıyla kullanılan en uygun araç, **özellik kayıt çizelgesidir**. Bu teknik, önceden tanımlanmış davranış ya da özelliklerin (örneğin resim yeteneğine ilişkin göstergelerin) gözlenip "var-yok" ya da işaretleme yoluyla kaydedilmesine dayanır ve özellikle **gözlenebilir becerilerin belirlenmesinde** kullanılır. Bu nedenle öğretmenin öğrencilerde resim yeteneğinin bulunup bulunmadığını belirleme amacına en uygun teknik **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Görüşme, bireyin duygu, düşünce ve yaşantılarını sözlü olarak ortaya koymaya yöneliktir; **performans ya da yetenek belirlemede doğrudan doğruya değildir**.

B seçeneği: Örnek olay tekniği, bireyin belirli bir durumunun derinlemesine incelenmesini içerir; **tarama ve sınıf geneline yönelik belirleme amacıyla kullanılmaz**.

C seçeneği: Anekdot, belirli davranışların doğal ortamda betimlenmesidir; **sistematik ve tüm öğrencileri kapsayan ölçme amacı için sınırlıdır**.

E seçeneği: Ev ziyareti, öğrencinin aile ve çevre koşullarını tanımaya yöneliktir; **akademik ya da sanatsal yetenek belirlemede doğrudan doğruya bir ölçme aracı değildir**.

Cevap: D

2. Sosyogram incelendiğinde 9, 16, 17, 18 ve 5 nolu öğrencilerin tek yönlü olarak birbirlerini seçmedikleri ve **zincirsel ilişki oluşmadığı** görülmektedir. **Zincirleme ilişki:** Karşılıklı ilişki göstermeyen art arda tek yönlü tercih oluşturmaktır. Bu nedenle **E seçeneğindeki ifade doğru değildir**.

A) 19 nolu öğrencinin grupta hiç kimse tarafından seçilmediği ve dışlanmış olduğu görülmektedir.

B) Grupta bazı öğrencilerin karşılıklı olarak birbirlerini seçtiği ve karşılıklı ilişkiler kurduğu görülmektedir.

C) Grupta en çok seçilen 1 nolu öğrenci olduğu için grubun lideridir denilebilir.

D) 4 ve 12 nolu öğrenciler karşılıklı birbirlerini seçtiği için aralarında yakın bir ilişki olduğu söylenebilir.

Cevap: E

3. Psikodrama, Jacob L. Moreno tarafından geliştirilen ve temel olarak **sahne, protagonist (başrol oyuncusu), yardımcı egolar (yardımcı oyuncular) ve izleyici (grup)** olmak üzere dört ana öğeye dayanan bir tekniktir. Bu yaklaşımda süreç **spontanlık ve doğaçlama** üzerine kuruludur; önceden belirlenmiş bir metin ya da plan bulunmaz. Bu nedenle **"senaryo" psikodramanın temel öğeleri arasında yer almaz**. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: Sahne, bireyin yaşantılarını canlandırdığı fiziksel veya sembolik ortamdır ve temel öğelerden biridir.

B seçeneği: Protagonist, yaşantısını ortaya koyan ve çalışmanın merkezinde yer alan kişidir.

C seçeneği: Yardımcı oyuncular (yardımcı egolar), protagonistin yaşamındaki önemli kişileri temsil eder.

D seçeneği: İzleyici, süreci izleyen ve gerektiğinde geri bildirim sağlayan grup üyeleridir.

Cevap: E

4. Sosyodrama, Jacob L. Moreno tarafından geliştirilen ve **bireyden çok grup dinamiklerini, sosyal rolleri ve gruplar arası ilişkileri ele alan** bir tekniktir. Psikodramadan farklı olarak odak noktası bireyin iç dünyası değil, **toplumsal roller ve grup etkileşimleridir**. Bu nedenle sosyodrama en iyi **gruplar arası ilişkileri konu alan teknik** olarak tanımlanır. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneği: Kişiler arası ilişkileri derinlemesine ele alma, daha çok psikodramanın odak noktasıdır.

C seçeneği: Grup içindeki mesafeyi belirleme, sosyal uzaklık ölçeğinin amacıdır.

D seçeneği: Grup içi ilişki örüntüsünü ortaya koyma, sosyometrinin temel işlevidir.

E seçeneği: Bireylerin ilgi ve hoşlanmalarını belirleme, ilgi envanterleri veya anketlerle yapılır.

Cevap: A

5. Psikolojik danışma görüşmelerinde etkili iletişim için soruların **açık, net ve tek anlamlı** olması esastır. Çok anlamlı, muğlak ya da farklı yorumlara açık sorular, danışanın kendini ifade etmesini zorlaştırır ve görüşmenin amacından sapmasına neden olur. Bu nedenle **soruların birkaç anlam çıkarılabilecek şekilde hazırlanması uygun değildir** ve görüşmenin başarısı açısından dikkat edilmesi gereken bir ilke değildir. Doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği: Danışanın konudan sapması durumunda, onu nazikçe tekrar odağa yönlendirmek görüşmenin etkililiğini artırır.

B seçeneği: Danışanın sıkıldığını fark etmek önemlidir; ancak bu durumda görüşmeyi tamamen kesmek yerine süreci yeniden yapılandırmak gerekir.

D seçeneği: Görüşmenin gereksiz yere uzatılmaması ve amaca uygun sürede tutulması etkililik açısından önemlidir.

E seçeneği: Görüşme zamanı ve yerinin birlikte belirlenmesi, danışanın sürece katılımını ve gönüllülüğünü artırır.

Cevap: C

6. Otobiyografi, bireyin kendini ifade etmesine dayalı bir **kendini tanıma tekniğidir** ve elde edilen veriler genellikle **ipuçları niteliğindedir; doğrudan kesin yargı oluşturmak için yeterli değildir**. Bu nedenle psikolojik danışman, dikkat çekici bir durum fark ettiğinde ilk olarak **bilgiyi doğrudan kaynağından doğrulamak ve derinleştirmek amacıyla öğrenciyle bireysel görüşme yapmalıdır**. Gülnur'un annesinden hiç söz etmemesi ve babasına ilişkin olumsuz ifadeleri, danışman için önemli bir ipucudur; ancak bu durumun anlamını netleştirmek için en uygun adım **görüşme yoluyla öğrencinin duygu ve düşüncelerini keşfetmektir**. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Ev ziyareti daha ileri bir aşamada ve gerekli görüldüğünde başvurulabilecek bir tekniktir; ilk adımda tercih edilmez.

C seçeneği: Bireysel psikolojik danışma sürecine başlamak için önce sorunun kapsamı ve niteliği netleştirilmelidir.

D seçeneği: Öğretmenlerden bilgi almak dolaylı bir kaynaktır; öncelik doğrudan öğrencinin kendisidir.

E seçeneği: Aileyi okula davet etmek, öğrencinin mahremiyetini zedeleyebilir ve erken bir müdahale olur.

Cevap: B

7. Sosyometri, grup içi ilişki örüntülerini belirlemek amacıyla kullanılan ve **tek bir ölçüt (kriter) üzerinden yapılan tercihlere dayanan** bir tekniktir. Her uygulamada birden fazla farklı içerikte soru sorulması, her biri için **farklı ilişki ağları ve sosyogramlar** ortaya çıkarır ve sonuçların yorumlanmasını güçleştirir. Soruda Füsün Hanım'ın birden fazla farklı duruma ilişkin soru sorması, **tek ölçüt ilkesini ihlal etmesine** ve bu nedenle farklı örüntülerle karşılaşmasına yol açmıştır. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Kalabalık gruplarda uygulama zorlaşabilir; ancak sorudaki güçlüğün nedeni bu değildir.

B seçeneği: Açıklamaların net olması önemlidir; ancak verilen durumda böyle bir sorun belirtilmemiştir.

C seçeneği: Öğrencilerin birbirini tanınması gerekir; fakat soruda buna aykırı bir durum yoktur.

E seçeneği: Sosyometri sonuçları uygulandığı döneme özgüdür; bu durum yorum güçlüğünün nedeni değildir.

Cevap: D

8. Sosyometrik statülerde "**çatışmalı**" bireyler, grup içinde **bir kısım tarafından yoğun biçimde tercih edilirken diğer bir kısım tarafından yoğun biçimde reddedilen** bireylerdir. Yani hem yüksek düzeyde olumlu seçim hem de yüksek düzeyde olumsuz seçim alırlar. Soruda Necla'nın sınıfın yarısı tarafından üst düzeyde seçilmesi ve diğer yarısı tarafından reddedilmesi, **eş zamanlı yüksek kabul ve yüksek reddedilme durumunu** gösterir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: Popüler bireyler, yüksek kabul görür ancak düşük düzeyde reddedilirler.

B seçeneği: Reddedilen bireyler, çoğunlukla olumsuz seçim alır ve düşük kabul görürler.

C seçeneği: İhmal edilen (göz ardı edilen) bireyler hem az tercih edilir hem de az reddedilir.

D seçeneği: Ortalama bireyler, ne belirgin şekilde kabul edilir ne de reddedilir.

Cevap: E

9. Kimdir Bu? tekniği, akran değerlendirmesine dayalı olarak bireyin **sosyal çevresi tarafından nasıl algılandığını** ortaya koymayı amaçlar. Öğrencilere belirli özelliklere (yardımsever, lider, dışlanan vb.) yönelik sorular sorularak, sınıf arkadaşlarının birbirlerini bu özellikler açısından nasıl tanımladıkları belirlenir. Dolayısıyla bu tekniğin temel amacı, **öğrencinin arkadaşlarının gözünden en belirgin kişilik ve sosyal özelliklerini ortaya koymaktır**. Doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği: İlişki örüntülerini belirleme, sosyometrinin temel amacıdır.

B seçeneği: Sınıfta çatışma olup olmadığını belirlemek dolaylı olarak elde edilebilir; ancak temel amaç değildir.

D seçeneği: Klikleri belirleme, yine sosyometri ve sosyogram analizine özgü bir durumdur.

E seçeneği: Benlik imgesi, bireyin kendi algısını ifade eder; "Kimdir Bu?" ise akran algısına dayanır.

Cevap: C

10. Psikolojik danışmanın, danışana yaşadığı problemle ilgili **uygun bir kitap okumasını önererek farkındalık kazandırmayı, baş etme becerilerini geliştirmeyi ve içgörü oluşturmayı amaçlaması** bibliyoterapi tekniğinin temel özelliğidir. Bibliyoterapi, bireyin yaşadığı sorunlara benzer içeriklere sahip yazılı materyaller aracılığıyla **duygusal ve bilişsel süreçlerini desteklemeyi** hedefler. Bu nedenle verilen durum doğrudan **bibliyoterapiye** örnektir. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneği: Otobiyografi, bireyin kendi yaşam öyküsünü yazmasıdır; dışarıdan kitap önerilmesiyle ilgili değildir.

C seçeneği: Sosyometri, grup içi ilişkileri ve tercihleri belirlemeye yöneliktir.

D seçeneği: Kimdir Bu?, akranların birbirlerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanır.

E seçeneği: Kime göre ben neyim?, bireyin farklı kişilere göre kendini nasıl algıladığını belirlemeye yönelik bir tekniktir.

Cevap: A

11. Vaka incelemesi sürecinde elde edilen bilgilerin, ilgili uzmanlar ve paydaşlarla birlikte **çok yönlü olarak tartışıldığı ve çözüm yollarının ortaklaşa belirlendiği toplantılar "vaka konferansı"** olarak adlandırılır. Soruda Ayça Hanım'ın öğrenci hakkında topladığı bilgileri bir toplantıda ilgililerle değerlendirerek çözüm yolları belirlemesi, doğrudan **vaka konferansı** sürecini ifade etmektedir. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Veli konferansı, velilere yönelik bilgilendirme ve eğitim amaçlı toplantılardır; vaka tartışma süreci değildir.

C seçeneği: Kimdir Bu?, akran değerlendirmesine dayalı bireyi tanıma tekniğidir.

D seçeneği: Portfolyo, öğrencinin ürünlerinin sistemli biçimde bir araya getirildiği dosyadır.

E seçeneği: Otobiyografi, bireyin kendi yaşamını yazılı olarak ifade etmesidir.

Cevap: B

12. Yapılandırılmış görüşme, soruların ve uygulama sürecinin **önceden planlandığı, standartlaştırıldığı ve belirli bir sıraya bağlı kalındığı** bir tekniktir. Bu nedenle görüşmeci, soruları değiştirmez ve süreçten sapmaz; bu durum **esnekliği sınırlar**. Dolayısıyla beklenmeyen bir bilgi ortaya çıktığında görüşmenin dışına çıkmak yapılandırılmış görüşmenin özelliği değildir; bu özellik daha çok **serbest (yapılandırılmamış) görüşmeye** aittir. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: Standart yapı, özellikle deneyimsiz görüşmeciler için süreci kolaylaştırır.

B seçeneği: Soruların sabit olması, görüşmeci yanlılığını azaltır.

C seçeneği: Standart veri toplama, bilgilerin düzenlenmesini ve karşılaştırılmasını kolaylaştırır.

D seçeneği: Aynı form farklı çalışmalarda tekrar kullanılabilir.

Cevap: E

13. Veli görüşmeleri, **bilgi toplama ve iş birliği kurma amacıyla yürütülen, nesnel ve tarafsız bir değerlendirme sürecidir**. Bu süreçte psikolojik danışmanın, elde ettiği verileri **yorum katmadan, yargılamadan ve erken çıkarımlar yapmadan** dinlemesi esastır. Görüşme sırasında çıkarım yapmaya çalışmak, **görüşmeci yanlılığına ve hatalı değerlendirmelere** yol açabilir. Bu nedenle çıkarım yaparak dinlemek, görüşmenin amacına uygun değildir. Doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği: Görüşmenin uygun düzeyde doğal bir akışta yürütülmesi iletişimi kolaylaştırır.

B seçeneği: Görüşmenin amacının açıkça ifade edilmesi, sürecin sağlıklı ilerlemesini sağlar.

D seçeneği: Terapötik becerilerden (empati, aktif dinleme gibi) yararlanmak iletişimi güçlendirir.

E seçeneği: Görüşmenin uygun ve gizliliği sağlayan bir ortamda yapılması gereklidir.

Cevap: C

14. Okul psikolojik danışmanları öğrencileri tanımaya başlarken öncelikle **genel ve temel bilgileri sistematik biçimde toplamak** isterler. Bu amaçla en uygun araç, öğrencinin kimlik, aile, sağlık, akademik ve sosyal bilgilerini **standart ve toplu şekilde sunan öğrenci tanıma fişidir**. Bu araç, diğer tekniklere geçmeden önce **ön bilgi (ön tarama) sağlaması açısından temel başvuru kaynağıdır**. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Otobiyografi, öğrencinin kendini ifade etmesine dayanır; başlangıçta genel bilgi toplamak için ilk tercih değildir.

B seçeneği: Gözlem, davranışları doğal ortamda incelemeye yöneliktir; temel bilgileri toplamada sınırlıdır.

C seçeneği: Görüşme, daha derinlemesine bilgi sağlar; ancak öncelikle genel bilgiler elde edilmelidir.

E seçeneği: Veli görüşmesi, aileden bilgi almak için kullanılır; ilk aşamada temel veri kaynağı değildir.

Cevap: D

15. Kişiliğin "**sosyal uyarıcı olma**" yönünü esas alan yaklaşımlar, bireyin başkaları üzerinde bıraktığı izlenimleri değerlendirmeye odaklanır. Bu kapsamda **derecelendirme ölçekleri, gözlem, görüşme ve "Kimdir Bu?" gibi akran değerlendirmesine dayalı teknikler**, bireyin sosyal çevrede nasıl algılandığını ortaya koymak için kullanılır. Ancak **resim yorumlama testi**, projektif bir teknik olup bireyin bilinçdışı süreçlerini ve iç dünyasını ortaya çıkarmayı amaçlar; başkaları üzerindeki izlenimi ölçmeye yönelik değildir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Derecelendirme ölçekleri, bireyin başkaları tarafından nasıl değerlendirildiğini ortaya koyar.

C seçeneği: Görüşme, bireyin sosyal etkileşimde bıraktığı izlenimler hakkında bilgi sağlayabilir.

D seçeneği: Gözlem, bireyin başkaları üzerindeki etkisini doğal ortamda değerlendirmeye olanak tanır.

E seçeneği: Kimdir Bu?, akranların bireyi nasıl algıladığını doğrudan ortaya koyar.

Cevap: B

1. Psikolojik danışmanın öğrencinin **çocukluktan itibaren gelişim sürecini, aile ilişkilerini, eğitim yaşantısını ve sosyal ilişkilerini bütüncül ve ayrıntılı biçimde incelemesi**, bireyin yaşam öyküsünü çok yönlü olarak ele alan **vaka incelemesi (olay incelemesi)** yönteminin temel özelliğidir. Bu yöntem, özellikle problem davranışların nedenlerini anlamada **derinlemesine ve kapsamlı veri toplamayı** amaçlar. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Kimdir Bu?, akranların bireyi nasıl algıladığını belirlemeye yöneliktir.

B seçeneği: Görüşme, bilgi toplama yollarından biridir; ancak burada kullanılan yöntem tek başına görüşme değildir, daha kapsamlıdır.

C seçeneği: Aile ziyareti, bilgi kaynaklarından biridir; ancak başlı başına yöntem değildir.

E seçeneği: Otobiyografi, bireyin kendi yaşamını yazmasıdır; dış kaynaklı kapsamlı inceleme içermez.

Cevap: D

2. Bireyi tanıma tekniklerinde her aracın ölçtüğü yapı farklıdır. "Kimdir Bu?" tekniği, **akran değerlendirilmesine dayalı olarak bireyin başkaları tarafından nasıl algılandığını** ortaya koyar; yani sosyal algı ve sosyal rol hakkında bilgi verir. Ancak **benlik algısı**, bireyin kendini nasıl değerlendirdiği ile ilgilidir ve bu daha çok öz değerlendirme teknikleriyle belirlenir. Bu nedenle "Kimdir Bu?" tekniğinin benlik algısını belirlemek amacıyla kullanıldığını söylemek yanlıştır. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: İlgili testleri, bireyin hoşlanma ve yönelimlerini ölçen uygun araçlardır.

B seçeneği: Tutum envanterleri, bireyin bir nesneye yönelik olumlu-olumsuz değerlendirmesini ölçer.

C seçeneği: Gözlem, öğrencinin tipik davranış örüntülerini belirlemede kullanılır.

D seçeneği: Otobiyografi, bireyin yaşamını yazılı olarak ifade etmesine dayanan doğru bir tanımdır.

Cevap: E

3. Psikolojik danışmanın, danışana yaşadığı durumla ilgili **kitap önererek farkındalık kazandırma-yı, içgörü geliştirmeyi ve kendini anlamasını sağlamayı amaçlaması**, bibliyoterapi tekniğinin temel özelliğidir. Bibliyoterapi, bireyin **okuma yoluyla duygusal ve bilişsel süreçlerini desteklemeyi** hedefler ve özellikle kendini sorgulama süreçlerinde sık kullanılır. Bu nedenle verilen durumda uygulanan teknik **bibliyoterapidir**. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneği: Sosyodrama, grup temelli rol canlandırmalarına dayanır.

C seçeneği: Oyun terapi, özellikle çocuklarla oyun yoluyla yapılan terapötik bir yaklaşımdır.

D seçeneği: Kime göre ben kimim?, bireyin farklı kişilere göre kendini nasıl algıladığını belirlemeye yöneliktir.

E seçeneği: Kimdir Bu?, akranların bireyi nasıl algıladığını ortaya koyar.

Cevap: A

4. Yetenek düzeyine rağmen düşük başarı gösteren öğrencilerde temel yaklaşım, doğrudan bir yönlendirme ya da müdahale yapmak değil; öncelikle **başarıyı etkileyen etkenleri (motivasyon, aile, duygusal durum, öğrenme güçlüğü, çalışma alışkanlıkları vb.) sistematik biçimde belirlemektir**. Rehberlik hizmetlerinde bilimsel yaklaşım gereği, **sorunun nedenleri belirlenmeden yapılan müdahaleler yüzeysel ve etkisiz kalabilir**. Bu nedenle en uygun adım, nedenleri ortaya koyup buna göre bireye özgü yardım planı oluşturmaktır. Doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği: İlgili envanteri, yöneltme için kullanılabilir; ancak sorun nedenleri belirlenmeden erken bir yönlendirme olur.

B seçeneği: Alt programa yönlendirme, akademik yetersizlik kesinleşmeden uygun değildir.

D seçeneği: Kaynaştırma eğitimi, özel gereksinimi olan bireyler içindir; her düşük başarı durumu için geçerli değildir.

E seçeneği: Psikolojik danışma yararlı olabilir; ancak önce problemin kaynağı netleştirilmelidir.

Cevap: C

5. Otobiyografi, bireyin kendi yaşam öyküsünü yazılı olarak ifade etmesine dayanan ve **davranışların arkasındaki psikolojik süreçleri, ihtiyaçları, duygu ve düşünceleri ortaya koymayı amaçlayan** bir tekniktir. Bu nedenle bu teknikle bireyin **ihtiyaçları ve bastırılmış duygu-düşünceleri hakkında derinlemesine bilgi elde edilebilir**. Ancak kimlerin kimlerle iş birliği yaptığı sosyometri ile; davranışların sıklığı ise daha çok gözlem gibi tekniklerle belirlenir. Bu nedenle doğru cevap **I ve II'dir**.

I: Otobiyografi, bireyin davranışlarının arkasındaki ihtiyaçları anlamaya olanak sağlar.

II: Bastırılmış duygu ve düşünceler hakkında ipuçları sunar.

III: Grup içi ilişki ve iş birliği örüntüleri sosyometri ile belirlenir.

IV: Davranış sıklığı gözlem gibi tekniklerle ölçülür.

Cevap: A

6. Problem tarama listesi **tanı koymak için değil, problem alanlarını belirlemek ve yönlendirme yapmak için kullanılan bir tarama aracıdır**. Bu teknikte elde edilen veriler **ön değerlendirme niteliğindedir ve mutlaka görüşme, gözlem gibi diğer tekniklerle desteklenmelidir**. Danışmanın doğrudan tanı koyması, tekniğin amacını aşan ve yöntemsel olarak hatalı bir kullanımdır. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneği: Yılın başında uygulanması, rehberlik hizmetlerini planlamak için uygundur.

B seçeneği: Elde edilen verilere göre program planlamak tekniğin temel amaçlarındandır.

D seçeneği: Risk grubunu belirlemek problem tarama listesinin önemli işlevlerinden biridir.

E seçeneği: Grup rehberliği konularını belirlemek için kullanılması doğru bir yaklaşımdır.

Cevap: C

7. Sosyometri tekniğinde temel amaç **grup içi sosyal ilişkileri doğru ve güvenilir şekilde ortaya koymaktır**. Bu nedenle uygulamada bazı temel kurallar vardır: öğrencilerin doğru cevap verebilmesi için **gizlilik sağlanmalı**, elde edilen sonuçların ise **zamana bağlı olduğu ve değişebileceği** bilinmelidir. Ayrıca sosyometri yalnızca sosyal ilişkileri ölçtüğü için **bireyin tüm özelliklerine genellenemez**. Bu çerçevede doğru olan ifadeler **I ve IV'tür. Doğru cevap D seçeneğidir**.

I. öncül: Sosyometri uygulamasında öğrencilerin dürüst cevap verebilmesi için gizlilik güvencesi verilmelidir ifadesi **doğrudur**.

II. öncül: Sosyometri sonuçları çok zaman için geçerlidir ifadesi **yanlıştır**.

III. öncül: Özellikle çok kalabalık gruplara uygulandığında etkili sonuçlar verir ifadesi **yanlıştır**.

IV. öncül: Elde edilen bilgiler bireyin tüm özelliklerine genellenemez ifadesi **doğrudur**.

Cevap: D

8. Psikolojik danışmanın amacı, öğrencilerin **şimdiki özellik ve tercihleri üzerinde önceki kuşak aile bireylerinin etkisini incelemektir**. Bu tür kuşaklar arası ilişkileri, aile yapısını ve aktarımı sistematik biçimde ortaya koyan teknik **genogramdır**. Genogram, bireyin ailesini birkaç kuşak boyunca inceleyerek **ilişki örüntülerini ve aktarım süreçlerini** analiz etmeye olanak sağlar. Bu nedenle en uygun teknik **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Kimdir Bu?, akranların bireyi nasıl algıladığını belirlemeye yöneliktir.

C seçeneği: Derecelendirme ölçeği, belirli özelliklerin düzeyini puanlamaya yöneliktir.

D seçeneği: Otobiyografi, bireyin kendi yaşam öyküsünü anlatmasına dayanır; kuşaklar arası sistematik analiz içermez.

E seçeneği: Ev ziyareti, aile ortamını tanımaya yardımcı olur ancak kuşaklar arası yapı ve örüntüyü sistematik olarak göstermez.

Cevap: B

9. Verilen durumda öğretmen, sınıf içinde **kimlerin kimlerle oturmak istemediğini, dışlanmaları ve grup içi ilişki örüntülerini** anlamaya çalışmaktadır. Bu tür durumlarda amaç, öğrenciler arasındaki **karşılıklı seçimler, reddedilmeler ve sosyal yapı (klikler, dışlananlar vb.)** hakkında bilgi elde etmektir. Bu bilgileri en sistematik ve doğrudan ortaya koyan teknik **sosyometridir**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Anket, genel görüş ve düşünceleri belirler; ilişkisel yapı ve karşılıklı tercihleri göstermez.

C seçeneği: Kime göre ben neyim?, bireyin farklı kişilere göre kendini nasıl algıladığını belirler.

D seçeneği: Kimdir Bu?, akran algılarını ortaya koyar ancak karşılıklı ilişki örüntülerini net biçimde vermez.

E seçeneği: Problem tarama envanteri, genel sorun alanlarını belirler; grup içi ilişkileri analiz etmez.

Cevap: B

10. Soruda tanımlanan test; **çocuğun dil gelişimini ölçen, resimler aracılığıyla kelime/kavram bilgisini değerlendiren ve her maddede 4 resimden oluşan seçenekler sunan** bir yapıdadır. Ayrıca **100 kart ve kayıt formu** içermesi, bireyin söylenen kelimeye uygun resmi seçmesine dayanan klasik yapıyı gösterir. Bu özellikler **Peabody Kelime Hazinesi Testinin** tipik özellikleridir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: WPPSI, genel zekâyı ölçen kapsamlı bir zeka testidir; yalnızca kelime bilgisini ölçmez.

B seçeneği: Goodenough-Harris testi, çocuğun çizdiği insan resmi üzerinden zihinsel gelişimi değerlendirir.

C seçeneği: Thurstone testi, birden fazla zihinsel yeteneği ölçen grup testidir.

E seçeneği: Denver, gelişimsel alanları (motor, dil, sosyal vb.) tarayan genel bir gelişim testidir; bu kadar spesifik yapı içermez.

Cevap: D

11. Kişinin kendisinin de farkında olmadığı, bilinçdışı süreçlere ait duygu, düşünce ve çatışmaları ortaya çıkarmayı amaçlayan testler **projektif testlerdir**. Bu testler, bireyin belirsiz uyarılara verdiği tepkiler üzerinden **bilinçdışı dinamikleri analiz etmeye** çalışır. Verilen seçenekler içinde bu özelliğe sahip olan test **Rorschach Mürekkep Lekesi Testidir**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: MMPI, bireyin kişilik özelliklerini ve psikopatolojisini ölçen objektif bir envanterdir; bilinçdışı süreçleri doğrudan ortaya çıkarmaz.

B seçeneği: Edwards Kişisel Tercih Envanteri, bireyin ihtiyaç ve güdülerini ölçer; öz-bildirim esastır.

C seçeneği: Beş Faktör Kişilik Ölçeği, kişilik boyutlarını değerlendiren yapılandırılmış bir ölçektir.

D seçeneği: Kendini Kabul Envanteri, bireyin kendine yönelik tutumunu ölçer; bilinçdışı içeriklere odaklanmaz.

Cevap: E

12. Soruda tanımlanan teknik; çocukların bilinçdışı çatışmalarını, korkularını ve duygusal sorunlarını ortaya çıkarmak amacıyla **hikâye temelli ve çocukların anlayabileceği şekilde yapılandırılmış projektif bir araçtır**. Bu özellikler **Louisa Düss Psikanalitik Hikâye Testine** aittir. Bu test, Louisa Düss tarafından geliştirilmiş olup **10 kısa öyküden oluşur** ve çocuklardan bu öyküleri tamamlamaları ya da yorumlamaları istenir. Verilen yanıtlar üzerinden çocuğun **bilinçdışı çatışmaları, kaygıları ve duygusal ihtiyaçları** analiz edilir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği: Çocuklar İçin Algılama Testi (CAT), çocukların resimli kartlara bakarak hikâye oluşturmaya dayanır; hazır öyküler içermez.

B seçeneği: Beier Cümle Tamamlama Testi, yarım bırakılmış cümlelerin tamamlanması esasına dayanır.

D seçeneği: İnsan Çizim Testi, çizim yoluyla duygusal ve bilişsel ipuçları elde etmeyi amaçlar.

E seçeneği: Rotter Cümle Tamamlama Testi, bireyin cümleleri tamamlamasıyla kişilik özellikleri hakkında bilgi verir.

Cevap: C

13. Yetenek testleri, bireyin belirli bir alandaki **potansiyelini, performans kapasitesini ve gelişim düzeyini** ölçmeyi amaçlayan testlerdir. Verilen seçenekler incelendiğinde yalnızca **Denver Gelişimsel Tarama Testi**, çocukların **gelişimsel (motor, dil, sosyal vb.) yeteneklerini tarayan** bir testtir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneği: MMPI, kişilik özellikleri ve psikopatolojiyi ölçen bir envanterdir.

C seçeneği: Edwards Kişisel Tercih Envanteri, bireyin ihtiyaç ve güdülerini ölçer.

D seçeneği: Beş Faktör Kişilik Ölçeği, kişilik boyutlarını değerlendirir.

E seçeneği: Kendini Kabul Envanteri, bireyin kendine yönelik tutumunu ölçer.

Cevap: A

14. İlgili envanterleri, bireyin **hangi alanlara ilgi duyduğunu ve hangi mesleklere yönelim gösterebileceğini** belirlemeye yönelik araçlardır. Verilen seçenekler içinde bu özelliğe sahip olan **Mesleki Yönelim Envanteridir**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Edwards Kişisel Tercih Envanteri, bireyin ihtiyaç ve güdülerini ölçer. **Bir kişilik envanteridir**.

B seçeneği: Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği, bireyin kişilik boyutlarını değerlendirir. **Bir kişilik testidir**.

C seçeneği: Kendini Kabul Envanteri, bireyin kendine yönelik tutumunu ölçer. **Bir kişilik/benlik envanteridir**.

E seçeneği: 16PF Kişilik Envanteri, bireyin temel kişilik özelliklerini ölçer. **Bir kişilik testidir**.

Cevap: D

15. Verilen durumda öğretmen, öğrencilerden **birlikte çalışmak istedikleri arkadaşlarını tercih sırasına göre yazmalarını** istemektedir. Bu tür sorular, bireylerin **birbirlerini seçme ve reddetme durumlarına dayalı olarak grup içi ilişki örüntülerini ortaya koyan sosyometri tekniğinin** tipik uygulamasıdır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: Kime göre ben neyim?, bireyin farklı kişilere göre kendini nasıl algıladığını belirler.

B seçeneği: Kimdir Bu?, akranların belirli özelliklere göre birbirlerini değerlendirmesine dayanır.

C seçeneği: Sosyodrama, grup içinde rol canlandırmaya dayalı bir tekniktir.

D seçeneği: Bibliyoterapi, kitaplar yoluyla farkındalık kazandırmayı amaçlar.

Cevap: E

1. Soruda tanımlanan teknik; **okuma-yazma bilmenlere uygulanabilmesi, çok çeşitli konularda bilgi sağlaması ve uygulama sırasında esneklik göstererek kapsamının değiştirilebilmesi** özelliklerini taşımaktadır. Bu özellikler, **görüşme tekniğinin** temel nitelikleridir. Görüşme, sözlü iletişime dayandığı için okuma-yazma gerektirmez ve özellikle serbest görüşmelerde süreç içinde yön değiştirilebilir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği: Anket, yazılıdır ve okuma-yazma gerektirir.

B seçeneği: Gözlem, davranışları izlemeye dayanır; doğrudan soru-cevap yoluyla çok çeşitli bilgi toplamaz.

D seçeneği: Sosyometri, grup içi ilişkileri belirlemeye yöneliktir.

E seçeneği: Kimdir Bu?, akran değerlendirmesine dayanır.

Cevap: C

2. Soruda psikolojik danışman, öğrencilerin mesleklere yönelik **duygu, düşünce ve davranış eğilimlerini** belirlemek istemektedir. Bu ifade doğrudan **tutum kavramına** karşılık gelir. Tutum envanterleri, bireyin bir nesneye ya da duruma yönelik **olumlu-olumsuz değerlendirme eğilimini** ölçer. Bu nedenle amaca en uygun araç **tutum envanteridir**. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Anket, genel bilgi toplamak için kullanılır; tutumları ölçmede yapılandırılmış ve standart değildir.

C seçeneği: Yetenek testleri, bireyin performans kapasitesini ölçer; duygu ve düşünceyi değerlendirmez.

D seçeneği: İlgili envanterleri, bireyin hoşlandığı alanları belirler; tutumdan farklıdır.

E seçeneği: Görüşme, derinlemesine bilgi sağlar; ancak tutumları standart biçimde ölçmez.

Cevap: B

3. Soruda tanımlanan teknik; öğrencinin **tüm özelliklerinin derinlemesine, çok yönlü ve ayrıntılı biçimde incelenmesini** ve bu bilgiler doğrultusunda önemli kararlar alınmasını amaçlamaktadır. Bu özellikler, bireyin yaşam öyküsünü, çevresel koşullarını ve gelişim sürecini bütüncül olarak ele alan **vaka incelemesi** tekniğine aittir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği: Vaka kaydı, bireyle ilgili bilgilerin düzenli biçimde kaydedilmesidir; derinlemesine analiz içermez.

B seçeneği: Vaka konferansı, elde edilen bilgilerin uzmanlarla tartışıldığı toplantıdır.

D seçeneği: Derecelendirme ölçeği, belirli özelliklerin puanlanmasına dayanır; kapsamlı inceleme sağlamaz.

E seçeneği: Projektif testler, bireyin bilinçdışı süreçlerini ortaya koymayı amaçlar; bütüncül yaşam incelemesi değildir.

Cevap: C

4. Verilen durumda ilkökul öğrencilerinde sayısal ve sözel yetenek arasındaki ilişki **0,63**, ortaokulda ise **0,44** bulunmuştur. Korelasyon katsayısının düşmesi, iki değişken arasındaki ilişkinin **zayıfladığını** gösterir. Bu da yaş ve eğitim düzeyi arttıkça sayısal ve sözel yeteneklerin **birbirinden daha bağımsız hâle geldiğini** ifade eder. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: Korelasyonun düşmesi, yeteneklerin azaldığını değil, aralarındaki ilişkinin zayıfladığını gösterir.

B seçeneği: Verilen bilgilerde sayısal ya da sözel yeteneğin artıp azaldığına dair doğrudan bir bulgu yoktur.

C seçeneği: Korelasyonun ters orantılı olduğuna dair bir durum yoktur; sadece ilişkinin gücü değişmiştir.

D seçeneği: İlişkinin azalması, farkın azalması değil, bağımsızlaşmanın artması anlamına gelir.

Cevap: E

5. Toplu dosyadaki bilgiler **gizlilik düzeylerine göre sınıflandırılır**. En yüksek gizlilik düzeyi **dördüncü düzeydir** ve bu bilgiler **toplu dosyada bile açık şekilde bulunmaz, ayrı ve kilitli ortamlarda saklanır**. Bu düzeyde yer alan bilgiler arasında **sosyal hizmet raporları, psikiyatrik incelemeler ve tıbbi kayıtlar** bulunur. Bu nedenle en yüksek gizlilik düzeyine sahip bilgi **sosyal hizmet raporlarıdır**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A seçeneği: Öğrencinin sınıf içindeki başarı sırası, üçüncü düzey bilgi olup izinle paylaşılabilir.

C seçeneği: Öğretmenler ve uzmanlar kurulunun tavsiyeleri, üçüncü düzey bilgidir.

D seçeneği: Çocuğun üvey olup olmaması, aile bilgisi olup ikinci düzey kapsamındadır.

E seçeneği: Öğrencinin merak ve hobileri, ikinci düzey bilgidir.

Cevap: B

6. Sosyometride hiçbir öğrenci tarafından seçilmeyen bireyler **terk edilen (dışlanan)** olarak adlandırılır. Verilen durumda Mehmet hiç kimse tarafından seçilmemiştir, bu nedenle **terk edilen öğrencidir**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Ayşe ve Elif birbirlerini seçtiği için aralarında **iki yönlü ilişki** vardır.

B seçeneği: Zeynep Ayşe'yi seçmiş, ancak karşılık alamamıştır; bu nedenle **tek yönlü ilişki** vardır.

C seçeneği: Reddedilen, olumsuz seçim alan kişidir; burada böyle bir bilgi yoktur.

E seçeneği: Zeynep'in popüler olduğuna dair bir veri yoktur.

Cevap: D

7. Derecelendirme ölçeklerinde **mantık hatası**, birbirinden bağımsız ya da farklı olan özelliklerin, aralarında ilişki varmış gibi düşünülerek **aynı düzeyde puanlanmasıdır**. Soruda Mürüvvet Hanım'ın içerik olarak benzer görünen iki özelliği ayırt edemeyip **aynı derecelere koyması**, bu hatanın tipik örneğidir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği: Genelleme hatası, tek bir özelliğe bakarak genel yargıya varmadır.

B seçeneği: Kişisel yanlılık, sürekli yüksek ya da düşük puan verme eğilimidir.

D seçeneği: Sosyal kabul hatası, bireyin kendini toplumca kabul görecektir şekilde sunmasıdır.

E seçeneği: Gözlem yetersizliği, yeterli veri olmadan değerlendirme yapmaktır.

Cevap: C

8. Soruda tanımlanan teknik **Kimdir Bu? tekniğidir**. Bu teknik, akran değerlendirmesine dayanarak öğrencilerin sınıf içindeki sosyal rollerini ve nasıl algılandıklarını ortaya koyar. Ancak elde edilen sonuçlar etik nedenlerle öğrencilere doğrudan açıklanmaz. Bu nedenle **yanlış ifade C seçeneğidir**.

A seçeneği: Kimdir Bu? tekniği akran değerlendirmesine dayanır. Bu ifade doğrudur.

B seçeneği: Bu teknik öğrencilerin sosyal rollerini belirlemede kullanılır. Bu ifade doğrudur.

D seçeneği: Öğrencilerin birbirlerini nasıl algıladıklarını ortaya koyduğu için bu ifade doğrudur.

E seçeneği: Özel bir teknik olduğu için tek başına kullanıldığında yanıltıcı olabilir. Bu ifade doğrudur.

Cevap: C

9. Bireyi tanıma sürecinde temel ilke, bireyin **çok yönlü ve bütüncül olarak değerlendirilmesidir**. Bu nedenle tek bir ölçme aracıyla elde edilen bilgiler yeterli görülmez; farklı tekniklerden elde edilen verilerin birlikte değerlendirilmesi gerekir. Çünkü her teknik bireyin yalnızca belirli bir yönü hakkında bilgi verir. Bu nedenle doğru ifade **tek bir ölçme aracının yeterli olmadığıdır**. Doğru cevap D seçeneğidir.

A seçeneği: Bireyi tanıma teknikleri amaç değil, bireyi tanımaya hizmet eden araçlardır. Bu nedenle ifade yanlıştır.

B seçeneği: Bireyi tanıma hizmetleri sadece sorunlu öğrencilere değil, tüm öğrencilere yöneliktir. Bu ifade yanlıştır.

C seçeneği: Sadece uzman görüşü yeterli değildir; farklı veri kaynakları ve teknikler birlikte kullanılmalıdır. Bu ifade yanlıştır.

E seçeneği: Bireyi tanıma teknikleri bireyden bağımsız yorumlanamaz; bireyin özellikleri ve bağlamı dikkate alınmalıdır. Bu ifade yanlıştır.

Cevap: D

10. Bireyi tanıma sürecinde temel ilkeler; bireyin **bütüncül değerlendirilmesi, süreklilik, çoklu teknik kullanımı ve bireyin kendini gerçekleştirmesine yardım etme** anlayışına dayanır. Psikolojik testlerin uygulanması ve özellikle **yorumlanması uzmanlık gerektirir**; bu nedenle öğretmenlerin testleri uygulayıp değerlendirmesi uygun değildir. Bu ifade bireyi tanıma ilkelerine aykırıdır. Doğru cevap E seçeneğidir.

A seçeneği: Bireyin tüm yönleriyle ele alınması temel ilkedir. Bu ifade doğrudur.

B seçeneği: Tek bir araç yeterli değildir; çoklu teknik kullanımı esastır. Bu ifade doğrudur.

C seçeneği: Nihai amaç bireyin kendini gerçekleştirmesine yardımcı olmaktır. Bu ifade doğrudur.

D seçeneği: Bireyi tanıma hizmetleri süreklilik göstermelidir. Bu ifade doğrudur.

Cevap: E

11. Soruda psikolojik danışmanın önerisiyle **öğrenciyle ilgili tüm yetkililerin bir araya gelerek durumu tartışması ve çözüm yolları araması** söz konusudur. Bu durum, elde edilen bilgilerin uzmanlar ve ilgili kişilerle birlikte değerlendirildiği ve kararların ortaklaşa alındığı **vaka konferansı** tekniğini ifade eder. Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.

A seçeneği: Vaka incelemesi, birey hakkında kapsamlı bilgi toplama sürecidir; toplantı ve tartışma boyutunu içermez.

B seçeneği: Vaka kaydı, bilgilerin yazılı olarak kaydedilmesidir.

C seçeneği: Veli görüşmesi, yalnızca aile ile yapılan görüşmedir.

E seçeneği: Psikodrama, rol canlandırmaya dayalı bir tekniktir.

Cevap: D

12. I. ifadede bireyin **kendi yaşadığı olayları ve iç dünyasındaki duyguları (kaygı, korku, sevinç gibi) rol alarak yeniden canlandırması** söz konusudur. Bu durum bireyin kendi yaşantısını merkeze aldığı **psikodrama** tekniğini ifade eder. II. ifadede ise bireyden çok grubun ortak yaşadığı bir sosyal durumun, gerçek hayattaki rollerle canlandırılması anlatılmaktadır. Bu da toplumsal ve grup temelli olan **sosyodrama** tekniğidir.

Bu nedenle doğru sıralama **Psikodrama - Sosyodrama** şeklindedir. Doğru cevap C seçeneğidir.

İlgi envanteri: Bireyin hangi alanlara ilgi duyduğunu ve hangi mesleklere yönelme eğiliminde olduğunu belirler.

Tutum ölçeği: Bireyin bir konuya karşı olumlu ya da olumsuz eğilimlerini ölçer.

Derecelendirme ölçeği: Bireyin belirli davranış, özellik veya performansını önceden belirlenmiş dereceler üzerinden sistemli biçimde puanlamaya yarar.

Vaka incelemesi: Bireyin yaşam öyküsünü, çevresel koşullarını ve sorunlarını ayrıntılı biçimde analiz eder.

Cevap: C

13. Deniz'in problemi **zamanı planlayamama ve ders çalışma sürecini organize edememe** ile ilgilidir. Bu tür durumlarda öncelikle bireyin **zamanını nasıl kullandığını somut olarak ortaya koymak** gerekir. **Zaman cetveli**, bireyin gün içinde zamanını hangi etkinliklere ne kadar ayırdığını göstererek **planlama sorununu netleştirmeye ve çözüm geliştirmeye** yardımcı olur. Bu nedenle en uygun teknik **zaman cetvelidir. Doğru cevap D seçeneğidir.**

Tutum ölçeği: Bireyin bir konuya yönelik duygu ve düşünce eğilimlerini ölçer.

Kişilik testi: Bireyin kişilik özelliklerini değerlendirmeye yöneliktir.

İlgi testi: Bireyin ilgi alanlarını ve yönelimlerini belirler.

Problem tarama envanteri: Bireyin genel sorun alanlarını geniş kapsamlı olarak belirler; spesifik zaman kullanımı sorununu doğrudan analiz etmez.

Cevap: D

14. Soruda, gözlemcinin bir özelliğe dayanarak onunla ilişkili olduğunu düşündüğü başka bir özelliği de aynı şekilde değerlendirmesi söz konusudur. Öğrencinin başarılı olması, onun mutlaka zeki olduğu anlamına gelmez; başarı farklı nedenlere bağlı olabilir. Ancak gözlemci bu iki özelliği mantıksal olarak ilişkili kabul edip aynı derecede puanlamıştır. Bu durum derecelendirme ölçeklerinde görülen **mantık hatasına** örnektir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Kişisel yanlılık hatası: Gözlemcinin kendi önyargı, değer ve tutumlarının değerlendirmeye yansımalarıdır.

Hareleme hatası: Bireyin tek bir özelliğinden hareketle diğer tüm özelliklerinin aynı yönde değerlendirilmesidir.

Anlam hatası: Ölçekteki ifadelerin yanlış anlaşılması sonucu ortaya çıkar.

Gözlem yetersizliği hatası: Yeterli ve sistemli gözlem yapılmadan değerlendirme yapılmasıdır.

Cevap: B

15. Soruda tanımlanan teknik, öğrencilerin **belirli bir alandaki davranışlarını sistemli şekilde belirlemek ve bu davranışların ne ölçüde gösterildiğini saptamak** amacıyla kullanılır. Ayrıca örnekte olduğu gibi **belirli özelliklerin (örneğin üstün yetenek özellikleri) sıralanması ve işaretleme** söz konusudur. Bu yapı, önceden belirlenmiş özelliklerin "var-yok" ya da benzeri şekilde kaydedildiği **özellik kayıt çizelgesine** aittir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir.**

Gözlem listesi: Davranışların gözlenmesine yardımcı olur ancak özelliklerin sistematik olarak işaretleme odaklı değildir.

Kimdir bu?: Akranların birbirlerini belirli özelliklere göre değerlendirmesine dayanır.

Anket listesi: Bireyin kendi bildirimine dayalı genel bilgi toplama aracıdır.

Arzu listesi: Bireyin istek ve beklentilerini ortaya koymaya yöneliktir.

Cevap: E

1. İlgi envanterleri, bireyin **hangi etkinliklere yöneldiğini, nelerden hoşlandığını ve hangi alanlara karşı eğilim gösterdiğini** belirlemeye yönelik ölçme araçlarıdır. Ancak bu araçlar **yetenek (başarabilme gücü)** hakkında doğrudan bilgi vermez. İlgi ile yetenek birbirinden farklı iki yapıdır: ilgi, bireyin yönelimini; yetenek ise o alandaki **performans kapasitesini** ifade eder. Bu nedenle bir bireyin bir alana ilgi duyması, o alanda **yetenekli olduğu** anlamına gelmez. Soruda yer alan **C seçeneği**, ilgi envanterlerinin bireyin ilgisi olan alanda yetenekli olduğunu da gösterdiğini belirterek bu iki kavramı hatalı biçimde eşitlemektedir. Bu ifade bilimsel olarak yanlıştır ve **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneği, ilgi ile başarı arasındaki farkı doğru biçimde ortaya koymaktadır. Bir bireyin bir alana ilgi duyması, o alanda başarılı olacağı anlamına gelmez; çünkü başarı, büyük ölçüde **yetenek, çalışma ve öğrenme süreçleriyle** ilişkilidir.

B seçeneği, ilgi envanterlerinin sınırlılığına işaret eder ve doğrudur. Bireylerin ilgi alanları oldukça geniş ve çeşitliken, ilgi envanterleri bu ilgileri belirli **kategoriler** çerçevesinde ele alır ve tüm olasılıkları kapsayamaz.

D seçeneği, rehberlikte çok yönlü değerlendirme ilkesine uygundur. İlgi envanterleri tek başına yeterli değildir; mutlaka **yetenek testleriyle birlikte** kullanılarak daha sağlıklı sonuçlara ulaşılır.

E seçeneği, ölçme sonuçlarının yorumlanmasıyla ilişkin doğru bir ilkedir. İlgi envanteri bulguları, bireyin **kişilik özellikleri, akademik durumu, değerleri ve çevresel koşulları** ile birlikte değerlendirilmelidir.

Cevap: C

2. Sosyometri, bireylerin grup içindeki **sosyal ilişkilerini, tercihlerini ve etkileşim örüntülerini** ortaya koymayı amaçlayan bir tekniktir. Bu tekniğin sağlıklı sonuç verebilmesi için soruların bireyi **gerçek yaşamda karşılaşılabileceği durumlar** içinde seçim yapmaya yönlendirmesi gerekir. Aksi hâlde verilen cevaplar, bireyin gerçek sosyal tercihlerini yansıtmaz. Aylin Hanım'ın yönelttiği "Milyarlarca liran olsaydı..." sorusu, öğrencileri **gerçekçi olmayan, hayali bir durum** içine sokmaktadır. Bu nedenle öğrenciler doğal ve içten tercihler yerine **rastlantısal ya da yüzeysel cevaplar** verebilir. Dolayısıyla Aylin Hanım, sosyometri uygulamasında **gerçek yaşam durumlarına dayandırma ilkesine** uygun davranmamıştır ve **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneği, sosyometri sonuçlarının tek başına yeterli olmayacağını vurgular. Gerçekten de sosyometri, bireyi tanımda kullanılan **çok yönlü değerlendirme sürecinin sadece bir parçasıdır**.

B seçeneği, sosyometrik verilerin **zamana bağlı** olduğunu ifade eder. Grup dinamikleri değişebileceği için sonuçlar yalnızca uygulandığı dönem için geçerlidir.

C seçeneği, uygulamanın sağlıklı olabilmesi için öğrencilerin birbirlerini **yeterince tanımış olmaları gerektiğini** belirtir. Bu, doğru ve güvenilir veri elde etmek açısından önemlidir.

E seçeneği, sosyometrinin temel ilkelerinden biri olan **gizlilik ilkesine** işaret eder. Öğrencilerin dürüst cevap verebilmesi için verdikleri yanıtların gizli tutulacağına inanmaları gerekir.

Cevap: D

3. Birgül Hanım, öğrencilerinin **kendileri için önemli kişilerin (anne, baba, öğretmen gibi) gözünde nasıl algılandıklarını** öğrenmek istemektedir. Yani burada ulaşılmak istenen bilgi, bireyin **başkalarının bakış açısına göre oluşan benlik algısıdır**.

Bu amaca ulaşmak için en uygun teknik **kime göre ben neyim tekniğidir**. Bu teknik, bireyin kendisini farklı önemli kişilerin gözünden değerlendirerek **algılanan benliği ortaya koymasını** sağlar. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

Kimdir bu, bireyin grup içinde **nasıl tanındığını ve hangi özelliklerle eşleştirildiğini** belirlemeye yöneliktir; belirli önemli kişilerin bakış açısını temel almaz.

Anekdöt, bireyin davranışlarını **doğal ortamda gözleme dayalı olarak kaydetmeye** yarayan bir tekniktir; algılanan benlik hakkında doğrudan bilgi vermez.

Sosyometri, grup içindeki **sosyal ilişkileri, kabul ve reddedilme durumlarını** ortaya koyar; bireyin başkalarının gözündeki benlik algısını incelemeyiz.

Sosyal uzaklık ölçeği, bireylerin diğer birey ya da gruplara karşı hissettikleri **yakınlık-uzaklık derecesini** belirler; benlik algısıyla ilgili değildir.

Cevap: C

4. I. **öncülde** öğrencilerin matematik dersine ilişkin **öğrenme eksikleri** belirlenmek istenmektedir. Bu amaca ulaşmak için **başarı testi** kullanılır. Başarı testleri bireyin belirli bir ders ya da kazanım alanındaki **mevcut öğrenme düzeyini** gösterir.
- II. **öncülde** öğrencilerin **IQ düzeyleri** belirlenmek istenmektedir. Bu amaçla **yetenek testi** kullanılır. Yetenek testleri bireyin **zihinsel kapasitesini ve potansiyel performansını** gösterir.
- III. **öncülde** öğrencilerin kulüp oyunlarından **hoşlanma düzeyi** belirlenmektedir. Bu durumda **ilgi envanteri** kullanılır. İlgili envanterleri bireyin **hoşlandığı ve yöneldiği alanları** gösterir.
- IV. **öncülde** öğrencilerin **kendilerini algılama özellikleri** belirlenmek istenmektedir. Bu amaçla **kişilik testi** kullanılır. Kişilik testleri bireyin **benlik algısı ve kişilik özelliklerini** gösterir.

Cevap: A

5. I. **öncülde** öğrencilerin sınıf içindeki **ilişki örüntüsü** belirlenmek istenmektedir. Bu amaçla ulaşmak için **sosyometri** kullanılır. Sosyometri bireylerin grup içindeki **sosyal ilişkilerini ve tercihlerini** ortaya koyar.
- II. **öncülde** öğrencilerin yaşadıkları evin ve **aile içi ilişkilerin özellikleri** incelenmek istenmektedir. Bu amaçla **ev ziyareti** kullanılır. Ev ziyareti bireyin **aile ortamını ve yaşam koşullarını doğal ortamında** tanımayı sağlar.
- III. **öncülde** öğrencilerin okulda yaşadıkları **sorunlar** belirlenmek istenmektedir. Bu durumda **problem tarama listesi** kullanılır. Problem tarama listeleri bireylerin yaşadığı **sorun alanlarını sistematik biçimde belirlemeyi** sağlar.
- IV. **öncülde** öğrencilerin arkadaşlarını **hangi özellikleriyle tanıdığı** incelenmektedir. Bu amaçla **kimdir bu** tekniği kullanılır. Kimdir bu tekniği bireylerin birbirlerini **hangi özelliklerle algıladığını ve tanımladığını** ortaya koyar.

Cevap: B

6. **A seçeneği** (öğrencinin okuduğu okullar), **ikinci düzey gizlilik** kapsamındadır. Bu düzeyde yer alan bilgiler öğrencinin **akademik özgeçmişine** ilişkin olup sorumlu ve yetkili kişilerle paylaşılabilir.
- B seçeneği** (öğrencinin sınıf içi başarıları), **üçüncü düzey gizlilik** kapsamındadır. Bu bilgiler öğrencinin **okul içindeki performansına** ilişkin olup öğrenci ya da veli onayı olmadan başkalarıyla paylaşılmaz.
- C seçeneği** (öğrenciye uygulanan standart test sonuçları), **üçüncü düzey gizlilik** kapsamındadır. Bu tür bilgiler bireyin **psikolojik değerlendirme sonuçlarını** içerir ve izinsiz paylaşımı uygun değildir.
- D seçeneği** (ailenin gelir düzeyi), **ikinci düzey gizlilik** kapsamındadır. Bu bilgiler öğrencinin **sosyoekonomik durumuna** ilişkin olup yalnızca ilgili profesyonellerle paylaşılır.
- E seçeneği** (öğrenci hakkındaki tıbbi ve yasal incelemeler), **dördüncü düzey gizlilik** kapsamındadır. Bu bilgiler **psikiyatrik, tıbbi ve hukuki değerlendirmeleri** içerir ve toplu dosyada bile yer almayacak kadar yüksek gizlilik gerektirir.

En yüksek gizlilik derecesi **dördüncü düzey** olup bu kapsamda yer alan bilgiler **tıbbi ve yasal incelemelerdir**.

Cevap: E

7. Öğretmen, derecelendirme ölçeği kullanarak öğrencilerin **öz bakım becerilerini değerlendirmiş**, ancak tüm öğrencilere **birbirine benzer puanlar verdiğini** fark etmiştir. Bu durum, değerlendiricinin bireyler arasındaki farkları ayırt edemeyip puanları **orta düzeyde toplaması** anlamına gelir. Bu hata, derecelendirme ölçeklerinde **kişisel yanlılık** kapsamında yer alan **merkezi yığılma hatasıdır**. Kişisel yanlılık; değerlendiricinin puanlamaya kendi eğilimlerini katmasıdır ve bu kapsamda **bonkörlük (yüksek puan verme)**, **cimrilik (düşük puan verme)** ve **merkezi yığılma (orta puanlarda toplama)** gibi türleri içerir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

Gözlem yetersizliği, birey hakkında **yeterli ve sistemli gözlem yapılmaması** durumudur.

Genelleme, bireyin bir özelliğine bakarak diğer özelliklerini de **aynı yönde değerlendirme (hale etkisi)** eğilimidir.

Mantık hatası, birbiriyle ilişkili olduğu düşünülen özellikleri **otomatik olarak aynı düzeyde değerlendirme** yanlılığıdır.

Anlam hatası, ölçekteki maddelerin ya da ölçütlerin **farklı biçimde yorumlanması** sonucu ortaya çıkar.

Cevap: B

8. Uzman, geliştirdiği ilgi envanterindeki maddelerin **birbiriyle ne kadar uyumlu olduğunu (homojenlik)** ve testin **tek bir özelliği ölçüp ölçmediğini (tek boyutluluk)** incelemek istemektedir. Bu durum doğrudan testin **iç tutarlılığı** ile ilgilidir. İç tutarlılık, test maddelerinin **aynı özelliği ölçme derecesini** ve birbirleriyle olan **uyumunu** ifade eder. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

Paralel form güvenilirliği, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun **birbirleriyle tutarlılığını** belirlemeye yöneliktir.

Ölçüt geçerliği, testin sonuçlarının **dış bir ölçüt-**

le ne kadar ilişkili olduğunu gösterir.

Test-tekrar test güvenilirliği, testin farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen sonuçların **zaman içindeki tutarlılığını** ifade eder.

Yapı geçerliği, testin ölçmek istediği **kuramsal yapıyı ne derece doğru temsil ettiğini** ortaya koyar.

Cevap: A

9. Sosyometri sonuçlarında puanlama yapılırken genellikle 1. tercih = 3 puan, 2. tercih = 2 **puan**, **3. tercih = 1 puan** olarak değerlendirilir. Tablodaki "1., 2. ve 3. dereceden seçilme" sayıları bu puanlarla çarpılarak her öğrencinin toplam puanı hesaplanır.

Aygül: $(1 \times 3) + (1 \times 2) + (1 \times 1) = 6$ puan

Besen: $(1 \times 3) + (0 \times 2) + (1 \times 1) = 4$ puan

Cemil: $(1 \times 3) + (1 \times 2) + (2 \times 1) = 7$ puan

Keriman: $(1 \times 3) + (1 \times 2) + (0 \times 1) = 5$ puan

Tarkan: $(1 \times 3) + (1 \times 2) + (1 \times 1) = 6$ puan

Fazilet: $(1 \times 3) + (2 \times 2) + (1 \times 1) = 8$ puan

Bu hesaplama göre en yüksek puanı **Fazilet** almıştır.

A seçeneği, Fazilet'in en yüksek puanı aldığını ifade eder ve doğrudur.

B seçeneği, Aygül'ün (6 puan) Keriman'dan (5 puan) daha yüksek puan aldığını belirtir ve doğrudur.

C seçeneği, Cemil'in (7 puan) Tarkan'dan (6 puan) daha yüksek puan aldığını ifade eder ve doğrudur.

D seçeneği, Tarkan (6 puan) ve Aygül'ün (6 puan) eşit puan aldığını belirtir ve doğrudur.

E seçeneği, Besen'in (4 puan) Cemil'den (7 puan) daha yüksek puan aldığını söyler; bu ifade yanlıştır.

Cevap: E

10. I. **öncülde** öğrencilerin sınıf içinde kimlerle yakın ilişki kurduğu ve kimlerin grup dışında kaldığı belirlenmek istenmektedir. Bu amaca ulaşmak için **sosyometri** kullanılır. Sosyometri bireylerin grup içindeki **sosyal ilişkilerini ve kabul-reddedilme durumlarını** ortaya koyar.
- II. **öncülde** öğrencilerin **ev ortamı, yaşam koşulları ve aile yapısı** incelenmek istenmektedir. Bu amaçla **ev ziyareti** kullanılır. Ev ziyareti bireyin **aile ortamını doğal koşullarda tanımayı** sağlar.
- III. **öncülde** öğrencilerin akademik, sosyal ve duygusal alanlarda **yaşadıkları sorunlar** belirlenmektedir. Bu durumda **problem tarama listesi** kullanılır. Problem tarama listeleri bireylerin **zorlandıkları alanları sistematik biçimde belirler**.
- IV. **öncülde** öğrencilerin kendilerini başkalarının gözünden nasıl tanımladıkları incelenmektedir. Bu amaçla **kime göre ben kimim tekniği** kullanılır. Bu teknik bireyin **algılanan benliğini** ortaya koyar.

Bu sıralama **Sosyometri - Ev ziyareti - Problem tarama listesi - Kime göre ben kimim** şeklindedir.

Cevap: B

11. Esra Hanım, öğrencilerin akran zorbalığı düzeylerini belirlemek için **geçerlik ve güvenilirliği sağlanmış bir ölçme aracı kullanmış**, sonuçları **isim vermeden sınıf düzeyinde paylaşmış** ve velilere **genel bilgilendirme yapmıştır**. Ancak bazı öğrenciler için **"yüksek zorbalık yapma eğilimi taşıyor"** şeklinde ifadeler kullanması, tek bir ölçme sonucuna dayanarak birey hakkında **kesin ve etiketleyici yargılarda bulunması** anlamına gelir. Rehberlikte temel ilke, birey hakkında **tek bir veri kaynağına dayanarak kesin yargıya varılmaması ve etiketlemeden kaçınılmasıdır**. Bu nedenle ihlal edilen ilke budur. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneği, kullanılan ölçme aracının **geçerlik ve güvenilirlik özelliklerini dikkate almamak** ile ilgilidir; oysa soruda bu özelliklerin sağlandığı açıkça belirtilmiştir.

B seçeneği, bilgilerin **üçüncü kişilerle paylaşılması** ile ilgilidir; ancak burada paylaşım **isim verilmenden ve toplu düzeyde** yapılmıştır.

C seçeneği, öğrencileri **risk grubunda değerlendiren velileri bilgilendirme** durumudur; bu, rehberliğin **önleyici işlevine uygun** bir uygulamadır.

E seçeneği, sınıf düzeyinde toplu değerlendirme yapılması ile ilgilidir; bu yaklaşım **gizlilik ilkesine uygundur**.

Cevap: D

12. Tamer Bey'in geliştirdiği ölçek, **okula aidiyet duygusu** gibi **soyut ve kuramsal bir yapıyı** ölçmeyi amaçlamaktadır. Ancak elde edilen sonuçların **öğretmen gözlemleriyle, görüşmelerle ve öğrencilerin genel tutumlarıyla örtüşmemesi** ve bazı puanların **beklenmeyen, açıklanamayan nitelikte olması**, ölçeğin bu yapıyı **doğru ve tutarlı biçimde temsil edemediğini** göstermektedir. Yani sorun, testin ölçmek istediği **psikolojik yapıyı yakalayamamasıdır**. Bu durum doğrudan **yapı geçerliğinin** zayıf olduğunu gösterir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

B seçeneği, **test-tekrar test güvenirliği**, ölçümün zaman içindeki tutarlılığıyla ilgilidir; soruda zamana bağlı bir karşılaştırma yoktur.

C seçeneği, **ölçüt geçerliği**, test sonuçlarının dış bir ölçütle ilişkisini ifade eder; burada daha geniş biçimde yapının temsil edilememesi söz konusudur.

D seçeneği, **kapsam geçerliği**, test maddelerinin ölçülen alanı ne kadar temsil ettiğini ifade eder; soruda içerik kapsamından değil, yapının yakalanamamasından bahsedilmektedir.

E seçeneği, **iç tutarlılık güvenirliği**, maddelerin birbiriyle uyumunu ifade eder; soruda maddeler arası tutarlılığa dair bir bulgu yoktur.

Cevap: A

13. Zeynep Hanım, Elif'in annesine ergenlik döneminde **özgüven ve sosyal becerilerle ilgili bir kitap okumasını** ve bu kitap üzerinden **farkındalık kazanmasını** önermektedir. Burada kullanılan temel yöntem, bireyin (ya da ebeveynin) yaşadığı durumu **edebi metinler ve karakterler üzerinden anlamlandırmasını sağlamaktır**. Bu yaklaşım **bibliyoterapi tekniğidir**. Bibliyoterapi, bireyin kendine benzer yaşantıları içeren **kitaplar aracılığıyla iç-görü kazanmasını ve duygusal farkındalık geliştirmesini** sağlar. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği, görüşme, bireyle yüz yüze iletişim kurarak bilgi toplama sürecidir; burada temel araç kitap değildir.

C seçeneği, otobiyografi, bireyin kendi yaşamını yazılı olarak anlatmasıdır; bu durumda birey yazı yazmamaktadır.

D seçeneği, psikodrama, bireyin yaşantılarını **canlandırma yoluyla** ifade etmesine dayanır; böyle bir uygulama yoktur.

E seçeneği, gözlem, bireyin davranışlarını **doğal ortamda izlemeye** dayanır; bu süreçte gözlem yapılmamaktadır.

Cevap: B

14. Yetenek testleri, bireyin **bilişsel kapasitesini, potansiyelini ve belirli alanlardaki performans gücünü** ortaya koymayı amaçlar. Bu testler; bireyin **akademik ve mesleki alanlardaki becerilerini** belirleme, **eğitim ve meslek seçiminde yönlendirme** ve **gelecekteki performansına ilişkin öngöründe bulunma** gibi amaçlarla kullanılır. Ancak bireyin **hoşlandığı etkinlikleri, hobileri ve boş zaman tercihlerini** belirlemek yetenek testlerinin değil, **ilgi envanterlerinin** kapsamına girer. Bu nedenle bu ifade yetenek testlerinin temel kullanım amacı değildir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneği, yetenek testlerinin bireyin **potansiyel becerilerini ortaya koyma** işlevine uygundur.

B seçeneği, bireyin **güçlü ve zayıf yönlerini fark etmesini sağlama** açısından yetenek testlerinin kullanım amaçları arasındadır.

D seçeneği, öğrencileri **uygun eğitim programlarına yönlendirmede veri sağlama** işlevini ifade eder ve doğrudur.

E seçeneği, bireyin **gelecekteki performansına ilişkin kestirimde bulunma** işlevine işaret eder ve yetenek testlerinin temel amaçlarından biridir.

Cevap: C

15. I. **öncülde** Selçuk Bey, öğrencilerin okul ortamına dair düşüncelerini **kısa ve net yanıt gerektiren maddelerle** toplamaktadır. Bu amaca ulaşmak için **anket** kullanılır. Anketler bireylerden **standart ve kısa cevaplar yoluyla bilgi toplamayı** sağlar.
- II. **öncülde** Aslı Hanım, öğrencilerin **hoşlandıkları etkinlikleri, ilgi duydukları alanları ve gelecekteki yönelimlerini** belirlemek istemektedir. Bu amaçla **ilgi envanteri** kullanılır. İlgi envanterleri bireyin **yöneldiği ve tercih ettiği alanları** ortaya koyar.
- III. **öncülde** Efsun Hanım, öğrencilerin ailelerine yönelik duygu ve düşüncelerini **yarım bırakılmış cümleleri tamamlatarak** derinlemesine anlamaya çalışmaktadır. Bu teknik **arzu listesi (cümle tamamlama tekniği)** olarak adlandırılır. Bu teknik bireyin **iç dünyasına ve duygularına dair ipuçları** verir.

Bu sıralama **Anket - İlgi envanteri - Arzu listesi** şeklindedir.

Cevap: B

1. Psikolojik danışman, geliştirdiği testin **hangi yaş grubuna ve hangi eğitim düzeyine uygun olacağını** belirlemek istemektedir. Bu kararın sağlıklı verilebilmesi için öncelikle hedef kitlenin **yaş özellikleri, gelişim düzeyi ve öğrenme özellikleri** ayrıntılı biçimde incelenmelidir. Çünkü bir ölçme aracının uygunluğu, doğrudan **hedef grubun gelişimsel özellikleriyle uyumuna** bağlıdır. Bu nedenle ilk yapılması gereken işlem budur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği, maddelerin anlaşılabilirliğini uzman görüşüyle değerlendirme sürecidir; bu, hedef kitle belirlendikten sonra yapılır.

C seçeneği, pilot uygulama, testin uygulanabilirliğini denemek için yapılır; ancak öncesinde hedef grup belirlenmelidir.

D seçeneği, maddelerin ayırt edicilik ve güçlük indekslerini hesaplama, istatistiksel analiz aşamasıdır ve uygulama sonrasına aittir.

E seçeneği, kullanım kılavuzu hazırlama, test geliştirme sürecinin daha sonraki aşamalarındandır.

Cevap: B

2. Test geliştirme uzmanı, ölçeğin **kapsam geçerliğinin düşük olabileceğinden** şüphelenmektedir. Kapsam geçerliği, bir ölçme aracındaki maddelerin ölçülmek istenen özelliğin **tüm önemli boyutlarını ne derece temsil ettiğini** ifade eder. Eğer bir test, ölçtüğü yapının bazı boyutlarını **yetersiz kapsıyorsa** ya da bazı önemli alanları dışarıda bırakıyorsa kapsam geçerliği düşer. Bu nedenle en olası neden, maddelerin akademik motivasyonun **tüm boyutlarını yeterince temsil etmemesidir.** **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği, testin farklı zamanlarda farklı sonuçlar vermesi, **test-tekrar test güvenilirliği** ile ilgilidir.

B seçeneği, test puanlarının ilgili diğer yapılarla düşük ilişki göstermesi, **yapı geçerliği** ile ilişkilidir.

C seçeneği, farklı uygulayıcıların farklı uygulamalar yapması, **uygulama hatası/güvenirlik** sorunudur.

E seçeneği, testin ilgisiz değişkenlerden etkilenmesi, **geçerliği düşüren dış etkenler** ile ilgilidir ancak doğrudan kapsamla ilgili değildir.

Cevap: D

3. I. **öncülde** ölçek maddelerinin kuramsal boyutlarla **uyumuna bakmak için uzman görüşüne başvurulmuştur.** Bu, **kapsam geçerliğine** kanıt sağlar.
- II. **öncülde** ölçek puanları ile öğrencilerin başarı notları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu, testin **dış ölçütlerle ilişkisini** gösterir ve **ölçüt geçerliğine** kanıt sağlar.
- III. **öncülde** akademik öz-yeterliği yüksek ve düşük olduğu bilinen gruplar arasında fark olup olmadığına bakılmıştır. Bu, testin **beklenen grupları ayırt edip etmediğini** gösterir ve **yapı geçerliğine** kanıt sağlar.
- IV. **öncülde** aynı testin üç hafta sonra tekrar uygulanmasıyla **test-tekrar test korelasyonu** hesaplanmıştır. Bu işlem **güvenirlik** ile ilgilidir, geçerlik kanıtı değildir.

Bu nedenle geçerliğe **doğrudan kanıt sağlayanlar I, II ve III'tür.**

Cevap: D

4. I. **öncülde** bireyin geçmiş yaşantılarını, önemli olayları ve dönüm noktalarını **kendi ifadeleriyle yazılı olarak anlatması** söz konusudur. Bu teknik **otobiyografidir.** Otobiyografi bireyin **yaşam öyküsünü kendi bakış açısıyla ortaya koymasını** sağlar.
- II. **öncülde** öğrencilerin aile, sağlık, akademik ve sosyal alanlarda yaşadığı **sorunların topluca belirlenmesi** amaçlanmaktadır. Bu amaçla **problem tarama listesi** kullanılır. Bu teknik bireylerin **zorlandıkları alanları sistematik biçimde belirler.**
- III. **öncülde** öğrencinin kendisiyle ilgili algısı, başkalarının onu nasıl gördüğü üzerinden anlaşılacak istenmektedir. Bu durumda **kime göre ben kimim tekniği** kullanılır. Bu teknik bireyin **algılanan benliğini** ortaya koyar.

Bu sıralama **Otobiyografi - Problem tarama listesi - Kime göre ben kimim** şeklindedir.

Cevap: E

5. Selin Hanım, geliştirdiği ölçeğin farklı zamanlarda aynı öğrencilere uygulandığında benzer sonuçlar verip vermediğini incelemek istemektedir. Bu durum, ölçme aracının **zaman içindeki tutarlılığını** değerlendirmeyi ifade eder. Bu amaçla kullanılan psikometrik özellik **test-tekrar test güvenirliliğidir**. Bu güvenilirlik türü, aynı testin belirli bir süre sonra tekrar uygulanmasıyla elde edilen puanlar arasındaki **tutarlılığı** inceler. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneği, KR-20 ve KR-21 güvenirliliği, test maddelerinin **iç tutarlılığını** ölçer ve genellikle doğru-yanlış türü maddeler için kullanılır.

C seçeneği, paralel form güvenirliliği, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun **birbirleriyle tutarlılığını** değerlendirir.

D seçeneği, ölçüt geçerliği, testin sonuçlarının **dış bir ölçütle ilişkisini** ifade eder.

E seçeneği, Cronbach alfa güvenirliliği, test maddelerinin **birbiriyle uyumunu (iç tutarlılık)** gösterir.

Cevap: A

6. Emre Bey, 7 yaşındaki Ayşe'ye **hayvan figürlerinin yer aldığı resimli kartlar** göstererek bu durumlara ilişkin **hikâye oluşturmalarını**, karakterlerin **duygu ve düşüncelerini anlatmasını** istemektedir. Bu tür uygulamalar, çocuğun **iç dünyasını, ilişkilerini ve çatışmalarını yansıtmaya** olanak sağlayan **projektif testler** kapsamındadır. Özellikle **hayvan figürlü kartlar** kullanılması ve çocuğun hikâye anlatmasının istenmesi, doğrudan **Çocuklar İçin Algı Testini (CAT)** işaret eder. Bu test, çocukların **aile ve akran ilişkilerine dair algılarını ve duygularını ortaya çıkarmayı** amaçlar. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneği, Wechsler Çocuklar İçin Zekâ Ölçeği, bilişsel performansı ölçen bir **zeka testidir**, projektif değildir.

B seçeneği, Rorschach Mürekkep Lekesi Testi, belirsiz şekillere verilen tepkilere dayanır; **hayvan temalı hikâye anlatımı** yoktur.

C seçeneği, Goodenough-Harris Bir İnsan Çiz Testi, çocuğun **insan resmi çizmesine** dayanır; hikâye anlatımı içermez.

D seçeneği, Louisa Düss Psikanalitik Hikâye Testi, hazır öykülerin tamamlanmasına dayanır; ancak **hayvan kartlarıyla serbest hikâye oluşturma CAT'e** özgüdür.

Cevap: E

7. Test büyükşehir örnekleminde geliştirilmiş ve standartlaştırılmıştır; ancak kıyı kasabasındaki öğrenciler için bazı maddelerin **günlük yaşam deneyimleriyle uyumsuz** olduğu görülmüştür. Bu durum, testte yer alan içeriklerin öğrencilerin **yaşantılarına ve kültürel bağlamına uygun olmaması** anlamına gelir. Böyle bir durumda öğrenciler, okuma-anlama becerilerinden bağımsız olarak, **içeriğe yabancı oldukları için düşük performans gösterebilirler**. Bu da testin ölçmek istediği **okuma-anlama yapısını doğru temsil edememesi**, yani **yapı geçerliğinin zedelenmesi** demektir. Bu nedenle temel gerekçe, testin öğrencilerin gerçek becerisini doğru ölçmemesidir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneği, iç tutarlılık, maddelerin birbiriyle uyumu ile ilgilidir; kültürel uyumsuzluk doğrudan bunu ifade etmez.

C seçeneği, test-tekrar test güvenirliliği ile ilgilidir; zamana bağlı tutarlılık burada söz konusu değildir.

D seçeneği, yordama (ölçüt) geçerliği ile ilgilidir; gelecekteki başarıyı tahmin etme durumu vurgulanmamıştır.

E seçeneği, testin **kültürel olarak taraflı olduğunu** ifade eder; bu durum soruda ima edilse de asıl vurgu bunun yapı geçerliğini bozarak **ölçmenin doğruluğunu etkilemesi** üzerinedir.

Cevap: A

8. I. **öncülde** aynı öğrenci grubuna testin iki kez uygulanıp sonuçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi söz konusudur. Bu, **test-tekrar test güvenilirliğidir** ve doğrudan **güvenirlik kanıtıdır**.

II. **öncülde** test maddeleri ile başarı notları arasındaki ilişki incelenmektedir. Bu durum **ölçüt geçerliği** ile ilgilidir, güvenilirlik değildir.

III. **öncülde** farklı gruplar arasında fark olup olmadığının bakılmaktadır. Bu, testin **ayırt ediciliği ve yapı geçerliği** ile ilgilidir.

IV. **öncülde** açık uçlu maddelerin farklı puanlayıcılar tarafından değerlendirilmesi ve aralarındaki uyumun incelenmesi söz konusudur. Bu, **puanlayıcılar arası güvenilirlik** ve doğrudan **güvenirlik kanıtıdır**.

Bu nedenle güvenilirliğe doğrudan kanıt sağlayanlar I ve IV'tür.

Cevap: C

9. I. **öncülde** bireyin farklı ortamlarda (oyun alanı, sınıf, aile vb.) **davranışlarının sistemli biçimde izlenmesi, kaydedilmesi ve bu verilere dayanarak değerlendirme yapılması** söz konusudur. Bu teknik **gözlemdir**. Gözlem, bireyin davranışlarını **doğal ya da yapılandırılmış ortamlarda sistematik olarak inceleme ve kayıt altına alma** sürecidir.

II. **öncülde** bireyin geçmiş ve mevcut yaşantılarını **kendi ifadeleriyle yazılı olarak anlatması** istenmektedir. Bu teknik **otobiyografidir**. Otobiyografi bireyin **yaşam deneyimlerini öznel bakış açısıyla ortaya koymasını** sağlar.

III. **öncülde** bireyin sağlık, aile, okul, sosyal ilişkiler gibi alanlardaki **sorunlarının geniş kapsamlı ve sistemli biçimde belirlenmesi** amaçlanmaktadır. Bu teknik **problem tarama listesidir**. Problem tarama listeleri bireyin **gelişim alanlarındaki güçlüklerini bütüncül olarak saptar**.

IV. **öncülde** bireyin gününü saatlere bölerek yaptığı etkinlikleri yazması söz konusudur. Bu teknik **zaman çizelgesidir**. Zaman çizelgesi bireyin **zamanını nasıl kullandığını ve günlük etkinlik dağılımını analiz etmeyi** sağlar.

Bu teknikler arasında **arzu listesi yer almamaktadır**. **Arzu listesi**, bireyin **isteklerini, beklentilerini ve ihtiyaçlarını yazılı olarak ifade ettiği**, daha çok **duygusal eğilim ve içsel ihtiyaçları ortaya koymaya yönelik** bir tekniktir.

Cevap: C

10. Sınıfın lideri Sevil'dir ifadesi **doğrudur**. Sevil 10 puan almıştır.

I. Sevil ile Ekrem arasında karşılıklı çekim vardır ifadesi **doğrudur**. İkisi karşılıklı olarak ilk sırada birbirlerini seçmişlerdir.

II. Sezer grupta izole edilmiştir ifadesi **doğrudur**. Sezer hiç kimse tarafından seçilmemiştir.

III. En çok puanı Cüneyt almıştır ifadesi yanlıştır. Cüneyt 9 puan **almıştır**. En çok puanı Sevil almıştır.

IV. Hayri ile Gülay'ın puanları eşittir ifadesi **yanlıştır**. Hayri 5, Gülay 4 puan almıştır.

Cevap: D

11. I. **öncülde** bireyin test sırasında dikkatini sürdürmemesi ve dikkatsiz yanıtlar vermesi, ölçüm sonuçlarının hem **doğruluğunu (geçerlik)** hem de **tutarlılığını (güvenirlik)** olumsuz etkiler.

II. **öncülde** test maddelerinin bireyin yaş, gelişim ve kültürel düzeyine uygun olmaması, testin ölçmek istediği özelliği **doğru ölçememesine** yol açar; bu durum doğrudan **geçerlik sorunudur** ve dolaylı olarak güvenilirliği de etkiler.

III. **öncülde** bireyin motivasyonunun düşük ya da kaygısının yüksek olması, performansı değiştirerek ölçüm sonuçlarının **hem geçerliğini hem güvenilirliğini** zedeler.

IV. **öncülde** testin uzun ve karmaşık olması bireyin **yorgun düşmesine** ve hatalı yanıtlar vermesine neden olur; bu da sonuçların **geçerlik ve güvenilirliğini** düşürür.

Bu nedenle verilen dört durumun tamamı test sonuçlarını etkileyen faktörlerdir.

Cevap: E

12. I. **öncülde** test sonucuna dayanarak öğrencinin tüm akademik ya da mesleki yönelimini belirlemek, tek bir ölçme aracına dayanarak **kesin ve kapsamlı karar vermek** anlamına gelir. Bu, rehberlik ilkelerine aykırıdır ve **kaçınılması gereken bir uygulamadır**.
- II. **öncülde** test sonuçlarını öğrencinin **güçlü yönlerini fark etmesine yardımcı olacak geri bildirim aracı olarak kullanmak**, doğru ve uygun bir yaklaşımdır.
- III. **öncülde** öğrencinin gerçek potansiyelini göz ardı ederek yalnızca test puanına göre yönlendirme yapmak, bireyi **tek boyutlu değerlendirme ve etiketleme** anlamına gelir. Bu da **kaçınılması gereken bir uygulamadır**.
- IV. **öncülde** testi öğrencinin kendini tanıma sürecine katkı sağlayacak **bir başlangıç verisi olarak ele almak**, rehberlik anlayışına uygun doğru bir yaklaşımdır.

Kaçınılması gerekenler: I ve III'tür.

Cevap: B

13. Projektif teknikler, bireyin **bilinçdışı süreçlerine, içsel çatışmalarına ve duygularına ulaşmayı** amaçlayan; **belirsiz ve yapılandırılmamış uyarılara verilen yanıtların yorumlanmasına dayanan** ölçme araçlarıdır. Bu tekniklerde bireyden **standart ve tek doğru yanıt beklenmez**, aksine verilen tepkiler **öznel ve yoruma açıktır**. Bu nedenle projektif testler **yüksek yapılandırılmış ve herkesten aynı yanıt bekleyen araçlar değildir**. Soruda yer alan **D seçeneği**, projektif tekniklerin tam tersini ifade ettiği için yanlıştır. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneği, projektif tekniklerin **bilinçdışı süreçlere ulaşma** amacını doğru ifade eder.

B seçeneği, bu tekniklerin **belirsiz uyaranlara dayandığını** doğru biçimde belirtir.

C seçeneği, değerlendirme sürecinin **kllinik deneyim ve yorum gerektirdiğini** ifade eder ve doğrudur.

E seçeneği, bireyin daha az savunma kullanarak **spontan tepkiler vermesine olanak sağladığını** belirtir ve projektif tekniklerin temel özelliklerindendir.

Cevap: D

14. Otobiyografi tekniğinde birey, yaşam öyküsünü **kendi bakış açısıyla ve hatırladığı biçimde** aktarır. Bu süreçte en önemli metodolojik sınırlılıklardan biri, bireyin geçmiş yaşantılarını hatırlarken **seçici belleğin devreye girmesi** ve bazı olayları **eksik, çarpıtılmış ya da öznel biçimde** aktarmasıdır. Bu durum anlatımın **nesnelliğini sınırlar** ve elde edilen verinin doğruluğunu etkileyebilir. Bu nedenle doğru seçenek **B seçeneğidir**.

A seçeneği, duygusal tepkilerin değişken olmasıyla ilgilidir; bu durum bir sınırlılık olarak değil, bireyin iç dünyasına dair **anamlı veri** olarak değerlendirilebilir.

C seçeneği, anlatımın sosyal ilişkiler bağlamında yorumlanabilir olmasının **değerlendirmeyi kolaylaştırdığını** ifade eder; bu bir avantajdır.

D seçeneği, temaların yinelenmesinin danışmana **ipucu sağlaması** ile ilgilidir; bu da sınırlılık değil, **yorum açısından güçlendirici bir özelliktir**.

E seçeneği, olayların neden-sonuç ilişkisi içinde anlatılmasının **yorum gücünü artırdığını** belirtir; bu da olumlu bir özelliktir.

Cevap: B

15. Gülten Hanım, Kerem'e yarım bırakılmış hikâyeler sunarak bunları tamamlamasını istemektedir. Hikâyelerin çatışma anında kesilmesi ve çocuğun "sonra ne olur?" şeklinde tamamlaması, psikanalitik kuramda bilinçdışı çatışmaları, kaygıları ve savunma mekanizmalarını ortaya çıkarmaya yönelik öykü tamamlama tekniğidir. Bu özellikler doğrudan Louisa Düss Psikanalitik Hikâye Testine aittir. Doğru cevap D seçeneğidir.

A seçeneği (Resim Yorumlama Testi), bireye bir resim gösterilerek bu resim hakkında yorum yapmasının istenmesine dayanır. Birey gördüğü sahneyi açıklar; ancak burada olduğu gibi yarım bırakılmış öyküleri tamamlama söz konusu değildir.

B seçeneği (Çocuklar İçin Tematik Algı Testi - CAT), çocuklara genellikle hayvan figürlerinin yer aldığı resimli kartlar gösterilerek bu sahnelerle ilişkin hikâye oluşturmalarının istenmesine dayanır. Uyarın görseldir, hazır bir öykü metni verilmez.

C seçeneği (Rorschach Mürekkep Lekesi Testi), bireye simetrik mürekkep lekeleri gösterilerek "Bu neye benziyor?" sorusuna verilen yanıtlar üzerinden değerlendirme yapılır. Serbest çağrışım ve algısal yorumlama esastır, hikâye kurgulama yoktur.

E seçeneği (Tematik Algı Testi - TAT), bireye insan figürlerinin yer aldığı resimli kartlar sunulurken bu sahnelerle ilişkin geçmiş, şimdi ve gelecek içeren hikâye anlatması istenir. Ancak yine uyarın resimdir; yarım bırakılmış yazılı öykü tamamlama kullanılmaz.

Cevap: D

1. Psikolojik testlerin uygulanmasında en temel ilkelerden biri **standartlaşmadır**. Testler, tüm bireylere **aynı koşullarda, aynı süreyle ve aynı yönergelerle** uygulanmalıdır. Uygulayıcının farklı gruplara göre **test süresini değiştirmesi**, ölçme koşullarını bozarak sonuçların **güvenirliğini ve karşılaştırılabilirliğini** zedeler. Bu nedenle bu ifade doğru değildir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği, test maddelerinin bireyin belirli davranışlarını **nesnel ve standart biçimde ölçmeyi amaçladığını** ifade eder ve doğrudur.

C seçeneği, birden fazla test kullanmanın bireyi **daha kapsamlı değerlendirmeyi** sağladığını belirtir; bu, rehberlikte temel bir ilkedir.

D seçeneği, test uygulamasında **standart koşulların korunmasının güvenilirlik için zorunlu olduğunu** vurgular ve doğrudur.

E seçeneği, test sonuçlarına dayanarak birey hakkında **kesin ve etiketleyici yargılardan kaçınılması gerektiğini** ifade eder; bu da doğru bir ilkedir.

Cevap: B

2. Ölçme uzmanı, toplam test puanları **eşit olmasına rağmen** bazı maddelerde erkek öğrencilerin daha yüksek puan aldığını belirlemiştir. Bu durum, farkın bireylerin **gerçek yeteneklerinden değil**, maddelerin belirli bir gruba **avantaj sağlamasından** kaynaklandığını gösterir. Bu tür durumlar **madde yanlılığı (bias)** olarak adlandırılır ve testin farklı gruplar için **eşit ve adil ölçme yapmadığını** gösterir. Dolayısıyla test, grup karşılaştırmalarında **hakkaniyet ilkesini zedeler**. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneği, yapı geçerliğinin güçlenmesini ifade eder; oysa yanlılık, geçerliği zayıflatır.

B seçeneği, tüm gruplar için eşit geçerlik olduğunu söyler; bu durum yanlılığın tam tersidir.

D seçeneği, iç tutarlılıkla ilgilidir; madde yanlılığı doğrudan bunu artırmaz.

E seçeneği, madde gücünün eşitlenmesini ifade eder; burada tam tersine gruplar arasında farklılık vardır.

Cevap: C

3. Ölçek üç hafta arayla aynı gruba uygulanmış ve iki uygulama arasındaki korelasyonun **düşük çıkması**, ölçme aracının **test-tekrar test güvenirliğinin zayıf olduğunu** gösterir. Yani ölçek, zaman içinde **tutarlı sonuçlar vermemektedir**. Ayrıca ölçek puanlarının öğrencilerin **devam durumu, akademik başarı, çalışma süresi ve danışman görüşleriyle ilişki göstermemesi**, ölçme aracının akademik motivasyonu **gerçek anlamda ölçemediğini**, yani **geçerliğinin düşük olduğunu** gösterir. Bunun yanında bazı maddelerin **"ilgisiz" ve "belirsiz" bulunması**, hem **kapsam hem yapı geçerliğine** ilişkin ciddi sorunlara işaret eder. Dolayısıyla ölçekte hem **güvenirlilik (tutarlılık)** hem de **geçerlik (doğru ölçme)** problemi vardır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği, yalnızca güvenirliğin düşük olduğunu söyler; oysa geçerlik de düşüktür.

B seçeneği, güvenirliğin yüksek olduğunu ifade eder; bu yanlıştır çünkü korelasyon düşüktür.

C seçeneği, sorunu kısa süreli değişimlere bağlar; ancak verilen bulgular bunu desteklemez.

E seçeneği, testin başka bir yapıyı ölçtüğünü iddia eder; buna dair bir kanıt yoktur.

Cevap: D

4. I. ifade: 5 numaralı davranış sütunu incelendiğinde, bu davranış için en fazla seçilen öğrencinin **Hanife olduğu** görülmektedir. Bu nedenle ifade **doğrudur**.
- II. ifade: Toplam anılma sayıları dikkate alındığında, grupta en fazla seçilen öğrencinin **Ay- tekin olmadığı** anlaşılmaktadır. Bu nedenle ifade **yanlıştır**.
- III. ifade: Mesude'nin bazı davranışlarda hem kendisini işaretlediği hem de diğerleri tarafından aynı davranışlarla ilişkilendirildiği görülmektedir. Bu durum, **bireyin kendine ilişkin algısı ile grubun algısı arasında örtüşme olduğunu** gösterir. Bu nedenle ifade **doğrudur**.
- IV. ifade: Lider, grupta en fazla seçilen öğrencidir. Tablo incelendiğinde bu özelliğin **Zeki'de olmadığı** görülmektedir. Bu nedenle ifade **yanlıştır**.
- V. ifade: Pelin'in tabloda diğer öğrenciler tarafından seçildiği görülmektedir. Bu nedenle **dış- lanmış (hiç seçilmeyen) bir öğrenci değildir**. Bu ifade **yanlıştır**.

Bu değerlendirmelere göre I. ve III. öncül doğrudur.

Cevap: D

5. Figen Hanım, öğrencileri **doğal ortamlarında gözlemekte**, önceden belirlenmiş davranışları **var/yok şeklinde sistematik olarak işaretlemekte** ve yorum eklememektedir. Bu özellikler **özellik kayıt çizelgesine (kontrol listesi)** aittir. Bu teknik, belirli davranışların **nesnel ve yapılandırılmış biçimde kaydedilmesini** sağlar. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

Kimdir bu, öğrencilerin birbirlerini belirli özellikler açısından **tanımladıkları ve eşleştirdikleri**, grup içi algıyı ortaya koyan bir tekniktir.

Anket, bireylerden belirli konular hakkında **yazılı sorular aracılığıyla sistematik bilgi toplama** yöntemidir.

Vaka incelemesi, bireyin **geçmiş yaşantıları, aile yapısı, çevresi ve mevcut durumu ile birlikte çok yönlü ve derinlemesine incelenmesini** kapsayan bir tekniktir.

Anekdot kaydı, bireyin belirli bir davranışının **olay gerçekleştiği anda ayrıntılı ve betimleyici biçimde yazılması** esasına dayanır; yorumdan çok **olayın tanımlanmasına** odaklanır.

Cevap: A

6. Psikodrama sahnesinde Nil, duygularını ifade ederken **donma yaşamış**, yani içsel yaşantısını dışa vurmakta zorlanmış. Bu noktada Elif, Nil'in yanına geçerek onun **beden duruşunu ve ses tonunu taklit etmiş**, ardından Nil'in söyleyemediği duyguları **onun iç sesiymiş gibi ifade etmiştir**. Bu teknik, danışanın ifade edemediği duygu ve düşüncelerin **başka biri tarafından dile getirilmesi** esasına dayanır ve psikodramada **eşleme** olarak adlandırılır. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

Rol değişimi, danışanın başka bir kişinin rolüne geçerek olayı o kişinin bakış açısından canlandırmasıdır.

Ayna, danışanın kendi davranışını dışarıdan izleyebilmesi için başka birinin onun rolünü canlandırmasıdır.

Yardımcı ego, psikodramada danışanın yaşantısını sahnede canlandırmasına yardımcı olan kişidir; bu bir teknik değil, roldür.

Boş sandalye, danışanın karşısında biri varmış gibi konuşarak içsel çatışmalarını ifade etmesini sağlayan tekniktir.

Cevap: A

7. Danışman, öğrenciden **görsel olarak sunulan şekilleri aynen kopyalamasını istemekte** ve bu süreçte özellikle **görsel algı, motor koordinasyon, organizasyon ve nörolojik temelli sapmalar** üzerinde durmaktadır. Bu özellikler, doğrudan **Bender Gestalt Görsel Motor Algı Testi**nin kullanım amacını yansıtır. Bu test, bireyin **görsel-motor entegrasyonunu** ve olası **nöroge- lişimsel güçlükleri** değerlendirmede kullanılır. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

Ankara Gelişim Tarama Envanteri (AGTE), 0-6 yaş çocukların **genel gelişim alanlarını (dil, motor, sosyal)** taramak için kullanılan bir ölçektir.

Metropolitan Okul Olgunluğu Testi, çocuğun ilkökula **hazırbulunuşluk düzeyini** değerlendirmeye yöneliktir.

Goodenough Harris Bir İnsan Çiz Testi, çocuğun çizdiği insan figürü üzerinden **zihinsel gelişim düzeyi** hakkında çıkarım yapmayı amaçlar.

Gesell Gelişim Figürleri Testi, çocukların **gelişimsel olgunluk düzeylerini** şekil kopyalama yoluyla değerlendirmeye yöneliktir ancak nörolojik sapmaları inceleme odağı Bender kadar belirgin değildir.

Cevap: E

8. Bireysel testlerde uygulayıcı, ölçme sürecinin **aktif ve belirleyici bir parçasıdır**; uygulama, gözlem, puanlama ve yorumlama süreçleri **uzmanlık gerektirir**. Bu nedenle bireysel testlerde yapılacak hatalar ölçme sürecini **ciddi biçimde etkileyebilir**. Soruda yer alan **E seçeneği**, bireysel testlerde uzmanlık gereksiniminin düşük olduğunu ve hataların etkisinin sınırlı olduğunu ifade ederek bu temel ilkeye ters düşmektedir. Bu nedenle yanlış ifade **E seçeneğidir**.

A seçeneği, bireysel testlerde uygulayıcının davranışları **doğrudan gözlemlediğini ve kayıt tuttuğunu** doğru biçimde ifade eder.

B seçeneği, grup testlerinin **geniş kitlelere uygulanabilen ve düşük müdahale gerektiren standart araçlar** olduğunu doğru açıklar.

C seçeneği, bireysel testlerde klinik gözlemlerin **yorumlamaya katkı sağlayarak ölçme hatalarını azaltabileceğini** ifade eder ve doğrudur.

D seçeneği, grup testlerinde uygulayıcının rolünün **sınırlı ancak standardizasyon açısından kritik** olduğunu doğru biçimde belirtir.

Cevap: E

9. Elif Hanım'ın kullandığı teknik **otobiyografidir** ve bu teknikte birey yaşam öyküsünü **kendi bakış açısıyla, seçerek ve anlamlandırarak** aktarır. Bu nedenle en temel sınırlılıklardan biri, bireyin hangi olayları anlatacağına **öznel biçimde karar vermesi** ve bazı olayları **ön plana çıkarıp bazılarını dışarıda bırakmasıdır**. Bu durum verinin **seçici ve yanlı olmasına** yol açabilir ve değerlendirmeyi etkiler. Bu nedenle doğru seçenek **C seçeneğidir**.

A seçeneği, duygusal yoğunluğun analizi kolaylaştırmasını ifade eder; bu bir **sınırlılık değil avantajdır**.

B seçeneği, anlatımın akıcı olmasının değerlendirmeyi kolaylaştırdığını belirtir; bu da **olumlu bir özelliktir**.

D seçeneği, ilişkilerin anlatı içinde belirginleşmesini ifade eder; bu durum **analiz açısından değerli bir veridir**.

E seçeneği, temaların ortaya çıkmasının danışmana ipucu sağlamasını ifade eder; bu da **yorumlamayı güçlendiren bir özelliktir**.

Cevap: C

10. Psikolojik testlerin kullanımında **gizlilik ve etik ilkeler**, uygulama öncesinde açık biçimde belirlenmeli ve danışana bildirilmelidir. Test sonuçlarının **kimlerle, hangi amaçla paylaşılacağı** sonradan değil, süreç başında netleştirilmelidir. Bu nedenle paylaşımın uygulama sonrasında belirlenmesi, etik ilkelere aykırıdır ve doğru bir yaklaşım değildir. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

A seçeneği, testlerin **standart uygulama koşullarına bağlı kalınması gerektiğini** ifade eder ve doğrudur.

B seçeneği, testlerin **sistemli ve nesnel veri elde etmek amacıyla uygulanmasını** vurgular ve doğrudur.

C seçeneği, birden fazla test kullanmanın **daha bütüncül değerlendirme** sağlayacağını belirtir ve doğrudur.

D seçeneği, test sonuçlarına dayanarak birey hakkında **kesin ve etiketleyici yargılardan kaçınılması gerektiğini** ifade eder ve doğrudur.

Cevap: E

11. Projektif teknikler, **belirsiz ve yapılandırılmamış uyarılara verilen tepkilerin yorumlanmasına** dayanır ve bu nedenle değerlendirme süreci çoğunlukla **nitel ve klinik yorum gerektirir**. Bu testlerde standart, nesnel ve herkes için aynı şekilde işleyen **yüksek düzey sayısal puanlama sistemleri** bulunmaz; sonuçlar daha çok **yorumlayıcı analizlerle** değerlendirilir. Bu nedenle projektif tekniklerin objektif testler gibi güçlü ve standartlaştırılmış **sayısal karşılaştırmalar sağlaması** beklenmez. Bu ifade yanlıştır. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneği, belirsiz uyarılar sayesinde bireyin **işsel süreçlerini yansıttmasının kolaylaştığını** doğru ifade eder.

B seçeneği, bireyin testin amacını tam bilmemesinin **sosyal istenirlik etkisini azaltabileceğini** belirtir ve doğrudur.

C seçeneği, projektif tekniklerin yorumlanmasının **yüksek düzey klinik uzmanlık gerektirdiğini** ifade eder ve doğrudur.

E seçeneği, yanıt çeşitliliğinin fazla olması nedeniyle **nitel analizlerin ön planda olduğunu** belirtir ve doğrudur.

Cevap: D

12. Psikolojik danışman, Derya'nın bazı maddelerde beklenen davranışları göstermediğini fark etmesine rağmen, "**disiplinli öğrenciler liderlikte de başarılıdır**" şeklinde genel bir izlenime dayanarak değerlendirme yapmıştır. Burada danışman, bireyin **tek bir olumlu özelliğinden (disiplinli olması)** etkilenecek diğer bir özelliği (**liderlik**) de aynı yönde değerlendirmiştir. Bu durum, bireyin bir özelliğinin diğer özelliklerine **genellenmesi** anlamına gelir ve **hale etkisi** olarak adlandırılır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Mantık hatası, birbirine ilişkili olduğu düşünülen özellikleri otomatik olarak birlikte değerlendirme eğilimidir; ancak burada daha baskın olan durum, tek bir özelliğin diğerlerine genellenmesidir.

Kişisel yanlılık, değerlendirmenin kendi önyargılarını puanlamaya katmasıdır.

Anlam hatası, ölçütlerin farklı yorumlanmasından kaynaklanır.

Cömertlik hatası, tüm bireylere olduğundan yüksek puan verme eğilimidir.

Cevap: A

13. Selin Hanım, gözlem sırasında gerçekleşen davranışları **olduğu gibi kaydetmek yerine**, olayın **sırasını ve neden-sonuç ilişkisini değiştirerek** yeniden yazmıştır. Gerçekte öğrenci önce **omzuna dokunmuş**, ardından arkadaşının tepkisi üzerine bağırışken; kayıta "**sinirlenip omzuna vurmuş**" şeklinde hem **sıra değiştirilmiş** hem de **yorum eklenmiştir**. Bu durum, gözlenen davranışların **zamanı, sırası ve bağlamının karıştırılarak yanlış düzen içinde rapor edilmesi** anlamına gelir. Bu nedenle yapılan hata **derleme hatasıdır. Doğru cevap E seçeneğidir.**

Halo etkisi, bireyin bir özelliğinden etkilenecek diğer özelliklerini de aynı yönde değerlendirme eğilimidir.

Mantık hatası, birbiriyle ilişkili olduğu varsayılan özellikleri **bağımsız değerlendirememesi** durumudur.

Merkezi eğilim hatası, tüm değerlendirmeleri **orta düzeyde toplama** eğilimidir.

Kişisel yanlılık hatası, gözlemcinin kendi **duygu ve önyargılarını değerlendirmeye yansıtmasıdır.**

Cevap: E

14. Demet Hanım, gözlem sırasında Arda'nın birden fazla davranışını (arkadaşlarının sözünü kesme, izinsiz eşya alma, kısa süreli davranış düzeltme) görmesine rağmen, gözlem formuna **yalnızca tek bir davranış** yazmış ve diğer önemli davranışları **kayıt altına almamıştır**. Bu durum, gözlenen bazı davranışların **dikkatten kaçması ya da göz ardı edilmesi nedeniyle kaydedilmemesi** anlamına gelir. Bu tür hata **ihmal hatasıdır. Doğru cevap D seçeneğidir.**

Derleme hatası, gözlenen olayların **sırasının ve bağlamının karıştırılarak yanlış düzenlenmesi** durumudur.

Mantık hatası, birbiriyle ilişkili olduğu varsayılan özellikleri **birlikte değerlendirme eğilimidir.**

Genelleme hatası, tek bir davranıştan yola çıkarak birey hakkında **genel yargıya varılmasıdır.**

Cömertlik hatası, bireylere **olduğundan daha yüksek değerlendirme yapılmasıdır.**

Cevap: D

15. Özgür Bey gözlemi yaptıktan **birkaç gün sonra kayıt tutmuştur** ve bu süreçte olayın ayrıntılarını (itişme, öğretmenin müdahalesi, sürecin akışı) **eksik hatırlayarak yalnızca genel bir ifade yazmıştır**. Bu durum, gözlem ile kayıt arasındaki zaman farkı nedeniyle bilgilerin **unutulması ya da eksik/çarpıtılmış hatırlanmasıdır**. Bu tür hata **unutma (yakınlık) hatasıdır. Doğru cevap C seçeneğidir.**

Hale etkisi, bireyin bir özelliğinden hareketle diğer özelliklerine genelleme yapılmasıdır.

Cömertlik hatası, bireylere olduğundan **daha yüksek değerlendirme eğilimidir.**

Mantık hatası, ilişkisiz özellikleri **birbirine bağlayarak değerlendirme** durumudur.

Gözlem yetersizliği hatası, davranışın **yeterli süre ve farklı durumlarda gözlemlenmemesi** sonucu ortaya çıkar.

Cevap: C

1. Ayla Hanım, öğrencinin "sorumluluk alma" davranışını gözlemlemiştir; ancak "düzenli çalışma" davranışı gerçekte düşük olmasına rağmen, "görevini yapan öğrenci zaten düzenlidir" şeklinde bir varsayımla iki özelliği **birbiriyle ilişkilendirerek** aynı yönde puanlamıştır. Burada gözlemci, bağımsız değerlendirilmesi gereken iki özelliği **kendi zihinsel çağrışımıyla ilişkilendirmiş** ve ayırt edememiştir. Bu durum **mantık (ilişkilendirme) hatasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

Genelleme hatası, tek bir davranıştan hareketle birey hakkında **genel ve kapsamlı yargıya varılmasıdır**. Örneğin "bir kez görevini yaptı, her zaman sorumludur" gibi geniş genellemeler yapılır.

Mantık hatası, gözlemcinin iki özelliği **birlikte bulunması gerekir gibi düşünerek ilişkilendirmesidir**. Örneğin "düzenli olan mutlaka sorumludur" ya da bu soruda olduğu gibi "sorumlu olan mutlaka düzenlidir" şeklinde değerlendirme yapılır.

Derleme hatası, gözlenen davranışların **sırasını, zamanını veya bağlamını karıştırarak yanlış biçimde kaydedilmesidir**.

Kişisel yanlılık hatası, gözlemcinin kendi **duygu, değer ve önyargılarını değerlendirmeye katmasıdır**. Bu kapsamda bonkörlük, cimrilik ve merkeze yığılma görülebilir.

İhmal hatası, gözlem sırasında gerçekleşen bazı davranışların **dikkatten kaçması ve kayıt altına alınmamasıdır**.

Cevap: B

2. I. **Öncülde** gözlemcinin objektif davranmayıp kendi **duygu, tutum ve yargılarına göre değerlendirme yapması** söz konusudur. Bu durum **kişisel yanlılık hatasıdır**.
- II. **Öncülde** gözlem sırasında bazı olay ve yaşantıların **dikkate alınmaması, kayıt altına alınmaması** ifade edilmektedir. Bu durum **ihmal hatasıdır**.
- III. **Öncülde** gözlenen olayların **sırasının, yerinin ve zamanının karıştırılması** söz konusudur. Bu durum **derleme hatasıdır**.

Bu nedenle doğru sıralama: **Kişisel yanlılık - İhmal - Derleme** şeklindedir.

Cevap: A

3. Elif Hanım, gözlem formunda **geniş ve çok boyutlu tanımlanan "sosyal uyum" kavramını**, yalnızca **arkadaşlık kurma girişimi** olarak yorumlamış ve diğer boyutları dikkate almamıştır. Yani gözlemci, ölçmesi gereken davranışın **kapsamını ve anlamını doğru kavrayamamış**, kavramı daraltarak yanlış yorumlamıştır. Bu durum **anlam hatasıdır. Doğru cevap C seçeneğidir.**

İhmal hatası, gözlem sırasında bazı davranışların **dikkatten kaçması ve kayıt altına alınmamasıdır**.

Kişisel yanlılık, gözlemcinin kendi **duygu ve tutumlarına göre değerlendirme yapmasıdır**.

Anlam hatası, gözlenen davranışın **ne anlama geldiğinin yanlış yorumlanmasıdır**.

Mantık hatası, farklı özelliklerin **birbirine bağlı olduğu varsayılarak birlikte değerlendirilmesidir**.

Hale etkisi, bir özelliğin diğer özelliklere **genellenerek tüm değerlendirmeyi etkilemesidir**.

Cevap: C

4. Uzman, çalışanın **ilk mülakattaki olumlu izleniminden (etkileyici ve kendinden emin tavır)** etkilenmiş ve bu tek özelliği, diğer tüm bağımsız özelliklere (**ekip çalışması, problem çözme, detaylara dikkat**) genelleterek yüksek puanlar vermiştir. Yani bireyin bir özelliği, diğer özelliklerin değerlendirilmesini **genel olarak etkilemiştir**. Bu durum ****hale etkisi (genelleme hatası)**dir. Doğru cevap A seçeneğidir.**

Kişisel yanlılık, değerlendiricinin kendi **duygu ve tutumlarını değerlendirmeye katmasıdır**.

Gözlem yetersizliği, bireyin davranışlarının **yeterli süre ve farklı ortamlarda gözlemlenmemesidir**.

Unutma hatası, gözlem ile kayıt arasında zaman farkı nedeniyle bilgilerin **eksik ya da hatalı hatırlanmasıdır**.

Mantık hatası, iki özelliğin **birlikte bulunması gerektiği varsayılarak ilişkilendirilmesidir**.

Cevap: A

5. Öğretmen, Ahmet'i **kişisel olarak olumlu değerlendirdiği için** onun düşük performansını tolere etmekte ve notlarını yükseltirken; Ayşe'yi **sevmediği için** aynı performansa rağmen daha düşük not vermektedir. Yani değerlendirme, öğrencilerin **gerçek performansına göre değil**, öğretmenin **kişisel duygu, tutum ve önyargılarına göre** yapılmaktadır. Bu durum doğrudan **kişisel yanlılık hatasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

Hale etkisi, bir öğrencinin tek bir özelliğinden etkilenerek diğer tüm özelliklerinin aynı yönde değerlendirilmesidir.

Derleme hatası, gözlenen davranışların sırasının veya bağlamının karıştırılmasıdır.

İhmal hatası, bazı davranışların dikkatten kaçması ve kayıt altına alınmamasıdır.

Anlam hatası, değerlendirilen özelliğin yanlış yorumlanması veya kapsamının yanlış anlaşılmasıdır.

Cevap: B

6. Yönetici, çalışanların performansını değerlendirirken yalnızca **bir aylık sınırlı veri ve birkaç gözleme** dayanmış, yılın geri kalanındaki **farklı zaman dilimlerini ve performans örüntülerini dikkate almamıştır**. Bu durum, davranışın yeterli **süre, sıklık ve farklı bağlamlarda gözlemlenmemesi** anlamına gelir. Dolayısıyla değerlendirme, bireyin gerçek performansını yansıtmaz. Bu hata **gözlem yetersizliği hatasıdır. Doğru cevap D seçeneğidir.**

Mantık hatası, özellikler arasında **gerçek olmayan ilişkiler** kurularak birlikte değerlendirme yapılmasıdır.

Anlam hatası, gözlenen davranışın **ne anlama geldiğinin yanlış yorumlanmasıdır.**

Hale etkisi, bir özelliğin diğer özelliklere **genellenerek tüm değerlendirmeyi etkilemesidir.**

Unutma hatası, gözlem ile kayıt arasında zaman farkı nedeniyle bilgilerin **eksik ya da hatalı hatırlanmasıdır.**

Cevap: D

7. Müdür, çalışanın **sunum becerisinin iyi olmasından hareketle**, bununla doğrudan ilişkili olmayan **analitik düşünme becerisinin de yüksek olması gerektiğini varsaymıştır**. Yani iki özelliğin **zorunlu olarak birlikte bulunması gerektiği** yönünde bir çıkarım yapmış ve bu varsayıma dayanarak değerlendirme yapmıştır. Bu durum, özellikler arasında **gerçekte zorunlu bir ilişki yokken ilişki kurma** anlamına gelir ve **mantık (ilişkilendirme) hatasıdır. Doğru cevap E seçeneğidir.**

Hale etkisi, bir özelliğin diğer özelliklere **genellenerek tüm değerlendirmeyi etkilemesi** durumudur.

Kişisel yanlılık, değerlendirenin kendi **duygu ve tutumlarını değerlendirmeye yansıtmamasıdır.**

Gözlem yetersizliği, davranışın **yeterli süre ve farklı ortamlarda gözlemlenmemesi** durumudur.

Derleme hatası, davranışların **sırasının, zamanının veya bağlamının karıştırılmasıdır.**

Cevap: E

8. Değerlendirme formundaki **"inisiyatif alma"** kriteri, gözlemciler tarafından **farklı anlamlarda yorumlanmıştır** (amirine danışmadan karar verme, yeni fikir üretme, problem çözme vb.). Bu durum, ölçülmek istenen davranışın **tanımının net ve somut olmaması** nedeniyle ortaya çıkmıştır. Gözlemciler, aynı kavramı **farklı biçimde anlamlandırdığı için** puanlar arasında tutarsızlık oluşmuştur. Bu tür hata **anlam hatasıdır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

İhmal hatası, bazı davranışların **dikkatten kaçması ve kayıt altına alınmaması** durumudur.

Derleme hatası, gözlenen olayların **sırasının, zamanının veya bağlamının karıştırılmasıdır.**

Hale etkisi, bir özelliğin diğer özelliklere **genellenerek değerlendirmeyi etkilemesidir.**

Kişisel yanlılık, gözlemcinin kendi **duygu ve tutumlarını değerlendirmeye katmasıdır.**

Cevap: B

9. Derya Hanım, öğrencilerin sosyal medya kullanımına ilişkin **genellenebilir, nicel veri toplamak**, öğrenciler arasında **karşılaştırma yapmak** ve verileri **istatistiksel olarak analiz etmek** istemektedir. Ayrıca hem **yapılandırılmış maddeler** (frekans, önem, tutum düzeyi) hem de öğrencilerin kendilerini ifade edebileceği bazı ifadeler kullanmayı planlamaktadır. Bu özellikler, geniş gruplardan **standart ve çok boyutlu veri toplamaya uygun olan anket tekniğini** işaret eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Sosyometri, grup içindeki **sosyal ilişkileri ve tercihleri** belirlemek için kullanılır.

Tutum ölçeği, bireylerin belirli bir konuya yönelik **tutum düzeylerini ölçmeye** odaklanır; kapsamı daha dardır.

Problem tarama envanteri, bireylerin yaşadığı **sorun alanlarını belirlemek** amacıyla kullanılır.

Görüşme, derinlemesine ve nitel veri sağlar; ancak **genellenebilir ve istatistiksel analiz için uygun geniş veri sağlamada sınırlıdır.**

Cevap: C

10. Mühendis, projeyi değerlendirirken nesnel verilere bakmak yerine, projeyi yürüten kişinin **kendisiyle aynı üniversiteden mezun olmasına** dayanarak olumlu değerlendirme yapmaktadır. Yani değerlendirme, bireyin **gerçek performansına değil**, değerlendiricinin **kişisel yakınlık, benzerlik ve öznal tutumlarına** dayanmaktadır. Bu durum **"bana benzeyenler iyidir"** düşüncesiyle ortaya çıkan ve değerlendirmeye **kişisel önyargıların yansımaları olan kişisel yanlılık hatasıdır. Doğru cevap D seçeneğidir.**

Merkezi yığılma hatası, tüm değerlendirmeleri **orta düzeyde toplama** eğilimidir.

Mantık hatası, iki özelliğin **birlikte bulunması gerektiği varsayılarak ilişkilendirilmesidir.**

Gözlem yetersizliği, yeterli süre ve veriyle gözlem yapılmamasıdır.

Hale etkisi, bir özelliğin diğer özelliklere **genellenerek tüm değerlendirmeyi etkilemesidir.**

Cevap: D

11. Müdür, **"iletişim becerisi yüksek olan herkes yüksek satış yapar"** şeklinde **zorunlu olmayan bir ilişkiyi varmış gibi kabul etmiş** ve bu varsayma dayanarak değerlendirme yapmıştır. Oysa bu iki özellik arasında **zorunlu bir nedensellik yoktur** ve veriler de bunu desteklememektedir. Bu durum, özellikler arasında **gerçekte olmayan bir ilişki kurma ve birlikte bulunmaları gerektiğini varsayma** hatasıdır. Bu nedenle yapılan **hata mantık (ilişkilendirme) hatasıdır. Doğru cevap C seçeneğidir.**

Anlam hatası, ölçülen özelliğin **yanlış yorumlanması** durumudur.

Hale etkisi, bir özelliğin diğer özelliklere **genellenerek tüm değerlendirmeyi etkilemesidir.**

Gözlem yetersizliği, davranışın **yeterli süre ve farklı koşullarda gözlemlenmemesidir.**

Unutma hatası, gözlem ile kayıt arasında zaman farkı nedeniyle bilgilerin **eksik ya da hatalı hatırlanmasıdır.**

Cevap: C

12. Soru, **dağılımın normalden saparak özellikle uçlarda yığılma göstermesine neden olma-yacak durumu** sormaktadır. Yani uçlara yığılma oluşturmayan, aksine **puanların birbirine yakın toplandığı** bir durumu bulmamız gerekir.

D seçeneğinde, fiziksel uygunluk düzeyi **birbirine çok benzer bireylerden oluşan bir grup** söz konusudur ve bu grubun testten **benzer puanlar üretmesi beklenir.** Bu durumda dağılım uçlara yayılmaz; aksine **puanlar merkezde toplanır** ve varyans düşer. Dolayısıyla bu durum, soruda belirtilen **uçlarda yığılma (aşırı değerlerin artması)** durumunu ortaya çıkarma olasılığı **en düşük olan** durumdur. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği, zor test + düşük performans grubu → **alt uçta yığılma** oluşturabilir.

B seçeneği, öz-yeterliliği yüksek bireylerde **yüksek puanlara yönelim** → **üst uçta yığılma** oluşturabilir.

C seçeneği, sosyal beğenirlik → maddelerin **yüksek puanlanması** → **üst uçta yığılma** oluşturur.

E seçeneği, ayırt ediciliği düşük maddeler → bireyler arasındaki farkları yansıtamaz ve bazı durumlarda **uç değerlerin anlamlı biçimde ayrışmamasına rağmen dağılımın bozulmasına** yol açabilir.

Cevap: D

13. Soru, puan dağılımının **normalden sapmasına neden olmayan durumu** sormaktadır. Yani seçenekler içinde **çarpıklık (pozitif/negatif sapma) oluşturmayan** durumu belirlemek gerekir.

E seçeneğinde, test maddelerinin ayırt ediciliğinin tüm örnekleme **benzer düzeyde olması** ifade edilmektedir. Bu durum, testin bireyler arasındaki farkları **tutarlı ve dengeli biçimde ayırt edebildiğini** gösterir ve dağılımın yapısını bozmaz. Yani bu özellik, tek başına **puanların belirli bir yöne yığılmasına (çarpıklığa)** neden olmaz. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği, düşük başarı düzeyine sahip gruba kolay test uygulanması → **yüksek puanlarda yığılma (negatif çarpıklık)** oluşturur.

B seçeneği, örneklemin büyük kısmının özelliği yüksek düzeyde taşıması → **üst uçta yığılma** oluşturur.

C seçeneği, sosyal beğenirlik → **yüksek puanlara yönelim** ve dağılımda sapma oluşturur.

D seçeneği, grup normlarının puanlamayı etkilemesi → **sistemik sapma** oluşturur.

Cevap: E

14. Ayla Hanım'ın bulgularına bakıldığında; öğrencilerin **benzer ve tekrar eden yanıtlar vermesi**, bazı maddelerde verilen cevapların **gözlemle örtüşmemesi**, ayrıca öğrencilerin **soruları tam anlamadıklarını ifade etmesi**, anket maddelerinin **yanlış anlaşılması ya da yüzeysel/otomatik yanıtlanması** sorununu göstermektedir. Bu durum, elde edilen verinin **ölçmek istenen özelliği doğru yansıtmamasına**, yani **geçerliliğin düşmesine** yol açar. Bu nedenle temel sınırlılık **maddelerin yanlış anlaşılması veya yüzeysel yanıtlanmasıdır**. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneği, anketlerin geniş gruplara uygulanabilmesiyle ilgilidir; bu durum doğrudan bir sınırlılık değildir.

C seçeneği, sosyal kabul eğiliminin veri duyarlılığını artırdığını söyler; aksine bu durum **yanlılık** oluşturur.

D seçeneği, anketlerin nitel veri toplamadaki sınırlılığına değinir; ancak soruda temel problem bu değildir.

E seçeneği, anonimlik veri çeşitliliğini azaltır ifadesi yanlıştır; anonimlik genellikle **daha dürüst yanıtları teşvik eder**.

Cevap: A

15. Soru, **ölçme aracından elde edilen puanların güvenilirliğine doğrudan kanıt sağlayan çalışmaları** sormaktadır. Güvenirlik; ölçmenin **tutarlılığı ve kararlılığı** ile ilgilidir.

I. öncülde, aynı gruba üç hafta arayla uygulama yapıp korelasyon hesaplanmıştır. Bu, **test-tekrar test güvenirliliğidir** ve doğrudan güvenirlilik kanıtıdır.

II. öncülde, maddelerin akademik başarı ile ilişkisi incelenmiştir. Bu durum **ölçüt geçerliğine** girer, güvenirlilik değildir.

III. öncülde, farklı sosyoekonomik gruplar karşılaştırılmıştır. Bu durum **yapı geçerliği (bilinen gruplar yöntemi)** ile ilgilidir.

IV. öncülde, iki puanlayıcı arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Bu, **puanlayıcılar arası güvenirliktir** ve doğrudan güvenirlilik kanıtıdır.

Bu nedenle doğru seçenek **I ve IV**'tür.

Cevap: C

1. Psikolojik danışman, öğrencilerin **günlük yaşantılarında karşılaştıkları olaylara verdikleri duygusal tepkileri**, bu tepkilerin **zaman içindeki değişimini** ve bireyin **kendi ifadelerine dayalı içsel süreçlerini** ortaya koymak amacıyla öğrencilerden belirli bir süre boyunca **düzenli yazılı kayıt tutmalarını** istemektedir. Toplanan verilerin **nitel içerik analiziyle değerlendirilmesi**, bu tekniğin bireyin **öznel deneyimini, duygu-düşünce örüntülerini ve kendilik algısını süreç içinde izlemeye** yönelik olduğunu gösterir. Bu özellikler, bireyin yaşantılarını kendi ifadeleriyle, zamana yayılmış biçimde kaydetmesine dayanan; **içgörü, farkındalık ve duygusal derinlik sağlayan anı defteri (günlük)** tekniğinin ayırt edici özellikleridir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

Otobiyografi, bireyin yaşamını geçmişten bugüne bütüncül olarak anlatmasıdır; süreç içinde düzenli ve anlık kayıt tutma özelliği yoktur.

Olay kaydı (Anekdote), gözlemci tarafından belirli davranışların nesnel biçimde kaydedilmesine dayanır; bireyin öznel yaşantısını kendi ifadeleriyle yazması söz konusu değildir.

Arzu listesi, bireyin istek ve beklentilerini ortaya koyar; duygu, düşünce ve davranışların zaman içindeki değişimini izlemeye yönelik değildir.

Yarım cümle tamamlama, yarı projektif bir teknik olup bireyin iç dünyasına ilişkin dolaylı ipuçları sağlar; ancak düzenli, süreç temelli yazılı kayıt ve değişim takibi içermez.

Cevap: B

2. Soruda, arzu listesi uygulaması sonrasında öğrencilerin **farklı uzunluklarda, farklı ifade biçimlerinde ve değişen soyutluk düzeylerinde** yanıtlar verdikleri; bu nedenle danışmanın verileri **sınıflandırmakta, yorumlamakta ve karşılaştırmakta zorlandığı** vurgulanmaktadır. Bu durum, arzu listesi tekniğinin **yapılandırılmamış veri üretmesi** nedeniyle elde edilen bilgilerin **standartlaştırılamaması ve sistematik analizinin güçleşmesi** ile ilgilidir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

A) Sosyal kabul eğilimi, bireyin toplumca onaylanan cevaplara yönelmesi durumudur; soruda böyle bir vurgu yoktur.

C) Yazılı ifade becerisi, tekniğin doğrudan bir sınırlılığı değildir; aksine birey kendini ifade eder, sorun yapıdan kaynaklıdır.

D) Zaman alıcılık, uygulama süresiyle ilgilidir; burada sorun analiz ve karşılaştırma güçlüğüdür.

E) Duygusal ihtiyaçları ortaya koyma, arzu listesinin işlevlerinden biridir; sınırlılık bu değildir.

Cevap: B

3. Soruda, öğretmenlerin öğrencilerle ilgili belirli özellikleri **önceden hazırlanmış bir forma işaretleterek** değerlendirdiği ve bu değerlendirmelerin **öğrenciyi tanıyan kişilerin kanaatlerine dayandığı** belirtilmektedir. Bu durum, özellik kayıtlarının **gözlemci yargılarına dayalı** bir teknik olduğunu (I) ve kullanılan özelliklerin **alan uzmanları tarafından önceden belirlenmiş** olduğunu (II) gösterir. **Bu nedenle I. ve II. ifadeler doğrudur.** Ancak bu teknik, bireysel farklılıkları **sayısal puanlama ile değil**, daha çok **var-yok / gözlemlendi-gözlemlenmedi** şeklinde ortaya koyar; bu nedenle (III) doğru değildir. **III. ifade**, sayısal puanlama vurgusu nedeniyle yanlıştır; bu özellik daha çok derecelendirme ölçeklerine aittir.

Cevap: C

4. Soru, genogram tekniğine ilişkin **yanlış ifadeyi** sormaktadır. Genogram; aile üyeleri arasındaki **duygusal bağları, ilişkisel örüntüleri ve kuşaklar arası aktarımı** görselleştiren, aynı zamanda **aile yapısı ve önemli yaşam olaylarını bütüncül biçimde anlamaya** yardımcı olan bir haritalama aracıdır. Ancak genogram, bireylerin **kişilik özelliklerini ölçen, karşılaştıran ve sayısal puanlar üreten bir değerlendirme aracı değildir.** Bu nedenle E seçeneğinde verilen ifade genogramın doğasına aykırıdır. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneği, danışanın aile üyeleri arasındaki duygusal bağları, iletişim örüntülerini ve kuşaklar arası aktarım süreçlerini görünür kılma işlevini doğru ifade eder.

B seçeneği, kritik yaşam olaylarının aile sistemi üzerindeki etkisini anlamada kullanılmasını doğru yansıtır.

C seçeneği, genogramın aile yapısı ve alt sistemlere ilişkin hipotez geliştirmeye katkısını doğru belirtir.

D seçeneği, üç kuşak boyunca fiziksel ve psikolojik sağlık öykülerini bütüncül şekilde değerlendirmeye imkân tanımasını doğru ifade eder.

Cevap: E

5. Soru, verilen üç farklı amaca karşılık gelen tekniklerin **işlevlerine göre doğru eşleştirilmesini** istemektedir.

I. **Öncül:** Öğrencilerin birbirlerine ilişkin **algıladıkları sosyal özellikleri ortaya çıkarma**, bireylerin sınıf arkadaşlarını nasıl tanımladıklarını, onlara hangi özellikleri atfettiklerini belirlemeye yöneliktir. Bu tür veriler, öğrencilerin birbirlerini etiketleme ve algılama biçimlerini ortaya koyan **Kimdir bu?** tekniği ile elde edilir. Bu teknikte öğrenciler, verilen özelliklere uygun gördükleri arkadaşlarını seçerek sosyal algılarını yansıtır.

II. **Öncül:** Sınıf içinde **seçimler, dışlanmalar ve alt grupları belirleme**, öğrenciler arasındaki sosyal ilişkilerin yapısını, kimlerin tercih edildiğini ya da dışlandığını ortaya koymayı amaçlar. Bu tür ilişkisel ağları sistematik biçimde gösteren teknik **Sosyometridir**. Sosyometri sayesinde sınıf içindeki sosyal yapı, liderler, yalnızlar ve alt gruplar belirlenebilir.

III. **Öncül:** Öğrencilerin yaşadıkları bir iletişim problemini **roller üzerinden canlandırmaları**, bireysel değil grup temelli yaşantıların sahnelenmesine dayanır. Bu durum, sosyal etkileşimlerin ve grup içi sorunların dramatizasyon yoluyla ele alındığı **Sosyodrama** tekniğine karşılık gelir. Sosyodrama, özellikle grup içi çatışmaları ve iletişim sorunlarını görünür kılmada etkilidir.

Cevap: B

6. Onur'un, kendisine uygun olmayan maddelerde bile öğretmenleri ve ailesi tarafından **onaylanacağını düşündüğü seçenekleri işaretlemesi**, bireyin gerçek özelliklerinden ziyade **toplumsal olarak kabul gören, beğenilen cevaplara yönelmesi** durumudur. Bu durum, envanterlerde sık görülen ve bireyin kendini olduğundan farklı, daha olumlu gösterme eğilimini ifade eden **sosyal kabul hatası (sosyal beğenirlik)** kapsamındadır. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

Toto oynamak, bireyin maddeleri rastgele işaretlemesi durumudur; bilinçli bir şekilde olumlu görünme çabası içermez.

Yanıltma hatası, bireyin testi kasıtlı olarak yanlış yönlendirmesi ya da gerçeğe aykırı cevaplar vermesidir; burada temel vurgu sosyal onay alma değildir.

Maddeleri boş bırakma, bireyin bazı sorulara cevap vermemesi durumudur; soruda böyle bir durum yoktur.

Çoktan seçmeli yanıtların kalıplaşması, bireyin sürekli aynı seçeneği işaretleme eğilimidir; sosyal kabul motivasyonu ile açıklanmaz.

Cevap: E

7. Soruda öğretmenlerden, öğrencilerin belirli davranışları **hangi sıklıkla sergilediklerini 1-5 arasında puanlamaları** istenmektedir. Ayrıca maddelerin **önceden belirlenmiş olması** ve her bir davranışın **ayrı ayrı derecelendirilmesi**, gözlemlerin **sayısal verilere dönüştürüldüğünü** gösterir. Bu durum, nitel gözlemleri nicelleştirerek bireyin davranışlarını **sistematik ve dereceli biçimde değerlendirmeye** olanak sağlayan **derecelendirme ölçeğinin** temel özelliğidir. Bu tür ölçekler özellikle öğrencilerin **sosyal uyum, davranış sıklığı ve performans düzeylerini** izlemek amacıyla kullanılır. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

Kimdir bu?, öğrencilerin birbirlerini belirli özelliklere göre seçmeleri yoluyla **sosyal algı ve akran değerlendirmesini** ortaya koyar; sayısal derecelendirme içermez.

Sosyal mesafe ölçeği, bireylerin diğer bireylere karşı **yakınlık-uzaklık düzeylerini (kabul/ret)** belirlemeye yöneliktir; davranış sıklığını puanlamaz, daha çok sosyal ilişki mesafesini ölçer.

Gözlem formu, belirli davranışların **varlığını ya da yokluğunu kaydetmeye** yöneliktir; çoğu zaman sistematik dereceli puanlama içermez, daha çok betimsel veri sağlar.

Sosyometri, grup içinde **kim kimi seçiyor, kim dışlanıyor, alt gruplar nasıl oluşuyor** gibi ilişkisel yapıyı ortaya koyar; dereceli puanlama yerine tercih ve seçim temellidir.

Cevap: B

8. Soru, arzu listesi tekniğinin uygulanmasına ilişkin **uygun olmayan öneriyi** sormaktadır. Arzu listesi; öğrencilerin **ilgi, ihtiyaç ve isteklerini serbest ve öznel biçimde ifade etmelerine** olanak tanıyan, **açık uçlu ve yapılandırılmamış** bir tekniktir. Bu nedenle uygulamada **yaş düzeyine uygunluk, güvenli ortam ve serbest ifade** esastır. Ancak D seçeneğinde, öğrencilerin birbirlerini seçmelerini gerektiren **sosyometrik maddeler eklenmesi** önerilmektedir. Bu durum, arzu listesi tekniğinin doğasını değiştirir ve onu başka bir teknikle (sosyometri) karıştırır. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği, soruların yaş düzeyine uygun ve anlaşılır olması gerektiğini ifade eder; bu, tekniğin sağlıklı uygulanması için gereklidir.

B seçeneği, güvenli ortamın sağlanmasının öğrencilerin gerçek ifadelerini artıracağını vurgular; bu, tekniğin temel koşullarındandır.

C seçeneği, elde edilen verilerin eğitim sürecine yansıtılmasını önerir; bu, rehberlik hizmetlerinin işlevine uygundur.

E seçeneği, açık uçlu sorularla öğrencilerin iç dünyalarını doğal biçimde ifade etmelerini sağlamayı içerir; bu, arzu listesinin temel özelliğidir.

Cevap: D

9. Psikodrama; bireyin yaşantılarını **rol oynama ve canlandırma yoluyla** ele aldığı, grup temelli bir psikolojik danışma tekniğidir. Süreç üç temel aşamadan oluşur: **ısınma (grubun hazırlanması ve spontanlığın artırılması), eylem (yaşantının sahnelenmesi ve canlandırılması) ve paylaşım (grup üyelerinin kendi duygularını ifade etmesi).**

Soruda verilen uygulamalar bu aşamalarla şu şekilde örtüşmektedir:

İlk olarak grup üyelerinin **spontanlıklarını artırmaya yönelik etkinlikler yapılması, ısınma aşamasına** karşılık gelir.

Ardından protagonistin yaşantısının **sahne üzerinde canlandırılması, eylem aşamasıdır.**

Son olarak grup üyelerinin yaşantıyı tartışmadan yalnızca **kendi duygularını ifade etmeleri, paylaşım aşamasını** gösterir.

Cevap: A

10. Soruda danışman, öğrencilerin **okul iklimine ilişkin algılarını** belirlemek amacıyla yapılandırılmış bir form kullanmış; öğrencilerden **"katılıyorum/katılmıyorum", "çok sık/hiç"** gibi seçeneklerle **kendi görüşlerini ifade etmeleri** istenmiştir. Bu durum, bireylerin tutum, algı ve görüşlerini **öz-bildirim yoluyla** toplamak amacıyla kullanılan **anket tekniğini** gösterir. Uygulama sonrasında bazı öğrencilerin **rastgele işaretleme yapması (toto)** ve bazılarının **daha olumlu görünmek için gerçeğe uygun olmayan cevaplar vermesi (sosyal kabul)**, öz-bildirim temelli ölçmelerde görülen **yanlılıkların geçerliği sınırlamasına** işaret eder. **Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

Kontrol listesi, davranışların var-yok biçiminde işaretlenmesine dayanır; öznel algıları bu şekilde dereceli olarak ölçmez.

Sosyometri, grup içi seçimler ve ilişkiler üzerinden veri toplar; tutum ve algıları bu biçimde ölçmez.

Tutum ölçeği, belirli bir konuya yönelik tutumları ölçer; ancak soruda genel olarak okul iklimine ilişkin çok boyutlu öz-bildirim söz konusudur ve verilen sınırlılık doğrudan bu seçeneğe özgü değildir.

Derecelendirme ölçeği, genellikle gözlemci (öğretmen vb.) tarafından yapılan puanlamalara dayanır; burada öğrencilerin kendi beyanları söz konusudur.

Cevap: E

11. Soruda, öğrencilerin **geleceğe yönelik hedeflerini ifade etmekte zorlandıkları**, kendilerini anlatırken **çekingen davrandıkları** ve bu nedenle onların **ilgi ve motivasyonlarını doğal, zorlamasız ve basit bir biçimde ifade edebilecekleri** bir teknik arandığı belirtilmektedir. Ayrıca öğrencilerin **soyut düşünme becerilerinin sınırlı olduğu** vurgulanmıştır. Bu özellikler, karmaşık yapıdan uzak, öğrencinin **kendi istek ve hayallerini serbestçe ifade etmesine olanak tanıyan arzu listesi** tekniğini işaret eder. Arzu listesi, özellikle küçük yaş gruplarında bireyin **isteklerini, ilgilerini ve geleceğe yönelik beklentilerini doğal biçimde ortaya koymasını** sağlar. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

Otobiyografi, bireyin yaşamını bütüncül ve ayrıntılı biçimde anlatmasını gerektirir; ilkökul düzeyinde soyut ve zorlayıcı olabilir.

Kime göre ben neyim?, bireyin başkaları tarafından nasıl algılandığını ortaya koyar; bireyin kendi istek ve hedeflerini belirlemeye yönelik değildir.

İlgi envanteri, yapılandırılmış ve çoğunlukla daha üst yaş gruplarına uygun ölçme araçlarıdır; küçük yaşta soyut kalabilir.

Görüşme, doğrudan iletişime dayalıdır; ancak öğrencinin yazılı ve serbest ifade ihtiyacını bu kadar doğal ve düşük baskıyla karşılamaz.

Cevap: B

12. Psikodrama, bireylerin yaşantılarını **rol oynama ve sahneleme yoluyla**, yüksek düzeyde **duygusal katılım ve grup etkileşimi** içinde ele aldığı bir tekniktir. Bu süreçte katılımcıların **kendini ifade edebilmesi, spontan davranabilmesi ve duygusal yoğunluğu tolere edebilmesi** gerekir. Soruda bazı öğrencilerin sahneye çıkmak istememesi, kendini ifade edememesi ve duygusal yoğunluğu taşıyamaması, psikodramanın gerektirdiği bu **yüksek katılım ve etkileşim düzeyine uyum sağlayamama** durumunu göstermektedir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği, değerlendirme süreciyle ilgilidir; soruda süreçte yaşanan katılım problemi vurgulanmaktadır.

C seçeneği, psikodramanın doğasına aykırıdır; psikodrama grup temelli bir tekniktir.

D seçeneği, psikodramanın yapısını yanlış tanımlar; süreç spontanlığa dayanır, önceden belirlenmiş senaryolar yoktur.

E seçeneği, süreçle ilgilidir; soruda süreye değil katılım ve duygusal süreçlere ilişkin güçlük vardır.

Cevap: B

13. Psikodrama, bireyin yaşantılarını rol oynama, sahneleme ve dramatizasyon yoluyla ele aldığı, grup temelli bir psikolojik danışma tekniğidir. Temel amacı, bireyin **duygularını ifade etmesini, içgörü kazanmasını, farkındalık geliştirmesini ve alternatif davranışlar denemesini** sağlamaktır. Süreçte spontanlık, yaratıcılık ve etkileşim ön plandadır.

Ayna tekniği: Danışanın yaşantısı başka bir grup üyesi tarafından sahnelenir ve danışan kendi davranışını dışarıdan izler. Amaç, bireyin **kendini gözlemlemesi, farkındalık ve içgörü kazanmasıdır.**

Rol değiştirme: Danışan, yaşantısındaki başka bir kişinin rolüne geçerek onun duygu ve düşüncelerini ifade eder. Amaç, **empati geliştirmek ve farklı bakış açılarını anlamaktır.**

Eşleme: Danışanın yanında duran bir grup üyesi, onun ifade edemediği duygu ve düşünceleri dile getirir. Amaç, **bastırılmış ya da fark edilmeyen duyguların ortaya çıkmasını sağlamaktır.**

Tek başına konuşma: Danışan sahnede düşüncelerini yüksek sesle ifade eder. Amaç, **içsel süreçlerin görünür hâle gelmesi ve duygusal farkındalığın artmasıdır.**

Bu parçada önce danışanın rolünü başka birine devretmesiyle **ayna tekniği**, ardından başka bir kişinin protagonistin yerine geçerek onun duygularını ifade etmesiyle **rol değiştirme tekniği** kullanılmıştır.

Cevap: C

14. Soruda öğrencilerden **başlangıcı verilmiş ifadeleri kendi duygu ve düşüncelerine göre tamamlamaları** istenmekte ve elde edilen yanıtların **içsel çatışmalar, korkular, benlik algısı ve gizli tutumlar** açısından **içerik analiziyle incelenmesi** planlanmaktadır. Bu yapı, bireyin iç dünyasına ilişkin verileri **dolaylı (projektif) biçimde ortaya çıkaran**, başı ya da sonu boş bırakılan cümlelerin tamamlanmasıyla uygulanan **yarım cümle tamamlama tekniğini** tanımlar. Bu teknik; öğrencilerin **duygu, düşünce ve yaşantılarını doğal, kendiliğinden ve tehdit oluşturmadan ifade etmelerini** sağlar, aynı zamanda **gözlemlenemeyen içsel süreçlere ulaşmada** etkili bir araçtır. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

Otobiyografi, bireyin yaşamını bütüncül ve ayrıntılı biçimde anlatmasını gerektirir; yapılandırılmış cümle tamamlama içermez.

Kimdir bu?, öğrencilerin birbirlerini belirli özelliklere göre seçmesiyle sosyal algıyı ortaya koyar; içsel süreçleri doğrudan yansıtmaz.

Sosyometri, grup içi ilişkileri ve seçimleri belirler; bireyin duygusal içeriğini incelemeyiz.

Görüşme, yüz yüze veri toplama sürecidir; yarım bırakılmış ifadelerin tamamlanmasına dayalı projektif yapı içermez.

Cevap: D

15. Soruda anı defteri tekniğiyle öğrencilerden **günlük yaşantılarını, bu yaşantılar sırasında hissettiklerini ve verdikleri tepkileri düzenli olarak yazmaları** istenmekte; elde edilen verilerden **tekrar eden temalar, ilişkisel örüntüler ve duygu düzenleme süreçleri** analiz edilmektedir. Bu durum, anı defterinin bireyin yaşantılarını **doğal akışı içinde, zaman boyutuyla birlikte ve duygu-düşünce-davranış bütünlüğüyle** ortaya koymasını sağladığını gösterir. Bu teknik, özellikle danışma sürecinde **derinlemesine ve nitel veri sağlayarak formülasyon yapmaya imkân tanır. Bu nedenle doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneği, akran ilişkilerindeki statüyü nesnel olarak belirlemeye yöneliktir; bu sosyometriye aittir.

B seçeneği, davranışın sıklık ve süresini sistematik kaydetmeye dayanır; bu daha çok gözlem ve kayıt tekniklerine özgüdür.

C seçeneği, hızlı ve yüzeysel bilgi toplamayı ifade eder; anı defteri derinlemesine veri sağlar.

D seçeneği, yalnızca bilişsel değerlendirmeye indirger; oysa anı defteri duygu ve davranış boyutlarını da içerir.

Cevap: E

1. Soruda öğrencilerin **sosyal durumları canlandırmaları ve grupça etkileşime girmeleri** beklenmesine rağmen bazı öğrencilerin **sürece katılmadığı, pasif kaldığı ve etkileşimin düşük olduğu** belirtilmektedir. Bu durum, grup temelli dramatisasyon ve etkileşim tekniklerinin (sosyodrama/psikodrama) doğası gereği **aktif katılım, gönüllülük ve etkileşime açıklık gerektirmesi** ile ilgilidir. Katılım isteği düşük olduğunda süreç derinleşmez ve hedeflenen etkileşim düzeyine ulaşamaz. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneği, geribildirim yapısına odaklanır; sorunda temel problem katılım eksikliğidir.

B seçeneği, senaryo sınırlılığı ile ilgilidir; bu tür teknikler çoğunlukla spontanlığa dayanır.

C seçeneği, değerlendirme ile ilgilidir; soruda süreçteki katılım sorunu vurgulanmaktadır.

E seçeneği, gerçeklik düzeyiyle ilgilidir; temel sorun etkileşim ve katılım düşüklüğüdür.

Cevap: D

2. Soruda öğrencilerin **aile, okul, arkadaşlık, benlik ve gelecek beklentileri gibi birden fazla yaşam alanına ilişkin bilgileri, yapılandırılmış bir form aracılığıyla ve kendi öznel değerlendirmelerine dayalı olarak** ifade etmeleri istenmektedir. Ayrıca amaç; bu verilerle **risk gruplarını erken tespit etmek, rehberlik planını oluşturmak** ve öğrencilerin **güçlü/zayıf yönlerini çok boyutlu olarak belirlemektir**. Bu özellikler, bireyin yaşamını farklı alanlardan sistematik biçimde değerlendirmesini sağlayan, **öz-bildirim temelli ve yapılandırılmış** bir araç olan **Yaşam Penceresi anketini** tanımlar. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

Kime göre ben kimim?, bireyin başkaları tarafından nasıl algılandığını ortaya koyar; çok boyutlu yaşam alanlarını kapsamaz.

Kimdir bu?, öğrencilerin birbirlerini belirli özelliklere göre seçmesine dayanır; öznel yaşam değerlendirmesi sağlamaz.

Genogram, aile ilişkilerine ve kuşaklar arası örüntülere odaklanır; okul, arkadaşlık ve benlik gibi tüm alanları kapsamaz.

Arzu listesi, bireyin isteklerini serbest biçimde ifade etmesini sağlar; yapılandırılmış ve çok boyutlu sistematik veri sunmaz.

Cevap: A

3. Soruda öğrencilerin **akran zorbalığı gibi grupça yaşanan bir sosyal problemi, rol alarak canlandırmaları, ardından farklı bakış açılarını tartışmaları ve ortak çözüm yolları geliştirmeleri** vurgulanmaktadır. Ayrıca odak, bireysel iç çatışmalar değil, **grubun ortak sorunu ve sosyal farkındalığıdır**. Bu özellikler, toplumsal ve grup temelli sorunların **rol oynama ve dramatizasyon yoluyla ele alındığı sosyodrama tekniğini** tanımlar. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

Grupla psikolojik danışma, bireylerin kişisel sorunlarına odaklanır; burada grup sorunu ön plandadır.

Psikodrama, daha çok bireyin içsel yaşantılarına ve kişisel çatışmalarına odaklanır.

Grup rehberliği, bilgi verme ve farkındalık kazandırma içerir; dramatizasyon zorunlu değildir.

Etkileşim grubu, kişiler arası ilişkileri geliştirmeye yöneliktir; yapılandırılmış rol canlandırma içermez.

Cevap: B

4. Psikodrama, bireyin yaşantılarını **rol oynama ve dramatizasyon yoluyla** ele aldığı; içgörü, farkındalık ve duygusal ifade geliştirmeyi amaçlayan bir tekniktir.

Tek başına konuşma: Danışanın sahnede yalnız kalarak düşüncelerini **yüksek sesle ifade etmesidir**. Amaç, içsel süreçleri görünür kılmak ve farkındalık sağlamaktır.

Ayna tekniği: Danışanın rolünü bir başkasına devredip kendi davranışlarını **dışarıdan izlemesidir**. Amaç, kişinin kendini gözlemlemesi ve içgörü kazanmasıdır.

Eşleme: Danışanın ifade etmekte zorlandığı duygu ve düşüncelerin, başka bir grup üyesi tarafından **tamamlayıcı biçimde dile getirilmesidir**. Amaç, bastırılmış ya da fark edilmeyen duyguları açığa çıkarmaktır.

Bu parçada sırasıyla danışanın düşüncelerini ifade etmesi (**tek başına konuşma**), rolünü devredip kendini izlemesi (**ayna**) ve duygularının başkası tarafından tamamlanması (**eşleme**) uygulanmıştır.

Cevap: A

5. **Sosyogram incelendiğinde;** Zeynep, Fatma, Ayhan ve Sümeyye arasında tek yönlü bir seçim olduğu görülmektedir. Bu aralarında zincirsel bir ilişki olduğunu göstermektedir. **I. öncül doğrudur.** Grupta en çok tercih edilen öğrenci Özden'dir ve grubun lideri statüsüne sahiptir. **II. ifade de doğrudur.** Eray ve Ünal birbirlerini 2. derecede değil ilk derecede tercih etmişlerdir. **Bu nedenle III. öncül yanlıştır.** Grupta diğerlerinden izole küçük alt gruplar bulunmamaktadır. Bu nedenle klik varlığından söz edilemez. **IV öncül yanlıştır.** Gülcan Sümeyye'yi ilk tercih olarak seçmiştir. Bu nedenle **V. öncüldeki** üçüncü tercih olarak seçmiştir ifadesi de yanlıştır.

Cevap: A

6. Soruda öğrencilerden "birlikte çalışmak istedikleri üç arkadaşlarını yazmaları" istenmekte ve bu verilerle sınıf içindeki **tercihler, dışlanmalar, alt gruplar ve liderlik yapıları** ortaya çıkarılmaktadır. Bu tür veriler, bireyler arası ilişkilerin seçimler yoluyla analiz edilmesine dayanır ve grubun sosyal yapısını sistematik biçimde ortaya koyar. Bu özellikler **sosyometri tekniğinin** temelini oluşturur. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

Sosyodrama, grup üyelerinin ortak yaşadığı sosyal sorunları (örneğin zorbalık, iletişim problemleri) rol oynama ve canlandırma yoluyla ele aldığı bir tekniktir. Amaç, grup düzeyinde farkındalık oluşturmak ve çözüm yollarını deneyimlemektir.

Psikodrama, bireyin kendi yaşantılarını sahneleyerek içsel çatışmalarını, duygularını ve deneyimlerini keşfetmesini sağlayan bir tekniktir. Süreç genellikle ısınma, eylem ve paylaşım aşamalarından oluşur.

Anekdot kaydı, bireyin belirli bir davranışının gözlemci tarafından nesnel ve betimsel şekilde kaydedilmesine dayanır.

Kimdir bu?, öğrencilerin birbirlerini belirli özelliklere göre seçmeleriyle sosyal algıları ortaya koyan bir tekniktir.

Cevap: A

7. Soruda iki sınıf arasında yaşanan **gruplar arası dışlama ve güç mücadelesi** gibi sosyal bir sorun, öğrenciler tarafından **grupça canlandırılmakta**, farklı rollere girilerek **olayın gelişimi dramatize edilmekte** ve süreç sonunda **grupça değerlendirme ve tartışma** yapılmaktadır. Odak bireysel iç çatışmalar değil, **grubun ortak yaşadığı sosyal problem ve buna yönelik farkındalık geliştirmedir.** Bu özellikler, sosyal sorunların rol oynama yoluyla ele alındığı **sosyodrama tekniğini** tanımlar. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

Vaka kaydı, bireyin belirli davranışlarının gözlemci tarafından yazılı olarak kaydedilmesine dayanır.

Psikodrama, bireyin kendi yaşantılarını ve içsel çatışmalarını sahneleme yoluyla ele alır.

Sosyometri, grup içindeki seçimleri, ilişkileri ve sosyal yapıyı belirlemeye yönelik bir tekniktir.

Grup tartışması, belirli bir konu üzerinde sözlü etkileşimle fikir alışverişi yapılmasını içerir; dramatizasyon zorunlu değildir.

Cevap: C

8. Soruda öğrenci; farklı kişilerle yaşadığı durumları **sahneleyerek canlandırmakta**, ardından ifade etmekte zorlandığı duygular **"iç ses" aracılığıyla (eşleme)** dışsallaştırılmakta ve son aşamada **kendi davranışlarını dışarıdan gözlemleyerek (ayna)** değerlendirmektedir. Odak, öğrencinin **kendi yaşantıları ve içsel çatışmalarıdır.** Bu yapı, rol oynama, içgörü ve duygusal farkındalık geliştirmeyi amaçlayan **psikodrama tekniğini** gösterir. **Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

Sosyodrama, grupça yaşanan sosyal sorunların dramatizasyon yoluyla ele alındığı bir tekniktir.

Kimdir bu?, bireylerin birbirlerini belirli özelliklere göre seçmeleriyle sosyal algıları ortaya koyar.

Sosyometri, grup içi ilişkileri, tercihleri ve sosyal yapıyı belirlemeye yöneliktir.

Yaratıcı drama, eğitimsel amaçlarla kullanılan, doğaçlama ve canlandırmaya dayalı bir etkinliktir; terapötik teknik yapı içermez.

Cevap: B

9. Soruda öğrenci, anne, kendisi ve öğretmeni gibi farklı kişilerin rollerine girerek her birinin **duygu ve düşünce dünyasını deneyimlemektedir**. Bu durum, bireyin başkasının yerine geçerek onun bakış açısını anlamasını ve empati geliştirmesini sağlayan **rol değiştirme tekniğini** ifade eder. Rol değiştirme, psikodramada bireyin ilişkisel örüntülerini fark etmesine ve farklı perspektifleri deneyimlemesine imkân tanır. **Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.**

Eşleme, bireyin ifade edemediği duygu ve düşüncelerin başka bir grup üyesi tarafından dile getirilmesidir.

Ayna, bireyin kendi davranışlarını dışarıdan gözlemlemesini sağlar.

Tek başına konuşma, bireyin içsel düşüncelerini yüksek sesle ifade etmesine dayanır.

Paylaşım, canlandırma sonrasında grup üyelerinin kendi duygularını ifade ettiği aşamadır.

Cevap: D

10. Soruda protagonistin sahnedeki rolü bir **yardımcı benliğe devredilerek**, kendi davranışlarını **dışarıdan izlemesi sağlanmıştır**. Bu süreç, bireyin kendi yaşantısını ve davranışlarını dışarıdan gözlemleyerek **farkındalık ve içgörü kazanmasını** amaçlayan **ayna tekniğini** ifade eder. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

Rol değiştirme, bireyin başka bir kişinin rolüne girerek onun bakış açısını deneyimlemesini sağlar.

Eşleme, bireyin ifade edemediği duygu ve düşüncelerin başka bir grup üyesi tarafından dile getirilmesidir.

Isınma, psikodrama sürecinde katılımcıların çalışmaya hazırlanmasını sağlayan başlangıç aşamasıdır.

Dramatizasyon, yaşantıların sahnelenmesi sürecini genel olarak ifade eder, özel bir teknik değildir.

Cevap: A

11. Soruda protagonistin ifade etmekte zorlandığı duygu ve düşünceler, bir grup üyesinin onun yanında yer alarak **onun ağzından dile getirmesiyle** görünür hâle getirilmektedir. Protagonistin bu ifadeleri **onaylaması ya da düzeltilmesi**, sürecin onun içsel yaşantısını açığa çıkarmaya hizmet ettiğini gösterir. Bu özellikler, danışanın ifade edemediği içeriklerin başka bir kişi tarafından tamamlandığı **eşleme (double) tekniğini** tanımlar. **Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

Ayna, bireyin kendi davranışlarını dışarıdan gözlemlemesini sağlar.

Rol değiştirme, bireyin başka bir kişinin rolüne girerek onun bakış açısını deneyimlemesidir.

Tek başına konuşma, bireyin düşüncelerini sahnede yüksek sesle ifade etmesidir.

Paylaşım, canlandırma sonrasında grup üyelerinin kendi duygularını ifade ettiği aşamadır.

Cevap: C

12. "**Bazı önemli ayrıntıları gözden kaçırma**" ifadesi, görüşme sırasında önemli bilgi ve ipuçlarının fark edilmemesi durumudur. Bu durum **ihmal hatasıdır**; çünkü kişi bazı verileri yeterince önemsemeyerek göz ardı etmiştir.

"Bazı söylediklerini olduğu gibi hatırlamayıp kaydetmeme" ifadesi, bilgilerin hatırlanırken değiştirilmesi, eksik ya da farklı biçimde aktarılmasıdır. Bu durum **derleme hatasıdır**; çünkü veri doğru şekilde toplanamamış ve aslına uygun yansıtılamamıştır.

"Bazı davranışların üzerinde fazla durma" ifadesi ise belirli davranışların abartılması ve diğerlerinin geri planda bırakılmasıdır. Bu durum **tanıma hatasıdır**; çünkü bazı özellikler seçici biçimde öne çıkarılmıştır.

Bu sıralama **İhmal - Derleme - Tanıma** şeklindedir.

Cevap: B

13. Soruda bibliyoterapi için kitap seçerken **hangi kriterin öncelikli olduğu** sorulmaktadır. Bibliyoterapide temel amaç, danışanın kendini metinle **özdeşleştirebilmesi**, süreci **anlayabilmesi** ve içerikten **yarar sağlayabilmesidir**. Bu nedenle seçilecek kitabın danışanın **yaşına ve gelişim düzeyine uygun olması, dilinin anlaşılır olması ve kültürel olarak tanındık olması** en temel kriterdir; aksi durumda danışan metinle bağ kuramaz ve süreç işlevini kaybeder. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneği, popülerlik ve karmaşıklığa odaklanır; terapötik uygunluk içermez.

C seçeneği, danışanın sorunuyla ilgisiz içerik önerir; özdeşim kurulamaz.

D seçeneği, ağır akademik içerik sunar; ergen düzeyine uygun değildir.

E seçeneği, ilgisiz ve olumsuz içerik vurgular; terapötik fayda sağlamaz.

Cevap: A

14. Soruda ergenlerin **ilgi alanlarının değişken olduğu** vurgulanmakta ve bu durumda ilgi envanterlerinin **nasıl kullanılmasının uygun olacağı** sorulmaktadır. İlgili envanterleri, ergenlik döneminde kesin meslek seçimi yaptırmak için değil; öğrencilerin **ilgi alanlarını tanımalarına, farkındalık kazanmalarına ve meslek alanlarını keşfetmelerine** yardımcı olmak amacıyla kullanılır. Bu nedenle en uygun yaklaşım, envanter sonuçlarını **bilgilendirme ve yönlendirme aracı olarak kullanmaktır. Bu nedenle doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneği, ilgileri sık ölçüp tek bir mesleğe yönlendirme yapar; bu, ilgilerin değişken doğasına aykırıdır.

C seçeneği, ilgiyi yeteneğe indirger; oysa ilgi ve yetenek ayrı boyutlardır.

D seçeneği, ölçme araçlarını tamamen dışlar; bu bilimsel yaklaşım değildir.

E seçeneği, ilgi envanterlerini tamamen reddeder; bu da rehberlik ilkesine aykırıdır.

Cevap: B

15. Soru, verilen sosyometrik tabloya göre öğrencilerin **seçilme, reddedilme ve ilişkisel yapıları** doğru yorumlamayı gerektirir.

I. ifade: "Sınıfın en esprili öğrencisi Gülşah'tır." Sosyometri verisi yalnızca **tercih ve ilişkiyi** gösterir; "esprili olma" gibi kişilik özelliği çıkarılamaz. **Yanlıştır.**

II. ifade: "Kazım, Jale ve Sertan'ın seçilme puanları eşittir." Tablo incelendiğinde bu üç öğrencinin aldığı tercih sayıları ve puanları **eşit düzeydedir. Doğrudur.**

III. ifade: "Selvi reddedilen bir öğrencidir." Selvi'nin tercih edilmediği ve seçimlerde geri planda kaldığı görülmektedir; bu durum **reddedilme/düşük tercih edilme** göstergesidir. **Doğrudur.**

IV. ifade: "Emine dışlanan bir öğrencidir." Emine bazı öğrenciler tarafından tercih edilmiştir; tamamen dışlanmış değildir. **Yanlıştır.**

V. ifade: "Ferdî ve Gülşah ilk sırada birbirlerini seçmiştir." Karşılıklı ve aynı sırada seçim yoktur. **Yanlıştır.**

VI. ifade: "Grupta zincirsel bir ilişki vardır." Belirgin bir zincir ($A \rightarrow B \rightarrow C \rightarrow D$ gibi) net biçimde oluşmamıştır. **Yanlıştır.**

Bu durumda doğru ifadeler **II ve III**'tür.

Cevap: A

1. Liderin müdahalesi, üyelerin grup içinde ortaya koydukları **kişiler arası davranış örüntülerinin** gerçek yaşamlarındaki ilişkilerinin bir **yansıması olduğunu fark etmelerine** yöneliktir. Grup, bireyin dış dünyadaki ilişki biçimlerini küçük ölçekte yeniden sergilediği bir yapı olarak işlev görür. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki toplumun mikrokosmosu olmasıdır.**

A) Şimdi ve burada yaklaşımının esas olması: Bu yaklaşım, grup içinde o anda yaşanan duygu ve etkileşimlere odaklanmayı ifade eder. Ancak burada vurgu, yaşantının **gerçek yaşamla bağlantılandırılmasıdır.**

B) Süreç olması: Bu özellik, grubun zamana yayılan ve gelişim gösteren bir yapı olduğunu ifade eder. Soruda ise belirli bir müdahalenin **hangi kuramsal özelliği yansıttığı** sorgulanmaktadır.

D) Dinamik yapıda olması: Grup yapısının değişken ve akışkan olduğunu ifade eder. Ancak bu seçenek, liderin yaptığı **paralellik kurdurma müdahalesini** açıklamaz.

E) Üyelerin kendini açmasının esas olması: Üyelerin duygu ve düşüncelerini paylaşmasıdır. Soruda kendini açma yer alsa da asıl vurgu **davranış örüntülerinin dış dünyayı yansıtmasıdır.**

Cevap: C

2. Yalom'a göre etkili bir grupta psikolojik danışmanın gerçekleşebilmesi için en temel ve vazgeçilmez koşul **grup bağlılığıdır. Grup bağlılığı**, üyelerin gruba ait hissetmeleri, kendilerini güvende hissetmeleri ve diğer üyelerle duygusal bir bağ kurmalarıdır. Bu bağ olmadan üyeler **kendini açma, geri bildirim verme-alma ve terapötik süreçlere katılım** konusunda isteksiz olur. Yalom, grup bağlılığını bireysel terapidaki terapötik ilişkiye eşdeğer görür ve diğer terapötik faktörlerin etkili olabilmesi için bir **zemin** olarak kabul eder. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki grup bağlılığıdır.**

A) Özgecilik: Üyelerin birbirlerine yardım etmesi önemli bir terapötik faktördür; ancak bu durumun ortaya çıkabilmesi için öncelikle **grup bağlılığının oluşması** gerekir.

C) Özgürlük: Üyelerin kendilerini ifade edebilmesi değerlidir; fakat bu ortamı sağlayan temel unsur yine **güven ve bağlılıktır.**

D) Grup çekiciliği: Grubun üyeler için cazip olması katılımı artırabilir; ancak terapötik değişim için tek başına yeterli değildir.

E) Terapötik gerilim: Grup içinde belirli düzeyde gerilim değişimi tetikleyebilir; fakat bu gerilimin tolere edilebilmesi için öncelikle **bağlılık ve güven ortamı** gereklidir.

Cevap: B

3. Bu soru, grupta psikolojik danışmada **direncin en yoğun görüldüğü aşamayı** sorgulamaktadır. Literatürde ve özellikle Yalom'un yaklaşımında, üyelerin **kaygı, belirsizlik, güven sorunları ve otoriteye karşı tepkiler** geliştirdiği dönem **geçiş aşamasıdır.** Bu aşamada üyeler **gruba uyum sağlama ile kendini koruma** arasında kalır, bu da **direnç, çatışma, sessizlik ya da yüzeysel katılım** gibi tepkilere yol açar. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğindeki geçiş aşamasıdır.**

A) Başlangıç: Bu aşamada üyeler daha çok **tanıma, yönelim ve beklenti oluşturma** sürecindedir. Kaygı olabilir ancak sistematik direnç henüz belirgin değildir.

C) Eylem: Bu aşamada üyeler daha fazla **kendini açma, geri bildirim alma ve değişim** sürecine girer. Direnç büyük ölçüde aşılmıştır.

D) İşin yapılması: Bu ifade eylem aşamasına karşılık gelir ve üyelerin **aktif çalıştığı, terapötik kazanımların arttığı** dönemdir; direnç baskın değildir.

E) Sonlandırma: Bu aşamada üyeler **ayrılık, kazanımları değerlendirme ve vedalaşma** ile ilgilenir. Dirençten çok **duygusal kapanış** ön plandadır.

Cevap: B

4. Bu soru, farklı grup türleri arasında **amaç ve müdahale derinliği açısından ayırım yapmayı** gerektirir. Üyelerin **iyileştirilmesi, tedavi edilmesi ve kişiliklerinin yeniden yapılandırılması** hedefi, doğrudan klinik düzeyde müdahaleyi ifade eder. Bu özellikler, yüzeysel destek ya da gelişimden ziyade **derinlemesine terapötik değişimi** amaçlayan **terapi gruplarına** aittir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki terapi gruplarıdır**.

- A) **Destek grupları:** Bu gruplar üyelerin **duygusal destek almasını ve yalnızlık hissinin azalmasını** amaçlar. Tedavi ya da kişilik yeniden yapılandırma hedefi yoktur.
- B) **Kendi kendine yardım grupları:** Benzer sorunları yaşayan bireylerin **karşılıklı paylaşım ve dayanışma** içinde olduğu gruplardır. Profesyonel terapötik müdahale sınırlıdır.
- D) **Maraton grupları:** Yoğun ve uzun süreli oturumlarla farkındalık artırmayı hedefler; ancak temel amaç **derin klinik tedavi ve yeniden yapılandırma** değildir.
- E) **Psikolojik danışma grupları:** Daha çok **geişimsel, önleyici ve uyum artırıcı** amaçlar taşır. Klinik düzeyde tedavi ve kişilik yeniden yapılandırma odaklı değildir.

Cevap: C

5. Bu soru, grupta psikolojik danışmada **derinleşme, içgörü kazanma ve davranış değişikliği** süreçlerinin hangi aşamada gerçekleştiğini sorgulamaktadır. Üyelerin **davranış kalıplarını anlamlandırmaları, kendilerini daha derinden keşfetmeleri ve alternatif davranışları denemeleri**, grubun en verimli ve çalışmanın aktif olarak yürütüldüğü **eylem aşamasının** temel özellikleridir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğindeki eylem aşamasıdır**.

- A) **Başlangıç:** Bu aşamada üyeler daha çok **tanışma, güven oluşturma ve sürece uyum sağlama** ile meşguldür. Derin içgörü henüz gelişmemiştir.
- B) **Geçiş:** Bu aşamada **direnç, çatışma ve güvensizlik** ön plandadır. Üyeler henüz tam anlamıyla açılmadıkları için derin çalışma sınırlıdır.

- C) **Sonlandırma:** Bu aşama, **kazanımların değerlendirilmesi ve vedalaşma** sürecidir. Yeni davranış geliştirme değil, süreci tamamlama söz konusudur.

- E) **Hazırlık:** Grup öncesi aşamadır; üyelerin seçimi ve bilgilendirilmesi yapılır. Terapötik çalışma henüz başlamamıştır.

Cevap: D

6. Bu soru, **psikoeğitim grupları ile psikolojik danışma/terapi gruplarının farklarını doğru ayırt etmeyi** gerektirir. **E seçeneğindeki "Psikolojik danışma ve terapi gruplarında terapötik faktörler daha çok bilişsel destek ve bilişsel anlayıştan oluşurken, psikoeğitim gruplarındaki terapötik faktörler daha çok duygusal destek, duygusal anlayış, bilişsel destek ve bilişsel anlayıştır"** ifadesi **yanlıştır**. Çünkü psikolojik danışma ve terapi gruplarında **duygusal yaşantı, kişiler arası etkileşim ve içgörü** ön plandayken; psikoeğitim grupları daha çok **bilgi verme ve beceri kazandırma** odaklıdır.

A seçeneğindeki psikoeğitim gruplarında kazandırılacak hedef davranışlar bellidir ifadesi doğrudur. Bu gruplar yapılandırılmıştır ve beceri geliştirmeye yöneliktir.

B seçeneğindeki psikolojik danışma ve terapi gruplarında grup yapısının öncelikli işlevi güven ortamını oluşturmaktır ifadesi doğrudur. Psikoeğitim gruplarında ise yapı, belirli bir içeriğin etkili sunulmasına hizmet eder.

C seçeneğindeki psikolojik danışma ve terapi gruplarında oturum süresi daha uzundur ifadesi doğrudur. Psikoeğitim grupları özellikle okul ortamında daha kısa süreli yürütülür.

D seçeneğindeki psikoeğitim gruplarında liderin eğitici rolü vardır ifadesi doğrudur. Psikolojik danışma ve terapi gruplarında ise lider süreci kolaylaştırır.

Cevap: E

7. Bu soru, psikoeğitim grubu oluşturma sürecinde **öncelikli ve temel adımı** sorgulamaktadır. Psikoeğitim grupları doğası gereği **ihtiyaç temelli** yapılandırılır; yani grubun amacı, içeriği, hedef davranışları ve kullanılacak teknikler, doğrudan katılımcıların ihtiyaçlarına göre belirlenir. Bu nedenle psikolojik danışmanın ilk yapması gereken şey, öğrencilerin **hangi alanlarda desteğe ihtiyaç duyduğunu sistematik biçimde belirlemek ve değerlendirmektir**. Bu aşama, sonraki tüm planlamaların bilimsel ve işlevsel olmasını sağlar.

Cevap: D

8. Bu soru, hangi grup türünde **gizlilik ve güvenin birincil odak olmadığını** ayırt etmeyi gerektirir. **D seçeneğindeki psikoeğitim grupları doğru cevaptır**. Çünkü psikoeğitim grupları daha çok **bilgi verme, beceri kazandırma ve yapılandırılmış içerik sunma** odaklıdır; derin kişisel paylaşımlar zorunlu değildir. Bu nedenle gizlilik ve güven önemli olmakla birlikte **birincil vurgu değildir**.

A seçeneğindeki intrapsişik gruplar, bireyin iç dünyasına yönelik derin çalışmalar içerdiği için **gizlilik ve güven temel bir gerekliliktir**.

B seçeneğindeki kişiler arası ilişkiler grupları, üyelerin birbirleriyle etkileşimleri üzerinden çalıştığı için **güvenli ortam ve gizlilik olmazsa olmazdır**.

C seçeneğindeki birey merkezli gruplar, üyelerin kendini açmasına dayandığı için **koşulsuz kabul ve güven temel yapı taşlarıdır**.

E seçeneğindeki etkileşim grupları, yoğun kişiler arası geri bildirim ve paylaşım içerdiğinden **gizlilik ve güven kritik önemdedir**.

Cevap: D

9. Grupla psikolojik danışmada liderin temel rolü, üyelerin yaşantılarını keşfetmelerine yardımcı olmak, **kişiler arası etkileşimi kolaylaştırmak ve farkındalık geliştirmelerini sağlamaktır**. Bu süreçte lider **öğüt veren, yönlendiren bir otorite** değildir. Bu nedenle **C seçeneğindeki liderin öğüt vermesi üzerine kuruludur ifadesi doğru değildir**.

A seçeneğindeki kişiler arası ilişkileri temel alır ifadesi doğrudur. Grup çalışmaları üyeler arası etkileşim üzerinden ilerler.

B seçeneğindeki şimdi ve burada yaklaşımı esastır ifadesi doğrudur. Grup içinde o anda yaşanan yaşantılar çalışma materyalidir.

D seçeneğindeki üyelerin kendini açması esastır ifadesi doğrudur. Terapötik ilerleme için paylaşım ve açıklık önemlidir.

E seçeneğindeki süreç içerikten daha önemlidir ifadesi doğrudur. Grup çalışmalarında sürecin nasıl yaşandığı, içerikten daha belirleyicidir.

Cevap: C

10. Grupla psikolojik danışmada üyeler sınırlı süreyi diğer üyelerle paylaşmak durumundadır; bu nedenle bireysel danışmaya kıyasla **her üyenin uzun süre konuşma fırsatı bulması mümkün değildir**. Bu durum, grup çalışmasının bir avantajı değil, aksine sınırlılıklarından biridir. Bu nedenle **B seçeneğindeki üyelerin daha uzun süre konuşma olanağı bulabilmesi ifadesi doğru değildir**.

A seçeneğindeki üyelerin birbirlerinden geri bildirim alabilmeleri ifadesi doğrudur. Grup ortamı çok yönlü geri bildirim sağlar.

C seçeneğindeki kişiler arası etkileşim becerilerinin öğrenilmesine olanak vermesi ifadesi doğrudur. Grup, sosyal öğrenme için doğal bir ortamdır.

D seçeneğindeki üyelerin yalnız olmadıklarını görmesi ifadesi doğrudur. Bu durum evrensellik yaşantısını destekler.

E seçeneğindeki problemlere farklı çözüm önerileri geliştirilebilmesi ifadesi doğrudur. Farklı bakış açıları grup çalışmasının önemli kazanımlarındandır.

Cevap: B

11. Grupla psikolojik danışmada **kapalı gruplar**, baştan belirlenen üye listesiyle başlar ve süreç boyunca üyeler sabit kalır; ayrıca grup **belirlenen süre ve oturum sayısı tamamlandığında birlik-te sonlandırılır**. Bireysel olarak bir üyenin "ihtiyacı kalmadı" düşüncesiyle herhangi bir oturumda grubun sonlandırılması söz konusu değildir. Bu nedenle **B seçeneğindeki kapalı gruplarda her üye için ihtiyacı kalmadığı düşünülürse grubun herhangi bir oturumunda sonlandırma yapılır ifadesi yanlıştır**.

A seçeneğindeki açık gruplarda üyenin ayrılabilmesi ifadesi doğrudur. Açık gruplarda giriş çıkış esnekliği vardır.

C seçeneğindeki gruplarda gizlilik temel ilkedir ifadesi doğrudur. Güvenli ortamın oluşması için vazgeçilmezdir.

D seçeneğindeki alıştırma bireyin kendini tanıması amacıyla yapılabilir ifadesi doğrudur. Teknikler farkındalık geliştirmeye hizmet eder.

E seçeneğindeki her üye kendi adına konuşmalıdır ifadesi doğrudur. Bu, sorumluluk ve özgün ifade açısından temel bir ilkedir.

Cevap: B

12. Funda Hanım'ın "**Hı hımm**" ifadesi, danışanın konuşmasını sürdürmesini destekleyen **asgari düzeyde teşvik** becerisidir. **Asgari düzeyde teşvik**, danışanın sözünü kesmeden onu dinlediğini gösteren kısa sözel ya da sözel olmayan tepkilerdir; danışanı konuşmaya devam etmeye cesaretlendirir. Ardından söylediği "**Sen oturumlar sırasında kıskançlığını yenmeyi öğrenmek istiyorsun**" ifadesi ise danışanın söylediklerini kendi cümleleriyle yeniden ifade etme, yani **içerik yansıtmadır**. **İçerik yansıtmada**, danışanın ifade ettiği düşünce ve durumu özetleyerek ona geri sunma ve böylece hem anlaşıldığını hissettirme hem de içeriği netleştirme becerisidir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki asgari düzeyde teşvik - içerik yansıtmadır**.

Konuşmaya açık davet: Danışanı daha ayrıntılı konuşmaya teşvik eden açık uçlu ifadelerdir. Örneğin "Bu konuda biraz daha bahseder misin?"

Kapalı uçlu soru: Genellikle "evet-hayır" şeklinde kısa yanıtlar alınan sorulardır. Örneğin "Bundan rahatsız oldun mu?"

Kendini açma: Danışmanın kendi yaşantısından örnek vererek süreçte katılmasıdır. Örneğin "Yeni başladığım bir işte ben de ilk zamanlar **kendimi oldukça yetersiz ve kaygılı hissetmişim**."

Duygu yansıma: Danışanın duygularını fark edip ona geri sunmadır. Örneğin "Bu durum seni oldukça üzmüş görünüyor."

Anlamı kişiselleştirme: Danışanın yaşadığı durumu, **duygu + içerik + kişisel inanç** bağlamında birleştirilerek ona özgü anlam kurmaktır. Örneğin "Arkadaşların seni davet etmediğinde **üzülüyorsun**, çünkü onlar için yeterince önemli olmadığını düşünüyorsun."

Cevap: C

13. **Psikoeğitim grupları** doğası gereği **önleyici, gelişimsel, bilişsel odaklı ve beceri kazandırmaya yönelik** yapılandırılmış gruplardır. Bu gruplarda amaç, bireylerin belirli bir konuda **bilgi edinmesi ve beceri geliştirmesidir**; ancak belirli bir "iş tamamlama" ya da görev odaklı bir üretim hedefi bulunmaz. Bu tür bir hedef daha çok **iş/görev gruplarının** özelliğidir; bu gruplar belirli bir işi tamamlamak, ürün ortaya koymak ya da somut bir hedefe ulaşmak amacıyla oluşturulur. Bu nedenle **D seçeneğindeki belirlenmiş bir işi başarma hedefi vardır ifadesi psikoeğitim gruplarının özelliği değildir**.

A seçeneğindeki önleyicidir ifadesi doğrudur. Riskleri azaltmaya yöneliktir.

B seçeneğindeki bilişsel odaklıdır ifadesi doğrudur. Bilgi ve farkındalık geliştirme ön plandadır.

C seçeneğindeki beceri geliştirmeye yöneliktir ifadesi doğrudur. Üyelere yeni davranışlar kazandırılır.

E seçeneğindeki gelişimseldir ifadesi doğrudur. Bireyin gelişimini destekler.

Cevap: D

14. Grup duyurusunda genellikle **grubun amacı, kimlerin katılabileceği, üyelere beklenenler, gizlilik koşulları, hak ve sorumluluklar** ile birlikte liderin **profesyonel geçmişine ilişkin kısa bir tanıtım** yer alır. Buna karşılık **oturumların gündemleri** duyuruda **yer almaz**; çünkü grupla psikolojik danışmada gündem önceden belirlenmez. **Oturumlar grup üyelerinin getirdiği yaşantılar ve etkileşimler üzerinden şekillenir.**

Cevap: A

15. İntrapsişik yönelimli grup çalışmaları, bireyin **içsel yaşantılarına, bilinçdışı süreçlerine ve çekirdek çatışmalarına** odaklanır. Amaç, danışanın kendi içinde yaşadığı çatışmaları fark etmesi ve **içgörü geliştirmesidir**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğindeki çekirdek çatışmalar üzerinden farkındalık artırmadır**.

Kişiler arası ilişkilerde sosyal beceri geliştirme, kişiler arası yönelimli grupların odağıdır.

İş ve meslek verimini artırma, daha çok iş/göreve yönelik grupların özelliğidir. Bu gruplar belirli bir işi daha etkili yapma, verim artırma ve performansı geliştirme amacı taşır.

Üyeler arası etkileşim ve iletişim biçimlerine odaklanma, yine kişiler arası süreç gruplarına aittir.

Problem alanlarıyla ilgili bilgi verme, psikoeğitim gruplarının temel özelliğidir.

Cevap: A

1. Kişiler arası ilişkiler odaklı gruplarda amaç, üyelerin **şimdi ve burada etkileşimleri üzerinden birbirlerini anlayabilmeleri ve kişiler arası örüntülerini fark edebilmeleridir**. Bu sürecin sağlıklı ilerleyebilmesi için üyeler arasında **iletişimi zorlaştıracak düzeyde farklılıkların bulunmaması** gerekir. Özellikle sosyoekonomik açıdan çok büyük farklılıklar, üyelerin **yaşantılarını anlamasını ve ortak zemin kurmasını güçleştirir**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki sosyoekonomik açıdan üyelerin homojen olmasına dikkat edilmesidir**.

Yaş açısından heterojenlik: Özellikle ergen gruplarında gelişimsel farklar etkileşimi zorlaştırabilir.

Cinsiyet açısından homojenlik: Zorunlu değildir; karma gruplar kişiler arası öğrenmeyi destekleyebilir.

Duygusal güçlüğü olanları mümkün olduğunca almak: Grup dengesini ve işlevselliğini bozar.

Üye sayısını mümkün olduğunca az tutmak: Doğru değildir; grup için ideal bir üye sayısı vardır.

Cevap: C

2. Açık gruplar, üyelerin **gruba giriş ve çıkışlarının esnek olduğu**, yani sabit bir üye listesiyle değil **değişken bir yapıyla** yürütülen gruplardır. Üyeler ihtiyaç duyduklarında gruba katılabilir, ihtiyaçları kalmadığında ayrılabilir; bu nedenle grup sürecinde **farklı zamanlarda sonlandırmalar yaşanır** ve lider zaman zaman **yeniden yapılan-dırma** yapmak durumunda kalır. Bu yapı, grup dinamiklerinin sürekli değişmesine yol açar. Bu nedenle **D seçeneğindeki "gruba ihtiyacı kalmayan üye süreç sonuna kadar gruba devam eder" ifadesi açık grupların özelliği değildir**.

Yeni katılan her üye için yapılandırma yapmak gerekir: Yeni üyelerin uyumu için süreç yeniden çerçevelenir.

Her bir üye farklı oturumlarda sonlandırma yaşar: Üyeler farklı zamanlarda ayrıldığı için bireysel sonlandırmalar olur.

Üyelerin terapötik güçleri oluşturması zaman alabilir: Sürekli değişim güven ve bağlılığı geciktirir.

Gruba yeni üye girişinde veya üyelerin ayrılışında gerileme veya direnç görülebilir: Grup dengesi değiştiğinde bu tür tepkiler ortaya çıkabilir.

Cevap: D

3. Grupla psikolojik danışmada üye sayısının fazla tutulması, grup sürecini olumsuz etkiler; çünkü üye sayısı arttıkça **etkileşim azalır, bireysel süre kısalır ve geri bildirim süreçleri zayıflar**. Bu nedenle **E seçeneğinde üye sayısı arttıkça üyelerin birbirlerine daha çok geri bildirim verme olasılığı artar ifadesi yanlıştır**, çünkü üye sayısı arttıkça üyelerin birbirlerine geri bildirim verme fırsatları artmaz, aksine azalır.

A seçeneğinde üye sayısı arttıkça üyelerin birbirleriyle etkileşime girme imkânı azalır ve doğrudan ilişki kurmaları zorlaşır, **açıklaması doğrudur**.

B seçeneğinde üye sayısı arttıkça her üyenin aktif katılım gösterme fırsatı azalır, **açıklaması doğrudur**.

C seçeneğinde üye sayısı arttıkça etkileşimler yüzeysel kaldığı için üyelerin kendilerini ve başkalarını kabul etmesi zorlaşır, **açıklaması doğrudur**.

D seçeneğinde üye sayısı arttıkça her üyeye ayrılan süre hem miktar hem de verim açısından azalır, **açıklaması doğrudur**.

Cevap: E

4. Psikolojik danışma gruplarında ortamın **gizliliği sağlanması, yeterli büyüklükte olması, üyelerin birbirini görebileceği şekilde daire düzeninde oturulması ve uygun aydınlatmaya sahip olması** grup sürecini desteklediği için bunların sağlanması doğrudur. Buna karşılık **D seçeneğinde üyelerin mutlaka koltuk ya da sandalyede olması gerekir ifadesi uygun değildir**, çünkü grup ortamında oturma düzeni esnek olabilir.

Cevap: D

5. Grupla psikolojik danışmada temel iletişim ilkesi, üyelerin **doğrudan ve spontan etkileşim kurabilmesi**, yani konuşmanın lider tarafından katı biçimde kontrol edilmemesidir. Bu süreçte lider, konuşma sırasını dağıtan bir otorite değil, **süreci kolaylaştıran** kişidir. Bu nedenle **A seçeneğinde "lider söz verdiğinde konuşmak" ifadesi grup kuralları arasında yer almaz**, çünkü grup süreci doğal etkileşim üzerine kuruludur, izin alarak konuşma esas değildir.

Cevap: A

6. Murat'ın ifadelerinde **kaygı, yanlış anlaşılma korkusu, kabul edilip edilmeme endişesi ve geri çekilme isteği** görülmektedir; bu durum üyelerin gruba uyum sağlama ile kendini koruma arasında kaldığı, **direnç ve belirsizliklerin yoğun yaşandığı** dönemi gösterir. Liderin bunu grupta tartışmaya açması da bu aşamanın tipik bir özelliğidir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğindeki geçiş aşamasıdır**.

Başlangıç aşamasında üyeler daha çok tanışma, yönelim ve güven oluşturma sürecindedir; bu düzeyde derin kaygı ve çatışmalar henüz bu kadar belirgin değildir.

Eylem aşamasında üyeler daha açık, derin ve üretken çalışır; kendini açma artmış ve direnç büyük ölçüde azalmıştır.

Sonlandırma aşamasında süreç değerlendirilir, vedalaşma ve ayrılık duyguları ön plandadır.

Cevap: C

7. Soru kökü, **ön görüşmede yapılan bu bilgilen-dirmenin temel işlevini** sorgulamaktadır. Verilen bilgiye göre danışman, önceki gruplardan **başarı örnekleri sunarak ve davranışsal amaçlara ulaşmayı vurgulayarak** aday üyelerde grubun etkili ve faydalı olduğu algısını oluşturur. Bu, doğrudan grubun değerini yükseltir ve katılma isteğini artırır. Nitekim verilen kuramsal bilgide de açıkça, **önceki danışanların sorunlarını örneklemek ve davranışsal amaçlara ilişkin örnekler vermek grubun çekiciliğini artırır** ifadesi yer almaktadır. Bu nedenle davranışın birincil amacı **grubun çekiciliğini artırmaktır**.

Cevap: B

8. Soru kökü, **gruba aidiyet duygusunun artmasının hangi sonucu doğurmayacağını** sorgulamaktadır. Aidiyet duygusu artan bir üye; kabul gördüğünü, değer verildiğini hisseder ve bu durum onun grup sürecine daha aktif katılmasına, kendini daha rahat ifade etmesine ve diğer üyelerle karşılıklı etkileşime girmesine zemin hazırlar. Ancak grupla psikolojik danışmada **öğüt verme**, temel ilkelerle uyumlu bir yaklaşım değildir; süreçte üyelerin kendi farkındalıklarını geliştirmeleri esastır ve doğrudan öğüt vermek genellikle sınırlandırılır ya da uygun bulunmaz. Bu nedenle aidiyetin artmasıyla beklenen bir sonuç değildir. **E seçeneği doğrudur**.

Aidiyet duygusu gelişen bir üye, kendini gruba ait hissettikçe **grup içinde daha aktif rol alma ve diğer üyeleri etkileme çabası** artabilir. Güven ortamı oluştuğunda **diğer üyelerden etkilenmeye ve geri bildirim almaya daha açık hâle gelebilir**. Kabul edildiğini hisseden birey, **diğer üyeleri de daha kolay kabul edebilir ve ilişkilerinde daha olumlu bir tutum sergileyebilir**. Aynı şekilde artan güvenle birlikte **kendini açma ve kişisel yaşantılarını paylaşma düzeyi de yükselir**.

Cevap: E

9. Soru kökü, **maraton gruplarının neden uzun süreli olarak yapılandırıldığını** sorgulamaktadır. Maraton gruplarda üyelerin 3-4 gün kesintisiz biçimde bir araya gelmesi, yüzeysel iletişimin ötesine geçilerek **savunmaların zayıflaması, dirençlerin kırılması ve bireyin daha derin düzeyde kendini ortaya koyması** için zaman tanımayı amaçlar. Sürenin uzaması, grup sürecinin hızlanmasını ve üyelerin daha yoğun bir psikolojik çözülme ve farkındalık yaşamasını sağlar. Bu nedenle temel amaç, etkileşimi artırarak **savunmaların çözülmesi ve benliğin daha saydam hâle gelmesidir**. **B seçeneği doğrudur**.

Maraton grup sürecinde süre uzadıkça **üyelerin birbirleriyle etkileşimi artabilir ve grup içinde daha yoğun bir paylaşım ortamı oluşabilir**. Bu yoğunluk sayesinde **üyeler birbirlerinden daha fazla etkilenmeye ve geri bildirim almaya açık hâle gelebilir**. Aynı zamanda süreç derinleştikçe **üyelerin kendilerini daha fazla açmaları ve içsel yaşantılarını ortaya koymaları kolaylaşabilir**. Ancak bu gruplar **bilgi verme, öğretim yapma ya da dışsal bir görevi tamamlamaya odaklı değildir**; ayrıca temel hedef **klinik sağaltım yürütmek ya da lidersiz bir yapı kurmak** da değildir.

Cevap: B

10. Soru kökü, **etkileşim temelli psikolojik danışma gruplarının hangi amacı hedeflemediğini** sorgulamaktadır. Bu gruplarda değişim; üyelerin birbirlerinden aldıkları geri bildirimler, burada ve şimdi yaşantıları, kişiler arası etkileşimleri ve grup dinamikleri sayesinde **farkındalık ve içgörü kazanmalarıyla** ortaya çıkar. Yani değişim, grup sürecinin doğal bir ürünü olarak gelişir; grup, üyelerin düşünce ve inançlarının **doğrudan değiştilmesini hedefleyen bir yapı değildir**.

Bu süreçte üyeler **demokratik etkileşimler içinde kendi değerlerini yeniden değerlendirebilir ve geliştirebilir**. Grup ortamında yoğun geri bildirim alışverişi sayesinde **başkalarının duygusal tepkilerine karşı duyarlılık artabilir**. Kabul ve destek ortamı oluştuğunda **benlik saygısı güçlenebilir**. Aynı zamanda üyeler, grup içinde yaşadıkları deneyimler aracılığıyla **sorunlarıyla yüzleşme ve bunlarla başa çıkma becerilerini geliştirebilir**. Buna karşılık **"öğrencilerin fikirlerini, değerlerini ve inançlarını incelemek ve değiştirmek"** ifadesi, değişimin grup etkileşimi ve içgörü yoluyla kendiliğinden oluşması ilkesine değil, dıştan yönlendirilmiş bir değişime işaret eder; bu nedenle etkileşim temelli grup anlayışının doğasına uygun değildir.

Cevap: C

11. Soru kökü, **yüzleştirme ve yorumlama gibi müdahalelerin grup sürecinde hangi terapötik gücü özellikle desteklediğini** sorgulamaktadır. Yüzleştirme ve yorumlama, üyelerin kaçındıkları içeriklerle karşılaşmalarını, çelişkilerini fark etmelerini ve kendilerini daha derin düzeyde değerlendirmelerini sağlar. Bu müdahaleler, grup içinde belirli bir düzeyde **gerilim ve zorlanma oluşturarak** değişimi harekete geçirir. Dolayısıyla bu tür teknikler doğrudan **terapötik gerilimin oluşmasına** hizmet eder.

Bu tür müdahaleler kullanıldığında grup içinde **üyeler kendi davranışlarıyla daha fazla yüzleşebilir ve farkındalık düzeyleri artabilir**. Süreç ilerledikçe **üyeler geri bildirimlere daha açık hâle gelebilir ve kendilerini yeniden değerlendirme eğilimi gösterebilir**. Aynı zamanda uygun dozda gerilim, **grup sürecinin yüzysellikten çıkıp daha derin ve anlamlı bir düzeye taşınmasını sağlayabilir**. Buna karşılık bu müdahaleler doğrudan **aidiyet, kabul ya da çekicilik oluşturma amacıyla kullanılmaz**; bu unsurlar daha çok destekleyici ve kabul edici iklimle gelişir.

Cevap: C

12. Soru kökü, **grupla psikolojik danışma sürecinde terapötik güçler arasında yer almayan unsur** sorgulamaktadır. Verilen listeye göre terapötik güçler; süreçte değişimi doğrudan destekleyen dinamiklerdir ve bu listede yer alan unsurlar dikkate alınmalıdır.

Üye beklentileri, üyelerin gruptan ne elde edeceklerine dair inançlarını ve motivasyonlarını etkileyerek sürece katılımı güçlendirir; bu nedenle terapötik güçler arasında yer alır.

Grup lideri (psikolojik danışman), süreci yapılandıran, yönlendiren ve terapötik iklimi oluşturan temel unsurdur; bu nedenle terapötik güçler arasında yer alır.

Geri bildirim, üyelerin kendilerini ve kişiler arası etkilerini fark etmelerini sağlayarak içgörü gelişimine katkı sunar; bu nedenle terapötik güçler arasında yer alır.

Açıklık (kendini açma), üyelerin yaşantılarını paylaşımları ve derinleşmeleri için temel bir süreç değişkenidir; bu nedenle terapötik güçler arasında yer alır.

Üye sayısı, grubun yapısal bir özelliğidir; grup dinamiklerini etkileyebilir ancak doğrudan değişimi sağlayan bir terapötik güç değildir, bu nedenle terapötik güçler arasında yer almaz.

Cevap: E

13. Soru kökü, **liderin kullandığı etkinliğin hangi amacı gerçekleştirmeye yönelik olduğunu** sorgulamaktadır. Fotoğraf getirme ve bu fotoğraf üzerinden "neden seçtin, hikâyesi nedir, sende hangi duyguları uyandırıyor?" gibi sorular sorma; üyelerin kişisel yaşantılarını, duygularını ve anlamlandırmalarını grup ortamında ifade etmelerini sağlar. Bu tür sorular doğrudan **kişisel paylaşımı derinleştirmeye ve kendini açmayı artırmaya** yöneliktir.

Bu tür bir etkinlikte üyeler **kişisel anılarını ve duygularını paylaşarak grup içinde daha görünür hâle gelebilir ve kendini açma düzeyi artabilir**. Süreçte üyeler, yaşantılarını anlamlandırırken **diğer üyelerle duygusal bağ kurabilir ve grup içi etkileşim derinleşebilir**. Ancak bu uygulama **yüzleştirme değildir**, çünkü çelişkiyi doğrudan ortaya koyma amacı yoktur. **Grubu sonlandırmaya yönelik değildir**, çünkü süreç

başlatıcı ve derinleştiricidir. **Amaç belirleme çalışması değildir**, çünkü hedef koydurmaya değil yaşantıyı paylaşmaya odaklanır. **Koruyucu bir müdahale de değildir**, çünkü risk azaltma ya da savunma oluşturma amacı taşımaz.

Cevap: C

14. Verilen durumda üyeler arasında **güvenin henüz oluşmaması, grup değerlerinin sorgulanması, lidere ve diğer üyelere karşı kuşkuların artması ve kaygının belirgin olması** dikkat çekmektedir. Bu özellikler, grupla psikolojik danışmada **dirençlerin ortaya çıktığı, üyelerin süreci ve lideri test ettiği, çatışma ve belirsizliğin yoğunlaştığı geçiş evresinin tipik göstergeleridir**. Bu nedenle doğru seçenek **C**'dir.

Ön görüşme evresi, grup başlamadan önce yürütülen bireysel görüşmeleri kapsar; bu aşamada **üyelerin gruba uygunluğu değerlendirilir, beklentileri alınır ve süreç hakkında bilgilendirme yapılır**.

Başlangıç evresi, üyelerin gruba yeni katıldığı ve **tanışma, güven oluşturma, kuralları öğrenme** süreçlerinin yaşandığı aşamadır; kaygı vardır ancak yoğun çatışma ve sorgulama henüz belirgin değildir.

Eylem evresi, grubun en verimli dönemidir; **güven oluşmuştur, üyeler kendilerini açar, geri bildirim verir-alır ve derinlemesine değişim çalışmaları yapılır**.

Sonlandırma evresi, sürecin kapatıldığı aşamadır; **kazanımlar değerlendirilir, duygular paylaşılır ve ayrılma süreci ele alınır**.

Cevap: C

15. Soru kökü, **liderin iki ayrı ifadesinin hangi liderlik becerilerine karşılık geldiğini** sorgulamaktadır. "Benim hakkımdaki düşüncelerini bu şekilde ifade etmekle gerçekten iyi bir iş çıkardın" ifadesi, üyenin ortaya koyduğu davranışı fark eden, onu onaylayan ve güçlendiren bir geri bildirimdir; bu yönüyle **destekleme** becerisine karşılık gelir. "Kendini hazır hissettiğinde, benim hakkındaki duygularını da bizimle paylaşacağına inanıyorum" ifadesi ise üyeyi zorlamadan, hazır oluşunu dikkate alarak daha derin paylaşım yapmaya yönelten bir tutumdur ve **cesaretlendirme** becerisini yansıtır. Lider burada hem üyeyi kabul ederek güvenini artırmakta hem de onu bir sonraki düzeyde kendini açmaya teşvik etmektedir. Bu nedenle doğru seçenek **A**'dır.

Yüzleştirme: Üyenin çelişkili duygu, düşünce ya da davranışlarını fark ettirmek amacıyla bu tutarsızlıkların doğrudan ortaya konmasıdır.

Yapılandırma: Grup sürecine ilişkin kuralların, sırırların ve işleyişin netleştirilmesidir.

İçerik yansıtması: Üyenin ifade ettiği düşünce ve olayların anlamını yeniden ifade ederek geri sunmaktır.

Duygu yansıtması: Üyenin ifade ettiği ya da ima ettiği duyguları fark edip uygun biçimde yansıtmak ve isimlendirmektir.

Müdahale etme: Grupla psikolojik danışmada danışanın süreçten uzaklaştırıcı davranışlarını (başkalarına öğüt verme, yorum yapma, konuyu dağıtma, uzun ve odaksız anlatım) danışmanın uygun anda kesip yeniden odağa çekmesi; **amaç**, grup etkileşimini korumak ve çalışmayı terapötik hedefe yönlendirmektir.

Cevap: A

1. Soru, kapalı grup yapısının temel özelliklerini belirlemeye yöneliktir. Kapalı gruplarda üyelik sabittir; grup belirli üyelerle başlar ve süreç boyunca yeni üye kabul edilmez, grup dinamikleri bu sabit yapı üzerinden gelişir.

I. öncül: Kapalı gruplarda süreç başladıktan sonra yeni üye kabul edilmez. **Bu açıklama doğrudur.**

III. öncül: Üyeler gruba birlikte başlar ve birlikte sonlandırma yapılır. **Bu açıklama doğrudur.**

II. öncül: Üyelerin ihtiyacına göre bireysel olarak ayrılması ve ayrı ayrı sonlandırma yapılması kapalı gruplara özgü değildir. **Bu açıklama yanlıştır.**

IV. öncül: Kapalı gruplarda terapötik etkenler ikinci planda değildir, aksine güçlüdür. **Bu açıklama yanlıştır.**

Cevap: A

2. Soru, etkileşim gruplarının özellikleri arasında **yer almayan** ifadeyi belirlemeye yöneliktir. Etkileşim gruplarında odak içerikten çok sürece yöneliktir; üyelerin "şu anda ve burada" yaşadıkları etkileşimler ve geri bildirimler temel alınır.

A seçeneği: Grup üyelerinin kendilerini ve benliklerini daha iyi tanımaları amaçlanır. **Bu açıklama doğrudur.**

B seçeneği: Grupta ele alınanların içeriği grup sürecinden daha önemlidir. **Bu açıklama yanlıştır.**

C seçeneği: Süreç ilerledikçe savunmalar azalır ve daha açık, gerçekçi iletişim gelişir. **Bu açıklama doğrudur.**

D seçeneği: Üyelerin kendilerini kabul ederek daha bütünleşmiş bir kişilik geliştirmeleri hedeflenir. **Bu açıklama doğrudur.**

E seçeneği: Grupta "Nasıl?" sorusu önemlidir. **Bu açıklama doğrudur.**

Cevap: B

3. Birey gelişim odaklı gruplarda odak, bireyin içsel yaşantısı ve gelişim sürecidir. Süreç intrapsişik düzeyde ilerler ve temel amaç üyelerin kendilerini tanımaları, farkındalık kazanmaları ve **duygusal ihtiyaçlarının karşılanmasıdır**. Liderin öncelikli sorumluluğu, güvenli ve iyileştirici bir ortam oluşturarak bu duygusal süreci desteklemektir. Bu nedenle doğru seçenek, üyelerin duygusal ihtiyaçlarını karşılamaya vurgu yapan ifadedir.

B seçeneği: Üyelerin duygusal ihtiyaçlarını karşılamak birey gelişim odaklı grupların temel amacıdır. **Bu açıklama doğrudur.**

A seçeneği: Dışarıdan belirlenen bir amacı gerçekleştirmek, amacı dışsal olarak belirlenen işe yönelik (görev) grupların özelliğidir. **Bu açıklama yanlıştır.**

C seçeneği: Savunma ve dirençlerin kırılması, özellikle **maraton gruplarında** ve derinlemesine çalışan bazı **psikoterapi/intrapsişik gruplarda** belirginleşen bir durumdur. **Bu açıklama yanlıştır.**

D seçeneği: Üyelerin sorunlarını tamamen kendi kendilerine çözmelerini beklemek, yapılandırılmış bir grup yaklaşımını yansıtmaz; liderin kolaylaştırıcı rolünü dışlayan bu ifade belirli bir grup türünün temel özelliği değildir. **Bu açıklama yanlıştır.**

E seçeneği: Programa dayalı bilgi ve beceri kazandırma, **psikoeğitsel grupların** temel özelliğidir. **Bu açıklama yanlıştır.**

Cevap: B

4. Birey/gelişim odaklı gruplarda odak, bireyin gelişim süreci ve duygusal ihtiyaçlarıdır. Süreç intrapsişik düzeyde ilerler; bir üye üzerinde çalışılırken diğer üyeler destekleyici zemin oluşturur. Amaç grup içinden çıkar, üyelerin duygusal ihtiyaçları dikkate alınır, öğrenme ve sorun çözme vardır ve grup içi etkileşim önemlidir.

E seçeneği: Üyeler grup süresince genellikle uyumazlar ifadesi, uzun süreli ve yoğun etkileşimin olduğu **maraton gruplarına** özgü bir özelliktir. **Bu açıklama yanlıştır.**

A seçeneği: Amaç grubun içinden çıkar. **Bu açıklama doğrudur.**

B seçeneği: Üyelerin duygusal ihtiyaçları temel amaçtır. **Bu açıklama doğrudur.**

C seçeneği: Öğrenme ve sorun çözme süreci vardır. **Bu açıklama doğrudur.**

D seçeneği: Grup içi etkileşim önemlidir. **Bu açıklama doğrudur.**

Cevap: E

5. Soruda tanımlanan evrede üyeler artık birbirlerini daha gerçekçi biçimde algılamakta, olumlu-olumsuz yönleriyle kabul etmekte ve lider aracılığına ihtiyaç duymadan **doğrudan etkileşim kurmaktadır**. Bu özellikler, grubun olgunlaştığı ve terapötik çalışmanın aktif biçimde yürütüldüğü evreyi gösterir. Bu evrede savunmalar azalmış, güven artmış ve üyeler arası etkileşim yoğunlaşmıştır. **D seçeneğindeki "Eylem evresinde üyeler birbirlerini kabul eder, doğrudan iletişim kurar ve grup çalışması derinleşir". Bu açıklama doğrudur.**

A seçeneği: Planlama evresi grup başlamadan önceki hazırlık sürecidir; üyeler arası etkileşim henüz yoktur, bu nedenle soruda verilen özellikleri karşılamaz. **Bu açıklama yanlıştır.**

B seçeneği: Başlangıç evresinde üyeler daha çok lidere yönelir ve doğrudan etkileşim sınırlıdır; soruda belirtilen aracısız iletişim bu evrede görülmez. **Bu açıklama yanlıştır.**

C seçeneği: Geçiş evresinde direnç, çatışma ve güvensizlik ön plandadır; üyelerin birbirini kabul etmesi henüz tam gerçekleşmemiştir. **Bu açıklama yanlıştır.**

E seçeneği: Sonlandırma evresinde odak ayrılık, değerlendirme ve kazanımların gözden geçirilmesidir; yoğun etkileşim ve derin çalışma süreci tamamlanmıştır. **Bu açıklama yanlıştır.**

Cevap: D

6. Danışman, Aslı'nın davranışını (elini ağzına götürmesi) gözlemleyip bunu yargısız biçimde yanıttıktan sonra, "duygularını paylaşmaya ne dersin?" gibi ifadelerle onu sürece katılmaya teşvik etmektedir. **Konuşmaya açık davet**, danışanın kendini açmasını kolaylaştıran, baskı içermeyen, gönüllülük esasına dayanan ve "burada ve şimdi" duygularını ifade etmesine alan açan bir beceridir. Açık uçlu sorular, kabul edici dil ve seçim hakkı

tanıyan ifadeler içerir; amaç, danışanı zorlamak değil, paylaşım için güvenli bir kapı aralamaktır. Bu nedenle bu tepki konuşmaya açık davettir. **D seçeneği doğrudur.**

Yüzleştirme: Danışanın çelişkili duygu, düşünce ve davranışlarını fark etmesini sağlamak amacıyla bu tutarsızlıkların ortaya konmasıdır.

Kapalı uçlu soru: Kısa, sınırlı ve genellikle tek kelimelik yanıtlar gerektiren soru türüdür.

Problemi kişiselleştirme: Sorunu genel ifadelerden çıkarıp doğrudan danışanın kendisine yönelterek sorumluluğu ona ait kılma becerisidir.

Özetleme: Danışanın ifade ettiklerini ana hatlarıyla toparlayıp yeniden sunma becerisidir.

Cevap: D

7. Danışmanın grup sürecinin başında; psikolojik danışmanın ne olduğu, grubun amaçları, gizlilik, özerklik, üyelerden beklenenler ve liderin rolü gibi konularda bilgi vermesi, grubun çerçevesini çizme, kurallarını ve sınırlarını belirleme anlamına gelir. Bu, grupla psikolojik danışmada **yapılama becerisidir. E seçeneği doğrudur.**

Paylaştırma: Bir üyenin yaşantı ve duygularıyla diğer üyelerin yaşantıları arasındaki benzerlikleri ortaya koyarak "yalnız değilim" farkındalığı oluşturma becerisidir.

Bağlama: Üyelerin duygu, düşünce ve yaşantıları arasında ilişki kurarak grup içi bütünlüğü ve etkileşimi güçlendirme becerisidir.

Odak sağlama: Dikkati belirli bir kişi, konu ya da yaşantı üzerinde toplama ve dağılmayı önleme becerisidir.

Müdahale etme: Üyelerin birbirine öğüt vermesi, konunun dağılması ya da bir üyenin çok uzun konuşması gibi durumlarda süreci keserek yeniden yönlendirme becerisidir.

Cevap: E

8. Danışman, üyeyi geçmişte yaşadığı bir durumu **şu ana taşıyarak** yeniden yaşantılamasını sağlamaya çalışmaktadır. "Şu an görüyorsun olsaydın ne söylerdin?" ifadesi, üyeyi **burada ve şimdi** duygularını deneyimlemeye yönlendirir; yaşantının canlandırılması ve duygusal farkındalığın artırılması amaçlanır. Bu nedenle kullanılan terapötik koşul **şimdi ve buradadır. D seçeneği doğrudur.**

Yüzleştirme: Danışanın çelişkili duygu, düşünce ve davranışlarını fark etmesini sağlamak için bu tutarsızlıkların ortaya konmasıdır.

Paylaştırma: Bir üyenin yaşantılarıyla diğer üyelerin yaşantıları arasındaki benzerlikleri vurgulayarak yalnızlık duygusunu azaltma becerisidir.

Bağlama: Üyelerin duygu ve yaşantıları arasında ilişki kurarak grup içi etkileşimi ve bütünlüğü artırma becerisidir.

Müdahale etme: Üyelerin birbirine öğüt vermesi, konunun dağılması ya da bir üyenin çok uzun konuşması gibi durumlarda liderin süreci keserek yönlendirmesidir.

Cevap: D

9. Grup lideri "bazılarınızın gruptaki güven düzeyini sorguladığını düşünüyorum" diyerek tek bir üyeye değil, grupta birden fazla üyede bulunabilecek ortak bir yaşantıyı görünür hâle getirmekte ve "benzer düşünceleri olanları duymak istiyorum" ifadesiyle diğer üyeleri de sürece katılmaya davet etmektedir. Bu, bir üyenin ya da birkaç üyenin yaşantısını genelleyerek diğer üyelerle **ortaklaştırma ve paylaşımı artırma** amacına hizmet eder. Üyelerin "yalnız değilim" farkındalığı kazanmasını sağlar ve grup etkileşimini güçlendirir. Bu nedenle kullanılan beceri **paylaştırmadır. B seçeneği doğrudur.**

Yüzleştirme: Danışanın ifade ettikleri ile davranışları ya da duyguları arasındaki çelişkiyi fark etmesini sağlamak amacıyla bu tutarsızlıkların ortaya konmasıdır.

Paylaştırma: Bir üyenin ya da bazı üyelerin duygu ve yaşantılarını diğer üyelerle ilişkilendirerek benzerlikleri vurgulama; böylece üyelerde ortaklık ve yalnız olmama duygusu oluşturma ve grup içi etkileşimi artırma becerisidir.

Bağlama: Grup içinde farklı üyelerin ifade ettikleri duygu, düşünce ve yaşantılar arasında anlamlı bağlantılar kurarak etkileşimi derinleştirme becerisidir.

Özetleme: Oturumda dile getirilen duygu ve düşünceleri ana hatlarıyla toparlayarak yeniden sunma becerisidir.

Yorumlama: Danışanın ya da grubun yaşantılarının altında yatan anlamı, neden-sonuç ilişkilerini ortaya koyarak içgörü kazandırma becerisidir.

Cevap: B

10. Grup liderinin temel görevi, tüm üyeler için **eşit, dengeli ve güvenli bir süreç** yürütmektir. Bu nedenle bazı üyelerin daha fazla desteğe ihtiyacı olduğunu fark etse bile onlarla diğerlerinden daha fazla ilgilenmesi, grup içi dengeyi bozar, diğer üyelerin sürece katılımını zedeler ve tarafsızlık ilkesine aykırıdır; bu yüzden uygun değildir.

A seçeneği: Üyelerin beklenti düzeylerini gerçekçi şekilde ayarlamak, sürece uyumu artırmak ve hayal kırıklıklarını önlemek açısından liderin yerine getirmesi gereken temel görevlerden biridir.

B seçeneği: Grubun amacını açık ve anlaşılır biçimde ifade etmek, sürecin çerçevesini netleştirir ve üyelerin neye katıldığını anlamasını sağlar; bu liderin sorumluluğudur.

C seçeneği: Süreci kolaylaştırmak, amaçtan sapmaları önlemek ve gerektiğinde müdahale etmek, grup dinamiğini korumak açısından liderin temel işlevlerinden biridir.

D seçeneği: Grup sürecinde ele alınacak içerik ve olası riskler hakkında üyeleri önceden bilgilendirmek, güvenli ve etik bir süreç yürütmeyi parçasıdır ve liderin görevleri arasındadır.

Cevap: E

11. Soruda liderin üyelerin yeterli olduğunu varsayması, süreci onlarla birlikte yürütmesi ve özellikle **işbirliğine dayalı olarak sorumluluğu üyelerle paylaşması**, liderin tamamen geri çekilmediğini; aksine grup üyelerinin potansiyeline güvenerek süreci birlikte yönettiğini gösterir. Bu yaklaşım, grup merkezli, katılımcı ve üyelerin aktif olduğu bir süreci ifade eder. Bu özellikler **demokratik liderlik tarzına** karşılık gelir.

Değişimli liderlik: İki liderin süreci önceden planladığı, birinin yönlendirdiği diğerinin desteklediği ve belirli aralıklarla rollerin değiştiği yardımcı liderlik modelidir.

Paylaşımlı liderlik: İki liderin sürece birlikte katıldığı, müdahalelerin ortak yürütüldüğü ve liderliğin iki lider arasında paylaşıldığı yardımcı liderlik modelidir.

Otokratik liderlik: Liderin tüm kontrolü elinde tuttuğu, kararları kendisinin verdiği ve üyelerin sürece sınırlı katıldığı liderlik tarzıdır.

Serbest liderlik: Liderin yapılandırmayı en aza indirdiği, süreci büyük ölçüde üyelere bıraktığı ve pasif kaldığı liderlik tarzıdır.

Cevap: B

12. Üye, grupla ilgili memnuniyetsizliğini **grup dışında ve bireysel olarak** dile getirmektedir. Grupla psikolojik danışmada temel ilke, bu tür duygu ve düşüncelerin **grup ortamına taşınarak "burada ve şimdi" ele alınmasıdır**. Bu nedenle danışman, üyeyi konuyu grup içinde paylaşmaya yönlendirmelidir. **Bu nedenle en uygun tepki, üyeden bir sonraki grup toplantısında bu konuyu gündeme getirmesini istemesi ve bu düşüncesinin grupta konuşulmasını sağlamasıdır. Bu nedenle doğru seçenek C seçeneğidir.**

A seçeneği: Üyeden aktivite geliştirmesini istemek, asıl sorun olan grup yaşantısını işlemek ve sorumluluğu üyeye yüklemektir.

B seçeneği: Üyeyi doğrudan başka gruba yönlendirmek, süreci çalışmadan sonlandırmak anlamına gelir.

D seçeneği: Konuyu bireysel olarak ele almak, grup sürecini devre dışı bırakır.

E seçeneği: Üyeyi gruptan çıkarmak, problemi çözmeden süreci bitirmektir.

Cevap: C

13. Grup lideri, tekelleştirme yapan üyeye doğrudan müdahale ederek konuşma süresini dengelemesi gerektiğini ifade etmektedir. Burada amaç, grup sürecini korumak ve herkesin söz hakkı alabileceği bir **çerçeve ve sınır** oluşturmaktır. Üyenin konuşmasını tamamen kesmeden, ancak uygun bir sınır getirerek süreci düzenlemektedir. Bu durum **sınır koyma becerisine** karşılık gelir. **Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.**

Paylaştırma: Üyeler arasındaki benzer yaşantıları vurgulayarak ortaklık duygusu oluşturma becerisidir.

Konuşmaya açık davet: Üyeyi duygu ve düşüncelerini paylaşmaya teşvik eden, açık uçlu ve davetkâr ifadeler kullanma becerisidir.

Bağlama: Üyelerin duygu ve yaşantıları arasında ilişki kurarak grup etkileşimini güçlendirme becerisidir.

Yüzleştirme: Üyenin çelişkili duygu, düşünce veya davranışlarını fark etmesini sağlamak amacıyla bu tutarsızlıkların ortaya konmasıdır.

Cevap: A

14. Grup lideri, üyelerin grup dışı ilişki kurma isteğini kabul ettikten sonra **ilk oturumda belirlenen kuralları hatırlatmakta ve grup sürecinin sınırlarını yeniden netleştirmektedir**. Bu, grup kurallarını, amaçlarını ve sınırlarını hatırlatarak süreci çerçeveleme anlamına gelir. Bu nedenle kullanılan beceri **yapılandırmadır. Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.**

Paylaştırma: Üyeler arasındaki benzer yaşantıları vurgulayarak ortaklık duygusu oluşturma becerisidir.

Bağlama: Üyelerin duygu ve yaşantıları arasında ilişki kurarak grup etkileşimini güçlendirme becerisidir.

Özetleme: Söylenenleri ana hatlarıyla toparlayarak yeniden ifade etme becerisidir.

Şimdi ve burada: Üyelerin yaşantılarını o anki duygu ve deneyimleri üzerinden ele alma becerisidir.

Cevap: C

15. Grup lideri, üyelerin kendilerini bir "kitap" üzerinden ifade etmelerini isteyerek onların iç dünyalarını **sembolik ve benzetmeye dayalı bir anlatımla ortaya koymalarını sağlamaktadır**. Metafor kullanımı, danışanın doğrudan ifade etmekte zorlandığı duygu ve yaşantıları **dolaylı, güvenli ve yaratıcı bir yolla ifade etmesine**, kendini daha kolay açmasına ve içgörü geliştirmesine yardımcı olur. Aynı zamanda soyut yaşantıları somutlaştırarak **farkındalığı artırır ve akılda kalıcılığı güçlendirir**. Bu nedenle kullanılan teknik **metafor kullanmadır**. Bu nedenle doğru cevap **D** seçeneğidir.

Yorumlama: Danışanın duygu, düşünce ve davranışları arasında bağlantı kurarak altta yatan anlamı açıklama becerisidir.

Kendini açma: Danışmanın kendi yaşantı ve duygularını danışanla paylaşmasıdır.

Yüzleştirme: Danışanın çelişkili duygu, düşünce ve davranışlarını fark etmesini sağlama becerisidir.

Paylaşdırma: Üyeler arasındaki benzer yaşantıların vurgulayarak ortaklık duygusu oluşturma becerisidir.

Cevap: D

1. Yüzleştirme, grup sürecinde üyenin **ideal benliği ile gerçek benliği**, ya da **sözel ifadeleri ile davranışları arasındaki tutarsızlıkları** empatik ve saygılı bir biçimde fark ettirme becerisidir. Temel amacı; üyenin **içgörü kazanmasını, farkındalığının artmasını ve değişime yönelmesini** sağlamaktır. Bu nedenle güçlü bir müdahaledir ve **zamanlama, güven ve hazır oluşluk** kritik önemdedir. Her aşamada geliş güzel kullanılmaz. "Her aşamada kullanılmalıdır" ifadesi yüzleştirmenin bu doğasına aykırıdır; bu yüzden doğru cevap **E** seçeneğidir.

A seçeneği: Yüzleştirmenin güven oluştuktan sonra ve üye hazır olduğunda yapılması gerektiğini vurgular; bu, tekniğin temel kullanım ilkesidir.

B seçeneği: Başlangıç ve geçiş aşamasının başlarında yüzleştirme yapılmaması gerektiğini belirtir; bu evrelerde güven henüz tam oluşmadığı için doğrudur.

C seçeneği: Geçiş aşamasının sonu ve eylem aşaması, yüzleştirme için en uygun dönemlerdir; çünkü üyeler daha açıktır ve değişime hazırdır.

D seçeneği: Sonlandırma aşamasında yeni öğrenmeler sınırlı olduğundan yüzleştirme öncelikli tercih değildir; bu ifade de uygundur.

Cevap: E

2. Direnç, danışanın değişime karşı geliştirdiği bir savunmadır; çoğu zaman **kaygı, güvensizlik, kontrol kaybı korkusu veya hazır olmama** gibi nedenlerden kaynaklanır. Grup sürecinde dirençle karşılaşıldığında amaç, bunu bastırmak değil; **fark etmek, anlamlandırmak ve uygun tekniklerle çalışmaktır**. Bu nedenle liderin direnci yok sayması değil, uygun müdahalelerle ele alması gerekir. Direnci **görmezden gelmek**, terapötik süreci zedeler ve çalışmayı engeller. Bu yüzden doğru cevap **E** seçeneğidir.

A seçeneği: Alıştırmalar kullanmak, dolaylı katılım sağlayarak direnci azaltmada etkilidir.

B seçeneği: Direnç çok yoğun ve grup sürecini aşacak düzeydeyse bireysel danışmaya yönlendirme uygun bir seçenektir.

C seçeneği: Diğer üyelere sorumluluk vermek, grup etkileşimini artırarak direncin çalışılmasına katkı sağlar.

D seçeneği: Gözlenen direnci paylaşmak, farkındalık oluşturma ve yüzleştirme açısından işlevseldir.

Cevap: E

3. Sonlandırma aşaması, grup sürecinin kapatıldığı ve kazanımların pekiştirildiği evredir. Bu aşamada üyeler **öğrendiklerini değerlendirir, kazanımlarını geneller, geleceğe aktarım yapar ve vedalaşma sürecini yaşarlar**. Aynı zamanda **ayrılık kaygısı ve karmaşık duygular (üzüntü, mutluluk, kaygı)** görülebilir. Liderin temel görevleri; süreci özetletmek, kazanımları netleştirmek, üyeleri dış yaşama hazırlamak ve uygun şekilde vedalaşmayı sağlamaktır. Bu aşamada artık **başlangıçtaki güvensizlik ve kuşkuların yeniden yoğun şekilde gündeme gelmesi beklenmez**. Bu nedenle doğru cevap **E** seçeneğidir.

A seçeneği: Ayrılık kaygısı sonlandırma aşamasında sık görülen doğal bir tepkidir.

B seçeneği: Üyelerin öğrendiklerini değerlendirmesi bu evrenin temel amaçlarından biridir.

C seçeneği: Vedalaşma süreci karmaşık duyguların yaşanmasına yol açabilir.

D seçeneği: Üyelerin lideri ve süreci değerlendirmesi sonlandırma aşamasında beklenen bir durumdur.

Cevap: E

4. Verilen uygulamada lider, danışanın oluşturduğu imge üzerinden onun bastırdığı yönünü fark ettirip **alışılmış davranışının tersini deneyimlemesini** istemektedir. Zeki'nin "sessiz dalga" olması bastırılmış öfkeye işaret ederken, "hırçın dalga ol" yönlendirmesi onun **kaçındığı ve sahiplenemediği parçasını aktif biçimde yaşamasını** sağlar. Bu, Gestalt yaklaşımında **projeksiyonu oynama/ tersine çevirme alıştırmasıdır**; amaç danışanın bastırdığı yönünü görünür kılmak ve farkındalık kazandırmaktır. Bu nedenle doğru cevap **A** seçeneğidir.

B seçeneği: Mış gibi davranmak, bireyin olmak istediği rolü sanki gerçekmiş gibi denemesidir (prova niteliğinde).

C seçeneği: Duygunda kal, danışanın kaçtığı duyguyu sürdürmesini ve derinleştirmesini sağlar.

D seçeneği: Sorumluluk almak, yaşantıyı "ben ... sorumluluğunu alıyorum" biçiminde sahiplenmeyi içerir.

E seçeneği: Küçük çocuğun konuşmasına izin verme, geçmiş yaşantılar ve içsel çocukla temas kurmayı sağlar.

Cevap: A

5. Liderin uyguladığı teknikte danışanın oluşturduğu imge üzerinden **bastırdığı yönünü fark etmesi ve bunun tersini deneyimlemesi** sağlanmaktadır. Bu, projeksiyonun oynanması ve tersine çevirme gibi **deneyimsel, farkındalık artırıcı Gestalt tekniklerinin** tipik bir örneğidir. Gestalt yaklaşımı, danışanın "şimdi ve burada" yaşantıları üzerinden **farkındalık kazanmasını ve bütünleşmesini** hedefler. Bu nedenle doğru cevap **A** seçeneğidir.

B seçeneği: Çözüm odaklı yaklaşım, geçmişten çok çözümlere ve güçlü yönle odaklanır.

C seçeneği: Davranışçı yaklaşım, gözlenebilir davranış ve pekiştirme ilkeleriyle çalışır.

D seçeneği: Birey merkezli yaklaşım, koşulsuz kabul, empati ve saygı üzerine kuruludur.

E seçeneği: Bilişselci yaklaşım, düşünce hatalarını yeniden yapılandırmaya odaklanır.

Cevap: A

6. Geçiş aşaması, üyelerin **güven ile kaygı arasında gidip geldiği**, dirençlerin ve temkinli davranışların görüldüğü bir evredir. Bu aşamada liderin temel görevi; güveni zedelemekten süreci yapılandırmak, katılımı teşvik etmek ve üyeleri yavaş yavaş daha açık paylaşıma yönlendirmektir. Verilen durumda da üyeler hâlâ çekingen, bazıları pasif ve direnç belirtileri göstermektedir. Bu nedenle liderin **grup normlarını hatırlatması ve katılımın önemini vurgulaması**, hem güveni korur hem de etkileşimi artırır. Bu yaklaşım geçiş aşamasına en uygun müdahaledir. Bu nedenle doğru cevap **C** seçeneğidir.

A seçeneği: Doğrudan yüzleştirme bu aşamada erken ve risklidir, güveni zedeleyebilir.

B seçeneği: Duyguları bastırmak grup sürecini engeller ve terapötik ortamı bozar.

D seçeneği: Pasif üyeleri dışlamak grup bütünlüğünü zedeler.

E seçeneği: Müdahale etmemek direncin sürmesine ve sürecin tıkanmasına yol açar.

Cevap: C

7. Verilen diyalogda lider, üyelerin paylaşımlarını dinledikten sonra Ali ve Elif'in ifadeleri arasında **ortak bir tema (sınav ve öğretmen baskısı)** olduğunu vurgulamakta ve grubu bu ortak nokta etrafında derinleştirmeye yönlendirmektedir. Bu, üyeler arasında **ortak yaşantıları fark ettirme ve grup bağını güçlendirme** işlevi taşıyan **benzerlikleri ortaya koyma becerisidir**. Bu nedenle doğru cevap **A** seçeneğidir.

B seçeneği: Yansıtma, danışanın duygu ve düşüncelerini ona geri yansıtmayı içerir.

C seçeneği: Geri bildirim verme, bireyin davranışına ilişkin gözlem paylaşımıdır.

D seçeneği: Güçlendirme, üyeyi destekleyici ve cesaretlendirici ifadeler kullanmaktır.

E seçeneği: Yüzleştirme, tutarsızlıkları fark ettirmeye yöneliktir.

Cevap: A

8. Verilen örnekte Barış, uzun süredir kimseyle paylaşmadığı bir yaşantısını ilk kez grupta ifade etmekte ve bu paylaşımın ardından **rahatlama, hafifleme ve duygusal boşalma** yaşadığını belirtmektedir. Bu durum, bastırılmış duyguların açığa çıkarılması ve ifade edilmesiyle ortaya çıkan **katarsis (duygusal boşalma)** iyileştirici faktörünü gösterir. Her ne kadar grup desteği ve benzerlikler de görüle de, vakanın merkezinde **duygunun dışavurumu ve rahatlama** vardır. Bu nedenle doğru cevap **A** seçeneğidir.

B seçeneği: Model alma, bir üyenin davranışının diğerlerine örnek olmasıdır.

C seçeneği: Grup bağlılığı, kabul edici ve destekleyici atmosferin oluşmasıdır.

D seçeneği: Varoluşsal etki, yaşamın anlamı ve sorumlulukla yüzleşmeyi içerir.

E seçeneği: Evrensellik, benzer yaşantıların fark edilmesiyle "yalnız değilim" algısının oluşmasıdır.

Cevap: A

9. Verilen durumda üyeler, lideri ve birbirlerini **test eden davranışlar sergilemekte, espriyle sınırları yoklamakta ve otoriteyi ölçmektedir**. Bu tür davranışlar, grubun henüz güven geliştirme aşamasında olduğunu ve üyelerin **"acaba burası güvenli mi?" sorusuna yanıt aradığını** gösterir. Liderin de sabırlı davranarak güven oluşumunu desteklemesi bu evrenin tipik özelliğidir. Bu nedenle bu durum **başlangıç aşamasına** aittir. Doğru cevap **C** seçeneğidir.

A seçeneği: Geçiş aşaması, direnç ve çatışmaların daha belirgin olduğu evredir.

B seçeneği: Sonlandırma, vedalaşma ve değerlendirme sürecidir.

D seçeneği: Eylem aşaması, derin çalışmanın ve değişimin yoğunlaştığı evredir.

E seçeneği: İzleme, grup sonrasında kazanımların takibidir.

Cevap: C

10. Verilen diyalogda lider, farklı üyelerden gelen çeşitli konular arasından **Melis'in yaşadığı sosyal dışlanma temasını seçerek grup sürecini bu konu etrafında yönlendirmektedir**. Yani dağıntık içerikleri toparlayıp **tek bir konuya odaklayarak süreci yapılandırmaktadır**. Bu, grup sürecinde dikkat ve çalışmayı belirli bir tema üzerine toplama anlamına gelen **odak sağlama becerisidir**. Bu nedenle doğru cevap **B** seçeneğidir.

A seçeneği: Yansıtma, danışanın duygu ve ifadelerini ona geri sunmayı içerir.

C seçeneği: Açıklama yapma, süreci ya da durumu bilgilendirici şekilde ifade etmektir.

D seçeneği: Paylaşım, üyeler arasında ortak yaşantıları vurgulamaktır.

E seçeneği: Bağlama, üyelerin yaşantıları arasındaki ilişki kurmayı ifade eder.

Cevap: B

11. Ege'nin ifadesinde "yalnızca benim başıma geliyor sanıyordum" düşüncesinin yerini, **başkalarının da benzer yaşantılarının olduğunu fark etme** almıştır. Bu farkındalık, bireyin kendini yalnız hissetmemesini sağlar ve paylaşımını artırır. Tanımlanan süreç, grupta psikolojik danışmada **"yalnız değilim" algısının gelişmesi** olarak bilinen **evrensellik** iyileştirici faktörünü doğrudan yansıtmaktadır. Bu nedenle doğru cevap **B** seçeneğidir.

A seçeneği: Grup uyumu, üyeler arasında güven ve aidiyet duygusunun oluşmasıdır.

C seçeneği: Bilgilendirme, rehberlik ve psiko-eğitim sürecini ifade eder.

D seçeneği: Umut aşılama, diğer üyelerin ilerlemesini görebilmesini motive etmektir.

E seçeneği: Duygusal boşalım, bastırılmış duyguların ifade edilmesiyle rahatlatmadır.

Cevap: B

12. Liderin davranışına bakıldığında, danışanın direncine karşı **kendi müdahalesini geri çektiği, kaçındığı ve sürece aktif katılımını azalttığı** görülmektedir. Yani lider, danışanın direncine tepki olarak **kendi içinde bir direnç geliştirmek ve terapötik sorumluluğunu kısmen geri çekmektedir**. Bu durum, liderin danışana karşı geliştirdiği **karşı direnç** olarak tanımlanır. Bu nedenle doğru cevap **D** seçeneğidir.

A seçeneği: Direnç, danışanın değişime karşı savunma geliştirmesidir.

B seçeneği: Aktarım, danışanın geçmiş duygularını lidere yöneltmesidir.

C seçeneği: Karşı aktarım, liderin kendi duygularını danışana yansıtmasıdır.

E seçeneği: Yüzleştirme, tutarsızlıkları fark ettirmeye yönelik bir tekniktir.

Cevap: D

13. Arda'nın ifadesinde öne çıkan nokta, **başkalarına yardım edebilmenin kendisine iyi gelmesi ve kendini değerli hissetmesidir**. Yani birey yalnızca kendi sorunlarına odaklanmak yerine, diğer üyelerin yaşantılarına katkı sunarak anlam ve doyum elde etmektedir. Bu durum Yalom'a göre **özgecilik (altruizm)** iyileştirici faktörünü ifade eder. Bu nedenle doğru cevap **C** seçeneğidir.

A seçeneği: Evrensellik, benzer yaşantıların fark edilmesiyle "yalnız değilim" algısının oluşmasıdır.

B seçeneği: Umut aşılama, diğer üyelerin ilerlemesini görerek motivasyon kazanmaktır.

D seçeneği: Grup uyumu, üyeler arasında güven ve aidiyet duygusunun oluşmasıdır.

E seçeneği: Kişiler arası etkileşimi öğrenme, bireyin ilişkilerdeki davranışlarını fark edip geliştirmesidir.

Cevap: C

14. Hasan'ın grup liderine yönelik "sürekli benimle uğraşıyormuşsunuz gibi geliyor" ifadesi, ardından bunun babasıyla yaşadığı duygularla bağlantılandırılması, **geçmişte önemli bir figüre (baba) yönelik duygu ve yaşantıların danışmana aktarılması** anlamına gelir. Yani Hasan, geçmiş ilişkilerindeki duygularını şu anki terapötik ilişkiye taşımaktadır. Bu durum **aktarım** olarak adlandırılır. Bu nedenle doğru cevap **B** seçeneğidir.

A seçeneği: Karşıt aktarım, liderin kendi duygularını danışana yansıtmasıdır.

C seçeneği: Karşı direnç, liderin danışanın direncine karşı geliştirdiği kaçınmadır.

D seçeneği: Grup normlarını reddetme, kurallara uymama davranışdır.

E seçeneği: Sınırsızlık, sınır ihlalleriyle ilgili bir durumdur.

Cevap: B

15. Kemal'in ifadelerinde grup sürecine yönelik **küçümseme, değersizleştirme ve duygusal paylaşımından kaçınma** dikkat çekmektedir ("Bu tarz şeyler bana göre değil", "samimi değil", "sahte geliyor"). Bu tür tutumlar, danışanın **duygusal yakınlıktan kaçınmak ve kendini korumak için geliştirdiği savunmalardır**. Yani Kemal, grup sürecine girmemek ve derinleşmemek için çeşitli gerekçeler üretmektedir. Bu durum **direnç** olarak adlandırılır. Bu nedenle doğru cevap **E** seçeneğidir.

A seçeneği: Aktarım, geçmiş duyguların danışmana yöneltilmesidir.

B seçeneği: Karşı aktarım, liderin kendi duygularını sürece yansıtmasıdır.

C seçeneği: Karşı direnç, liderin danışanın direncine karşı geliştirdiği tepkidir.

D seçeneği: Bağlama, üyelerin yaşantıları arasında ilişki kurma becerisidir.

Cevap: E

1. Verilen ifadelerde üyelerin **kendi yaşamlarının sorumluluğunu üstlenmeleri, seçimlerinin farkına varmaları ve "kimse benim yerime bu adımı atamaz" gibi varoluşsal farkındalıklar geliştirmeleri** dikkat çekmektedir. Bu durum, bireyin yaşam, sorumluluk, seçim ve anlam gibi temel varoluşsal temalarla yüzleşmesini ifade eder. Yalom'a göre bu tür içgörüler **varoluşsal faktörler** kapsamında değerlendirilir. Bu nedenle doğru cevap **E** seçeneğidir.

A seçeneği: Katarsis, bastırılmış duyguların açığa çıkmasıyla rahatlamadır.

B seçeneği: Model alma, diğer üyelerin davranışlarından öğrenmeyi içerir.

C seçeneği: Umut aşılama, diğer üyelerin gelişiminden motive olmaktır.

D seçeneği: Başkalarını düşünme (özgecilik), diğerlerine yardım ederek değer hissetmektir.

Cevap: E

2. Verilen diyalogda Furkan'ın Sibel ile yaşadığı etkileşimi annesiyle olan geçmiş ilişkisine benzetmesi ve Sibel'in de bu durumu fark etmesi, grup ortamında **geçmiş aile ilişkilerinin yeniden canlanması ve bu ilişkilerin fark edilerek yeniden ele alınması** sürecini göstermektedir. Yalom'a göre bu durum, bireyin geçmişteki aile yaşantılarını grup içinde yeniden deneyimleyip düzeltme fırsatı bulduğu **"temel aile deneyimlerinin düzeltilerek yeniden yaşanması"** iyileştirici faktördür. Bu nedenle doğru cevap **B** seçeneğidir.

A seçeneği: Kişiler arası etkileşimi öğrenme, bireyin ilişkilerdeki davranışlarını fark edip düzenlemesidir.

C seçeneği: Sosyalleşme tekniklerinin geliştirilmesi, sosyal becerilerin öğrenilmesini ifade eder.

D seçeneği: Duygusal boşalım, bastırılmış duyguların ifade edilmesiyle rahatlamadır.

E seçeneği: Evrensellik, benzer yaşantıların fark edilmesiyle yalnızlık algısının azalmasıdır.

Cevap: B

3. Verilen müdahalede lider, Ceyda'nın **sözel ifadeleri ile davranışları arasındaki tutarsızlığı nazik ve empatik bir şekilde ortaya koymaktadır**. "Rahatsız olduğunu söylüyorsun ama davranışların bunu değiştirmek istemediğin izlenimi yaratıyor" ifadesi, danışanın **çelişkisini fark etmesini sağlama** amacını taşır. Bu, terapötik süreçte içgörü kazandırmaya yönelik kullanılan **yüzleştirme becerisidir**. Bu nedenle doğru cevap **C** seçeneğidir.

A seçeneği: Bağlama, üyelerin yaşantıları arasındaki ilişki kurmayı içerir.

B seçeneği: Paylaşırma, ortak yaşantıları vurgulamaktır.

D seçeneği: Aktif dinleme, dikkatle dinleme ve geri yansıtmayı kapsar.

E seçeneği: Yorumlama, danışanın yaşantısına anlam kazandırmaya yönelik çıkarım yapmaktır.

Cevap: C

4. Direnç, danışanın değişime karşı geliştirdiği bir savunmadır ve çoğu zaman **kaygı, hazır olma, güvensizlik veya kontrol kaybı korkusundan** kaynaklanır. Bu nedenle dirençle baş etmede temel ilke, onu kırmak ya da bastırmak değil; **anlamaya çalışmak, danışanın hızına saygı göstermek ve terapötik ittifakı korumaktır**. Danışmanın empatik ve keşfedici bir tutumla direncin altında yatan anlamı ele alması en uygun yaklaşımdır. Bu nedenle doğru cevap **B** seçeneğidir.

A seçeneği: Baskıcı ve kontrol edici tutum direnci artırır.

C seçeneği: Direnci görmezden gelmek süreci tıkır.

D seçeneği: Erken ve doğrudan yüzleştirme savunmayı güçlendirebilir.

E seçeneği: Danışanın hızını yok saymak terapötik ilişkiyi zedeler.

Cevap: B

5. Etkili bir psikolojik danışman (ve grup lideri); **empatik anlayış gösterebilen, koşulsuz kabul sunan, etkili iletişim kurabilen, danışanın bireysel farklılıklarına saygı duyan ve kendi değerlerini sürece dayatmayan** bir profesyoneldir. Temel amaç, danışanın kendini güvenli bir ortamda ifade edebilmesini sağlamak ve onun kendi içsel kaynaklarını keşfetmesine yardımcı olmaktır.

A seçeneği: Empatik anlayış gösterebilme, etkili danışmanın temel özelliklerindendir, uygundur.

B seçeneği: Koşulsuz kabul, danışanın yargılanmadan kabul edilmesini sağlar, uygundur.

C seçeneği: Kendi değerlerini danışana empoze etme, danışmanın tarafsızlığını bozar ve etik değildir, uygun değildir.

D seçeneği: Etkili iletişim becerileri, terapötik ilişkinin temelidir, uygundur.

E seçeneği: Bireysel farklılıklara saygı, danışmanın temel etik ilkesidir, uygundur.

Cevap: C

6. Psikolojik danışma grupları genel olarak amaçlarına göre farklılaşır: **psikoeğitim grupları** bilgi verme ve beceri kazandırmaya odaklanır; **psikoterapi grupları** daha derin içgörü ve kişilik değişimini hedefler; **destek grupları** paylaşım ve duygusal destek sağlar; **konsültasyon** daha çok profesyonellere yöneliktir; **maraton grupları** ise yoğun ve uzun süreli deneyimsel çalışmalardır.

Verilen parçada grubun amacı; **bilgi kazandırma, farkındalık oluşturma ve beceri geliştirme** olarak belirtilmiş, liderin **uzman ve yönlendirici rol üstlenmesi**, sürecin ise **öğretici ve önleyici nitelikte olması** vurgulanmıştır. Bu özellikler doğrudan **psikoeğitim gruplarının** tanımlayıcı özellikleridir. Bu nedenle doğru cevap **A** seçeneğidir.

B seçeneği: Psikoterapi grupları daha çok içgörü ve derin değişime odaklanır.

C seçeneği: Destek grupları paylaşım ve duygusal destek ağırlıklıdır.

D seçeneği: Konsültasyon, profesyonellere yönelik rehberlik sürecidir.

E seçeneği: Maraton grupları yoğun ve uzun süreli deneyimsel çalışmalardır.

Cevap: A

7. Verilen durumda Emre, yaşadığı durumu **genel ve örtük bir biçimde ifade etmekte**, diğer üyeler ise "kimlerden bahsettiğini" öğrenmeye çalışmaktadır. Bu, grupta **açıkça ifade edilmeyen, dolaylı ve örtük içeriklerin (üstü kapalı mesajların)** bulunduğu gösterir. Grup sürecinde bu tür durumlar **gizli gündemler** olarak adlandırılır ve özellikle erken evrelerde liderin bunu fark edip açığa kavuşturması gerekir. Çünkü gizli gündemler, grup içi güveni ve açık iletişimi zayıflatır. Bu nedenle liderin öncelikle bu örtük içeriği ele alması en uygun yaklaşımdır. Bu yüzden doğru cevap **D** seçeneğidir.

A seçeneği: Grup normları genel çerçeveyi belirler ancak burada spesifik sorun örtük içeriktir.

B seçeneği: Tekelleştirme söz konusu değildir.

C seçeneği: Gizlilik ihlali yoktur; mesele paylaşımın örtük kalmasıdır.

E seçeneği: Oturum amaçlarıyla ilgili bir durum değildir.

Cevap: D

8. Geçiş aşaması, üyelerin **güven ile güvensizlik arasında gidip geldiği, kendini açma konusunda tereddüt yaşadığı ve savunmaların ortaya çıktığı** bir evredir. Selin'in "dürüst olabilir miyiz, söylediklerim bana karşı kullanılır mı?" şeklindeki ifadeleri, **kendini açmaktan kaçınma ve korunma eğilimini** gösterir. Bu durum, danışanın sürece tam katılım göstermesini engelleyen **direnci** davranışdır. Liderin bunu güven temelli bir tartışmaya dönüştürmesi de zaten direnci çalışmaya yöneliktir. Bu nedenle doğru cevap **B** seçeneğidir.

A seçeneği: Grup bütünlüğü, güven ve aidiyetin olduğu daha ileri bir durumu ifade eder.

C seçeneği: Katarsis, duygusal boşalma ve rahatlatma ile ilgilidir.

D seçeneği: Evrensellik, benzer yaşantıların fark edilmesidir.

E seçeneği: Sosyal öğrenme, diğer üyelerden öğrenmeyi ifade eder.

Cevap: B

9. Zeynep'in ifadesinde öne çıkan nokta, **"yalnız olmadığını fark etmesi" ve benzer yaşantılara sahip diğer üyelerin de bulunduğunu görme-sidir**. Bu farkındalık, bireyin sorunlarını daha katlanılır hale getirir ve izolasyon duygusunu azaltır. Yalom'a göre bu durum **evrensellik** iyileştirici faktörünü ifade eder. Bu nedenle doğru cevap **A** seçeneğidir.

B seçeneği: Katarsis, duyguların boşalmasıyla rahatlama yaşanmasıdır.

C seçeneği: Grup uyumu, üyeler arasında güven ve bağlılık oluşmasıdır.

D seçeneği: Sosyal öğrenme, diğer üyeleri gözlemleyerek öğrenmeyi içerir.

E seçeneği: Umut aşılama, diğer üyelerin gelişiminden etkilenerek motive olmaktır.

Cevap: A

10. Verilen diyalogda üyelerin **kendilerini açma konusunda tereddüt yaşadıkları, nasıl değerlendirileceklerine dair kaygı duydukları ve grup içinde kabul edilip edilmeyeceklerini test ettikleri** görülmektedir. Aynı zamanda bu duyguların paylaşmaya başlanması ve diğer üyelerin "ben de böyle hissediyorum" diyerek eşlik etmesi, grubun **başlangıçtan çıkıp güven-kaygı çatışmasının yaşandığı geçiş evresine geçtiğini** gösterir. Bu özellikler **geçiş aşamasına** aittir. Bu nedenle doğru cevap **E** seçeneğidir.

A seçeneği: Başlangıç aşamasında bu düzeyde karşılıklı duygusal açılma sınırlıdır.

B seçeneği: Eylem aşamasında daha derin ve doğrudan çalışmalar yapılır.

C seçeneği: İzleme, grup sonrasına aittir.

D seçeneği: Sonlandırma, kapanış ve vedalaşma sürecidir.

Cevap: E

11. Grupla psikolojik danışmada liderin müdahalesi **yargılayıcı, suçlayıcı veya otoriter olmadan; ben dili kullanarak, sınır koyan ama ilişkiyi koruyan** nitelikte olmalıdır. Amaç hem grubun güvenliğini sağlamak hem de üyeye **daha uygun bir iletişim biçimi modellemektir**. Bu durumda liderin "ben rahatsız oldum" diyerek kendi duygusunu ifade etmesi ve aynı zamanda Selma'nın kendini ifade etme hakkını vurgulaması, **sınır koyan ve ilişkiyi koruyan en dengeli müdahaledir**. Bu nedenle doğru cevap **E** seçeneğidir.

A seçeneği: Otoriter ve cezalandırıcıdır.

B seçeneği: Liderin öfkesini yansıtması terapötik değildir.

C seçeneği: Yasaklayıcıdır, öğretici değildir.

D seçeneği: Doğrudan yargılayıcıdır ve farkındalık oluşturmaz.

Cevap: E

12. Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi yaklaşımı; **problemin kökenine değil, çözüme**, geçmişteki sorunlara değil **başarılı istisnalara**, zayıf yönlerle değil **güçlü yönlerle ve işe yarayan davranışlara** odaklanır. Danışanın **küçük ama işlevsel değişimleri fark etmesi**, geçmişte işe yarayan deneyimlerini hatırlaması ve bunları çoğaltması hedeflenir. Bu yaklaşımda **çocukluk yaşantılarına inerek problemin kökenini analiz etmek temel amaç değildir**. Bu nedenle doğru cevap **D** seçeneğidir.

A seçeneği: Küçük ve işe yarayan adımları fark ettirmek çözüm odaklı yaklaşımın temelidir.

B seçeneği: Güçlü yönlerle odaklanmak bu yaklaşımın merkezindedir.

C seçeneği: Geçmişteki başarılı deneyimleri hatırlamak önemli bir tekniktir.

E seçeneği: Kaygının olmadığı anları (istisnaları) keşfetmek temel müdahalelerden biridir.

Cevap: D

13. Verilen diyalogda üye, grup içinde kazandığı farkındalığı **günlük yaşamına (kardeşiyle ilişkisi-ne) aktarmaya başladığını** ifade etmektedir. Bu, grup kazanımlarının dış yaşama transfer edildiğini gösterir (**I doğru**). Ayrıca bu düzeyde içgörü, davranış değişikliği ve uygulamaya geçme durumu **eylem aşamasının tipik özelliğidir (II doğru)**. Liderin "bu çok değerli bir farkındalık" şeklindeki ifadesi ise üyeye yönelik **destekleyici bir geri bildirimdir (III doğru)**.

Cevap: E

14. Yardımcı liderlikte temel ilke **iş birliği, eşgüdüm ve süreci birlikte yönetmedir**. Yardımcı lider, liderle rekabet etmez, otorite göstermez ve etik ilkelere uygun hareket eder. Grup içinde özellikle duygusal yoğunluk yaşanan anlarda, lider ve yardımcı liderin **eş zamanlı olarak farklı odaklara yönelmesi** (birinin bireyle ilgilenirken diğerinin grubu sürdürmesi) sürecin sağlıklı ilerlemesini sağlar. Bu nedenle doğru cevap **E** seçeneğidir.

A seçeneği: "Kesinlikle konuşmaz" ifadesi hatalıdır; süpervizyon gibi etik çerçevede paylaşımlar yapılabilir.

B seçeneği: Yardımcı liderin otorite göstermesi değil, iş birliği içinde olması beklenir.

C seçeneği: Rekabet, grup sürecini bozar.

D seçeneği: Gerekli durumlarda yardımcı lider süreci tek başına yürütebilir.

Cevap: E

15. Verilen durumda amaçlar; öğrencilerin **duygularını paylaşmaları, geri bildirim almaları, kişiler arası etkileşim kurmaları, birbirlerinden öğrenmeleri ve destek ilişkileri geliştirmeleridir**. Bu özellikler, yalnızca bilgi verme ya da yönlendirme değil; **etkileşim, yaşantı ve terapötik süreç içeren** bir yapıyı gerektirir. Bu nedenle en uygun yöntem **grupla psikolojik danışmadır**. Bu yöntem, üyelerin hem kendilerini ifade etmelerine hem de diğer üyelerden **geri bildirim ve destek olarak gelişmelerine** olanak sağlar. Bu yüzden doğru cevap **B** seçeneğidir.

A seçeneği: Bireysel süreçte akran etkileşimi yoktur.

C seçeneği: Grup rehberliği daha çok bilgilendirici ve öğretici niteliktedir.

D seçeneği: Bireysel rehberlik, etkileşim ve grup dinamiği içermez.

E seçeneği: Eğitsel rehberlik akademik konulara odaklanır.

Cevap: B

1. Parçada sözü edilen grup türü **kendi kendine yardım gruplarıdır**. Çünkü metinde "uzman liderin her zaman bulunmaması" ve "üyelerin birbirlerinden öğrenmesi" vurgulanmaktadır. Kendi kendine yardım grupları; **üyelerin birbirlerine yardım etmek amacıyla bir araya geldiği, lidersiz yürüyeabilen, dayanışma ve karşılıklı destek temelli** gruplardır. Bu gruplarda süreç; **kendini açma, dürüstlük, yüzleştirme ve duyguların paylaşımı** üzerinden ilerler ve amaç **ihtiyaç duyan üyeye anlık destek sağlamaktır**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

Etkileşim (Encounter) grupları: Kişisel gelişim ve kişiler arası iletişimi geliştirmeyi amaçlayan, "şimdi ve burada" etkileşimlerin, geri bildirimlerin ve yaşantısal sürecin ön planda olduğu, liderin kolaylaştırıcı rol üstlendiği gruplardır.

Maraton grupları: Uzun süreli ve yoğun oturumlarla yürütülen, savunmaların azaltılarak derin duygusal yaşantıların ortaya çıkarılmasının hedeflendiği gruplardır.

Destek grupları: Benzer yaşam sorunları yaşayan bireylerden oluşan, liderin kabul edici olduğu, amaç olarak duyguların anlaşılması, paylaşılması ve başa çıkma yollarının geliştirilmesinin hedeflendiği gruplardır.

Konsültasyon grupları: Psikolojik danışmanların ve diğer profesyonellerin, vaka çözümü ve mesleki verimliliklerini artırmak amacıyla bir araya geldikleri, danışan grubuyla doğrudan yürütülmeyen gruplardır.

Cevap: D

2. Grupla psikolojik danışmada sessiz kalan bir üye, doğrudan "problem" olarak etiketlenmez; bu durum **direnç, kaygı, güvensizlik ya da sürece alışma (gözlemleyerek öğrenme)** gibi farklı anlamlar taşıyabilir. Bu nedenle liderin temel görevi, süreci bozmadan **üyenin sessizliğinin işlevini anlamaya çalışmak ve buna göre müdahale planlamaktır**. Hemen zorlamak, etiketlemek ya da görmezden gelmek yerine **önce değerlendirme yapmak** en uygun yaklaşımdır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Müdahale etmemek, süreci ihmal etmektir.

C seçeneği: Zorlamak direnci artırır.

D seçeneği: Karşılaştırma güveni zedeler.

E seçeneği: Performans odaklı yaklaşım grup sürecine uygun değildir.

Cevap: B

3. Tahsin'in başlangıçta isteksizken, diğer üyelerin paylaşımlarını ve bu paylaşımların işe yaradığını **gözlemleyerek "ben de fayda görebilirim" inancını geliştirmesi**, Yalom'un tanımladığı **umut aşılama** iyileştirici faktörünü gösterir. Bu faktörde birey, diğer üyelerin ilerlemesini görerek **kendi değişimi için umut ve motivasyon kazanır**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğindeki umut aşılama**dır.

Kurtarıcı olma: Başkalarına yardım ederek değer hissetme durumudur.

Duygusal boşalım: Bastırılmış duyguların ifade edilmesiyle rahatlamadır.

Başkalarını düşünme (özgecilik): Diğer üyelere yardım ederek doyum sağlama durumudur.

Grup uyumu: Grup içinde güven ve aidiyet duygusunun oluşmasıdır.

Cevap: A

4. Grupla psikolojik danışmanın amaçları; **üyelerin kendini tanıması, duygularını ifade etmesi, kişiler arası farkındalık kazanması, geri bildirim alması ve birbirlerinden öğrenmesidir**. Bu çerçevede değerlendirildiğinde **grup dışı sosyalleşme sağlamak**, psikolojik danışma grubunun amacı değildir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde: Üyelerin diğer üyelerin yaşantılarından öğrenmesi, grubun **karşılıklı öğrenme ve model alma** amacına uygundur.

B seçeneğinde: Benzer sorunların fark edilmesi, grubun **yalnızlık duygusunu azaltma (evrensellik)** amacına uygundur.

C seçeneğinde: İşlevsel davranışların denenmesi, grubun **davranış geliştirme ve öğrenme** amacına uygundur.

E seçeneğinde: Geri bildirim alma, grubun **kişiler arası farkındalık kazandırma** amacına uygundur.

Cevap: D

5. Liderin ifadesinde Gülay'ın hem mevcut paylaşımı hem de önceki oturumlarla bağlantılı olarak **davranış örüntüsü fark ettirilmekte ve gelişimi vurgulanmaktadır**. Yani lider, danışana onun sürecine dair **gözlem ve değerlendirme içeren bir mesaj vermektedir**. Bu, danışanın kendini daha iyi tanımasını sağlayan **geri bildirim becerisidir**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Asgari teşvik, "hı hı", "devam et" gibi kısa destekleyici ifadelerdir.

B seçeneği: Somutlaştırma, belirsiz ifadeleri netleştirmeyi amaçlar.

C seçeneği: Paylaşırma, üyeler arası ortak yaşantıları vurgular.

E seçeneği: Derinlemesine inceleme, duygunun daha derinine inmeyi hedefler.

Cevap: D

6. Mert'in davranışı grup içinde **üstünlük kurma ve diğer üyelerin yaşantılarını küçümseme** eğilimini göstermektedir. Bu tür durumlarda liderin öncelikli görevi, süreci korurken **grup etkileşimini terapötik biçimde kullanmak**, yani üyelerin yaşadıkları duyguları ifade etmelerine alan açmaktır. Bu sayede Mert, kendi davranışının **başkaları üzerindeki etkisini doğrudan grup geri bildirimleriyle fark eder**. Bu, kişiler arası öğrenme ve farkındalık açısından en işlevsel ilk adımdır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde: Doğrudan yanlış demek yargılayıcıdır.

C seçeneğinde: Üyeyi uzaklaştırmak son çaredir.

D seçeneğinde: Diğer üyeleri Mert'e empatiye zorlamak odak kaymasıdır.

E seçeneğinde: Davranışı görmezden gelmek grup sürecini bozar.

Cevap: B

7. **Bilinçli farkındalık yaklaşımında amaç;** anda kalmak, yargılamadan gözlem yapmak ve dikkati şu ana (nefes, beden, duyular) yönlendirmektir. Bu yaklaşımda geçmiş yaşantılar ayrıntılı biçimde analiz edilmez. "Geçmişte yaşanan olumsuz bir sınav deneyimini detaylı olarak tartışmak" bu nedenle uygun değildir. Bu yüzden doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Nefese odaklanma bilinçli farkındalık çalışmalarının temel uygulamasıdır.

C seçeneği: Bedensel duyularını fark etmek temel tekniktir.

D seçeneği: Dikkati ana yöneltten çizim/boyama etkinliği uygundur.

E seçeneği: İmgeleme gevşeme ve farkındalık çalışmalarında kullanılabilir.

Cevap: B

8. Grupla psikolojik danışmada zorlayıcı davranışlar; **eleştirme, üstünlük kurma, kurtarıcı rolüne girme ve sürekli öğüt verme gibi grup sürecini olumsuz etkileyen tutumlardır**. Buna karşılık **katılım odaklı davranma**, grup sürecinde istenen ve desteklenen bir davranıştır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: Eleştirel tutum, üyeler arası güveni zedeler.

B seçeneği: Üstünlük kurma, grup dengesini bozar.

C seçeneği: Kurtarıcı rolü, üyelerin kendi süreçlerini yaşamalarını engeller.

D seçeneği: Sürekli öğüt verme, grup sürecinde kabul edilen bir yaklaşım değildir ve etkileşimi sağlıklı hale getirir.

Cevap: E

9. Üyenin ifadesinde **"anlaşılmış hissetme, değer görme, destek alma ve aitlik duygusu geliştirme"** açık biçimde vurgulanmaktadır. Bu tür ifadeler, grubun üye için **güvenli, kabul edici ve bağ kurulan bir ortam hâline geldiğini** gösterir. Yalom'a göre bu durum **grup uyumu** ile açıklanır. Bu nedenle doğru cevap **A**'dır.

Evrensellik: Kişinin yalnız olmadığını, başkalarının da benzer yaşantılar yaşadığını fark etmesidir.

Umut aşılama: Diğer üyelerin gelişimini görerek kendi değişimine dair umut kazanmasıdır.

Kişiler arası etkileşimi öğrenme: Bireyin ilişkilerdeki tutumlarını fark edip daha işlevsel hâle getirmesidir.

Başkalarını düşünme: Diğer üyelere yardım ederek kendini değerli hissetmesidir.

Cevap: A

10. Liderin "senin gibi baskı yaşayan başka üyeler de var" ifadesi **bağlama** becerisidir; yani üyeler arasında **benzer yaşantılar üzerinden ilişki kurarak grup etkileşimini güçlendirmedir**. "Burada bunu paylaşman çok kıymetli" ifadesi ise **cesaretlendirmedir**; yani üyeyi **kendini açmaya ve sürece katılmaya teşvik etmedir**. Bu nedenle doğru cevap **B**'dir.

İçerik yansıtma: Üyenin söylediğini yeniden ifade ederek anlamı netleştirmedir.

Empati: Üyenin duygusunu onun bakış açısından anlayıp ifade etmektir.

Duygu yansıtma: Üyenin duygusunu açıkça adlandırıp geri sunmaktır.

Kendini açma: Liderin kendi yaşantısından örnek paylaşmasıdır.

Yüzleştirme: Üyenin tutarsızlıklarını fark ettirmedi.

Cevap: B

11. Grupla psikolojik danışmada isteksiz üyelerle çalışırken amaç; **güven oluşturmak, kaygıları anlamak, gönüllülüğü desteklemek ve üyelerin sürece yavaş yavaş katılımını sağlamaktır**. Bu süreçte duygusal paylaşımdan tamamen kaçınmak, grubun temel işlevini ortadan kaldırır. Grup, yalnızca alıştırmaya yapan bir ortam değil; **duyguların ifade edildiği ve işlendiği** bir yapıdır. Bu nedenle sadece yüzeysel etkinliklere yönelmek uygun değildir. Doğru cevap **D**'dir.

A seçeneği: Bireysel görüşmelerle kaygıları anlamak, güven oluşturmayı destekler.

B seçeneği: Kurallar ve gizlilik, güvenli ortam için gereklidir.

C seçeneği: Katılım düzeyine karar verme hakkı tanımak, gönüllülüğü artırır.

E seçeneği: Empatiyle yaklaşmak, direnci azaltır.

Cevap: D

12. Lider, Selin'in **sürekli öğüt verme davranışını durdurarak sürece müdahale etmekte**, aynı zamanda bunu yaparken davranışın grup için uygun olmadığını hatırlatıp alternatif bir ifade biçimine yönlendirmektedir. Yani burada temel olarak **uygunsuz ya da süreci bozucu bir davranış kesme ve yeniden yapılandırma** söz konusudur. Bu, grupla psikolojik danışmada **engelleme** becerisidir; lider, üyeler arası etkileşimi korumak için müdahale eder. Bu nedenle doğru cevap **E**'dir.

Yüzleştirme: Üyenin çelişki ve tutarsızlıklarını fark ettirmedi.

Bağlama: Üyeler arasında yaşantılar üzerinden ilişki kurmaktır.

Özetleme: Söylenenleri ana hatlarıyla toplamaktır.

Somutlaştırma: Belirsiz ifadeleri net ve anlaşılır hâle getirmektir.

Cevap: E

13. Lider, Sezgin'in "burada kaygısını paylaşma amacı" ile "kaçınma, konuyu değiştirme" davranışları arasındaki **çelişkiyi açıkça ortaya koymakta ve bunu Sezgin'e fark ettirmeyi amaçlamaktadır**. Bu, yüzleştirmenin doğrudan karşılığıdır. Bu nedenle doğru cevap **C**'dir.

A seçeneği: Sezgin'in huzursuzluk ve kaygı duygularını derinleştirip doğrudan duygusal içeriğe inmeyi hedeflerdi; oysa lider burada duygudan çok davranış-amaç çelişkisine odaklanmaktadır.

B seçeneği: Liderin kendi düşüncesini söylemesi olurdu; burada lider yorum yapmaktan çok gözlem sunup farkındalık sorusu yöneltmektedir.

D seçeneği: Sezgin'in "neden böyle düşündüğünü" sorgulayıp bilişsel altyapıyı keşfetmeye yönelirdi; ancak burada bilişten çok davranış örüntüsü vurgulanmaktadır.

E seçeneği: Kaygıyla baş etme yolları öğretmek olurdu; oysa lider henüz müdahale değil farkındalık aşamasındadır.

Cevap: C

14. Etkileşim gruplarında süreç **spontane, yaşantısal ve "şimdi ve burada" etkileşime dayanır; katı biçimde sadece önceden planlanmış etkinliklerle yürütülmez**. Bu nedenle doğru cevap **B**'dir.

A seçeneği: Etkileşim grubunda lider, üyelerin birbirini anlamasını ve farklı bakış açılarını keşfetmesini kolaylaştırır, bu nedenle bu seçenek uygundur.

C seçeneği: Etkileşim grubunda duyguların özgürce ifade edilmesi esastır, bu nedenle bu seçenek uygundur.

D seçeneği: Etkileşim grubunda savunmaların azaltılması ve yaklaşmanın desteklenmesi amaçlanır, bu nedenle bu seçenek uygundur.

E seçeneği: Etkileşim grubunda deneyimlerin paylaşılması öğrenme ve farkındalık sağlar, bu nedenle bu seçenek uygundur.

Cevap: B

15. Verilen durumda üyeler **birbirlerinin deneyimlerinden öğrenmekte** ve bir üyenin yaşadığı olumlu değişim diğerine **deneme cesareti vererek umut oluşturmaktadır**. Aynı zamanda paylaşımlar, üyelerin kendini açmasına da örnektir. Ancak "uygulama alanının geniş olması" bu somut grup yaşantısıyla **doğrudan ilişkili bir avantaj değildir**. Bu nedenle doğru cevap **E**'dir.

A seçeneği: Üyeler kendi yaşantılarını açıkça paylaşmaktadır, bu nedenle uygundur.

B seçeneği: Benzer süreçlerin yaşanması yalnız olmadıklarını hissettirir, bu nedenle uygundur.

C seçeneği: Bir üyenin değişimi diğerine cesaret verir, bu nedenle uygundur.

D seçeneği: Üyeler birbirlerinin deneyimlerinden öğrenmektedir, bu nedenle uygundur.

Cevap: E

1. Soruda, **grupla psikolojik danışma sürecinin grup üyelerinden kaynaklı erken sonlanma nedenleri** sorulmaktadır. **Doğru cevap D seçeneğidir**, çünkü oturumlarda katılımı ve etkileşimi artıracak stratejilerin uygulanamaması liderin (danışmanın) yeterliliği ve müdahale becerileriyle ilgilidir; yani **üye kaynaklı değil, lider kaynaklı bir durumdur**. Bu nedenle erken sonlanmanın üyelere bağlı nedenleri arasında yer almaz.

- A) **Duyguları paylaşmada isteksizlik:** Üyenin kendini açmaktan kaçınması süreci zayıflatır ve erken ayrılmaya yol açabilir.
- B) **Gruplaşma ve çatışmalar:** Üyeler arası alt gruplar ve yoğun çatışmalar grup bütünlüğünü bozarak üyelerin gruptan kopmasına neden olabilir.
- C) **Aşırı kişisel taleplerle zamanı kullanma:** Bazı üyelerin süreci domine etmesi diğer üyelerde rahatsızlık yaratır ve katılımı düşürerek erken sonlanmaya yol açabilir.
- D) **Katılımı destekleyici stratejilerin uygulanamaması:** Liderin süreç yönetimiyle ilgilidir, üye kaynaklı değildir.
- E) **Katılım ve sorumluluk motivasyonu eksikliği:** Üyelerin sürece yeterince dahil olmaması erken kopuş riskini artırır.

Cevap: D

2. Soruda, danışmanın Mete'nin tepkisini **gruba katılma amacıyla ilişkilendirme** kararı vurgulanmaktadır. Bu durumda uygun müdahale, üyenin **davranışı ile grup hedefi arasındaki tutarsızlığı fark etmesini sağlayan yüzleştirme** olmalıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir**, çünkü bu ifade Mete'nin mevcut tepkisinin (öfke ve müdahale) gruba katılma gerekçesiyle (örneğin kaygıyı azaltma, sağlıklı iletişim kurma) çeliştiğini doğrudan ortaya koyar ve üyeyi bu çelişki üzerine düşünmeye yönlendirir. Böylece hem içgörü gelişir hem de davranışın grup amacına uygunluğu sorgulanır.

- B) **Duygusal etkiyi fark ettirme:** Üyenin davranışının diğer üyeler üzerindeki etkisini sorgular; ancak davranış-amaç tutarsızlığına odaklanmaz.

- C) **Sonuç odaklı uyarı:** Gelecekte kaygı yönetimine ilişkin olası sonuçlara vurgu yapar; mevcut davranışın grup amacına uygunluğunu irdelemez.

- D) **Öneri verme:** Üyeye nasıl davranması gerektiğini söyleyen yönlendirici bir ifadedir; farkındalık oluşturmak yerine çözüm sunar.

- E) **Davranışı yansıtma:** Üyenin davranışını betimler; ancak bu davranışı grup katılım amacıyla ilişkilendirmez.

Cevap: A

3. Soruda, grup üyesi Tarık'ın "siz de bir ebeveyn olarak..." ifadesi, danışmanı kendi yaşamındaki ebeveyn figürüyle özdeşleştirdiğini göstermektedir. **Aktarım (transferans)**, bireyin geçmişte önemli kişilerle (özellikle anne-baba gibi otorite figürleriyle) yaşadığı duygu, tutum ve beklentileri, şu an etkileşimde bulunduğu kişilere—özellikle psikolojik danışmana—yöneltilmesidir. Bu durumda Tarık, ailesine karşı geliştirdiği bıkınlık ve tepkiyi Murat Bey'e aktarmaktadır. Bu nedenle danışmanın öncelikle bu aktarımı fark etmesi ve süreci buna göre yönetmesi gerekir. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

- A) **Terapötik çalışma uyumu:** Danışan ile lider arasındaki iş birliği ve hedef birliğini ifade eder; burada ise temel sorun ilişki örüntüsünün aktarılmasıdır.

- C) **Direnç çözümlemesi:** Değişime karşı savunma ve kaçınmayı ele alır; bu durumda esas olan geçmiş ilişkilerin danışmana yansıtılmasıdır.

- D) **Konsültasyon:** Başka uzmanlardan görüş alma sürecidir; verilen durumda böyle bir ihtiyaç yoktur.

- E) **Davranışsal amaç oluşturma:** Davranış değişimine yönelik hedef belirlemeyi içerir; ancak burada öncelik ilişki dinamiğini anlamaktır.

Cevap: B

4. Soruda, grup üyelerinin kişisel konulara girmekten kaçınması ve kendilerini açmayı sürekli erteleme- si vurgulanmaktadır. Bu durum, danışanların içsel kaygı, savunma ya da rahatsızlık nedeniyle de- ğişim sürecine karşı mesafe koymalarıyla ilgilidir. **Di- renc,** bireyin terapötik süreçte kendini açmaktan kaçınması, yüzleşmek istememesi veya değişime karşı savunma geliştirmesidir. Bu nedenle verilen durum doğrudan direnç kavramına örnektir.

Doğru cevap: B seçeneğidir.

Katarsis: Duyguların yoğun biçimde boşaltılması ve rahatlama yaşanmasıdır; burada tam tersine duyguların ifade edilmemesi söz konusudur.

Evrensellik: Üyelerin benzer sorunlar yaşadıkları fark ederek yalnız olmadıklarını hissetmeleridir; soruda böyle bir farkındalık yoktur.

Odak sağlama: Grup sürecinde dikkatin belirli bir konu üzerinde tutulmasıdır; burada ise konuya girmekten kaçınma vardır.

Bağlama: Üyeler arasında ilişki kurma ve etkile- şimleri birbirine bağlama sürecidir; verilen durum bu tür bir ilişkilendirmeyi içermemektedir.

Cevap: B

5. Soruda, grup üyelerinin kendilerini açmakta istek- siz olduğu, çekingenlik yaşadığı ve liderin güven oluşturmaya odaklandığı belirtilmektedir. Bu özel- likler, üyelerin hâlâ kendilerini korumaya çalıştığı, kaygı ve belirsizlik yaşadığı **geçiş evresine** öz- güdür. Bu evrede direnç, savunma ve kendini aç- mada isteksizlik sık görülür ve liderin temel görevi güveni artırmaktır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Başlangıç evresi: Üyeler grubu tanımaya çalışır, kurallar ve yapı oluşturulur; ancak belirgin direnç ve kaçınma daha çok geçiş evresinde ortaya çı- kar.

Eylem evresi: Üyelerin aktif biçimde kendini aç- tığı, içgörü geliştirdiği ve çalışmanın derinleştiği aşamadır; çekingenlik baskın değildir.

Sonlandırma evresi: Sürecin değerlendirilmesi, kazanımların gözden geçirilmesi ve vedalaşma söz konusudur.

Hazırlık evresi: Grup başlamadan önceki planla- ma ve üye seçimi aşamasıdır; oturum içi süreçleri kapsamaz.

Cevap: D

6. Soruda, grup liderinin üyelerin sosyal medyada paylaşım yapma eğilimini fark ederek **gizlilik il- kesini vurguladığı ve açık bir kural koyduğu** görülmektedir. Bu müdahale, grup sürecinde kabul edilebilir ve edilemez davranışların çerçevesini çizme, güveni koruma ve sınırları netleştirme işlevi taşır. **Doğru cevap D seçeneğidir,** çünkü lider burada doğrudan **sınır koyma** becerisini kul- lanmaktadır.

Kendini açma: Liderin kendi duygu ve yaşantıla- rını paylaşmasıdır; burada lider kendisiyle ilgili bir paylaşım yapmamaktadır.

Yüzleştirme: Üyenin çelişkili davranışlarını fark ettirmeye yöneliktir; bu durumda çelişkiyi ortaya koymaktan çok kural belirleme vardır.

Geri bildirim: Üyelerin davranışlarının etkisini yansıtmayı içerir; burada ise norm koyma ve sınır çizme ön plandadır.

Derinlemesine inceleme: Üyenin duygu ve ya- şantılarını daha ayrıntılı keşfetmeye yöneliktir; ve- rilen durumda böyle bir keşif süreci yoktur.

Cevap: D

7. Soruda, liderin Melahat'ın ifade ettiği güçlüğü ele alarak bu durumun **altındaki yaşantıları, geçmiş deneyimleri ve olası nedenleri keşfet-meye yönelik sorular sorduğu** görülmektedir. Bu müdahale, danışanın yüzeyde ifade ettiği durumun ötesine geçip **duygu, yaşantı ve kö- kenleri derinlemesine incelemeyi amaçlar.** **Derinlemesine inceleme,** danışanın yaşantısını daha ayrıntılı anlamak için açık uçlu sorularla ke- şif yapma sürecidir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Sınır koyma: Grup kurallarını ve kabul edilebilir davranışları belirlemeye yöneliktir; burada böyle bir düzenleme yoktur.

Yüzleştirme: Danışanın çelişkili yönlerini fark et- tirmeyi içerir; verilen durumda çelişki gösterilme- mektedir.

Cesaretlendirme: Danışanı konuşmaya ve katılı- ma teşvik etmeyi kapsar; burada ise keşif ve an- lamlandırma ön plandadır.

Geri bildirim: Davranışın başkaları üzerindeki et- kisini yansıtmayı içerir; bu müdahalede böyle bir yansıtmaya yoktur.

Cevap: C

8. Soruda, Gülistan'ın diğer grup üyelerinin de benzer yalnızlık ve uyum sorunları yaşadığını fark etmesiyle **yalnız olmadığını anlaması ve rahatlama hissetmesi** vurgulanmaktadır. Bu durum, bireyin yaşadığı sorunun başkaları tarafından da paylaşıldığını fark ederek izolasyon duygusunun azalmasıdır. **Evrensellik**, grup üyelerinin benzer yaşantılara sahip olduğunu görerek "yalnız değilim" duygusunu geliştirmesidir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Duygusal boşalım: Yoğun duyguların ifade edilmesiyle yaşanan rahatlamayı ifade eder; burada rahatlama, duyguları boşaltmaktan değil benzerlik farkındalığından kaynaklanmaktadır.

Özdeşleşme: Bireyin başka bir üyeyi model alarak onun özelliklerini benimsemesidir; soruda model alma yoktur.

İleri empati: Danışanın ifade etmediği duyguların derinlemesine anlaşılmasıdır; burada böyle bir terapötik müdahale söz konusu değildir.

Sosyal öğrenme: Başkalarının davranışlarını gözlemleyerek öğrenmeyi içerir; verilen durumda öğrenmeden çok farkındalık ve rahatlama vardır.

Cevap: E

9. Soruda, liderin bir grup üyesinin sessizliğini **kendi yetersizliğiyle ilişkilendirmesi ve bu durum karşısında yoğun öznel duygular (başarısızlık hissi) yaşaması** vurgulanmaktadır. **Karşıt aktarım (countertransference)**, danışmanın danışana karşı geliştirdiği, kendi iç dünyasından ve geçmiş yaşantılarından beslenen duygu, düşünce ve tepkileridir. Burada Mehmet Bey'in durumu nesnel biçimde değerlendirmek yerine bunu kişisel bir yetersizlik olarak algılaması, danışanın davranışına kendi içsel tepkilerini yüklemesiyle ilgilidir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

Aktarım: Danışanın geçmiş ilişkilerden getirdiği duygu ve tutumları danışmana yöneltmesidir; burada süreç danışana değil danışmana aittir.

Direnç: Danışanın değişime karşı savunma geliştirmesi ve sürece katılımda zorlanmasıdır; liderin yaşadığı içsel süreçle ilgili değildir.

Empati yetersizliği: Danışanın duygularını anlamada eksikliğini ifade eder; burada sorun anlamak değil, durumu kişiselleştirmektir.

İçsel çatışma: Bireyin kendi içinde çelişkili duygu ve düşünceler yaşamasıdır; ancak burada belirlenilen olan, danışana yönelik gelişen karşıt aktarım tepkisidir.

Cevap: C

10. Soruda, grupla psikolojik danışma ile bireysel psikolojik danışmanın karşılaştırılmasına ilişkin **yanlış ifade** sorulmaktadır. Grupla psikolojik danışmada üyeler arası etkileşim sayesinde sosyal beceriler (iletişim, geri bildirim alma-verme, empati, çatışma çözme) **daha fazla gelişir**. Bu nedenle "sosyal becerilerin daha sınırlı olduğu" ifadesi hatalıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

Üyeler arası öğrenme: Grup ortamında bireyler birbirlerinin deneyimlerinden öğrenir; bireysel danışmada bu etkileşim sınırlıdır.

Bireysel odaklanma: Bireysel danışmada danışanın kendine özgü sorunları daha derinlemesine ve ayrıntılı ele alınabilir.

Güven ilişkisinin kurulması: Bireysel danışmada iki kişi arasında olduğu için güven ilişkisi genellikle daha hızlı gelişir.

Farklı bakış açıları: Grup ortamı, çeşitli deneyim ve perspektifler sunarak öğrenmeyi zenginleştirir.

Cevap: D

11. Soruda, bir üyenin konuyu işyeri sorunlarına kaydırması üzerine liderin müdahale ederek grubu tekrar **belirlenen ana konuya (aile ilişkileri)** yönlendirdiği görülmektedir. Bu müdahale, grup sürecinde dikkatin dağılmasını engelleyip konuşmayı hedeflenen tema etrafında toplama işlevi taşır. **Odak sağlama**, grubun dikkatini belirli bir konuya yönlendirme ve orada tutma becerisidir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Sınır koyma: Kabul edilebilir davranışların çerçevesini belirlemeyi içerir; burada davranıştan çok konuya yönlendirme söz konusudur.

Yüzleştirme: Üyenin çelişkili yönlerini fark ettirmeye yöneliktir; bu durumda çelişki ortaya konmamaktadır.

Bağlama: Üyelerin paylaşımlarını birbirine ilişkilendirerek grup içi etkileşimi artırmayı amaçlar; burada konuya geri döndürme vardır.

Model olma: Liderin davranışlarıyla örnek olmasıdır; bu müdahale doğrudan yönlendirme içerir.

Cevap: B

12. Soruda, liderin üyenin davranışındaki **tutarsızlığı (başkalarını eleştirirken kendini sorgulama)** doğrudan ortaya koyduğu ve bunu fark etmesini sağlayacak bir soru yönelttiği görülmektedir. Bu tür müdahaleler, danışanın çelişkili yönlerini görmesini ve içgörü kazanmasını amaçlar. **Yüzleştirme**, bireyin farkında olmadığı ya da kaçındığı tutarsızlıkları nazik ama açık bir şekilde ortaya koyma becerisidir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Sınır koyma: Kabul edilebilir davranışların çerçevesini belirlemeyi içerir; burada kural koyma değil farkındalık oluşturma vardır.

Odak sağlama: Grubu belirli bir konuya yönlendirmeyi ifade eder; burada konu değil, bireysel tutarsızlık ele alınmaktadır.

Destek sağlama: Üyeyi onaylama ve cesaretlendirme yönünde müdahaleleri kapsar; bu örnekte daha çok sorgulayıcı ve fark ettirici bir yaklaşım vardır.

Model olma: Liderin davranışlarıyla örnek olmasıdır; burada doğrudan üyeye yönelik bir müdahale söz konusudur.

Cevap: B

13. Soruda, liderin iklim'in yaşadığı yoğun duygusal süreci gruba yaymak ve diğer üyeleri de sürece dahil etmek istediği belirtilmektedir. **Paylaşırma**, bir üyenin yaşantısını diğer üyelere açarak benzer deneyimlerin paylaşılmasını sağlama ve grup etkileşimini artırma becerisidir. Bu nedenle liderin, benzer yaşantıları olan üyeleri konuşmaya davet etmesi gerekir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

Grup üyelerinden destek isteme: Genel ve pasif bir beklenti içerir; yapılandırılmış biçimde deneyim paylaşımını başlatmaz.

Olumlu yanlara yönlendirme: Durumu yeniden anlamlandırmaya yöneliktir; paylaşırma ile ilişkili değildir.

Öneri verme çağrısı: Üyeleri çözüm üretmeye yönlendirir; deneyim paylaşımından çok tavsiye vermeyi teşvik eder.

Kendi deneyimlerini anlatmaya teşvik etme (genel): Paylaşımı teşvik eder ancak benzer yaşantıları hedefleyerek sistematik biçimde sürece yaymaz.

Cevap: C

14. Soruda, öğrencilerin ergenlik dönemindeki değişimleri **anlamaları ve bu süreçte baş etme becerileri kazanmaları amacıyla planlı ve yapılandırılmış bir grup çalışması** yapılmak istendiği vurgulanmaktadır. Bu tür gruplar bilgi verme, beceri kazandırma ve önleyici rehberlik işlevi taşır. **Psikoeğitim grupları**, belirli bir konuda bilgi sunmayı ve baş etme becerileri öğretmeyi amaçlayan, yapılandırılmış ve planlı grup çalışmalarıdır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Etkileşim grubu: Üyeler arası etkileşim ve kişiler arası farkındalığı artırmaya odaklanır; yapılandırılmış öğretim amacı ön planda değildir.

Kendine yardım grubu: Benzer sorunları yaşayan bireylerin profesyonel lider olmadan birbirlerine destek olduğu gruplardır; burada profesyonel ve planlı bir süreç vardır.

Psikodrama grubu: Rol oynama ve canlandırma teknikleriyle duygusal yaşantıları ele alır; eğitim ve beceri kazandırma temel amaç değildir.

Destek grubu: Duygusal paylaşım ve destek sağlamaya yöneliktir; yapılandırılmış öğretim ve beceri kazandırma vurgusu daha sınırlıdır.

Cevap: A

15. Soruda liderin tanışma sürecini yürütmesi, grup kurallarını oluşturmaya, süreci yapılandırması ve üyelerin iletişimi lider üzerinden kurması vurgulanmaktadır. Bu durum, grubun henüz oluşum aşamasında olduğunu ve üyelerin birbirleriyle doğrudan etkileşime geçmek yerine lidere yöneldiğini gösterir. Bu özellikler başlangıç evresinin temel göstergeleridir. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

Geçiş evresi: Direnç, çatışma ve test etme davranışlarının ortaya çıktığı aşamadır; burada yapı kurma değil zorlanma ön plandadır.

Eylem evresi: Üyeler doğrudan etkileşime girer, derin paylaşımlar yapar; lider merkezli iletişim azalır.

Sonlandırma evresi: Sürecin değerlendirilmesi ve vedalaşma söz konusudur.

İzleme evresi: Grup bittikten sonra kazanımların sürdürülmesini takip etmeye yöneliktir; oturum içi süreç değildir.

Cevap: A

1. Soruda, grupla psikolojik danışmanın **temel ilke-leri** sorulmakta ve "yer almaz" ifadesiyle **yanlış olan seçenek** aranmalıdır. Grupla psikolojik danışmada süreç, üyelerin **kendi farkındalıklarını geliştirmesi, yaşantı yoluyla öğrenmesi ve iç-görü kazanması** üzerine kuruludur. Bu nedenle üyelerin birbirine **doğrudan öğüt vermesi ve çözüm dayatması teşvik edilmez**. Aksine, bu durum üyenin **kendi çözümünü üretmesini en-geller**. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Amaçların açık, somut ve davranış-sal olarak belirlenmesi sürecin yapılandırılması açısından temel bir ilkedir.

B seçeneği: Grup sürecinde üyeler hem **yardım alan** hem de **yardım eden** rolünü deneyimler; bu, terapötik etkileşimin önemli bir parçasıdır.

C seçeneği: Üyelerin **kendi yaşantılarını pay-laşması**, grup sürecinin merkezinde yer alır ve içgörü gelişimini destekler.

E seçeneği: Grup ortamı, üyelerin hem kendileri-ni hem de başkalarını **kabul etmeyi öğrenmele-rine** olanak tanır.

Cevap: D

2. Soruda, üyelerin etkinliklere katılmayı reddetme-si ve liderin sorularına **kısa ve yüzeysel yanıtlar vermesi** vurgulanmaktadır. Bu davranışlar, üyele-rin sürece tam olarak dahil olmaktan kaçındığını ve değişime karşı **kaçınma ve savunma geliştirdiğini** gösterir. **Direnç**, danışanın sürece katıl-maktan kaçınması, yüzeysel kalması ve değişime karşı dolaylı biçimde engel oluşturmaktır. Bu ne-denle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneği: **Transferans**, danışanın geçmiş iliş-kilerinden getirdiği duygu ve tutumları danışmana yöneltmesidir; burada böyle bir yöneltme yoktur.

C seçeneği: **Model olma**, liderin davranışlarıyla örnek olmasıdır; verilen durumda liderin model oluşturmaya söz konusu değildir.

D seçeneği: **Sosyal öğrenme**, bireyin başkala-rını gözlemleyerek yeni davranışlar edinmesidir; burada öğrenmeden çok kaçınma vardır.

E seçeneği: **Sınır koyma**, kabul edilebilir davra-nışları belirlemeyi içerir; soruda liderin kural koy-ması değil, üyelerin tepkisi anlatılmaktadır.

Cevap: A

3. Soruda, Emre'nin **doğrudan tavsiye verme dav-ranışıyla grup sürecine müdahale ettiği** ve li-derin **odağı Emre'ye yöneltmek istediği** vurgu-lanmaktadır. Odağı bir üyeye yöneltmek, o üyenin davranışını merkeze alarak **sorumluluk ve far-kındalık geliştirmesini sağlamak** anlamına gelir. Bu nedenle liderin müdahalesi, doğrudan Emre'ye dönük olmalı ve onu sürecin aktif öznesi hâline getirmelidir. **C seçeneğinde**, önce grup kuralı hatırlatılmakta, ardından "Emre, böyle bir durum-da sen ne yapardın?" ifadesiyle **odak doğrudan Emre'ye çekilmektedir**. Bu yapı, Emre'nin kendi davranışını düşünmesini sağlar ve grup odağını net biçimde ona yöneltir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği: Başlangıçta Emre'ye yönelir; ancak devamında odağı **Özge'nin duygusuna kaydırır**, bu nedenle Emre merkezde kalmaz.

B seçeneği: **Genel ilke ve yönlendirme** içerir; Emre'nin davranışını merkeze almaz.

D seçeneği: **Öneri verme** vardır; Emre'nin davra-nışı üzerinde farkındalık oluşturmaz.

E seçeneği: Odağı tamamen **Özge'ye yönlendi-rir**; Emre sürecin dışında kalır.

Cevap: C

4. Soruda, **bağlama becerisinin sağladığı yararlar arasında yer almayan durum sorulmaktadır**. **Bağlama**, grup liderinin üyelerin **duygu, düşünce ve deneyimlerini birbirine bağlayarak** grup için-de **etkileşimi artırması, empatiyi geliştirmesi ve karşılıklı öğrenmeyi desteklemesi** sürecidir. Bu beceri, üyeler arası ilişkiyi güçlendirir; ancak liderin **doğrudan öneri vererek sorun çözmesi** bu kapsamda değildir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: **Ortak deneyimlerin fark edilmesi ve empati gelişimi**, bağlama becerisinin temel sonuçlarındandır.

B seçeneği: Üyeler **birbirinden öğrenir ve yeni bakış açıları kazanır**; bu bağlamanın önemli kat-kılarından.

C seçeneği: Bağlama, grup içinde **etkileşimi güçlendirir ve iletişimi artırır**.

D seçeneği: Üyeler, farklı deneyimler sayesinde **çeşitliliğin değerini fark eder**.

Cevap: E

5. Soruda, **açık grupların özelliği** sorulmaktadır. **Açık gruplar**, grup süreci devam ederken **yeni üyelerin katılabildiği** ve mevcut üyelerin süreç içinde **ayrılabilirdiği** gruplardır. Bu nedenle grup yapısı **sabit değildir**. Her yeni üye katıldığında grup içinde **yeniden tanışma, uyum ve güven oluşturma süreci** yaşanır; mevcut üyeler rollerini ve ilişkilerini yeniden düzenler. Benzer şekilde bir üyenin ayrılması da grup dinamiğini etkiler ve **duygusal tepkiler (boşluk, kayıp hissi, yeniden denge kurma)** ortaya çıkabilir. Bu yüzden açık gruplarda **grup süreci daha akışkan ve değişkendir**. Bu tanıma doğrudan uyan ifade **A seçeneğidir**.

B seçeneği: Üyelerin baştan belirlenip sabit kalması, **kapalı grup** özelliğidir; açık grupta çelişir.

C seçeneği: Açık gruplarda **normlar ve güven sabit değildir**; her katılım ve ayrılıştan yeniden şekillenir.

D seçeneği: Grup üyeleri yalnızca destek almaz; aynı zamanda **başkalarına yardım etme** sürecine de katılır.

E seçeneği: Açık gruplar **esnek yapıdadır**; süreç ve içerik değişen üye yapısına göre uyarlanabilir.

Cevap: A

6. Soruda, **etkileşim grubunun üyeye kazandırdığı temel çıktı** sorulmaktadır. Etkileşim grupları, üyelerin **kendi davranışlarının başkaları üzerindeki etkisini fark etmesini, geri bildirim alıp vermesini** ve bu farkındalığı **gerçek yaşam ilişkilerine aktarmasını** amaçlar. Bu gruplarda öğrenme, doğrudan yaşantı ve kişiler arası etkileşim üzerinden gerçekleşir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**; çünkü üyeler edindikleri farkındalığı **günlük yaşamlarındaki kişiler arası ilişkilerine yansıtır**.

A seçeneği: Etkileşim grupları yalnızca **bilişsel bilgi aktarımı** yapmaz; öğrenme daha çok yaşantısal ve ilişkisel düzeydedir.

C seçeneği: Süreç sadece **duygusal boşalım** ile sınırlı değildir; asıl amaç bu duyguların kişiler arası bağlamda anlaşılmasıdır.

D seçeneği: Üyeler **zorlanarak değiştirilmez**; farkındalık yoluyla kendi değişimlerini gerçekleştirir.

E seçeneği: Süreç **lider merkezli yönlendirme** değil, üyeler arası etkileşim ve geri bildirim üzerine kuruludur.

Cevap: B

7. Soruda, **Johari Penceresi ile grupla psikolojik danışma arasındaki ilişkiye örnek oluşturan durum** sorulmaktadır. Johari Penceresi'nde amaç, **açık alanın genişlemesi**; yani bireyin hem kendisi hem de başkaları tarafından bilinen yönlerinin artmasıdır. Bu da **kendini açma (gizli alanın küçülmesi)** ve **geri bildirim alma (kör alanın küçülmesi)** ile gerçekleşir. Dolayısıyla süreç, **etkileşim ve paylaşım** temellidir. Bu açıdan bakıldığında, etkileşimi sınırlayan bir durum Johari mantığına ters düşer. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Başkalarının fark ettiği ancak kişinin fark etmediği yönlerin **geri bildirim yoluyla görünür hâle gelmesi, kör alanın küçülmesini** sağlar.

B seçeneği: Üyenin kendi duygu ve düşüncelerini paylaşması, yani **kendini açması, gizli alanı küçültür ve açık alanı genişletir**.

C seçeneği: Yeni yaşantılar ve farkındalıklar, kişinin daha önce bilmediği yönlerini ortaya çıkararak **bilinmeyen alanın keşfedilmesine** katkı sağlar.

E seçeneği: Grup içi **paylaşım ve geri bildirim, empati ve karşılıklı anlayışı artırır**; bu da açık alanın gelişimini destekler.

Cevap: D

8. Soruda, grupla psikolojik danışma süreci planlanırken yapılması gereken çalışmalar sorulmaktadır. Etkili bir grup süreci için **fiziksel ortamın güvenli ve uygun olması ile oturumların düzenli ve süreklilik gösterecek şekilde planlanması** temel gerekliliklerdir. Sessiz ve güvenli bir ortam, üyelerin **kendini açmasını ve güven duygusunu** destekler. Oturumların **düzenli aralıklarla yapılması** ise sürecin devamlılığını ve terapötik etkiyi güçlendirir. Buna karşılık her oturumun konusunu katı biçimde önceden belirlemek, grupla psikolojik danışmanın **esnek ve süreç odaklı yapısına** uygun değildir. Bu nedenle I. ve III. öncülde verilen bilgiler doğrudur. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

Cevap: D

9. Grupla psikolojik danışmada etkinlikler, üyelerin **kendi yaşantılarını keşfetmesini, duygu ve düşüncelerini ifade etmesini ve içgörü geliştirmesini** desteklemek amacıyla kullanılır. Liderin rolü yönlendirmek değil, süreci kolaylaştırmaktır. Bu nedenle etkinliklerin **çözüm dayatmak veya üyeleri belirli davranışlara zorlamak için kullanılması** grup yaklaşımına aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneği: Etkinlikler, üyelerin **kendini ifade etmesini ve farkındalık kazanmasını** destekler; bu doğru bir kullanımdır.

C seçeneği: Başlangıçta **basit tanışma ve ısınma etkinlikleri** tercih edilir; bu, evreye uygunluk açısından doğrudur.

D seçeneği: Etkinlikler, üyelerin sorunları **yaşantı yoluyla deneyimlemesini ve çözüm yollarını keşfetmesini** sağlar.

E seçeneği: Sonlandırmada etkinlikler, **yaşantıyı gözden geçirme ve öğrenilenleri pekiştirme** işlevi görür.

Cevap: A

10. Soruda, **ergenlerle yürütülen grupla psikolojik danışma için yanlış uygulama** sorulmaktadır. Ergen gruplarında amaç, üyelerin **farklı bakış açılarıyla karşılaşması, sosyal becerilerini geliştirmesi ve gerçek yaşam etkileşimlerini deneyimlemesidir**. Bu nedenle grupların yalnızca **benzer kişilik özelliklerine sahip bireylerden oluşturulması**, etkileşimi sınırlar ve öğrenme fırsatlarını azaltır. Bu durum grup sürecinin doğasına aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Grup planlamasında öğrencilerin **sosyal ve duygusal ihtiyaçlarının dikkate alınması**, etkili bir süreç için temel bir ilkedir.

C seçeneği: **Küçük hedeflerin genel amaçlarla uyumlu olması**, sürecin sistemli ilerlemesini sağlar.

D seçeneği: Grupların, okulun **kapsamlı rehberlik programına uygun planlanması**, rehberlik hizmetlerinin bütünlüğünü destekler.

E seçeneği: Ergen gruplarında **yaş açısından homojenlik**, gelişim düzeyine uygunluk açısından tercih edilir.

Cevap: B

11. Soruda, **kapalı grupların özellikleri arasında bulunmayan durum** sorulmaktadır. **Kapalı gruplar**, üyelerin **başlangıçta belirlendiği ve süreç boyunca sabit kaldığı**, dışarıdan **yeni üye kabul edilmeyen** gruplardır. Bu yapı sayesinde grupta **güven, bağlılık ve derinleşme** daha kolay gelişir. Dolayısıyla kapalı gruplarda üyelik **sabit ve sürekli**dir. Buna aykırı olan ifade doğru cevabı verir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği: Üyelerin baştan belirlenmesi ve süreç boyunca **sabit kalması**, kapalı grubun temel özelliğidir.

B seçeneği: Üyelik değişmediği için **güven ve yakınlık geliştirmek daha kolaydır**; bu kapalı grupların önemli avantajıdır.

D seçeneği: Üyelerin **istedikleri zaman girip çıkabilmesi**, açık grup özelliğidir; kapalı grupta bu durum söz konusu değildir.

E seçeneği: Tüm grup üyeleri süreç boyunca **belirlenen kurallara uymak zorundadır**; bu grup işleyişinin temelidir.

Cevap: C

12. Soruda, etkileşim temelli bir grupta bir üyenin **paylaşımları dramatize ederek grubu aşırı duygusal yüklemesi** ve süreci **kişisel çatışmalara sürüklemesi** verilmiştir. Etkileşim gruplarında amaç, üyelerin **dengeli biçimde kendini ifade etmesi, birbirini anlaması ve sağlıklı kişiler arası etkileşim kurmasıdır**. Bu nedenle süreci bozacak şekilde **abartılı, dramatik ve yönlendirici paylaşımlar desteklenmez**; aksine lider bu durumu düzenler ve denge sağlar. Bu yüzden yanlış ifade **B seçeneğidir**.

A seçeneği: Üyelerin **kendi duygu ve deneyimlerini paylaşması**, etkileşim gruplarının temel çalışma biçimidir.

C seçeneği: Üyeler birbirlerini dinleyerek **empati geliştirir**; bu, grubun önemli kazanımlarındandır.

D seçeneği: Lider, üyelerin **kendi çözümlerini bulmalarını destekleyen sorular** sorar; doğru- dan yönlendirme yapmaz.

E seçeneği: Üyeler, **yaşantılarını ve çözüm arayışlarını paylaşarak** grup sürecine aktif katılım sağlar.

Cevap: B

13. Soruda, Emine'nin grupta **aynı sınıftan ve yakın arkadaşının bulunmasından dolayı kendini rahat hissetmediği** belirtilmektedir. Bu durum, grup oluşturulurken **üyelerin kimlerden seçileceği**, yani **üyeler arası ilişkiler, mahremiyet ve rahatlık düzeyi** gibi unsurların yeterince dikkate alınmadığını gösterir. Grupa psikolojik danışmada özellikle hassas konularda, üyelerin birbirini tanıma düzeyi süreci doğrudan etkiler. Bu nedenle sorun, **üye seçiminin uygun yapılmamasından** kaynaklanmaktadır. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: Grubun amacı ve hedeflerinin belirlenmesi, sürecin yönünü belirler; ancak burada sorun amaçtan değil, grup yapısından kaynaklanmaktadır.

B seçeneği: Oturum süresi, sürecin işleyişini etkiler; üyelerin birbirini tanımasıyla ilgili değildir.

C seçeneği: Oturum sıklığı, planlama unsurudur; üyeler arası rahatlıkla ilişkili değildir.

D seçeneği: Materyal hazırlığı, süreci destekler; ancak üyelerin kendini rahat hissetmesini doğrudan belirlemez.

Cevap: E

14. Soruda, öğrencilerin "**hep karşı tarafı suçluyor-duk**" ifadesinden sonra **kendi davranışlarının da ilişkileri etkilediğini fark ettikleri** ve bunu kabul etmenin zor olduğunu söyledikleri vurgulanmaktadır. Bu durum, bireylerin sorunlarda yalnızca dış faktörleri değil, **kendi rol ve katkılarını da görmeye başlaması** ile ilgilidir. Ancak bu farkındalığın henüz tam olarak içselleşmediği ve kabul etmekte zorlandıkları görülmektedir. Bu nedenle grupta ele alınması gereken temel konu **sorumluluk** almaktır.

Cevap: B

15. Soruda, **etkileşim gruplarının özelliklerinden olmayan durum** sorulmaktadır. Etkileşim grupları; üyelerin **duygu ve düşüncelerini açıkça ifade ettiği, geri bildirim aldığı, kendi davranışlarının etkisini fark ettiği ve yaşantı yoluyla öğrendiği** gruplardır. Bu süreç **lider merkezli değil**, üyeler arası etkileşime dayalıdır. Bu nedenle üyelerin **liderin belirlediği davranışları uygulaması** etkileşim grubunun doğasına aykırıdır. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Üyelerin **duygu ve düşüncelerini paylaşması teşvik edilir**; bu etkileşim gruplarının temelidir.

B seçeneği: Üyeler **geri bildirim olarak kendi davranışlarını gözlemler**; bu farkındalık gelişimini sağlar.

C seçeneği: Süreç **yaşantı ve deneyim paylaşımı** üzerine kuruludur; bu etkileşim gruplarının ayırt edici özelliğidir.

E seçeneği: Grup içinde **savunucu davranışların azaltılması** hedeflenir; bu da daha açık ve dürüst etkileşimi destekler.

Cevap: D

1. Soruda, grup dışında paylaşımların konuşulmasıyla **gizlilik ilkesinin ihlal edildiği** bir durum verilmiştir. Grupla psikolojik danışmada gizlilik, **güvenin temelidir** ve ihlal edildiğinde liderin bunu **grup içinde ele alması**, üyelerin bu davranışın nedenlerini ve etkilerini fark etmesini sağlaması gerekir. Bu tür durumlar cezalandırma ya da görmezden gelme ile değil, **grup süreci içinde işlenerek** çözülür. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği: Üyeyi gruptan uzaklaştırmak, süreci öğretici olmaktan çıkarır; cezalandırıcı bir yaklaşımdır.

B seçeneği: Görmezden gelmek, güven sorunu derinleştirir ve grup sürecine zarar verir.

C seçeneği: Gizliliği hatırlatmak önemlidir; ancak mevcut ihlali işlemeye ve farkındalık oluşturmaya tek başına yeterli değildir.

D seçeneği: Ceza tehdidi, terapötik ortamı zedeleyerek ve güven ilişkisini bozar.

Cevap: E

2. 48 saatlik kesintisiz yoğun duygusal yaşantıların ele alındığı grup türü **maraton grubudur**. Maraton gruplar uzun süreli ve aralıksız yürütülür. Süre uzadıkça üyelerin **savunmaları zayıflar**, kişiler **saydamlaşır** ve daha **derin, içten, maskesiz paylaşımlar** ortaya çıkar. Bu süreçte bireyler **rol yapmayı bırakır**, daha **otantik tepkiler** verir ve **kendilik farkındalığı** belirgin biçimde artar. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

Psiko-eğitim grubu: Belirli bir konuda **bilgi verme ve beceri kazandırma** amaçlanır. Süreç **planlı ve yapılandırılmıştır**, lider daha **yönlendirici** rol üstlenir.

Kendi kendine yardım grubu: Benzer yaşantılara sahip bireyler **karşılıklı ve eşit düzeyde destek sağlar**. Sürecin gücü **paylaşılan deneyim ve dayanışmadan** gelir.

Destek grubu: Üyelerin **duygularını paylaşması, yalnız olmadığını fark etmesi ve duygusal olarak rahatlaması** hedeflenir. **Kabul ve destek** ön plandadır.

Birey merkezli grup: Sürecin merkezinde **bireyin kendisi ve gelişimi** vardır. Amaç, bireyin **kendi duygularını tanıması, içsel yaşantısını anlaması, kendine yönelik farkındalık geliştirmesi ve kendi potansiyelini ortaya koymasındır**.

Cevap: C

3. Soruda, öğrencilere sınav kaygısıyla başa çıkma için **tekniklerin öğretilmesi, bilişsel stratejiler kazandırılması ve davranış değişikliği hedeflenmesi** vurgulanmaktadır. Bu özellikler, **belli bir programa dayalı, bilişsel ağırlıklı ve davranış değişikliğine yönelik olan psiko-eğitim gruplarına** aittir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Kendi kendine yardım grubu: Benzer sorunları yaşayan bireylerin **karşılıklı destek ve deneyim paylaşımı** ile ilerlediği gruplardır; yapılandırılmış öğretim yoktur.

İş grubu: Belirli bir amaç doğrultusunda **görev ve üretim odaklı** çalışan gruplardır.

Destek grubu: Üyelerin **duygusal paylaşım yaparak rahatlaması** ve destek bulması amaçlanır; beceri öğretimi ön planda değildir.

Konsültasyon grubu: Psikolojik danışmanların **verimliliğini artırmak amacıyla** oluşturulan gruplardır. Özellikle öğretmen, aile ve yöneticilerle yürütülür. **Danışana doğrudan değil**, onunla çalışan kişilere yönelik destek ve çözüm üretme sürecidir. Ayrıca **vaka merkezli konsültasyon** şeklinde, sorunla ilgili kişiler ve uzmanlar bir araya gelerek çözüm geliştirebilir.

Cevap: A

4. Soruda, grup sürecine **yeni üyelerin katılabilirdiği**, bazı üyelerin süreç içinde **ayrılabilirdiği** ve bu nedenle **grup normlarının zamanla yeniden şekillendiği** belirtilmektedir. Bu özellikler, üyelik yapısının **sabit olmadığı**, sürecin **değişken ve akışkan olduğu** grupları tanımlar. Bu tanım doğrudan **açık gruba** aittir. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

Kapalı grup: Üyeler **başlangıçta belirlenir** ve süreç boyunca değişmez.

Maraton grup: Uzun süreli ve kesintisiz yürütülen, **yoğun yaşantı odaklı** gruplardır.

Psiko-eğitim grubu: Bilgi verme ve beceri kazandırma amacıyla yapılandırılmış gruplardır.

Destek grubu: Üyelerin **duygusal paylaşım ve destek sağladığı** gruplardır; üyelik yapısı açık ya da kapalı olabilir, bu seçenek ayırt edici değildir.

Cevap: B

5. Grup, boşanma sürecinden geçen ebeveynlerin çocuklarından oluşmaktadır. Üyeler duygusal zorluklarını paylaşmakta ve birbirlerine destek olmaktadır. Lider ise sürece rehberlik eden, kolaylaştırıcı bir roledir. Bu yapı, temel amacı duygusal paylaşım ve karşılıklı destek olan destek grubunu ifade eder. Doğru cevap D seçeneğidir.

Psiko-eğitim grubu: Belirli bir konuda bilgi verme ve beceri kazandırma amacıyla, programlı ve yapılandırılmış yürütülen gruptur.

Kendi kendine yardım grubu: Benzer yaşantıları olan bireylerin profesyonel lider olmadan, karşılıklı destek ve deneyim paylaşımı ile süreci yürüttüğü gruptur.

Psikoterapi grubu: Bireylerin duygusal, davranışsal ve kişilik örüntülerini daha derin düzeyde ele alarak değişim ve içgörü sağlamayı amaçlayan gruptur.

Birey merkezli grup: Sürecin merkezinde birey vardır; amaç bireyin kendi duygularını fark etmesi, kendini anlaması ve içsel yaşantısını keşfetmesidir.

Cevap: D

6. Soruda, grup sürecinin bireyin kendi deneyimleri, kişisel hedefleri ve içsel farkındalığı üzerine kurulduğu belirtilmektedir. Bu durum, bireyin kendi yaşantısına odaklandığı, sürecin intrapsişik düzeyde ilerlediği ve gelişim odağının birey olduğu yapıyı gösterir. Verdiği çerçeveye göre bu, birey merkezli gelişim anlayışına dayanan grup özelliğidir. Doğru cevap E seçeneğidir.

Psiko-eğitim grubu: Belirli bir konuda bilgi verme ve beceri kazandırma amacıyla, programlı ve yapılandırılmış yürütülür.

Kendi kendine yardım grubu: Benzer yaşantıları olan bireyler profesyonel lider olmadan, karşılıklı destek ve deneyim paylaşımı ile süreci yürütür.

Maraton grup: Uzun süreli ve kesintisiz yürütülen, yoğun duygusal yaşantıların ortaya çıktığı gruptur.

Etkileşim grubu: Üyelerin kişiler arası etkileşim ve geri bildirim yoluyla farkındalık geliştirdiği gruptur.

Cevap: E

7. Soruda grubun profesyonel bir lider olmadan, üyelerin kendi istekleriyle bir araya gelerek deneyim paylaşımı ve karşılıklı destek sağladığı belirtilmektedir. Ayrıca sürecin tamamen üyelerin kendi dinamikleriyle ilerlemesi, bu grubun temel ayırt edici özelliğidir. Bu tür gruplarda iyileştirici etki; benzer yaşantıya sahip bireylerin birbirine model olması, umut vermesi ve yalnızlık duygusunu azaltması üzerinden ortaya çıkar. Bu nedenle doğru cevap B seçeneğindeki kendi kendine yardım grubudur.

Kişiler arası ilişki grubu: Kişiler arası farkındalık ve ilişki becerilerini geliştirmeye odaklanır, genellikle lider eşliğinde yürütülür.

Maraton grup: Uzun süreli ve kesintisiz oturumlarla yoğun duygusal yaşantıların ortaya çıkarıldığı grup türüdür.

Destek grubu: Belirli bir sorun yaşayan bireylere duygusal destek sağlanır ve çoğunlukla bir uzman lider bulunur.

Etkileşim grubu: Üyeler arası geri bildirim ve kişiler arası etkileşim üzerinden farkındalık geliştirilir.

Cevap: B

8. Soruda, Elif'in danışmana yönelttiği duyguların aktarım çerçevesinde ele alınmasına uygun tepkinin belirlenmesi istenmektedir. Aktarımda danışan, geçmişte önemli kişilerle yaşadığı duygu ve ilişki örüntülerini danışmana yansıtır. Bu nedenle uygun tepki, danışanın mevcut duygularını geçmiş yaşantılarıyla ilişkilendirmesine yardımcı olmalıdır; A seçeneğindeki "Bu duygularını, geçmişte sana yol göstermeye çalışan kişilere karşı da benzer şekilde hissetmiş olabileceğini düşünüyor musun?" tepkisinin verilmesi uygundur. Çünkü bu ifade Elif'in danışmana yönelik kontrol edilme ve korku duygularını geçmişteki otorite figürleriyle bağlantılandırmasını sağlar ve aktarım sürecini doğrudan çalışır.

B) Kaygının sonucuna odaklanır; aktarım süreciyle bağlantı kurmaz.

C) Mevcut duyguyu yansıtır; ancak geçmiş yaşantılarla ilişki kurmadığı için aktarımı ele almaz.

D) Süreci tekniklere yönlendirir; duygusal derinleştirme sağlamaz.

E) Bilgilendirme içerir; duygunun anlaşılmasına hizmet etmez.

Cevap: A

9. Soruda, Grup A'nın **kapalı grup** (üyeleri sabit), Grup B'nin ise **açık grup** (üyeleri değişebilen) olduğu anlaşılmaktadır. Kapalı gruplarda üyeler değişmediği için güven ve yakınlık daha hızlı gelişir; açık gruplarda ise üye giriş-çıkışları nedeniyle bu süreç daha yavaş ve değişkendir. Bu nedenle **E seçeneği** doğru cevaptır.

A seçeneğindeki üyeler birbirini tanıyamaz ifadesi yanlıştır. Açık grup türünde de üyeler zamanla birbirini tanıyabilir.

B seçeneğindeki terapötik amaçlar için uygun değildir ifadesi yanlıştır. Açık gruplar da terapötik amaçlarla kullanılabilir.

C seçeneğindeki grup A'da yeni üyeler sürece dahil edilebilir ifadesi yanlıştır. Kapalı grupta üyeler sabittir.

D seçeneğindeki grup B'de grup süreci daha tutarlıdır ifadesi yanlıştır. Açık gruplarda süreç daha değişkendir.

Cevap: E

10. Soruda, grupta psikolojik danışma sürecinde **planlama aşamasında yapılması gerekmeyen** uygulama sorulmaktadır. Grup sürecinde gündem, üyelerin getirdiği yaşantılar doğrultusunda ortaya çıkar; bu nedenle oturum içeriklerinin önceden belirlenmesi gerekmez. Bu nedenle **C seçeneği** doğru cevaptır.

A seçeneğinde belirtilen grup odasının sessiz ve dikkat dağıtıcı unsurlardan uzak olması gereklidir açıklaması doğrudur.

B seçeneğinde belirtilen oturma düzeninin üyelerin birbirini görebileceği şekilde ayarlanması gereklidir açıklaması doğrudur.

D seçeneğinde belirtilen üyelerin farklı kişilik özelliklerine sahip olmasına özen gösterilmesi uygundur açıklaması doğrudur.

E seçeneğinde belirtilen aşırı duygusal sıkıntı yaşayan öğrencilerin bireysel danışmanlığa yönlendirilmesi gereklidir açıklaması doğrudur.

Cevap: C

11. Soruda, oturumların sıklığı, süresi ve toplam devam süresi gibi kararların hangi aşamada verileceği sorulmaktadır. Bu tür kararlar grup başlamadan önce yapılan **planlama ve oluşturma (hazırlık) aşamasında** belirlenir. Bu nedenle **B seçeneği** doğru cevaptır.

Başlangıç aşaması: Üyelerin tanıştığı, grup kurallarının oluşturulduğu ve güven ilişkisinin kurulmaya başlandığı aşamadır.

Geçiş aşaması: Üyelerin kaygı, direnç ve çatışmalarının ortaya çıktığı ve bunların işlendiği aşamadır.

Eylem aşaması: Terapötik çalışmaların yoğunlaştığı, üyelerin içgörü ve değişim yaşadığı aşamadır.

Güven ilişkisi sağlandıktan sonra: Grup sürecinin ilerleyen dönemlerinde, üyeler arası bağın güçlendiği ve derinleşmenin arttığı süreci ifade eder.

Cevap: B

12. Soruda, benzer kayıplar yaşamış öğrencilerle oluşturulan **destek grubunun amacıyla uyumlu olmayan** seçenek sorulmaktadır. Destek ve gelişim odaklı gruplarda temel amaç; duyguların ifade edilmesi, yaşantıların paylaşılması, baş etme becerilerinin desteklenmesi ve farkındalık kazandırılmasıdır. Üyelerin değer ve inançlarını değiştirmeye çalışmak bu grubun amacıyla uyumlu değildir. Bu nedenle **D seçeneği** doğru cevaptır.

A seçeneğinde belirtilen üyelerin duygularını ifade etmelerine yardımcı olmak gereklidir açıklaması doğrudur.

B seçeneğinde belirtilen öğrencilerin baş etme stratejilerini geliştirmelerini desteklemek gereklidir açıklaması doğrudur.

C seçeneğinde belirtilen üyelerin kayıpla ilgili deneyimlerini anlamalarına katkıda bulunmak gereklidir açıklaması doğrudur.

E seçeneğinde belirtilen yas sürecine ilişkin farkındalık kazanmalarını sağlamak gereklidir açıklaması doğrudur.

Cevap: D

13. Soruda psikolojik danışmanın, öğrencilere **üniversite tercihleri, başvuru süreçleri ve meslekler hakkında bilgi verdiği** belirtilmektedir. Bu tür çalışmalar, bireylerin kendilerini ve seçeneklerini tanımalarını sağlamak, karar verme süreçlerini desteklemek ve bilgilendirme yapmak amacıyla yürütülen **grup rehberliği** kapsamındadır. Grup rehberliği; öğretici ve önleyici nitelikte olup bilgi verme, farkındalık kazandırma, seçenekleri tanıtmaya ve karar verme becerilerini geliştirmeye yönelik etkinlikleri içerir. Süreç daha yapılandırılmıştır ve terapötik derinleşmeden çok yönlendirme ve bilgilendirme ön plandadır. Bu nedenle **C seçeneği** doğru cevaptır.

Özel amaçlı grup: Grup liderinin, üyelerin ihtiyaçlarını dikkate alarak belirli bir amaca yönelik oluşturduğu; belirli bir problem, alışkanlık ya da gelişim alanına odaklanan gruplardır.

Kendi kendine yardım grubu: Üyelerin lidersiz biçimde bir araya gelerek birbirlerine destek olduğu, deneyim paylaşımı ve karşılıklı yardımın esas olduğu gruplardır.

Etkileşim grubu: Üyeler arası geri bildirim ve kişiler arası ilişkiler üzerinden farkındalık geliştirmeye odaklanan gruplardır.

Destek grubu: Benzer yaşam sorunlarını yaşayan bireylerin bir araya geldiği; duyguların anlaşılması, paylaşılması ve başa çıkma stratejilerinin geliştirilmesine odaklanan gruplardır.

Cevap: C

14. Soruda, bireysel ve grupla psikolojik danışma hizmetlerinin karşılaştırılmasına ilişkin **doğru olmayan** ifade sorulmaktadır. Bireysel psikolojik danışma yalnızca bilişsel düzeyde ve kısa süreli bilgi verme amaçlı değildir; aynı şekilde grupla psikolojik danışma da sadece duygusal paylaşım ve grup dinamikleriyle sınırlı değildir. Her iki süreç de bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutları kapsayan terapötik müdahaleleri içerir. Bu nedenle **C seçeneği** doğru olmayan ifadedir.

A seçeneğinde belirtilen bireysel danışmanın genellikle 45-55 dakika, grupla danışmanın ise yaklaşık 90 dakika sürmesi gereklidir açıklaması doğrudur.

B seçeneğinde belirtilen bireysel danışmada transferansın daha yoğun yaşanması, grupta ise birden fazla transferans objesinin bulunması gereklidir açıklaması doğrudur.

D seçeneğinde belirtilen grupla danışmanın sosyal mikrokozmos işlevi görmesi ve öğrenilenlerin günlük yaşama aktarımının kolaylaşması gereklidir açıklaması doğrudur.

E seçeneğinde belirtilen grupla danışmanın 8-12 kişilik küçük gruplarla yürütülmesi ve bireysel danışmanın tek kişiye yönelik olması gereklidir açıklaması doğrudur.

Cevap: C

15. Soruda, grup içinde **bir üyenin tartışmayı domine etmesi** durumunda liderin uygulaması **uygun olmayan strateji** sorulmaktadır. Grupla psikolojik danışmada lider, üyeler arası etkileşimi dengelemeye çalışır; ancak üyeleri birbirleriyle kıyaslamak ya da bir üyeyi diğerine model olarak göstermek grup güvenini zedeler ve rekabet/etiketleme yaratır. Bu nedenle **D seçeneği** doğru cevaptır.

A seçeneğinde belirtilen dominant üyenin davranışlarının nedenlerini anlamak için daha fazla konuşturulması, davranışın işlevini anlamaya yönelik olabilir açıklaması doğrudur.

B seçeneğinde belirtilen grup üyelerinin gözlem ve düşüncelerini paylaşmasının istenmesi, geri bildirim sürecini başlatır ve farkındalık sağlar açıklaması doğrudur.

C seçeneğinde belirtilen ilk oturumlarda yüzleştirici olmaktan kaçınılması, grup güveninin oluşmasına fırsat tanır açıklaması doğrudur.

E seçeneğinde belirtilen grup içinde başa çıkılamayan durumlarda bireysel danışmaya yönlendirme yapılması, etik ve uygun bir müdahaledir açıklaması doğrudur.

Cevap: D

1. Gülşen Hanım'ın öğrencilerin sınav kaygısına yönelik önce **60 kişilik gruba bilgi verici sunum yapması grup rehberliğidir**, ardından **10 kişilik grupla duygu paylaşımına dayalı bir süreç yürütmesi ise grupla psikolojik danışmadır**. Bu iki uygulama arasındaki farklara ilişkin verilen ifadelerden hangisinin hatalı olduğu sorgulanmaktadır. Grupla psikolojik danışma süreci, **katı ve önceden belirlenmiş gündemlerle ilerleyen bir yapıdan çok**, üyelerin getirdiği yaşantılara göre şekillenen **esnek ve süreç odaklı** bir yapıya sahiptir. Bu nedenle "**her zaman gündemli etkinliklerden oluşur**" ifadesi doğru değildir. Bu doğrultuda **D seçeneği** doğru cevaptır.

A seçeneğindeki grup rehberliğinin **bilişsel**, grupla psikolojik danışmanın ise **duyuşsal** düzeyde ilerlemesi doğru bir ayırmadır.

B seçeneğindeki grup rehberliğinde **bilgi verme**, grupla psikolojik danışmada ise **kendini açma ve yaşantı paylaşımının** ön planda olması doğru bir farktır.

C seçeneğindeki grup rehberliğinin **kalabalık gruplarla**, grupla psikolojik danışmanın ise **sınırlı sayıda üyeye (8-13 kişi)** yürütülmesi yapısal bir farktır.

E seçeneğindeki grup rehberliğinin **kısa süreli**, grupla psikolojik danışmanın ise **daha uzun süreli ve oturumlara yayılan** bir süreç olması doğru bir ayırmadır.

Cevap: D

2. Ortaokulda görev yapan psikolojik danışmanın ilk çalışmada **tüm sınıfa empati hakkında bilgi vermesi, örnekler düşündürmesi ve kısa tartışma yaptırması grup rehberliğidir**; çünkü bu süreç **bilgi verme temelli, bilişsel düzeyde, çok sayıda kişiye yönelik ve gündemli** bir yapıdadır. İkinci çalışmada ise **9 gönüllü öğrenciyle duygu ve düşünce paylaşımına dayalı bir süreç yürütmesi grupla psikolojik danışmadır**; bu süreç **terapötik nitelikte, duyuşsal düzeyde, gönüllü küçük grupla ve uzman eşliğinde yürütülen** bir çalışmadır. Bu nedenle doğru sıralama **grup rehberliği - grupla psikolojik danışma** olup **E seçeneği** doğru cevaptır.

A seçeneğindeki sıralamada ilk etkinlik yanlış biçimde grupla psikolojik danışma olarak verilmiştir; oysa ilk etkinlik **bilgi verme ve eğitsel içerik** taşıdığı için grup rehberliğidir.

B seçeneğindeki ilk etkinlik psikoeğitim grubu olarak ifade edilmiştir; ancak burada **sistematik, çok oturumlu ve yapılandırılmış bir programdan söz edilmediği** için bu tanım uygun değildir.

C seçeneğindeki her iki etkinliğin de grup rehberliği olarak verilmesi yanlıştır; ikinci etkinlik **duyguların paylaşıldığı terapötik bir süreçtir**.

D seçeneğindeki sıralamada ikinci etkinlik psikoeğitim grubu olarak verilmiştir; oysa bu süreç **gündemsiz, duyuşsal ve terapötik yapısıyla grupla psikolojik danışmadır**.

Cevap: E

3. Üniversite psikolojik danışma merkezinde çalışan danışmanın ilk çalışmada **bir öğrenciyle bire bir, yaklaşık 55 dakika süren ve sürecin sorumluluğunu tamamen üstlendiği görüşme yapması bireysel psikolojik danışmadır**; bu süreç **danışanla yüz yüze, terapötik ilişkiye dayalı ve bireye özgü ilerleyen** bir yardım ilişkisidir. İkinci çalışmada ise **10 öğrenciden oluşan grupla, üyelerin hem danışmandan hem de birbirlerinden yardım aldığı, deneyim ve çözüm paylaşımlarının olduğu süreç grupla psikolojik danışmadır**; bu yapı **gönüllü küçük grup, duyuşsal paylaşım ve karşılıklı etkileşim** özelliklerini taşır. Bu nedenle doğru sıralama **bireysel psikolojik danışma - grupla psikolojik danışma** olup **A seçeneği** doğru cevaptır.

B seçeneğindeki ilk etkinlik grup rehberliği olarak verilmiştir; oysa burada **bilgi verme değil, bireysel terapötik süreç** söz konusudur.

C seçeneğindeki ilk etkinlik grupla psikolojik danışma olarak ifade edilmiştir; ancak süreç **bire bir yürütüldüğü** için bu tanım uygun değildir.

D seçeneğindeki ikinci etkinlik psikoeğitim grubu olarak verilmiştir; oysa burada **gündemli bilgi aktarımı değil, duyuşsal paylaşım ve etkileşim temelli terapötik süreç** vardır.

E seçeneğindeki ilk etkinlik psikoeğitim grubu olarak belirtilmiştir; ancak süreç **bireysel ve terapötik olduğu** için bu ifade yanlıştır.

Cevap: A

4. Okul psikolojik danışmanın hazırladığı duyuruda **grubun amacı, süresi, üyelere beklenenler, gizlilik ilkesi, liderin profesyonel geçmişi, kullanılacak teknikler ve ücret bilgisi** yer almaktadır. Grupla psikolojik danışma duyurularında ayrıca **gruba katılım ve süreçten ayrılma koşullarının** da açık biçimde belirtilmesi gerekir. Bu bilgi, üyelerin sürece **gönüllü katılımını ve etik sınırları** netleştirir. Bu nedenle eksik bırakılan unsur **D seçeneğidir**.

A seçeneğindeki grup üyelerinin **sosyoekonomik düzeyleri**, duyuruda yer alması gereken bir bilgi değildir.

B seçeneğindeki liderin **kişisel görüşleri**, profesyonel çerçevenin dışında kaldığı için duyuruda bulunması beklenmez.

C seçeneğindeki üyelerin **günlük yaşam alışkanlıkları**, duyuru kapsamına girmez.

E seçeneğindeki oturumlarda ortaya çıkabilecek çatışmaların **kim tarafından çözüleceği**, süreç içinde ele alınan bir durumdur; duyuruda zorunlu bir başlık değildir.

Cevap: D

5. Burak'ın son dönemde **arkadaşlarıyla iletişiminin azalması ve etkinliklerden uzaklaşması**, sosyal becerilerinde zayıflamaya işaret etmektedir. Bu nedenle psikolojik danışman hem **bireysel psikolojik danışma** hem de **grupla psikolojik danışma** planlayarak iki sürecin **etkisini, lider rolünü ve oturum dinamiklerini** karşılaştırmaktadır. Grupla psikolojik danışmada lider, süreci yapılandıran, üyeler arası etkileşimi düzenleyen ve güvenli ortamı sağlayan **aktif ve vazgeçilmez bir rol** üstlenir. Bu yüzden "liderin yönlendirme rolü gereksizdir" ifadesi hatalıdır. Bu doğrultuda **B seçeneği** doğru cevaptır.

A seçeneğindeki grupla psikolojik danışmada Burak'ın **akranlarıyla etkileşim içinde sosyal becerilerini deneme ve geliştirme fırsatı bulması**, bireysel danışmada ise bu fırsatın sınırlı olması doğru bir karşılaştırmadır.

C seçeneğindeki grupla psikolojik danışmanın **öğrenilen sosyal becerilerin grup ortamında uygulanmasını sağlayarak gerçek yaşama aktarımı kolaylaştırması**, önemli bir avantajdır.

D seçeneğindeki Burak'ın **grup içindeki davranışlarının lider tarafından gözlemlenmesi ve buna göre geri bildirim verilmesi**, gelişim alanlarını belirlemede işlevseldir.

E seçeneğindeki transferansın bireysel ve grup süreçlerinde **farklı biçimlerde ortaya çıkabilmesi**, her iki danışma türünün dinamiklerinin farklı olmasından kaynaklanır.

Cevap: B

6. Lise 9. sınıf öğrencileriyle yürütülen bu programda danışmanın **uyum ve gelişim sorunlarına odaklanması**, öğrencileri **güçlü yönlerini fark etmeye ve yeni davranışlar geliştirmeye yönlendirmesi** ve özellikle **"neden" yerine "nasıl / neler yapılabilir" sorularına odaklanması**, çalışmanın **gelişimsel, önleyici ve güçlendirici** bir grup programı olduğunu göstermektedir. Bu tür programlarda bireyler **hasta olarak değil**, desteklenmesi gereken bireyler olarak ele alınır. Bu nedenle **E seçeneğindeki "program inceleme, teşhis ve tedavi odaklıdır" ifadesi yanlıştır** ve bu programın yapısıyla örtüşmez.

A seçeneğindeki öğrencilerin **yeni davranışlar öğrenmesi ve bunları sosyal yaşama aktarmasının hedeflenmesi**, gelişimsel grup çalışmalarının temel amaçlarından biridir.

B seçeneğindeki katılımcıların **hasta olarak değil, uyum ve gelişim desteğine ihtiyaç duyan bireyler olarak ele alınması**, programın doğasına uygundur.

C seçeneğindeki duyguların nedenine inmek yerine **farkındalık, kabul ve ifade süreçlerinin desteklenmesi**, "nasıl / ne yapılabilir" odaklı yaklaşımla tutarlıdır.

D seçeneğindeki programın **koruyucu ve güçlendirici olması, bireyin kendi ayakları üzerinde durmasını ve problem çözme becerilerini geliştirmeyi amaçlaması**, bu tür çalışmaların temel özelliğidir.

Cevap: E

7. Psikolojik danışmanın sınav kaygısı yaşayan öğrenciler için **okul yönetimiyle görüşmesi, uygun ortamı ayarlaması ve duyuru hazırlaması**, grup başlamadan önce yürütülen planlama sürecine aittir. Bu süreçte yalnızca fiziksel düzenlemeler değil, aynı zamanda **üye seçimi, grubun amacı ve hedeflerinin belirlenmesi, oturum sayısının planlanması, gönüllülüğün sağlanması ve bilgilendirme yapılması** gibi işlemler de gerçekleştirilir. Bu nedenle bu adımlar **hazırlık aşaması**nı ifade eder ve doğru cevap **E seçeneğidir**.

Başlangıç aşaması: Üyelerin ilk kez bir araya geldiği, **tanışma, kuralların belirlenmesi, gizlilik ilkesinin vurgulanması ve güven ortamının oluşturulması** sürecidir.

Geçiş aşaması: Üyelerin **kaygı, direnç ve çekingenlik yaşayabildiği**, gruba uyum sağlamaya çalıştığı ve liderin süreci dengelediği aşamadır.

Eylem aşaması: Grup sürecinin en işlevsel bölümüdür; üyeler **kendilerini açar, duygularını paylaşır, geri bildirim verir ve değişim üzerinde aktif çalışır**.

Sonlandırma aşaması: Sürecin kapatıldığı, **kazanımların gözden geçirildiği, duyguların paylaşıldığı ve vedalaşmanın gerçekleştiği** aşamadır.

Cevap: E

8. Ebeveyn eğitim grubunda üyelerin **birbirlerinin yaşantılarını dinlemesi, geri bildirim alıp vermesi ve yeni davranışlar denemesi**, grup içinde gerçekleşen **kişiler arası etkileşim yoluyla öğrenme** sürecini göstermektedir. Bu faktörde birey, diğer üyelerle kurduğu etkileşim sayesinde **kendi davranışlarını fark eder, geri bildirim alır ve yeni ilişki kurma biçimleri geliştirir**. Bu nedenle **C seçeneği** doğru cevaptır.

Duygusal boşalım: Bireyin bastırdığı ya da yoğun yaşadığı duyguları **grup ortamında ifade ederek rahatlatma yaşaması** sürecidir.

Evrensellik: Bireyin yaşadığı sorunların **yalnızca kendisine özgü olmadığını fark etmesi**, benzer yaşantıların başkalarında da bulunduğunu görmesidir.

Grup uyumu: Grup üyeleri arasında **aidiyet, kabul ve güven duygusunun gelişmesi**, grubun bir bütün olarak işlevsel hâle gelmesidir.

Başkalarını düşünme (özgecilik): Bireyin diğer grup üyelerine **yardım etmesi, destek olması ve bundan doyum sağlaması** durumudur.

Cevap: C

9. Ahmet Bey'in gözlemlediği durumlarda öğrenciler **çekingenlik, kendini ifade etmede güçlük ve sosyal beceri eksikliği** yaşamaktadır. Planlanan çalışmada ise öğrencilerin **kendilerini tanımaları, sosyal becerilerini geliştirmeleri, başkalarının bakış açılarını anlamaları** ve özellikle **grup içinde hem yardım alma hem de yardım etme deneyimi yaşamaları** hedeflenmektedir. Bu özellikler, **duyuşsal paylaşımın, etkileşimin ve kişiler arası öğrenmenin yoğun olduğu terapötik bir grup sürecini** işaret eder. Bu nedenle en uygun uygulama **grupla psikolojik danışmadır** ve doğru cevap **B seçeneğidir**.

Bireysel rehberlik: Öğrencilere **bilgi verme ve yönlendirme** odaklıdır; grup etkileşimi ve karşılıklı öğrenme süreci içermez.

Bireyle psikolojik danışma: Danışanla **bire bir yürütülen terapötik süreçtir**; akran etkileşimi ve grup yaşantısı bulunmaz.

Grup rehberliği: Daha çok **bilgi verme ve farkındalık kazandırmaya yönelik**, bilişsel ağırlıklı çalışmalardır; derin duygusal paylaşım sınırlıdır.

Eğitsel rehberlik: Öğrencilerin **akademik gelişimlerine, ders başarılarına ve öğrenme süreçlerine destek olmayı** amaçlar.

Cevap: B

10. Kanser tedavisi gören bireylerin oluşturduğu bu destek grubunda üyenin **"başka insanların ne-lerle başa çıktığını görmek bana cesaret ver-di"** ve **"zor günlerin üstesinden gelebileceğimi hissediyorum"** ifadeleri, diğer üyelerin deneyim-lerinden etkilenerek **geleceğe dair umut geliştir-diğini** göstermektedir. Yalom'un **umut aşılama** faktörü, bireyin grup içinde **başkalarının baş etme çabalarını, ilerlemelerini ve iyileşme sü-reçlerini gözlemleyerek kendi yaşamına dair umut ve motivasyon kazanmasıdır**. Bu süreçte kişi, **"ben de başarabilirim"** inancını geliştirir ve değişimin mümkün olduğuna dair **içsel bir güç** kazanır. Bu nedenle **A seçeneği** doğru cevaptır.

Grup uyumu: Üyeler arasında **aidiyet, kabul ve güven duygusunun gelişmesi**, grubun bir bütün hâline gelmesidir.

Evrensellik: Bireyin yaşadığı sorunların **yalnızca kendisine özgü olmadığını fark etmesi**, başka-larının da benzer yaşantılar yaşadığını görmesidir.

Kişiler arası etkileşimi öğrenme: Grup içinde kurulan ilişkiler yoluyla **geri bildirim alma, davranışlarını fark etme ve yeni ilişki kurma biçimle-ri geliştirme** sürecidir.

Başkalarını düşünme (özgecilik): Bireyin diğer grup üyelerine **yardım etmesi, destek sunması ve bundan doyum sağlaması** durumudur.

Cevap: A

11. Ayşe Hanım'ın yürüttüğü programda öğrenciler **grup içinde etkileşim kurmakta, geri bildirim almakta ve birbirlerine yardım etmektedir**. Bu yapı, grupla psikolojik danışmanın temel avantaj-ları olan **kişiler arası öğrenme, sosyal beceri geliştirme ve özgecilik** süreçlerini içerir. Buna karşılık **C seçeneğinde** yer alan **"yalnızca bi-reysel sorunlar üzerinde çalışıp sosyal etkile-şimden faydalanamama"** ifadesi, grup sürecinin temel doğasına aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğindeki öğrencilerin **birbirlerinden öğ-renerek yeni stratejiler denemesi**, grup etkileşi-minin doğal bir sonucudur.

B seçeneğindeki öğrencilerin **ortak yaşantı-lardan genellenebilir kazanımlar elde etmesi**, grup sürecinin önemli çıktılarından.

D seçeneğindeki öğrencilerin **başkalarına yar-dım ederek güçlenmesi**, özgecilik yoluyla gelişi-mi ifade eder.

E seçeneğindeki öğrencilerin **geri bildirim ala-rak farkındalık kazanması**, grupla psikolojik da-nışmanın temel işlevlerinden biridir.

Cevap: C

12. Yas grubunda üyelerin zamanla **birbirlerini din-lemesi, desteklemesi, kendilerini anlaşılmış hissetmesi** ve özellikle **güven ile ait olma duy-gusu geliştirmesi**, grup içinde güçlü bir bağın oluştuğunu göstermektedir. Bu durum Yalom'un terapötik faktörlerinden **grup uyumu** ile açıklanır; çünkü grup uyumu, üyelerin **kabul edildiğini his-settiği, güven geliştirdiği ve gruba aittik duy-gusu kazandığı** süreçtir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Duygusal boşalım: Bireyin yoğun duygularını **ifade ederek rahatlama yaşaması** sürecidir.

İzleyerek öğrenme: Bireyin diğer üyelerin davra-nışlarını **gözlemleyerek yeni davranışlar kazan-masıdır**.

Temel aile deneyimlerinin düzeltilerek yeniden yaşanması: Bireyin geçmişteki aile ilişkilerine benzer durumları grup içinde yeniden deneyimle-yerek **düzeltilici duygusal yaşantılar kazanması**-dır.

Sosyalleşme tekniklerinin geliştirilmesi: Bire-yin **iletişim kurma, kendini ifade etme ve sos-yal becerilerini artırma** sürecidir.

Cevap: B

13. İşyeri destek grubunda üyelerin **benzer sorunları yaşayan diğerlerini dinleyerek yalnız olmadık-larını fark etmeleri ve ortak deneyimlerden güç almaları**, doğrudan bireyin yaşantısının başka-larıyla ortak olduğunu görmesine işaret eder. Bu farkındalık, **"ben yalnız değilim"** düşüncesini ge-liştirir ve kişinin kendini daha iyi anlamasını sağ-lar. Bu durum Yalom'un terapötik faktörlerinden **evrensellik** ile açıklanır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Grup uyumu: Üyeler arasında **güven, kabul ve ait olma duygusunun gelişmesi** sürecidir.

Duygusal boşalım: Bireyin yoğun duygularını ifade ederek **rahatlama yaşamasıdır**.

İzleyerek öğrenme: Bireyin diğer üyelerin davranışlarını **gözlemleyerek yeni davranışlar kazanmasıdır**.

Sosyalleşme tekniklerinin geliştirilmesi: Bireyin iletişim kurma ve sosyal becerilerini **geliştirmesi** sürecidir.

Cevap: A

14. Destek grubunda liderin **süreç hakkında bilgi vermesi, yaşanan zorlukların doğasını açıklaması, baş etme yollarını öğretmesi ve düşünce kalıplarını değiştirmeye yönelik öneriler sunması**, doğrudan üyeleri **bilgilendirme ve yönlendirme** işlevine karşılık gelir. Ayrıca verdiği **geri bildirimler**, üyelerin farkındalık kazanmasına katkı sağlar. Bu özellikler Yalom'un terapötik faktörlerinden **bilgilendirme ve rehberlik etme** ile örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Umut aşılama: Bireyin grup içinde diğer üyelerin ilerlemelerini görerek **geleceğe dair umut ve motivasyon geliştirmesidir**.

Duygusal boşalım: Yoğun duyguların **ifade edilerek rahatlama sağlanması** sürecidir.

İzleyerek öğrenme: Bireyin diğer üyelerin davranışlarını **gözlemleyerek yeni davranışlar kazanmasıdır**.

Evrensellik: Bireyin yaşadığı sorunların **yalnızca kendisine özgü olmadığını fark etmesi** ve başkalarının da benzer yaşantılar yaşadığını görmesidir.

Cevap: A

15. İşyeri grubunda üyelerin **hayal kırıklıklarını ve zorlayıcı duygularını açıkça ifade etmeleri** ve bunun ardından **rahatlama, hafifleme hissetmeleri**, duyguların bastırılmadan dışa vurulmasıyla ortaya çıkan **katarsis (duygusal boşalım)** sürecini gösterir. Bu faktörde birey, içinde biriktirdiği yoğun duyguları grup ortamında ifade ederek **psikolojik bir arınma ve rahatlama** yaşar; duygusal yükü azalır ve içsel denge yeniden kurulmaya başlar. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Grup uyumu: Üyeler arasında **güven, kabul ve ait olma duygusunun gelişmesi** sürecidir.

Evrensellik: Bireyin yaşadığı sorunların **yalnız olmadığını fark etmesi** ve başkalarının da benzer yaşantılar yaşadığını görmesidir.

Bilgilendirme ve rehberlik etme: Grup sürecinde **bilgi verme, yönlendirme ve öğretme** işlevini ifade eder.

Kişiler arası etkileşimi öğrenme: Grup içinde kurulan ilişkiler yoluyla **geri bildirim alma ve yeni ilişki kurma becerileri geliştirme** sürecidir.

Cevap: E

1. Soruda grup liderinin özellikle üyelerin birbirlerinin yaşantılarını paylaşmalarını teşvik ettiği, bu paylaşımlar sonucunda üyelerin birbirlerinin deneyimlerinden yararlandığı, empati geliştirdiği ve kendilerini daha iyi hissettikleri belirtilmektedir. Bu yapı, üyelerin yalnızca kendi sorunlarını anlatan kişiler olmaktan çıkıp, birbirlerine destek sunan (yardım veren) ve aynı zamanda destek alan konuma geçtiklerini gösterir. Yalom'a göre bu karşılıklı yardım süreci, bireyin başkalarına katkı sunduğunu fark etmesi ve bundan psikolojik doyum sağlamasıyla tanımlanan **başkalarını düşünme (özgecilik)** faktörüdür. Liderin süreci bu yönde yapılandırması ve üyelerin karşılıklı olarak birbirlerine yarar sağlaması, doğrudan bu terapötik faktöre işaret eder. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğindeki başkalarını düşünmedir (özgecilik).**

Duygusal boşalım: Yoğun ve bastırılmış duyguların ifade edilmesiyle ortaya çıkan rahatlama ve arınma sürecidir.

Evrensellik: Bireyin yaşadığı sorunların yalnızca kendisine özgü olmadığını fark etmesi ve başkalarının da benzer yaşantılar yaşadığını görmesidir.

Grup uyumu: Üyeler arasında güven, kabul ve ait olma duygusunun gelişmesiyle oluşan bağlanma sürecidir.

Kişiler arası etkileşimi öğrenme: Bireyin grup içindeki ilişkiler yoluyla geri bildirim alarak kişiler arası davranışlarını fark etmesi ve geliştirmesidir.

Cevap: C

2. Soruda liderin kendi davranışlarıyla örnek olması ve grup üyelerinin **diğer üyeleri gözlemleyerek onların açıkça ifade ettiklerini ve reddedilmeliklerini görmeleri**, ardından **benzer davranışları denemeye başlamaları** vurgulanmaktadır. Bu süreç, bireyin başkalarının davranışlarını gözlemleyerek yeni tutum ve davranışlar geliştirmesini ifade eder. Yalom'un terapötik faktörlerinden **model alma (taklit yoluyla öğrenme)** tam olarak bu mekanizmayı açıklar: Üyeler, hem lideri hem de diğer üyeleri model alarak yeni davranış repertuarı kazanır. Bu nedenle **doğru cevap E seçeneğindeki model almadır.**

Kişiler arası etkileşimi öğrenme: Bireyin grup içindeki ilişkilerden geri bildirim alarak kendi kişiler arası davranış örüntülerini fark etmesi ve değiştirmesidir.

Başkalarını düşünme: Üyelerin birbirlerine yardım etmeleri ve destek sunmaları yoluyla kendilerini değerli hissetmeleridir.

Evrensellik: Bireyin yaşadığı sorunların başkaları tarafından da yaşandığını fark etmesidir.

Grup uyumu: Üyeler arasında güven, kabul ve ait olma duygusunun gelişmesidir.

Cevap: E

3. Soruda yas grubunda üyelerin **ölüm gerçeği, yaşamın sınırlılığı ve sorumluluk alma** gibi temalar üzerinde farkındalık kazandıkları belirtilmektedir. Grup lideri de süreci bu yönde yapılandırarak üyeleri insan varoluşunun temel gerçekleriyle yüzleştirmektedir. Yalom'un terapötik faktörlerinden **varoluşsal faktörler**, bireyin yaşamın kaçınılmaz gerçekleri (ölüm, yalnızlık, özgürlük/sorumluluk ve anlam arayışı) üzerine farkındalık geliştirmesini ifade eder. Sorudaki tüm vurgu doğrudan bu temalara yöneliktir. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğindeki varoluşsal faktörlerdir.**

Kişiler arası etkileşimi öğrenme: Bireyin grup içindeki ilişkiler yoluyla geri bildirim alarak kişiler arası davranışlarını fark etmesi ve geliştirmesidir.

Evrensellik: Bireyin yaşadığı sorunların yalnızca kendisine özgü olmadığını fark etmesidir.

Başkalarını düşünme: Üyelerin birbirlerine yardım ederek destek sunmaları ve bu süreçte kendilerini değerli hissetmeleridir.

Grup uyumu: Üyeler arasında güven, kabul ve ait olma duygusunun gelişmesidir.

Cevap: D

4. Soruda sosyal beceri grubunda liderin **rol oynama ve etkileşim egzersizleri yaptırdığı**, üyelerin **iletişim, empati ve çatışma çözme becerilerini uygulayarak denediği ve geliştirdiği** ifade edilmektedir. Bu durum, grup sürecinde **beceri öğretimi ve uygulamasının yapıldığını**, yani üyelerin sosyal davranışları doğrudan öğrenip pekiştirdiğini gösterir. Yalom'un terapötik faktörlerinden **sosyalleşme tekniklerinin geliştirilmesi**, bireyin uygun sosyal becerileri grup içinde öğrenmesi, denemesi ve geliştirmesini kapsar. Bu nedenle **doğru cevap A seçeneğindeki sosyalleşme tekniklerinin geliştirilmesidir**.

Kişiler arası etkileşimi öğrenme: Bireyin kişiler arası davranış örüntülerini geri bildirim yoluyla fark etmesi ve yeniden düzenlemesidir.

Model alma: Başkalarının davranışlarını gözlemleyerek benzer davranışları geliştirme sürecidir.

Başkalarını düşünme: Üyelerin birbirlerine destek olup yardım etmeleri ve bu süreçte kendilerini değerli hissetmeleridir.

Duygusal boşalım: Yoğun duyguların ifade edilmesiyle ortaya çıkan rahatlama sürecidir.

Cevap: A

5. Soruda grup liderinin öğrencileri **ailelerindeki otorite figürleri ve kardeş ilişkilerini grup ortamında yeniden canlandırmaya yönlendirdiği**, üyelerin ise bu süreçte **geçmişteki işlevsel olmayan davranış kalıplarını fark ederek daha sağlıklı ilişki deneyimleri yaşadığı** belirtilmektedir. Bu durum, bireyin geçmiş aile yaşantılarını güvenli bir ortamda tekrar ele alması ve bu deneyimleri **düzeltilici bir biçimde yeniden yaşaması** sürecidir. Yalom'un terapötik faktörlerinden **temel aile deneyimlerinin düzeltilerek yeniden yaşanması**, tam olarak bu mekanizmayı ifade eder. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğindeki temel aile deneyimlerinin düzeltilerek yeniden yaşanmasıdır**.

Varoluşsal faktörler: Yaşamın anlamı, ölüm, sorumluluk ve yalnızlık gibi temel varoluşsal gerçekliklere yönelik farkındalık kazanılmasıdır.

Sosyalleşme tekniklerinin geliştirilmesi: Bireyin sosyal becerileri öğrenmesi ve uygulayarak geliştirmesidir.

Kişiler arası etkileşimi öğrenme: Bireyin ilişkiler yoluyla geri bildirim alarak kişiler arası davranış örüntülerini fark etmesi ve değiştirmesidir.

Evrensellik: Bireyin yaşadığı sorunların yalnızca kendisine özgü olmadığını fark etmesidir.

Cevap: D

6. Soruda grup liderinin üyeleri **deneyimlerini paylaşmaya yönlendirdiği, birbirlerinin bakış açılarını gözlemlmelerini sağladığı ve işlevsel davranışlar kazanmalarına yönelik etkinlikler düzenlediği**, buna karşılık **oturma dışında sürekli sosyalleşmeyi desteklemediği** anlaşılmaktadır. Yani lider, süreci **oturma içi terapötik etkileşimle sınırlı tutmakta**, kazanımların grup çalışması içinde gerçekleşmesini sağlamaktadır. Bu nedenle grup, oturma içinde birçok terapötik fayda üretir. Ancak lider oturma dışına taşan bir sosyal ortam oluşturmaz. Bu yüzden **doğru cevap E seçeneğidir; bu grubun sağladığı bir fayda değildir**.

A seçeneğinde yer alan üyelerin kendi yaşantılarıyla ilgili başka üyelerden geri bildirim alması, liderin paylaşımı ve etkileşimi teşvik etmesi nedeniyle doğru bir açıklamadır.

B seçeneğinde belirtilen üyelerin farklı deneyimleri gözlemlemesi, liderin üyeleri birbirlerinin bakış açılarını görmeye yönlendirmesi sayesinde mümkündür ve doğru bir açıklamadır.

C seçeneğinde söz edilen üyelerin yalnız olmadığını hissetmesi, paylaşımlar yoluyla benzer yaşantıların görülmesi sayesinde ortaya çıkar ve doğru bir açıklamadır.

D seçeneğinde belirtilen üyelerin işlevsel davranışlar öğrenmesi, liderin bu yönde etkinlikler düzenlemesi nedeniyle doğru bir açıklamadır.

Cevap: E

7. Soruda lider, geçiş aşamasında **katılımı düşük olan Ayşe'yi** gruba kazandırmak ve aynı zamanda grup dinamiğini sürdürmek istemektedir. Bu aşamada uygun müdahale, hem grubun yaşadığı rahatsızlığı görünür kılmak hem de üyeyi zorlamadan sürece dahil etmektir. **D seçeneğinde** danışman, grubun duygularını paylaşmasına olanak tanımakta ve ardından Ayşe'ye **gönüllü olarak katkı sunabileceği alanları hatırlatmaktadır**. Bu yaklaşım, üyeyi baskı altına almadan katılımını destekler ve grup sürecini korur. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğinde sözü edilen Ayşe'nin grup içinde eleştirilmesi, grup ortamındaki güveni zedeler ve üyede direnç oluşturur; uygun değildir.

B seçeneğinde bahsedilen Ayşe'nin grup dışına alınarak bireysel görüşmeyle sürecin çözülmeye çalışılması, grup dinamiklerinden yararlanılmasını engeller; uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen hiçbir müdahalede bulunmama durumu, hem grubun beklentisini hem de Ayşe'nin katılım ihtiyacını karşılamaz; uygun değildir.

E seçeneğinde ifade edilen katılımı düşük üyelerin dışlanması ve söz hakkı verilmemesi, grup sürecine zarar verir ve kapsayıcı değildir; uygun değildir.

Cevap: D

8. Soruda **hazırlık aşamasının amacı sorulmaktadır**. Hazırlık aşaması; grup daha başlamadan önce liderin **üye seçimi, amaçların belirlenmesi, kuralların netleştirilmesi ve zaman-mekân düzenlemeleri** gibi yapısal işleri yaptığı aşamadır. Bu aşamada henüz üyeler bir araya gelmediği için **duygusal süreçler (aidiyet, bağlılık, güven gibi)** oluşmaz. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir; hazırlık aşamasının amacı değildir**.

A seçeneğinde sözü edilen uygun grup kompozisyonunun oluşturulması, hazırlık aşamasının temel amaçlarından biridir ve doğrudur.

C seçeneğinde belirtilen grubun amaçları, işleyişi ve kuralları hakkında üyelerin bilgilendirilmesi, hazırlık aşamasının önemli bir parçasıdır ve doğrudur.

D seçeneğinde yer alan grup için uygun zaman ve mekânın ayarlanması, hazırlık aşamasında yapılan temel düzenlemelerdendir ve doğrudur.

E seçeneğinde ifade edilen liderin rolünü ve sorumluluklarını netleştirmesi, hazırlık aşamasında gerçekleştirilir ve doğrudur.

Cevap: B

9. Soruda grup lideri, Selin'in **grup içindeki pasif uyum davranışı ile okul ve arkadaş çevresindeki benzer davranışları arasında paralellik kurmaktadır**. Yani lider, Selin'in farklı zaman ve ortamlarda sergilediği yaşantıları ilişkilendirerek **aynı davranış örüntüsünü sürdürdüğünü fark etmesini sağlamaktadır**. Bu müdahale, danışanın geçmiş ve mevcut yaşantıları arasında bağlantı kurmasına yönelik olup, psikolojik danışmada **bağlama (ilişkilendirme)** becerisini ifade eder. Bu nedenle **doğru cevap E seçeneğindeki bağlamadır**.

Paylaştırma: Grup üyelerinin yaşantı ve duyguları arasında benzerlik kurularak ortaklık duygusunun geliştirilmesini sağlar.

İçerik yansıtma: Danışanın ifade ettiği düşünce ve yaşantıların anlamını yeniden düzenleyerek ona geri sunma becerisidir.

Konuşmaya açık davet: Danışanı konuşmaya teşvik eden açık uçlu ifade ve sorular kullanma becerisidir.

Problemın kişiselleştirilmesi: Danışanın kendi davranışlarının problem üzerindeki etkisini fark etmesini ve sorumluluk almasını sağlamaya yönelik beceridir.

Cevap: E

10. Katı ve otoriter bir liderlik tarzı, grup üyelerinin kendilerini ifade etmelerini sınırlar, hata yapma kaygısını artırır ve psikolojik güvenlik algısını zedeler. Bu durum, üyelerin gruba bağlanmasını ve aidiyet geliştirmesini engeller. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen açık iletişimi destekleme, güven ve aidiyeti artırır.

B seçeneğinde yer alan kabul ve saygı ortamı, grup uyumunu güçlendirir.

C seçeneğinde gizlilik vurgusu, üyelerin kendilerini güvende hissetmesini sağlar.

E seçeneğinde üyeler arası anlayışın teşvik edilmesi, aidiyet gelişimini destekler.

Cevap: D

11. Grupla psikolojik danışma duyurusunda, potansiyel üyelerin sürece ilişkin bilinçli karar verebilmesi için **amaç, gizlilik, liderin yetkinliği ve katılım koşulları gibi temel çerçeve bilgileri** sunulur. Bu bilgiler, grubun yapısını ve işleyişini anlamaya yöneliktir. Buna karşılık **grup sürecinde kullanılacak ölçme araçları**, teknik ve uygulamaya dönük ayrıntı olup duyurunun temel içeriği içinde yer almaz. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğinde sözü edilen grubun amaçları, duyurunun temel unsurlarındandır.

B seçeneğinde ifade edilen gizlilik koşulları, üyelerin güven duyması açısından mutlaka belirtilmelidir.

C seçeneğinde yer alan liderin profesyonel geçmişi, üyelerin lideri tanınması açısından önemlidir.

E seçeneğinde belirtilen gruba katılma ve ayrılma koşulları, sürecin sınırlarını belirlediği için duyuruda yer almalıdır.

Cevap: D

12. Soruda danışman, saldırgan davranışları olan bir öğrenciyi gruba dahil etmeyi planlarken öğrencinin **yoğun psikotik belirtiler göstermesi** nedeniyle onu **gruba almaktan vazgeçip bireysel danışmaya yönlendirmektedir**. Bu durum, bazı bireylerin grup sürecine uygun olmaması nedeniyle **grup dışında bırakılması gerektiğini** ifade eder. Yani burada esas olan, gruba alınmayacak bireyleri belirleyen **dışlayıcı ölçütlerin kullanılmasıdır**. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğinde gönüllülük esasına göre seçim yapılması, bireyin katılma isteğiyle ilgilidir.

B seçeneğinde yaş ve gelişim düzeyi benzerliği, grup içi uyumu artırmaya yöneliktir.

C seçeneğinde grup amaçlarının üyelerle uyumu, grubun hedefleriyle bireysel ihtiyaçların örtüşmesini ifade eder.

E seçeneğinde homojenlik ve heterojenlik dengesi, grup yapısının düzenlenmesiyle ilgilidir.

Cevap: D

13. Soruda psikolojik danışmanın sınav kaygısı için oluşturduğu gruba **19 öğrenciyi dahil ettiği** ve bunun sonucunda bazı öğrencilerin **konuşma fırsatı bulamadığı ve pasifleştiği** belirtilmektedir. Bu durum, gruptaki üye sayısının fazla olması nedeniyle **etkileşimin azalması ve bireysel katılımın düşmesi** ile açıklanır. Yani sorunun doğrudan **grup büyüklüğünün uygun olmamasıyla** ilgilidir. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneğinde sözü edilen grup süresi, oturumların uzunluğu ile ilgilidir.

B seçeneğinde ifade edilen liderin yeterliliği, danışmanın becerileriyle ilgilidir.

D seçeneğinde belirtilen grup ortamı, fiziksel ve psikolojik koşulları kapsar.

E seçeneğinde yer alan grup tekniklerinin seçimi, kullanılan yöntemlerle ilgilidir.

Cevap: C

14. Soruda lise (ergen) grubunda oturumların **30 dakika ile sınırlandırıldığı** ve öğrencilerin **paylaşımlarını tamamlayamadıkları** belirtilmektedir. Ergenlerle yürütülen grupta psikolojik danışmalarda, etkileşimin derinleşebilmesi ve üyelerin kendilerini ifade edebilmeleri için oturum süresinin **genellikle 60-90 dakika** aralığında planlanması gerekir. Verilen durumda bu bilimsel ölçüte uyulmadığı için süre yetersiz kalmıştır. Bu nedenle **doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneğinde belirtilen 30-45 dakika, daha çok çocuk grupları için uygundur.

B seçeneğinde psikoeğitsel grupların kısa süreli olması, oturum süresinden ziyade programın genel yapısıyla ilgilidir.

C seçeneğinde toplam oturum sayısının sınırlı tutulması, süre değil süreç planlamasıyla ilgilidir.

D seçeneğinde psikoterapi gruplarında sürenin uzun olması, farklı bir grup türüne yöneliktir.

Cevap: E

15. Grupla psikolojik danışmada cinsiyet dağılımı, grubun amacı, gelişim düzeyi ve üyelerin özelliklerine göre esnek biçimde belirlenir. Bazı durumlarda tek cinsiyetli, bazı durumlarda karma gruplar tercih edilebilir; yani **tek bir doğru uygulama yoktur, duruma göre karar verilir.** Buna karşılık "her durumda yalnızca tek cinsiyetli gruplar kurulmalıdır" ifadesi, bu esnekliğe aykırıdır ve bilimsel ölçütlerle örtüşmez. Bu nedenle **doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneğinde ergenlerde kendini açmayı kolaylaştırmak için tek cinsiyetli grup tercih edilmesi uygun bir yaklaşımdır.

B seçeneğinde ilişki odaklı gruplarda karma cinsiyet tercih edilmesi, etkileşimi zenginleştirebileceği için uygundur.

C seçeneğinde liderin deneyimine göre karar verilmesi, profesyonel değerlendirmeye dayandığı için uygundur.

D seçeneğinde karma grupların duygu ve tepki çeşitliliğini artırabileceği ifadesi, grup dinamikleri açısından geçerlidir.

Cevap: E

1. Soruda verilen durumda grup odasının kalabalık bir koridorda olması, dış seslerin içeri girmesi ve kapının sık açılıp kapanması, üyelerin kendini ifade ederken huzursuz hissetmesine yol açmaktadır. Bu durum, grupta psikolojik danışmada **fiziksel ortamın dikkat dağıtıcı unsurlardan arındırılması gerektiği** ilkesinin ihmal edildiğini gösterir. Uygun fiziksel koşullar sağlanmadığında üyelerin dikkatini toplaması ve kendini rahat ifade etmesi zorlaşır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen sandalyelerin dairesel düzenlenmesi etkileşimi ve göz teması kurmayı kolaylaştırır.

C seçeneğinde ifade edilen liderin psikolojik güvenliği sağlaması grup üyelerinin kendini rahat ifade etmesine yönelik bir liderlik becerisidir.

D seçeneğinde ifade edilen grubun amaçlarının üyelerle paylaşılması yapılandırma sürecine ilişkin bir uygulamadır.

E seçeneğinde ifade edilen grup üyelerinin yaşantılarında gizlilik esasına uyması etik ilkelere ilişkin bir durumdur.

Cevap: B

2. Soruda sosyal beceri geliştirme amacıyla oluşturulacak grupta yaşların 11 ile 17 arasında değiştiği belirtilmektedir. Bu aralık, bireylerin bilişsel, duygusal ve sosyal gelişim düzeyleri açısından önemli farklılıklar içerir. Grupla psikolojik danışmada **gelişimsel benzerlik**, etkileşimin niteliği ve üyelerin birbirini anlayabilmesi açısından temel bir ilkedir. Bu nedenle öğrencilerin yaşlarına göre gruplara ayrılması en uygun yaklaşımdır. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen yaş farkını önemseme yaklaşımı, gelişimsel farklılıkları göz ardı ettiği için uygun değildir.

B seçeneğinde ifade edilen rastgele seçim, grup dinamiklerini ve etkililiği olumsuz etkiler.

C seçeneğinde söz edilen akademik başarıya göre gruplama, sosyal beceri amacına uygun bir ölçüt değildir.

E seçeneğinde belirtilen okul türüne göre gruplama, gelişimsel ihtiyaçları dikkate almaz.

Cevap: D

3. Soruda bir grupla psikolojik danışma planlandığı ve **hem kız hem erkek öğrencilerin başvurduğu** belirtilmektedir. İletişim becerileri gibi **kişiler arası etkileşime dayalı** gruplarda, farklı bakış açıları ve etkileşim örüntülerinin ortaya çıkması grup sürecini zenginleştirir. Bu nedenle **karma gruplar**, üyelerin farklı cinsiyetlerle iletişim kurma deneyimini artırarak öğrenmeyi destekler. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde belirtilen sadece kızlardan grup oluşturma, **güvenliği tek başına cinsiyete indirgediği** için uygun değildir.

C seçeneğinde ifade edilen sadece erkeklerden grup oluşturma, **etkileşim çeşitliliğini sınırlandırır**.

D seçeneğinde söz edilen karma grupların **her zaman çatışma doğuracağı** genellemesi bilimsel değildir.

E seçeneğinde belirtilen liderin cinsiyetinin **grubun işleyişini belirlediği** görüşü, grup dinamiklerini tek bir değişkene indirger.

Cevap: A

4. Soruda gruba başvuran öğrencilerin büyük kısmının **içe dönük ve çekingen özellikler gösterdiği** belirtilmektedir. Grupla psikolojik danışmada yalnızca benzer özelliklere sahip bireyleri bir araya getirmek, etkileşimi sınırlandırabilir ve gelişim fırsatlarını azaltabilir. Buna karşılık **heterojen gruplar**, üyelerin birbirlerinden öğrenmesini, model alma yoluyla yeni davranışlar geliştirmesini ve sosyal becerilerini artırmasını destekler. Bu nedenle çekingen üyelerin farklı özelliklere sahip üyelerle birlikte yer alması daha işlevseldir. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde belirtilen tüm çekingen üyeleri tek grupta toplama, **etkileşim çeşitliliğini azaltır** ve gelişimi sınırlar.

C seçeneğinde ifade edilen çekingenleri dışa dönüklerden ayırma, **çatışmayı kaçınılması gereken bir durum gibi görmesi** nedeniyle uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen kişilik özelliklerini dikkate almama, **grup oluşturma ilkelerine aykırıdır**.

E seçeneğinde belirtilen çekingen üyeleri bireysel danışmaya yönlendirme, **grup sürecinin etkililiğini gereksiz yere reddeder.**

Cevap: A

5. Soruda kaygı sorunları için oluşturulacak gruba başvuran bir öğrencinin **ağır depresyon belirtileri ve intihar düşünceleri** olduğu belirtilmektedir. Grupla psikolojik danışmada **ağır risk içeren ve akut semptom gösteren bireyler** öncelikle bireysel müdahale ve gerektiğinde psikiyatrik yönlendirme gerektirir. Bu tür durumlar grup ortamında yeterince güvenli ve kontrollü şekilde ele alınamaz. Bu nedenle en uygun yaklaşım, öğrenciyi önce bireysel danışmaya almak ya da uygun uzmanlara yönlendirmektir. Doğru cevap **B seçeneğidir.**

A seçeneğinde belirtilen gruba alma yaklaşımı, **yüksek risk durumunu göz ardı ettiği** için uygun değildir.

C seçeneğinde ifade edilen gözlemci olarak gruba alma, **intihar riski taşıyan bir birey için yeterli ve güvenli bir müdahale değildir.**

D seçeneğinde söz edilen grup desteğinin ilaçtan daha etkili olduğu genellemesi, **bilimsel temele dayanmaz.**

E seçeneğinde belirtilen durumu diğer üyelere gizleme, **etik ve güvenlik açısından sakıncalıdır.**

Cevap: B

6. Soruda grupla psikolojik danışma çalışması için başvuru sayısının **20 kişi olduğu** belirtilmektedir. Grupla psikolojik danışmada **ideal grup büyüklüğü genellikle 8-12 kişi** olarak kabul edilir; bu aralık, hem etkileşimin sürdürülmesini hem de her üyenin aktif katılımını mümkün kılar. 20 kişilik tek bir grup, etkileşimi zayıflatır ve bireysel katılımı sınırlar. Bu nedenle en uygun yaklaşım, grubu ikiye bölerek daha işlevsel büyüklükte gruplar oluşturmaktır. Doğru cevap **E seçeneğidir.**

A seçeneğinde belirtilen 20 kişiyi tek grupta toplam yaklaşımı, **etkileşimi artırmak yerine yüzeyselleştirir.**

B seçeneğinde ifade edilen tüm üyeleri alma ve sürecin kendiliğinden dengeleneceği görüşü, **grup oluşturma ilkelerini göz ardı eder.**

C seçeneğinde söz edilen grup sayısını 5'e düşürme, **başvuranların çoğunu dışarıda bırakacağı için uygun değildir.**

D seçeneğinde belirtilen liderin kişisel tercihinin bırakma yaklaşımı, **bilimsel ölçütleri yok sayar.**

Cevap: E

7. Soruda 10 yaşındaki çocuklarla dikkat geliştirme amacıyla yürütülecek bir grupla psikolojik danışmada **oturum süresi** sorulmaktadır. Çocuklarda dikkat süresi yetişkinlere göre daha sınırlıdır ve uzun oturumlar dikkat dağınıklığına yol açar. Bu nedenle çocuk gruplarında **30-45 dakika aralığı**, gelişimsel özelliklere uygun ve verimli kabul edilir. Doğru cevap **A seçeneğidir.**

B seçeneğinde ifade edilen tüm gruplar için sürenin standart olduğu görüşü, **gelişimsel farklılıkları göz ardı eder.**

C seçeneğinde söz edilen 120 dakikalık süre, **çocukların dikkat kapasitesini aşar.**

D seçeneğinde belirtilen 20 dakikalık süre, **çalışmanın derinliği ve etkililiği için yetersiz kalır.**

E seçeneğinde ifade edilen sürenin belirlenmesi yaklaşımı, **yapılandırma ilkesine aykırıdır.**

Cevap: A

8. Soruda grup ortamının **dar, ses yalıtımı zayıf ve sıraların sabit olduğu** belirtilmektedir. Grupla psikolojik danışmada fiziksel ortamın **etkileşimi kolaylaştıracak ve gizliliği destekleyecek şekilde düzenlenmesi** esastır. Dairesel oturma düzeni üyeler arası göz teması ve etkileşimi artırırken, ortamın düzenlenmesi gizlilik ve güven duygusunu da güçlendirir. Bu nedenle en uygun düzenleme, sıraları kaldırarak dairesel oturma düzeni oluşturmak ve gizliliği sağlamaktır. Doğru cevap **A seçeneğidir.**

B seçeneğinde belirtilen mevcut düzeni koruma yaklaşımı, **etkileşimi sınırlar.**

C seçeneğinde ifade edilen pencereleri açma, gizlilik ilkesini zedeleyebilir.

D seçeneğinde söz edilen farklı seviyelerde oturma düzeni, eşitlik ilkesine aykırıdır.

E seçeneğinde belirtilen ortamı loş hale getirme, dikkat ve etkileşimi olumsuz etkiler.

Cevap: A

9. Soruda grupta psikolojik danışmada **sosyoekonomik düzeyin grup oluşturmadaki rolü** sorulmaktadır. Sosyoekonomik düzey, bireylerin yaşantıları, değerleri ve deneyimleri üzerinde etkili olduğundan, **homojen gruplar** üyelerin birbirini daha kolay anlamasını ve kendini daha rahat ifade etmesini sağlar. Bu nedenle sosyoekonomik açıdan benzer üyelerden oluşan gruplar, özellikle paylaşımın derinliği açısından daha işlevsel olabilir. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen farklı sosyoekonomik düzeylerin empatiyi her zaman kolaylaştıracağı görüşü, **genelleyici ve sınırlı bir yaklaşımdır**.

C seçeneğinde ifade edilen sosyoekonomik düzeyi tamamen göz ardı etme, **grup oluşturma ilkelerine aykırıdır**.

D seçeneğinde söz edilen yalnızca yüksek sosyoekonomik düzeydeki bireyleri alma, **eşitlik ve erişilebilirlik ilkelerini ihlal eder**.

E seçeneğinde belirtilen sosyoekonomik düzeyin süreci hiç etkilemeyeceği görüşü, **gerçekçi değildir**.

Cevap: B

10. Soruda grupta psikolojik danışmada **duygusal güçlük yaşayan üyelerin seçimi açısından uygun olmayan ifade** sorulmaktadır. Grup oluştururken temel ilke, **ağır ve yoğun duygusal sorunların grupta baskın hâle gelmemesi** ve grubun işlevselliğinin korunmasıdır. Bu nedenle bazı üyelerde duygusal güçlüklerin bulunması doğal ve çalışılabilir bir durumdur; önemli olan bunun dengeli olmasıdır. **"Tüm üyelerin ciddi duygusal güçlüğüne sahip olması grup sürecini tıkar"** ifadesi **doğru bir uyarıdır**, dolayısıyla bu durumu "uygun değildir" kapsamında değerlendirmek hatalıdır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen birkaç üyede yoğun sorunların bulunmasının grubu işlevsiz hâle getirebileceği, grup dengesi açısından geçerli bir uyarıdır.

C seçeneğinde ifade edilen tüm üyelerin aynı düzeyde duygusal güçlüğe sahip olmaması gerektiği, grup işlevselliği açısından uygundur.

D seçeneğinde söz edilen terapötik güçlerin anti-terapötik hâle dönüşebilmesi, grup sürecine ilişkin gerçekçi bir durumdur.

E seçeneğinde belirtilen duygusal güçlüklerin lideri zorlayabileceği, uygulamada karşılaşılan geçerli bir durumdur.

Cevap: B

11. Soruda grupta psikolojik danışmada **grup büyüklüğüne ilişkin doğru bilgi** sorulmaktadır. Farklı kuramsal yaklaşımlara göre ideal grup büyüklüğü değişebilir. Özellikle **analitik (psikanalitik yönelimli) gruplarda**, derinlemesine içgörü ve aktarım süreçlerinin çalışılabilmesi için grup genellikle **daha küçük tutulur (4-8 kişi)**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde ifade edilen üye sayısı azaldıkça etkileşimin artacağı görüşü, etkileşim gruplarında ideal sayının genellikle **8-12 kişi civarında olması gerektiği** gerçeğini göz ardı eder; üye sayısının aşırı azalması durumunda grup, lider ile birkaç üye arasında sınırlı bir etkileşime dönüşebilir.

C seçeneğinde belirtilen grup büyüklüğü arttıkça yakınlığın artacağı ifadesi, **gerçekçi değildir**.

D seçeneğinde söz edilen üye sayısı arttıkça konuşma süresinin artacağı görüşü, **tersine işlemektedir**.

E seçeneğinde ifade edilen üye sayısının verimliliği etkilemeyeceği, **bilimsel olarak yanlıştır**.

Cevap: A

12. Soruda grupta psikolojik danışmada **grup ortamı açısından uygun olmayan durum** sorulmaktadır. Grup ortamında temel ilkeler; **eşitlik, güven, gizlilik ve etkileşimi kolaylaştırmadır**. Liderin üyelerden fiziksel olarak üstün konumda olması (örneğin daha büyük bir koltukta oturması) **hiyerarşi ve otorite algısını artırır**, bu da grup içi eşitliği ve rahat paylaşımı zedeler. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen odanın ses geçirmemesi, **gizliliği sağlamak için gereklidir**.

B seçeneğinde ifade edilen daire düzeninde oturma, **göz teması ve etkileşimi artırır**.

C seçeneğinde söz edilen ortamın ne çok aydınlık ne de karanlık olması, **dikkat ve konfor açısından uygundur**.

E seçeneğinde belirtilen mekânın yeterli büyüklükte olması, **etkinliklerin sağlıklı yürütülmesi için gereklidir**.

Cevap: D

13. Soruda yetişkin bir kişisel gelişim grubunda **üye seçimi açısından yanlış uygulama** sorulmaktadır. Grupla psikolojik danışmada sosyoekonomik düzey, bireylerin **yaşantıları, ihtiyaçları ve çevresel koşulları** üzerinde belirleyicidir. Bu nedenle sosyoekonomik açıdan **homojen gruplar**, üyelerin birbirini daha kolay anlamasını ve kendini daha rahat ifade etmesini sağlar. "Farklı sosyoekonomik düzeylerin her zaman empatiyi artıracağı" yönündeki ifade, bu farklılıkların getirdiği uyumsuzlukları göz ardı ettiği için yanlıştır. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen yaş ve gelişim düzeyi benzerliği, **grup içi uyumu kolaylaştırır**.

B seçeneğinde ifade edilen kişilik çeşitliliği, **farklı bakış açıları kazandırarak süreci zenginleştirir**.

C seçeneğinde söz edilen grup ortamının düzenlenmesi, **fiziksel koşullara ilişkin uygun bir ilkedir**.

D seçeneğinde belirtilen üye sayısının amaca göre planlanması, **grup etkililiği açısından gereklidir**.

Cevap: E

14. Soruda ilk oturumda grup liderinin üyelerle birlikte **gizlilik, gönüllülük, saygı ve iletişim kuralları** belirlediği görülmektedir. Bu süreç, grupla psikolojik danışmada **yapılandırma aşamasının** temel bir parçasıdır ve asıl amaç **güvenli, öngörülebilir ve işbirliğine dayalı bir ortam oluşturmaktır**. Kurallar, üyelerin kendini rahat ifade edebilmesini ve grup sürecine güven duymasını sağlar.

Cevap: C

15. Soruda grup üyelerinin **yargılanmadan dinlendiği, olduğu gibi benimsendiğini hissettiği ve bunun savunmaların azalmasına katkı sağladığı** belirtilmektedir. Bu durum, grupla psikolojik danışmada temel terapötik güçlerden biri olan **grup tarafından kabul edilmeyi** ifade eder. Kabul edilme, bireyin kendini güvende hissetmesini, kendini açmasını ve değişime daha açık hale gelmesini sağlar. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen grubun çekiciliği, **gruba bağlılık ve devam isteğiyle ilgilidir**.

C seçeneğinde belirtilen danışanın hazır oluşu, **bireyin değişime ne kadar hazır olduğuna ilişkindir**.

D seçeneğinde söz edilen grubun süresi, **yapısal bir değişkendir**.

E seçeneğinde ifade edilen liderin yönlendiriciliği, **liderin müdahale tarzıyla ilgilidir**.

Cevap: B

1. Soruda travma destek grubunda üyelerin **korku ve endişelerini paylaştığı**, liderin ise **gerilimi kontrollü biçimde yöneterek üyelerin birbirini anlamasını ve yalnız olmadıklarını hissetmesini sağladığı** belirtilmektedir. Grupla psikolojik danışmada **terapötik gerilim**, uygun düzeyde tutulduğunda üyelerin duygusal açılımını kolaylaştırır ve **empati ile bağ kurmayı güçlendirir**. Bu süreç, güven duygusunu artırarak grup sürecini derinleştirir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen çatışmayı artırma, **terapötik gerilimin amacı değildir**.

B seçeneğinde belirtilen duyguları gizleme, **grup sürecinin doğasına aykırıdır**.

D seçeneğinde söz edilen liderin tüm gerilimi üstlenmesi, **sorumluluğun üyelerle paylaşılması ilkesine uygun değildir**.

E seçeneğinde ifade edilen yüzeysel paylaşımı teşvik etme, **terapötik derinliği engeller**.

Cevap: C

2. Soruda ikinci oturumda bazı üyelerin, **grup içinde paylaştıkları kişisel ve özel bilgilerin grup dışına taşınabileceği** endişesi yaşadıkları belirtilmektedir. Bu durum, grupla psikolojik danışmada en temel unsurlardan biri olan **gizlilik ilkesine duyulan güvenin henüz tam oluşmadığını** gösterir. Grup lideri bu noktada **gizlilik (mahremiyet) ilkesini yeniden vurgulayarak**, paylaşımların grup içinde kalması gerektiğini hatırlatmıştır. Bu müdahale sayesinde üyeler zamanla kendilerini daha rahat ifade etmeye, duygularını paylaşmaya ve savunmalarını azaltmaya başlamıştır. Bu değişim, grupta **güven duygusunun geliştiğini** gösterir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen grup tarafından kabul edilme, **ait olma ve benimsenme duygusuyla ilgilidir**.

C seçeneğinde belirtilen grubun çekiciliği, **gruba devam etme isteğiyle ilişkilidir**.

D seçeneğinde söz edilen katarsis, **duygusal boşalım sürecini ifade eder**.

E seçeneğinde ifade edilen grubun normlarının belirlenmesi, **başlangıçta kuralların oluşturulmasına ilişkindir; burada ortaya çıkan sonuç güvendir**.

Cevap: B

3. Soruda danışmanın grup üyelerini seçerken yaptığı düzenlemelerin yanı sıra özellikle **geçmiş gruplardaki olumlu değişimleri vurgulaması, grubun faydasını ön plana çıkarması ve kendisinin okulda sevilen/tanınan biri olması** dikkat çekmektedir. Bu unsurlar, öğrencilerin gruba katılma isteğini artırmaya ve grubu **daha cazip hâle getirmeye** yöneliktir. Yani burada özellikle güçlendirilmeye çalışılan özellik **grubun çekiciliğidir**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen grup normlarının açıklığı, **kuralların netliği ile ilgilidir**.

B seçeneğinde belirtilen grup üyelerinin homojenliği, **yaş, cinsiyet ve sosyoekonomik benzerlikle ilişkilidir ancak sorunun odak noktası değildir**.

C seçeneğinde söz edilen grup bağlılığı, **süreç içinde gelişen aidiyet duygusudur**.

D seçeneğinde ifade edilen grup atmosferi, **ortamın duygusal iklimiyle ilgilidir**.

Cevap: E

4. Soruda ilk oturumda liderin üyelerle birlikte **çalışmanın amacı ve işleyişini konuştuğu**, "nasıl bir iletişim kurmak istersiniz?" sorusunu yönelttiği ve üyelerin **grupta nasıl bir ortam beklediklerini, diğerlerinden ne tür tutumlar beklediklerini ifade ettikleri** görülmektedir. Bu süreçte üyeler, grup içindeki **davranış beklentilerini, rollerini ve karşılıklı sorumluluklarını** netleştirmektedir. Liderin "yol gösteren değil, kolaylaştırıcıyım" vurgusu da bu rol ve sorumlulukların sınırını belirler. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen gizlilik normları, **kuralların bir boyutudur ancak burada daha geniş bir çerçevede roller ve beklentiler ele alınmaktadır**.

B seçeneğinde ifade edilen gerilimin artırılması, **bu aşamanın amacı değildir**.

C seçeneğinde söz edilen gruptan ayrılmanın kolaylaştırılması, **bu süreçle ilişkili değildir**.

E seçeneğinde belirtilen grup bağlılığı, **zamanla gelişen bir sonuçtur**.

Cevap: D

5. Soruda bazı üyelerin **isteksiz ve çekingen olduğu**, liderin ise üyelerin **kendilerinden ne beklediğini anlamalarının ve sürece hazır olmalarının** etkileşimi kolaylaştıracağını düşündüğü belirtilmektedir. Grupla psikolojik danışmada hazır oluş; yalnızca gönüllü katılım ve farkındalıkla değil, aynı zamanda **üyelerin süreçten beklentilerini, kendilerinden beklenenleri ve grubun işleyişini anlamalarıyla** gelişir. Bu nedenle liderin en uygun yaklaşımı, üyeleri sürece **hazırlamaya teşvik etmek ve rehberlik ederek desteklemektir**. Bu yaklaşım içsel motivasyonu artırır ve sürece katılımı güçlendirir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen hazır oluşu tamamen liderin üstlenmesi, **üyenin sorumluluğunu ortadan kaldırmaktadır**.

C seçeneğinde ifade edilen zorlayıcı yaklaşım, **gönüllülük ilkesine aykırıdır**.

D seçeneğinde söz edilen hazır oluşu önemsememe, **grup sürecinin etkililiğini azaltır**.

E seçeneğinde belirtilen çatışmayı artırma, **direnci daha da güçlendirebilir**.

Cevap: B

6. Soruda bazı üyelerin **yeni davranışları denemekte tereddüt ettiği**, liderin ise **kontrollü bir gerilim oluşturarak üyeleri konfor alanlarından çıkmaya yönlendirdiği** belirtilmektedir. Grupla psikolojik danışmada **terapötik gerilim**, üyelerin mevcut kalıplarını sorgulamasını ve **yeni davranışları denemeye cesaret etmesini** sağlayan bir araçtır. Amaç, rahatsızlığı artırmak değil, **değişimi tetikleyecek düzeyde bir uyarılma oluşturmaktır**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen rahatsızlığı görmezden gelme, **terapötik sürecin amacına aykırıdır**.

B seçeneğinde ifade edilen mevcut davranışları sürdürme, **değişimi engeller**.

C seçeneğinde söz edilen pasif kalma, **grup sürecinin doğasına ters düşer**.

E seçeneğinde belirtilen liderin gerilimi tamamen kontrol edip gözlemlemesi, **üyelerin aktif değişim sürecini desteklemez**.

Cevap: D

7. Soruda bazı öğrencilerin **sessiz kaldığı, göz teması kurmadığı ve kendilerini dışlanmış hissettikleri** belirtilmektedir. Bu durum, grup içinde **kabul edilme ve ait olma duygusunun yeterince gelişmediğini** gösterir. Grupla psikolojik danışmada üyelerin etkin katılımı ve etkileşimi artırmanın ön koşulu, onların **kendilerini kabul edilmiş, değerli ve güvende hissetmeleridir**. Bu nedenle liderin öncelikle bu duyguyu güçlendirmeye odaklanması gerekir. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen bireysel görüşmeye alma, **grup sürecini ikinci plana iter**.

C seçeneğinde ifade edilen rekabet ve yoğun tartışma, **kaygıyı artırabilir**.

D seçeneğinde söz edilen doğrudan problem çözmeye geçme, **temel güven ve kabul oluşmadan etkili olmaz**.

E seçeneğinde belirtilen müdahaleyi erteleme, **sorunun devam etmesine neden olur**.

Cevap: B

8. Soruda üyelerin **diğerlerini gözlemleyerek kendi düşünce ve davranışlarını sorguladığı**, bu süreçte **rahatsızlık hissettikleri ancak yeni farkındalıklar kazandıkları** belirtilmektedir. Grup liderinin de **kontrollü müdahalelerle bu süreci yönettiği** vurgulanmıştır. Grupla psikolojik danışmada bu durum, büyüme ve değişim için gerekli olan **terapötik gerilimi** ifade eder. Terapötik gerilim, üyelerin konfor alanından çıkmasını sağlayarak yeni davranışlar denemelerine ve farkındalık geliştirmelerine katkı sağlar. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde ifade edilen güven, **rahat ifade ortamını sağlar ancak rahatsızlık üzerinden değişimi açıklamaz**.

C seçeneğinde belirtilen katılım, **sürece dahil olmayı ifade eder**.

D seçeneğinde söz edilen açıklık, **duyguları paylaşma isteğiyle ilgilidir**.

E seçeneğinde ifade edilen ait olma, **gruba kabul edilme duygusunu ifade eder**.

Cevap: A

9. Soruda bazı ebeveynlerin **oturumlara devam etme ve gizlilik kurallarına uyma konusunda çekingen davrandığı**, liderin ise ilk oturumda üyelerden **aktif katılım ve kurallara uyum konusunda gönüllü taahhüt almayı planladığı** belirtilmektedir. Grupla psikolojik danışmada sürece bağlılık ve etkin katılımın artırılması için üyelerin **hem devamlılık hem de gizlilik ve diğer grup normlarına bilinçli şekilde bağlılık göstermesi** gerekir. Bu nedenle en uygun yaklaşım, ilk oturumda bu konuların açıkça konuşulması ve üyelerden **kapsamlı bir taahhüt alınmasıdır**. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen yalnızca devamlılığa odaklanma, **gizlilik ve diğer grup kurallarını kapsamaz**.

B seçeneğinde ifade edilen zorlayıcı taahhüt alma, **gönüllülük ilkesine aykırıdır**.

C seçeneğinde söz edilen doğrudan etkinliklere başlama, **yapılandırma sürecini atlar**.

E seçeneğinde belirtilen müdahaleyi erteleme, **bağlılık sorunlarının sürmesine neden olabilir**.

Cevap: D

10. Soruda bazı üyelerin **sürekli kendi sorunlarını anlatması, söz kesmesi ve yan konulara kayması** nedeniyle grup etkileşiminin bozulduğu belirtilmektedir. Liderin amacı ise üyelerin **değişim ve öğrenme sürecine aktif ve anlamlı katılımını sağlamaktır**. Grupla psikolojik danışmada kalıcı değişim, üyelerin **sorumluluk alması ve gönüllü katılım göstermesiyle** gerçekleşir; dıştan kontrol ve baskı yerine içsel motivasyon esastır. Bu nedenle en uygun yaklaşım, üyelerin **anlamlı katılımını teşvik etmek ve değişim sorumluluğunu üyelere bırakmaktır**. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde ifade edilen üyeyi dışlama, **grup sürecine zarar verir**.

C seçeneğinde belirtilen sürekli kontrol ve uyarı, **içsel motivasyonu zayıflatır**.

D seçeneğinde söz edilen yalnızca teselli etme, **değişim sürecini desteklemez**.

E seçeneğinde ifade edilen günah keçisi oluşturma, **etik ve terapötik açıdan uygun değildir**.

Cevap: A

11. Soruda etkili geri bildirimin hangi özelliği taşımadığı sorulmaktadır. Grupla psikolojik danışmada geri bildirim verirken temel ilkelerden biri, **alıcının psikolojik durumunu dikkate almaktır**; çünkü bireyin hazır oluşu ve duygusal durumu, geri bildirimin nasıl algılanacağını doğrudan etkiler. Bu nedenle "alıcının psikolojik durumunun dikkate alınmaması" etkili geri bildirimde aykırıdır. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen yararlı olma, **geri bildirimin temel amacıdır**.

B seçeneğinde ifade edilen somut ve gözlemlenebilir olma, **geri bildirimi anlaşılır kılar**.

C seçeneğinde söz edilen erken dönemde olumlu geri bildirim verme, **güven oluşturmaya destekler**.

D seçeneğinde belirtilen davranışı hemen izleme, **geri bildirimin etkililiğini artırır**.

Cevap: E

12. Soruda bazı üyelerin **hatalarını başkalarına yüklediği ve sorumluluk almaktan kaçındığı**, liderin ise üyelerin **sorumluluk bilinci geliştirmesini ve öğrenme sürecine aktif katılımını** artırmak istediği belirtilmektedir. Grupla psikolojik danışmada değişim, bireyin **kendi davranışlarının sorumluluğunu fark etmesi ve üstlenmesiyle** gerçekleşir. Bu nedenle liderin en uygun yaklaşımı, üyeleri **sorumluluk almaya teşvik etmek ve bunu grup içinde deneyimlemelerini sağlamaktır**. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen hataları görmezden gelme, **öğrenme fırsatını ortadan kaldırır**.

C seçeneğinde ifade edilen dolaylı sorumluluk bekleme, **açık farkındalık geliştirmez**.

D seçeneğinde söz edilen sorumluluğu liderin üstlenmesi, **üyenin gelişimini engeller**.

E seçeneğinde belirtilen müdahaleyi erteleme, **sürecin etkisini azaltır**.

Cevap: B

13. Soruda üyelerin paylaşmaktan kaçındığı, yüzeysel kaldığı ve eleştirel tutumlar sergilediği, liderin ise güvenli bir ortam oluşturmak ve grup birliğini güçlendirmek istediği belirtilmektedir. Bu durumda en etkili yaklaşım, liderin kendini açarak model olması ve paylaşma yoluyla üyelerin benzer yaşantıları fark etmelerini sağlayarak "yalnız değilim" duygusunu geliştirmesidir. Bu süreç, hem açıklığı artırır hem de grup bağlılığını güçlendirir. Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.

A seçeneğinde belirtilen zorlayıcı yaklaşım, güven duygusunu zedeler.

B seçeneğinde ifade edilen pasif kalma, liderin kolaylaştırıcı rolünü yerine getirmemesine yol açar.

D seçeneğinde söz edilen sürekli etkinlik başlatma, derinleşmeyi engelleyebilir.

E seçeneğinde belirtilen eleştirel tartışma, açıklığı azaltabilir ve savunmayı artırır.

Cevap: C

14. Soruda liderin, üyenin davranışlarının diğerleri tarafından nasıl algılanabileceğini fark etmesine yardımcı olduğu, ardından geri bildirimlerle farklı bakış açılarını görmesini sağladığı ve bunun sonucunda üyenin kendi davranışlarını yeniden değerlendirmeye başladığı görülmektedir. Bu süreç, grupla psikolojik danışmada geri bildirimin temel işlevi olan farkındalık kazandırma, kişiler arası algıyı görme ve yeni davranışlar geliştirmeyi ifade eder. Bu nedenle doğru cevap D seçeneğidir.

A seçeneğinde belirtilen yalnızca davranışı düzeltme, geri bildirimin kapsamını daraltır.

B seçeneğinde ifade edilen zorlayıcı kabul ettirme, terapötik yaklaşıma uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen tartışmayı artırma, geri bildirimin temel amacı değildir.

E seçeneğinde belirtilen gözlemleyip erteleme, aktif geri bildirim süreciyle örtüşmez.

Cevap: D

15. Soruda üyelerin başkalarının geri bildirimleriyle kendi davranış tutarsızlıklarını fark etmeye başladığı, bu süreçte rahatsızlık hissettikleri ancak liderin gerilimi yapıcı biçimde yönettiği belirtilmektedir. Grupla psikolojik danışmada terapötik gerilim, üyelerin konfor alanından çıkarak kör noktalarını fark etmesini ve içgörü kazanmasını sağlar. Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.

A seçeneğinde belirtilen yalnızca çatışmaları dile getirme, gerilimin işlevini sınırlandırır.

B seçeneğinde ifade edilen rekabeti teşvik etme, terapötik sürece zarar verir.

D seçeneğinde söz edilen üyeleri pasif bırakma, grup sürecine aykırıdır.

E seçeneğinde belirtilen konfor alanında kalma, değişimi engeller.

Cevap: C

1. Grubun **başlangıçta üyelerinin belirlenmesi ve süreç boyunca gruba yeni üye kabul edilmemesi**, kapalı grup yapısını gösterir. Kapalı gruplarda üyeler birlikte başlar ve birlikte ilerler; bu durum zamanla **güvenin artmasını, aidiyet duygusunun güçlenmesini ve paylaşımların yüzeysel düzeyden derin düzeye geçmesini** sağlar. Üye değişimi olmadığı için terapötik süreç kesintiye uğramaz, grup bağları giderek güçlenir ve üyeler birbirlerini daha gerçekçi tanıma fırsatı bulur. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Açık gruplar: Süreç içinde yeni üyelerin katılabildiği, üyelerin ihtiyaçlarına göre gruba girip çıkabildiği ve bu nedenle her yeni katılımı yeniden yapılandırma gerektiren gruplardır.

Etkileşim grupları: "Burada ve şimdi" ilkesine dayalı olarak üyelerin kişiler arası farkındalık kazanmasını, geri bildirim almasını ve kendini açmasını sağlayan, yoğun yaşantısal süreçlerin vurgulandığı gruplardır.

Destek grupları: Benzer yaşam sorunları yaşayan bireylerin bir araya gelerek değişimden çok kabul, paylaşım ve duygusal destek sağladığı gruplardır.

Psikoeğitsel gruplar: Belirli bir konuda bilgi verme, beceri kazandırma ve davranış geliştirme amacı taşıyan, daha yapılandırılmış ve öğretici yönü baskın gruplardır.

Cevap: B

2. Gruba katılan üyelerin **zaman zaman sürece dâhil olması ve zaman zaman ayrılması**, yani üye yapısının sabit olmaması bu grubun **açık grup** olduğunu gösterir. Açık gruplarda üyeler farklı zamanlarda katılıp ayrılır; bu nedenle her yeni üyede **yeniden yapılandırma yapılması gerekir**, üyelerin birbirine alışması zaman alır ve terapötik bağ geç gelişir. Ayrıca gruba yeni bir üyenin katılması ya da bir üyenin ayrılması durumunda **grupta direnç ve gerileme görülebilir**, bu da grup dinamiklerinin sürekli değişmesine yol açar. Her üyenin farklı zamanlarda sürece girip çıkması nedeniyle **üyeler farklı oturumlarda sonlandırma yaşar** ve grup bütünlüğü kapalı gruplara göre daha zayıf olabilir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Kapalı gruplar: Üyelerin baştan belirlendiği, süreç boyunca yeni üye kabul edilmeyen ve üyelerin birlikte başlayıp birlikte ilerlediği; bu nedenle güven, aidiyet ve derin paylaşımın daha güçlü geliştiği gruplardır.

Psikoterapi grupları: Klinik düzeyde sorunları olan bireylerle yürütülen, bilinçdışı süreçlere inilerek sağaltımın amaçlandığı, uzmanlık gerektiren gruplardır.

Maraton grupları: Genellikle **uzun süreli (24 saat ve üzeri)**, **kesintisiz ve yoğun** yürütülen; üyelerin çoğu zaman **uyumadan** sürece katıldığı, savunmaların azaltılması ve farkındalığın artırılmasının hedeflendiği gruplardır.

Kendi kendine yardım grupları: Genellikle **lider-siz**, üyelerin birbirine destek olmak amacıyla bir araya geldiği ve karşılıklı paylaşımın esas olduğu gruplardır.

Cevap: B

3. Grup sürecinde üyelerin **birbirlerini gözlemlemesi, karşılıklı geri bildirim vermesi, "nasıl davrandıkları" üzerine odaklanmaları ve grup içi etkileşimler üzerinden farkındalık geliştirmeleri**, bu yapının **etkileşim grubu** olduğunu gösterir. Etkileşim gruplarında **"burada ve şimdi" yaşantısı**, saydamlık, kendini açma ve geri bildirim esastır; üyeler başkalarının kendilerini nasıl algıladığını görerek **kör noktalarını fark eder ve kişiler arası becerilerini geliştirir**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Destek grupları: Benzer sorunları yaşayan bireylerin bir araya geldiği; **üyenin durumunu değiştirmekten çok kabul edildiği ve duygularının anlaşılmasının amaçlandığı** gruplardır.

Psikoeğitim grupları: Belirli bir konuda **bilgi verme, beceri kazandırma ve öğretim** odaklı, daha yapılandırılmış gruplardır.

Birey merkezli gruplar: Bir üyenin odakta olduğu, diğer üyelerin zemin oluşturduğu ve sürecin daha çok **intrapsişik (içsel) düzeyde** ilerlediği gruplardır.

Özel amaçlı gruplar: Liderin **belirli bir problem ya da ihtiyaç doğrultusunda planlı şekilde kurduğu**, ortak bir amaca yönelik, genellikle **programlı ve bilişsel yönü güçlü** gruplardır.

Cevap: A

4. Grup sürecinde üyelerin **kişiler arası yaşantılarını paylaşması, birbirlerinin bakış açılarını anlaması, yüzleştirme ile ilişkisel farkındalık kazanmaları ve grup içi etkileşimler üzerinden öğrenme yaşamaları**, bu yapının **kişiler arası ilişki grubu** olduğunu gösterir. Bu gruplarda odak **ben-sen ilişkisi ve "şimdi ve burada" etkileşimleridir**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Intrapsişik grup: Odak bireyin iç dünyasıdır; çekişmeler, bilinçdışı süreçler ve derin duygusal yaşantılar üzerinde durulur.

İşe yönelik grup: Amaç **bir işi tamamlamak ve verimliliği artırmaktır**; terapötik süreç değil, görev ve hedef odaklıdır.

Grup merkezli grup: Tek bir birey değil, **grup üyeleri arasındaki genel etkileşim ve iletişim örüntüsü** üzerinde durulur.

Psikoeğitim grubu: Üyelere **bilgi verme ve beceri kazandırma** amacı taşıyan, daha yapılandırılmış ve öğretici gruplardır.

Cevap: A

5. Grup sürecinde üyelerin **içsel çatışmalarını, kaygılarını ve savunma mekanizmalarını ele alması**, liderin **yorum yaparak bu içsel süreçleri aydınlatması** ve sürecin **bireysel farkındalık ile içgörü kazanmaya odaklanması**, bu yapının **intrapsişik özellikli grup** olduğunu gösterir. Bu gruplarda odak, bireyin **iç dünyasını keşfetmesi ve derinlemesine kendini anlamasıdır**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Maraton grupları: Uzun süreli (genellikle 24 saat ve üzeri), kesintisiz yürütülen; üyelerin çoğu zaman uyumadan sürece katıldığı ve savunmaların kırılmasının hedeflendiği yoğun yaşantı gruplarıdır.

Psikoterapi grupları: Klinik düzeyde sorunları olan bireylerle yürütülen, **sağaltımın amaçlandığı**, üyelerin "hasta" olarak ele alındığı ve daha çok psikiyatrik/klinik psikolog tarafından yürütülen gruplardır.

Özel amaçlı gruplar: Liderin belirli bir problem alanına yönelik olarak **programlı biçimde oluşturduğu**, davranış değişikliği ve beceri kazandırmayı hedefleyen gruplardır.

Destek grupları: Benzer sorunları yaşayan birey-

lerin bir araya geldiği; **değişimden çok kabulün esas olduğu**, üyelerin **duygularının anlaşılma-ya çalışıldığı** gruplardır.

Cevap: A

6. Üyelerin **belirli bir görevi tamamlamak için bir araya gelmesi**, süreçte **iş bölümü, planlama ve strateji geliştirme** yapılması ve liderin süreci **koordine ederek amaca ulaştırmaya çalışması**, bu yapının **işe yönelik grup** olduğunu gösterir. Bu gruplarda temel odak **hedefe ulaşmak ve verimliliği artırma**dır, terapötik süreç ön planda değildir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Etkileşim grupları: Kişiler arası farkındalık, geri bildirim ve "burada ve şimdi" yaşantısı üzerinden bireyin kendini tanımasına odaklanır.

Psikoeğitim grupları: Belirli bir konuda **bilgi verme ve beceri kazandırma** amacıyla yapılandırılmış şekilde yürütülür.

Kendi kendine yardım grupları: Genellikle **lider-siz**, üyelerin birbirine destek olmak amacıyla bir araya geldiği gruplardır.

Özel amaçlı gruplar: Belirli bir problem ya da ihtiyaç doğrultusunda, **programlı ve çoğunlukla davranış değişikliğine yönelik** oluşturulan gruplardır.

Cevap: B

7. Oturumda her üyenin **kendi hedeflerine, kendi gelişim sürecine ve bireysel farkındalığına odaklanması**, liderin de **her bireyin içsel sürecini destekleyecek şekilde rehberlik etmesi**, bu yapının **birey merkezli grup** olduğunu gösterir. Bu gruplarda odak, grup etkileşiminden çok **tek tek üyelerin gelişim süreci ve içsel farkındalığıdır**; diğer üyeler ise zemin işlevi görür. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Grup merkezli gruplar: Bireyden çok **grup üyeleri arasındaki etkileşim ve iletişim örüntüsü** üzerinde durulur.

Kişiler arası ilişkiler grupları: Üyelerin birbirleriyle olan ilişkileri, **ben-sen etkileşimi ve karşılıklı algıları** üzerinden farkındalık geliştirilir.

Psikoterapi grupları: Klinik düzeyde sorunları

olan bireylerle yürütülen, **sağaltımın ve derinlemesine tedavinin hedeflendiği** gruplardır.

Psikoeğitim grupları: Üyelere **bilgi verme ve beceri kazandırma** amacıyla yapılandırılmış şekilde yürütülen gruplardır.

Cevap: A

8. Liderin **üyeler arası etkileşimleri izlemesi, grup bütünlüğünü korumaya odaklanması** ve sürecin üyelerin birbirlerinden öğrenmesi üzerinden ilerlemesi, bu yapının **grup merkezli grup** olduğunu gösterir. Bu gruplarda odak, tek tek bireylerden çok **grubun etkileşim yapısı ve iletişim örüntüleridir**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

İntrapsişik gruplar: Bireyin iç dünyasına, çekirdek çatışmalarına ve bilinçdışı süreçlerine odaklanır.

Psikoterapi grupları: Klinik düzeyde sorunları olan bireylerle yürütülen, **sağaltımın hedeflendiği**, üyelerin "hasta" olarak ele alındığı gruplardır.

Açık gruplar: Üyelerin sürece **girip çıkabildiği**, her yeni üyede yeniden yapılandırma gerektiren ve bu nedenle **direnç ve gerileme görülebilen** gruplardır.

Kendi kendine yardım grupları: **Lidersiz toplanan**, üyelerin birbirine yardım etmek amacıyla bir araya geldiği gruplardır.

Cevap: A

9. Grubun **sınav kaygısı yaşayan öğrencilere yönelik olarak oluşturulması** ve sürecin yalnızca **kaygı yönetimi ve sınav hazırlığı gibi belirli bir ihtiyaç alanına odaklanması**, bu grubun **lider tarafından üyelerin ihtiyaçları dikkate alınarak belirli bir amaca yönelik kurulmuş** olduğunu gösterir. Ayrıca grup sürecinin **tek bir problem alanı etrafında ilerlemesi ve ortak amacın tüm üyeler için benzer olması**, özel amaçlı grupların ayırt edici özelliğidir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

Psikoterapi grupları: Duygusal ve davranış bo-

zukluklarının **derinlemesine sağaltımına** odaklanır.

Maraton grupları: **Uzun süreli ve kesintisiz** yürütülen, yoğun grup yaşantısına dayalı gruplardır.

Psikoeğitim grupları: Üyelere **bilgi ve beceri kazandırmaya** yönelik yapılandırılmış gruplardır (sınav sisteminde genellikle özel amaçlı grup kapsamında değerlendirilir).

Destek grupları: Benzer sorunları yaşayan bireylerin bir araya geldiği, **değişimden çok kabul ve duygusal paylaşımın** ön planda olduğu gruplardır.

Cevap: C

10. Grubun **profesyonel bir lider olmadan yürütülmesi** ve üyelerin **birbirlerine yardım etmek amacıyla bir araya gelmesi**, bu yapının **doğrudan kendi kendine yardım grubu** olduğunu gösterir. Bu gruplarda temel özellik, üyelerin **lidersiz toplanması** ve sürecin **karşılıklı destek ve paylaşım üzerinden ilerlemesidir**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Destek grupları: Benzer sorunları yaşayan bireylerin bir araya geldiği, **duygusal paylaşım ve kabulün ön planda olduğu**, genellikle bir liderin bulunduğu gruplardır.

Psikoeğitim grupları: Belirli bir konuda **bilgi verme ve beceri kazandırma** amacıyla yapılandırılmış gruplardır.

Psikoterapi grupları: Klinik düzeyde sorunların **derinlemesine sağaltımına** odaklanır ve uzman lider gerektirir.

Etkileşim grupları: Üyelerin **kişisel gelişimi ve kişiler arası farkındalığı**, "burada ve şimdi" etkileşimleri üzerinden geliştirmeyi amaçlar.

Cevap: B

11. Grubun **kanser tedavisi gören bireylerden oluşması**, üyelerin **deneyimlerini ve duygularını paylaşması**, süreçte **empati, güven ve dayanışmanın ön planda olması** ve liderin bulunmasına rağmen amacın **davranış değişikliğinden çok duygusal destek sağlamak** olması bu yapının **destek grubu** olduğunu gösterir. Destek gruplarında temel amaç, üyelerin **yaşantılarının anlaşılması, kabul edilmesi ve yalnız olmadıklarını hissetmeleridir**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Psikoeğitim grupları: Üyelere belirli bir konuda **bilgi ve beceri kazandırmayı** amaçlayan, daha yapılandırılmış gruplardır.

Özel amaçlı gruplar: Lider tarafından **belirli bir hedef/problem doğrultusunda kurulan**, çoğunlukla davranış geliştirme ve farkındalık artırmaya yönelik gruplardır.

Kendi kendine yardım grupları: **Lidersiz toplanan**, üyelerin birbirlerine yardım ettiği gruplardır; burada ise lider vardır.

Etkileşim grupları: Üyelerin **kişiler arası farkındalıklarını ve iletişimlerini**, "burada ve şimdi" etkileşimleri üzerinden geliştirmeyi amaçlar.

Cevap: A

12. Grubun **stres yönetimi ve etkili iletişim tekniklerini öğrenmeye yönelik olması**, liderin **bilgi aktarması** ve sürecin **beceri kazandırmaya odaklı, yapılandırılmış ilerlemesi** bu yapının **psikoeğitim grubu** olduğunu gösterir. Ayrıca **duygusal paylaşımın sınırlı olması** da ayırt edici bir özelliktir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Psikoterapi grubu: Duygusal ve davranış bozukluklarının **derinlemesine sağaltımına** odaklanır, klinik düzeyde yürütülür.

Maraton grubu: **Uzun süreli, kesintisiz (24 saat ve üzeri)** yürütülen, yoğun yaşantı ve savunmaların kırılmasının hedeflendiği gruplardır.

Destek grubu: Benzer sorunları yaşayan bireylerin bir araya geldiği, **değişimden çok kabul ve duygusal paylaşımın ön planda olduğu** gruplardır.

İşe yönelik grup: Belirli bir işi gerçekleştirmeye yönelik, **hedef ve verimlilik odaklı**, terapötik olmayan gruplardır.

Cevap: A

13. Grubun **sosyal ve akademik uyum sorunlarıyla baş etmeye yönelik olması**, üyelerin **deneyimlerini paylaşması ve çözüm yolları geliştirme**si, liderin süreci **danışan merkezli yürütmesi** ve odakta **bireysel ve sosyal gelişimin bulunması**, bu yapının **psikolojik danışma grubu** olduğunu gösterir. Bu gruplarda üyeler, günlük yaşamda karşılaştıkları zorlanmalarla baş etmeyi öğrenir, **duygu ve düşüncelerini güvenli ortamda paylaşarak farkındalık ve gelişim sağlar**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Psikoterapi grubu: Klinik düzeyde sorunları olan bireylerle yürütülen, **derinlemesine sağaltımın hedeflendiği** gruplardır.

Destek grubu: Benzer yaşantılara sahip bireylerin bir araya geldiği, **değişimden çok kabul ve duygusal paylaşımın ön planda olduğu** gruplardır.

Özel amaçlı grup: Liderin belirli bir problem alanına yönelik **planlı ve programlı şekilde oluşturduğu**, daha çok beceri kazandırma ve davranış geliştirmeye odaklanan gruplardır.

Kendi kendine yardım grubu: **Lidersiz toplanan**, üyelerin birbirine yardım ettiği gruplardır.

Cevap: A

14. Grubun **psikiyatri kliniğinde yürütülmesi**, üyelerin **benzer davranış bozuklukları ve psikolojik sorunlara sahip olması**, liderin **yorum ve yüzleştirmelerle içsel süreçlere müdahale etmesi** ve sürecin **benlik yapısını güçlendirme, kişilik dengesizliklerini ele alma ve sağaltım** amacı taşıması, bu yapının **psikoterapi grubu** olduğunu gösterir. Bu gruplarda üyeler **danışan değil hasta** olarak ele alınır ve odak derinlemesine iyileştirme-dir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Etkileşim grupları: "Burada ve şimdi" etkileşimleri, geri bildirim ve kişiler arası farkındalık üzerinden gelişimi hedefler.

Psikoeğitim grupları: Bilgi verme ve beceri kazandırma amacıyla yapılandırılmış şekilde yürütülür.

Maraton grupları: Uzun süreli ve kesintisiz, yoğun yaşantıya dayalı gruplardır.

Destek grupları: Benzer sorunları yaşayan bireylerin bir araya geldiği, **değişimden çok kabul ve duygusal destek** odaklı gruplardır.

Cevap: A

15. Toplantılarda **öğrencilerle ilgili vakaların ele alınması**, farklı uzmanların sürece katılarak **çözüm önerileri sunması** ve temel amacın **katılımcıların mesleki verimliliğini artırmak ve müdahale yolları geliştirmek** olması, bu yapının **konsültasyon grubu** olduğunu gösterir. Bu gruplarda danışan yoktur; **uzmanlar bir araya gelerek vaka üzerinden değerlendirme yapar ve çözüm üretir**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Psikolojik danışma grubu: Üyelerin kendi duyguları, düşünce ve yaşantılarını ele alarak **gelişim ve uyum sağlamaya** çalıştığı gruplardır.

Destek grubu: Benzer sorunları yaşayan bireylerin bir araya geldiği, **duygusal paylaşım ve kabulün** ön planda olduğu gruplardır.

Psikoeğitim grubu: Üyelere **bilgi ve beceri kazandırmaya yönelik**, yapılandırılmış gruplardır.

Özel amaçlı grup: Liderin belirli bir problem alanına yönelik oluşturduğu, **hedef odaklı ve programlı** gruplardır.

Cevap: B

1. Grubun **etkili çalışma, stresle başa çıkma, zaman yönetimi ve öğrenme stratejileri** gibi konulara odaklanması, süreçte **bilgi verilmesi ve uygulamalı etkinliklerle beceri kazandırılması**, ayrıca **derinlemesine terapötik müdahaleler yerine öğretim ve öğrenmenin ön planda olması** bu yapının **psikoeğitim grubu** olduğunu gösterir. Bu gruplarda amaç, üyelerin **bilgi edinmesi, beceri geliştirmesi ve öğrendiklerini uygulamasıdır**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Destek grubu: Benzer sorunları yaşayan bireylerin bir araya geldiği, **değişimden çok kabul ve duygusal paylaşımın** ön planda olduğu gruplardır.

Psikoterapi grubu: Klinik düzeyde sorunların **derinlemesine sağaltımına** odaklanır.

Maraton grubu: **Uzun süreli ve kesintisiz** yürütülen, yoğun yaşantıya dayalı gruplardır.

Kendi kendine yardım grubu: **Lidersiz toplanan**, üyelerin birbirine yardım ettiği gruplardır.

Cevap: A

2. Grup sürecinde öğrencilerin **kendi güçlü yönlerini fark etmesi, geri bildirim alması, kişisel farkındalık kazanması ve sosyal-duygusal becerilerini geliştirmesi**, bu yapının **birey/gelişim odaklı grup** olduğunu gösterir. Bu gruplarda amaç, bireyin **kendini tanıması, gelişmesi ve uyum becerilerini artırmasıdır**; ancak doğrudan **davranış ve değerleri değiştirmeye yönelik zorlayıcı bir odak bulunmaz**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen bireyin kendini tanıma ve farkındalık kazanması, birey/gelişim odaklı grupların temel özelliğidir.

C seçeneğinde söz edilen sosyal ve duygusal becerilerin gelişimi, bu grupların ana amaçları arasındadır.

D seçeneğinde yer alan liderin süreci bireysel gelişimi destekleyecek şekilde yönlendirmesi, bu grup yapısına uygundur.

E seçeneğinde dile getirilen öğrenme ve problem çözme fırsatlarının grup etkileşimi içinde sağlanması, bu grupların önemli bir özelliğidir.

Cevap: B

3. Grubun **travmatik yaşantıları olan bireylerden oluşması, üyelerin deneyimlerini paylaşması, süreçte karşılıklı destek, güven ve yalnız olmadığını hissettirmenin** ön planda olması ve amacın **stresi azaltmak, farkındalık ve içgörü kazandırmak** olması bu yapının **destek grubu** olduğunu gösterir. Destek gruplarında temel vurgu **değişimden çok kabul, paylaşım ve duygusal destektir**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Psikoeğitim grubu: Üyelere belirli bir konuda **bilgi verme ve beceri kazandırma** amacıyla yapılandırılmış şekilde yürütülür.

Psikoterapi grubu: Klinik düzeyde sorunların **derinlemesine sağaltımına** odaklanır.

Kendi kendine yardım grubu: **Lidersiz toplanan**, üyelerin birbirine yardım ettiği gruplardır; burada ise lider vardır.

Özel amaçlı grup: Liderin belirli bir ihtiyaç ya da problem alanına yönelik kurduğu, **programlı ve hedef odaklı** gruplardır.

Cevap: A

4. Grup sürecinde **profesyonel bir liderin bulunmaması ve üyelerin kendi deneyimleri üzerinden birbirlerine destek sağlaması**, bu yapının **kendi kendine yardım grubu** olduğunu gösterir. Bu gruplarda üyeler **lidersiz toplanır**, ortak yaşantılar üzerinden birbirlerine rehberlik eder ve süreç karşılıklı destekle ilerler. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Destek grubu: Benzer sorunları yaşayan bireylerin bir araya geldiği, **duygusal paylaşım ve kabulün ön planda olduğu**, bir liderin bulunduğu gruplardır.

Psikoeğitim grubu: Üyelere **bilgi ve beceri kazandırmaya yönelik**, yapılandırılmış gruplardır.

Psikoterapi grubu: Klinik düzeyde sorunların **derinlemesine sağaltımına** odaklanır ve uzman lider gerektirir.

Konsültasyon grubu: Uzmanların bir araya gelerek **vaka tartıştığı ve çözüm geliştirdiği**, danışanın doğrudan yer almadığı gruplardır.

Cevap: A

5. Ayşe Hanım'ın çalıştığı ortam **okul rehberlik hizmetleridir** ve yapılacak çalışmaların öğrencilerin gelişim düzeyine uygun, yapılandırılmış ve güvenli olması gerekir. Buna karşılık **maraton grupları**, üyelerin **en az 24 saat süren, hatta 3-4 gün boyunca devam eden uzun oturumlarda** bir araya geldiği; çoğu zaman **alıştıkları yaşam ortamından uzaklaşıp yoğun bir sürece girdikleri, uyumadan sürece katıldıkları** ve bu yoğunluk sayesinde **dirençlerin kırıldığı, savunmaların azaldığı ve bireylerin saydamlaştığı** gruplardır. Bu uzun süreli yapının temel amacı da **üyeler arası etkileşimi artırmak ve derin yaşantıların ortaya çıkmasını sağlamaktır**. Bu özellikler okul ortamı ve ergenlerle yürütülecek çalışmalar için uygun değildir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen grupla psikolojik danışma, öğrencilerin kaygılarını paylaşmaları ve baş etme becerileri geliştirmeleri açısından uygundur.

B seçeneğinde söz edilen bireysel psikolojik danışma, kaygı yaşayan öğrenciler için yerinde bir müdahaledir.

C seçeneğinde yer alan psikoeğitim, stresle başa çıkma becerilerinin kazandırılması açısından uygundur.

D seçeneğinde dile getirilen konsültasyon, öğretmen ve velilerle iş birliği kurarak öğrenciyi desteklemek için gereklidir.

Cevap: E

6. Grup sürecinde **öz farkındalık, duyguları tanıma, kendini kabul ve kişiler arası becerilerin geliştirilmesi** ön plandadır. Birey/gelişim odaklı gruplarda amaç, bireyin **kendini tanıması ve potansiyelini gerçekleştirmesidir**; süreç üyeye yöneliktir ve **zorlayıcı biçimde değer ya da inanç değiştirme hedeflenmez**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen duygusal farkındalık kazanımı, bu grupların temel amaçlarındandır.

B seçeneğinde yer alan sürecin üyelerin gelişimsel ihtiyaçlarına göre şekillenmesi, bu grup yapısına uygundur.

C seçeneğinde dile getirilen bireysel öğrenme ve kendini gerçekleştirme odağı, birey/gelişim odaklı yaklaşımın özünü oluşturur.

E seçeneğinde vurgulanan kişisel gelişim hedeflerine ulaşma amacı, bu grupların temel yönellerinden biridir.

Cevap: D

7. Grup sürecinde **üyelerin zaman içinde katılıp ayrılması**, bazı üyelerin yeni, bazılarının eski olması bu yapının **açık grup** olduğunu gösterir. Açık gruplarda üyeler **sabit değildir**, süreç içinde değişir; bu nedenle grup dinamikleri sürekli yeniden şekillenir ve eski-yeni üyelerin etkileşimi önemlidir. Bu bağlamda **üyelerin her zaman aynı kişilerden oluşması** açık grup yapısına **aykırıdır**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen yeni üyelerin katılmasına izin verilmesi, açık grupların temel özelliğidir.

B seçeneğinde yer alan sosyal öğrenme ve etkileşim, grup sürecinin doğal bir parçasıdır.

C seçeneğinde dile getirilen üyelerin farklı geçmişlerden gelmesi, açık gruplarda sık görülen bir durumdur.

E seçeneğinde vurgulanan eski ve yeni üyelerin birlikte etkileşimde bulunması, açık grup dinamiğinin önemli bir yönüdür.

Cevap: D

8. Grup üyelerinin **başlangıçta belirlenmesi ve süreç boyunca aynı üyelerle devam edilmesi**, bu yapının **kapalı grup** olduğunu gösterir. Kapalı gruplarda üyeler **süreç içinde değişmez**, yeni üye kabul edilmez ve bu durum **güven, bağlılık ve paylaşımların derinleşmesini** sağlar. Bu nedenle süreçte yeni üyelerin eklenmesi bu grup yapısına aykırıdır. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen grup üyelerinin baştan belirlenip süreç boyunca sabit kalması, kapalı grupların temel özelliğidir.

C seçeneğinde yer alan güvenli ve yapılandırılmış ortam, kapalı gruplarda daha kolay sağlanır.

D seçeneğinde dile getirilen üyelerin deneyimlerini paylaşarak birbirlerinden öğrenmesi, grup sürecinin doğal bir parçasıdır.

E seçeneğinde vurgulanan liderin grup dinamiklerini yönlendirmesi, sürecin sağlıklı ilerlemesi için gereklidir.

Cevap: B

9. Grup sürecinde üyelerin **kendi deneyimlerini paylaşması, birbirlerinin davranışlarını gözlemlemesi ve doğrudan etkileşim yoluyla farklı bakış açıları kazanması**, bu yapının etkileşim temelli bir grup olduğunu gösterir. Bu tür gruplarda öğrenme, **üyeler arası karşılıklı etkileşim ve sosyal öğrenme** üzerinden gerçekleşir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde ifade edilen gruba sürekli yeni üye giriş-çıkışı, açık gruplara özgüdür.

C seçeneğinde yer alan sürecin bilgi aktarımıyla yürütülmesi, psikoeğitim gruplarının özelliğidir.

D seçeneğinde dile getirilen grubun travma yaşamış üyelerle sınırlı olması, destek gruplarına özgü bir durumdur.

E seçeneğinde vurgulanan vaka çözümü odaklı profesyonel yönlendirme, konsültasyon gruplarının özelliğidir.

Cevap: A

10. Grup sürecinin **uzun süreli olması, üyelerin günlük yaşamdan uzak bir ortamda bulunması, uyumadan sürece katılması ve yoğun etkileşim içinde savunmaların azalmasıyla saydamlaşmanın sağlanması**, bu yapının **maraton grubu** olduğunu gösterir. Bu tür gruplarda temel amaç, üyelerin **yoğun yaşantılar yoluyla kendilerini daha derin tanımları, savunmalarını fark etmeleri ve içgörü kazanmalarıdır**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen kısa süreli bilgi ve beceri edinimi, psikoeğitim gruplarına özgüdür.

B seçeneğinde yer alan vaka çözümü odaklı yönlendirme, konsültasyon sürecine aittir.

C seçeneğinde dile getirilen sürecin bilgi aktarımıyla sınırlı olması, maraton gruplarının doğasına aykırıdır.

D seçeneğinde vurgulanan liderin pasif olması, bu tür yoğun süreçlerde uygun değildir; lider aktif biçimde süreci yönlendirir.

Cevap: E

11. Soruda **birey/gelişim odaklı grupların özelliği olmayan**, yani bu grup türü için **yanlış ifade** sunulmaktadır. Birey/gelişim odaklı gruplarda üyelerin **kendini tanıması, duygularını fark etmesi, kişiler arası becerilerini geliştirmesi ve kişisel farkındalık kazanması** hedeflenir. Süreç **yaşantısal ve etkileşim temelli** yürütülür; üyeler aktif katılım gösterir ve öğrenme grup içi deneyimlerle gerçekleşir. Dolayısıyla **B seçeneğinde sözü edilen sürecin yalnızca bilgi aktarımıyla yürütülmesi, bu grubun doğasına uygun değildir**.

A seçeneğinde ifade edilen kişisel farkındalık ve içgörü kazanımı, bu grupların amaçlarıyla örtüşür.

C seçeneğinde söz edilen sosyal ve duygusal becerilerin geliştirilmesi, bu grupların temel hedeflerindendir.

D seçeneğinde yer alan liderin süreci bireysel gelişimi destekleyecek şekilde yönlendirmesi, bu grup yapısına uygundur.

E seçeneğinde dile getirilen etkileşim yoluyla öğrenme, bu grupların temel özelliğidir.

Cevap: B

12. Etkileşim gruplarında amaç, üyelerin **geri bildirim alarak kendilerini ve başkaları üzerindeki etkilerini fark etmeleri**, duygularını **"burada ve şimdi" paylaşımları** ve kişiler arası farkındalık geliştirmeleridir. Bu süreçte liderin temel rolü, üyelerin **kendilerini rahatça ifade edebilecekleri güvenli ve saydam bir ortam oluşturmak**, savunmaları azaltarak **duygu ve düşünce paylaşımını kolaylaştırmaktır**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen duyguları doğru-yanlış şeklinde değerlendirmek, etkileşim gruplarının doğasına uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen üyelerin hedeflerini belirlemek ve yönlendirmek, liderin temel rolü değildir.

C seçeneğinde yer alan hazır etkinlikler uygulamak, daha çok yapılandırılmış psikoeğitim gruplarına özgüdür.

D seçeneğinde dile getirilen üyelerin değer ve amaçlarını değiştirmeye odaklanmak, bu grup yaklaşımıyla örtüşmez.

Cevap: E

13. Soruda **işe yönelik grupların özelliği olmayan**, yani bu grup türü için **yanlış ifade** sorulmaktadır. İşe yönelik gruplarda amaç, **iş performansını artırmak, verimliliği yükseltmek ve iş süreçlerine ilişkin sorunlara çözüm üretmektir**; süreç daha çok **görev ve hedef odaklıdır**, terapötik ya da derin duygusal gelişim birincil amaç değildir. Dolayısıyla **A seçeneğinde yer alan kişisel gelişim ve duygusal farkındalığın temel amaç olarak alınması**, bu grup türünün özelliği değildir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde ifade edilen iş performansı ve işbirliği becerilerini geliştirme, bu grupların temel amacıyla örtüşür.

C seçeneğinde söz edilen iş ile ilgili sorunlara çözüm üretmeye odaklanması bu grup yapısına uygundur.

D seçeneğinde yer alan görev paylaşımı ve rol beklentilerinin ele alınması, işe yönelik grupların doğasıyla uyumludur.

E seçeneğinde dile getirilen oturumların iş süreçlerine yönelik yapılandırılması, bu grupların temel özelliklerindendir.

Cevap: A

14. Soruda **intrapsişik özellikli grupların özelliği olmayan**, yani bu grup türü için **yanlış ifade** sorulmaktadır. İntrapsişik gruplarda odak, bireyin **iç dünyasını keşfetmesi, içsel çatışmalarını fark etmesi ve kendini anlamasıdır**. Özellikle birey merkezli yaklaşımlarda lider **yorum yapmaz, yönlendirmez**; bireyin kendi içgörüsüne ulaşması desteklenir. Bu nedenle **liderin doğrudan yorum yapması ve yönlendirmesi**, bu grubun yapısına uygun değildir. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde ifade edilen içsel çatışmaların fark edilmesi ve üzerinde düşünülmesi, bu grupların temel amaçlarıyla örtüşür.

C seçeneğinde söz edilen bireyin iç dünyasının keşfine odaklanması, bu grup türünün temel özelliğidir.

D seçeneğinde yer alan deneyim paylaşımı yoluyla içsel farkındalık kazanılması, bu sürecin önemli bir parçasıdır.

E seçeneğinde dile getirilen yorumdan çok bireyin kendi kendini anlamasına odaklanması, özellikle birey merkezli intrapsişik gruplar için doğrudur.

Cevap: A

15. Belirli bir **olumsuz alışkanlık, özel durum ya da gelişimsel güçlük üzerine odaklanması**, sürecin **üyelerin ihtiyaçlarına göre planlanması** ve grubun **belli bir amaca yönelik yapılandırılması**, bu yapının **özel amaçlı grup** olduğunu gösterir. Bu gruplar, liderin **belirli bir problem alanı için oluşturduğu**, üyelerin o alanda **farkındalık, beceri ve değişim kazanmalarını hedefleyen** gruplardır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde ifade edilen terapi grubu, daha çok **derinlemesine sağaltım ve klinik düzeyde sorunlara** odaklanır.

B seçeneğinde söz edilen destek grubu, **değişimden çok kabul ve duygusal paylaşımın** ön planda olduğu gruplardır.

C seçeneğinde yer alan kendi kendine yardım grubu, **lidersiz toplanan** ve üyelerin birbirine destek olduğu gruplardır.

E seçeneğinde dile getirilen konsültasyon grubu, uzmanların bir araya gelerek **vaka tartıştığı ve çözüm geliştirdiği** gruplardır.

Cevap: D

1. Soruda vurgulanan yapı; üyelerin **birbirleriyle doğrudan etkileşim kurmaları**, ilişkisel örüntülerini fark etmeleri ve bu etkileşimler üzerinden farkındalık kazanmalarıdır. Bu, senin sınıflamana göre **kişiler arası ilişkiler gruplarının** ayırt edici özelliğidir ve bu gruplarda temel vurgu **şimdi ve burada, ben-sen ilişkisi** üzerindedir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği intrapsişik özellikli grupları ifade eder; odak bireyin iç dünyasıdır.

B seçeneği psikoeğitsel grupları ifade eder; davranış değişikliği ve beceri kazandırma hedeflenir.

C seçeneği psikoeğitsel grupları ifade eder; yapılandırılmış bilgi ve içerik öğretimi ön plandadır.

D seçeneği destek gruplarını ifade eder; genel paylaşım ve destek ön plandadır, yoğun etkileşimsel geri bildirim yoktur.

Cevap: E

2. Soruda verilen ipuçları; üyelerin **doğrudan etkileşim kurması, duygularını paylaşması, geri bildirim alması, savunmaların azalması ve kendini açmanın artmasıdır**. Bu özellikler etkileşim gruplarının temel özellikleridir. Bu gruplarda süreç yaşantısaldır ve üyeler **şimdi ve burada yaşanan etkileşimler üzerinden farkındalık kazanırlar**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği etkileşim gruplarını yansıtmaz; odak yalnızca geçmiş anlatımı değildir, süreç yaşantısal ilerler.

C seçeneği liderin yönlendirici olduğu bir yapıyı ifade eder; etkileşim gruplarında lider kolaylaştırıcıdır.

D seçeneği yapılandırılmış grupları ifade eder; etkileşim grupları fazla yapılandırılmış değildir.

E seçeneği psikoeğitsel grupları ifade eder; bilgi kazandırma ön plandadır.

Cevap: B

3. Soruda psikoeğitsel grupların temel özelliği sorulmaktadır. Bu gruplarda süreç **belli bir programa dayalıdır** ve temel amaç, üyelerin belirli bir problem alanına ilişkin **bilgi edinmeleri ve beceri**

kazanmalarıdır. Davranış değişikliği de bu kazanımlar üzerinden sağlanır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneği destek gruplarını ifade eder; duyguların paylaşımı ön plandadır.

C seçeneği etkileşim gruplarını ifade eder; süreç yapılandırılmış değildir.

D seçeneği kişiler arası ilişkiler gruplarını ifade eder; ilişkisel örüntüler ve çatışmalar ele alınır.

E seçeneği intrapsişik ya da birey/gelişim odaklı grupları ifade eder; bireysel farkındalık ön plandadır.

Cevap: B

4. Soruda tanımlanan grup; belirli bir sorun, alışkanlık ya da özel durum üzerine odaklanan, lider tarafından **amacı doğrultusunda yapılandırılan** ve üyelerin ihtiyaçlarına göre planlanan **özel amaçlı gruplardır**. Bu gruplarda süreç serbest değildir; aksine belirli hedeflere yönelik olarak organize edilir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği özel amaçlı grupların özelliğidir; grup lider tarafından belirli bir amaca yönelik yapılandırılır.

B seçeneği özel amaçlı grupların özelliğidir; belirli bir sorun ya da alışkanlık üzerine odaklanılır.

C seçeneği özel amaçlı grupların özelliğidir; bireysel amaçlar çoğunlukla ortak amaçlarla örtüşür.

E seçeneği özel amaçlı grupların özelliğidir; üyelerin belirli ihtiyaçlarını karşılamaya yöneliktir.

Cevap: D

5. Soruda kendi kendine yardım gruplarının **özelliği olmayan** ifade sorulmaktadır. Bu grupların en ayırt edici yönü, **lidersiz olmaları** ve üyelerin birbirlerine destek sağlamalarıdır. Dolayısıyla grubun bir uzman lider tarafından yönetilmesi bu yapıya aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneği kendi kendine yardım gruplarının özelliğidir; üyeler ortak yaşantıları üzerinden birbirlerine destek olurlar.

B seçeneği kendi kendine yardım gruplarının özelliğidir; grup genellikle ihtiyaç doğrultusunda ve çağrı ile toplanır.

C seçeneği kendi kendine yardım gruplarının özelliğidir; öğrenme deneyim paylaşımı yoluyla gerçekleşir.

D seçeneği kendi kendine yardım gruplarının özelliğidir; karşılıklı destek ve sorunlarla baş etme temel amaçtır.

Cevap: E

6. Soruda destek gruplarının **özelliği olmayan** ifade sorulmaktadır. Destek gruplarında temel amaç; üyelerin yaşadıkları zorlayıcı deneyimleri paylaşmaları, birbirlerinden destek almaları ve başa çıkma stratejileri geliştirmeleridir. Bu gruplar **yapılandırılmış eğitim ve beceri öğretimine odaklanmaz**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği destek gruplarının özelliğidir; üyeler travmatik yaşantılarını paylaşarak destek alırlar.

B seçeneği destek gruplarının özelliğidir; stresin azaltılması ve başa çıkma yollarının geliştirilmesi amaçlanır.

D seçeneği destek gruplarının özelliğidir; farkındalık ve içgörü kazanımı desteklenir.

E seçeneği destek gruplarının özelliğidir; karşılıklı destek ve empati temel yapı taşlarıdır.

Cevap: C

7. Soruda psikoterapi gruplarının temel özelliği sorulmaktadır. Psikoterapi grupları; **duygusal ve davranış bozukluklarının sağaltımına odaklanan**, üyelerin daha derin ve bilinçdışı yaşantılarının ele alındığı, **benliğin yeniden yapılandırılmasının hedeflendiği** gruplardır. Bu gruplar genellikle **psikiyatrik kliniklerde ya da ruh sağlığı merkezlerinde yürütülür** ve grup süreci **psikiyatrist ya da klinik psikolog gibi uzman kişiler tarafından yönetilir**. Ayrıca üyeler çoğunlukla **benzer sorunlara sahip (homojen yapı)** bireylerden oluşur ve grup içinde **etkileşim ve geri bildirim yoluyla ortak terapötik hedeflere ulaşılır**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği psikoterapi gruplarına uygun değildir; bu gruplarda üyeler genellikle benzer sorunlara sahiptir.

B seçeneği psikoeğitsel grupları ifade eder; bilgi ve beceri kazandırma ön plandadır.

D seçeneği kendi kendine yardım gruplarını ifade eder; bu gruplar lidersizdir, psikoterapi gruplarında ise uzman lider vardır.

E seçeneği psikoeğitsel ve kısa süreli yapılandırılmış grupları ifade eder; psikoterapi grupları daha derin ve uzun süreli bir süreç içerir.

Cevap: C

8. I. aşamada psikolojik danışman, Onur'un yaşadığı dışlanma deneyimlerini ve duygularını ifade etmesini sağlamış, duygularını düzenlemesine yardımcı olmuştur. Bu süreç; bireyin duygularını açtığı, farkındalık kazandığı ve terapötik ilişki içinde ele alındığı bir süreçtir. Bu nedenle **bireyle psikolojik danışmadır**.

II. aşamada ise Onur'u rahatsız eden öğrencilere yönelik **sosyal beceri ve etkileşim odaklı grup çalışmaları** düzenlenmiştir. Bu ifade, üyelerin kişiler arası becerilerini geliştirmeye ve etkileşim yoluyla farkındalık kazanmaya yönelik bir süreci anlatır. Bu nedenle **grupla psikolojik danışmadır**.

Cevap: D

9. Verilen diyalogda üyenin **yanlış anlaşılma kaygısı yaşaması**, grup içinde **alt gruplar oluştuğunu düşünmesi** ve kendini dışlanmış hissetmesi; grupta güvenin tam yerleşmediğini, üyelerin **çekingenlik, kaygı ve direnç yaşadığını** gösterir. Bu durum grupla psikolojik danışma sürecinde **geçiş evresinin** tipik özellikleridir. Ayrıca liderin, üyenin duygularını yansıtmaması ve diğer üyeleri sürece dahil ederek bu duygular üzerinde düşünmelerini sağlamaması, **direnç ve duygusal çatışmaların fark edilmesine yardımcı olduğunu** gösterir. Bu nedenle **I. ve III. öncül doğru, II. öncül yanlıştır**.

- A seçeneği** yalnız I. öncülü içerdiği için eksiktir.
- B seçeneği** yalnız II. öncülü içerir; ancak öncülde güvenin tam oluştuğuna dair bir durum yoktur.
- D seçeneği** II. öncülü içerdiği için uygun değildir.
- E seçeneği** I., II. ve III. öncüllerin tamamını doğru kabul ettiği için yanlıştır.

Cevap: C

10. Verilen durumda grup içinde **gerginlik, eleştiri, savunma ve alt düzey çatışma** ortaya çıkmaktadır (Ali'nin çıkışı, Ayşe'nin geri çekilmesi, Selin'in dengelemesi). Bu tür etkileşimler, üyelerin birbirine karşı duyarlılık geliştirmeye başladığı ancak **direnç, kaygı ve çatışmaların yoğun olduğu geçiş evresinin** tipik göstergeleridir. Ayrıca liderin süreç sonunda bu gerginliği görünür kılarak üyelerin **birbirlerine yönelik duygularını ifade etmelerini istemesi**, direnci ve çatışmayı **yüzleştirme** görevine karşılık gelir. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir**.

A seçeneği başlangıç evresini ifade eder; bu evrede daha çok güven oluşturma ve tanışma söz konusudur.

C seçeneği eylem evresini ifade eder; burada daha derin çalışmalar yapılır, ancak verilen durumda hâlâ çatışma ve direnç ön plandadır.

D seçeneği eylem evresine ait bir görevi içerir; ancak grup henüz bu aşamaya ulaşmamıştır.

E seçeneği sonlandırma evresini ifade eder; bu aşamada kapanış ve değerlendirme yapılır.

Cevap: B

11. Verilen ifadelerde üyelerin **grubun bitimine yönelik kaygı yaşadıkları**, birbirlerine bağlandıklarını fark ettikleri ve ayrılık sürecine ilişkin duygularını dile getirdikleri görülmektedir. Liderin ise üyelerin bu süreçte kazandıkları farkındalıkları günlük yaşama taşımalarını ele alması ve **vedalaşmalarına fırsat tanınması**, sonlandırma evresine özgü bir müdahaledir. Bu bağlamda liderin temel görevi, üyelerin ayrılık sürecini sağlıklı biçimde yaşamalarını ve duygusal olarak tamamlamalarını sağlamaktır. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneği geçiş evresine özgüdür; çatışmaların yapılandırılması bu aşamada ele alınır.

B seçeneği geçiş evresine aittir; dirençlerin azaltılması hedeflenir.

D seçeneği başlangıç evresine özgüdür; grup kuralları bu aşamada belirlenir ve gözden geçirilir.

E seçeneği daha çok gelişim ve eylem sürecine yöneliktir.

Cevap: C

12. Verilen diyalogda üyenin **bastırdığı duyguları fark etmeye başlaması**, öfkesini açıkça ifade etmesi ve bu duyguyu **anlamlandırmaya yönelmesi**; grup sürecinde derin çalışmanın başladığını gösterir. Liderin de bu farkındalığı yansıtmayı, üyede **ıçgörü geliştirmeye yönelik bir müdahale** yaptığını ortaya koyar. Bu durum, grupla psikolojik danışmada **eylem evresinin** tipik özelliğidir. Ayrıca bu düzeyde bir paylaşım, grup içinde **güven ve duygusal yakınlığın geliştiğini** gösterir. Aynı zamanda süreçte **duyguların fark edilmesi ve ıçgörü kazanılması** hedeflenmektedir. Bu nedenle **I., II. ve III. öncüller doğrudur**.

A seçeneği yalnız I. öncülü içerdiği için eksiktir.

B seçeneği yalnız II. öncülü içerdiği için eksiktir.

C seçeneği I. ve II. öncülleri içerir; ancak III. öncülü dışarıda bıraktığı için eksiktir.

D seçeneği I. ve III. öncülleri içerir; ancak II. öncülü dışarıda bıraktığı için eksiktir.

Cevap: E

13. Verilen durumda üyelerin **duygularını açıkça paylaşmaları**, birbirlerine **empati kurmaları** ve **yapıcı geri bildirim vermeleri**, grup içinde güvenin oluştuğunu ve üyelerin aktif olarak birbirlerine yardımcı olduklarını gösterir. Bu özellikler grupla psikolojik danışma sürecinde **eylem evresinin** tipik göstergeleridir; bu evrede üyeler derinlemesine çalışır, destek verir ve değişim süreci hızlanır. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir**.

A seçeneği geçiş evresini ifade eder; bu evrede direnç ve çatışmalar ön plandadır.

C seçeneği başlangıç evresini ifade eder; bu evrede tanışma, güven oluşturma ve grup kurallarının belirlenmesi söz konusudur.

D seçeneği sonlandırma evresini ifade eder; süreçte kapanış ve vedalaşma vardır.

E seçeneği izleme evresini ifade eder; grup sonlandıktan sonraki değerlendirme sürecidir.

Cevap: B

14. Soruda verilen ipuçları; **grubun son oturumda olması**, üyelerin **kazandıkları değişimleri paylaşmaları**, sürecin bitimine yönelik **duygularını ifade etmeleri** ve liderin **vedalaşmaya fırsat tanımasıdır**. Bu özellikler grupta psikolojik danışma sürecinde **sonlandırma evresinin** temel göstergeleridir. Bu evrede üyeler kazanımlarını değerlendirir, duygusal kapanış yaşar ve grupta vedalaşır. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneği eylem evresini ifade eder; bu evrede derinlemesine çalışma ve değişim süreci devam eder.

B seçeneği başlangıç evresini ifade eder; tanışma ve kuralların belirlenmesi söz konusudur.

C seçeneği geçiş evresini ifade eder; direnç ve çatışmalar ön plandadır.

E seçeneği izleme evresini ifade eder; grup sonlandıktan sonra yapılan takip sürecidir.

Cevap: D

15. Verilen durumda üyelerin **temkinli davranması**, bazı üyelerin **konuşmaktan kaçınması ve göz teması kurmaması**, ayrıca liderin **kendini tanıtmaması**, **grubun amaçlarını, gizlilik ilkesini ve kuralları açıklaması** başlangıç aşamasına özgü özelliklerdir. Bu evrede üyeler gruba alışmaya çalışır, güven henüz tam oluşmamıştır ve lider yapılandırıcı bir rol üstlenir. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneği geçiş evresini ifade eder; bu evrede direnç ve çatışmalar daha belirgindir.

B seçeneği eylem evresini ifade eder; üyeler daha açık ve derin paylaşımlar yapar.

D seçeneği sonlandırma evresini ifade eder; süreçte vedalaşma ve kazanımların değerlendirilmesi vardır.

E seçeneği izleme evresini ifade eder; grup sonlandıktan sonraki takip sürecidir.

Cevap: C

1. Verilen durumda üyelerin **rol oynama sonrası davranış değişikliği göstermesi, duygularını daha açık ifade etmeleri, birbirlerine geri bildirim vermeleri ve aktif etkileşim içinde olmaları**; grubun artık derinlemesine çalıştığını gösterir. Ayrıca üyelerin **duygusal risk almalarının artması** ve liderin daha çok süreci kolaylaştırıcı biçimde ilerlemesi, eylem evresinin tipik özellikleridir. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneği başlangıç evresini ifade eder; bu evrede temkinlilik ve kuralların belirlenmesi ön plandadır.

B seçeneği geçiş evresini ifade eder; bu evrede direnç, kaygı ve çatışmalar daha belirgindir.

D seçeneği sonlandırma evresini ifade eder; süreçte vedalaşma ve kazanımların değerlendirilmesi vardır.

E seçeneği söz edilen fırtına evresi geçiş aşamasını ifade eder.

Cevap: C

2. Verilen durumda üyelerin **yaşantılarını açıkça paylaşımları, birbirlerine doğrudan geri bildirim vermeleri, alternatif çözüm yollarını tartışmaları ve davranış değişikliği göstermeleri**; grubun eylem evresinde olduğunu gösterir. Bu evrede liderin temel görevi, üyelerin derinleşmesini sağlamak, **duygusal risk almalarını desteklemek**, etkileşimi sürdürmek ve değişim sürecini kolaylaştırmaktır. Bu nedenle **doğru cevap E seçeneğidir**.

A seçeneği başlangıç evresine aittir; kuralların oluşturulması ve güvenin inşası bu aşamada yapılır.

B seçeneği geçiş evresine aittir; direnç ve savunmalar bu evrede ele alınır.

C seçeneği sonlandırma evresine aittir; ayrılık ve kapanış süreci bu aşamada çalışılır.

D seçeneği kısmen başlangıç ve daha çok geçiş evresine uygundur; yoğun yapılandırma bu aşamalarda görülür.

Cevap: E

3. Parçada; grup sürecinde **direnç ve savunmaların yeterince aşılamadığı, üyelerin kaygı yaşadığı, liderden yeterli ilgi ve destek alamadıkları, grup sürecinden alınan uyarı ve desteğin yetersiz bulunduğu, gruba uyum sağlayamayan üyelerin olduğu ve grup içinde gruplaşmaların olduğu** açıkça ifade edilmiştir. Bu durumlar, üyelerin gruptan erken ayrılmasına neden olabilecek faktörlerdir. Ancak parçada **üyelerin önceden birbirlerini tanıdığına ilişkin herhangi bir ifade yer almamaktadır**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği parçada "gruba uyum sağlamayan bazı üyelerin varlığı" ile ifade edilmektedir; bu durum erken ayrılma nedenlerinden biridir.

B seçeneği parçada "liderden yeterli ilgi ve destek alamadıkları" şeklinde yer almaktadır; bu da erken ayrılma nedenlerinden biridir.

C seçeneği parçada "grup sürecinden alınan uyarı ve desteğin yetersiz olması" olarak ifade edilmiştir; bu da erken ayrılma nedenlerinden biridir.

E seçeneği parçada "direnç ve savunmacı tepkilerin yeterince aşılmamış olması" şeklinde açıkça belirtilmiştir; bu da erken ayrılma nedenlerinden biridir.

Cevap: D

4. Soruda verilen durum incelendiğinde, üyelerin birbirlerini tanımaya çalıştıkları, iletişim açısından temkinli oldukları ve özellikle gizlilik ile grup kurallarına ilişkin sorular yönelttikleri görülmektedir. Bu bulgular, grubun **başlangıç evresinde** olduğunu göstermektedir. Bu evrede üyelerin kaygı düzeyi yüksektir ve ne yapacaklarını tam olarak bilemezler; bu nedenle liderin temel görevi **üyelerin tanışmasını sağlamak, grup kurallarını ve sınırlarını belirlemek, güven ortamı oluşturmak ve süreci yapılandırmaktır**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen yüzleştirme, bu aşamada üyeler arası ilişkiler henüz gelişmediği ve güven tam oluşmadığı için gerekli değildir.

B seçeneğinde verilen süreci doğal akışına bırakma yaklaşımı, başlangıç evresinde uygun değildir; bu evrede lider aktif ve yapılandırıcı olmalıdır.

C seçeneğinde verilen duyguların derinlemesine keşfi, grubun ilerleyen aşamalarında gerçekleştirilir; başlangıç evresinde öncelik bu değildir.

D seçeneğinde verilen ayrılıkla ilgili duyguların ele alınması, sonlandırma evresine özgüdür.

Cevap: E

5. Soruda başlangıç evresinde **görülmesi beklenmeyen** durum sorulmaktadır. Başlangıç evresinde üyelerin **birbirlerini tanıması, kuralların ve beklentilerin belirlenmesi, amaçların oluşturulması ve katılıma yönelik sorumluluk alınması** beklenir. Buna karşılık bu evrede henüz güven tam oluşmadığı için üyeler daha temkinlidir ve **açık çatışmaların yoğun şekilde yaşanması beklenmez**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen üyelerin birbirlerini tanıması ve kaynaşması, başlangıç evresinin temel özelliklerindendir.

B seçeneğinde verilen kuralların ve beklentilerin belirlenmesi, bu evrede liderin öncelikli görevleri arasındadır.

C seçeneğinde verilen davranışsal amaçların belirlenmesi, başlangıç evresinde gerçekleştirilen bir süreçtir.

D seçeneğinde verilen katılım ve kurallara uyum konusunda söz verilmesi, grup normlarının oluşmasıyla ilişkilidir ve bu evrede beklenir.

Cevap: E

6. Soruda verilen diyalog incelendiğinde liderin **tanışmaya vurgu yapması, gizlilik ilkesini hatırlatması** ve üyenin **çekince yaşadığını ifade etmesi**, grubun henüz güven oluşturma sürecinde olduğunu göstermektedir. Bu durum **başlangıç evresine** özgüdür. Ayrıca gizlilik ve güven vurgusunun yapılması, bu ilkelerin henüz **pekişme aşamasında olduğunu** gösterir. Buna karşılık üyeler arası etkileşim henüz sınırlıdır ve doğrudan yoğun bir etkileşim söz konusu değildir. Bu nedenle **I. ve II. öncüller doğru, III. öncül yanlıştır**.

Cevap: D

7. Soruda grup normlarının **parçası olarak kabul edilmeyen** ifade sorulmaktadır. Grup normları; **etkin katılım, şimdi ve burada odaklı iletişim, kişisel yaşantılara odaklanma ve yapıcı, savunmayı tetiklemeyen geri bildirim verme** gibi ilkelere dayanır. Buna karşılık üyelerin **savunmaya zorlanması**, grup güvenliğini zedeleyen ve normlara aykırı bir durumdur. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen etkin katılım, grup normlarının temel unsurlarındandır.

B seçeneğinde verilen kendi deneyim ve duygularına odaklanma, grup normları içinde yer alır.

C seçeneğinde verilen şimdi ve burada odaklı açık iletişim, temel grup normlarından biridir.

E seçeneğinde verilen geri bildirimde önce anlamaya çalışma ve savunmayı tetiklememe, sağlıklı grup normlarının bir parçasıdır.

Cevap: D

8. Soruda başlangıç evresinde liderin **yapması beklenmeyen** davranış sorulmaktadır. Başlangıç evresinde liderin temel görevleri; **üyelerin birbirini tanımasını sağlamak, güven ortamı oluşturmak, kuralları ve sınırları belirlemek, üyelerin kaygılarını azaltmak ve modele dayalı uygun davranışlar sergilemektir**. Buna karşılık bu evrede henüz güven tam oluşmadığı için **derinlemesine kişisel sorunların çözümüne odaklanılmaz**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen üyelerin tanışmasını ve kaynaşmasını destekleme, başlangıç evresinde beklenen bir lider davranışıdır.

C seçeneğinde verilen güvenli ve olumlu bir ortam oluşturma, bu evrenin temel hedeflerinden biridir.

D seçeneğinde verilen ilk kaygı ve belirsizliklerle başa çıkmaya yardımcı olma, başlangıç evresinde lidere düşen önemli görevlerdendir.

E seçeneğinde verilen uygun model davranışlar sergileme, liderin bu evrede üstlendiği temel rollerden biridir.

Cevap: A

9. Soruda geçiş evresinde liderin karşılaştığı **dirençle ilgili doğru ifade** sorulmaktadır. Geçiş evresi; güvenin henüz tam oluşmadığı, üyelerin **lideri ve grubu test ettiği**, sınırları zorladığı ve kendilerini güvende hissedip hissetmediklerini anlamaya çalıştıkları bir dönemdir. Bu nedenle direnç; çoğunlukla **sınırları test etme, lideri zorlama ve güven ilişkisini anlamaya çalışma** ile ilişkilidir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen durum, daha çok eylem evresinde görülen derin paylaşım süreçleriyle ilişkilidir.

C seçeneğinde direnç düşük olarak ifade edilmiştir; oysa geçiş evresi direncin en yoğun yaşandığı dönemdir.

D seçeneğinde direnç yalnızca lidere bağlanmış; oysa direnç grup sürecinin doğal bir parçasıdır ve çok boyutludur.

E seçeneğinde direnç artışı rahatlık göstergesi olarak verilmiştir; aksine bu durum kaygı ve güvensizlikle ilişkilidir.

Cevap: B

10. Eylem evresinde; üyeler arasında **güven ve samimiyet gelişmiş**, kendini açma artmış, **doğrudan geri bildirimler verilmekte ve terapötik süreç aktif biçimde işlemektedir**.

Bu çerçevede eylem evresi özellikleri dikkate alındığında;

I. öncülde sözü edilen güven ve açıklığın gelişmiş olması, eylem evresinde görülen temel bir özelliktir.

II. öncülde yer alan gerginlik, direnç ve güvenin henüz oluşmaması durumu geçiş evresine özgüdür; eylem evresinde bu tür engeller büyük ölçüde aşılmıştır.

III. öncülde ifade edilen üyelerin birbirlerine doğrudan geri bildirim vermesi ve etkileşimin aracısız gerçekleşmesi, eylem evresinin belirgin özelliklerindendir.

IV. öncülde belirtilen kuralların henüz oluşmaması ve liderden yoğun yönlendirme beklenmesi, başlangıç evresine özgüdür; eylem evresinde grup kültürü ve normlar artık yerleşmiştir.

V. öncülde ifade edilen üyelerin birbirlerini kabul etmeye başlaması ve terapötik güçlerin aktif hale gelmesi, eylem evresinin ayırt edici göstergelerindendir.

Bu nedenle **II. ve IV. öncüller eylem evresine özgü değildir**.

Cevap: B

11. Soruda erken sonlandırmanın olası nedenleri sorulmaktadır. Grupla psikolojik danışma sürecinde erken ayrılma; çoğunlukla **güven eksikliği, grup uyum sorunları, liderle etkileşimde yetersizlik ve beklentilerin karşılanmaması** gibi durumlarla ilişkilidir.

Bu çerçevede değerlendirildiğinde:

A seçeneğinde yer alan üyelerin grup kuralları ve amaçları hakkında yeterince bilgi sahibi olmamaları, sürece uyumu zorlaştırır ve beklentilerin karşılanmamasına yol açabilir; bu durum erken sonlandırma nedenlerinden biridir.

B seçeneğinde verilen durum sonlandırma evresinde liderin yerine getirmesi gereken uygun bir görevdir; erken ayrılma nedeni değildir.

C seçeneğinde ifade edilen kaynaşma ve güvenin sorunsuz oluşması, süreci güçlendirir; ayrılma nedeni oluşturmaz.

D seçeneğinde üyelerin hedeflenen davranış değişikliklerini gerçekleştirmesi, sürecin başarılı ilerlediğini gösterir; erken ayrılmaya neden olmaz.

E seçeneğinde yer alan geri bildirim verme ve süreci değerlendirme, sağlıklı grup işleyişinin göstergesidir; ayrılma nedeni değildir.

Cevap: A

12. Soruda verilen durum incelendiğinde, Onur'un oturumlarda **sessiz kalması**, tartışmalara katılmaması ve dikkat dağıtıcı davranışlar sergilemesi; ayrıca bu davranışların **kaygı ve güvensizlikten kaynaklanması**, onun grup sürecine katılmaktan kaçındığını göstermektedir. Bu tür durumlar grupta psikolojik danışmada **direnç** olarak adlandırılır. Direnç; bireyin kendini açmaktan kaçınması, sürece aktif katılım göstermemesi ve bazen dikkat dağıtıcı davranışlarla **grup akışını zorlaştırması** şeklinde ortaya çıkar. Aynı zamanda terapötik ilişkinin kurulmasını geciktirebilir ve grup sürecinin ilerlemesini güçleştirebilir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan grup içi rol paylaşımı, üyelerin grup içindeki işlevleriyle ilgilidir; verilen durum bunu açıklamaz.

C seçeneğinde yer alan karşı aktarım, danışmanın danışana yönelik duygularıyla ilgilidir.

D seçeneğinde öğrenilmiş çaresizlik, bireyin çaba göstermeyi bırakmasıyla ilgilidir; burada ise grup sürecine yönelik bir kaçınma vardır.

E seçeneğinde aktarım, bireyin geçmiş ilişkilerinden getirdiği duyguları başkalarına yöneltmesidir.

Cevap: B

13. Soruda verilen durumda Onur'un **kaygı ve güvensizlik nedeniyle geri çekilmesi**, sessiz kalması ve sürece katılmakta zorlanması, direnç davranışı olarak değerlendirilir. Dirençle baş etmede temel yaklaşım; üyeyi zorlamak ya da dışlamak değil, **onun yaşadığı duyguyu anlamak, güven duygusunu artırmak ve sürece katılımını desteklemektir**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde Onur'un sessiz kalmasına tamamen izin vermek, direnci sürdürür ve sürecin ilerlemesini engeller.

B seçeneğinde üyeyi gruptan çıkarmak, direnci anlamadan süreci sonlandırmak anlamına gelir ve uygun değildir.

D seçeneğinde eleştirme ve baskı, üyede kaygıyı artırır ve direnci güçlendirir.

E seçeneğinde yalnızca hedeflere odaklanmak, üyenin yaşadığı duygusal süreci göz ardı eder.

Cevap: C

14. Soruda verilen durumda üyelerin **sessiz kalması, tartışmalara katılmaması, eleştirel ve savunmacı tutumlar sergilemesi** ve **dikkat dağıtıcı davranışlarda bulunması**, grup sürecinde direnç davranışlarına işaret eder. Direnç; bireyin kendini açmaktan kaçınması, sürece katılımı sınırlaması ve zaman zaman grup akışını zorlaştırması şeklinde ortaya çıkar.

Bu çerçevede direnç belirtileri dikkate alındığında:

A seçeneğinde yer alan sessizlik ve tartışmalara katılmama, direnç davranışının tipik göstergelerindendir.

B seçeneğinde verilen dikkat dağıtıcı davranışlar, grup sürecinden kaçınma biçimi olarak dirençtir.

C seçeneğinde yer alan savunmacı ve eleştirel tutumlar, direnç kapsamında değerlendirilir.

D seçeneğinde verilen grup kurallarına uyum sağlama ve işbirliği geliştirme, direnç değil; sağlıklı grup işleyişinin göstergesidir.

E seçeneğinde yer alan öz-farkındalık ve duygusal engelleme, özellikle duyguların bastırılması yoluyla ortaya çıkan bir direnç biçimi olabilir.

Cevap: D

15. Soruda verilen parça incelendiğinde; grubun **kalabalık olduğu**, öğrencilerin **okul idaresi tarafından yönlendirildiği**, **yaş aralığının geniş olduğu** ve **çoğunun daha önce danışma deneyimi olmadığı** belirtilmiştir. Bu bilgilerden, direnci etkileyebilecek bazı faktörler doğrudan ya da dolaylı olarak çıkarılabilmektedir.

Bu çerçevede:

A seçeneğinde yer alan grubun kalabalık olması, parçada açıkça belirtilmiş olup direnci artıracak bir faktördür.

B seçeneğinde yer alan öğrencilerin birbiriyle sosyal ilişki içinde olması ise parçada yer almamaktadır ve bu nedenle parçada belirtilen direnç faktörleri arasında değildir.

C seçeneğinde yer alan gönülsüz katılım durumu, öğrencilerin okul idaresi tarafından yönlendirilmiş olmasından çıkarılmaktadır; bu durum direnci artıran bir neden olarak değerlendirilebilir.

D seçeneğinde belirtilen yaş aralığının geniş olması, parçada açıkça ifade edilmiştir ve grup uyumunu zorlaştırarak direnci artırabilir.

E seçeneğinde söz konusu edilen deneyimsizlik, öğrencilerin daha önce danışma sürecine katılmamış olmalarından anlaşılmaktadır ve bu da direnci artıracak bir durumdur.

Cevap: B

1. Soruda, Elvin Hanım'ın grup sürecine ilişkin aldığı notlar bağlamında, hangi davranışın **direnç olarak değerlendirilemeyeceği** sorulmaktadır.

Grupla psikolojik danışmada direnç; bireyin terapötik süreçle işbirliği yapmaması, kendini açmaktan kaçınması, sürece aktif katılım göstermemesi ya da odağı farklı yönler kaydırarak grup sürecini yavaşlatması şeklinde ortaya çıkar. Sessizlik, geç kalma, güveni sorgulama, hedef belirlememe ya da başkalarına öğüt vererek kendi sorunundan uzaklaşma gibi davranışlar direnç kapsamında değerlendirilebilir.

Bu tanımlama dikkate alınarak seçenekler değerlendirildiğinde:

A seçeneğinde yer alan diğer üyelere sürekli tavsiye verme, kişinin kendi yaşantısından kaçınarak odağı başkalarına yöneltmesi nedeniyle dirençtir.

B seçeneğinde yer alan otumlara geç gelme, sürece katılımı aksattığı için direnç göstergesidir.

C seçeneğinde belirtilen gizliliğe güvenmeme, terapötik ilişkiye yönelik güvensizlik içerdiğinden dirençtir.

D seçeneğinde yer alan davranışsal hedefler belirlememek, değişime yönelik isteksizliktir ve direnç kapsamında değerlendirilir.

E seçeneğinde yer alan oturumlarda tartışmalara aktif katılmak ise direnç değil, sürece katılım ve işbirliği göstergesidir.

Cevap: E

2. Soruda verilen durumda, grup üyelerinin liderin her önerisine olumsuz tepki vermesi, eleştirel ve güvensiz tutum sergilemesi ve bu durumun geçmişteki otorite figürleriyle yaşanan deneyimlerle ilişkilendirilmesi, **duygu ve tutumların grup liderine ya da diğer üyelere yansıtılmasına** işaret etmektedir. Bu tanıma uyan tepki, A seçeneğinde yer alan **transferanstır**. Transferans; **bireyin geçmişte ya da şimdiki yaşamında önemli yer tutan kişilerle geliştirdiği duygu, düşünce ve ilişki örüntülerini grup liderine ya da diğer üyelere yansıtmasıdır**.

Direnç: Sürece katılmama, kaçınma, sessizlik, geç kalma, hedef belirlememe gibi davranışlarla ortaya çıkar; burada ise üyelerin davranışlarının kaynağı olarak geçmiş ilişki örüntülerinin yansıtılması vurgulanmaktadır.

Karşıt direnç: Liderin sürece karşı isteksizlik göstermesi, gruba yönelik kaçınma ve süreci yüzeysel yürütme gibi durumları ifade eder; bu nedenle üyelerin davranışlarını açıklamaz.

Karşı aktarım: Psikolojik danışmanın kendi yaşantısına bağlı olarak danışana yönelik geliştirdiği duygulardır; soruda danışanların lidere yönelttiği tepkiler söz konusudur.

Öğrenilmiş çaresizlik: Tekrarlayan başarısızlıklar sonucu pasifleşme durumudur; verilen durumla örtüşmez.

Cevap: A

3. Soruda verilen durumda, liderin danışanın yaşantısından **etkilenecek kendi deneyimlerini hatırlaması ve objektif kalmakta zorlandığını** fark etmesi, **karşı aktarım** durumuna işaret eder. Karşı aktarım; psikolojik danışmanın kendi geçmiş yaşantılarından ya da bitirilmemiş işlerinden kaynaklanan duygularını danışana yöneltmesi ve bu nedenle nesnelliğinin etkileneceğidir. Bu durumda psikolojik danışmanın öncelikli olarak süpervizyon almasıdır. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde yer alan konsültasyon, danışanın problemiyle ilgili meslektaşlarla görüş alışverişini yapmayı ifade eder; burada odak danışanın değil, danışmanın kendi duygularıdır.

C seçeneğinde yer alan danışmayı sonlandırma, ilk aşamada başvurulacak bir yol değildir; öncelikle süreç profesyonel destekle yönetilmelidir.

D seçeneğinde söz edilen başka bir uzmana yönlendirme, ancak danışman süreci yönetemeyecek durumdaysa düşünülür.

E seçeneğinde yer alan duyguları yok sayarak süreci sürdürme, karşı aktarımın fark edilmesini ve sağlıklı biçimde ele alınmasını engeller.

Cevap: A

4. Soruda verilen durumda, liderin Burak'ın davranışlarından etkilenecek **kendi yeterliliğini sorgulaması**, bu durumu **kişisel başarısızlığıyla ilişkilendirmesi** ve buna bağlı olarak **duygusal tepki geliştirmesi**, danışmanın kendi içsel yaşantısının sürece yansıdığını göstermektedir. Bu durum **karşıt aktarım** ile açıklanır.

Karşıt aktarım; psikolojik danışmanın kendi geçmiş yaşantılarından, kişisel duyarlılıklarından ya da bitirilmemiş işlerinden kaynaklanan duygularının danışana yönelmesi ve profesyonel tutumunu etkilemesidir. Bu nedenle liderin yaşadığı kaygı ve stres, danışanın davranışından çok **kendi içsel süreçleriyle ilgilidir**.

Aktarım: Danışanın geçmişte ya da şimdiki yaşamında önemli kişilerle geliştirdiği duygu ve ilişki örüntülerini lidere ya da diğer üyelere yansıtmasıdır.

Direnç: Danışanın sürece katılmaması, sessiz kalması, kaçınma davranışları göstermesidir; burada liderin yaşadığı durum açıklanmaktadır.

Grup içi kutuplaşma: Grup içinde alt grupların oluşması ve üyelerin ayrışmasıdır; soruda böyle bir durum yoktur.

Çatışma: Üyeler arasında açık gerginlik ve karşı karşıya gelme durumudur; burada bu tür bir etkileşim bulunmamaktadır.

Cevap: E

5. Soruda verilen durumda, üyelerin geçmişteki otorite figürlerine yönelik duygularını lidere yansıttığı görülmektedir; bu durum **transferanstır**. Transferansla baş etmede; üyeyi duygularını ifade etmeye teşvik etmek, saydam bir ilişki kurmak, "şimdi ve burada" çerçevesinde çalışmak ve gerekirse tekniklerden yararlanmak uygun yaklaşımlardır. Buna karşılık transferansı **görmezden gelmek**, sürecin ilerlemesini engelleyen ve terapötik çalışmayı zayıflatan bir tutumdur. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan duyguları ifade etmeye cesaretlendirme, transferansla çalışmada uygun bir yaklaşımdır.

B seçeneğinde belirtilen saydam ve samimi tutum, duyguların açığa çıkmasını destekler.

C seçeneğinde yer alan şimdi ve burada ilkesine göre ele alma, transferansın işlenmesinde temel bir yaklaşımdır.

E seçeneğinde belirtilen rol oynama ve boş sandalye teknikleri, transferansın ele alınmasında kullanılan yöntemlerdir.

Cevap: D

6. Soruda, erken sonlanmaya neden olan durumlar içinde **liderden kaynaklanan** olanın bulunması istenmektedir. Grup sürecinde liderin üyeler arası etkileşimi dengeleyememesi, grup dinamiğini sağlıklı biçimde sürdürememesi ve üyeler arasındaki katılımı düzenleyememesi, sürecin aksamasına ve erken sonlanmaya yol açabilir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde yer alan yoğun rekabet, üyeler arası bir durumdur.

C seçeneğinde belirtilen kişisel sınırları koruyamama, üyelerle ilgili bir özelliktir.

D seçeneğinde yer alan aşırı bağımlılık, grup içinde gelişen bir üye davranışıdır.

E seçeneğinde belirtilen düşük motivasyon, üyelerin sürece ilişkin tutumlarıyla ilgilidir.

Cevap: A

7. Soruda verilen durumda, Ayhan'ın yaşantısını paylaşması ve Duygu'nun bundan etkilenecek aynı yöntemi denemesi; grup içinde **birbirinden öğrenme, model alma ve umut kazanma** süreçlerinin işlediğini göstermektedir. Duygu'nun ifadesi doğrudan **başka bir üyeden etkilene ve davranışı deneme** ile ilgilidir. Bu bağlamda Duygu'nun yaşantısı; üyelerin birbirinden öğrenmesi, model alma ve umut kazanmasıyla ilişkilidir. Ancak **kendini açma**, bireyin kendi içsel yaşantılarını derinlemesine paylaşmasıyla ilgilidir ve soruda Duygu'nun bu yönde bir yaşantısı vurgulanmamıştır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan birbirinden öğrenme, doğrudan görülmektedir.

B seçeneğinde belirtilen model alma, Duygu'nun Ayhan'dan etkilenebilmesiyle ortaya çıkmaktadır.

C seçeneğinde yer alan umut aşılınması, "ben de yapabilirim" algısıyla ilişkilidir.

E seçeneğinde belirtilen deneyim paylaşımıyla içgörü kazanma, dolaylı olarak süreçte yer almaktadır.

Cevap: D

8. Soruda verilen ifadede üyenin, "başkalarının da benzer zorluklar yaşadığını görünce rahatladım" ve "artık tek başıma mücadele etmediğimi hissediyorum" demesi, grup sürecinde **yalnızlık duygusunun azalması ve evrensellik yaşantısının ortaya çıkması** ile ilgilidir. Yani birey, yaşadığı sorunların sadece kendine ait olmadığını fark ederek rahatlama yaşamaktadır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan farkındalık kazanma, daha çok kişinin kendi iç süreçlerini tanımasıyla ilgilidir.

B seçeneğinde belirtilen karşılıklı yardım ve destek, üyeler arası aktif destek sürecini ifade eder; soruda vurgulanan durum yalnızlık algısının azalmasıdır.

D seçeneğinde yer alan başa çıkma yolları öğrenme, yeni davranış ve tekniklerin edinilmesiyle ilgilidir.

E seçeneğinde belirtilen sosyal beceri gelişimi, kişiler arası etkileşim becerileriyle ilgilidir.

Cevap: C

9. Soruda verilen durum incelendiğinde, üyelerin **sessiz kalması, tartışmalara katılmaktan kaçınması ve pasif gözlemci konumunda bulunması**, doğrudan **sessiz ve/veya içine kapanık danışan tipine** işaret etmektedir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Sessiz ve/veya içine kapanık danışanlar üç alt grupta ele alınır: **Birinci grup**, sessiz kalarak diğer üyeleri dinleyen, empati kuran ve bu yolla öğrenerek süreçten yarar sağlayanlardır. İkinci grup, **ağır hareket edenlerdir**; duygu ve düşüncelerini toparlayana kadar söz haklarını kaybedebilir, kendilerini ifade etmekte zorlanırlar. Üçüncü grup ise **gerçek**

anlamda içine kapanık olanlardır; düşük benlik saygısı ve kendine güvensizlik nedeniyle kendini açmakta zorlanırlar. Bu nedenle liderin bu üyeleri yüreklendirmesi ve güven ortamını güçlendirmesi gerekir.

A seçeneğinde yer alan tekelci danışan, sürekli konuşarak grubu domine eder ve tehdit edici konulardan kaçınır.

C seçeneğinde belirtilen duygusal olarak aşırı tepkili danışan, yoğun ve kontrolsüz duygusal tepkiler gösterir.

D seçeneğinde yer alan şamar oğlanı/günah keçisi rolü, **küçük düşürülmekten ve incitilmekten haz alarak ilişki kuran** üyeyi ifade eder.

E seçeneğinde belirtilen dışa vuran danışan, duygularını davranışlarıyla (geç kalma, kurallara uymama vb.) ortaya koyar.

Cevap: B

10. Soruda verilen durumda bazı üyelerin **sürekli konuşması, tartışmaların merkezinde yer alması ve diğer üyelerin katılımını gölgelemesi**, doğrudan **tekelci (dominant) danışan tipine** işaret etmektedir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**. Tekelciler, grupta konuşmayı kontrol etmeye çalışan, söz almayı sürekli sürdüren ve diğer üyelerin katılımını sınırlayan kişilerdir. Bu durum, grup etkileşimini dengesiz hale getirir ve bazı üyelerin geri çekilmesine yol açar.

A seçeneğinde yer alan sessiz ve içe kapanık danışan, katılım göstermekte zorlanan ve geri planda kalan üyedir.

B seçeneğinde belirtilen kaygılı danışan, yoğun konuşabilir ancak temel özelliği kaygıdır, grubu domine etmek değildir.

C seçeneğinde yer alan çökkün danışan, daha çok içe çekilmiş ve düşük enerjilidir.

D seçeneğinde belirtilen şamar oğlanı/günah keçisi rolü, **incinme üzerinden ilişki kuran ve çoğu zaman hedef haline gelen** üyeyi ifade eder.

Cevap: E

11. Verilen vakada üyenin **panik halinde hızlı konuşması, birden fazla konuyu aynı anda getirmesi, yoğun duygusal yük yaşaması** ve sonrasında **pişmanlık hissetmesi**, kaygılı danışanların tipik özellikleridir. Kaygılı danışanlar çoğu zaman üstesinden gelebileceğinden fazla materyali gruba getirir, kontrolsüz biçimde paylaşım yapar ve ardından rahatsızlık duyabilir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan sessiz ve içe kapanık danışan, konuşmaktan kaçınır ve geri planda kalır.

C seçeneğinde belirtilen tekelci danışan, konuşmayı kontrol etmek ve grubu domine etmek amacıyla konuşur; sorudaki vakada ise kaygıya bağlı kontrolsüzlük söz konusudur.

D seçeneğinde yer alan çökkün danışan, daha çok umutsuzluk ve düşük enerji ile karakterizedir.

E seçeneğinde belirtilen öğüt veren danışan, dikkati kendinden uzaklaştırmak için başkalarına öneriler sunar.

Cevap: B

12. Ayla'nın **sürekli araya girmesi, konuyu kendine çekmesi** ve **diğer üyelerin konuşma alanını daraltması**, doğrudan **tekelci (dominant) danışan tipine** işaret etmektedir. Tekelciler, grupta konuşmayı kontrol etmeye çalışır, kendi yaşantılarını merkeze alır ve çoğu zaman diğer üyelerin katkılarını gölgede bırakır. Bu durumda liderin amacı, hem grup dengesini korumak hem de danışanın farkındalığını artırmaktır. Bu nedenle en uygun yaklaşım, **geri bildirim vererek diğer üyelerin konuşma hakkına saygı göstermesini sağlamaktır**. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan çökkün danışan, daha çok içe çekilmiş, düşük enerjili ve paylaşımda zorlanan üyedir; burada ise tam tersine aşırı konuşma vardır.

B seçeneğinde belirtilen şamar oğlanı rolü, **incinme üzerinden ilişki kuran ve çoğu zaman hedef olan** üyeyi ifade eder; domine etme söz konusu değildir.

C seçeneğinde yer alan sessiz danışan, geri planda kalan ve katılım göstermekte zorlanan üyedir; verilen durum bunun tersidir.

E seçeneğinde belirtilen dışa vuran danışan, duygularını davranışlarıyla (geç kalma, kuralları ihlal etme vb.) ortaya koyar; burada ise sözlü olarak grubu domine etme vardır.

Cevap: D

13. Soruda verilen durumda Can'ın **neredeyse hiç konuşmaması, göz teması kurmaktan kaçınması, tek kelimelik yanıtlar vermesi** ve **pasif şekilde süreci izlemesi**, doğrudan **sessiz ve/veya içe kapanık danışan tipine** işaret etmektedir. Bu danışanlar genellikle kendilerini ifade etmekte zorlanır, güven duyguları düşük olabilir ve sürece katılım için zamana ihtiyaç duyarlar. Bu nedenle liderin **zorlamadan, küçük cesaretlendirmelerle ve gözlem yoluyla katılımı desteklemesi** en uygun yaklaşımdır. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan kaygılı danışan, fizyolojik kaygı belirtileri ve panik halinde konuşma ile öne çıkar; burada daha çok pasiflik vardır.

C seçeneğinde belirtilen dışa vuran danışan, duygularını davranışlarıyla ortaya koyar; burada içe çekilme söz konusudur.

D seçeneğinde yer alan çökkün danışan, umutsuzluk ve düşük enerji ile karakterizedir; soruda depresif belirtiler vurgulanmamıştır.

E seçeneğinde belirtilen şamar oğlanı rolü, **incinme üzerinden ilişki kuran ve çoğu zaman hedef olan** üyeyi ifade eder; verilen durumla örtüşmez.

Cevap: B

14. Ali'nin **zorla yönlendirilmiş olması, otoriteye yönelik eleştirel ve alaycı tutum sergilemesi** ve **diğer üyelerle mesafeli, sert iletişim kurması**, doğrudan **düşmanca duyguları olan danışan tipine** işaret etmektedir. Bu tür danışanlar özellikle zorla yönlendirildiklerinde incinmişlik, anlaşılma-mışlık ve öfke yaşayabilirler. Bu nedenle liderin temel görevi, bu davranışların altında yatan duyguları fark ettirmek ve bu duygular üzerinde çalışmaktır. Doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan kaygılı danışan, yoğun kaygı ve fizyolojik belirtilerle karakterizedir.

B seçeneğinde belirtilen sessiz danışan, geri planda kalan ve katılım göstermekte zorlanan üyedir.

D seçeneğinde yer alan tekelci danışan, konuşmayı domine eden üyedir; burada ise düşmanca tutum ön plandadır.

E seçeneğinde belirtilen çökkün danışan, daha çok umutsuzluk ve düşük enerji ile karakterizedir.

Cevap: C

15. Elif'in **göz teması kurmaktan kaçınması, çok kısa yanıtlar vermesi, pasif biçimde dinleyici kalması ve grup içinde fark edilmemeye başlaması**, sessiz ve içe kapanık danışan özelliklerini göstermektedir. Bu tür danışanlarda temel amaç, baskı oluşturmadan güven duygusunu artırmak ve kişinin kendi hızında sürece katılımını desteklemektir. Bu nedenle liderin en uygun yaklaşımı, Elif'i **sessizliğinin anlamını keşfetmeye davet ederek farkındalık kazandırmaktır**. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan zorlayıcı yaklaşım, danışanda kaygıyı artırabilir ve dirence yol açabilir.

B seçeneğinde belirtilen rekabet ortamı, güvenli grup iklimini zedeler ve içe kapanmayı artırabilir.

C seçeneğinde diğer üyeleri konuşturmak, Elif'in sürece katılımını desteklemez.

D seçeneğinde sessizliği tamamen görmezden gelmek, danışanın ihtiyaçlarını ihmal etmek anlamına gelir.

Cevap: E

1. Eray'ın **sürekli söz alması, diğerlerinin sözünü kesmesi ve konuyu kendine çekmesi**, tekkelci (dominant) danışan özelliklerini göstermektedir. Bu tür durumlarda liderin temel amacı, hem grup dengesini korumak hem de danışanın farkındalığını artırmaktır. En işlevsel yaklaşım, doğrudan baskı kurmadan, grup sürecini kullanarak danışanın davranışını fark etmesini sağlamaktır. Bu nedenle liderin **grup geri bildirimini kullanarak Eray'ın farkındalığını artırması** en uygun yaklaşımdır. Doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan doğrudan uyarma, danışanda savunma ve direnç oluşturabilir.

B seçeneğinde görmezden gelmek, problem davranışın sürmesine neden olur.

D seçeneğinde yeni kural koymak, davranışın altında yatan farkındalık eksikliğini çözmez.

E seçeneğinde onay vermek, tekkelci davranışı pekiştirir.

Cevap: C

2. Tolga'nın **lideri sürekli eleştirmesi, küçümseyici ifadeler kullanması ve grupta rahatsızlık yaratması**, düşmanca duyguların dışavurumu olarak değerlendirilebilir. Bu tür durumlarda liderin temel görevi, davranışı bastırmak ya da cezalandırmak değil; bu tutumun altında yatan **incinmişlik, öfke ya da savunma ihtiyacını anlamaya çalışmak** ve bunu grup sürecinde ele almaktır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde yer alan cezalandırma, savunmayı artırır ve terapötik ilişkiyi zedeler.

C seçeneğinde konuyu değiştirmek, sorunun üstünü örter ve çalışılmasını engeller.

D seçeneğinde hemen bireysel danışmaya yönlendirmek, grup içi öğrenme fırsatını ortadan kaldırır.

E seçeneğinde grup tepkilerini sınırlamak, doğal geri bildirim sürecini engeller.

Cevap: A

3. Ayhan'ın **"hiçbir şey değişmez"** şeklindeki ifadeleri, belirgin bir **umutsuzluk ve çökkünlük (depresif eğilim)** göstermektedir. Bu tutumun grup üyelerini de olumsuz etkilemesi, terapötik sürecin zayıflamasına yol açmaktadır. Bu nedenle liderin öncelikli hedefi, Ayhan'ın gerçeklikten kopmadan **yeniden umut duygusu geliştirmesine yardımcı olmak**, yani **gerçekçi umut kazandırmaktır**. Bu yaklaşım hem bireyin iyileşmesini destekler hem de grup sürecini yeniden canlandırır. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen doğrudan düşüncüyü değiştirmeye odaklanmak, duyguyu göz ardı ederek direnç oluşturabilir.

C seçeneğinde ifade edilen grup tepkilerini engellemek, doğal etkileşimi ve terapötik geri bildirimini sınırlar.

D seçeneğinde belirtilen oturumları kısaltmak, sorunu çözmez ve süreci yüzeyselleştirir.

E seçeneğinde yer verilen duyguları görmezden gelmek, terapötik ilişkiyi zedeler.

Cevap: B

4. Ayşe'nin **başını öne eğerek oturması, paylaşım yapmaktan kaçınması, kısa yanıtlar vermesi** ve liderin de vurguladığı gibi **reddedilme korkusu ve düşük benlik algısı** yaşaması, doğrudan **sessiz/içe kapanık danışan tipine** işaret etmektedir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**. Sessiz/içe kapanık danışanlar **üç alt grupta ele alınır: Birinci grup**, sessiz kalarak diğer üyeleri dinleyen, empati kuran ve bu yolla öğrenerek süreçten yarar sağlayanlardır. İkinci grup, **ağır hareket edenlerdir**; duygu ve düşüncelerini toparlayana kadar söz hakkını kaçırmazlar, konuşmak isterler ama araya giremezler. Üçüncü grup ise **gerçek anlamda içe kapanık olanlardır**; düşük benlik saygısı, kendine güvensizlik ve reddedilme korkusu nedeniyle kendilerini ifade etmekte zorlanırlar. Soruda verilen Ayşe, özellikle bu üçüncü gruba örnek olabilir.

Şamar oğlanı: Küçük düşürülmekten ve incinmekten haz alarak bu yolla ilişki kuran üyedir.

Sessiz/içe kapanık üye: Pasif kalan, kendini ifade etmekte zorlanan ve çoğu zaman güven eksikliği yaşayan üyedir.

Öğüt veren üye: Kendi sorunlarından kaçınmak için başkalarına sürekli öneriler sunan üyedir.

Düşmanca duygulara sahip üye: Öfke, incinmişlik ve eleştirel tutumlarla grupta gerginlik yaratan üyedir.

Taşkın üye: Duygu ve düşüncelerini davranışlarıyla dışa vuran, kuralları ihlal edebilen üyedir.

Cevap: B

5. Kaan'ın sürekli söz alması, diğer üyelerin sözünü kesmesi ve kendi görüşlerini üstün görmesi, grupta üstünlük sağlama davranış örüntüsünü göstermektedir. Bu durumda liderin yapması gereken, grup dengesini korumak ve Kaan'ın bu davranışının diğer üyeler üzerindeki etkisini fark etmesini sağlamaktır. Buna göre:

A seçeneğinde yer alan Kaan'ın davranışlarının grup üzerindeki etkisini fark etmesini sağlamak, liderin yapması gereken uygun bir yaklaşımdır.

B seçeneğinde belirtilen grup geri bildirimini kullanmak, üyelerin yaşantılarını ifade etmelerini sağladığı için uygun bir müdahaledir.

C seçeneğinde yer alan diğer üyelerin konuşma hakkına saygı göstermesi gerektiğini hatırlatmak, sınır koyma açısından uygun bir yaklaşımdır.

D seçeneğinde belirtilen davranışı tamamen görmezden gelmek, problem davranışın sürmesine ve diğer üyelerin geri çekilmesine yol açacağı için uygun olmayan bir yaklaşımdır.

E seçeneğinde yer alan uygun biçimde yüzleştirme yapmak, danışanın farkındalık kazanmasını sağlayacağı için uygun bir müdahaledir.

Cevap: D

6. Selin'in sürekli liderden yönlendirme beklemesi, "Siz olsanız ne yapardınız?" gibi ifadeler kullanması ve kendi başına karar veremediğini belirtmesi, başkalarına aşırı ihtiyaç duyma ve onay arama örüntüsünü göstermektedir. Bu durum doğrudan bağımlılık eğilimine işaret eder. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**. Doğru cevap **D seçeneğindeki bağımlı danışan tipidir**.

Tekelci üye: Sürekli konuşarak grubu domine eden, diğer üyelerin söz hakkını kısıtlayan üyedir.

Öğüt veren üye: Kendi sorunlarından kaçınmak için başkalarına sürekli öneriler sunan ve dikkati kendinden uzaklaştıran üyedir.

Düşmanca üye: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karışıklık geliştiren üyedir.

Çökkün üye: Umutsuzluk, isteksizlik ve düşük enerji ile karakterize olan, genellikle pasif ve içe çekilmiş üyedir.

Cevap: D

7. Baran'ın her konunun merkezinde yer alması, diğer üyelerin sözünü kesmesi ve konuyu sürekli kendine çekmesi, grup içinde baskınlık kurma ve konuşmayı kontrol etme eğilimini göstermektedir. Bu davranış örüntüsü doğrudan tek elci (dominant) danışan tipine işaret eder. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

Sessiz üye: Geri planda kalan, konuşmaktan kaçınan ve katılım göstermekte zorlanan üyedir.

Günah keçisi: İncinme üzerinden ilişki kuran ve çoğu zaman grubun olumsuz duygularının yüklenildiği hedef üyedir.

Düşmanca üye: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karışıklık geliştiren üyedir.

Kaygılı üye: Yoğun kaygı yaşayan, fizyolojik belirtiler gösterebilen ve kendini ifade etmekte zorlanan üyedir.

Cevap: E

8. İpek'in sürekli diğer üyelerin eleştirilerine hedef olması, "hep yanlış yapıyorsun" gibi ifadelerle yüklenilmesi ve bu durum karşısında sessiz kalması, grubun olumsuz duygularının tek bir üyeye yönlendirilmesi durumunu göstermektedir. Bu, grup içinde yansıtma süreçleriyle ilişkili olarak ortaya çıkan **günah keçisi rolüne** işaret eder. **Günah keçisi üye:** Küçük düşürülmekten ve incinmekten haz alarak ya da başka türlü ilişki kurmadığı için bu rolü sürdüren; diğer üyelerle sağlıklı ilişki kurmadığı için bu yolla ilişki kurmaya çalışan ve grubun olumsuz duygularının yüklendiği üyedir. Bu durumda hem bu üyenin hem de diğer üyelerin daha sağlıklı ilişki kurma yollarını öğrenmesi gerekir. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

Sessiz üye: Pasif kalan, konuşmaktan kaçınan ve geri planda duran üyedir.

Düşmanca üye: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karşıtlık geliştiren üyedir.

Tekelci üye: Sürekli konuşarak grubu domine eden ve diğer üyelerin katılımını engelleyen üyedir.

Bağımlı üye: Karar verme konusunda başkalarına aşırı ihtiyaç duyan ve sürekli yönlendirme bekleyen üyedir.

Cevap: A

9. Zühal'in "Ben olsam...", "Senin yerinde olsam..." gibi ifadelerle sürekli diğer üyelere öneriler sunması, kendi yaşantısını ele almak yerine başkalarına yön vermeye odaklanması, doğrudan **öğüt veren danışan tipine** işaret etmektedir. Öğüt veren danışanlar, çoğu zaman kendi sorunlarından kaçınmak, dikkati kendilerinden uzaklaştırmak ya da doyurulmamış ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla başkalarına öneriler sunarlar. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Tekelci üye: Sürekli konuşarak grubu domine eden ve diğer üyelerin söz hakkını kısıtlayan üyedir.

Sessiz üye: Pasif kalan, konuşmaktan kaçınan ve geri planda duran üyedir.

Bağımlı üye: Karar verme konusunda başkalarına ihtiyaç duyan ve yönlendirme bekleyen üyedir.

Kaygılı üye: Yoğun kaygı yaşayan, panik ve fizyolojik belirtiler gösterebilen üyedir.

Cevap: B

10. Okan'ın **yüksek sesle konuşması, sandalyeye vurması, diğer üyelerin sözünü kesmesi ve duygulandığında fiziksel tepkiler göstermesi**, duygu ve düşüncelerini sözel olarak değil davranışlarıyla ortaya koyduğunu göstermektedir. Bu durum, istek, duygu ve düşüncelerin davranış yoluyla ifade edilmesi olarak tanımlanan **taşkın/dışa vuran danışan tipine** işaret eder. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Düşmanca üye: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karşıtlık geliştiren üyedir.

Sessiz üye: Pasif kalan, konuşmaktan kaçınan ve geri planda duran üyedir.

Günah keçisi üye: Küçük düşürülmekten ve incinmekten haz alarak ya da başka türlü ilişki kurmadığı için bu rolü sürdüren ve grubun olumsuz duygularının yüklendiği üyedir.

Öğüt veren üye: Kendi sorunlarından kaçınmak için başkalarına sürekli öneriler sunan üyedir.

Cevap: E

11. Beren'in **derin düşüncelere dalması, paylaşımlara ilgisiz görünmesi, gözlerinin dolması ve "konuşulunca daha da ağırlaşıyor" diyerek kaçınması**, kayıp ve duygusal yüklerle baş etmeye çalışan bir bireyin özelliklerini göstermektedir. **Yas yaşayan danışanlarda** pişmanlık, yalnızlık, duygusal yoğunluk ve konuşmaktan kaçınma görülebilir; çünkü bazı duygular ifade edildikçe daha ağır hissedilebilir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

Sessiz/içe kapanık danışan: Kendine güvensizlik ve düşük benlik algısı nedeniyle konuşmaktan kaçınır; burada ise belirgin bir duygusal yük ve yas teması vardır.

Düşmanca duyguları olan danışan: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karışıklık geliştiren üyedir.

Öğrenme güçlüğü olan danışan: Nörolojik temelli öğrenme sorunları yaşar; verilen durumla ilişkili değildir.

Sosyal ilişkiye giren danışan: Grup ilişkilerini dışarıya taşımaya çalışan üyedir; soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: D

12. Cen'ın alaycı tutum sergilemesi, liderin yönlendirmelerini küçümsemesi, diğer üyelerin paylaşımlarını değersizleştirilmesi ve grup içinde gerginlik oluşturmaya, öfke ve karışıklık içeren bir tutum örüntüsünü göstermektedir. Bu tür davranışlar, genellikle incinmişlik, reddedilme ya da kişiler arası yetersizlikler sonucu ortaya çıkan **düşmanca duygulara sahip danışan tipine** işaret eder. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

Bağımlı danışan: Karar verme konusunda başkalarına ihtiyaç duyan ve yönlendirme bekleyen üyedir.

Taşkınlık gösteren danışan: Duygu ve düşüncelerini davranışlarıyla (örneğin kuralları ihlal ederek) ifade eden üyedir.

Yaramaz öğrenci: Genellikle zorla yönlendirilmiş, gönülsüz ve otoriteye karşı tepki geliştiren üyedir; ancak burada belirgin olan alaycı ve küçümseyici düşmanca tutumdur.

Sosyal ilişkiye giren danışan: Grup ilişkilerini grup dışına taşımaya çalışan üyedir.

Cevap: C

13. Atınç'ın yönergeleri karıştırmaya, konudan uzaklaşmaya, söylenenleri yanlış anlamaya ve dikkatini sürdürmemesi, bilişsel süreçlerde (anlama, dikkat, işleme) güçlük yaşadığını göstermektedir. Bu özellikler, zekâdan bağımsız olarak görülen nörolojik temelli zorlanmaları ifade eden **öğrenme güçlüğü olan danışan tipine** işaret eder. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Sessiz/içe kapanık danışan: Daha çok konuşmaktan kaçınma ve pasiflik ile karakterizedir.

Yaramaz öğrenci: Genellikle zorla yönlendirilmiş, gönülsüz ve otoriteye tepki gösteren üyedir.

Bağımlı danışan: Karar verme konusunda başkalarına ihtiyaç duyan ve yönlendirme bekleyen üyedir.

Düşmanca duyguları olan danışan: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karışıklık geliştiren üyedir.

Cevap: A

14. Züleyha'nın geride oturmayı tercih etmesi, konuşmaktan kaçınması, kısa yanıtlar vermesi ve "ben dinlemeyi seviyorum" diyerek pasif kalması, grup sürecine aktif katılım göstermeyen ve geri planda kalan bir örüntüyü göstermektedir. Bu durum doğrudan **sessiz/içe kapanık danışan tipine** işaret eder. Sessiz danışanlar, çoğu zaman konuşmaktan kaçınır, dinleyici rolünde kalır ve katılım için cesaretlendirmeye ihtiyaç duyarlar. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Sosyal ilişkiye giren danışan: Grup ilişkilerini grup dışına taşımaya çalışan üyedir.

Bağımlı danışan: Karar verme konusunda başkalarına ihtiyaç duyan ve yönlendirme bekleyen üyedir.

Düşmanca duyguları olan danışan: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karışıklık geliştiren üyedir.

Yaramaz öğrenci: Genellikle zorla yönlendirilmiş, gönülsüz ve otoriteye tepki gösteren üyedir.

Cevap: B

15. Samet'in "Bunu söylemem doğru olur mu?", "Sizce ne yapmalıyım?" gibi ifadelerle sürekli onay araması ve **tek başına karar almakta zorlanarak liderin yönlendirmesine ihtiyaç duyması**, başkalarına aşırı bağımlılık ve güvensizlik örüntüsünü göstermektedir. Bu durum doğrudan **bağımlı danışan tipine** işaret eder. Bağımlı danışanlar, kendilerini yetersiz hisseder, karar verme ve uygulama süreçlerinde başkalarına dayanma eğilimi gösterirler. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

Düşmanca duyguları olan danışan: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karşıtlık geliştiren üyedir.

Sessiz/içe kapanık danışan: Pasif kalan, konuşmaktan kaçınan ve geri planda duran üyedir.

Sosyal ilişkiye giren danışan: Grup ilişkilerini grup dışına taşımaya çalışan üyedir.

Öğrenme güçlüğü olan danışan: Dikkat, anlama ve işleme süreçlerinde nörolojik temelli güçlük yaşayan üyedir.

Cevap: C

1. Süheyla'nın **fiziksel temastan kaçınması, ani duygusal tepkiler vermesi, duygularını ifade ederken titremesi** ve özellikle **güven konusuna vurgu yapması**, travma temelli yaşantılara özgü bir örüntüyü göstermektedir. Özellikle fiziksel yakınlığa karşı hassasiyet ve güven teması, cinsel istismar/ensest yaşantısı olan bireylerde sık görülür. Doğru cevap **E seçeneğindeki ensest/cinsel istismar mağduru danışan tipidir**.

Yas sürecindeki danışan: Kayıp sonrası yoğun üzüntü, yalnızlık ve içe çekilme yaşar; fiziksel temas hassasiyeti belirgin değildir.

Sessiz/içe kapanık danışan: Daha çok kendine güvensizlik ve çekingenlik nedeniyle pasif kalır.

Düşmanca duyguları olan danışan: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karşıtlık geliştiren üyedir.

Sosyal ilişkiye giren danışan: Grup ilişkilerini grup dışına taşımaya çalışan üyedir.

Cevap: E

2. Besen'in **yüksek sesle konuşması, konulara hâkimiyet kurmaya çalışması, diğer üyelerin sözünü kesmesi** ve **baskın tavırlarıyla grubu yönlendirmesi**, doğrudan grup içinde kontrol ve üstünlük kurma eğilimini göstermektedir. Seçenekler içinde bu duruma en yakın örüntü, davranışlarını kontrol etmekte zorlanan ve süreci davranışlarıyla domine eden **taşkınlık yapan danışan tipidir**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

Düşmanca duyguları olan danışan: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karşıtlık geliştiren üyedir.

Sosyal ilişkiye giren danışan: Grup ilişkilerini grup dışına taşımaya çalışan üyedir.

Bağımlı danışan: Karar verme konusunda başkalarına ihtiyaç duyan ve yönlendirme bekleyen üyedir.

Yaramaz öğrenci: Genellikle zorla yönlendirilmiş, gönülsüz ve otoriteye karşı tepki geliştiren üyedir.

Cevap: C

3. Cihan'ın okul idaresi tarafından yönlendirilmiş olması, **"boşuna çağırdım"** diyerek **sürece tepki göstermesi, alaycı ve isteksiz davranması**, bu öğrencilerin çoğu zaman çevreleri tarafından **"yaramaz"** olarak **etiketlenmeleriyle** yakından ilişkilidir. Bu etiketleme sonucunda öğrenci kendini **haksızlığa uğramış, anlaşılmamış ve suçlanmış** hisseder; bu duygular da grup sürecinde **direnç, karşıtlık ve isteksizlik** şeklinde ortaya çıkar. Bu nedenle bu tür üyeler başlangıçta gruptan yararlanamazlar. Bu durum doğrudan **yaramaz öğrenci tipi danışana** işaret eder. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Düşmanca duyguları olan danışan: Genellikle incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler nedeniyle öfke ve karşıtlık geliştiren üyedir.

Taşkınlık yapan danışan: Duygu ve düşüncelerini davranışlarıyla (kuralları ihlal etme, konuyu dağıtma vb.) ifade eden üyedir.

Sosyal ilişkiye giren danışan: Grup ilişkilerini grup dışına taşımaya çalışan üyedir.

Sessiz/içe kapanık danışan: Pasif kalan, konuşmaktan kaçınan ve geri planda duran üyedir.

Cevap: B

4. Soruda Can'ın, Selin'in yaşantısını küçümseyerek kendini üstün konuma yerleştirdiği ve bu durumun **grup içinde kişiler arası etkileşimi bozduğu** vurgulanmaktadır. İletişim ve etkileşim odaklı grupla psikolojik danışmada liderin öncelikli görevi, **işlevsiz etkileşimi görünür kılmak ve üyelerin duygularını güvenli bir ortamda ifade etmelerini sağlamaktır**. Bu nedenle diğer üyelerin Can'ın sözlerinden nasıl etkilendiklerini **yargılanmadan paylaşabilecekleri bir ortam oluşturmak**, hem farkındalık hem de kişiler arası öğrenme açısından en uygun ilk müdahaledir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen gruptan çıkarmak, terapötik süreci sonlandırır ve öğrenme fırsatını ortadan kaldırır.

B seçeneğinde ifade edilen bireysel ödev verme, sorunun grup içi etkileşim boyutunu ele almadığı için öncelikli değildir.

D seçeneğinde yer alan görmezden gelme, işlevsiz davranışın sürmesine ve pekişmesine yol açar.

E seçeneğinde belirtilen üyeleri Can'a karşı ko-numlandırma, grup içinde kutuplaşma ve çatışma-yı artırır.

Cevap: C

5. Soruda liderin, üyelerin küçümseyici ve yargılayıcı ifadelerinin **grup içi etkileşim üzerindeki etkisi-ni görünür kılmaya çalıştığı** ve özellikle **yargı-lamadan geri bildirim verilmesini teşvik ettiği** belirtilmektedir. Bu tür müdahaleler, üyelerin hem kendi davranışlarını hem de başkaları üzerindeki etkilerini fark etmelerini sağlar. Dolayısıyla süreç, doğrudan **kişiler arası öğrenme ve öz farkında-lığı artırmaya** yöneliktir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen katarsis, duyguların boşaltılmasıyla ilgilidir; burada odak duygusal boşalı-m değil, etkileşimin fark edilmesidir.

B seçeneğinde ifade edilen altruizm, üyelerin bir-birine yardım etmesiyle ilgilidir; ancak senaryoda yardım davranışından çok geri bildirim süreci vur-gulanmaktadır.

C seçeneğinde yer alan umudu artırma, gelece-ğe yönelik olumlu beklentilerle ilişkilidir; soruda bu yönde bir vurgu bulunmamaktadır.

E seçeneğinde belirtilen koşulsuz kabul, liderin kabul edici tutumunu ifade eder; ancak burada lider aktif olarak etkileşimi yapılandırmakta ve far-kindalık geliştirmektedir.

Cevap: D

6. Soruda iki liderin süreci **eşzamanlı, uyumlu ve esnek biçimde yürüttüğü**, üyelerin ise bu du-rum sayesinde **farklı bakış açılarıyla karşıla-şıp gelişmelerinin desteklendiğini** gözlemlediği belirtilmektedir. Yardımcı liderlik uygulamalarının temel katkısı, **liderler arası deneyim paylaşımı ve çoklu perspektiflerin grup sürecine yansmasıdır**. Bu durum üyelerin daha zengin, çok boyutlu geri bildirim almasını sağlar ve kişiler arası öğrenmeyi derinleştirir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde belirtilen yalnızca bireysel katkıyı artırma, yardımcı liderliğin temel işlevini açıkla-maz ve grup dinamiğini indirger.

C seçeneğinde ifade edilen sürecin hızlanması, yardımcı liderliğin temel bilimsel gerekçesi de-ğil-dir; amaç derinliktir, hız değil.

D seçeneğinde yer alan otoritenin tek merkezde toplanması, yardımcı liderliğe ters düşer; bu mo-delde liderlik paylaşılr.

E seçeneğinde belirtilen yalnızca olumlu geri bil-dirim, gerçekçi değildir ve terapötik süreci sınırlar.

Cevap: A

7. Soruda liderin, üyelerin küçümseyici tutumlarının **grup içi güveni ve etkileşimi zedelediğini fark ettiği** ve bu nedenle **yargılamadan geri bildi-rim ortamı oluşturduğu** belirtilmektedir. Bu du-rumda liderin müdahalesini güçlendirmek için en uygun yaklaşım, **grup normlarını yeniden görü-nür kılmak ve işlevsel hale getirmektir**. Çünkü normların hatırlatılması, üyelerin davranışlarının farkına varmasını sağlar ve güvenli grup iklimini koruyarak çatışmaların yapıcı biçimde ele alınma-sına zemin hazırlar. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen yalnızca olumlu yaşantı-lara odaklanmak, gerçek etkileşimi sınırlar ve ça-tışmaları yüzeyde bastırır.

C seçeneğinde yer alan sorunları görmezden gelme, işlevsiz davranışların sürmesine neden olur.

D seçeneğinde belirtilen rekabetçi görevler ver-me, mevcut çatışmayı artırma riski taşır.

E seçeneğinde ifade edilen otoritenin merkezi-leştirilmesi, grup sürecini zayıflatır ve üyelerin ak-tif katılımını engeller.

Cevap: B

8. Soruda Elif'in diğer üyelerin sözünü keserek uzun uzun konuştuğu ve bunun bazı üyelerde rahatsızlık ve çekingenliğe yol açtığı belirtilmektedir. Grup liderinin bu durumda kullanması gereken dil, **yargılayıcı olmayan, ben dili içeren ve farkındalık kazandırmaya yönelik** olmalıdır. Ancak D seçeneğinde yer alan ifade, **suçlayıcı, genelleyci ve yıkıcı bir dil içerdiği** için hem terapötik ilişkiye zarar verir hem de üyede savunma ve direnç oluşturur. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan ifade, davranışı yargılamadan ele alır; **farkındalık kazandırmaya yöneliktir ve uygun bir ifadedir**.

B seçeneğinde belirtilen yaklaşım, üyeyi sürece dahil eder; **farkındalık kazandırmaya yöneliktir ve uygun bir ifadedir**.

C seçeneğinde ifade edilen geri bildirim, davranışın etkisini sorgular; **farkındalık kazandırmaya yöneliktir ve uygun bir ifadedir**.

E seçeneğinde yer alan ifade, dengeleyici ve kabul edici bir dil içerir; **farkındalık kazandırmaya yöneliktir ve uygun bir ifadedir**.

Cevap: D

9. Soruda Ayşe'nin **duygusal bir yaşantıyı paylaşırken ağladığı** ve liderin hem **güvenli ortamı korumak** hem de **grup sürecinin devamlılığını sağlamak istediği** belirtilmektedir. Bu tür durumlarda liderin temel yaklaşımı, **duyguların ifade edilmesine alan açmak, kabul edici ve destekleyici bir tutum sergilemektir**. Ancak E seçeneğinde yer alan ifade, **yargılayıcı ve dışlayıcı bir müdahale içerdiği** için hem danışanın güven duygusunu zedeler hem de grup sürecine zarar verir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde yer alan destek sunma davranışı, **farkındalık kazandırmaya yöneliktir ve uygundur**.

B seçeneğinde belirtilen nazikçe paylaşım daveti, **farkındalık kazandırmaya yöneliktir ve uygundur**.

C seçeneğinde ifade edilen duygu yansıtma, **farkındalık kazandırmaya yöneliktir ve uygundur**.

D seçeneğinde yer alan seçenek sunma, danışanın kontrol duygusunu destekler; **farkındalık kazandırmaya yöneliktir ve uygundur**.

Cevap: E

10. Soruda bir liderin **üye ile aktif çalıştığı**, diğer liderin ise **tüm grubu gözlemleyerek katılımı, etkileşimi ve söz hakkını takip ettiği** belirtilmektedir. Bu durum, liderlerin süreç içinde **farklı roller üstlenerek birbirini tamamladığı ve gerektiğinde rol değişimi yaptığı** bir yapıyı ifade eder. Bu özellikler, **değişimli liderlik modelinin temel özelliğidir**. Değişimli liderlikte liderler **oturma öncesinde süreci birlikte planlar, belirli bir süre biri süreci yönlendirirken diğeri destekler ve daha sonra rollerini değiştirir**. Bu yapı, grup sürecinin daha etkin izlenmesini ve müdahalelerin dengeli yürütülmesini sağlar. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde belirtilen her müdahaleye iki liderin birlikte katılması, paylaşımlı liderliğe aittir ve senaryodaki rol ayırımına uymaz.

C seçeneğinde ifade edilen çıraklık modeli, bir liderin deneyimli olup tüm sorumluluğu üstlendiği, diğer liderin ise süreci gözlemlediği yapıdır; senaryoyla örtüşmez.

D seçeneğinde yer alan tek liderlik, verilen durumla çelişir.

E seçeneğinde belirtilen her oturumda tamamen rol değiştirme, değişimli liderliği yanlış ve abartılı yorumlamaktadır.

Cevap: A

11. Soruda bir liderin **deneyimli olduğu ve tüm müdahalelerin sorumluluğunu üstlendiği**, diğer liderin ise **deneyimsiz olup süreci gözlemlediği** açıkça belirtilmektedir. Bu yapı, yardımcı liderlikte **deneyimli liderin süreci yönettiği ve sorumluluğu aldığı, yardımcı liderin ise gözlem yaparak süreci öğrendiği** durumu ifade eder. Bu özellikler, **çıraklık modelinin temel özelliğidir**. Bu modelde yardımcı lider, süreci izleyerek deneyim kazanır ve zamanla daha aktif rol almaya hazırlanır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen sırayla aktif rol alma, değişimli liderliğe aittir ve senaryoyla örtüşmez.

B seçeneğinde ifade edilen her müdahaleye iki liderin birlikte katılması, paylaşımlı liderliktir ve soruda böyle bir durum söz konusu değildir.

D seçeneğinde yer alan tek liderlik, iki liderin var olduğu bu durumu açıklamaz.

E seçeneğinde belirtilen oturum boyunca rol değişimi, değişimli liderliği ifade eder ve senaryoda böyle bir durum yoktur.

Cevap: C

12. Soruda liderlerin **belirli bir süre biri süreci yönlendirirken diğerinin destekleyici rol üstlendiği**, ardından **planlı şekilde rollerini değiştirdiği** ve bu sayede üyelerin **farklı müdahale tarzları ve bakış açılarından yararlandığı** açıkça belirtilmektedir. Ayrıca liderlerin **oturum öncesinde süreci birlikte planladığı ve rol paylaşımını belirlediği** vurgulanmaktadır. Bu yapı, yardımcı liderlikte **liderlerin sırayla aktif ve destekleyici roller üstlenmesi ve süreç içinde bu rolleri değiştirmesi** ile tanımlanan **değişimli liderlik modelinin temel özelliğidir**. Bu yaklaşım, grup sürecine **çok yönlü geri bildirim, farklı perspektifler ve dengeli müdahale imkânı** kazandırır. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen her müdahaleye iki liderin birlikte katılması, paylaşımlı liderliğe aittir ve senaryodaki sırayla rol alma yapısına uymaz.

B seçeneğinde ifade edilen çıraklık modeli, bir liderin deneyimsiz olup süreci gözlemlediği yapıdır; burada her iki lider de aktif rol üstlenmektedir.

C seçeneğinde yer alan tek liderlik, verilen durumla çelişir.

D seçeneğinde belirtilen her oturumda tamamen rol değiştirme, değişimli liderliği yanlış ve abartılı biçimde ifade etmektedir.

Cevap: E

13. Soruda Grup 1'de liderlerin belirli sürelerle süreci yönlendirdiği ve destekleyici rol üstlenerek ardından rollerini değiştirdiği belirtilmektedir. Bu durum, liderlerin sırayla aktif ve destekleyici roller üstlendiği yapıyı ifade eder. **Bu özellikler, değişimli liderlik modelinin temel özelliğidir**. Grup 2'de ise liderlerin her müdahaleye birlikte katılmayı, uygun olanın aktif rol almasını ve diğerinin eş-zamanlı olarak grubu gözlemlemesini planladığı görülmektedir. Bu yapı, liderliğin iki lider arasında paylaşıldığı ve her iki liderin sürece aktif biçimde katıldığı durumu ifade eder. **Bu özellikler, paylaşımlı liderlik modeline karşılık gelir. Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir**.

B seçeneğinde modellerin sırası ters verilmiştir.

C seçeneğinde Grup 1 çıraklık olarak verilmiştir; burada deneyim farkına dayalı pasif bir lider yoktur.

D seçeneğinde Grup 2 çıraklık olarak verilmiştir; iki lider de aktiftir.

E seçeneğinde Grup 2 çıraklık olarak verilmiştir; senaryoya örtüşmez.

Cevap: A

14. Soruda iki liderin **eş zamanlı farklı roller üstlendiği, birinin üyeye çalışırken diğerinin grubu gözlemlediği**, ayrıca **oturum sonrası birlikte değerlendirme ve planlama yaptığı** belirtilmektedir. Bu durum, yardımcı liderliğin en önemli avantajlarından biri olan **grubun çok boyutlu izlenmesi ve müdahalelerin zenginleşmesi** ile açıklanır. Farklı bakış açıları sayesinde hem süreç daha kapsamlı değerlendirilir hem de üyeler daha çeşitli geri bildirimler alır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen hız, yardımcı liderliğin temel amacı değildir; odak derinliktir.

B seçeneğinde ifade edilen otorite farklılığı, yardımcı liderliğin iş birliğine dayalı yapısına aykırıdır.

C seçeneğinde yer alan bireysel çalışmaya yönelme, grup sürecinin doğasına uygun değildir.

E seçeneğinde belirtilen bağımlılık oluşturma, terapötik hedeflerle çelişir.

Cevap: D

15. Soruda bazı üyelerin **sessiz kaldığı, kendini ifade etmekte zorlandığı** ve liderin bu durumu fark ederek **üyelerin birbirini tanınmasını ve duygu paylaşımını artıracak etkinlikler planladığı** belirtilmektedir. Bu etkinlikler sonucunda üyelerin **kendilerini daha rahat ifade etmeye başladığı ve hem kendi davranışlarının hem de diğerlerinin yaşantılarının farkına vardığı** vurgulanmaktadır. Bu durum, alıştırımların **üyelerin farkındalık kazanmasını, özellikle direnç ve içsel engellerin aşılmasını kolaylaştırma işlevine** karşılık gelir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen grup kurallarını belirleme, sürecin başlangıç aşamasına yöneliktir.

C seçeneğinde ifade edilen hiyerarşi ve otorite kurma, grupla psikolojik danışmanın temel ilkelelerine uygun değildir.

D seçeneğinde yer alan davranışsal hedefleri ölçme, değerlendirme süreciyle ilgilidir.

E seçeneğinde belirtilen yapılandırma ve ön görüşme, oturum öncesi aşamaya aittir.

Cevap: B

1. Soruda grup üyelerinin **grubun son haftasında yoğun bağlılık geliştirdiği**, ancak **bitiş nedeniy-le hüznü ve kaygı yaşadıkları** belirtilmektedir. Liderin bu durumda üyelerin **birbirlerine yönelik olumlu duygularını paylaşmalarını sağladığı** ve süreci **rahatlatıcı bir şekilde tamamlamaya yönelik bir etkinlik yaptığı** vurgulanmaktadır. Bu tür uygulamalar, grup sürecinin **sağlıklı biçimde sonlandırılması ve üyelerin olumlu duygularla vedalaşmasını sağlama** amacına hizmet eder. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen güven oluşturma, grup sürecinin başlangıç aşamasına aittir.

B seçeneğinde ifade edilen direnci kırma, çalkantı evresinde görülen müdahalelerdendir.

C seçeneğinde yer alan iç görü kazanma, eylem evresine özgüdür.

E seçeneğinde belirtilen transferans çözümleme, daha çok terapötik derinlik gerektiren süreçlerle ilgilidir.

Cevap: D

2. Soruda ikinci oturumda üyelerin **birbirine mesafeli olduğu, paylaşımların yüzeysel kaldığı ve henüz birbirlerini tanımadıkları** belirtilmektedir. Liderin bu duruma yönelik olarak **tanışmayı kolaylaştıran, sembolik ifade (çiçek benzetmesi) içeren ve üyeler arasında yakınlık oluşturan bir etkinlik planladığı** görülmektedir. Bu tür alıştırmalar, grup sürecinde **üyelerin birbirini tanımasını, güven duygusunun gelişmesini ve paylaşım isteğinin artmasını sağlama** amacına yöneliktir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde belirtilen direnci kırma, daha çok geçiş (çalkantı) evresine özgüdür.

C seçeneğinde ifade edilen iç görü kazandırma, eylem evresinde hedeflenir.

D seçeneğinde yer alan değerlendirme, sonlandırma evresine aittir.

E seçeneğinde belirtilen transferans çözümleme, bu düzeyde bir başlangıç etkinliğiyle ilişkili değildir.

Cevap: A

3. Soruda üyelerin **ikili eşleştirildiği**, birinin **gözlerinin kapatıldığı**, diğerinin ise onu **oda içinde yönlendirdiği** ve bu süreçte **konusmadan hareket ettikleri** belirtilmektedir. Bu durumda uygulanan alıştırma **kör yürüyüşü alıştırmasıdır**. Kör yürüyüşünde üyeler ikili eşleştirilir, birinin gözü bağlanır ve diğer üye onu rehberlik ederek ortamda dolaştırır; ardından roller değiştirilir. Amacı, **güven duygusunu geliştirmek, kontrolü bırakmayı deneyimletmek ve sözsüz etkileşimi fark ettirmektir**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Boş sandalye: Bireyin ifade edemediği duygu ve düşüncelerini hayali bir kişiye yönelterek içsel çatışmalarını dışa vurmasını sağlar.

Aşağı bastırma: Üyelerin fiziksel olarak birbirine karşı baskı uygulayarak **direnci, güç ve kendini ezdirme eğilimlerini fark etmelerini** amaçlar.

Gruptan çıkma: Üyenin grup içinde **sıkışmışlık, engellenme ve özgürleşme duygularını fark etmesini** sağlayan deneyimsel bir etkinliktir.

Cümle tamamlama: Özellikle başlangıç aşamasında üyelerin **kendilerini tanımalarını, ifade etmelerini ve grup algılarını ortaya koymalarını** amaçlayan sözel bir tekniktir.

Cevap: E

4. Soruda üyelerden **geçmişte söyleyemedikleri sözleri, yarım kalmış ilişkileri ve bitmemiş duygusal yaşantıları imgelem yoluyla canlandırmaları istendiği** ve bu süreçte **yoğun duygular yaşayıp farkındalık kazandıkları** belirtilmektedir. Bu durumda uygulanan alıştırma **bitirilmemiş işlerin bitirilmesi alıştırmasıdır**. Bu alıştırmada üyelerden gözlerini kapatmaları, gevşemeleri ve geçmişte ifade edemedikleri duyguları imgesel olarak yeniden yaşamaları istenir; ardından bu yaşantılarını grup içinde paylaşırlar ve çoğu zaman iki sandalye tekniğiyle geçmişteki kişiyle yüzleşme sağlanır. Amacı, **bastırılmış duyguların dışa vurulması ve farkındalık kazanılmasıdır**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

Büyücü dükkânı: Üyelerin sahip olmak istedikleri özellikleri ve vazgeçebilecekleri yönlerini fark etmelerini sağlar; değişim isteği üzerine odaklanır.

Sosyal atom: Bireyin yaşamındaki önemli kişilerle ilişkilerini ve duygusal yakınlık düzeylerini görselleştirerek fark etmesini amaçlar.

Pilot oyunu: Genellikle iletişim, yönerge verme-alma ve iş birliği becerilerini geliştirmeye yönelik yapılandırılmış bir etkinliktir.

İsimler ve hayvanlar: Özellikle başlangıç aşamasında kullanılan, üyelerin birbirlerini tanımasını ve isimleri öğrenmesini kolaylaştıran bir tanışma etkinliğidir.

Cevap: D

5. Soruda grupta psikolojik danışmada etkinlik kullanımına ilişkin **yanlış ifade** sorulmaktadır. Etkinlikler süreçte önemli araçlar olmakla birlikte **her oturumda zorunlu olarak kullanılmaları gerekmez**; lider süreci grubun ihtiyacına göre esnek biçimde yürütür. **Etkinlikler:** Üyelerin hem kendileriyle hem de diğer üyelerle etkileşimlerini fark etmelerini sağlar; bu yönüyle içgörü kazandırmaya katkı sunar. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde etkinliklerin üyelerin kendileriyle ve diğer üyelerle etkileşimlerine dair içgörü kazandırdığı ifade edilmiştir; bu doğru bir ifadedir.

C seçeneğinde etkinliklerin grubun amacına, evresine ve üyelerin hazır oluş düzeyine uygun seçilmesi gerektiği belirtilmiştir; bu doğru bir ilkedir.

D seçeneğinde direncin yoğun olduğu durumlarda eylem ağırlıklı etkinliklerin kullanılabileceği ifade edilmiştir; bu, duyguların dolaylı ortaya çıkmasını sağladığı için doğru bir yaklaşımdır.

E seçeneğinde etkinliklerin öğrenilen yaşantıların günlük yaşama aktarılmasına yardımcı olduğu belirtilmiştir; bu da doğru bir ifadedir.

Cevap: A

6. Soruda liderin üyelerden **kendilerinde geliştirmek istedikleri özellikleri yazmalarını istediği** ve ardından bu hedeflerin **grup içinde paylaşıldığı** belirtilmektedir. Bu süreç, üyelerin **kendi gelişim alanlarını fark etmelerini sağlamak ve grup amaçlarını somutlaştırmak** için kullanılan bir alıştırma. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde geçmiş yaşantılardaki olumsuz duyguların fark edilmesi vurgulanmıştır; bu daha çok derin duygusal çalışmalarla ilgilidir ve bu etkinlikte hedeflenmemektedir.

C seçeneğinde iletişim engellerini ortadan kaldırma ifadesi yer alır; ancak burada odak iletişim değil, bireysel hedeflerin fark edilmesidir.

D seçeneğinde aktarım ilişkilerinin anlaşılması belirtilmiştir; bu daha çok terapötik süreçte ortaya çıkan ileri düzey dinamiklerle ilgilidir.

E seçeneğinde sonlandırma süreci vurgulanmıştır; oysa etkinlik daha çok başlangıç/eylem aşamasında hedef belirleme ile ilgilidir.

Cevap: B

7. Soruda üyelerin **korkularını ve umutlarını yazdığı**, ardından **ikili paylaşımlar yaptığı ve birbirlerini büyük gruba tanıttığı** belirtilmektedir. Bu süreçte üyeler hem **kendilerini açmakta** hem de **başkalarının duygularını anlayarak empatik tepkiler geliştirmektedir**. Etkinliğin sonunda da üyelerin birbirlerini daha iyi anladıkları vurgulanmaktadır. Bu durum, doğrudan **grup içinde güven ve empatik anlayışı geliştirmeye yönelik bir amaç** taşır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde üyelerin kendini ifade becerilerini ölçmek vurgulanmıştır; burada değerlendirme değil, paylaşım ve yakınlaşma hedeflenmektedir.

B seçeneğinde geçmiş çatışmaların fark edilmesi yer alır; etkinlik geçmiş analizinden çok mevcut duyguların paylaşımına yöneliktir.

D seçeneğinde grup içi rol dağılımı belirleme söz konusudur; bu etkinlikte böyle bir amaç yoktur.

E seçeneğinde sonlandırma sürecine hazırlık ifade edilmiştir; oysa etkinlik daha çok güven ve bağ kurmaya yöneliktir.

Cevap: C

8. Soruda uygulanan alıştırma **sevgi mektupları alıştırmasıdır**. Bu alıştırmada her üye, diğer grup üyeleri için **beğendiği ve takdir ettiği yönleri mektup şeklinde yazar**, ardından bu mektuplar ilgili kişilere verilir ve üyeler isterlerse bunları grupta paylaşır. Sürecin sonunda üyeler, **olumlu mesajları alma ve verme deneyimi yaşar**, bu da **aidiyet duygusunu ve özgüveni artırır**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde olumsuz özelliklere odaklanma vardır; bu alıştırma tamamen olumlu geri bildirim üzerine kuruludur.

B seçeneğinde rekabet duygusu vurgulanmıştır; oysa etkinlik iş birliği ve destekleyici atmosfer oluşturmayı amaçlar.

C seçeneğinde yalnızca sözel iletişimden söz edilmiştir; bu alıştırma yazılı ve duygusal paylaşımı içerir.

D seçeneğinde liderle bağın güçlendirilmesi ifade edilmiştir; bu etkinlik daha çok üyeler arası ilişkileri güçlendirir.

Cevap: E

9. Soruda uygulanan alıştırma **cümle tamamlama alıştırmasıdır**. Bu alıştırma özellikle başlangıç aşamasında kullanılır ve üyelerin **kendilerini tanımlarını, gruba ve diğer üyelere dair algılarını fark etmelerini ve kendilerini ifade etmelerini sağlamak** amacı taşır. Üyelere verilen yarım cümleler (örneğin "Yeni tanıştığım insanlar beni... bulurlar") sayesinde bireyler hem kendi benlik algılarını hem de gruba ilişkin beklentilerini ortaya koyar. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde geçmiş olumsuz yaşantıların incelenmesi vurgulanmıştır; bu alıştırma başlangıç düzeyinde tanıma ve ifade etmeye yöneliktir.

B seçeneğinde liderin beklentilerine uygun yanıt verme söz konusudur; bu durum alıştırmanın doğasına aykırıdır.

C seçeneğinde rol dağılımı analizi yer alır; bu etkinlikte böyle bir amaç yoktur.

E seçeneğinde bireysel hedefleri yazılı kaydetme vurgulanmıştır; burada amaç hedef belirlemekten çok algı ve ifade etmektir.

Cevap: D

10. Soruda üyelerden birinin **kollarını göğsüne kavuşturup yere uzandığı**, diğer üyelerin ise **onu birlikte kaldırdığı** ve süreç sonunda **duyguların paylaşıldığı** belirtilmektedir. Bu uygulama, verilen bilgilere göre **"göğse yükseltme" alıştırmasına** karşılık gelir. Bu alıştırmanın amacı, üyelerin **birbirlerine güvenmeyi deneyimlemeleri ve güven duygusunu somut olarak yaşamalarıdır**. Üyenin kendini diğerlerine bırakması ve grubun onu desteklemesi, doğrudan **güven ilişkisini güçlendirir**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde empati becerileri vurgulanmıştır; bu etkinlikte temel odak empati değil, güven deneyimidir.

C seçeneğinde problem çözme becerileri yer alır; etkinlik bu amaca yönelik değildir.

D seçeneğinde grup normları oluşturma ifade edilmiştir; bu daha çok başlangıç tartışmalarıyla ilgilidir.

E seçeneğinde liderlik özelliklerini değerlendirme vurgulanmıştır; etkinlik böyle bir değerlendirme içermez.

Cevap: B

11. Soruda uygulanan alıştırma **otobüs yolculuğu alıştırmasıdır**. Bu alıştırma özellikle **grubun son oturumunda** kullanılır ve üyelerin **gruptan ayrılma sürecini deneyimlemelerini**, sırayla "otobüs-ten inerek" **ayrılık duygularını fark etmelerini ve sonrasında paylaşmalarını** sağlar. Sürecin sonunda boş koltuklara bakılması ve ardından duyguların ifade edilmesi, **vedalaşma ve duygusal kapanışın sağlanmasına** hizmet eder. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde problem çözme becerileri vurgulanmıştır; bu etkinliğin amacı bu değildir.

B seçeneğinde işleri bitirme ifadesi yer alır; burada odak duygusal tamamlanmadır.

D seçeneğinde işbirliği geliştirme belirtilmiştir; etkinlik daha çok ayrılık deneyimine yöneliktir.

E seçeneğinde güven duygusu vurgulanmıştır; bu daha çok güven alıştırmalarının (ör. kör yürüyüşü) amacıdır.

Cevap: C

12. Soruda üyelerin **gözlerini kapatarak uçan balonda olduklarını hayal ettikleri**, balonun yükselmesini engelleyen **"ağırlıkları" fark ettikleri** ve ardından bu etkileri **paylaşıp tartıştıkları** belirtilmektedir. Bu tür imgesel alıştırmalar, bireyin yaşamındaki **duygusal ve düşünsel yükleri fark etmesini ve bunların kendisi üzerindeki etkisini anlamasını** amaçlar. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde güven duygusunu somut deneyimleme vurgulanmıştır; bu daha çok güven alıştırmalarına (Örneğin kör yürüyüşü) aittir.

C seçeneğinde empati geliştirme ifade edilmiştir; burada odak başkalarını anlamaktan çok kişinin kendi yüklerini fark etmesidir.

D seçeneğinde bitirilmemiş işler yer alır; bu teknik geçmişte tamamlanmamış duyguların çalışılmasına yöneliktir.

E seçeneğinde liderlik becerilerini gözlemleme belirtilmiştir; etkinlik bu amaca hizmet etmez.

Cevap: B

13. Soruda üyelerin **gözlerini kapatarak bir dağ yolculuğunu hayal ettikleri**, bu süreçte **bilge birine soracakları soruları düşündükleri** ve ardından bu sorular üzerinden **paylaşım yaparak değişim hedeflerini tartıştıkları** belirtilmektedir. Bu tür imgesel alıştırmalar, bireyin **kendi yaşamına dair önemli konuları fark etmesini, üzerinde çalışmak istediği değişimleri belirlemesini ve hedeflerini somutlaştırmasını** amaçlar. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde güven duygusunu somut deneyimleme vurgulanmıştır; bu daha çok güven alıştırmalarına aittir.

C seçeneğinde bitirilmemiş işler yer alır; bu teknik geçmişte tamamlanmamış duyguların çalışılmasına yöneliktir.

D seçeneğinde empati geliştirme ifade edilmiştir; burada odak bireyin kendi hedefleridir.

E seçeneğinde fiziksel güvenlik duygusu vurgulanmıştır; etkinlik zihinsel/imelem temellidir.

Cevap: A

14. Soruda uygulanan alıştırma **ortak nesne alıştırmasıdır**. Bu alıştırmada lider, kısa bir gevşeme egzersizinden sonra üyelerden **odadaki bir nesne olduklarını hayal etmelerini ister** ve "(halı) olmak nasıl bir duygu?" gibi sorularla onların bu nesne üzerinden **duygu ve yaşantılarını ifade etmelerini sağlar**. Ardından üyeler hissettiklerini grupta paylaşır. Bu alıştırmanın amacı, üyelerin **duyguları, istekleri, şüpheleri ve korkuları hakkında farkındalık kazanmalarını sağlamaktır**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde problem çözme becerileri vurgulanmıştır; bu alıştırma farkındalık temellidir.

B seçeneğinde bitirilmemiş işler yer alır; bu farklı bir tekniktir.

D seçeneğinde liderlik becerilerinin gözlemlenmesi ifade edilmiştir; etkinlik bu amaca hizmet etmez.

E seçeneğinde güven duygusunu somut deneyimleme vurgulanmıştır; bu daha çok güven alıştırmalarına aittir.

Cevap: C

15. Soruda uygulanan alıştırma **bedenin içinde gezinti alıştırmasıdır**. Bu alıştırmada üyeler gözlerini kapatır, gevşer ve **kendilerini bir yaprak gibi hayal ederek bedenlerinde dolaşırlar**. Bu süreçte hangi bölgelerde rahat olduklarını, hangi noktalardan geçmekte zorlandıklarını fark ederler. Etkinliğin temel amacı, üyelerin **bedensel farkındalıklarını artırmak ve kabul etmekte zorlandıkları bölgeleri fark etmelerini sağlamaktır**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde liderlik becerileri vurgulanmıştır; bu alıştırma bireysel farkındalığa yöneliktir.

B seçeneğinde yaşam yüklerini fark etme yer alır; bu daha çok imgesel "balon/ağırlık" türü çalışmalarına aittir.

C seçeneğinde duygular ve içsel yaşantılar genel olarak ele alınır; burada odak özellikle bedensel farkındalıktır.

E seçeneğinde ayrılık ve vedalaşma duyguları vurgulanmıştır; bu daha çok otobüs yolculuğu gibi sonlandırma etkinliklerine aittir.

Cevap: D

1. Soruda uygulanan alıştırma **tanışma temelli isim tekrarlama alıştırmasıdır**. Bu tür etkinliklerde üyeler sırayla **birbirlerinin adlarını tekrar ederek ve kendi adlarını ekleyerek** ilerler; böylece hem isimler öğrenilir hem de üyeler kendilerini ifade etmeye başlar. Bu alıştırmanın temel amacı, özellikle başlangıç aşamasında **üyelerin birbirlerini tanımalarını sağlamak, çekingenliği azaltmak ve grup içinde ilk bağları oluşturmaktır**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde yaşam yüklerini fark etme vurgulanmıştır; bu imgesel farkındalık çalışmalarına aittir.

C seçeneğinde bedensel farkındalık yer alır; bu beden odaklı alışırtmalarla ilgilidir.

D seçeneğinde duygular ve içsel yaşantılar üzerine farkındalık vurgulanmıştır; bu daha derin farkındalık tekniklerine aittir.

E seçeneğinde ayrılık ve vedalaşma duyguları yer alır; bu sonlandırma etkinliklerine özgüdür.

Cevap: B

2. Soruda uygulanan alıştırma **"bir sırrım var" alıştırmasıdır**. Bu alışırtmada üyeler sahip oldukları bir sırrı düşünür ancak bunu doğrudan paylaşmaz; bunun yerine **paylaşırsalar neler hissedeceklerini ve neler olabileceğini tartışır**lar. Amaç, üyeler arasında **güven duygusunu geliştirmek** ve özellikle **utanç, suçluluk gibi duyguların fark edilmesini sağlamaktır**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde bedensel farkındalık vurgulanmıştır; bu beden odaklı alışırtmalarla aittir.

B seçeneğinde yaşam yüklerini fark etme yer alır; bu imgesel ağırlık/balon çalışmalarına aittir.

D seçeneğinde ayrılık duyguları vurgulanmıştır; bu sonlandırma etkinliklerine özgüdür.

E seçeneğinde genel duygusal farkındalık yer alır; ancak bu alıştırma özellikle güven, utanç ve suçluluk ön plandadır.

Cevap: C

3. Soruda uygulanan alıştırma **sosyal atom / kendini görselleştirme temelli ifade alıştırmasıdır**. Bu alışırtmada üyeler isimlerini merkeze yazar ve etrafına **kendi ilgi alanlarını, güçlü yönlerini ve ilişkilerini temsil eden görseller yerleştirir**. Böylece birey hem kendini daha somut biçimde ifade eder hem de **kendi özelliklerini ve sosyal ilişkilerini fark etme fırsatı bulur**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde bedensel farkındalık vurgulanmıştır; bu beden odaklı alışırtmalarla aittir.

B seçeneğinde yaşam yüklerini fark etme yer alır; bu imgesel farkındalık çalışmalarına aittir.

D seçeneğinde ayrılık duyguları vurgulanmıştır; bu sonlandırma etkinliklerine özgüdür.

E seçeneğinde güven, utanç ve suçluluk duyguları yer alır; bu "bir sırrım var" türü çalışmalara aittir.

Cevap: C

4. Soruda uygulanan alıştırma **çanta süsleme alıştırmasıdır**. Bu alıştırma sonlandırma aşamasında kullanılır ve üyeler, **grupta gerçekleştirdikleri olumlu değişiklikleri ve attıkları adımları çantanın dışına, hâlâ üzerinde çalıştıkları alanları ise çantanın içine yerleştirirler**. Böylece bireyler hem süreçteki ilerlemelerini hem de gelişimlerinin devam eden yönlerini fark eder. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde bedensel farkındalık vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

B seçeneğinde yaşamı etkileyen yükleri fark etme yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

C seçeneğinde güçlü yönler ve ilişkileri fark etme vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

E seçeneğinde güven, utanç ve suçluluk duyguları yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

Cevap: D

5. Soruda uygulanan alıştırma **yol haritası alıştırmasıdır**. Bu alıştırmada üyeler yaşamlarını bir yol gibi düşünerek **geçmişteki önemli anları, engelleri ve dönüm noktalarını çizim yoluyla ortaya koyar**, ardından bunları gruba paylaşarak değerlendirirler. Amaç, bireyin **yaşamını gözden geçirmesi ve kendisine ilişkin farkındalık kazanmasıdır**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde bedensel farkındalık vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

B seçeneğinde yaşamı etkileyen yükleri fark etme yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

D seçeneğinde grup sürecinde atılan adımları fark etme vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

E seçeneğinde güven, utanç ve suçluluk duyguları yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

Cevap: C

6. Soruda uygulanan alıştırma **grubun fotoğrafını çekme alıştırmasıdır**. Bu alıştırmada üyeler, gruptaki diğer üyeleri **nasıl algıladıklarına göre konumlandırır ve bir "fotoğraf" oluştururlar**. Böylece her üye, grubun yapısını ve ilişkileri kendi bakış açısıyla ortaya koyar. Bu süreçte hem lider hem de üyeler, **grup içindeki ilişkileri, alt grupları ve algı farklılıklarını fark eder**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde bedensel farkındalık vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

B seçeneğinde yaşamı gözden geçirme yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

C seçeneğinde güçlü yönler ve ilişkileri görselleştirme vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

E seçeneğinde güven, utanç ve suçluluk duyguları yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

Cevap: D

7. Soruda uygulanan alıştırma **grubun içine girme alıştırmasıdır**. Bu alıştırmada bir üye grubun dışında kalır ve **gruba girmeye çalışırken diğer üyeler onu içeri almamaya çalışır**. Süreç sonunda hem dışarıda kalan üye hem de diğer üyeler yaşadıkları duyguları paylaşır. Bu alıştırmanın temel amacı, üyelerin **gruba ait olma ya da dışlanma deneyimini yaşayarak fark etmelerini sağlamaktır**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde bedensel farkındalık vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

B seçeneğinde güçlü yönler ve ilişkileri görselleştirme yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

C seçeneğinde yaşamı gözden geçirme vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

D seçeneğinde güven, utanç ve suçluluk duyguları yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

Cevap: E

8. Soruda uygulanan alıştırma **gruptan çıkma alıştırmasıdır**. Bu alıştırmada üye, grup içinde **sıkışmışlık veya kısıtlanmışlık duygusunu yaşayarak daireden çıkmaya çalışır** ve süreç sonunda bu deneyime ilişkin duygularını paylaşır. Alıştırmanın temel amacı, bireyin **grup içinde kendini tutsak hissettiği durumları fark etmesi ve bu duyguların kaynağını anlamasıdır**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde bedensel farkındalık vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

C seçeneğinde aidiyet ve dışlanma duyguları yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

D seçeneğinde yaşamı gözden geçirme vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

E seçeneğinde güven, utanç ve suçluluk duyguları yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

Cevap: A

9. Soruda uygulanan alıştırma **sevgi bombardımanı alıştırmasıdır**. Bu alıştırma bir üye ortaya oturur ve diğer üyeler onun **olumlu özelliklerini koşulsuz ve bağlaç kullanmadan ifade eder**; ortadaki üye ise bunları dinler ve kabul eder. Alıştırmanın temel amacı, üyelerin **olumlu duygularla gruptan ayrılmalarını sağlamak ve kendilerini değerli hissetmelerine katkı sunmaktır**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde bedensel farkındalık vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacı ile ilişkili değildir.

C seçeneğinde güçlü yönleri görselleştirme yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacı ile ilişkili değildir.

D seçeneğinde yaşamı gözden geçirme vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacı ile ilişkili değildir.

E seçeneğinde güven, utanç ve suçluluk duyguları yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacı ile ilişkili değildir.

Cevap: B

10. Soruda uygulanan alıştırma **takvim yapraklarını geriye çevirme alıştırmasıdır**. Bu alıştırma üyeler gözlerini kapatarak geçmiş yaşantılarına yönelir, belirli yıllara ait anılarını (olumlu ya da olumsuz) yeniden canlandırır ve ardından bu yaşantıları grupta paylaşırlar. Bu süreç, üyelerin geçmiş deneyimlerini gözden geçirmelerine, özellikle **tamamlanmamış duygularını ve bitmemiş işlerini fark etmelerine** yardımcı olur. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde bedensel farkındalık vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacı ile ilişkili değildir.

B seçeneğinde görsel kendini ifade etme yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacı ile ilişkili değildir.

C seçeneğinde yaşam yolunu haritalama vurgulanmıştır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacı ile ilişkili değildir.

E seçeneğinde güven, utanç ve suçluluk duyguları yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacı ile ilişkili değildir.

Cevap: D

11. Lider, üyenin başka bir üyeye öğüt verme davranışını fark ederek sürece müdahale etmiş, grup kuralını hatırlatmış ve bu davranışı durdurarak üyeyi yeniden sürece uygun biçimde yönlendirmiştir. Bu müdahale, grup sürecini korumaya yönelik **uygunsuz davranışı durdurma** işlevi taşır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneği, engellemedir**.

Özetleme: Grup sürecinde üyelerin paylaşımlarını kısa, açık ve bütüncül bir şekilde toparlayarak yeniden ifade etme becerisidir.

Yüzleştirme: Üyenin duygu, düşünce ve davranışları arasındaki tutarsızlıkları fark etmesini sağlama becerisidir.

Model olma: Liderin uygun davranışları sergileyerek üyelere örnek olması ve öğrenmeyi kolaylaştırmasıdır.

Somutlaştırma: Belirsiz, genel ya da yüzeysel ifadeleri netleştirerek daha açık ve anlaşılır hale getirme becerisidir.

Cevap: B

12. Soruda Çözüm Odaklı Kısa Süreli Yaklaşım çerçevesinde yürütülen bir grupta **hedef belirlerken dikkate alınmaması gereken nokta** sorulmaktadır. Bu yaklaşımda odak, **çözüm, güçlü yönler, istisnalar ve geleceğe yönelik olumlu hedeflerdir**; geçmişteki sorunların ayrıntılı analizine girilmez. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneği, geçmişte yaşanan başarısızlıkların nedenlerini detaylı analiz etmektir**.

A seçeneğinde istisna anlarını fark etme: Sorunun daha az yaşandığı durumları belirleyerek çözüm geliştirmeye katkı sağlar ve çözüm odaklı yaklaşımın anlayışıyla örtüşür.

B seçeneğinde çözüm odaklı davranışları somutlaştırma: İşlevsel davranışların belirgin hale getirilmesini sağlar ve çözüm odaklı yaklaşımın anlayışıyla uyumludur.

C seçeneğinde olumlu amaçlar oluşturma: Geleceğe yönelik açık ve ulaşılabilir hedefler belirlenmesini destekler ve çözüm odaklı yaklaşımın anlayışıyla örtüşür.

E seçeneğinde güçlü yönlerin desteklenmesi: Bireyin kaynaklarını öne çıkarır ve çözüm odaklı yaklaşımın anlayışıyla uyumludur.

Cevap: D

13. Soruda bir üyenin **grup sürecine daha az katıldığı ve sessiz kaldığı**, liderin ise **hem üyeyi hem de grup dinamiklerini gözlemlediği** belirtilmektedir. Bu durumda liderin en uygun yaklaşımı, üyenin sessizliğini hemen değiştirmeye çalışmak yerine **bu davranışın altında yatan olası nedenleri (direnc, uyum, öğrenme süreci vb.) değerlendirmektir**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneği, sessizliğin nedenlerini gözlemleyip değerlendirmedir**.

A seçeneğinde belirtilen sessizliği kişilikle açıklama: Durumu yüzeysel ele alır ve grup sürecindeki dinamikleri göz ardı eder.

C seçeneğinde ifade edilen üyeyi gruptan çıkarma: Grup içindeki öğrenme ve etkileşim fırsatını ortadan kaldırır.

D seçeneğinde yer verilen grup dışı sosyal etkinliklere yönlendirme: Terapötik sürecin sınırlarını zayıflatır ve grup içi etkileşimi dışarı taşır.

E seçeneğinde belirtilen üyeye görev verme: Üyede baskı oluşturabilir ve doğal katılımı engelleyebilir.

Cevap: B

14. Soruda Ayşe'nin başlangıçta paylaşım yapmaktan kaçındığı, ancak diğer üyelerin **kaygılarını ifade edip çözüm bulduklarını görmesiyle kendi sorunlarının da çözülebileceğine dair motivasyon kazandığı** belirtilmektedir. Bu durum, grup sürecinde bireyin başkalarının ilerlemesini gözlemleyerek **kendi değişimi için umut geliştirmesi** ile açıklanır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneği, umut aşılamadır**.

B seçeneğinde belirtilen kurtarıcı olma: Üyenin diğerlerine yardım ederek kendini değerli hissetmesiyle ilgilidir.

C seçeneğinde ifade edilen duygusal boşalım: Bastırılmış duyguların açığa çıkarılması ve rahatlama yaşanmasıdır.

D seçeneğinde yer verilen başkalarını düşünme: Üyenin kendi sorunlarından çok başkalarının ihtiyaçlarına odaklanmasıdır.

E seçeneğinde belirtilen grup uyumu: Üyeler arasında bağ, kabul ve aidiyet duygusunun gelişmesidir.

Cevap: A

15. Soruda psikolojik danışma gruplarının **temel yararlarından olmayan** seçenek sorulmaktadır. Grup çalışmaları; geri bildirim alma, başkalarından öğrenme, yalnız olmadığını fark etme ve işlevsel davranışlar geliştirme gibi terapötik kazanımlar sağlar. Ancak grup dışı sosyal etkinlikler düzenlemek, terapötik sürecin bir amacı değildir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneği, grup oturumları dışında sosyal etkinlik düzenleme imkânı sağlamadır**.

A seçeneğinde belirtilen geri bildirim alma: Üyelerin kendilerini başkalarının gözünden görmelerini sağlayarak farkındalık kazandırır.

B seçeneğinde ifade edilen başkalarının deneyimlerinden öğrenme: Model alma ve gözlem yoluyla öğrenmeyi destekler.

C seçeneğinde yer verilen yalnız olmadığını fark etme: Evrensellik duygusunu geliştirerek rahatlama sağlar.

D seçeneğinde belirtilen işlevsel davranışları öğrenme: Grup içinde yeni ve daha uyumlu davranışların kazanılmasına katkı sağlar.

Cevap: E

1. Soruda okul idaresi tarafından yönlendirilen ve isteksiz olabilecek öğrencilerle yürütülecek bir grup için **yapılmaması gereken uygulama** sorulmaktadır. Grupla psikolojik danışmada temel ilkeler; gönüllülüğe yaklaşma, bilgilendirme, empati ve katılımı desteklemedir. Buna karşılık, katılımı kısıtlamak ve grubu daraltmak sürecin doğasına aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneği, öğrencilerin katılımını sınırlandırmak ve yalnızca belirli üyelerle çalışmaktır.**

A seçeneğinde belirtilen ön görüşme yapma: Üyeleri sürece hazırlamak ve motivasyonlarını artırmak açısından uygun bir yaklaşımdır.

B seçeneğinde ifade edilen gizlilik hakkında bilgilendirme: Grup sürecinin güvenli ve etik şekilde yürütülmesi için gereklidir.

C seçeneğinde yer verilen katılım düzeyi hakkında seçim hakkı tanıma: Üyelerin kendilerini güvende hissetmelerini ve sürece daha istekli katılmalarını destekler.

E seçeneğinde belirtilen empati kurma: Üyelerin gönülsüzlüklerini anlamayı ve ilişki kurmayı kolaylaştırır.

Cevap: D

2. Soruda grubun **geçiş evresinde (çalkantı evresi)** olduğu belirtilmektedir. Bu evrede üyeler arasında **çatışmaların artması, liderin otoritesinin sınanması, kontrol mücadelesi ve yargılanma kaygısı** gibi durumlar tipiktir. Ancak **ayrılığa ilişkin kaygı ve üzüntü**, daha çok sonlandırma evresine özgüdür. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneği, ayrılığa ilişkin kaygı ve üzüntü yaşanmasıdır.**

A seçeneğinde belirtilen eleştirilme ve yargılanma kaygısı: Geçiş evresinde üyelerin kendilerini açma konusunda yaşadıkları temel kaygılardandır.

C seçeneğinde ifade edilen üyeler arası çatışmalar: Bu evrede sık görülen ve sürecin doğal bir parçası olan durumlardır.

D seçeneğinde yer verilen kontrolü ele geçirme çabası: Üyelerin güç ve etki alanı oluşturma girişimlerini yansıtır.

E seçeneğinde belirtilen liderin gücünü sorgulama: Üyelerin liderin otoritesini test ettiği tipik bir geçiş evresi davranışıdır.

Cevap: B

3. Liderin, Ali'yi kendi geçmişindeki birine benzeterak ona karşı **özel bir yakınlık, koruma ve öncelik verme eğilimi geliştirmesi**, kendi geçmiş yaşantılarından kaynaklanan duygu ve tutumlarını danışana yansıtmadır. Yani lider, Ali'ye nesnel değil, kendi geçmişindeki ilişki deneyimlerinin etkisiyle tepki vermektedir. Bu durum **D seçeneği, karşıt transferans** ile açıklanır.

Karşıt direnç: Liderin sürece karşı bilinçli ya da bilinçdışı şekilde zorlanma, kaçınma veya müdahaleden geri durma eğilimi göstermesidir.

Transferans: Danışanın geçmişteki önemli kişilerle ilgili duygu ve beklentilerini lidere yöneltmesidir.

Sosyal mikrokozmos: Grup, bireyin içinde yaşadığı toplumun küçük bir modeli gibidir; birey gerçek yaşamda nasıl ilişki kuruyorsa grup içinde de benzer şekilde davranır ve gerçek yaşam örüntüleri gruba yansır.

Direnç: Danışanın değişim sürecine karşı bilinçli ya da bilinçdışı şekilde karşı koymasısıdır.

Cevap: D

4. Lider, grup içinde paylaşılan bilgilerin dışarıya taşınmaması gerektiğini vurgulayarak **gizlilik ilkesini hatırlatmakta ve grup için bir sınır belirlemektedir.** Bu müdahale, grup sürecinin güvenliğini korumaya ve kuralları netleştirmeye yöneliktir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneği, sınır koymadır.**

Kendini açma: Liderin kendi duygu, düşünce veya yaşantılarını grupla paylaşmasıdır.

Yüzleştirme: Üyenin duygu, düşünce ve davranışları arasındaki tutarsızlıkları fark etmesini sağlamadır.

Geri bildirim: Üyeye, davranışlarının diğerleri üzerindeki etkisini yansıtmadır.

Derinlemesine inceleme: Üyenin yüzeyde kalan ifadelerinin altındaki anlamları keşfetmeye yönelik ayrıntılı sorgulamadır.

Cevap: B

5. Soruda grubun **başlangıç aşamasında** olduğu belirtilmektedir. Bu evrede liderin temel amacı; **tanışma, güven oluşturma, kuralları belirleme ve üyeleri sürece alıştırma**dır. Buna karşılık, çatışmalarla derinlemesine yüzleşme daha çok geçiş/çalkantı ve ilerleyen evrelere özgüdür. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneği, çatışmalar ve kaygılarla derinlemesine yüzleşmedir**.

Üyeleri tanıştırmaya yönelik etkinlikler yaptırma: Başlangıç aşamasında güven ve etkileşimi artırmaya hizmet eder.

Gizlilik ve saygı kurallarını açıklama: Grup sürecinin güvenli ve yapılandırılmış ilerlemesi için gereklidir.

Model olma: Liderin uygun davranışları sergileyerek grup normlarının oluşmasına katkı sağlamasıdır.

Olumlu geri bildirimleri teşvik etme: Üyeler arasında güven ve kabul duygusunun gelişmesini destekler.

Cevap: E

6. Soruda grubun **başlangıç aşamasında** olduğu belirtilmektedir. Bu evrede liderin temel amacı; üyelerin birbirini tanıması, güven ortamının oluşturulması ve grup kurallarının belirlenmesidir. Buna karşılık, **çatışmalar ve kaygılarla derinlemesine yüzleşme**, henüz güvenin tam olmadığı bu aşamada uygun değildir; bu tür müdahaleler daha çok ilerleyen evrelere aittir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen üyeleri tanıştırmaya yönelik etkinlikler yaptırma: Başlangıç aşamasında güven ve etkileşimi artırmaya hizmet eder, bu aşama için uygundur.

B seçeneğinde belirtilen gizlilik ve saygı kurallarını açıklama: Grup sürecinin güvenli ilerlemesini sağlar, başlangıç aşaması için uygundur.

C seçeneğinde belirtilen model olma: Liderin uygun davranışları göstererek grup normlarını oluşturmaya katkı sağlar, bu aşama için uygundur.

D seçeneğinde belirtilen olumlu geri bildirimleri teşvik etme: Üyeler arasında kabul ve güven duygusunu artırır, başlangıç aşaması için uygundur.

Cevap: E

7. Soruda üyelerin **birbirlerini tanıdığı, güvenin kısmen olduğu ancak hâlâ tam açılmakta zorlandıkları** belirtilmektedir. Bu durum, geçiş evresinin tipik bir özelliğidir. Geçiş evresinde üyeler **bir yandan sürece yaklaşırken diğer yandan kaygı, çekingenlik ve kendini tam açamama** yaşayabilir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde belirtilen bireysel farklılıkları kabul etme: Daha çok eylem aşamasında grup uyumunun arttığı dönemler ilişkilidir, bu nedenle geçiş evresi için uygun değildir.

C seçeneğinde belirtilen davranışsal amaçlara yönelik etkinlikler: Eylem aşamasıyla ilişkilidir, bu nedenle geçiş evresi için uygun değildir.

D seçeneğinde belirtilen gruba katkı üzerinde durma: Daha çok sonlandırma ve değerlendirme süreçlerinde öne çıkar, bu aşama için uygun değildir.

E seçeneğinde belirtilen karşılıklı destek: Eylem aşamasıyla ilişkilidir, bu nedenle geçiş evresinin temel özelliği değildir.

Cevap: A

8. Lider, üyenin **önceki oturumlarda ifade ettiği duygular ile mevcut davranışları arasındaki çelişkiyi fark edip bunu üyeye fark ettirmeye yönelik sorular sormaktadır**. Bu müdahale, bireyin kendi içsel tutarsızlıklarını görmesini ve üzerinde düşünmesini sağlamaya yöneliktir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneği, yüzleştirmedir**.

Sınır koyma: Grup sürecinde kabul edilebilir ve edilemez davranışları belirleyerek çerçeve oluşturma becerisidir.

Model olma: Liderin uygun davranışları sergileyerek üyelere örnek olmasıdır.

Odak sağlama: Grup sürecinde dağılmayı önleyerek dikkati belirli bir konuya yönlendirme becerisidir.

Bağlama: Üyelerin paylaşımları arasında ilişki kurarak grup sürecini bütünleştirme becerisidir.

Cevap: E

9. Soruda grupta psikolojik danışmada etkinlik kullanımına ilişkin **yanlış uygulama** sorulmaktadır. Başlangıç aşamasında amaç; üyelerin **tanışması, güven geliştirmesi ve sürece uyum sağlaması**dır. Bu nedenle bu aşamada **basit, yapılandırılmış ve üyelerin kendilerini güvende hissedeceği etkinlikler** tercih edilmelidir. Ayrıca tanışma etkinlikleri yalnızca tüm grupta yapılmak zorunda değildir; **ikili ya da küçük grup çalışmaları** da üyelerin kendilerini daha rahat ifade etmelerini sağlayarak sürece uyumu kolaylaştırır. Buna karşılık, tüm grubu kapsayan **karmaşık etkinlikler kullanmak**, üyelerde kaygıyı artırabilir ve grup uyumunu zorlaştırabilir. Bu nedenle bu uygulama uygun değildir ve **yanlış bir uygulama olur**. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen etkinlikleri farkındalık ve değişim için kullanma: Grupa psikolojik danışmanın temel amaçlarıyla uyumludur, bu nedenle uygundur.

C seçeneğinde belirtilen grup sürecini etkinlikten daha önemli görme: Etkinliklerin araç, sürecin ise esas olduğunu vurgular, bu nedenle uygundur.

D seçeneğinde belirtilen etkinliklerle sorunlu davranışları açığa çıkarma: Üyelerin farkındalık kazanmasına ve çözüm geliştirmesine katkı sağlar, bu nedenle uygundur.

E seçeneğinde belirtilen sonlandırma etkinlikleriyle değerlendirme yapma: Üyelerin süreci gözden geçirmesini ve kazanımlarını fark etmesini sağlar, bu nedenle uygundur.

Cevap: B

10. Soruda anneden verilen tepkilerden hangisinin **iletişim engeli oluşturmadığı** sorulmaktadır. İletişim engeli oluşturmayan tepkiler, çocuğun duygusunu **anlayan, yansıtan ve kabul eden** ifadelerdir. **E seçeneğinde** anne, çocuğun duygusunu açıkça yansıtmakta ve anladığını göstermektedir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen suçlayıcı yorum: Çocuğu sorumlu tutarak savunmaya itebilir.

B seçeneğinde belirtilen aşırı duygusal tepki: Odağı çocuğun duygusundan annenin duygusuna kaydırır.

C seçeneğinde belirtilen genelleme ve teselli: Çocuğun duygusunu küçümseyebilir.

D seçeneğinde belirtilen öğüt verme: Çocuğun duygusunu anlamadan çözüm sunar.

Cevap: E

11. Soruda okullarda yürütülen grupta psikolojik danışma programlarının planlanmasında **uygun olmayan yaklaşım** sorulmaktadır. Ergenlerle yapılan grupta **yaş açısından homojenlik** önemlidir; çünkü gelişimsel düzey, ihtiyaçlar ve etkileşim biçimleri yaşa göre farklılık gösterir. Bu nedenle yaş açısından heterojen dağılıma önem verilmemesi uygun değildir. Bu ifade planlama ilkelerine aykırıdır ve **yanlış bir uygulama olur**. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen üyelerin ihtiyaçlarını dikkate alma: Grupların amaca uygun ve işlevsel olmasını sağlar, bu nedenle uygundur.

B seçeneğinde belirtilen küçük hedeflerin genel amaçlarla uyumlu olması: Programın bütünlüğünü ve etkililiğini destekler, bu nedenle uygundur.

C seçeneğinde belirtilen benzer kişilik özelliklerinin olumsuz etkisi: Etkileşim çeşitliliğini sınırlandırabileceği için dikkate alınması gereken bir durumdur, bu nedenle uygundur.

E seçeneğinde belirtilen gelişimsel programa entegre etme: Okul rehberlik programının bütüncül yapısıyla uyumludur, bu nedenle uygundur.

Cevap: D

12. Soruda grup üyelerinin **oturumda paylaşılan bilgileri grup dışında konuştuğu** belirtilmektedir. Bu durum gizlilik ilkesinin ihlalidir ve grup sürecinin güvenliğini zedeler. Bu nedenle liderin en uygun müdahalesi, **gizlilik ilkesini grup içinde yeniden ele almak, önemini tartışmak ve üyelerde farkındalık oluşturmaktır**. Bu yaklaşım hem eğitici hem de süreci onarıcıdır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen üyeleri gruptan çıkarma: Aşırı ve cezalandırıcı bir müdahaledir, süreci zedeleyebilir; uygun değildir.

B seçeneğinde belirtilen müdahalesiz devam etme: Sorunu görmezden gelir, güven ortamını daha da zayıflatır; uygun değildir.

D seçeneğinde belirtilen oturumları kısıtlama: Sorunun kaynağına değil yapıya müdahale eder; uygun değildir.

E seçeneğinde belirtilen yalnızca bireysel ele alma: Grup dinamiğini ilgilendiren bir konuyu grup dışında bırakır; uygun değildir.

Cevap: C

13. Soruda grubun **başlangıç evresinde genellikle gözlenmeyen durum** sorulmaktadır. Başlangıç evresinde üyeler daha çok **tanışma, kaygı yaşama, kuralları öğrenme ve sürece alışma** sürecindedir. Buna karşılık **güçlü liderlik mücadelesi ve yoğun çatışmalar**, daha çok geçiş (çalkantı) evresine özgüdür. Bu nedenle bu durum başlangıç evresinde beklenmez ve **yanlış bir ifade olur**. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen liderin hazırlık yapması ve kuralları açıklaması: Başlangıç evresine uygundur.

C seçeneğinde belirtilen üyelerin tanışması ve kaynaşması: Başlangıç evresine uygundur.

D seçeneğinde belirtilen kişisel hedef ve sorunları tartışma: Başlangıç evresinde yüzeysel düzeyde başlayabilir, bu nedenle uygundur.

E seçeneğinde belirtilen kaygı ve çekingenlik: Başlangıç evresinin tipik özelliklerindendir, bu nedenle uygundur.

Cevap: B

14. Lider, üyenin davranışını fark ederek **grup kuralını hatırlatmakta ve herkesin sırayla konuşması gerektiğini vurgulayarak sınır çizmektedir**. Bu müdahale, grup sürecini korumaya yönelik **uygun davranışı belirleme ve sınır koyma** işlevi taşır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneği, sınır koymadır**.

Empati kurma: Bireyin duygularını anlamaya ve bunu ifade etmeye yönelik beceridir.

Yönlendirme: Üyeyi belirli bir davranışa ya da düşünceye doğru yönlendirme sürecidir.

Soru sorma: Üyenin kendini ifade etmesini ve düşünmesini sağlamak amacıyla sorular kullanmaktır.

Duyguları yansıtma: Üyenin ifade ettiği duyguları ona geri yansıtma becerisidir.

Cevap: B

15. Liderin "Ali, bu paylaşımın seni hangi duygulara götürdü?" ifadesi **konusmaya açık davet** becerisidir. Bu beceri, danışanın kendisi hakkında daha fazla konuşmasını sağlamak ve yaşantısını somutlaştırmak amacıyla açık uçlu sorular kullanmayı içerir. Üyenin duygu ve deneyimlerini genişletmesine yardımcı olur. "Duygularını paylaşıırken tedirgin olduğunu hissediyorsun, öyle mi?" ifadesi **duygu yansıtma** becerisidir. Bu beceri, danışanın ifade ettiği duygunun aynen fark edilip danışana geri sunulmasıdır; böylece danışan kendi duygusunu daha net fark eder. "Başkalarının duygularını küçümsememeye özen göstermeliyiz." ifadesi ise **yapılandırma** becerisidir. Bu beceri, grup sürecinin kurallarını ve çerçevesini belirleme ve hatırlatma işlevi görür. Doğru cevap **A seçeneğidir**.

Asgari düzeyde teşvik: Danışanın konuşmasını sürdürmesini sağlamak için kısa ve destekleyici ifadeler kullanmaktır.

Kişiselleştirme: Danışanın duygu, düşünce ve davranışlarını kendi sorumluluğu çerçevesinde ele almasını sağlamaktır.

Paylaştırma: Grup liderinin, bir üyenin yaşantı ve duygularıyla diğer üyelerin yaşantı ve duyguları arasındaki benzerliklere dikkat çekmesidir. Böylece üyeler yalnız olmadıklarını fark eder ve grup içinde ortaklık duygusu gelişir.

Özetleme: Paylaşılanları kısa ve bütüncül şekilde toplamaktır.

Bağlama: Üyelerin paylaşımları arasında ilişki kurarak süreci anlamlandırmaktır.

İçerik yansıtma: Danışanın ifade ettiği düşünce ve yaşantıları yeniden ifade ederek netlik kazandırmaktır.

Cevap: A

1. Liderin "Mert, fark ettiğim kadarıyla ödevlerini zamanında tamamlamakta zorlanıyorsun. Bu durum, Elif ve Can'ın da benzer şekilde ifade ettiği bir durum." ifadesinde, bir üyenin yaşantısı ile diğer üyelerin yaşantıları arasındaki benzerliğe dikkat çekilmektedir. Bu, üyelerin yalnız olmadıklarını fark etmelerini sağlayan **paylaştırma** becerisidir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Somutlaştırma: Danışanın belirsiz ve genel ifadelerini netleştirerek daha açık ve anlaşılır hâle getirme becerisidir.

Yüzleştirme: Danışanın duygu, düşünce ve davranışları arasındaki tutarsızlıkları fark etmesini sağlama becerisidir.

Geri bildirim: Danışana, davranışları ve etkileri hakkında bilgi verme sürecidir.

Asgari düzeyde teşvik: Danışanın konuşmasını sürdürmesini sağlamak için kısa ve destekleyici ifadeler kullanmaktır.

Cevap: A

2. Soruda belirtilen oturum sayısı, süresi ve programın uzunluğu gibi yapısal kararlar, grup başlamadan önce belirlenir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Grubun planlanması ve oluşturulması (hazırlık) aşaması: Bu aşama, grup sürecinin temelini atıldığı kritik evredir. Lider bu aşamada grubun amacını netleştirir, hedef kitlenin kim olacağını belirler ve üye seçim kriterlerini oluşturur. Üyelerle ön görüşmeler yapılarak gönüllülük, uygunluk ve ihtiyaç düzeyi değerlendirilir.

Ayrıca oturumların **kaç kez yapılacağı, süresi, sıklığı ve toplam programın uzunluğu** bu aşamada planlanır. Fiziksel ortamın düzenlenmesi, oturma düzeni, materyaller ve gizlilik ilkeleri de bu süreçte belirlenir. Grup kuralları (gizlilik, saygı, gönüllü katılım vb.) tasarlanır ve sürecin nasıl işleyeceğine dair genel çerçeve oluşturulur. Kısacası bu aşama, grubun "nasıl işleyeceği"nin önceden yapılandırıldığı ve tüm organizasyonel kararların alındığı evredir.

Cevap: E

3. Soruda iletişim engeli oluşturmayan ifade sorulmaktadır. İletişim engeli oluşturmayan tepkiler, çocuğun duygusunu **anlayan, kabul eden ve yargılamayan** ifadelerdir. **C seçeneğinde** "Arkadaşların senin sunmanı beklediğine göre haklı olarak üzülüyorsun." ifadesi, Ali'nin yaşadığı durumu ve buna bağlı duygusunu anlamaya yönelik bir **duygu kabulü ve yansıtma** içermektedir. Yargılama, öğüt verme ya da genelleme yoktur. Bu nedenle iletişim engeli oluşturmaz. Doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen normalleştirme: Duyguyu yüzeysel geçiştirme riski taşır ve derinlemesine anlama içermez.

B seçeneğinde belirtilen suçlama ve yargılama: Çocuğu değersiz hissettirebilir ve savunmaya itebilir.

D seçeneğinde belirtilen öğüt verme: Duyguyu anlamadan çözüm sunar.

E seçeneğinde belirtilen genelleme: Çocuğun yaşadığı durumu küçümseyebilir.

Cevap: C

4. Soruda olumlu iletişim örneği sorulmaktadır. Olumlu iletişimde birey, karşı tarafı suçlamadan, genelleme yapmadan ve yargılamadan **kendi duygu ve düşüncelerini "ben dili" ile ifade eder**. **D seçeneğinde** "Bu konuda kendimi rahatsız hissediyorum ve fikrimi paylaşmak istiyorum." ifadesi, kişinin kendi duygusunu açıkça ortaya koyduğu, yargı içermeyen ve ben dili kullanılan bir ifadedir. Bu nedenle olumlu iletişim örneğidir. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen sorgulayıcı ve yargılayıcı ifade: Suçlayıcı bir ton içerir, iletişimi olumsuz etkiler.

B seçeneğinde belirtilen genelleme: "Hep" ifadesiyle kişiyi etiketler ve olumsuz iletişim oluşturur.

C seçeneğinde belirtilen suçlama: Tüm sorumluluğu karşı tarafa yükler.

E seçeneğinde belirtilen ima ve beklenti: Güvensizlik ve eleştiri içerir.

Cevap: D

5. Soruda psikolojik danışmanın sınıf ortamında **bilgilendirici sunumlar yaptığı**, sınav kaygısı, zaman yönetimi ve ilişkiler gibi konularda öğrencilere bilgi verdiği belirtilmektedir. Bu tür çalışmalar, terapötik derinlikten ziyade **bilgilendirme, farkındalık kazandırma ve önleyici rehberlik** amacı taşır. Bu nedenle bu uygulama **grup rehberliği** kapsamındadır. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

Bireysel psikolojik danışma: Tek bir öğrenciyle yürütülen, derinlemesine ve kişisel sorunlara odaklanan süreçtir.

Alan çalışması: Rehberlik hizmetlerinin planlanması için veri toplama ve ihtiyaç analizi yapmayı içerir.

Grupla psikolojik danışma: Küçük gruplarda, terapötik etkileşim ve derinlemesine çalışma yürütülen süreçtir.

Mesleki rehberlik: Bireylerin meslek seçimi ve kariyer planlamasına yönelik çalışmaları kapsar.

Cevap: D

6. Soruda öğretmenin **ben dili** kullandığı bir ifade verilmiş ve bunun **yararları arasında yer almayan** seçenek sorulmaktadır. Ben dili; karşı tarafı suçlamadan, kendi duygu ve yaşantısını ifade etmeyi sağlar, iletişimi yumuşatır ve sorumluluğun dengeli biçimde anlaşılmasına yardımcı olur. **C seçeneğinde** "Can'ın sorumluluğu tamamen üstlenip öğretmenin yerine davranması gerektiğini hissetmesi" ifadesi, ben dilinin amacıyla örtüşmez. Ben dili, karşı tarafa aşırı sorumluluk yüklemek ya da rol değiştirmesini beklemek için kullanılmaz. Bu nedenle bu durum ben dilinin bir yararı değildir. Doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen suçluluk hissettirme: Ben dili yargılayıcı olmadığı için bu durum uygundur.

B seçeneğinde belirtilen duyguların ifade edilmesi: Ben dili duyguların açıkça ifade edilmesini destekler, bu nedenle uygundur.

D seçeneğinde belirtilen anlaşmazlıkları azaltma: Suçlayıcı olmayan iletişim çatışmayı azaltır, bu nedenle uygundur.

E seçeneğinde belirtilen yakınlığı artırma: Açık ve dürüst iletişim ilişkuyu güçlendirir, bu nedenle uygundur.

Cevap: C

7. Annenin "Yine ödevini yapmadın, hep işleri aksatıyorsun!" ifadesi, çocuğu **genelleyerek ve suçlayarak** değerlendirmektedir. "Yine", "hep" gibi ifadeler kullanılması ve sorumluluğun doğrudan çocuğa yüklenmesi, **sen dilinin** tipik özellikleridir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Ben dili: Kişinin kendi duygu ve yaşantısını ifade etmesidir, suçlama içermez.

Etkili dinleme: Karşı tarafın duygu ve düşüncelerini anlamaya yönelik dikkatli ve yargısız dinleme sürecidir.

Yapıcı geri bildirim: Kişiyi geliştirmeye yönelik, yargılayıcı olmayan ve somut ifadeler içeren geri bildirimdir.

Empati kurma: Karşı tarafın duygularını anlama ve bunu ona hissettirmeye yönelik beceridir.

Cevap: B

8. Ben dili; bireyin karşı tarafı suçlamadan, kendi duygu ve yaşantısını ifade ettiği iletişim biçimidir.

E seçeneğinde durum (geç kalınması), duygu (zor durumda hissetme) ve istek (zamanında gelme) birlikte verilmiştir. Bu nedenle ben diline örnektir.

A seçeneğinde belirtilen suçlayıcı ve genelle-yici ifade: Sen dili içerir.

B seçeneğinde belirtilen sorgulayıcı ve eleştirel ifade: Yargılayıcıdır.

C seçeneğinde belirtilen doğrudan suçlama: Sorumluluğu karşı tarafa yükler.

D seçeneğinde belirtilen öğüt ve yönlendirme: Ben dili değil, sen dili özellikleri taşır.

Cevap: E

9. Ege'nin ifadesinde **durum (sınavdan düşük not alma), duygu (üzülme) ve istek (rehberlik etmesini isteme)** birlikte yer almaktadır. Bu üç bileşenin bir arada bulunması, mesajın **tam mesaj** olduğunu gösterir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen eksik mesaj: Duygu, algı veya istek bileşenlerinden birinin eksik olduğu durumlarıdır.

B seçeneğinde belirtilen suçlayıcı mesaj: Karşı tarafı yargılayan ve sorumluluğu ona yükleyen ifadeleri içerir.

C seçeneğinde belirtilen sen dili: Suçlama ve genelleme içeren, karşı tarafı hedef alan iletişim biçimidir.

E seçeneğinde belirtilen eleştirel mesaj: Kişiyi değerlendiren ve yargılayan ifadeler içerir.

Cevap: D

10. Tam mesaj; **algı (durum) + duygu + istek** bileşenlerini içerir.

Ayşe'nin ifadesinde "Dışarıso soğuk olduğu halde kabanını giymeden sokağa çıktığını fark ettim." kısmı **algıyı**, "Artık kabanını giydikten sonra dışarı çıkmamı istiyorum." kısmı ise **isteği** içermektedir. Ancak bu mesajda **duygu ifadesi yer almamaktadır** (örneğin "endişeleniyorum", "üzülüyorum" gibi). Bu nedenle mesaj **tamamlanmamış mesajdır ve duygu eksiktir**. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen tam mesaj: Üç bileşenin birlikte olduğu durumdur, burada eksik vardır.

C seçeneğinde belirtilen algı eksikliği: Durum açıkça ifade edilmiştir, bu nedenle uygun değildir.

D seçeneğinde belirtilen istek eksikliği: İstek açıkça belirtilmiştir, bu nedenle uygun değildir.

E seçeneğinde belirtilen sen dili: Suçlayıcı bir ifade yoktur, bu nedenle uygun değildir.

Cevap: B

11. Ali'nin ifadesinde iki farklı yönlü mesaj bulunmaktadır: "Seni gerçekten çok seviyorum ve seninle vakit geçirmek istiyorum" kısmı olumlu ve yakınlık içeren bir mesajken, "ama bugün meşgulüm ve görüşmem mümkün değil" kısmı bu durumu sınırlandıran bir mesajdır. Aynı anda hem kabul hem de reddetme içeren bu yapı **çiftli mesaj** özelliği gösterir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

Tam mesaj: Algı, duygu ve isteğin birlikte açıkça ifade edildiği mesajlardır.

Sen dili: Karşı tarafı suçlayan, yargılayan ve genelleme içeren mesajlardır.

Özsaygı geliştirici mesaj: Bireyin değerli hissetmesini destekleyen, kabul ve saygı içeren ifadelerdir.

Tamamlanmamış mesaj: Algı, duygu veya istek bileşenlerinden birinin eksik olduğu mesajlardır; ancak öncülde verilen ifade bu tür bir eksiklik içermemektedir.

Cevap: D

12. Soruda Murat'ın diğer öğrencilerle **ilk kez tanıştığı, yüzeysel sohbet ettiği ve henüz derin bir paylaşımın olmadığı** belirtilmektedir. Bu özellikler, ilişkinin başlangıcında tarafların birbirini tanımaya çalıştığı, selamlaşma ve ilk temasın kurulduğu **kontak kurma aşamasına** aittir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Katılım: İlişkinin ilerlediği, bireylerin sürece daha aktif dahil olduğu aşamadır.

Yakınlık: Duygusal paylaşımların arttığı ve ilişkinin derinleştiği aşamadır.

Onarma: İlişkide yaşanan sorunların giderilmeye çalışıldığı aşamadır.

Çözümle: İlişkinin zayıfladığı ve sona doğru ilerlediği aşamadır.

Cevap: B

13. Soruda Mert'in kurs arkadaşlarıyla **hobilerini ve ilgi alanlarını paylaştığı, karşı tarafı tanımaya çalıştığı, ortak noktalar aradığı ve karşısındaki kişiyi gözlemleyip test ettiği** belirtilmektedir. Bu durum, artık sadece ilk temasın ötesine geçildiğini ve bireyin ilişkiye **aktif biçimde dahil olup kendini açmaya başladığını** gösterir. Bu özellikler **katılım aşamasına** aittir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Kontak kurma: İlk tanışma, selamlaşma ve yüzeysel etkileşimlerin olduğu aşamadır.

Yakınlık: Duygusal paylaşımların derinleştiği ve ilişkinin güçlendiği aşamadır.

Bozulma: İlişkide sorunların ve uzaklaşmanın başladığı aşamadır.

Çözülme: İlişkinin sona erdiği veya koptuğu aşamadır.

Cevap: A

14. Soruda Selin ve Baran'ın **birbirlerinin özel hayatlarını, duygularını ve sorunlarını paylaştığı, karşılıklı güven ve samimiyetin olduğu, ilişkinin derinleştiği** belirtilmektedir. Bu özellikler, ilişkinin en ileri düzeylerinden biri olan **yakınlık aşamasına** aittir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

Kontak kurma: İlk tanışma ve yüzeysel etkileşimlerin olduğu aşamadır.

Katılım: Tarafların kendilerini açmaya başladığı ve ilişkiye aktif olarak dahil olduğu aşamadır.

Onarma: İlişkide yaşanan sorunların giderilmeye çalışıldığı aşamadır.

Çözülme: İlişkinin zayıfladığı ve sona doğru ilerlediği aşamadır.

Cevap: C

15. Soruda Duru ve Kerem'in **sık sık tartıştığı, küçük anlaşmazlıkların büyüdüğü, memnuniyetin azaldığı ve güvenin sarsıldığı** belirtilmektedir. Ayrıca iletişimin azalması ve gerginliğin artması, ilişkinin olumsuz yönde ilerlediğini gösterir. Bu özellikler **bozulma aşamasına** aittir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

Kontak kurma: İlk tanışma ve yüzeysel etkileşimlerin olduğu aşamadır.

Katılım: Tarafların ilişkiye aktif katıldığı ve kendini açmaya başladığı aşamadır.

Yakınlık: Güvenin ve duygusal paylaşımın yüksek olduğu aşamadır.

Onarma: İlişkide yaşanan sorunların giderilmeye çalışıldığı aşamadır.

Cevap: D

1. Soruda Alara ve Umut arasında bir sorun yaşandığı ve ardından Umut'un **davranışlarını değiştirerek ilişkiyi düzeltmeye çalıştığı** belirtilmektedir. Bu durum, ilişkide ortaya çıkan problemleri giderme ve yeniden sağlıklı hâle getirme çabasını ifade eder. Bu özellikler **onarma aşamasına** aittir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

Kontakt kurma: İlk tanışma ve yüzeysel etkileşimlerin olduğu aşamadır.

Katılım: Tarafların ilişkiye aktif katıldığı ve kendini açmaya başladığı aşamadır.

Yakınlık: Güvenin ve duygusal paylaşımın yüksek olduğu aşamadır.

Çözümle: İlişkinin zayıfladığı ve sona doğru ilerlediği aşamadır.

Cevap: D

2. Soruda Bora ve Ece'nin **artık görüşmek istemediği ve iletişimi tamamen kestiği** belirtilmektedir. Bu durum, ilişkinin yalnızca bozulmadığını, tamamen sona erdiğini gösterir. Bu özellikler **çözümle aşamasına** aittir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Katılım: Tarafların ilişkiye aktif olarak dahil olduğu aşamadır.

Yakınlık: Güvenin ve duygusal paylaşımın yüksek olduğu aşamadır.

Bozulma: İlişkide çatışmaların arttığı ve memnuniyetin azaldığı aşamadır.

Onarma: İlişkideki sorunların giderilmeye çalışıldığı aşamadır.

Cevap: E

3. Soruda grup rehberliğinin **son oturumunda yapılması en uygun uygulama** sorulmaktadır. Sonlandırma aşamasında temel amaç; üyelerin **süreci değerlendirmesi, kazandıklarını fark etmesi ve geri bildirim vermesidir**. Bu nedenle üyelerin sürece dair düşüncelerini ifade etmeleri en uygun uygulamadır. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen teknikleri tekrar uygulama: Daha çok süreç içinde yer alır, sonlandırma aşamasının temel amacı değildir.

B seçeneğinde belirtilen eleştirme: Olumsuz duygulara yol açabilir, sonlandırma için uygun değildir.

C seçeneğinde belirtilen ödevleri yeniden tartışma: Süreç değerlendirmesi yerine içerik tekrarına yöneliktir.

D seçeneğinde belirtilen tanışma etkinlikleri: Başlangıç aşamasına özgüdür.

Cevap: E

4. Soruda Ayça'nın "Siz olsanız ne yapardınız?" diyerek **doğrudan öneri istemesi** söz konusudur. Ancak psikolojik danışma sürecinde danışman, doğrudan çözüm sunmak yerine bireyin **kendi kararını vermesine ve farkındalık geliştirmesine yardımcı olur**. Bu nedenle en uygun yaklaşım, danışanın sorumluluğunu destekleyen ve süreci keşfetmesine olanak tanıyan ifadedir. Bu doğrultuda doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen taraf tutma: Nesnelliği bozar ve danışma sürecine zarar verir.

B seçeneğinde belirtilen öğüt verme: Danışanın kendi çözümünü bulmasını engeller.

C seçeneğinde belirtilen doğrudan yönlendirme: Danışanın yerine karar verme anlamına gelir.

E seçeneğinde belirtilen kaçınma önerisi: Sorunun çözümüne katkı sağlamaz.

Cevap: D

5. Çiftli mesaj, **aynı anda birbiriyle çelişen iki farklı mesajın (sözel ya da sözel + davranışsal) verilmesi** durumudur. **E seçeneğinde** kişi "seni seviyorum ama yalnız kalmam lazım" diyerek hem yakınlık hem uzaklaşma mesajı verirken, aynı anda sarılması ve sevgi dolu bakması bu çelişkiyi güçlendirmektedir. Bu nedenle çiftli mesaja en uygun örnektir. Doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen durum: Sözel ve davranışsal mesajlar belirgin bir çelişki oluşturmaz.

B seçeneğinde belirtilen ifade: Sözel ve davranışsal mesajlar uyumludur.

C seçeneğinde belirtilen ifade: Destekleyici ve tutarlı mesaj içerir.

D seçeneğinde belirtilen ifade: Tutarlı ve sakin bir mesajdır.

Cevap: E

6. Soruda bireysel rehberlik uygulamasına örnek olan durum sorulmaktadır. Bireysel rehberlik; **tek bir öğrenciyle birebir yürütülen, öğrencinin sorununa doğrudan odaklanan çalışmalardır.**

D seçeneğinde danışmanın dikkat dağıtan öğrenciyle **birebir kısa görüşmeler yaparak çözüm odaklı destek sağlaması**, doğrudan öğrenciye yönelik bireysel bir müdahaledir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir.**

A seçeneğinde belirtilen grup etkinliği: Birden fazla öğrenciye yöneliktir, bireysel değildir.

B seçeneğinde belirtilen öğretmenle planlama: Dolaylı hizmettir, öğrenciyle birebir çalışma içermez.

C seçeneğinde belirtilen veliyle görüşme: Danışma sürecine destekleyici dolaylı hizmettir.

E seçeneğinde belirtilen grup etkinliği: Bireysel değil, grup rehberliği kapsamındadır.

Cevap: D

7. Aslı Hanım'ın ifadelerinde velilere yönelik olarak **çocuğun olumlu yönünü vurgulayan, yargılayıcı olmayan ve geliştirici bir dil** kullanıldığı görülmektedir. "Kendini ifade etmeye çalışıyor" ve "sorumluluk bilincini geliştirmesi gerekiyor" gibi ifadeler, çocuğu etiketlemeden durumu yapıcı biçimde ele alır ve velide savunma oluşturmaz. Bu durum **öz saygı geliştirici dil** kullanımına örnektir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir.**

Tam mesaj: Algı, duygu ve isteğin birlikte ifade edildiği mesaj türüdür.

Duygu yansıtması: Karşı tarafın duygusunu anlayıp ona geri yansıtma becerisidir.

Ben dili: Kişinin kendi duygu ve yaşantısını ifade etmesidir.

Kazan-kazan yöntemi: Tarafların ihtiyaçlarını gözeterek ortak çözüm üretme yaklaşımıdır.

Cevap: A

8. Öncülde grup rehberliği etkinliği sonrasında **sorulamayacak değerlendirme sorusu** sorulmaktadır. Bu tür çalışmalarda amaç; öğrencilerin **kendini fark etmesi, olumlu benlik algısı geliştirmesi ve yargılanmadan düşünmesini sağlamaktır.** Buna karşılık, öğrenciyi **olumsuz ve genelleyici bir yargıya yönlendiren** sorular uygun değildir. **B seçeneğinde** "Zayıf yönlerinizin tamamen sizi başarısız kıldığını düşünüyor musunuz?" ifadesi, öğrenciyi olumsuz ve genelleyici bir değerlendirmeye yönlendirir ve benlik algısını zedeleyebilir. Bu nedenle bu tür bir soru **uygun değildir** ve doğru cevap **B seçeneğidir.**

A seçeneğinde belirtilen güçlü yönleri fark etme: Farkındalık geliştirmeye yöneliktir, uygundur.

C seçeneğinde belirtilen farkındalık sorusu: Etkinliğin temel amacına uygundur.

D seçeneğinde belirtilen geliştirme odaklı soru: Öğrencinin kendini geliştirmesini destekler, uygundur.

E seçeneğinde belirtilen kabul üzerine düşünme: Olumlu benlik algısını güçlendirir, uygundur.

Cevap: B

9. Soruda öğrencilerin **benzer şikâyetlere sahip olduğu (sınav kaygısı ve ders çalışma alışkanlıkları)** ve aynı zamanda **kendi güçlü-zayıf yönlerine göre bireysel plan talep ettikleri** belirtilmektedir. Ayrıca danışman **kısa sürede etkili müdahale** yapmak istemektedir.

Bu durumda:

I. Bireysel rehberlik: Öğrencilerin bireysel farklılıklarına göre çalışma planı hazırlanması için gereklidir.

III. Konsültasyon: Rehber öğretmenlerle iş birliği yapılarak daha geniş öğrenci kitlesine hızlı ve sistematik destek sağlanır.

II. Bireysel psikolojik danışma duygusal, daha derin ve zaman alıcıdır, bu durum için öncelikli değildir.

IV. Grupla psikolojik danışma ise daha çok duygusal süreçlere yöneliktir; burada ihtiyaç daha çok planlama ve beceri kazandırmadır.

Cevap: B

10. Çocuğun ifadesine karşılık babanın "Arkadaşın sana haksızlık etmiş." demesi, çocuğun duygusunu anlamaktan ziyade **onun tarafını tutarak değerlendirme yapmasıdır**. Bu durum, duyguyu yansıtmak değil, çocuğun yerine geçip onun bakış açısını destekleyen bir tutumdur. Bu nedenle bu ifade **sempatiye** örnektir. Doğru cevap **B seçeneğidir**.

Empati: Karşı tarafın duygusunu anlamak ve bunu ona yansıtmak, ancak taraf tutmamak.

Hayali katılım: Bireyin kendini başkasının yerine koyarak durumu zihninde canlandırmasıdır.

Kişisel gerilim: İletişimde bireyin kendi içsel kaygı ve gerginliklerinin etkili olmasıdır.

Benmerkezcilik: Bireyin olaylara yalnızca kendi bakış açısından yaklaşmasıdır.

Cevap: B

11. Soruda etkili iletişimi sürdürecektir ifade sorulmaktadır. Etkili iletişimde temel ilke, çocuğun duygusunu **anlamak, kabul etmek ve yansıtmaktır**. **A seçeneğinde** "Bugün derste yaşadıkların seni çok üzmüş." ifadesi, Elif'in yaşadığı duyguyu anlayıp ona geri yansıtan bir ifadedir. Bu, empatik ve kabul edici bir yaklaşımdır ve iletişimin sağlıklı şekilde devam etmesini sağlar.

B seçeneğinde belirtilen otoriter yaklaşım: Duyguyu reddeder ve iletişimi kapatır.

C seçeneğinde belirtilen hemen çözüm üretme: Duyguyu anlamadan harekete geçer.

D seçeneğinde belirtilen varsayım: Gerçek durumu anlamadan yargı içerir.

E seçeneğinde belirtilen geçiştirme: Duyguyu dikkate almaz.

Cevap: A

12. Soruda grup rehberliği sürecinde öğrencilerin **isteksizlik ve direnç gösterdiği** bir durum verilmiştir. Bu tür durumlarda en uygun yaklaşım, öğrencileri zorlamak ya da süreci tamamen bırakmak değil; **direnci fark ettirmek ve bunu çalışılabilir hâle getirmektir**. **C seçeneğinde** öğrencilerin isteksizlik ve direnç davranışlarını fark etmelerini sağlamak, yani bu durumu açıkça ele almak söz konusudur. Bu yaklaşım, grubun sürecini ilerletmek ve farkındalık kazandırmak açısından en uygundur.

A seçeneğinde belirtilen zorlayıcı yaklaşım: Direnci artırır ve olumsuz etki yaratır.

B seçeneğinde belirtilen etkinliği iptal etme: Süreci işlevsiz hâle getirir.

D seçeneğinde belirtilen aşırı teşvik: Direnci doğrudan ele almaz.

E seçeneğinde belirtilen bekleme: Müdahale içermediği için süreci ilerletmez.

Cevap: C

13. Verilen ifadede anne;

- "Geç kaldığını fark ettim" diyerek **durumu (algıyı)**,
- "seni merak ettim" diyerek **duygusunu**,
- "haber ver" diyerek **isteğini** açıkça ifade etmektedir.

Bu üç bileşenin birlikte yer alması, ifadenin **tam mesaj** olduğunu gösterir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Sen dili: Karşı tarafı suçlayan ve yargılayan ifadeler içerir.

Çiftli mesaj: Birbiriyle çelişen iki mesajın aynı anda verilmesidir.

Etkin dinleme: Karşı tarafı dikkatle ve yargısız biçimde dinleme sürecidir.

Duygu yansıtmak: Karşı tarafın duygusunu anlayıp ona geri ifade etmektir.

Cevap: E

14. Danışman, danışanın yaşadığı sorunu yalnızca mevcut durumla sınırlamayıp, **geçmiş yaşantılarıyla (baba ile ilişki), tekrar eden örüntülerle ve bu örüntülerin bugünkü ilişkilere yansımalarıyla** birlikte ele almaktadır. Ayrıca "ne zamandan beri tekrarlanıyor?" gibi sorularla sorunun **tarihsel ve bilinçdışı kökenlerini araştırmaktadır**. Bu kapsamlı, analitik ve köken odaklı yaklaşım **derinlemesine inceleme** becerisidir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

Koşulsuz olumlu kabul: Danışanı olduğu gibi kabul etme tutumudur.

Yapılandırma: Danışma sürecinin kurallarını ve çerçevesini belirleme becerisidir.

Yüzleştirme: Danışanın duygu, düşünce ve davranışları arasındaki tutarsızlıkları fark ettirir.

Somutlaştırma: Belirsiz ifadeleri netleştirerek daha açık hâle getirmedir.

Cevap: D

15. Baba "Neden vermek istemiyorsun?" diyerek çocuğun kendini ifade etmesini sağlayan **açık uçlu bir soru** sormuştur. Bu nedenle I. öncül doğrudur.

Ayrıca "Oyuncak arabayla oynamayı seviyorsun ve arkadaşınla paylaşmak istemiyorsun, değil mi?" ifadesiyle çocuğun duygu ve isteğini anlayıp geri yansıtmıştır. Bu durum **etkin dinleme** örneğidir. Bu nedenle III. öncül de doğrudur.

Baba suçlayıcı ya da yargılayıcı bir ifade kullanmadığı için **sen dili kullanmamıştır**. Bu nedenle II. öncül yanlıştır.

Cevap: D

1. (I) numaralı durumda danışman, öğrencilere **ilgi alanları ve kurs seçenekleri hakkında bilgi vermekte ve tartışma ortamı oluşturmaktadır**. Bu, terapötik derinlikten ziyade **bilgilendirme ve farkındalık kazandırmaya yönelik** olduğu için **grup rehberliği** kapsamındadır.

(II) numaralı durumda ise Ayşe ile **birebir görüşme yapılarak kursların içeriği, süresi ve kazanımları hakkında bilgi verilmektedir**. Bu da yönlendirme ve bilgilendirme içerdiği için **bireysel rehberlik** tir.

Cevap: D

2. Annenin "Bu seni çok üzdü ve sinirlendirdi, değil mi?" ve "Anladım, bu durum seni rahatsız etti." ifadeleri, çocuğun yaşadığı duyguyu anlayıp ona geri yansıtma sürecini göstermektedir. Bu, karşı tarafın duygu ve yaşantısını dikkatle dinleyip anlamaya dayanan **etkin dinleme** becerisidir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Bağlama: Farklı paylaşımlar arasında ilişki kurarak süreci bütünleştirmektir.

Ben dili: Kişinin kendi duygu ve yaşantısını ifade etmesidir.

Saydamlık: Danışanın değil, danışmanın kendi duygu ve düşüncelerini uygun şekilde ifade etmesidir.

İlişkinin şimdi ve buradılığı: O anda ve ortamda yaşanan ilişki dinamiklerine odaklanmaktır. Dürüst, içten ve samimi olmasıdır.

Cevap: E

3. Psikolojik danışman, velinin "dik kafalı" gibi olumsuz ve etiketleyici ifadesini daha **yargılayıcı olmayan, geliştirici ve olumlu bir dile dönüştürmektedir**. Bu, bireyin değerini koruyan ve iletişimi yapıcı hâle getiren **özsayı geliştirici dil** kullanımına örnektir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Ben dili: Kişinin kendi duygu ve yaşantısını suçlamadan ifade etmesidir.

Etkin dinleme: Karşı tarafın duygu ve düşüncelerini anlayıp yansıtma sürecidir.

Tam mesaj: Algı, duygu ve isteğin birlikte ifade edilmesidir.

Kişiselleştirme: Bireyin duygu, düşünce ve davranışlarını kendi sorumluluğu çerçevesinde ele almasını sağlamaktır.

Cevap: A

4. Soruda verilen alıştırma üyelerden **"gruptaki her şeyin bulunduğu hayali bir mağaradan almak istediklerini almaları"** istenmekte ve ardından bunları paylaşımları sağlanmaktadır. Bu tür etkinlikler, üyelerin grup sürecinde **neler kazandıklarını, kendilerine ne kattığını fark etmelerine** yöneliktir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde belirtilen güven artırma: Daha çok başlangıç ve etkileşim odaklı etkinliklerle ilişkilidir.

C seçeneğinde belirtilen geçmişten yeniden yapılandırma: Daha derin terapötik çalışmalarla ilişkilidir.

D seçeneğinde belirtilen beklenti netleştirme: Sürecin başında yapılan çalışmalara aittir.

E seçeneğinde belirtilen rol belirleme: Grup dinamiği analizine yönelik çalışmalardır.

Cevap: A

5. Danışman, rüyadaki "kovalanma" temasını ele alarak danışanın **geçmiş yaşantıları, önemli kişiler ve bastırılmış duygularıyla bağlantı kurmasını sağlamaya çalışmaktadır**. Bu yaklaşım, yüzeydeki belirtilerden ziyade **bilinçdışı süreçlere ve çatışmaların kökenine inmeyi** hedefler. Bu, derinlemesine inceleme ilkesinin temel amacıdır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen davranışsal hedef belirleme: Daha çok davranışçı yaklaşımlara özgüdür.

C seçeneğinde belirtilen duyguları yansıtma ve kabul: Empati ve koşulsuz kabul ile ilgilidir.

D seçeneğinde belirtilen şimdi ve burada: Anlık ilişki dinamiklerine odaklanır.

E seçeneğinde belirtilen yüzleştirme: Tutarsızlıkları fark ettirmeye yöneliktir.

Cevap: B

6. Verilen durumda üye, geçmişte "eleştirilince içe kapanma" şeklinde geliştirdiği **işlevsel olmayan ilişki örüntüsünü** grupta yeniden yaşamaktadır. Ancak bu kez aynı duruma farklı tepki vererek (savunmaya geçmeden dinleme, karşı tarafı anlama, öfke göstermeme) daha **sağlıklı ve işlevsel bir çözüm** üretmiştir. Grup liderinin özellikle vurguladığı nokta da budur: Geçmişte olumsuz yaşanan bir ilişki örüntüsünün, grup ortamında yeniden ortaya çıkması ve bu kez **daha uyumlu bir duygusal deneyimle yeniden yapılandırılması**. Bu, Yalom'un terapötik faktörlerinden biri olan **düzeltilici duygusal deneyimdir**. Yani birey, geçmişte doyurulmamış ya da olumsuz yaşanmış bir ilişki deneyimini, grup içinde yeniden yaşayarak bu kez **daha sağlıklı bir sonuçla tamamlar**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

Katarsis: Yoğun duyguların boşaltılmasıdır.

Evrensellik: Bireyin yalnız olmadığını fark etmesidir.

Bilgi aktarımı: Danışmanın bilgi edinmesidir.

Sosyal taklit: Başkalarının davranışlarını model almaktır.

Cevap: D

7. Danışman, üyenin grup içindeki davranışı ile gerçek yaşamındaki davranışı arasında bağlantı kurarak, grup yaşantısının bireyin dış dünyadaki ilişki örüntülerinin bir yansıması olduğunu göstermektedir. Bu durum **toplumun mikrokozmu olması** kavramına örnektir. Doğru cevap **A seçeneğidir**. **Toplumun mikrokozmu olma:** Grup, bireyin içinde yaşadığı sosyal dünyanın küçük bir modeli gibidir. Kişi gerçek hayatta nasıl ilişki kuruyorsa (örneğin baskın olma, geri çekilme, çatışma yaşama), grup içinde de benzer biçimde davranır. Bu sayede danışman ve grup, bireyin bu örüntülerini doğrudan gözlemleyebilir ve üzerinde çalışabilir.

Katarsis: Bireyin bastırdığı yoğun duyguları ifade ederek duygusal boşalma yaşamasıdır.

Düzeltilici duygusal deneyim: Geçmişteki olumsuz ilişki örüntülerinin grup içinde daha sağlıklı biçimde yeniden yaşanmasıdır.

Evrensellik: Bireyin yaşadığı sorunların başkaları tarafından da yaşandığını fark ederek yalnız olmadığını hissetmesidir.

Grup bağlılığı: Grup üyeleri arasında güven, kabul ve aidiyet duygusunun gelişmesidir.

Cevap: A

8. Soruda grupta psikolojik danışmanın **avantajları arasında yer almayan** ifade sorulmaktadır. Grup sürecinde üyeler farklı hızlarda ilerler ve her üyenin aynı düzeyde yarar sağlaması beklenmez. Bu nedenle "her üyeye aynı ölçüde yarar sağlama zorunluluğu" bir avantaj değil, **gerçekçi olmayan bir beklentidir**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Geri bildirimlerin sağladığı olumlu etki: Üyeler birbirlerinden geri bildirim alarak kendilerini daha iyi tanırlar.

Öğrenme ve deneme imkanı sunması: Yeni davranışlar güvenli ortamda denenebilir.

Yardım etmenin iyileştirici gücü: Başkalarına yardımcı olmak bireyin kendisini de iyileştirir.

Kişiler arası etkileşim becerilerinin öğrenilmesi: Grup, sosyal becerilerin gelişmesi için uygun bir ortam sağlar.

Cevap: E

9. Üyelerin ifadelerinde **ölümlülük farkındalığı, yaşamın sınırlılığı, özgürlük ve sorumluluk alma, anlam arayışı** gibi temalar ön plana çıkmaktadır. Bu temalar, Yalom'un terapötik faktörleri içinde **varoluşsal faktörler** olarak adlandırılır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

Katarsis: Yoğun duyguların boşaltılmasıdır.

Evrensellik: Bireyin yalnız olmadığını fark etmesidir.

Sosyal öğrenme: Başkalarının davranışlarını gözlemleyerek öğrenmedir.

Düzeltilici duygusal yaşantı: Geçmişteki olumsuz ilişki örüntülerinin grup içinde daha sağlıklı biçimde yeniden yaşanmasıdır.

Cevap: A

10. Grup lideri, üyelerin geçmişte benzer sorunları aşmış kişilerin deneyimlerini paylaşmalarını sağlayarak, onların **geleceğe dair olumlu beklentiler geliştirmesine ve başa çıkabileceklerine inanmalarına** yardımcı olmaktadır. Bu, danışanlarda iyileşmenin mümkün olduğu inancını güçlendiren **umut aşılama** terapötik faktördür. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Öğrenme ve deneme imkanı: Yeni davranışların güvenli ortamda denenmesini ifade eder.

Yardım etmenin iyileştirici gücü: Başkalarına yardım etmenin birey üzerinde iyileştirici etkisi olmasıdır.

Kişiler arası etkileşim becerilerinin öğrenilmesi: Sosyal becerilerin grup içinde geliştirilmesidir.

Evrensellik: Bireyin yalnız olmadığını fark etmesidir.

Cevap: B

11. Bağlama becerisi, danışanın **farklı zamanlardaki yaşantıları, duygu ve tepkileri arasında ilişki kurmasını sağlamadır**. Özellikle grup sürecinde, önceki oturumlarla mevcut oturum arasında bağlantı kurmak bu becerinin temel göstergesidir. **E seçeneğinde** "Geçen seans paylaştığın öfke tepkisini, bu oturumda yaşadığın benzer bir durumla ilişkilendirebilir misin?" ifadesi, doğrudan **geçmiş oturum ile şu anki yaşantı arasında bağlantı kurdurmaktadır**. Bu, bağlama becerisinin en net örneğidir.

A seçeneğinde: Duygu paylaşımı başlatmaya yöneliktir.

B seçeneğinde: Analiz ve farkındalık vardır, ancak doğrudan bağ kurma vurgusu net değildir.

C seçeneğinde: Genel farkındalık ve sentezleme vardır.

D seçeneğinde: Kıyaslama vardır, ancak bağlama kadar doğrudan ilişkilendirme içermez.

Cevap: E

12. Soruda üyenin **ciddi kaygı ve uyum sorunları yaşadığı, grup sürecine katılmadığı, panik belirtileri gösterdiği ve hatta zaman zaman kendi güvenliğini tehdit edebilecek davranışlar sergilediği** belirtilmektedir. Ayrıca grup müdahalelerinin yetersiz kaldığı ifade edilmiştir. Bu durumda liderin önceliği, grup sürecini sürdürmek değil; **üyenin güvenliğini sağlamak ve ihtiyacına uygun daha yoğun, bireysel ve uzman desteğe yönlendirmek** olmalıdır. Grup çalışması bu düzeydeki klinik ihtiyacı karşılamada yetersizdir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen katılımı teşvik etme: Sorunun ciddiyetine göre yetersiz ve risklidir.

B seçeneğinde belirtilen eşleştirme: Üyenin yoğun kaygı düzeyi için uygun değildir.

C seçeneğinde belirtilen bekleme ve planlama: Acil müdahale gerektiren durumda gecikmeye neden olur.

E seçeneğinde belirtilen zorlayıcı yaklaşım: Kaygıyı artırır ve güvenliğini riske atar.

Cevap: D

13. Soruda liderin **tek bir üyeye odaklanarak onun içsel süreçlerini anlamaya çalıştığı**, ancak bunu yaparken **grup ortamını ve diğer üyeleri de süreçte zemin olarak kullandığı** belirtilmektedir. Amaç; üyelerin kendini ve başkalarını tanıması, değişim yaşaması ve doyum elde etmesidir. Bu özellikler, odağın bireyde olduğu ancak grup sürecinin araç olarak kullanıldığı **birey/gelişim merkezli grup** yapısını tanımlar. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

Etkileşim grubu: Grup üyeleri arasındaki karşılıklı etkileşim ve kişiler arası süreçler merkezdedir.

Kendi kendine yardım grubu: Lider yoktur, üyeler birbirlerine destek olur.

Psikoeğitsel grup: Bilgi verme ve beceri kazandırma ön plandadır.

İşe yönelik grup: Belirli bir görevi tamamlamaya odaklanır.

Cevap: C

14. Soruda liderin yaptığı uygulamalar; **geçmiş deneyimleri gözden geçirme, geri bildirim verme, bitmemiş konuları ele alma, kazanımları günlük yaşama aktarma ve vedalaşma** gibi unsurları içermektedir. Bunların tamamı grupta psikolojik danışmanın **sonlandırma aşamasına** özgüdür ve temel amacı üyelerin **kazandıklarını fark etmesi, pekiştirmesi ve sürecin sağlıklı şekilde tamamlanmasıdır**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen sosyal beceri geliştirme: Daha çok süreç (çalışma) aşamasına aittir.

C seçeneğinde belirtilen hedeflere yönlendirme: Sürecin orta aşamalarına özgüdür.

D seçeneğinde belirtilen test etme: Değerlendirme odaklıdır, sonlandırmanın temel amacı değildir.

E seçeneğinde belirtilen hızlı tamamlama: Terapötik süreçle uyumlu değildir.

Cevap: B

15. Danışman, üyenin hem mevcut oturumdaki paylaşımını hem de **önceki oturumdaki benzer yaşantısını hatırlatarak**, üyenin sürecine dair bir gözlem sunmakta ve bunun onun için zor olabileceğini ifade etmektedir. Bu, danışanın davranışı ve süreci hakkında ona **bilgi verme ve farkındalık kazandırma** niteliği taşır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

Paylaşırma: Bir üyenin yaşantısı ile diğer üyelerin yaşantıları arasındaki benzerlikleri ortaya koymaktır.

Somutluk: Belirsiz ifadeleri netleştirerek daha açık hâle getirmektir.

Asgari düzeyde teşvik: Danışanın konuşmasını sürdürmesi için kısa ve destekleyici ifadeler kullanmaktır.

Derinlemesine inceleme: Sorunun geçmiş, bilinçdışı ve köken boyutlarını araştırmaktır.

Cevap: E

1. Bu soruda psikolojik danışmanın yaklaşımında belirleyici olan nokta, öğrencilerin **"benden beklenen" yerine kendi tercihlerini oluşturmasını sağlamak**, özellikle **karar alma sürecini bizzat yürütmeleri, tercihlerini gerekçelendirmeleri ve aktif özne olmaları** üzerine odaklanılmasıdır. Ayrıca velilere yönelik olarak **yönlendirme rolünün sınırlandırılması** ve öğrencinin **karar sürecinde aktif olması gerektiğinin vurgulanması**, bireyin kendi kararını kendisinin vermesi ve bu kararın sorumluluğunu taşıması gerektiğini gösterir. Bu durum doğrudan **bireysel sorumluluk ilkesi**ne karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Süreklilik ilkesi: Yöneltilmenin yalnızca belirli eğitim kademelerinde değil, okul öncesinden başlayarak birey hakkında toplanan gözlem ve değerlendirmelerin birikimine dayalı olarak sürekli biçimde yürütülmesini ifade eder.

Fırsat eşitliği ilkesi: Her bireyin ilgi, istek ve yeteneklerine uygun şekilde gelişebileceği ve başarılı olabileceği eğitim programlarına yönlendirilmesini esas alır.

Bütünlük ilkesi: Yöneltilmenin yalnızca örgün eğitimle sınırlı kalmayıp yaygın eğitimi de kapsayacak biçimde bir bütünlük içinde yürütülmesini ifade eder.

Gerçekçilik ilkesi: Bireyin ilgi, yetenek, değer ve mevcut koşullarını dikkate alarak gerçekçi ve uygulanabilir mesleki kararlar vermesini ifade eder.

Cevap: D

2. Bu soruda psikolojik danışmanın uygulamasında öne çıkan nokta, mesleki rehberlik çalışmalarının **tek bir sınıf düzeyiyle sınırlı tutulmaması**, bunun yerine **önceki yıllardan elde edilen gözlem notları, gelişimsel değerlendirmeler ve öğretmen geri bildirimlerinin birlikte ele alınmasıdır**. Ayrıca bu bilgilerin öğrencilerin **ilerleyen dönemlerdeki eğitim ve alan seçimlerinde referans olarak kullanılması**, yöneltilmenin zamana yayılan, birikimli ve kesintisiz bir süreç olduğunu göstermektedir. Bu durum mesleki yöneltilmede rehberlik hizmetlerinin **okul öncesinden başlayarak sürekli veri birikimiyle yürütülmesini** ifade eden **süreklilik ilkesine** karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Bütünlük ilkesi: Yöneltilmenin yalnızca örgün eğitimle sınırlı kalmayıp yaygın eğitimi de kapsayacak biçimde, bireyin tüm gelişim alanlarını içine alacak şekilde bir bütünlük içinde yürütülmesini ifade eder.

Bireysel sorumluluk ilkesi: Bireyin mesleki seçimlerde kendi kararını vermesi ve bu kararın sorumluluğunu üstlenmesi gerektiğini vurgular.

Esneklik ilkesi: Bireylerin ilgi, yetenek ve gelişim özelliklerine göre yöneltilme sürecinde değişiklikler yapılabilmesini, farklı seçeneklere geçiş imkânı tanınmasını ifade eder.

Fırsat eşitliği ilkesi: Her bireyin ilgi ve yeteneklerine uygun eğitim ve meslek olanaklarına erişebilmesini ve uygun programlara yönlendirilmesini esas alır.

Cevap: B

3. Bu soruda psikolojik danışmanın uygulamasında belirleyici olan nokta, **tüm öğrencilerin ilgi ve yeteneklerini ortaya koyabilecek araçlara erişebilmesinin sağlanması** ve özellikle **maddi koşullara bağlı farklılıkların oluşmamasına dikkat edilmesidir**. Ayrıca öğrencilerin **okul dışındaki mesleki olanaklar hakkında bilgilendirilmesi** de fırsatlara erişimin genişletilmesi anlamına gelir. Bu durum, her bireyin eşit imkânlarla kendini tanıma ve uygun yönelimi gerçekleştirme hakkına sahip olduğunu vurgulayan **fırsat eşitliği ilkesine** karşılık gelir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Bireysel sorumluluk ilkesi: Bireyin mesleki seçimlerde kendi kararını vermesi ve bu kararın sorumluluğunu üstlenmesini ifade eder.

Süreklilik ilkesi: Yöneltilmenin okul öncesinden başlayarak birey hakkında toplanan verilerin birikimiyle kesintisiz biçimde sürdürülmesini ifade eder.

Bütünlük ilkesi: Yöneltilmenin örgün ve yaygın eğitimi kapsayacak şekilde, bireyin tüm yönleri dikkate alınarak bir bütünlük içinde yürütülmesini ifade eder.

Gerçekçi yöneltilme ilkesi: Bireyin ilgi, yetenek ve mevcut koşulları doğrultusunda gerçekçi ve uygulanabilir mesleki kararlar vermesini ifade eder.

Cevap: C

4. Bu soruda Salman'ın hem çocukluk döneminden itibaren **"insanlarla arasına mesafe koyması"**, **"bağımsız hareket etmeyi tercih etmesi"** hem de seçtiği mesleklerin **bireysel çalışma, sınırlı sosyal etkileşim ve kontrol duygusu** içermesi birlikte ele alınmalıdır. Adlerci yaklaşıma göre bireyin erken yaşantılarıyla şekillenen, düşünme, hissetme ve davranma örüntülerinin bütününe **yaşam tarzı** denir ve bu yapı bireyin meslek seçimlerine de yansır. Salman'ın tutarlı biçimde aynı örüntüyü sürdürmesi, meslek tercihlerini anlamada temel kavramın **yaşam tarzı** olduğunu gösterir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Mesleki benlik: Bireyin kendini mesleki roller içinde nasıl algıladığına ilişkin benlik tasarımıdır; Super'in kuramında merkezi bir kavramdır.

Savunma mekanizmaları: Bireyin kaygıdan korunmak için bilinçdışı düzeyde geliştirdiği psikolojik süreçlerdir; Freudcu yaklaşımın temel kavramları arasındadır.

İlgi alanları: Bireyin hoşlandığı, yöneldiği etkinlik ve uğraşları ifade eder; meslek seçiminde önemli olmakla birlikte Adler'de temel açıklayıcı yapı değildir.

Bilinçdışı etkenler: Davranışları etkileyen farkında olunmayan dürtü ve çatışmaları ifade eder; psikanalitik kuramın temelini oluşturur.

Cevap: C

5. Bu soruda Zeynep'in çocukluk yaşantısında **"duygusal açıdan mesafeli bir ortamda büyümesi"** ve **"sorunlarını kendi başına çözmek zorunda kalması"** vurgulanmakta, yetişkinlikte ise **insanlarla yoğun etkileşim gerektirmeyen mesleklere yönelmesi** bu erken yaşantılarla ilişkilendirilmektedir. Ann Roe'nun kuramına göre bireyin meslek seçimi, çocukluk dönemindeki **ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliği** ile doğrudan bağlantılıdır; özellikle duygusal olarak uzak (soğuk/iğmal edici) ebeveyn tutumları, bireyin insanlarla çalışmaktan kaçınarak **nesne odaklı mesleklere yönelmesine** yol açar. Bu nedenle verilen durum doğrudan **ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliği** kavramıyla açıklanır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

Mesleki olgunluk: Bireyin yaşına ve gelişim dönemine uygun mesleki kararlar alabilme ve kariyer görevlerini yerine getirebilme düzeyini ifade eder.

Öz yeterlik beklentisi: Bireyin belirli bir görevi başarıyla yerine getirebileceğine ilişkin inancını ifade eder; daha çok sosyal bilişsel kariyer kuramında yer alır.

Mesleki benlik algısı: Bireyin kendi özelliklerini mesleklerle ilişkilendirerek oluşturduğu benlik tasarımıdır; Super'in kuramında temel kavramdır.

Kariyer evreleri: Bireyin yaşamı boyunca geçtiği gelişimsel kariyer aşamalarını ifade eder; yine gelişimsel kariyer kuramları kapsamında ele alınır.

Cevap: A

6. Bu soruda psikolojik danışmanın yaklaşımında öne çıkan nokta, öğrencilerin kariyer planlamasında **yalnızca okul içi yaşantılarla sınırlı kalınması**, bunun yerine **okul dışı kurslar, sertifika programları ve farklı öğrenme yaşantılarının birlikte değerlendirilmesi** ve özellikle **farklı eğitim yollarının birbiriyle ilişkili olarak ele alınmasıdır**. Bu durum yöneltmenin sadece tek bir eğitim alanına indirgenmeyip, özgün ve yaygın öğrenme yaşantılarını kapsayacak şekilde **bir bütün olarak ele alınması gerektiğini** gösterir. Bu da doğrudan **bütünlük ilkesine** karşılık gelir. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

Süreklilik ilkesi: Yöneltilmenin okul öncesinden başlayarak birey hakkında toplanan verilerin birikimiyle kesintisiz biçimde sürdürülmesini ifade eder.

Bireysel sorumluluk ilkesi: Bireyin mesleki kararlarını kendisinin vermesi ve bu kararların sorumluluğunu üstlenmesini ifade eder.

Fırsat eşitliği ilkesi: Tüm bireylerin ilgi ve yeteneklerine uygun eğitim ve meslek olanaklarına eşit biçimde erişebilmesini esas alır.

Gelişimsel uygunluk ilkesi: Rehberlik ve yöneltme hizmetlerinin bireyin gelişim dönemine, hazır-bulunurluk düzeyine ve ihtiyaçlarına uygun olarak düzenlenmesini ifade eder.

Cevap: E

7. Bu soruda mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığının **"tek bir karar anı değil, zaman içinde yeniden düzenlenebilen bir süreç"** olduğu ve bireyin kararlarının **gelişimsel dönemleri ve yaşam koşullarıyla birlikte ele alındığı** vurgulanmaktadır. Bu yaklaşım, kariyerin yaşam boyu devam eden dinamik bir süreç olduğunu ve bireyin **değişim ve geçişlere uyum sağlamasının desteklenmesi gerektiğini** ifade eder. Dolayısıyla doğru ifade, bireyin yaşamı boyunca karşılaştığı gelişimsel değişimlere uyumunu temel alan seçenektir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneğinde belirtilen bireyin ilgi ve yeteneklerinin erken yaşlarda belirlenmesi yeterlidir ifadesi, kariyer gelişiminin yaşam boyu devam eden bir süreç olma özelliğini göz ardı eder; bu nedenle yalnızca erken belirleme yeterli değildir, süreç sürekli güncellenmelidir.

C seçeneğinde yer verilen mesleki rollerin aile ve sosyal rollerden ayrı ele alınması ifadesi, kariyer danışmanlığının bireyi bütüncül ele alma yaklaşımına aykırıdır; bireyin yaşam rolleri birbirinden bağımsız düşünülmez.

D seçeneğinde söz edilen kariyer danışmanlığının istihdam sorunlarını doğrudan çözme amaçladığı ifadesi, bu alanın temel işlevini yanlış yansıtır; danışmanlık doğrudan çözüm üretmekten çok bireyin karar verme ve uyum becerilerini geliştirmeye yöneliktir.

E seçeneğinde ifade edilen bireyin kişisel güçlüklerinin dikkate alınmaması durumu, kariyer kararlarının duygusal ve sosyal etmenlerden bağımsız olmadığı gerçeğiyle çelişir; bu tür faktörler süreçte mutlaka ele alınır.

Cevap: A

8. Bu soruda Aslı'nın özellikleri incelendiğinde **"dinlemesini bilen biri olarak tanımlanması", "arabulucu rolünü üstlenmekten hoşlanması", "başkalarına yardımcı olduğunda kendini anlamlı hissetmesi" ve "insanlarla kurduğu ilişkilerden motive olması"** ifadeleri öne çıkmaktadır. John L. Holland'ın tipoloji kuramına göre bu özellikler **sosyal tip** ile örtüşür; sosyal tipte bireyler insanlarla etkileşim kurmayı, yardım etmeyi ve rehberlik etmeyi tercih eder. Bu nedenle Aslı için en uygun meslek **psikolojik danışmanlıktır. Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğinde belirtilen makine mühendisliği, Holland tipolojisine göre **gerçekçi tip** ile ilişkilidir. Bu tipte bireyler daha çok makineler, araçlar ve teknik sistemlerle çalışmayı tercih eder.

C seçeneğinde yer verilen mali müşavirlik, geleneksel tip özellikleriyle örtüşür. Düzen, kayıt tutma, sayısal işlemler ve sistematik çalışma ön plandadır.

D seçeneğinde söz edilen bilgisayar programcılığı, ağırlıklı olarak araştırmacı tip ile ilişkilidir. Analitik düşünme, problem çözme ve teknik beceriler belirleyicidir.

E seçeneğinde ifade edilen endüstri teknisyenliği, gerçekçi tip kapsamında değerlendirilir. Uygulamalı, teknik ve nesne odaklı çalışmalar ön plandadır.

Cevap: B

9. Bu soruda Elif'in durumu incelendiğinde **"ders başarısı yüksek olmasına rağmen belirli alanlara karşı isteksiz olması", "bazı etkinliklerden hoşlanmaması"** ve buna karşılık **"daha az zorlayıcı olsa da bazı etkinlikleri gönüllü olarak sürdürmesi"** dikkat çekmektedir. Ayrıca psikolojik danışmanın özellikle **başarıdan çok hangi etkinlikleri isteyerek yaptığına odaklanması** kritik ipucudur. Bu durum, bireyin bir etkinliğe yönelmesini belirleyen temel unsurun **o etkinliğe karşı duyduğu ilgi** olduğunu gösterir. Dolayısıyla Elif'in meslek seçimini belirgin biçimde etkileyen faktör **ilgidir. Doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneğinde belirtilen yetenek, bireyin bir işi yapabilme kapasitesini ifade eder. Elif'in akademik olarak başarılı olması yeteneğinin yüksek olduğunu gösterir; ancak seçimlerinde belirleyici olan bu değildir.

B seçeneğinde yer verilen akademik başarı, bireyin derslerde gösterdiği performansı ifade eder. Soruda Elif'in başarısının yüksek olduğu belirtilmesine rağmen tercihlerini bu doğrultuda yapmadığı görülmektedir.

D seçeneğinde söz edilen öz-yeterlik, bireyin belirli bir işi başarabileceğine ilişkin inancıdır. Soruda Elif'in başarabileceğine dair inancından çok, yapmak isteyip istememesi ön plandadır.

E seçeneğinde ifade edilen değer, bireyin yaşamda neyi önemli ve anlamlı bulduğunu gösterir. Soruda vurgulanan ise anlamdan ziyade **hoşlanma ve yönelme** durumudur.

Cevap: C

10. Bu soruda Mehmet'in durumu incelendiğinde "**sayısal derslerde başarılı olmasına rağmen bu alanlarda ilerlemenin zor olacağını düşünmesi**", "**geçmişteki başarısızlıklarını genelleterek kanıt göstermesi**" ve özellikle **gerçek performansından çok kendi inançlarına göre karar vermesi** belirleyici ipuçlarıdır. Bu durum, bireyin bir alanda başarılı olup olamayacağına dair **kendi yeterliliğine ilişkin inancının** davranışlarını yönlendirdiğini gösterir. Dolayısıyla burada meslek seçimini etkileyen temel faktör **öz yeterlik algısıdır**. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

İlgi: Bireyin hoşlandığı, yapmaktan zevk aldığı ve yönelme eğilimi gösterdiği etkinlikleri ifade eder.

Kişilik özelliği: Bireyin tutarlı davranış örüntülerini, düşünme ve tepki verme biçimlerini kapsayan genel özellikler bütünüdür.

Kariyer olgunluğu: Bireyin gelişim dönemine uygun olarak mesleki kararlar alabilme, plan yapabilme ve kariyer görevlerini yerine getirebilme düzeyini ifade eder.

Akademik başarı: Bireyin eğitim sürecinde derslere ilişkin performansını ve elde ettiği başarı düzeyini ifade eder.

Cevap: B

11. Bu soruda Ahmet'in meslek seçiminde öne çıkan nokta, "**gelir düzeyi yüksek seçenekleri özellikle ön plana çıkarması**", "**ekonomik güvenceyi vazgeçilmez görmesi**" ve daha az gelir getiren alanları bu nedenle dışlamasıdır. Bu durum, bireyin kararlarını yönlendiren temel unsurun ekonomik güvenlik gibi karşılanması gereken gereksinimler olduğunu gösterir. Dolayısıyla Ahmet'in meslek seçiminde baskın olan faktör **ihtiyaçtır**. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

İlgi: Bireyin hoşlandığı ve yönelme eğilimi gösterdiği etkinlikleri ifade eder.

Kişilik: Bireyin tutarlı davranış, duygu ve düşünce örüntülerinden oluşan özellikler bütünüdür.

Öz-yeterlik: Bireyin belirli bir alanda başarılı olabileceğine ilişkin kendi kapasitesine yönelik inancını ifade eder.

Kariyer olgunluğu: Bireyin gelişim dönemine uygun biçimde mesleki kararlar alabilme ve kariyer planlama becerisini ifade eder.

Cevap: C

12. Bu soruda Derya'nın meslekleri değerlendirirken "**kendime yakıştıramıyorum**" ifadesini kullanması ve **meslek rollerini kendisiyle örtüştürmemesi**, ayrıca süreç içinde **kendi algısının meslekleri değerlendirme biçimini belirlemesi** belirleyici ipuçlarıdır. Bu durum, bireyin kendine ilişkin algısının (kim olduğu, neye uygun olduğu) meslek seçiminde yönlendirici olduğunu gösterir. Dolayısıyla meslek seçimini etkileyen temel faktör **benlik kavramıdır**. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

İlgi: Bireyin hoşlandığı, keyif aldığı ve yönelme eğilimi gösterdiği etkinlikleri ifade eder.

Tutum: Bireyin bir nesneye, duruma ya da mesleğe karşı geliştirdiği öğrenilmiş eğilim ve değerlendirme biçimidir.

Değer: Bireyin yaşamında neyi önemli, anlamlı ve öncelikli gördüğünü belirleyen inançlar bütünüdür.

Yetenek: Bireyin belirli bir alanda öğrenme ve performans gösterme kapasitesini ifade eder.

Cevap: A

13. Bu soruda Şirin'in "**yalnızca ilgi ve becerileriyle sınırlı kalmayıp**", **mesleklerin toplumsal statüsü, ekonomik getirisi ve yaşam biçimini de dikkate alması** kritik ipuçlarıdır. Eli Ginzberg'in mesleki gelişim kuramına göre 11-17 yaş aralığını kapsayan **geçici dönem** üç alt evreden oluşur: **ilgi (11-12 yaş), yetenek (13-14 yaş) ve değer (15-16 yaş) dönemleri**. Şirin'in **statü, gelir ve yaşam biçimi gibi ölçütleri değerlendirmesi**, meslekleri değerler üzerinden ele aldığını gösterir ve bu durum **değer dönemine (15-16 yaş)** karşılık gelir. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

İlgi dönemi: Yaklaşık 11-12 yaş aralığında görülür. Birey meslekleri yalnızca hoşlanma ve hoşlanmama ölçütüne göre değerlendirir.

Yetenek dönemi: Yaklaşık 13-14 yaş aralığını kapsar. Birey meslekleri kendi becerileri ve yapabilirliği açısından değerlendirmeye başlar.

Geçiş dönemi: Geçici dönem ile gerçekçi dönem arasında yer alır; birey daha gerçekçi değerlendirmelere yönelmeye başlar.

Belirleme: Gerçekçi dönemin bir aşamasıdır. Birey meslek seçeneklerini daraltır ve daha kesin kararlar vermeye yönelir.

Cevap: C

14. Bu soruda Burak'ın "farklı meslek seçeneklerini değerlendirmesine rağmen karar **verememesi**", "**mesleklerle ilgili bilgi edinmeyi ertelemesi**" ve özellikle **kariyerle ilgili gelişimsel görevleri yerine getirmekte güçlük yaşaması** belirleyici ipuçlarıdır. Bu durum, bireyin yaşına uygun biçimde mesleki kararlar alabilme, plan yapabilme ve gerekli görevleri yerine getirebilme düzeyini ifade eden **kariyer olgunluğu** kavramıyla açıklanır. Burak'ın yaşadığı güçlük, kariyer gelişim görevlerini yerine getirme düzeyinin yetersiz olduğunu gösterir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Öz-yeterlik: Bireyin belirli bir alanda başarılı olabileceğine ilişkin kendi kapasitesine yönelik inancını ifade eder.

İlgi: Bireyin hoşlandığı, keyif aldığı ve yönelme eğilimi gösterdiği etkinlikleri ifade eder.

Kişilik: Bireyin tutarlı davranış, duygu ve düşünce örüntülerinden oluşan özellikler bütünüdür.

Tutum: Bireyin bir mesleğe ya da duruma yönelik geliştirdiği öğrenilmiş eğilim ve değerlendirme biçimidir.

Cevap: D

15. Bu soruda Selim'in "**insanlara doğrudan yardım etmenin vazgeçilmez olması**", "**duygusal yakınlık kuramadığında doyumsuzluk yaşaması**" ve özellikle bu yönelimin **erken yaşantılardaki doyum örüntüleriyle ilişkilendirilmesi** belirleyici ipuçlarıdır. Ann Roe'nun kuramına göre bireyin çocukluk döneminde yeterince doyurulamayan gereksinimleri, ileriki yaşamda meslek seçiminde telafi edilmeye çalışılır. Bu nedenle Selim'in insanlara yakınlık kurabileceği mesleklere yönelmesi, **doyurulmamış psikolojik gereksinimlerin** etkisini gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Toplumsal beklentiler: Bireyin ailesi, çevresi ve toplum tarafından yönlendirilen beklentilere göre meslek seçimini şekillendirmesini ifade eder.

Mesleki değerler: Bireyin meslekten ne beklediğini (gelir, statü, yardım etme, bağımsızlık gibi) belirleyen önceliklerdir.

Akademik başarı düzeyi: Bireyin eğitim sürecindeki performansını ve derslerdeki başarısını ifade eder.

Mesleki karar verme becerisi: Bireyin meslek seçeneklerini değerlendirme, karşılaştırma ve uygun seçim yapabilme yeterliğini ifade eder.

Cevap: B

1. Bu soruda belirleyici nokta, Alev'in meslek seçiminde **performans gösterebileceği alanlardan çok meslekten ne beklediğine odaklanmasıdır**. Topluma katkı, anlam bulma ve çalışma düzeni gibi ölçütleri önceliklendirmesi; hatta gelir ve statüyü geri plana atabilmesi, meslekten beklentileri ifade eden **mesleki değerler** kavramına karşılık gelir. **Cevap D seçeneğidir.**

Yetenek: Öğrenme gücü ve bir işi diğerlerine göre daha hızlı ve başarılı yapabilme kapasitesidir; Alev'in sayısal alandaki başarısı bunu gösterir ancak tercihlerini belirleyen unsur bu değildir.

İlgi: Bireyin hoşlandığı etkinliklere yönelimidir; burada vurgu hoşlanmadan çok meslekten beklentilere yöneliktir.

Öz yeterlik algısı: Bireyin bir işi başarabileceğine ilişkin inancıdır; Alev bu inanca sahip olsa da seçimlerini buna göre yapmamaktadır.

Kariyer olgunluğu: Bireyin yaşına uygun karar verme ve planlama düzeyidir; Alev'in sorunu karar verememe değil, değerlerine göre tercih yapmasıdır.

Cevap: D

2. Hande'nin gelişimsel özellikleri incelendiğinde; okul öncesinde **meslekleri oyun yoluyla denemesi (rol oynama)**, ilkokulda **ilgi ve hoşlanma farkındalığı geliştirmesi** ve **benlik algısının şekillenmesi**, ancak henüz gerçekçi ve kalıcı bir meslek kararı vermemesi dikkat çekmektedir. Bu özellikler, Donald Super'in kuramında 0-14 yaş aralığını kapsayan **büyüme döneminin** tipik özellikleridir. Bu evrede birey benlik kavramını geliştirir ve mesleklere yönelik ilk farkındalıklarını kazanır. **Cevap B seçeneğidir.**

Araştırma dönemi: 15-24 yaş aralığında bireyin meslekleri denediği ve geçici seçimler yaptığı dönemdir; Hande bu aşamada değildir.

Yerleşme dönemi: 25-44 yaş aralığında bireyin bir mesleğe yerleşip ilerleme sağladığı dönemdir.

Koruma dönemi: 45-64 yaş aralığında mevcut mesleki konumu sürdürme çabası öne çıkar.

Çöküş dönemi: 65 yaş ve sonrasında işten çekilme ve emeklilik sürecini kapsar.

Cevap: B

3. Ekin'in kendini ifade etmeye önem vermesi, resim-yazı-müzik gibi alanlarda kendini özgür hissetmesi, estetik duyarlılığının yüksek olması ve katı kurallardan hoşlanmaması; **yaratıcılık, özgürlük ve estetik yönelimi** vurgular. Bu özellikler, Holland'ın kuramında **artistik tip** ile örtüşür. Artistik tipte bireyler yapılandırılmamış, yaratıcı ve estetik yönü olan mesleklere yönelir. Seçenekler içinde bu özelliklere en uygun meslek iç mimarlıktır. **Cevap B seçeneğidir.**

Muhasebeci: Düzen, kurallar ve sayısal işlemler ön plandadır; artistik özelliklerle uyumlu değildir.

Banka memuru: Rutin, yapılandırılmış ve kurallı iş ortamı içerir; yaratıcılık sınırlıdır.

Lojistik uzmanı: Planlama, organizasyon ve sistematik çalışma gerektirir; artistik özelliklerle örtüşmez.

İnsan kaynakları uzmanı: Daha çok sosyal etkileşim ve organizasyon becerileri gerektirir; artistik yön baskın değildir.

Cevap: B

4. Ann Roe'nun mesleki kariyer yaklaşımına göre meslekler, bireyin yönelimine bağlı olarak iki temel grupta ele alınır: **insanlara yönelik meslekler** (insanlarla etkileşim, yardım etme, iletişim kurma gibi süreçleri içeren alanlar) ve **insanlara yönelik olmayan meslekler** (nesnelerle, makinelerle ya da soyut sistemlerle çalışmayı içeren alanlar). Bu ayrım, bireyin çocukluk yaşantılarıyla gelişen ihtiyaç yönelimleriyle ilişkilidir. Yıldız'ın "insanlarla çalışmak" ile "nesneler ve soyut sistemlerle çalışmak" arasında net bir ayrım yapması, doğrudan bu sınıflamaya karşılık gelmektedir. **Cevap E seçeneğidir.**

Mesleklerin gelişim evreleri: Roe'nun kuramı gelişim dönemlerinden çok mesleklerin yönelim temelli sınıflandırılmasına odaklanır.

Mesleklerin eğitim süresi: Eğitim düzeyi bu kuramın temel ayırt edici boyutu değildir.

Mesleklerin toplumsal statüsü: Statü, Roe'nun sınıflamasında merkezi bir ölçüt değildir.

Mesleklerin ekonomik getirisi: Gelir düzeyi kuramın açıklayıcı boyutlarından biri değildir.

Cevap: E

5. Fatoş'un arkadaşlarıyla yaşanan sorunlarda baş vurulan kişi olması, akran desteğine gönüllü katılması, insanları dinlemeyi ve onlarla bire bir iletişim kurmayı sevmesi; **yardım etme, kişilerarası ilişki kurma ve iletişim odaklı olma** özelliklerini göstermektedir. Bu özellikler Holland'ın kuramında **sosyal tip** ile örtüşür. Sosyal tipte bireyler insanlarla çalışmayı, yardım etmeyi ve rehberlik etmeyi tercih eder. **Cevap B seçeneğidir.**

Gerçekçi tip: Daha çok araçlar, makineler ve fiziksel etkinliklerle çalışmayı tercih eder; kişilerarası yardım odaklı değildir.

Sanatçı tip: Yaratıcılık ve kendini ifade etme ön plandadır; sosyal yardım ve rehberlik baskın değildir.

Gelenekçi tip: Düzen, kurallar ve büro işleri ön plandadır; insanlara yardım etme temel motivasyon değildir.

Aydın (araştırmacı) tip: Analiz, gözlem ve bilimsel düşünme ön plandadır; kişilerarası destek süreçleri baskın değildir.

Cevap: B

6. Can'ın belirli alanlarda **diğerlerine göre daha hızlı öğrenmesi, karmaşık problemleri kısa sürede çözebilmesi** ve gösterdiği performansın **aldığı eğitim ve harcadığı çabanın üzerinde olması** vurgulanmaktadır. Buna karşılık bu alanlara yönelik belirgin bir ilgisinin olmaması özellikle belirtilmiştir. Bu durum, bireyin bir işi öğrenme ve yüksek düzeyde yapabilme kapasitesini ifade eden **yetenek** kavramını gösterir. **Cevap E seçeneğidir.**

İlgi: Bireyin hoşlandığı etkinliklere yönelimidir; Can bu alanlara karşı istekli olmadığını belirtmektedir.

Mesleki değerler: Bireyin meslekten beklentilerini (anlam, statü, gelir vb.) ifade eder; soruda bu yönde bir vurgu yoktur.

Öz yeterlik algısı: Bireyin başarabileceğine dair inancıdır; burada vurgulanan inanç değil, fiili performanstır.

Kariyer olgunluğu: Bireyin yaşına uygun karar verme ve planlama düzeyidir; Can'ın problemi karar süreciyle ilgili değildir.

Cevap: E

7. Deniz'in anlatımında meslek seçimini etkileyen değişkenler açıkça verilmiştir: sayısal derslerde yüksek başarı (**yetenek ve akademik başarı**), insanlara yardım etme ve toplumsal fayda sağlama isteği (**mesleki değerler**), ailenin "saygın meslek" beklentisi (**aile etkisi**) ve çevredeki başarılı kişilerin etkisi (**rol model ve sosyal öğrenme**). Ancak **mesleki olgunluk düzeyinin kronolojik yaşla bire bir örtüşmesi** şeklinde bir ifade, Deniz'in anlatımında yer almadığı gibi kuramsal olarak da doğru bir ilişki değildir; mesleki olgunluk yaşla paralel ilerleyebilir fakat bire bir örtüşmek zorunda değildir. **Cevap E seçeneğidir.**

Akademik yetenek ve okul başarısı: Deniz'in sayısal derslerde yüksek başarı göstermesi bu faktörün etkili olduğunu gösterir.

Mesleki değerler ve yaşam amaçları: İnsanlara yardım etme ve toplumsal fayda sağlama isteği bu boyutu yansıtır.

Ailenin beklenti ve yönlendirmesi: Ailenin dokümanlık yönündeki beklentisi açıkça belirtilmiştir.

Rol model etkisi ve sosyal öğrenme: Çevresindeki başarılı kişilerin etkilenmesi bu faktörü gösterir.

Cevap: E

8. Yeliz'in çocukluk yaşantısı, Ann Roe'nun kuramında tanımlanan ebeveyn tutumlarıyla birlikte değerlendirilmelidir. Roe, ebeveyn tutumlarını **kabul edici (sevgi ve destek veren, bağımsızlığı teşvik eden), aşırı koruyucu (çocuğu kısıtlayan ve bağımlı kılan) ve reddedici (duygusal uzaklık gösteren, ihtiyaçları karşılamayan)** olmak üzere ele alır. Yeliz'in hem desteklenmesi hem de bağımsız hareket etmesine izin verilmesi, doğrudan kabul edici tutuma karşılık gelir. Bu tür yaşantılar bireyin farklı alanlara esnek biçimde yönelmesine zemin hazırlar. **Cevap B seçeneğidir.**

Aşırı koruyucu: Bağımsızlık sınırlandırılır; Yeliz'in deneyimi bunun tersidir.

Reddedici: Duygusal uzaklık ve ihtiyaçların karşılanmaması söz konusudur; burada destekleyici bir ortam vardır.

Baskıcı: Katı kontrol ve yönlendirme ön plandadır; bağımsızlık teşvik edilmez.

İhmal edici: İlgi ve bakım yetersizdir; Yeliz'in yaşantısı bunu yansıtmaz.

Cevap: B

9. Psikolojik danışmanın Pelin'e çeşitli etkinlikleri sunup "bunları yapmaktan ne kadar keyif aldığını" işaretlemesini istemesi, bireyin **hangi etkinliklerden hoşlandığını ve yönelme eğilimi gösterdiğini** belirlemeye yöneliktir. "Yeni bir dil öğrenmek, alet tamir etmek, açık havada vakit geçirmek" gibi maddelere verilen heyecan tepkisi, doğrudan **ilgileri** yansıtır. **Cevap B seçeneğidir.**

Yetenek: Bireyin bir işi ne kadar iyi yapabildiğini gösterir; burada performans değil, hoşlanma düzeyi ölçülmektedir.

Mesleki değer: Bireyin meslekten beklentilerini (anlam, gelir, statü vb.) ifade eder; soruda bu tür beklentiler yoktur.

Kişilik özellikleri: Bireyin genel davranış örüntüleridir; burada belirli etkinliklere yönelik tercih ölçülmektedir.

Akademik başarı: Okul performansını ifade eder; soruda akademik değerlendirme yapılmamaktadır.

Cevap: B

10. Ayşe Hanım'ın özellikleri incelendiğinde; insanlarla birlikte çalışmaktan enerji alması dışa dönük, somut ve gözlemlenebilir bilgilere odaklanması duyumsal, karar verirken ilişkileri ve duyguları esas alması duygu odaklı ve düzenli-planlı çalışmayı önemsemesi yargılayıcı özellikleri gösterir. Bu özelliklerin birleşimi, insanlarla etkileşim içinde olmaktan beslenen, kararlarında empati ve ilişkileri merkeze alan, somut verilere dayalı düşünen ve yaşamını planlı-örgütlü biçimde sürdüren bir kişilik yapısını ifade eder. Bu bütün yapı **dışa dönük / duyumsal / duygu odaklı / yargılayıcı kişilik tipine** karşılık gelir. Bu nedenle **cevap A seçeneğidir.**

İçe dönük / sezgisel / duygu odaklı / algılayıcı: İçe dönük bireyler enerjilerini iç dünyalarından alır; sezgisel olanlar somut verilerden çok anlam ve olasılıklara yönelir; duygu odaklı olanlar ilişkileri esas alır; algılayıcı olanlar ise esnek ve plansız hareket etmeye yatkındır.

Dışa dönük / sezgisel / düşünce odaklı / algılayıcı: Dışa dönük bireyler sosyal etkileşimden beslenir; sezgisel olanlar soyut düşünmeye yönelir; düşünce odaklı olanlar mantık temelli karar verir; algılayıcı olanlar esnek ve spontane davranır.

İçe dönük / duyumsal / düşünce odaklı / yargılayıcı: İçe dönük bireyler içsel süreçlere yönelir; duyumsal olanlar somut gerçeklere odaklanır; düşünce odaklı olanlar nesnellik ve mantığı esas alır; yargılayıcı olanlar planlı ve düzenlidir.

Dışa dönük / duyumsal / düşünce odaklı / algılayıcı: Dışa dönük bireyler sosyal ve hareketlidir; duyumsal olanlar anlık gerçeklere odaklanır; düşünce odaklı olanlar mantıkla karar verir; algılayıcı olanlar esnek ve spontane hareket eder.

Cevap: A

11. Devrim'in yaşantısında birden fazla faktör birlikte etkili görünmektedir: ailesinin meslekleri ve yönlendirmeleri (**aile etkisi**), özel kurslar ve yurt dışı kampları gibi olanaklara erişebilmesi (**sosyoekonomik düzey**) ve kendi ifadesiyle çocuklarla drama çalışmaları yaparken doyum yaşaması (**ilgi**). Bu üç değişken birlikte ele alındığında, Devrim'in kariyer gelişimini hem çevresel hem bireysel boyutta açıklayan doğru kombinasyon ortaya çıkar.

Cevap: D

12. Ceren'in pilotluğu tamamen imkânsız görmemesine rağmen **yaşam tarzı beklentileri (evlilik, çocuk, düzenli yaşam)** nedeniyle geri plana itmesi, Gottfredson'un kuramında **uzlaşma** sürecine karşılık gelir. Uzlaşma, bireyin başlangıçta kendine uygun gördüğü meslekleri; **ulaşılabilirlik, yaşam koşulları, aile beklentileri ve kişisel sınırlılıklar** gibi gerçekliklerle karşılaştırarak yeniden değerlendirmesi ve daha gerçekçi seçeneklere yönelmesidir. Bu süreçte birey ideal tercihinden tamamen vazgeçmeyebilir, ancak onu geri planda tutarak daha uygulanabilir alternatiflere yönelir. **Cevap B seçeneğidir.**

Sınırlandırma: Mesleklerin toplumsal prestij, cinsiyet rolleri gibi ölçütlere göre erken dönemde daraltılmasıdır.

Rol kuramı: Bireyin yaşamındaki farklı rolleri (eş, ebeveyn, çalışan vb.) dengelemesini açıklar.

Kariyer benlik kavramı: Bireyin kendilik algısını meslek seçimine yansıtmasıdır.

Planlı rastlantı: Beklenmedik fırsat ve şansın kariyer seçimindeki rolünü vurgular.

Cevap: B

13. Kariyer danışmanlığı yalnızca meslek seçimiyle sınırlı olmayan; bireyin yaşam boyu kariyer gelişimini, iş yaşamındaki uyum süreçlerini, rol değişimlerini ve psikososyal faktörleri kapsayan geniş bir süreçtir. Bu nedenle kariyer danışmanlığını sadece alan ve meslek seçimine indirgemek kuramsal olarak yanlıştır. **Cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğinde, bireyin ilgi, yetenek, değer ve kişilik özelliklerini belirlemek için ölçme araçları ve yapılandırılmamış tekniklerin kullanılabileceği ifade edilmiştir; bu kariyer danışmanlığının temel uygulamalarındandır.

C seçeneğinde, kariyer danışmanlığının yaşam boyu süren geçişleri ve uyum süreçlerini kapsadığı belirtilmiştir; bu doğru bir ifadedir.

D seçeneğinde, bireyin güçlü yönlerini ve çevresel olanaklarını fark edip kullanmasının hedeflendiği ifade edilmiştir; bu da sürecin önemli amaçlarındandır.

E seçeneğinde, kariyer danışmanlığının etik ilkelere dayalı yürütüldüğü belirtilmiştir; bu doğru bir ilkedir.

Cevap: B

14. Emine Hanım'ın yaşadığı görev değişikliği, kendi isteği dışında ve kurumun yeniden yapılandırılması gibi dışsal bir durum sonucu gerçekleşmiştir. Bu nedenle süreç **beklenmeyen** (bireyin öngörmediği ve planlamadığı), **olaylı** (belirli bir dışsal olaya bağlı olarak ortaya çıkan) ve **gönülsüz** (bireyin isteği dışında gerçekleşen) bir kariyer geçişidir. **Cevap E seçeneğidir.**

Beklenen: Bireyin gelişim süreci içinde öngörüle-bilen ve planlanabilen kariyer değişimleridir.

Olaysız: Belirli bir olay ya da kırılma olmadan, gelişimsel süreç içinde gerçekleşen geçişlerdir.

Gönüllü: Bireyin kendi isteği doğrultusunda gerçekleşen kariyer değişimleridir.

Cevap: E

15. Can Bey'in özellikleri incelendiğinde; **yalnız başına çalışırken daha üretken olması** içe dönük, **yeni fikirler ve olasılıklar üzerinde düşünmeyi sevmesi** sezgisel, **kararlarında kişisel değerlerinin etkili olması** duygu odaklı ve **katı planlardan kaçınıp süreci akışına bırakması** algılayıcı özellikleri gösterir. Bu özelliklerin birleşimi, iç dünyasına yönelen, soyut ve olasılık temelli düşünen, kararlarında değer ve anlamı merkeze alan ve esnek-spontane hareket eden bir kişilik yapısını ifade eder. Bu bütün yapı **iche dönük / sezgisel / duygu odaklı / algılayıcı kişilik tipine** karşılık gelir. **Cevap B seçeneğidir.**

Dışa dönük / duyumsal / duygu odaklı / yargılayıcı: Dışa dönük; sosyal etkileşimden beslenir. Duyumsal; somut gerçeklere odaklanır. Duygu odaklı; ilişkileri esas alır. Yargılayıcı; planlı ve düzenlidir.

İçe dönük / duyumsal / düşünce odaklı / algılayıcı: İçe dönük; içsel süreçlere yönelir. Duyumsal; somut verilere dayanır. Düşünce odaklı; mantık temelli karar verir. Algılayıcı; esnek ve spontane hareket eder.

Dışa dönük / sezgisel / düşünce odaklı / yargılayıcı: Dışa dönük; sosyal ve dışa yöneliktir. Sezgisel; soyut düşünür. Düşünce odaklı; mantığı esas alır. Yargılayıcı; planlı ve yapılandırılmıştır.

İçe dönük / sezgisel / düşünce odaklı / yargılayıcı: İçe dönük; iç dünyaya yönelir. Sezgisel; olasılıklara odaklanır. Düşünce odaklı; mantık temellidir. Yargılayıcı; planlı ve düzenlidir.

Cevap: B

1. Seray'ın özellikleri incelendiğinde; düzenli ve planlı ortamlarda verimli olması, işlerin önceden tanımlı ve sınırlarının net olmasını tercih etmesi, evrak düzenleme, kayıt tutma ve takip gerektiren görevlerde kendini başarılı bulması ve belirsizlikten kaçınması **gelenekçi tip** özelliklerini yansıtır. Gelenekçi tipte bireyler yapılandırılmış, kurallı ve düzenli ortamlarda çalışmayı tercih eder; ayrıntıya dikkat eder, sistemli ve organize çalışır, veri düzenleme ve büro işlerinde başarılıdır ve belirsizlikten kaçınma eğilimi gösterir. Bu özelliklere en uygun meslek büro memurluğudur. **Cevap A seçeneğidir.**

Grafik tasarımcı: Yaratıcılık, özgünlük ve estetik ön plandadır; bu meslek sanatçı tip ile ilişkilidir.

Satış yöneticisi: İnsanları etkileme, ikna etme ve liderlik becerileri gerektirir; bu meslek girişimci tip ile ilişkilidir.

Gazeteci: Araştırma, analiz etme ve bilgiye ulaşma süreçleri ön plandadır; bu meslek araştırmacı tip ile ilişkilidir.

Drama eğitmeni: Kendini ifade etme, yaratıcılık ve sahneleme ön plandadır; bu meslek sanatçı tip ile ilişkilidir.

Cevap: A

2. Öğrencinin "insanlarla iletişim kurmayı seviyorum, kendimi ifade etmede iyiyim" gibi özelliklerinden yola çıkarak psikolojik danışmanlığı kendine uygun görmesi, **benlik algısını mesleğe yansıtmıştır**. Bu durum, meslek seçimini bireyin benlik kavramının bir ifadesi olarak ele alan Super'in kuramıyla açıklanır. Super'e göre birey "ben kimim?" sorusuna verdiği yanıt doğrultusunda meslek seçer; kariyer gelişimi yaşam boyu sürer ve birey farklı yaşam rollerini (öğrenci, çalışan, aile üyesi vb.) dengeleyerek kariyerini şekillendirir. **Cevap E seçeneğidir.**

O'Hara ve Tiedeman: Kariyer gelişimini bir **kimlik gelişimi ve karar verme süreci** olarak ele alır. Süreç "ayrıştırma" (seçenekleri değerlendirme) ve "bütünleştirme" (kararı benlikle uyumlu hale getirme) aşamalarından oluşur. Ayrıca bekleme-hazırlık ve uygulama-uyum dönemleri vurgulanır.

Roe: Meslek seçimini **çocukluk yaşantıları ve ebeveyn tutumları** ile açıklar. Kabul edici, aşırı koruyucu ve reddedici tutumlar bireyin insanlara

yönelik ya da olmayan mesleklere yönelmesini etkiler.

Ginzberg ve arkadaşları: Meslek seçimini **gelişimsel dönemler** halinde ele alır: fantezi, deneme ve gerçekçi dönem. Birey zamanla daha gerçekçi seçimlere yönelir.

Parsons: Meslek seçimini **özellik-faktör yaklaşımı** ile açıklar. Bireyin ilgi, yetenek ve özellikleri ile mesleklerin gerekliliklerinin **bilimsel ve sistematik biçimde eşleştirilmesi** esastır.

Cevap: E

3. Serap'ın üniversiteyi kazandıktan sonra hem eğitimine devam etmesi hem de mesleğin çalışma koşulları, iş olanakları ve gerçek yaşam gerekliliklerini **daha gerçekçi biçimde değerlendirme-ye başlaması**, Super'in **araştırma (14-24 yaş)** evresi içinde yer alan bir alt basamağı gösterir. Bu evrede alt basamaklar; **deneme (14-18 yaş)**, **geçiş (19-21 yaş)** ve **sınama ve izleme (22-24 yaş)** şeklindedir.

Serap'ın içinde bulunduğu durum özellikle **"akademik eğitim ile meslek yaşamı arasındaki ilişkiyi fark etme"** ve **"gerçekçi değerlendirme yapma"** vurgularını içerir. Bu özellikler, bireyin belirli bir meslek alanına yönelip bu alana hazırlık sürecine girdiği, benlik kavramını uygulamaya koymaya başladığı **geçiş basamağı (19-21 yaş)** ile örtüşür. Bu basamakta birey artık daha gerçekçi düşünür ve eğitim-meslek bağlantısını kurar. Bu nedenle **cevap E seçeneğidir.**

Hayal basamağı (4-10 yaş): Meslekler hayal ve oyun düzeyinde ele alınır.

İlgi basamağı (11-12 yaş): Hoşlanılan etkinlikler belirleyicidir.

Geçici (deneme) basamağı (14-18 yaş): Seçimler yapılıp ancak değişkendir ve deneme niteliğindedir.

Sınama ve izleme basamağı (22-24 yaş): Birey işe girer ve seçtiği mesleği doğrudan uygulayarak test eder.

Cevap: E

4. Hasan, meslek seçimini yalnızca ilgi ve becerilerine değil, **çocukluk döneminde eksik kalan duygusal gereksinimlerini fark ederek bunları karşılamaya yönelmesine** dayandırmaktadır. Ann Roe'nun kuramına göre bireyler, erken yaşantılarında doyurulamayan ihtiyaçlarını meslek seçimleri aracılığıyla telafi etmeye çalışırlar. Hasan'ın bu farkındalığı, mesleği bir **psikolojik doyum sağlama aracı** olarak gördüğünü gösterir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

- A) Mesleki kararlılık:** Meslek seçiminde kararın sürekliliği ve istikrarını ifade eder. Hasan'ın vurgusu kararın istikrarına değil, kararın dayandığı duygusal ihtiyaçlara yöneliktir.
- C) Sosyal öğrenme:** Meslek seçiminde model alma ve çevresel etkilerle öğrenmeyi ifade eder. Hasan çevresel öğrenmeden değil, içsel ihtiyaçlarından söz etmektedir.
- D) Kariyer uyumu:** Meslek ile birey özellikleri arasındaki uygunluğu ifade eder. Hasan'ın durumu uyumdan değil, ihtiyaç temelli yönelimden kaynaklanmaktadır.
- E) Mesleki yetkinlik:** Bireyin mesleği yapabilme kapasitesini ifade eder. Hasan becerilerinden çok duygusal gereksinimlerini temel almaktadır.

Cevap: B

5. Kerem, kendi **akademik özellikleri** (sözel alanda yetersizlik, sayısal alanda güçlülük) ile **ekonomik gerçekliği** (sınırlı aile geliri) arasında uyumsuz bir hedef belirlemiştir. Kariyer danışmanlığında temel amaç, bireyin **kendini** (ilgi, yetenek, değer) ve **çevresel koşullarını** (ekonomik durum, eğitim süresi, fırsatlar) birlikte değerlendirerek **gerçekçi kararlar** almasına yardımcı olmaktır. Bu nedenle danışmanın öncelikli görevi Kerem'in bu değişkenleri **birlikte değerlendirmesini sağlamak** olmalıdır. **Cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğinde, danışmanın **aileyi ikna etmesi** vurgulanmaktadır; bu durum danışanın **karar sürecine dış müdahale** içerir ve kariyer danışmanlığının danışan merkezli yapısına uygun değildir.

C seçeneğinde, danışanın **hedefinden vazgeçirilmesi** amaçlanmaktadır; bu yaklaşım **yönlendiricidir** ve danışanın özerkliğini zedeler.

D seçeneğinde, **ders çalışma becerilerine** odaklanılmıştır; bu akademik destek kapsamındadır ancak temel sorun **kariyer kararı verme** sürecidir.

E seçeneğinde, yalnızca **puan temelli tercih** vurgulanmıştır; bu yaklaşım bireyin **çok boyutlu değerlendirilmesini** göz ardı eder.

Cevap: B

6. Esra'nın birinci durumda **zor görevleri bile başarabileceğine inanması**, öz-yeterliğin **düzey** boyutunu gösterir; çünkü **düzey**, bireyin **hangi zorluk derecesindeki görevleri başarabileceğine ilişkin inancını** ifade eder. İkinci durumda ise, çevresel telkinlere rağmen bu inancı **sürdürmesi**, öz-yeterliğin **güç** boyutuna karşılık gelir; çünkü **güç**, bu inancın **engel ve baskılara rağmen ne kadar kararlı biçimde devam ettirildiği** ile ilgilidir. Bu boyutlar, Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı kapsamında, Albert Bandura'nın öz yeterlik kavramına dayalı olarak ele alınmaktadır. **Cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğinde, **düzey** ve **genellik** verilmiştir. **Genellik**, yetkinlik inancının **farklı alanlara yayılmasıdır**; Esra'nın durumunda alan çeşitliliği değil, **görev zorluğu** vurgulanmaktadır.

C seçeneğinde, **genellik** ve **güç** verilmiştir. İlk durumda **alanlar arası yayılım** yoktur; Esra'nın inancı belirli bir alandaki **zor görevleri başarma düzeyi** ile ilgilidir.

D seçeneğinde, **güç** ve **genellik** verilmiştir. İlk durum **direnç ve kararlılık** değil, **zorluk düzeyine ilişkin inançtır**.

E seçeneğinde, **genellik** ve **düzey** verilmiştir. İkinci durumda **alan çeşitliliği** değil, **inancın sürdürülmesi (güç)** söz konusudur.

Cevap: B

7. Araştırmada öğrencilerin, özellikle kız öğrencilerin, bazı meslekleri **toplumsal cinsiyet kalıp yargıları nedeniyle daha en baştan değerlendirmeye dışı bırakmaları**, Linda Gottfredson'un kuramında yer alan **sınırlandırma sürecine** karşılık gelir. Bu süreçte bireyler, meslekleri **ilgi ve yeteneklerinden bağımsız olarak** toplumsal olarak uygun görülen kategorilere göre daraltır ve bazı seçenekleri bilişsel olarak eler. Bu nedenle araştırma bulguları, meslek seçiminin **erken gelişen toplumsal kategoriler doğrultusunda seçeneklerin dışlanmasıyla başladığını** vurgulayan var sayımı desteklemektedir. **Cevap A seçeneğidir.**

B seçeneğinde, meslek seçimi **kişilik tipi-çevre uyumu** ile açıklanır. Bu yaklaşım John Holland'a aittir. Soruda kişilik uyumu değil, **toplumsal sınırlama** vurgulanmaktadır.

C seçeneğinde, mesleklerin **ekonomik getiriye göre sıralanması** ifade edilir. Araştırmada ekonomik kazanç değil, **toplumsal uygunluk algısı** belirleyicidir.

D seçeneğinde, mesleki gelişim **yaşam boyu rollerin değişimi** ile açıklanır. Bu yaklaşım Donald Super'a aittir. Soruda gelişimsel süreç değil, **erken bilişsel eleme** vardır.

E seçeneğinde, meslek seçimi **bilinçdışı çatışmaların yansması** olarak ele alınır. Bu açıklama Ann Roe'ya dayanır. Soruda psikodinamik süreç değil, **toplumsal kategorilere dayalı dışlama** söz konusudur.

Cevap: A

8. Kariyer danışmanlığı sürecinde bireyin meslek seçimi ve karar verme süreci, yalnızca tek bir değışkene değil; **kişisel, sosyal ve ekonomik boyutların birlikte değerlendirilmesine** dayanır. Bu bağlamda bireyin hem **yaşam rolleriyle uyum**, hem **ekonomik gerçeklikler**, hem de **meslekte ilerleme olanakları** gibi çok boyutlu faktörleri dikkate alması beklenir. **Cevap E seçeneğidir.**

I. öncül: Seçilen mesleğin **yaşam rolleriyle uyumu**, bireyin iş, aile ve sosyal roller arasında denge kurabilmesi açısından temel bir kariyer değışkenidir.

II. öncül: Mesleğin **ekonomik getiri ve iş güvencesi**, bireyin yaşamını sürdürebilmesi ve mesleki doyumunu etkileyen önemli çevresel faktörlerdendir.

III. öncül: Meslekte **yükselme ve gelişim olanakları**, bireyin uzun vadeli kariyer planlamasında ve kendini gerçekleştirmesinde belirleyici rol oynar.

Cevap: E

9. Derya Hanım'ın ekip çalışmalarında **aktif rol almayı sevmesi dışa dönüklük**, yeni fikirler üretmekten ve olasılıkları tartışmaktan keyif alması **sezgisel**, karar alırken insan ilişkileri ve değerleri temel alması **duygu odaklı**, süreci planlı ve kesin kurallara bağlamak yerine akışına bırakmayı tercih etmesi ise **algılayıcı** özelliğe karşılık gelir. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde Derya Hanım'ın kişilik tipi **dışa dönük / sezgisel / duygu odaklı / algılayıcıdır. Cevap D seçeneğidir.**

A seçeneğinde, **içe dönük ve düşünce odaklı** özellikler verilmiştir. Derya Hanım sosyal ve etkileşim odaklıdır. Kararlarını mantık yerine **değerler üzerinden** verir.

B seçeneğinde, **duyumsal ve algılayıcı** özellikler yer alır. Derya Hanım **olasılıklar ve yeni fikirler** üzerine odaklanır. Ayrıca süreci **katı planlara bağlamaz.**

C seçeneğinde, **içe dönük ve duyumsal** özellikler vardır. Derya Hanım hem **dışa dönük** hem de **sezgisel** özellik göstermektedir.

E seçeneğinde, **düşünce odaklı ve yargılayıcı** özellikler bulunur. Derya Hanım kararlarını **insan ilişkileri ve değerler** üzerinden verir. Ayrıca **esnek ve akışa açık** bir yaklaşım sergiler.

Cevap: D

10. Soruda Selin'in üniversite eğitimini tamamladıktan sonra çalışmaya başladığı, ancak evlendikten sonra iş yaşamından vazgeçerek ev işleri ve aile yaşamına yöneldiği görülmektedir. Bu durum, Super'in tanımladığı geleneksel kariyer örüntüsünün temel özelliğidir. **Geleneksel kariyer örüntüsünde kadın**, lise veya üniversite eğitiminden sonra işe girer; ancak evlendikten sonra **iş yaşamından çekilip ev işleriyle ilgilenmeye başlar**.

Kararlı çalışma kariyer örüntüsü, bireyin eğitim sonrası işe başlayıp emekli oluncaya kadar sürekli çalışmasını ifade eder.

Çift yol kariyer örüntüsü, bireyin yaşamı boyunca hem ev işleri hem çalışma rollerini birlikte sürdürmesini içerir.

Kesintili kariyer örüntüsü, bireyin çalışmaya başladıktan sonra iş yaşamına ara verip çocuklar büyüdükten sonra yeniden kariyerine dönmesini ifade eder.

Kararlı olmayan kariyer örüntüsü, işten ayrılma ve yeniden işe başlamaların tekrar tekrar yaşanmasıyla ilişkilidir.

Cevap: C

11. Kemal Bey'in ekiplerle sürekli iletişim hâlinde olmayı sevmesi dışa dönüklük, karar verirken ölçülebilir veriler ve somut sonuçlara dayanması duyumsal, mantıksal analizler kullanması düşünce odaklı, işleri zaman çizelgelerine göre net biçimde planlaması ise yargılayıcı özelliğe karşılık gelir. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde Kemal Bey'in kişilik tipi **dışa dönük / duyumsal / düşünce odaklı / yargılayıcı**dır. **Cevap C seçeneğidir**.

A seçeneğinde, içe dönük ve duygu odaklı özellikler verilmiştir. Kemal Bey **sosyal etkileşimden kaçınmaz**. Kararlarını **mantıkla verir**.

B seçeneğinde, sezgisel ve duygu odaklı özellikler vardır. Kemal Bey **somut verilerle hareket eder**. Kararlarında **duygular değil analiz** etkilidir.

D seçeneğinde, içe dönük ve algılayıcı özellikler yer alır. Kemal Bey **dışa dönük ve planlıdır**.

E seçeneğinde, sezgisel özelliği vardır. Kemal Bey **soyut olasılıklar yerine somut verilere** odaklanmaktadır.

Cevap: C

12. Zeynep Hanım'ın kariyer danışmanlığını yalnızca **sınav puanları ve tercih listeleriyle sınırlandırması**, öğrencilerin **ilgi, değer, yaşam rolleri ve gelecek beklentilerini dışlaması**, kariyer danışmanlığını **çok boyutlu ve gelişimsel bir süreç olmaktan çıkarıp dar bir tercih yapma sürecine indirgemektedir**. Bu yaklaşım, kariyer danışmanlığının yalnızca **sınav sonuçları ve tercih listeleri üzerinden yürütülen bir süreç olduğu** yönündeki miti yansıtır ve **bu anlayış doğru değildir**. **Cevap A seçeneğidir**.

B seçeneğinde, kariyer danışmanlığı **yaşam boyu gelişimsel süreç** olarak tanımlanır. Bu ifade doğru bir ilkedir ve verilen durumla çelişir.

C seçeneğinde, kariyer gelişiminin **çevresel faktörlerden bağımsız** ele alınması vurgulanır. Soruda bu yönde bir vurgu yoktur.

D seçeneğinde, **yaşam rollerinin etkileşiminin** dikkate alınması gerektiği belirtilir. Bu da doğru bir yaklaşımdır ancak sorudaki indirgemeci tutumu yansıtmaz.

E seçeneğinde, bireyin **kendi kariyerini yapılandırması** vurgulanır. Bu da kariyer danışmanlığının temel amaçlarından ve verilen durumla örtüşmez.

Cevap: A

13. Kenan'ın kuralların belirli olduğu ortamlarda kendini güvende hissetmesi, plansızlıktan rahatsız olması, düzenli ve yapılandırılmış işleri tercih etmesi ve belirsizlikten kaçınması, Holland'a göre **gelenekçi tip** ile örtüşmektedir. Bu tip bireyler **kural, düzen ve planlı çalışma** gerektiren işlerde daha etkilidir. **Cevap E seçeneğidir**.

Sanatçı tip: Yaratıcılık, özgünlük ve esneklik ön plandadır. Yapılandırılmamış ortamları tercih eder, kurallara bağlılık düşüktür.

Girişimci tip: Liderlik, ikna ve risk alma özellikleri belirgindir. **İnsanları yönlendirme** ve sosyal etkileşim ön plandadır.

Sosyal tip: İnsanlarla etkileşim ve yardım etme isteği baskındır. Eğitim ve danışma gibi insan odaklı alanlara yönelir.

Gerçekçi tip: Fiziksel güç, mekanik beceriler ve somut işler öne çıkar. Açık hava ve teknik faaliyetler tercih edilir.

Cevap: E

14. Mesut'un 20 yaşında olması ve meslek tercihini artık yalnızca ilgi ve değerlerine göre değil; **eğitim süresi, çalışma koşulları ve gerçek yaşam beklentileri gibi somut ölçütleri dikkate alarak değerlendirmesi**, Donald Super'in kuramında **araştırma dönemi (14-24 yaş)** içindeki **geçiş dönemi (18-21 yaş)** ile örtüşmektedir. Bu basamakta birey, **gerçekçi faktörleri dikkate alarak kararlarını somutlaştırır** ve eğitim ya da işe yönelir. **Cevap D seçeneğidir.**

Geçici (deneme) dönem: (14-17 yaş) İlgi, değer ve ihtiyaçlara göre geçici denemeler yapılır; kararlar henüz kesin ve gerçekçi değildir.

İlgi basamağı: (11-12 yaş) Birey meslekleri hoşlanma ve ilgi düzeyine göre değerlendirir.

Yetenek basamağı: (13-14 yaş) Birey kendi kapasitesini ve başarabileceği işleri fark etmeye başlar.

Sınama dönemi: (22-24 yaş) Birey seçtiği alanı uygulamada test eder ve ilk işe yerleşir.

Cevap: D

15. Selen'in çocuklukta **aşırı korunup yönlendirilmesi** ve **bağımsız karar verme fırsatının sınırlı olması**, Ann Roe'nun kuramında aşırı koruyucu ebeveyn tutumuna karşılık gelir. Roe'ya göre çocuklukta yaşanan ebeveyn tutumları, bireyin **psikolojik ihtiyaç örüntülerini** şekillendirir ve meslek seçimi bu ihtiyaçların doyurulmasına hizmet eder. Aşırı koruyucu ortamlarda yetişen bireyler, **bağımlılık, onay ve yakınlık ihtiyacı** geliştirir ve bu ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri **insanlarla yoğun etkileşim içeren mesleklere** yönelirler. Selen'in yetişkinlikte bu tür meslekleri tercih etmesi bu durumla açıklanır. **Cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğinde, mesleklerin nesne ve veri odaklı olması vurgulanır. Bu tür mesleklerde kişilerarası etkileşim sınırlıdır.

C seçeneğinde, soyut düşünme gerektiren meslekler ifade edilir. Bu durum bilişsel süreçlere odaklanır, kişilerarası ihtiyaçları açıklamaz.

D seçeneğinde, yüksek teknik beceri gerektiren meslekler yer alır. Bu mesleklerde uzmanlık ön plandadır, insan ilişkileri ikincildir.

E seçeneğinde, fiziksel dayanıklılık gerektiren meslekler belirtilir. Bu durum bedensel güçle ilgilidir, kişilerarası yönelim içermez.

Cevap: B

1. Soruda Zehra'nın yaşamı boyunca ev işleri ve çalışma rollerini birlikte sürdürdüğü görülmektedir. Özellikle evlendikten ve çocuk sahibi olduktan sonra da çalışma yaşamına devam etmesi, aile yaşamı ile mesleki yaşamı eş zamanlı biçimde yürütmesi, **Super'in tanımladığı çift yol kariyer örüntüsünün temel özelliğidir.** Bu örüntüde birey, yaşamı boyunca ev işleri ve çalışma rollerini kombine ederek yaşamını sürdürür.

Kararlı çalışma kariyer örüntüsü, liseyi veya üniversiteyi bitirdikten sonra bir işe başlayıp emekli oluncaya kadar çalışmayı ifade eder. Ancak bu örüntüde temel vurgu çalışma yaşamının sürekliliğidir; soruda ise çalışma ve ev rollerinin birlikte sürdürülmesi ön plandadır.

Geleneksel kariyer örüntüsü, bireyin eğitim sonrası çalışmaya başlamasına rağmen evlendikten sonra iş yaşamından vazgeçip ev işleriyle ilgilenmesini içerir.

Kesintili kariyer örüntüsü, bireyin çalışmaya başladıktan sonra ev işleri ve çocuklarla ilgilenmek amacıyla iş yaşamına ara verip daha sonra yeniden kariyerine dönmesini ifade eder.

Kararlı ev işleri kariyer örüntüsü, bireyin eğitimi tamamladıktan kısa süre sonra evlenmesi ve daha sonra önemli iş tecrübeleri edinmemesiyle ilişkilidir.

Cevap: A

2. **Melih Korkut Owen ve F. M. Niles** tarafından geliştirilmiş olan Kariyer Yelkenlisi Modeli, bireyin kariyer kararını yalnızca **ilgi, yetenek ve değerler** gibi kişisel özelliklerle değil; **aile ve sosyal çevre, ekonomik koşullar, eğitim sistemi, yasal düzenlemeler ve rastlantısal olaylar** gibi çok boyutlu çevresel faktörlerin etkileşimiyle açıklar. Model, bireyin kariyer yönelimini bu değişkenler arasında kurduğu **denge** üzerinden değerlendirir. Buna karşılık **bilinçdışı çatışmalar ve psikoseksüel gelişim basamakları,** psikodinamik yaklaşımlara ait olup bu modelde doğrudan ele alınmaz. **Cevap D seçeneğidir.**

A seçeneğinde, yasal düzenlemeler mesleğe giriş koşullarını belirleyen çevresel bir faktördür ve modelde yer alır.

B seçeneğinde, ekonomik koşullar ve iş piyasası bireyin fırsatlarını etkileyen önemli bir değişkendir.

C seçeneğinde, aile ve sosyal çevre bireyin kararlarını etkileyen sosyal faktörler arasındadır.

E seçeneğinde, rastlantısal olaylar ve şans kariyer yönelimini etkileyen önemli unsurlar olarak modelde yer alır.

Cevap: D

3. Yasemin Hanım'ın **öğrencilerle güçlü ilişkiler kurmayı önemsemesi** dışa dönüklüğe (enerjisini insanlarla etkileşimden alır), derslerde **somut örnekler ve günlük yaşantıyı kullanması** duyumsamaya (bilgiyi **duyular ve somut verilerle algılama**), karar alırken **öğrencilerin duygusal ihtiyaçlarını dikkate alması** hissetmeye (kararları **değerler ve kişilerarası duyarlılıkla verme**) ve **planlı, düzenli bir süreçte kendini güvende hissetmesi** yargılamaya (bilgiyi **organize etme ve planlı hareket etme**) karşılık gelir. Bu dört boyut birlikte değerlendirildiğinde kişilik tipi **Dışa dönük / Duyumsal / Duygu odaklı / Yargılayıcıdır.** **Cevap B seçeneğidir.**

İçe dönük / Sezgisel / Duygu odaklı / Algılayıcı: Enerjiyi **iç dünyadan alma**, bilgiyi **soyut ve sezgisel yollarla algılama** ve **esnek, plansız** yapı ön plandadır.

Dışa dönük / Sezgisel / Düşünce odaklı / Algılayıcı: **Soyut düşünme, mantık temelli karar ve planlılıktan çok esneklik** belirgindir.

İçe dönük / Duyumsal / Düşünce odaklı / Yargılayıcı: **İçe dönüklük, mantıkla karar verme ve planlılık** vardır.

İçe dönük / Sezgisel / Duygu odaklı / Yargılayıcı: **İçsel yönelim, soyut algılama ve duygulara dayalı karar** öne çıkar.

Cevap: B

4. Danışanın iş yaşamındaki ilişkilerinin **aile yaşamını etkilemesi**, aile içindeki çatışmaların **iş performansına yansması**, iş stresinin artmasıyla **sosyal çevreden uzaklaşma** ve bunun **psikolojik iyi oluşu düşürerek kariyer kararlarını etkilemesi**, **Sistemler Kuramı** çerçevesinde yer alan **karşılıklı etkileşim ve döngüsellik** ilkesini gösterir. Bu kurama göre bireyin kariyer gelişimi;

bireysel, sosyal ve çevresel sistemlerin birbirini sürekli etkilemesi ile açıklanır, yani süreç **tek yönlü değil çok yönlü ve etkileşimlidir**. Cevap **D** seçeneğidir.

A seçeneğinde, faktörlerin **bağımsız olduğu** varsayılır. Sistemler yaklaşımı ise **karşılıklı bağıllık** vurgular.

B seçeneğinde, **tek yönlü neden-sonuç ilişkisi** öne çıkar. Oysa burada **karşılıklı ve döngüsel etkileşim** vardır.

C seçeneğinde, yalnızca **bireysel özellikler** temel alınır. Oysa örnekte **aile, iş ve sosyal çevre birlikte etkilidir**.

E seçeneğinde, kariyer yalnızca **mesleki doyumla** açıklanır. Oysa örnekte **çoklu sistem etkisi** söz konusudur.

Cevap: D

5. Mert'in "hayatımın kontrolü bende değil" ifadesi, **sorumluluk almaktan kaçınması ve geleceğe yönelik plan yapmaması**, Savickas'ın Kariyer Yapılandırma Kuramı'nda kariyer uyumunun **kontrol boyutunun zayıf olduğunu** gösterir. Kontrol boyutu; bireyin kariyerine ilişkin **sorumluluk alma, karar verme ve kendi yaşamını yönlendirme** kapasitesini ifade eder. Danışmanın amacı da Mert'in **kariyerine sahip çıkmasını ve hedef belirleme sorumluluğunu üstlenmesini** sağlamak olduğundan, öncelikle geliştirilmek istenen boyut kontrol boyutudur. Cevap **B** seçeneğidir.

Mesleki kişilik: Bireyin ilgi, yetenek ve eğilimlerine dayalı özelliklerini ifade eder.

Kariyer uyumunun merak boyutu: Bireyin farklı kariyer seçeneklerini araştırması ve keşfetmesi ile ilgilidir.

Yaşam temalarının belirlenmesi: Bireyin yaşam öyküsünden yola çıkarak **anlam ve yön oluşturmasıdır**.

Meslek seçiminin rastlantısal faktörlere dayanması: Kariyerin **şans ve tesadüflerle** şekillenmesi yaklaşımını ifade eder.

Cevap: B

6. Gül'ün işini kaybetmesi sonrası **eşinden ve arkadaşlarından moral desteği alması**, aynı zamanda **maddi destek alıp alamayacağına dair belirsizlik yaşaması** ve danışmanın özellikle kimlerden, ne tür destek aldığı, bu desteğin sürekliliği ve işlevselliğini incelemesi, SchLOSSBERG'in 4S modelinde **destek boyutuna** karşılık gelir. Bu boyut, bireyin yaşam geçişlerinde sahip olduğu **sosyal, duygusal ve maddi destek kaynaklarını** ve bunların ne ölçüde işe yaradığını kapsar. Cevap **C** seçeneğidir.

Durum: Yaşanan geçişin **niteliği, zamanlaması ve birey için anlamı** ile ilgilidir.

Benlik: Bireyin **kişisel özellikleri, dayanıklılığı ve psikolojik kaynakları** ile ilgilidir.

Stratejiler: Bireyin stresle baş etmek için kullandığı **baş etme yolları ve davranışları** kapsar.

Kariyer örüntüsü: Bireyin yaşam boyu **iş ve rol dağılımına ilişkin genel kariyer yapısını** ifade eder.

Cevap: C

7. Bazı öğrencilerin **matematik problemlerinde**, bazılarının ise **yazılı anlatımda daha başarılı olması** ve bu farklılıkların **doğuştan getirilen potansiyellerin eğitim ve yaşantılarla geliştirilmesi** ile açıklanması, meslek seçiminde **yetenek** kavramını ifade eder. Yetenek, bireyin belirli alanlarda **öğrenme ve performans gösterme kapasitesini**, yani **potansiyelini ve bu potansiyelin geliştirilmesini** kapsar. Cevap **A** seçeneğidir.

İlgi: Bireyin **hoşlandığı ve yönelmekten keyif aldığı alanları** ifade eder.

Kişilik: Bireyin **davranış örüntüleri ve karakteristik özellikleri** ile ilgilidir.

Değer: Bireyin **önem verdiği, tercihlerini yönlendiren inanç ve öncelikleri** kapsar.

Tutum: Bireyin bir nesneye ya da duruma yönelik **duygu, düşünce ve davranış eğilimini** ifade eder.

Cevap: A

8. Deniz'in 16 yaşında olması ve **farklı meslek alanlarını ilgi, yetenek, değer ve beklentileri açısından zihinsel olarak değerlendirmesi**, ancak bu tercihlerin **somut deneyime dayanmaması**, **Donald Super'in** kuramında **araştırma döneminin (14-24 yaş)** ilk evresi olan **geçici (deneme) dönem (14-17 yaş)** ile örtüşmektedir. Bu basamakta birey, meslekleri **zihinsel olarak dener**, kararlar **geçici ve deneyseldir**, henüz **gerçek yaşam deneyimine dayanmaz**. **Cevap C seçeneğidir.**

İlgi basamağı: (11-12 yaş) Birey meslekleri hoşlanma ve ilgi düzeyine göre değerlendirir.

Yetenek basamağı: (13-14 yaş) Birey kendi kapasitesini fark etmeye başlar ve seçimlerini buna göre şekillendirir.

Geçiş dönemi: (18-21 yaş) Birey **gerçekçi koşulları dikkate alarak** daha somut kararlar verir.

Sınama dönemi: (22-24 yaş) Birey seçtiği alanı uygulamada test eder ve işe yerleşir.

Cevap: C

9. Tayfun'un **tamir işleriyle uğraşması, bozuk eşyaları söküp yeniden çalışır hâle getirmekten keyif alması, masa başı ve teorik işlerden sıkılması ve somut sonuç görmeye odaklanması**, Holland'ın mesleki kişilik tiplerinden **gerçekçi tip** ile örtüşmektedir. Gerçekçi tip bireyler **fiziksel, mekanik ve uygulamaya dayalı işleri** tercih eder; **soyut ve teorik uğraşlardan uzak durur**. **Cevap E seçeneğidir.**

Sosyal tip: İnsanlarla etkileşim, yardım etme ve kişilerarası ilişkiler ön plandadır.

Sanatçı tip: Yaratıcılık, estetik ve esneklik baskındır; yapılandırılmamış ortamlara yönelim vardır.

Girişimci tip: Liderlik, ikna ve insanları yönlendirme özellikleri öne çıkar.

Aydın (Araştırmacı) tip: Analitik düşünme, araştırma ve soyut kavramlarla ilgilenme belirgindir.

Cevap: E

10. Hakan'ın tayin sürecinde yaşadığı değişime karşı **stresle baş etmek için spor yapması, iş arkadaşlarından bilgi alması ve danışmanın özellikleriyle stresle baş etme biçimleri, problem çözme davranışları, kaçınma eğilimleri ve bilişsel yenden yapılandırma yollarını incelemesi**, Schlossberg'in 4S modelinde **stratejiler boyutuna** karşılık gelir. Bu boyut, bireyin geçiş sürecinde kullandığı **baş etme yollarını ve davranışsal-bilişsel tepkilerini** kapsar. **Cevap D seçeneğidir.**

Durum: Geçişin nasıl gerçekleştiği, zamanlaması ve birey için anlamı ile ilgilidir.

Benlik: Bireyin kişisel özellikleri, dayanıklılığı ve psikolojik kaynakları ile ilgilidir.

Destek: Bireyin sahip olduğu sosyal ve çevresel destek kaynaklarını ifade eder.

Ayrışma: Bireyin bağımsızlaşma ve ilişkilerden ayrışma süreçleri ile ilgilidir.

Cevap: D

11. İş Uyum Kuramı, René V. Dawis ve Lloyd H. Lofquist tarafından geliştirilmiştir. Bu kurama göre kariyer danışmanının temel rolü, birey ile iş çevresi arasındaki **karşılıklı uyumu** artırmaya yönelik süreci kolaylaştırmaktır. Kuram, bireyin **gereksinimleri ve doyumunu** ile iş çevresinin **beklentileri ve bireyden aldığı verim** arasındaki dengeyi esas alır; danışman bu iki yönlü uyumu güçlendirmeye odaklanır. **Cevap A seçeneğidir.**

B seçeneğinde, danışmanın **doğrudan meslek önermesi** vurgulanır. Bu yaklaşım yönlendiricidir ve kuramın **uyum sürecine odaklanan yapısıyla** örtüşmez.

C seçeneğinde, mesleki **benlik kavramı** ön plandadır. Bu daha çok gelişimsel yaklaşımlarla ilişkilidir.

D seçeneğinde, kariyer gelişim evrelerine **uygun görevler** vurgulanır. Bu yaklaşım gelişim kuramlarına aittir.

E seçeneğinde, yapılandırılmış karar verme adımları öne çıkar. Bu, karar verme odaklı yaklaşımlarla ilişkilidir.

Cevap: A

12. Danışmanın Aslı'dan **çocukluk anıları, hayran olunan kişiler, hayaller ve yaşam öyküsüne dair anlatılar istemesi** ve bu anlatılardan tekrar eden **yaşam temalarını (koruma, adalet, kendini kanıtlama)** çıkararak bunları **kariyer kararlarıyla ilişkilendirip yeni bir kariyer hikâyesi oluşturması, Mark Savickas'ın Kariyer Yapılandırma Kuramı'nda yer alan kariyer yapılandırma görüşmesi tekniğine** karşılık gelir. Bu teknikte amaç, bireyin **yaşam öyküsünden anlamlı temalar çıkararak kariyerini bir yaşam hikâyesi olarak yeniden yapılandırmasına yardımcı** olmaktır. **Cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğinde, birey özellikleri ile mesleklerin **eşleştirilmesi** yapılır; anlatı ve yaşam teması analizi yoktur.

C seçeneğinde, gözlem ve model alma süreçleri ön plandadır; öykü temelli analiz içermez.

D seçeneğinde, iş doyumu ölçümü ile yönlendirme yapılır; yaşam öyküsü çalışması yoktur.

E seçeneğinde, envanterle mesleki tip belirleme söz konusudur; anlatı temelli yapılandırma yapılmaz.

Cevap: B

13. Avni'nin çocuklukta ailesinin **duygusal olarak mesafeli, eleştirel ve ilgisiz olması, Ann Roe'nun kuramında reddedici ebeveyn tutumuna** karşılık gelir. Roe'ya göre bu tür bir ortamda yetişen bireyler, **yakın ilişkilerden kaçınma eğilimi geliştirir** ve yetişkinlikte **insanlardan uzak, nesne ve teknik sistemlerle çalışabilecekleri mesleklere** yönelirler. Avni'nin insan ilişkilerinden kaçınarak teknik alanları tercih etmesi bu durumla açıklanır. **Cevap C seçeneğidir.**

A seçeneğinde, kabul edici tutum vardır. Bu tutumda çocuk **desteklenir ve değer görür**, genellikle insanlarla etkileşime açık olur.

B seçeneğinde, aşırı koruyucu tutum yer alır. Bu durumda birey **bağımlılık ve yakınlık ihtiyacı** geliştirir.

D seçeneğinde, demokratik tutum söz konusudur. Bu tutum **sağlıklı ve dengeli gelişimi** destekler.

E seçeneğinde, destekleyici tutum bulunur. Bu durumda birey **güvenli ilişkiler kurmaya daha yatkın** olur.

Cevap: C

14. Murathan Bey'in **kurallara bağlı çalışması, belirlenmiş yönergelere göre hareket etmesi ve belirsizlikten hoşlanmaması yargılayıcı, karar verirken somut veriler, geçmiş uygulamalar ve resmi belgelere dayanması duyumsal, mantıksal ve objektif karar vermesi düşünce odaklı** özelliğe karşılık gelir. Ayrıca sosyal etkileşimden çok **görev ve sorumluluk odaklı olması içe dönüklük** ile uyumludur. Bu nedenle kişilik tipi **İçe dönük / Duyumsal / Düşünce odaklı / Yargılayıcıdır. Cevap C seçeneğidir.**

İçe dönük / Sezgisel / Düşünce odaklı / Algılayıcı: Sezgisel bireyler bilgiyi **soyut ve olasılıklar üzerinden** değerlendirir, oysa Murathan Bey **somut verilere dayanır. Algılayıcı** yapı ise **esnek ve plansız** olmayı içerir, Murathan Bey ise **planlı ve kurallıdır.**

Dışa dönük / Duyumsal / Düşünce odaklı / Yargılayıcı: Bu tipte **dışa dönüklük** vardır; birey enerjisini **insanlarla etkileşimden alır.** Murathan Bey'in özellikleri ise daha çok **İçe dönük, görev odaklı ve bireysel çalışma** eğilimini göstermektedir.

İçe dönük / Duyumsal / Duygu odaklı / Algılayıcı: Duygu odaklı bireyler karar verirken **insan ilişkileri ve değerleri** ön planda tutar, Murathan Bey ise **mantık ve veriye dayanır.** Ayrıca **algılayıcı** yapıdaki esneklik, onun **katı planlı ve düzenli yapısıyla uyuşmaz.**

Dışa dönük / Sezgisel / Düşünce odaklı / Yargılayıcı: Bu tipte **sezgisel** özellik baskındır, yani **soyut düşünme ve yenilik arayışı** vardır. Murathan Bey ise **somut, geçmişe dayalı ve rutin işleyişe bağlıdır.** Ayrıca **dışa dönüklük** vurgusu da onun özellikleriyle örtüşmez.

Cevap: C

15. **Ginzberg ve arkadaşları** meslek seçimini **süreç, geriye dönülemezlik ve uzlaşma** ilkeleriyle açıklayan gelişimsel bir kuram ortaya koymuştur. Bu kurama göre meslek seçimi çocukluktan genç yetişkinliğe kadar ilerleyen bir süreçtir ve özellikle **geçici (deneme) döneminde** birey ilgi, yetenek ve değerlerini değerlendirerek giderek **gerçekçi seçimlere yönelir**. Bu dönemin son basamağı olan **geçiş aşamasında (17-18 yaş)** birey artık somut ve gerçekçi kararlar alma noktasına gelir.

Serdar'ın 18 yaşında olması, üniversite mi yoksa işe mi yöneleceği konusunda karar verme aşamasına gelmesi ve ilk kez somut bir tercih yapması, onun **geçiş döneminde** olduğunu gösterir. Bu aşamada birey artık hayalden uzaklaşıp **gerçekçi ve uygulanabilir kararlar vermeye yönelir**. **Cevap D seçeneğidir.**

İlgi dönemi: (11-12 yaş) Meslekler **hoşlanma ve keyif alma düzeyine göre** değerlendirilir.

Yetenek dönemi: (13-14 yaş) Birey **kendi kapasitesini ve yapabileceklerini fark etmeye başlar**.

Değer dönemi: (15-16 yaş) Mesleklerin **sağlayacağı yaşam standardı ve getiriler** önem kazanır.

Araştırma dönemi: (17-19 yaş) Birey **farklı meslekler hakkında bilgi toplar ve seçenekleri inceler**.

Cevap: D

1. Mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığı, modern kuramlarda **doğrusal ve tek yönlü olmayan**, bireyin yaşam boyu süren gelişimini temel alan bir süreç olarak ele alınır. Bu yaklaşıma göre kariyer; yalnızca meslek seçimi değil, bireyin **yaşam rolleri, geçişleri ve değişen koşullara uyum süreciyle birlikte** değerlendirilir. Özellikle Super, Savickas ve **Sistemler Yaklaşımı** gibi kuramlar, bireyin kariyer gelişiminde **yaşam olayları ve geçişlerin merkezi rolünü** vurgular.

Soruda da bireyin kariyer gelişiminin **doğrusal olmadığı**, danışmanın ise **değişen koşullara uyum ve geçiş süreçlerine odaklandığı** belirtilmiştir. Bu, kariyer danışmanlığında **yaşam geçişlerinin temel çalışma alanı olduğunu** ifade eder. **Cevap E seçeneğidir.**

A seçeneğinde, meslek kararlarının **erken dönemde kesinleşmesi** gerektiği belirtilir. Oysa kariyer gelişimi **yaşam boyu devam eder.**

B seçeneğinde, kariyer yalnızca **iş yaşamı ile sınırlandırılmıştır.** Oysa kariyer **tüm yaşam rollerini kapsar.**

C seçeneğinde, amaç **işsizliği ortadan kaldırmak** olarak verilmiştir. Bu, kariyer danışmanlığının kapsamını **yanlış daraltır.**

D seçeneğinde, mesleki kararların **kişisel yaşantılardan bağımsız olduğu** ifade edilir. Oysa kararlar **yaşam deneyimleriyle yakından ilişkilidir.**

Cevap: E

2. Donald Super'in kuramına göre kariyer gelişimi **yaşam boyu süren**, bireyin **mesleki benlik kavramını geliştirmesi ve bunu işe uygulaması** ile ilerleyen bir süreçtir. Bu süreç özellikle **araştırma evresinde (14-24 yaş)** bireyin meslekleri denediği, değerlendirdiği ve giderek **gerçek çalışma ortamına geçerek kendini sınamadığı** basamaklardan oluşur. Bu evredeki en kritik nokta, bireyin mesleki tercihini **deneyimleyerek test etmesidir.**

Tarkan'ın **üniversite sonrası işe başlaması, mesleğini gerçek çalışma ortamında denemesi ve bu işin kendisine uygun olup olmadığını değerlendirmesi**, Super'in kuramında **sınama ve izleme basamağına (22-24 yaş)** karşılık gelir. Bu basamakta birey **işe girer ve seçtiği alanı uygulamada test eder.** **Cevap C seçeneğidir.**

Geçici (Deneme) dönem: (14-18 yaş) Meslekler **zihinsel olarak denenir**, kararlar henüz **değiş-kendir.**

Geçiş dönemi: (19-21 yaş) Birey **eğitime yönelir ve alanını daha gerçekçi değerlendirir**, ancak henüz iş deneyimi yoktur.

Yerleşme dönemi: (25-44 yaş) Birey **mesleğine yerleşir ve kalıcı hâle getirir**, deneme süreci sona ermiştir.

Koruma dönemi: (45-64 yaş) Birey **elde ettiği konumu sürdürmeye ve korumaya çalışır.**

Cevap: C

3. **Myers-Briggs Tip Kuramı**, Carl Gustav Jung'un analitik psikolojisine dayanarak **Katharine Briggs ve Isabel Briggs Myers** tarafından geliştirilmiştir. Kuram, bireylerin kişiliklerini dört temel boyutta ele alır: **İçe dönüklük-dışa dönüklük (enerjinin yönü)**, **duyumsama-sezgi (bilgiyi algılama biçimi)**, **düşünme-hissetme (karar verme yolu)** ve **yargılama-algılama (yaşamı organize etme biçimi)**. Bu boyutların kombinasyonu bireyin mesleki eğilimlerini ve çalışma tarzını anlamada kullanılır.

Elif Hanım'ın **tek başına çalışmayı tercih etmesi içe dönüklük, soyut fikirler ve olasılıklar üzerine düşünmesi sezgisel**, karar verirken **başkalarının duygularını dikkate alması duygu odaklı ve planlarını esnek tutması ise algılayıcı** özelliğe karşılık gelir. Bu nedenle kişilik tipi **İçe dönük / Sezgisel / Duygu odaklı / Algılayıcıdır.** **Cevap C seçeneğidir.**

Dışa dönük / Sezgisel / Düşünce odaklı / Algılayıcı: Dışa dönüklük ve mantık temelli karar verme baskındır, duygular geri plandadır.

İçe dönük / Duyumsal / Duygu odaklı / Yargılayıcı: Somut odaklılık ve planlı, düzenli yapı vardır; esneklik düşük olur.

Dışa dönük / Duyumsal / Düşünce odaklı / Yargılayıcı: Dışa dönüklük, somutluk ve katı planlılık ön plandadır.

İçe dönük / Sezgisel / Düşünce odaklı / Yargılayıcı: Mantık temelli karar ve planlı yapı baskındır; duygular ikinci plandadır.

Cevap: C

4. Kariyer gelişiminde **yetenek**, bireyin belirli alanlarda **öğrenme kapasitesi ve performans potansiyeli** olarak ele alınır ve yalnızca doğuştan gelen bir özellik değil, **çevre, eğitim ve yaşantılarla gelişen dinamik bir yapıdır**. Bu nedenle yetenek, hem **kalıtsal temele** hem de **çevresel etkileşime** bağlı olarak şekillenir.

Soruda yanlış olan ifade, yeteneğin yalnızca **genetik olarak belirlendiğini ve çevresel etkenlerden etkilenmediğini** savunan görüştür. Oysa bilimsel literatüre göre yetenek **geliştirilebilir ve çevreyle etkileşim içindedir**. Bu nedenle bu ifade yanlıştır. **Cevap E seçeneğidir.**

A seçeneğinde, yetenek **öğrenme gücü ve performans kapasitesi** olarak tanımlanmıştır; bu doğrudur.

B seçeneğinde, yeteneğin **doğuştan gelen potansiyelin çevreyle şekillenmiş hâli** olduğu belirtilmiştir; bu doğru bir açıklamadır.

C seçeneğinde, yeteneklerin **farklı sınıflama sistemleriyle ele alındığı** ifade edilmiştir; bu da literatüre uygundur.

D seçeneğinde, yeteneğin **meslek seçimi ve kariyer gelişiminde belirleyici rol oynadığı** vurgulanmıştır; bu da doğru bir ifadedir.

Cevap: E

5. Kariyer gelişim programlarının geliştirilmesi ve uygulanması sürecinde, programın **öğrencilere ve paydaşlara duyurulması, varlığının ve genel çerçevesinin tanıtılması** amacıyla yapılan bilgilendirme çalışmaları **tanıtım basamağına** karşılık gelir. Bu aşamada amaç, programın hedef kitle tarafından **fark edilmesi, anlaşılması ve katılımın teşvik edilmesidir**. Soruda da açıkça bu tür bir bilgilendirme süreci anlatılmaktadır. **Cevap E seçeneğidir.**

Kariyer Gelişim Programını Değerlendirme: Programın **etkililiğini ve sonuçlarını** inceleme sürecidir.

Hedef Grubun İhtiyaçlarını Belirleme: Program öncesinde **gereksinim analizi** yapma aşamasıdır.

Kariyer Gelişim Programının İçeriğini Belirleme: Programda yer alacak **konu, etkinlik ve kazanımların planlanmasıdır**.

Ölçülebilir Amaçlar Belirleme: Programın **hedef ve çıktılarının açık ve ölçülebilir biçimde tanımlanmasıdır**.

Cevap: E

6. Edgar Schein'in **Kariyer Çapaları Kuramı**'na göre bireyler kariyer kararlarını belirli **temel değer ve ihtiyaçlara** göre verirler. Bu çapalar arasında **özerklik/bağımsızlık**, bireyin **kendi çalışma biçimini belirleme, kurallardan ve hiyerarşiden uzak olma, kendi kararlarını alma isteği** ile tanımlanır.

Alp'in **katı mesai ve hiyerarşiden bunalarak işten ayrılması, kendi istediği saatlerde çalışmayı tercih etmesi ve kimseye hesap vermemekten mutluluk duyması**, onun kariyer kararını **bağımsızlık ihtiyacına dayandığını** gösterir. Gelirin azalmasını önemsememesi de bu çapayı destekler. **Cevap D seçeneğidir.**

Hayat tarzı: İş-özel yaşam dengesini sağlama ve **yaşam rollerini uyumlu yürütme** isteğini ifade eder.

Güvenlik ve istikrar: **Düzenli gelir, iş güvencesi ve riskten kaçınma** ön plandadır.

Hizmet/Bir davaya adanmışlık: **Topluma katkı sağlama ve bir amaca hizmet etme** isteği belirgindir.

Saf meydan okuma: **Zor problemleri çözme, rekabet ve başarıma isteği** ön plandadır.

Cevap: D

7. Hatice'nin çocuklukta **duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması**, yetişkinlikte ise **insanlarla etkileşim kurabileceği ve başkalarına destek olabileceği** mesleklere yönelmesi, meslek seçiminin **erken aile yaşantıları ve karşılanmamış ihtiyaçların doyurulması** ile açıklanabileceğini gösterir. **Ann Roe'nun İhtiyaç Kuramı**'na göre bireyler, çocuklukta karşılanmayan ihtiyaçlarını ileriki yaşamda meslekleri aracılığıyla karşılamaya yönelirler; özellikle **ilgi ve yakınlık ihtiyacı karşılanmamış bireyler**, insanlara yardım edebilecekleri mesleklere yönelir. Bu durum Hatice'nin ifadeleriyle doğrudan örtüşmektedir. **Cevap E seçeneğidir.**

Özellik-Faktör Kuramı: Bireyin ilgi ve yetenekleri ile meslek özelliklerini eşleştirmeye odaklanır.

Holland'ın Tipoloji Kuramı: Meslek seçimini kişilik tipleri ve çevre uyumu ile açıklar.

Super'in Yaşam Boyu Benlik Kuramı: Meslek seçimini benlik kavramının gelişimi ve yaşam boyu süreç ile ilişkilendirir.

Gottfredson'un Daraltma-Uzlaşma Kuramı: Meslek seçimini toplumsal sınırlamalar ve seçeneklerin daraltılması ile açıklar.

Cevap: E

8. **Myers-Briggs Tip Kuramı'na** göre bireyler; enerji yönü (içe/dışa dönüklük), bilgiyi algılama biçimi (duyumsama/sezgi), karar verme yolu (düşünme/duygu) ve yaşamı düzenleme biçimi (yargılama/algılama) olmak üzere dört boyutta değerlendirilir.

Zeynep Hanım'ın kalabalık ortamlarda çabuk yorulması içe dönüklüğe, olayların ardındaki anlamlara odaklanması sezgiselliğe, karar verirken nesnel analizlere dayanması düşünce odaklılığa ve seçenekleri son ana kadar açık tutması algılayıcı özelliğe karşılık gelir. Bu nedenle kişilik tipi **İçe dönük / Sezgisel / Düşünce odaklı / Algılayıcıdır. Cevap A seçeneğidir.**

Dışa dönük / Sezgisel / Duygu odaklı / Algılayıcı: Dışa dönüklük ve duygularla karar verme ön plandadır.

İçe dönük / Duyumsal / Duygu odaklı / Yargılayıcı: Somut odaklılık, duygusal karar verme ve planlı yapı baskındır.

Dışa dönük / Duyumsal / Düşünce odaklı / Yargılayıcı: Dışa dönüklük, somutluk ve katı planlılık ön plandadır.

Cevap: A

9. **Donald Super'in Yaşam Boyu Benlik Kuramı'na** göre kariyer gelişimi yaşam boyu sürer ve çocukluk dönemini kapsayan **büyüme evresi (0-14 yaş)**, bireyin mesleki benlik kavramının oluşmaya başladığı dönemdir. Bu evrede özellikle **hayal basamağında (4-10 yaş)** çocuklar meslekleri hayali, değişken ve rol model alma yoluyla seçerler; tercihler **gerçekçi değildir ve sık değişir.**

Ege'nin ilkokul 2. sınıf öğrencisi olması, meslekleri doktor, pilot, öğretmen gibi değişken biçimde söylemesi ve çevresindeki kişileri örnek alarak seçim yapması, onun **büyüme evresinde (özellikle hayal basamağında)** olduğunu gösterir. **Cevap E seçeneğidir.**

Keşfetme: (14-24 yaş) Birey meslekleri araştırır ve denemeler yapar.

Yerleşme: (25-44 yaş) Birey mesleğe girer ve kalıcı hâle getirir.

Sürdürme: (45-64 yaş) Birey mevcut konumunu korumaya çalışır.

Geri çekilme: (65+) Birey çalışma yaşamından uzaklaşır.

Cevap: E

10. **Ann Roe'nun İhtiyaç Kuramı'na** göre çocuklukta yaşanan ebeveyn tutumları, bireyin **psikolojik ihtiyaç örüntülerini** ve mesleki yönelimini belirler. **Kabul edici ebeveyn tutumu** (duygusal destek + bağımsızlık tanıma), bireyin **dengeli kişilik gelişmesine** olanak sağlar. Bu bireyler hem **insanlarla çalışmaya** hem de **nesne/teknik alanlara** yönelebilir. Melis'in iki alana da açık olması bu durumu yansıtır. **Cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğinde, mesleki olgunluk vurgulanır. Bu kavram **Super'in kuramına** aittir.

C seçeneğinde, çocukluk gereksinimlerinin bastırılması ifade edilir. Bu durum genellikle **kaçınma ve dar yönelim** ile ilişkilidir.

D seçeneğinde, meslek seçiminin çevresel fırsatlarla belirlendiği belirtilir. Bu açıklama **sistem/çevresel yaklaşımlara** daha uygundur.

E seçeneğinde, kararların rastlantısal olduğu ifade edilir. Bu durum **planlı gelişim anlayışıyla** çelişir.

Cevap: B

11. Edgar Schein'in **Kariyer Çapaları Kuramı**'na göre bireyler kariyer kararlarını temel ihtiyaç ve değerlerine göre verirler. **Güvenlik/istikrar çapası**, bireyin **iş güvencesi, düzenli gelir, belirlilik ve riskten kaçınma** isteğini ifade eder.

Canan'ın **yüksek maaşlı ama riskli bir işi bırakıp, daha düşük gelirli fakat iş güvencesi olan, emekliliği garanti ve çalışma koşulları belirli bir işi tercih etmesi**, onun önceliğinin **güvenlik ve istikrar** olduğunu açıkça gösterir. **Cevap A seçeneğidir.**

B seçeneğinde, özerklik/bağımsızlık vurgulanır. Bu çapada birey **kendi kurallarına göre çalışmak ister.**

C seçeneğinde, teknik/fonksiyonel yetkinlik ön plandadır. Birey **uzmanlık alanında derinleşmeye odaklanır.**

D seçeneğinde, genel yönetim yetkinliği vardır. Birey **yönetme ve liderlik sorumluluğu almak ister.**

E seçeneğinde, hayat tarzı vurgulanır. Birey **iş-yaşam dengesini öncelik haline getirir.**

Cevap: A

12. **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı**'na göre (Lent, Brown, Hackett) bireyin kariyer süreci üç temel bileşenle açıklanır: **seçim hedefleri** (hangi mesleğe yönelmek istediği), **performans hedefleri** (bu hedefe ulaşmak için yaptığı plan ve hazırlıklar) ve **performans** (gerçekleşmiş başarılar ve elde edilen sonuçlar).

(I) "İleride proje yöneticisi olmak istiyorum" ifadesi **seçim hedefi**,

(II) "Sertifika programını tamamlamayı planlıyorum" ifadesi **performans hedefi**,

(III) "Projelerde başarılı oldum ve olumlu geri bildirim aldım" ifadesi ise **performansı** gösterir.

Bu sıralama **seçim hedefi - performans hedefi - performans** şeklindedir. **Cevap B seçeneğidir.**

Cevap: B

13. **İş Uyum Kuramı**'na (Dawis ve Lofquist) göre uyum; bireyin **işten doyum sağlaması (tatmin)** ile işverenin **çalışanın performansından memnun olması (tatmin edicilik)** arasındaki dengenin kurulmasıdır. Soruda Hasan işinden memnun olmasına rağmen işveren onun performansını yetersiz bulmaktadır; yani **iki tarafın beklentileri örtüşmemekte ve denge bozulmaktadır**. Bu nedenle durum **karşılıklı uyum dengesizliği** ile açıklanır. **Cevap D seçeneğidir.**

A seçeneğindeki ilgi uyumu, bireyin **ilgi alanları ile işin özelliklerinin örtüşmesi** durumudur; ancak burada sorun ilgi değil, taraflar arası dengenin bozulmasıdır.

B seçeneğindeki tatmin, bireyin **işten doyum sağlamasıdır**; soruda bu zaten vardır fakat işveren boyutu eksik olduğu için durumu açıklamaz.

C seçeneğindeki yetenek fazlalığı, bireyin **işin gerektirdiğinden daha yüksek beceriye sahip olmasıdır**; soruda ise tersine performans yetersizliği söz konusudur.

E seçeneğindeki kariyer olgunluğu, bireyin **gelişim dönemine uygun mesleki kararları almaya hazır olmasıdır**; bu durum uyum dengesini açıklamaz.

Cevap: D

14. Vroom'un **Beklenti Kuramı**'na göre motivasyon üç temel bileşene dayanır: **beklenti** (çabanın başarıya götüreceğine inanma), **araçsalılık** (başarının ödüle/sonuca götüreceğine inanma) ve **değer** (ödülün birey için önem düzeyi).

Erkan, **yeterince çalışırsa sınavı kazanabileceğine inanmaktadır**; yani beklenti boyutu yüksektir. Ancak kurumda başarılı olanların terfi edemediğini gördüğü için, **başarının terfi ile sonuçlanacağına inancı azalmıştır**. Bu durum **araçsalılık algısının düşmesi** anlamına gelir ve motivasyonun azalmasına yol açar. **Cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğindeki beklenti, bireyin **çabasının başarıya götüreceğine inanmasıdır**; Erkan'da bu inanç vardır, sorun burada değildir.

C seçeneğindeki değer, elde edilecek sonucun **birey için ne kadar önemli olduğudur**; Erkan terfiyi hâlâ istemektedir, yani değer düşmemiştir.

D seçeneğindeki mesleki benlik algısı, bireyin **kendi özelliklerine ilişkin algısıdır**; soruda bu boyutla ilgili bir problem yoktur.

E seçeneğindeki mesleki olgunluk, bireyin **gelişim dönemine uygun kararlar alabilme hazır bulunuşluğudur**; bu durumla ilişkili değildir.

Cevap: B

15. Edgar Schein'in **Kariyer Çapaları Kuramı**'na göre bazı bireyler için temel itici güç, zor görevleri başarmak ve rekabet içinde üstün gelmektir. **Saf meydan okuma çapası**, bireyin özellikle **zor problemleri çözmekten, rekabetten ve kazanılması güç hedefleri başarmaktan haz almasını** ifade eder.

Hakan'ın **"satılması imkansız" denilen bölgele-ri tercih etmesi, güçlü rakiplerle mücadele etmesi ve hedefine ulaştığında işi sıradan bulup yeni zor hedefler araması**, onun temel motivasyonunun **meydan okuma ve rekabet** olduğunu gösterir. Bu nedenle en uygun açıklama saf meydan okumadır. **Cevap A seçeneğidir.**

B seçeneğindeki girişimci yaratıcılık, bireyin **yeni iş kurma ve fırsat yaratma isteğini** ifade eder; rekabetten çok üretim ve girişim odaklıdır.

C seçeneğindeki teknik/fonksiyonel yetkinlik, bireyin **uzmanlık alanında derinleşme isteğini** ifade eder; zor mücadele arayışı ön planda değildir.

D seçeneğindeki özerklik ve bağımsızlık, bireyin **kendi kurallarıyla çalışma isteğini** ifade eder; burada belirleyici olan rekabet değil özgürlüktür.

E seçeneğindeki genel yönetim yetkinliği, bireyin **liderlik ve organizasyonu yönetme isteğini** ifade eder; meydan okuma motivasyonu temel değildir.

Cevap: A

1. Melek'in **analitik düşünmeye yatkın, problem çözmeye istekli, soyut ve zihinsel süreçlere yönelen** bir eğilim gösterdiği anlaşılmaktadır. Bu tür bilişsel yönelimler, Holland'ın kuramında **araştırmacı tipe** karşılık gelir. Araştırmacı tip bireyler **bilimsel merak taşıyan, karmaşık problemleri çözmekten hoşlanan, analiz ve sorgulamaya dayalı çalışan** ve genellikle **zihinsel faaliyetleri tercih eden** kişilerdir. Bu nedenle doğru seçenek, analitik ve problem çözmeye dayalı bilişsel eğilimi ifade eden seçenektir. **Cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğindeki rutin ve kurallı iş ortamlarını tercih etme, **geleneksel tipin** özelliğidir. Araştırmacı tip daha çok **keşfetmeye ve esnek düşünmeye** yönelir.

C seçeneğindeki insanları ikna etmeye dayalı liderlik, **girişimci tipin** özelliğidir. Araştırmacı tipe **insan yönetimi değil bilişsel uğraşlar** ön plandadır.

D seçeneğindeki duygusal paylaşıma dayalı ilişkiler, **sosyal tipin** özelliğidir. Araştırmacı tip daha çok **nesnel ve analitik süreçlere** odaklanır.

E seçeneğindeki estetik yaratıcılık, **sanatçı tipin** özelliğidir. Araştırmacı tipe bu yön belirleyici değildir.

Cevap: B

2. Mert'in verdiği yanıtlara bakıldığında onun meslek seçiminde önceliğinin **işin sağladığı koşullar ve doyum kaynakları** olduğu görülmektedir. "Düzenli mesai", "başkalarına yardım etme", "toplumsal saygınlık", "liderlik" ve "iş garantisi" gibi unsurlar, Mert'in bir meslekten ne beklediğini ve hangi özelliklerin onun için önemli olduğunu ortaya koymaktadır. **Bunlar meslek seçimini etkileyen faktörlerden mesleki değer kavramına karşılık gelir.**

Mesleki değerler, bireyin iş yaşamında hangi özellikleri önemseydiğini, hangi koşullarda daha doyumlu ve mutlu olacağını belirleyen temel tercihleri ifade eder. Uzmanın Mert'e bu özellikleri sıralatması, onun hangi mesleki değerleri önceliklendirdiğini fark etmesini sağlamaya yöneliktir. Bu nedenle **doğru cevap A seçeneğidir.**

Genel yetenekler: Bireyin kapasitesiyle ilgilidir; burada performans değil tercih edilen iş özellikleri söz konusudur.

Mesleki ilgiler: Bireyin hoşlandığı etkinlikleri ifade eder; soruda ise "ne yapmayı sevdiği" değil "meslekte neyi önemli bulduğu" sorgulanmaktadır.

Kişilik yapısı: Süreklilik gösteren davranış örüntüleridir; verilen ifadeler kişilik değil değer tercihidir.

Akademik başarı: Okul performansını ifade eder; senaryoda buna dair bir vurgu yoktur.

Cevap: A

3. Soruda ele alınan durum, bireyin belirli etkinliklere yönelmesi, onlardan haz alması ve bazı alanlara diğerlerine göre daha fazla yönelim göstermesiyle ilgilidir; bu durum **ilgi** kavramına karşılık gelir. **İlgi**, bireyin hoşlandığı, dikkatini çeken ve yönelmek istediği alanları ifade eder ve **zaman içinde değişebilen, dinamik** bir yapıya sahiptir. Bu tanıma göre ilginin **yaşam boyu değişmez ve sabit** olduğunu ileri süren ifade kavramın doğasına aykırıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneğindeki ifade, ilginin **belirli etkinliklere yönelme ve tercih etme eğilimi** olduğunu belirtir ve tanımla uyumludur.

B seçeneğindeki ifade, ilginin **kişisel deneyimler ve çevresel etkileşimlerle değişebileceğini** vurgular; bu, ilginin dinamik yapısını doğru yansıtır.

C seçeneğindeki ifade, ilginin bireyin **hoşlandığı alanları yansıttığını ve meslek seçimiyle ilişkili** olduğunu ifade eder; bu da doğru bir açıklamadır.

E seçeneğindeki ifade, ilgi alanlarının bireyin **güçlü ve motive olduğu yönleri anlamada kullanıldığını** belirtir ve doğrudur.

Cevap: D

4. Zeynep'in özelliklerine bakıldığında **sessiz olması** ve kendini daha çok iç dünyasında yaşaması onun **içe dönük** olduğunu; grafik tasarım gibi **yaratıcılık, estetik ve bütünsel algı** gerektiren bir alanda çalışması **sezgisel** yönünü; projelerde **kendi değerlerine uygunluk araması** ise **duygu odaklı** karar verdiğini göstermektedir. Ayrıca istemediği projelerde yer almak istememesi daha **net, kararlı ve yapılandırılmış** bir yaklaşımı, yani **yargılayıcı** özelliği işaret eder. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneğindeki ifade, duyumsal özelliğe vurgu yapar; bu daha çok somut ve detay odaklıdır, oysa Zeynep'in profili **yaratıcı ve sezgisel** yapıdadır.

B seçeneğindeki ifade, dışa dönük yapıyı içerir; Zeynep ise **sessiz ve içe dönük** bir özellik göstermektedir.

D seçeneğindeki ifade, düşünce odaklı karar verme biçimini içerir; Zeynep'in kararları ise **değer temelli ve duygusaldır**.

E seçeneğindeki ifade, hem dışa dönük hem de algılayıcı özellikleri içerir; bu durum Zeynep'in **içe dönük ve daha seçici/yargılayıcı** yapısıyla örtüşmez.

Cevap: C

5. Ali'nin çocukluk yaşantısında **duygusal olarak mesafeli, sınırlı etkileşimin olduğu ve bağımsızlığın vurgulandığı** bir aile ortamı görülmektedir. Anne Roe'nun kuramına göre bu tür **soğuk/mesafeli ebeveyn tutumları**, bireyin **insanlardan uzaklaşmasına** ve daha çok **nesnelere, verilere ve teknik süreçlere yönelmesine** neden olur. Soruda da Ali'nin insanlarla yakın ilişki kurmaktan kaçınıp teknik alanlarda çalışmayı tercih ettiği açıkça belirtilmiştir; bu durum **nesne yönelimli mesleklere** karşılık gelir ve **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneğindeki ifade, yoğun yardım ilişkisi ve kişilerarası etkileşim gerektirir; bu, Ali'nin yönelimine ters düşer.

B seçeneğindeki ifade, insan yönetimi ve iletişim odaklıdır; Ali'nin tercihleriyle uyumlu değildir.

D seçeneğindeki ifade, derin duygusal ve terapötik ilişki gerektirir; Ali'nin kaçındığı alandır.

E seçeneğindeki ifade, iletişim ve insan ilişkileri merkezlidir; Ali'nin nesneye yönelimli yapısıyla çelişir.

Cevap: C

6. Soruda Kerem'in kariyer kararlarının hem **kendi düşüncelerine** hem de **aile, öğretmen ve ekonomik koşullar gibi çevresel etkenlere** bağlı olarak **sürekli değiştiği ve yeniden şekillendiği** vurgulanmaktadır; bu durum kariyer gelişiminin tek yönlü değil, **çoklu etkileşimler içinde sürekli değişen bir süreç** olduğunu gösterir. Bu ifade, Sistemler Kuramı Çerçevesi'nde kariyerin **dinamik, süreç içinde dönüşen ve birey-çevre etkileşimiyle şekillenen** bir yapı olduğunu açıklar. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneğindeki ifade, kariyerin doğrusal ve değişmez olduğunu savunur; oysa örnekte sürekli değişim vardır.

B seçeneğindeki ifade, kariyer kararlarını yalnızca sabit kişilik özelliklerine indirger; oysa burada çevresel etkiler de belirleyicidir.

D seçeneğindeki ifade, kariyeri sadece eğitim başarısına bağlar; örnekte çoklu faktörler söz konusudur.

E seçeneğindeki ifade, kariyer seçiminin rastlantılardan bağımsız olduğunu belirtir; oysa ekonomik koşullar gibi dışsal değişkenler etkili olmaktadır.

Cevap: C

7. Soruda İlker'in başlangıçta **öğretmen yönlendirmesiyle ilgi geliştirdiği**, ancak daha sonra mesleğin **yoğun stres içerdiğini gözlemlediği** ve bu nedenle ileride **doyum sağlayamayacağını düşündüğü** belirtilmektedir; bu durum, bireyin bir mesleğe yönelik ilgisinin o mesleğin doğuracağı sonuçlara ilişkin **beklentileri** doğrultusunda değiştiğini gösterir. İlker'in ilgisinin azalmasının temel nedeni, mesleğin sonucuna dair **olumsuz beklenti geliştirmesidir**. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğindeki ifade, yetkinlik beklentisinin düşüklüğü ile ilgilidir; oysa İlker kendini yetersiz görmemekte, mesleğin sonuçlarından kaygı duymaktadır.

B seçeneğindeki ifade, öğrenme yaşantılarının yetersizliğini ifade eder; burada sorun deneyim eksikliği değil, gözleme dayalı değerlendirmedir.

C seçeneğindeki ifade, hedeflerin net olmaması ile ilgilidir; İlker'in hedefi vardır ancak değiştirmeyi düşünmektedir.

E seçeneğindeki ifade, aile baskısını içerir; soruda böyle bir etki yer almamaktadır.

Cevap: D

8. Soruda Kuzey'in **ikna gücünün yüksek olması, liderlik almaktan çekinmemesi, rekabetten hoşlanması, risk alması ve başkalarını harekete geçirme isteği** vurgulanmaktadır; ayrıca **rutin işlerden sıkılması** da belirtilmiştir. Bu özellikler, Holland tipolojisinde **girişimci tipe** karşılık gelir. **Girişimci tip**, insanları etkileme, ikna etme, liderlik kurma, rekabetçi ortamlarda bulunma ve risk alarak hedefe yönelme özellikleriyle tanımlanır. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğindeki ifade (Aydın/Araştırmacı tip), analitik düşünme, bilimsel merak ve problem çözme üzerine kuruludur; daha çok veri ve fikirlerle çalışmayı tercih eder, ikna ve liderlik ön planda değildir.

B seçeneğindeki ifade (Sosyal tip), insanlara yardım etme, öğretme ve rehberlik etme odaklıdır; iş birliği vardır ancak rekabet ve ikna baskın değildir.

C seçeneğindeki ifade (Gelenekçi tip), düzen, kural, planlılık ve rutin işler ile ilişkilidir; Kuzey ise rutin işlerden sıkılmaktadır.

E seçeneğindeki ifade (Sanatçı tip), yaratıcılık, özgünlük ve estetik ifade ile tanımlanır; liderlik ve ikna bu tipin temel özelliği değildir.

Cevap: D

9. Soruda Selma'nın geçmişte **fen derslerinde düşük notlar almasına rağmen** biyoloji alanını seçmek istemesi ve bunu **"doğru çalışma yöntemiyle başarılı olabilirim"** şeklinde açıklaması vurgulanmaktadır; bu durum bireyin mevcut performansından bağımsız olarak kendi kapasitesine ilişkin **başarabileceğine dair inancını, yani kendini yetkin görme beklentisini** gösterir. Ayrıca ailesinin desteklememesine rağmen kararını sürdürmesi de bu içsel inancın güçlü olduğunu ortaya koymaktadır. **Doğru cevap B seçeneğidir**.

A seçeneğindeki ifade, gelecekte elde edilecek sonuçlara ilişkin beklentiyi içerir; burada vurgu sonuçtan çok **başarabilme inancı** üzerinedir.

C seçeneğindeki ifade, sosyal çevre onayı ile ilgilidir; ancak aile desteği yoktur.

D seçeneğindeki ifade, ilginin oluşum zamanına odaklanır; soruda böyle bir vurgu bulunmamaktadır.

E seçeneğindeki ifade, çevresel fırsatlarla ilgilidir; metinde buna dair bilgi yoktur.

Cevap: B

10. Soruda danışanın çocuklukta **öğretmen olma isteği** varken, daha sonra **babanın işsiz kalması, ekonomik sıkıntılar ve aile sistemi** gibi etkenlerle kariyer hedefini değiştirdiği vurgulanmaktadır; yani kariyer tercihi **geçmiş yaşantılar, çevresel koşullar ve zaman içindeki deneyimler** doğrultusunda **yeniden şekillenmektedir**. Bu durum, kariyer gelişiminin sabit değil **zaman boyutu içinde sürekli dönüşen bir süreç** olduğunu ifade eder. Bu nedenle **doğru cevap A seçeneğidir**.

B seçeneğindeki ifade, kariyeri yalnızca bireysel ve bilinçli kararlarla açıklar; oysa burada çevresel etkiler belirleyicidir.

C seçeneğindeki ifade, geçmiş yaşantıların etkisini reddeder; oysa sorunun merkezinde geçmiş deneyimler vardır.

D seçeneğindeki ifade, kariyeri sadece ilgiye indirger; örnekte ekonomik zorunluluklar etkili olmuştur.

E seçeneğindeki ifade, statü odaklıdır; burada temel belirleyici ekonomik yaşantılardır.

Cevap: A

11. Soruda ele alınan durum, bireyin bir meslekte ya da görevde başarılı olup olamayacağına dair **kendi kapasitesine yönelik inancı**, yani **mesleki öz-yeterlilik** kavramına karşılık gelir. **Mesleki öz-yeterlilik**, bireyin belirli görevleri başarıyla yerine getirebileceğine dair inancıdır ve **deneyimler**, **öğrenmeler** ve **çevresel etkileşimlerle gelişen**, yani **değişebilir** bir yapıya sahiptir. Bu tanıma göre öz-yeterliliğin **doğuştan sabit olduğu ve deneyimlerden bağımsız olduğu** yönündeki ifade kavramın doğasına aykırıdır. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneğindeki ifade, öz-yeterliliğin **başarabilme inancı** olduğunu doğru biçimde tanımlar.

C seçeneğindeki ifade, öz-yeterliliğin **motivasyon ve çaba** üzerindeki etkisini doğru şekilde belirtir.

D seçeneğindeki ifade, öz-yeterliliğin **kariyer seçimleri ve karar süreçlerinde rol oynadığını** ifade eder ve doğrudur.

E seçeneğindeki ifade, öz-yeterliliğin **kariyer danışmanlığında önemli bir değişken** olduğunu vurgular ve doğrudur.

Cevap: A

12. Oya Hanım'ın özelliklerine bakıldığında **danışanların söylediklerinden çok söylemediklerine odaklanması** ve yaşantılara **derin anlamlar yüklemesi** onun **sezgisel** yönünü; **uzun vadeli hedeflerle düşünmesi** ve **toplumsal bir amaca hizmet etme isteği** yine **sezgisel ve yargılayıcı** yapıyı; kararlarını **içsel değerleri ve başkalarının duygularını dikkate alarak vermesi** ise **duygu odaklı** olduğunu göstermektedir. Ayrıca bu tarz içe dönük derin analiz ve içsel değerlendirme eğilimi **içe dönüklük** ile uyumludur. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde **doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğindeki ifade, **dışa dönüklük** ve **algılayıcı** özellik içerir; oysa Oya Hanım daha **içe dönük ve yapılandırılmış** bir profile sahiptir.

C seçeneğindeki ifade, **duyumsal** özelliği içerir; bu daha çok **somut ve ayrıntı odaklıdır**, Oya Hanım ise **anlam ve bütünsellik** üzerine odaklanmaktadır.

D seçeneğindeki ifade, **düşünce odaklı** karar vermeyi içerir; Oya Hanım'ın kararları **değer ve duygulara dayalıdır**.

E seçeneğindeki ifade, hem **dışa dönük** hem de **düşünce odaklı** özellikleri içerir; bu durum verilen özelliklerle örtüşmez.

Cevap: B

13. Soruda psikolojik danışmanın program sonunda öğrencilerde **hangi değişimlerin gözleneceğini açık ve sınanabilir ifadelerle belirlemesi** vurgulanmaktadır; ayrıca bu ifadelerin programın başarısının **neye göre değerlendirileceğine yön vermesi** de belirtilmiştir. Bu durum, program geliştirme sürecinde **ölçülebilir ve değerlendirilebilir amaçların oluşturulmasına** karşılık gelir. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneğindeki ifade, programın sonunda yapılan **değerlendirme sürecini** ifade eder; burada ise değerlendirme ölçütleri önceden belirlenmektedir.

B seçeneğindeki ifade, hedef grubun **gereksinimlerini analiz etmeye** yöneliktir; soruda bu aşama değil, amaçların yazımı vardır.

C seçeneğindeki ifade, programın **içeriğinin düzenlenmesi** ile ilgilidir; burada içerikten ziyade amaçların niteliği vurgulanmaktadır.

E seçeneğindeki ifade, programın **tanıtımına** yöneliktir; soruyla ilişkili değildir.

Cevap: D

14. Soruda danışmanın yalnızca mevcut **birey-iş uyumunu değerlendirmekle kalmayıp**, olası değişimlerde bu uyumun **gelecekte nasıl etkileneceğini**, ayrıca **iş doyumu ve performansın zaman içindeki seyrini** tartıştığı vurgulanmaktadır; bu durum, İş Uyum Kuramı kapsamında uyumun sadece mevcut durumunu değil, **geleceğe yönelik devamlılığını ve olası gidişatını öngörmeye**, yani **prognoz oluşturmaya** karşılık gelir. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneğindeki ifade, kariyerin **gelişim evrelerini belirlemeye** yöneliktir; soruda böyle bir aşama yoktur.

B seçeneğindeki ifade, ilgi alanlarının yeniden **düzenlenmesi** ile ilgilidir; burada uyumun geleceği ele alınmaktadır.

C seçeneğindeki ifade, mesleki **benlik kavramının geliştirilmesini** ifade eder; sorunun odağı bu değildir.

E seçeneğindeki ifade, **öğrenme yaşantılarının analizi** ile ilgilidir; metinde buna dair bir vurgu yoktur.

Cevap: D

15. Soruda Zerrin'in Holland tipolojisine göre **sanatçı tip** özellikler taşıdığı belirtilmektedir. **Sanatçı tip, yaratıcılık, özgünlük, estetik duyarlılık ve kendini ifade etme** ihtiyacı ile tanımlanır; bu bireyler yapılandırılmış ve kuralcı ortamlardan ziyade **serbest, esnek ve ifade odaklı** alanları tercih eder. Bu nedenle **doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneğindeki ifade, **kuralcı ve düzenli** yapıyı ifade eder; bu daha çok gelenekçi tipe aittir.

C seçeneğindeki ifade, **mekanik ve teknik becerilere** yöneliktir; bu gerçekçi tipe karşılık gelir.

D seçeneğindeki ifade, **liderlik ve rekabet** odaklıdır; bu girişimci tipin özelliğidir.

E seçeneğindeki ifade, **analitik ve sayısal düşünmeyi** içerir; bu araştırmacı tipe aittir.

Cevap: A

1. Soruda Ege'nin üniversiteye başlamış olması, ancak henüz kesin bir bölüm kararı vermemesi ve farklı dersler alarak kendini tanımaya, seçenekleri daraltmaya çalışması vurgulanmaktadır. Bu durum, Ginzberg'in kuramında gerçekçi seçimler dönemi (17-23 yaş) içinde yer alan Araştırma-Keşfetme Basamağı (17-19 yaş) ile örtüşür; bu basamakta birey farklı alanları dener, bilgi toplar ve henüz kesin karar vermez. Bu nedenle doğru cevap A seçeneğidir.

Billurlaştırma (19-21 yaş): Bireyin belirli bir mesleki alana yönelmeye başladığı, seçeneklerini daralttığı aşamadır.

Belirleme (21-23 yaş): Bireyin kesin karar verdiği ve mesleki yönelimin netleştiği aşamadır.

Geçiş (17-18 yaş): Deneme döneminin son basamağıdır; birey gerçekçi tercihlere yönelir ancak henüz üniversite düzeyindeki keşif sürecinde değildir.

Değer (15-16 yaş): Bireyin meslekleri değerler ve yaşam standartları açısından değerlendirildiği daha erken bir aşamadır.

Cevap: A

2. Soruda Cansu'nun mezuniyet sonrası ne yapmak istediğini açık ve net biçimde ifade etmesi, belirli bir mesleğe yönelmesi ve bu alanda uzun vadeli plan yapması vurgulanmaktadır. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na göre bu durum, bireyin belirli bir alana yönelerek kendine mesleki yönelim belirlemesi, yani seçim hedefi oluşturmaktır. Cansu yalnızca ilgi duymakla kalmamakta, aynı zamanda "süreç analisti olarak çalışmak istiyorum" diyerek somut bir kariyer tercihi ortaya koymaktadır. Bu nedenle doğru cevap C seçeneğidir.

Öz yeterlik inancı: Bireyin bir işi başarabileceğine dair inancını ifade eder; soruda bu vurgu ikincil düzeydedir.

Sonuç beklentisi: Davranışın sonucunda elde edilecek çıktılara ilişkin beklentidir; burada esas vurgu hedef belirlemedir.

Performans hedefi: Bireyin bir görevi ne düzeyde yapacağına dair başarı standardını içerir; meslek seçimiyle doğrudan ilgili değildir.

Performans: Gerçekleşen davranış ve başarı düzeyidir; burada henüz uygulama yoktur.

Cevap: C

3. Soruda Taylan'ın üniversiteyi bitirdikten sonra bir işe başlaması, bu işi gerçek çalışma ortamında deneyimlemesi, kendisine uygun olup olmadığını sinaması ve bu alanda kalıcı olup olmayacağına karar vermeye çalışması vurgulanmaktadır. Bu durum Super'in kuramında araştırma (keşfetme) evresi (14-24 yaş) içinde yer alan sinama ve izleme (uygulama) basamağına (22-24 yaş) karşılık gelir. Bu basamakta birey işe girer, kendini dener ve mesleki uyumunu değerlendirir. Seçeneklerde bu basamak doğrudan verilmediği için en yakın karşılık, bireyin eğitimden iş yaşamına geçerek mesleği gerçekçi biçimde değerlendirdiği aşama olan geçiş dönemidir (19-21 yaş). Doğru cevap B seçeneğidir.

Geçici (Deneme) dönem (14-18 yaş): Bireyin ilgi, yetenek ve değerlerine göre denemeler yaptığı, henüz gerçek iş deneyiminin olmadığı aşamadır.

Geçiş dönemi (19-21 yaş): Bireyin mesleğe yöneldiği ve gerçekçi değerlendirmeler yaptığı aşamadır; Taylan'ın durumuna en yakın süreçtir.

Fantezi dönem (4-10 yaş): Hayali ve gerçeklikten uzak meslek seçimlerinin yapıldığı çocukluk dönemidir.

Yerleşme dönemi (25-44 yaş): Bireyin işe yerleştiği, kalıcılık sağladığı ve pozisyonunu güçlendirdiği daha ileri bir evredir.

Koruma dönemi (45-64 yaş): Bireyin mevcut işini sürdürmeye ve geliştirmeye odaklandığı dönemdir.

Cevap: B

4. **Gelatt'ın Karar Kuramı**, bireyin karar sürecinde yalnızca kesin ve net bilgilere dayanmadığını; aksine **belirsizlikleri kabul ederek**, değişen koşullara göre **esnek ve olasılıksal düşünme** becerisi geliştirmesi gerektiğini savunur. Bu kuramın temelinde yer alan **pozitif belirsizlik** ilkesi, bireyin geleceğe ilişkin kesinlik aramak yerine **farklı olasılıkları değerlendirmesini** ve değişime açık olmasını ifade eder. Soruda Nilay'ın mevcut durumla sınırlı kalmayıp **gelecekte değişebilecek koşulları düşünmesi** ve kararlarını **olasılıklar üzerinden kurması** bu ilkeyi doğrudan yansıtmaktadır. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğindeki ifade, kariyerin **kişilik tipine bağlı olduğunu** vurgular; Gelatt'ın yaklaşımıyla ilgili değildir.

B seçeneğindeki ifade, meslek seçimini **gelişim dönemleriyle sınırlar**; burada esneklik söz konusudur.

C seçeneğindeki ifade, kararların **kesin doğrulara dayanması gerektiğini** savunur; bu, pozitif belirsizliğe ters düşer.

E seçeneğindeki ifade, **çevresel pekiştirmeleri** temel alır; soruda bilişsel süreç ön plandadır.

Cevap: D

5. **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'nda** bireyin davranışlarını belirleyen temel unsurlar arasında **öz yeterlik (kendini yetkin görme beklentisi)**, **sonuç beklentisi** ve **kişisel hedefler** yer alır. Soruda Özgür'ün "başarılı olabileceğimi düşünüyorum" ifadesi **öz-yeterliğinin yüksek olduğunu**, ancak "gerekli çabayı göstermeye hazır değilim" demesi ise **hedef oluşturma ve bu hedefe bağlanma eksikliği** olduğunu göstermektedir. Yani birey başarabileceğine inanmasına rağmen **eyleme geçmesini sağlayacak kişisel hedefleri netleştirememekte ve bu nedenle kararlarını ertelemektedir**. Bu durum **kişisel hedeflerin oluşmaması** ile açıklanır. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir**.

A seçeneğindeki ifade, **sonuç beklentisinin düşük olduğunu belirtmektedir**; oysa Özgür başarabileceğine inanmaktadır.

C seçeneğindeki ifade, **öz-yeterliğin düşük olduğunu vurgulamaktadır**; bu da soruyla çelişir.

D seçeneğindeki ifade, **çevresel engellerin etkisini ifade etmektedir**; soruda böyle bir durum yoktur.

E seçeneğindeki ifade, **öğrenme yaşantılarının sınırlı olduğunu belirtmektedir**; metinde buna dair bir ipucu bulunmamaktadır.

Cevap: B

6. Soruda program hazırlanırken **etkinliklerin sırası**, **kullanılacak yöntemler** ve **oturumların yapısının ayrıntılı biçimde planlanması** vurgulanmaktadır; yani programın **nasıl işleyeceği ve hangi içerikle yürütüleceği** netleştirilmektedir. Bu durum doğrudan programın **içeriğinin ve uygulama planının oluşturulmasına** karşılık gelir. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneği programın sonunda yapılan değerlendirme sürecini ifade eder.

B seçeneği hedef grubun ihtiyaçlarının analiz edilmesi ile ilgilidir.

D seçeneği amaçların ölçülebilir biçimde yazılmasına yöneliktir.

E seçeneği programın tanıtımına ilişkindir.

Cevap: C

7. Onur'un özelliklerine bakıldığında **teorik konular üzerine düşünmekten keyif alması** ve zihinsel süreçlere yönelmesi onun **içe dönük** olduğunu; **kesin yargılardan kaçınması ve yeni bilgilere göre fikrini değiştirmesi** onun **algılayıcı** olduğunu; **duygusal gerekçeler yerine mantıksal tutarlılığı önemsemesi** ise **düşünce odaklı** olduğunu göstermektedir. Ayrıca teorik ve soyut konulara yönelmesi **sezgisel** özelliğe işaret eder. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde **doğru cevap A seçeneğidir**.

B seçeneği dışa dönüklük ve yargılayıcılık içerir; Onur'un özellikleriyle uyumlu değildir.

C seçeneği duyumsal özelliği içerir; bu daha çok somut ve pratik odaklıdır, oysa Onur soyut düşünmektedir.

D seçeneği duygu odaklılık içerir; Onur ise mantık temelli karar vermektedir.

E seçeneği hem dışa dönüklük hem duygu odaklılık içerir; verilen özelliklerle örtüşmez.

Cevap: A

8. **Brott'un Öyküsel Kariyer Danışmanlığı Yaklaşımı**, bireyin kariyerini yalnızca özellikler ya da test sonuçlarıyla değil, **yaşam öyküsü ve anlamlandırma süreçleri** üzerinden ele alır. Bu yaklaşım göre bireyler yaşantılarını bir hikâye şeklinde kurgular ve kariyer kararları da bu hikâyenin nasıl yorumlandığıyla yakından ilişkilidir. Danışmanın görevi, danışanın mevcut anlatısını keşfetmek, bu anlatıdaki sınırlayıcı anlamları fark ettirmek ve daha işlevsel bir bakış açısıyla **hikâyeyi yeniden yapılandırmasına** yardımcı olmaktır. Soruda da danışanın geçmişteki deneyimlerini olumsuz bir çerçevede tanımladığı, danışmanın ise bu deneyimleri **yeniden anlamlandırarak** daha olumlu ve umut verici bir perspektif sunduğu görülmektedir; bu durum doğrudan **yeniden çerçeveleme ve hikâyeyi yeniden anlamlandırma** kavramına karşılık gelir. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir**.

A seçeneği bireyin kariyer gelişimine hazır oluş düzeyini ifade eder; burada anlatı dönüşümü vardır.

C seçeneği kişilik tipine göre meslek belirlemeyi içerir; soruyla ilişkili değildir.

D seçeneği iş doyumunun ölçülmesine yöneliktir; burada değerlendirme değil anlamlandırma yapılmaktadır.

E seçeneği kariyer kararlarını rastlantısal öğrenmeye bağlar; soruda yapılandırılmış bir yeniden yorumlama vardır.

Cevap: B

9. Soruda Şirin'in **sıcak, destekleyici ve kabul edici bir aile ortamında yetiştiği**, duygularını ifade etmeye teşvik edildiği ve **empatik davranışlarının pekiştirildiği** vurgulanmaktadır. Anne Roe'nun kuramına göre bu tür **sevgi dolu ve kabul edici ebeveyn tutumları**, bireyin **insanlara yönelmesine**, kişilerarası ilişkilere açık olmasına ve **yardım etmeye dayalı mesleklere ilgi duymasına** yol açar. Bu nedenle Şirin'in **psikolojik danışman, öğretmen ve sosyal hizmet uzmanı** gibi **insana dönük ve yardım temelli mesleklere yönelmesi beklenir**. Bu nedenle **doğru cevap A seçeneğidir**.

B seçeneği teknik ve nesneye yönelik meslekleri içerir; insan ilişkisi sınırlıdır.

C seçeneği araştırma ve bilimsel çalışma odaklıdır; kişilerarası etkileşim ön planda değildir.

D seçeneği sistem ve teknoloji odaklıdır; nesneye yönelim baskındır.

E seçeneği sayısal ve finansal işlemlerle ilgilidir; insanlara doğrudan yardım amacı içermez.

Cevap: A

10. **Brott'un Öyküsel Kariyer Danışmanlığı Yaklaşımı**, kariyer kararlarının yalnızca test sonuçlarıyla değil, bireyin **yaşam öyküsü, deneyimleri** ve bu deneyimlere yüklediği **anlamlar** üzerinden şekillendiğini savunur. Bu yaklaşımda danışman, danışanın anlattığı hikâyeyi merkeze alır ve bu hikâyeyi yeniden yapılandırarak daha işlevsel bir kariyer yönelimi oluşturmaya yardımcı olur. Soruda da testlerin yetersiz kaldığı noktada danışanın **yaşam anlatısına başvurulması** ve kariyer kararının bu anlatı üzerinden **yeniden yapılandırılması** bu görüşü doğrudan yansıtmaktadır. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneği kariyeri yalnızca bilişsel yetenekle açıklar; öyküsel yaklaşım çok boyutludur.

B seçeneği testleri tek belirleyici olarak görür; soruda bunun yetersizliği vurgulanmaktadır.

C seçeneği yaşam öyküsünü dışlar; oysa yaklaşımın temeli anlatıdır.

E seçeneği ekonomik faktörleri merkeze alır; burada anlamlandırma süreci ön plandadır.

Cevap: D

11. Ece'nin özelliklerine bakıldığında **tek başına düşünmekten hoşlanması** onun **içe dönük** olduğunu; **hayal gücünün güçlü olması** ve soyut düşünmeye yatkınlığı **sezgisel** yönünü; **insanlara yardım etmeyi anlamlı bulması ve değerlerini merkeze alması** ise **duygu odaklı** olduğunu göstermektedir. Ayrıca "bunu baskı altında kalmadan yapmak ister" ifadesi, daha **esnek, açık ve seçenekleri sürdürmeye eğilimli** bir yapıyı, yani **algılayıcı** özelliği işaret eder. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde **doğru cevap A seçeneğidir**.

B seçeneği dışa dönüklük ve yargılayıcılık içerir; Ece daha içe dönük ve esnektir.

C seçeneği duygusal özelliği içerir; bu somut ve ayrıntı odaklıdır, oysa Ece soyut ve hayal gücü yüksek yapıdadır.

D seçeneği düşünce odaklılığı içerir; Ece'nin kararları değer temellidir.

E seçeneği hem dışa dönük hem düşünce odaklıdır; verilen özelliklerle örtüşmez.

Cevap: A

12. Berke'nin **kararsızlık yaşaması, birden fazla alana ilgi duyması**, bu alanlar hakkında yalnızca **yüzeysel bilgiye sahip olması** ve **kaygı hissetmesi**, onun kariyer gelişiminde henüz netleşme sağlayamadığını göstermektedir. Bu bilgiler doğrultusunda öncüller tek tek değerlendirilir:

I. öncül: Berke üniversite tercihi yaklaşmasına rağmen kararsızlık yaşadığına göre **karar vermesi gerektiğinin farkındadır**. Bu öncül doğrudur.

II. öncül: Metinde açıkça **yüzeysel bilgiye sahip olduğu** belirtilmiştir; bu nedenle **yeterli ve derinlemesine bilgiye sahip değildir**. Bu öncül yanlıştır.

III. öncül: Birden fazla alana ilgi duymasına rağmen **kendisi için en uygun seçeneği belirleyememesi**, ilgi ile meslek arasında **net uyum kuramadığını** gösterir. Bu öncül doğrudur.

IV. öncül: Kararsızlık yaşaması ve kaygı duyması, **kariyer olgunluğu düzeyinin değerlendirilmesine ihtiyaç olduğunu** gösterir. Bu öncül doğrudur.

Bu nedenle **I, III ve IV öncüller doğrudur**.

Cevap: E

13. Soruda Zeki'nin meslek tercihlerinin **bilinçli ilgi ve yeteneklerden çok**, çocuklukta yaşadığı **aşırı eleştirel ebeveyn tutumları, kaygı, cezalandırılma beklentisi** ve bunlara karşı geliştirdiği **savunmacı düzenekler** ile açıklandığı vurgulanmaktadır. Yani meslek seçimi, bireyin **bilinçdışı çatışmaları, erken yaşantıları** ve **kaygıyı azaltma mekanizmaları** üzerinden yorumlanmaktadır. Bu bakış açısı **Psikanalitik yaklaşıma** dayanır. **Doğru cevap A seçeneğidir**.

Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı: Öz-yeterlik, sonuç beklentisi ve bilişsel süreçler üzerinden kariyer davranışını açıklar.

Özellik-Faktör Kuramı: Bireyin özellikleri ile mesleklerin gerekliliklerini eşleştirmeye odaklanır.

Holland'ın Tipoloji Kuramı: Kişilik tipleri ile meslek ortamı uyumunu temel alır.

Super'in yaşam boyu gelişim kuramı: Kariyeri yaşam boyu süren gelişimsel bir süreç olarak ele alır.

Cevap: A

14. Soruda Zeliha'nın **Holland tipolojisine göre sosyal tip** özellikler gösterdiği belirtilmektedir. Sosyal tip bireyler **insanlarla etkileşim kurmaktan hoşlanan, yardım etmeye istekli, empatik** ve **rehberlik/öğretme** gibi alanlara yönelen kişilerdir. Bu nedenle Zeliha'nın **başkalarına yardım etmeye ve insanlarla etkileşime istekli olması** beklenir. **Doğru cevap E seçeneğidir**.

A seçeneğinde belirtilen fiziksel güç ve el becerisi gerektiren, daha çok nesne ve araçlarla çalışılan alanlara yönelme **gerçekçi tip** özellikleridir.

B seçeneğinde belirtilen soyut problemlerle tek başına çalışma ve analiz yapma **araştırmacı tip** özellikleridir.

C seçeneğinde belirtilen kurallı, düzenli ve yapılandırılmış büro işlerini tercih etme **gelenekçi tip** özellikleridir.

D seçeneğinde belirtilen rekabet ve risk almayı merkeze alan, insanları etkilemeye yönelik roller **girişimci tip** özellikleridir.

Cevap: E

15. Soruda Ece'nin test sonuçlarına bakıldığında **kendi ilgi ve yeteneklerini net biçimde tanıdığı**, hangi mesleklerin kendisine uygun olduğunu **açıkça bildiği** ve yöneliminin belirgin olduğu görülmektedir; bu durum Holland kuramında **kimlik** kavramına karşılık gelir. Emre'nin ise farklı alanlardan **birbirine yakın puanlar alması**, ilgi alanları arasında **belirgin bir fark olmaması** ve bu nedenle **hangi alana yöneleceğini netleştirememesi**, ilgi alanlarının birbirinden yeterince ayırmadığını gösterir; bu durum **ayrışma** kavramına karşılık gelir. Bu nedenle **doğru cevap A seçeneğidir**.

B seçeneğinde belirtilen uyum, bireyin kişilik tipi ile meslek çevresi arasındaki uygunluğu; tutarlılık ise tipler arasındaki yakınlığı ifade eder.

C seçeneğinde belirtilen tutarlılık ve kimlik sıralaması verilen durumla uyuşmaz.

D seçeneğinde belirtilen ayrışma ve uyum sıralaması ters verilmiştir.

E seçeneğinde belirtilen kimlik ve tutarlılık ifadesi Emre'nin durumunu karşılamaz.

Cevap: A

1. Soruda danışanın kariyer kararını yalnızca **"hangi meslek daha çok para kazandırır"** sorusuna indirgediği, psikolojik danışmanın ise bir **tekerlek modeli** kullanarak **beceriler, ilgiler, değerler, kişilik, çevre, eğitim ve fırsatlar** gibi farklı boyutları ayrı ayrı ele almasını sağladığı vurgulanmaktadır. Bu müdahale, kariyer kararını **tek boyutlu olmaktan çıkarıp çok boyutlu hale getirme**, yani kararı **bileşenlerine ayırarak bütüncül bir farkındalık oluşturma** yaklaşımına karşılık gelir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneğinde belirtilen bilişsel çarpıtmaları yeniden yapılandırma, düşünce hatalarını değiştirmeye odaklanır; burada çok boyutlu analiz vardır.

B seçeneğinde belirtilen mesleki rol benliğini zaman çizelgesine yerleştirme, kariyeri zaman içinde ele almayı ifade eder.

D seçeneğinde belirtilen kişilik tipine göre meslek önerme, sınıflandırmaya dayalıdır; burada analiz yapılmaktadır.

E seçeneğinde belirtilen meslek seçimini çocukluk yaşantılarıyla açıklama, Psikanalitik bakış açısını yansıtır.

Cevap: C

2. Berk'in **birden fazla alana ilgi duyması**, bu alanlar hakkında **araştırma yapması** ancak **hangisinin kendisine uygun olduğunu ayırt edememesi**, onun kariyer sürecinde **keşif ve karar verme aşamasında** olduğunu göstermektedir. Bu bilgiler doğrultusunda öncüller değerlendirilir:

- I. **öncül:** Berk kararsızlık yaşadığını ifade ettiğine göre **mesleki karar verme sürecinde olduğunu farkındadır**. Bu öncül doğrudur.
- II. **öncül:** Metinde açıkça **alanlara ilişkin araştırmalar yaptığı** belirtilmiştir; yani **bilgi edinme çabası içindedir**. Bu öncül doğrudur.
- III. **öncül:** Birden fazla alana ilgi duyması, ilgilerin **tek bir alanda yoğunlaşmadığını** gösterir. Bu öncül yanlıştır.
- IV. **öncül:** Kararsızlık yaşaması ve uygun seçeneği ayırt edememesi, **kariyer olgunluk düzeyinin değerlendirilmesine ihtiyaç olduğunu** gösterir. Bu öncül doğrudur.

Bu nedenle **I, II ve IV öncüller doğrudur.**

Cevap: D

3. Soruda psikolojik danışmanın Ayhan'ı değerlendirirken **yaşına uygun mesleki görevleri fark edip etmediğine** ve bu doğrultuda **davranıp davranmadığına** odaklandığı belirtilmektedir. **Mesleki olgunluk**, bireyin bulunduğu gelişim dönemine uygun kariyer görevlerini **fark etme, anlama ve yerine getirme düzeyini** ifade eder. Ayhan'ın durumunun bu ölçütlere göre değerlendirilmesi, doğrudan mesleki olgunluk kavramına karşılık gelir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Mesleki yeterlik: Bireyin bir işi yapabilme kapasitesiyle ilgilidir.

Mesleki doyum: Bireyin yaptığı işten aldığı tatmin düzeyini ifade eder.

Mesleki kimlik: Bireyin kendini belirli bir meslekle özdeşleştirmesiyle ilgilidir.

Kariyer kararlılığı: Bireyin karar verme sürecindeki kararsızlık düzeyiyle ilişkilidir.

Cevap: C

4. Soruda Aygül'ün küçük yaşlardan itibaren **çevresindeki rol modelleri gözlemleyerek** öğretmenlik mesleğine ilgi geliştirdiği ve öğretmenlerinden aldığı geri bildirimlerle bu alanda başarılı olabileceğine dair inancının arttığı vurgulanmaktadır. Bu durum, bireyin başkalarını gözlemleyerek öğrenmesi ve kendine yönelik inanç geliştirmesiyle açıklanır; yani **dolaylı yaşantılar** söz konusudur. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Doğrudan yaşantılar: Bireyin kendi deneyimleriyle başarı yaşamasıdır.

Fizyolojik durumlar: Kaygı, stres gibi bedensel tepkilerin etkisidir.

Sonuç beklentileri: Davranışın getireceği sonuçlara ilişkin öngörülerdir.

Kişisel hedefler: Bireyin ulaşmak istediği amaçları ifade eder.

Cevap: B

5. Amundson'un **Kariyer Tekerek Modeli**, kariyer seçiminin bireyin yaşamındaki **birden fazla faktörün etkileşimiyle** oluştuğunu savunur. Bu modelde **beceriler, ilgiler, değerler, deneyimler ve özellikle sosyal çevredeki önemli kişiler** kariyer kararını birlikte şekillendirir.

Soruda da bireyin **ailesi ve öğretmenlerinin yönlendirmesiyle** bir mesleğe yönelmesi vurgulanmaktadır; yani meslek seçimini etkileyen temel unsur **sosyal çevre ve birey için önemli kişiler**dir. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

Kariyer fırsatları: İş olanakları ve dış çevredeki imkanlarla ilgilidir.

Öğrenim deneyimleri: Eğitim sürecinde edinilen yaşantıları ifade eder.

İş ve yaşam deneyimleri: Bireyin geçmiş deneyimlerine dayanır.

Beceriler: Bireyin yapabildikleriyle ilgilidir.

Cevap: D

6. **Kariyer Yelkenlisi Modeli**, kariyer gelişimini yalnızca bireysel özelliklerle değil; **bireysel, sosyal ve sistemsel etmenlerin birlikte etkileşimiyle** açıklayan bütüncül bir yaklaşımdır. Bu modelde ekonomik koşullar, eğitim sistemi, yasal düzenlemeler ve rastlantısal olaylar da kariyer kararını etkileyen önemli unsurlar olarak kabul edilir. Soruda da danışmanın bu çoklu etkenleri vurgulaması doğrudan bu modele karşılık gelir. Bu nedenle **doğru cevap E seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen kariyerin yalnızca kişilik tipine bağlı olması, bu kurama göre **yetersiz ve indirgemeci bir yaklaşımdır**.

B seçeneğinde söz edilen kariyerin sadece yaşam dönemleriyle açıklanması, bu modele göre **eksik bir açıklamadır**.

C seçeneğinde söz edilen kariyerin tamamen genetik eğilimlerle belirlenmesi, bu kurama göre **uygun değildir**.

D seçeneğinde söz edilen kariyerin yalnızca bilinçdışı süreçlerle açıklanması, bu modele göre **yanlıştır**.

Cevap: E

7. **Holland'ın Tipoloji Kuramı**, bireylerin kişilik özellikleri ile meslek ortamları arasında bir uyum olduğunu savunur ve bireyleri **gerçekçi, araştırmacı, sanatçı, sosyal, girişimci ve geleneksel** olmak üzere altı tipe ayırır. **Geleneksel tip** bireyler; **düzenli, planlı, kurallara bağlı, ayrıntı odaklı ve yapılandırılmış ortamlarda çalışmayı tercih eden** kişilerdir.

Soruda Mehmet'in geleneksel tip özellikler taşıdığı belirtildiğine göre, onun **düzenli, planlı ve kurallara dayalı çalışma ortamını benimsemesi** beklenir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen belirsiz ve yapılandırılmamış görevler, bu kurama göre **geleneksel tipe uygun değildir**.

B seçeneğinde söz edilen yaratıcı ve sanatsal üretim, bu kurama göre **sanatçı tipe aittir ve uygun değildir**.

C seçeneğinde söz edilen insanları etkileme ve liderlik, bu kurama göre **girişimci tipe aittir ve uygun değildir**.

E seçeneğinde söz edilen soyut bilimsel araştırmalar, bu kurama göre **araştırmacı tipe aittir ve uygun değildir**.

Cevap: D

8. Soruda psikolojik danışmanın Turhan için **hedef belirleme, hedefe ulaşmak için alternatif yollar geliştirme** ve bu yolları uygulayabilmesi için **motivasyonunu artırma** üzerine bir çalışma planladığı vurgulanmaktadır. Bu yaklaşım, bireyin **amaç (hedef), yol üretme ve motivasyon (eyleme geçme gücü)** boyutlarını temel alan **Umut Odaklı Kariyer Gelişim Modeli'ne** dayanır. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir**.

Holland Kişilik Tipleri Kuramı: Kişilik tipleri ile meslek ortamı arasındaki uyumu açıklar.

Savickas Kariyer Yapılandırma Kuramı: Bireyin yaşam öyküsü ve anlamlandırma süreçleri üzerinden kariyerini yapılandırmasını ele alır.

Super Mesleki Gelişim Kuramı: Kariyeri yaşam boyu süren gelişimsel evreler üzerinden açıklar.

Krumboltz Sosyal Öğrenme Kuramı: Kariyer seçiminde öğrenme yaşantıları ve çevresel etkileri vurgular.

Cevap: C

9. **Gottfredson'un kuramına** göre bireyler meslek seçeneklerini değerlendirirken özellikle **cinsiyet rolleri, toplumsal beklentiler ve benlik algısı** doğrultusunda bazı meslekleri erken yaşlardan itibaren eler ve seçenek alanını daraltır. Bu süreç **sınırlandırma** denir. Soruda Burak'ın "hemşirelik erkek işi değildir" düşüncesiyle bu mesleği tamamen dışlaması ve kendince daha "erkeksi" gördüğü mesleklere yönelmesi, meslek alanını **cinsiyet algısına göre daraltması** anlamına gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Uzlaşma: Bireyin istediği meslekten, ulaşılabilirlik gibi nedenlerle vazgeçmesini ifade eder.

Öz-yaratım: Bireyin mesleki benliğini yeniden yapılandırmasıyla ilgilidir.

Mesleki olgunluk: Bireyin gelişim dönemine uygun kariyer görevlerini yerine getirme düzeyidir.

Kariyer çapası: Bireyin temel değer ve ihtiyaçlarına göre meslek seçmesini ifade eder.

Cevap: B

10. Soruda Serkan'ın **saldırganlık ve öfke dürtülerini doğrudan ifade etmek yerine**, bu enerjiyi **spor ve rekabet içeren meslek alanlarına yönlendirdiği** vurgulanmaktadır. Psikolojik danışmanın da bunu, dürtülerin doğrudan boşaltımı değil, **toplumsal açıdan kabul edilebilir bir alana yönlendirilmesi** olarak değerlendirmesi, psikanalitik kuramda **yüceltme** savunma mekanizmasına karşılık gelir. Bu mekanizmada birey, kabul görmeyen dürtülerini **toplum tarafından onaylanan etkinliklere dönüştürür**. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

Bastırma: Kabul edilmeyen dürtülerin bilinçdışına itilmesidir.

Yansıtma: Kişinin kendi duygularını başkalarına atfetmesidir.

Gerileme: Daha önceki gelişim dönemlerine özgü davranışlara dönüşür.

Akla uydurma: Davranışlara mantıklı gerekçeler üretmedir.

Cevap: E

11. Soruda danışmanın bireyin **yetenekleri, değerleri ve ihtiyaçları** ile iş ortamının **beklentileri ve pekiştiricileri** arasındaki **uyumu değerlendirmeye odaklanması**, ayrıca amaç olarak **bireyin iş doyumunu ile işverenin doyumunu birlikte artırmayı** ve gerektiğinde **birey ya da çevrede düzenleme yaparak uzun süreli uyum sağlamayı** hedeflemesi vurgulanmaktadır. Bu yaklaşım, birey-çevre uyumunu merkeze alan ve karşılıklı doyumunu esas alan **İş Uyum Kuramı'nın** temel varsayımlarını yansıtır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

Holland'ın Kişilik Tipleri Kuramı: Kişilik tipleri ile meslek ortamı arasındaki uyumu açıklar.

Super'in Yaşam Boyu Kariyer Gelişimi Kuramı: Kariyeri gelişimsel evreler üzerinden ele alır.

Krumboltz'un Sosyal Öğrenme Kuramı: Kariyer seçiminde öğrenme yaşantıları ve çevresel etkileri vurgular.

Roe'nun İhtiyaç Temelli Kuramı: Meslek seçimini erken dönem ihtiyaçlar ve aile yaşantılarıyla açıklar.

Cevap: D

12. **Super'in Mesleki Gelişim Kuramı'na** göre **büyüme evresi (0-14 yaş)** içinde birey sırasıyla **hayal (4-10), ilgi (11-12) ve yetenek (13-14)** basamaklarından geçer. **İlgi basamağında (11-12 yaş)** birey meslekleri ve etkinlikleri **"seviyorum-sevmiyorum" ölçütüne göre değerlendirir**, henüz **yapabilme düzeyini sorgulamaz**. Soruda Ayşe-gül'ün 12 yaşında olması ve değerlendirmelerini bu şekilde yapması doğrudan bu basamağa karşılık gelir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Hayal basamağı (4-10 yaş): Meslek seçimleri hayali ve oyun temellidir.

Yetenek basamağı (13-14 yaş): Birey artık **yapabilme düzeyini** dikkate almaya başlar.

Geçici (deneme) dönem (14-18 yaş): Ergenlikte farklı seçeneklerin denendiği aşamadır.

Sınama dönemi (22-24 yaş): İş ortamında kendini deneme sürecidir.

Cevap: B

13. **Adler'in kuramına** göre bireyler çocuklukta yaşadıkları **yetersizlik duygularını** telafi etmek ve kendilerini geliştirmek için bir **üstünlük çabası** geliştirirler. Bu çaba, bireyin kendini aşma, daha iyi olma ve eksikliklerini giderme yönünde güçlü bir motivasyon oluşturur. Soruda Osman'ın çocuklukta **yetersiz hissedilmesi** ve yetişkinlikte bunu telafi eder biçimde **en iyilerden biri olmayı hedeflemesi**, doğrudan bu kavrama karşılık gelir. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Yetenek: Bireyin doğuştan ya da sonradan kazandığı kapasiteyi ifade eder.

İlgi: Bireyin hoşlandığı ve yöneldiği alanları kapsar.

Öz yeterlik beklentisi: Bireyin bir işi başarabileceğine dair inancıdır.

Mesleki olgunluk: Bireyin gelişim dönemine uygun kariyer görevlerini yerine getirme düzeyidir.

Cevap: C

14. **Ginzberg ve arkadaşlarının** kuramına göre mesleki gelişim süreci üç ana evrede ele alınır ve **gerçekçi seçimler dönemi (17-23 yaş)** içinde **araştırma (17-19)**, **billurlaştırma (19-21)** ve **belirleme (21-23)** basamakları yer alır. **Belirleme basamağında (21-23 yaş)** birey artık kendine uygun meslek alanını **kesinleştirir**, kararını netleştirir ve bu yönde ilerler.

Soruda Metin'in **üniversite sonrası belirli bir alanda çalışmaya başlaması, kararını netleştirmesi ve mesleki yöneliminin artık değişmemesi**, doğrudan bu basamağın özelliklerini yansıtır. **Doğru cevap E seçeneğidir.**

Araştırma: Farklı seçeneklerin incelendiği ve bilgi toplandığı aşamadır.

Billurlaştırma: Belirli bir meslek alanına yönelimin olduğu ancak henüz kesinleşmediği aşamadır.

İlgi: Geçici seçim döneminde hoşlanılan alanlara yönelmedir.

Yetenek: Bireyin yapabilirliğini dikkate almaya başladığı aşamadır.

Cevap: E

15. Carl Gustav Jung'un yaklaşımına dayanan ve Isabel Briggs Myers ile Katharine Cook Briggs tarafından geliştirilen **Kişilik Tipleri Kuramı**, bireyleri **içe dönük-dışa dönük, duyumsal-sezgisel, düşünce odaklı-duygu odaklı ve yargılayıcı-algılayıcı** boyutlarında ele alır. Bu boyutlar, bireyin bilgiyi nasıl aldığı, kararlarını nasıl verdiği ve yaşamını nasıl düzenlediğini açıklar.

Soruda Baran'ın **cihazları söküp incelemesi ve pratik çözüm üretmesi** onun **duyumsal** olduğunu; **mantıklı ve teknik çözüm odaklı olması** onun **düşünce odaklı** olduğunu; **uzun planlar yapmaktan hoşlanmaması, kuralları esnek yorumlaması ve anlık hareket etmesi** onun **algılayıcı** olduğunu gösterir. Ayrıca **bağımsız çalışmayı tercih etmesi** daha çok **içe dönük** özelliğe işaret eder. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde **doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneğinde söz edilen yargılayıcılık, planlı ve düzenli olmayı ifade eder; Baran buna uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen sezgisel özellik, soyut düşünmeyi ifade eder; Baran somut ve pratiktir.

C seçeneğinde söz edilen duygu odaklılık, değer temelli karar vermeyi içerir; Baran mantık temellidir.

D seçeneğinde söz edilen dışa dönüklük ve sezgisellik, verilen özelliklerle örtüşmez.

Cevap: E

1. **Gottfredson'un kuramına** göre bireyler çocukluk döneminden itibaren meslekleri **zihinsel olarak sınıflandırır**, bu sınıflandırmayı özellikle **cinsiyet rolleri ve toplumsal algılar** üzerinden yapar ve buna göre meslek seçeneklerini daraltır. Bu süreçte bireyin zihninde oluşan ve meslekleri kimlerin yaptığına, hangi mesleklerin kime uygun olduğuna göre düzenleyen yapı **bilişsel meslek haritası** olarak adlandırılır.

Soruda Ece'nin meslekleri değerlendirirken **kendi yeteneklerinden çok toplumda kimlerin o meslekleri yaptığına odaklanması** ve meslekleri buna göre sınıflandırması, doğrudan bu zihinsel yapıyı ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

Mesleki benlik algısı: Bireyin kendini meslek açısından nasıl algıladığıyla ilgilidir.

Kariyer kararsızlığı: Bireyin karar verememe durumunu ifade eder.

Öz yeterlik algısı: Bireyin bir işi başarabileceğine dair inancıdır.

Mesleki değerler sistemi: Bireyin meslekten beklentileri ve önem verdiği unsurlardır.

Cevap: B

2. **Ginzberg ve arkadaşlarının** kuramına göre **Geçici (Deneme) Dönemi (11-17 yaş)** içinde birey sırasıyla **ilgi (11-12)**, **yetenek (13-14)** ve **değer (15-16)** basamaklarından geçer. **Yetenek döneminde (13-14 yaş)** birey artık sadece "seviyorum-sevmiyorum" değil, "**yapabiliyor muyum?**" sorusunu sormaya başlar ve **kendi yeterliklerini dikkate alarak seçeneklerini daraltır.**

Soruda Veysel'in 14 yaşında olması ve **ilgi duyduğu meslekleri yeterliklerine göre elemesi**, doğrudan bu basamağın özelliklerini yansıtır. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir.**

İlgi dönemi: Meslekler hoşlanma düzeyine göre değerlendirilir.

Değer dönemi: Mesleğin sağladığı yaşam koşulları ve getiriler önem kazanır.

Geçiş dönemi: Gerçekçi seçimlere yönelme başlar.

Araştırma dönemi: Gerçekçi seçimler evresinde meslekler hakkında bilgi toplanır.

Cevap: B

3. **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı**, bireyin kariyer davranışlarını **öz yeterlik inancı, sonuç beklentileri ve kişisel hedefler** üzerinden açıklar. Bu kurama göre bireyler bir mesleğe yönelirken sadece "başarabilir miyim?" sorusunu değil, aynı zamanda "bu meslek bana ne kazandırır?" sorusunu da değerlendirir. Sonuç beklentileri ise bireyin davranışının sonunda elde edeceğini düşündüğü **ödül, saygınlık, onay veya doyum** gibi çıktıları kapsar.

Soruda Sibel'in "toplumda yeterince saygı görmeyeceğim" düşüncesi, mesleğin **toplumsal kabul ve saygınlık boyutuna** odaklandığını göstermektedir. Bu, bireyin davranış sonucunda elde edeceği **sosyal geri bildirim ve statüye ilişkin beklentisi** ile ilgilidir. Bu nedenle **doğru cevap E seçeneğidir.**

Fiziksel sonuç beklentisi: Kazanç, ödül ve somut getirilerle ilgilidir.

Akademik sonuç beklentisi: Eğitim sürecindeki başarıyla ilişkilidir.

Öz yeterlik beklentisi: Bireyin bir işi başarabileceğine dair inancıdır.

Davranışsal sonuç beklentisi: Davranışın ortaya çıkaracağı genel sonuçlara yöneliktir.

Cevap: E

4. **Williamson'un Özellik-Faktör Yaklaşımı'na** dayanan kariyer danışma süreci; **analiz, sentez, tanı, tahmin ve izleme** aşamalarından oluşur. **Analiz aşamasında** bireye ilişkin veriler sistemli biçimde toplanır; ilgi, yetenek, değerler, akademik durum, sağlık ve geçmiş yaşantılar incelenir. Ayrıca meslekler hakkında nesnel bilgiler de bu aşamada elde edilir.

Soruda Seda'ya testlerin uygulanması, kişisel bilgilerin ayrıntılı incelenmesi ve aynı zamanda meslekler hakkında veri toplanması doğrudan bu veri toplama sürecini ifade eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

Sentez: Bireye ait verilerin bir araya getirilerek anlamlandırılmasıdır.

Tanı: Bireyin güçlü ve zayıf yönlerinin belirlenmesidir.

Tahmin: Birey-meslek uyumuna ilişkin öngörude bulunmadır.

İzleme: Verilen kararların uygulanmasının takip edilmesidir.

Cevap: C

5. İş Uyum Kuramı, bireyin **yetenekleri ve değerleri** ile iş ortamının **beklentileri ve sağladığı doyum** arasındaki uyumu temel alır. Bu kurama göre uyum, yalnızca bireyin değişmesiyle değil; gerektiğinde **iş çevresinin de yeniden düzenlenmesiyle**, yani **birey-çevre arasındaki karşılıklı etkileşimle** sağlanır.

Soruda Berrak'ın becerilerinin işe uygun olmasına rağmen **değerler açısından uyumsuzluk yaşaması** ve danışmanın doğrudan iş değiştirmeyi önermek yerine **iş ortamında düzenleme ve alternatif roller araması**, uyumun iki taraflı olarak ele alındığını gösterir. **Doğru cevap A seçeneğidir.**

B seçeneğinde söz edilen kariyerin gelişimsel evrelerle açıklanması, bireyin yaş dönemlerine göre ilerlemesini ifade eder; bu soruda ise **birey-iş ortamı uyumu** ele alındığı için uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen iş doyumunun yalnızca yetenek düzeyiyle açıklanması, çevresel faktörleri dışladığı için bu kurama göre eksiktir ve uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen mesleki başarının kişilik tipiyle açıklanması, yalnızca bireysel özelliklere odaklanır; bu kuram ise **çevreyle etkileşimi** temel alır, bu yüzden uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen öğrenme yaşantılarının belirleyici olması, daha çok sosyal öğrenme yaklaşımına aittir; burada söz konusu olan **karşılıklı uyum sürecidir**, bu nedenle uygun değildir.

Cevap: A

6. **Super'in Yaşam Boyu-Yaşam Alanı Kuramı**, kariyer gelişiminin yaşam boyu sürdüğünü ve bireyin farklı yaşam rollerinde sürekli uyum sağladığını savunur. Bu kuramda **mini döngü**, bireyin yaşamının herhangi bir döneminde yaşadığı değişimlerde (iş değişimi, rol değişimi vb.) kariyer gelişim evrelerini **yeniden ve kısa süreli olarak yaşaması** anlamına gelir. Yani kariyer gelişimi **doğrusal değil**, gerektiğinde geri dönüşler ve yeniden yapılanmalar içeren dinamik bir süreçtir.

Soruda mini döngüye ilişkin yanlış ifade sorulmaktadır. Mini döngüler yalnızca kariyerin başlangıcında değil, **yaşamın her döneminde** ortaya çıkabilir. Bu nedenle "sadece meslek yaşamının başında görülür" ifadesi kurama aykırıdır. **Doğru cevap D seçeneğidir.**

A seçeneğinde söz edilen mini döngünün değişim süreçlerinde evrelerin yeniden yaşanmasını ifade etmesi, kurama uygundur.

B seçeneğinde söz edilen normatif olmayan geçişlerde ortaya çıkması ve benlik kavramının yeniden yapılandırılması, kuramla tutarlıdır.

C seçeneğinde söz edilen kariyer gelişiminin doğrusal olmadığını vurgulaması, kuramın temel varsayımlarından biridir.

E seçeneğinde söz edilen yeni rol ya da işe uyum sürecinde mini döngünün devreye girmesi, kurama uygundur.

Cevap: D

7. Carl Gustav Jung'un tipoloji yaklaşımına dayanan ve Isabel Briggs Myers ile Katharine Cook Briggs tarafından geliştirilen **Kişilik Tipleri Kuramı**, bireyleri **içe dönük-dışa dönük, duyuşsal-sezgisel, düşünce odaklı-duygu odaklı ve yargılayıcı-algılayıcı** boyutlarında ele alır. Bu boyutlar bireyin çevreyle etkileşimi, bilgi işleme biçimi, karar verme tarzı ve yaşamı organize etme şeklini açıklar.

Soruda Aysun Hanım'ın **çevresindekilerin ihtiyaçlarını fark etmesi ve yardım etmeye istekli olması** onun **duygu odaklı** olduğunu; **görevlerini titizlikle yerine getirmesi ve sorumluluklarını aksatmaması** onun **yargılayıcı** olduğunu; **değişimden çok sürekliliği tercih etmesi ve somut işlere odaklanması** onun **duyuşsal** olduğunu göstermektedir. Ayrıca daha çok **görev**

ve sorumluluk odaklı, sakin ve düzenli bir profil çizmesi içe dönüklüğe işaret eder. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde **doğru cevap E seçeneğidir.**

A seçeneğinde söz edilen algılayıcılık, esnek ve plansız olmayı ifade eder; bu özellikler soruyla uyumsuz.

B seçeneğinde söz edilen sezgisellik, soyut ve hayal gücü odaklıdır; burada somutluk ön plandadır.

C seçeneğinde söz edilen düşünce odaklılık, mantık temelli karar vermeyi ifade eder; Aysun Hanım değer odaklıdır.

D seçeneğinde söz edilen dışa dönüklük ve sezgisellik, verilen özelliklerle örtüşmez.

Cevap: E

8. **Super'in Yaşam Boyu-Yaşam Alanı Kuramı**, kariyer gelişimini yaşam boyu devam eden bir süreç olarak ele alır ve bireyin kariyerini **büyüme, araştırma, yerleşme, sürdürme ve çözülme** gibi geniş dönemler içinde açıklar. Bu geniş ve sıralı dönemlerin tamamı **maksi döngü** olarak adlandırılır. Yani maksi döngü, bireyin **çocukluktan emekliliğe kadar uzanan genel kariyer gelişim sürecini** ifade eder.

Soruda doğru ifade sorulmaktadır. Maksi döngü, yaşam boyu kariyer gelişimini kapsayan bu genel dönemler dizisini ifade eder. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğinde söz edilen evrelerin değişmez ve katı olması, bu kurama göre uygun değildir; süreç esnektir.

C seçeneğinde söz edilen normatif olmayan geçişler, maksi döngüyü değil mini döngüyü ifade eder, bu nedenle uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen kısa süreli yeniden yaşanan döngüler, maksi değil mini döngüdür, bu nedenle uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen performans ölçütü ifadesi, bu kurama göre uygun değildir.

Cevap: B

9. **Tiedeman ve O'Hara'nın Kariyer Gelişimi Kuramı'nda** karar verme süreci iki ana dönemde ele alınır: **öngörü dönemi** ve **uyum sağlama dönemi**. Öngörü döneminde birey seçenekleri değerlendirir; uyum sağlama döneminde ise verdiği kararı **benliğiyle bütünleştirir**, ona kişisel anlam yükler ve yaşamına yerleştirir. Bu dönemin alt basamaklarından biri olan **bütünleştirme**, bireyin yaptığı seçimi **kendi değerleri ve benlik algısıyla uyumlu hâle getirmesidir**.

Soruda Ahmet'in kararını ailesine açıklaması, alanı araştırması ve özellikle "bu alan benim insanlara yardım etme isteğimi karşılıyor" diyerek kararının **kişisel anlamını netleştirmesi**, seçimini benliğiyle uyumlu hâle getirdiğini göstermektedir. **Doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğinde söz edilen açıklık, seçeneklerin fark edilmeye başlandığı erken aşamayı ifade eder; bu duruma uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen yeniden düzenleme, karar sonrasında yapılan uyarlamaları ifade eder; burada anlamlandırma ön plandadır, bu nedenle uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen uyum sağlama, daha geniş bir süreci kapsar; soruda özel olarak bütünleştirme vurgulanmaktadır, bu nedenle uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen araştırma, bilgi toplama aşamasıdır; Ahmet bu aşamayı aşmıştır, bu nedenle uygun değildir.

Cevap: B

10. **Super'in Mesleki Gelişim Kuramı**, bireyin kariyer gelişimini yaşam boyu süren bir süreç olarak ele alır ve özellikle **büyüme evresi (0-14 yaş)** içinde **hayal (4-10)**, **ilgi (11-12)** ve **yetenek (13-14)** basamaklarını tanımlar. **Yetenek basamağında (13-14 yaş)** birey artık yalnızca neyi sevdiğine değil, **neyi yapabildiğine** odaklanır; yani seçimlerinde **yeterliklerini dikkate alır**.

Soruda Rüzgar'ın 14 yaşında olması, **"istemek yetmiyor, yapabiliyor olmak da önemli"** demesi ve seçimlerini **akademik başarı ve becerilerine göre daraltması**, doğrudan bu basamağın özelliklerini yansıtır. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir.**

A seçeneğinde söz edilen ilgi basamağı, yalnızca hoşlanma düzeyine göre değerlendirme yapılmasını ifade eder; bu duruma uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen hayal basamağı, çocuklukta hayali ve gerçeklikten uzak seçimleri kapsar; uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen geçici (deneme) dönem, daha ileri yaşlarda farklı seçeneklerin denenmesini ifade eder; uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen geçiş dönemi, gerçekçi seçimlere yönelme sürecidir; burada özel olarak yetenek vurgusu vardır, bu nedenle uygun değildir.

Cevap: B

11. Soruda Zeynep'in meslek seçimini yaparken **yüksek gelir yerine toplum yararına katkı sağlamayı tercih etmesi**, yani mesleklerin kendisi için taşıdığı anlam ve önem üzerinden değerlendirme yapması vurgulanmaktadır. Bu durum bireyin meslekten ne beklediği, neyi önemli bulduğu ve hangi ilkeler doğrultusunda seçim yaptığıyla ilgilidir; bu da **değer** kavramına karşılık gelir. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen ilgi, bireyin hoşlandığı alanlara yönelmesini ifade eder; burada anlam ve önem vurgusu vardır, bu nedenle uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen yetenek, bireyin yapabilme kapasitesiyle ilgilidir; soruda bu vurgu yoktur, uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen kişilik, bireyin genel davranış örüntülerini ifade eder; burada seçim değer temellidir, uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen mesleki özyeterlilik, bireyin başarabileceğine dair inancıdır; soruda bu değil, mesleğin anlamı vurgulanmaktadır, uygun değildir.

Cevap: D

12. **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı**, bireyin kariyer davranışlarını **öz yeterlik inancı (kendini yetkin görme)**, **sonuç beklentileri** ve **kişisel hedefler** üzerinden açıklar. Bu kurama göre birey bir hedef belirlese bile, bu hedefe yönelik **eyleme geçmesi** için kendini yeterli görmesi ve bu inancı davranışa dönüştürebilmesi gerekir.

Soruda öğrencinin **hedef belirlediği hâlde bu hedef doğrultusunda somut adımlar atmaması**, yani niyetin davranışa dönüşmemesi vurgulanmaktadır. Bu durum, **kendini yetkin görme beklentisinin davranışa yansımaması** ile açıklanır. **Doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen ilginin yetersiz olması, hedef oluşumunu etkiler; burada hedef zaten vardır, bu nedenle uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen sonuç beklentisinin belirsiz olması, davranışın sonucuna dair öngörü eksikliğini ifade eder; soruda bu vurgulanmamaktadır, uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen çevresel desteklerin fazla olması, bu durumu açıklamaz; uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen öğrenme yaşantılarının fazlalığı, bu kurama göre doğrudan bu problemi açıklamaz; uygun değildir.

Cevap: C

13. **Ginzberg ve arkadaşlarının Mesleki Gelişim Kuramı'na** göre **geçici (deneme) dönemi (11-17 yaş)** içinde ilgi, yetenek ve değer basamakları; ardından ise bireyin **gerçekçi seçimlere yönelmeye başladığı geçiş basamağı (17-18 yaş)** yer alır. **Geçiş basamağında** birey artık **gerçekçi sınırlılıkların farkına varır**, seçeneklerini daraltır, **eğitim-iş yaşamı arasındaki geçişe hazırlanır** ve meslekleri daha **somut ve uygulanabilir** biçimde değerlendirmeye başlar.

Soruda verilen "seçenekleri daraltma", "gerçekçi sınırlılıkları fark etme" ve "uygulanabilir seçenekler üzerinden değerlendirme" ifadeleri doğrudan bu basamağın özellikleridir. **Doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen ilgi basamağı, mesleklerin hoşlanma düzeyine göre değerlendirildiği aşamadır; uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen yetenek basamağı, bireyin yapabilirliğini dikkate almaya başladığı aşamadır; bu sorudaki kadar gerçekçi daraltma yoktur, uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen değer basamağı, mesleğin sağladığı yaşam koşullarının önem kazandığı aşamadır; uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen billurlaşma, belirli bir meslek alanına yönelimin olduğu ancak henüz kesinleşmediği aşamadır; burada daha erken bir gerçekçi geçiş söz konusudur, uygun değildir.

Cevap: D

14. Tiedeman ve O'Hara'nın Kariyer Gelişimi Kuramı'nda süreç iki ana dönemden oluşur: **bekleme ve hazırlık dönemi** ile **uygulama ve uyum dönemi**. Uygulama ve uyum döneminin alt basamaklarından biri olan **bütünleşme**, bireyin seçtiği mesleği **benliğinin bir parçası hâline getirmesi**, yani mesleki rolünü içselleştirerek kimliğiyle bütünleştirmesidir.

Soruda Orkun Bey'in yeni mesleğine başladıktan sonra **kendini bu role ait hissetmesi**, "ben artık bu alanda uzmanım" demesi ve bu rolün **benlik algısının parçası hâline gelmesi**, doğrudan **bütünleşme** basamağını ifade eder. **Doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneğinde söz edilen kristalleşme, seçeneklerin netleşmeye başladığı erken aşamadır; bu duruma uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen seçim, karar verme sürecini ifade eder; burada karar sonrası içselleştirme vardır, uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen araştırma, seçenekleri keşfetme aşamasıdır; uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen uyum sağlama, sürecin genel adıdır; soruda bunun özel alt basamağı olan bütünleşme vurgulanmaktadır, bu nedenle uygun değildir.

Cevap: C

15. **Super'in Yaşam Boyu-Yaşam Alanı Kuramı**, kariyer gelişiminin yaşam boyu sürdüğünü ve bireyin farklı dönemlerde aynı gelişim evrelerini yeniden yaşayabileceğini savunur. Bu bağlamda **maksi döngü**, bireyin çocukluktan yaşlılığa kadar uzanan genel kariyer gelişim evrelerini; **mini döngü** ise bireyin yaşamındaki geçişler sırasında bu evreleri **kısa süreli olarak yeniden yaşamasını** ifade eder.

Soruda doğru ifade sorulmaktadır. Mini döngü, bireyin yaşamının herhangi bir döneminde yaşadığı değişimlerde kariyer evrelerini yeniden deneyimlemesini ifade eder. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir.**

A seçeneğinde söz edilen mini döngünün yalnızca başlangıçta görülmesi, bu kurama göre uygun değildir; yaşam boyu ortaya çıkabilir.

B seçeneğinde söz edilen maksi döngünün doğrusal ve kesintisiz olması, bu kurama göre uygun değildir; süreç esneklik ve yeniden yapılanmalar içerir.

D seçeneğinde söz edilen maksi döngünün tüm yaşam doyumunu garanti etmesi, bu kurama göre uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen mini döngülerin yalnızca olumsuz durumlarda ortaya çıkması, bu kurama göre uygun değildir; her türlü geçişte görülebilir.

Cevap: C

1. **Vroom'un Beklenti Kuramı**, bireyin motivasyonunu üç temel bileşenle açıklar: **beklenti (çaba → performans inancı)**, **araçsallık (performans → ödül ilişkisi)** ve **değer (ödülün birey için taşıdığı önem)**. Birey, ancak bu üç unsur da yeterince güçlü olduğunda yüksek düzeyde çaba gösterir.

Soruda Simge'nin **hedefleri gerçekleştirse prim alacağına inanması**, yani beklenti ve araçsallık boyutlarının yüksek olması; ancak **primin kendisi için anlamlı olmadığını düşünmesi**, yani ödülün değerinin düşük olması vurgulanmaktadır. Bu nedenle motivasyonunun düşük kalması, doğrudan **değer (valence)** boyutuyla açıklanır. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen araçsallık, performansın ödüle dönüşeceğine inanmayı ifade eder; Simge'de bu zaten vardır, bu nedenle uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen beklenti, çabanın performansa dönüşeceğine inanmayı ifade eder; sorunda bu boyutta sorun yoktur, uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen rol belirsizliği, görev ve beklentilerin net olmamasıyla ilgilidir; bu durumla ilişkili değildir.

E seçeneğinde söz edilen içsel güdülenme, bireyin içsel tatminine dayalı motivasyonu ifade eder; burada ödülün değeri belirleyicidir, uygun değildir.

Cevap: C

2. **Carl Gustav Jung'un** tipoloji yaklaşımına dayanan ve Isabel Briggs Myers ile Katharine Cook Briggs tarafından geliştirilen **Kişilik Tipleri Kuramı**, bireyleri **içe dönük-dışa dönük, duyumsal-sezgisel, düşünce odaklı-duygu odaklı ve yargılayıcı-algılayıcı** boyutlarında ele alır.

Soruda Burak Bey'in **yalnız çalışmayı tercih etmesi** onun **içe dönük** olduğunu; **soyut kavramlarla düşünmekten hoşlanması** onun **sezgisel** olduğunu; **karar verirken değerleri ve başkalarının duyularını dikkate alması** onun **duygu odaklı** olduğunu; **seçenekleri açık tutmayı sevmesi** ise **algılayıcı** olduğunu gösterir. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde **doğru cevap B seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen dışa dönüklük ve duyumsallık, verilen özelliklerle uyuşmaz.

C seçeneğinde söz edilen dışa dönüklük ve yargılayıcılık, sorudaki esnek yapı ile örtüşmez.

D seçeneğinde söz edilen duyumsallık ve düşünce odaklılık, verilen özelliklere uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen dışa dönüklük ve duyumsallık, sorudaki profile uymaz.

Cevap: B

3. Soruda Emin'in **sayısal derslerde başarılı olmasına rağmen** mühendislikten kaçınması ve **"başarılı olabileceğimi düşünmüyorum"** ifadesini kullanması vurgulanmaktadır. Yani burada sorun performans değil, bireyin **kendi kapasitesine yönelik inancıdır**. Psikolojik danışmanın da performanstan çok **kendine olan inanca odaklanması**, durumu doğrudan bu kavramla ilişkilendirir. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen mesleki ilgi, bireyin hoşlandığı alanlara yönelmesini ifade eder; burada sorun ilgi değil, inançtır, uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen mesleki değer, bireyin meslekten beklentileriyle ilgilidir; soruda bu vurgulanmamaktadır, uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen mesleki yetenek, bireyin yapabilme kapasitesidir; Emin'in zaten başarılı olduğu belirtilmiştir, bu nedenle uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen mesleki doyum, yapılan işten alınan tatminle ilgilidir; burada henüz meslek icrası yoktur, uygun değildir.

Cevap: B

4. Soruda Selin'in **resim yapmaktan keyif alması**, bu etkinlik sırasında **zamanın nasıl geçtiğini fark etmemesi** ve fırsat buldukça bu alana yönelmesi vurgulanmaktadır. Bu ifadeler bireyin bir etkinliğe karşı duyduğu **hoşlanma ve yönelme eğilimini** gösterir; yani **ilgiyi** ifade eder. Beceri düzeyinin ortalama olması da bunun yetenekten ziyade ilgi olduğunu destekler. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen yetenek, bireyin yapabilme düzeyini ifade eder; soruda bunun yüksek olmadığı belirtilmiştir, uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen kişilik, genel davranış örüntülerini kapsar; burada belirli bir etkinliğe yönelim vardır, uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen değer, bireyin önem verdiği ilkelerle ilgilidir; soruda haz ve yönelim vurgulanmaktadır, uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen öz yeterlik, bireyin başarabileceğine dair inancıdır; burada inanç değil hoşlanma ön plandadır, uygun değildir.

Cevap: D

5. **Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaşma Kuramı**, bireyin meslek seçim sürecinde önce seçeneklerini **benlik algısı ve toplumsal kalıp yargılara göre daralttığını (daraltma)**, ardından **gerçekçi sınırlılıkları (puan, fırsatlar, erişilebilirlik)** dikkate alarak ideal mesleklerinden vazgeçip daha ulaşılabilir seçeneklere yöneldiğini (uzlaşma) savunur.

Soruda Can'ın uzun süredir istediği meslek olan mimarlığı, **puanının yetmeyeceğini fark ettiği için** ve **tekrar hazırlanmak istemediğinden** dolayı bırakıp başka bir bölüme yönelmesi, ideal hedef ile gerçek koşullar arasında denge kurduğunu gösterir. Bu durum doğrudan **uzlaşma** sürecidir. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen daraltma, mesleklerin erken dönemde cinsiyet ve statüye göre elenmesini ifade eder; burada ise gerçek koşullara bağlı vazgeçme vardır, uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen mesleki keşif, meslekleri tanıma sürecidir; Can artık karar vermiştir, uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen kariyer esnekliği, genel bir uyum becerisidir; burada kuramsal olarak uzlaşma söz konusudur, uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen mesleki doyum, yapılan işten alınan tatmini ifade eder; bu durumla ilgili değildir.

Cevap: C

6. **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı**, bireyin kariyer kararlarını **öz yeterlik inancı, sonuç beklentileri, kişisel hedefler** ve **bağlamsal (çevresel) faktörler** üzerinden açıklar. Bu kurama göre birey ilgi ve yeterliğe sahip olsa bile, dış çevreden gelen etkiler karar sürecini zorlaştırabilir.

Soruda Meltem'in **sanata ilgisinin yüksek olması** ve **başarabileceğine inanması** öz-yeterliğinin yüksek olduğunu gösterir. Ancak ailesinin "ekonomik olarak güvencesiz" vurgusu, onun karar sürecini olumsuz etkilemektedir. Bu durum, bireyin dış çevresinden kaynaklanan **bağlamsal engeller** ile açıklanır. Bu nedenle **doğru cevap B seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen kişisel hedeflerin esnekliği, bireyin hedeflerini değiştirebilme durumudur; burada dış etki belirleyicidir, uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen öğrenilmiş çaresizlik, tekrar eden başarısızlıklar sonucu gelişir; soruda böyle bir durum yoktur, uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen ilgi bastırılması, bireyin ilgisini geri plana atmasıdır; burada aile etkisi söz konusudur, uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen düşük öz-yeterlik, bireyin kendine inancının düşük olmasıdır; Meltem kendine güvenmektedir, uygun değildir.

Cevap: B

7. Soruda Elif Hanım'ın meslek seçimini etkileyen unsurlar incelendiğinde; sayısal derslerde başarılı olması, kendine güvenmesi ve yükselme olanaklarını önemsemesi gibi ifadeler yer almaktadır. Bu ifadeler yetenek, yetkinlik beklentisi, değerler ve başarı algısını göstermektedir. Ancak herhangi bir yerde **bir etkinlikten hoşlanma ya da keyif alma** vurgusu yoktur. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

Yetenek: Sayısal derslerde başarılı olma ifadesiyle vurgulanmıştır.

Yetkinlik beklentisi: "Kendime güvenirim" ifadesiyle belirtilmiştir.

Değerler: Yükselme olanakları ve uzmanlaşmaya verilen önemle ifade edilmiştir.

Başarı algısı: "Başarılıydım" ifadesiyle yer almaktadır.

Cevap: D

8. Soruda meslek seçiminin **tek bir karar anı olmadığı**, bireyin **kendini tanıma, seçenekleri araştırma, daraltma ve yeniden düzenleme süreçlerinden geçtiği**, ayrıca **benlik algısıyla karşılıklı etkileşim içinde ve yaşam boyu devam eden dinamik bir süreç olduğu** vurgulanmaktadır. Bu ifadeler, kariyer gelişimini **bilişsel karar verme süreci ve benlik gelişimiyle birlikte ele alan** Tiedeman ve O'Hara'nın yaklaşımını yansıtır. Bu nedenle **doğru cevap D seçeneğidir**.

Super'in Yaşam Boyu Yaşam Alanı Kuramı:

Kariyer gelişimini yaşam boyu süren evrelerle açıklar; ancak burada karar verme sürecinin bilişsel aşamaları vurgulanmaktadır, uygun değildir.

Holland'ın Kişilik Tipleri Kuramı: Kişilik-meslek uyumuna odaklanır; süreç vurgusu yoktur, uygun değildir.

Ginzberg'in Meslek Seçimi Kuramı: Gelişimsel dönemlere odaklanır; burada bilişsel karar süreci ve benlik etkileşimi ön plandadır, uygun değildir.

Krumboltz'un Sosyal Öğrenme Kuramı: Öğrenme yaşantıları ve çevresel etkileri vurgular; bu düzeyde karar verme aşamaları yoktur, uygun değildir.

Cevap: D

9. Soruda verilen öncülde psikolojik danışmanın kariyer kararını **birden fazla boyuta ayırarak** (ilgi, beceri, değer, çevre, deneyim vb.) ele aldığı ve bu boyutlardan birinin eksik olmasının kararın bütünlüğünü bozacağını vurguladığı görülmektedir. Yani temel fikir, kariyer kararının **tek bir değişkene indirgenemeyeceği**, aksine **birden fazla içsel ve dışsal faktörün birlikte değerlendirilmesi gerektiği**dir. Bu nedenle **doğru cevap E seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen yalnızca bilinçdışı süreçlere dayalı açıklama, öncülde vurgulanan çok boyutlu yapıyla örtüşmez.

B seçeneğinde söz edilen yalnızca ilgi ve yetenekle açıklama, öncüldeki çoklu faktör vurgusuna aykırıdır.

C seçeneğinde söz edilen sadece yaşam dönemlerine dayalı açıklama, öncülde anlatılan kapsamlı değerlendirmeyi karşılamaz.

D seçeneğinde söz edilen meslek seçimini yalnızca kişilik tipine bağlama, öncüldeki bütüncül yaklaşımı yansıtmaz.

Cevap: E

10. Carl Gustav Jung'un tipoloji yaklaşımına dayanan ve Isabel Briggs Myers ile Katharine Cook Briggs tarafından geliştirilen **Kişilik Tipleri Kuramı**, bireyleri içe dönük-dışa dönük, duyumsal-sezgisel, düşünce odaklı-duygu odaklı ve yargılayıcı-algılayıcı boyutlarında ele alır.

Soruda Burak Bey'in **bireysel çalışmalarda daha verimli olması** onun **iche dönük** olduğunu gösterir. **Ayrıntılara ve teknik verilere dikkat etmesi** onun **duyumsal** olduğunu gösterir. **Kararlarında duygulardan ziyade nesnel analizleri esas alması** onun **düşünce odaklı** olduğunu gösterir. **Süreçleri esnek biçimde yürütmeyi tercih etmesi** ise onun **algılayıcı** olduğunu gösterir. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen dışa dönüklük ve yargılayıcılık, verilen özelliklerle örtüşmez.

B seçeneğinde söz edilen sezgisellik ve duygu odaklılık, sorudaki analitik yapı ile uyuşmaz.

D seçeneğinde söz edilen dışa dönüklük ve sezgisellik, verilen özelliklere uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen sezgisellik ve yargılayıcılık, ayrıntı ve esneklik vurgusuyla çelişir.

Cevap: C

11. **Holland'ın Tipoloji Kuramı'na** göre bireyler; gerçekçi, araştırmacı (aydın), sanatçı, sosyal, girişimci ve gelenekçi olmak üzere altı tipe ayrılır. **Araştırmacı (aydın) tip**, analiz etmeyi seven, neden-sonuç ilişkileri üzerinde düşünen, **problemleri çözmeden önce derinlemesine inceleyen**, deney ve gözlem yapmaktan hoşlanan ve **insanlarla yoğun etkileşimden çok zihinsel faaliyetlere yönelen** bireyleri ifade eder.

Soruda İrem'in **problemleri çözmeden önce nedenlerini uzun uzun düşünmesi, uygulamadan çok analiz yapmayı tercih etmesi, deney sonuçlarını yorumlamaktan hoşlanması ve insanlarla yoğun iletişim gerektiren işleri yorucu bulması**, doğrudan araştırmacı tipe işaret eder. Bu nedenle **doğru cevap E seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen gelenekçi tip, düzenli ve kurallı işlere yönelir; analiz vurgusu yoktur, uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen sosyal tip, insanlarla etkileşimi tercih eder; soruda bunun tersi vardır, uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen girişimci tip, liderlik ve ikna odaklıdır; uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen gerçekçi tip, daha çok fiziksel ve somut işlere yönelir; uygun değildir.

Cevap: E

12. Soruda velilerin kız çocukları için bazı meslekleri uygun görüp bazılarını "yapısına uygun değil" diyerek dışlaması, mesleklerin **cinsiyete göre sınıflandırılması** anlamına gelir. Bu durum bireyin ilgi ya da yeteneğinden bağımsız olarak, **toplumsal cinsiyet kalıp yargılarıyla meslek seçeneklerinin sınırlandırılmasıdır**. Bu nedenle **doğru cevap C seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen ilgi gelişiminin sınırlandırılması, bireyin hoşlandığı alanların daralmasıyla ilgilidir; burada temel vurgu cinsiyet algısıdır, uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen yeteneklerin yanlış değerlendirilmesi, bireyin kapasitesine ilişkin hatalı yargıdır; soruda toplumsal kalıp yargı vardır, uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen mesleki değerlerin içselleştirilememesi, bireyin değer sistemiyle ilgilidir; burada toplumsal etiketleme söz konusudur, uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen kariyer kararsızlığı, bireyin karar verememesiyle ilgilidir; soruda sınırlama vardır, uygun değildir.

Cevap: C

13. Soruda Elif'in eğitim sonrası çalışmaya başladığı, daha sonra çocuklarının bakımıyla ilgilenmek amacıyla iş yaşamına ara verdiği ve çocuklar büyüdükten sonra yeniden mesleğine döndüğü görülmektedir. **Bu durum, Super'in tanımladığı kesintili kariyer örüntüsünün temel özelliğidir**. Kesintili kariyer örüntüsünde birey, çalışma yaşamına belirli bir süre ara verir ve daha sonra yeniden kariyerine devam eder.

Çift yol kariyer örüntüsü, bireyin ev işleri ve çalışma yaşamını aynı anda sürdürmesini ifade eder.

Kararlı çalışma kariyer örüntüsü, bireyin eğitim sonrası işe başlayıp emekli oluncaya kadar sürekli çalışmasını içerir.

Geleneksel kariyer örüntüsü, bireyin evlendikten sonra iş yaşamından tamamen çekilip ev işleriyle ilgilenmesini ifade eder.

Kararlı olmayan kariyer örüntüsü, işten ayrılma ve yeniden işe başlamaların sürekli tekrarlandığı düzensiz kariyer yapısıyla ilişkilidir.

Cevap: D

14. Tiedeman ve O'Hara kuramı, kariyer karar sürecini **bekleme ve hazırlık ile uygulama ve uyum** dönemleri üzerinden açıklar. Bekleme ve hazırlık döneminde yer alan **kristalleşme aşaması**, bireyin çok sayıdaki seçeneği değerlendirdikten sonra **alternatiflerini daraltarak birkaç seçenek üzerinde yoğunlaşması** sürecidir.

Soruda Selim'in **bazı mühendislik alanlarını eleme, seçeneklerini daraltması ve iki bölüm arasında kalıp bu seçenekler hakkında ayrıntılı bilgi toplaması**, doğrudan kristalleşme aşamasını göstermektedir. Bu nedenle **doğru cevap A seçeneğidir**.

B seçeneğinde söz edilen uyum sağlama, karar sonrası süreci ifade eder; burada henüz seçim yapılmamıştır, uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen yeniden düzenleme, karar sonrası uyarlamaları kapsar; uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen bütünleştirme, seçimin benlikle bütünleşmesini ifade eder; burada karar kesinleşmemiştir, uygun değildir.

E seçeneğinde söz edilen açıklık, seçeneklerin henüz geniş olduğu erken aşamadır; burada daraltma vardır, uygun değildir.

Cevap: A

15. **Gelatt'ın Karar Kuramı**, bireyin karar verirken yalnızca kesin doğrulara değil, **olasılıklara ve seçeneklerin birey için taşıdığı anlama** odaklanmasını vurgular. Bu kuramda bireyin seçenekleri değerlendirirken "hangi seçimin kendisi için daha anlamlı ve önemli sonuçlar doğuracağı" sorusu, **değerler** boyutuna karşılık gelir.

Soruda danışmanın Nevin'e "**hangi seçimin onun için daha anlamlı ve önemli sonuçlar doğuracağını**" sorgulatması, doğrudan bireyin **öncelikleri ve değerleri üzerinden değerlendirme yapmasını** ifade eder. Bu nedenle **doğru cevap E seçeneğidir**.

A seçeneğinde söz edilen mesleki olgunluk, bireyin gelişim düzeyiyle ilgilidir; burada anlam ve önem vurgusu vardır, uygun değildir.

B seçeneğinde söz edilen mesleki benlik kavramı, bireyin kendine ilişkin algısını ifade eder; burada değer karşılaştırması yapılmaktadır, uygun değildir.

C seçeneğinde söz edilen kariyer çapası, bireyin temel kariyer yönelimlerini ifade eder; burada karar sürecindeki değerlendirme boyutu sorulmaktadır, uygun değildir.

D seçeneğinde söz edilen rol karmaşası, kimlik gelişimiyle ilgilidir; soruya uygun değildir.

Cevap: E

1. Soru, Edgar Schein tarafından geliştirilen **Kariyer Çapaları Kuramı** ile ilgilidir. Kariyer çapaları; bireyin benlik algısı, değerleri, ihtiyaçları ve yetkinliklerinin birleşimiyle oluşan ve kariyer seçimlerinde vazgeçemediği temel yönelimlerdir. Kişi, bu çapalar doğrultusunda mesleki kararlar alır ve kendisine en uygun kariyer yolunu belirler.

Selçuk Bey'in kendi işini kurması, özgün bir ürün geliştirmesi ve özellikle "Bu yapıyı ben inşa ettim" diyerek **somut bir eser ortaya koyma ve ona sahip olma** isteğini vurgulaması, girişim kurma ve yaratma motivasyonunu göstermektedir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğinde verilen girişimci yaratıcılıktır**.

- A) Saf meydan okuma:** Zor problemleri çözme ve rekabetten haz alma motivasyonudur.
- C) Teknik/Fonksiyonel yetkinlik:** Belirli bir alanda uzmanlaşma ve teknik beceride derinleşme isteğidir.
- D) Özerklik/Bağımsızlık:** Kendi başına çalışma isteğini ifade eder ancak üretim ve sahiplik vurgusu yoktur.
- E) Hizmet/Bir davaya adanmışlık:** Topluma katkı sağlama ve bir ideale hizmet etme motivasyonudur.

Cevap: B

2. Soru, Isabel Briggs Myers ve Katharine Cook Briggs tarafından geliştirilen **Myers-Briggs tip göstergesi** ile ilgilidir. Bu kuram, Carl Gustav Jung'un tip kuramına dayanır ve bireylerin dünyayı algılama ve karar verme biçimlerini sistematik olarak sınıflandırır. Kurama göre bireyler dört temel boyutta değerlendirilir:

Dışa dönüklük - İçe dönüklük: Enerjinin dış dünyayı yoksa iç dünyayı mı yöneltildiğini ifade eder.

Duyusal - Sezgisel: Bilginin somut gerçeklere mi yoksa olasılıklara ve soyut anlamlara mı dayalı işlendiğini açıklar.

Düşünen - Hisseden: Kararların mantık ve nesnellik mi yoksa değerler ve duygular temelinde mi verildiğini gösterir.

Yargılayıcı - Algılayıcı: Yaşamın planlı ve düzenli mi yoksa esnek ve sürece açık mı organize edildiğini ifade eder.

Köksal; problemle karşılaştığında **veri toplama, somut bilgileri inceleme ve geçmiş deneyimlere dayanma** eğilimindedir. Sezgisel çıkarımlardan kaçınarak gözlemlenebilir gerçeklere dayalı kararlar alması, onun **duyusal tipe** sahip olduğunu gösterir. **Duyusal tipler**, somut verilerle çalışır, ayrıntılara dikkat eder ve geçmiş deneyimleri temel alır. Bu nedenle cevap **B seçeneğinde verilen duyusal tiptir**.

- A) Sezgisel:** Olasılıklar, soyut anlamlar ve geleceğe yönelik çıkarımlara yönelir.
- C) Düşünen:** Karar verirken mantık ve nesnel ölçütleri esas alır.
- D) Algılayıcı:** Esnek, sürece açık ve spontane bir yaşam tarzını ifade eder.
- E) Yargılayıcı:** Planlı, düzenli ve kesinlik arayan bir yaşam tarzını ifade eder.

Cevap: B

3. Soruda kariyer danışmanının gözlemi, bireylerin bazı meslekleri değerlendirirken **mesleğin içeriğinden çok toplumun o mesleğe yüklediği anlam ve kabul edilebilirlik düzeyine göre karar verdiklerini** göstermektedir. Bu durum, bireyin kendi ilgisi ya da yeteneğinden ziyade **toplumsal beklenti ve normların kariyer algısını şekillendirmesi** ile açıklanır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğinde verilen toplumsal rol beklentilerinin kariyer algısını sınırlamasıdır**.

A seçeneğinde söz edilen mesleki değerlerin içselleştirilmesi, bireyin kendi değerlerini benimsemesiyle ilgilidir; burada belirleyici olan toplumsal algıdır.

C seçeneğinde söz edilen ilgi alanlarının gelişmemiş olması, bireyin tercih yapamamasıyla ilgilidir; soruda ilgi değil toplumsal uygunluk vurgulanmaktadır.

D seçeneğinde söz edilen mesleki kimliğin oluşmaması, bireyin kendini tanıma süreciyle ilgilidir; burada sorun toplumsal yargılardır.

E seçeneğinde söz edilen kariyer uyum yetkinliği, bireyin değişen koşullara uyum sağlamasıyla ilgilidir; soruda böyle bir vurgu yoktur.

Cevap: B

4. Soruda meslek seçimine ilişkin **gerçekçi olmayan, bilimsel temele dayanmayan yanlış inanç** sorgulanmaktadır. Meslek seçimi sürecinde sık görülen yanlış inançlar arasında; herkes her mesleği yapabilir, tek doğru meslek vardır, meslek seçimi bir kez yapılır ve değişmez, yalnızca para kazandıran meslekler değerlidir gibi bireysel farklılıkları ve gelişimsel süreci göz ardı eden düşünceler yer alır.

Bu bağlamda "birey isterse her mesleği yapabilir" ifadesi, ilgi, yetenek ve kişilik farklılıklarını yok saydığı için **yanlış bir inançtır**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğinde verilen birey isterse her mesleği yapabilir ifadesidir**.

A seçeneğinde verilen meslek seçiminin ilgi, yetenek ve kişilikle birlikte ele alınması, bilimsel olarak doğru bir yaklaşımdır.

B seçeneğinde verilen mesleklerin gerektirdiği yeterliklerin bireyler arasında farklılık gösterebileceği, bireysel farklılıkları vurguladığı için doğrudur.

C seçeneğinde verilen mesleki doyumun bireyin mesleğiyle kurduğu anlamlı ilişkiyle bağlantılı olması, literatürde kabul edilen bir görüştür.

E seçeneğinde verilen meslek seçiminin çok boyutlu bir değerlendirme gerektirmesi, kapsamlı kariyer gelişimi anlayışına uygundur.

Cevap: D

5. Soru, **Eli Ginzberg ve arkadaşlarının geliştirdiği mesleki gelişim kuramı** ile ilgilidir. Bu kurama göre meslek seçimi; süreç, geriye dönülemezlik ve uzlaşma ilkelerine dayanır ve üç temel dönemde incelenir:

- **Hayal Dönemi (5-11 yaş):** Çocuk meslekleri oyun ve özdeşim yoluyla, gerçeklikten bağımsız biçimde seçer.
- **Geçici / Deneme Dönemi (11-17 yaş):** Bu dönemde seçimler deneyseldir ve birey kendini tanımaya başlar. Dört alt basamaktan oluşur:
- **İlgi (11-12):** Hoşlanılan etkinliklere göre yönelim
- **Yetenek (13-14):** Kendi becerilerinin fark edilmesi
- **Değer (15-16):** Mesleklerin sağlayacağı ola-

nakların önem kazanması

- **Geçiş (17-18):** Daha gerçekçi ve somut tercihlere yönelme
- **Gerçekçi Dönem (17-23 yaş):** Bu dönemde seçimler giderek kesinleşir ve üç alt basamak vardır:
- **Araştırma (17-19):** Seçenekleri deneme ve bilgi toplama
- **Billurlaştırma (19-21):** Belirli bir alana yönelme ancak tam kesinleşmeme
- **Belirleme (21-23):** Kesin ve özgül meslek kararının verilmesi

Sinan; farklı alanları denemiş, ilgilerini ve yeteneklerini netleştirmiş ve **belirli bir alana yönelmiştir ancak henüz spesifik bir iş pozisyonunu kesinleştirmemiştir**. Bu durum, alanın netleştiği fakat kararın kesinleşmediği **billurlaştırma basamağına** karşılık gelir. Bu nedenle cevap **A seçeneğinde verilen billurlaştırma basamağıdır**.

B seçeneğinde verilen araştırma, seçenekleri deneme ve bilgi toplama aşamasıdır; Sinan bu aşamayı geçmiştir.

C seçeneğinde verilen belirleme, kesin ve özgül meslek kararının verildiği aşamadır; henüz bu düzeyde değildir.

D seçeneğinde verilen geçiş, geçici seçimler dönemine ait bir basamaktır.

E seçeneğinde verilen değer, yine geçici seçimler döneminin bir basamağıdır.

Cevap: A

6. Williamson'un **Özellik-Faktör Kuramı**'na göre, bireyin meslek seçimi sürecinde izlenen klinik karar verme basamakları; **analiz, sentez, tanı, tahmin ve izleme** aşamalarından oluşur. Bu süreçte analiz veri toplama, sentez bilgileri bütünleştirme, tanı güçlü-zayıf yönleri belirleme, tahmin olası seçenekleri değerlendirme ve izleme ise kararın sonuçlarını takip etme aşamasıdır.

Kemal; yapılan test sonuçlarını danışmanı ile birlikte değerlendirerek **kendi güçlü ve zayıf yönlerini fark etmiş ve buna uygun meslek seçeneklerini daraltmaya başlamıştır**. Bu durum, bilgilerin bir araya getirilip anlamlandırıldığı ve seçeneklerin yapılandırıldığı **sentez aşamasına** karşılık gelir. Bu nedenle cevap **B seçeneğinde verilen sentez aşamasıdır**.

A seçeneğinde verilen analiz, veri toplama sürecidir; Kemal bu aşamayı geçmiştir.

C seçeneğinde verilen tanı, güçlü ve zayıf yönlerin belirlenmesini ifade eder; burada bundan sonraki aşama söz konusudur.

D seçeneğinde verilen tahmin, olası sonuçların değerlendirilmesi aşamasıdır.

E seçeneğinde verilen izleme, karar sonrası sürecin değerlendirilmesini ifade eder.

Cevap: B

7. **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı**'na göre bireyin kariyer davranışları; öz yeterlik inançları, sonuç beklentileri ve kişisel hedeflerin etkileşimiyle açıklanır. Bu kuramda özellikle **öğrenme yaşantıları**, bireyin geçmiş deneyimlerine bağlı olarak öz yeterlik algısını şekillendirir ve yeni deneyimlerle bu algı değişebilir.

Soruda birey, geçmişteki başarısızlık nedeniyle belirli alanlardan kaçınırken, **yeni destekleyici yaşantılar edindikçe tutumunun değişmesi**, öz yeterlik algısının yeniden yapılandığını göstermektedir. Yani bireyin kendine ilişkin "yapabilirim" inancı, yeni öğrenme deneyimleriyle güçlenmiştir. Bu nedenle cevap **E seçeneğinde verilen öğrenme yaşantılarının öz-yeterliliği yeniden yapılandırmasıdır**.

A seçeneğinde verilen ilginin kalıcı olması, kuramda ilgi değişebilir bir yapıdadır; durumu açıklayamaz.

B seçeneğinde verilen sonuç beklentilerinin sabitliği, kurama aykırıdır; sonuç beklentileri de değişebilir.

C seçeneğinde verilen kişisel hedeflerin erken oluşması, süreçten bağımsız bir durumdur.

D seçeneğinde verilen sosyal çevrenin baskınlığı, etkili olabilir ancak soruda temel mekanizma öğrenme yaşantılarıdır.

Cevap: E

8. **Holland'ın Tipoloji Kuramı**'na göre bireylerin mesleki tercihleri altı kişilik tipiyle açıklanır: gerçekçi, araştırmacı, sanatsal, sosyal, girişimci ve geleneksel. Bu tipler; bireyin ilgi, kişilik özellikleri ve tercih ettiği çalışma ortamlarını yansıtır.

Kuzey; **liderlik almaktan çekinmeyen, insanları ikna edebilen, rekabetten hoşlanan, hedef odaklı ve risk almaya açık** bir profil sergilemektedir. Ayrıca rutin işlerden sıkıldığını belirtmesi, dinamik ve insan ilişkilerine dayalı ortamlara yöneldiğini gösterir. Bu özellikler **girişimci tipe** karşılık gelir. Girişimci tipler; ikna etme, yönetme, rekabet ve liderlik gerektiren mesleklerle yönelir. Bu nedenle cevap **C seçeneğinde verilen pazarlama-cı mesleğidir**.

A seçeneğinde verilen klinik psikolog, sosyal tipe daha uygundur.

B seçeneğinde verilen arşiv uzmanı, düzen ve sistem gerektiren geleneksel tipe uygundur.

D seçeneğinde verilen laboratuvar teknisyeni, teknik ve analiz odaklı gerçekçi/araştırmacı tipe uygundur.

E seçeneğinde verilen kütüphaneci, yapılandırılmış ve düzenli çalışma gerektiren geleneksel tipe uygundur.

Cevap: C

9. Soruda öğrencinin bazı meslekleri **erken yaşta tamamen dışlaması ve ilerleyen yıllarda tekrar değerlendirmemesi** vurgulanmaktadır. Ayrıca bu durumun yalnızca ilgi ve yetenekle değil, **sosyal statü ve çevresel beklentilerle** ilişkili olduğu belirtilmektedir. Bu ifade, bireyin seçeneklerini erken dönemde daraltarak bazı meslekleri kalıcı biçimde elemesini anlatır.

Bu durum, mesleki gelişimde bazı seçeneklerin erken yaşta elenmesi ve sonrasında tekrar değerlendirilmemesi sürecine karşılık gelir. Bu nedenle cevap **E seçeneğinde verilen mesleki seçeneklerin erken yaşta geri döndürülemez biçimde elenmesidir.**

A seçeneğinde verilen mesleki seçimlerin geri döndürülebilir olması, sorudaki "tekrar değerlendirilmeme" vurgusuna ters düşer.

B seçeneğinde verilen mesleki kararların yalnızca akademik başarıya dayanması, sosyal statü ve çevresel beklentiler boyutunu açıklamaz.

C seçeneğinde verilen meslek seçiminde rastlantısallık, planlı bir eleme sürecini ifade etmez.

D seçeneğinde verilen kariyer gelişiminin üniversiteyle başlaması, gelişimsel süreci göz ardı eder ve soruyla ilişkili değildir.

Cevap: E

10. Bu soru, **Schlossberg'in Geçiş Kuramı'nda** yer alan **4S modeli** ile ilgilidir. Bu modele göre bireyin bir geçiş sürecine uyumu dört temel boyut üzerinden değerlendirilir:

- **Durum:** Geçişin türü ve özellikleri
- **Benlik:** Bireyin kişisel özellikleri, psikolojik kaynakları
- **Destek:** Sosyal destek kaynakları
- **Stratejiler:** Başa çıkma yolları

Meriç'in durumunda danışman; **öz yeterlik algısı, dayanıklılık düzeyi ve geçmiş deneyimleri** incelemektedir. Bu unsurlar bireyin psikolojik gücü, kendine ilişkin algısı ve kişisel kaynaklarıyla ilgilidir. Yani doğrudan **benlik boyutunu** ifade eder. Bu nedenle cevap **B seçeneğinde verilen benlik boyutudur.**

A seçeneğinde verilen durum, geçişin niteliği ve zamanlamasıyla ilgilidir.

C seçeneğinde verilen destek, aile, arkadaş ve çevresel yardım kaynaklarını ifade eder.

D seçeneğinde verilen stratejiler, bireyin başa çıkma yollarını kapsar.

E seçeneğinde verilen çevresel uyum, modelin temel boyutları arasında yer almaz.

Cevap: B

11. Parsons'ın **Özellik-Faktör Kuramı'na** göre meslek seçimi; bireyin kendini tanıması, meslekler hakkında doğru ve nesnel bilgi edinmesi ve bu iki bilgi kümesinin **akılcı biçimde eşleştirilmesi** sürecine dayanır. Bu yaklaşımda meslek seçimi, daha çok **rasyonel ve tek seferlik bir karar verme süreci** olarak ele alınır; gelişimsel ve yaşam boyu devam eden bir süreç olarak görülmez. Bu nedenle "meslek seçiminin yaşam boyu devam eden gelişimsel bir süreç olduğu" ifadesi, bu kurama ait değildir. Bu özellik daha çok gelişimsel kuramlara aittir. Dolayısıyla doğru cevap **E seçeneğinde verilen meslek seçiminin yaşam boyu devam eden ve gelişimsel evreler içeren bir süreç olduğu ifadesidir.**

A seçeneğinde verilen bireyin kendini tanıması, kuramın temel basamaklarından biridir.

B seçeneğinde verilen meslekler hakkında nesnel bilgi toplama, sürecin önemli bir bileşenidir.

C seçeneğinde verilen birey ve meslek özelliklerinin eşleştirilmesi, kuramın merkezini oluşturur.

D seçeneğinde verilen mantıksal ve bilinçli karar verme, yaklaşımın temel vurgusudur.

Cevap: E

12. Bireylerin kariyer gelişiminde bazı durumlarda **kesin ve stabil kararlar almaktan çok değişime uyum sağlama, esnek olma ve belirsizlikle başa çıkabilme** ön plana çıkar. Bu özellik, modern kariyer kuramlarında bireyin değişen koşullara hazırlanmasını ifade eder.

Soruda bireylerin **planlarının sık değişmesine rağmen kaygı duymamaları ve gelecekteki değişimlere uyum sağlamaya odaklanmaları**, onların esneklik ve uyum kapasitesinin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu durum doğrudan **kariyer uyum yetkinliği** ile açıklanır. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen mesleki olgunluk, bireyin yaşına uygun karar verme düzeyiyle ilgilidir; burada esneklik vurgusu vardır.

C seçeneğinde verilen kariyer kararlılığı, kararların istikrarlı olmasıdır; soruda ise değişkenlik söz konusudur.

D seçeneğinde verilen mesleki kimlik bütünlüğü, bireyin kendini mesleki açıdan net tanımlamasıdır.

E seçeneğinde verilen mesleki yeterlik, bireyin beceri ve yetkinlik düzeyini ifade eder.

Cevap: A

13. **Sosyal Bilişsel Yaklaşım**a göre bireyin meslek seçimi sürecinde iki temel bilişsel yapı öne çıkar: **öz yeterlik** (yapabilirim inancı) ve **sonuç beklentisi** (yaptığımda ne elde ederim inancı). Birey bir işi yapabileceğine inanabilir ancak o işin kendisine doyum, denge ve yaşam kalitesi sağlayacağına inanmıyorsa seçim süreci olumsuz etkilenir.

Soruda birey, **mesleğin gerektirdiği becerileri kazanabileceğini kabul etmekte**, yani öz yeterlik açısından bir sorun yaşamamaktadır. Ancak **bu mesleğin kendisine uzun vadede doyum ve yaşam kalitesi sağlayacağı konusunda kuşku duymaktadır**. Bu durum doğrudan **sonuç beklentileriyle** ilgilidir. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen mesleki öz yeterlik, bireyin yapabilme inancıdır; soruda bu olumlu durumdadır.

B seçeneğinde verilen mesleki ilgi, hoşlanma düzeyiyle ilgilidir; soruda vurgu bu değildir.

C seçeneğinde verilen mesleki değerler, bireyin önemseydiği yaşam hedefleriyle ilgilidir; burada beklenti boyutu ön plandadır.

D seçeneğinde verilen kariyer uyum yetkinliği, değişime uyum sağlama kapasitesini ifade eder.

Cevap: E

14. **Williamson'un Özellik-Faktör Kuramı'na** göre mesleki danışma süreci; analiz, sentez, tanı, tahmin ve izleme basamaklarından oluşur. Bu süreçte analiz veri toplama, sentez bilgileri düzenleme, **tanı bireyin temel problemini belirleme**, tahmin olası sonuçları değerlendirme ve izleme süreci takip etme aşamasıdır.

Meryem'in durumunda danışman; **bilgiler arasındaki çelişkileri, gerçekçi olmayan beklentileri ve kararsızlığın nedenini belirlemektedir**. Yani bireyin yaşadığı temel mesleki sorunun türü ortaya konmaktadır. Bu durum **tanı aşamasına** karşılık gelir. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen analiz, veri toplama sürecidir.

B seçeneğinde verilen sentez, bilgilerin organize edilmesidir.

D seçeneğinde verilen tahmin, olası sonuçların değerlendirilmesidir.

E seçeneğinde verilen danışma, kuramın temel basamakları arasında yer almaz.

Cevap: C

15. Super'in Yaşam Boyu - Yaşam Alanı Kuramı'na göre kariyer gelişimi yaşam boyu devam eder ve beş temel evrede incelenir:

- **Büyüme (0-14 yaş):** Hayal (4-10), ilgi (11-12), yetenek (13-14)
- **Araştırma (14-24 yaş):** Deneme/billurlaşma (14-18), geçiş/belirleme (19-21), sınama-izleme (22-24)
- **Yerleşme (25-44 yaş):** Karar kılma, sağlamlaştırma, ilerleme
- **Koruma (45-64 yaş):** Koruma, güncelleme, yenilik
- **Çöküş (65+):** Yavaşlama, tam emeklilik

Sedat; **uzun süredir aynı meslekte çalışan, mesleki kimliği oturmuş, yeni arayışta olmayan ve mevcut konumunu sürdürmeye odaklanan** bir bireydir. Bu özellikler, bireyin artık meslekte yer edinmiş olduğu ve **konumunu koruma, doyumu sürdürme ve mevcut statüyü devam ettirme** çabasında olduğu evreyi gösterir. Bu durum, **45-64 yaş aralığını kapsayan koruma (devam ettirme) evresi** ve bu evrenin özellikle **koruma-güncelleme alt basamakları** ile örtüşmektedir. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen yerleşme dönemi, 25-44 yaş aralığında meslekte yer edinme ve ilerleme sürecidir.

B seçeneğinde verilen araştırma dönemi, 14-24 yaş aralığında meslekleri deneme ve keşfetme sürecidir.

D seçeneğinde verilen çöküş dönemi, 65 yaş sonrası işten çekilme sürecidir.

E seçeneğinde verilen büyüme dönemi, çocuklukta başlayan farkındalık sürecidir.

Cevap: C

1. Araştırmadan elde edilen bulgu, bireylerin meslekleri değerlendirirken **belirli bir bilişsel sıra ve yapı içinde ilerlediğini** göstermektedir. Öğrencilerin "Bu meslek kimler tarafından yapılıyor?", "Ben buna benziyor muyum?" ve "Buna ulaşabilir miyim?" sorularını sırasıyla sormaları; meslekleri **önce sosyal sınıflama, sonra benlik uyumu ve en son erişilebilirlik açısından değerlendirdiklerini** ortaya koyar.

Bu durum, mesleklerin ve mesleki tercihlerin zihinde **hiyerarşik ve sistematik bir bilişsel yapı içinde organize edildiğini** gösterir. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen meslek seçiminin yalnızca ilgiye dayanması, çok boyutlu değerlendirme sürecini açıklamaz.

C seçeneğinde verilen meslek tercihinin tesadüfi yaşantılarla belirlenmesi, sistematik sorgulama sürecine ters düşer.

D seçeneğinde verilen mesleki gelişimin erkenlikte başlaması, sorudaki bilişsel yapı ile ilgili değildir.

E seçeneğinde verilen meslek doyumunun kariyer seçiminden önce gelmesi, kuramsal olarak uygun değildir.

Cevap: A

2. **Parsons'ın Özellik-Faktör Kuramı'na** göre kariyer danışmanlığının temelinde; bireyin **kendini tanıması**, meslekler hakkında **doğru ve nesnel bilgi edinmesi** ve bu iki bilgi kümesinin **akılcı biçimde eşleştirilmesi** yer alır. Danışmanın rolü, bu süreci sistematik biçimde yürütmek ve bireyin rasyonel bir karar vermesine rehberlik etmektir.

Bu doğrultuda kariyer danışmanının temel işlevi, **birey ve meslek özelliklerini nesnel veriler ışığında karşılaştırarak uygun eşleşmeyi sağlamaya yardımcı olmaktır**. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen yaşam boyu gelişimsel yaklaşım, Super'in kuramına aittir.

C seçeneğinde verilen öznel anlam arayışı, daha çok varoluşçu ve danışan merkezli yaklaşımlarla ilişkilidir.

D seçeneğinde verilen çevresel pekiştireçlerle

davranış değiştirme, davranışçı yaklaşıma aittir.

E seçeneğinde verilen sosyal öğrenme yaşantılarıyla benlik yapılandırma, sosyal bilişsel kuramla ilişkilidir.

Cevap: A

3. **Holland'ın Tipoloji Kuramı'na** göre bireylerin mesleki tercihleri altı temel kişilik tipiyle açıklanır: gerçekçi, araştırmacı, sanatsal, sosyal, girişimci ve geleneksel. Her tip farklı ilgi alanları, beceriler ve çalışma ortamlarıyla ilişkilidir.

Esilay; **araştırma yapmayı, veri toplamayı, analiz etmeyi ve deneysel süreçlerden hoşlanmayı** tercih etmekte, ayrıca yoğun insan ilişkilerinden kaçınmaktadır. Bu özellikler **araştırmacı tipe** karşılık gelir. Araştırmacı tipler analitik düşünür, bilimsel süreçlere yönelir ve veriyle çalışmayı sever. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen satış temsilcisi, girişimci tipe uygundur; bu tip liderlik, ikna ve rekabetten hoşlanır.

B seçeneğinde verilen okul yöneticisi, yine girişimci özellikler taşır; yönetme ve yönlendirme ön plandadır.

C seçeneğinde verilen sınıf öğretmeni, sosyal tipe uygundur; insanlara yardım etme ve etkileşim kurma ön plandadır.

D seçeneğinde verilen reklamcı, sanatsal tipe daha yakındır; yaratıcılık ve özgünlük ön plandadır.

(Genel bilgi olarak: **Gerçekçi tip** daha çok fiziksel ve teknik işlere yönelir; **geleneksel tip** ise düzenli, sistemli ve veri düzenleme gerektiren işlerde başarılıdır.)

Cevap: E

4. **Super'in Yaşam Boyu - Yaşam Alanı Kuramı'na** göre kariyer gelişimi, bireyin yaşamı boyunca üstlendiği rollerle birlikte şekillenir ve meslek seçimi **benlik kavramının geliştirilmesi ve uygulanması** sürecidir. Bu kuramda birey, farklı yaşam rollerine göre kariyer kararlarını yeniden düzenleyebilir ve bu değişim doğal kabul edilir.

Soruda danışan; mesleki kararlarının zamanla değiştiğini, bu değişimlerin **yaşam rolleriyle ilişkili olduğunu** ve meslek seçimini **kendini tanıma sürecinin bir parçası** olarak gördüğünü ifade etmektedir. Bu durum doğrudan kariyer gelişiminin benlik kavramının uygulanması olduğunu yansıtır. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen meslek seçiminin erken çocuklukta kesinleşmesi, gelişimsel yaklaşımlara aykırıdır.

B seçeneğinde verilen bilişsel sınırlamalar, daha çok Gottfredson yaklaşımıyla ilişkilidir.

D seçeneğinde verilen kişilik tipleriyle sabitlenme, Holland kuramına aittir.

E seçeneği eksik bir ifadedir ve kuramsal olarak anlamlı değildir.

Cevap: C

5. Parsons'ın **Özellik-Faktör Kuramı'na** göre meslek seçimi; bireyin ilgi, yetenek ve kişilik özelliklerinin ölçülebilir olduğu, mesleklerin gerektirdiği niteliklerin nesnel biçimde tanımlanabildiği ve bu iki yapının **akılcı biçimde eşleştirilmesi** ile doğru kararın verilebileceği varsayımına dayanır. Bu yaklaşımda süreç rasyoneldir ve bireysel farklılıklar temel belirleyicidir.

Bu çerçevede "meslek seçiminin bireyin bilinçdışı çatışmalarının çözümlenmesini gerektirdiği" ifadesi bu kurama ait değildir; bu daha çok psikanalitik yaklaşımla ilişkilidir. Bu nedenle cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen bireysel özelliklerin ölçülebilir ve görece durağan olması, kuramın temel varsayımlarındandır.

B seçeneğinde verilen meslek özelliklerinin nesnel olarak tanımlanabilmesi, kuramın önemli bir ilkesidir.

C seçeneğinde verilen birey-meslek uyumu, kuramın merkezinde yer alır.

E seçeneğinde verilen bireysel farklılıkların belirleyici olması, yaklaşımın temel dayanaklarından biridir.

Cevap: D

6. Parsons'ın **Özellik-Faktör Kuramı'na** göre meslek seçimi; bireyin özelliklerinin ölçülmesi, mesleklerin gerekliliklerinin nesnel biçimde belirlenmesi ve bu iki yapının **akılcı biçimde eşleştirilmesi** sürecine dayanır. Bu yaklaşımda doğru veri ve analizle birey için en uygun meslek belirlenebilir.

Soruda danışanın özelliklerinin ölçülmesi, mesleklerin sınıflandırılması ve buna göre **"en uygun meslek" önerisinin sunulması**, doğrudan birey-meslek eşleşmesine dayalı rasyonel yaklaşımı göstermektedir. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen öznel anlam vurgusu, daha çok Yapılandırmacı yaklaşımlarla ilgilidir.

C seçeneğinde verilen mesleklerin yeniden inşa edilmesi, modern kariyer yaklaşımlarına aittir.

D seçeneğinde verilen yaşam boyu değişim, gelişimsel kuramların özelliğidir.

E seçeneğinde verilen yaşam öyküsü vurgusu, öyküsel kariyer yaklaşımıyla ilişkilidir.

Cevap: A

7. Ginzberg ve arkadaşlarının mesleki gelişim kuramına göre kariyer gelişimi üç temel evrede incelenir:

- Hayal dönemi (5-11 yaş): Gerçeklikten bağımsız, oyun ve özdeşim temelli seçimler
- Geçici seçim dönemi (11-17 yaş): İlgi, yetenek, değer ve geçiş basamaklarında kendini tanıma süreci
- Gerçekçi dönem (17-23 yaş): Araştırma, billurlaştırma ve belirleme basamaklarında seçenekleri daraltma ve mesleki kararı somutlaştırma

Rüzgar; üniversite sürecinde **seçeneklerini daraltmış, belirli alanlara yönelmiş ve meslek seçimini eğitim ve iş olanakları çerçevesinde değerlendirmeye başlamıştır**. Bu durum, mesleki tercihlerin gerçekçi ölçütlerle ele alındığı **gerçekçi döneme** karşılık gelir. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen hayal dönemi, çocuklukta görülen gerçeklikten uzak seçimleri ifade eder.

B seçeneğinde verilen geçici seçim dönemi, deneme ve kendini tanıma sürecidir.

C seçeneğinde verilen ilgi dönemi, geçici seçim döneminin bir alt basamağıdır.

D seçeneğinde verilen değer dönemi, yine geçici seçim döneminin bir alt basamağıdır.

Cevap: E

8. Mesleki rehberlik anlayışına göre kariyer seçimi **tek seferlik ve değişmez bir karar değil**, bireyin yaşamı boyunca yeniden değerlendirdiği, esnek ve gelişimsel bir süreçtir. Bu süreçte bireyin alternatifleri gözden geçirmesi, değişen koşullara uyum sağlaması ve kararlarını güncellemesi beklenir.

Soruda öğrencilerin **meslek seçeneklerini yeniden değerlendirme ya da gelecekteki değişimleri dikkate alma gereği duymamaları**, meslek seçimini **tamamlanmış ve değişmez bir sonuç** olarak gördüklerini göstermektedir. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen yaşam boyu destek süreci, doğru rehberlik anlayışını yansıtır.

B seçeneğinde verilen karar sorumluluğunu paylaşma, danışma sürecinin temel ilkelerinden biridir.

C seçeneğinde verilen mesleki benliğin zamanla yapılandırılması, gelişimsel yaklaşımı ifade eder.

D seçeneğinde verilen esnek karar alma, çağdaş kariyer anlayışına uygundur.

Cevap: E

9. **Ginzberg ve arkadaşlarının Mesleki Gelişim Kuramı'na** göre kariyer gelişimi üç temel evrede incelenir: hayal (5-11 yaş), geçici seçim (11-17 yaş) ve gerçekçi dönem (17-23 yaş). **Hayal döneminde** çocuklar meslekleri oyun, hayal ve özdeşim yoluyla dener; seçimler gerçeklikten bağımsızdır ve tutarlılık aranmaz.

Emre'nin **oyunlarında farklı meslek rollerine girerek bunları hayal gücüyle denemesi ve gerçekçi ölçütlere dayanmaması**, hayal döneminin tipik özelliğidir. Bu süreçte meslekler oyun ve fantezi yoluyla keşfedilir. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen çalışma koşullarını karşılaştırma, daha ileri ve gerçekçi değerlendirme aşamasıdır.

C seçeneğinde verilen seçenekleri daraltma, gerçekçi döneme aittir.

D seçeneğinde verilen kesin karar alma, gelişimin ilerleyen aşamalarında görülür.

E seçeneğinde verilen geri çekilme, bu kuramla ilişkili bir süreç değildir.

Cevap: A

10. **Williamson'un kuramına** göre kariyer danışma süreci; analiz, sentez, tanı, tahmin ve izleme aşamalarından oluşur. Bu süreçte analiz veri toplama, sentez bilgileri düzenleme, tanı problemi belirleme, **tahmin bireyin gelecekteki uyumunu ve olası sonuçları değerlendirme**, izleme ise süreci takip etme aşamasıdır.

Altan'ın durumunda danışman; **akademik geçmiş, beceriler ve alışkanlıklar doğrultusunda mühendislik alanında karşılaşılabileceği güçlükleri, uyum düzeyini ve olası başarı sonuçlarını değerlendirmektedir**. Bu, doğrudan geleceğe yönelik öngörü yapma sürecidir. Bu nedenle cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen analiz, veri toplama aşamasıdır.

B seçeneğinde verilen sentez, bilgilerin düzenlenmesidir.

C seçeneğinde verilen tanı, problemin belirlenmesidir.

E seçeneğinde verilen izleme, karar sonrası sürecin değerlendirilmesidir.

Cevap: D

11. Myers-Briggs tip göstergesi'ne göre bireyler dört boyutta değerlendirilir: **Dışa dönüklük - İçe dönüklük:** Enerjinin yönü **Duyusal - Sezgisel:** Bilginin işlenme biçimi **Düşünen - Duygusal:** Karar verme tarzı **Yargılayıcı - Algılayıcı:** Yaşamı düzenleme biçimi
- Kerem Bey; **kendi başına çalışmayı tercih etmesi** ile içe dönük, **geleceğe yönelik planlar yapması ve zihinsel kurgulara odaklanması** ile sezgisel, **mantıksal tutarlılığa önem vermesi** ile düşünce odaklı ve **planlı, düzenli hareket etmesi** ile yargılayıcı özellik göstermektedir. Bu nedenle cevap **D seçeneğidir.**
- A seçeneğinde verilen dışa dönüklük,** bireyin sosyal ve dışa açık olmasını ifade eder.
- B seçeneğinde verilen duyumsal tip,** somut verilere odaklanır; burada soyut ve geleceğe yönelik düşünme vardır.
- C seçeneğinde verilen duygu odaklılık,** kararların duygulara göre verilmesini ifade eder.
- E seçeneğinde verilen dışa dönüklük ve duyumsallık,** verilen özelliklerle örtüşmez.

Cevap: D

12. Schein'in **Kariyer Çapaları Kuramı'na** göre bireylerin kariyer tercihleri; teknik/fonksiyonel yetkinlik, genel yönetim yetkinliği, girişimci yaratıcılık, saf meydan okuma, güvenlik ve istikrar gibi temel yönelimlerle açıklanır. Bu çapalar, bireyin vazgeçemediği kariyer değerlerini yansıtır.
- Sinan Bey; **teknik işlerden çok insanları yönlendirmeyi, farklı birimleri koordine etmeyi, kriz anlarında sorumluluk almayı ve organizasyonun genel işleyişini yönetmeyi tercih etmektedir.** Başarıyı da sistemin bütünsel verimliliğiyle tanımlamaktadır. Bu özellikler **genel yönetim yetkinliği** çapasıyla örtüşür. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir.**
- A seçeneğinde verilen teknik/fonksiyonel yetkinlik,** belirli bir alanda uzmanlaşmayı ifade eder.
- C seçeneğinde verilen girişimci yaratıcılık,** yeni bir iş kurma ve üretme isteğiyle ilgilidir.
- D seçeneğinde verilen saf meydan okuma,** zor problemleri çözme ve rekabetten haz alma ile ilgilidir.
- E seçeneğinde verilen güvenlik ve istikrar,** iş güvencesi ve sürekliliğe önem verme ile ilgilidir.

Cevap: B

13. Meslek seçimi ve mesleki doyum literatüründe, bireyin yalnızca ekonomik kazanca odaklanmasının **uzun vadede doyumunu artırmadığı,** hatta anlam duygusu zayıfısa tükenmişliği artırabileceği vurgulanır. Mesleki doyum; ilgi, değer, anlam, benlik uyumu gibi birçok değişkenin birlikte etkisiyle oluşur.
- Soruda **yalnızca yüksek kazanca odaklanan bireylerin doyumunun düşük ve tükenmişliklerinin yüksek olduğu,** ayrıca mesleki anlam duygularının zayıf olduğu belirtilmektedir. Bu durum, mesleki doyumun sadece gelirle açıklanamayacağını açıkça göstermektedir. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir.**
- A seçeneğinde verilen ekonomik faktörlerin hiç etkisi olmaması,** aşırı genelleyici ve yanlıştır.
- C seçeneğinde verilen yüksek gelirli mesleklerde tükenmişliğin kaçınılmaz olması,** genellenemez.
- D seçeneğinde verilen mesleki doyumun kişilikten bağımsız olması,** literatüre aykırıdır.
- E seçeneğinde verilen meslek seçiminin tamamen duygusal olması,** çok boyutlu yapıyı göz ardı eder.

Cevap: B

14. Soruda anlatılan süreç; bireyin meslekleri **erken yaşta cinsiyet rolleri ve sosyal statüye göre elemesi,** zamanla seçenekleri daraltması ve sonunda **ideal-ulaşılabilir denge kurması** özelliklerini içermektedir. Ayrıca sürecin **büyük ölçüde bilinçdışı ve geri döndürülemez olduğu** vurgulanmaktadır. Bu özellikler, **Gottfredson'un daraltma ve uzlaşma yaklaşımını** yansıtır.
- Bu bağlamda seçenekler incelendiğinde; **birey-meslek uyumunu kişilik tipleri üzerinden açıklayan yaklaşım,** Holland'ın Tipoloji Kuramına aittir ve soruda anlatılan bilişsel eleme, daraltma ve uzlaşma sürecini açıklamaz. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir.**
- A seçeneğinde verilen erken yaşta eleme,** kuramın temel kavramlarından biridir.
- C seçeneğinde verilen zihinsel harita oluşturma,** mesleklerin bilişsel olarak yapılandırılmasını ifade eder.

D seçeneğinde verilen ulaşılabilirlik nedeniyle vazgeçme, uzlaşma sürecine karşılık gelir.

E seçeneğinde verilen giderek daralan süreç, sınırlama kavramını açıklar.

Cevap: B

15. Parsons'ın **Özellik-Faktör Kuramı'na** göre meslek seçimi; bireyin **ilgi, yetenek ve kişilik özelliklerinin belirlenmesi**, mesleklerin gerektirdiği niteliklerin ortaya konması ve bu iki yapının **akılcı biçimde eşleştirilmesi** sürecine dayanır. Bu kuramda birey-meslek uyumu, mesleki başarı ve doyumun temel belirleyicisidir.

Soruda danışmanın vurguladığı "**bireysel özellikler ile meslek gerekliliklerinin karşılaştırılması ve uyumun belirlenmesi**", doğrudan bu yaklaşımın temel ilkesidir. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen Holland'ın yaklaşımı, kişilik tipleri ile meslek ortamlarının uyumuna odaklanır ancak doğrudan ölçme ve eşleştirme vurgusu bu kadar belirgin değildir.

C seçeneğinde verilen Roe'nin yaklaşımı, erken yaşantılar ve gereksinimlerle ilgilidir.

D seçeneğinde verilen Ginzberg yaklaşımı, gelişimsel dönemlere odaklanır.

E seçeneğinde verilen Super yaklaşımı, yaşam boyu gelişim ve benlik kavramını vurgular.

Cevap: A

1. **Umut Odaklı Kariyer Gelişim Modeli'ne** göre kariyer gelişimi; bireyin **hedef belirlemesi (amaç)**, bu hedefe ulaşmak için **alternatif yollar geliştirmesi (yollar düşüncesi)** ve süreci **sürdürecektir** **motivasyonu koruması (eylem/ irade gücü)** ile açıklanır. Bu modelde yalnızca hedef koymak değil, hedefe ulaşamadığında yeni yollar üretebilmek ve motivasyonu sürdürmek temel vurgudur.

Soruda da **hedefe ulaşamadığında farklı yollar oluşturma ve süreci sürdürme motivasyonu geliştirme** vurgulanmaktadır. Bu durum doğrudan modelin temel bileşenlerini yansıtır. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kişilik-iş uyumu, Holland yaklaşımına aittir.

B seçeneğinde verilen bilinçdışı çatışmalar, Psikanalitik yaklaşımla ilgilidir.

C seçeneğinde verilen doğuştan yetenek vurgusu, indirgemeci bir açıklamadır ve modele uymaz.

D seçeneğinde verilen değişmeyen karar anlayışı, gelişimsel ve dinamik yaklaşımlara aykırıdır.

Cevap: E

2. **Williamson'un Özellik-Faktör Kuramı'na** göre kariyer danışma süreci altı aşamadan oluşur: analiz (veri toplama), sentez (bilgileri birleştirme), tanı (problemi belirleme), tahmin (olası sonuçları öngörme), psikolojik danışma (müdahale) ve izleme. **Psikolojik danışma aşaması**, danışanın karar vermesine yardımcı olmak için danışmanın **yönlendirici geri bildirimler verdiği, açıklama yaptığı, ikna ettiği ve gerektiğinde doğrudan tavsiyede bulunduğu** aşamadır.

Zerrin'in durumunda danışman; **mesleklerin gerektirdiği özellikleri açıklamakta, test sonuçlarını karşılaştırmakta ve hangi seçeneğin daha uygun olabileceğine dair yönlendirici geri bildirimler sunmaktadır**. Bu süreç, doğrudan danışana yardım edilen ve karar verme sürecinin desteklendiği **psikolojik danışma (müdahale) aşamasına** karşılık gelir. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen tanı, problemin ve nedenlerinin belirlenmesidir.

C seçeneğinde verilen tahmin, gelecekteki olası sonuçların öngörülmesidir.

D seçeneğinde verilen izleme, karar sonrası sürecin değerlendirilmesidir.

E seçeneğinde verilen sentez, bilgilerin bir araya getirilmesidir.

Cevap: A

3. Sampson ve arkadaşlarının geliştirdiği **Bilgi İşleme Kuramı'na** göre kariyer seçimi, bireyin **problem çözme ve karar verme süreci** olarak ele alınır. Bu yaklaşımda temel amaç, bireye doğrudan meslek önermek değil; **"balık vermek yerine balık tutmayı öğretmek"**, yani bireyin kendi kararını verebilecek bilişsel ve metabilşsel becerilerini geliştirmektir.

Kuramda kariyer karar süreci **İASDU döngüsü** ile açıklanır: İletişim (problemi fark etme) → Analiz → Sentez → Değerlendirme → Uygulama. Ayrıca kariyer kararsızlığı; çoğunlukla **bilgi eksikliği, bilginin hatalı işlenmesi ve işlevsel olmayan düşünceler** ile ilişkilidir.

Bu çerçevede seçenekler incelendiğinde; **kişilik tipi ile iş çevresi uyumuna dayalı açıklama**, Bilgi İşleme Kuramı'na değil Holland'ın tipoloji yaklaşımına aittir. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen bilgi düzenleme, kuramın temelini oluşturur.

B seçeneğinde verilen bilgi eksikliği ve yanlış işleme, kararsızlığın önemli nedenlerindendir.

C seçeneğinde verilen metabilşsel süreçler, karar sürecinin merkezindedir.

D seçeneğinde verilen becerilerin geliştirilebilir olması, kuramın "öğretilebilirlik" vurgusuyla örtüşür.

Cevap: E

4. Dawis ve Lofquist'in geliştirdiği **İş-Uyum Kuramı'na** göre iş uyumu iki temel boyutla açıklanır:

- **Doyum:** İşin, bireyin ihtiyaç ve değerlerini karşılaması
- **Uygunluk (tatmin edicilik):** Bireyin becerilerinin işin beklentilerini karşılaması

Soruda bireyin **özerklik, güvenlik ve gelişim gibi ihtiyaçlarının karşılandığı**, yani doyumunun yüksek olduğu belirtilmektedir. Ancak **işin beklediği performans karşılayamaması**, bireyin iş açısından yeterli bulunmamasına, yani **uygunluğun düşmesine** işaret eder. Bu durumda işveren açısından uyumsuzluk algısı artar. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen doyum artışı ve meslekte kalma süresi, yalnızca doyum boyutuyla ilgili; uygunluk düşüktür.

C seçeneğinde verilen tüm boyutlarda uyum, soruya aykırıdır.

D seçeneğinde verilen ihtiyaçların yeniden yapılandırılması, doğrudan sonuç değildir.

E seçeneğinde verilen değerlerin bağımsızlaşması, kuramın temel yapıyla ilişkili değildir.

Cevap: B

5. Gelişimsel kariyer kuramlarına göre bireyler yaşamları boyunca farklı roller üstlenir ve bu rollerle birlikte **yeni beceriler ve yeterlikler geliştirirler**. Bu durum, bireyin potansiyelinin tek bir alanla sınırlı olmadığını ve zaman içinde farklı alanlarda da başarılı olabileceğini gösterir.

Soruda bireylerin **farklı yaşam dönemlerinde yeni roller geliştirdikçe farklı mesleki alanlarda da yeterlik kazandıkları** belirtilmektedir. Bu bulgu, bireyin potansiyelinin tek bir alanla sınırlı olduğu varsayımını sorgular. Bu nedenle cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen becerilerin doğuştan belirlenmesi, bu durumu kısmen sorgulatabilir ancak doğrudan çoklu gelişim vurgusu yoktur.

B seçeneğinde verilen ilginin değişmesi, sorunun odağı değildir; burada yeterlik gelişimi vurgulanır.

C seçeneğinde verilen mesleklerin bağımsızlığı, bu bağlamla ilişkili değildir.

E seçeneğinde verilen çevresel etkenler, dolaylıdır ancak temel vurgu potansiyelin sınırlı olmamasıdır.

Cevap: D

6. Mesleklere ilişkin yanlış inançlar; genellikle meslek seçimini **tek bir ölçüte indirgeme, esnekliği reddetme, bireysel farklılıkları göz ardı etme** ve **dışsal faktörleri mutlak doğru olarak kabul etme** şeklinde ortaya çıkar. Özellikle "tek doğru meslek vardır" ya da "en garanti iş en iyi seçimdir" gibi düşünceler bu kapsamda değerlendirilir.

Soruda yer alan seçenekler incelendiğinde, **meslek seçiminde yalnızca iş bulma kolaylığını temel almak**, bireyin ilgi, yetenek ve değerlerini göz ardı ettiği için yanlış bir inançtır. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen ilgi, yetenek ve değerlerin birlikte değerlendirilmesi, doğru bir yaklaşımdır.

C seçeneğinde verilen yaşam rollerinin etkisi, kariyer gelişiminin önemli bir boyutudur.

D seçeneğinde verilen mesleklerin zamanla yeniden değerlendirilmesi, gelişimsel yaklaşımı yansıtır.

E seçeneğinde verilen doyumun beklentilerle ilişkili olması, literatürle uyumludur.

Cevap: B

7. Mert; ailesinin beklentileri ile kendi istekleri arasında **içsel çatışma yaşamakta**, özellikle **otoriter baba figürü nedeniyle otoriteyi temsil eden mesleklere karşı hem ilgi hem kaçınma göstermektedir**. Bu durum, bireyin farkında olmadığı içsel çatışmaların ve geçmiş yaşantıların meslek tercihlerini etkilediğini göstermektedir.

Psikanalitik yaklaşıma göre meslek seçimi; bireyin **bilinçdışı dürtüleri, erken çocukluk yaşantıları ve bastırılmış çatışmaları** ile açıklanır. Bireyin mesleklere yönelik yönelimleri, çoğu zaman bu çözülmemiş içsel süreçlerin yansımasıdır. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Holland yaklaşımı, kişilik-çevre uyumuna odaklanır.

C seçeneğinde verilen Super yaklaşımı, yaşam boyu gelişim ve benlik kavramını vurgular.

D seçeneğinde verilen Ginzberg yaklaşımı, gelişimsel dönemlere odaklanır.

E seçeneğinde verilen Özellik-Faktör yaklaşımı, birey-meslek eşleşmesine dayanır.

Cevap: B

8. **Bilgi İşleme Kuramı'na** göre kariyer gelişimi, bireyin **kendisi (ilgi, yetenek, değer) ve meslekler hakkında bilgi toplaması, bu bilgileri düzenlemesi ve karar verme sürecinde kullanması** ile açıklanır. Bu yaklaşımda kariyer seçimi bir **problem çözme süreci** olarak ele alınır ve bireyin bu süreci yönetebilmesi için bilişsel ve özellikle **metabilişsel becerilerinin** gelişmiş olması gerekir. Kuramda ayrıca karar süreci **İASDU döngüsü** (iletişim, analiz, sentez, değerlendirme, uygulama) ile açıklanır ve kariyer kararsızlığı çoğu zaman **bilgi eksikliği ya da bilginin hatalı işlenmesi** ile ilişkilendirilir. Kariyer kimliği ise bireyin bu bilgileri **tutarlı ve anlamlı bir bütün hâline getirmesi** ile oluşur. Bu nedenle cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen erken yaşta daraltma, Gottfredson yaklaşımına aittir.

B seçeneğinde verilen kişi-çevre uyumu, Holland kuramını ifade eder.

C seçeneğinde verilen yaşam boyu rollerin yeniden yapılandırılması, Super'in yaklaşımıdır.

E seçeneğinde verilen öz yeterlik ve sonuç beklentisi, Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na aittir.

Cevap: D

9. Super'ın **Yaşam Boyu-Yaşam Alanı Kuramı'na** göre kariyer gelişimi yaşam boyu devam eder ve **maksi döngü**, bireyin çocukluktan yaşlılığa kadar uzanan genel gelişim evrelerini (büyüme, araştırma, yerleşme, koruma, çöküş) ifade eder. Bu yapı **makro düzeydedir** ve her evrede farklı gelişim görevleri bulunur. Ayrıca bu süreçte yaş sınırları esnek olabilir ve bireyler bu evreler arasında ileri-geri geçişler yaşayabilir. Bu geçişlerin tekrar eden yapısı ise **mini döngü** kavramıyla açıklanır.

Bu bağlamda "maksi döngünün normatif ve normatif olmayan geçişleri açıklamak için kullanılan temel kavram olduğu" ifadesi doğru değildir. Bu tür geçişler daha çok yaşam olayları ve mini döngülerle ilişkilidir. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen yaşam boyu evreleri kapsamı, maksi döngünün temel özelliğidir.

B seçeneğinde verilen yaşam boyu gelişim ve görevler, kuramın ana varsayımdır.

D seçeneğinde verilen makro düzey vurgusu, doğru bir ifadedir.

E seçeneğinde verilen yaş sınırlarının esnekliği, kuramla uyumludur.

Cevap: C

10. **Bilgi İşleme Kuramı'na** göre kariyer seçimi, bireyin **problem çözme ve karar verme süreci** olarak ele alınır. Bu süreçte birey; kendisi ve meslekler hakkında bilgi toplar, bu bilgileri **analiz ve sentez eder** ve kararını yapılandırır. Ayrıca kuramda **bilişsel ve metabilişsel süreçler** (üst düzey düşünme becerileri) kariyer sorunlarının çözümünde merkezi bir rol oynar.

Bu doğrultuda:

- I. öncül, bilgi toplama ve analiz-sentez sürecini vurguladığı için **doğrudur**.
- II. öncül, kişilik-çevre uyumuna dayandığı için Holland kuramına aittir, **yanlıştır**.
- III. öncül, bilişsel ve üst düzey düşünme becerilerini vurguladığı için **doğrudur**.

Cevap: E

11. Kariyer gelişim programlarının hazırlanma sürecinde ilk adım, hedef grubun **özelliklerini ve ihtiyaçlarını belirlemektir**. Bu aşamada öğrencilerin ilgi alanları, meslek bilgisi düzeyleri, karar verme güçlükleri gibi değişkenler çeşitli ölçme araçları ve görüşmelerle ortaya konur. Elde edilen bu veriler, programın içeriğini ve amaçlarını oluşturmak için temel oluşturur.

Zehra Hanım'ın **anketler ve görüşmeler yaparak öğrencilerin ilgi, bilgi ve karar verme durumlarını belirlemesi**, doğrudan ihtiyaç analizi yapıldığını gösterir. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen değerlendirme, program uygulandıktan sonra yapılır.

C seçeneğinde verilen içerik belirleme, ihtiyaçlar belirlendikten sonraki aşamadır.

D seçeneğinde verilen amaç belirleme, yine ihtiyaç analizinden sonra gelir.

E seçeneğinde verilen programı tanıtmak, uygulama sürecine ilişkindir.

Cevap: B

12. **Holland'ın Tipoloji Kuramı'na** göre bireylerin meslek tercihleri; gerçekçi, araştırmacı, sanatsal, sosyal, girişimci ve geleneksel tiplerle açıklanır.

Ferhat; **küçük yaşlardan beri eşyaları söküp tamir etmesi, makinelerle uğraşmaktan keyif alması, somut ürün ortaya koyduğu işlerde başarılı hissetmesi ve teorik, uzun anlatımlardan sıkılması** özellikleriyle **gerçekçi tipe** karşılık gelir. Gerçekçi tipler; fiziksel, teknik ve mekanik beceriler gerektiren, somut üretime dayalı işlere yönelir. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen psikolojik danışman, sosyal tipe uygundur.

B seçeneğinde verilen endüstri mühendisi, daha çok analitik ve planlama yönüyle araştırmacı-girişimci özellikler taşır.

D seçeneğinde verilen halkla ilişkiler uzmanı, girişimci ve sosyal tipe uygundur.

E seçeneğinde verilen reklam yazarı, sanatsal tipe uygundur.

Cevap: C

13. **Super'in Yaşam Boyu-Yaşam Alanı Kuramı'na** göre kariyer gelişimi yaşam boyu devam eder ve beş temel evrede incelenir:

- **Büyüme (0-14 yaş):**
- **Hayal (4-10 yaş):** Meslekler oyun ve hayal yoluyla denir.
- **İlgi (11-12 yaş):** Hoşlanılan etkinliklere yönelim vardır.
- **Yetenek (13-14 yaş):** Yapabilirlik ve beceriler dikkate alınır.
- **Araştırma (14-24 yaş):**
- **Deneme / Billurlaşma (14-18 yaş):** Seçenekler denir, geçici tercihler yapılır.
- **Geçiş / Belirleme (19-21 yaş):** Daha gerçekçi seçimler yapılır.
- **Sinama / İzleme (22-24 yaş):** Seçilen alan uygulamada test edilir.
- **Yerleşme (25-44 yaş):**
- **Karar kılma:** İşe girme ve mesleğe uyum sağlama süreci.
- **Sağlamlaştırma:** Meslekte kalıcılık ve güven kazanma.
- **İlerleme:** Daha fazla sorumluluk alma ve yükselme çabası.
- **Koruma (45-64 yaş):**
- **Koruma:** Mevcut konumu sürdürme ve rekabete uyum sağlama.
- **Güncelleme:** Bilgi ve becerileri yenileyerek mesleki yeterliği koruma.
- **Yenilik:** İşte gelişim ve yeni açılımlar oluşturma.
- **Çöküş (65+ yaş):**
- **Yavaşlama (65-70 yaş):** İş temposunun düşmesi ve görevlerin azaltılması.
- **Tam emeklilik (71+ yaş):** İş yaşamından tamamen çekilme.

Ayla; lise sonrası üniversiteye başlamış, farklı alanları deneyerek kendini tanımaya çalışmakta, seçeneklerini daraltmakta ve henüz kesin bir mesleki konum edinmemektedir. Bu özellikler **14-24 yaş aralığındaki araştırma dönemine**, özellikle **deneme ve geçiş alt evrelerine** karşılık gelir. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen büyüme dönemi (0-14 yaş), çocuklukta farkındalık sürecidir.

C seçeneğinde verilen yerleşme dönemi (25-44 yaş), meslekte kalıcılığın sağlandığı evredir.

D seçeneğinde verilen koruma dönemi (45-64 yaş), mevcut konumu sürdürmeye yöneliktir.

E seçeneğinde verilen çöküş dönemi (65+ yaş), çalışma yaşamından çekilmeyi ifade eder.

Cevap: B

- 14. Parsons'ın Özellik-Faktör Kuramı'na** göre meslek seçimi süreci üç temel adıma dayanır: **bireyin kendini tanıması**, meslekler hakkında bilgi edinmesi ve bu iki yapının akılcı biçimde eşleştirilmesi. Bu kuramda sağlıklı bir meslek seçiminin ilk ve en kritik adımı, bireyin **ilgi, yetenek, değer ve kişilik özelliklerini sistematik biçimde tanımasıdır.**

Soruda üniversite öğrencisinin "**kendimi yeterince tanı mıyorum**" demesi ve danışmanın sürecin başında **güçlü ve zayıf yönleri ortaya koymaya odaklanması**, doğrudan bu kuramsal varsayımı yansıtır. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen öznel yaşantı vurgusu, daha çok yapılandırmacı yaklaşımlarla ilişkilidir.

C seçeneğinde verilen deneme-yanılma, gelişimsel süreçlere işaret eder.

D seçeneğinde verilen zamanla değişim, gelişimsel kuramların özelliğidir.

E seçeneğinde verilen kimlik gelişimi, Super'in yaklaşımıyla ilişkilidir.

Cevap: B

- 15. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na** göre bireyin kariyer davranışları; **öz-yeterlik, sonuç beklentileri ve kişisel hedefler** üzerinden şekillenir. Bu kuramda özellikle **performans hedefleri**, bireyin kısa vadede gerçekleştirmeyi planladığı **somut ve ölçülebilir başarı hedeflerini** ifade eder.

Arzu; klinik staj sürecinde hasta takibi ve ilaç uygulamalarında kendini geliştirmeyi, uygulamaları hatasız yapmayı ve olumlu geri bildirim almayı hedeflediğini belirtmektedir. Bu ifadeler, belirli bir süreçte ulaşılmak istenen **somut performans düzeyine odaklandığı** için performans hedefini yansıtır. Bu nedenle cevap **D seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen seçim hedefi, daha genel ve uzun vadeli tercihlere yöneliktir.

B seçeneğinde verilen öz-yeterlik, "yapabilirim" inancıdır; burada hedef belirleme vardır.

C seçeneğinde verilen performans, ortaya konan gerçek davranıştır; henüz gerçekleşmemiştir.

E seçeneğinde verilen sonuç beklentisi, davranışın sonucuna dair beklentidir; burada odak hedef belirlemez.

Cevap: D

1. **Bilgi İşleme Kuramı'na** göre kariyer kararsızlığı çoğu zaman **bilgi eksikliğinden değil**, bireyin sahip olduğu bilgileri **düzenleme, analiz etme ve karar sürecinde kullanma becerilerindeki yetersizlikten** kaynaklanır. Kuramda ayrıca **metabolişsel süreçler** (karar verme stratejileri, düşünce kontrolü, kaygı yönetimi) önemli bir yer tutar.

Soruda öğrencilerin **meslekler hakkında bilgi sahibi olmalarına rağmen bu bilgileri organize edememeleri, karar verememeleri, sürekli erteleme ve kaygı yaşamaları**, doğrudan **bilgi işleme ve karar verme becerilerindeki yetersizliğe** işaret eder. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen dışsal fırsat eksikliği, bu bulgularla açıklanamaz.

B seçeneğinde verilen kişilik tipi, Holland kuramına aittir.

C seçeneğinde verilen doğrusal süreç, gelişimsel yaklaşımlara özgüdür.

D seçeneğinde verilen ilgi ölçümü önceliği, kuramın bilişsel vurgusunu göz ardı eder.

Cevap: E

2. Brown'un **Değer Temelli Kariyer Yaklaşımı'na** göre bireylerin meslek seçimleri, sahip oldukları **değerlerle** doğrudan ilişkilidir. Mesleki doyum, bireyin yaptığı işin kendi değerleriyle ne kadar örtüştüğüne bağlıdır; değerlerle uyumsuz seçimler ise doyumsuzluk ve tatminsizlik doğurur.

Asım; **yüksek gelir (dışsal değer)** odaklı bir seçim yapmış, ancak gerçekte **yaratıcılık ve özgürlük (içsel değerler)** onun için daha önemli olduğu hâlde bu değerlere uygun olmayan bir mesleğe yönelmiştir. Bu nedenle kısa sürede doyumsuzluk yaşamıştır. Bu durum doğrudan **değer-meslek uyumsuzluğunu** gösterir. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kişi-çevre uyumsuzluğu, Holland yaklaşımıyla ilişkilidir.

C seçeneğinde verilen mesleki olgunluk eksikliği, gelişimsel hazır oluşla ilgilidir.

D seçeneğinde verilen kariyer uyum yeteneği, değişime uyumla ilgilidir.

E seçeneğinde verilen hedef belirsizliği, burada temel sorun değildir; değer çatışmasıdır.

Cevap: B

3. **İş-Uyum Kuramı'na** göre iş uyumu iki temel boyutla açıklanır:

- **Uygunluk (tatmin edicilik):** Bireyin becerilerinin işin gerekliliklerini karşılaması
- **Doyum:** İş ortamının bireyin ihtiyaç ve değerlerini karşılaması

Soruda Elvan Hanım'ın **becerilerinin işin gereklilikleriyle örtüştüğü** belirtilmiştir; bu durum **uygunluğun yüksek** olduğunu gösterir. Ancak **iş ortamının onun değerlerini karşılamaması, doyumun düşük** olduğunu ifade eder. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen düşük uygunluk, soruya aykırıdır.

C seçeneğinde verilen uzun süreli çalışma, doyum ve uygunluğun birlikte yüksek olmasına bağlıdır.

D seçeneğinde verilen stil değişkenleri, bu durumda doğrudan ilişkili değildir.

E seçeneğinde verilen kişi-çevre uyumu, Holland yaklaşımına aittir.

Cevap: A

4. **Ginzberg ve arkadaşlarının Mesleki Gelişim Kuramı'na** göre kariyer gelişimi üç temel evrede incelenir:

- **Hayal dönemi (5-11 yaş):** Çocuk meslekleri oyun ve hayal yoluyla dener, seçimler gerçeklikten bağımsızdır.
- **Geçici seçim dönemi (11-17 yaş):** Bu dönem kendi içinde
- **İlgi (11-12 yaş):** Hoşlanılan etkinliklere göre seçim yapılır.
- **Yetenek (13-14 yaş):** Birey kendi yapabilirliğini ve kapasitesini değerlendirmeye başlar.
- **Değer (15-16 yaş):** Mesleklerin sağladığı olanaklar ve yaşam koşulları dikkate alınır.
- **Geçiş (17 yaş):** Daha gerçekçi ve somut değerlendirmeler yapılır.
- **Gerçekçi dönem (17-23 yaş):** Araştırma, bilirlaşma ve belirleme basamaklarında seçenekler daraltılır ve karar netleşir.

Filiz; çocuklukta öğretmenliğe ilgi duymakta, ancak ortaokul döneminde **topluluk önünde konuşma ve anlatım becerilerinde zorlandığını fark ederek bu meslekten vazgeçmektedir**. Bu durum, bireyin kendi kapasitesini değerlendirmesiyle ilgilidir ve **yetenek basamağına** karşılık gelir. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen ilgi, başlangıçta vardır ve devam etmektedir.

C seçeneğinde verilen keşfetme, gerçekçi döneme aittir.

D seçeneğinde verilen belirleme, daha ileri aşamadır.

E seçeneğinde verilen değer, mesleğin getirileriyle ilgilidir.

Cevap: B

5. **Holland'ın Mesleki Kişilik Tipleri Kuramı'na** göre bireylerin meslek tercihleri, kişilik özellikleri ile yakından ilişkilidir. Kuramın temel varsayımları şunlardır:

- İnsanlar **altı temel kişilik tipi** (gerçekçi, araştırmacı, sanatsal, sosyal, girişimci, geleneksel) ile açıklanabilir.
- Meslekler ve çalışma ortamları da bu tiplere göre **sınıflandırılabilir**.
- Bireyler, **kendi kişiliklerine uygun çevreleri seçme eğilimindedir**.
- **Kişi-çevre uyumu arttıkça** iş doyumu, başarı ve meslekte kalma süresi artar.

Bu bilgiler doğrultusunda seçenekler değerlendirilir:

A seçeneği doğrudur, bireylerin tiplerle açıklanması kuramın temelidir.

B seçeneği doğrudur, mesleki çevreler de tipolojik olarak sınıflandırılır.

C seçeneği doğrudur, uyum arttıkça doyum ve süreklilik artar.

D seçeneği doğrudur, bireyler uygun çevreleri seçmeye yönelir.

E seçeneği yanlıştır, çünkü bu ifade psikanalitik yaklaşıma aittir ve Holland kuramının varsayımları arasında yer almaz.

Cevap: E

6. **Super'in Yaşam Boyu-Yaşam Alanı Kuramı'na** göre kariyer gelişimi beş temel evrede incelenir: büyüme (0-14 yaş), araştırma (14-24 yaş), yerleşme (25-44 yaş), koruma (45-64 yaş) ve **çöküş (65+ yaş)**. Çöküş döneminde bireyin **fiziksel ve zihinsel kapasitesinde azalma** görülür, iş temposu düşer ve birey meslek yaşamından kademeli olarak çekilmeye başlar. Bu dönem kendi içinde **yavaşlama (65-70 yaş)** ve **tam emeklilik (71+ yaş)** basamaklarını içerir.

Reşat; **68 yaşında olup çalışma temposunu düşürmekte, sorumluluklarını azaltmakta ve meslek yaşamından çekilmeye hazırlanmaktadır**. Bu özellikler **çöküş döneminin özellikle yavaşlama basamağına** karşılık gelir. Bu nedenle cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen koruma dönemi (45-64 yaş), mevcut konumu sürdürmeye yöneliktir.

B seçeneğinde verilen yerleşme dönemi (25-44 yaş), meslekte kalıcılık ve ilerleme sürecidir.

C seçeneğinde verilen araştırma dönemi (14-24 yaş), meslekleri deneme sürecidir.

E seçeneğinde verilen büyüme dönemi (0-14 yaş), çocuklukta farkındalık sürecidir.

Cevap: D

7. **Myers-Briggs tip göstergesine** göre bireyler dört temel boyutta değerlendirilir ve her boyut bir kişilik tercihi karşılık gelir:

- **Dışa dönük - İçe dönük**: Enerjinin dış dünyaya (insanlar, etkileşim) ya da iç dünyaya yönelmesi
- **Duyusal - Sezgisel**: Bilginin somut gerçeklere mi yoksa olasılıklar ve anlamlara mı dayalı işlendiği
- **Düşünce odaklı - Duygu odaklı**: Kararların mantık ve nesnellik mi yoksa değerler ve duygular temelinde mi verildiği
- **Yargılayıcı - Algılayıcı**: Yaşamın planlı ve yapılandırılmış mı yoksa esnek ve seçeneklere açık mı sürdürüldüğü

Selma Hanım; **insanlarla sürekli iletişim hâlinde olmayı tercih etmesi** ile dışa dönük, olayların arkasındaki anlamları ve geleceğe yönelik olasılıkları düşünmesi ile sezgisel, **karar verirken mantıksal ve nesnel ölçütleri kullanması** ile düşünce odaklı ve **kesin planlar yapmak yerine seçenekleri açık bırakmayı tercih etmesi** ile algılayıcı özellik göstermektedir. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen içe dönüklük ve duygu odaklılık, verilen özelliklerle örtüşmez.

B seçeneğinde verilen duyumsal ve yargılayıcı özellikler, somutluk ve planlılık vurgusu içerir; uygun değildir.

C seçeneğinde verilen içe dönüklük ve duyumsal yapı, soruya aykırıdır.

D seçeneğinde verilen duygu odaklılık ve yargılayıcılık, mantık ve esneklik vurgusuyla çelişir.

Cevap: E

8. **Parsons'ın Özellik-Faktör Kuramı'na** göre meslek seçimi; bireyin özellikleri ile mesleklerin gerekliliklerinin **akılcı biçimde eşleştirilmesine** dayanır. Bu kuramda uygun eşleşme sağlandığında bireyin meslekte **başarılı, doyumlu ve uzun süreli** kalması beklenir. Yani doğru meslek seçimi, **istikrarlı bir kariyer** ile sonuçlanır.

Soruda danışanın verdiği mesleki kararı **uzun süre korumasının beklenmesi**, doğrudan uygun eşleşmenin mesleki doyum ve süreklilik sağlayacağı varsayımına dayanır. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen çevreyle etkileşim içinde değişim, daha çok gelişimsel ve çağdaş yaklaşımlara aittir.

C seçeneğinde verilen gelişimsel süreç vurgusu, Super ve Ginzberg kuramlarıyla ilişkilidir.

D seçeneğinde verilen yaşam rollerine göre yeniden düzenleme, Super'in yaklaşımıdır.

E seçeneğinde verilen kimliğin sürekli dönüşmesi, yapılandırmacı yaklaşımlarla ilgilidir.

Cevap: B

9. Brown'un **Değer Temelli Kariyer Yaklaşımı'na** göre kariyer danışmanlığının temel amacı, bireyin **değerlerini belirlemesi ve bu değerlere uygun mesleki seçimler yapmasıdır**. Bu kuramda mesleki doyum ve yaşam doyumuna, bireyin yaptığı işin kendi değerleriyle ne kadar örtüştüğüne bağlıdır.

Bu nedenle kariyer danışmanlığında en kritik amaç, bireyin **değerleriyle uyumlu kariyer kararları geliştirmesini sağlamak ve böylece yaşam doyumunu artırmaktır**. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen ilgi ölçümü, daha çok özellik-faktör yaklaşımıyla ilişkilidir.

C seçeneğinde verilen zekâ düzeyi eşleştirilmesi, indirgemeci bir yaklaşımdır.

D seçeneğinde verilen kişilik-çevre uyumu, Holland kuramına aittir.

E seçeneğinde verilen tesadüfi öğrenme, Krumboltz yaklaşımıyla ilişkilidir.

Cevap: A

10. **E seçeneğinde verilen yetenek tanımı yanlış**, çünkü yetenek yalnızca eğitim ve yaşantılar yoluyla edinilen beceriler değildir; doğuştan gelen kapasiteyi ifade eder ve sonradan geliştirilebilir. Verilen ifade aslında "beceri" kavramına karşılık gelmektedir.

A seçeneğinde verilen mesleki olgunluk, bireyin gelişim dönemine uygun mesleki görevleri yerine getirebilmesi ve gerçekçi kararlar alabilmesini ifade eder; bu açıklama doğrudur.

B seçeneğinde verilen mesleki değerler, bireyin meslekten beklentilerini ve seçim yaparken hangi ölçütleri önemseydiğini ifade eder; bu açıklama doğrudur.

C seçeneğinde verilen mesleki öz-yeterlik, bireyin belirli mesleki görevleri başarıyla yapabileceğine ilişkin inancını ifade eder; bu açıklama doğrudur.

D seçeneğinde verilen ilgi, bireyin belirli etkinliklere yönelme ve bu etkinliklerden haz alma eğilimini ifade eder; bu açıklama doğrudur.

Cevap: E

11. **Super'in Yaşam Boyu-Yaşam Alanı Kuramı'na** göre kariyer gelişimi evreler ve alt basamaklar hâlinde ilerler. **Araştırma evresi (14-24 yaş)** içinde yer alan **deneme (billurlaşma) basamağı (14-18 yaş)**, bireyin ilgi, yetenek, değer ve beklentilerini dikkate alarak **farklı meslek seçeneklerini denediği, sık sık fikir değiştirdiği ve henüz kesin karar vermediği** aşamadır.

İklim; **farklı meslekler arasında gidip gelmekte, seçimlerini hayal düzeyinde değerlendirmekte ve ilgi-yetenek-değerlerini denemektedir.** Bu özellikler doğrudan **deneme basamağına** karşılık gelir. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen ilgi basamağı, büyüme dönemine (11-12 yaş) aittir.

C seçeneğinde verilen geçiş dönemi, daha gerçekçi ve belirgin seçimlerin yapıldığı aşamadır.

D seçeneğinde verilen sınav dönemi, seçilen alanın uygulamada test edildiği aşamadır.

E seçeneğinde verilen yerleşme dönemi, yetişkinlikte meslekte kalıcılığın sağlandığı evredir.

Cevap: B

12. **Dawis ve Lofquist'in geliştirdiği İş-Uyum Kuramı'na** göre birey-çevre ilişkisi **statik ve tek seferlik bir eşleşme değil,** dinamik ve karşılıklı bir süreçtir. Birey iş ortamına uyum sağlamaya çalışırken, çevre de bireyin ihtiyaçlarına yanıt verir; bu nedenle uyum **zaman içinde sürekli yeniden kurulur ve sürdürülür.**

Bu bağlamda doğru ifade, uyumun **süreklilik gösteren bir etkileşim süreci** olduğunu vurgulayan seçenektir. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen tek seferlik eşleşme, kurama aykırıdır.

B seçeneğinde verilen çocukluk yaşantıları, psikanalitik yaklaşımla ilgilidir.

D seçeneğinde verilen gelişim dönemleri, gelişimsel kuramlara aittir.

E seçeneğinde verilen kişilik tipleri, Holland yaklaşımıyla ilişkilidir.

Cevap: C

13. **Holland'ın Tipoloji Kuramı'na** göre bireylerin meslek tercihleri kişilik özellikleriyle ilişkilidir ve altı temel tipten biriyle açıklanır.

Öğrenci; **kendini kelimeler, çizim ve müzikle ifade etme ihtiyacı duyması, estetik duyarlılığının yüksek olması, katı kurallardan hoşlanmaması ve özgür ortamlarda daha üretken olması** özellikleriyle **sanatsal tipe** karşılık gelir. Sanatsal tipler; yaratıcılık, özgürlük ve kendini ifade etme ihtiyacı yüksek bireylerdir. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen sosyal tip, insanlara yardım etme ve etkileşim odaklıdır.

C seçeneğinde verilen gelenekçi tip, düzenli, kuralcı ve yapılandırılmış ortamlara yönelir.

D seçeneğinde verilen araştırmacı tip, analitik ve bilimsel çalışmalara odaklanır.

E seçeneğinde verilen gerçekçi tip, somut ve fiziksel etkinlikleri tercih eder.

Cevap: B

14. **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na** göre öz yeterlik (mesleki yetkinlik) üç boyutta ele alınır:

- **Düzey:** Bireyin başarabileceğine inandığı işin **zorluk derecesi**
- **Güç:** Zorluklara rağmen bu inancı **sürdürme ve devam ettirme**
- **Genellik:** Bu yeterlik algısının **farklı alanlara genellenebilmesi**

Verilen ifadeler incelendiğinde:

- Zor ve karmaşık görevleri yapabileceğini söylemesi → **düzey**
- Zorlanmalara rağmen inancını sürdürmesi → **güç**
- Bu yeterliğin farklı alanlara da geçerli olacağını düşünmesi → **genellik** kavramlarına karşılık gelir.

Bu nedenle sıralama **Düzey - Güç - Genellik** ve cevap **A seçeneğidir.**

Cevap: A

15. **İş-Uyum Kuramı'na** göre iş uyumu iki temel boyutla açıklanır:

- **Uygunluk (tatmin edicilik):** Bireyin becerilerinin işin gerekliliklerini karşılaması
- **Doyum:** İş ortamının bireyin ihtiyaç ve değerlerini karşılaması

Soruda Derya Hanım'ın **görevleri başarıyla yerine getirdiği** belirtilmiştir; bu durum **uygunluğun yüksek** olduğunu gösterir. Ancak **iş ortamının esneklik ve yaratıcılık gibi değerlerini karşılamaması, doyumun düşük** olduğunu ifade eder. Bu durumda genel uyum (uyuşma) tam olarak sağlanmış değildir. Bu nedenle ulaşılamayacak yargı, **uyuşmanın yüksek olduğu** ifadesidir. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen becerilere sahip olma, sorudan çıkarılabilir.

C seçeneğinde verilen doyumun sınırlı olması, doğrudan çıkarılabilir.

D seçeneğinde verilen değerlerin karşılanmaması, soruda açıkça belirtilmiştir.

E seçeneğinde verilen performansın yeterli olması, uygunluk boyutuyla ilişkilidir ve çıkarılabilir.

Cevap: B

1. **E seçeneğinde verilen "çocukların meslek seçimlerine yönelik kesin ve kalıcı kararlar almalarını sağlamak" ifadesi yanlıştır, çünkü okul öncesi ve ilkokul döneminde kariyer gelişimi farkındalık ve keşfetme düzeyindedir; bu yaşlarda kesin meslek kararı beklenmez. Bu nedenle cevap E seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen meslekleri tanıma, çocuklarda meslek farkındalığı oluşturmayı ifade eder; bu açıklama doğrudur.

B seçeneğinde verilen ilgi alanlarını tanıma ve ifade etme, benlik farkındalığını geliştirmeye yöneliktir; bu açıklama doğrudur.

C seçeneğinde verilen çalışma yaşamına yönelik olumlu tutum geliştirme, erken kariyer eğitiminin önemli bir amacıdır; bu açıklama doğrudur.

D seçeneğinde verilen güçlü yönleri fark etme, çocukların kendini tanıma sürecine katkı sağlar; bu açıklama doğrudur.

Cevap: E

2. **İş-Uyum Kuramı'na göre bireyin işten doyumunun yüksek olması** (ihtiyaç ve değerlerin karşılanması) ve **işveren tarafından performansının yeterli bulunması** (uygunluk/tatmin edicilik) birlikte sağlandığında, birey ile iş arasındaki uyum güçlüdür. Bu durumda bireyin işine bağlılığı artar ve işte kalma eğilimi güçlenir.

Bu nedenle **meslekte kalma süresinin uzaması** en güçlü sonuçtur. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen mesleki kimliğin yeniden yapılandırılması, bu durumun doğrudan sonucu değildir.

B seçeneğinde verilen meslek değişikliği, uyum düşük olduğunda beklenir.

D seçeneğinde verilen stil değişkenleri, bu bağlamda belirleyici değildir.

E seçeneğinde verilen ilgi değişimi, kuramın temel sonucu değildir.

Cevap: C

3. **C seçeneğinde verilen "bireysel özelliklerle mesleki gereklilikler arasında nesnel bir uyum kurulabilir" ifadesi doğrudur.** Özellik-Faktör Kuramı'na göre meslek seçimi; bireyin ilgi, yetenek ve değerleri ile mesleklerin gerektirdiği niteliklerin **akılcı ve nesnel biçimde eşleştirilmesine** dayanır. Soruda da danışmanın bu tür bir eşleştirme yapmaya çalıştığı belirtilmiştir. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen yaşam rollerinden bağımsızlık, kuramın temel varsayımlarından biri değildir; bu açıklama yanlıştır.

B seçeneğinde verilen öznel anlamlandırma, yapılandırmacı yaklaşımlara aittir; bu açıklama yanlıştır.

D seçeneğinde verilen sürekli değişim vurgusu, gelişimsel kuramlarla ilişkilidir; bu açıklama yanlıştır.

E seçeneğinde verilen çevresel bağlama göre yeniden yapılandırma, çağdaş yaklaşımlarla ilgilidir; bu açıklama yanlıştır.

Cevap: C

4. **Brown'un Değer Temelli Kariyer Yaklaşımı'na göre değerler**, bireyin yaşamı boyunca **aile, kültür ve sosyal çevreyle etkileşimi** sonucunda şekillenir; yani sabit ve tek kaynağa bağlı değildir, sosyal öğrenmelerle gelişir.

Bu nedenle **D seçeneğinde verilen "değerlerin kültür, aile ve sosyal çevre etkileşimiyle şekillendiği" ifadesi doğru cevaptır.**

A seçeneğinde verilen değerlerin doğuştan ve değişmez olduğu, kurama aykırıdır; bu açıklama yanlıştır.

B seçeneğinde verilen yalnızca bireysel ilgilerden türeme, değerlerin çok boyutlu yapısını göz ardı eder; bu açıklama yanlıştır.

C seçeneğinde verilen yalnızca ekonomik koşullara bağlılık, indirgemeci bir yaklaşımdır; bu açıklama yanlıştır.

E seçeneğinde verilen yalnızca mesleki başarı yaşantılarıyla oluşma, değerlerin sosyal kökenini göz ardı eder; bu açıklama yanlıştır.

Cevap: D

5. Eren'in çocuklukta ailesinin sıcak ve destekleyici tutum sergilemesi, bunun da insanlara yardım etmeye dayalı mesleklere yönelmesine etki etmesi, erken dönem yaşantılar ile meslek seçimi arasında doğrudan bir ilişki kurulduğunu gösterir. Bu durum, meslek tercihinin **çocuklukta karşılanan ihtiyaçlar ve ebeveyn tutumlarıyla şekillendiğini** vurgular.

Roe'nun **İhtiyaç Kuramı**'na göre bireyin çocukluk döneminde yaşadığı aile ilişkileri ve ihtiyaçlarının karşılanma biçimi, ileride seçeceği meslek alanını belirler. Özellikle **sıcak ve kabul edici aile ortamı**, bireyin insanlarla çalışmaya ve sosyal mesleklere yönelmesini destekler. Bu nedenle cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Holland kuramı, kişilik-çevre uyumuna odaklanır.

C seçeneğinde verilen Ginzberg kuramı, gelişimsel evreleri açıklar.

D seçeneğinde verilen Super kuramı, yaşam boyu kariyer gelişimini ele alır.

E seçeneğinde verilen Gottfredson kuramı, mesleklerin daraltılması ve uzlaşma sürecine odaklanır.

Cevap: B

6. Savickas'ın **Kariyer Yapılandırma Kuramı**'na göre kariyer seçimi, yalnızca bir meslek tercihinin ibaret değildir; bireyin **yaşam öyküsünü, kimliğini ve hayatına yüklediği anlamı kullanarak kariyerini yapılandırması** sürecidir. Bu yaklaşımda birey, geçmiş yaşantılarındaki tekrar eden temaları anlamlandırır ve bunları gelecekteki yaşam rolüne dönüştürür.

Soruda danışmanın **danışanın yaşamındaki temaları ortaya çıkarması, kimliğini ve yaşam anlamını kariyerle ilişkilendirmesi ve kariyeri bir "yaşam rolü oluşturma" süreci olarak ele alması**, doğrudan bu varsayımı yansıtır. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kişi-çevre uyumu, Holland kuramına aittir.

B seçeneğinde verilen bilinçdışı çatışmalar, psikanalitik yaklaşımla ilişkilidir.

C seçeneğinde verilen prestij vurgusu, kuramın temelinde yer almaz.

D seçeneğinde verilen tesadüfi öğrenme, Krumboltz yaklaşımıyla ilgilidir.

Cevap: E

7. **Tiedeman ve O'Hara** kuramında kariyer karar süreci iki ana döneme ayrılır. **Bekleme ve hazırlık döneminin ilk basamağı olan "araştırma"**, bireyin farklı meslek seçeneklerini geniş biçimde incelemesi, alternatifleri değerlendirmesi ve henüz net bir karar vermemesiyle karakterizedir.

Beril'in **farklı alanları araştırması, seçenekleri değerlendirmesi ve henüz kesin bir yönelim belirlememesi**, doğrudan bu aşamaya karşılık gelir. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen bütünleştirme, uygulama ve uyum dönemine aittir.

B seçeneğinde verilen yeniden düzenleme, uyum sürecinde ortaya çıkar.

C seçeneğinde verilen seçim, alternatifler arasından karar verme aşamasıdır.

D seçeneğinde verilen açıklık, seçimin netleştirilmesini ifade eder.

Cevap: E

8. **Dawis ve Lofquist'in** geliştirdiği **İş-Uyum Kuramı**'na göre birey ile iş ortamı arasındaki ilişki iki temel boyutta ele alınır: **uygunluk (tatmin edicilik) ve doyum**. Uygunluk, bireyin becerilerinin işin gerekliliklerini karşılamasını; doyum ise iş ortamının bireyin ihtiyaç ve değerlerini karşılamasını ifade eder. Bu iki boyut birlikte ele alındığında bireyin işte kalma süresi ve genel uyumu belirlenir.

Kemal Bey'in durumunda **maddi güvence ve takdir edilme gibi ihtiyaçlarının karşılandığı ve genel olarak işinden hoşnut olduğu** görülmektedir. Bu durum, işin onun değer ve ihtiyaçlarını karşıladığını yani **doyumunun yüksek olduğunu** gösterir. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen beceriler ve yetenekler, bireyin işin gerekliliklerini karşılamasıyla ilgilidir; burada temel vurgu bu değildir, bu açıklama yanlıştır.

B seçeneğinde verilen stil değişkenleri, bireyin çalışma tarzı ve tepkileriyle ilgilidir; bu durumla doğrudan ilişkili değildir, bu açıklama yanlıştır.

D seçeneğinde verilen uyuşma (benzeşme), genel birey-çevre uyumunu ifade eder; ancak soruda özellikle ihtiyaçların karşılanması vurgulanmıştır, bu açıklama yanlıştır.

E seçeneğinde verilen meslekte kalma süresi, doyum ve uygunluğun bir sonucu olabilir; doğrudan açıklayıcı kavram değildir, bu açıklama yanlıştır.

Cevap: C

9. **Brown'un Değer Temelli Kariyer Yaklaşımı'na** göre kariyer seçimleri büyük ölçüde bireyin **değer sistemiyle** ilişkilidir. Değerler; kültür, aile ve sosyal çevre etkileşimiyle şekillenir ve bireyin yaptığı işten aldığı doyum ile başarısını doğrudan etkiler. Birey, değerleriyle uyumlu meslekler seçtiğinde iş doyumunu artır.

Bu bağlamda **kişilik tipine uygun çevreyi bulmayı temel alan açıklama Brown'a değil, Holland kuramına aittir.** Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen değer-kariyer ilişkisi, kuramın temel varsayımlarındandır; bu açıklama doğrudur.

B seçeneğinde verilen değerlerin doyum ve başarı üzerindeki etkisi, kuramla uyumludur; bu açıklama doğrudur.

C seçeneğinde verilen değerlerin sosyal ve kültürel etkilerle şekillenmesi, kuramın önemli bir yönüdür; bu açıklama doğrudur.

E seçeneğinde verilen değer-uyum-doyum ilişkisi, kuramın temel vurgularındandır; bu açıklama doğrudur.

Cevap: D

10. **Brott'un Öyküsel Kariyer Danışmanlığı Yaklaşımı'na** göre kariyer seçimi, bireyin yaşam öyküsünde yer alan deneyimlerin, tekrar eden temaların ve bu deneyimlere yüklediği anlamların yapılandırılmasıyla açıklanır. Bu yaklaşımda danışman, bireyin geçmiş yaşantılarını, kimliğini ve yaşamına yüklediği anlamları keşfederek kariyer kararını birlikte inşa eder.

Eylem'in durumunda danışmanın **çocukluk yaşantılarını, aile etkisini, geçmiş deneyimleri incelemesi,** ayrıca **"kendini kanıtlama" ve "değersizlik korkusu"** gibi tekrar eden temaları ortaya çıkararak bunları kariyer seçimiyle ilişkilendirmesi, doğrudan öyküsel yaklaşımı yansıtır. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen Sosyal Bilişsel Kuram, öz yeterlik ve sonuç beklentisine odaklanır; bu açıklama yanlıştır.

B seçeneğinde verilen Holland yaklaşımı, kişilik-çevre uyumuna dayanır; bu açıklama yanlıştır.

D seçeneğinde verilen Özellik-Faktör yaklaşımı, birey-meslek eşleştirmesine odaklanır; bu açıklama yanlıştır.

E seçeneğinde verilen Krumboltz yaklaşımı, öğrenme yaşantılarına ve tesadüflere vurgu yapar; bu açıklama yanlıştır.

Cevap: C

11. **Holland'ın Mesleki Kişilik Tipleri Kuramı'na** göre bireyler, kişilik özelliklerine uygun mesleki çevrelerde çalıştıklarında daha fazla doyum ve uyum yaşarlar. Kuramın temelinde **kişi-çevre uyumu** vardır; uyum düşük olduğunda ise birey **doyumsuzluk, isteksizlik ve psikolojik gerilim** yaşayabilir.

Zehra; **insanlarla iletişim kurmayı seven, destek olmayı önemseyen ve akran danışmanlığında kendini anlamlı hisseden** özellikleriyle **sosyal tipe** yakinken, çalıştığı banka ortamı **düzenli, kuralcı ve evrak odaklı** yapısıyla daha çok **gelenekçi tipe** karşılık gelmektedir. Bu durum, Zehra'nın kişilik tipi ile bulunduğu iş çevresi arasında uyumsuzluk olduğunu gösterir. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir.**

B seçeneğinde verilen ayrışma düzeyi, tiplerin netliğiyle ilgilidir; burada sorun bu değildir.

C seçeneğinde verilen mesleki kimlik gelişiminin tamamlanması, bu durumla ilişkili değildir.

D seçeneğinde verilen çevresel tutarlılık, uyumun yüksek olduğu durumları ifade eder; burada tersidir.

E seçeneğinde verilen tip değişimi, kuramda bu şekilde ele alınmaz; bu açıklama yanlıştır.

Cevap: A

12. **Parsons'ın Özellik-Faktör Kuramı'na** göre meslek seçimi; bireyin **ilgi, yetenek ve değerlerinin ölçülmesi**, mesleklerin gerektirdiği özelliklerin belirlenmesi ve bu iki yapının **akılcı biçimde eşleştirilmesine** dayanır. Kuramda bilinçli karar verme ve nesnel değerlendirme esastır.

Bu bağlamda **meslek seçiminin bilinçdışı çatışmalar ve erken çocukluk yaşantılarıyla açıklanması**, Özellik-Faktör yaklaşımına ait değildir; bu ifade psikanalitik yaklaşıma aittir. Bu nedenle cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen mesleklerin farklı özellikler gerektirmesi, kuramın temel kabullerinden; bu açıklama doğrudur.

B seçeneğinde verilen bireysel özelliklerin ölçülebilir olması, kuramın önemli bir varsayımdır; bu açıklama doğrudur.

C seçeneğinde verilen kendini tanıma gerekliliği, sürecin temel adımlarındandır; bu açıklama doğrudur.

E seçeneğinde verilen uygunluk-doyum ilişkisi, kuramın ana ilkesidir; bu açıklama doğrudur.

Cevap: D

13. **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na** göre performans; bireyin ortaya koyduğu **gerçek davranışlar ve elde ettiği somut sonuçları** ifade eder. Bu, hedef ya da beklenti değil, doğrudan **gerçekleşmiş çıktılar ve gözlemlenen başarı düzeyidir**.

Burak Bey'in öğrencilerin becerilerinde artış gözlemlemesi, hedeflenen kazanımlara ulaşılması ve projenin olumlu sonuçlanması gibi ifadeleri, yapılan işin **gerçek sonuçlarını ve başarı düzeyini** yansıtmaktadır. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen seçim hedefi, daha genel ve geleceğe yönelik tercihlerdir; bu açıklama yanlıştır.

B seçeneğinde verilen performans hedefi, ulaşılacak istenen düzeyi ifade eder; burada gerçekleşmiş sonuç vardır, bu açıklama yanlıştır.

C seçeneğinde verilen öz-yeterlik, yapabilme inancıdır; burada sonuç değerlendirmesi vardır, bu açıklama yanlıştır.

D seçeneğinde verilen sonuç beklentisi, davranış sonrası beklenen durumdur; burada gerçekleşmiş sonuç anlatılmaktadır, bu açıklama yanlıştır.

Cevap: E

14. Savickas ve öyküsel yaklaşımlara göre kariyer danışmanlığında temel amaç, bireyin yaşam öyküsündeki deneyimlere yüklediği anlamları ortaya çıkararak bu öyküyü **daha işlevsel bir biçimde yeniden yapılandırmaktır**. Bu süreçte tekrar eden temalar (örneğin kaçınma, güvenlik arayışı) fark edilir ve bireyin geleceğe yönelik kariyer hikâyesi yeniden yazılır.

Mehmet'in durumunda danışman, **geçmiş deneyimleri sadece başarı açısından değil anlam açısından ele almakta**, ardından **"kaçınma" ve "güvende kalma" temalarını fark ederek kariyer hikâyesini yeniden oluşturmaya yardımcı olmaktadır**. Bu doğrudan kariyer öyküsünün yeniden yapılandırılması sürecidir. Bu nedenle cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen kişilik-meslek eşleştirmesi, Holland yaklaşımına aittir; bu açıklama yanlıştır.

C seçeneğinde verilen model alma ile öz yeterlik artırma, sosyal bilişsel kuramla ilgilidir; bu açıklama yanlıştır.

D seçeneğinde verilen gelişim basamakları, Super yaklaşımına aittir; bu açıklama yanlıştır.

E seçeneğinde verilen değer sıralama, Brown yaklaşımıyla ilişkilidir; bu açıklama yanlıştır.

Cevap: A

15. **Myers-Briggs tip göstergesine** göre **dışadönüklük**, bireyin enerjisini dış dünyadan, özellikle **insanlarla etkileşimden** almasını ifade eder. Dışadönük bireyler sosyal ortamlarda daha enerjik hisseder, düşüncelerini paylaşarak netleştirir ve yalnız kaldıklarında motivasyonları düşebilir.

Tekin'in **grup çalışmalarında daha enerjik hissetmesi, insanlarla etkileşimden hoşlanması ve yalnız çalıştığında motivasyonunun düşmesi**, doğrudan dışadönüklük özelliğini yansıtır. Bu nedenle cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen içedönüklük, bireyin enerjisini iç dünyasından almasıdır; bu açıklama yanlıştır.

B seçeneğinde verilen sezgisellik, bilginin soyut ve olasılıklara dayalı işlenmesiyle ilgilidir; bu açıklama yanlıştır.

C seçeneğinde verilen algılayıcılık, esneklik ve açıklıkla ilgilidir; bu açıklama yanlıştır.

E seçeneğinde verilen yargılayıcılık, planlı ve düzenli olmayı ifade eder; bu açıklama yanlıştır.

Cevap: D

1. **Bilgi İşleme Kuramı'na** göre kariyer seçimi, bireyin **problem çözme ve karar verme süreci** olarak ele alınır. Bu süreçte birey, kendisi ve meslekler hakkında **doğru bilgi toplar**, bu bilgileri **sistematik biçimde analiz edip değerlendirir** ve kararını yapılandırır.

Bu doğrultuda:

- I. **Öncül**, seçeneklerin sistematik değerlendirilmesini vurguladığı için **doğrudur**.
- II. **Öncül**, bireyin kendisi ve meslekler hakkında doğru bilgiye ulaşmasının gerekliliğini ifade ettiği için **doğrudur**.
- III. **Öncül**, bilinçdışı güdüler ve çocukluk yaşantılarına vurgu yaptığı için psikanalitik yaklaşıma aittir ve **yanlıştır**.

Cevap: C

2. Parçada, **toplumsal cinsiyet rollerinin bireylerin meslek algılarını erken yaşlardan itibaren şekillendirdiği ve bazı mesleklerin "kadına" ya da "erkeğe" uygun görülerek seçeneklerin daraltıldığı** ifade edilmektedir.

Bu durum, **Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaşma Kuramı'nın** öngörülerıyla örtüşür. Kurama göre bireyler, çocukluk döneminden itibaren meslekleri **toplumsal cinsiyet rolleri ve statü algılarına göre daraltır** ve bazı meslekleri erken yaşta seçenek dışı bırakır. Bu nedenle cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Roe'nun İhtiyaç Kuramı, aile yaşantıları ve ihtiyaçların meslek seçimine etkisini açıklar; ancak öncülde vurgulanan toplumsal cinsiyet temelli daraltma sürecini açıklamaz.

B seçeneğinde verilen Parsons'ın Özellik-Faktör Kuramı, birey ile meslek özelliklerinin eşleştirilmesine odaklanır; öncülde belirtilen toplumsal etkilerle erken daraltma süreciyle örtüşmez.

C seçeneğinde verilen Holland'ın Tipoloji Kuramı, kişilik-çevre uyumunu temel alır; öncülde yer alan toplumsal cinsiyet rolleriyle seçenek daraltma sürecini açıklamaz.

D seçeneğinde verilen Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı, öz yeterlik ve çevresel etkileri ele alır; ancak öncülde vurgulanan erken yaşta toplumsal rollere bağlı daraltma mekanizmasıyla doğrudan örtüşmez.

Cevap: E

3. Parçada, **kültürel normlar, ekonomik dalgalanmalar ve politik kararlar gibi bireyin kontrolü dışında olan faktörlerin iş bulma olanaklarını etkilediği** vurgulanmaktadır. Ayrıca danışman, bireysel çabanın önemli olduğunu kabul etmekle birlikte, **kariyer gelişiminin yalnızca bireyin iradesiyle açıklanamayacağını** özellikle belirtmektedir.

Bu durum, kariyer gelişiminin **çok katmanlı çevresel sistemlerden etkilendiğini** savunan yaklaşımla örtüşür. Bireyin içinde bulunduğu sosyal, ekonomik ve politik bağlam; fırsatları, seçenekleri ve karar süreçlerini doğrudan etkiler. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen yalnızca bireysel irade vurgusu, parçada açıkça belirtilen çevresel sınırlayıcılarla çelişir.

B seçeneğinde verilen çevreden bağımsızlık, kültürel ve ekonomik etkilerin vurgulanmasıyla örtüşmez.

D seçeneğinde verilen doğuştan yeteneklerle sınırlılık, çevresel koşulların etkisini açıklamaz.

E seçeneğinde verilen yalnızca okul başarısı, kariyer gelişiminin çok boyutlu yapısını göz ardı eder.

Cevap: C

4. **Super'in Yaşam Boyu - Yaşam Alanı Kuramı'na** göre benlik kavramı iki şekilde ele alınır: **mesleki benlik (öznel)** ve **mesleki kimlik (daha nesnel)**. Mesleki kimlik; bireyin **yetenekleri, ilgileri ve değerlerine ilişkin daha gözlenebilir, dış kaynaklarla da doğrulanabilir özelliklerinin toplamıdır** ve bu özelliklerin mesleki rollerle ne ölçüde örtüş-tüğünü gösterir.

Soruda özellikle **"görece nesnel ve gözlenebilir değerlendirmeler"** vurgulanmakta ve bu değerlendirmelerin mesleki rollerle uyumu ele alınmaktadır. Bu ifade doğrudan **mesleki kimlik** kavramına karşılık gelir. Bu nedenle cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kariyer olgunluğu, bireyin bulunduğu gelişim dönemine uygun mesleki görevleri yerine getirmeye hazır olma düzeyini ifade eder.

B seçeneğinde verilen benlik tasarımı, bireyin kendisine ilişkin algıları, yani "ben kimim?" sorusuna verdiği öznel yanıtları kapsar.

D seçeneğinde verilen kariyer örüntüleri, bireyin kariyer yaşamı boyunca yaptığı işler, bu işlerde kalma süresi ve ulaştığı düzeylerin oluşturduğu genel kariyer desenini ifade eder.

E seçeneğinde verilen kalıp yargılar, toplumda belirli meslekler veya gruplar hakkında oluşmuş genelleştirilmiş ve çoğu zaman basitleştirilmiş inançları ifade eder.

Cevap: C

5. Meslek seçimini etkileyen faktörler arasında bireyin **yetenekleri, yetkinlik beklentisi (başarabileceklerine dair inanç), değerleri, statü algısı ve kişisel beklentileri** yer alır. Soruda Can Bey'in ifadeleri incelendiğinde; "kendimi geliştirebileceğim, zorlayıcı görevler" ve "sorumluluk alabileceğim, karar verebileceğim pozisyon" vurguları **yetkinlik beklentisi ve kişisel beklentilere**, "mesleğimin toplumda saygın bir yere sahip olması" ifadesi ise **statü algısına** işaret etmektedir. Ayrıca bu tercihler dolaylı olarak **değerlerini** de yansıtır. Ancak Can Bey'in açıklamalarında kendi **yeteneklerine (ne yapabildiğine)** dair doğrudan bir ifade bulunmamaktadır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen yetkinlik beklentisi, bireyin belirli bir işi başarabileceğine dair inancını ifade eder ve "kendimi geliştirebileceğim, zorlayıcı görevlerle karşılaşabileceğim", "sorumluluk alabileceğim, karar verebileceğim bir pozisyonda çalışmak" ifadelerinde açıkça görülmektedir.

C seçeneğinde verilen değerler, bireyin yaşamda neyi önemli bulduğunu ifade eder; saygınlık ve gelişim isteği bu kapsamda değerlendirilir.

D seçeneğinde verilen statü algısı, mesleğin toplumdaki saygınlığına verilen önemi ifade eder ve soruda açıkça yer almaktadır.

E seçeneğinde verilen kişisel beklentiler, bireyin işten ne elde etmek istediğiyle ilgilidir; gelişim, sorumluluk ve karar verme isteği bu kapsamda değerlendirilir.

Cevap: A

6. **Schlossberg, Waters ve Goodman'ın Geçiş Kuramı'na** göre bireyin geçiş sürecine uyumu; yalnızca olayın kendisine değil, bireyin bu geçişi **nasıl algıladığı ve anlamlandığına** bağlıdır. Soruda danışmanın; geçişin danışan için ne ifade ettiğini, beklenen mi beklenmeyen mi olduğunu ve kontrol edilebilir algılanıp algılanmadığını incelemesi, doğrudan bireyin öznel değerlendirmesine odaklanıldığını göstermektedir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen kariyer gelişiminin evrensel aşamalardan oluştuğu görüşü, Super'in kuramına aittir ve bireysel algıdan çok gelişimsel sıralamaya vurgu yapar.

C seçeneğinde verilen meslek seçiminin bilinçdışı çatışmaların dışavurumu olduğu görüşü, Psikanalitik yaklaşımla ilgilidir ve geçişin algılanmasına odaklanmaz.

D seçeneğinde verilen kişilik-çevre uyumu ile doyumun artacağı görüşü, Holland kuramına aittir ve geçiş sürecinin anlamlandırılmasını açıklayamaz.

E seçeneğinde verilen mesleki olgunluğun yaşla birlikte kendiliğinden arttığı görüşü, gelişimsel bir varsayımdır ve bireyin geçişi algılama biçimini temel almaz.

Cevap: A

7. Kariyer danışmanının açıklamalarında; bireyin **kişilik özellikleri ile çalışma ortamının özellikleri arasındaki uyumun** mesleki doyum ve kalıcılığı belirlediği vurgulanmaktadır. Ayrıca yapılandırılmış ortamlar, insanlarla etkileşim gerektiren ortamlar ve yaratıcı alanlar gibi farklı iş çevrelerine yapılan vurgu, kişilik tipleri ile mesleki çevrelerin eşleştirilmesine işaret eder. Bu yaklaşım doğrudan **Holland'ın Tipoloji Kuramı** ile örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen Özellik-Faktör Kuramı, bireyin özellikleri ile işin gerektirdiği faktörlerin eşleştirilmesine odaklanır; ancak kişilik tipleri ve çevre tipleri şeklinde kategorik bir yapı vurgusu bu kadar belirgin değildir.

C seçeneğinde verilen Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı, bireyin öz yeterlik algısı, sonuç beklentileri ve öğrenme yaşantılarına odaklanır; kişilik-çevre uyumu temel belirleyici değildir.

D seçeneğinde verilen Ginzberg'in Gelişimsel Kuramı, meslek seçimini yaş dönemlerine göre açıklayan bir süreç modelidir ve kişilik-çevre uyumuna vurgu yapmaz.

E seçeneğinde verilen Roe'nun İhtiyaç Kuramı, bireyin erken çocukluk yaşantıları ve ihtiyaç doyumu üzerinden meslek seçimini açıklar; çalışma ortamı ile kişilik tiplerinin uyumunu merkeze almaz.

Cevap: A

8. Tamer'in, bilgisayar programlama alanında kazandığı becerileri **farklı ama benzer alanlara (veri analizi, yazılım test süreçleri vb.) genelle-yebileceğini düşünmesi**, yetkinliğini yalnızca tek bir durumla sınırlı görmediğini, farklı bağlamlara aktarabildiğini göstermektedir. Bu durum doğru-
dan **genellik boyutuna** karşılık gelir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen düzey, bireyin hangi zorluk seviyesindeki görevleri başarabileceğine dair algısını ifade eder; soruda zorluk derecesine yönelik bir vurgu yoktur.

B seçeneğinde verilen güç, bireyin yetkinlik inancının ne kadar güçlü ve dirençli olduğunu ifade eder; burada ise odak farklı alanlara aktarım üzerinedir.

D seçeneğinde verilen ilgi, bireyin hoşlandığı alanlara yönelimi ifade eder; yetkinlik algısının bir boyutu değildir.

E seçeneğinde verilen değer, bireyin neyi önemli bulduğunu ifade eder; bu da yetkinlik algısının boyutları arasında yer almaz.

Cevap: C

9. **Schlossberg'in Geçiş Kuramı'nda** kariyer geçişleri; **beklenen-beklenmeyen, olaylı-olaysız ve gönüllü-gönülsüz** boyutlarıyla değerlendirilir. Soruda Selin Hanım'ın durumuna bakıldığında; "önümüzdeki yıllarda idari bir göreve atanabileceğini düşünmesi" ifadesi geçişin **beklenen** olduğunu, kurumda yapılan yeniden yapılandırma ve görevlendirme süreci ise belirgin bir değişim olayı içerdiği için **olaylı** olduğunu, ayrıca "kendi isteği doğrultusunda" görevi kabul etmesi de geçişin **gönüllü** olduğunu göstermektedir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen beklenmedik - olaylı - gönülsüz, geçişin önceden öngörülmediği ve isteksiz yaşandığı durumları ifade eder; soruya uygun değildir.

B seçeneğinde verilen beklenen - olaysız - gönüllü, geçişin belirgin bir olay içermediğini varsayar; oysa burada kurumsal bir yeniden yapılandırma vardır.

C seçeneğinde verilen beklenmedik - olaysız - gönüllü, hem öngörü hem de olay boyutunda soruyla örtüşmez.

E seçeneğinde verilen beklenen - olaylı - gönülsüz, bireyin isteksiz olduğu durumları ifade eder; Selin Hanım ise memnuniyet duymaktadır.

Cevap: D

10. **Super'in Yaşam Boyu - Yaşam Alanı Kuramı'na** göre kariyer gelişimi; **büyüme (0-14 yaş), araştırma (14-24 yaş), yerleşme (25-44 yaş), koruma (45-64 yaş) ve çöküş (65 yaş ve sonrası)** dönemlerinden oluşur. Araştırma dönemi ise üç alt basamağa ayrılır: **deneme (14-18 yaş), geçiş (19-21 yaş) ve sınama (22-24 yaş)**. Soruda Suna'nın üniversiteye başlaması ve mesleğin çalışma koşulları, iş olanakları ve gerçek yaşam gerekliliklerini **daha gerçekçi biçimde değerlendirmeye başlaması**, mesleğe hazırlayan eğitim sürecinde gerçekçi değerlendirmelerin yapıldığı **geçiş basamağı (19-21 yaş)** ile örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen hayal basamağı (4-10 yaş), çocuklukta hayal temelli meslek seçimlerini ifade eder.

C seçeneğinde verilen ilgi basamağı (11-12 yaş), bireyin hoşlandığı alanlara göre yönelmesini açıklar.

D seçeneğinde verilen geçici (deneme) dönem (14-18 yaş), kararların geçici olduğu ve yoklama sürecinin yaşandığı aşamadır.

E seçeneğinde verilen sınav dönemi (22-24 yaş), bireyin işe girerek mesleği gerçek ortamda test ettiği aşamadır; soruda bu durum yoktur.

Cevap: A

11. Nevra'nın ifadeleri incelendiğinde; "İnsanlarla iletişim kurabileceğim bir işte çalışmak hoşuma gider." ifadesi **ilgiye**, "bu alanda başarılı olabileceğime inanıyorum" ifadesi **yetkinlik beklentisi-ne**, "saygın bir mesleğe sahip olmak benim için oldukça önemli" ifadesi **değerlere**, "masa başında uzun süre çalışmak bana uygun değil" ifadesi ise **kişisel özelliklere** işaret etmektedir. Ancak Nevra'nın açıklamalarında kendi **yeteneklerine (ne yapabildiğine)** dair doğrudan bir vurgu bulunmamaktadır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen ilgi, bireyin hoşlandığı etkinliklere yönelimini ifade eder ve "İnsanlarla iletişim kurabileceğim bir işte çalışmak hoşuma gider." ifadesinde yer almaktadır.

C seçeneğinde verilen yetkinlik beklentisi, bireyin başarılı olacağına dair inancını ifade eder ve "bu alanda başarılı olabileceğime inanıyorum" ifadesinde görülmektedir.

D seçeneğinde verilen değerler, bireyin neyi önemli bulduğunu ifade eder ve "saygın bir mesleğe sahip olmak benim için oldukça önemli" ifadesinde açıkça yer almaktadır.

E seçeneğinde verilen kişisel özellikler, bireyin çalışma tarzına uygunluğunu ifade eder ve "masa başında uzun süre çalışmak bana uygun değil" ifadesinde yer almaktadır.

Cevap: B

12. **Gottfredson'un Mesleki Gelişim Kuramı'na** göre çocuklar erken yaşlardan itibaren meslekleri **cinsiyet uygunluğu ve toplumsal kabuller** çerçevesinde sınıflandırır ve zamanla bazı meslekleri kendileri için "uygun değil" diyerek elerler (daraltma/sınırlandırma süreci). Soruda öğrencilerin hemşireliği kadınlara, polisliği erkeklere uygun görmesi ve bazı öğrencilerin daha katı yargılar geliştirmesi, **cinsiyet şemalarının erken yaşta oluştuğunu ve meslek seçeneklerini bilişsel olarak sınırladığını** göstermektedir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen bireysel yeteneklerin toplumsal etiketlerden daha güçlü olduğu görüşü, Gottfredson'un kuramıyla çelişir; kuram toplumsal etiketlerin etkisini vurgular.

B seçeneğinde verilen ergenlikteki kimlik bunalımı, daha çok Erikson'un kuramıyla ilişkilidir ve bu durum çocukluk dönemini açıklamaz.

C seçeneğinde verilen yalnızca medya etkisi, meslek algısının tek kaynağı olarak sunulamaz; kuram çoklu sosyal etkileri içerir.

D seçeneğinde verilen yalnızca deneyim ve başarıya dayalı gelişim, bilişsel sınırlama sürecini göz ardı eder.

Cevap: E

13. **Super'in Kariyer Gelişimi Kuramı'na** göre meslek seçimi ve gelişimi; bireyin **benlik kavramının zaman içinde gelişimi**, yaşam boyu süren **gelişim dönemleri**, ve bireyin yaşam rollerini **çevresel koşullara göre yeniden düzenleyebilmesi** ile açıklanır. Kuram dinamik ve gelişimseldir; bireyin mesleki tercihleri sabit değil, zamanla değişebilir. Bu bağlamda "bireylerin sahip oldukları kişisel özelliklerin onları değişmez biçimde belirli bir mesleğe uygun kıldığı" ifadesi, kuramın gelişimsel ve esnek yapısına aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen benlik algısının meslek tercihleriyle ilişkili olduğu görüşü, kuramın temelini oluşturur.

B seçeneğinde verilen yaşam boyu süren gelişim anlayışı, Super'in en temel varsayımlarındandır.

C seçeneğinde verilen mesleklerin farklı özellikler gerektirdiği görüşü, kuramla çelişmez ve genel çerçevede kabul edilir.

D seçeneğinde verilen mesleki rollerin yeniden yapılandırılabilceği görüşü, kuramın yaşam boyu gelişim ve esneklik vurgusuyla uyumludur.

Cevap: E

- 14. Holland'ın Tipoloji Kuramı**; bireyin kişilik tipi ile iş çevresinin uyumunun mesleki doyum ve başarıyı artıracağını savunur. Kurama yöneltile eleştiriler ise daha çok bu yaklaşımın **statik olması, gelişimsel süreci yeterince dikkate almaması ve çevresel-kültürel etkenleri sınırlı ele alması** üzerinedir. Bu bağlamda "bireyin kişilik özellikleri ile iş çevresinin uyumunun mesleki doyum ve başarıyı artıracağını savunması" ifadesi bir eleştiri değil, kuramın **temel varsayımdır**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen mesleki ilgilerin zaman içinde değişebileceğini yeterince dikkate almaması, kuramın statik yapısına yönelik bir eleştiridir.

B seçeneğinde verilen kültürel, toplumsal cinsiyet ve sosyoekonomik farklılıkların sınırlı ele alınması, kurama yöneltile önemli eleştirilerden biridir.

C seçeneğinde verilen gelişimsel süreçlerden çok kişilik tiplerine odaklanması, kuramın dinamik süreçleri ihmal ettiği yönünde bir eleştiridir.

E seçeneğinde verilen çevresel öğrenme yaşantılarının yeterince açıklanamaması, kuramın sınırlılıkları arasında değerlendirilir.

Cevap: D

- 15. Soruda psikolojik danışmanın; yalnızca sınav puanı ya da yeteneklere değil, ilgi, değer, güçlü yönler, aile ve çevre etkisi, öğrenme yaşantıları, yaşam deneyimleri ve iş fırsatlarını birlikte ele alması**, kariyer gelişimini çok boyutlu ve bütüncül bir yapı olarak değerlendirdiğini göstermektedir. Bu yaklaşım, kariyeri farklı yaşam alanlarının etkileşimi içinde ele alan ve danışanın bu alanları bir "tekerlek" üzerinde bütüncül biçimde değerlendirmesini sağlayan **Amundson'un Kariyer Tekerek Modeli** ile örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen Super'in Yaşam Boyu Yaşam Alanı Kuramı, kariyer gelişimini dönemler ve roller üzerinden açıklar; çok boyutlu tekerlek yapısı yoktur.

C seçeneğinde verilen Holland'ın Kişilik Tipleri Kuramı, kişilik-çevre uyumuna odaklanır ve bu kadar geniş değişken setini birlikte ele almaz.

D seçeneğinde verilen Gottfredson'un Sınırlama ve Uzlaşma Kuramı, meslek seçeneklerinin daraltılması ve uzlaşma sürecine odaklanır.

E seçeneğinde verilen Krumboltz'un Sosyal Öğrenme Kuramı, öğrenme yaşantıları ve çevresel etkileri açıklar ancak model bu şekilde bütüncül ve yapılandırılmış bir tekerlek sistemi sunmaz.

Cevap: A

1. **Adler'in** kuramına göre bireyin başkalarına fayda sağlama, topluma katkıda bulunma ve iş birliği içinde olma yönelimi **toplumsal ilgi** kavramıyla açıklanır. Soruda Renan'ın meslek seçiminde "topluma fayda sağlama"yı temel ölçüt olarak görmesi ve bireysel kazançtan çok toplumsal katkıyı önemsemesi, doğrudan bu kavrama karşılık gelmektedir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen telafi, bireyin yetersizlik duygularını dengelemek için geliştirdiği çabalar-
dır; topluma katkı vurgusu içermez.

C seçeneğinde verilen aşağılık kompleksi, bi-
reyin kendini yetersiz hissetmesiyle ilgilidir.

D seçeneğinde verilen yaşam alanı, Adler'e ait
bir kavram değildir; daha çok Lewin'in alan kura-
mıyla ilişkilidir.

E seçeneğinde verilen gerçeklik algısı, bu bağ-
lamda Adler'in temel kavramlarından biri değildir.

Cevap: B

2. **Schein'in Kariyer Çapaları Kuramı'na** göre bireyler kariyer seçimlerinde baskın olan değer ve motivasyonlarına göre belirli "çapalar" doğrultusunda hareket eder. Soruda Merve Hanım'ın yüksek kazanç ve prestij yerine **toplumsal fayda yaratmayı** önceliklendirmesi, yaptığı işi bir amaca hizmet etme ve toplumsal katkı sağlama ekseninde değerlendirdiğini göstermektedir. Bu durum doğrudan **hizmet/bir davaya adanmışlık** çapasına karşılık gelir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen hayat tarzı, iş-yaşam dengesi ve yaşam biçimine uygunlukla ilgilidir; toplumsal fayda vurgusu içermez.

B seçeneğinde verilen saf meydan okuma, zor görevleri başarma ve rekabet etme isteğiyle ilgilidir.

C seçeneğinde verilen güvenlik ve istikrar, iş güvencesi ve düzenli gelir beklentisini ifade eder; sorudaki durum bunun tersidir.

D seçeneğinde verilen genel yönetim yetkinliği, yönetme, liderlik ve organizasyon becerileriyle ilgilidir.

Cevap: E

3. İş Uyumu Kuramı'na göre bireyin iş ortamıyla uyumu; **ihtiyaçlar/değerler (bireyin işten beklentileri)**, **beceriler ve yetenekler (işin gereklerini karşılama kapasitesi)** ve bu uyum sonucunda ortaya çıkan **doyum** gibi kavramlarla açıklanır. Soruda; I. ifadede bireyin işten beklediği saygınlık, güvence ve yükselme olanakları **ihtiyaçlar/değerleri**, II. ifadede teknik bilgi ve problem çözme becerilerini kullanması **beceriler ve yetenekleri**, III. ifadede işinden hoşnut olması ise **doyum**u ifade etmektedir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen stil değişkenleri, bireyin çalışma tarzına ilişkin özellikleri ifade eder; meslekte kalma süresi ise bu bağlamda doğrudan verilmemiştir.

C seçeneğinde verilen uyuma/benzeşme, birey-çevre uyumunu ifade eder; pekiştireçler ise çevrenin sunduğu ödüllerdur, ancak sıralama uygun değildir.

D seçeneğinde verilen stil değişkenleri, ikinci ifadeye karşılık gelmez; uyuma ise sonuç değişkenidir.

E seçeneğinde verilen pekiştireçler, çevrenin sunduğu ödülleri ifade eder; meslekte kalma süresi ise soruda doğrudan yer almamaktadır.

Cevap: B

4. **Ginzberg ve arkadaşlarının Mesleki Gelişim Kuramı'na** göre meslek seçimi **bir süreçtir, büyük ölçüde geriye dönülemez ve bireyin istekleri ile ona sunulan olanaklar arasında bir uzlaşma içerir**. Bu kurama göre mesleki gelişim üç temel dönemde ele alınır:

Hayal dönemi (5-11 yaş): Bu dönemde çocuk meslekleri oyun ve hayal dünyası içinde değerlendirir. Seçimler gerçekçi değildir, zevk ve özdeşim ön plandadır.

Geçici seçimler dönemi (11-17 yaş): Bu dönemde seçimler deneyseldir ve dört alt basamaktan oluşur:

- **İlgi basamağı (11-12 yaş):** Birey hoşlandığı etkinliklere göre seçim yapar.
- **Yetenek basamağı (13-14 yaş):** Kendi becerilerini dikkate almaya başlar.

- **Değer basamağı (15-16 yaş):** Mesleğin kazanç, statü ve yaşam koşulları önem kazanır.
- **Geçiş basamağı (17-18 yaş):** Birey daha gerçekçi tercihler yapmaya yönelir.

Gerçekçi seçimler dönemi (17-23 yaş): Bu dönemde birey daha somut ve gerçekçi kararlar verir ve üç alt basamaktan oluşur:

- **Araştırma (17-19 yaş):** Meslekler ve olanaklar araştırılır.
- **Billurlaşma (19-21 yaş):** Belirli bir alana yönelim oluşur.
- **Belirleme (21-23 yaş):** Mesleki karar netleşir.

Soruda Metin'in 12 yaşında olması, meslekleri "en çok keyif aldığı derslere göre" değerlendirmesi ve "seviyorsam yapabilirim" anlayışıyla hareket etmesi, ancak yetenek ve gerçek koşulları dikkate almaması; doğrudan **İlgi basamağı (11-12 yaş)** özelliklerini göstermektedir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen hayal dönemi (5-11 yaş), oyun ve fantezi temelli seçimleri içerir.

C seçeneğinde verilen yetenek dönemi (13-14 yaş), bireyin kendi becerilerini dikkate almaya başladığı aşamadır.

D seçeneğinde verilen değer dönemi (15-16 yaş), mesleğin kazanç ve yaşam koşullarının önem kazandığı aşamadır.

E seçeneğinde verilen geçiş dönemi (17-18 yaş), daha gerçekçi tercihlere yönelmenin başladığı aşamadır.

Cevap: B

5. Zeynep'in süreci incelendiğinde; ilkokulda kendisini "sayısal derslerde güçlü, sözel alanlarda zayıf" olarak tanımlayıp öğretmenlik ve hukuk gibi meslekleri kendisi için uygun görmemesi **benlik algısına göre meslekleri elemesi (daraltma)** sürecini göstermektedir. Ortaokulda mühendislik ve mimarlık gibi meslekleri "kendisine benzeyen insanların yaptığı işler" olarak tanımlaması, meslekleri **benlik kavramı ile eşleştirme (öz yaratım)** sürecine işaret etmektedir. Lise döneminde ise ailesinin ekonomik olanaklarını ve rekabet koşullarını dikkate alarak seçeneklerini daraltması, **dış gerçekliklere göre uyum sağlama**

ma (uzlaşma) sürecini açıkça göstermektedir.

Bu süreç; bireyin bilişsel gelişimiyle birlikte benlik kavramını oluşturmaya (**bilişsel büyüme ve öz yaratım**), ardından uygun olmayan meslekleri elemesi (**daraltma**) ve son olarak gerçek koşullara göre seçimlerini yeniden düzenlemesi (**uzlaşma**) aşamalarını içeren **Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaşma Kuramı** ile örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen Super'in Yaşam Boyu Gelişim Kuramı, gelişim dönemlerine odaklanır; daraltma ve uzlaşma sürecini bu şekilde açıklamaz.

C seçeneğinde verilen Holland'ın Kişilik Tiple-ri Kuramı, kişilik-çevre uyumuna odaklanır.

D seçeneğinde verilen Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı, öz yeterlik ve sonuç beklentilerini temel alır.

E seçeneğinde verilen Krumboltz'un Öğrenme Kuramı, öğrenme yaşantıları ve çevresel etkiler üzerinden açıklama yapar.

Cevap: A

6. Ayşe Hanım'ın ifadeleri incelendiğinde; "Çocukluğumdan beri sanatsal etkinliklere ilgi duydum." ifadesi **ilgiye**, "yaptığım işten keyif almak ve yaratıcı yönümü kullanabilmek benim için ön planda oldu" ifadesi **değerlere ve kendini ifade etmeye**, "bu alanda eğitim almanın bana uygun olduğunu düşündüm" ifadesi ise dolaylı olarak **yetenek algısına** işaret etmektedir. Ancak Ayşe Hanım'ın açıklamalarında "bu işi başarabileceğine dair inanç" yani **yetkinlik beklentisine** ilişkin doğrudan bir vurgu bulunmamaktadır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen ilgi, bireyin hoşlandığı etkinliklere yönelimini ifade eder ve "sanatsal etkinliklere ilgi duydum" ifadesinde açıkça yer almaktadır.

B seçeneğinde verilen değerler, bireyin işten neyi önemli bulduğunu ifade eder ve "keyif almak" vurgusunda görülmektedir.

C seçeneğinde verilen yetenek, bireyin bir işi yapabilme kapasitesiyle ilgilidir ve "bu alanda eğitim almanın bana uygun olduğunu düşündüm" ifadesiyle ilişkilendirilebilir.

D seçeneğinde verilen kendini ifade etme, bireyin yaratıcı yönünü ortaya koyma isteğiyle ilgilidir ve "yaratıcı yönümü kullanabilmek" ifadesinde yer almaktadır.

Cevap: E

7. Soruda psikolojik danışmanın açıklaması incelendiğinde; bireylerin meslek seçimlerinin **kişilik özelliklerinin bir yansıması olduğu**, kişilik ile çalışma ortamı arasındaki **benzerliğin mesleki doyum ve uyumu artırdığı** vurgulanmaktadır. Bu yaklaşım, bireyin kişilik tipi ile iş çevresi arasındaki uyuma dayanan ve "benzerlik arttıkça doyum artar" ilkesini temel alan **Holland'ın Kişilik Kuramı** ile örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Super'in Mesleki Gelişim Kuramı, kariyer gelişimini yaşam boyu dönemler ve benlik kavramı üzerinden açıklar.

B seçeneğinde verilen Roe'nun İhtiyaç Kuramı, meslek seçimini erken çocukluk yaşantıları ve ihtiyaç doyumunu ile ilişkilendirir.

D seçeneğinde verilen Minnesota İş Uyum Kuramı, birey-çevre uyumunu ele alır ancak bunu kişilik tipleri üzerinden kategorik biçimde açıklamaz.

E seçeneğinde verilen Krumboltz'un Sosyal Öğrenme Kuramı, öğrenme yaşantıları ve çevresel etkiler üzerine odaklanır.

Cevap: C

8. **Ginzberg'e göre meslek seçimi bir süreçtir ve 11-17 yaş aralığı geçici seçimler (deneme) dönemine karşılık gelir.** Bu dönemde birey; **ilgi (11-12 yaş)**, **yetenek (13-14 yaş)**, **değer (15-16 yaş)** ve **geçiş (17-18 yaş)** basamaklarından geçer.

Soruda verilen **11-17 yaş** ifadesi doğrudan bu dönemi işaret eder ve öncüller de bu alt basamaklara karşılık gelmektedir:

- I. **öncül:** "Bu meslek, ileride bana saygınlık ve güvenli bir yaşam sunar mı?" ifadesi **değer basamağına denk gelir**; mesleğin kazanç, statü ve yaşam koşulları değerlendirilir.

- II. **öncül:** "Matematikte başarıyıym ama sözel alanlarda kendimi daha güçlü hissediyorum; hangisi bana daha uygun?" ifadesi **yetenek basamağına denk gelir**; birey kendi becerilerini dikkate alır.

- III. **öncül:** "Son zamanlarda mimarlıkla ilgili videolar izlemek hoşuma gidiyor, bu alana ilgim olabilir mi?" ifadesi **ilgi basamağına denk gelir**; birey hoşlandığı alanlara yönelir.

- IV. **öncül:** "Lise sonrası hemen çalışmaya mı başlamalıyım yoksa üniversiteye mi gitmeliyim?" ifadesi **geçiş basamağına denk gelir**; birey daha gerçekçi kararlar almaya başlar.

Cevap: B

9. Soruda Deniz'in süreci incelendiğinde; ilkokulda "her işi yapabileceğini" düşünürken yaş ilerledikçe bazı meslekleri "çok zor" ya da "kendi çevresine uygun değil" diyerek değerlendirmesi ve özellikle ortaokuldan itibaren bu meslekleri **seçeneklerinden tamamen çıkarması**, bireyin benlik algısı ve toplumsal ölçütlere göre meslekleri **erken yaşlardan itibaren elemesi** sürecini göstermektedir. Lise döneminde ise yalnızca ulaşabileceğini düşündüğü alanlara yönelmesi bu elemanın devam ettiğini gösterir.

Bu durum, bireyin kendine uygun görmediği meslekleri aşamalı olarak elediği süreci ifade eden **Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaşma Kuramı'ndaki daraltma süreci** ile örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen uzlaşma, bireyin dış gerçekliklere göre seçimlerini yeniden düzenlemesi sürecidir; burada temel vurgu eleme üzerinedir.

B seçeneğinde verilen meslek doyumunu, bireyin yaptığı işten aldığı tatminle ilgilidir.

D seçeneğinde verilen mesleki olgunluk, bireyin gelişimsel görevleri yerine getirme düzeyini ifade eder.

E seçeneğinde verilen kariyer uyumu, bireyin kariyer değişimlerine uyum sağlama kapasitesidir.

Cevap: C

10. **Holland'ın Kişilik Kuramı'na** göre bireyler altı tipten biriyle (gerçekçi, araştırmacı, sosyal, girişimci, sanatsal, geleneksel) tanımlanır ve her tip belirli özellikler taşır. **Gerçekçi tip**, daha çok **somut, fiziksel, teknik ve el becerisi gerektiren işlere yönelen**, makinelerle çalışmayı seven, uygulamalı etkinliklerden hoşlanan bireyleri ifade eder.

Soruda Serdar'ın **gerçekçi tip** özellikler gösterdiği belirtilmiştir. Bu nedenle ondan beklenen özellik, **el becerisi ve somut faaliyet gerektiren işlere yönelme** olacaktır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen soyut düşünmeye dayalı bilimsel çalışmalar, araştırmacı tipe aittir.

B seçeneğinde verilen insanlara yardım etme, sosyal tipe aittir.

C seçeneğinde verilen estetik ve sanatsal ifade, sanatsal tipe aittir.

D seçeneğinde verilen ikna ve yönlendirme, girişimci tipe aittir.

Cevap: E

11. Soruda Mahir'in süreci incelendiğinde; sayısal derslerde başarılı olmasına rağmen mühendislik alanlarını tercih etmemesinin nedeni, bu alanların **uzun ve yoğun eğitim gerektirmesi ve sosyal yaşamını kısıtlayacağı düşüncesidir**. Yani Mahir kendini bu alanda **başarılı olabilecek kapasitede görmektedir**, ancak bu mesleğin getireceği sonuçları olumsuz değerlendirdiği için tercih etmemektedir.

Bu durum, **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na** göre bireyin bir davranışın sonuçlarına ilişkin beklentilerinin kararlarını etkilemesini ifade eden **sonuç beklentisi** kavramıyla açıklanır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kendini yetkin görme beklentisi, bireyin bir işi yapabileceğine dair inançtır; soruda bu zaten vardır ve belirleyici değildir.

B seçeneğinde verilen öğrenilmiş çaresizlik, bireyin başarısızlık beklentisiyle çaba göstermesi durumudur.

C seçeneğinde verilen kişisel hedeflerin yokluğu, bireyin yönelim eksikliğiyle ilgilidir; burada bilinçli bir tercih vardır.

D seçeneğinde verilen ilgi gelişiminin engellenmesi, ilgi oluşum süreciyle ilgilidir; soruda belirleyici olan sonuç değerlendirmesidir.

Cevap: E

12. Ece'nin durumu incelendiğinde; matematik ve fizikte başarılı olması, mühendisliğe ilgi duyması ve öğretmenlerinin de onun yüksek potansiyele sahip olduğunu belirtmesi, **yetenek ve ilgi açısından uygunluk** olduğunu göstermektedir. Ancak Ece'nin "mühendislikte başarılı olamayacağına inanması" ve bu nedenle proje ödevlerinden kaçınması, bireyin kendi kapasitesine ilişkin inancının düşük olduğunu ortaya koymaktadır.

Bu durum Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na göre **öz yetkinlik beklentisinin düşük olması** ile açıklanır. Birey gerekli becerilere sahip olsa bile, kendini yeterli görmediğinde o alana yönelmekten kaçınabilir ve performans sergilemekten uzak durabilir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen yalnızca ilgi ve değerler, öz yetkinlik faktörünü göz ardı eder.

C seçeneğinde verilen geçmiş başarısız deneyimler, soruda doğrudan belirtilmemiştir.

D seçeneğinde verilen dolaylı öğrenme yaşantıları, model alma süreçlerini ifade eder; soruda buna dair veri yoktur.

E seçeneğinde verilen yüksek öz yeterlik, sorunun tam tersidir.

Cevap: A

13. Mert'in süreci incelendiğinde; çocuklukta elektronik aletlere ilgi duyması ve bu doğrultuda elektrik-elektronik mühendisi olmayı hedeflemesi **benlik gelişimi ve ilgiye dayalı yönelimini**, lise döneminde bu hedefin testlerle de desteklenmesi ise bu yönelimin sürdüğünü göstermektedir. Ancak üniversite sınavında istediği bölümü kazanamaması sonrasında, bir yıl daha hazırlanmak istemeyerek puanının yettiği farklı bir mühendislik programını tercih etmesi, **idealdeki meslek yerine ulaşılabilir olan seçeneğe yönelme** durumunu ortaya koymaktadır.

Bu durum, Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaşma Kuramı'na göre bireyin hedefleri ile dış gerçeklikler (puan, fırsatlar, zaman vb.) arasında denge kurarak seçim yapmasını ifade eden **uzlaşma** kavramıyla açıklanır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen bilişsel büyüme, bireyin bilişsel gelişimiyle ilgilidir.

B seçeneğinde verilen mesleklerin bilişsel haritası, mesleklerin zihinde sınıflandırılmasıyla ilgilidir.

C seçeneğinde verilen daraltma, uygun görül-meyen mesleklerin elenmesi sürecidir; burada esas olan mevcut seçenekler arasında uyum sağ-lamadır.

E seçeneğinde verilen öz yaratım, benlik kavra-mının oluşumu ile ilgilidir.

Cevap: D

14. Ginzberg ve arkadaşlarının Mesleki Gelişim Kuramı'na göre meslek seçimi **bir süreçtir, büyük ölçüde geriye dönülemez ve bireyin istek-leri ile olanakları arasında uzlaşmayı içerir**. Bu süreç üç temel dönemde ele alınır:

Hayal dönemi (5-11 yaş): Çocuk meslekleri oyun, hayal ve özdeşim yoluyla değerlendirir; gerçeklik, yetenek ve koşullar dikkate alınmaz.

Geçici seçimler dönemi (11-17 yaş): Meslek se-çimleri deneyseldir ve dört alt basamaktan oluşur:

- **İlgi (11-12 yaş):** hoşlanılan etkinliklere göre seçim
- **Yetenek (13-14 yaş):** bireyin kendi becerilerini dikkate alması
- **Değer (15-16 yaş):** mesleğin kazanç, statü ve yaşam koşullarını değerlendirme
- **Geçiş (17-18 yaş):** daha gerçekçi ve somut tercihlere yönelme

Gerçekçi seçimler dönemi (17-23 yaş): Birey daha gerçekçi kararlar alır ve üç alt basamaktan oluşur:

- **Araştırma (17-19 yaş):** meslekler ve olanak-lar hakkında bilgi toplama
- **Billurlaşma (19-21 yaş):** belirli bir alana yö-nelme

- **Belirleme (21-23 yaş):** mesleki kararın net-leşmesi

Soruda Suna'nın **9 yaşında olması** bu yaşın doğ-rudan **hayal dönemi (5-11 yaş)** ile örtüştüğünü gösterir. Ayrıca mesleği televizyonda izlediği bir karaktere göre seçmesi ve mesleğin gerektirdiği koşulları değerlendirmemesi de bu dönemin tipik özelliğidir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneği-dir**.

A seçeneğinde verilen ilgi dönemi (11-12 yaş), hoşlanılan etkinliklere göre seçim yapılmasını ifa-de eder.

B seçeneğinde verilen yetenek dönemi (13-14 yaş), bireyin becerilerini dikkate almaya başladığı aşamadır.

C seçeneğinde verilen değer dönemi (15-16 yaş), mesleğin getirilerinin önem kazandığı aşı-madır.

E seçeneğinde verilen geçiş dönemi (17-18 yaş), daha gerçekçi kararların alındığı aşamadır.

Cevap: D

15. Holland'ın Kişilik Kuramı'na göre bireyler altı tipten biriyle tanımlanır ve her tip belirli özellikler gösterir. **Girişimci tip**, insanları etkilemeye, ikna etmeye, liderlik yapmaya ve organizasyonları yönlendirmeye eğilimli bireyleri ifade eder; sosyal etkileşim ve yönlendirme bu tipte ön plandadır.

Soruda Işın'ın **girişimci tip** özellikler gösterdiği belirtilmiştir. Bu nedenle ondan beklenen özellik, **insanları etkileme, ikna etme ve liderlik rolü üstlenmeye istekli olmasıdır**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen somut araçlarla çalışma ve fiziksel görevler, gerçekçi tipe aittir.

B seçeneğinde verilen bilimsel araştırmalara ilgi, araştırmacı tipe aittir.

D seçeneğinde verilen düzenli ve rutin işler, geleneksel tipe aittir.

E seçeneğinde verilen estetik ve yaratıcılık, sa-natsal tipe aittir.

Cevap: C

1. Soruda Ekin'in süreci incelendiğinde; lise döneminde kendisini "insanlarla çalışmayı seven" biri olarak tanımlayıp bir meslek seçmesi, daha sonra çalışma koşullarına göre alan değiştirmesi ve ilerleyen yıllarda deneyimleri doğrultusunda yeniden kararlar alması, ayrıca her aşamada **kendisini yeniden tanımladığını ve mesleki kararlarının yaşamındaki rollere göre değiştiğini ifade etmesi**, mesleki gelişimin **dinamik, yaşam boyu süren ve benlik kavramına bağlı olarak değişen** bir süreç olduğunu göstermektedir.

Bu durum, kariyer gelişimini yaşam boyu devam eden, bireyin benlik kavramı ve yaşam rollerine göre sürekli yeniden şekillenen bir süreç olarak ele alan **Super'in Yaşam Boyu Mesleki Gelişim Kuramı** ile örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Holland'ın Kişilik Tipleri Kuramı, kişilik-çevre uyumuna odaklanır ve bu kadar dinamik değişimi açıklamaz.

B seçeneğinde verilen Ginzberg'in Mesleki Gelişim Kuramı, daha sınırlı bir yaş aralığında süreci ele alır ve yaşam boyu değişimi bu şekilde vurgulamaz.

C seçeneğinde verilen Gottfredson'un Mesleki Gelişim Kuramı, daraltma ve uzlaşma süreçlerine odaklanır.

D seçeneğinde verilen Krumboltz'un Sosyal Öğrenme Kuramı, öğrenme yaşantıları ve çevresel etkileri açıklar ancak yaşam boyu rol ve benlik değişimini merkez almaz.

Cevap: E

2. **Ginzberg ve arkadaşlarının Mesleki Gelişim Kuramı'na** göre meslek seçimi üç temel dönemde ele alınır: **Hayal dönemi (5-11 yaş)**, **geçici seçimler dönemi (11-17 yaş)** ve **Gerçekçi seçimler dönemi (17-23 yaş)**. Özellikle **geçici seçimler dönemi (11-17 yaş)**; **İlgi (11-12 yaş)**, **Yetenek (13-14 yaş)**, **Değer (15-16 yaş)** ve **Geçiş (17-18 yaş)** basamaklarını içerir.

Yeliz'in **15 yaşında olması**, doğrudan **geçici seçimler dönemine (11-17 yaş)** karşılık gelmektedir. Ayrıca süreçte; önce hoşlanmaya göre seçim yapması (ilgi), sonra yapabildiklerini fark ederek eleme yapması (yetenek), son olarak da saygınlık ve ekonomik koşulları dikkate alması (değer) bu

dönemin tipik ilerleyişini göstermektedir. Henüz kesin karar vermemiş olması da bu dönemin özelliğidir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen hayal dönemi (5-11 yaş), gerçekçi olmayan ve oyun temelli seçimleri içerir.

C seçeneğinde verilen gerçekçi dönem (17-23 yaş), daha kesin ve somut kararların alındığı aşamadır.

D seçeneğinde verilen araştırma (17-19 yaş), gerçekçi dönemin alt basamağıdır.

E seçeneğinde verilen belirleme (21-23 yaş), mesleki kararın netleştiği aşamadır.

Cevap: B

3. **Super'in Mesleki Gelişim Kuramı'na** göre kariyer gelişimi, bireyin **benlik kavramının zaman içinde gelişmesiyle birlikte şekillenen dinamik bir süreçtir**. Birey, yaşamı boyunca edindiği deneyimler, sosyal etkileşimler ve roller aracılığıyla kendini tanımlar ve meslek seçimlerini bu benlik algısına uygun olarak düzenler.

Soruda Taylan'ın çocukluk döneminden itibaren çevresi, ailesi ve okul yaşantılarıyla birlikte kendisiyle ilgili algısını geliştirmesi ve ilerleyen yıllarda meslek tercihlerinde "kendine uygunluk" ölçütünü temel alması, meslek seçiminin **benlik kavramının gelişimiyle birlikte şekillenmesi** anlayışını yansıtmaktadır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen ani ve tek karar, kuramın süreç vurgusuna aykırıdır.

B seçeneğinde verilen yalnızca yeteneklere dayalı seçim, kuramın çok boyutlu yapısını yansıtmaz.

D seçeneğinde verilen yalnızca ergenlikte oluşma, yaşam boyu gelişim anlayışıyla çelişir.

E seçeneğinde verilen geri döndürülebilirlik, kuramın temel vurgusu değildir.

Cevap: C

4. Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; Zühal'in **"Ben bu hayatı yaşamıyorum, sanki başkasının hikâyesindeyim."** demesi, danışmanın **çocukluk hayallerini, rol modellerini, dönüm noktalarını** ele alması ve anlatılarda **"özgürlük" ve "yaratıcılık" temasını** fark ederek süreci buna göre yeniden yapılandırması, yaklaşımın bireyin yaşam öyküsünü yeniden anlamlandırmaya dayandığını göstermektedir. Bu durum dikkate alındığında danışmanın temel amacı, **danışanın kariyer kararını yaşam temalarıyla ilişkilendirerek anlamlı bir kimlik bütünlüğü kurmasına yardım etmesidir.** Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen kişilik tipini belirleyip uygun meslek ortamını seçtirmek, birey-çevre uyumuna dayalı daha çok tipoloji yaklaşımını ifade eder; burada ise öyküsel anlamlandırma vardır.

B seçeneğinde verilen ilgi ve yetenekleri testlerle ölçüp kesin karar verdirmek, ölçme ve yerleştirme odaklıdır; soruda danışanla birlikte anlam oluşturma süreci yürütülmektedir.

C seçeneğinde verilen iş piyasasına göre en yüksek gelirli mesleği seçtirmek, ekonomik faydayı merkeze alır; oysa burada bireysel anlam ve kimlik ön plandadır.

D seçeneğinde verilen ailesel beklentilere göre karar vermek, danışanın kendi yaşam öyküsünü yok sayar; süreç tam tersine bireysel temaları ortaya çıkarmayı hedefler.

Cevap: E

5. Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; meslek seçiminin **"tek bir anda verilen ani bir karar olmadığı", çocukluktan başlayarak ergenlik ve genç yetişkinliğe kadar süren bir süreç olduğu,** bu sürecin **"zamanla geliştiği ve büyük ölçüde geri dönülmesi güç olduğu"** ve kararların **giderek daha gerçekçi hâle geldiğinin** vurgulanması, **Ginzberg'in** kuramındaki **süreç, geriye dönülemezlik ve aşamalı gerçekçilik** ilkeleriyle örtüşmektedir. Bu durum dikkate alındığında psikolojik danışmanın açıklaması, **meslek seçiminin süreç içinde geliştiğini ve büyük ölçüde geri dönülemez olduğunu savunan yaklaşımı yansıttığıdır.** Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen Super'in Yaşam Boyu Mesleki Gelişim Kuramı, yaşam boyu gelişim ve benlik kavramına vurgu yapar; ancak geriye dönülemezlik bu şekilde temel bir vurgu değildir.

B seçeneğinde verilen Holland'ın Tipolojik Kuramı, kişilik-çevre uyumuna odaklanır; süreç vurgusu yoktur.

C seçeneğinde verilen Roe'nin Gereksinimler Kuramı, erken yaşantılar ve ihtiyaç doyumuna odaklanır.

E seçeneğinde verilen Özellik-Faktör Kuramı, birey ile meslek özelliklerinin eşleştirilmesine dayanır; gelişimsel süreç vurgusu içermez.

Cevap: D

6. **Super'in Mesleki Gelişim Kuramı'na** göre kariyer gelişimi yaşam boyu devam eder ve şu dönemlerden oluşur: **büyüme (0-14 yaş), araştırma (14-24 yaş), yerleşme (25-44 yaş), koruma (45-64 yaş) ve çöküş (65+ yaş).**

Tuna'nın **28 yaşında olması,** doğrudan **yerleşme dönemine (25-44 yaş)** karşılık gelmektedir. Ayrıca bir meslekte çalışmaya başlaması, işinde kalıcı olmayı ve ilerlemeyi hedeflemesi ve mesleki kimliğinin netleşmesi, bu dönemin **işe yerleşme, kendini kanıtlama ve ilerleme** özellikleriyle örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen araştırma dönemi (14-24 yaş), mesleklerin denendiği ve seçeneklerin araştırıldığı aşamadır.

C seçeneğinde verilen koruma dönemi (45-64 yaş), mevcut konumu sürdürmeye yöneliktir.

D seçeneğinde verilen çöküş dönemi (65+ yaş), işten çekilme sürecini ifade eder.

E seçeneğinde verilen geçiş, bu kuramın temel dönemlerinden biri değildir.

Cevap: B

7. İş Uyum Kuramı'na göre birey ile iş çevresi arasındaki uyum; **bireyin ihtiyaçları/değerleri, çevrenin sunduğu pekiştiriciler ve bireyin becerilerinin işin gereklerini karşılama düzeyi** üzerinden açıklanır. Bu kuramda **iş doyumunu**, bireyin ihtiyaçlarının karşılanmasıyla; **işveren doyumunu** ise bireyin performansı ile ilişkilidir. Ayrıca uyumsuzluk durumunda birey ya çevreyi değiştirmeye çalışır ya da ortamdaki ayrılır.

Soruda verilen ifadeler içinde "**mesleki doyumun bireyin bilinçdışı çatışmalarını çözümleme derecesine bağlı olduğu**" ifadesi, psikanalitik yaklaşıma ait olup İş Uyum Kuramı'nın kavramsal çerçevesinde yer almaz. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen iş doyumunu, bireyin ihtiyaçlarının çevre tarafından karşılanmasıyla açıklanır ve kuramın temel kavramlarından biridir.

C seçeneğinde verilen işveren doyumunu, bireyin iş performansına bağlıdır ve kuramla uyumludur.

D seçeneğinde verilen bireyin uyumsuzluk durumunda çevreyi değiştirmesi ya da ayrılması, kuramın önemli bir sonucudur.

E seçeneğinde verilen pekiştiriciler ve değerler, birey-çevre uyumunun temel belirleyicileridir.

Cevap: A

8. Super'in Mesleki Gelişim Kuramı'na göre kariyer gelişimi yaşam boyu devam eder. Çocukluk dönemini kapsayan **büyüme dönemi (0-14 yaş)** ise meslek algısının geliştiği evredir ve bu dönemde çocuklar sırasıyla **hayal (4-10 yaş)**, **ilgi (11-12 yaş)** ve **yetenek (13-14 yaş)** basamaklarından geçer.

Soruda Serap'ın **7 yaşında olması**, doğrudan **büyüme dönemi içinde yer alan hayal basamağına (4-10 yaş)** karşılık gelmektedir. Ayrıca mesleği oyunlarında, çizimlerinde ve hayallerinde canlandırması, gerçekçi değerlendirme yapmaması ve kendi özelliklerini dikkate almaması bu basamağın tipik özellikleridir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen ilgi basamağı (11-12 yaş), bireyin hoşlandığı etkinliklere göre yönelmesini ifade eder.

B seçeneğinde verilen yetenek basamağı (13-14 yaş), bireyin kendi kapasitesini dikkate almaya başladığı aşamadır.

D seçeneğinde verilen geçici (deneme) dönem, araştırma dönemine karşılık gelir ve daha ileri yaşları kapsar.

E seçeneğinde verilen geçiş dönemi, araştırma döneminin bir alt basamağıdır.

Cevap: C

9. Holland'ın Kişilik Kuramı'na göre bireyler; **gerçekçi, araştırmacı, sosyal, girişimci, sanatçı ve gelenekçi** olmak üzere altı kişilik tipinden biriyile tanımlanır ve her tip belirli özelliklerle ayırt edilir.

Öncüllerde verilen ifadeler incelendiğinde;

I. **öncül:** Sevil'in **tek başına çalışmayı tercih etmesi, soyut problemlerle uğraşması ve araştırma yapmaktan hoşlanması**, onun **araştırmacı tipe** sahip olduğunu gösterir.

II. **öncül:** Mümtaz'ın **insanlara yardım etmeyi önemsemesi, duyguları anlama becerisinin güçlü olması ve yüz yüze etkileşim gerektiren ortamlarda çalışmak istemesi, sosyal tipe** işaret eder.

III. **öncül:** Berrin'in **yaratıcı olması, estetik kaygılar taşıması, kurallardan hoşlanmaması ve duygularını özgün biçimde ifade etmek istemesi, sanatçı tipe** karşılık gelir.

Bu eşleştirmeler sırasıyla **araştırmacı - sosyal - sanatçı** tip şeklindedir.

Cevap: B

10. Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; Meryem'in yaşadığı sorunun bireysel özelliklerinden ziyade işin görev tanımı ve çalışma koşullarıyla ilişkilendirilmesi ve danışmanın bireyi değiştirmek yerine **çevrede uyarlamalar yapmayı gündeme getirmesi**, birey-çevre uyumunu artırmaya yönelik bir yaklaşımı göstermektedir. İş Uyum Kuramı'na göre danışmanın temel rolü, birey ile iş çevresi arasındaki uyumu artırmaya yardımcı olmaktır. Bu durum dikkate alındığında danışmanın temel rolü, **uyumu artırıcı kolaylaştırıcı rolünü üstlenmesidir**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen karar verici olma, danışanın yerine karar alma durumunu ifade eder; bu yaklaşım burada yoktur.

B seçeneğinde verilen yönlendirici olma, danışanı belirli bir seçeneğe yöneltmeyi ifade eder; burada çevreyi düzenleme söz konusudur.

C seçeneğinde verilen tanı koyucu olma, bireyin özelliklerini belirlemeye odaklanır; soruda ise çevresel uyum ön plandadır.

E seçeneğinde verilen gelişim evresi belirleyici olma, gelişimsel kuramlara özgüdür ve bu durumla ilişkili değildir.

Cevap: D

11. Roe'nun Meslek Seçimi Kuramı'nın temel varsayımları incelendiğinde; kuram, **çocuklukta ebeveyn tutumlarının ihtiyaç doyumunu etkilemesi, erken yaşantıların mesleki yönelimi belirlemesi, doyurulmayan ihtiyaçların meslek seçimleriyle telafi edilmesi ve kişilik örüntülerinin meslek tercihinin yansımaları** gibi görüşleri içerir. Buna karşılık "meslek seçiminin kişilik tipleri ile çevre tiplerinin eşleşmesi sonucu oluştuğu" görüşü Roe'ya değil, Holland'ın kuramına aittir. Bu durum dikkate alındığında doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen ebeveyn tutumlarının ihtiyaç doyumunu etkilemesi, Roe kuramının temel varsayımlarındandır.

B seçeneğinde verilen erken yaşantıların belirleyici rolü, kuramın merkezinde yer alır.

C seçeneğinde verilen ihtiyaçların meslek yoluyla telafi edilmesi, Roe'nun önemli açıklamalarından biridir.

D seçeneğinde verilen kişilik örüntülerinin meslek seçimine yansımaları, kuramla uyumludur.

Cevap: E

12. Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; Deniz'in üniversite sürecinde bölüm değiştirmesi, mezuniyet sonrası farklı işlerde çalışması, çalışma hayatına ara vermesi, yeniden eğitim alarak farklı bir alana yönelmesi ve sonunda kendi işini kurması, kariyerinin zaman içinde değişen, kesintiler ve geçişler içeren bir seyir izlediğini göstermektedir. Ayrıca mesleki kararlarının yaşam koşulları ve benlik algısına göre değiştiğini ifade etmesi, kariyerin sabit değil, bireyin yaşamı boyunca şekillenen bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır. Bu durum dikkate alındığında Deniz'in yaşadığı bu çoklu geçişler ve yeniden yönelimler, **Super'in kuramında** bireyin yaşam boyu deneyimlerinin oluşturduğu **kariyer örüntüsü** kavramıyla doğrudan ilişkilidir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen mesleki olgunluk, bireyin gelişimsel görevleri yerine getirmeye hazır olma düzeyini ifade eder; burada kariyerin seyri ve değişimi anlatılmaktadır.

C seçeneğinde verilen mesleki benlik saygısı, bireyin kendine ilişkin değerlendirmeleriyle ilgilidir; soruda bu vurgulanmamaktadır.

D seçeneğinde verilen mesleki ayrışma, belirli bir alanda uzmanlaşmayı ifade eder; oysa burada farklı alanlara geçişler vardır.

E seçeneğinde verilen çevresel tutarlılık, bireyin çevresiyle uyumunun sürekliliğini ifade eder; soruda ise değişim ve geçişler ön plandadır.

Cevap: B

13. Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; Zeynep'in bilgisayar mühendisliğini **"sınıfta hep erkekler var, ben orada kendimi yalnız hissedirim"** diyerek değerlendirmesi ve **"kadınların daha iletişim ağırlıklı mesleklerde daha mutlu olacağı"** yönündeki inancı, meslekleri **cinsiyet uygunluğu ve toplumsal kalıp yargılar üzerinden değerlendirdiğini** göstermektedir. Bu durum, bireyin benlik algısı ve toplumsal beklentiler doğrultusunda bazı meslekleri kendisi için uygun görmeyerek **erken aşamada elemesi (daraltma)** sürecine işaret eder. Bu durum dikkate alındığında Zeynep'in karar süreci, Gottfredson'un kuramında **cinsiyet uygunluğu algısı nedeniyle mesleki seçenek alanını daraltmasıyla** açıklanır. Bu

nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen yalnızca akademik başarı ve zekâ, kuramın sosyal ve bilişsel sınırlama boyutunu göz ardı eder.

B seçeneğinde verilen bilinçdışı çatışmalar, Psikanalitik yaklaşıma aittir.

C seçeneğinde verilen değerlerin ölçülmemesi, ölçme temelli bir açıklamadır; burada bilişsel sınırlama söz konusudur.

E seçeneğinde verilen gelir düzeyi, ekonomik faktörlere vurgu yapar; soruda cinsiyet algısı belirleyicidir.

Cevap: D

14. Holland'ın Kişilik Kuramı'na göre bireyler gerçekçi, araştırmacı, sosyal, girişimci, sanatçı ve gelenekçi tiplerden biriyle tanımlanır. Gerçekçi tip, somut etkinlikleri tercih eden, makinelerle çalışmayı seven, açık havada bulunmaktan hoşlanan ve uygulamaya dayalı işlerde daha başarılı olan bireyleri ifade eder.

Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; Ferhat'ın uygulamaya dayalı derslerde başarılı olması, atölye ve teknik çalışmalardan hoşlanması, somut ürün ortaya koyduğu etkinliklerde motive olması ve makinelerle ya da açık havada çalışmayı tercih etmesi, onun özelliklerinin gerçekçi tipe karşılık geldiğini göstermektedir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen sosyal tip, insanlarla etkileşim ve yardım etmeye yöneliktir.

B seçeneğinde verilen sanatçı tip, estetik ve yaratıcılığa odaklanır.

C seçeneğinde verilen girişimci tip, ikna etme ve liderlik özellikleriyle ilgilidir.

E seçeneğinde verilen aydın tip, araştırmacı tipe karşılık gelir ve daha çok soyut, bilimsel etkinlikleri içerir.

Cevap: D

15. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na göre kariyer kararları; kendini yetkin görme beklentisi (yapabilirim inancı), sonuç beklentisi (yaparsam ne olur?) ve kişisel hedefler (ne yapmak istiyorum?) arasındaki etkileşimle şekillenir.

Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; sonuç beklentisi, bireyin bir davranışın sonucunda elde edeceği olası kazanımlara veya çıktılara ilişkin inancını ifade eder. Bu bağlamda "Mimarlık eğitimini tamamladığımda toplumda saygın bir konuma sahip olacağımı düşünüyorum." ifadesi, yapılan eylemin sonucuna ilişkin bir beklenti içerdiği için sonuç beklentisine örnektir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen matematik problemlerini çözme konusunda kendine güvenme, kendini yetkin görme beklentisini ifade eder.

C seçeneğinde verilen ailenin görüşü, sosyal çevre etkisini gösterir.

D seçeneğinde verilen düzenli çalışma davranışı, bireyin eylemini ifade eder.

E seçeneğinde verilen hukuk fakültesini kazanma isteği, kişisel hedefi ifade eder.

Cevap: A

1. **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na** göre bireylerin kariyer davranışları; **kendini yetkin görme beklentisi, sonuç beklentisi** ve **kişisel hedefler** arasındaki etkileşimle şekillenir. Bu kuramda **seçim hedefi**, bireyin belirli bir alana yönelmek için somut kararlar alması ve bu doğrultuda adım atmasını ifade eder.

Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; Sude'nin başlangıçta kendine güveninin düşük olduğu, ancak danışmanın müdahalesiyle **kendini yetkin görme beklentisinin arttığı** görülmektedir. Bunun ardından Sude'nin **sertifika programına kayıt yaptırmayı ve staj yapmaya karar vermesi**, artık bu alana yönelik **somut bir yönelim ve karar geliştirdiğini** gösterir. Bu durum dikkate alındığında Sude'nin bu davranışı, Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'nda **seçim hedefi belirlemesine** karşılık gelir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen sonuç beklentisi, bir davranışın sonucuna ilişkin beklentiye ifade eder; burada davranışa yönelik karar vardır.

B seçeneğinde verilen öğrenme deneyimi, bireyin geçmiş yaşantılarını ifade eder; soruda bu deneyimden sonra alınan karar vurgulanmaktadır.

D seçeneğinde verilen engellerin bilişsel yenden yapılandırılması, düşünceyi değiştirme sürecidir; burada sonuç davranıştır.

E seçeneğinde verilen mesleki ilgi oluşumu, bir alana karşı ilgi geliştirmeyi ifade eder; soruda ilgi zaten vardır.

Cevap: C

2. **Parsons'ın Özellik-Faktör Kuramı'na** göre meslek seçimi üç temel aşamadan oluşur: **kendini tanıma, meslekleri tanıma** ve **birey ile meslek özelliklerini eşleştirme**.

Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; danışmanın önce öğrencinin **ilgi, yetenek ve değerlerini belirlemesi** kendini tanıma aşamasına, ardından **mesleklerin gerektirdiği nitelikler hakkında bilgi vermesi** meslekleri tanıma aşamasına, son olarak da **bireysel özelliklerle mesleklerin gerekliliklerini karşılaştırması** ise eşleştirme aşamasına karşılık gelmektedir. Bu durum dikkate alındığında süreç, Parsons'ın kuramındaki **kendini tanıma → meslekleri tanıma → eşleştirme** sıralamasını yansıtmaktadır. Bu

nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen sıralama, kuramın aşamalarını doğru yansıtmaz.

C seçeneğinde verilen ifadeler, gelişimsel kavramlara aittir.

D seçeneğinde verilen ilgi-deneme-yerleşme, farklı kuramlara aittir.

E seçeneğinde verilen benlik ve rol denemeleri, Super'in kuramıyla ilişkilidir.

Cevap: B

3. **Williamson'un Özellik-Faktör Yaklaşımı'na** göre kariyer danışma süreci; **analiz, sentez, tanı, tahmin, psikolojik danışma ve izleme** aşamalarından oluşur. **İzleme aşaması**, bireyin verdiği karar sonrasında sürecin yeniden değerlendirilmesini, uyum düzeyinin incelenmesini ve gerekirse yeni düzenlemeler yapılmasını içerir.

Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; Zeliha'nın bir programa yerleştikten sonra danışmanıyla tekrar görüşmesi, **uyum düzeyinin değerlendirilmesi, karşılaşılan güçlüklerin ele alınması** ve **gerekirse yeni düzenlemeler yapılmasının planlanması**, doğrudan izleme aşamasının özelliklerini yansıtmaktadır. Bu durum dikkate alındığında süreç, Williamson'a göre **izleme aşamasına karşılık gelmektedir**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen analiz, birey hakkında veri toplama sürecidir.

B seçeneğinde verilen tanı, elde edilen bilgilerin yorumlanmasıdır.

C seçeneğinde verilen tahmin, olası sonuçların öngörülmesidir.

D seçeneğinde verilen psikolojik danışma, müdahale ve rehberlik sürecidir.

Cevap: E

4. **Holland'ın Kişilik Kuramı'na** göre bireyler **gerçekçi, araştırmacı, sosyal, girişimci, sanatçı ve gelenekçi** olmak üzere altı kişilik tipinden biriyle tanımlanır. Bu kuramda temel varsayım, bireylerin kişilik özellikleri ile meslek ortamlarının özellikleri uyumlu olduğunda doyum ve başarı düzeyinin artacağıdır. Her kişilik tipi belirli ilgi, yetenek ve davranış örüntüleriyle ilişkilidir.

Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; Serap'ın **organizasyon sorumluluğu alması, insanları yönlendirmekten ve ikna etmekten hoşlanması, liderlik rolünü üstlenmesi, rekabet içeren ortamlarda motive olması ve rutin işlerden sıkılması**, onun sosyal etkileşim içinde **yönlendirme ve liderlik odaklı** bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir.

Bu özellikler Holland'a göre **girişimci kişilik tipine** karşılık gelir. Girişimci tipte bireyler; insanları etkileme, yönetme ve karar verme süreçlerinde aktif rol alır. Bu kişilik tipine uygun meslekler arasında **avukat, satış yöneticisi, yönetici, pazarlamacı** gibi alanlar yer alır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen araştırmacı tip, bilimsel ve analitik düşünmeye yöneliktir; Serap'ın özellikleriyle örtüşmez.

B seçeneğinde verilen sanatçı tip, yaratıcılık ve estetik ifade ile ilgilidir; öncülde bu vurgu yoktur.

C seçeneğinde verilen sosyal tip, yardım etme ve destek olma üzerine odaklanır; Serap'ta ise yönlendirme ve liderlik baskındır.

E seçeneğinde verilen geleneksel tip, düzenli ve rutin işlere yönelimi ifade eder; Serap bu tür işlerden sıkılmaktadır.

Cevap: D

5. İş Uyum Kuramı'na göre birey ile iş çevresi arasındaki uyum iki temel boyutta değerlendirilir: **bireyin becerilerinin işin gereklerini karşılaması (yetenek-performans uyumu)** ve **iş çevresinin sunduğu pekiştiricilerin bireyin ihtiyaçlarını karşılaması (ihtiyaç-pekiştirici uyumu)**. İşverenin bireyin performansından memnun olması, bireyin işin gereklerini karşıladığını; buna karşın bireyin işten ayrılmak istemesi ise ihtiyaçlarının karşılanmadığını gösterir.

Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; Kasım'ın **teknik yeterlilik açısından başarılı olması ve işverenin performansından memnun olması**, yetenek-performans uyumunun sağlandığını açıkça ortaya koymaktadır. Buna karşılık **iş ortamının sunduğu pekiştiricilerin ihtiyaçlarını karşılamaması**, bireyin doyum sağlamadığını ve işten ayrılmayı düşündüğünü göstermektedir. Bu durum dikkate alındığında ortaya çıkan uyumsuzluk, **bireyin ihtiyaçları ile iş çevresinin pekiştiricileri arasındaki uyumsuzlukla açıklanır**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen yeteneklerin işin gereklerini karşılamaması, İş Uyum Kuramı'nda "performans/doyuruculuk" boyutuna karşılık gelir; ancak soruda işverenin memnun olduğu belirtilerek bu durumun olmadığı açıkça ifade edilmiştir.

B seçeneğinde verilen kişilik tipinin meslekle örtüşmemesi, Holland'ın kişilik-çevre uyumu yaklaşımına aittir; burada kuramın odak noktası ihtiyaç-pekiştirici dengesidir.

C seçeneğinde verilen kariyer gelişim evresinin yanlış değerlendirilmesi, Super'in gelişimsel yaklaşımıyla ilgilidir; soruda gelişimsel bir evre problemi değil, iş ortamı-birey uyumu söz konusudur.

D seçeneğinde verilen mesleki ilgi alanlarının zaman içinde değişmesi, bireyin tercihlerinin farklılaşmasına işaret eder; ancak soruda problem ilgi değişimi değil, mevcut işin bireyin ihtiyaçlarını karşılamamasıdır.

Cevap: E

6. Soruda verilen açıklamalar incelendiğinde; Kamil'in meslek tercihlerinin **çocukluk döneminde yaşadığı baskın ebeveyn tutumları, yoğun öfke ve suçluluk duyguları** ve bu duyguları **toplumsal olarak kabul edilebilir biçimde ifade etme ihtiyacı** ile ilişkilendirilmesi, ayrıca danışmanın bu tercihleri **bilinçli gerekçelerden çok içsel çatışmalar ve savunma düzenekleriyle açıklaması**, meslek seçiminin bilinçdışı süreçlerle ele alındığını göstermektedir. Bu durum dikkate alındığında yapılan açıklama, **meslek tercihlerini erken yaşantılar ve bilinçdışı çatışmalarla açıklayan Psikanalitik Yaklaşım'la örtüşmektedir**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Özellik-Faktör Kuramı, birey ile meslek özelliklerinin eşleştirilmesine dayanır; bilinçdışı süreçleri ele almaz.

B seçeneğinde verilen Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı, öz yeterlik ve sonuç beklentilerine odaklanır; içsel çatışmaları merkeze almaz.

C seçeneğinde verilen Holland'ın Tipoloji Kuramı, kişilik tipleri ve çevre uyumunu açıklar; bilinçdışı dinamikleri içermez.

D seçeneğinde verilen Ginzberg'in Gelişimsel Yaklaşımı, meslek seçimini yaşa bağlı gelişimsel bir süreç olarak ele alır; burada vurgulanan derin psikodinamik süreçler değildir.

Cevap: E

7. Kariyer Çapaları Kuramı'na göre bireyler meslek seçimlerinde belirli temel değerleri ön planda tutarlar. Bu çapalar arasında **hayat tarzı**, bireyin iş yaşamı ile özel yaşamı arasında denge kurma isteğini ifade eder; kişi kariyer kararlarını aile, hobiler ve yaşam kalitesiyle uyumlu olacak şekilde verir.

Öncülde verilen ifadeler incelendiğinde; Zeynep Hanım'ın yüksek statülü bir pozisyonu **aileye ayırdığı zamanın azalacağı ve hobilerini yapamayacağı** gerekçesiyle reddetmesi, kariyerdan ziyade **yaşam dengesine öncelik verdiği**ni göstermektedir. Bu durum dikkate alındığında Zeynep Hanım'ın tutumu, **hayat tarzı çapasıyla açıklanır**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen güvenlik ve istikrar, iş güvencesi ve sürekliliğe önem vermeyi ifade eder; burada denge ön plandadır.

C seçeneğinde verilen özerklik ve bağımsızlık, bireyin kendi kurallarına göre çalışmak istemesiyle ilgilidir; zaman dengesi vurgusu yoktur.

D seçeneğinde verilen hizmet/bir davaya adanmışlık, topluma katkı sağlama motivasyonunu ifade eder.

E seçeneğinde verilen teknik/fonksiyonel yetkinlik, belirli bir alanda uzmanlaşmaya odaklanır.

Cevap: B

8. Buket'in anlattıkları incelendiğinde; ailesinin ilgisinin **başarıya bağlı olması**, başarılı olduğunda değerli hissetmesi ve meslek seçiminde **saygınlık ve yüksek başarı ölçütlerine yönlendirilmesi**, onun **onay ve değer görme ihtiyacının güçlü biçimde geliştiğini** göstermektedir. Bu nedenle Buket'in, başkaları tarafından fark edilebileceği ve takdir görebileceği alanlara yönelmesi beklenir.

Roe'nun İhtiyaç Kuramı'na göre çocuklukta ebeveyn tutumları, bireyin ihtiyaç doyum biçimini belirler ve bu durum meslek seçimini etkiler. Özellikle **sevgi ve kabulün koşullu olarak (başarıya bağlı) sunulması**, bireyin ilerleyen yaşamında onay ve değer görme ihtiyacını sürdürmesine ve bu ihtiyacı karşılayabileceği, çoğu zaman insanlarla etkileşim içeren mesleklere yönelmesine yol açar. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen insanlara yönelik olmayan mesleklere yönelme, sevgi ve kabulün ciddi biçimde yetersiz olduğu durumlarla daha çok ilişkilidir.

C seçeneğinde verilen fizyolojik ihtiyaçlar, Roe'nun kuramında meslek seçimini açıklayan temel değişkenler arasında değildir.

D seçeneğinde verilen sanatsal yönelim, ait olma ihtiyacının baskılanmasıyla doğrudan açıklanamaz.

E seçeneğinde verilen özerklik ihtiyacı, bağımsızlıkla ilgilidir; soruda ise onay ve değer görme ihtiyacı ön plandadır.

Cevap: B

9. Psikolojik danışmanın vurguladığı durum incelendiğinde; kariyer gelişiminin **yaşa ve gelişim dönemlerine göre değişen görevler içerdiği** ve bu görevlerin **zamanında ve uygun biçimde yerine getirilmesinin önemli olduğu** ifade edilmektedir. Bu, bireyin içinde bulunduğu gelişim dönemine uygun kariyer görevlerini yerine getirebilme düzeyine işaret eder.

Super'in kuramında bu durum **mesleki olgunluk** kavramıyla açıklanır. Mesleki olgunluk, bireyin yaşına ve gelişim düzeyine uygun kariyer görevlerini gerçekleştirmeye hazır olma ve bunları yerine getirebilme düzeyidir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen mesleki doyum, bireyin yaptığı işten aldığı tatmini ifade eder.

B seçeneğinde verilen mesleki yeterlik, bireyin belirli bir işi yapabilme kapasitesidir.

C seçeneğinde verilen mesleki başarı, elde edilen performans ve sonuçlarla ilgilidir.

E seçeneğinde verilen mesleki uzmanlaşma, belirli bir alanda derinleşmeyi ifade eder.

Cevap: D

10. Öğrencilerle yürütülen süreç incelendiğinde; önce ilgi, yetenek ve kişilik özelliklerinin ölçme araçlarıyla belirlenmesi, ardından mesleklerin gerektirdiği niteliklerin tanıtılması ve son olarak bireysel özelliklerle mesleklerin sistematik biçimde karşılaştırılması, meslek seçiminin akılcı ve mantıklı bir eşleştirme süreci olarak ele alındığını göstermektedir.

Parsons'ın Özellik-Faktör Kuramı'na göre meslek seçimi; kendini tanıma, meslekleri tanıma ve bu ikisi arasında akılcı eşleştirme yapma aşamalarından oluşur. Bu nedenle verilen süreç, doğrudan bu kuramın temel yaklaşımını yansıtmaktadır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen Super'in Yaşam Boyu-Yaşam Alanı Kuramı, gelişimsel dönemler ve yaşam rolleri üzerine odaklanır.

C seçeneğinde verilen Gottfredson'un Daraltma-Uzlaşma Kuramı, bireyin seçenekleri elemesi ve gerçekliğe uyum sağlaması sürecini açıklar.

D seçeneğinde verilen Holland'ın Tipoloji Kuramı, kişilik tipleri ile meslek ortamlarının uyumuna dayanır; ancak süreç bu şekilde aşamalı ölçme-eşleştirme değildir.

E seçeneğinde verilen Ginzberg'in Mesleki Gelişim Kuramı, yaşa bağlı gelişimsel evreleri temel alır.

Cevap: A

11. **Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaşma Kuramı'na** göre bireyler meslek seçeneklerini gelişimsel olarak aşamalı biçimde daraltır. Bu süreçte daraltma, **dışsal ve genel ölçütlerden başlayıp giderek daha içsel ve bireysel ölçütlere doğru ilerler**.

Verilen ifadeler bu gelişimsel sıraya göre incelendiğinde; birey önce meslekleri **güç, prestij ve statü** gibi genel ve dışsal özelliklerine göre değerlendirir, ardından **toplumsal cinsiyet beklentileri** devreye girer. Daha sonra **toplumsal değerler ve normlar** dikkate alınır ve en son aşamada birey **kendi benlik algısını (biricik ben, içsellik)** temel alarak eleme yapar. Bu durum dikkate alındığında doğru sıralama **II - I - IV - III** şeklindedir.

Cevap: C

12. Danışanın ifadelerine bakıldığında; işten çıkarılmanın **tamamen beklenmedik olmadığı**, ancak **"zamanlamasının kötü olduğu"** ve aynı dönemde **ev kredisi gibi ek bir stres yüküyle karşılaştığı** vurgulanmaktadır. Yani burada olayın ne olduğundan çok **ne zaman gerçekleştiği ve eş zamanlı stres faktörleriyle ilişkisi** ön plandadır.

Schlossberg'in Geçiş Kuramı'nda bu durum, **4S modeli içinde durum boyutuna** karşılık gelir. Bu boyut; geçişin **zamanlaması, kontrol edilebilirliği, eş zamanlı stresler** ve bireyin içinde bulunduğu koşulları kapsar. Bu durum dikkate alındığında danışmanın yaptığı vurgu, **geçişin zamanlaması ve stres yüküyle ilgili durum boyutuna karşılık gelmektedir**. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen benlik boyutu, bireyin öz yeterlik ve benlik saygısıyla ilgilidir; burada zamanlama vurgusu yoktur.

B seçeneğinde verilen destek boyutu, sosyal destek kaynaklarını ifade eder.

C seçeneğinde verilen strateji boyutu, bireyin başa çıkma yollarıyla ilgilidir.

D seçeneğinde verilen mesleki benlik kavramı, Super'in kuramına aittir.

Cevap: E

13. Metin'in kariyer sürecine bakıldığında; üniversite sonrası aynı kurumda çalışmaya başlaması, yıllar içinde farklı görevler üstlenerek **aynı iş yaşamını kesintisiz biçimde sürdürmesi** ve emekliliğe kadar devam etmesi, süreklilik ve devamlılık içeren bir kariyer çizgisine işaret etmektedir. Bu durum **Super'in** kuramında **istikrarlı kariyer örüntüsü** ile açıklanır.

Zerrin'in kariyer süreci incelendiğinde ise; işe başladıktan sonra **ailevi nedenlerle çalışma hayatına ara vermesi** ve daha sonra yeniden iş yaşamına dönmesi, kariyerinde kesinti ve yeniden giriş olduğunu göstermektedir. Bu yapı Super'e göre **kesintili kariyer örüntüsüne** karşılık gelir. Bu durum dikkate alındığında doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen geleneksel - çift yol, geleneksel örüntü tek bir işte uzun süre devam etmeyi; çift yol ise bireyin aynı anda iki farklı rolü (örneğin hem aile hem iş ya da iki iş) birlikte sürdürmesini ifade eder; öncülde bu yoktur.

B seçeneğinde verilen istikrarlı - geleneksel, istikrarlı kesintisiz devamı ifade ederken geleneksel daha klasik tek iş çizgisini belirtir; ancak Zerrin'in kariyeri kesintilidir.

C seçeneğinde verilen geleneksel - kesintili, geleneksel kesintisiz bir kariyeri ifade eder; Metin'in durumu daha uygun biçimde istikrarlı olarak adlandırılır.

D seçeneğinde verilen istikrarlı - çift yol, çift yol bireyin iki rolü aynı anda yürütmesini ifade eder; Zerrin'de ise ara verme söz konusudur.

Cevap: E

14. **Holland'ın Kişilik Kuramı'na** göre **ayrışma**, bireyin bazı tiplerde yüksek bazı tiplerde düşük puan alarak **belirgin ve net bir profil göstermesi**; **tutarlılık** ise baskın tiplerin **birbirine yakın ve uyumlu olmasıdır**.

Can'ın durumuna bakıldığında; **araştırmacı ve sanatçı alanlarında yüksek**, diğer alanlarda düşük puan alması ve hangi alanlarda başarılı olabileceğini net biçimde fark etmesi, **belirgin ve kesin bir profil** gösterdiğini ortaya koyar. Bu durum **ayrışma** kavramına karşılık gelir.

Derya'nın durumunda ise; **sosyal, araştırmacı ve sanatçı tiplerinden birbirine yakın puanlar alması** ve bu nedenle kararsız kalması, baskın tiplerin **birbirine yakın ve uyumlu olduğunu** gösterir. Bu durum **tutarlılık** kavramıyla açıklanır.

Bu durum dikkate alındığında doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen tutarlılık - ayrışma, sıralamayı ters vermektedir.

C seçeneğinde verilen kimlik - uyum, bu soruda ölçülen kavramlar değildir.

D seçeneğinde verilen uyum - kimlik, birey-çevre ilişkisine yöneliktir.

E seçeneğinde verilen tutarlılık - kimlik, ikinci durumu açıklamaz.

Cevap: B

15. Baran'ın durumuna bakıldığında; iş bulamama sürecinde **ailesinden olumsuz geri bildirim alması**, arkadaşlarının işe girmesi nedeniyle **sosyal çevreden uzaklaşması** ve bu nedenle **yalnız kalması**, onun destek kaynaklarının zayıfladığını göstermektedir. Bu durum, başa çıkma sürecinde sosyal çevrenin önemli rol oynadığını ortaya koyar.

Schlossberg'in 4S modeline göre **destek boyutu**, bireyin ailesi, arkadaşları ve sosyal çevresinden aldığı desteği ifade eder. Sosyal destek ağlarının zayıf olması, bireyin geçiş sürecine uyumunu zorlaştırır. Bu durum dikkate alındığında vakada vurgulanan temel sorun, **destek boyutunun zayıf olmasıdır**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen durum, olayın niteliği ve zamanlamasıyla ilgilidir; burada vurgu sosyal çevrededir.

C seçeneğinde verilen benlik, bireyin öz yeterlik ve benlik algısıyla ilgilidir; ön planda değildir.

D seçeneğinde verilen stratejiler, başa çıkma yollarını ifade eder; soruda destek eksikliği vurgulanmaktadır.

E seçeneğinde verilen kariyer olgunluğu, gelişimsel bir kavramdır ve bu modelle doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: B

1. Zeynel'in kendisini "**sorumluluk sahibi, düzenli ve insanlara yardımcı olmayı seven biri**" olarak tanımlaması, onun **benlik algısını** ortaya koymaktadır. Danışmanın, seçilecek mesleğin bu benlik algısıyla uyumlu olması gerektiğini ve bu algının **zaman içinde gelişip değişebileceğini** vurgulaması, meslek seçimini bireyin benlik kavramıyla ilişkilendiren bir yaklaşımı göstermektedir.

Super'in Yaşam Boyu-Yaşam Alanı Kuramı'na göre meslek seçimi, bireyin **benlik kavramının zaman içinde gelişerek mesleğe yansımalarıdır**. Birey, kendini nasıl algılıyorsa buna uygun meslekler seçer ve bu süreç yaşam boyu değişebilir. Bu durum dikkate alındığında Esra Hanım'ın yaklaşımı, **benlik kavramına dayalı gelişimsel yaklaşımı ifade etmektedir**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Parsons'ın Özellik-Etmen Kuramı, birey-meslek eşleştirmesine dayanır; benlik kavramının gelişimine vurgu yapmaz.

B seçeneğinde verilen Holland'ın Tipoloji Kuramı, kişilik tipleri ile çevre uyumunu açıklar; benlik gelişimi vurgusu sınırlıdır.

D seçeneğinde verilen Gottfredson'un Daraltma-Uzlaşma Kuramı, meslek seçeneklerinin daraltılması ve uzlaşma sürecine odaklanır.

E seçeneğinde verilen Ginzberg'in Kuramı, yaşa bağlı gelişimsel evreleri ele alır.

Cevap: C

2. Mert'in durumuna bakıldığında; başlangıçta **pilot olmak istemesi**, ancak zamanla **ailesinin beklentileri ve çevresel etkiler nedeniyle bu isteğinden vazgeçmesi** ve **daha ulaşılabilir gördüğü bir mesleğe yönelmesi**, meslek seçeneklerinin dış gerçekliklere göre yeniden düzenlendiğini göstermektedir.

Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaşma Kuramı'na göre bireyler önce meslek seçeneklerini daraltır, ardından **ulaşılabilirlik, sosyal beklentiler ve gerçek koşullar doğrultusunda "en iyi yerine uygun olana yönelme"** yani **uzlaşma** sürecine girer. Mert'in başlangıçtaki ideal mesleğinden vazgeçip çevresel koşullara uygun bir seçeneğe yönelmesi bu sürecin tipik bir örneğidir. Bu durum dikkate alındığında Mert'in meslek seçimi, **uzlaşma süreciyle açıklanır**. Bu

nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Super'in kuramı, benlik kavramının gelişimine odaklanır; burada çevresel sınırlama ön plandadır.

C seçeneğinde verilen Holland'ın kuramı, kişilik-çevre uyumunu açıklar.

D seçeneğinde verilen Sosyal Bilişsel Kuram, öz yeterlik ve sonuç beklentilerine odaklanır.

E seçeneğinde verilen İş Uyum Kuramı, birey-iş çevresi uyumunu ele alır.

Cevap: B

3. Ercan'ın **problem çözme sevmesi, soyut düşünmeye yönelmesi ve bağımsız çalışmayı tercih etmesi**, onun belirli bir **kişilik örüntüsüne** sahip olduğunu göstermektedir. Danışmanın, bu özelliklerle **uyumlu meslek ortamlarında daha doyumlu olacağını** vurgulaması, bireyin kişilik özellikleri ile çalışma ortamının özellikleri arasındaki uyuma dikkat çekmektedir.

Holland'ın Tipoloji Kuramı'na göre bireyler belirli kişilik tiplerine sahiptir ve **kişilik ile meslek çevresi uyumlu olduğunda doyum ve başarı artar**. Bu durum dikkate alındığında yapılan açıklama, doğrudan bu kuramın temel varsayımını yansıtmaktadır. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Parsons'ın Özellik-Etmen Kuramı, birey-meslek eşleştirmesine dayanır ancak kişilik tipleri üzerinden sınıflama yapmaz.

B seçeneğinde verilen Super'in Benlik Kuramı, benlik kavramının gelişimine odaklanır.

C seçeneğinde verilen Ginzberg'in Kuramı, gelişimsel dönemleri ele alır.

D seçeneğinde verilen Roe'nun İhtiyaç Kuramı, çocukluk yaşantıları ve ihtiyaç doyumuna odaklanır.

Cevap: E

4. Selçuk'un durumuna bakıldığında; işten ayrıldıktan sonra **yoğun kaygı yaşaması**, zaman zaman **hiçbir şey yapmayıp bekleme eğilimi göstermesi** ve iş arama sürecinde **pasif kalması**, başa çıkma davranışlarının yetersiz olduğunu göstermektedir. Danışmanın ise **iş arama davranışlarını artırmaya, olumsuz düşünceleri yeniden yapılandırmaya** ve süreci **planlı yürütmesini sağlamaya** yönelik müdahaleler planlaması, doğrudan bireyin başa çıkma yollarını güçlendirmeye yöneliktir.

Schlossberg'in 4S modelinde **stratejiler boyutu**, bireyin geçiş sürecinde kullandığı başa çıkma yöntemlerini ve davranışlarını ifade eder. Bu durum dikkate alındığında danışmanın müdahalesi, **stratejiler boyutunu geliştirmeye yöneliktir**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen durum, geçişin niteliği ve zamanlamasıyla ilgilidir; burada müdahale buna yönelik değildir.

B seçeneğinde verilen benlik, öz yeterlik ve benlik algısını ifade eder; doğrudan hedef alınmamıştır.

C seçeneğinde verilen destek, sosyal destek kaynaklarıyla ilgilidir.

E seçeneğinde verilen mesleki kimlik, farklı bir kuramsal kavramdır.

Cevap: D

5. Ahmet Bey'in ifadelerine bakıldığında; **yönetici pozisyonunu reddetmesi** ve **"makinelere se-sinden anlarım, sorun çözmekten keyif alırım"** demesi, onun yönetsel rol yerine **kendi teknik uzmanlık alanında kalmayı tercih ettiğini** göstermektedir. Yani motivasyonu yükselmekten ziyade **uzman olduğu işi yapmaya devam etmektedir**.

Kariyer çapaları kuramına göre **teknik/fonksiyonel yetkinlik**, bireyin belirli bir alanda uzmanlaşmayı sürdürmek istemesi ve yönetim gibi farklı rollere geçmek yerine **kendi teknik becerilerini kullanabileceği işlerde kalmayı tercih etmesi** ile ilgilidir. Bu durum dikkate alındığında Ahmet Bey'in tutumu **teknik/fonksiyonel yetkinlik çapasıyla açıklanır**. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen genel yönetim yetkinliği, bireyin yönetici olma ve sorumluluk alma isteğini ifade eder; Ahmet Bey bunu reddetmektedir.

B seçeneğinde verilen özerklik ve bağımsızlık, kendi başına çalışma isteğini ifade eder; burada teknik uzmanlık ön plandadır.

D seçeneğinde verilen güvenlik ve istikrar, iş güvencesine önem vermeyi ifade eder; soruda böyle bir vurgu yoktur.

E seçeneğinde verilen hayat tarzı, iş-yaşam dengesiyle ilgilidir; burada mesleki içerik tercih edilmektedir.

Cevap: C

6. Mert'in durumuna bakıldığında; başlangıçta net bir kariyer kararı olmamasına rağmen **dijital pazarlama alanında kendini geliştirmesi, forumlarda aktif olması** ve bu süreçte **tesadüfi bir bağlantı kurarak fırsat yakalaması**, ayrıca küresel kriz gibi beklenmedik bir durumun bu fırsatı daha da değerli hâle getirmesi, şansın aktif biçimde yaratıldığı ve değerlendirildiği bir süreci göstermektedir. Bu durum dikkate alındığında Mert'in kariyer öyküsü, Krumboltz'un kuramında **planlanmış şans kavramıyla açıklanır**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kariyer çapası, bireyin temel değerlerine göre meslek seçmesini ifade eder; soruda değer temelli bir tercih değil fırsatın değerlendirilmesi vardır.

B seçeneğinde verilen mesleki olgunluk, bireyin gelişimsel olarak karar vermeye hazır olma düzeyidir; soruda bu hazırbulunuşluktan çok fırsatların kullanımı vurgulanmaktadır.

C seçeneğinde verilen kariyer geçişi, bir işten diğerine geçiş sürecini ifade eder; soruda geçişten ziyade fırsatın ortaya çıkışı ve değerlendirilmesi ön plandadır.

E seçeneğinde verilen kendini keşfetme, bireyin ilgi ve özelliklerini tanımasıyla ilgilidir; soruda bu süreç olsa da belirleyici olan şansın kullanılmasıdır.

Cevap: D

7. Can'ın durumuna bakıldığında; bir gün futbolcu, ertesi gün doktor olmak istemesi, meslek tercihlerini **keyfi ve değişken biçimde**, gerçekçi değerlendirmeler yapmadan belirlediğini göstermektedir. Öğretmenin bu durumu **yaşa özgü ve zamanla daha gerçekçi hâle gelecek bir süreç** olarak açıklaması da gelişimsel bir bakış açısını yansıtır.

Ginzberg'in Mesleki Gelişim Kuramı'na göre çocukluk döneminde yer alan **hayal dönemi (5-11 yaş)** içinde çocuklar meslek seçimlerini **zevk ve hayal temelli**, gerçeklikten bağımsız olarak yaparlar ve bu tercihler sık sık değişebilir. Zamanla birey daha gerçekçi değerlendirmeler yapmaya başlar. Bu durum dikkate alındığında verilen açıklama, doğrudan bu kuramla örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Holland'ın Tipoloji Kuramı, kişilik-meslek uyumuna odaklanır; gelişimsel değişimi açıklamaz.

B seçeneğinde verilen Psikanalitik Kuram, bilinçdışı süreçleri temel alır.

D seçeneğinde verilen Gottfredson'un Daraltma-Uzlaşma Kuramı, meslek seçeneklerinin elenmesi ve uzlaşma sürecine odaklanır.

E seçeneğinde verilen Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı, öz yeterlik ve sonuç beklentilerine dayanır.

Cevap: C

8. Sertaç'ın durumuna bakıldığında; bir alanda **başarılı olabileceğine dair inancının artması**, bu doğrultuda **hedefler koyması** ve **daha fazla çaba göstermesi**, ayrıca **olumlu geri bildirimlerin bu süreci güçlendirmesi**, bireyin inançları ile davranışları arasında karşılıklı bir etkileşim olduğunu göstermektedir.

Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na göre bireyin kendini yetkin görme beklentisi, **hedef belirleme** ve **davranış (çaba)** birbirini etkileyen dinamik bir süreç oluşturur. Özellikle bireyin kendine olan inancı arttıkça daha yüksek hedefler koyması ve daha fazla çaba göstermesi bu kuramın temel varsayımlarındandır. Bu durum dikkate alındığında verilen örnek, doğrudan bu kuramla açıklanır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen Parsons'ın Özellik-Etmen Kuramı, birey-meslek eşleştirmesine odaklanır; inanç ve çaba döngüsünü açıklamaz.

C seçeneğinde verilen Roe'nun İhtiyaç Kuramı, çocukluk yaşantıları ve ihtiyaç doyumuna dayanır.

D seçeneğinde verilen Holland'ın Tipoloji Kuramı, kişilik tipleri ile meslek uyumunu açıklar.

E seçeneğinde verilen İş Uyum Kuramı, birey-iş çevresi uyumunu ele alır.

Cevap: A

9. Öğrencinin altı kişilik tipinin **hepsinde birbirine yakın puanlar alması**, profilinin **belirgin olmaması** ve tipler arasında **net bir farklılaşma görülmemesi** anlamına gelir. Yani bireyin hangi tipe daha yakın olduğu ayırt edilemez.

Holland'ın Tipoloji Kuramı'nda bu durum, **ayrışmanın düşük olması** ile ilgilidir. **Ayrışma**; bireyin bazı tiplerde yüksek, bazılarında düşük puan alarak **net bir profil göstermesi** anlamına gelir. Burada ise tam tersi söz konusudur: tipler birbirine yakındır, yani **ayrışma yoktur/düşüktür**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen kimlik, bireyin hedeflerinin ve ilgilerinin netliğiyle ilgilidir.

C seçeneğinde verilen tutarlılık, baskın tiplerin birbirine yakınlığıyla ilgilidir; ancak burada tüm tipler birbirine yakındır, baskın tip yoktur.

D seçeneğinde verilen mesleki çevre, iş ortamlarının özelliklerini ifade eder.

E seçeneğinde verilen uyum, birey-çevre uyumunu ifade eder.

Cevap: A

10. Tanık'ın kendisini **"planlı hareket eden, ayrıntılara dikkat eden, ani değişimlerden hoşlanmayan ve kendi başına çalışırken verimli olan"** biri olarak tanımlaması, onun **davranış örüntülerini ve bireysel eğilimlerini** ortaya koymaktadır. Bu ifadeler, bireyin neyi sevdiğinden (ilgi) ya da neyi önemli gördüğünden (değer) ziyade **nasıl bir yapıya sahip olduğunu** gösterir.

Bu durum dikkate alındığında Tarık'ın vurguladığı temel unsur, meslek seçiminde **kişilik özelliklerinin belirleyici olmasıdır**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen mesleki değerler, bireyin işten ne beklediğiyle (örneğin saygınlık, gelir) ilgilidir.

C seçeneğinde verilen genel yetenekler, bireyin yapabilme kapasitesini ifade eder; burada davranış tarzı anlatılmaktadır.

D seçeneğinde verilen sosyokültürel etkenler, aile ve çevre etkilerini kapsar.

E seçeneğinde verilen ilgiler, bireyin hoşlandığı etkinliklerle ilgilidir.

Cevap: A

11. Mühendisin durumuna bakıldığında; **işin gerektirdiği becerilerle kendi yeteneklerinin uyumlu olması**, performans açısından bir sorun olmadığını; ancak **iş ortamının sunduğu koşulların beklentilerini karşılamaması** ise doyumun düşmesine yol açtığını göstermektedir.

İş Uyum Kuramı'na göre birey-iş ilişkisi iki boyutta ele alınır: **yetenek-iş gerekleri uyumu (performans)** ve **ihtiyaç-pekiştirici uyumu (doyum)**. Soruda performansın uygun olduğu ancak **ihtiyaçların karşılanmadığı** açıkça görülmektedir. Bu durum dikkate alındığında yaşanan problem, doğrudan bu kuramın temel kavramlarıyla açıklanır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen Holland'ın Tipoloji Kuramı, kişilik-çevre uyumuna odaklanır; burada ihtiyaç-pekiştirici dengesi vurgulanmaktadır.

C seçeneğinde verilen Super'in Benlik Kuramı, benlik kavramının gelişimine odaklanır.

D seçeneğinde verilen Gottfredson'un Kuramı, meslek seçeneklerinin daraltılması ve uzlaşma sürecini açıklar.

E seçeneğinde verilen Ginzberg'in Kuramı, gelişimsel evreleri ele alır.

Cevap: A

12. Danışanın durumuna bakıldığında; **çocukluk döneminde yeterli duygusal ilgi görmemesi** ve bunun sonucunda **insanlarla yakın ilişki kurabileceği mesleklere yönelmesi**, erken yaşantıların ve ihtiyaç doyumunun meslek seçimini etkilediğini göstermektedir.

Ann Roe'nun İhtiyaç Kuramı'na göre bireyin çocuklukta yaşadığı ebeveyn tutumları, özellikle **sevgi ve kabul ihtiyacının karşılanma biçimi**, ilerideki meslek yönelimini belirler. Sevgi ve ilginin yetersiz olduğu durumlarda birey, bu ihtiyacı karşılamak için **insanlara yönelik mesleklere yönelebilir**. Bu durum dikkate alındığında yapılan açıklama, doğrudan bu kuramla örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Holland'ın Tipoloji Kuramı, kişilik-çevre uyumunu açıklar; çocukluk yaşantılarına odaklanmaz.

B seçeneğinde verilen Super'in Benlik Kuramı, benlik kavramının gelişimine odaklanır.

C seçeneğinde verilen Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı, öz yeterlik ve sonuç beklentilerini temel alır.

E seçeneğinde verilen İş Uyum Kuramı, birey-iş çevresi uyumunu ele alır.

Cevap: D

13. Soruda danışmanın, öğrencileri **içedönüklük-dışadönüklük, sezgisel-duyusal algı ve düşünme-hissetme** gibi boyutlara göre değerlendirdiği belirtilmektedir. Bu boyutlar doğrudan bireyin psikolojik tercihlerini ve bilişsel işleyiş tarzını sınıflandırmaya yöneliktir.

Bu özellikler, **Myers-Briggs Tip Kuramı'nın temel boyutlarıdır**. Bu kuramda bireyler; içe dönük-dışa dönük, duyusal-sezgisel, düşünme-hissetme gibi karşıt boyutlar üzerinden tanımlanır ve bu tipler doğrultusunda meslek önerileri yapılır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Holland'ın Tipoloji Kuramı, gerçekçi, araştırmacı, sosyal gibi mesleki kişilik tiplerine dayanır; bu boyutları kullanmaz.

C seçeneğinde verilen Super'in Benlik Kuramı, benlik kavramının gelişimine odaklanır.

D seçeneğinde verilen Ginzberg'in Kuramı, gelişimsel evreleri açıklar.

E seçeneğinde verilen Gottfredson'un Kuramı, meslek seçeneklerinin daraltılması ve uzlaşma sürecini ele alır.

Cevap: B

14. Murat Bey'in ifadelerine bakıldığında; **insanlarla sürekli etkileşim hâlinde olmayı sevmesi** dışa dönüklüğü, **somut verileri ve gerçekçi ölçütleri esas alması** duyumsal yönelimi, **mantıksal tutarlılığı** duyguların önünde tutması düşünce odaklı olmayı ve **işleri önceden planlayarak netleştirmeyi tercih etmesi** ise yargılayıcı özelliği göstermektedir. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde Murat Bey'in tipi **dışa dönük - duyumsal - düşünce odaklı - yargılayıcıdır**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen içe dönük - duygu odaklı - algılayıcı yapı, Murat Bey'in sosyal ve planlı yapısıyla örtüşmez.

C seçeneğinde verilen sezgisel ve duygu odaklı yapı, somut ve mantıksal yaklaşımı karşılamaz.

D seçeneğinde verilen içe dönük ve algılayıcı özellikler, verilen ifadelerle çelişir.

E seçeneğinde verilen sezgisel ve algılayıcı özellikler, somutluk ve planlılıkla uyumlu değildir.

Cevap: A

15. Ece'nin durumuna bakıldığında; uzun yıllardır aynı kurumda çalışmasına rağmen **örgütsel değişimler, teknolojik dönüşüm ve yaşam rollerindeki değişimler nedeniyle mesleki doyumu- nun azalması,** ayrıca **farklı bir alana geçmeyi düşünmesi ve mesleki kimliğini yeniden sorgulaması,** kariyerinde yeniden değerlendirme ve yapılandırma sürecine girdiğini göstermektedir.

Super'in Yaşam Boyu Kariyer Gelişimi Kuramı'na göre bireyler yaşam boyunca **maksi yaşam döngüsü** içinde ilerlerken, önemli geçiş ve kriz dönemlerinde **mini yaşam döngülerine girerek keşfetme, uyum sağlama ve yeniden yerleşme süreçlerini tekrar yaşarlar**. Ece'nin mevcut durumunu sürdürmek ile yeni bir alana yönelmek arasında kalması ve benlik-rol uyumunu yeniden değerlendirmesi, bu tür bir **yeni- den yapılanma sürecine** işaret eder. Bu durum dikkate alındığında Ece, maksi döngüde yerleşme ile sürdürme arasında bulunurken, yaşadığı değişimler nedeniyle **mini yaşam döngüsüne girmiştir**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde mini döngülerin yalnızca zorunlu kayıplarda ortaya çıktığı ifadesi yanlıştır; gönüllü geçişlerde de görülür.

C seçeneğinde maksi döngünün işlevini yitirdiği iddiası kuramla çelişir.

D seçeneğinde kuramın yetersiz olduğu yorumu, kuramsal açıklamayı reddeder.

E seçeneğinde bireysel sorun olarak ele alma, kariyer gelişimi bağlamını göz ardı eder.

Cevap: B

1. **Bilgi İşleme Yaklaşımı'na** göre kariyer seçimi, bireyin karşılaştığı seçenekler arasında **bilişsel süreçleri kullanarak problem çözmesi** ve bu süreçte **kendi düşünmesini değerlendirmesi (metabiliz)** ile ilerler.

Verilen ifadeler incelendiğinde:

- I. ifade, kariyer seçimini **bilişsel bir problem çözme süreci** olarak tanımladığı için bu yaklaşımın temelini yansıtır.
- II. ifade, bireyin **düşünme biçimini değerlendirme ve düzenlemesi (metabiliz)** vurgusunu içerdiği için yine bilgi işleme yaklaşımına uygundur.
- III. ifade ise birey özellikleri ile meslek özelliklerinin **eşleştirilmesini** ifade eder; bu daha çok Parsons'ın Özellik-Etmen Kuramı'na aittir, bilgi işleme yaklaşımının temel vurgusu değildir.

Cevap: D

2. Tuna'nın ifadelerine bakıldığında; **"en doğru mesleği bulamazsam hayatım mahvolur"** düşüncesi, kariyer kararını **tek ve kesin bir seçim** olarak algıladığını ve bu nedenle yoğun stres yaşadığını göstermektedir. Danışmanın ise kararın kesin doğruluğundan ziyade **değişen koşullara uyum sağlama ve alternatif planlar geliştirme** üzerinde durması, kariyer sürecinin **esnek ve dinamik** bir yapıda ele alındığını göstermektedir.

Bu durum dikkate alındığında danışmanın vurguladığı yaklaşım, kariyer seçimini **belirsizlik içinde esnek karar verebilme ve uyum sağlayabilme süreci** olarak ele almaktadır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen çocukluk yaşantıları vurgusu, psikanalitik ve Roe yaklaşımıyla ilgilidir.

B seçeneğinde verilen tek ve kesin karar anlayışı, danışmanın tam tersine karşı çıktığı görüştür.

C seçeneğinde verilen eşleştirme, Parsons yaklaşımına aittir.

E seçeneğinde verilen sosyal çevre belirleyiciliği, tek yönlü bir açıklamadır; danışman esnekliği vurgulamaktadır.

Cevap: D

3. Berk'in durumuna bakıldığında; **teknik olarak başarılı ve gerekli becerilere sahip olmasına rağmen**, liderlik ve kriz yönetimi gibi durumlarda **"yeterince iyi değilim"** diyerek geri adım atması, onun problem yaşadığı noktanın **yapabilme kapasitesi değil, bu kapasiteye dair inancı** olduğunu göstermektedir.

Bu durum, **Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'nda** yer alan **öz-yetkinlik (kendini yetkin görme beklentisi)** kavramıyla açıklanır. Öz-yetkinlik, bireyin belirli bir görevi başarıyla yerine getirebileceğine dair inancıdır. Berk'in becerileri olmasına rağmen bu inancının düşük olması, kariyer davranışlarını doğrudan etkilemektedir. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen mesleki değerler, bireyin işten ne beklediğiyle ilgilidir.

B seçeneğinde verilen mesleki ilgiler, bireyin hoşlandığı alanları ifade eder.

C seçeneğinde verilen kişilik özellikleri, genel davranış eğilimleridir; burada inanç düzeyi ön plandadır.

D seçeneğinde verilen akademik yetenek, bireyin kapasitesidir; soruda bu yeterli olmasına rağmen sorun yaşanmaktadır.

Cevap: E

4. Verilen durumda; program uygulandıktan sonra **öğrencilerde meydana gelen değişimlerin ölçülmesi, ölçme araçlarından elde edilen verilerin karşılaştırılması ve programın etkililiği hakkında çıkarım yapılması** söz konusudur. Bu, programın ne kadar işe yaradığını belirlemeye yönelik bir süreçtir.

Bu durum dikkate alındığında yapılan çalışma, kariyer gelişim programlarının **değerlendirme aşamasına** karşılık gelir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen hedef grubun ihtiyaçlarını belirleme, program öncesi yapılan analiz aşamasıdır.

C seçeneğinde verilen program içeriğini belirleme, planlama sürecine aittir.

D seçeneğinde verilen ölçülebilir amaçlar belirlleme, programın hedeflerini oluşturma aşamasıdır.

E seçeneğinde verilen programı tanıtmaya, uygulama öncesi bilgilendirme sürecidir.

Cevap: A

5. Değer kavramı incelendiğinde; değerler bireyin **hayatta önemli bulduğu ilke ve hedefleri** ifade eder ve meslek seçimi ile iş doyumu üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Ayrıca bireyin iş ortamında nelere önem verdiğini anlamaya yardımcı olur ve kariyer danışmanlığında temel belirleyicilerden biridir.

Ancak değerler **sabit ve değişmez değildir**; bireyin yaşantıları, deneyimleri ve yaşam koşulları doğrultusunda zamanla değişebilir. Bu nedenle "değerler tüm bireylerde sabittir ve değişmez" ifadesi yanlıştır. Bu durum dikkate alındığında doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneği, değer tanımı doğru verir.

B seçeneği, değerlerin kariyer üzerindeki etkisini doğru açıklar.

D seçeneği, değerlerin iş tercihlerini anlamadaki rolünü doğru ifade eder.

E seçeneği, kariyer danışmanlığındaki önemini doğru belirtir.

Cevap: C

6. Şermin'in test sonuçlarına bakıldığında; **şekiller arasındaki farkları hızlı ayırt etmesi, mekanik düzenekleri kolay kavraması ve el-göz koordinasyonunun yüksek olması**, onun belirli alanlarda **performans kapasitesinin güçlü olduğunu** göstermektedir. Bu özellikler, bireyin neyi sevdiğinden ya da nasıl bir yapıya sahip olduğundan ziyade **neyi yapabildiğiyle** ilgilidir.

Bu durum dikkate alındığında Şermin'in meslek seçiminde öncelikle dikkate alınması gereken **değişken yetenekleridir**. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen mesleki değerler, bireyin neyi önemli bulduğuyla ilgilidir.

B seçeneğinde verilen sosyal destek, çevresel bir faktördür.

C seçeneğinde verilen kişilik yapısı, davranış eğilimlerini ifade eder.

E seçeneğinde verilen ilgiler, bireyin hoşlandığı etkinliklerle ilgilidir.

Cevap: D

7. Merve'nin durumuna bakıldığında; mezuniyet sonrası işsiz kalma ihtimalini düşünerek **yabancı dilini geliştirmesi ve veri analizi alanında kendini hazırlaması**, ardından da **küresel bir krizin beklenmedik şekilde bu becerilere olan talebi artırması** ve bu sayede fırsat yakalaması, tesadüfi gibi görünen bir durumun **önceden yapılan hazırlıklarla avantaja dönüştürülmesi** anlamına gelir.

Krumboltz'un kuramında bu durum **planlanmış şans** kavramıyla açıklanır. Birey, rastlantısal fırsatları fark edebilmek ve değerlendirebilmek için kendini geliştirir; böylece şansı "planlı" hâle getirir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kariyer geçişi, bir işten diğerine geçiş sürecini ifade eder; burada fırsatın değerlendirilmesi ön plandadır.

B seçeneğinde verilen mesleki değer, bireyin işten ne beklediğiyle ilgilidir.

C seçeneğinde verilen kariyer olgunluğu, gelişimsel hazırbulunuşluk düzeyidir.

E seçeneğinde verilen kendini gerçekleştirme, bireyin potansiyelini en üst düzeyde kullanmasıyla ilgilidir; soruda vurgulanan kavram şansın değerlendirilmesidir.

Cevap: D

8. Eren'in anlattıklarına bakıldığında; işten ayrılma kararını **kendi isteğiyle alması (kontrol edilebilirlik)**, ancak **sonuçlarını öngörememesi**, ayrıca danışmanın özellikle **geçişin zamanlaması**, **yaşam döngüsüne uygunluğu** ve **eş zamanlı stres kaynaklarını** incelemek istemesi, odak noktanın doğrudan **geçişin özellikleri** olduğunu göstermektedir.

Schlossberg'in 4S modelinde bu unsurlar **durum (situation) boyutu** kapsamında ele alınır. Durum boyutu; geçişin **zamanlaması**, **kontrol edilebilirliği**, **eş zamanlı stresler** ve olayın genel niteliğiyle ilgilidir. Bu durum dikkate alındığında danışmanın öncelikle ele aldığı boyut **durumdur**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen benlik, bireyin öz yeterlik ve benlik algısıyla ilgilidir.

C seçeneğinde verilen destek, sosyal çevreden alınan yardımı ifade eder; soruda ikinci plandadır.

D seçeneğinde verilen stratejiler, başa çıkma yollarını ifade eder.

E seçeneğinde verilen mesleki olgunluk, gelişimsel bir kavramdır ve bu modelin parçası değildir.

Cevap: B

9. Murat Bey'in durumuna bakıldığında; uzun yıllar aynı alanda çalıştıktan sonra **kurumsal hayatı tamamen bırakması**, farklı bir alanda eğitim alması ve **yeni bir mesleki kimlik inşa etmesi**, kariyerinde köklü bir değişim yaşadığını göstermektedir. Bu değişim, yalnızca iş değiştirme değil, aynı zamanda **meslek alanı ve kimlik dönüşümünü** içeren bir süreçtir.

Kariyer gelişimi kuramları açısından bu durum, bireyin bir kariyer alanından başka bir alana yönelmesini ifade eden **kariyer geçişi** kavramıyla açıklanır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kariyer çapası, bireyin temel değer ve motivasyonlarını ifade eder; burada doğrudan bir değişim süreci anlatılmaktadır.

B seçeneğinde verilen planlanmış şans, fırsatların değerlendirilmesiyle ilgilidir; burada bilinçli bir yön değişimi vardır.

D seçeneğinde verilen kariyer olgunluğu, gelişimsel hazırbulunuşluk düzeyidir.

E seçeneğinde verilen mesleki ilgi, bireyin hoşlandığı alanları ifade eder; burada esas olan alan değişimidir.

Cevap: C

10. Selim'in durumuna bakıldığında; yöneticilik pozisyonuna yükselmesine rağmen **toplantılar, bütçe planlama ve personel yönetimi gibi yönetsel görevlerden rahatsız olması**, buna karşılık **teknik becerilerini kullanmak, kod yazmak ve uzmanlık alanında en iyi olmak istemesi**, onun motivasyonunun yönetmekten değil **uzmanlaşmaktan** geldiğini göstermektedir.

Schein'in Kariyer Çapaları Kuramı'na göre **teknik/fonksiyonel yetkinlik**, bireyin belirli bir alanda derinleşmek istemesi, yönetim gibi farklı rolleri reddedip **uzmanlık alanında kalmayı tercih etmesi** ile ilgilidir. Selim'in yüksek maaşlı yöneticiliği bırakıp tekrar teknik role dönmek istemesi bu çapayı açıkça yansıtır. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen özerklik ve bağımsızlık, kendi başına çalışma isteğini ifade eder; burada uzmanlık ön plandadır.

C seçeneğinde verilen genel yönetim yetkinliği, liderlik ve yönetme isteğini ifade eder; Selim bunu reddetmektedir.

D seçeneğinde verilen güvenlik ve istikrar, iş güvencesine önem vermeyi ifade eder.

E seçeneğinde verilen girişimci yaratıcılık, yeni iş kurma ve risk alma isteğiyle ilgilidir.

Cevap: B

11. Eylül'ün sürecine bakıldığında; **ilgi ve yetenek envanterleri uygulaması, geçmiş başarılarını gözden geçirmesi ve kendini mutlu eden etkinlikleri belirlemesi**, onun **kendi özelliklerini tanımaya yönelik sistematik bir süreç yürüttüğünü** göstermektedir. Bu süreçte Eylül, neyi sevdiğini, hangi alanlarda güçlü olduğunu ve nasıl ortamlarda daha iyi çalıştığını fark etmektedir.

Bu durum kariyer gelişiminde **kendini keşfetme aşamasıyla** doğrudan ilişkilidir. Kendini keşfetme, bireyin **ilgi, yetenek ve özelliklerini fark etmesi ve tanıması** sürecini ifade eder. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kariyer geçişi, bir işten diğerine geçiş sürecidir.

B seçeneğinde verilen kariyer olgunluğu, gelişimsel hazırbulunuşluk düzeyidir.

C seçeneğinde verilen mesleki değer, bireyin işten ne beklediğiyle ilgilidir.

D seçeneğinde verilen planlanmış şans, fırsatların değerlendirilmesiyle ilgilidir.

Cevap: E

12. Soruda tanımlanan durum incelendiğinde; bireyin kariyer sürecinde **zorlayıcı seçimler karşısında değişmeyen, yetenekleri, ihtiyaçları ve değerleri doğrultusunda onu yönlendiren** ve adeta **içsel pusula işlevi** gören bir yapıdan söz edilmektedir.

Schein'in kuramına göre kariyer çapası, bireyin kendisiyle ilgili vazgeçemeyeceği temel değer, ihtiyaç ve yeteneklerin birleşimidir ve kariyer kararlarında **sabit bir yönlendirici** rol oynar. Bu nedenle verilen tanım doğrudan bu kavrama karşılık gelir. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kariyer olgunluğu, bireyin gelişimsel olarak karar vermeye hazır olma düzeyidir.

B seçeneğinde verilen kariyer geçişi, bir kariyer durumundan diğerine geçiş sürecidir.

D seçeneğinde verilen planlanmış şans, fırsatların değerlendirilmesiyle ilgilidir.

E seçeneğinde verilen mesleki ilgiler, bireyin hoşlandığı etkinlikleri ifade eder.

Cevap: C

13. Feyza'nın durumuna bakıldığında; **farklı bölümler hakkında çok sayıda bilgiye sahip olması**, yani meslek/alan bilgisi açısından güçlü olması; buna karşılık **"Ben ne istiyorum?" sorusuna yanıt verememesi ve ilgi, değer ve güçlü yönlerini somutlaştıramaması**, kendi özelliklerine dair bilgisinin yetersiz olduğunu göstermektedir.

Bilgi İşleme Kuramı'nda bu durum **kendini tanıma bilgisi** eksikliği ile açıklanır. Birey, meslekler hakkında bilgi sahibi olsa bile **kendi ilgi, değer ve yeteneklerini netleştiremediğinde sağlıklı karar veremez**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen mesleki seçenek bilgisi, soruda güçlü olan alandır.

C seçeneğinde verilen karar verme stratejileri, süreci nasıl yöneteceğiyle ilgilidir; burada sorun içeriktir.

D seçeneğinde verilen çevresel fırsat farkındalığı, mevcut olanakları bilmeye ilgilidir; soruda bu eksik değildir.

E seçeneğinde verilen mesleki benlik kavramı, daha geniş bir yapıdır; burada spesifik eksiklik kendini tanıma bilgisidir.

Cevap: B

14. Meltem'in sonuçlarına bakıldığında; en yüksek puanları **birbirine komşu olan sosyal ve sanatçı tiplerinden alması**, yani baskın tiplerinin Holland altıgeninde **birbirine yakın alanlarda yer alması**, tipler arasında uyumlu bir yapı olduğunu göstermektedir.

Holland'ın Tipoloji Kuramı'nda tutarlılık, bireyin baskın kişilik tiplerinin altıgen modelde **birbirine yakın ve uyumlu olması** anlamına gelir. Bu durum dikkate alındığında Meltem'in profili **tutarlılık kavramıyla açıklanır**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen ayrışma, profilin ne kadar belirgin olduğunu ifade eder; burada vurgulanan tiplerin yakınlığıdır.

C seçeneğinde verilen kimlik, bireyin ilgi ve heflerinin netliğiyle ilgilidir.

D seçeneğinde verilen uyum, birey-çevre uyğunluğunu ifade eder.

E seçeneğinde verilen mesleki doyum, işten alınan tatminle ilgilidir.

Cevap: B

- 15. Super'in Kariyer Gelişim Kuramı'na göre kariyer gelişimi yaşam boyu süren, benlik kavramına dayanan ve gelişim dönemleri ile görevler üzerinden ilerleyen** dinamik bir süreçtir. Ayrıca bireyin farklı yaşam rollerindeki deneyimleri de bu süreci etkiler.

Bu çerçevede meslek seçimi **tek bir anda verilen ve değişmeyen bir karar değildir**; aksine yaşam boyunca değişebilen ve yeniden yapılandırılabilen bir süreçtir. Bu nedenle yanlış ifade **D seçeneğidir**.

A seçeneği, yaşam boyu gelişim ilkesini doğru yansıtır.

B seçeneği, benlik kavramının merkezde olduğunu doğru belirtir.

C seçeneği, gelişim dönemleri ve görevler vurgusunu doğru ifade eder.

E seçeneği, yaşam rolleri etkisini doğru açıklar.

Cevap: D

1. Soruda, Okan'ın yaşadığı kariyer geçişini anlamak için psikolojik danışmanın izlediği adımlar verilmiş ve bu adımların **4S modelindeki hangi boyutlara karşılık geldiği** sorulmaktadır.

I. **aşamada** danışman, Okan'ın **kendini nasıl algıladığını, güçlü yönlerini, kişilik özelliklerini ve baş etme kapasitesini** incelemektedir. Bu **benlik boyutudur**.

II. **aşamada** sınav başarısızlığının **nasıl yorumlandığı, geçişin etkileri ve beklenen/beklenmeyen oluşu** ele alınmaktadır. Bu **durum boyutudur**.

III. **aşamada** Okan ile birlikte **hangi seçeneklerin değerlendirileceği ve nasıl bir plan yapılacağı** konuşulmaktadır. Bu **stratejiler boyutudur**.

IV. **aşamada** aile, arkadaş ve ekonomik koşullar gibi **destek kaynakları** incelenmektedir. Bu **destek boyutudur**.

Bu eşleştirmelere göre sıralama **benlik - durum - stratejiler - destek** şeklindedir.

Cevap: B

2. Soruda İsmail'in karar sürecinde **meslekler hakkında bilgi toplaması, olası sonuçları düşünmesi ve hangi seçeneğin kendisi için daha değerli olduğunu tartması** birlikte verilmiştir. Yani karar verirken üç farklı bilişsel süreci aynı anda kullanmaktadır.

Gelatt'ın Karar Kuramı'na göre kariyer karar verme süreci üç temel bileşenden oluşur:

- **Bilgi** (seçenekler hakkında veri toplama)
- **Tahmin** (seçimlerin olası sonuçlarını öngörme)
- **Değer** (hangi sonucun daha anlamlı/önemli olduğuna karar verme)

İsmail'in ifadeleri bu üç süreci doğrudan yansıtmaktadır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen **benlik - rol - yaşam teması**, Super'in kuramına aittir.

B seçeneğinde verilen **yetenek - ilgi - kişilik**, bireysel özellikleri ifade eder.

D seçeneğinde verilen **kaygı - kaçınma - savunma**, daha çok psikodinamik süreçlerle ilgilidir.

E seçeneğinde verilen **uyum - doyum - tutarlılık**, farklı kuramsal kavramlardır.

Cevap: C

3. Elif'in durumuna bakıldığında; fen derslerinde başarılı olmasına rağmen mühendisliği **"erkek işi" olarak görmesi**, ailesinin de bu yönde mesajlar vermesi ve bu nedenle mühendisliği **seçenek listesine bile almaması**, meslekleri daha değerlendirmeye gelmeden zihinsel olarak eleme anlamına gelmektedir.

Gottfredson'un Daraltma ve Uzlaşma Kuramı'na göre bireyler erken yaşlardan itibaren meslekleri **toplumsal cinsiyet uygunluğu gibi ölçütlere göre eler (daraltma)** ve bazı meslekleri hiç seçenek olarak görmez. Elif'in mühendisliği değerlendirmeye bile almaması bu sürecin tipik bir örneğidir. Bu durum dikkate alındığında doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen **eşleştirme**, Parsons yaklaşımına aittir.

B seçeneğinde verilen **statü analizi**, daha ileri aşamada görülen bir değerlendirmedir.

D seçeneğinde verilen **rastlantısallık**, Krumholtz'un yaklaşımıyla ilgilidir.

E seçeneğinde verilen **kişisel yeterlik algısı**, Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na aittir.

Cevap: C

4. Soruda Mestan'ın durumu incelendiğinde; **birçok meslek hakkında bilgi toplamasına rağmen karar verememesi ve özellikle "ne seçersem yanlış yaparım", "başarısız olursam herkes beni küçümser"** gibi düşüncelerinin süreci engellemesi dikkat çekmektedir. Yani sorun bilgi eksikliği değil, bu bilgiyi kullanmayı **olumsuz düşünceler** nedeniyle **sürdürememesidir**.

Bilgi İşleme Kuramı'na göre bu durum, bireyin karar sürecini yöneten **metabilisel düzeydeki (düşünme üzerine düşünme) inanç ve tutumların** olumsuz olmasıyla açıklanır. Bu tür olumsuz iç konuşmalar karar verme sürecini **blo-**

ke eder ve erteleme davranışına yol açar. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen meslek bilgisi eksikliği, soruda açıkça yoktur; bilgi vardır.

C seçeneğinde verilen kendini tanıma eksikliği, temel problem değildir; asıl engel düşünce biçimidir.

D seçeneğinde verilen gelişim dönemi, sorunun odağı değildir.

E seçeneğinde verilen ilgi darlığı, soruda belirtilmemiştir.

Cevap: B

5. **Brown'un kariyer yaklaşımına** göre kariyer seçimini belirleyen en temel unsur, bireyin **değerleridir**. Birey, yaşamında neyi önemli buluyorsa kariyer kararlarını da bu **değer sistemi doğrultusunda** verir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen kişilik tipi-çevre uyumu, Holland'ın kuramına aittir.

C seçeneğinde verilen çevresel pekiştireçlerin yorumu, Krumboltz'un yaklaşımıyla ilişkilidir.

D seçeneğinde verilen mesleki benlik kavramı, Super'in kuramına aittir.

E seçeneğinde verilen öz yeterlik ve sonuç beklentisi, Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'nın temelidir.

Cevap: A

6. Esra'nın durumuna bakıldığında; mesleğe başladıktan sonra **beklentilerinin gerçekçi olmadığını fark etmesi**, ardından **hedeflerini yeniden düzenlemesi**, **çalışma biçimini değiştirmesi** ve kendine uygun yeni bir yapı oluşturması, karar sonrası **uyum sağlama ve yeniden yapılandırma sürecini** göstermektedir.

Tiedeman ve O'Hara Kuramı'nda bu tür süreçler, bireyin yaptığı seçimden sonra yaşadığı deneyimlere göre kendini ve hedeflerini **yeniden düzenlediği aşama** ile açıklanır. Bu durum dikkate alındığında Esra'nın yaşadığı süreç **yeniden düzenleme aşamasına** karşılık gelir. Bu nedenle

doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen seçim, kararın verildiği aşamadır.

C seçeneğinde verilen araştırma, seçeneklerin incelendiği süreçtir.

D seçeneğinde verilen kristalleşme, tercihlerin netleştiği aşamadır.

E seçeneğinde verilen açıklık, erken farkındalık sürecine karşılık gelir.

Cevap: A

7. Soruda danışmanın yaklaşımına bakıldığında; yalnızca bireyin **ilgi ve yetenekleriyle yetinmeyip**, aynı zamanda **aile, ekonomik koşullar, yaşanan çevre, kültürel beklentiler, arkadaş etkisi** ve bireyin **kişisel özellikleri ile yaşam deneyimlerini birlikte ele alması**, kariyerin tek bir faktörle değil **birden fazla sistemin etkileşimiyle** açıklandığını göstermektedir.

Patton ve McMahon'un Sistemler Kuramı'na göre kariyer gelişimi; bireysel, sosyal ve çevresel birçok sistemin **dinamik ve karşılıklı etkileşimi** sonucunda ortaya çıkar. Bu durum dikkate alındığında verilen yaklaşım doğrudan bu varsayımı yansıtmaktadır. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen kişilik-çevre uyumu, Holland yaklaşımına aittir.

B seçeneğinde verilen tek faktör vurgusu, kuramın temel mantığına aykırıdır.

C seçeneğinde verilen bilinçdışı süreçler, psikanalitik yaklaşımla ilgilidir.

E seçeneğinde verilen yaşa bağlı gelişim, Super'in kuramına aittir.

Cevap: D

8. Danışanın kendisini **"başarısız"** olarak tanımlaması, geçmiş deneyimlerini olumsuz biçimde yorumladığını; danışmanın ise bu deneyimleri **yeniden anlamlandırarak dayanıklılık ve yeniden başlama çabası** olarak ele alması, bireyin geleceğe yönelik bakışını güçlendirmeye yöneliktir.

Savickas'ın Kariyer Yapılandırma Yaklaşımı'n-da kariyer uyumu; ilgi, kontrol, merak ve **güven** boyutlarından oluşur. Özellikle **güven**, bireyin zorluklarla baş edebileceğine ve gelecekte başarılı olabileceğine dair inancını ifade eder. Danışmanın müdahalesi, danışanın kendine yönelik olumsuz inançlarını dönüştürerek **"yapabilirim, yeniden başlayabilirim"** algısını güçlendirmektedir. Bu durum dikkate alındığında hedeflenen boyut **güvendir**. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneğinde verilen mesleki kişiliğin sabitlenmesi, bu yaklaşımın esnek yapısına aykırıdır.

C seçeneğinde verilen statü vurgusu, bu kuramın odağında değildir.

D seçeneğinde verilen ilgi envanteri, burada kullanılan temel müdahale değildir.

E seçeneğinde verilen dönemlere göre değerlendirme, gelişimsel kuramlara aittir.

Cevap: A

9. Danışmanın açıklamasına bakıldığında; bazen **değerlerin**, bazen **ilgilerin**, bazen de **çevresel koşulların** daha belirleyici olabileceğini ve bu durumun **yaşam dönemine ve koşullara göre değiştiğini** vurguladığı görülmektedir. Yani kariyer kararlarının sabit ve tek bir etkene bağlı olmadığı, zaman içinde **değişebilen ve farklı faktörlerin ağırlık kazandığı** bir süreçten söz edilmektedir.

Amundson'un Kariyer Tekerlek Modeli'ne göre kariyer gelişimi; bireysel ve çevresel faktörlerin **sürekli etkileşim içinde olduğu, dinamik ve değişken bir süreçtir**. Bu durum dikkate alındığında danışmanın vurguladığı özellik doğrudan bu modele aittir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen tek faktör, modelin temel anlayışına aykırıdır.

C seçeneğinde verilen yalnızca benlik vurgusu, Super'in yaklaşımına daha yakındır.

D seçeneğinde verilen rastlantısallık, Krumoltz ile ilişkilidir.

E seçeneğinde verilen kalıtım vurgusu, bu modelin kapsamı dışındadır.

Cevap: B

10. Soruda Turhan'ın kariyer kararını etkileyen unsurlar incelendiğinde; **aile ve ekonomik koşullar, işsizlik ve mesleklerin geleceğine ilişkin beklentiler, yasal düzenlemeler, sosyal çevre etkisi ve tesadüfi karşılaşmalar (şans)** gibi birçok farklı faktörün birlikte etkili olduğu görülmektedir. Ayrıca danışman da bu sürecin **çok boyutlu değişkenlerin etkileşimiyle şekillendiğini** özellikle vurgulamaktadır.

Bu ifade, kariyer kararlarını tek bir faktörle değil; **bireysel, sosyal, ekonomik ve politik sistemlerin birlikte etkileşimiyle açıklayan Korkut-Owen Kariyer Yelkenlisi Modeli'nin** temel varsayımını yansıtır. Bu modelde kariyer gelişimi, farklı sistemlerin bir araya gelerek oluşturduğu dinamik bir süreçtir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen Holland'ın kuramı, kişilik-çevre uyumuna odaklanır.

B seçeneğinde verilen Super'in kuramı, benlik kavramı ve yaşam boyu gelişimi vurgular.

C seçeneğinde verilen Krumoltz'un kuramı, öğrenme yaşantıları ve şans faktörüne odaklanır; ancak sorudaki geniş sistem vurgusunu tam karşılamaz.

E seçeneğinde verilen Gottfredson'un kuramı, daraltma ve uzlaşma süreçlerini açıklar.

Cevap: D

11. **Umut Odaklı Kariyer Gelişim Modeli'nde** umut iki temel bileşenden oluşur: bireyin **hedefe ulaşma motivasyonu (irade/istek gücü)** ve bu hedefe ulaşmak için **alternatif yollar geliştirebilme kapasitesi**.

Soruda verilen seçenekler incelendiğinde, bireyin hedefe ulaşmak için farklı yollar üretmesi doğrudan bu modelin temel bileşenlerinden biridir. Bu durum dikkate alındığında doğru cevap **B seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen mesleki olgunluk, gelişimsel hazırbulunuşlukla ilgilidir.

C seçeneğinde verilen sosyal sınıf bilinci, çevresel bir değişkendir.

D seçeneğinde verilen genetik yetenek, biyolojik bir faktördür.

E seçeneğinde verilen fırsat eşitliği, sistem düzeyinde bir etkidir.

Cevap: B

12. Oğuz'un ifadelerine bakıldığında; **geleceği ön-göremediği için karar vermeyi ertelemesi** ve "doğru karar" arayışının onu kaygıya sürüklemesi dikkat çekmektedir. Danışmanın ise **belirsizliğin kaçınılmaz olduğunu,** kararların kesin olmak zorunda olmadığını ve bireyin **belirsizliği kabul ederek esnek kararlar almasının daha işlevsel olduğunu** vurgulaması, karar sürecine farklı bir bakış getirmektedir.

Gelatt'ın Karar Kuramı'nda kariyer kararı, **kesinlik arayışından ziyade belirsizlikle baş edebilme ve esnek karar verebilme süreci** olarak ele alınır. Bireyin tüm bilgiyi kontrol edemeyeceği kabul edilir ve alternatiflere açık olma vurgulanır. Bu durum dikkate alındığında danışmanın yaklaşımı bu kuramla örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen Holland Kuramı, kişilik-çevre uyumuna odaklanır.

C seçeneğinde verilen Super Kuramı, benlik ve yaşam boyu gelişimi vurgular.

D seçeneğinde verilen Roe Kuramı, çocukluk yaşantıları ve ihtiyaçlara dayanır.

E seçeneğinde verilen Gottfredson Kuramı, daraltma ve uzlaşma süreçlerini açıklar.

Cevap: B

13. Sinem'in durumuna bakıldığında; daha fazla çaba göstermesinin **üç koşula bağlı olduğu** görülmektedir: (I) Gösterdiği performansın gerçekten değerlendirileceğine inanması, (II) Yüksek performansın terfiye dönüşeceğini düşünmesi ve (III) Elde edeceği terfinin kendisi için önemli ve çekici olması. Ayrıca bu koşullardan biri zayıfladığında motivasyonunun düşmesi, bu üç unsurun birlikte işlediğini göstermektedir.

Vroom'un Beklenti Kuramı'na göre motivasyon; bireyin çabasının performansla dönüşeceğine inanması, performansın ödülle götürüleceğini düşünmesi, ödülün birey için değerli olması bileşenlerine bağlıdır. Soruda verilen üçlü yapı bu kuramın doğrudan karşılığıdır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir.**

A seçeneğinde verilen Super, kariyerin gelişimsel yönüne odaklanır.

B seçeneğinde verilen Krumboltz, öğrenme yaşantıları ve çevresel etkileri vurgular.

D seçeneğinde verilen Holland, kişilik-çevre uyumunu açıklar.

E seçeneğinde verilen Gelatt, karar verme ve belirsizlik üzerine odaklanır.

Cevap: C

14. Ediz'in; farklı seçenekleri **farklı biçimlerde ele alması,** bazılarını detaylı analiz etmesi, bazılarını hızlıca elemesi ve karar sürecinde **farklı stratejiler (araştırma, sezgisel yaklaşım, erteleme)** kullanması, kariyer kararlarının **tek ve standart bir yol izlemediğini** göstermektedir. Ayrıca bireyin belirsizlik karşısında farklı tepkiler verebilmesi vurgulanmaktadır.

Bu yaklaşım, kariyer kararlarının **belirsizlik içinde, farklı stratejilerle ve esnek biçimde yönetildiğini** savunan **Belirsizlik Modeli** ile örtüşmektedir. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir.**

B seçeneğinde verilen Psikanalitik Kuram, bilinçdışı süreçlere odaklanır.

C seçeneğinde verilen Sosyal Bilişsel Kuram, öz yeterlik ve sonuç beklentilerini açıklar.

D seçeneğinde verilen Özellik-Faktör Kuramı, birey-meslek eşleştirmesine dayanır.

E seçeneğinde verilen Benlik Kuramı, benlik kavramının gelişimine odaklanır.

Cevap: A

15. **Holland'ın Kişilik Tipleri Kuramı'na** göre kişilik tipleri ile meslekler arasında belirli uyumlar vardır. **Sosyal tip**, insanlarla etkileşim kurmayı, yardım etmeyi ve iletişimi ön planda tutan mesleklerle ilişkilidir (öğretmen, psikolojik danışman gibi).

Soruda **sosyal tip ile pilot ve kimyager** eşleştirmesi verilmiştir. Ancak pilot ve kimyagerlik meslekleri daha çok **gerçekçi** ve **araştırmacı** tiplerle ilişkilidir; sosyal tipin özelliklerini yansıtmaz. Bu durum dikkate alındığında yanlış eşleştirme **D seçeneğidir**.

A seçeneğinde verilen gerçekçi tip, teknik ve somut işlerle uyumludur.

B seçeneğinde verilen araştırmacı tip, bilimsel ve analitik mesleklerle örtüşür.

C seçeneğinde verilen sanatçı tip, yaratıcı mesleklerle uyumludur.

E seçeneğinde verilen girişimci tip, ikna ve liderlik gerektiren mesleklerle ilişkilidir.

Cevap: D

1. Soruda araştırmacıların lise öğrencilerinin **günlük sosyal medya kullanım süresinin**, öğrencilerin **akademik erteleme düzeyi üzerindeki etkisini** incelemek istediği belirtilmektedir. Araştırmalarda **etkisi incelenen ve sonucu değiştirdiği varsayılan değişken bağımsız değişken**, bu etkiden etkilendiği düşünülen değişken ise bağımlı değişkendir. Bu durumda **sosyal medya kullanım süresi**, akademik erteleme üzerinde etkisi araştırılan değişken olduğu için **bağımsız değişkendir**. Ölçek düzeyi açısından bakıldığında süre değişkenleri (dakika, saat gibi) **gerçek bir sıfır noktasına sahiptir ve oranlama yapılabilir**; örneğin bir öğrencinin 4 saat kullanımı, 2 saat kullanan bir öğrencinin iki katı olarak ifade edilebilir. Bu nedenle **oran ölçeği** niteliğindedir. Ayrıca süre değişkenleri ölçüm bakımından kesintisiz bir aralıkta değer alabilir (örneğin 2,5 saat, 3,2 saat gibi), bu nedenle **sürekli değişken** olarak kabul edilir. Bu özellikler birlikte değerlendirildiğinde doğru seçenek **bağımsız - oran - sürekli** ifadesidir. A seçeneği yanlıştır çünkü **bağımlı değişken**, araştırmada sonuç olarak incelenen değişkendir (burada akademik erteleme). B seçeneği yanlıştır çünkü hem **bağımlı değişken** demesi hatalıdır hem de **süreksiz değişken**, yalnızca belirli sayılabilir değerler alan değişkenleri ifade eder (örneğin öğrenci sayısı). D seçeneğinde **sıralama ölçeği** verilmiştir; bu ölçek yalnızca büyüklük sırası gösterir (birinci, ikinci gibi) ve eşit aralık veya gerçek sıfır içermez. E seçeneği ise **aralık ölçeği** demektedir; aralık ölçeğinde eşit aralıklar vardır ancak gerçek sıfır noktası yoktur (örneğin sıcaklık). Süre değişkenleri ise gerçek sıfıra sahip olduğu için aralık değil **oran ölçeği** kapsamına girer.

Cevap: C

2. Soruda okul psikolojik danışmanının Eylem'in son dönemde ortaya çıkan **derslere katılımın azalması, sosyal geri çekilme ve somatik yakınmalar** gibi belirtilerinin arkasındaki etkenleri **bütüncül ve ayrıntılı biçimde incelemek** istediği belirtilmektedir. Eğitim ve psikoloji araştırmalarında tek bir bireyin ya da belirli bir durumun derinlemesine incelenmesine **örnek olay (durum çalışması)** yöntemi denir. Bu yöntemde araştırmacı gözlem, görüşme ve farklı kayıtlar gibi çeşitli veri kaynaklarını kullanarak bir vakayı ayrıntılı şekilde analiz eder. A seçeneğindeki **deneysel araştırma**, araştırmacının değişkenleri kontrol ederek deney ve kontrol grupları oluşturduğu ve neden-sonuç ilişkisini test ettiği çalışmalardır; burada böyle bir müdahale yoktur. B seçeneğindeki **korelasyonel araştırma**, değişkenler arasındaki ilişkinin derecesini incelemeye odaklanır. C seçeneğindeki **tarama araştırması**, geniş örneklemelerde mevcut durumu betimlemeyi amaçlar. D seçeneğindeki **nedensel karşılaştırma** ise var olan gruplar arasındaki farklılıkların olası nedenlerini inceleyen bir yöntemdir. Soruda ise tek bir öğrencinin durumunun ayrıntılı incelenmesi söz konusudur.

Cevap: E

3. Soruda psikolojik danışman, mesleki ilgi envanterinden yüksek puan alan öğrencilerin ilerleyen yıllarda ilgili alanlarda eğitim aldıklarında **başarılı olup olmadıklarını** incelemek istemektedir. Bir ölçme aracından elde edilen puanların **gelecekteki bir davranışı ya da başarıyı tahmin etme gücünü** gösteren geçerlik türü **yordama geçerliğidir**. Yani testten alınan puanların gelecekteki performansı ne ölçüde öngörebildiğine bakılır. Bu nedenle envanter puanlarının öğrencilerin ilerideki eğitim alanındaki başarılarını tahmin edebilmesi **yordama geçerliğine** kanıt oluşturur. B seçeneğindeki **kapsam geçerliği**, test maddelerinin ölçülmek istenen alanı yeterince temsil edip etmediğini ifade eder. C seçeneğindeki **yapı geçerliği**, testin ölçmeyi amaçladığı psikolojik özelliği gerçekten ölçüp ölçmediğini inceler. D seçeneğindeki **iç tutarlık güvenirliği**, test maddelerinin birbirleriyle tutarlı ölçüm yapıp yapmadığını gösterir. E seçeneğindeki **test-tekrar test güvenirliği** ise testin farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığını ifade eder.

Cevap: A

4. Sorunun ilk bölümünde **ulusal düzeyde uygulanmak üzere geliştirilen bir başarı testinde** yer alan bir okuduğunu anlama maddesinden bahsedilmektedir. Maddede **yelkencilik yarışlarına hazırlık sürecini anlatan ayrıntılı bir metin** kullanıldığı ve bunun özellikle deniz kültürünün yaygın olduğu bölgelerde yaşayan ya da yelkencilikle ilgilenen öğrenciler için avantaj sağlayabileceği belirtilmektedir. Bu durum ölçme araçlarında **sos-yokültürel yanlılık** sorununa işaret eder; yani test maddelerinde belirli bir kültürel deneyime sahip öğrencilerin daha aşına olduğu içeriklerin kullanılması ölçmenin adilliğini zedeleyebilir. Bu nedenle sözel yeteneği ölçmesi hedeflenen bir testte yalnızca belirli bir **sosyokültürel gruba aşına olunan kavramların** yoğun biçimde kullanılması bu durumu en iyi açıklayan örnektir. A seçeneğinde verilen **ayırt ediciliğin düşmesi**, soruların çok kolay olması nedeniyle öğrenciler arasında fark yaratamaması durumudur. C seçeneğinde yer alan **kapsamın dar kalması**, test maddelerinin aynı kazanımı ölçmesi nedeniyle ölçme alanının yeterince temsil edilememesidir. D seçeneği **pu-anlama hatasına** örnektir; cevap anahtarının yanlış kullanılması değerlendirme sürecinde yapılan bir hatadır. E seçeneğinde ise uzun süren uygulamalarda görülen **yorgunluk etkisi** anlatılmaktadır; katılımcıların dikkat kaybı nedeniyle rastgele işaretleme yapmasıyla ilgilidir.

Cevap: B

5. Soruda bir okul psikolojik danışmanının **artan ak-ran zorbalığı vakaları** nedeniyle okulda yürütülen rehberlik etkinliklerinin yetersiz olduğunu fark ettiği, öğretmenlerle birlikte durumu analiz ettiği, zorbalığı azaltmaya yönelik bir plan geliştirdiği, planı uyguladığı ve sonuçlara göre etkinlikleri yeniden düzenleyerek süreci tekrar değerlendirdiği anlatılmaktadır. Uygulama ortamında ortaya çıkan bir problemi çözmek amacıyla **planlama, uygulama, değerlendirme ve yeniden düzenleme döngüsü** içinde yürütülen bu tür çalışmalar **eylem araştırmasıdır**. Bu araştırma türü özellikle eğitim ortamlarında uygulayıcıların kendi uygulamalarını geliştirmek ve mevcut bir soruna çözüm üretmek amacıyla yapılır. A seçeneğindeki **deneysel araştırma**, değişkenlerin kontrol edilerek deney ve kontrol gruplarıyla neden-sonuç ilişkisini test etmeyi amaçlar. B seçeneğindeki **korelasyonel**

araştırma, değişkenler arasındaki ilişkinin derecesini inceleyen çalışmalardır. C seçeneğindeki **etnografik araştırma**, bir grubun kültürünü ve yaşam biçimini doğal ortamında uzun süreli gözlemle incelemeye odaklanır. E seçeneğindeki **nedenel karşılaştırma**, var olan gruplar arasındaki farklılıkların olası nedenlerini inceleyen araştırma türüdür.

Cevap: D

6. Soruda psikolojik danışman önce 10 öğrencinin puanlarıyla analiz yapmış, daha sonra **12 puanını** veri listesine ekleyerek betimsel istatistikleri yeniden hesaplamıştır. Yeni eklenen değer mevcut listedeki en büyük değerden (10) daha büyük olduğu için bazı istatistikler değişecektir. **Ortalama**, tüm puanların toplamının gözlem sayısına bölünmesiyle hesaplandığından yeni bir değer eklendiğinde değişir. **Ranj**, en büyük değer ile en küçük değer arasındaki farktır; 12 eklendiğinde en büyük değer değişeceği için ranj da artar. **Standart sapma**, verilerin ortalamadan ne kadar saptığını gösteren bir yayılma ölçüsüdür ve yeni bir değer eklenmesi hem ortalamayı hem dağılımı değiştireceği için bu değer de değişir. **Medyan**, veriler sıralandığında ortada kalan değerdir; veri sayısı 10'dan 11'e çıktığında ortadaki değer değişeceği için medyan da değişir. Ancak **mod**, veri setinde en sık tekrar eden değeri ifade eder. Verilerde **en çok tekrar eden değer 5'tir** ve 12 değeri yalnızca bir kez eklendiği için en sık tekrar eden değeri değiştirmez. Bu nedenle değişmeyen istatistik **moddur**.

Cevap: E

7. Soruda testin ölçme standart hatası 3 olarak verilmiş ve öğrencinin gözlenen puanı 76 olarak belirtilmiştir. Ölçmede standart hata, gözlenen puan ile gerçek puan arasındaki olası farkın büyüklüğünü gösterir ve gerçek puanın belirli bir olasılıkla hangi aralıkta bulunacağını tahmin etmek için kullanılır. **%95 olasılık için yaklaşık ± 2 standart hata** dikkate alınır. Buna göre hesaplama $76 \pm (2 \times 3)$ şeklinde yapılır ve aralık 70-82 olur. Bu aralık seçeneklerde aynen verilmemiştir. Seçenekler incelendiğinde 70-76 aralığı yalnızca

alt kısmı kapsar ve simetrik değildir; gerçek puan aralığını doğru temsil etmez. **73-79** aralığı ise gözlenen puan olan 76'nın etrafında **±1 standart hata** ile oluşan aralıktır ve verilen seçenekler içinde gerçek puanın bulunabileceği en uygun aralığı temsil eder. D seçeneği **76-82** yalnızca üst kısmı kapsar. A ve E seçenekleri ise hesaplanan güven aralığının dışında kalır. Bu nedenle en uygun seçenek **73-79** aralığıdır.

Cevap: C

8. Soruda araştırmacının **farklı yıllarda yapılmış çok sayıda deneysel araştırmayı belirli ölçütlere göre seçtiği**, her çalışmadan **etki büyüklüklerini hesapladığı** ve bu etki büyüklüklerini **istatistiksel olarak birleştirerek genel bir sonuç elde ettiği** belirtilmektedir. Birden fazla bağımsız araştırmanın bulgularını özellikle **etki büyüklükleri üzerinden istatistiksel olarak birleştirip genel bir sonuç üretmeye** yönelik çalışmalar **meta-analizdir**. Bu yöntem, aynı konu üzerine yapılmış araştırmaların sonuçlarını nicel olarak sentezlemeyi amaçlar. A seçeneğindeki **tarama araştırması**, geniş gruplarda mevcut durumu betimlemeye yönelik veri toplamayı ifade eder. C seçeneğindeki **etnografik araştırma**, bir grubun kültürünü ve yaşam biçimini doğal ortamında uzun süreli gözlemle incelemeyi amaçlar. D seçeneğindeki **nedensel karşılaştırma**, var olan gruplar arasındaki farklılıkların olası nedenlerini inceleyen araştırmalardır. E seçeneğindeki **fenomenolojik araştırma** ise bireylerin belirli bir yaşantıya ilişkin öznel deneyimlerini anlamaya odaklanan nitel araştırma türüdür.

Cevap: B

9. Soruda araştırmacının **aynı öğrenci grubuna 6. sınıftan 10. sınıfa kadar her yıl düzenli olarak ölçüm yaptığı** ve değişimin yıllara göre incelendiği belirtilmektedir. Aynı bireylerden uzun bir zaman dilimi boyunca tekrar tekrar veri toplanarak gelişim veya değişimin izlenmesine dayanan araştırma deseni **boylamsal araştırmadır**. Bu desen özellikle gelişimsel süreçlerde bireylerin zaman içindeki değişimini incelemek için kullanılır. A seçeneğindeki **kesitsel araştırma**, farklı yaş veya

sınıf gruplarının aynı anda incelenmesine dayanır. C seçeneğindeki **korelasyonel araştırma**, değişkenler arasındaki ilişkinin derecesini belirlemeyi amaçlar ancak zaman içinde aynı bireyleri takip etmeyi zorunlu kılmaz. D seçeneğindeki **eylem araştırması**, uygulama ortamında ortaya çıkan bir problemi çözmek için planlama, uygulama ve değerlendirme döngüsüyle yürütülen çalışmalardır. E seçeneğindeki **deneysel araştırma** ise bağımsız değişkenin kontrol edilerek neden-sonuç ilişkisinin test edildiği araştırma türüdür.

Cevap: B

10. Soruda araştırmacının **5'li Likert tipinde 28 maddelik bir ölçek** geliştirdiği ve ölçeği **tek uygulamadan elde edilen verilerle maddelerin birbirleriyle tutarlı biçimde aynı yapıyı ölçüp ölçmediğini** incelemek istediği belirtilmektedir. Likert tipi gibi çok kategorili maddelerden oluşan ölçeklerde, tek uygulamadan elde edilen verilerle maddelerin iç tutarlılığını belirlemek için kullanılan en uygun güvenirlik katsayısı **Cronbach alfa katsayısıdır**. Bu katsayı ölçeğin maddelerinin aynı yapıyı ölçmede ne kadar tutarlı olduğunu gösterir. A seçeneğindeki **test-tekrar test güvenirliği**, aynı testin farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığını inceler. C seçeneğindeki **Spearman-Brown düzeltmesi**, genellikle yarıya bölme yöntemiyle elde edilen güvenirlik katsayısını testin tamamı için düzeltmek amacıyla kullanılır. D seçeneğindeki **paralel form güvenirliği**, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun uygulanmasıyla hesaplanır. E seçeneğindeki **KR-20 güvenirlik katsayısı** ise doğru-yanlış gibi iki kategorili maddelerden oluşan testler için kullanılan iç tutarlılık katsayısıdır.

Cevap: B

11. Soruda öğrencilerin açık uçlu yanıtlarının **iki farklı psikolojik danışman tarafından değerlendirilmesi** sonucunda aynı öğrencinin bir puanlayıcıdan **90**, diğerinden **60** alması gibi büyük farkların oluştuğu belirtilmektedir. Aynı ölçme aracının farklı puanlayıcılar tarafından değerlendirildiğinde benzer sonuçlar vermesi beklenir. Farklı puanlayıcıların verdiği puanlar arasında büyük farklılıklar olması **puanlayıcı güvenilirliğinin** düşük olduğunu gösterir. Bu güvenilirlik türü, özellikle açık uçlu sorular, kompozisyonlar veya performans değerlendirmelerinde puanlayıcıların tutarlı puan verip vermediğini ifade eder. A seçeneğindeki **ölçüt geçerliği**, test puanlarının dış bir ölçütle ne kadar ilişkili olduğunu gösterir. B seçeneğindeki **testin duyarlılığı**, ölçme aracının küçük farkları ayırt edebilme gücünü ifade eder. D seçeneğindeki **kapsam geçerliği**, test maddelerinin ölçülmesi istenen alanı ne kadar temsil ettiğini gösterir. E seçeneğindeki **test-tekrar test güvenilirliği** ise aynı testin farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığıyla ilgilidir.

Cevap: C

12. Soruda psikolojik danışman **aynı öğrencilerin sınav öncesi ve sınav sonrası kaygı puanlarını** karşılaştırmak istemektedir. Yani ölçümler **aynı gruptan iki farklı zamanda alınmıştır** ve bu nedenle puanlar birbirine bağımlıdır. Aynı grubun iki farklı ölçümden elde edilen ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılan parametrik test **bağımlı örneklem t-testidir**. Bu test, tekrarlı ölçümlerde iki zaman noktası arasındaki ortalama farkın anlamlı olup olmadığını belirlemek için kullanılır. A seçeneğindeki **bağımsız örneklem t-testi**, birbirinden bağımsız iki farklı grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. C seçeneğindeki **Mann-Whitney U testi**, bağımsız iki grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir testtir. D seçeneğindeki **Kruskal-Wallis testi**, üç veya daha fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan testtir. E seçeneğindeki **varyans analizi (ANOVA)** ise genellikle üç veya daha fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır.

Cevap: B

13. Araştırma problemi "**Öğretmenlerin sosyodemografik değişkenlere göre iş doyumu düzeyi nasıldır?**" şeklindedir. Bu nedenle alt problemlerin de **sosyodemografik değişkenlere** dayanması gerekir. Yaş, medeni durum, hizmet süresi ve görev yapılan bölge gibi değişkenler bireyin demografik özellikleriyle ilgilidir. Bu nedenle I'deki **yaş**, III'teki **hizmet süresi**, IV'teki **medeni durum** ve V'teki **görev yapılan bölge** sosyodemografik değişkenler kapsamında değerlendirilebilir ve araştırma problemine uygundur. Ancak II'de yer alan **mesleki motivasyon düzeyi** bireyin psikolojik veya örgütsel bir özelliğidir; demografik bir değişken değildir. Bu nedenle araştırma probleminde belirtilen kapsamla uyumlu değildir ve alt problem olarak ele alınması uygun değildir.

Cevap: B

14. Soruda matematik sınavı puanlarının **en düşük değeri 42, en yüksek değeri 98** olarak verilmiştir. **Ranj**, bir veri grubundaki en büyük değer ile en küçük değer arasındaki farkı gösteren yayılma ölçüsüdür. Bu durumda ranj $98 - 42 = 56$ olur. Ranjin büyük olması, veri setindeki değerlerin birbirinden oldukça uzak olduğunu ve öğrenciler arasında başarı farklarının fazla olduğunu gösterir. **A seçeneği yanlıştır** çünkü başarı farklarının az olması için ranjin küçük olması beklenir. **C seçeneği yanlıştır** çünkü ranj yalnızca en büyük ve en küçük değer arasındaki farkı gösterir; puanların ortalama etrafında ne kadar toplandığı hakkında bilgi vermez. **D seçeneği yanlıştır** çünkü ranj uç değerlerin var olup olmadığı hakkında doğrudan bilgi vermez. E seçeneği yanlıştır çünkü **standart sapma** puanların ortalamadan ne kadar saptığını gösteren farklı bir yayılma ölçüsüdür.

Cevap: B

15. Soruda araştırmacının **ders çalışma süresi ile matematik sınav puanları arasındaki ilişkiyi incelemek** ve ayrıca **çalışma süresinin puanı ne ölçüde tahmin ettiğini belirlemek** istediği belirtilmektedir. Bir değişkenin başka bir değişkeni **yordama ya da tahmin etme gücünü** incelemek için kullanılan istatistiksel yöntem **regresyon analizidir**. Regresyon analizi, bağımsız değişkenin (ders çalışma süresi) bağımlı değişkeni (sınav puanı) ne ölçüde açıkladığını ve tahmin ettiğini ortaya koyar. A seçeneğindeki **ki-kare testi**, kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. B seçeneğindeki **Mann-Whitney U testi**, iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir testtir. D seçeneğindeki **Wilcoxon işaretli sıra testi**, aynı grubun iki ölçümü arasındaki farkı inceleyen parametrik olmayan bir testtir. E seçeneğindeki **Kolmogorov-Smirnov testi** ise verilerin belirli bir dağılıma (genellikle normal dağılıma) uyup uymadığını incelemek için kullanılır.

Cevap: C

1. Soruda araştırmacının bir ortaokulda **iki ay boyunca gözlem yaptığı ve görüşmeler gerçekleştirdiği**, okul içindeki **normları, ilişkileri, davranış biçimlerini ve kurum kültürünü** inceleyerek öğretmenlerin disiplin anlayışı, öğrencilerin hitap biçimleri ve yazılı olmayan kurallar gibi unsurları belirlediği ifade edilmektedir. Bir grubun ya da kurumun **kültürünü, değerlerini, normlarını ve günlük etkileşimlerini doğal ortamında gözlem ve görüşmeler yoluyla inceleyen araştırmalar etnografik araştırmadır**. B seçeneğindeki **deneysel araştırma**, değişkenlerin kontrol edilerek neden-sonuç ilişkisini test etmeye dayanır. C seçeneğindeki **eylem araştırması**, uygulama ortamındaki bir problemi çözmek amacıyla planlama, uygulama ve değerlendirme döngüsüyle yürütülen çalışmalardır. D seçeneğindeki **korelasyonel araştırma**, değişkenler arasındaki ilişkinin derecesini incelemeye yöneliktir. E seçeneğindeki **nedensel karşılaştırma** ise var olan gruplar arasındaki farklılıkların olası nedenlerini inceleyen araştırma türüdür.

Cevap: A

2. Soruda ölçme değerlendirme uzmanı **üç farklı öğretim yönteminin öğrencilerin sınav puanları üzerindeki etkisini** incelemek istemektedir ve her öğretim yöntemi **farklı bir öğrenci grubuna uygulanmıştır**. Bu durumda üç **bağımsız grubun ortalamaları** karşılaştırılmaktadır. Üç veya daha fazla bağımsız grubun ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını test etmek için kullanılan parametrik istatistiksel analiz **varyans analizidir (ANOVA)**. A seçeneğindeki **bağımlı örneklem t-testi**, aynı grubun iki farklı ölçümünü karşılaştırmak için kullanılır. B seçeneğindeki **Mann-Whitney U testi**, iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir testtir. C seçeneğindeki **Kruskal-Wallis testi**, üç veya daha fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir yöntemdir ve genellikle parametrik test varsayımları sağlanmadığında tercih edilir. E seçeneğindeki **Spearman korelasyonu** ise iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve derecesini incelemek için kullanılır.

Cevap: D

3. Soruda iki değişken bulunmaktadır: **günlük kitap okuma süresi** ve **yıl sonu Türkçe dersi başarı puanı**. Günlük kitap okuma süresi **dakika cinsinden ölçülmektedir** ve teorik olarak kesintisiz bir değer aralığında ölçülebilir (örneğin 25,5 dakika gibi). Bu nedenle **sürekli değişkendir**. Yıl sonu Türkçe dersi başarı puanı da ölçme işlemi sonucunda belirli bir aralıkta sayısal değerler alabilen ve ölçüm düzeyinde değerlendirilen bir değişkendir; bu nedenle o da **sürekli değişken** olarak kabul edilir. B ve C seçenekleri değişkenlerden birini yanlış biçimde **süreksiz** olarak göstermektedir; süreksiz değişkenler genellikle sayılabilen değerler alır (örneğin öğrenci sayısı). D seçeneğinde her iki değişken de süreksiz verilmiştir, bu da uygun değildir. E seçeneğinde ise **sıralama ve aralık ölçeği** ifade edilmiştir; ancak soruda değişkenlerin **aldıkları değerlere göre türü** sorulmaktadır.

Cevap: A

4. Soruda araştırmacının **12, 14 ve 16 yaş gruplarından öğrencileri çalışmaya dâhil ettiği** ve aynı öğrencileri **iki yıl boyunca her yıl yeniden ölçerek** benlik saygısı puanlarındaki değişimi izlediği belirtilmektedir. Yani araştırmada hem **farklı yaş grupları aynı anda karşılaştırılmakta** (kesitsel özellik) hem de **aynı bireyler zaman içinde tekrar ölçülerek değişim izlenmektedir** (boylamsal özellik). Kesitsel ve boylamsal desenlerin birlikte kullanıldığı bu tür araştırmalar **sırasal desendir**. A seçeneğindeki **kesitsel desen**, farklı yaş gruplarının yalnızca tek bir zamanda karşılaştırılmasına dayanır. C seçeneğindeki **boylamsal desen**, aynı bireylerin uzun süre boyunca izlenmesini içerir ancak farklı yaş gruplarının eş zamanlı karşılaştırılmasını zorunlu kılmaz. B seçeneğindeki **meta-analiz**, farklı araştırmaların sonuçlarını istatistiksel olarak birleştirmeyi amaçlar. D seçeneğindeki **deneysel desen** ise değişkenlerin kontrol edilerek neden-sonuç ilişkisinin test edildiği araştırma türüdür.

Cevap: E

5. Soruda araştırmacının **iki benzer öğrenci grubundan birine 8 hafta boyunca bilişsel-davranışçı temelli psikoeğitim programı uyguladığı**, diğer gruba ise herhangi bir uygulama yapılmadığı ve **uygulama öncesi ve sonrası ölçümler alınarak sonuçların karşılaştırıldığı** belirtilmektedir. Araştırmacının bir gruba müdahale uygulayıp diğer grubu kontrol grubu olarak kullanması ve sonuçları karşılaştırarak programın etkisini incelemesi **deneysel araştırmadır**. Bu tür araştırmalarda amaç, uygulanan müdahalenin bağımlı değişken üzerindeki etkisini test ederek neden-sonuç ilişkisini incelemektir. A seçeneğindeki **korelasyonel araştırma**, değişkenler arasındaki ilişkinin derecesini incelemeye yöneliktir. B seçeneğindeki **tarama araştırması**, mevcut durumu betimlemeyi amaçlayan çalışmalardır. C seçeneğindeki **etnografik araştırma**, bir grubun kültürünü ve sosyal etkileşimlerini doğal ortamında incelemeye odaklanır. E seçeneğindeki **nedensel karşılaştırma** ise mevcut gruplar arasındaki farkların olası nedenlerini inceleyen, araştırmacının müdahale yapmadığı araştırmalardır.

Cevap: D

6. Soruda üniversiteye yeni başlayan öğrencilere uygulanan **Akademik Uyum Ölçeği** puanlarının daha sonra elde edilen **yıl sonu genel not ortalamalarıyla karşılaştırıldığı** ve iki değişken arasında **anlamlı ve güçlü bir ilişki bulunduğu** belirtilmektedir. Ayrıca ölçekten **yüksek puan alan öğrencilerin çoğunun yıl sonunda yüksek GNO'ya**, düşük puan alanların ise **düşük GNO'ya sahip olduğu** ifade edilmiştir. Bir ölçme aracından elde edilen puanların **gelecekteki bir performansı ya da sonucu ne ölçüde tahmin edebildiğini** gösteren geçerlik türü **yordama geçerliğidir**. Bu nedenle ölçek puanlarının öğrencilerin yıl sonu akademik başarısını öngörebilmesi ölçeğin **yordama geçerliğinin yüksek olduğunu** gösterir. A seçeneğindeki **kapsam geçerliği**, maddelerin ölçülmek istenen alanı ne kadar temsil ettiğini ifade eder. B seçeneğindeki **yapı geçerliği**, ölçeğin ölçmek istediği kuramsal yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediğini gösterir. C seçeneğindeki **test-tekrar test güvenirliliği**, aynı testin farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığıyla ilgilidir. E seçeneği ise ölçütle ilişki bulunduğu için bu durumla ilişkilidir.

Cevap: D

7. Soruda öğrencilerin açık uçlu sorulara verdikleri yanıtlar puanlanırken **cevap anahtarında bazı ifadelerin yanlış puanlanması ve toplam puan hesaplanırken bazı maddelerin sehven toplanmaması** gibi hatalar yapıldığı belirtilmektedir. Bu tür hatalar ölçme aracının içeriğinden değil, **puanlama sürecindeki tutarsızlık ve hatalardan** kaynaklanır. Değerlendirme sürecinde puanların doğru ve tutarlı biçimde verilmemesi ölçmenin **puanlama güvenirliliğinin düşük olduğunu** gösterir. B seçeneğindeki **ölçüt bağımlı değerlendirme**, öğrencilerin performansının önceden belirlenmiş ölçütlere göre değerlendirilmesini ifade eder ve burada söz konusu olan sorun bu değildir. C seçeneğindeki **testin duyarlılığı**, ölçme aracının küçük farklılıkları ayırt edebilme gücünü ifade eder. D seçeneğindeki **kapsam geçerliği**, test maddelerinin ölçülmek istenen alanı ne kadar temsil ettiğini gösterir. E seçeneğindeki **yapı geçerliği** ise testin ölçmek istediği kuramsal özelliği gerçekten ölçüp ölçmediği ile ilgilidir.

Cevap: A

8. Soruda öğrencilerin **günlük sosyal medya kullanım süresi ile ders çalışma motivasyonu** arasındaki ilişki incelenmiş ve korelasyon katsayısı **$r = -0,52$** olarak bulunmuştur. Korelasyon katsayısının **negatif olması**, bir değişken artarken diğer değişkenin azalma eğiliminde olduğunu gösterir. Nitekim soruda da sosyal medya kullanım süresi arttıkça öğrencilerin motivasyon puanlarının düştüğü belirtilmiştir. Bu nedenle bulgu, iki değişken arasında **negatif korelasyon olduğunu** ifade eder. A ve B seçenekleri **pozitif korelasyon** durumunu anlatır; yani bir değişken artarken diğerinin de artması beklenir. D seçeneği yanlıştır çünkü **korelasyon nedensellik göstermez**; yalnızca değişkenler arasındaki ilişkiyi gösterir. E seçeneği de yanlıştır çünkü verilen **$r = -0,52$** değeri değişkenler arasında orta düzeyde bir ilişki olduğunu gösterir.

Cevap: C

9. Soruda araştırmacı sınav puanlarının **varyansı**nı inceleyerek öğrenciler arasındaki performans farklılıklarını değerlendirmektedir. **Varyans**, puanların ortalamadan ne kadar uzaklaştığını gösteren bir yayılma ölçüsüdür. Varyansın **yüksek olması**, puanların ortalama etrafında toplanmadığını, öğrenciler arasında başarı farklarının fazla olduğunu ve dağılımın geniş olduğunu gösterir. Bu nedenle A seçeneğinde belirtilen **puanların birbirine yakın olmaması**, B seçeneğinde **başarı farklarının fazla olması**, C seçeneğinde **çok yüksek veya çok düşük puanların bulunabilmesi** ve E seçeneğinde **dağılımın geniş olması** yüksek varyansla uyumludur. Ancak D seçeneğinde yer alan **puanların ortalamaya yakın değerler alması** düşük varyansın özelliğidir. Bu nedenle yüksek varyans durumunda bu çıkarım doğru değildir.

Cevap: D

10. Soruda araştırmacı **düzenli spor yapmanın stres düzeyi üzerindeki etkisini** incelemek istemektedir. Araştırmalarda etkisi incelenen ve araştırmacı tarafından değiştirilen değişken **bağımsız değişken**, bu etkiden etkilendiği düşünülen sonuç değişkeni ise **bağımlı değişkendir**. Bu durumda **spor yapma durumu** araştırmacı tarafından uygulanan müdahale olduğu için **bağımsız değişkendir**. Sporun etkisinin ölçüldüğü **stres düzeyi** ise sonuç değişkeni olduğu için **bağımlı değişkendir**. Araştırmada katılımcıların **benzer uyku düzenine sahip olması** özellikle belirtilmiştir; bu da uyku düzeninin araştırma sonucunu etkilememesi için sabit tutulduğunu gösterir. Sabit tutulan ve etkisi kontrol edilen değişkenler **kontrol değişkeni** olarak adlandırılır. Bu nedenle değişkenlerin sırası **bağımsız değişken - bağımlı değişken - kontrol değişkeni** şeklindedir.

Cevap: B

11. Soruda sosyal medya kullanım süresi arttıkça akademik başarının düştüğü bulunmuş ve araştırmacı bunun sosyal medyanın başarıyı azalttığını gösterdiğini ileri sürmüştür. Ancak uzmanlar, akademik başarısı düşük öğrencilerin **daha fazla sosyal medya kullanabileceğini** ve ayrıca **öz denetim düzeylerinin düşük olmasının** hem sosyal medya kullanımını hem de akademik başarıyı etkileyebileceğini belirtmiştir. İki değişken arasındaki ilişkiyi aslında **başka bir üçüncü değişkenin etkiliyor olması** durumuna **yanıltıcı değişken** denir. Bu durumda öz denetim gibi bir değişken hem sosyal medya kullanımını hem de akademik başarıyı etkileyerek iki değişken arasında gerçekte olmayan ya da farklı görünen bir ilişki oluşturabilir. A seçeneğindeki **seçkisiz atama**, katılımcıların deney ve kontrol gruplarına rastgele atanmasını ifade eder. C seçeneğindeki **bağımlı değişken**, bağımsız değişkenden etkilenen sonuç değişkenidir. D seçeneğindeki **ölçme hatası**, ölçme sürecinde puanların gerçek değerden sapmasına neden olan hataları ifade eder. E seçeneğindeki **iç tutarlık** ise ölçme aracındaki maddelerin birbirleriyle ne kadar tutarlı ölçtüğünü gösteren bir güvenilirlik göstergesidir.

Cevap: B

12. Soruda araştırmacı **anne-babası boşanmış öğrenciler ile anne-babası birlikte yaşayan öğrencilerin okul uyum düzeylerini** karşılaştırmak istemektedir. Araştırmacı grupları **herhangi bir müdahalede bulunmadan mevcut özelliklerine göre oluşturmuş** ve daha sonra bu grupların puanlarını karşılaştırmıştır. Araştırmacının değişken üzerinde herhangi bir kontrol ya da müdahale yapmadığı, yalnızca **var olan gruplar arasındaki farkı inceleyerek olası nedenleri** araştırdığı çalışmalar **nedensel karşılaştırma araştırmasıdır**. A seçeneğindeki **deneysel araştırma**, araştırmacının bağımsız değişken üzerinde kontrol sağlayarak deney ve kontrol grupları oluşturduğu çalışmalardır. B seçeneğindeki **korelasyonel araştırma**, değişkenler arasındaki ilişkinin derecesini incelemeyi amaçlar. D seçeneğindeki **eylem araştırması**, uygulama ortamındaki bir problemi çözmek amacıyla planlama ve uygulama döngüsüyle yürütülen çalışmalardır. E seçeneğindeki **etnografik araştırma** ise bir grubun kültürünü ve sosyal etkileşimlerini doğal ortamında incelemeye odaklanır.

Cevap: C

13. Soruda psikolojik danışman, kaygı ölçeğinden elde edilen puanların **merkezi eğilimini uç değerlerden daha az etkilenecek şekilde** raporlamak istemektedir. Merkezi eğilim ölçülerinden **aritmetik ortalama** uç değerlerden kolayca etkilenebilir; çok yüksek veya çok düşük puanlar ortalamayı önemli ölçüde değiştirebilir. Buna karşılık **medyan**, sıralanmış veri grubunda ortada kalan değeri gösterir ve uç değerlerden daha az etkilenir. Bu nedenle merkezi eğilimi uç değerlerin etkisinden daha bağımsız biçimde göstermek için **medyan** en uygun ölçüdür. C seçeneğindeki **mod**, veri setinde en sık tekrar eden değeri gösterir ve merkezi eğilimi her zaman iyi temsil etmeyebilir. D seçeneğindeki **ranj**, en büyük ve en küçük değer arasındaki farkı gösteren bir yayılma ölçüsüdür. E seçeneğindeki **standart sapma** ise puanların ortalamadan ne kadar saptığını gösteren bir dağılım ölçüsüdür.

Cevap: B

14. Soruda merkezi eğilim ölçüleri **aritmetik ortalama = 65, medyan = 72 ve mod = 80** olarak verilmiştir. Bu durumda değerlerin sıralaması **ortalama < medyan < mod** şeklindedir. Bu sıralama dağılımın **negatif çarpık (sola çarpık)** olduğunu gösterir. Negatif çarpık dağılımlarda puanların büyük bir kısmı **yüksek değerlerde toplanır**, düşük puanlar ise dağılımın sol tarafında kuyruk oluşturur. Bu nedenle puanların çoğu ölçeğin üst kısmında yoğunlaşmıştır. A seçeneği yanlıştır çünkü **sağa çarpık dağılımlarda** sıralama genellikle **mod < medyan < ortalama** olur. B seçeneği yanlıştır; medyan 72 olduğuna göre öğrencilerin yarısı 72'nin altında, yarısı üstünde puan almıştır; bu durum ortalama için doğrudan bir çıkarım sağlamaz. C seçeneği de yanlıştır çünkü verilen değerler başarı düzeyinin düşük olduğunu zorunlu olarak göstermez. E seçeneği yanlıştır; dağılım simetrik değildir ve standart sapmanın sifıra yakın olması tüm puanların birbirine çok yakın olması durumunda görülür.

Cevap: D

15. Soruda sınav puanlarının **en düşük değeri 38, en yüksek değeri 91** olarak verilmiştir. Bu durumda **ranj = 91 - 38 = 53** olur. **Ranj**, veri grubundaki en büyük ve en küçük değer arasındaki farkı gösterir ve puanların **ne kadar geniş bir aralığa yayıldığı hakkında bilgi verir**. Ranjin yüksek olması öğrenciler arasında başarı farklarının fazla olduğunu ve dağılımın geniş olduğunu gösterir. Bu nedenle A seçeneğinde belirtilen **başarı farklarının fazla olması**, B seçeneğinde **dağılımın geniş olması**, C seçeneğinde **çok yüksek veya çok düşük puanların bulunabilmesi** ve E seçeneğinde **ranjin dağılım genişliğini göstermesi** doğru çıkarımlardır. Ancak D seçeneğinde yer alan **öğrencilerin çoğunun ortalamaya çok yakın olması** yüksek ranj durumunda çıkarılamaz; çünkü ranj yalnızca en büyük ve en küçük değer arasındaki farkı gösterir, puanların ortalama etrafında nasıl dağıldığı hakkında bilgi vermez.

Cevap: D

1. Soruda akran zorbalığını ölçmek amacıyla hazırlanan anketteki maddelerin önemli bir kısmının **ders çalışma alışkanlıkları, öğretmenle iletişim ve disiplin kurallarına uyum** gibi zorbalıkla doğrudan ilgili olmayan konulara yönelik olduğu belirtilmiştir. Öğrencilerin de **"Bu sorular zorbalıkla ilgili değil gibi"** şeklinde yorum yapmaları, ölçme aracının hedeflenen özelliği yeterince temsil etmediğini gösterir. Bir ölçme aracındaki maddelerin ölçülmek istenen davranış veya özelliğin **tüm yönlerini ne derece temsil ettiğini** ifade eden geçerlik türü **kapsam geçerliğidir**. Maddelerin önemli bir kısmı zorbalıkla ilgili olmadığı için ölçülmek istenen alan yeterince temsil edilmemektedir. A seçeneğindeki **görünüş geçerliği**, testin yüzeyde ölçmek istediği özelliği ölçüyor gibi görünmesiyle ilgilidir. C seçeneğindeki **yapı geçerliği**, testin kuramsal yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediğini inceler. D seçeneğindeki **yordama geçerliği**, test puanlarının gelecekteki bir performansı tahmin etme gücünü ifade eder. E seçeneğindeki **ölçüt geçerliği** ise test puanlarının dış bir ölçütle ilişkisini ifade eder.

Cevap: B

2. Soruda farklı il ve merkezlerden gelen öğrencilerin performanslarını karşılaştırmak için **z puanı** kullanıldığı belirtilmektedir. **Z puanı**, bir bireyin aldığı puanın dağılım ortalamasından **kaç standart sapma uzaklıkta olduğunu** gösteren standartlaştırılmış puandır. Bu nedenle A seçeneğinde belirtilen ifade doğrudur. **Pozitif z puanı** bireyin ortalamadan üzerinde performans gösterdiğini, **negatif z puanı** ise ortalamadan altında kaldığını ifade eder; bu nedenle B ve C seçenekleri de doğrudur. Ayrıca z puanı, farklı gruplardaki puanları **standartlaştırarak karşılaştırma yapmayı** sağladığı için farklı il ve merkezlerden gelen öğrencilerin görece başarılarını karşılaştırmada kullanılabilir; bu nedenle E seçeneği de doğrudur. Ancak D seçeneğinde belirtilen **z puanının yalnızca aynı ildeki öğrenciler için kullanılabilmesi** ifadesi yanlıştır; çünkü z puanının temel amacı farklı gruplardaki puanları ortak bir ölçekte karşılaştırılabilir hâle getirmektir.

Cevap: D

3. Soruda sınav puanlarının **varyansının düşük olduğu** belirtilmektedir. **Varyans**, puanların ortalamadan ne kadar uzaklaştığını gösteren bir yayılma ölçüsüdür. Varyansın **düşük olması**, puanların ortalama etrafında toplandığını ve öğrenciler arasındaki farkların fazla olmadığını gösterir. Bu durumda öğrencilerin puanları birbirine görece yakındır ve dağılım dar bir aralıkta toplanmıştır. Bu nedenle **puanların ortalamaya yakın değerler alması** düşük varyansın tipik özelliğidir. A ve D seçenekleri öğrenciler arasında farkların fazla olduğunu ifade eder; bu durum yüksek varyansta görülür. B seçeneği çok yüksek veya çok düşük uç değerlerin varlığını ima eder; bu da genellikle varyansı artırır. E seçeneği ise puanların geniş bir dağılım göstermesini ifade eder ki bu da yüksek varyansın özelliğidir.

Cevap: C

4. Soruda öğrencilerin aynı senaryoya verdikleri **açık uçlu yanıtların iki farklı uzman tarafından bağımsız biçimde puanlandığı** ve daha sonra bu puanların **birbiriyle ne kadar uyumlu olduğunun incelendiği** belirtilmektedir. Açık uçlu sorular veya performans görevlerinde farklı değerlendiricilerin verdikleri puanların ne kadar tutarlı olduğunu belirlemek için kullanılan güvenilirlik türü **puanlayıcılar arası güvenilirlik yöntemidir**. Bu yöntem, farklı puanlayıcıların aynı performansa benzer puanlar verip vermediğini belirleyerek değerlendirme sürecinin tutarlılığını ortaya koyar. A seçeneğindeki **iki yarı yöntemi**, test maddelerinin iki eş parçaya bölünerek güvenilirliğin hesaplanmasına dayanır. B seçeneğindeki **KR-20 yöntemi**, doğru-yanlış gibi iki kategorili maddelerden oluşan testlerde iç tutarlılığı hesaplamak için kullanılır. C seçeneğindeki **test-tekrar test yöntemi**, aynı testin farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığını inceler. D seçeneğindeki **Cronbach alfa yöntemi** ise çok kategorili maddelerden oluşan testlerde iç tutarlılık güvenilirliğini belirlemek için kullanılır.

Cevap: E

5. Soruda araştırmacının okulda bulunan **1000 öğrenciye numara verdiği** ve bu numaralar arasından **kura çekerek 100 öğrenci seçtiği** belirtilmektedir. Ayrıca her öğrencinin **seçilme olasılığının eşit olduğu** ve bir öğrencinin seçilmesinin diğerinin seçilmesini etkilemediği ifade edilmiştir. Evreni oluşturan tüm bireylerin **eşit ve bağımsız seçilme olasılığına sahip olduğu** bu tür örnekleme yöntemi **basit seçkisiz örnekleme yöntemidir**. B seçeneğindeki **sistematiik örnekleme**, listeden belirli bir aralıkla (örneğin her 10. kişi) birey seçilmesine dayanır. C seçeneğindeki **tabakalı örnekleme**, evrenin belirli alt gruplara ayrılıp her tabakadan örnek seçilmesini içerir. D seçeneğindeki **küme örnekleme**, evrenin kümelerine ayrılıp bazı kümelerin tamamen seçilmesine dayanır. E seçeneğindeki **uygun örnekleme** ise araştırmacının ulaşması kolay bireyleri seçmesine dayanan olasılıksız bir örnekleme yöntemidir.

Cevap: A

6. Soruda geliştirilen ölçeğin **tekrar test uygulamasında benzer sonuçlar verdiği** belirtilmektedir. Aynı ölçme aracının farklı zamanlarda uygulandığında benzer sonuçlar vermesi **test-tekrar test güvenirliliğinin yüksek olduğunu** gösterir. Ancak ölçeğin **yalnızca bazı alt boyutları ölçtüğünün gözlemlenmesi**, ölçülmek istenen yapının tüm yönlerini yeterince temsil etmediğini ve dolayısıyla **geçerliliğinin sınırlı olduğunu** gösterir. Bu durumda ölçme aracı tutarlı sonuçlar üretmektedir fakat ölçmek istediği yapıyı tam olarak kapsayamamaktadır. B seçeneği yanlıştır çünkü tekrar testte benzer sonuçlar alınması güvenirliliğin düşük olmadığını gösterir. C seçeneği de yanlıştır; geçerliliğin sınırlı olduğu belirtilmiştir. D seçeneğinde ifade edilen **kullanışlılık** soruda tartışılan bir özellik değildir. E seçeneği de yanlıştır çünkü güvenirliliğin düşük olduğuna dair bir bulgu yoktur.

Cevap: A

7. Soruda bazı sınıflarda **öğretmenlere etkili sınıf yönetimi eğitimi verildiği** ve bunun sonucunda **öğrencilerin derse katılım düzeyinin** ölçülerek eğitim verilmeyen sınıflarla karşılaştırıldığı belirtilmektedir. Araştırmalarda araştırmacı tarafından **uygulanan ya da değiştirilen değişken bağımsız değişken**, bu uygulamanın etkisini gösteren sonuç değişkeni ise **bağımlı değişkendir**. Bu durumda öğretmenlere verilen sınıf yönetimi eğitimi araştırmacının uyguladığı müdahale olduğu için **bağımsız değişkendir**. Bu müdahalenin sonucunda ölçülen **öğrencilerin derse katılım düzeyi** ise sonuç değişkeni olduğundan **bağımlı değişkendir**.

Cevap: A

8. Soruda araştırmacı **aynı eğitim öğretim yılı içinde 9, 10, 11 ve 12. sınıf öğrencilerinden veri toplamış** ve farklı sınıf düzeylerindeki öğrencilerin sınav kaygısı puanlarını karşılaştırmıştır. Farklı yaş veya sınıf gruplarının **aynı zaman diliminde ölçülerek karşılaştırılması** ile yapılan çalışmalar **kesitsel araştırmadır**. Bu tür araştırmalarda değişim zaman içinde izlenmez; yalnızca farklı gruplar aynı anda karşılaştırılır. A seçeneğindeki **boyamsal araştırma**, aynı bireylerin uzun bir süre boyunca tekrar tekrar ölçülmesini içerir. B seçeneğindeki **deneyisel araştırma**, araştırmacının değişken üzerinde müdahale yaparak neden-sonuç ilişkisini test ettiği çalışmalardır. C seçeneğindeki **etnografik araştırma**, bir grubun kültürünü ve sosyal etkileşimlerini doğal ortamında incelemeye odaklanır. D seçeneğindeki **meta-analiz** ise farklı araştırmaların sonuçlarını istatistiksel olarak birleştiren çalışmalardır.

Cevap: E

9. Soruda geliştirilen ölçeğin **öz denetim düzeyini ölçmek** amacıyla kullanıldığı ve analizlerde ölçekten yüksek puan alan öğrencilerin **dürtüsellik puanlarının düşük, akademik öz düzenleme puanlarının ise yüksek** olduğu bulunmuştur. Ayrıca ölçek puanlarının **matematik işlem hızıyla anlamlı ilişki göstermediği** belirtilmiştir. Bir ölçme aracının ölçmek istediği **kuramsal yapıyla ilişkili değişkenlerle beklenen yönde ilişki göstermesi ve ilişkisiz değişkenlerle ilişki göstermemesi**, o ölçeğin gerçekten hedeflenen yapıyı ölçtüğüne kanıt oluşturur. Bu durum ölçme aracının **yapı geçerliğini** destekler. A seçeneğindeki **görünüş geçerliği**, testin yüzeyde ölçmek istediği özelliği ölçüyor gibi görünmesiyle ilgilidir. B seçeneğindeki **kapsam geçerliği**, maddelerin ölçülmek istenen alanı ne kadar temsil ettiğini ifade eder. D seçeneğindeki **uygunluk geçerliği** ve E seçeneğindeki **eş zaman geçerliği** ise test puanlarının dış ölçütlerle ilişkisine dayanan geçerlik türleridir.

Cevap: C

10. Soruda araştırmacı **30 maddeden oluşan doğru-yanlış formatındaki bir başarı testinin güvenilirliğini** tek uygulamadan elde edilen verilerle hesaplamak istemektedir. Maddelerin **iki seçenekli (doğru-yanlış)** olması ve güvenirliliğin **madde güçlükleri ile madde varyansları kullanılarak** hesaplanacak olması, ikili puanlanan testler için kullanılan **KR-20 yöntemini** işaret eder. **KR-20**, doğru-yanlış gibi iki kategorili maddelerden oluşan testlerde iç tutarlılık güvenilirliğini hesaplamak için kullanılan bir katsayıdır. A seçeneğindeki **test-tek-rar test yöntemi**, aynı testin farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığını inceler. C seçeneğindeki **Cronbach alfa yöntemi**, çok kategorili (Likert tipi gibi) maddelerden oluşan testlerde iç tutarlılığı hesaplamak için kullanılır. D seçeneğindeki **paralel form yöntemi**, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun uygulanmasına dayanır. E seçeneğindeki **iki yarı yöntemi** ise testin iki eş parçaya bölünerek güvenirliliğin hesaplanmasına dayanır.

Cevap: B

11. Soruda araştırmacı **lise öğrencilerinin akademik öz-yeterlik düzeyi ile sınav kaygısı düzeyi arasındaki ilişkiyi** incelemek istemekte ve bu amaçla öğrencilere iki farklı ölçek uygulayarak elde edilen puanlar arasındaki ilişkiyi istatistiksel olarak analiz etmektedir. Değişkenler üzerinde herhangi bir müdahale yapılmadan yalnızca **iki değişken arasındaki ilişkinin yönü ve derecesinin incelendiği** çalışmalar **korelasyonel araştırmadır**. Bu araştırmalarda amaç değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemektir, neden-sonuç ilişkisi kurmak değildir. A seçeneğindeki **deney-sel araştırma**, araştırmacının bağımsız değişken üzerinde kontrol sağlayarak müdahale yaptığı çalışmalardır. C seçeneğindeki **nedensel karşılaştırma araştırması**, var olan gruplar arasındaki farkların olası nedenlerini incelemeye dayanır. D seçeneğindeki **eylem araştırması**, uygulama ortamındaki bir problemi çözmeye yönelik planlama ve uygulama döngüsünü içerir. E seçeneğindeki **etnografik araştırma** ise bir grubun kültürünü ve sosyal etkileşimlerini doğal ortamında inceleyen nitel araştırmalardır.

Cevap: B

12. Soruda öğrencilerin **haftalık kahve tüketimi ile akademik başarıları arasındaki ilişki** incelenmiş ve korelasyon katsayısı **$r = +0,03$** olarak bulunmuştur. Korelasyon katsayısı **0'a çok yakın olduğunda**, iki değişken arasında anlamlı ya da güçlü bir ilişki olmadığı kabul edilir. Verilen **+0,03** değeri pozitif yönde olsa da ilişki düzeyi çok zayıf olduğu için pratik olarak **ilişkinin olmadığı** şeklinde yorumlanır. A seçeneği yanlıştır çünkü bu ifade güçlü bir pozitif ilişkiyi ima eder. B seçeneği yanlış çünkü negatif ilişki söz konusu değildir. C seçeneği yanlıştır; korelasyon sonuçları **nedensellik göstermez**. E seçeneği ise negatif ilişkiyi ifade eder. Bu nedenle doğru yorum, iki değişken arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığıdır.

Cevap: D

13. Soruda iki grubun puanlarının normal dağıldığı ve varyanslarının eşit olduğu belirtilmiştir. Varyanslar eşit olduğuna göre standart sapmalar da eşittir. Deniz'in puanı 1. gruptaki kişilerin %90'ından daha yüksek olduğuna göre, bu puan 1. grubun 90. yüzdelik dilimine karşılık gelir. Aynı puan 2. gruptaki kişilerin %90'ından daha düşük olduğuna göre ise 2. grubun 10. yüzdelik dilimine karşılık gelir. Normal dağılım simetrik bir dağılım olduğundan, 90. yüzdelik dilim ortalamanın ne kadar üstündeyse 10. yüzdelik dilim de ortalamanın o kadar altındadır. Ayrıca iki grubun standart sapmaları eşit olduğu için bu uzaklık her iki grup için aynıdır. Bu durumda Deniz'in puanı, 1. grubun ortalaması olan 48'in ne kadar üstündeyse, 2. grubun ortalaması olan 62'nin de o kadar altındadır. Yani Deniz'in puanı iki ortalama arasında tam ortada yer alır. Bu nedenle Deniz'in puanı: olur.

Cevap: C

14. Soruda araştırmacı 40 maddelik ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için test maddelerini **tek ve çift numaralı maddeler olarak iki eş parçaya ayırmış** ve iki yarıdan elde edilen puanlar arasındaki korelasyonu $r = 0,62$ olarak hesaplamıştır. Bu işlem **iki yarı yöntemi** ile güvenilirliği belirleme sürecidir. Ancak iki yarıdan elde edilen korelasyon yalnızca **testin yarısının güvenilirliğini** yansıtır. Testin tamamına ilişkin güvenilirlik katsayısını tahmin etmek için iki yarıdan elde edilen korelasyonun **testin tam uzunluğuna göre düzeltilmesi gerekir**. Bu amaçla kullanılan yöntem **Spearman-Brown düzeltme formülüdür**. A seçeneğindeki **KR-20 güvenirlik katsayısı**, doğru-yanlış gibi iki kategorili maddelerden oluşan testlerde iç tutarlılığı hesaplamak için kullanılır. B seçeneğindeki **Cronbach alfa katsayısı**, çok kategorili maddelerden oluşan ölçeklerde iç tutarlılığı belirlemek için kullanılır. D seçeneğindeki **Pearson korelasyonu**, iki değişken arasındaki ilişkiyi hesaplamak için kullanılan temel korelasyon katsayısıdır. E seçeneğindeki **test-tekrar test korelasyonu** ise aynı testin farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığını incelemeye yöneliktir.

Cevap: C

15. Soruda öğretmen **iki farklı sınıfta farklı öğretim yöntemleri uygulayarak** öğrencilerin problem çözme becerileri üzerindeki etkisini incelemektedir. Araştırmalarda araştırmacı tarafından **değiştirilen veya manipüle edilen değişken bağımsız değişkendir**. Bu durumda öğretmenin bir sınıfta **oyunlaştırma yöntemi**, diğer sınıfta **geleneksel anlatım yöntemi** kullanması araştırmada değiştirilen faktördür. Dolayısıyla **uygulanan öğretim yöntemi bağımsız değişkendir**. A seçeneğindeki **problem çözme becerisi** ve B seçeneğindeki **sınav puanları** araştırmanın sonucunda ölçülen değişkenlerdir ve bu nedenle bağımlı değişkendir. C seçeneğindeki **matematik dersi konuları** araştırmada değiştirilen bir unsur değildir. E seçeneğindeki **sınıf mevcutları** ise araştırmanın temel değişkeni olarak ele alınmamıştır.

Cevap: D

1. Soruda geliştirilen sınav kaygısı ölçeğindeki maddelerin **büyük ölçüde yalnızca sınav öncesi bedensel belirtilere odaklandığı**, buna karşılık sınav sırasında yaşanan **dikkat dağınıklığı, başarısızlık düşünceleri ve sınav sonrası kaygı** gibi önemli boyutların ölçek içinde yeterince yer almadığı belirtilmiştir. Bir ölçeğin amacı, ölçmek istenen kavramın **tüm boyutlarını ne derece temsil ettiğini** ifade eden geçerlik türü **kapsam geçerliğidir**. Ölçekte sınav kaygısının bazı yönlerinin yeterince temsil edilmemesi bu geçerliğin düşük olduğunu gösterir. A seçeneğindeki **yordama geçerliği**, test puanlarının gelecekteki bir performansı tahmin etme gücünü ifade eder. B seçeneğindeki **yapı geçerliği**, ölçme aracının kuramsal yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediğine ilişkin kanıtlarla ilgilidir. D seçeneğindeki **görünüş geçerliği**, testin yüzeyde ölçmek istediği özelliği ölçüyor gibi görünmesiyle ilgilidir. E seçeneğindeki **uygunluk geçerliği** ise test puanlarının dış bir ölçütle ilişkisini ifade eder.

Cevap: C

2. Soruda araştırmacıların **yeni doğmuş 50 bebeği uzun bir süre boyunca takip ettiği** ve çocuklar **1 yaşından 7 yaşına kadar her altı ayda bir tekrar ölçülerek dil gelişimlerindeki değişimin izlendiği** belirtilmektedir. Aynı bireylerin uzun bir zaman dilimi boyunca tekrar tekrar ölçülerek gelişimsel değişimlerinin incelendiği araştırma deseni **boylamsal desendir**. A seçeneğindeki **kesitsel desen**, farklı yaş gruplarının aynı anda ölçülerek karşılaştırılmasına dayanır. B seçeneğindeki **meta-analiz**, farklı araştırmaların bulgularını istatistiksel olarak birleştiren çalışmalardır. C seçeneğindeki **vaka incelemesi**, tek bir bireyin ya da sınırlı bir durumun ayrıntılı incelenmesini ifade eder. D seçeneğindeki **fenomenolojik araştırma** ise bireylerin yaşantılarına ilişkin öznel deneyimlerini anlamaya odaklanan nitel araştırmalardır.

Cevap: E

3. Soruda psikolojik danışmanın test maddelerini **tek numaralı ve çift numaralı maddeler olarak iki eş parçaya ayırdığı** ve öğrencilerin bu iki yarıdan aldıkları puanlar arasındaki ilişkiyi hesapladığı belirtilmektedir. Bir testin maddelerini iki eş parçaya bölerek iki yarıdan elde edilen puanlar arasındaki ilişkiyi incelemeye dayanan güvenilirlik belirleme yöntemi **iki yarı yöntemidir**. Bu yöntemde elde edilen korelasyon yalnızca testin yarısına ait olduğu için testin tamamına ilişkin güvenilirliği tahmin etmek amacıyla **Spearman-Brown düzeltme formülü** kullanılır. A seçeneğindeki **KR-20 yöntemi**, doğru-yanlış gibi iki kategorili maddelerden oluşan testlerde iç tutarlılığı hesaplamak için kullanılır. B seçeneğindeki **paralel form yöntemi**, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun uygulanmasına dayanır. D seçeneğindeki **puanlayıcılar arası güvenirlik**, farklı değerlendiricilerin verdikleri puanların tutarlılığını inceler. E seçeneğindeki **test-tekerrar test yöntemi** ise aynı testin farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığını belirlemek için kullanılır.

Cevap: C

4. Soruda verilen sosyal kaygı puanları **45, 50, 50, 55, 55, 60, 65, 70** şeklindedir ve soruda merkezi eğilim ölçülerinden **en sık görülen değeri temsil eden ölçü** sorulmaktadır. Bir veri setinde en çok tekrar eden değeri gösteren merkezi eğilim ölçüsü **moddur**. Veriler incelendiğinde **50 değeri üç kez, 55 değeri iki kez**, diğer değerler ise birer kez görülmektedir. Bu nedenle veri setinde en sık tekrar eden değer **50'dir**. A ve E seçeneklerinde verilen **aritmetik ortalama**, tüm değerlerin toplamının gözlem sayısına bölünmesiyle elde edilen merkezi eğilim ölçüsüdür. C seçeneğinde verilen **medyan**, sıralanmış veri setinde ortada kalan değeri gösterir. Ancak soruda özellikle **en sık görülen değer** sorulduğu için doğru ölçü moddur ve bu veri setinde mod **50'dir**.

Cevap: B

5. Soruda araştırmacının matematik sınav puanlarını analiz etmek için **t-testi** kullandığı belirtilmektedir. **t-testi**, iki bağımsız grubun ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını incelemek için kullanılan bir istatistiksel yöntemdir. Bu nedenle A seçeneğindeki **özel ders alan ve almayan öğrencilerin puanlarının karşılaştırılması**, C seçeneğindeki **başarılı ve başarısız öğrencilerin ortalamalarının karşılaştırılması**, D seçeneğindeki **erkek ve kız öğrencilerin puanlarının karşılaştırılması** ve E seçeneğindeki **lise 1 ve lise 2 öğrencilerinin puanlarının karşılaştırılması** iki grubun ortalamalarını karşılaştırmaya dayandığı için t-testi ile incelenebilir. Ancak B seçeneğinde **haftalık ders çalışma süresi ile matematik puanı arasındaki ilişki** sorulmaktadır. Bu durum iki değişken arasındaki ilişkiyi incelemeyi gerektirir ve genellikle **korelasyon analizi** ile değerlendirilir; bu nedenle t-testi için uygun değildir.

Cevap: B

6. Soruda okul psikolojik danışmanı, **rehberlik etkinliklerine daha sık katılan öğrencilerin akademik motivasyonlarının daha yüksek olup olmadığını** incelemek istemektedir. **Tek yönlü alternatif hipotez**, ilişkinin ya da farkın yönünü açık biçimde belirten hipotezdir. Bu nedenle hipotezde yalnızca ilişki olduğunu söylemek değil, **hangi yönde olduğunu** ifade etmek gerekir. Rehberlik etkinliklerine katılım arttıkça motivasyonun **daha yüksek olacağı** yönünde bir beklenti bulunduğu için tek yönlü alternatif hipotez bu yönde kurulmalıdır. A seçeneği **ilişki yoktur** diyerek sıfır hipotezini ifade eder. C seçeneği ilişki olduğunu belirtir ancak **yön belirtmez**, bu nedenle iki yönlüdür. D seçeneğinde de yalnızca **fark vardır** denir ve yön belirtilmez. E seçeneği ise motivasyon yerine **akademik başarı** değişkenini içerdiği için soruyla uyumlu değildir.

Cevap: B

7. Soruda psikolojik danışman **rehberlik oturumlarına katılım durumu ile sınav kaygısı düzeyi arasındaki ilişkiyi** incelemek istemektedir ve bunu yaparken **sınıf düzeyini göz önünde bulundurmaktadır**. Araştırmalarda etkisi incelenen değişken **bağımsız değişken**, bu değişkenden etkilendiği düşünülen sonuç değişkeni **bağımlı değişken**, araştırmada etkisi kontrol altında tutulan değişken ise **kontrol değişkenidir**. Bu durumda **rehberlik oturumlarına katılım durumu** araştırmada etkisi incelenen değişkendir ve **bağımsız değişkendir**. **Sınav kaygısı düzeyi** ise bu değişkene bağlı olarak değişmesi beklenen sonuç değişkenidir ve **bağımlı değişkendir**. **Sınıf düzeyi** ise araştırmada dikkate alınarak etkisi kontrol edilmeye çalışılan bir değişkendir; bu nedenle **kontrol değişkenidir**.

Cevap: A

8. Soruda problem çözme becerisini ölçmesi amaçlanan bir maddede **spor müsabakalarına özgü terimlerin yoğun biçimde kullanıldığı** ve bu terimlere aşina olan öğrencilerin matematiksel becerileri aynı olsa bile soruyu daha kolay yanıtladıkları belirtilmiştir. Bu durumda öğrencilerin performansı yalnızca ölçülmek istenen **matematiksel problem çözme becerisine** değil, aynı zamanda **spor terimlerine aşinalık** gibi başka bir etkene de bağlı hâle gelmektedir. Ölçme sonuçlarına ölçülmek istenen özellik dışında bir faktörün düzenli biçimde etki etmesi **sistemik hatayı** artırır ve ölçme sonuçlarının doğruluğunu zedeler. A seçeneğinde belirtilen **tesadüfi hataların azalması** bu durumla ilgili değildir. B seçeneğindeki **yapı geçerliğinin artması** değil, tam tersine azalması beklenir. D seçeneğindeki **standart sapmanın azalması** bu durumdan doğrudan çıkarılamaz. E seçeneğindeki **zaman içindeki tutarlılık** ise güvenilirlikle ilgilidir ve soruda böyle bir durumdan söz edilmemektedir.

Cevap: C

9. Soruda verilen matematik sınav puanları **60, 70, 75, 80, 85, 90, 95** şeklindedir. Veri setinde **her değer yalnızca bir kez tekrar ettiği için mod yoktur**; bu nedenle A ve E seçenekleri doğru değildir. Merkezi eğilim ölçülerinden **aritmetik ortalama** tüm değerlerin toplamının gözlem sayısına bölünmesiyle elde edilir ve bu veri setinde $555 / 7 = 79,28$ olur; ancak ortalama uç değerlere daha duyarlıdır. Veriler zaten sıralı olduğundan ortada bulunan değer **80**'dir ve bu değer **medyandır**. Medyan özellikle uç değerlerden daha az etkileneceği nedeniyle veri setinin merkezini daha iyi temsil eder. D seçeneğinde verilen **ortalama = 80** ise hesaplama açısından yanlıştır. Bu nedenle veri setinin merkezi eğilimini en iyi temsil eden ölçü **medyandır**.

Cevap: C

10. Soruda psikolojik danışman **5'li Likert tipi 25 maddelik bir ölçeğin güvenilirliğini**, tek uygulamadan elde edilen verilerle **maddeler arasındaki iç tutarlılığa bakarak** belirlemek istemektedir. Çok kategorili (Likert tipi gibi) maddelerden oluşan ölçeklerde, maddelerin aynı yapıyı ne derece tutarlı ölçtüğünü belirlemek için kullanılan güvenilirlik katsayısı **Cronbach alfa**dır. Bu katsayı tek uygulamadan elde edilen verilerle hesaplanır ve ölçeğin iç tutarlılığını gösterir. A seçeneğindeki **KR-21**, doğru-yanlış gibi iki kategorili maddelerden oluşan testler için kullanılan bir iç tutarlılık katsayısıdır. B seçeneğindeki **test-tekrar test**, aynı testin farklı zamanlarda uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığını inceler. C seçeneğindeki **Spearman-Brown**, iki yarı yöntemiyle elde edilen korelasyonu testin tamamına uyarlamak için kullanılır. E seçeneğindeki **paralel form**, aynı özelliği ölçen iki eşdeğer test formunun uygulanmasına dayanır.

Cevap: D

11. Soruda araştırmacı **uzaktan eğitim sürecinde yalnızlık deneyimini derinlemesine incelemek** amacıyla pandemi döneminde tamamen uzaktan eğitim alan **8 öğrenciyle bireysel mülakatlar yapmış** ve öğrencilerin yaşadıkları duyguların **ortak özünü ve deneyimlerine yükledikleri anlamları** ortaya çıkarmaya çalışmıştır. Bireylerin belirli bir olguyu nasıl deneyimlediklerini ve bu deneyime hangi anlamları yüklediklerini anlamaya odaklanan nitel araştırma deseni **fenomenolojik araştırmadır**. A seçeneğindeki **etnografik araştırma**, bir grubun kültürünü ve sosyal yaşamını doğal ortamında incelemeye yöneliktir. C seçeneğindeki **deneysel desen**, değişkenlere müdahale edilerek neden-sonuç ilişkisini test etmeyi amaçlar. D seçeneğindeki **kesitsel araştırma**, farklı gruplardan aynı anda veri toplayarak karşılaştırma yapmaya dayanır. E seçeneğindeki **tarama modeli** ise geniş gruplarda mevcut durumu betimlemeye yönelik nicel araştırmalardır.

Cevap: B

12. Soruda verilen kaygı puanları **40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 200** şeklindedir. Veri setinde **200** değeri diğer puanlara göre oldukça yüksek bir **uç değerdir**. Uç değerler **aritmetik ortalamayı önemli ölçüde etkilediği için** bu tür dağılımlarda merkezi eğilimi en iyi temsil eden ölçü **medyandır**. Veriler sıralı olduğundan ortada bulunan değer **60**'tır ve bu değer **medyanı** ifade eder. C seçeneğinde verilen **mod**, en sık tekrar eden değeri gösterir; ancak veri setinde tekrar eden değer bulunmamaktadır. A ve D seçeneklerinde verilen **aritmetik ortalama** ise uç değerden etkilendiği için dağılımın merkezini doğru temsil etmez.

Cevap: B

13. Soruda lise öğrencilerine uygulanan sosyal kaygı ölçeğindeki maddelerin büyük bölümünün **yetişkinlerin iş yaşamındaki sunum yapma, toplantıda konuşma veya iş görüşmesine girme** gibi durumlara yönelik olduğu ve öğrencilerin bu maddeleri **anlamakta zorlandıkları ya da kendi yaşamlarıyla ilişkili bulmadıkları** belirtilmiştir. Bu durumda ölçekten elde edilen puanların öğrencilerin gerçek sosyal kaygı düzeyini yansıtmadığı düşünülmektedir. Bir ölçme aracının puanlarının **dış bir ölçüt veya hedef grup için uygun sonuçlar verip vermediğini** ifade eden geçerlik türü **uygunluk geçerliğidir**. Ölçeğin hedef kitlesi lise öğrencileri olmasına rağmen maddelerin yetişkin yaşamına yönelik olması, ölçme aracının bu grup için uygun olmadığını gösterir ve **uygunluk geçerliğinin düşük olduğunu** düşündürür. A ve D seçenekleri **güvenirlikle** ilgilidir ve soruda buna dair bir kanıt verilmemiştir. C seçeneğindeki **yordama geçerliği** gelecekteki performansı tahmin etme gücünü ifade eder. E seçeneğinde belirtilen **tesadüfi hatanın olmaması** ise verilen durumdan çıkarılamaz.

Cevap: B

14. Soruda psikolojik danışman öğrencilerin öz-yeterlilik puanlarını **küçükten büyüğe sıralamış** ve **aşırı yüksek veya düşük puanların merkezi eğilimi etkilemesini istemediği** için ortadaki değeri kullanmak istemektedir. Uç değerlerden en az etkilenen merkezi eğilim ölçüsü **medyandır**. **Medyan**, sıralanmış veri setinde ortada bulunan değeri gösterir ve uç değerlerin ortalamayı bozduğu durumlarda veri setinin merkezini daha doğru temsil eder. A seçeneğindeki **mod**, en sık tekrar eden değeri gösterir. B seçeneğindeki **ortalama**, tüm değerlerin toplamının gözlem sayısına bölünmesiyle elde edilir ve uç değerlerden kolayca etkilenir. C seçeneğindeki **standart sapma** ve D seçeneğindeki **korelasyon katsayısı** ise merkezi eğilim ölçüsü değildir.

Cevap: E

15. Soruda verilen korelasyon tablosunda dersler arasındaki ilişkilerin **yönü ve gücü** gösterilmektedir. Korelasyon katsayısı **+1'e yaklaştıkça güçlü pozitif ilişki**, **-1'e yaklaştıkça güçlü negatif ilişki**, **0'a yaklaştıkça ise zayıf ilişki** anlamına gelir. Tablo incelendiğinde en yüksek pozitif korelasyon **Matematik ile Fizik arasında 0,80'dir**. Bu nedenle B seçeneği yanlıştır çünkü **Türkçe ile Tarih arasındaki ilişki 0,75** olup en yüksek değildir. A seçeneği de yanlıştır çünkü **Müzik ile Fizik arasındaki korelasyon -0,40'tır** ve bu ilişki ters yönlüdür. C seçeneği yanlıştır; **Matematik ile Müzik arasındaki korelasyon -0,25** olduğundan Matematik puanı yüksek olan bir öğrencinin Müzik puanının da yüksek olması beklenmez. D seçeneği de yanlıştır çünkü **Fizik-Tarih korelasyonu 0,15**, **Matematik-Türkçe korelasyonu ise 0,45'tir**; yani ikinci ilişki daha güçlüdür. Tabloda **en zayıf ilişki değeri 0,05** olup bu değer **Tarih ile Müzik dersleri arasındaki ilişkiye** aittir.

Cevap: E

1. Bu araştırmada **günlük kitap okuma süresinin** çocukların **kelime dağarcığı** üzerindeki etkisi incelenmektedir. Bilimsel araştırmalarda **etkisi incelenen ve araştırmacı tarafından belirleyici değişken olarak ele alınan değişken "bağımsız değişken"**, bu değişkenden **etkilendiği varsayılan sonuç değişkeni ise "bağımlı değişken"** olarak adlandırılır. Soruda **günlük kitap okuma süresi**, kelime dağarcığını etkileyen değişken olduğu için **bağımsız değişken**, **kelime dağarcığı** ise bu durumdan etkilenmesi beklenen sonuç olduğu için **bağımlı değişken** niteliğindedir. Bu nedenle **A seçeneği yanlıştır**, çünkü kitap okuma süresi bağımlı değil bağımsız değişkendir. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü kelime dağarcığı kontrol değişkeni değil bağımlı değişkendir. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü kelime dağarcığı kontrol değişkeni değildir. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü kitap okuma süresi kontrol değişkeni değildir.

Cevap: E

2. Araştırmada üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyi **0-60 arasında puan veren standart bir ölçek** ile ölçülmektedir. Ölçme kuramında **eşit aralıklı ölçek**, ölçüm değerleri arasındaki farkların **eşit ve anlamlı olduğu**, ancak **mutlak (gerçek) sıfır noktasının bulunmadığı** ölçek türüdür. Soruda araştırmacı **40 puanın 20 puandan daha yüksek olduğunu** belirtmektedir. Bu durum ölçümün **büyüklik karşılaştırmasına izin verdiğini** gösterir. Ayrıca **30-40 arasındaki farkın, 10-20 arasındaki farkla aynı anlamı taşıdığı** ifade edilmektedir. Bu özellik **ölçekteki aralıkların eşit olduğunu** gösterir. Ancak araştırmacı **0 puanın depresyonun tamamen yokluğu anlamına gelmediğini** özellikle vurgulamıştır. Bu durum ölçekte **gerçek sıfır noktasının bulunmadığını** gösterir. Bu nedenle ölçüm **oranlı ölçek** değildir. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü **sınıflama (nominal) ölçeği** yalnızca kategorileri ayırır ve büyüklik karşılaştırması yapılamaz. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **sıralama ölçeği** sadece büyüklik sırası verir, ancak aralıkların eşit olduğu söylenemez. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **oranlı ölçeklerde gerçek sıfır noktası vardır** ve "hiçlik" anlamı taşır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **nominal veri türü** kategorik sınıflandırma içerir. Soruda verilen özellikler **eşit aralıklı ölçeğin temel özellikleriyle** örtüşmektedir.

Cevap: C

3. Bu araştırmada araştırmacı **sabah kahvaltısı yapmanın öğrencilerin odaklanma süresi üzerindeki etkisini** incelemektedir. DeneySEL araştırmalarda **bağımsız değişken**, araştırmacının etkisini incelemek için değiştirdiği değişkendir. Bu soruda **kahvaltı yapma durumu** bağımsız değişkendir. Ancak deney günü **okulun ısıtma sisteminin bozulması ve sınıfların aşırı soğuması**, araştırmacının başlangıçta planlamadığı bir durumdur. Bu durum hem deney hem kontrol grubundaki öğrencilerin **odaklanma düzeyini etkileyerek araştırma sonuçlarına müdahale etmiştir**. Araştırma sonuçlarını etkileyen ve **bağımsız değişken dışında ortaya çıkan bu tür değişkenler "karıştırıcı değişken"** olarak adlandırılır. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü **beklenti etkisi** araştırmacının veya katılımcıların beklentilerinin sonuçları etkilemesi durumudur. Soruda böyle bir durum yoktur. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **plasebo etkisi** katılımcının gerçek bir müdahale olmadığı hâlde etkilenmesi durumudur. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **seçkisiz atama** katılımcıların gruplara rastgele dağıtılmasıdır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **deney grubu** bağımsız değişkenin uygulandığı gruptur. Soruda açıklanan durum, araştırmacının kontrol etmediği ancak sonuçları etkileyen bir değişken olduğundan **karıştırıcı değişken** niteliğindedir.

Cevap: B

4. Araştırmada psikolojik danışman **ergenlerde akademik erteleme davranışını ölçmek amacıyla yeni bir ölçek geliştirmiştir**. Ölçme kuramında **yapı geçerliği**, bir ölçme aracının ölçmeyi amaçladığı **psikolojik yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediğine ilişkin kanıtları** ifade eder. Bu tür geçerlik genellikle **faktör analizi**, kuramsal olarak ilişkili değişkenlerle **beklenen yönde ilişki**, ilgisiz değişkenlerle ise **ilişkisizlik** göstermesi gibi bulgularla desteklenir. Soruda yapılan **faktör analizi sonucunda maddelerin görevden kaçınma, zaman yönetimi güçlüğü ve motivasyon eksikliği olmak üzere üç boyutta toplandığı** belirtilmiştir. Bu durum ölçeğin **kuramsal yapısını ortaya koyan bir kanıttır**. Ayrıca ölçekten yüksek puan alan öğrencilerin **akademik öz-yeterliklerinin düşük ve ders çalışma motivasyonlarının zayıf olması**, kuramsal olarak beklenen ilişkilerle uyumludur. Buna karşılık **fiziksel dayanıklılık puanlarıyla**

anlamalı bir ilişki bulunmaması, ölçülen yapıyla ilgisiz bir değişkenle ilişki olmamasını gösterir. Bu tür bulgular birlikte değerlendirildiğinde ölçeğin ölçmek istediği psikolojik yapıyı yansıttığını gösteren yapı geçerliği kanıtı sunmaktadır. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü kapsam geçerliği maddelerin alanı ne kadar temsil ettiğine ilişkin uzman görüşleriyle ilgilidir. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü görünüş geçerliği ölçeğin yüzeyde ölçüyor gibi görünmesine dayanır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü uygunluk (ölçüt) geçerliği başka bir ölçütle doğrudan karşılaştırma yapılmasını içerir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü eşdeğer form güvenilirliği geçerlik değil güvenirlik türüdür

Cevap: C

5. Araştırmada merkezi eğilim ölçüleri olan aritmetik ortalama, medyan ve mod değerlendirilmektedir. **Aritmetik ortalama**, tüm veri değerlerinin toplamının veri sayısına bölünmesiyle elde edilir. Bu nedenle **I numaralı ifade doğrudur**. **Medyan**, veriler küçükten büyüğe sıralandığında ortada yer alan değeri ifade eder ve **aşırı uç değerlerden (outlier) büyük ölçüde etkilenmez**. Bu nedenle **II numaralı ifade doğrudur**. **Mod**, veri setinde en sık tekrar eden değerdir ve bazı veri setlerinde **birden fazla mod bulunabilir**. Bu nedenle **III numaralı ifade de doğrudur**. **V numaralı ifade de doğrudur**, çünkü medyan sıralanmış veri setinin tam ortasında yer alır. Ancak **aritmetik ortalama her zaman medyan ve moddan daha büyük değildir**. Bu durum yalnızca sağa çarpık (pozitif çarpıklık) gösteren dağılımlarda görülür. Simetrik dağılımlarda üçü eşit olabilir, sola çarpık dağılımlarda ise ortalama daha küçük olabilir. Bu nedenle **IV numaralı ifade yanlıştır**

Cevap: D

6. Araştırmada araştırmacı bir köy okulundaki öğrencilerin teneffüs saatlerindeki oyun kültürünü ve akran etkileşimlerini incelemek amacıyla üç ay boyunca doğal ortamda gözlem yapmıştır. Nitel araştırma yöntemlerinden **etnografik araştırma**, belirli bir grubun kültürünü, günlük yaşam pratiklerini, sosyal ilişkilerini ve anlam sistemlerini uzun süreli gözlem ve katılım yoluyla incelemeyi amaçlar. Soruda araştırmacı öğrencilerin oyun gruplarını nasıl oluşturduklarını, oyun kurallarının ve dilinin kuşaktan kuşağa nasıl aktarıldığını, ayrıca bahçedeki farklı alanların öğrenciler açısından taşıdığı sosyal anlamları ve hiyerarşiyi incelemiştir. Bu tür incelemeler bir grubun kültürel örüntülerini ve sosyal yapısını anlamaya yönelik çalışmalardır ve **etnografik araştırmanın temel özelliklerini yansıtır**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü deneysel araştırmalarda bağımsız değişken manipüle edilir ve kontrol koşulları oluşturulur. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü korelasyonel araştırmalar değişkenler arasındaki ilişkiyi istatistiksel olarak inceler. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü nedensel karşılaştırma araştırmalarında var olan gruplar arasındaki farkların nedenleri incelenir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü fenomenolojik araştırma bireylerin belirli bir yaşantıya ilişkin öznel deneyimlerini anlamaya odaklanır. Soruda ise bir grubun kültürel yapısı ve sosyal etkileşim örüntüleri incelenmektedir

Cevap: D

7. Araştırmada araştırmacı ahlaki akıl yürütme becerilerinin yaşa bağlı değişimini incelemek istemektedir. Bu amaçla 2024 yılında 10, 20 ve 30 yaşındaki farklı gruplardan bireyler seçilmiş ve tüm gruplara aynı zaman diliminde ahlaki ikilemler içeren test uygulanmıştır. Gelişim araştırmalarında **kesitsel yöntem**, farklı yaş gruplarının aynı zaman diliminde karşılaştırılması esasına dayanır. Bu yöntemde araştırmacı farklı yaş gruplarından veri toplar ve **yaşa bağlı farklılıkları tek bir zamanda inceleyerek karşılaştırır**. Soruda da farklı yaş grupları aynı yıl içinde ölçülmüş ve karşılaştırılmıştır. Bu nedenle araştırma **kesitsel yöntem** niteliğindedir. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü boylamsal araştırmalarda aynı bireyler uzun bir zaman boyunca tekrar tekrar ölçülür. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü vaka incelemesi

belirli bir birey ya da küçük bir grubun ayrıntılı incelenmesine dayanır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü meta-analiz farklı araştırmaların sonuçlarını istatistiksel olarak birleştiren bir yöntemdir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü etnografik araştırmalar belirli bir grubun kültürel yapısını doğal ortamda incelemeye odaklanır

Cevap: C

8. Bir bireyin **z puanı (standart puanı)**, bir ham puanın **aritmetik ortalamadan kaç standart sapma uzaklıkta olduğunu** gösterir. **Standart puan**, ham puandan ortalamanın çıkarılması ve sonucun **standart sapmaya bölünmesi** ile hesaplanır. Formül şu şekildedir: $z = (X - \mu) / \sigma$. Soruda **aritmetik ortalama 55, standart sapma 12** ve öğrencinin **ham puanı 40** olarak verilmiştir. Buna göre işlem $z = (40 - 55) / 12$ şeklinde yapılır. Önce ham puan ile ortalama arasındaki fark bulunur: $40 - 55 = -15$. Daha sonra bu değer **standart sapmaya bölünür**: $-15 / 12 = -1,25$. Bu sonuç öğrencinin puanının **ortalamanın 1,25 standart sapma altında** olduğunu gösterir. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü -1,5 farklı bir uzaklığı ifade eder. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü -1 değeri ortalamadan yalnızca 1 standart sapma uzaklığı gösterir. **D ve E seçenekleri yanlıştır**, çünkü bu değerler **pozitif z puanı** ifade eder ve ortalamanın üzerinde olmayı gösterir

Cevap: B

9. Soruda bir çoktan seçmeli maddenin **üst ve alt grup dağılımları** verilmiştir. Ölçme değerlendirilmede **madde güçlük indeksi (p)**, doğru cevaplayanların toplam öğrenci sayısına oranıdır. Doğru seçenek **D** olduğuna göre üst grupta **70**, alt grupta **20** öğrenci doğru cevap vermiştir. Toplam doğru sayısı $70 + 20 = 90$ 'dır. Toplam öğrenci sayısı **200** olduğundan $p = 90 / 200 = 0,45$ bulunur. Bu nedenle **I numaralı ifade doğrudur**. **Madde ayırt edicilik indeksi (D)** ise üst ve alt gruptaki doğru cevap oranlarının farkıdır. Üst grup doğru oranı $70 / 100 = 0,70$, alt grup doğru oranı $20 / 100 = 0,20$ 'dir. Aradaki fark $0,70 - 0,20 = 0,50$ olduğundan **II numaralı ifade de doğrudur**. Çeldiricilerin işlevselliği incelendiğinde **işlevsel çeldiriciler alt grup tarafından daha fazla seçilmiştir**. **E seçeneği** üst ve alt grupta **eşit sayıda (5 ve 5)** öğrenci tarafından seçilmiştir. Bu durum çeldiricinin **ayırt edici olmadığını ve işlevsel çalışmadığını** gösterir. Bu nedenle **III numaralı ifade de doğrudur**

Cevap: E

10. Araştırmada psikolojik danışman aynı **problem çözme becerisi ölçeğini** aynı öğrenci grubuna **iki hafta arayla tekrar uygulamıştır**. Ölçme kuramında bir ölçme aracının farklı zamanlarda yapılan ölçümlerde **benzer sonuçlar vermesi "kararlılık" (test-tekrar test güvenirliği)** olarak adlandırılır. Soruda öğrencilerin ilk uygulamada **çok yüksek puan almasına rağmen ikinci uygulamada oldukça düşük puan aldığı**, bazı öğrencilerin ise **tam ters yönde büyük puan değişimleri gösterdiği** belirtilmiştir. Bu durum ölçüm sonuçlarının **zamanlar arasında tutarlı olmadığını** gösterir. Başka bir ifadeyle ölçme aracı **aynı özelliği farklı zamanlarda benzer biçimde ölçmemektedir**. Bu nedenle ölçme aracının **kararlılığı (test-tekrar test güvenirliği) düşüktür**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü ayırt edicilik maddenin başarılı ve başarısız bireyleri ayırma gücü ile ilgilidir. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü kapsam geçerliği ölçeğin ölçmek istediği alanı ne kadar temsil ettiğini ifade eder. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü ölçüt bağımlı değerlendirme ölçüm sonuçlarının önceden belirlenmiş bir ölçüte göre yorumlanmasıdır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **sabit hata** tüm ölçümlerde aynı yönde etki oluşturur; burada ise **bireyler arasında düzensiz ve büyük değişimler** görülmektedir

Cevap: B

11. Araştırmada matematik sınavı puanlarının **sola çarpık (negatif çarpık) dağılım gösterdiği** belirtilmiştir. Ölçme değerlendirmede **sola çarpık dağılım**, puanların büyük kısmının **yüksek değerlerde toplandığını**, düşük puanların ise daha az sayıda olduğunu gösterir. Bu tür dağılımlarda kuyruk **düşük puanlar yönünde uzanır** ve genellikle **aritmetik ortalama < medyan < mod** ilişkisi görülür. Öğrencilerin büyük bölümünün yüksek puan alması genellikle **sınavın kolay olduğunu** gösterir. Bu nedenle dağılımın sola çarpık olması, **öğrencilerin çoğunun yüksek puan aldığı ve sınavın görece kolay olduğu** biçiminde yorumlanır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü zor sınavlarda genellikle **sağa çarpık (pozitif çarpık) dağılım** görülür ve öğrencilerin çoğu düşük puan alır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü simetrik dağılımda çarpıklık yoktur. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü sınav kolaysa ortalama başarı genellikle yüksektir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü zor bir sınavda öğrencilerin çoğunun yüksek puan alması beklenmez

Cevap: A

12. Ölçme değerlendirmede **sabit hata**, tüm ölçümlere **aynı miktarda ve aynı yönde etki eden hata türüdür**. **Tesadüfi hata**, ölçümlere **rastgele ve bireyden bireye farklı biçimde etki eden hatalardır**. **Sistemik hata** ise ölçümlerde **belirli bir nedene bağlı olarak düzenli bir yanlılık oluşturan hatalardır**. Birinci durumda öğretmen **cevap anahtarını kaydırmış ve tüm öğrencilere sistemik biçimde 4 puan fazla vermiştir**. Bu hata **tüm öğrencilere aynı miktarda yansıdığı için sabit hatadır**. İkinci durumda sınav sırasında **koridordaki gürültü bazı öğrencileri etkilemiş, bazılarını etkilememiştir**. Etkinin öğrenciler arasında **rastgele değişmesi** bu durumun **tesadüfi hata** olduğunu gösterir. Üçüncü durumda ise test yönergesindeki **yanlış ifade öğrencilerin büyük kısmının aynı şekilde hata yapmasına neden olmuştur**. Bu durum belirli bir nedene bağlı olarak **ölçümlerde yanlılık oluşturduğu için sistemik hatadır**. Bu nedenle hata türleri sırasıyla **sabit hata - tesadüfi hata - sistemik hatadır**.

Cevap: A

13. Araştırmada fizik sınavı puanlarının **standart sapmasının düşük olduğu** belirtilmiştir. Ölçme değerlendirmede **standart sapma**, puanların **aritmetik ortalama etrafında ne kadar yayıldığını** gösteren bir değişkenlik ölçüsüdür. **Standart sapmanın düşük olması**, puanların **birbirine ve ortalamaya yakın toplandığını**, yani dağılımın **dar olduğunu** gösterir. Bu durumda öğrenciler arasındaki **başarı farkları genellikle küçüktür** ve puanlar **benzer aralıklarda yoğunlaşır**. Bu nedenle **A seçeneği doğrudur**, çünkü puanlar birbirine yakındır. **B seçeneği doğrudur**, çünkü öğrenciler arasındaki başarı farklılıkları azdır. **C seçeneği doğrudur**, çünkü puanlar çoğunlukla ortalamaya yakın değerler alır. **E seçeneği de doğrudur**, çünkü düşük standart sapma **dar bir dağılımı** ifade eder. Ancak **D seçeneği yanlıştır**, çünkü standart sapmanın düşük olduğu bir dağılımda **çok yüksek veya çok düşük uç puanların bulunması beklenmez**; böyle uç değerler dağılımı genişleterek standart sapmayı artırır.

Cevap: D

14. Araştırmada rehberlik uzmanı öğrencilerin **program türü (sayısal, sözel, eşit ağırlık)** ile **sınav başarı durumu (başarılı / başarısız)** arasındaki ilişkiyi incelemek istemektedir. Ölçme değerlendirme ve istatistikte **ki-kare testi**, iki **kategorik (sınıflama düzeyinde) değişken** arasındaki ilişkinin anlamlı olup olmadığını incelemek için kullanılır. Soruda her iki değişken de **kategorik yapıdadır**. Program türü üç kategoriden oluşur, başarı durumu ise **başarılı-başarısız** biçiminde iki kategorilidir. Bu nedenle değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesinde **ki-kare bağımsızlık testi** uygun yöntemdir. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **bağımlı örneklem t-testi** aynı grubun iki farklı ölçümünün ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **regresyon analizi** genellikle sürekli değişkenler arasındaki yordama ilişkisini incelemek için kullanılır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **varyans analizi (ANOVA)** birden fazla grubun **ortalamalarını karşılaştırmak** amacıyla uygulanır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **Spearman korelasyonu** sıralama düzeyindeki değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. Soruda ise iki **kategorik değişken** arasındaki ilişki incelenmektedir.

Cevap: A

15. Araştırmada eğitim araştırmacısı Türkiye genelindeki ortaöğretim öğrencilerinin siber zorbalık farkındalık düzeylerini ve genel eğilimlerini belirlemek amacıyla 81 ilden seçilen 10.000 öğrenciye anket uygulamıştır. Araştırmanın amacı mevcut durumu geniş bir örneklem üzerinden betimlemek ve sayısal verilerle genel bir tablo ortaya koymaktır. Eğitim araştırmalarında tarama araştırması, bir grubun ya da büyük bir kitlenin mevcut özelliklerini, tutumlarını veya eğilimlerini olduğu gibi ortaya koymayı amaçlayan yöntemdir. Genellikle anket ve ölçekler kullanılarak geniş örneklemlerden veri toplanır. Soruda da araştırmacı geniş bir örneklemde anket yoluyla veri toplayarak mevcut durumu betimlemiştir. Bu nedenle kullanılan yöntem tarama araştırmasıdır. B seçeneği yanlıştır, çünkü fenomenolojik araştırma bireylerin belirli bir yaşantıya ilişkin öznel deneyimlerini derinlemesine anlamayı amaçlar. C seçeneği yanlıştır, çünkü etnografik araştırma belirli bir grubun kültürünü doğal ortamda uzun süreli gözlemle inceler. D seçeneği yanlıştır, çünkü deneysel araştırmalarda bağımsız değişken manipüle edilerek neden-sonuç ilişkisi test edilir. E seçeneği yanlıştır, çünkü vaka incelemesi belirli bir birey veya küçük bir grubun ayrıntılı biçimde incelenmesine dayanır.

Cevap: A

1. Araştırmada üç farklı okuldan seçilen öğrencilerin matematik puanları karşılaştırılmakta ve bu farkların anlamlı olup olmadığını incelemek için **tek yönlü ANOVA (varyans analizi)** kullanılmaktadır. **ANOVA**, üç veya daha fazla grubun **aritmetik ortalamaları arasında anlamlı fark olup olmadığını test etmek** amacıyla kullanılan bir istatistiksel yöntemdir. Bu nedenle **A seçeneği uygundur**, çünkü üç okuldan öğrencilerin matematik puan ortalamaları arasında fark olup olmadığı incelenmektedir. **C seçeneği uygundur**, çünkü farklı öğretim yöntemlerinin başarı puanları üzerindeki etkisini karşılaştırmak da grup ortalamalarını karşılaştırmayı gerektirir. **D seçeneği uygundur**, çünkü üç farklı şubenin sınav puanı ortalamalarının karşılaştırılması ANOVA'nın temel kullanım alanlarından biridir. **E seçeneği de uygundur**, çünkü okullar arası performans farklılıkları ortalama puanların karşılaştırılmasıyla değerlendirilebilir. Ancak **B seçeneği uygun değildir**, çünkü öğrencilerin matematik ve fen puanları arasındaki ilişkiyi incelemek ortalamaları karşılaştırmak değil, iki değişken arasındaki **korelasyonu** incelemek anlamına gelir. Bu nedenle bu amaç için **korelasyon analizi** kullanılır, ANOVA değil.

Cevap: B

2. Soruda öğrencinin **akademik yetenek testi** ve **mesleki ilgi envanteri** sonuçları birlikte değerlendirilmektedir. Bulgulara göre öğrencinin **sözel, sayısal ve şekil-uzay yetenek puanlarının tamamı %20'lik dilimdedir** ve bu durum yeteneklerin **genel olarak düşük düzeyde ve birbirine yakın olduğunu** gösterir. Ayrıca öğrencinin **10 farklı ilgi alanından aldığı puanların da birbirine yakın ve orta değerlerin altında olduğu** belirtilmiştir. Psikolojik danışma ve kariyer rehberliğinde **profil analizi** yapılırken puanların birbirine çok yakın olması ve belirgin bir alanın öne çıkarmaması durumu **"düz profil"** olarak adlandırılır. Puanların genel düzeyi düşük olduğunda ise bu durum **"düşük düz profil"** olarak ifade edilir. Bu tür profillerde bireyin **belirgin bir yetenek veya ilgi alanı henüz ayırmamıştır**. Bu nedenle yönlendirme sürecinde öğrencinin **ilgi ve yeteneklerini keşfetmesine yardımcı olacak çalışmalar yapılması gerekir**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü ilgi ve yetenekler arasında belirgin bir uyumsuzluk değil, aksine **benzer ve düşük düzeyde bir da-**

ğılım vardır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü güçlü yanların belirgin biçimde ayrıştığına dair bir bulgu yoktur. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü belirgin bir yetenek alanı bulunmamaktadır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü verilen bilgiler **akademik özgüven** ile ilgili değildir. Bu nedenle öğrencinin **düşük düz düz profile sahip olduğu ve ilgi-yetenek ayrışmasının henüz gerçekleşmediği** söylenebilir.

Cevap: B

3. Araştırmada 7. sınıf öğrencilerinin **sınav kaygısı düzeyini** ölçmek için yalnızca **6 maddeden oluşan ve "Evet-Hayır" biçiminde** cevaplanan bir test kullanılmıştır. Ölçme değerlendirmede **duyarlılık (hassasiyet)**, bir ölçme aracının **bireyler arasındaki küçük farkları ortaya koyabilme gücünü** ifade eder. Soruda öğrencilerin büyük çoğunluğunun puanlarının **4 ile 6 arasında toplandığı ve kaygı düzeyi çok yüksek olan öğrencilerle orta düzey kaygıya sahip öğrencilerin aynı puanı aldığı** belirtilmektedir. Bu durum testin **bireyler arasındaki ince farkları ayırt edemediğini** göstermektedir. Az sayıda madde bulunması ve **iki kategorili (Evet-Hayır) cevaplama biçimi** de ölçme aracının ayırt etme hassasiyetini azaltır. Bu nedenle ölçme aracının **duyarlılığı düşüktür**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü kapsam geçerliği test maddelerinin ölçülmek istenen alanı temsil etme derecesiyle ilgilidir. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü puanların birbirine yakın olması güvenirliliğin yüksek olduğunu göstermez. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü soruda belirli bir yanlılık oluşturan sistematik hata belirtilmemiştir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü verilen durum normlara dayalı değerlendirme ile ilgili değildir.

Cevap: D

4. Araştırmada tarih sınavı puanlarının **sağa çarpık (pozitif çarpık) dağılım gösterdiği** belirtilmiştir. Ölçme değerlendirmede **sağa çarpık dağılım**, puanların büyük bölümünün **düşük değerlerde toplandığını**, yüksek puanların ise daha az sayıda olduğunu gösterir. Bu tür dağılımlarda **kuyruk yüksek puanlar yönünde uzanır** ve genellikle **aritmetik ortalama > medyan > mod** ilişkisi görülür. Öğrencilerin çoğunun düşük puan alma-

sı genellikle **sınavın zor olduğunu** gösterir. Bu nedenle sağa çarpık dağılım, **öğrencilerin büyük kısmının düşük puan aldığı ve sınavın zor olduğu** biçiminde yorumlanır. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü kolay sınavlarda genellikle **sola çarpık dağılım** görülür ve öğrencilerin çoğu yüksek puan alır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü simetrik dağılımda çarpıklık yoktur. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü sınav zor olduğunda ortalama başarı genellikle düşük olur. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü düşük puan alan öğrencilerin fazla olması sınavın kolay değil **zor olduğunu** gösterir.

Cevap: E

5. Araştırmada öğrencilerin **haftalık ders çalışma süreleri dakika cinsinden** ölçülmüştür. Ölçme kuramında **oranlı ölçek**, ölçüm değerleri arasındaki farkların **eşit olduğu**, ayrıca **gerçek (mutlak) sıfır noktasının bulunduğu** ölçek türüdür. Gerçek sıfır noktası, ölçülen özelliğin **hiç bulunmaması durumunu** ifade eder. Soruda araştırmacı **0 dakika çalışma değerinin gerçekten çalışmama durumunu gösterdiğini** belirtmiştir. Ayrıca **200 dakika çalışan bir öğrencinin 100 dakika çalışan bir öğrenciden iki kat fazla çalıştığı** ifade edilmektedir. Bu durum ölçümde **oran karşılaştırmalarının anlamlı olduğunu** gösterir. Bu özellikler **oranlı ölçeğin temel özellikleridir**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü **sınıflama (nominal) ölçeği** yalnızca kategorileri ayırır ve büyüklük ilişkisi göstermez. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **sıralama ölçeği** yalnızca büyüklük sırası verir, ancak aralıkların eşit olduğu söylenemez. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **eşit aralıklı ölçeklerde gerçek sıfır noktası yoktur**. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü ölçülen değişken **nicel bir değişkendir**, nitel veri değildir.

Cevap: E

6. Araştırmada psikolojik danışman dikkat eksikliği olan bir öğrencinin derste yerinde oturma süresini artırmak amacıyla pekiştirici temelli bir davranış değiştirme programı uygulamıştır. Uygulama öncesinde öğrencinin davranışı 5 gün boyunca ölçülerek başlangıç düzeyi (baseline) belirlenmiş, ardından müdahale uygulanmış ve süreç boyunca aynı davranış düzenli olarak ölçülerek grafik üzerinde izlenmiştir. Davranış değişiminin aynı birey üzerinde zaman içinde takip edilmesi ve müdahalenin etkisinin bu bireyde değerlendirilmesi, tek denekli araştırma yaklaşımının temel özelliğidir. Bu tür araştırmalarda amaç, bir müdahalenin belirli bir bireyde davranış değişikliği oluşturup oluşturmadığını ortaya koymaktır. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü kesitsel tarama araştırmaları geniş gruplarda mevcut durumu betimlemeye yöneliktir. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü deneysel grup karşılaştırmalı araştırmalarda en az iki grup karşılaştırılır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü etnografik araştırmalar bir grubun kültürünü doğal ortamda incelemeye odaklanır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü korelasyonel araştırmalar değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlar.

Cevap: C

7. Araştırmada psikolojik danışman, öğrencilerin duygusal durumlarını değerlendirirken **puanlayıcının kişisel yorumundan en az etkilenen ve farklı uygulayıcıların benzer sonuçlar elde edebileceği** bir ölçme yöntemi aramaktadır. Ölçme değerlendirmede **objektiflik**, ölçüm sonuçlarının **puanlayıcıdan bağımsız olması ve farklı değerlendiriciler tarafından aynı sonuca ulaşılabilmesi** anlamına gelir. Bu özellik en çok **standartlaştırılmış, kapalı uçlu maddelerden oluşan testlerde** sağlanır. **Doğru-yanlış maddelerinden oluşan testlerde** cevap anahtarı nettir ve puanlama **kişisel yoruma ihtiyaç duymaz**. Bu nedenle puanlayıcılar arasında **yüksek tutarlılık** sağlanır ve ölçme daha objektif olur. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü serbest kompozisyon yazıları puanlayıcının yorumuna bağlıdır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü serbest gözlem notları büyük ölçüde değerlendiricinin öznel yorumunu içerir. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü davranışların yorumlanarak puanlanması yine değerlendirici etkisini artırır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü açık uçlu soruların puanlanması da yorum gerektirir ve objektiflik daha düşüktür. Bu nedenle **objektifliği en yüksek olan yöntem standartlaştırılmış doğru-yanlış testlerdir**.

Cevap: E

8. Araştırmada matematik sınavı puanlarının **standart sapmasının büyük olduğu** belirtilmiştir. Ölçme değerlendirilmede **standart sapma**, puanların **aritmetik ortalama etrafında ne kadar yayıldığı**nı gösteren bir değişkenlik ölçüsüdür. **Standart sapmanın büyük olması**, puanların **birbirinden oldukça farklı olduğunu**, yani dağılımın **geniş olduğunu** gösterir. Bu durumda öğrenciler arasında **başarı farklılıkları fazladır** ve puanlar **geniş bir aralığa yayılmıştır**. Bu nedenle **B seçeneği doğrudur**, çünkü başarı farklılıkları yüksektir. **C seçeneği doğrudur**, çünkü geniş puan dağılımı testin **ayırt ediciliğinin yüksek olabileceğine** işaret eder. **D seçeneği doğrudur**, çünkü puanların geniş yayılması grubun **heterojen olduğunu** gösterir. **E seçeneği de doğrudur**, çünkü büyük standart sapma **geniş bir dağılımı** ifade eder. Ancak **A seçeneği yanlıştır**, çünkü standart sapma büyük olduğunda puanların **birbirine çok yakın olması beklenmez**.

Cevap: A

9. Araştırmada öğrencilerin haftalık ders çalışma süresi ile akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir. İstatistiksel analiz sonucunda korelasyon katsayısı $r = +0,68$ bulunmuştur. Ölçme ve istatistikte korelasyon katsayısı, iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü gösterir. Katsayının pozitif (+) olması, değişkenlerin aynı yönde değiştiğini ifade eder. Yani bir değişken arttıkça diğer değişken de artma eğilimi gösterir. Ayrıca 0,68 değeri orta-yüksek düzeyde bir ilişkiye işaret eder. Soruda da haftalık çalışma süresi arttıkça öğrencilerin not ortalamalarının yükseldiği belirtilmektedir. Bu nedenle ders çalışma süresi ile akademik başarı arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır yorumu desteklenir. B ve C seçenekleri yanlıştır, çünkü bunlar negatif ilişkiyi ifade eder. D seçeneği yanlıştır, çünkü korelasyon analizi neden-sonuç ilişkisi kanıtlamaz, yalnızca değişkenler arasındaki ilişkiyi gösterir. E seçeneği yanlıştır, çünkü $r = +0,68$ değeri değişkenlerin bağımsız olmadığını, aralarında anlamlı bir ilişki bulunduğunu gösterir.

Cevap: A

10. Araştırmada öğrencilerin **akran ilişkilerinde uyum düzeyleri** üç kategori halinde değerlendirilmiştir: **düşük, orta ve yüksek**. Ölçme kuramında **sıralama ölçeği**, bireylerin belirli bir özelliğe göre **büyüklik sırasına konulabildiği**, ancak bu sıralama arasındaki **farkın ne kadar olduğunun bilinmediği** ölçek türüdür. Soruda **yüksek düzeydeki bir öğrencinin orta düzeydeki öğrenciden ne kadar daha uyumlu olduğu bilinmemekte**, yalnızca hangisinin daha uyumlu olduğu **anlaşılmaktadır**. Bu durum ölçümün **sıralama özelliği taşıdığını**, ancak aralıkların eşit olmadığını göstermektedir. Bu nedenle elde edilen veriler **sıralama ölçeği** niteliğindedir. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü **sınıflama ölçeğinde** kategoriler arasında büyüklik sırası bulunmaz. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **eşit aralıklı ölçeklerde** ölçüm değerleri arasındaki farklar eşittir. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **oranlı ölçeklerde** gerçek sıfır noktası bulunur ve oran karşılaştırmaları yapılabilir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü burada ölçüm **sürekli sayısal değerlerle yapılmamıştır**, yalnızca sıralı kategoriler kullanılmıştır.

Cevap: B

11. Araştırmada öğrencilerin **stres düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek** 60 maddeden oluşmakta ve uygulanması **yaklaşık 90 dakika sürmektedir**. Ölçme değerlendirilmede **kullanışlılık**, bir ölçme aracının **uygulama süresi, maliyet, puanlama kolaylığı ve sonuçların hızlı elde edilmesi** gibi pratik özelliklerini ifade eder. Soruda öğrencilerin soruların **uzunluğu ve karmaşıklığı nedeniyle testi tamamlayamadıkları**, bazı maddelere **rastgele yanıt verdikleri** ve sonuçların **hızlı biçimde raporlanmadığı** belirtilmektedir. Bu durum ölçme aracının **uygulama ve değerlendirme açısından pratik olmadığını** gösterir. Dolayısıyla ölçeğin **kullanışlılığı düşüktür**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü iç tutarlılık maddelerin birbiriyle tutarlılığı ile ilgilidir ve soruda buna ilişkin bir bulgu verilmemiştir. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü kararlılık ölçümlerin zaman içinde tutarlı sonuç vermesiyle ilgilidir. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü yordama geçerliği test puanlarının gelecekteki performansı tahmin etme gücünü ifade eder. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü kapsam geçerliği test maddelerinin ölçülen alanı temsil etme derecesiyle ilgilidir. Soruda vurgulanan problem **uygulama süresi ve pratiklik** ile ilgilidir.

Cevap: B

12. Araştırmacı, öğrencilerin sınav kaygısı ölçeğinden elde ettiği puanların **genel düzeyini** belirlemek istemektedir. Soruda araştırmacının **tüm öğrencilerin puanlarını toplayıp öğrenci sayısına bölmeyi planladığı** belirtilmiştir. Ölçme ve istatistikte bu işlem **aritmetik ortalamayı** ifade eder. **Aritmetik ortalama**, veri setindeki tüm değerlerin toplamının **toplam gözlem sayısına bölünmesiyle** elde edilen merkezi eğilim ölçüsüdür ve grubun **genel eğilimini** göstermede yaygın biçimde kullanılır. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü **medyan** sıralanmış veri setinin ortasında yer alan değeri ifade eder. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **mod** veri setinde en sık tekrar eden değerdir. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **standart sapma** merkezi eğilim değil **dağılım ölçüsüdür**. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **varyans** da verilerin ortalama etrafındaki yayılımını gösteren bir değişkenlik ölçüsüdür. Soruda tanımlanan işlem **aritmetik ortalamanın hesaplanmasıdır**.

Cevap: C

13. Araştırmada dört farklı öğretim yöntemini kullanan sınıfların **fen bilgisi başarı puanları** karşılaştırılmış ve **tek yönlü ANOVA** sonucunda **gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur**. İstatistikte **ANOVA**, üç veya daha fazla grubun **aritmetik ortalamaları arasında genel bir fark olup olmadığını** gösterir. Ancak ANOVA sonucu anlamlı çıktığında **farkın hangi gruplar arasında olduğunu doğrudan göstermez**. Bu nedenle araştırmacılar farkın **hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için çoklu karşılaştırma (post-hoc) testleri** uygular. **LSD (Least Significant Difference) testi**, ANOVA sonrasında kullanılan **post-hoc karşılaştırma testlerinden biridir** ve grupların ortalamalarını ikili biçimde karşılaştırarak farkın **hangi gruplar arasında olduğunu belirlemeyi sağlar**. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **Mann-Whitney U testi** iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir testtir. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **Spearman korelasyonu** sıralama düzeyindeki değişkenler arasındaki ilişkiyi ölçer. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **Wilcoxon işaretli sıra testi** bağımlı iki ölçümün karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir yöntemdir. Bu nedenle ANOVA sonrasında farkın **hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için LSD testi kullanılır**.

Cevap: A

14. Araştırmada üniversite öğrencilerinin **ders çalışma süresi ile sosyal medya kullanım süresi** arasındaki ilişki incelenmiş ve **korelasyon katsayısı $r = -0,75$** bulunmuştur. İstatistikte **korelasyon katsayısının negatif olması**, değişkenlerin **ters yönlü değiştiğini** gösterir. Yani bir değişken arttıkça diğer değişken **azalma eğilimi gösterir**. Ayrıca **0,75 gibi yüksek bir değer**, ilişkinin **güçlü düzeyde olduğunu** ifade eder. Bu nedenle **I numaralı ifade doğrudur**, çünkü değişkenler arasında **negatif yönlü ve yüksek düzeyde bir ilişki vardır**. **II numaralı ifade de doğrudur**, çünkü sosyal medya kullanım süresi arttıkça ders çalışma süresinin **azalma eğilimi göstermesi** negatif korelasyonun anlamına uygundur. Ancak **III numaralı ifade kesin olarak doğru değildir**, çünkü **korelasyon nedensellik göstermez**; yalnızca değişkenler arasında ilişki olduğunu gösterir. Bu nedenle sosyal medya kullanımının ders çalışma süresini **kesin olarak neden azalttığı söylenemez**.

Cevap: C

15. Araştırmacı verileri analiz etmek için **bağımsız gruplar t-testi** kullanmayı planlamaktadır. İstatistikte **bağımsız gruplar t-testi**, **iki bağımsız grubun ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını** incelemek için kullanılan parametrik bir testtir. Bu nedenle araştırma sorusu genellikle **iki farklı grubun ortalama puanlarının karşılaştırılmasını** içermelidir. **A seçeneği uygundur**, çünkü kız ve erkek öğrenciler iki bağımsız grubu temsil eder ve matematik puanlarının ortalamaları karşılaştırılabilir. **B seçeneği uygundur**, çünkü özel okul ve devlet okulu öğrencileri iki bağımsız gruptur. **D seçeneği uygundur**, çünkü servisle gelen ve yürüyerek gelen öğrenciler iki bağımsız grup oluşturur. **E seçeneği uygundur**, çünkü sosyal etkinliklere katılan ve katılmayan öğrenciler iki bağımsız grubun ortalamalarını karşılaştırmayı gerektirir. Ancak **C seçeneği uygun değildir**, çünkü burada **iki değişken arasındaki ilişki** incelenmektedir. Günlük uyku süresi ile sınav kaygısı puanı arasındaki bağlantıyı incelemek için **korelasyon analizi** kullanılması gerekir, bağımsız gruplar t-testi değil.

Cevap: C

1. Araştırmada üç farklı lisede uygulanan matematik destek programlarının öğrencilerin yıl sonu başarı puanları üzerindeki etkisi incelenmiş ve tek yönlü ANOVA sonucunda gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur. İstatistikte ANOVA, birden fazla grubun ortalama puanları arasında genel bir fark olup olmadığını gösterir. Ancak ANOVA sonucu anlamlı çıktığında farkın hangi gruplar arasında olduğunu doğrudan göstermez. Bu nedenle araştırmacılar farkın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için post-hoc (çoklu karşılaştırma) testleri uygular. Tukey testi, ANOVA sonrasında kullanılan yaygın post-hoc testlerden biridir ve grupların ortalamalarını ikili biçimde karşılaştırarak farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemeyi sağlar. A seçeneği yanlıştır, çünkü Kruskal-Wallis testi parametrik olmayan bir alternatif olup ANOVA yerine kullanılır. B seçeneği yanlıştır, çünkü ki-kare testi kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. C seçeneği yanlıştır, çünkü Mann-Whitney U testi iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir testtir. E seçeneği yanlıştır, çünkü Spearman korelasyonu değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. Bu nedenle ANOVA sonrasında farkın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için Tukey testi uygulanır.

Cevap: D

2. Araştırmacı problem çözme becerilerini ölçen testin güvenilirliğini incelemek istemektedir. Bu amaçla aynı içeriği ölçen, aynı zorluk düzeyine sahip ve aynı kazanımları kapsayan ikinci bir test hazırlamış ve iki testi aynı öğrenci grubuna aynı gün uygulamıştır. Ölçme değerlendirmede paralel form güvenirliliği, aynı özelliği ölçen ve eşdeğer özelliklere sahip iki farklı test formunun aynı gruba uygulanması ve bu iki testten elde edilen puanlar arasındaki korelasyonun hesaplanması ile belirlenir. Soruda araştırmacının yaptığı işlem tam olarak bu durumu ifade etmektedir. A seçeneği yanlıştır, çünkü test-tekrar test yöntemi aynı testin farklı zamanlarda uygulanmasına dayanır. C seçeneği yanlıştır, çünkü iki yarı yöntemi tek bir testin maddelerinin iki eş parçaya ayrılmasıyla hesaplanır. D seçeneği yanlıştır, çünkü Cronbach alfa testin iç tutarlılığını belirlemek için kullanılır. E seçeneği yanlıştır, çünkü

KR-21 doğru-yanlış maddelerden oluşan testlerin iç tutarlılık güvenilirliğini hesaplamak için kullanılan bir katsayıdır. Soruda ise eşdeğer iki test formu arasındaki ilişki incelenmektedir.

Cevap: B

3. Araştırmada lise öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıkları ile sınav performansları arasındaki ilişki incelenmek istenmektedir. İstatistikte iki değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için genellikle korelasyon analizleri kullanılır. Ancak soruda yapılan ön analizlerde verilerin normal dağılıma uymadığı belirtilmiştir. Normal dağılım varsayımı sağlanmadığında parametrik korelasyon analizi (Pearson) yerine parametrik olmayan korelasyon yöntemleri tercih edilir. Spearman korelasyonu, özellikle normal dağılım varsayımı karşılanmadığında iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü belirlemek için kullanılan parametrik olmayan bir korelasyon katsayısıdır. A seçeneği yanlıştır, çünkü ki-kare testi kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. B seçeneği yanlıştır, çünkü Mann-Whitney U testi iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılır. C seçeneği yanlıştır, çünkü ANOVA birden fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılan parametrik bir testtir. E seçeneği yanlıştır, çünkü Wilcoxon işaretli sıra testi bağımlı iki ölçümün karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir yöntemdir. Veriler normal dağılmadığında iki değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için Spearman korelasyonu uygun bir yöntemdir.

Cevap: D

4. Araştırmada psikolojik danışman 12. sınıf öğrencilerinin üniversite sınavı sürecinde yaşadıkları başarısızlık korkusunu nasıl anlamlandırdıklarını incelemek istemektedir. Bu araştırma nitel araştırma niteliğindedir. Çünkü nitel araştırmalar bireylerin yaşantılarını, algılarını ve deneyimlerini derinlemesine anlamayı amaçlar. Soruda araştırmacının az sayıda öğrenciyle uzun süreli bireysel görüşmeler yaptığı, görüşmeleri ses kaydına aldığı, daha sonra yazıya dökerek öğrencilerin ifadelerindeki ortak

temaları belirlemeye çalıştığı belirtilmektedir. Ayrıca araştırmacının öğrencilerin yaşantılarını kendi bakış açılarıyla anlamaya odaklanması da nitel araştırmaların temel özelliklerinden biridir. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü nicel araştırmalar sayısal veriler ve istatistiksel analizlere dayanır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü kesitsel tarama araştırmaları geniş örneklemelerden veri toplayarak mevcut durumu betimlemeyi amaçlar. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü etnografik araştırmalar belirli bir grubun kültürel yapısını doğal ortamda uzun süreli gözlemle incelemeye odaklanır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü deneysel araştırmalarda bağımsız değişken manipüle edilerek neden-sonuç ilişkisi test edilir. Soruda ise öğrencilerin yaşantılarının derinlemesine anlaşılması hedeflenmektedir.

Cevap: B

5. Araştırmada **burslu ve burssuz öğrencilerin akademik başarı puanları karşılaştırılmak istenmektedir**. Yani burada **iki bağımsız grubun başarı puanları arasında fark olup olmadığı** incelenmektedir. Normal koşullarda **iki bağımsız grubun ortalamalarını karşılaştırmak için bağımsız örneklem t-testi** kullanılır. Ancak soruda puanların **normal dağılıma uymadığı** belirtilmiştir. Normal dağılım varsayımı sağlanmadığında parametrik testler yerine **parametrik olmayan alternatif testler** kullanılır. İki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan test **Mann-Whitney U testi**dir. Bu nedenle bu araştırmada hipotezi test etmek için **Mann-Whitney U testi** kullanılmalıdır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **bağımlı örneklem t-testi** aynı grubun iki farklı ölçümünün karşılaştırılmasında kullanılır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **regresyon analizi** değişkenler arasındaki yordama ilişkisini incelemek için kullanılır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **ANOVA** üç veya daha fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılan parametrik bir testtir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **Kolmogorov-Smirnov testi** verilerin normal dağılıma uyup uymadığını test etmek için kullanılır.

Cevap: A

6. Araştırmada üniversite öğrencilerinin **sınav kaygısı düzeyi** ile **akademik başarıları** arasındaki ilişki incelenmektedir. Sınav kaygısı **0 ile 80 arasında puan veren bir ölçekle ölçülmüştür**, akademik başarı ise **dönem sonu not ortalaması** ile ifade edilmiştir. Ölçme değerlendirmede **sürekli değişken**, belirli bir aralık içinde **çok sayıda farklı değer alabilen ve sayısal olarak ölçülebilen değişken** olarak tanımlanır. Hem **sınav kaygısı puanları** hem de **not ortalaması** sayısal değerler aldığı ve belirli bir aralık içinde farklı değerler gösterebildiği için **sürekli değişken** niteliğindedir. Bu nedenle araştırmada kullanılan her iki değişken de **sürekli değişken** olarak kabul edilir. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü sınav kaygısı sürekli değil sayısal puanlarla ölçülen sürekli bir değişkendir. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü sınav kaygısı kategorik değildir ve akademik başarı da sıralı değil sayısal bir değişkendir. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü bir değişkenin bağımlı olması onun sürekli olamayacağı anlamına gelmez. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü akademik başarı not ortalaması ile ölçüldüğünde **nicel ve sürekli bir değişkendir**.

Cevap: E

7. Araştırmada araştırmacı, **ergenlerde sosyal medya bağımlılığı** ile ilgili elde edilen sonuçların **il genelindeki lise öğrencilerine genellenebilmesini** istemektedir. Bu nedenle örneklem seçerken ildeki öğrencilerin **cinsiyet dağılımını** (%55 kız, %45 erkek) ve **okul türlerinin dağılımını** (%40 Anadolu, %35 meslek, %25 imam hatip) örneklemde de **aynı oranlarda korumaya dikkat etmiştir**. Ölçme ve araştırma yöntemlerinde **temsil edici atama**, örneklem veya grupların **evrendeki temel özellikleri ve oranları yansıtacak şekilde oluşturulması** anlamına gelir. Soruda araştırmacı hem örneklem seçiminde hem de deney ve kontrol gruplarını oluştururken **evrendeki dağılımları örnekleme yansıtmaya çalışmıştır**. Bu nedenle kullanılan yaklaşım **temsil edici atama**dır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **yansız atama** bireylerin gruplara rastgele yerleştirilmesini ifade eder. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **basit rastgele örnekleme** her bireyin seçilme olasılığının eşit olduğu örnekleme yöntemidir ve oranların korunmasını zorunlu kılmaz. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **kolayda örnekleme** ulaşılması en kolay bireylerin seçilmesine dayanır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **sistemik örnekleme** belirli bir aralıkla seçme yapılmasını ifade eder.

Cevap: A

8. Araştırmada araştırmacı 9. sınıf öğrencilerinin problem çözme becerileri ile akademik benlik algıları arasındaki ilişkiyi incelemek istemektedir. Bu amaçla 600 öğrenciden ölçekler aracılığıyla sayısal puanlar toplamış ve elde ettiği verileri istatistiksel yöntemlerle analiz ederek değişkenler arasındaki ilişki düzeyini belirlemeyi planlamıştır. Bu araştırma nicel araştırma niteliğindedir. Çünkü nicel araştırmalar sayısal verilerin toplanması, istatistiksel analizlerin yapılması ve sonuçların genellenebilir biçimde yorumlanması üzerine kuruludur. Soruda kullanılan ölçekler, sayısal puanlar ve istatistiksel analizler nicel araştırmanın temel özelliklerini göstermektedir. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü nitel araştırmalar genellikle görüşme, gözlem ve içerik analizi gibi yöntemlerle bireylerin deneyimlerini derinlemesine anlamayı amaçlar. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü eylem araştırması uygulamadaki bir sorunu çözmeye yönelik döngüsel müdahaleleri içerir. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü fenomenolojik araştırma bireylerin yaşantılarını ve bu yaşantılara yükledikleri anlamları incelemeye odaklanır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü tarihsel araştırma geçmişte gerçekleşmiş olayları ve belgeleri inceleyerek yorumlamayı amaçlar.

Cevap: B

9. Bu soruda okuma güçlüğü yaşayan öğrenciler için uygulanan destek eğitim programının sonunda öğrencilerin hedefe ulaşip ulaşmadığı değerlendirilmektedir. Değerlendirme yönervesinde "dakikada en az 85 doğru kelime okuyan öğrenciler program hedeflerine ulaşmış kabul edilir" biçiminde önceden belirlenmiş bir başarı ölçütü bulunmaktadır. Öğrenciler de bu ölçüte göre "yeterli" ve "yetersiz" olarak sınıflandırılmaktadır. Ölçme değerlendirmede ölçüt bağımlı değerlendirme, bireyin performansının önceden belirlenmiş bir ölçüte veya standart değere göre değerlendirilmesi anlamına gelir. Bu durumda öğrenciler birbirleriyle değil, belirlenen 85 kelime ölçütüyle karşılaştırılmaktadır. Bu nedenle kullanılan yaklaşım ölçüt bağımlı değerlendirmedir. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü norma dayalı değerlendirmede bireyin performansı grubun ortalamasına veya dağılımına göre yorumlanır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü bağıl değerlendirme de öğrencileri birbirleriyle karşı-

laştırmaya dayanır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü yansız atama deneysel araştırmalarda grupların oluşturulmasıyla ilgilidir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü betimsel içerik analizi nitel verilerin analizinde kullanılan bir yöntemdir.

Cevap: D

10. Bu soruda üç farklı ilçedeki liselerin öğrencilerinin sosyal beceri puanları karşılaştırılmak istenmektedir. Yani araştırmada üç bağımsız grubun puanları arasında fark olup olmadığı incelenmektedir. Normal koşullarda üç veya daha fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak için ANOVA (varyans analizi) kullanılır. Ancak soruda puan dağılımlarının normal dağılmadığı belirtilmiştir. Normal dağılım varsayımı sağlanmadığında parametrik test yerine parametrik olmayan alternatif testler kullanılır. Üç veya daha fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan test Kruskal-Wallis testidir. Bu nedenle bu durumda Kruskal-Wallis testi kullanılmalıdır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü bağımlı örneklem t-testi aynı grubun iki ölçümünü karşılaştırmak için kullanılır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü regresyon analizi değişkenler arasındaki yordama ilişkisini incelemek için kullanılır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü ANOVA parametrik bir testtir ve normal dağılım varsayımı gerektirir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü Kolmogorov-Smirnov testi verilerin normal dağılıma uyup uymadığını test etmek için kullanılır.

Cevap: A

11. Bu soruda rehberlik servisi, öğrencileri düşük risk, orta risk ve yüksek risk olmak üzere üç gruba ayırmaktadır. Değerlendirme sonucunda öğrencilere sayısal bir puan verilmemekte, yalnızca hangi gruba ait oldukları belirlenmektedir. Ölçme kuramında sınıflama (nominal) ölçeği, bireylerin belirli özelliklerine göre kategorilere ayrılmasını sağlayan, ancak bu kategoriler arasında büyüklük veya sıralama ilişkisi bulunmayan ölçek türüdür. Soruda öğrenciler yalnızca risk gruplarına yerleştirilmektedir ve bu gruplar etiket niteliğindedir. Bu nedenle elde edilen veri sınıflama ölçeği kapsamındadır. **A seçeneği**

yanlıştır, çünkü **eşit aralıklı ölçeklerde** ölçüm değerleri arasındaki farklar eşittir ve sayısal puanlar kullanılır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **oranlı ölçeklerde gerçek sıfır noktası bulunur** ve oran karşılaştırmaları yapılabilir. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **sıralama ölçeğinde** kategoriler arasında büyüklük sırası vardır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü sürekli değişken ölçümünde **sayısal ve kesintisiz değerler** elde edilir.

Cevap: D

12. Rehberlik uzmanı tarafından öğrencilerin **sınav öncesi ve sınav sonrası kaygı düzeyleri** ölçülmüştür. Yani araştırmada **aynı öğrencilerin iki farklı zamandaki ölçümleri karşılaştırılmaktadır**. Normal koşullarda bu tür karşılaştırmalarda **bağımlı örneklem t-testi** kullanılır. Ancak verilerin **normal dağılmadığı** belirtilmiştir. Normal dağılım varsayımı sağlanmadığında parametrik test yerine **parametrik olmayan alternatif test** kullanılır. Aynı grubun iki ölçümünün karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan test **Wilcoxon işaretli sıra testidir**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **regresyon analizi** değişkenler arasındaki yordama ilişkisini incelemek için kullanılır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **ANOVA** üç veya daha fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılan parametrik bir testtir. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **Mann-Whitney U testi** iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılır.

Cevap: E

13. Bir lisede **psikolojik danışman tarafından öğrencilerin iletişim becerileri** yazılı yanıtlar üzerinden değerlendirilmiştir. Aynı öğrenci yanıtı **iki farklı psikolojik danışman tarafından puanlandığında biri 85, diğeri 60 puan vermiştir**. Bu durum puanlamada **ortak ve açık bir ölçüt kullanılmadığını** göstermektedir. Ölçme değerlendirmede **objektiflik**, ölçme sonuçlarının **puanlayıcıdan bağımsız olması ve farklı değerlendiricilerin aynı performansla benzer puanlar verebilmesi** anlamına gelir. Soruda ise farklı puanlayıcıların aynı yanıt için **çok farklı puanlar**

vermesi, puanlamanın **değerlendiricinin kişisel yorumundan etkilendiğini** göstermektedir. Bu nedenle ölçme aracının **objektifliği düşüktür**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü **duyarlılık** ölçme aracının bireyler arasındaki küçük farkları ayırt edebilme gücü ile ilgilidir. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **kapsam geçerliği** test maddelerinin ölçülmek istenen alanı temsil etme derecesini ifade eder. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **kararlılık** aynı testin farklı zamanlarda benzer sonuçlar vermesi ile ilgilidir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **iç tutarlılık** test maddelerinin birbirleriyle olan tutarlılığını ifade eder.

Cevap: B

14. Bir psikolojik danışman tarafından akademik benlik algısı ölçeği aynı öğrenci grubuna uygulanmış ve **3 hafta sonra aynı ölçek yeniden uygulanmıştır**. Yani burada ölçme aracının **farklı zamanlarda aynı bireylere uygulanmasıyla elde edilen puanların tutarlılığı** incelenmektedir. Ölçme değerlendirmede **test-tekrar test güvenirliği**, aynı testin **aynı gruba belirli bir zaman aralığıyla yeniden uygulanması** ve iki uygulama arasındaki **korelasyon katsayısının hesaplanması** ile belirlenir. Soruda da iki uygulama arasındaki korelasyonun **$r = 0,86$** bulunması ölçeğin zaman içinde **yüksek düzeyde tutarlı sonuçlar verdiğini** göstermektedir. Bu nedenle kullanılan yöntem **test-tekrar test yöntemidir**. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **paralel form yöntemi** aynı özelliği ölçen iki farklı test formunun uygulanmasını gerektirir. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **KR-20** doğru-yanlış maddelerden oluşan testlerin iç tutarlılığını hesaplamak için kullanılır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **Cronbach alfa** test maddelerinin iç tutarlılığını belirlemek için kullanılan bir katsayıdır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **puanlayıcılar arası güvenirlik** farklı değerlendiricilerin puanlarının tutarlılığını incelemek için kullanılır.

Cevap: A

15. Bir test geliştirme uzmanı, yeni hazırlanan matematik testinden elde edilen puanların **normal dağılıma uyup uymadığını** incelemek istemektedir. Ölçme ve istatistikte verilerin **normal dağılım gösterip göstermediğini test etmek** için kullanılan analizler **normallik testleridir**. Bu amaçla en yaygın kullanılan testlerden biri **Kolmogorov-Smirnov testidir**. Bu test, veri dağılımının **normal dağılıma uygun olup olmadığını istatistiksel olarak değerlendirmek** için kullanılır. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **ANOVA** üç veya daha fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılan parametrik bir testtir. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **Spearman korelasyonu** iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü incelemek için kullanılır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **Mann-Whitney U testi** iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir testtir.

Cevap: E

1. Bir araştırmacı, üniversite öğrencilerinin **sınav kaygısı puanlarını farklı gruplara göre karşılaştırmak** istemektedir ve bu amaçla **t-testi** kullanmaktadır. İstatistikte **t-testi**, iki bağımsız grubun **ortalama puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını** incelemek için kullanılan bir yöntemdir. Bu nedenle t-testinin uygun olması için araştırma sorusunun **iki grubun ortalamalarını karşılaştırmaya yönelik olması gerekir. A seçeneği uygundur**, çünkü erkek ve kadın öğrenciler iki bağımsız grubu oluşturur. **B seçeneği uygundur**, çünkü sosyal bilimler ve fen bilimleri öğrencilerinin ortalamaları karşılaştırılabilir. **D seçeneği uygundur**, çünkü kampüs içi ve kampüs dışı öğrenciler iki bağımsız gruptur. **E seçeneği uygundur**, çünkü burslu ve bursuz öğrencilerin puan ortalamaları karşılaştırılabilir. Ancak **C seçeneği uygun değildir**, çünkü burada **iki değişken arasındaki ilişki** incelenmektedir. Sınav kaygısı puanları ile ders çalışma süresi arasındaki ilişkiyi incelemek için **korelasyon analizi** kullanılır, t-testi değil.

Cevap: C

2. Grafikte öğrencilerin **okul başarısı ile öz yeterlik düzeyi** arasındaki ilişki gösterilmektedir. Noktaların dağılımı incelendiğinde, değerlerin **sol alt köşeden sağ üst köşeye doğru yükselen bir doğrultuda yoğunlaştığı** görülmektedir. Bu durum iki değişkenin **aynı yönde değiştiğini**, yani **okul başarısı arttıkça öz yeterlik düzeyinin de arttığını** göstermektedir. Ölçme ve istatistikte bu tür ilişki **pozitif korelasyon** olarak adlandırılır. Pozitif korelasyonda **korelasyon katsayısı 0 ile +1 arasında değer alır**. Noktaların belirli bir doğrultuda yoğunlaşması ilişkinin **pozitif yönlü olduğunu**, ancak noktalar tamamen tek bir doğru üzerinde olmadığı için **tam korelasyon olmadığını** gösterir. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü bu aralık **negatif korelasyonu** ifade eder. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü grafikte değişkenler ters değil **aynı yönde artmaktadır**. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü grafikten ilişkinin yönü açıkça **pozitif** olarak görülmektedir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **-1,00 tam negatif korelasyonu** ifade eder ve grafikte böyle bir durum yoktur.

Cevap: D

3. Grafikteki noktaların **merkezi bir hat etrafında yoğunlaşması**, ölçüm sonuçlarının belirli bir doğrultu çevresinde **birbirine yakın değerler aldığı** göstermektedir. Ölçme ve istatistikte verilerin belirli bir merkez etrafında sıkışması, puanların **birbirine yakın olduğunu ve yayılımın düşük olduğunu** ifade eder. Bu durumda dağılımın yayılımını gösteren **standart sapma görece küçüktür** ve grup içindeki bireyler **birbirine daha benzer özellikler göstermektedir**. Böyle gruplar **homojen grup** olarak adlandırılır. Bu nedenle grafikteki yoğunlaşma, puanların **birbirine yaklaştığını ve grubun homojenleştiğini** gösterir. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü puanlar arası farkın artması grubun heterojenleşmesine işaret eder ve grafikte böyle bir durum görülmez. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü standart sapmanın büyümesi puanların ortalamadan daha fazla uzaklaşması anlamına gelir. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü ran-jin büyümesi dağılımın genişlediğini gösterir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü hiçbir ölçme tamamen **tesadüfi hatalardan arınmış değildir**.

Cevap: C

4. Psikolojik danışman **Aylin Hanım**, öğrencilerin **sosyal kaygı düzeyi ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi** incelemek istemektedir. Bu amaçla öğrencilere **standart bir sosyal kaygı ölçeği** uygulanacak ve öğrencilerin **not ortalamaları** veri olarak kullanılacaktır. Yani burada herhangi bir değişken üzerinde **müdahale yapılmamaktadır**; yalnızca iki değişken arasındaki **ilişki düzeyi** incelenmektedir. Bu tür çalışmalar **betimsel-korelasyonel araştırma tasarımı** kapsamında değerlendirilir. İki sayısal değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü belirlemek için de en yaygın kullanılan istatistiksel yöntem **Pearson korelasyon katsayısıdır**. Bu nedenle bu araştırma için en uygun tasarım ve analiz **betimsel-korelasyonel tasarım ve Pearson korelasyonudur**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü deneysel tasarımda bir değişken üzerinde müdahale yapılır ve gruplar karşılaştırılır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü vaka çalışmaları belirli bir birey veya küçük bir grubun derinlemesine incelenmesini içerir. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü eylem araştırmaları uygulamadaki bir sorunu çözmeye yönelik müdahale süreçlerini kapsar. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü etnografik tasarım bir grubun kültürel yapısını incelemeye yöneliktir.

Cevap: B

5. Psikolojik danışma ve rehberlik yüksek lisans öğrencisi **Bekir**, iki farklı sınıfta uygulanan rehberlik programının **öğrenci motivasyonuna etkisini karşılaştırmak** istemektedir. Bu amaçla **iki ayrı sınıftan 30'ar öğrenci seçilmiş** ve öğrencilere **motivasyon ölçeği uygulanarak sayısal puanlar elde edilmiştir**. Burada araştırma sorusu **iki bağımsız grubun (iki farklı sınıfın) motivasyon puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını** incelemektedir. İstatistikte iki bağımsız grubun ortalama puanlarının karşılaştırılması için kullanılan temel yöntem **bağımsız örneklem t-testidir**. Bu nedenle bu çalışma için en uygun analiz **bağımsız örneklem t-testidir**. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **tek yönlü ANOVA** üç veya daha fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü **Pearson korelasyonu** iki değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **Wilcoxon işaretli sıra testi** aynı grubun iki ölçümünün karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir testtir.

Cevap: A

6. Psikolojik danışman İzel Hanım, öğrencilerin **kaygı düzeylerini sınıf düzeyine göre karşılaştırmak** istemektedir. Burada üç farklı sınıf bulunmaktadır ve öğrencilerin **kaygı puanları sayısal veriler** olarak analiz edilmektedir. Ayrıca verilerin **normal dağılım gösterdiği** belirtilmiştir. İstatistikte üç veya daha fazla **bağımsız grubun ortalama puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını** incelemek için kullanılan parametrik analiz **tek yönlü varyans analizi ANOVA'dır**. Bu nedenle bu veriler için en uygun analiz **tek yönlü varyans analizi ANOVA'dır**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü **bağımsız örneklem t-testi** yalnızca iki grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü **paired t-testi** aynı grubun iki farklı ölçümünü karşılaştırmak için kullanılır. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü **Pearson korelasyonu** iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü belirlemek için kullanılır.

Cevap: D

7. Farklı bir ülkede geliştirilmiş bir ölçek yeni bir kültürde kullanılmak istendiğinde, ölçme aracının **yeni kültürde aynı yapıyı doğru ve tutarlı biçimde ölçüp ölçmediği** incelenmelidir. Çünkü kültür, dil ve sosyal bağlam farklılıkları ölçeğin maddelerinin anlaşılma biçimini ve ölçtüğü yapıyı etkileyebilir. Bu nedenle ölçeğin yeni örneklemede **geçerlik ve güvenirlik özelliklerinin yeniden değerlendirilmesi** gerekir. Geçerlik, ölçeğin **ölçmek istediği özelliği gerçekten ölçüp ölçmediğini**, güvenirlik ise ölçümlerin **tutarlı ve kararlı olup olmadığını** gösterir. Bu nedenle yeni bir kültürde kullanılacak bir ölçme aracının öncelikle **psikometrik özelliklerinin incelenmesi** gerekir. **A seçeneği doğrudur**, çünkü araştırmacının ilk olarak değerlendirmesi gereken konu ölçeğin **geçerlik ve güvenirliğidir**. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü katılımcıların yaş dağılımı araştırma örneklemiyle ilgilidir ancak ölçeğin kültürel geçerliğini belirlemez. **C seçeneği yanlıştır**, çünkü veri toplama süresinin uzunluğu ölçme aracının psikometrik niteliğini belirlemez. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü araştırma hipotezinin manipüle edilmesi deneysel araştırmalarla ilgilidir ve ölçek uyarılama süreciyle doğrudan ilgili değildir. **E seçeneği yanlıştır**, çünkü ölçeğin yalnızca kopyalanması yeterli değildir; yeni kültürde **geçerlik ve güvenirlik analizlerinin yapılması** gerekir.

Cevap: A

8. Uzman, öğrencilerin **problem çözme becerilerini incelemek** amacıyla üç farklı okuldaki 150 öğrenciye anket uygulamış ve **örnekleme rastgele (yansız) biçimde seçmiştir**. Araştırma yöntemlerinde **rastgele örnekleme**, evrendeki bireylerin örnekleme seçilme olasılığının **eşit olmasını** sağlar. Bu durum örneklemin **evreni daha iyi temsil etmesine** yardımcı olur ve elde edilen bulguların **daha geniş öğrenci grubuna genellenebilme olasılığını artırır**. Bu nedenle **C seçeneğinde verilen "bulguların evrene genellenebilirliğinin artması" ifadesi doğrudur**. **A seçeneği yanlıştır**, çünkü deneysel kontrol deneysel araştırmalarda değişkenlerin kontrol edilmesiyle ilgilidir; örneklemin rastgele seçilmesi doğrudan deneysel kontrol sağlamaz. **B seçeneği yanlıştır**, çünkü rastgele örnekleme nitel veri analizini kolaylaştıran bir özellik değildir. **D seçeneği yanlıştır**, çünkü ölçme hatası hiçbir ölçme sürecinde tamamen ortadan

kaldırılmaz. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü hipotezin değiştirilebilir olması örnekleme yöntemiyle ilgili bir avantaj değildir.

Cevap: C

9. Psikolojik danışma ve rehberlik doktora öğrencisi **Gül**, öğrencilerin öz-yeterlik düzeylerini ölçmek için bir ölçek uygulamış ve ölçeğin **test-tekrar test güvenirliğini 0,85** olarak hesaplamıştır. Ölçme değerlendirmede **test-tekrar test güvenirliği**, aynı ölçme aracının **aynı bireylere belirli bir zaman aralığıyla tekrar uygulanması sonucunda elde edilen puanların ne kadar tutarlı olduğunu** gösterir. Korelasyon katsayısının **0,85 gibi yüksek bir değer olması**, ölçeğin farklı zamanlarda uygulandığında **benzer sonuçlar verdiğini ve zaman içinde tutarlı olduğunu** gösterir. Bu nedenle **B seçeneğinde yer alan "ölçek zaman içinde tutarlıdır"** ifadesi doğrudur. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü güvenirlik katsayısının yüksek olması ölçeğin geçersiz olduğunu değil, aksine **tutarlı ölçüm yaptığını** gösterir. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü güvenirlik katsayısı ölçeğin manipülasyona açık olup olmadığını göstermez. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü örneklemin yanlış seçildiğine ilişkin bir bilgi verilmemiştir. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü test-tekrar test güvenirliği verilerin normal dağılıp dağılmadığı hakkında bilgi vermez.

Cevap: B

10. İrem, öğrencilerin **sosyal kaygı düzeyi üzerine uygulanan bir rehberlik programının etkisini** incelemek istemektedir. Araştırmada **deney ve kontrol grubu bulunmaktadır** ve öğrencilerin kaygı düzeyleri **müdahale öncesi ve müdahale sonrası** ölçülmüştür. Bu tür araştırmalarda aynı bireylerden **birden fazla zamanda ölçüm alındığı** için veriler **bağımlı ölçümler** içerir. Müdahale öncesi ve sonrası ölçümleri arasındaki farkı incelemek için **paired t-testi** kullanılabilir. Ölçümlerin birlikte değerlendirilmesi gereken durumlarda ise **tekrarlı ölçümler ANOVA** tercih edilir. Bu nedenle **D seçeneğinde verilen analiz yaklaşımı doğrudur**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü **tek yönlü ANOVA** bağımsız grupların ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **B seçeneği** yan-

lıştır, çünkü **Pearson korelasyonu** iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü incelemek için kullanılır. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **Mann-Whitney U testi** iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir testtir.

Cevap: D

11. Psikolojik danışman **Erkan Bey**, lise öğrencilerinin **sınav kaygısı ile sınav başarı puanları arasındaki ilişkiyi** incelemek istemektedir. Bu çalışmada iki değişken de **sürekli ölçekte** elde edilmiştir ve verilerin **normal dağılım gösterdiği** belirtilmiştir. İstatistikte iki sürekli değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü incelemek için kullanılan parametrik yöntem **Pearson korelasyonudur**. Bu nedenle **A seçeneğinde verilen Pearson korelasyonu bu durum için en uygun analiz yöntemidir**. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü **bağımsız örneklem t-testi** iki bağımsız grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **tek yönlü ANOVA** üç veya daha fazla bağımsız grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **Wilcoxon işaretli sıra testi** aynı grubun iki ölçümünün karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir testtir.

Cevap: A

12. Berna Hanım, bir rehberlik programına **katılan ve katılmayan öğrencilerin öz-yeterlik puanlarını karşılaştırmak** istemektedir. Bu durumda araştırmada **iki bağımsız grup** bulunmaktadır ve öğrencilerin öz-yeterlik puanları **sürekli ölçekte** elde edilmiştir. Ayrıca verilerin **normal dağılım gösterdiği** belirtilmiştir. İstatistikte iki bağımsız grubun **ortalama puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını** incelemek için kullanılan parametrik yöntem **bağımsız örneklem t-testidir**. Bu nedenle **C seçeneğinde verilen bağımsız örneklem t-testi bu analiz için uygundur**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü **paired t-testi** aynı grubun iki farklı za-

mandaki ölçümlerini karşılaştırmak için kullanılır. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü **tek yönlü ANOVA** üç veya daha fazla bağımsız grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **Pearson korelasyonu** iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü incelemek için kullanılır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır.

Cevap: C

13. Grafikte puanların **sol tarafta uzun bir kuyruk oluşturduğu**, yoğunluğun ise **yüksek puanlar tarafında toplandığı** görülmektedir. Bu durum dağılımın **sola çarpık (negatif çarpık)** olduğunu gösterir. Negatif çarpık dağılımlarda ölçüler arasındaki ilişki genellikle **aritmetik ortalama < medyan < mod** şeklindedir. Ortalama sola doğru çekildiği için **ortalama değeri medyandan küçüktür**. Medyan ise veri setini iki eşit parçaya böldüğünden, ortalama medyandan küçük olduğunda **verilerin yarısından fazlası ortalamanın üzerinde kalır**. Bu nedenle **E seçeneğinde verilen "öğrencilerin yarısından fazlası aritmetik ortalamanın üzerinde puan almıştır" ifadesi doğrudur**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü negatif çarpık dağılım genellikle öğrencilerin büyük kısmının **yüksek puan aldığı ve sınavın görece kolay olduğu** durumlarda görülür. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü bu tür dağılımlarda **aritmetik ortalama medyandan büyük değil küçüktür**. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü negatif çarpık dağılımlarda **mod değeri medyandan büyüktür**, küçük değildir. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü grafik **simetrik değildir** ve standart sapmanın sıfıra yakın olduğu söylenemez.

Cevap: E

14. Psikolojik danışman **Cem Bey**, üç farklı okulda uygulanan rehberlik programlarının **öğrenci motivasyonu üzerindeki etkisini karşılaştırmak** istemektedir. Araştırmada **üç bağımsız grup** bulunmaktadır (her okuldan 40 öğrenci) ve motivasyon puanları **sürekli ölçekte** elde edilmiştir. Ayrıca verilerin **normal dağılım gösterdiği** belirtilmiştir. İstatistikte üç veya daha fazla bağımsız grubun

ortalama puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını incelemek için kullanılan parametrik yöntem **tek yönlü ANOVA**dır. Bu nedenle **B seçeneğinde verilen tek yönlü ANOVA** bu analiz için uygundur. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü **bağımsız örneklem t-testi** yalnızca iki grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü **paired t-testi** aynı grubun iki farklı zamandaki ölçümlerini karşılaştırmak için kullanılır. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **Pearson korelasyonu** iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü incelemek için kullanılır.

Cevap: B

15. Psikolojik danışma yüksek lisans öğrencisi **Duygu**, öğrencilerin **rehberlik programına katılım durumu (katıldı/katılmadı)** ile **sınavdan başarılı olup olmama durumu (başarılı/başarısız)** arasındaki ilişkiyi incelemek istemektedir. Burada her iki değişken de **kategorik (sınıflama düzeyinde)** verilerdir ve öğrenciler yalnızca belirli kategorilere ayrılmaktadır. İstatistikte iki kategorik değişken arasındaki ilişkinin anlamlı olup olmadığını incelemek için kullanılan yöntem **ki-kare testidir**. Bu nedenle **C seçeneğinde verilen ki-kare testi bu analiz için uygundur**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü **Pearson korelasyonu** sürekli değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü **bağımsız örneklem t-testi** iki bağımsız grubun ortalama puanlarını karşılaştırmak için kullanılır. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **tek yönlü ANOVA** üç veya daha fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **paired t-testi** aynı grubun iki farklı zamandaki ölçümlerini karşılaştırmak için kullanılır.

Cevap: C

1. Gamze Hanım, iki bağımsız grup öğrencinin kaygı puanlarını karşılaştırmak istemektedir. Normal koşullarda iki bağımsız grubun ortalama puanlarını karşılaştırmak için **bağımsız örneklem t-testi** kullanılır. Ancak verilen durumda **verilerin normal dağılım göstermediği** belirtilmiştir. Normal dağılım varsayımı sağlanmadığında parametrik test yerine **parametrik olmayan alternatif testler** tercih edilir. İki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan yöntem **Mann-Whitney U testidir**. Bu nedenle **B seçeneğinde verilen Mann-Whitney U testi bu analiz için uygundur**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü **bağımsız örneklem t-testi** verilerin normal dağılım göstermesi durumunda kullanılır. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü **tek yönlü ANOVA** üç veya daha fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **paired t-testi** aynı grubun iki farklı zamandaki ölçümünü karşılaştırmak için kullanılır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **Pearson korelasyonu** iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü incelemek için kullanılır.

Cevap: B

2. Ölçme uzmanı **Jale Hanım**, üç farklı programın öğrenci motivasyonu üzerindeki etkisini incelemiş ve analiz için **ANOVA** kullanmıştır. ANOVA sonucunda **gruplar arasında anlamlı fark** bulunması, en az iki grubun ortalamaları arasında fark olduğunu gösterir; ancak **farkın hangi gruplar arasında olduğunu doğrudan göstermez**. Bu nedenle ANOVA sonucundan sonra araştırmacının yapması gereken işlem, grupları **ikili karşılaştırmalarla inceleyen post-hoc testler** uygulamaktır. Böylece hangi programların birbirinden anlamlı biçimde farklı olduğu belirlenebilir. Bu nedenle **E seçeneğinde verilen "post-hoc testler ile hangi grupların farklı olduğunu belirlemek" ifadesi doğrudur**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü bağımsız t-testi çoklu grup karşılaştırmalarında doğrudan uygulanırsa hata olasılığını artırır. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü **Pearson korelasyonu** iki değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü anlamlı bir sonuç elde edildiğinde analizi burada bırakmak yerine **farkın kaynağını belirlemek gerekir**.

Cevap: E

3. Hakan Bey, bir rehberlik programının **öncesinde ve sonrasında öğrencilerin kaygı puanlarını karşılaştırmak** istemektedir. Bu durumda **aynı grubun iki farklı zamandaki ölçümleri** karşılaştırılmaktadır. Normal koşullarda bu tür karşılaştırmalar için **paired t-testi** kullanılır. Ancak verilen durumda **verilerin normal dağılım göstermediği** belirtilmiştir. Normal dağılım varsayımı sağlanmadığında parametrik test yerine **parametrik olmayan alternatif test** kullanılır. Aynı grubun iki ölçümünü karşılaştırmak için kullanılan parametrik olmayan yöntem **Wilcoxon işaretli sıra testidir**. Bu nedenle **C seçeneğinde verilen Wilcoxon işaretli sıra testi bu analiz için uygundur**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü **paired t-testi** verilerin normal dağılım göstermesi durumunda kullanılır. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü **bağımsız t-testi** iki bağımsız grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **tek yönlü ANOVA** üç veya daha fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak için kullanılır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **Pearson korelasyonu** iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü incelemek için kullanılır.

Cevap: C

4. İşıl Hanım, öğrencilerin **öz-yeterlik puanları ile başarı puanları arasındaki ilişkiyi** incelemek istemektedir. Yani araştırmada **iki değişken arasındaki ilişki** analiz edilmektedir. Ancak soruda verilerin **ordinal (sıralama) ölçeğinde** olduğu belirtilmiştir. İstatistikte **ordinal verilerle değişkenler arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü** incelemek için kullanılan korelasyon yöntemi **Spearman korelasyonudur**. Bu nedenle **D seçeneğinde verilen Spearman korelasyonu bu analiz için uygundur**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü **Pearson korelasyonu** sürekli ve normal dağılım gösteren veriler için kullanılır. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü **paired t-testi** aynı grubun iki farklı zamandaki ölçümünü karşılaştırmak için kullanılır. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü **bağımsız örneklem t-testi** iki bağımsız grubun ortalama puanlarını karşılaştırmak için kullanılır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır.

Cevap: D

5. Bir öğrencinin testteki konumunu standartlaştırılmış biçimde göstermek için **z puanı** hesaplanır. Z puanı, bir ham puanın **aritmetik ortalama-dan kaç standart sapma uzaklıkta olduğunu** gösterir. Z puanı şu formülle hesaplanır:

$$z = (X - \mu) / \sigma$$

Burada **X ham puanı**, **μ aritmetik ortalamayı**, **σ ise standart sapmayı** ifade eder. Soruda testin ortalaması **70**, standart sapması **8**, öğrencinin ham puanı ise **86** olarak verilmiştir. Buna göre işlem:

$$z = (86 - 70) / 8$$

$$z = 16 / 8$$

$$z = 2$$

Bu sonuç öğrencinin puanının ortalamadan **2 standart sapma** üzerinde olduğunu gösterir. Bu nedenle **C seçeneğinde** verilen **2 değeri** doğrudur. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü bu değer ortalama-dan yalnızca **1 standart sapma** uzaklığı gösterir. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü **1,5 standart sapma** uzaklığı ifade eder. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **2,5 standart sapma** uzaklığı ifade eder. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **3 standart sapma** uzaklığı ifade eder.

Cevap: C

6. Sınıf rehber öğretmeni ve okul psikolojik danışmanı, **Aslı adlı bir öğrencide gözlenen davranış ve akademik değişimleri** anlamaya çalışmaktadır. Bu süreçte öğrencinin **aile yapısı, önceki okul yaşantısı ve sosyal çevresi** gibi birçok değişken birlikte ele alınarak durum **derinlemesine incelenmek istenmektedir**. Araştırma yöntemlerinde belirli bir bireyin ya da küçük bir grubun **çok yönlü ve ayrıntılı biçimde incelenmesine** dayanan yaklaşım **örnek olay (durum) çalışmasıdır**. Bu yöntemde amaç, tek bir bireyin ya da olayın **bağlamsal özellikleriyle birlikte ayrıntılı olarak anlaşılmasıdır**. Bu nedenle **A seçeneğinde verilen örnek olay (durum) çalışması bu durum için en uygun yöntemdir**. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü **deneysel araştırma** değişkenler üzerinde müdahale yapılarak neden-sonuç ilişkisini test etmeyi amaçlar. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü **korelasyonel araştırma** değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemeye yöneliktir. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **nedensel karşılaştırma** mevcut gruplar arasın-

daki farkların nedenlerini araştırır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **fenomenolojik araştırma** bireylerin belirli bir yaşantıya yükledikleri anlamı ortaya çıkarmaya odaklanır.

Cevap: A

7. Grafikte başarı testine ait **yüzde frekans dağılımı** verilmiştir. Sütunlara bakıldığında puan aralıklarının yaklaşık yüzdeleri şu şekildedir:
- | | | |
|--------|---|-----|
| 1-20 | → | %5 |
| 21-40 | → | %15 |
| 41-60 | → | %25 |
| 61-80 | → | %25 |
| 81-100 | → | %30 |

Medyan (ortanca), verileri iki eşit parçaya bölen değerdir ve yüzde dağılımında **%50'lik noktada** bulunur. Bu nedenle **yüzdeleri kümülatif (birikimli)** olarak toplamak gerekir:

1-20	→	%5
1-40	→	%20
1-60	→	%45
1-80	→	%70

%50'lik değer %45 ile %70 arasına, yani **61-80 puan aralığına düşmektedir**. Bu nedenle **medyanın bulunduğu puan aralığı 61-80'dir**. **D seçeneğinde** verilen **61-80 aralığı** doğrudur. **A, B ve C seçenekleri** yanlıştır çünkü bu aralıklara kadar olan **kümülatif frekans %50'ye ulaşmamaktadır**. **E seçeneği** yanlıştır çünkü **%50'lik nokta 81-100 aralığına gelmeden önce geçilmektedir**.

Cevap: D

8. Grafikte başarı testine ait **puanların yüzde frekans dağılımı** verilmiştir. Sütunlar incelendiğinde düşük puan aralıklarında (1-20 ve 21-40) frekansın **çok düşük**, yüksek puan aralıklarında (61-80 ve özellikle 81-100) ise **daha yüksek** olduğu görülmektedir. Yani öğrencilerin büyük kısmı **yüksek puan aralıklarında toplanmıştır** ve düşük puanlar tarafında daha az gözlem bulunmaktadır. Bu durum dağılımın **sol tarafında daha uzun bir kuyruk oluştuğunu** gösterir. İstatistikte bu tür dağılımlar **sola çarpık (negatif çarpık)** dağılım olarak adlandırılır. Bu nedenle **C seçeneğinde**

verilen "dağılım sola çarpıktır (negatif kayışlı)" ifadesi doğrudur. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü frekanslar simetrik değildir. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü sağa çarpık dağılımlarda yüksek puanlar az, düşük puanlar fazla olur. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü grafikte öğrencilerin önemli bir kısmı yüksek puan aralıklarında yer almaktadır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü zor testlerde genellikle düşük puanlar yoğunlaşır ve dağılım sağa çarpık olur.

Cevap: C

9. Grafikte başarı testine ait puanların **yüksek puan aralıklarında daha yoğun**, düşük puan aralıklarında ise **daha seyrek** olduğu görülmektedir. Yani öğrencilerin büyük kısmı **yüksek puanlara doğru yığılmıştır** ve dağılımın kuyruğu **düşük puanlar tarafına doğru uzanmaktadır**. Bu durum dağılımın **sola çarpık (negatif çarpık)** olduğunu gösterir. Negatif çarpık dağılımlarda düşük puanlar ortalamayı sola doğru çektiği için **aritmetik ortalama en küçük değer olur**, ardından **medyan**, en büyük değer ise **mod** olur. Bu nedenle büyüklük sıralaması **Mod > Medyan > Aritmetik ortalama** şeklindedir. **B seçeneğinde verilen sıralama doğrudur. A seçeneği** sağa çarpık dağılımlara aittir. **C seçeneği** simetrik (normal) dağılım durumunda görülür. **D ve E seçenekleri** ise negatif çarpık dağılımın temel özelliğiyle uyuşmamaktadır.

Cevap: B

10. Bu araştırmada günlük çalışma süresinin sınav kaygısı üzerindeki etkisi incelenmektedir. Yani araştırmada etkisi incelenen değişken günlük çalışma süresidir. Neden-sonuç ilişkisine göre etkisi araştırılan değişken bağımsız değişken, bu değişkenden etkilenen değişken ise bağımlı değişkendir. Bu nedenle günlük çalışma süresi bağımsız değişkendir. Günlük çalışma süresi saat cinsinden ölçülmektedir ve sıfır değeri gerçek anlamda "hiç çalışma" durumunu ifade eder. Ayrıca değerler arasında oran karşılaştırması yapılabilir (örneğin 4 saat çalışma, 2 saat çalışmanın iki katıdır). Bu nedenle ölçme düzeyi oran ölçeğidir. Saat cinsinden ölçülen süreler çok sayıda farklı değer alabileceği için değişken sürekli değişkendir. Bu

nedenle C seçeneğinde verilen "Bağımsız - Oran - Sürekli" ifadesi doğrudur. A seçeneği yanlıştır çünkü günlük çalışma süresi bağımlı değil bağımsız değişkendir. B seçeneği yanlıştır çünkü ölçme düzeyi aralık değil oran ölçeğidir ve değişken sükreksiz değildir. D seçeneği yanlıştır çünkü hem değişken türü hem ölçek düzeyi yanlış verilmiştir. E seçeneği yanlıştır çünkü ölçme düzeyi sıralama değil oran ölçeğidir.

Cevap: C

11. Araştırmacı problem çözme becerisini ölçmek amacıyla hazırladığı testte **golf bilgisi gerektiren bir madde** kullanmıştır. Bu maddeyi **golf hakkında bilgisi olan kişiler daha kolay**, bilgisi olmayan kişiler ise **aynı problem çözme düzeyine sahip olsalar bile daha zor** cevaplamaktadır. Yani madde, ölçmek istediği özellik olan **problem çözme becerisinden başka bir değişkenden (golf bilgisi)** etkilenmektedir. Ölçme değerlendirmede ölçüm sonuçlarının **ölçülmek istenen özellik dışında başka bir faktörden düzenli biçimde etkilenmesi** durumuna **sistemik hata** denir. Bu nedenle **A seçeneğinde belirtilen "ölçme sonuçlarına sistemik hata karışması" durumu bu örnekle açıklanır. B seçeneği** yanlıştır, çünkü tesadüfi hata rastlantısal etkilerden kaynaklanır ve belirli bir bilgiye sahip olan grubu sürekli avantajlı kılmaz. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü madde ayırt ediciliğinin tüm gruplarda eşit biçimde artması söz konusu değildir. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü kapsam geçerliğinin yükselmesi maddelerin ölçülmek istenen alanı daha iyi temsil etmesi anlamına gelir; burada ise alan dışı bilgi etkisi vardır. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü standart hatanın düşmesi ölçme sonuçlarının daha güvenilir olduğunu gösterir; verilen durumda böyle bir iyileşme yoktur.

Cevap: A

12. Araştırmacı tarafından geliştirilen ölçeğin analizinde maddelerin **birbirleriyle yüksek düzeyde ilişkili olduğu** ve **iç tutarlılık katsayısının yüksek çıktığı** belirtilmiştir. Ölçme değerlendirmede maddelerin birbirleriyle tutarlı olması ve iç tutarlılık katsayısının yüksek çıkması, ölçeğin **güvenirliğinin yüksek olduğunu** gösterir. Ancak açıklamada ölçeğin aynı zamanda öğrencilerin **kendilerini çevreye duyarlı ve yardımsever gösterme eğilimini** de ölçtüğü belirtilmektedir. Bu durum ölçeğin **ölçmek istediği yapıyı tam olarak ölçmediğini**, yani ölçüme **başka bir özelliğin karıştığını** gösterir. Böyle bir durumda ölçeğin **geçerliliği düşüktür**, çünkü ölçme aracı hedeflenen yapıyı saf biçimde ölçmemektedir. Bu nedenle **D seçeneğinde belirtilen "güvenirliği yüksek ancak geçerliliği düşük" yorumu doğrudur. A seçeneği** yanlıştır, çünkü güvenirliliğin düşük olduğuna dair bir bulgu yoktur. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü geçerlik sorunu bulunduğu belirtilmiştir. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü sorun kullanışlılık değil ölçmenin doğruluğuyla ilgilidir. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü güvenirliliğin düşük olduğu söylenemez.

Cevap: D

13. Tabloda dört ders arasındaki **korelasyon katsayıları** verilmiştir. Korelasyon katsayısı iki değişken arasındaki ilişkinin **yönünü ve gücünü** gösterir. Katsayı **+1'e yaklaştıkça güçlü pozitif ilişki**, **-1'e yaklaştıkça güçlü negatif ilişki**, **0'a yaklaştıkça zayıf ilişki** anlamına gelir. Tabloda en dikkat çekici değer **Ölçme ve Değerlendirme ile ÖYT dersleri arasındaki korelasyonun -0,90** olmasıdır. Bu değer mutlak olarak tabloda verilen **en yüksek ilişki düzeyini** göstermektedir ve ilişkinin **çok güçlü fakat ters yönlü** olduğunu ifade eder. Bu nedenle **D seçeneğinde belirtilen "Ölçme ve Değerlendirme dersinden alınan puanlar ile ÖYT dersinden alınan puanlar arasında en yüksek düzeyde ilişki hesaplanmıştır"** ifadesi doğrudur. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü korelasyon tablosu derslerin başarı düzeyini değil yalnızca **dersler arasındaki ilişkiyi** gösterir. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü Gelişim Psikolojisi dersinin diğer derslerle korelasyonları **0,85, 0,40 ve 0,60** olup hepsi pozitifdir. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü Öğrenme Psikolojisi ile ÖYT arasındaki korelasyon **0,75** olup yüksek ve **pozitif** yönlüdür. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü Gelişim Psikolojisi ile Öğrenme Psikolojisi arasındaki korelasyon **0,85** olup **pozitif ve yüksek** düzeydedir, negatif değildir.

Cevap: D

14. Soruda dört farklı araştırma örneği verilmiş ve bunların hangi **araştırma yöntemlerine karşılık geldiği** incelenmektedir.

I numaralı durumda psikolojik danışman iki sınıf seçmiş, bir gruba müdahale uygulamış diğerine uygulamamış ve ön test-son test ölçümleriyle sonuçları karşılaştırmıştır. Bu yapı **değişken üzerinde müdahale yapılan deneysel bir düzenek** içerdiği için deneysel araştırmadır.

II numaralı durumda araştırmacı öğrencilerin **akademik başarıları ile zaman yönetimi becerileri arasındaki ilişkiyi** incelemiş ve iki değişken arasındaki **ilişki katsayısını hesaplamıştır**. Bu yaklaşım **ilişkisel (korelasyonel) araştırmadır**.

III numaralı durumda araştırmacı geniş bir öğrenci grubuna **anket uygulayarak mevcut durumu frekans ve yüzdelere betimlemiştir**. Bu tür çalışmalar **tarama (betimsel) araştırmadır**.

IV numaralı durumda psikolojik danışman **tek bir öğrenciyi uzun süre gözlemlemiş**, daha sonra **müdahale uygulamış** ve değişimi düzenli ölçümlerle izlemiştir. Bu yaklaşım **tek denekli araştırmadır**.

Dolayısıyla verilen dört örnekte **deneysel araştırma, ilişkisel (korelasyonel) araştırma, tarama araştırması ve tek denekli araştırma** yer almaktadır. Ancak seçeneklerde bulunan **nedensel karşılaştırma araştırmasına** ilişkin bir örnek verilmemiştir. Bu nedenle **A seçeneğinde yer alan nedensel karşılaştırma araştırması bu soruda yer almayan yöntemdir**.

Cevap: A

15. Grafikte iki grubun **normal dağılıma sahip puan dağılımları** verilmiştir. Grup A'nın ortalaması **62**, Grup B'nin ortalaması **78** olarak belirtilmiştir. Ayrıca her iki grubun **varyansları ve ranjları eşit** olduğundan dağılımların **yayılımı aynıdır**, yani eğrilerin biçimi aynıdır ve yalnızca ortalamaları farklıdır. Deniz'in puanı grafikte iki dağılımın **kesiştği noktada** gösterilmiştir. Soruda verilen bilgiye göre **Grup A'da Deniz'den düşük puan alan öğrenci sayısı, Grup B'de Deniz'den yüksek puan alan öğrenci sayısına eşittir**. Bu durum kesişim noktasının iki dağılımın **tam orta noktası** olduğunu gösterir. Dolayısıyla Deniz'in puanı iki grubun ortalamalarının **aritmetik ortalamasına** eşittir.

$$(62 + 78) / 2 = 140 / 2 = 70$$

Bu nedenle **C seçeneğinde verilen 70 puan doğrudur**. A, B, D ve E seçenekleri ortalamaların tam ortasını göstermediği için koşulu sağlamaz.

Cevap: C

1. Araştırmacı, **beş farklı sınıftaki öğrencilerin matematik başarı puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını** incelemek amacıyla **tek yönlü ANOVA** uygulamıştır. ANOVA sonucunda gruplar arasında **istatistiksel olarak anlamlı bir fark** bulunması, en az iki grubun ortalamaları arasında fark olduğunu gösterir; ancak **bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu doğrudan göstermez**. Bu nedenle ANOVA sonucundan sonra araştırmacının yapması gereken işlem, gruplar arasındaki farkın **hangi sınıflardan kaynaklandığını belirlemek için post-hoc (çoklu karşılaştırma) testleri** uygulamaktır. Bu amaçla kullanılan testlerden biri **Tukey testidir**. Bu nedenle **C seçeneğinde verilen Tukey testi bu durum için uygundur**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü **Spearman korelasyon analizi** iki değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü **Kruskal-Wallis testi** parametrik olmayan çoklu grup karşılaştırmalarında ANOVA'nın yerine kullanılır. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **Mann Whitney U testi** iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında kullanılan parametrik olmayan bir testtir. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **ki-kare testi** kategorik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılır.

Cevap: C

2. Okul psikolojik danışmanı geliştirdiği "**Sınav Kaygısı ile Baş Etme Programı**"nın etkisinin **kalıcı olup olmadığını** incelemek istemektedir. Bu amaçla programın bitiminde uyguladığı **kaygı ölçeğini**, aradan **üç ay** geçtikten sonra aynı **öğrenci grubuna yeniden uygulamış** ve iki uygulamada elde edilen puanların **birbirleriyle ne kadar tutarlı olduğunu** incelemiştir. Ölçme değerlendirmede aynı ölçme aracının **aynı bireylere belirli bir zaman aralığıyla tekrar uygulanması** ve iki uygulama arasındaki puanların **tutarlılığının incelenmesi**, ölçme aracının **test-tekrar test güvenilirliğini** belirlemeye yönelik bir işlemdir. Bu nedenle **B seçeneğinde verilen test-tekrar test güvenilirliği bu durum için doğru açıklamadır**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü **kapsam geçerliği** test maddelerinin ölçülmek istenen alanı ne kadar temsil ettiğini inceler. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü **eşdeğer formlar güvenilirliği** aynı özelliği ölçen iki farklı test formunun karşılaştırılmasıyla belirlenir. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **puanlayıcılar**

arası güvenilirlik farklı değerlendiricilerin verdiği puanların tutarlılığını inceler. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **yordama geçerliği** test puanlarının gelecekteki bir performansı ne kadar tahmin ettiğini gösterir.

Cevap: B

3. **Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı**, tüm öğrencilerin gelişimini desteklemeyi amaçlayan ve öğrencilerin **bilişsel, duyuşsal ve sosyal gelişim alanlarında gerekli yeterlikleri kazanmalarına yardımcı olan** bir rehberlik yaklaşımıdır. Bu program yalnızca problem yaşayan öğrencilere yönelik değildir; aksine **okuldaki tüm öğrencileri kapsayan önleyici ve gelişimsel bir yapı** taşır. Bu nedenle **I. ifade yanlıştır**, çünkü program sadece problemlili öğrencilere değil **tüm öğrencilere yöneliktir**. **II. ifade doğrudur**, çünkü kapsamlı gelişimsel rehberlik programında öğrencilerin **bilişsel, duyuşsal ve sosyal yeterliklerinin geliştirilmesi** temel amaçlardan biridir. **III. ifade de doğrudur**, çünkü program her ne kadar planlı ve sistematik olsa da **okulun ve öğrencilerin ihtiyaçlarına göre esnek biçimde düzenlenebilir**. Bu nedenle yanlış olan ifade yalnızca I'dir.

Cevap: A

4. Okul psikolojik danışmanı, devamsızlık ve disiplin olaylarını azaltmaya yönelik bir program geliştirirken **çağdaş önleyici rehberlik anlayışını** temel almak istemektedir. Bu yaklaşım yalnızca problem davranışları ortadan kaldırmaya odaklanmaz; aynı zamanda öğrencilerin **koruyucu becerilerini geliştirmeyi, risk faktörlerini azaltmayı ve çevresel destek sistemlerini güçlendirmeyi** amaçlar. Program geliştirme sürecinde **çevresel değişkenlerin dikkate alınması, öğrencilerin baş etme becerilerinin güçlendirilmesi, aile ve öğretmenlerin sürece katılımı ve koruyucu faktörlerin belirlenmesi** çağdaş önleyici rehberlik anlayışıyla uyumludur. Buna karşılık yalnızca **disiplin ihlallerine yönelik yaptırımları merkeze almak ve programın temel hedefini bu davranışları ortadan kaldırmak olarak belirlemek**, gelişimsel ve önleyici rehberlik yaklaşımından uzak olup daha çok **cezalandırıcı ve dar kap-**

samlı bir anlayışı yansıtır. Bu nedenle **D seçeneğinde** verilen uygulama çağdaş önleyici rehberlik anlayışıyla en az uyumludur. **A, B, C** ve **E seçenekleri** ise önleyici rehberlik yaklaşımının temel ilkeleriyle uyumludur.

Cevap: D

5. Okul kapsamlı gelişimsel rehberlik programında hedefler **belirsiz ifadelerden uzak, gözlemlenebilir ve ölçülebilir öğrenci davranışlarını** ifade etmelidir. Yani hedef cümlesinde öğrencinin **ne yapacağı açık biçimde görülebilir ve değerlendirilebilir** olmalıdır. "Bilmek, anlamak, kavramak, fark etmek" gibi ifadeler genellikle **doğrudan gözlenemeyen bilişsel süreçleri** ifade ettiği için ölçülebilir hedef yazımında uygun değildir. Buna karşılık öğrencinin **somut bir davranışı gerçekleştirmesi** hedef cümlesini ölçülebilir hale getirir. Bu nedenle **C seçeneğinde** verilen "**Günlük çalışma planını hazırlar ve uygular**" ifadesi **gözlemlenebilir ve ölçülebilir bir öğrenci davranışını içerdiği için uygun bir hedef cümlesidir**. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü "kavrar" ifadesi doğrudan gözlemlenebilir değildir. **B seçeneği** yanlıştır, çünkü "bilir" ifadesi ölçülmesi zor bir bilişsel süreçtir. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü "anlar" ifadesi gözlemlenebilir bir davranış değildir. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü "fark eder" ifadesi de doğrudan gözlemlenebilir ve ölçülebilir bir davranış ifade etmez.

Cevap: C

6. Onuncu sınıf öğrencisi İlayda'nın **hangi alanı seçeceği konusunda kararsız olması** nedeniyle okul psikolojik danışmanı öğrencinin **ilgilerini, güçlü yönlerini ve kişisel özelliklerini daha iyi anlamaya yönelik veri toplamaktadır**. Bu amaçla **ilgi envanteri uygulamak**, öğrencinin **akademik notlarını incelemek**, **öğretmen gözlemlerinden yararlanmak** ve **sosyal etkinliklere katılımını değerlendirmek** gibi farklı kaynaklardan bilgi toplamaktadır. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinde öğrencinin **ilgi, yetenek, kişilik özellikleri ve çeşitli yönlerini ortaya koymak amacıyla yapılan bu tür çalışmalar bireyi tanıma hizmetleri** kapsamında değerlendirilir. Bu nedenle **B seçeneğinde**

verilen bireyi tanıma ifadesi doğrudur. **A seçeneği** yanlıştır, çünkü **yerleştirme** öğrencinin uygun bir programa veya ortama yönlendirilmesi sürecidir. **C seçeneği** yanlıştır, çünkü **bilgi verme** öğrencinin çeşitli konularda bilgilendirilmesini ifade eder. **D seçeneği** yanlıştır, çünkü **izleme** öğrencinin yönlendirme sonrasında gelişiminin takip edilmesini içerir. **E seçeneği** yanlıştır, çünkü **yöneltme** öğrencinin uygun alan veya programa yönlendirilmesi sürecidir.

Cevap: B

7. **Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı**, tüm öğrencilerin gelişimini destekleyen, okulun eğitim hedefleriyle bütünleşmiş ve öğrencilerin gelişim dönemlerine uygun yeterlikler kazanmalarını amaçlayan bir programdır. Program yalnızca sorun yaşayan öğrencilere değil **tüm öğrencilere yöneliktir** ve okulun ihtiyaçlarına göre **esnek biçimde düzenlenebilir**. Ayrıca programın uygulanması sürecinde **öğretmenler ve diğer paydaşlar da aktif rol alır**.

Buna göre:

I. öncül: "Tüm öğrencilere yönelik olarak planlanır ve yalnızca sorun yaşayan öğrencilere indirgenmez." ifadesi **doğrudur**, çünkü kapsamlı gelişimsel rehberlik programı bütün öğrencilere yönelik olarak hazırlanır.

II. öncül: "Programın temelinde öğrencilerin gelişim dönemlerine uygun yeterlikler kazandırılması yer alır." ifadesi **doğrudur**, çünkü bu program gelişimsel bir yaklaşıma dayanır ve öğrencilerin gelişimsel görevlerine uygun beceriler kazandırmayı amaçlar.

III. öncül: "Program, yılbaşında hazırlandığı için sabittir." ifadesi **yanlıştır**, çünkü kapsamlı gelişimsel rehberlik programı planlı olmakla birlikte okulun ve öğrencilerin ihtiyaçlarına göre **esnek biçimde güncellenebilir**.

IV. öncül: "Rehberlik hizmetlerinin öğretim programlarıyla ilişkilendirilmesi ve okulun genel eğitim hedefleriyle bütünleşmesi beklenir." ifadesi **doğrudur**, çünkü kapsamlı gelişimsel rehberlik programı okulun genel eğitim programının bir parçası olarak yürütülür.

V. öncül: "Programın uygulanması yalnızca okul psikolojik danışmanının sorumluluğundadır, öğretmenler de aktif rol alır."

menlerin katılımı gerekli değildir." ifadesi **yanlıştır**, çünkü programın uygulanması **okul yönetimi, öğretmenler ve diğer paydaşların iş birliğiyle** yürütülür.

Cevap: D

8. Okul psikolojik danışmanı, **rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri yıllık çalışma planını hazırlarken** programın gerçekçi ve etkili olabilmesi için okulun ihtiyaçlarını ve mevcut koşullarını dikkate almak zorundadır. Bu süreçte **okulun rehberlik ihtiyaçlarını belirleyen analiz sonuçları, Bakanlık ve il milli eğitim müdürlüğünün belirlediği hedefler, önceki yıl uygulanan programın değerlendirme sonuçları ve okulun personel, fiziksel ortam ve teknik donanım gibi imkanları** önemli veri kaynaklarıdır. Bu bilgiler programın **ihtiyaçlara uygun, uygulanabilir ve sürdürülebilir** olmasını sağlar.

A seçeneğinde yer alan okul ve çevrenin rehberlik ihtiyaçlarını gösteren analiz sonuçları program planlamasında **mutlaka dikkate alınması gereken veriler** olduğu için doğru bir kaynaktır. **B seçeneğinde** belirtilen Bakanlık ve il milli eğitim müdürlüğünün hedefleri de planın **ulusal ve yerel eğitim politikalarıyla uyumlu olması** açısından dikkate alınmalıdır. **D seçeneğinde** verilen önceki yılın değerlendirme raporları, programın **güçlü ve geliştirilmesi gereken yönlerini görmek** için önemlidir. **E seçeneğinde** belirtilen okulun personel ve fiziki imkanları ise planın **gerçekçi ve uygulanabilir olması** için dikkate alınmalıdır. Buna karşılık **C seçeneğinde** belirtilen **öğretmenlerin branş derslerine ait müfredat kazanımlarının haftalık ders saatlerine göre dağılımı**, rehberlik programının hazırlanmasında doğrudan dikkate alınması gereken bir veri değildir.

Bu nedenle dikkate alınması **gerekmeyen** seçenek **C**'dir.

Cevap: C

9. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programında **sistem desteği**, programın oluşturulması, yürütülmesi ve geliştirilmesini destekleyen **yönetimsel ve kurumsal faaliyetleri** kapsar. Bu kapsamda yapılan çalışmalar doğrudan öğrenciyle yürütülen etkinlikler değil; **program yönetimi, araştırma-geliştirme, öğretmenlerle iş birliği, personel ve çevreyle ilişkiler, profesyonel gelişim ve programın altyapısını güçlendiren faaliyetlerdir**.

A seçeneğinde yer alan "okulun rehberlik ihtiyaç analizini yapmak ve yıl sonu çalışma raporu hazırlamak" programın **değerlendirilmesi ve geliştirilmesine yönelik araştırma-geliştirme faaliyetidir** ve sistem desteği kapsamında yer alır. **B seçeneğinde** belirtilen test ve envanter gibi **ölçme araçlarının geliştirilmesi**, rehberlik hizmetlerinin niteliğini artırmaya yönelik **program geliştirme ve araştırma faaliyetleri** olduğu için sistem desteği kapsamındadır. **C seçeneğinde** verilen öğretmenlere rehberlik hizmetlerinin işleyişi hakkında **müşavirlik yapmak**, sistem desteği içinde yer alan **personelle iş birliği ve danışmanlık** çalışmalarına örnektir. **E seçeneğinde** yer alan bütçe, materyal ve fiziki ortamın iyileştirilmesi için yönetimle **eş güdüm sağlamak**, programın yürütülmesini destekleyen **program yönetimi ve kurumsal iş birliği** faaliyetidir ve sistem desteği kapsamındadır.

Buna karşılık **D seçeneğinde** yer alan "mezun olacak öğrencilere yönelik üst öğrenim kurumlarını tanıtıcı okul gezileri düzenlemek" öğrencilerin **eğitsel ve kariyer gelişimlerini planlamalarına yardımcı olan bir etkinliktir**. Verdiği program kategorilerine göre bu tür çalışmalar **bireysel planlama** kapsamında değerlendirilir, sistem desteği değildir.

Cevap: D

10. Okul psikolojik danışmanı göç hareketliliği ve aile içi iletişim sorunları gibi **risk faktörlerini dikkate alarak önleyici bir program** hazırlamaktadır. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinde temel ilkelerden biri **gönüllülük** ilkesidir. Öğrencilerin rehberlik etkinliklerine katılımı mümkün olduğunca **isteklilik temelinde** olmalı, zorlayıcı bir uygulamaya dönüştürülmemelidir. Bunun yanında rehberlik hizmetlerinde **iş birliği, gelişim düzeyine uygunluk, kültürel özellikleri dikkate alma, önleyici çalışmalar yürütme ve programın etkililiğini değerlendirme** gibi ilkeler de önemlidir.

A seçeneğinde öğretmen ve idarecilerle iş birliği yapılması rehberlik hizmetlerinde **iş birliği ve ekip çalışması** ilkesine uygundur. **B seçeneğinde** akran liderliği ve akran desteğinden yararlanılması önleyici programların **etkililiğini artıran uygun bir uygulamadır**. **C seçeneğinde** öğrencilerin bilişsel gelişim düzeylerinin ve kültürel özelliklerin dikkate alınması rehberlik hizmetlerinin **gelişimsel ve kültüre duyarlı** olması açısından uygundur. **E seçeneğinde** program öncesi ve sonrası değerlendirme yapılması programın **etkililiğini belirlemek** açısından uygun bir yaklaşımdır.

Buna karşılık **D seçeneğinde** öğrencilerin istekliliğine bakılmaksızın programa katılımın **zorunlu hale getirilmesi**, rehberlik hizmetlerinin temel ilkelerinden biri olan **gönüllülük ilkesine aykırıdır**.

Cevap: D

11. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programında **müdahale hizmetleri**, öğrencilerin yaşadığı belirli sorunlara **doğrudan ve hedefe yönelik müdahale etmeyi** amaçlayan çalışmaları kapsar. Bu kapsamda **bireysel veya grupla psikolojik danışma, müşavirlik, krize müdahale ve sevk** gibi uygulamalar yer alır. Müdahale hizmetleri genellikle **sorun yaşayan öğrencilerle yoğun ve yapılandırılmış çalışmalar yürütülmesini** içerir.

A seçeneğinde yer alan "akran ilişkileri ve empati" konulu sınıf etkinliği tüm öğrencilere yönelik **gelişimsel ve önleyici bir çalışma** olduğu için **rehberlik müfredatı** kapsamına girer. **B seçeneğinde** belirtilen meslek tanıtım panosunun hazırlanması öğrencilerin **eğitsel ve kariyer planlamasına yardımcı olan bilgi verme** niteliğinde bir çalışmadır ve **birey-**

sel planlama kapsamında değerlendirilir. **C seçeneğinde** verilen öğretmenlere yönelik bilgilendirme toplantısı **personelle iş birliği ve koordinasyon** amacı taşıdığı için **sistem desteği** kapsamındadır. **E seçeneğinde** yer alan rehberlik hizmetleri yürütme kurulu toplantısı da programın **yönetimi ve koordinasyonu** ile ilgili olduğu için **sistem desteği** kapsamına girer.

D seçeneğinde belirtilen sınav kaygısı nedeniyle derse devamı azalan öğrencilerle **yapılandırılmış grup çalışması yürütülmesi**, sorun yaşayan belirli öğrencilere yönelik **doğrudan müdahale içeren bir psikolojik danışma çalışmasıdır**. Bu nedenle müdahale hizmetleri kapsamında yer alır.

Cevap: D

12. Gelişimsel rehberlik yaklaşımı, rehberlik hizmetlerinin **planlı, sistematik ve tüm öğrencilere yönelik** yürütülmesini esas alır. Bu yaklaşımda rehberlik çalışmaları yalnızca bilgi verme etkinlikleriyle sınırlı değildir; öğrencilerin **bilişsel, duyuşsal ve sosyal gelişimlerini destekleyen çeşitli etkinlikleri**, öğretim programlarıyla bütünleşmiş çalışmaları ve **iş birliğine dayalı uygulamaları** kapsar. Ayrıca programın etkililiğini artırmak için yapılan çalışmaların **değerlendirilmesi ve raporlanması** da önemlidir.

A seçeneğinde yer alan yıl başında yıllık rehberlik planı hazırlamak gelişimsel rehberlik programının **planlı ve sistematik olma özelliğine** uygundur. **C seçeneğinde** belirtilen çalışmaların sonuçlarını değerlendirmek ve raporlamak programın **değerlendirme boyutuyla** uyumludur. **D seçeneğinde** rehberlik hedeflerini öğretim programıyla bütünleştirmek gelişimsel rehberlik anlayışının **eğitim programıyla bütünleşik olma ilkesine** uygundur. **E seçeneğinde** öğretmen ve velilerin sürece dahil edilmesi rehberlik hizmetlerinin **iş birliği ve ekip çalışması** ilkesiyle uyumludur.

Buna karşılık **B seçeneğinde** rehberlik hizmetlerini yalnızca **bilgilendirme seminerleriyle sınırlı tutmak**, gelişimsel rehberlik anlayışının **çok yönlü ve kapsamlı hizmet yapısına** aykırıdır.

Cevap: B

13. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programında **müdahale hizmetleri**, gelişimsel süreçte aksama yaşayan, uyum sorunu bulunan veya kriz durumları yaşayan öğrencilere yönelik **doğrudan ya da dolaylı yardım süreçlerini** kapsar. Bu kapsamda **bireysel veya grupta psikolojik danışma, kriz müdahalesi, müşavirlik (konsültasyon) ve sevk** gibi faaliyetler yer alır. Bu çalışmalar genellikle **belirli bir sorun yaşayan öğrencilere yönelik hedefe dönük müdahaleleri** içerir.

A seçeneğinde yer alan ailevi sorun yaşayan öğrencinin psikolojik danışmaya alınması **bireysel psikolojik danışma** kapsamında olduğu için müdahale hizmetidir. **B seçeneğinde** belirtilen okulda yaşanan bir kaza sonrasında öğrenci ve öğretmenlere **kriz müdahale desteği verilmesi**, müdahale hizmetleri kapsamında değerlendirilir. **C seçeneğinde** yer alan öğrencinin ileri düzeyde değerlendirme için **rehberlik ve araştırma merkezine sevk edilmesi**, müdahale hizmetleri içinde yer alan **sevk** uygulamasıdır. **D seçeneğinde** belirtilen davranış problemi olan öğrenci hakkında öğretmenine **müşavirlik (konsültasyon) yapılması**, müdahale hizmetleri kapsamında yer alan dolaylı yardım süreçlerinden biridir.

E seçeneğinde yer alan öğrencilerin meslek seçimi süreçlerine destek olmak amacıyla **kariyer günü etkinliği düzenlenmesi**, belirli bir sorun yaşayan öğrencilere müdahale etmeye yönelik değildir. Bu tür çalışmalar öğrencilerin **eğitsel ve kariyer gelişimlerini planlamalarına yardımcı olmayı amaçlar**. Verdiği program kategorilerine göre bu tür etkinlikler **bireysel planlama hizmetleri** kapsamında değerlendirilir. Bu nedenle müdahale hizmetleri içinde yer almaz.

Cevap: E

14. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı, geleneksel rehberlik anlayışından farklı olarak rehberlik hizmetlerini **planlı, gelişimsel ve önleyici bir çerçevede** yürütmeyi hedefler. Bu yaklaşımda rehberlik hizmetleri yalnızca sorun yaşayan öğrencilerle sınırlı değildir; **tüm öğrencilerin akademik, kişisel-sosyal ve kariyer gelişimlerini desteklemeye** yöneliktir. Ayrıca programın yürütülmesinde **okul yönetimi**,

öğretmenler ve veliler gibi paydaşların iş birliği önemli bir yer tutar ve öğrencilere kazandırılması gereken **gelişimsel yeterlikler** programın merkezinde yer alır. Bu nedenle **A, B, C ve E seçeneklerinde** verilen özellikler kapsamlı gelişimsel rehberlik programının temel özellikleriyle uyumludur.

D seçeneğinde ise rehberlik çalışmalarının daha çok **sorun ortaya çıktıktan sonra müdahaleye odaklanması** ifade edilmektedir. Bu özellik **geleneksel rehberlik anlayışının** bir özelliğidir. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı ise **önleyici ve gelişimsel çalışmalara ağırlık verir**, yalnızca sorun ortaya çıktığında müdahale etmeye odaklanmaz. Bu nedenle bu ifade kapsamlı gelişimsel rehberlik programını ayıran bir özellik değildir.

Cevap: D

15. **Geleneksel rehberlik anlayışı**, rehberlik hizmetlerinin daha çok **sorun ortaya çıktıktan sonra müdahaleye yönelik**, sınırlı ve belirli öğrencilere odaklanan bir yapıda yürütülmesini ifade eder. Bu yaklaşımda rehberlik hizmetleri genellikle **uyum ve davranış problemi yaşayan öğrencilerle**, çoğunlukla **bireysel görüşmeler ve kriz durumlarına yönelik çalışmalar** üzerinden yürütülür. Ayrıca rehberlik faaliyetlerinde **psikolojik danışman merkezî bir role** sahiptir ve diğer paydaşların katılımı daha sınırlıdır. Bu nedenle **A, B, C ve D seçeneklerinde** verilen ifadeler **geleneksel rehberlik anlayışının** temel özellikleriyle uyumludur.

E seçeneğinde ise rehberlik faaliyetlerinin öğrencilerin **gelişimsel ihtiyaçlarını önceden belirleyerek sistematik biçimde tüm öğrencilere uygulanması** ifade edilmektedir. Bu özellik **kapsamlı gelişimsel rehberlik programının** temel özelliklerinden biridir ve geleneksel rehberlik anlayışına ait değildir.

Cevap: E

1. Okul psikolojik danışma ve rehberlik programında **bireysel planlama**, öğrencilerin **eğitsel ve kariyer gelişimlerini planlamalarına yardımcı olan etkinlikleri** kapsar. Bu kapsamda öğrencilerin **ilgi ve yeteneklerini tanımaları, hedef belirlemeleri, eğitim ve meslek seçeneklerini değerlendirmeleri ve karar verme süreçlerini yapılandırmaları** desteklenir. Soruda okul psikolojik danışmanı **12. sınıf öğrencileriyle küçük gruplar halinde görüşmeler yaparak onların ilgi ve yetenekleri doğrultusunda uygun üniversite programlarını değerlendirmelerine yardımcı olmakta ve öğrencilerin hedeflerini netleştirerek karar verme süreçlerini desteklemektedir**. Bu tür çalışmalar öğrencilerin **eğitsel ve kariyer planlamasını desteklediği için bireysel planlama hizmetleri** kapsamında yer alır.

A seçeneğinde yer alan rehberlik müfredatı, tüm öğrencilere yönelik yürütülen ve öğrencilerin **gelişimsel yeterlikler kazanmasını sağlayan sınıf temelli rehberlik etkinliklerini** içerir. Soruda anlatılan etkinlik ise belirli bir sınıf düzeyindeki öğrencilerle yapılan kariyer planlama görüşmeleridir.

B seçeneğinde yer alan sistem desteği, rehberlik programının yürütülmesini destekleyen **program yönetimi, araştırma-geliştirme, öğretmenlerle iş birliği, danışma kurulları ve kurumsal koordinasyon** gibi faaliyetleri kapsar; öğrencilerle doğrudan yürütülen kariyer planlama görüşmeleri bu kapsamda değildir.

C seçeneğinde yer alan müdahale hizmetleri, gelişimsel süreçte aksama yaşayan veya belirli sorunlarla karşılaşan öğrencilere yönelik **bireysel ya da grupla psikolojik danışma, kriz müdahalesi, sevk ve konsültasyon** gibi doğrudan yardım süreçlerini içerir. Soruda anlatılan etkinlik bir sorun durumuna müdahale değildir.

E seçeneğinde yer alan müşavirlik (konsültasyon) ise psikolojik danışmanın **öğretmenlere, yöneticilere veya velilere öğrencilerle ilgili konularda danışmanlık yapmasını** ifade eder. Soruda ise öğretmen ya da veliye yönelik bir danışmanlık değil, doğrudan öğrencilerin kariyer planlamasına yardımcı olan bir çalışma bulunmaktadır.

Bu nedenle verilen faaliyet **bireysel planlama hizmetleri** kapsamında değerlendirilir.

Cevap: D

2. Bir rehberlik programının etkili olabilmesi için yürütülen çalışmaların **sonuçlarının ölçülebilmesi ve değerlendirilebilmesi** gerekir. Bunun için programda **ölçme araçlarının, değerlendirme ölçütlerinin ve geri bildirim süreçlerinin** yer alması önemlidir. Soruda programın yıl boyunca uygulanmasına rağmen **öğrenciler üzerindeki etkisinin belirlenemediği, çünkü ölçme araçları, değerlendirme kriterleri ve geri bildirim süreçlerinin bulunmadığı** belirtilmektedir. Bu durum programın **sonuçlarının değerlendirilememesi** anlamına gelir. Dolayısıyla problem, programın **değerlendirilebilir olma özelliğinin bulunmamasıyla** ilgilidir. Bu nedenle **B seçeneğinde yer alan değerlendirilebilir olma özelliği** doğru cevaptır.

A seçeneğinde yer alan işlevsellik, programın ihtiyaçlara cevap verebilmesiyle ilgilidir.

C seçeneğinde yer alan sistematiklik, programın planlı ve düzenli biçimde yürütülmesini ifade eder.

D seçeneğinde yer alan taşınabilir olma ve esneklik, programın farklı koşullara uyarlanabilmesiyle ilgilidir.

E seçeneğinde yer alan uygulanabilirlik ise programın mevcut koşullar içinde gerçekleştirilebilir olmasıyla ilişkilidir.

Cevap: B

3. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programının **hazırlanma sürecinde ilk aşama planlama aşamasıdır**. Bu aşamada programın temelini oluşturmak için **okulun ihtiyaçları belirlenir ve mevcut durum analizi yapılır**. Planlama aşamasında rehberlik hizmetleriyle ilgili **hazırlık yapılması, öğrenci, öğretmen, yönetici ve velilerden bilgi toplanması, elde edilen verilerin analiz edilmesi ve ihtiyaç alanlarının raporlanması** gibi çalışmalar gerçekleştirilir.

Soruda okul psikolojik danışmanı **geçmiş yıllarda yürütülen rehberlik çalışmalarını inceleyerek güçlü ve zayıf yönleri belirlemekte**, ardından **okul yönetimi, öğretmenler, öğrenciler ve velilerle görüşmeler yaparak okulun rehberlik ihtiyaçlarını tespit etmeye çalışmaktadır**. Bu süreç doğrudan **ihtiyaç analizi ve veri toplama çalışmalarını** ifade ettiği için **planlama aşamasına** karşılık gelir.

A seçeneğinde yer alan **tasarlama aşaması**, planlama aşamasında elde edilen verilere dayanarak **rehberlik programının genel taslağının hazırlanması, öğrencilere kazandırılacak yeterliklerin ve programın yapısının belirlenmesi** sürecidir.

C seçeneğinde yer alan **uygulama aşaması**, hazırlanan rehberlik programındaki etkinliklerin **okulda yürütülmeye başlanması ve uygulamaların izlenmesi** sürecidir.

D seçeneğinde yer alan **değerlendirme aşaması**, uygulanan programın **etkililiği hakkında karar verebilmek için veri toplanması ve sonuçların analiz edilmesi** sürecidir.

E seçeneğinde yer alan **geliştirme aşaması** ise değerlendirme sonuçlarına göre programın **güçlendirilmesi, eksiklerinin giderilmesi ve bir sonraki dönem için iyileştirilmesi** sürecini ifade eder.

Cevap: B

4. Soruda ortaokul öğrencilerinde **okul terkini azaltmaya yönelik önleyici bir program** geliştirilmesinden söz edilmektedir. Böyle bir programda öğrencilerin **okula bağlılığını artırmak, risk ve koruyucu faktörleri birlikte ele almak, aile ve öğretmen iş birliği sağlamak ve öğrencilerin akademik başarılarını etkileyen çevresel değişkenleri dikkate almak** gelişimsel ve önleyici yaklaşımın temel ilkeleriyle uyumludur.

A seçeneğinde yer alan öğrencilerin okul bağlılığını artırmaya yönelik sosyal-duygusal beceri etkinlikleri önleyici rehberlik programlarının temel uygulamalarından biridir.

B seçeneğinde okul terkine yol açan risk ve koruyucu faktörlerin birlikte analiz edilmesi programın bilimsel ve gelişimsel temele dayandırılması açısından uygun bir yaklaşımdır.

C seçeneğinde öğrencinin akademik başarısını etkileyen çevresel ve ailesel değişkenlerin dikkate alınması ekolojik ve bütüncül rehberlik anlayışıyla uyumludur.

E seçeneğinde öğretmen, aile ve okul yönetiminin sürece dahil edilmesi kapsamlı gelişimsel rehberlik programlarının önemli bir ilkesidir.

D seçeneğinde ise programın etkililiğini belirlemek için **yalnızca program sonunda sonuç**

değerlendirmesi yapılması ifade edilmektedir. Etkili rehberlik programlarında değerlendirme yalnızca sonuç aşamasında yapılmaz; **uygulama sürecinde de izleme ve süreç değerlendirmesi yapılır**. Bu nedenle bu yaklaşım uygun değildir.

Cevap: D

5. Önleyici rehberlik yaklaşımında **Caplan'ın sınıflandırmasına göre üç önleme düzeyi vardır: temel, ikincil ve üçüncül önleme**. **Temel önleme**, henüz sorun ortaya çıkmadan önce tüm bireyleri hedef alarak riskli durumların ortaya çıkmasını azaltmayı amaçlayan çalışmaları kapsar. Bu tür programlar genellikle **okul genelini kapsayan bilgilendirme, yaşam becerileri kazandırma, farkındalık geliştirme ve koruyucu becerileri artırma etkinlikleri** şeklinde yürütülür.

Soruda okul psikolojik danışmanı Kerem Bey'in yaptığı incelemelerde **okulda yaygın bir kriz ya da acil müdahale gerektiren bir sorun olmadığı** belirtilmiştir. Buna rağmen öğrencilerin gelecekte karşılaşabilecekleri riskleri azaltmak amacıyla **tüm öğrencilere yönelik "güvenli internet kullanımı" konulu sınıf içi etkinlikler planlanmış, ayrıca tüm velilere yönelik bilgilendirme semineri ve web sitesi üzerinden farkındalık çalışmaları yapılması** hedeflenmiştir. Bu çalışmalar henüz sorun yaşamamış geniş öğrenci ve veli grubuna yönelik, riskleri önceden azaltmayı amaçlayan etkinliklerdir.

A seçeneğinde yer alan **ikincil önleme**, sorun belirtileri ortaya çıktığında sorunun yayılmasını önlemeye yönelik çalışmaları ifade eder.

B seçeneğinde yer alan **üçüncül önleme**, ortaya çıkmış sorunların etkilerini azaltmaya yönelik rehabilite edici çalışmaları kapsar.

D seçeneğindeki krize müdahale, ani ve acil durumlara yönelik müdahale çalışmalarını ifade eder.

E seçeneği ise ikincil ve üçüncül önlemenin birlikte kullanıldığı bir durumu ifade eder; soruda böyle bir durum yoktur.

Kerem Bey'in planladığı çalışmalar **henüz sorun ortaya çıkmadan tüm öğrencilere ve velilere yönelik koruyucu ve farkındalık artırıcı etkinlikler içerdiği için temel önleme kapsamındadır**.

Cevap: C

6. **Kapsamlı gelişimsel rehberlik yaklaşımı**, rehberlik hizmetlerinin yalnızca sorun ortaya çıktığında devreye giren tepkisel bir yapıdan çıkarılarak **önleyici ve gelişimsel bir program çerçevesinde tüm öğrencilere yönelik yürütülmesini** esas alır. Bu yaklaşımda rehberlik çalışmaları **sistemli bir program doğrultusunda yürütülür, tüm öğrencilere ulaşmayı hedefler ve öğretmen, yönetici ve velilerle iş birliği içinde gerçekleştirilir**.

Soruda gelişimsel yaklaşımı benimseyen bir okul psikolojik danışmanının **hangi çalışma tarzını sergilemeyeceği** sorulmaktadır.

B seçeneğinde öğrencilerin gelişimsel ihtiyaçlarına göre hazırlanmış ardışık ve esnek bir program yürütülmesi, gelişimsel rehberlik anlayışının temel özelliklerinden biridir.

C seçeneğinde rehberlik kazanımlarının sınıf içi etkinlikler aracılığıyla tüm öğrencilere ulaştırılması, gelişimsel rehberlikte önemli olan **rehberlik müfredatı ve sınıf rehberliği çalışmalarını** ifade eder.

D seçeneğinde programın etkililiğini belirlemek için yıl sonunda izleme ve değerlendirme çalışmalarının yapılması, kapsamlı rehberlik programlarının **değerlendirme ve geliştirme** boyutuyla uyumludur.

E seçeneğinde öğretmen, idareci ve velilerle iş birliği kurulması ise kapsamlı gelişimsel rehberlik programlarının **sistem desteği ve müşavirlik** anlayışının bir gereğidir.

A seçeneğinde ise rehberlik hizmetlerinin yalnızca akademik başarısızlık veya disiplin sorunu yaşayan öğrencilerle sınırlı tutulması ifade edilmektedir. Bu durum **geleneksel, tepkisel rehberlik anlayışına** aittir ve gelişimsel rehberlik yaklaşımıyla uyumlu değildir.

Cevap: A

7. Okul rehberlik programında **müdahale hizmetleri**, gelişimsel süreçte aksama yaşayan veya belirli bir sorun yaşayan öğrencilere yönelik doğrudan ya da dolaylı yardım süreçlerini kapsar. Bu hizmetler öğrencilerin yaşadıkları problemleri çözmeye, akademik ve sosyal uyumlarını artırmaya yönelik çalışmaları içerir. Müdahale hizmetleri kapsamında genellikle **psikolojik danışma, müşavirlik (konsültasyon), sevk ve krize müdahale** gibi uygulamalar yer alır. Soruda müdahale hizmetleri içerisinde değerlendirilemeyecek olan seçenek sorulmaktadır.

A seçeneğinde psikolojik danışma yer almaktadır. Psikolojik danışma, öğrencinin yaşadığı kişisel, sosyal veya akademik sorunların çözümüne yönelik yürütülen doğrudan yardım sürecidir ve **müdahale hizmetlerinin** temel uygulamalarından biridir.

C seçeneğinde müşavirlik (konsültasyon) bulunmaktadır. Müşavirlik, öğrencinin sorunlarının çözümüne yardımcı olmak amacıyla öğretmenlere veya velilere profesyonel danışmanlık verilmesini ifade eder ve **müdahale hizmetleri** kapsamında yer alır.

D seçeneğinde sevk bulunmaktadır. Sevk, öğrencinin ihtiyaç duyduğu ileri tanılama veya destek hizmetleri için **rehberlik ve araştırma merkezi ya da sağlık kurumlarına yönlendirilmesini** ifade eder ve müdahale hizmetleri içinde değerlendirilir.

E seçeneğinde krize müdahale yer almaktadır. Krize müdahale, öğrencilerin yaşadığı ani ve ciddi durumlara yönelik gerçekleştirilen psikolojik destek çalışmalarını ifade eder ve **müdahale hizmetleri** kapsamında yer alır.

B seçeneğinde akran temelli bilgilendirme seminerleri yer almaktadır. Bu tür etkinlikler belirli bir soruna müdahale etmekten çok öğrencilerin farkındalık kazanmasını sağlamaya yönelik **önleyici ve gelişimsel çalışmalar** olduğu için **müdahale hizmetleri** kapsamında değerlendirilmez.

Cevap: B

8. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programlarının hazırlanma süreci **planlama, tasarlama, uygulama, değerlendirme ve geliştirme** aşamalarından oluşur. Programın uygulanmasından sonra elde edilen bulgulara dayanarak programın eksik yönlerinin belirlenmesi ve yeni düzenlemelerin yapılması **programın geliştirilmesi** ile ilgilidir. Soruda yapılan değerlendirme sonucunda **riskli bölgede bulunan öğrenciler için önleyici eğitim programlarının artırılması, ayrıca aile eğitimleri ve öğretmen konsültasyonlarının artırılması** yönünde kararlar alınması ifade edilmektedir. Bu durum değerlendirme sonuçlarına dayanarak programın yeniden düzenlenmesini göstermektedir.

A seçeneğinde tasarlama aşaması yer almaktadır. Tasarlama aşamasında ihtiyaç analizinden elde edilen verilere dayanarak rehberlik programının **genel taslağı hazırlanır, programın yapısı, kazanımları ve örgütsel düzeni belirlenir**. Soruda ise programın taslağının hazırlanması değil, değerlendirme sonrası yeni düzenlemelerin yapılması söz konusudur.

B seçeneğinde planlama aşaması yer almaktadır. Planlama aşamasında **ihtiyaç analizi yapılır, öğrenci, öğretmen ve velilerden bilgi toplanır, elde edilen veriler analiz edilerek rehberlik ihtiyaçları belirlenir**. Soruda ise ihtiyaç belirleme değil, programın uygulanmasından sonra yapılan düzenlemeler anlatılmaktadır.

C seçeneğinde uygulama aşaması yer almaktadır. Uygulama aşamasında hazırlanan rehberlik programındaki **etkinlikler yürütülür ve planlanan çalışmalar okul ortamında gerçekleştirilir**. Soruda anlatılan durum uygulama değil, uygulama sonrasında alınan yeni kararları ifade etmektedir.

D seçeneğinde değerlendirme aşaması yer almaktadır. Değerlendirme aşamasında programın **etkililiğini belirlemek için veri toplanır ve sonuçlar analiz edilir**. Soruda değerlendirme sonucunda elde edilen bulgulara dayanarak programda yeni düzenlemeler yapılmasından söz edilmektedir.

E seçeneğinde geliştirme aşaması yer almaktadır. Geliştirme aşaması, değerlendirme bulgularına dayanarak programın **eksik yönlerinin giderilmesi, yeni çalışmaların programa eklenmesi ve programın daha etkili hâle getirilmesi** sürecini ifade eder. Soruda verilen durum doğrudan bu süreci açıklamaktadır.

Cevap: E

9. Rehberlik programlarının etkili olabilmesi için programın **okulun mevcut koşullarına uygun biçimde uygulanabilir olması** gerekir. Program hazırlanırken okulun ders programı, zaman olanakları, personel durumu ve fiziksel koşulları dikkate alınmalıdır. Aksi durumda program planlanmış olsa bile uygulamada güçlükler ortaya çıkar. Soruda her sınıf düzeyinde haftada iki saat rehberlik etkinliği planlandığı, ancak **ders programının yoğunluğu nedeniyle sınıf rehber öğretmenlerinin bu etkinliklere zaman ayıramadığı ve çalışmaların sürekli ertelendiği** belirtilmektedir. Bu durum programın uygulanmasında güçlük yaşandığını göstermektedir.

A seçeneğinde taşınabilir olma ve esneklik yer almaktadır. Bu özellik programın farklı koşullara uyarlanabilmesi ve gerektiğinde değişiklik yapılabilmesi ile ilgilidir. Soruda vurgulanan durum ise programın uygulanamamasıyla ilgilidir.

B seçeneğinde sistematiklik bulunmaktadır. Sistematiklik, rehberlik çalışmalarının planlı ve düzenli biçimde yürütülmesini ifade eder. Soruda ise planın var olmasına rağmen uygulama güçlüğü yaşanmaktadır.

C seçeneğinde uygulanabilirlik yer almaktadır. Uygulanabilirlik, programın okulun zaman, personel ve olanakları açısından **gerçekçi ve uygulanabilir olması** anlamına gelir. Soruda ders programının yoğunluğu nedeniyle etkinliklerin gerçekleştirilememesi programın uygulanabilirlik özelliğinin zayıf olduğunu göstermektedir.

D seçeneğinde işlevsellik bulunmaktadır. İşlevsellik, programın öğrencilerin ihtiyaçlarına cevap verebilmesi ile ilgilidir.

E seçeneğinde değerlendirilebilir olma yer almaktadır. Bu özellik programın etkililiğinin ölçülebilmesi için ölçme araçları ve değerlendirme süreçlerinin bulunmasını ifade eder.

Soruda verilen durum programın uygulanmasında yaşanan güçlükle ilgili olduğu için doğru seçenek **C seçeneğinde yer alan uygulanabilirliktir**.

Cevap: C

10. Madde bağımlılığını önlemeye yönelik rehberlik programları, öğrencilerin riskli davranışlardan uzak durmasını sağlamak ve koruyucu becerilerini geliştirmek amacıyla hazırlanır. Bu tür programlarda temel amaç **risk faktörlerini azaltmak, koruyucu faktörleri güçlendirmek ve öğrencilerin yaşam becerilerini geliştirmektir**. Ayrıca önleyici programlarda bazı içeriklerin **merak uyandırarak özendirici olma riskine** dikkat edilmesi gerekir. Soruda psikolojik danışmanın programı hazırlarken bazı yöntemlerin özendirici olabileceği riskini dikkate aldığı belirtilmektedir.

A seçeneğinde ergenlerin karar verme ve akran baskısına karşı koyma becerilerini geliştirmek yer almaktadır. Bu tür beceriler önleyici programların temel yaşam becerileri kapsamında olup madde kullanımına karşı koruyucu etki oluşturur.

B seçeneğinde madde kullanımına zemin hazırlayan bireysel ve çevresel risk faktörlerini belirlemek ve azaltmak yer almaktadır. Önleyici rehberlik programlarında risk ve koruyucu faktörlerin analiz edilmesi temel bir ilkedir.

D seçeneğinde aile ve öğretmenlere yönelik eğitimler verilmesi yer almaktadır. Önleyici programlarda aile ve okul iş birliği önemlidir ve yetişkinlerin risk belirtilerini fark edebilmesi için bilgilendirilmesi desteklenir.

E seçeneğinde öğrencilerin okul aidiyetini artıracak sosyal ve kültürel etkinliklere katılımının teşvik edilmesi yer almaktadır. Okula bağlılık ve sosyal destek koruyucu faktörler arasında olduğu için bu yaklaşım önleyici programlarla uyumludur.

C seçeneğinde ise bağımlılık yapan maddelerin piyasa isimleri, kullanım şekilleri ve geçici etkilerinin ayrıntılı biçimde anlatılması yer almaktadır. Önleyici programlarda bu tür ayrıntılı bilgiler verilmesi öğrencilerde merak uyandırma ve özendirici etki oluşturma riski taşıdığı için önerilmez. Bu nedenle bu yaklaşım madde bağımlılığını önleme programlarının temel ilkeleri arasında yer almaz.

Cevap: C

11. Kapsamlı gelişimsel rehberlik ve psikolojik danışma programlarında öğrencilerin **hangi gelişim alanlarında hangi beceri, tutum ve davranışları kazanmasının hedeflendiği** belirlenir. Program hazırlanırken öğrencilere kazandırılacak bu kazanımların ve öğrenme çıktılarının ayrıntılı biçimde tanımlanması, programın **içerik** boyutuyla ilgilidir. Soruda psikolojik danışmanın öğrencilerin hangi gelişim alanlarında hangi kazanımlara ulaşacağını belirlemek amacıyla programda yer alacak **beceri, tutum ve davranış kazanımlarını ayrıntılı biçimde tanımladığı** ifade edilmektedir.

A seçeneğinde **içerik** yer almaktadır. İçerik, programda öğrencilere kazandırılması planlanan **bilgi, beceri, tutum ve davranış kazanımlarını** kapsar. Soruda verilen durum doğrudan bu program ögesini açıklamaktadır.

B seçeneğinde gerekçe bulunmaktadır. Gerekçe, programın hazırlanma nedenini ve programın hangi ihtiyaçlardan doğduğunu açıklayan bölümdür.

C seçeneğinde örgütlenme yer almaktadır. Örgütlenme, programın yapısal düzeni, etkinliklerin nasıl organize edileceği ve programın nasıl yürütüleceği ile ilgilidir.

D seçeneğinde görev dağılımı bulunmaktadır. Bu bölümde programın uygulanmasında öğretmenlerin, yöneticilerin ve psikolojik danışmanın sorumlulukları belirlenir.

E seçeneğinde misyon yer almaktadır. Misyon, programın temel amacını ve varlık nedenini ifade eden genel çerçeveyi belirtir.

Cevap: A

12. Bireysel planlama hizmetleri, öğrencilerin **eğit- sel ve mesleki gelişimlerini planlamalarına yardımcı olan çalışmaları** kapsar. Bu hizmetler kapsamında **bireyi tanıma, bilgi verme, yerleştirme ve izleme** stratejileri yer alır. **İzleme stratejisi**, öğrencinin yaptığı tercihlerin ardından sürecin nasıl ilerlediğini değerlendirmeyi ve öğrencinin gelişimini takip etmeyi ifade eder. Soruda da öğrencinin yaptığı tercihlerin sonuçlarının değerlendirilmesi ve süreç boyunca gelişiminin takip edilmesinin bireysel planlamanın temel stratejilerinden biri olduğu belirtilmektedir.

A seçeneğinde öğretmenlere yönelik **müşavirlik toplantısı düzenlenmesi** yer almaktadır. Müşavirlik, öğretmen veya velilere öğrenciyle ilgili konularda danışmanlık verilmesini ifade eder ve bireysel planlama değil **müdahale hizmetleri veya sistem desteği** kapsamında değerlendirilir.

B seçeneğinde okula yeni başlayan öğrencilere **uyum semineri verilmesi** bulunmaktadır. Bu tür çalışmalar genellikle tüm öğrencilere yönelik **rehberlik müfredatı veya önleyici rehberlik etkinlikleri** kapsamında yürütülür.

C seçeneğinde meslek tanıtım günleri **düzenlenmesi** yer almaktadır. Bu tür etkinlikler öğrencilerin meslekler hakkında bilgi edinmesini sağlayan **bilgi verme** çalışmalarına örnektir.

D seçeneğinde sınav kaygısı yaşayan öğrencilerin **grup çalışmasına alınması** yer almaktadır. Bu uygulama öğrencilerin yaşadığı bir probleme yönelik olduğu için **müdahale hizmetleri** kapsamında değerlendirilir.

E seçeneğinde alan seçimi yapan 10. sınıf öğrencileriyle dönem sonunda tekrar görüşülerek **yaptıkları seçimin uygunluğunun değerlendirilmesi** yer almaktadır. Bu uygulama öğrencinin yaptığı tercihlerin sonuçlarının değerlendirilmesini ve sürecin takip edilmesini içerdiği için bireysel planlama hizmetlerinde kullanılan **izleme stratejisine** uygun bir çalışmadır.

Cevap: E

13. Kapsamlı gelişimsel rehberlik ve psikolojik danışma programında öğrencilere kazandırılması hedeflenen yeterlikler genellikle **akademik gelişim, kişisel-sosyal gelişim ve mesleki gelişim** alanlarında ele alınır. Bu alanlarda öğrencilerin **öğrenme becerileri geliştirmeleri, kişiler arası ilişkilerini sağlıklı biçimde yürütmeleri, duygularını tanımları ve kariyer planlaması yapabilmeleri** amaçlanır. Soruda kapsamlı gelişimsel rehberlik programında yer alan yeterlik alanları arasında **gösterilemeyecek** olan seçenek sorulmaktadır.

A seçeneğinde akademik gelişim ve öğrenme becerileri yer almaktadır. Bu alan öğrencilerin etkili öğrenme stratejileri geliştirmesi, akademik sorumluluklarını yerine getirmesi ve okul başarısını destekleyen beceriler kazanmasıyla ilgilidir ve kapsamlı rehberlik programının temel yeterlik alanlarından biridir.

B seçeneğinde kişiler arası iletişim ve sosyal beceriler bulunmaktadır. Bu beceriler öğrencilerin sağlıklı ilişkiler kurması, empati geliştirmesi ve sosyal uyum sağlamasıyla ilgili olup kişisel-sosyal gelişim alanı içinde değerlendirilir.

D seçeneğinde duygusal farkındalık ve kendini kabul yer almaktadır. Bu özellikler öğrencinin kendini tanıması ve duygularını yönetebilmesiyle ilgili olduğu için kişisel-sosyal gelişim alanı kapsamında ele alınır.

E seçeneğinde mesleki gelişim ve kariyer planlama bulunmaktadır. Bu alan öğrencilerin meslekleri tanıması, ilgi ve yeteneklerini değerlendirmesi ve kariyer hedefleri belirlemesiyle ilgilidir ve kapsamlı rehberlik programının temel alanlarından biridir.

C seçeneğinde ise toplumsal normlara uyum ve başkalarının değerlerini benimseme ifadesi yer almaktadır. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı öğrencilerin kendi değerlerini fark etmelerini ve saygı geliştirmelerini hedefler; ancak başkalarının değerlerini benimsetmeye yönelik bir yeterlik alanı bulunmaz. Bu nedenle bu ifade programın yeterlik alanları arasında yer almaz.

Cevap: C

14. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programlarında hedefler **gözlenebilir, ölçülebilir ve öğrencinin ortaya koyduğu performansa dayalı ifadelerle** yazılmalıdır. Bu nedenle hedef cümlelerinde öğrencinin neyi **somut olarak yapacağı** açık biçimde belirtilmelidir. Soruda kişisel-sosyal gelişim alanı için bu özelliklere uygun bir hedef cümlesi sorulmaktadır.

A seçeneğinde "çatışma çözme yöntemlerini kavrar" ifadesi yer almaktadır. "Kavramak" ifadesi öğrencinin davranışını doğrudan gözlemlemeyi zorlaştırdığı için hedef yazımında yeterince ölçülebilir değildir.

B seçeneğinde "hayır diyebilmenin önemini anlar" ifadesi bulunmaktadır. "Anlamak" soyut bir ifade olduğu için öğrencinin davranışını gözlenebilir biçimde ortaya koymaz.

C seçeneğinde "öfke kontrolü tekniklerini bilir" ifadesi yer almaktadır. "Bilmek" de ölçülmesi güç olan soyut bir ifade olduğu için hedef yazımında uygun değildir.

D seçeneğinde "zorbalığa maruz kaldığında yardım ister" ifadesi bulunmaktadır. Bu ifade öğrencinin sergileyeceği davranışı açık ve gözlenebilir biçimde ortaya koymaktadır ve **performansa dayalıdır**.

E seçeneğinde "empati kurmanın gerekliliğini fark eder" ifadesi yer almaktadır. "Fark etmek" de gözlenmesi zor olan soyut bir ifadedir.

Bu nedenle öğrenci davranışını **gözlenebilir ve ölçülebilir biçimde ifade eden** hedef cümlesi **D seçeneğidir**.

Cevap: D

15. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programlarının hazırlanma sürecinde **planlama, tasarlama, uygulama, değerlendirme ve geliştirme** aşamaları yer alır. Programın uygulanmasından sonra yapılan değerlendirme sonucunda elde edilen bulgular doğrultusunda programın eksik yönlerinin belirlenmesi ve programın daha etkili hâle getirilmesi için yeni düzenlemeler yapılması **geliştirme aşaması** ile ilgilidir. Soruda rehberlik programının değerlendirilmesi sonucunda **eksik alanların belirlenmesi, programın güçlendirilmesi için çalışmalar planlanması ve bir sonraki öğretim yılı için yeni programa yönelik ön hazırlık yapılması** ifade edilmektedir.

A seçeneğinde uygulama aşaması yer almaktadır. Uygulama aşaması, hazırlanan rehberlik programındaki etkinliklerin okul ortamında yürütülmesi ve planlanan çalışmaların gerçekleştirilmesi sürecini ifade eder.

B seçeneğinde planlama aşaması bulunmaktadır. Planlama aşamasında ihtiyaç analizi yapılır, öğrenci, öğretmen ve velilerden bilgi toplanır ve programın temel ihtiyaç alanları belirlenir.

C seçeneğinde tasarlama aşaması yer almaktadır. Tasarlama aşamasında ihtiyaç analizinden elde edilen verilere dayanarak rehberlik programının genel taslağı hazırlanır ve programın yapısı belirlenir.

E seçeneğinde değerlendirme aşaması bulunmaktadır. Değerlendirme aşamasında programın etkililiği hakkında veri toplanır ve sonuçlar analiz edilir.

D seçeneğinde geliştirme aşaması yer almaktadır. Geliştirme aşaması, değerlendirme sonucunda elde edilen bulgulara dayanarak programın **eksik yönlerinin giderilmesi, programın güçlendirilmesi ve bir sonraki dönem için yeni düzenlemelerin yapılması** sürecini ifade eder. Soruda verilen durum doğrudan bu süreci açıklamaktadır.

Cevap: D

1. Rehberlik programlarının etkili olabilmesi için programın **okulda ortaya çıkan yeni ihtiyaç ve koşullara göre güncellenebilmesi ve uyarlanabilmesi** gerekir. Programın değişen durumlara göre yeniden düzenlenebilmesi **esnek ve taşınabilir olma** özelliğiyle ilgilidir. Soruda rehberlik programının yıl başında hazırlanıp uygulanmaya başlandığı, ancak yıl içinde **göçle gelen öğrencilerin artmasına ve uyum problemlerinin yaygınlaşmasına rağmen programda hiçbir güncelleme yapılmadığı** belirtilmektedir. Bu durum programın değişen koşullara uyarlanamadığını göstermektedir.

A seçeneğinde uygulanabilirlik yer almaktadır. Uygulanabilirlik, programın okulun zaman, personel ve fiziksel olanakları açısından gerçekleştirilebilir olmasını ifade eder. Soruda programın uygulanamamasından değil, güncellenmemesinden söz edilmektedir.

B seçeneğinde işlevsellik bulunmaktadır. İşlevsellik, programın öğrencilerin ihtiyaçlarına cevap verebilmesi ile ilgilidir. Soruda vurgulanan durum ise programın yeni koşullara göre uyarlanamamasıdır.

C seçeneğinde değerlendirilebilir olma yer almaktadır. Bu özellik programın etkililiğinin ölçülebilmesi için ölçme araçları ve değerlendirme süreçlerinin bulunmasını ifade eder. Soruda değerlendirme ile ilgili bir durum belirtilmemiştir.

E seçeneğinde sistematiklik bulunmaktadır. Sistematiklik, rehberlik çalışmalarının planlı ve düzenli biçimde yürütülmesini ifade eder. Soruda programın planlı yürütülmemesi değil, değişen koşullara uyarlanamaması anlatılmaktadır.

D seçeneğinde taşınabilir olma ve esneklik yer almaktadır. Bu özellik programın farklı koşullara uyarlanabilmesini ve ihtiyaçlara göre güncellenebilmesini ifade eder. Soruda verilen durum bu özelliğin eksikliğini göstermektedir.

Cevap: D

2. Okullarda yürütülen **önleyici rehberlik hizmetleri**, sorunların ortaya çıkmasını engellemek veya büyümeden kontrol altına almak amacıyla planlanan çalışmaları kapsar. Bu yaklaşımda öğrencilerin **risk faktörlerini azaltmak, koruyucu faktörlerini güçlendirmek ve psikolojik dayanıklılıklarını artırmak** hedeflenir. Ayrıca önleyici rehberlik çalışmaları yalnızca bireysel müdahalelerle sınırlı değildir; **okul, aile ve sosyal çevreyi kapsayan bütüncül bir yaklaşım** benimsenir. Soruda önleyici rehberliğin temel özelliklerinden **hangisinin olmadığı** sorulmaktadır.

A seçeneğinde sorunlar henüz ortaya çıkmadan veya büyümeden müdahale edilmesi yer almaktadır. Bu durum önleyici rehberliğin temel özelliğidir.

C seçeneğinde öğrencinin çevresindeki **risk faktörlerini azaltmaya yönelik çalışmalar yapılması** yer almaktadır. Önleyici rehberlikte risk faktörlerinin azaltılması önemli bir ilkedir.

D seçeneğinde öğrencinin **psikolojik dayanıklılığını ve koruyucu faktörlerini güçlendirmek** yer almaktadır. Bu yaklaşım önleyici rehberliğin temel amaçlarından biridir.

E seçeneğinde okul, aile ve sosyal çevreyi kapsayan **bütüncül (ekolojik) bir yaklaşım** benimsenmesi yer almaktadır. Önleyici rehberlik programları bu tür çok yönlü iş birliğine dayanır.

B seçeneğinde ise çalışmaların **yalnızca belirli bir problem yaşayan öğrencilere yönelik bireysel seanslarla sınırlı olması** ifade edilmektedir. Bu durum önleyici rehberlikten çok **tepkisel ve müdahale odaklı rehberlik anlayışına** aittir.

Cevap: B

3. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programında **bireysel planlama hizmetleri**, öğrencilerin **eğitsel, kişisel-sosyal ve mesleki gelişimlerini planlamalarına yardımcı olan çalışmaları** kapsar. Bu hizmetler kapsamında **bireyi tanıma, bilgi verme, yerleştirme ve izleme** gibi stratejiler kullanılır. Soruda okul yıllık planında **bireysel planlama sütununda yer alması gereken faaliyet** sorulmaktadır.

A seçeneğinde velilere yönelik **"ergenlik dönemi özellikleri"** semineri düzenlenmesi yer almaktadır. Bu tür çalışmalar velilere yönelik bilgilendirme niteliğinde olup genellikle **sistem desteği veya müşavirlik** kapsamında değerlendirilir.

B seçeneğinde risk grubundaki bir öğrenci ile **"öfke kontrolü"** konusunda **psikolojik danışma yapılması** yer almaktadır. Psikolojik danışma çalışmaları belirli bir problem yaşayan öğrencilere yönelik olduğu için **müdahale hizmetleri** kapsamında yer alır.

C seçeneğinde öğrencilerin **ilgi ve yeteneklerini keşfetmeleri için mesleki yönelim envanteri uygulanması ve sonuçlarının paylaşılması** yer almaktadır. Bu tür çalışmalar öğrencinin kendini tanımasına ve eğitim-meslek planlamasına yardımcı olduğu için **bireysel planlama hizmetleri kapsamında yer alan bireyi tanıma stratejisine** örnektir.

D seçeneğinde sınıf rehberlik saatinde **"iletişim becerileri"** etkinliğinin uygulanması yer almaktadır. Bu tür çalışmalar tüm öğrencilere yönelik yürütülen **rehberlik müfredatı** kapsamındaki etkinliklerdir.

E seçeneğinde okul rehberlik hizmetleri yürütme komisyonu toplantısı yer almaktadır. Bu tür çalışmalar programın yürütülmesi ve koordinasyonu ile ilgili olduğu için **sistem desteği** kapsamında değerlendirilir.

Cevap: C

4. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programlarında kazanımlar **öğrencilerin gelişim düzeylerine uygun olarak kademeli ve ardışık bir biçimde planlanır**. Bu yaklaşımda beceriler sınıf düzeylerine göre düzenlenir ve her sınıfta kazandırılan beceriler **bir önceki sınıfta kazanılan becerilerin üzerine inşa edilir**. Böylece program **basitten karmaşığa doğru ilerleyen ardışık bir yapı** gösterir. Soruda da 1. sınıftan 4. sınıfa kadar farklı gelişimsel temaların belirlenmesi ve etkinliklerin **önceki becerilerin üzerine kurulacak şekilde planlanması** bu özelliği göstermektedir.

A seçeneğinde programın **tüm öğrencilere yönelik olması** yer almaktadır. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programları gerçekten tüm öğrencilere yöneliktir; ancak soruda vurgulanan durum sınıf düzeylerine göre kademeli ilerleyen yapı ile ilgilidir.

B seçeneğinde programın **ardışık bir yapıda olması** yer almaktadır. Bu özellik kazanımların sınıf düzeylerine göre basitten karmaşığa doğru planlanması ve önceki öğrenmelerin üzerine inşa edilmesini ifade eder. Soruda verilen durum doğrudan bu özelliği açıklamaktadır.

C seçeneğinde programın **esnek olması** yer almaktadır. Esneklik, programın değişen ihtiyaç ve koşullara göre uyarlanabilmesi ile ilgilidir. Soruda bu durum vurgulanmamıştır.

D seçeneğinde programın **uzmanlık gerektirmesi** yer almaktadır. Bu ifade kapsamlı gelişimsel rehberlik programının temel özelliklerinden biri olarak belirtilmez.

E seçeneğinde programın **psikolojik danışmanın zamanını verimli kullanmasına dayanması** yer almaktadır. Bu ifade programın temel yapısal özellikleriyle doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: B

5. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programlarında öğrencilerin kişisel-sosyal gelişim alanında kazanmaları beklenen yeterlikler arasında **başkalarının duygu ve düşüncelerini doğru yorumlayabilme, empati kurabilme ve kişiler arası ilişkileri sağlıklı biçimde sürdürebilme** yer alır. Soruda Mert'in arkadaşlarının davranışlarını **"Beni istemiyorlar."**, **"Kimse beni sevmiyor."** şeklinde yorumladığı ve okul psikolojik danışmanının çocukların bazen **başkalarının davranışlarını yanlış yorumlayabileceğini** ifade ettiği görülmektedir. Bu açıklama öğrencinin sosyal ilişkilerde **karşısındaki kişinin niyetini doğru anlaması ve kabul etmesi** becerisine vurgu yapmaktadır.

A seçeneğinde karar verebilme yeterliği yer almaktadır. Bu yeterlik öğrencinin alternatifleri değerlendirerek uygun seçimler yapabilmesi ile ilgilidir; soruda bu beceri vurgulanmamaktadır.

B seçeneğinde toplum olgusunu anlama yer almaktadır. Bu yeterlik toplumsal yapı, kurallar ve sosyal rollerle ilgili farkındalık geliştirmeyi ifade eder.

C seçeneğinde kendini tehlikelerden koruma yeterliği bulunmaktadır. Bu alan öğrencinin güvenli davranışlar geliştirmesi ile ilgilidir.

D seçeneğinde başkalarını anlama ve kabul etme yer almaktadır. Bu yeterlik öğrencinin diğer insanların davranışlarını doğru yorumlaması, empati kurması ve kişiler arası ilişkilerde sağlıklı iletişim kurabilmesiyle ilgilidir. Soruda yapılan açıklama doğrudan bu becerinin geliştirilmesine vurgu yapmaktadır.

E seçeneğinde ailenin önemini anlama yer almaktadır. Bu yeterlik aile ilişkileri ve aile içi rollerle ilgilidir.

Cevap: D

6. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programlarının hazırlanma ve yürütülme sürecinde **planlama, tasarlama, uygulama, değerlendirme ve geliştirme** aşamaları yer alır. Program uygulandıktan sonra elde edilen veriler incelenerek bazı etkinliklerin etkili olup olmadığı belirlenir ve programın geleceğine yönelik kararlar alınır. Soruda yıl sonunda yapılan incelemede **bazı etkinliklerin beklenen etkiyi oluşturmadığı, bazılarının ise hedeflere ulaşmada etkili olduğu** belirlenmiş ve buna göre **bazı etkinliklerin programdan çıkarılmasına, bazılarının devam ettirilmesine karar verilmesi** söz konusu olmuştur. Bu süreç programın etkililiğine ilişkin karar verme sürecini ifade eder.

A seçeneğinde değerlendirme aşaması yer almaktadır. Değerlendirme aşamasında programın etkililiği hakkında veri toplanır, sonuçlar analiz edilir ve etkinliklerin hedeflere ulaşp ulaşmadığı belirlenir. Soruda verilen durum doğrudan bu süreci açıklamaktadır.

B seçeneğinde tasarlama aşaması yer almaktadır. Tasarlama aşamasında ihtiyaç analizinden elde edilen verilere dayanarak programın genel taslağı hazırlanır ve kazanımlar belirlenir.

C seçeneğinde planlama aşaması bulunmaktadır. Planlama aşamasında ihtiyaç analizi yapılır, gerekli bilgiler toplanır ve programın amaçları belirlenir.

D seçeneğinde uygulama aşaması yer almaktadır. Uygulama aşamasında hazırlanan rehberlik programındaki etkinlikler okul ortamında yürütülür.

E seçeneğinde geliştirme aşaması yer almaktadır. Geliştirme aşaması değerlendirme sonuçlarına dayanarak programın güçlendirilmesi ve yeni düzenlemelerin yapılmasını ifade eder.

Cevap: A

7. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programında **rehberlik müfredatı**, öğrencilerin gelişimsel ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla planlanan ve genellikle **tüm öğrencilere yönelik yürütülen gelişimsel etkinlikleri** kapsar. Bu etkinlikler yalnızca sınıf içinde yapılan çalışmalarla sınırlı değildir; aynı zamanda **okul genelinde tüm öğrencilerin katılımını hedefleyen okul kapsamı etkinlikleri** de içerebilir. Soruda rehberlik müfredatı kapsamında **okul çapında yürütülen bir etkinlik** sorulmaktadır.

A seçeneğinde riskli davranış gösteren bir öğrencinin **RAM'a sevk edilmesi** yer almaktadır. Sevk işlemi belirli bir öğrencinin yaşadığı probleme yönelik olduğu için **müdahale hizmetleri** kapsamında değerlendirilir.

B seçeneğinde okulun tüm sınıf düzeylerinde **"zorbalıkla baş etme ve güvenli okul" haftası etkinliklerinin uygulanması** yer almaktadır. Bu tür etkinlikler tüm öğrencileri kapsayan gelişimsel çalışmalar olduğu için **rehberlik müfredatı kapsamında okul kapsamı etkinlik** olarak değerlendirilir.

C seçeneğinde üniversite tercih döneminde öğrencilerle **bireysel görüşmeler yapılması** yer almaktadır. Bu tür çalışmalar öğrencilerin eğitim ve kariyer planlamasına yardımcı olduğu için **bireysel planlama** kapsamında yer alır.

D seçeneğinde öğretmenlerle **konsültasyon görüşmeleri yürütülmesi** bulunmaktadır. Bu tür çalışmalar öğretmenlere yönelik danışmanlık desteği olduğu için **müdahale hizmetleri veya sistem desteği** kapsamında değerlendirilir.

E seçeneğinde rehberlik hizmetleri yürütme kurulunun yıl sonu değerlendirme toplantısı yer almaktadır. Bu tür çalışmalar programın yürütülmesi ve koordinasyonu ile ilgili olduğu için **sistem desteği** kapsamında yer alır.

Cevap: B

8. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programında **müdahale hizmetleri**, gelişimsel süreçte aksama yaşayan veya belirli bir sorun yaşayan öğrencilere yönelik yürütülen doğrudan ya da dolaylı yardım süreçlerini kapsar. Bu hizmetler kapsamında öğrencilerin yaşadıkları problemleri azaltmaya yönelik **psikolojik danışma, kriz müdahalesi, konsültasyon ve sevk** gibi çalışmalar yer alır. Soruda okul psikolojik danışmanının **akran zorbalığından doğrudan etkilenen öğrencilerle bireysel görüşmeler yaparak yaşadıkları travmanın etkilerini azaltmaya ve sosyal destek sağlamaya çalıştığı** belirtilmektedir. Bu durum belirli bir problem yaşayan öğrencilere yönelik doğrudan yardım sürecini ifade etmektedir.

A seçeneğinde rehberlik müfredatı yer almaktadır. Rehberlik müfredatı tüm öğrencilere yönelik yürütülen gelişimsel ve önleyici sınıf etkinliklerini kapsar. Soruda ise belirli öğrencilerle yapılan bireysel görüşmeler söz konusudur.

B seçeneğinde bireysel planlama bulunmaktadır. Bireysel planlama öğrencilerin eğitim ve kariyer planlamasına yardımcı olan **bireyi tanıma, bilgi verme, yerleştirme ve izleme** çalışmalarını kapsar. Soruda anlatılan durum kariyer planlama ile ilgili değildir.

C seçeneğinde sistem desteği yer almaktadır. Sistem desteği programın yürütülmesi için yapılan **koordinasyon, toplantı ve iş birliği çalışmaları** ile ilgilidir.

D seçeneğinde müşavirlik hizmetleri bulunmaktadır. Müşavirlik, öğretmen veya velilere öğrenciyle ilgili konularda danışmanlık verilmesini ifade eder. Soruda ise doğrudan öğrenciyle yapılan çalışmalar anlatılmaktadır.

E seçeneğinde müdahale hizmetleri yer almaktadır. Müdahale hizmetleri, belirli bir sorun yaşayan öğrencilere yönelik **bireysel psikolojik danışma ve destek çalışmalarını** kapsar. Soruda verilen durum bu kapsamda değerlendirilmektedir.

Cevap: E

9. Gelişimsel rehberlik anlayışına dayalı okul rehberlik programlarında rehberlik hizmetleri yalnızca sorun yaşayan öğrencilere yönelik değil, **tüm öğrencilerin gelişim dönemlerine uygun biçimde planlanan ve öğrencilerin akademik, kişisel-sosyal ve mesleki gelişimlerini destekleyen bütüncül bir yapı** olarak ele alınır. Bu yaklaşımda rehberlik programı sistemli biçimde yürütülür ve öğrencilerin yaşam becerileri geliştirmeleri hedeflenir. Soruda gelişimsel rehberlik anlayışına dayalı bir programın temel özelliği sorulmaktadır.

A seçeneğinde programın öğrencilerin **akademik, kişisel-sosyal ve mesleki gelişimlerini bütüncül biçimde desteklemesi** yer almaktadır. Bu ifade gelişimsel rehberlik anlayışının temel özelliğini doğrudan yansıtmaktadır.

B seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin **yalnızca bireysel görüşmeler üzerinden yürütülmesi** yer almaktadır. Gelişimsel rehberlik yaklaşımında rehberlik hizmetleri yalnızca bireysel görüşmelerle sınırlı değildir; sınıf etkinlikleri ve okul çapında çalışmalar da yer alır.

C seçeneğinde rehberlik etkinliklerinin **yalnızca disiplin sorunu yaşayan öğrencilerle sınırlandırılması** ifade edilmektedir. Bu durum gelişimsel yaklaşımın değil, geleneksel ve tepkisel rehberlik anlayışının özelliğidir.

D seçeneğinde programın temel amacının **problem davranışları ortadan kaldırmak** olduğu belirtilmektedir. Gelişimsel rehberlik programları yalnızca problem davranışlara odaklanmaz; öğrencilerin gelişimsel becerilerini güçlendirmeyi hedefler.

E seçeneğinde programın yalnızca **rehber öğretmenin görev tanımına indirgenmesi** yer almaktadır. Oysa gelişimsel rehberlik programlarında öğretmenler, yöneticiler ve veliler de sürece dâhil edilir.

Cevap: A

10. Okullarda yürütülen rehberlik hizmetleri Myrick'e göre **gelişimsel, önleyici, krize müdahale edici ve çare bulucu/iyileştirici (tedavi edici)** yaklaşımlar çerçevesinde ele alınabilir. **Tedavi edici rehberlik**, ortaya çıkmış bir sorunun etkilerini azaltmaya ve öğrencinin yeniden uyum sağlamasına yardımcı olmaya yönelik çalışmaları kapsar. Soruda okul psikolojik danışmanının daha çok **disiplin sorunu yaşayan, devamsızlığı artan, yoğun kaygı yaşayan ve aile içi sorunlar nedeniyle akademik başarısı düşen öğrencilerle bireysel görüşmeler yaptığı** ve amacının **mevcut sorunların çözümüne destek olmak** olduğu belirtilmektedir. Bu durum ortaya çıkmış sorunlara yönelik bir yaklaşımı ifade etmektedir.

A seçeneğinde geliştirici rehberlik yer almaktadır. Geliştirici rehberlik, tüm öğrencilerin gelişimsel becerilerini güçlendirmeye yönelik programları ifade eder. Soruda anlatılan durum tüm öğrencilere yönelik gelişimsel çalışmalar değildir.

B seçeneğinde önleyici rehberlik bulunmaktadır. Önleyici rehberlik, sorunlar ortaya çıkmadan önce riskleri azaltmayı ve koruyucu faktörleri güçlendirmeyi amaçlar. Soruda ise mevcut sorunların çözümüne odaklanılmaktadır.

C seçeneğinde tamamlayıcı rehberlik yer almaktadır. Bu yaklaşım öğretim sürecini destekleyici rehberlik çalışmalarını ifade eder. Sorudaki durum bu kapsamda değildir.

D seçeneğinde yöneltici rehberlik bulunmaktadır. Bu yaklaşım öğrencilerin eğitim ve meslek seçimlerine yön verilmesiyle ilgilidir.

E seçeneğinde tedavi edici rehberlik yer almaktadır. Tedavi edici rehberlik, ortaya çıkmış sorunların çözümüne yardımcı olmak ve öğrencinin uyumunu yeniden sağlamaya yönelik bireysel yardım süreçlerini kapsar. Soruda anlatılan çalışmalar doğrudan bu yaklaşımı ifade etmektedir.

Cevap: E

11. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programının **rehberlik müfredatı**, tüm öğrencilere yönelik planlanan ve öğrencilerin **akademik, kişisel-sosyal ve kariyer gelişimlerini destekleyen gelişimsel etkinlikleri** kapsar. Bu etkinliklerde öğrencilerin **kendini tanıma, karar verme, problem çözme, sosyal beceri geliştirme ve kariyer farkındalığı kazanma** gibi beceriler edinmesi hedeflenir. Soruda müfredat içeriğinde **yer alması beklenmeyen** etkinlik sorulmaktadır.

A seçeneğinde öğrencilerin karar verme ve problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik etkinlikler yer almaktadır. Bu tür beceriler kapsamlı rehberlik programının temel gelişim alanlarından biri olduğu için müfredat kapsamında yer alabilir.

C seçeneğinde öğrencilerin kendini tanıma ve öz farkındalık kazanmalarını destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmalar kişisel-sosyal gelişim alanının önemli bir parçasıdır.

D seçeneğinde okula uyum sürecini kolaylaştırmaya yönelik okul ve çevreyi tanıtıcı etkinlikler yer almaktadır. Bu tür çalışmalar özellikle uyum sürecinde tüm öğrencilere yönelik gelişimsel etkinliklerdir ve rehberlik müfredatında yer alabilir.

E seçeneğinde öğrencilerin mesleki ilgi alanlarını keşfetmelerini sağlayacak kariyer farkındalığı çalışmaları bulunmaktadır. Bu tür etkinlikler öğrencilerin mesleki gelişim alanını desteklediği için müfredat kapsamında yer alabilir.

B seçeneğinde öğrencilerin aynı ilgi ve yetenek düzeyine sahip olmalarını sağlamak amacıyla bireysel farklılıkları azaltmaya yönelik düzenlemeler yer almaktadır. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı öğrencilerin bireysel farklılıklarını ortadan kaldırmayı değil, bu farklılıkları tanımayı ve geliştirmeyi amaçlar. Bu nedenle bu tür bir düzenleme rehberlik müfredatında yer alması beklenen bir içerik değildir.

Cevap: B

12. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programında rehberlik hizmetleri **rehberlik müfredatı, bireysel planlama, müdahale hizmetleri ve sistem desteği** olmak üzere dört temel bileşenden oluşur. Bu modelde zaman dağılımı okul kademesine göre değişmekle birlikte temel ilke, programın **önleyici ve gelişimsel yönünün ağırlıkta olması**, müdahale hizmetlerinin ise gerekli durumlarda yürütülen destekleyici çalışmalar olarak yer almasıdır. Soruda gelişimsel rehberlik ilkelerine **uygun olmayan yaklaşım** sorulmaktadır.

A seçeneğinde ilkökul kademesinde zamanın büyük kısmının **rehberlik müfredatına** ayrılması ifade edilmektedir. İlkokulda gelişimsel becerilerin kazandırılması ve tüm öğrencilere ulaşılması hedeflendiği için rehberlik müfredatı çalışmalarının ağırlıklı olması gelişimsel yaklaşımdan uygundur.

B seçeneğinde ortaöğretimde **bireysel planlama hizmetlerinin** payının artırılması yer almaktadır. Lise döneminde öğrencilerin alan seçimi, meslek seçimi ve gelecek planlaması önem kazandığı için bireysel planlama çalışmalarına daha fazla zaman ayrılması gelişimsel rehberlik yaklaşımıyla uyumludur.

C seçeneğinde müdahale hizmetlerine ayrılan **sürenin kriz ve acil durumlara göre esnetilebilmesi** ifade edilmektedir. Müdahale hizmetleri doğası gereği ihtiyaç ortaya çıktığında artırılabilir; bu nedenle bu yaklaşım da uygundur.

E seçeneğinde **sistem desteği etkinliklerinin** doğrudan hizmetlerin kalitesini artıracak şekilde dengeli bir oranda tutulması yer almaktadır. Sistem desteği, programın yürütülmesi ve diğer hizmetlerin desteklenmesi için gerekli olduğundan bu yaklaşım gelişimsel modele uygundur.

D seçeneğinde müdahale hizmetlerinin **okul kademesi ne olursa olsun programın merkezine yerleştirilmesi ve en büyük zaman dilimine ayrılması** ifade edilmektedir. Bu durum gelişimsel rehberlik anlayışına aykırıdır. Çünkü kapsamlı gelişimsel rehberlik programında odak noktası **önleyici ve gelişimsel çalışmalardır**; müdahale hizmetleri programın en büyük bölümünü oluşturmaz.

Cevap: D

13. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programlarında programlar **planlı ve sistemli** olmakla birlikte aynı zamanda **esnek ve güncelenebilir** yapıdadır. Okulda ortaya çıkan yeni ihtiyaçlar, kriz durumları veya öğrencilerin gelişimsel ihtiyaçlarındaki değişimler programda **uyarlamalar yapılmasını** gerektirebilir. Soruda okul çevresinde yaşanan bir olay nedeniyle öğrencilerde **kaygı, devamsızlık ve güvenlik endişesi** artmış; psikolojik danışman da buna uygun olarak programdaki bazı etkinlikleri erteleyip yerine **kriz sonrası destek ve psikoeğitim etkinlikleri eklemeyi** önermiştir. Ancak yönetim planını değiştiremeyeceğini söyleyerek bunu reddetmiştir. Bu durum programın **esnek olması** ilkesine aykırıdır.

A seçeneğinde programın **tüm öğrencilere yönelik olması** ifade edilmektedir. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programları yalnızca problem yaşayan öğrenciler için değil, tüm öğrencilerin gelişimini desteklemek amacıyla hazırlanır. Sorudaki durum bu ilkeyle doğrudan ilgili değildir.

B seçeneğinde programın **esnek olması** yer almaktadır. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programları ortaya çıkan yeni ihtiyaçlara göre güncelenebilir ve gerektiğinde etkinlikler değiştirilebilir. Yönetimin programda hiçbir değişiklik yapılmasını izin vermemesi bu özellikle çelişmektedir.

C seçeneğinde programın **ardışık bir yapıda olması** bulunmaktadır. Ardışıklık, etkinliklerin sınıf düzeylerine göre basitten karmaşığa doğru planlanmasını ifade eder. Soruda anlatılan durum bu ilkeyle doğrudan ilgili değildir.

D seçeneğinde programın **uzmanlık gerektirmesi** yer almaktadır. Rehberlik programlarının hazırlanması ve yürütülmesi psikolojik danışmanın uzmanlığını gerektirir; ancak sorudaki çelişki bu özellikle ilgili değildir.

E seçeneğinde programın **eğitim sisteminin tamamlayıcı parçası olması** ifade edilmektedir. Rehberlik hizmetleri eğitim sürecini destekleyen bir yapıdır; fakat yönetimin yaklaşımı bu ilkeyle doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: B

14. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programı hazırlanırken süreç **planlama, tasarlama, uygulama, değerlendirme ve geliştirme** olmak üzere beş aşamada yürütülür.

Planlama aşaması programın altyapısının oluşturulduğu aşamadır. Bu aşamada **ihtiyaç analizi yapılır**, öğrenciler, öğretmenler ve velilerden veri toplanır, bu veriler analiz edilerek okulun rehberlik ihtiyaçları belirlenir ve genel amaçlar ortaya konur.

Tasarlama aşaması ise planlama aşamasında elde edilen veriler temel alınarak programın **genel taslağının oluşturulduğu** aşamadır. Bu aşamada programın **vizyonu ve misyonu belirlenir, yıllık çalışma takvimi, haftalık çalışma planı, sınıf rehberliği programları, psikoeğitim programları** ve diğer program bileşenlerinin çerçevesi hazırlanır.

Soruda okul psikolojik danışmanının **ihtiyaç analizinden elde edilen veriler doğrultusunda programın vizyon ve misyonunu belirlediği**, ardından **yıllık çalışma takvimi, haftalık plan, sınıf rehberliği etkinlikleri ve psikoeğitim programlarının taslağını oluşturduğu** belirtilmektedir. Bu çalışmalar programın **taslağının oluşturulduğu tasarlama aşamasına** karşılık gelir.

A seçeneğinde yer alan **planlama aşaması**, ihtiyaç analizi ve veri toplama sürecini ifade eder.

B seçeneğinde yer alan **tasarlama aşaması**, programın vizyonu, misyonu ve program bileşenlerinin taslağının oluşturulduğu aşamadır.

C seçeneğinde bulunan **uygulama aşaması**, hazırlanan programın okulda yürütüldüğü aşamadır.

D seçeneğinde yer alan **değerlendirme aşaması**, programın etkililiğinin incelendiği aşamadır.

E seçeneğinde bulunan **geliştirme aşaması** ise değerlendirme sonuçlarına göre programın güçlendirilmesi sürecidir.

Cevap: B

15. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programında **bireysel planlama hizmetleri**, öğrencilerin **kendilerini tanımaları**, **eğitim ve kariyer seçeneklerini değerlendirmeleri**, **uygun tercihler yapmaları ve yaptıkları seçimlerin izlenmesi** gibi süreçleri kapsar. Bu hizmetler genellikle **bireysel ya da küçük grup çalışmaları** şeklinde yürütülür ve öğrencilerin akademik ve mesleki karar süreçlerini desteklemeye yöneliktir. Soruda bireysel planlama kapsamında yıllık plana yazılması **en uygun faaliyet** sorulmaktadır.

A seçeneğinde tüm sınıflarda **akran zorbalığına yönelik farkındalık sunumu** yapılması yer almaktadır. Bu tür çalışmalar tüm öğrencilere yönelik gelişimsel etkinliklerdir ve **rehberlik müfredatı** kapsamında değerlendirilir.

B seçeneğinde 8. sınıf öğrencilerine lise türleri ve yerleştirme sistemi hakkında bilgilendirme yapılması bulunmaktadır. Bu çalışma öğrencilerin **eğitim seçeneklerini değerlendirmelerine ve gelecek eğitim kararlarını planlamalarına yardımcı olduğu için bireysel planlama hizmetleri** kapsamında değerlendirilir.

C seçeneğinde deprem sonrası kaygı yaşayan öğrencilerle **psikolojik destek görüşmeleri** yapılması yer almaktadır. Bu tür çalışmalar ortaya çıkan bir soruna yönelik yardım süreci olduğu için **müdahale hizmetleri** kapsamında değerlendirilir.

D seçeneğinde okul aile birliği toplantısında **rehberlik hizmetlerinin tanıtılması** yer almaktadır. Bu tür çalışmalar **sistem desteği** ve iş birliği faaliyetleri kapsamında değerlendirilir.

E seçeneğinde rehberlik servisi **yıllık çalışma raporunun hazırlanması** bulunmaktadır. Bu faaliyet program yönetimi ve değerlendirme süreçleriyle ilişkilidir ve **sistem desteği** kapsamında yer alır.

Bu nedenle bireysel planlama kapsamında yıllık plana yazılması en uygun faaliyet **B seçeneğinde** yer almaktadır.

Cevap: B

1. Bireysel planlama hizmetleri; öğrencilerin **kendilerini tanımaları, eğitim ve kariyer seçeneklerini değerlendirmeleri, uygun kararlar almaları ve yaptıkları seçimlerin sonuçlarının izlenmesi** gibi süreçleri içerir. Bu kapsamda bireysel planlama stratejileri arasında **bireyi tanıma, bilgi verme, yerleştirme ve izleme** yer almaktadır. Soruda öğrencinin daha önce yaptığı planın **dönem sonunda tekrar değerlendirilmesi ve planın yeniden düzenlenmesi** anlatılmaktadır. Bu durum bireysel planlama sürecinde **izleme** stratejisini ifade eder.

A seçeneğinde yerleştirme bulunmaktadır. Yerleştirme, öğrencinin uygun eğitim programına veya kuruma yönlendirilmesi sürecidir. Soruda anlatılan durum doğrudan bir yerleştirme süreci değildir.

B seçeneğinde bilgi verme yer almaktadır. Bilgi verme, öğrencilere eğitim veya kariyer seçenekleri hakkında bilgi sunmayı ifade eder. Sorudaki durum ise daha çok öğrencinin yaptığı planın değerlendirilmesiyle ilgilidir.

C seçeneğinde bireyi tanıma bulunmaktadır. Bu strateji öğrencinin ilgi, yetenek ve özelliklerini belirlemeye yönelik çalışmaları kapsar. Soruda öğrencinin özelliklerini tanıma değil, yapılan planın sonuçlarını değerlendirme söz konusudur.

D seçeneğinde izleme yer almaktadır. İzleme, öğrencinin yaptığı seçimlerin ve planların sonucunu belirli bir süre sonra tekrar değerlendirerek gerekli düzenlemeleri yapmayı ifade eder. Soruda psikolojik danışmanın Emre ile yeniden görüşüp hedeflere ulaşıp ulaşılmadığını değerlendirmesi ve planı yeniden düzenlemesi bu stratejiye örnektir.

E seçeneğinde müşavirlik (konsültasyon) bulunmaktadır. Bu hizmet öğretmen veya velilere yönelik danışmanlık süreçlerini ifade eder ve bireysel planlama stratejileri arasında yer almaz.

Cevap: D

2. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programı hazırlanırken programın **yapısal unsurları** da belirlenir. Bu yapısal unsurlar arasında programın yürütülmesi için gerekli olan **insan gücü, fiziksel ortam, materyal ve teknolojik donanım gibi kaynakların belirlenmesi** önemli bir yer tutar. Soruda rehberlik biriminin hazırladığı raporda **okulun fiziksel kapasitesi, teknolojik donanım ve personelin uzmanlık alanlarına göre iş bölümü** gibi unsurların yer aldığı belirtilmektedir. Bu tür unsurlar programın **kaynakları** ile ilgilidir.

A seçeneğinde yer alan **müfredat**, tüm öğrencilere yönelik gelişimsel sınıf rehberliği etkinliklerini ve kazanımları kapsar. Soruda anlatılan durum müfredat içeriğiyle ilgili değildir.

B seçeneğinde sistem desteği bulunmaktadır. Sistem desteği; program yönetimi, araştırma-geliştirme, müşavirlik ve kurum içi iş birliği gibi programın yürütülmesini destekleyen etkinlikleri kapsar. Soruda ise daha çok program için gerekli fiziksel ve insan kaynaklarının belirlenmesi söz konusudur.

C seçeneğinde yerleştirme yer almaktadır. Yerleştirme bireysel planlama stratejilerinden biridir ve öğrencilerin uygun eğitim programlarına yönlendirilmesini ifade eder. Sorudaki durumla ilişkili değildir.

D seçeneğinde bireysel planlama bulunmaktadır. Bu hizmet öğrencilerin eğitim ve kariyer planlamasına yardımcı olan çalışmalarla ilgilidir. Sorudaki içerik bu kapsamda değildir.

E seçeneğinde kaynaklar yer almaktadır. Programın yürütülmesi için gerekli **personel, fiziksel ortam, materyal ve teknolojik donanım** gibi unsurlar programın kaynakları içinde tanımlanır. Soruda belirtilen rapor bu unsurları içerdiği için bu bölümle ilişkilidir.

Cevap: E

3. Okullarda yürütülen önleyici rehberlik çalışmalarında **Caplan'ın önleme düzeyleri** dikkate alınır. Buna göre **temel (birincil) önleme** tüm öğrencilere yönelik koruyucu çalışmalar içerirken, **ikincil önleme** risk belirtileri göstermeye başlayan birey veya gruplara **erken müdahale ederek sorunun ilerlemesini ve kronikleşmesini önlemeyi** hedefler. Soruda bazı öğrencilerin **öfke tepkileri ve akran çatışmaları** gibi risk belirtileri gösterdiği, psikolojik danışmanın bu öğrencileri belirleyerek **yapılandırılmış bir grup çalışması** planladığı ifade edilmektedir. Bu durum risk grubuna yönelik **erken müdahale yaklaşımını** göstermektedir.

A seçeneğinde risk belirtileri gösteren gruba erken müdahale ederek sorunun kronikleşmesini önleme yaklaşımı yer almaktadır. Soruda anlatılan yapılandırılmış grup çalışması, risk grubu öğrencilerle yürütülen erken müdahale niteliğindedir ve bu yaklaşımı en iyi açıklayan seçenektir.

B seçeneğinde tüm okul sistemine yönelik koruyucu faktörleri artırarak yaygın önleme sağlama yaklaşımı bulunmaktadır. Bu durum tüm öğrencilere yönelik temel önleme çalışmalarını ifade eder. Soruda ise belirli bir risk grubuna yönelik çalışma vardır.

C seçeneğinde tanı düzeyine ulaşmış bireylerde tedavi sonrası nüks riskini azaltma yaklaşımı yer almaktadır. Bu üçüncül önleme kapsamında değerlendirilir ve soruda böyle bir durum belirtilmemiştir.

D seçeneğinde ağır problem davranışlarda rehabilitasyon sürecini yönetme ifadesi bulunmaktadır. Bu daha ileri düzey müdahale ve tedavi süreçleriyle ilgilidir.

E seçeneğinde kriz sonrası psikolojik ilk yardım sağlama yer almaktadır. Soruda herhangi bir kriz durumu anlatılmamaktadır.

Bu nedenle soruda anlatılan programın mantığı **risk grubuna erken müdahale etmeye dayalı ikincil önleme yaklaşımını** ifade etmektedir.

Cevap: A

4. Önleyici rehberlik yaklaşımlarında **Caplan'ın önleme düzeyleri** temel alınır. Buna göre **temel (birincil) önleme** tüm bireylerde sorunların ortaya çıkmasını önlemeye yöneliktir. **İkincil önleme** risk belirtileri ortaya çıktığında erken müdahale ederek sorunun ilerlemesini engellemeyi hedefler. **Üçüncül önleme** ise artık ortaya çıkmış ve yerleşmiş bir sorunun etkilerini azaltmaya, bireyin yeniden uyum sağlamasına ve sorunun tekrarını önlemeye yönelik çalışmaları kapsar. Soruda öğrencinin **ağır akran zorbalığı yaşadığı, travma sonrası stres belirtileri nedeniyle klinikte değerlendirildiği** ve okula döndüğünde psikolojik danışmanın **uyum sürecini destekleyici ve tetikleyici durumları azaltmaya yönelik çok yönlü destek planladığı** belirtilmektedir. Bu durum yerleşmiş bir sorunun etkilerini azaltmaya yönelik olduğu için üçüncül önleme kapsamındadır.

A seçeneğinde tüm öğrencilere yönelik **yaygın koruyucu program** ifade edilmektedir. Bu durum **temel önleme** kapsamına girer.

B seçeneğinde sorunun **henüz başlamadan önce önlenmesi** yer almaktadır. Bu da **temel önleme** yaklaşımını ifade eder.

C seçeneğinde sorunun **belirti düzeyinde kalması ve risk grubuna erken müdahale edilmesi** söz konusudur. Bu durum **ikincil önleme** ile ilişkilidir.

D seçeneğinde yerleşmiş bir psikolojik sorunun etkilerini azaltmaya ve bireyin yeniden uyum kazanmasına odaklanılması ifade edilmektedir. Bu, üçüncül önlemenin temel özelliğidir ve soruda anlatılan durumla örtüşmektedir.

E seçeneğinde öğrencilerin **teknoloji okuryazarlığını artırma** gibi genel bir eğitim hedefi yer almaktadır ve önleme düzeyleriyle doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: D

5. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programı hazırlanırken süreç **planlama, tasarlama, uygulama, değerlendirme ve geliştirme** aşamalarından oluşur. Programın taslağı hazırlandıktan sonra etkinliklerin **tarihlere göre duyurulması**, öğretmenler, yöneticiler ve velilerle **toplantılar yapılarak iş birliği sağlanması** programın uygulanmaya başlanmasıyla ilgili çalışmalardır. Bu nedenle soruda anlatılan süreç **uygulama aşamasının** bir parçasıdır.

A seçeneğinde tasarlama aşaması yer almaktadır. Bu aşamada programın genel taslağı hazırlanır, vizyon-misyon belirlenir ve program bileşenleri planlanır. Soruda ise taslak hazırlandıktan sonraki süreç anlatılmaktadır.

B seçeneğinde planlama aşaması bulunmaktadır. Bu aşamada ihtiyaç analizi yapılır, veriler toplanır ve programın genel amaçları belirlenir. Sorudaki durum bu aşamaya ait değildir.

C seçeneğinde uygulama aşaması yer almaktadır. Bu aşamada program taslağı hazırlandıktan sonra etkinlikler **takvime göre duyurulur**, paydaşlarla toplantılar yapılır ve programın uygulanması için iş birliği sağlanır. Soruda anlatılan süreç bu aşamayı ifade etmektedir.

D seçeneğinde değerlendirme aşaması bulunmaktadır. Bu aşamada programın etkililiği incelenir ve sonuçlar analiz edilir. Sorudaki süreç değerlendirme ile ilgili değildir.

E seçeneğinde geliştirme aşaması yer almaktadır. Bu aşama değerlendirme sonuçlarına göre programın güçlendirilmesini kapsar. Soruda böyle bir durum yoktur.

Cevap: C

6. Okullarda yürütülen **önleyici rehberlik programları**, öğrencilerin risk düzeyine göre farklı stratejiler gerektirir. **Temel önleme** tüm öğrencilere yönelik genel farkındalık çalışmaları içerirken, **ikincil önleme** risk grubunda bulunan öğrencilere yönelik **hedefe yönelik müdahaleler** yapılmasını gerektirir. Soruda yapılan risk tarama testleri sonucunda bazı **10. sınıf öğrencilerinin madde bağımlılığı açısından yüksek risk taşıdığı ve bazı maddeleri denemeye başladıkları** belirtilmektedir. Bu durumda risk grubuna yönelik **özel ve yoğun müdahaleler** planlanması gerekirken, okul rehberlik servisi yalnızca **tüm okula yönelik genel bir seminer** düzenlemiştir. Bu nedenle risk grubundaki öğrencilerin davranışlarında değişim görülmemiştir.

A seçeneğinde programın sadece **okul psikolojik danışmanı tarafından yürütülmesi** ifade edilmektedir. Programlarda iş birliği önemli olmakla birlikte soruda başarısızlığın temel nedeni bu durum değildir.

B seçeneğinde çalışmaların **tek seferlik etkinlikle sınırlı kalması** belirtilmektedir. Bu durum programların etkililiğini azaltabilir; ancak soruda özellikle risk grubuna yönelik yanlış strateji kullanımı vurgulanmaktadır.

C seçeneğinde risk grubuna özel müdahaleler yerine tüm okula yönelik genel önleyici faaliyetlere odaklanılması ifade edilmektedir. Risk altında olduğu belirlenen öğrenciler için ikincil önleme kapsamında **hedefe yönelik çalışmalar yapılması** gerekirken yalnızca genel seminer uygulanması programın başarısız olmasının temel nedenidir.

D seçeneğinde velilerin sürece dahil edilmemesi yer almaktadır. Bu durum programın etkililiğini azaltabilir; ancak sorudaki temel problem bu değildir.

E seçeneğinde programın **uygulama zamanının akademik takvimle örtüşmemesi** ifade edilmektedir. Soruda böyle bir bilgi verilmemiştir.

Bu nedenle programın başarısız olmasının temel nedeni **risk grubuna özel müdahaleler yerine genel önleyici faaliyetlere odaklanılmasıdır**.

Cevap: C

7. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı dört temel bileşenden oluşur: **rehberlik müfredatı, bireysel planlama, müdahale hizmetleri ve sistem desteği**. **Sistem desteği**, rehberlik programının oluşturulması, yürütülmesi ve geliştirilmesini sağlayan **program yönetimi, araştırma-geliştirme, müşavirlik, mesleki gelişim ve kurumsal iş birliği** gibi faaliyetleri kapsar. Soruda sistem desteği kapsamında **değerlendirilemeyecek** faaliyet sorulmaktadır.

A seçeneğinde rehberlik programının etkililiğini belirlemek için yapılan **değerlendirme ve araştırma çalışmaları** yer almaktadır. Bu tür çalışmalar programın geliştirilmesine hizmet ettiği için **sistem desteği** kapsamında değerlendirilir.

B seçeneğinde rehberlik servisinin **yıllık çalışma planının hazırlanması ve güncellenmesi** bulunmaktadır. Programın planlanması ve yönetimi sistem desteği faaliyetleri içinde yer alır.

C seçeneğinde rehber öğretmenlerin **öğretmen ve yöneticilere yönelik yaptığı müşavirlik (konsültasyon)** çalışmaları yer almaktadır. Müşavirlik, programın etkili yürütülmesini destekleyen bir faaliyet olduğu için **sistem desteği** kapsamında değerlendirilir.

D seçeneğinde öğrencilerin ilgi ve yeteneklerini keşfetmelerine yardımcı olmak amacıyla yapılan **bireysel planlama görüşmeleri** bulunmaktadır. Bu tür çalışmalar öğrencilerin eğitim ve kariyer planlarını destekleyen **bireysel planlama hizmetleri** kapsamında yer alır; sistem desteği kapsamında değildir.

E seçeneğinde rehberlik hizmetlerinde kullanılacak **ölçme araçları ve materyallerin geliştirilmesi** yer almaktadır. Bu tür araştırma-geliştirme faaliyetleri sistem desteği kapsamındadır.

Bu nedenle sistem desteği kapsamında değerlendirilemeyen faaliyet **D seçeneğinde** yer almaktadır.

Cevap: D

8. Sınıf rehberlik programı hazırlanırken kazanımlar belirlenirken çeşitli kaynaklar dikkate alınır. Bu süreçte öğrencilerin **gelişim dönemlerine özgü ihtiyaçları, milli eğitimin genel amaç ve ilkeleri**, programın hedeflediği **kişisel-sosyal, eğitsel ve mesleki gelişim alanları** ile toplumun değişen **sosyo-ekonomik beklentileri** önemli belirleyicilerdir. Amaç, bireysel gelişim ihtiyaçları ile toplumsal beklentiler arasında denge kurarak öğrencilerin çok yönlü gelişimini destekleyen kazanımlar oluşturmaktır. Soruda bu kazanımların belirlenmesinde **temel oluşturmayan unsur** sorulmaktadır.

A seçeneğinde öğrencilerin **gelişim dönemine özgü ihtiyaçları** yer almaktadır. Sınıf rehberliği etkinlikleri gelişimsel rehberlik anlayışına dayanır ve öğrencilerin gelişimsel ihtiyaçları programın temel belirleyicilerindendir.

C seçeneğinde Milli Eğitimin genel amaçları ve temel ilkeleri bulunmaktadır. Rehberlik programları eğitim sisteminin amaçlarıyla uyumlu olmak zorundadır.

D seçeneğinde programın odaklandığı **kişisel, eğitsel ve mesleki gelişim alanları** yer almaktadır. Rehberlik kazanımları bu üç temel gelişim alanına göre yapılandırılır.

E seçeneğinde toplumun değişen **sosyo-ekonomik yapısı ve beklentileri** bulunmaktadır. Rehberlik programlarının hazırlanmasında toplumsal ihtiyaçlar ve çevresel koşullar da dikkate alınır.

B seçeneğinde ise **branş öğretmenlerinin bireysel ders başarı hedefleri** yer almaktadır. Bu hedefler akademik ders programlarıyla ilgilidir; sınıf rehberlik programının kazanımlarını belirleyen temel unsurlar arasında yer almaz.

Cevap: B

9. Okullarda yürütülen önleyici rehberlik çalışmalarında **Caplan'ın önleme düzeyleri** dikkate alınır. Buna göre **temel (birincil) önleme** tüm öğrencilere yönelik koruyucu çalışmalar içerir. **İkincil önleme** risk belirtileri gösteren birey veya gruplara erken müdahale ederek sorunun ilerlemesini engellemeyi amaçlar. **Üçüncül önleme** ise ortaya çıkmış ve yerleşmiş bir sorunun etkilerini azaltmaya, bireyin yeniden uyum sağlamasına ve sorunun tekrarını önlemeye yönelik çalışmaları kapsar. Soruda öğrencinin **madde kullanımı nedeniyle disiplin süreci yaşadığı ve okuldan uzaklaştırma cezası aldığı**, yani sorunun zaten ortaya çıkmış olduğu belirtilmektedir. Psikolojik danışmanın planladığı **bireysel görüşmeler, aile ile iş birliği ve sağlık kurumlarıyla koordineli izleme çalışmaları** ise sorunun tekrarını önlemeye ve öğrencinin uyumunu yeniden sağlamaya yöneliktir.

A seçeneğinde temel önleme yer almaktadır. Bu düzey tüm öğrencilere yönelik genel koruyucu çalışmaları kapsar. Sorudaki durum buna uygun değildir.

B seçeneğinde ikincil önleme bulunmaktadır. Bu yaklaşım risk belirtileri ortaya çıktığında erken müdahale etmeyi ifade eder. Soruda ise sorun zaten gerçekleşmiş durumdadır.

C seçeneğinde kriz önleme ifadesi yer almaktadır. Soruda bir kriz durumuna yönelik acil müdahale anlatılmamaktadır.

D seçeneğinde üçüncül önleme bulunmaktadır. Üçüncül önleme, ortaya çıkmış bir sorunun etkilerini azaltmaya ve bireyin yeniden uyum kazanmasına yönelik çalışmaları kapsar. Soruda anlatılan müdahale planı bu duruma karşılık gelmektedir.

E seçeneğinde yalnızca yöneltme ve bilgilendirme hizmeti yer almaktadır. Soruda ise çok yönlü bir müdahale ve izleme süreci anlatılmaktadır.

Cevap: D

10. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programı hazırlanırken süreç **planlama, tasarlama, uygulama, değerlendirme ve geliştirme** aşamalarından oluşur. **Uygulama aşamasında** hazırlanan programın okulda yürütülmesi, etkinliklerin zamanında yapılmasının sağlanması ve uygulamaların düzenli biçimde **izlenmesi ve kontrol edilmesi** yer alır. Soruda okulda planlanan rehberlik etkinliklerinin **zamanında yapılıp yapılmadığının düzenli olarak kontrol edildiği**, bu sürecin **okul müdürü ve müdür yardımcıları tarafından takip edildiği** ve aksayan durumlarda **yönetimsel düzenlemeler yapıldığı** belirtilmektedir. Bu durum programın uygulanmasının izlenmesiyle ilgilidir.

A seçeneğinde uygulama aşaması yer almaktadır. Bu aşamada rehberlik programı yürütülür ve etkinliklerin planlandığı şekilde uygulanıp uygulanmadığı izlenir. Soruda anlatılan durum bu aşamaya örnektir.

B seçeneğinde değerlendirme aşaması bulunmaktadır. Değerlendirme aşamasında programın etkililiği ve hedeflere ulaşip ulaşmadığı analiz edilir. Soruda ise uygulamanın kontrol edilmesi anlatılmaktadır.

C seçeneğinde tasarlama aşaması yer almaktadır. Bu aşamada programın taslağı hazırlanır ve program bileşenleri belirlenir. Sorudaki durum tasarlama ile ilgili değildir.

D seçeneğinde planlama aşaması bulunmaktadır. Bu aşamada ihtiyaç analizi yapılır ve programın amaçları belirlenir. Soruda böyle bir süreç yoktur.

E seçeneğinde geliştirme aşaması yer almaktadır. Bu aşama değerlendirme sonuçlarına göre programın güçlendirilmesi sürecini ifade eder. Soruda anlatılan durum bu aşamaya ait değildir.

Cevap: A

11. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programının temel özelliklerinden biri, rehberlik hizmetlerinin **yalnızca sorun yaşayan öğrencilerle sınırlı olmaması**, tüm öğrencilerin gelişimini destekleyecek şekilde **tüm öğrencilere yönelik planlanmasıdır**. Soruda okul psikolojik danışmanın hazırladığı programın **sınıf rehberliği etkinlikleri, grup çalışmaları, veli seminerleri ve okul çapında önleyici uygulamaları** içerecek şekilde planlandığı belirtilmektedir. Ancak yönetim, disiplin olayları nedeniyle rehberlik çalışmalarını yalnızca **sorun çıkaran öğrencilerle görüşme yapılmasına** indirgemıştır. Bu durum programın tüm öğrencilere ulaşma özelliğini ortadan kaldırmaktadır.

A seçeneğinde programın **tüm öğrencilere yönelik olması** yer almaktadır. Kapsamlı gelişimsel rehberlik anlayışında rehberlik hizmetleri yalnızca riskli ya da problem yaşayan öğrencilere değil, **tüm öğrencilere yönelik olarak planlanır**. Soruda yapılan uygulama bu ilkeyi zayıflatmaktadır.

B seçeneğinde programın **uzmanlık gerektirmesi** ifade edilmektedir. Rehberlik programlarının hazırlanması ve yürütülmesi psikolojik danışmanlık uzmanlığı gerektirir; ancak soruda anlatılan durum bu özellikle doğrudan ilgili değildir.

C seçeneğinde programın **esnek olması** yer almaktadır. Programların ihtiyaçlara göre güncellenbilmesi esneklikle ilgilidir. Soruda ise programın yalnızca belirli öğrencilerle sınırlandırılması söz konusudur.

D seçeneğinde programın **ardışık bir yapıda olması** bulunmaktadır. Bu özellik, kazanımların sınıf düzeylerine göre basitten karmaşığa doğru sıralanmasını ifade eder. Soruda anlatılan durum bu ilkeyle doğrudan ilişkili değildir.

E seçeneğinde programın **eğitim sisteminin tamamlayıcı bir parçası olması** yer almaktadır. Rehberlik hizmetleri eğitim sürecini destekleyen bir yapıdır; ancak sorudaki problem bu özellikle ilgili değildir.

Cevap: A

12. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programı, ulusal düzeyde belirlenen kazanımlara dayansa da uygulandığı okulun **öğrenci özellikleri, sosyo-ekonomik yapısı, çevresel koşulları ve ihtiyaçları** doğrultusunda **esnek ve dinamik** biçimde uyarlanmalıdır. Bu anlayışta program **yerel ihtiyaçlara göre uyarlanabilir, değerlendirilebilir ve geliştirilebilir** bir yapıdadır. Soruda gelişimsel rehberlik anlayışıyla **çelişen ifade** sorulmaktadır.

A seçeneğinde okulun **çevresel koşulları ve imkânları dikkate alınarak yöntemsel değişiklik yapılabilmesi** ifade edilmektedir. Gelişimsel rehberlik programları yerel koşullara uyarlanabildiği için bu yaklaşım uygundur.

B seçeneğinde programdaki **kazanımların sırasının öğrencilerin gelişimsel önceliklerine göre yeniden düzenlenebileceği** belirtilmektedir. Programın esnek ve öğrenci ihtiyaçlarına duyarlı olması gelişimsel yaklaşımın temel özelliklerindendir.

D seçeneğinde uygulama sonrası elde edilen **verilere göre programın güncellenmesi** ifade edilmektedir. Programların değerlendirme sonuçlarına göre geliştirilmesi gelişimsel rehberlik anlayışıyla uyumludur.

E seçeneğinde sınıf rehber öğretmenlerinin **psikolojik danışmanla iş birliği yaparak etkinlikleri sınıfın özelliklerine göre uyarlaması** yer almaktadır. Bu da gelişimsel rehberlik programlarının esnek ve iş birliğine dayalı yapısıyla uyumludur.

C seçeneğinde ise **standart bir rehberlik programının bölge farkı gözetilmeksizin tüm okullarda birebir aynı materyallerle uygulanmasının zorunlu olduğu** ifade edilmektedir. Bu yaklaşım programın yerel ihtiyaçlara göre uyarlanabilmesi ilkesine aykırıdır ve gelişimsel rehberlik anlayışıyla çelişir.

Cevap: C

13. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programı **planlama, tasarlama, uygulama, değerlendirme ve geliştirme** aşamalarından oluşur. **Değerlendirme aşamasında** programın hedeflenen kazanımlara ulaşp ulaşmadığı incelenir, öğrenciler üzerindeki etkisi analiz edilir ve öğretmen, öğrenci ve velilerden alınan geri bildirimlerle programın etkililiği belirlenir. Soruda da **öğrencilerin hedeflenen kazanımlara ulaşp ulaşmadığının incelenmesi**, ayrıca **öğretmen, veli ve öğrencilerin memnuniyet düzeylerinin belirlenmesi** gibi çalışmalar anlatılmaktadır. Bu tür çalışmalar programın etkililiğini belirlemeye yönelik olduğundan **değerlendirme aşamasına** karşılık gelir.

A seçeneğinde planlama aşaması yer almaktadır. Bu aşamada ihtiyaç analizi yapılır ve programın genel amaçları belirlenir. Soruda böyle bir süreç anlatılmamaktadır.

B seçeneğinde uygulama aşaması bulunmaktadır. Bu aşamada hazırlanan programın etkinlikleri yürütülür. Soruda ise uygulamanın değil, sonuçların incelenmesi anlatılmaktadır.

C seçeneğinde değerlendirme aşaması yer almaktadır. Bu aşamada programın hedeflere ulaşp ulaşmadığı ve paydaşların memnuniyet düzeyi analiz edilir. Sorudaki çalışmalar bu aşamaya örnektir.

D seçeneğinde tasarlama aşaması bulunmaktadır. Bu aşamada programın taslağı ve bileşenleri oluşturulur. Sorudaki durum bu aşamayla ilgili değildir.

E seçeneğinde geliştirme aşaması yer almaktadır. Bu aşama değerlendirme sonuçlarına göre programın güçlendirilmesini ifade eder. Soruda ise henüz değerlendirme süreci anlatılmaktadır.

Cevap: C

14. Kapsamlı gelişimsel rehberlik yaklaşımında rehberlik hizmetleri **yalnızca sorun yaşayan öğrencilerle sınırlı değildir**; tüm öğrencilerin **akademik, kişisel-sosyal ve kariyer gelişimlerini destekleyen**, planlı ve sistemli bir program çerçevesinde yürütülür. Bu yaklaşımda rehberlik çalışmaları **önleyici ve gelişimsel** niteliktedir, okulun eğitim süreciyle bütünleşir ve paydaş iş birliğine dayanır. Soruda Selin Hanım'ın benimsediği gelişimsel rehberlik anlayışıyla **en az uyumlu olan yaklaşım** sorulmaktadır.

A seçeneğinde rehberlik etkinliklerinin öğrencilerin **yaş ve gelişim düzeylerine göre sistemli biçimde planlanması** yer almaktadır. Bu durum gelişimsel rehberliğin temel özelliklerinden biridir.

B seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin **öğretim programını destekleyici ve tamamlayıcı bir yapı içinde yürütülmesi** ifade edilmektedir. Gelişimsel rehberlik anlayışında rehberlik hizmetleri eğitim süreciyle bütünleşik yürütülür.

C seçeneğinde rehberlik faaliyetlerinin **süreç ve sonuç değerlendirmesiyle izlenmesi ve programın güncellenmesi** bulunmaktadır. Programın değerlendirilmesi ve geliştirilmesi kapsamlı rehberlik programlarının önemli bir özelliğidir.

D seçeneğinde rehberlik çalışmalarında **öğrenci ihtiyaçlarını dikkate alarak okulun tüm paydaşlarıyla iş birliği yapılması** yer almaktadır. Gelişimsel rehberlik programları öğretmen, yönetici ve velilerle iş birliğine dayanır.

E seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin merkezine **yalnızca kriz durumlarının yerleştirilmesi ve programın temel amacının kriz müdahalesi olarak belirlenmesi** ifade edilmektedir. Bu yaklaşım geleneksel ve tepkisel rehberlik anlayışına aittir ve gelişimsel rehberlik yaklaşımıyla uyumlu değildir.

Cevap: E

15. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programında öğrencilerin gelişimini destekleyen **temel müdahale alanları** arasında **sınıf rehberliği çalışmaları, psikolojik danışma hizmetleri, konsültasyon (müşavirlik) ve akran destek programları** yer alır. Bu çalışmalar öğrencilerin kişisel-sosyal gelişimlerini desteklemeyi, sorun yaşayan öğrencilere yardım etmeyi ve okul sisteminde iş birliğini güçlendirmeyi amaçlar. Burada bu müdahale alanları arasında **yer almayan** seçenek sorulmaktadır.

A seçeneğinde mesleki rehberlik hizmetleri yer almaktadır. Mesleki rehberlik öğrencilerin kariyer gelişimini destekleyen önemli bir hizmet alanı olmakla birlikte, kapsamlı rehberlik programında "ana müdahale alanları" arasında değil, **gelişim alanlarından biri** olarak ele alınır.

B seçeneğinde sınıf rehberliği çalışmaları bulunmaktadır. Bu çalışmalar rehberlik müfredatı kapsamında tüm öğrencilere yönelik gelişimsel etkinlikler içerir ve programın temel uygulama alanlarından biridir.

C seçeneğinde psikolojik danışma hizmetleri yer almaktadır. Bireysel ya da grupta yürütülen psikolojik danışma çalışmaları müdahale hizmetlerinin temel bileşenlerinden biridir.

D seçeneğinde konsültasyon (müşavirlik) uygulamaları bulunmaktadır. Bu uygulamalar öğretmen ve velilerle iş birliği içinde yürütülen danışma süreçlerini ifade eder ve programın önemli müdahale alanlarından biridir.

E seçeneğinde akran destek programları yer almaktadır. Akran yardımcılığı ya da akran destek çalışmaları da kapsamlı rehberlik programlarında kullanılan önemli müdahale yaklaşımlarından biridir.

Bu nedenle programın **ana müdahale alanları** arasında yer almayan seçenek **A seçeneğinde** bulunmaktadır.

Cevap: A

1. Gelişimsel rehberlik programlarında belirlenen yeterlik alanları öğrencilerin **akademik, kişisel-sosyal ve kariyer gelişimlerini** destekleyen kazanımlardan oluşur. Bu kazanımlar hazırlanırken bireyin **topluma uyum sağlayabilmesi** ile **kendi özgün kimliğini geliştirebilmesi** arasında bir denge kurulması hedeflenir. Bu nedenle kapsamlı gelişimsel rehberlik programları bireyleri **pasif biçimde toplumsal kalıplara uyan kişiler hâline getirmeyi değil**, eleştirel düşünebilen ve kendi kararlarını verebilen bireyler yetiştirmeyi amaçlar. Soruda bu anlayışla **uyuşmayan kazanım** sorulmaktadır.

A seçeneğinde sosyal sorumluluk bilinci geliştirme yer almaktadır. Bu kazanım bireyin toplumsal duyarlılığını artırdığı için gelişimsel rehberlik programlarıyla uyumludur.

B seçeneğinde mesleki etik değerleri benimseme bulunmaktadır. Bu kazanım bireyin kariyer gelişimi ve toplumsal sorumluluk bilinciyle ilişkilidir ve programın hedefleriyle uyumludur.

C seçeneğinde akademik öz-yeterlik algısını güçlendirme yer almaktadır. Bu kazanım öğrencinin akademik gelişimini destekleyen önemli bir yeterliktir.

D seçeneğinde bireyler arası farklılıklara saygı gösterme bulunmaktadır. Bu kazanım demokratik ve kapsayıcı bir toplum anlayışıyla uyumludur.

E seçeneğinde toplumsal normlara eleştirisiz uyum sağlama yer almaktadır. Gelişimsel rehberlik programları bireylerin eleştirel düşünme ve kendi kimliğini geliştirme becerilerini destekler; bireyin toplumsal normlara **sorgulamadan uyum sağlamasını** hedeflemez. Bu nedenle bu kazanım programın doğasına aykırıdır.

Cevap: E

2. Önleyici rehberlik çalışmalarında **Caplan'ın önleme düzeyleri** temel alınır. Buna göre **temel (birincil) önleme** tüm öğrencilere yönelik genel koruyucu çalışmaları kapsar. **İkincil önleme** ise sorun henüz ağırlaşmadan, **risk belirtileri gösteren birey veya gruplara erken müdahale ederek** sorunun ilerlemesini ve kronikleşmesini engellemeyi amaçlar. **Üçüncül önleme** ise ortaya çıkmış ve yerleşmiş sorunların etkilerini azaltmaya ve uyumu yeniden sağlamaya yöneliktir. Soruda bazı öğrencilerin **dikkat dağınıklığı, ödev yapmama ve sosyal dışlanma belirtileri gösterdiği**, ancak durumun henüz ciddi bir disiplin sorununa dönüşmediği belirtilmektedir. Psikolojik danışmanın bu öğrenciler için **dikkat geliştirme ve sosyal uyum etkinliklerinden oluşan bir destek programı planlaması**, risk grubuna erken müdahale anlamına gelir.

A seçeneğinde müdahalenin yalnızca **akademik başarıyı artırmaya odaklanması** ifade edilmektedir. Soruda böyle bir sınırlama bulunmamaktadır.

B seçeneğinde müdahalenin **tüm öğrencilere yönelik genel bilgilendirme** içermesi yer almaktadır. Bu durum **temel önleme** yaklaşımını ifade eder.

C seçeneğinde sorun belirtileri gösteren risk grubuna erken dönemde yapılandırılmış destek sağlanması bulunmaktadır. Bu durum ikincil önlemenin temel özelliğidir ve soruda anlatılan müdahaleyi en iyi açıklayan seçenektir.

D seçeneğinde sorunun **kronikleşmiş bireylerde rehabilitasyon amacı taşıması** yer almaktadır. Bu yaklaşım **üçüncül önleme** ile ilişkilidir.

E seçeneğinde **kriz sonrası travmatik yaşantının etkilerini azaltma** ifade edilmektedir. Bu da kriz müdahalesi veya üçüncül önleme kapsamındadır.

Bu nedenle müdahalenin ikincil önleme olarak değerlendirilmesinin temel gerekçesi **risk grubuna erken dönemde destek sağlanmasıdır**.

Cevap: C

3. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programı hazırlanırken süreç **planlama, tasarlama, uygulama, değerlendirme ve geliştirme** aşamalarından oluşur. **Planlama aşaması**, programın altyapısının oluşturulduğu ve **ihtiyaç analizinin yapıldığı** aşamadır. Bu aşamada okulun rehberlik ihtiyaçlarını belirlemek amacıyla **öğrencilerden, öğretmenlerden, velilerden ve ilgili kurumlardan veri toplanır**, tarama çalışmaları yapılır ve elde edilen bilgiler analiz edilerek rehberlik öncelikleri belirlenir. Soruda okul psikolojik danışmanının **RAM ile görüşmesi, öğretmenlerden anket yoluyla veri toplaması ve okul genelinde tarama çalışmaları yapması** bu ihtiyaç analizi sürecini ifade etmektedir.

A seçeneğinde planlama aşaması yer almaktadır. Bu aşamada ihtiyaç analizi yapılır ve programın öncelikleri belirlenir. Soruda anlatılan çalışmalar bu aşamaya karşılık gelmektedir.

B seçeneğinde uygulama aşaması bulunmaktadır. Bu aşamada hazırlanan rehberlik programı yürütülür ve etkinlikler gerçekleştirilir. Soruda henüz programın uygulanması söz konusu değildir.

C seçeneğinde tasarlama aşaması yer almaktadır. Bu aşamada planlama sürecinde elde edilen verilere dayanarak programın taslağı hazırlanır. Soruda ise veri toplama süreci anlatılmaktadır.

D seçeneğinde geliştirme aşaması bulunmaktadır. Bu aşama değerlendirme sonuçlarına göre programın güçlendirilmesini ifade eder.

E seçeneğinde değerlendirme aşaması yer almaktadır. Bu aşamada programın etkililiği incelenir. Soruda böyle bir süreç anlatılmamaktadır.

4. Okullarda yürütülen **bağımlılığı önleme programlarında** temel amaç, öğrencilerde **koruyucu faktörleri güçlendirmek, risk faktörlerini azaltmak ve merak uyandırabilecek ya da özendirici olabilecek içeriklerden kaçınmaktır**. Bu nedenle önleme programlarında maddelerin ayrıntılı tanıtımı, kullanım biçimlerinin anlatılması gibi yaklaşımlar önerilmez; bunun yerine **reddetme becerileri, sağlıklı yaşam alışkanlıkları ve sosyal farkındalık** geliştirmeye yönelik etkinlikler tercih edilir. Soruda önleme ilkeleri açısından **uygun olmayan yaklaşım** sorulmaktadır.

I. ifadede kullanılan maddelerin isimlerinin, içeriklerinin, kullanım biçimlerinin ve vücutta yarattığı etkilerin ayrıntılı biçimde tanıtılması yer almaktadır. Önleme programlarında bu tür ayrıntılı anlatımlar öğrencilerde **merak uyandırma veya özendirme riski** oluşturabileceği için uygun bir yaklaşım değildir.

II. ifadede öğrencilere **akran baskısına karşı reddetme becerileri kazandırmaya yönelik rol oynama etkinlikleri** yapılması yer almaktadır. Bu tür çalışmalar önleyici programların temel yöntemlerinden biridir ve uygun bir yaklaşımdır.

III. ifadede madde kullanımının **birey, aile ve toplum üzerindeki sosyo-ekonomik zararları hakkında farkındalık oluşturulması** bulunmaktadır. Bu tür farkındalık çalışmaları önleyici programlarla uyumludur.

IV. ifadede öğrencilerin **boş zamanlarını sağlıklı biçimde değerlendirmeleri ve sağlıklı yaşam alışkanlıkları geliştirmeleri** desteklenmektedir. Bu da koruyucu faktörleri güçlendiren uygun bir önleme yaklaşımıdır.

Bu nedenle önleme ilkeleri açısından uygun olmayan yöntem **yalnızca I. ifadede** yer almaktadır.

Cevap: A

Cevap: A

5. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programında çalışmalar **rehberlik müfredatı, bireysel planlama, müdahale hizmetleri ve sistem desteği** başlıkları altında yürütülür. **Müdahale hizmetleri**, öğrencilerin yaşadığı bireysel sorunlara doğrudan yardım etmeyi amaçlayan çalışmaları kapsar. Bu hizmetler içinde **psikolojik danışma, krize müdahale, konsültasyon ve sevk (yönlendirme)** yer alır. Soruda psikolojik danışmanın öğrencinin yaşadığı sorunun okulda yürütülecek çalışmaların ötesinde olduğunu değerlendirerek **aileyi ilgili sağlık kuruluşuna yönlendirmesi ve resmi sevk sürecini başlatması** anlatılmaktadır. Bu durum müdahale hizmetleri kapsamında değerlendirilir.

A seçeneğinde sistem desteği yer almaktadır. Sistem desteği programın yönetimi, araştırma-geliştirme ve kurum içi iş birliği gibi faaliyetleri kapsar. Soruda anlatılan bireysel yönlendirme süreci bu kapsamda değildir.

B seçeneğinde rehberlik müfredatı bulunmaktadır. Bu başlık tüm öğrencilere yönelik sınıf rehberliği etkinliklerini ve gelişimsel çalışmaları içerir. Sorudaki durum bireysel bir müdahaledir.

C seçeneğinde müdahale hizmetleri yer almaktadır. Müdahale hizmetleri içinde öğrenciyi uygun kurumlara **sevk etme (yönlendirme)** çalışmaları bulunur. Soruda anlatılan faaliyet bu kapsamdadır.

D seçeneğinde bireysel planlama bulunmaktadır. Bu hizmet öğrencilerin eğitim ve kariyer planlamasına yardımcı olmayı içerir. Sorudaki durum bununla ilgili değildir.

E seçeneğinde eğitsel ve mesleki gelişim çalışmaları yer almaktadır. Bu çalışmalar öğrencilerin akademik ve kariyer gelişimiyle ilgilidir. Sorudaki durum psikolojik bir sorunla ilgili müdahaledir.

Cevap: C

6. Rehberlik ve psikolojik danışma programlarında **"Açıklama"** bölümü, programın **felsefi temellerini, dayandığı kuramsal yaklaşımı, okulun eğitim vizyonu ile ilişkisini ve hizmetlerin genel çerçevesini** ortaya koyan bölümdür. Bu bölüm programın **neden var olduğunu ve hangi anlayışa dayandığını** açıklar; ancak uygulamaya ilişkin **teknik ayrıntılar ve ayrıntılı uygulama planları** bu bölümde yer almaz. Soruda açıklama bölümünde **yer alması uygun olmayan ifade** sorulmaktadır.

A seçeneğinde programın dayandığı **insancıl ve gelişimsel yaklaşımın temel ilkeleri** yer almaktadır. Programın kuramsal dayanağını açıkladığı için **"Açıklama"** bölümünde yer alması uygundur.

B seçeneğinde rehberlik hizmetlerinden yararlanacak **hedef öğrenci kitlesinin özellikleri** bulunmaktadır. Programın kimlere yönelik olduğunu açıklamak bu bölümde yer alabilecek bir bilgidir.

C seçeneğinde programın yürütülmesinde görev alacak **personelin yetki ve sorumluluk paylaşımı** ifade edilmektedir. Programın genel çerçevesi ve işleyişine ilişkin açıklamalar bu bölümde yer alabilir.

D seçeneğinde yıl içinde uygulanacak rehberlik etkinliklerinin haftalık bazda detaylı uygulama takvimi yer almaktadır. Bu tür ayrıntılı planlamalar programın **uygulama veya yıllık çalışma planı** bölümünde yer alır; açıklama bölümünde bulunması uygun değildir.

E seçeneğinde rehberlik programının **okulun vizyonu ve eğitim amaçlarıyla bütünlüğü** ifade edilmektedir. Programın eğitim sistemi içindeki yerini açıklayan bu tür ifadeler açıklama bölümünde bulunabilir.

Cevap: D

7. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programı; öğrencilerin **akademik, kişisel-sosyal ve kariyer gelişimlerini birlikte destekleyen**, planlı ve bütüncül bir yapıdadır. Bu yaklaşımda rehberlik hizmetleri yalnızca akademik başarıya odaklanmaz; öğrencinin **çok yönlü gelişimini** hedefleyen gelişimsel etkinlikleri içerir. Soruda okul yönetiminin rehberlik çalışmalarını **yalnızca sınav başarısını artırmaya yönelik seminerlerle sınırlandırdığı**, sosyal-duygusal gelişim ve kariyer farkındalığı gibi alanların askıya alındığı belirtilmektedir. Bu durum gelişimsel rehberlik anlayışının **çok boyutlu gelişimi destekleme ilkesine** aykırıdır.

A seçeneğinde programın **organize edilmiş ve planlanmış bir yapıya sahip olması** yer almaktadır. Program zaten planlanmış durumdadır; sorun planın varlığı değil içeriğinin daraltılmasıdır.

B seçeneğinde programın **tüm öğrencilere yönelik olması** bulunmaktadır. Soruda hizmetlerin yalnızca bazı öğrencilere indirgenmesi değil, içeriğin akademik başarıyla sınırlandırılması söz konusudur.

C seçeneğinde programın **gelişimsel bir özelliğe sahip olması** yer almaktadır. Gelişimsel rehberlik programları öğrencilerin **akademik, kişisel-sosyal ve kariyer gelişimini birlikte destekler**. Programın yalnızca akademik başarıya indirgenmesi bu gelişimsel bütünlüğü bozduğu için bu özellikle çalışmaktadır.

D seçeneğinde programın **esnek olması** bulunmaktadır. Esneklik programın ihtiyaçlara göre uyarlanabilmesini ifade eder; sorudaki sorun esneklik değil gelişim alanlarının daraltılmasıdır.

E seçeneğinde programın **psikolojik danışmanın zamanını verimli kullanmasını temel alması** yer almaktadır. Sorudaki durum bu özellikle doğrudan ilgili değildir.

Cevap: C

8. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programında hizmetler **rehberlik müfredatı, bireysel planlama, müdahale hizmetleri ve sistem desteği** olmak üzere dört temel bileşen altında yürütülür. **Bireysel planlama**, öğrencilerin **kendilerini tanımaları, akademik ve kariyer hedeflerini belirlemeleri, güçlü ve zayıf yönlerini değerlendirerek geleceklerine ilişkin kararlar almaları** sürecini kapsar. Soruda öğrencilerin **ilgi envanteri sonuçları, akademik başarıları ve gelecek beklentilerini bir araya getirerek kişisel gelişim dosyası hazırlamaları ve alan/ders seçimi için kişisel yol haritası oluşturmaları** anlatılmaktadır. Bu süreç bireysel planlama hizmetlerinin temel amacına karşılık gelir.

A seçeneğinde müdahale hizmetleri yer almaktadır. Müdahale hizmetleri öğrencilerin yaşadığı sorunlara yönelik psikolojik danışma, kriz müdahalesi veya sevk gibi çalışmaları içerir. Soruda böyle bir durum yoktur.

B seçeneğinde bireysel planlama bulunmaktadır. Öğrencilerin ilgi, yetenek ve başarılarını değerlendirerek eğitim ve kariyer hedefleri belirlemeleri bu bileşenin temel içeriğidir. Soruda anlatılan çalışma bu kapsamdadır.

C seçeneğinde rehberlik müfredatı yer almaktadır. Bu bileşen tüm öğrencilere yönelik sınıf içi gelişimsel etkinlikleri içerir.

D seçeneğinde sistem desteği bulunmaktadır. Sistem desteği programın yönetimi, araştırma-geliştirme ve kurum içi koordinasyon çalışmalarını kapsar.

E seçeneğinde konsültasyon (müşavirlik) yer almaktadır. Bu hizmet öğretmen ve velilere yönelik danışmanlık süreçlerini ifade eder.

Cevap: B

9. Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programı hazırlanırken ilk aşama **planlama aşamasıdır**. Bu aşamada programın hedefleri ve kazanımları belirlenmeden önce okulun gerçek ihtiyaçlarının ortaya konması gerekir. Bunun için öğrenciler, öğretmenler ve velilerden **bilimsel ve nesnel verilere dayalı bilgi toplanır**, disiplin kayıtları ve okul verileri incelenir ve böylece **ihtiyaç analizi** yapılır. Soruda da programın amaçlarını şekillendirmek için **bilimsel verilere dayanmanın gerekli olduğu** vurgulanmaktadır.

A seçeneğinde programda kullanılacak **ölçme araçlarının seçilmesi** yer almaktadır. Bu işlem ihtiyaç analizi sürecinden sonra yapılabilecek bir hazırlık çalışmasıdır.

B seçeneğinde rehberlik etkinliklerinin **takvim üzerindeki zaman dağılımının yapılması** bulunmaktadır. Bu çalışma programın planı netleştirildikten sonra gerçekleştirilir.

C seçeneğinde okulun ve öğrencilerin **rehberlik gereksinimlerini belirlemek amacıyla veri toplamak** yer almaktadır. Bu işlem program geliştirme sürecinin ilk adımı olan **ihtiyaç analizidir** ve hedefleri belirlemeden önce yapılması gereken temel çalışmadır.

D seçeneğinde öğretmenlere **sınıf rehberlik planları için görev dağılımı yapılması** bulunmaktadır. Bu işlem programın hazırlanmasından sonraki uygulama süreciyle ilgilidir.

E seçeneğinde programın **bütçe ve materyal ihtiyaçlarının temin edilmesi** yer almaktadır. Bu çalışmalar da program taslağı oluşturulduktan sonra yapılır.

Bu nedenle programın hedeflerini ve kazanımlarını belirlemeden önce yapılması gereken öncelikli çalışma **ihtiyaç belirlemeye yönelik veri toplamaktır**.

Cevap: C

10. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı, geleneksel rehberlik anlayışından farklı olarak **tüm öğrencilere yönelik, planlı ve program temelli, önleyici ve gelişimsel** bir yapıdadır. Bu yaklaşımda rehberlik hizmetleri yalnızca sorun yaşayan öğrencilere değil, **okuldaki tüm öğrencilerin akademik, kişisel-sosyal ve kariyer gelişimini desteklemek amacıyla** yürütülür. Soruda bu anlayışla **bağdaşmayan ifade** sorulmaktadır.

A seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin **tüm öğrencilerin ihtiyaçlarına yönelik gelişimsel bir yaklaşım benimsemesi** yer almaktadır. Bu durum kapsamlı gelişimsel rehberlik programının temel özelliklerinden biridir.

B seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin **belirli bir plan ve müfredat dahilinde sunulması** ifade edilmektedir. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı program temelli olduğu için bu yaklaşım uygundur.

D seçeneğinde rehberlik çalışmalarının **okul personeli, veliler ve çevre ile iş birliği içinde yürütülmesi** bulunmaktadır. Gelişimsel rehberlik programları paydaş iş birliğine dayanır.

E seçeneğinde öğrencilerin **sosyal, duygusal ve kariyer gelişimlerinin bütüncül biçimde ele alınması** yer almaktadır. Bu da kapsamlı gelişimsel rehberliğin temel ilkelerindendir.

C seçeneğinde rehberlik etkinliklerinin **yalnızca akademik başarıları düşük öğrencilerle sınırlı tutulması** ifade edilmektedir. Bu yaklaşım geleneksel ve tepkisel rehberlik anlayışına aittir ve kapsamlı gelişimsel rehberlik programıyla bağdaşmaz.

Cevap: C

11. Okullarda yürütülen **krize müdahale çalışmaları**, öğrencilerin yaşadıkları travmatik olayın etkilerini azaltmayı, duygularını sağlıklı biçimde ifade etmelerini sağlamayı ve baş etme becerilerini güçlendirmeyi amaçlar. Kriz müdahalesinde temel yaklaşım, yaşanan olayın **inkâr edilmesini veya bastırılmasını sağlamak değil**, öğrencilerin güvenli bir ortamda **duygu ve düşüncelerini paylaşmalarına fırsat vermek** ve destek kaynaklarını harekete geçirmektir. Soruda psikolojik danışmanın belirleyeceği hedeflerden **olamayacak** olan ifade sorulmaktadır.

A seçeneğinde öğrencilerin yaşadıkları olayı **unutmaları için olay hakkında konuşmalarının engellenmesi** ifade edilmektedir. Kriz müdahalesinde öğrencilerin duygularını bastırmaları teşvik edilmez; aksine yaşadıkları deneyimi güvenli şekilde ifade etmeleri desteklenir. Bu nedenle bu yaklaşım kriz müdahalesi ilkeleriyle bağdaşmaz.

B seçeneğinde öğrencilerin **olayla ilgili duygu ve düşüncelerini ifade etmelerine fırsat verilmesi** yer almaktadır. Bu, kriz müdahalesinin temel amaçlarından biridir.

C seçeneğinde öğrencilerin **destek alabilecekleri kaynakları fark etmelerine yardımcı olmak** bulunmaktadır. Sosyal destek ağlarını güçlendirmek kriz müdahalesinde önemli bir hedeftir.

D seçeneğinde öğrencilerin **kriz sonrası ortaya çıkabilecek tepkiler hakkında bilgilendirilmesi** yer almaktadır. Bu tür psiko-eğitim çalışmaları öğrencilerin yaşadıklarını anlamlandırmalarına yardımcı olur.

E seçeneğinde öğrencilerin **güvenli baş etme yolları geliştirmelerine yardımcı olmak** bulunmaktadır. Bu da kriz müdahalesinin temel hedeflerinden biridir.

Bu nedenle kriz müdahalesi hedefleriyle bağdaşmayan seçenek **A**'dır.

Cevap: A

12. Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik Programı'nda **rehberlik müfredatı**, tüm öğrencilere yönelik olarak planlanan, genellikle **sınıf içi etkinlikler ve yapılandırılmış uygulamalar** aracılığıyla yürütülen gelişimsel çalışmaları kapsar. Bu etkinlikler öğrencilerin **sosyal-duygusal, akademik ve kariyer gelişimlerini desteklemek** amacıyla hazırlanır ve çoğu zaman **sınıf rehber öğretmenleri aracılığıyla tüm öğrencilere ulaştırılır**.

Soruda okul psikolojik danışmanı Sinem Hanım'ın; **tüm okulun iklimini iyileştirmeyi hedefleyen, sosyal-duygusal becerileri geliştirmeye yönelik, önceden yapılandırılmış, sınıf içinde uygulanan grup etkinliklerini, sınıf rehber öğretmenleri aracılığıyla tüm öğrencilere ulaştırmayı planladığı** ifade edilmektedir. Bu özellikler doğrudan **rehberlik müfredatı** kapsamında yürütülen sınıf rehberliği ve gelişimsel etkinliklere karşılık gelmektedir.

A seçeneğinde yer alan **bireysel planlama**, öğrencilerin kendilerini tanımaları, eğitim ve kariyer kararları vermeleri ve süreçlerinin **izlenmesi** gibi bireysel ya da küçük grup çalışmalarını içerir.

B seçeneğinde yer alan **rehberlik müfredatı**, sınıf içi rehberlik etkinlikleri ve yapılandırılmış gelişimsel çalışmalarla **tüm öğrencilere ulaştırılan program içeriğini** ifade eder. Soruda verilen uygulama bu tanıma doğrudan uymaktadır.

C seçeneğinde yer alan **müdahale hizmetleri**, sorun yaşayan öğrencilerle yapılan **psikolojik danışma, kriz müdahalesi, konsültasyon veya sevk** gibi çalışmaları kapsar.

D seçeneğinde yer alan **sistem desteği**, rehberlik programının yürütülmesini destekleyen **program yönetimi, araştırma, planlama, personel iş birliği ve profesyonel gelişim** gibi faaliyetleri içerir.

E seçeneğinde yer alan **akran danışmanlığı**, öğrencilerin birbirlerine destek olmalarını amaçlayan özel bir program türüdür; ancak soruda anlatılan etkinlikler sınıf içi rehberlik etkinlikleridir.

Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğinde** yer alan **rehberlik müfredatıdır**.

Cevap: B

13. Okullarda yürütülen **önleyici rehberlik programlarında** amaç; öğrencilerin riskli davranışlardan uzak durmalarını sağlamak, sosyal becerilerini geliştirmek ve okul-aile-öğretmen iş birliği içinde kalıcı davranış değişikliği oluşturmaktır. Bu tür programlarda **korku temelli, şok edici veya travmatik içeriklere dayalı yöntemler** genellikle önerilmez. Çünkü bu tür yaklaşımlar öğrencilerde **kaygı, savunma veya duyarsızlaşma** yaratabilir ve programın kalıcılığını olumsuz etkileyebilir. Soruda programın başarısını ve kalıcılığını **olumsuz etkileyecek uygulama** sorulmaktadır.

A seçeneğinde zorbalık türlerini anlatmak için **mağduriyet içeren korkutucu görsellere ağırlık verilmesi** ifade edilmektedir. Önleyici programlarda korku ve şok içeren yöntemler yerine beceri kazandırıcı ve bilinç geliştirici çalışmalar tercih edilir. Bu nedenle bu yaklaşım programın etkililiğini ve kalıcılığını olumsuz etkileyebilir.

B seçeneğinde öğrencilere **çatışma çözme ve öfke yönetimi gibi sosyal beceri eğitimleri verilmesi** yer almaktadır. Bu tür beceri temelli çalışmalar önleyici programların temel uygulamalarındandır.

C seçeneğinde öğretmenlere yönelik **dijital zorbalıkla baş etme stratejileri üzerine seminerler düzenlenmesi** bulunmaktadır. Programların öğretmenleri de kapsamı etkililiği artıran önemli bir unsurdur.

D seçeneğinde **akran arabuluculuğu yönteminin kullanılması** yer almaktadır. Bu yaklaşım öğrencilerin sorun çözme ve sorumluluk alma becerilerini güçlendiren etkili bir yöntemdir.

E seçeneğinde okul yönetimi ve velilerle iş birliği yapılarak **ortak bir dijital nezaket politikası oluşturulması** ifade edilmektedir. Okul-aile iş birliği önleyici programların kalıcılığını artıran önemli bir faktördür.

Bu nedenle programın başarısını ve kalıcılığını olumsuz etkileyebilecek uygulama **A seçeneğidir**.

Cevap: A

14. Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik Programı hazırlanırken program metninde bazı **yapısal bölümler** yer alır. Bu bölümlerden biri olan **gerekçe**, programın hazırlanma nedenini açıklayan ve programın hangi ihtiyaçlara cevap vermeyi amaçladığını ortaya koyan kısımdır. Bu bölümde genellikle **istatistiksel veriler, çevresel değişimler, öğrenci ihtiyaçları ve bilimsel dayanaklar** kullanılarak programın neden gerekli olduğu temellendirilir.

Soruda programın giriş bölümünde; okulun bulunduğu bölgede **yoğun göç yaşandığına ilişkin istatistiklerin verilmesi**, bunun öğrencilerde **sosyal uyum ve aidiyet ihtiyacını artırdığına dikkat çekilmesi**, programdaki **kazanımların bu toplumsal değişime nasıl yanıt vereceğinin bilimsel dayanaklarla açıklanması** ifadeleri yer almaktadır. Bu tür açıklamalar programın **neden hazırlandığını ve hangi ihtiyaca cevap verdiğini temellendiren** bölümler olduğundan **gerekçe** kısmına karşılık gelir.

A seçeneğinde yer alan **gerekçe**, programın hazırlanma nedenlerini ve ihtiyaç temelini açıklayan bölümdür. Soruda verilen açıklamalar doğrudan bu bölüme örnektir.

B seçeneğinde yer alan **açıklama**, programın felsefi temellerini, genel yaklaşımını ve okulun eğitim anlayışıyla ilişkisini ortaya koyar; ancak soruda daha çok **ihtiyaç ve veri temelli gerekçelendirme** yapılmaktadır.

C seçeneğinde yer alan **varsayımlar**, programın dayandığı kabul ve ilkeleri ifade eder.

D seçeneğinde yer alan **program içeriği**, uygulanacak etkinlikler, kazanımlar ve uygulama süreçlerini kapsar.

E seçeneğinde yer alan **sistem desteği**, programın yürütülmesini sağlayan yönetsel ve organizasyonel faaliyetleri içerir.

Cevap: A

15. Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik Programı'nda **sistem desteği**, rehberlik programının etkili biçimde yürütülmesini sağlamak amacıyla gerçekleştirilen **yönetimsel, eğitsel ve iş birliğine dayalı faaliyetleri** kapsar. Bu kapsamda öğretmenlere yönelik **müşavirlik (konsültasyon) çalışmaları**, programın **değerlendirilmesi, geri bildirim toplanması** ve programın geliştirilmesine yönelik faaliyetler sistem desteği içinde değerlendirilir.

Soruda okul psikolojik danışmanının; öğretmenlere **"sınıf içi problem davranışlarla baş etme ve uygun yönlendirme"** konusunda **bilgilendirme toplantısı düzenlemesi**, rehberlik programının **değerlendirilmesi ve geliştirilmesi için öğretmenlerden geri bildirim toplaması** ifade edilmektedir. Bu çalışmalar doğrudan rehberlik programının yürütülmesini destekleyen **müşavirlik ve program geliştirme faaliyetleri** olduğu için **sistem desteği** kapsamındadır.

A seçeneğinde yer alan **müdahale hizmetleri**, sorun yaşayan öğrencilere yönelik **psikolojik danışma, kriz müdahalesi, sevk ve konsültasyon** gibi doğrudan yardım süreçlerini kapsar.

B seçeneğinde yer alan **bireysel planlama**, öğrencilerin kendilerini tanımaları, eğitim ve kariyer kararları vermeleri ve süreçlerinin **izlenmesi** gibi bireysel ya da küçük grup çalışmalarını içerir.

C seçeneğinde yer alan **rehberlik müfredatı**, sınıf içi rehberlik etkinlikleri ve gelişimsel beceri kazandırmaya yönelik **tüm öğrencilere yönelik etkinlikleri** kapsar.

D seçeneğinde yer alan **krize müdahale**, travmatik ya da acil durumlarda öğrencilere sağlanan psikolojik destek çalışmalarını ifade eder.

E seçeneğinde yer alan **sistem desteği**, rehberlik programının planlanması, yürütülmesi ve geliştirilmesine yönelik **öğretmenlerle iş birliği, müşavirlik, değerlendirme ve geri bildirim toplama** gibi faaliyetleri kapsar.

Cevap: E

1. Okullarda yürütülen rehberlik hizmetlerinde **önleyici rehberlik**, henüz sorun ortaya çıkmadan önce olası riskleri azaltmaya ve koruyucu becerileri geliştirmeye yönelik çalışmaları ifade eder. Bu yaklaşımda amaç, ileride ortaya çıkabilecek problemlerin **önceden fark edilmesi ve gerekli becerilerin kazandırılması** yoluyla risklerin azaltılmasıdır.

Soruda okul psikolojik danışmanı, il genelinde yayımlanan bir raporda **akran zorbalığının arttığını** görmektedir. Kendi okulunda henüz ciddi bir zorbalık olayı yaşanmamış olmasına rağmen, ileride benzer sorunların ortaya çıkabileceğini düşünerek öğrencilerde **empati geliştirme, öfke kontrolü ve sağlıklı iletişim becerilerini geliştiren çalışmalar** planlamaktadır. Bu durum, sorun henüz ortaya çıkmadan **riskleri azaltmaya yönelik koruyucu çalışmalar yapılması** anlamına gelir.

A seçeneğinde yer alan **ayarlayıcı rehberlik**, öğrencilerin okul veya çevre koşullarına uyum sağlamalarına yardımcı olan hizmetleri ifade eder.

B seçeneğinde yer alan **yöneltici rehberlik**, öğrencilerin ilgi ve yeteneklerine uygun eğitim veya meslek alanlarına yönlendirilmesiyle ilgilidir.

C seçeneğinde yer alan **uyum sağlayıcı rehberlik**, öğrencilerin yeni bir ortama veya yaşam durumuna uyum sağlamalarına yardımcı olan çalışmaları kapsar.

D seçeneğinde yer alan **gelişimsel rehberlik**, öğrencilerin gelişim dönemlerine uygun beceriler kazanmalarını destekleyen geniş kapsamlı programları ifade eder.

E seçeneğinde yer alan **önleyici rehberlik**, henüz ortaya çıkmamış sorunların oluşmasını engellemek amacıyla **koruyucu beceriler kazandırmayı** hedefler. Soruda anlatılan durum doğrudan bu yaklaşıma karşılık gelmektedir.

Cevap: E

2. Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik Programı (KGRP) dört temel bileşenden oluşur: **rehberlik müfredatı, bireysel planlama, müdahale hizmetleri ve sistem desteği**. Bu bileşenler kapsamında yürütülen çalışmalar öğrencilerin **akademik, kişisel-sosyal ve kariyer gelişimlerini desteklemeyi** amaçlar. Soruda bu program bileşenleri kapsamında **yer almayan** çalışma sorulmaktadır.

A seçeneğinde sınıf rehberliği kapsamında planlı etkinliklerin uygulanması yer almaktadır. Bu tür etkinlikler tüm öğrencilere yönelik gelişimsel çalışmalar olduğu için **rehberlik müfredatı** kapsamında yürütülür.

B seçeneğinde öğrencilere yönelik eğitsel ve mesleki bilgilendirme yapılması bulunmaktadır. Bu tür çalışmalar öğrencilerin eğitim ve kariyer kararlarını destekleyen **bireysel planlama** ve rehberlik müfredatı faaliyetleri içinde yer alır.

C seçeneğinde sorun yaşayan öğrencilere bireysel psikolojik danışma hizmeti sunulması ifade edilmektedir. Bu çalışmalar rehberlik programının **müdahale hizmetleri** bileşeni kapsamında yürütülür.

D seçeneğinde programın etkililiğini artırmak için araştırma-geliştirme faaliyetleri yürütülmesi yer almaktadır. Bu tür çalışmalar programın planlanması ve geliştirilmesini desteklediği için **sistem desteği** kapsamında değerlendirilir.

E seçeneğinde ise öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin doğrudan yükseltilmesinin temel hedef olarak belirlenmesi ifade edilmektedir. Rehberlik programlarının amacı doğrudan akademik başarıyı artırmak değil, öğrencilerin **gelişimsel, kişisel-sosyal ve kariyer alanlarında desteklenmesini sağlamaktır**. Akademik başarı bu gelişimlerin dolaylı bir sonucu olabilir ancak programın temel hedefi değildir.

Cevap: E

3. Kapsamlı gelişimsel rehberlik yaklaşımında rehberlik hizmetleri **yalnızca okul psikolojik danışmanının yürüttüğü bireysel görüşmelerden ibaret değildir**. Program; **sınıf rehber öğretmenleri, okul yönetimi ve diğer personelin iş birliği içinde yürüttüğü sistemli bir yapı** gerektirir. Bu nedenle programın etkili olabilmesi için okulun tüm paydaşlarının sürece aktif biçimde katılması gerekir. Soruda okul psikolojik danışmanı; sınıf düzeylerine göre **yapılandırılmış bir rehberlik planı hazırlamış**, sınıf içi etkinlikler, grup çalışmaları ve aile bilgilendirme oturumları planlamış, programı **disiplin kayıtları, devamsızlık verileri ve öğretmen gözlemlerine dayandırmıştır**. Ancak süreçte bazı öğretmenler **sınıf rehberlik etkinliklerini uygulamayı ertelemeye başlamış**, okul yönetimi de bu duruma müdahale etmeyerek rehberlik çalışmalarının **yalnızca psikolojik danışmanın bireysel görüşmeleriyle sürdürülmesini yeterli görmüştür**. Böylece programın okul genelinde yürütülmesi gereken kısmı ortadan kalkmış ve rehberlik hizmetleri bireysel çalışmalara indirgenmiştir.

A seçeneğinde programın **tüm personelin katılımını gerektirmesi** ifade edilmektedir. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programlarının temel özelliklerinden biri, rehberlik çalışmalarının **okulun tüm paydaşlarının iş birliğiyle yürütülmesidir**. Soruda yaşanan sorun da öğretmen ve yönetimin bu sorumluluğu yerine getirmemesi nedeniyle ortaya çıkmaktadır.

B seçeneğinde programın **esnek olması** ifade edilmektedir. Esneklik programın ihtiyaçlara göre uyarlanabilmesini anlatır; sorudaki problem esneklikten değil uygulamanın terk edilmesinden kaynaklanmaktadır.

C seçeneğinde programın **tüm öğrencilere yönelik olması** yer almaktadır. Soruda programın bu özelliği zayıflasa da temel problem, programın uygulanmasında **iş birliğinin sağlanamamasıdır**.

D seçeneğinde programın **psikolojik danışmanın zamanını verimli kullanmasına dayanması** ifade edilmektedir; bu kapsamlı programın temel ilkesi değildir.

E seçeneğinde programın **uzmanlık gerektirmesi** ifade edilmektedir; ancak sorudaki sorun uzmanlık değil **kurumsal iş birliğinin eksikliğidir**.

Bu nedenle okulda kapsamlı gelişimsel rehberlik anlayışından uzaklaşılmasının temel nedeni **programın tüm personelin katılımını gerektiren yapısının uygulanmamasıdır**.

Cevap: A

4. Rehberlik programlarında **sistematiklik**, programın planlı, düzenli ve koordineli biçimde yürütülmesini ifade eder. Yani etkinliklerin **kim tarafından yapılacağı, hangi sırayla uygulanacağı, sorumlulukların nasıl dağıtılacağı ve kararların hangi süreçte alınacağı** açık biçimde belirlenmiş olmalıdır. Soruda; çalışmaların **kim tarafından yürütüleceğinin belli olmadığı**, etkinliklerin **hangi sırayla yapılacağının net olmadığı**, toplantılarda **hangi kararların alınacağının belirlenmediği** belirtilmektedir. Bu durum sonucunda bazı etkinlikler **iki kez yapılmış**, bazıları ise **hiç yapılmamıştır**. Bu doğrudan programın **düzenli ve planlı bir sistem içinde yürütülmediğini**, yani **sistematiklik özelliğinin eksik olduğunu** gösterir.

Cevap: C

5. Kapsamlı gelişimsel rehberlik anlayışında rehberlik hizmetleri **yalnızca problem yaşayan öğrencilere yönelik değildir**. Bu modelde rehberlik çalışmaları **tüm öğrencilerin gelişimsel ihtiyaçlarını destekleyecek şekilde planlanır** ve program **okulun tamamına ulaşmayı hedefler**. Soruda okul müdürü psikolojik danışmandan **yalnızca disiplin problemi olan ve akademik başarısı düşük öğrencilerle ilgilenmesini** istemektedir. Ancak psikolojik danışman buna karşı çıkarak **tüm öğrencilere ulaşması gerektiğini** savunmaktadır. Bu tutum, gelişimsel rehberlik yaklaşımının **rehberlik hizmetlerinin tüm öğrencilere yönelik olması** ilkesine dayanmaktadır.

A seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin merkezinde **yalnızca problemlili bireylerin değil tüm öğrencilerin olması** ifade edilmektedir. Bu, gelişimsel rehberliğin temel özelliğidir.

B seçeneğinde rehberliğin **uzman odaklı profesyonel yardım süreci olması** vurgulanmaktadır; ancak sorudaki durum bununla ilgili değildir.

C seçeneğinde hizmetlerin **her ihtiyaç anında sunulması** ifade edilmektedir; fakat sorunun odağı hizmetin hedef kitesidir.

D seçeneğinde rehberliğin **öğretimden bağımsız olması** belirtilmektedir; bu gelişimsel rehberliğe aykırıdır.

E seçeneğinde bilgi verme hizmetinin **merkezde olması** yer almaktadır; bu da sorunun konusu değildir.

Cevap: A

6. **Oryantasyon programı**, okula yeni başlayan öğrenci, öğretmen, personel ve velilerin **okul ortamını tanımalarını, kuralları öğrenmelerini ve gerekli bilgilere ulaşmalarını** amaçlayan bir uyum programıdır. Bu programın temel amacı **okulun işleyişi, fiziksel ortamı, kuralları ve yardım kaynakları hakkında bilgilendirme yaparak uyumu kolaylaştırmaktır**.

A seçeneğinde öğrencilerin **bir sorun durumunda kimden ve nasıl yardım alabileceklerini öğrenmeleri** yer almaktadır. Bu, oryantasyon programının temel amaçlarından biridir.

B seçeneğinde velilerin **okul ve okul olanakları hakkında bilgi sahibi olmaları** bulunmaktadır. Bu da velilere yönelik oryantasyon çalışmalarının bir parçasıdır.

C seçeneğinde velilerin **çocuklarını hangi şartlarda görebilecekleri, erken alma veya geç bırakma durumlarında izlenecek yollar hakkında bilgilendirilmeleri** yer almaktadır. Bu da okulun işleyişi hakkında bilgilendirme olduğu için oryantasyon kapsamındadır.

D seçeneğinde velilerin **çocuklarının sınav kaygısı durumunda nasıl davranmaları gerektiğini öğrenmeleri** ifade edilmektedir. Bu tür çalışmalar **psikoeğitim veya rehberlik semineri** kapsamına girer; oryantasyon programının temel amacı değildir.

E seçeneğinde okulda yeni göreve başlayan yönetici, öğretmen ve personelin **okul mekânını ve iş akışını öğrenmesi** bulunmaktadır. Bu da personel oryantasyonunun bir parçasıdır.

Cevap: D

7. Okullarda yürütülen **önleyici rehberlik programlarında** amaç, öğrencilerin riskli davranışlardan uzak durmalarını sağlamak ve **koruyucu beceriler kazandırmaktır**. Bu programlarda öğrencilerin **sağlıklı yaşam alışkanlıkları geliştirmesi, akran baskısına direnebilmesi ve alternatif davranışlar öğrenmesi** hedeflenir. Ancak bazı yöntemler öğrencilerde **merak uyandırma veya özendirme** riski taşıdığı için kullanılmamalıdır. Soruda okul psikolojik danışmanı tüm öğrencilere yönelik **tütün kullanımını önleme programı** planlamaktadır ve hangi etkinliğin **uygun olmadığı** sorulmaktadır.

A seçeneğinde öğrencilerin **sağlıklı yaşam alışkanlıklarını geliştirmelerine yönelik bilgilendirme yapılması** yer almaktadır. Bu tür çalışmalar önleyici programların temel uygulamalarıdır.

B seçeneğinde öğrencilerin **akran baskısıyla baş etme ve "hayır" diyebilme becerilerini geliştirmeye yönelik etkinlikler** bulunmaktadır. Bu da madde kullanımını önlemede etkili beceri temelli çalışmalarındandır.

C seçeneğinde riskli durumlarda **yardım alabilecek kişi ve kurumların tanıtılması** ifade edilmektedir. Bu tür bilgilendirmeler koruyucu faktörleri güçlendirdiği için uygundur.

D seçeneğinde öğrencilerin **boş zamanlarını verimli değerlendirebilecekleri alternatif etkinliklerin tanıtılması** yer almaktadır. Bu da riskli davranışları azaltmaya yönelik önleyici bir yaklaşımdır.

E seçeneğinde ise **tütün ve benzeri maddelerin kullanım biçimlerinin ayrıntılı şekilde anlatılması** ifade edilmektedir. Önleme programlarında bu tür ayrıntılı anlatımlar öğrencilerde **merak ve özendirme riski** oluşturabileceği için önerilmez.

Cevap: E

8. Okullarda yürütülen **önleyici rehberlik programları**, sorunlar ortaya çıkmadan önce riskleri azaltmayı ve **koruyucu becerileri geliştirmeyi** amaçlar. Bu tür programlar genellikle **tüm öğrencilere yönelik (temel önleme)** olarak planlanır ve sadece problem yaşayan öğrencilerle sınırlı tutulmaz. Soruda Elif Hanım'ın **okul genelinde uygulanabilecek bir önleme programı** hazırladığı belirtilmektedir. Bu nedenle programın **kapsayıcı ve gelişimsel** bir yapıda olması beklenir.

A seçeneğinde programın etkisini artırmak için **yalnızca disiplin sorunu yaşayan öğrencilerin hedef kitle olarak belirlenmesi** ifade edilmektedir. Önleme programları yalnızca sorun yaşayan bireylere yönelik değil, **tüm öğrencilere yönelik koruyucu çalışmalar** içermelidir. Bu nedenle bu yaklaşım uygun değildir.

B seçeneğinde risk etmenleri ile koruyucu etmenlerin birlikte ele alınması yer almaktadır. Bu, önleme programlarının temel ilkelerinden biridir.

C seçeneğinde öğrencilerin **empati, iletişim ve problem çözme gibi sosyal becerilerinin geliştirilmesi** bulunmaktadır. Bu tür beceri temelli çalışmalar önleyici programların önemli bir parçasıdır.

D seçeneğinde programın hazırlanırken **öğrencilerin gelişim özellikleri ve okulun sosyokültürel yapısının dikkate alınması** yer almaktadır. Bu da program geliştirme ilkeleri açısından uygun bir yaklaşımdır.

E seçeneğinde program sürecine **öğretmen ve ailelerin dahil edilmesi** ifade edilmektedir. Önleyici rehberlikte **okul-aile iş birliği** önemli bir unsurdur.

Cevap: A

9. Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik Programı'nda **müdahale hizmetleri**, öğrencinin ciddi psikolojik sorunlar yaşadığı durumlarda uygulanan **psikolojik danışma, kriz müdahalesi, konsültasyon ve sevk** gibi çalışmaları kapsar. Eğer öğrencinin sorunu okul psikolojik danışmanının yetkinliğini veya okulun imkânlarını aşacak düzeydeyse, en uygun müdahale **öğrenciyi uygun bir ruh sağlığı kuruluşuna yönlendirmektir (sevk)**. Soruda psikolojik danışman, öğrencinin **ağır depresyon yaşadığını ve kendine zarar verme düşünceleri olduğunu** fark etmektedir. Ayrıca bu sorunun **kendi yetkinliği ve okul imkânlarıyla çözülebileceğini** anlamaktadır. Bu durumda yapılması gereken en doğru müdahale **öğrenciyi profesyonel ruh sağlığı hizmeti alabileceği bir kuruma yönlendirmektir**.

A seçeneğinde öğrenciyi **disiplin sürecine yönlendirmek** ifade edilmektedir. Bu yaklaşım psikolojik bir sorun için uygun değildir.

B seçeneğinde öğrenciyi **sosyal beceri eğitimine dahil etmek** yer almaktadır. Ancak ağır depresyon ve kendine zarar düşünceleri gibi ciddi durumlarda bu yeterli değildir.

C seçeneğinde öğrenciyi ve ailesini bilgilendirerek **uygun bir ruh sağlığı kuruluşuna yönlendirmek (sevk)** ifade edilmektedir. Müdahale hizmetleri kapsamında en uygun yaklaşım budur.

D seçeneğinde öğrenciyi **bireysel planlama kapsamında kariyer hedeflerine yönlendirmek** yer almaktadır; bu durumla ilgili değildir.

E seçeneğinde sorunu **sınıf öğretmeniyle paylaşmak** ifade edilmektedir; ancak bu tek başına yeterli bir müdahale değildir.

Cevap: C

10. Okullarda **kriz durumları** ortaya çıktığında psikolojik danışmanın ilk görevi, olayın yaydığı panik ve kaygıyı kontrol altına almak ve öğrencilerin **güvenliğini sağlayarak akut stres tepkilerini azaltmaktır**. Kriz müdahalesinde öncelik **psikolojik ilk yardım**, güvenliğin sağlanması ve öğrencilerin duygusal tepkilerinin yatıştırılmasıdır. Uzun vadeli programlar daha sonra planlanır. Soruda bir öğrencinin bayılması sonrası okulda **panik, söylentiler, sosyal medya yayılımı ve sınıflara girmeyi reddetme gibi akut kriz tepkileri** ortaya çıkmıştır. Bu durum okul genelinde **kriz müdahalesi gerektiren bir olaydır**.

A seçeneğinde yer alan **uzun süreli sosyal beceri eğitimi** gelişimsel bir programdır ve kriz anında öncelikli değildir.

B seçeneğinde **ihtiyaç analizi ölçekleri uygulamak** program geliştirme sürecine aittir; kriz anında uygulanmaz.

C seçeneğinde **dönem boyu sürecek grup danışması başlatmak** uzun vadeli bir müdahaledir; akut kriz aşamasında öncelik değildir.

D seçeneğinde öğrencilerin **güvenliğini sağladıktan sonra psikolojik ilk yardım ilkelerine uygun biçimde akut stres tepkilerini yatırtmaya yönelik kriz müdahalesi yürütmek** yer almaktadır. Kriz yönetiminde ilk yapılması gereken çalışma budur.

E seçeneğinde **disiplin soruşturması yürütmek** ifade edilmektedir; bu durum kriz müdahalesinin amacı değildir.

Cevap: D

11. Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik Programı'nda **bireysel planlama**; öğrencilerin kendilerini tanımları, eğitim ve kariyer kararları vermeleri ve bu süreçlerin izlenmesini kapsayan çalışmaları içerir. Bu bileşen kapsamında yürütülen temel stratejiler **bireyi tanıma (bireysel değerlendirme), bilgi verme, yerleştirme ve izleme** faaliyetleridir. Soruda bireysel planlama süreci içerisinde **yer almayan** faaliyet sorulmaktadır.

A seçeneğinde **bireysel değerlendirme** bulunmaktadır. Bu, öğrencinin kendini tanımasını sağlayan çalışmalar olduğu için bireysel planlama kapsamındadır.

B seçeneğinde **bilgi verme** yer almaktadır. Eğitim ve kariyer seçenekleri hakkında öğrenciyi bilgilendirme bireysel planlama stratejilerinden biridir.

C seçeneğinde **müşavirlik hizmeti** bulunmaktadır. Müşavirlik, öğretmen veya velilere yönelik danışmanlık sürecidir ve **müdahale hizmetleri veya sistem desteği** kapsamında değerlendirilir; bireysel planlama içinde yer almaz.

D seçeneğinde **yerleştirme çalışmaları** yer almaktadır. Öğrencinin uygun eğitim programı veya kariyer alanına yönlendirilmesi bireysel planlama faaliyetidir.

E seçeneğinde **izleme ve değerlendirme** bulunmaktadır. Öğrencinin yaptığı tercihlerin sonuçlarının takip edilmesi bireysel planlamanın önemli bir aşamasıdır.

Cevap: C

12. Okullarda **krize müdahale hizmetleri**, ani ve travmatik olaylar sonrasında öğrencilerde ortaya çıkan **şok, panik, yoğun kaygı ve travmatik stres tepkilerini azaltmaya** yönelik yapılan acil psikolojik destek çalışmalarını kapsar. Bu tür olaylar beklenmedik şekilde ortaya çıkar ve okul ortamında **acil psikolojik destek gerektirir**. Soruda bir öğrencinin **okul koridorunda kendisini silahla vurması** ve diğer öğrencilerin bu olaya **tanık olması** söz konusudur. Böyle bir olay öğrencilerde **şok, korku ve travmatik stres tepkileri** oluşturabilir. Bu nedenle tanık olan öğrencilere sağlanacak yardım **kriz müdahalesi** kapsamında değerlendirilir.

A seçeneğinde **krize müdahale** yer almaktadır. Travmatik ve ani olaylar sonrası yapılan psikolojik

destek çalışmaları bu kapsamdadır.

B seçeneğinde iyileştirici hizmetler genellikle ortaya çıkmış psikolojik sorunların tedavi edilmesine yönelik uzun vadeli çalışmaları ifade eder.

C seçeneğinde önleyici hizmetler sorun ortaya çıkmadan önce riskleri azaltmaya yönelik çalışmaları kapsar.

D seçeneğinde geliştirici hizmetler öğrencilerin gelişimsel becerilerini destekleyen programları ifade eder.

E seçeneğinde mesleki hizmetler öğrencilerin kariyer gelişimiyle ilgilidir.

Cevap: A

13. Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik Programı'nın yapısal bölümlerinden biri **sayılılar (varsayımlar)** bölümüdür. Bu bölümde programın uygulanabilmesi için **önceden kabul edilen koşullar, çevresel destekler ve uygulamaya ilişkin temel kabuller** yer alır. Yani programın başarıyla yürütülebilmesi için **okul yönetiminin desteği, öğretmenlerin katılımı, fiziki imkânların sağlanması gibi ön koşullar** bu bölümde ifade edilir.

Soruda rehberlik programının giriş kısmında; okul yönetiminin programı destekleyeceği, öğretmenlerin sınıf içi etkinliklerde rol alacağı, fiziki imkânların okul tarafından sağlanacağı gibi ön kabullere yer verildiği belirtilmektedir. Bu tür ifadeler programın uygulanabilmesi için önceden kabul edilen şartları ifade ettiği için sayılılar bölümüne karşılık gelir.

A seçeneğinde gerekçe, programın neden gerekli olduğunu açıklayan bölümdür.

B seçeneğinde açıklama, programın felsefi temellerini ve genel çerçevesini anlatır.

C seçeneğinde kaynaklar, programın yürütülmesinde kullanılacak insan ve materyal kaynaklarını ifade eder.

D seçeneğinde sayılılar, programın uygulanabilmesi için **önceden kabul edilen koşulları ve varsayımları** içerir. Sorudaki durum buna karşılık gelmektedir.

E seçeneğinde sistem desteği, programın yürütülmesini destekleyen yönetsel faaliyetleri kapsar.

Cevap: D

14. Önleyici rehberlik hizmetlerinde üç temel önleme düzeyi vardır: **Temel önleme**: Henüz sorun ortaya çıkmadan tüm öğrencilere yönelik yapılan koruyucu çalışmalarıdır. **İkincil önleme**: Sorunun **erken belirtilerinin görüldüğü risk grubuna yönelik erken müdahale** çalışmalarını kapsar. **Üçüncül önleme**: Sorun yerleşmiş veya ciddi hale gelmiş bireylerde **rehabilitasyon ve uyumu yeniden sağlama** çalışmalarını içerir.

Soruda yapılan **tarama çalışması** sonucunda bazı öğrencilerin **devamsızlıklarının arttığı ve akademik başarılarının düştüğü** belirlenmiştir. Yani öğrencilerde sorun **belirti düzeyinde ortaya çıkmıştır**, ancak henüz kronik veya ağır bir durum değildir. Okul psikolojik danışmanı bu öğrencilerle: **kısa süreli bireysel görüşmeler, ailelerle iletişim, akademik takip becerilerini geliştiren küçük grup çalışmaları** planlamaktadır. Bu çalışmalar **risk belirtileri gösteren öğrencilere erken müdahale** niteliğindedir.

Bu nedenle yapılan uygulama **ikincil önleme** kapsamında değerlendirilir.

Cevap: C

15. Önleyici rehberlik yaklaşımında üç temel önleme düzeyi vardır: **Birincil (temel) önleme**: Sorun ortaya çıkmadan önce tüm bireylere yönelik koruyucu çalışmalar yapılmasıdır. **İkincil önleme**: Risk belirtileri gösteren bireylerde erken müdahale ile sorunun ilerlemesini önlemeyi amaçlar. **Üçüncül önleme**: Sorun **yerleşmiş ve tedavi gerektiren düzeye ulaşmış** bireylerde, tedavi sonrası **nüksü önleme ve yeniden uyum sağlama** çalışmalarını kapsar.

Soruda öğrenci **uzun süredir madde kullanmaktadır, sağlık kuruluşunda bağımlılık değerlendirilmesi yapılmış ve tedavi sürecine alınmıştır**. Öğrenci okula döndükten sonra psikolojik danışman aileyle **düzenli görüşmeler yapmayı**, öğretmenlerle **izleme planı oluşturmayı**, öğrencinin **sosyal çevresini yeniden yapılandırmayı** planlamaktadır.

Bu çalışmaların amacı **tedavi sonrası tekrar madde kullanımına yönelmeyi önlemek ve öğrencinin uyumunu güçlendirmektir**. Bu durum **üçüncül önleme** kapsamına girer.

Cevap: B

1. Kapsamlı gelişimsel rehberlik ve psikolojik danışma programı, öğrencilerin **kişisel-sosyal, akademik ve kariyer gelişimlerini bütüncül biçimde desteklemeyi** amaçlar. Bu programda öğrencilerin **kendilerini tanımaları, sağlıklı kararlar verebilmeleri, kişiler arası beceriler geliştirmeleri ve kariyer planlaması yapabilmeleri** hedeflenir. Programın yaklaşımı öğrencilerin **bireysel farklılıklarını kabul eden ve geliştiren** bir anlayışa dayanır. Soruda bu programın hedefleri arasında **yer almayan** seçenek sorulmaktadır.

A seçeneği öğrencilerin **kendini tanıma ve öz farkındalık geliştirmelerini desteklemekten** bahsetmektedir. Bu, kapsamlı gelişimsel rehberlik programının temel amaçlarından biridir.

B seçeneği öğrencilerin **kişiler arası iletişim ve problem çözme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmayı** ifade etmektedir. Sosyal becerilerin geliştirilmesi kişisel-sosyal gelişim alanının önemli hedeflerindendir.

C seçeneği öğrencilerin **akademik başarılarını destekleyen öğrenme stratejileri kazanmalarını** ifade etmektedir. Akademik gelişim alanı kapsamında öğrencilerin öğrenme becerilerini geliştirmek programın amaçları arasındadır.

D seçeneği öğrencilerin **mesleki gelişim ve kariyer planlaması sürecinde bilinçli karar verebilmelerini desteklemeyi** ifade etmektedir. Bu da rehberlik programının kariyer gelişimi boyutuyla uyumludur.

E seçeneği öğrencilerin **toplumsal normlara koşulsuz uyum göstermelerini sağlayarak bireysel farklılıklarını ikinci plana itmekten** bahsetmektedir. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı bireysel farklılıkları bastırmayı değil, öğrencilerin **özgün kişiliklerini geliştirmelerini ve farklılıklara saygı duymalarını** destekler. Bu nedenle bu ifade programın amaçlarıyla uyumlu değildir.

Cevap: E

2. Okullarda yürütülen **önleyici psikolojik danışma ve rehberlik çalışmaları**, sorun ortaya çıkmadan önce riskleri azaltmayı ve koruyucu becerileri güçlendirmeyi amaçlar. Bu yaklaşım öğrenciyi **bireysel özellikleriyle birlikte aile, okul ve sosyal çevresiyle ele alan ekolojik bir bakış açısına** dayanır. Ayrıca önleyici çalışmalar genellikle **tüm öğrencilere yönelik grup temelli ve gelişimsel etkinlikler** içerir; yalnızca problem yaşayan bireylerle sınırlı değildir. Soruda bu yaklaşım ile **çelişen** seçenek sorulmaktadır.

A seçeneği sorun ortaya çıkmadan önce planlanan çalışmaların yürütülmesini ifade etmektedir. Bu durum önleyici rehberliğin temel özelliklerinden biridir.

B seçeneği öğrenciyi çevresiyle birlikte ele alan **ekolojik yaklaşımı** vurgulamaktadır. Bu da önleyici rehberliğin önemli ilkelerindendir.

C seçeneği risk faktörlerini azaltmayı hedeflemeyi ifade etmektedir. Önleme çalışmalarının temel amaçlarından biri budur.

D seçeneği koruyucu faktörleri güçlendirmeyi ifade etmektedir. Bu da önleyici yaklaşımın önemli bir parçasıdır.

E seçeneği ise **yalnızca problem yaşayan öğrencilerle bireysel görüşmeleri merkeze almayı** ifade etmektedir. Bu yaklaşım önleyici değil, daha çok **tedavi edici veya sorun odaklı geleceksel rehberlik anlayışına** aittir ve önleyici rehberlik yaklaşımıyla çelişir.

Cevap: E

3. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programlarında öğrencilerin **kişisel güvenliklerini sağlayabilmeleri ve riskli durumlarda kendilerini koruyabilmeleri** önemli yeterlik alanlarından biridir. Bu kapsamda öğrencilere **kişisel sınırlar, güvenli iletişim kuralları ve gerektiğinde güvenilir yetişkinlerden yardım isteme** gibi beceriler kazandırılması hedeflenir.

Soruda Zeynep'in sosyal medyada tanımadığı bir kişinin **gizli buluşma teklifleri içeren mesajlar göndermesi** anlatılmaktadır. Okul psikolojik danışmanı Zeynep'e **kişisel sınırlarını korumanın önemini, yabancılarla iletişimde güvenlik kurallarını ve gerektiğinde güvenilir yetişkinlerden yardım istemeyi** öğretmektedir.

Bu çalışmalar öğrencinin **riskli durumları fark etmesi ve kendini koruyabilmesi** amacına yöneliktir.

A seçeneği başkalarını anlama ve kabul etmeye, **B seçeneği** karar verme becerisine, **C seçeneği** toplum olgusunu anlamaya, **D seçeneği** ailenin önemini kavramaya yöneliktir. Soruda anlatılan müdahale ise doğrudan öğrencinin **güvenliğini sağlama ve kendini koruma becerilerini geliştirme**ye yöneliktir.

Bu nedenle doğru cevap **E seçeneğidir: Kendini tehlikelerden koruma.**

Cevap: E

4. Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik Programı iki ana bölümden oluşur: **yapısal bileşenler** ve **program kategorileri (hizmet bileşenleri)**. Program kategorileri, öğrencilere doğrudan veya dolaylı sunulan hizmetleri ifade eder ve genellikle **rehberlik müfredatı, bireysel planlama, müdahale hizmetleri ve sistem desteği** başlıklarından oluşur. Soruda program kategorileri içinde **yer almayan** seçenek sorulmaktadır.

A seçeneği olan **rehberlik müfredatı**, tüm öğrencilere yönelik sınıf rehberliği ve gelişimsel etkinlikleri içerir ve program kategorilerinden biridir.

B seçeneği olan **kaynaklar**, programın yürütülmesi için gerekli olan insan gücü, fiziksel ortam ve materyal gibi unsurları ifade eder. Bu unsur **yapısal bileşenler** arasında yer alır; program kategorisi değildir.

C seçeneği olan **bireysel planlama**, öğrencilerin kendilerini tanımaları ve eğitim-kariyer kararlarını yapılandırmalarını destekleyen hizmetleri kapsar ve program kategorileri arasındadır.

D seçeneği olan **müdahale hizmetleri**, psikolojik danışma, kriz müdahalesi ve sevk gibi doğrudan yardım süreçlerini içerir ve program kategorilerinden biridir.

E seçeneği olan **sistem desteği**, programın yürütülmesini destekleyen yönetimsel ve iş birliğine dayalı çalışmaları kapsar ve program kategorileri arasında yer alır.

Cevap: B

5. Önleyici rehberlik çalışmalarında **temel (birincil) önleme**, henüz sorun ortaya çıkmadan **tüm öğrencilere yönelik yapılan koruyucu ve bilgilendirici etkinlikleri** kapsar. **İkincil önleme** ise risk belirtileri gösteren öğrencilerin belirlenmesi ve bu gruba **erken müdahale edilmesi** çalışmalarını ifade eder.

Soruda okul psikolojik danışmanı önce **tüm 7. sınıf öğrencilerine yönelik "akran ilişkileri ve zorbalıkla baş etme" konulu sınıf etkinliği** gerçekleştirmiştir. Bu etkinlik tüm öğrencilere yönelik koruyucu bir çalışma olduğu için **temel önleme** kapsamındadır. Daha sonra sosyal uyum düzeyini belirlemek amacıyla **ölçek uygulamış, düşük puan alan öğrencilerden sekiz kişilik bir grup oluşturmuş** ve bu öğrencilere yönelik **sosyal beceri geliştirme amaçlı psikoeğitim çalışması** yürütmüştür. Risk belirtileri gösteren bir gruba erken müdahale edilmesi ise **ikincil önleme** kapsamında değerlendirilir.

Bu nedenle yapılan çalışmaların bir kısmı **temel önleme**, bir kısmı ise **ikincil önleme** niteliğindedir.

Cevap: D

6. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programları hazırlanırken programın genel çerçevesi standart olsa da, **okulun bulunduğu çevre, sosyo-ekonomik koşullar, fiziksel imkânlar ve paydaşların tutumları** dikkate alınarak düzenlenmesi gerekir. Bu nedenle programlar **katı ve değişmez değil, okulun koşullarına göre uyarlanabilir ve esnek bir yapıya sahip olmalıdır**.

Soruda okul psikolojik danışmanı "kariyer günleri" ve "ortaöğretim kurumlarını tanıma gezisi" gibi etkinlikler planlamaktadır. Ancak **ulaşım imkânlarının sınırlı olması ve velilerin temkinli yaklaşması** nedeniyle programın bazı bölümlerinde düzenleme yapmayı düşünmektedir. Bu durum, rehberlik programının **okulun koşullarına ve çevresel özelliklerine göre uyarlanması gerektiğini** göstermektedir.

A seçeneğinde programın **okulun özelliklerine göre esnetilmesi** ifade edilmektedir. Soruda anlatılan durum doğrudan bu ilkeye karşılık gelmektedir.

B seçeneğinde programın **tüm okullarda aynı biçimde uygulanması** yer almaktadır; bu gelişimsel rehberlik anlayışına aykırıdır.

C seçeneğinde programın **yalnızca müdahale hizmetlerine dayanması** ifade edilmektedir; kapsamlı rehberlik programları birden fazla hizmet bileşeninden oluşur.

D seçeneğinde programın **değerlendirme aşamasına gerek olmaması** belirtilmektedir; oysa değerlendirme programın önemli bir aşamasıdır.

E seçeneğinde programın **sadece sınıf rehberliği etkinliklerinden oluşması** ifade edilmektedir; kapsamlı rehberlik programları bundan çok daha geniş bir yapıya sahiptir.

Cevap: A

7. Kapsamlı gelişimsel rehberlik ve psikolojik danışma programı; rehberlik hizmetlerinin **tüm öğrencilere yönelik, gelişim dönemlerine uygun, sistemli ve sürekli** bir program çerçevesinde yürütülmesini esas alır. Bu yaklaşımda rehberlik çalışmaları okulun eğitim sürecini **destekleyen ve tamamlayan** bir yapıdadır; yalnızca problem yaşayan öğrencilere yönelik değildir. Soruda bu programın **temel ilke ve sayıltılarıyla çelişen** seçenek sorulmaktadır.

A seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin öğrencilerin gelişim dönemlerine uygun biçimde planlanması ve süreklilik göstermesi ifade edilmektedir. Bu, gelişimsel rehberliğin temel ilkelerinden biridir.

B seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin okulun eğitim programını destekleyici ve tamamlayıcı bir unsur olarak yürütülmesi yer almaktadır. Bu da kapsamlı rehberlik programlarının önemli özelliklerinden biridir.

C seçeneğinde programın tüm öğrencilere yönelik gelişimsel hedefler içerecek biçimde tasarlanması ifade edilmektedir. Bu yaklaşım gelişimsel rehberlik anlayışıyla uyumludur.

D seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin yalnızca belirgin uyum ve davranış problemi yaşayan öğrencilerle sınırlandırılması ifade edilmektedir. Bu durum **geleneksel, sorun odaklı rehberlik anlayışına** aittir ve kapsamlı gelişimsel rehberlik programının temel ilkeleriyle çelişir.

E seçeneğinde programın uygulanmasında zaman ve kaynakların planlı biçimde kullanılmasının önemsenmesi ifade edilmektedir. Bu da programın sistemli yürütülmesi açısından uygun bir yaklaşımdır.

Cevap: D

8. Okullarda yürütülen rehberlik hizmetlerinde **grup rehberliği**, tüm sınıfa veya belirli bir öğrenci grubuna yönelik olarak **bilgilendirme, farkındalık kazandırma ve beceri geliştirme amacıyla yapılan etkinlikleri** kapsar. Bu çalışmalarda öğrencilerin **iletişim, empati, problem çözme gibi sosyal becerilerinin geliştirilmesi** hedeflenir ve genellikle **sınıf rehberliği saatlerinde** uygulanır.

Soruda psikolojik danışman, sosyometri sonucunda sınıfta **dışlanan öğrenciler olduğunu fark etmiş**, bunun üzerine **tüm sınıfa yönelik iletişim becerileri, empati ve gruba aidiyet konularında sunumlar ve grup etkinlikleri** düzenlemiştir. Çalışma **tüm sınıfa yönelik bilgilendirme ve beceri geliştirme etkinliği** niteliğindedir.

A seçeneği olan **grupla psikolojik danışma**, belirli sayıda öğrenciden oluşan küçük bir grupla yürütülen terapötik süreçleri ifade eder. Soruda böyle bir yapılandırılmış danışma süreci yoktur.

B seçeneği olan **bireysel rehberlik**, tek bir öğrenciyle yapılan çalışmaları kapsar.

C seçeneği olan **grup rehberliği**, tüm sınıfa yönelik **bilgilendirici ve gelişimsel etkinlikleri** içerir. Soruda yapılan çalışma bu kapsamdadır.

D seçeneği olan **müşavirlik**, öğretmen veya velilere yönelik danışmanlık hizmetidir.

E seçeneği olan **oryantasyon**, okula veya yeni bir ortama uyum sağlamaya yönelik bilgilendirme çalışmalarını ifade eder.

Cevap: C

9. Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik Programı dört temel hizmet bileşeninden oluşur: **rehberlik müfredatı, bireysel planlama, müdahale hizmetleri ve sistem desteği**. **Sistem desteği**, rehberlik programının etkili biçimde yürütülmesi için yapılan **öğretmenlerin mesleki gelişimini destekleme, okul-çevre ilişkilerini güçlendirme, iş birliği oluşturma ve programın yürütülmesini destekleyen çalışmaları** kapsar.

Soruda Kerim Bey, rehberlik etkinliklerinin yalnızca **sorun odaklı** yürütüldüğünü, oysa programın etkili olabilmesi için **öğretmenlerin mesleki gelişimine yönelik çalışmalar yapılması ve okulun çevreyle bağlarının güçlendirilmesi gerektiğini** belirtmektedir. Bu tür faaliyetler rehberlik hizmetlerinin doğrudan öğrencilere sunulan

kısından ziyade programın **yürütülmesini destekleyen yönetsel ve iş birliğine dayalı çalışmalar**dır.

A seçeneği olan **müdahale hizmetleri**, sorun yaşayan öğrencilere yönelik psikolojik danışma, kriz müdahalesi ve sevk gibi çalışmaları kapsar.

B seçeneği olan **rehberlik müfredatı**, tüm öğrencilere yönelik sınıf içi rehberlik etkinliklerini içerir.

C seçeneği olan **bireysel planlama**, öğrencilerin eğitim ve kariyer kararlarını yapılandırmalarına yardımcı olan çalışmaları kapsar.

D seçeneği olan **müşavirlik (konsültasyon)** öğretmenlere yönelik danışmanlık çalışmalarını içerir; ancak soruda belirtilen öğretmen gelişimi ve çevre ilişkilerini kapsayan geniş kapsamlı destek faaliyetleri **sistem desteği** kapsamında ele alınır.

E seçeneği olan **sistem desteği**, rehberlik programının yürütülmesini güçlendiren **mesleki gelişim, okul-çevre iş birliği ve program yönetimi** gibi faaliyetleri kapsar.

Cevap: E

10. Okullarda yürütülen önleyici rehberlik çalışmalarında bazı uygulamalar **sorun ortaya çıkmadan önce tüm öğrencilere yönelik olarak yapılır**. Bu tür çalışmaların amacı riskli davranışların ortaya çıkmasını baştan engellemektir. Soruda okul psikolojik danışmanı, okulda henüz zorbalık vakası görülmemesine rağmen **tüm öğrencilere yönelik empati, iletişim ve zorbalıkla baş etme becerileri kazandırmayı amaçlayan etkinlikler planlamaktadır**. Bu nedenle yapılan çalışma **temel önleme** kapsamına girer.

A seçeneğinde yer alan **temel önleme**, henüz sorun ortaya çıkmadan önce yapılan ve tüm öğrencileri kapsayan koruyucu çalışmaları ifade eder. Soruda anlatılan uygulama bu tanıma uygundur.

B seçeneğinde yer alan **ikincil önleme**, sorun belirtileri ortaya çıkmış veya risk grubu belirlenmiş bireylerde sorunun yayılmasını önlemek amacıyla yapılan erken müdahale çalışmalarını ifade eder. Soruda ise henüz ortaya çıkmış bir sorun veya belirlenmiş bir risk grubu bulunmamaktadır.

C seçeneğinde yer alan **üçüncül önleme**, ortaya çıkmış ve yerleşmiş bir sorunun etkilerini azaltmak veya tekrarını önlemek amacıyla yapılan rehabilitasyon edici çalışmaları kapsar. Soruda böyle bir

durum yoktur.

D seçeneğinde yer alan **krize müdahale**, ani ve travmatik olaylardan sonra ortaya çıkan panik ve stres tepkilerini azaltmaya yönelik acil müdahaleleri ifade eder. Soruda kriz durumu söz konusu değildir.

E seçeneğinde yer alan **rehabilitasyon**, daha çok ciddi sorunlar yaşayan bireylerin yeniden uyum sağlamasını amaçlayan uzun süreli destek çalışmalarını kapsar.

Cevap: A

11. Bireysel planlama hizmetleri, öğrencilerin **kendilerini tanımaları, uygun eğitim ve kariyer kararları vermeleri ve bu kararların uygulanmasının desteklenmesi** amacıyla yürütülen çalışmaları kapsar. Bu kapsamda kullanılan temel stratejiler arasında **bireyi tanıma, bilgi verme, yerleştirme ve izleme** yer alır.

Soruda okul psikolojik danışmanı önce öğrencinin **ilgi ve yeteneklerini değerlendirerek** hangi alanda başarılı olabileceğini belirlemiştir. Ardından okul yönetimiyle görüşerek öğrencinin **uygun atölye grubuna alınmasını sağlamış ve resmi alan tercih sürecinde yönlendirme yapmıştır**. Bu süreçte öğrencinin uygun programa yerleştirilmesi söz konusudur.

A seçeneği olan bireyi tanıma, öğrencinin ilgi, yetenek ve özelliklerini belirlemeye yönelik çalışmaları ifade eder. Soruda bu adım yapılmış olsa da asıl vurgulanan işlem bu değildir.

B seçeneği olan bilgi verme, öğrenciyi meslekler veya eğitim olanakları hakkında bilgilendirmeyi ifade eder. Soruda yalnızca bilgilendirme değil, doğrudan yönlendirme yapılmaktadır.

C seçeneği olan izleme, öğrencinin yaptığı tercihlerin sonuçlarını daha sonra takip etmeyi ifade eder. Soruda böyle bir süreç yoktur.

D seçeneği olan yerleştirme, öğrencinin ilgi ve yeteneklerine uygun bir **eğitim programına veya alana yönlendirilmesini ve yerleştirilmesini** ifade eder. Soruda öğrencinin grafik tasarım alanına yönlendirilmesi ve uygun atölye grubuna alınmasının sağlanması bu duruma örnektir.

E seçeneği olan önleyici rehberlik, sorunların ortaya çıkmasını önlemeye yönelik çalışmaları ifade eder ve bireysel planlama stratejisi değildir.

Cevap: D

12. Okullarda yürütülen psikolojik danışma ve rehberlik çalışmalarında bazı programlar öğrencilerin yaşadığı riskli durumların büyümesini engellemek ve uyum becerilerini artırmak amacıyla planlanır. Bu tür çalışmalar genellikle **grup çalışmaları, beceri eğitimi ve psikoeğitim etkinlikleri** yoluyla öğrencilerin baş etme becerilerini geliştirmeyi hedefler.

Soruda bazı öğrencilerin **söz alırken yoğun kaygı yaşadığı, sınıf içi katılımdan kaçındığı ve akademik performanslarının düşmeye başladığı** belirtilmektedir. Okul psikolojik danışmanı ise bu durumu azaltmak için **nefes egzersizleri, bilişsel yeniden yapılandırma ve sosyal beceri etkinlikleri içeren bir grup programı** planlamıştır. Bu programın amacı öğrencilerin kaygısını azaltmak ve **uyumlu davranışları artırmaktır**.

A seçeneğinde yer alan **tanı almış öğrencilere tedavi uygulamak**, daha çok klinik psikolojik tedavi süreçlerini ifade eder. Soruda öğrencilerin tanı almış bir bozukluğu olduğuna dair bilgi bulunmamaktadır.

B seçeneğinde yer alan **kriz durumlarında hızlı müdahale**, ani ve travmatik olaylar sonrası yapılan kriz müdahalesini ifade eder. Soruda böyle bir kriz durumu söz konusu değildir.

C seçeneğinde yer alan **riskli davranışı önlemek ve istendik davranışları artırmak**, önleyici ve geliştirici rehberlik çalışmalarının temel amacıdır. Soruda planlanan grup çalışması da öğrencilerin kaygı davranışını azaltmayı ve sınıf içi katılımı artırmayı hedeflediği için bu tanıma uygundur.

D seçeneğinde yer alan **okul yönetiminin disiplin süreçlerini düzenlemek**, rehberlik programının amacı değildir ve sorudaki çalışma disipliniyle ilgili değildir.

E seçeneğinde yer alan **yalnızca akademik başarıyı yükseltmek** ifadesi de doğru değildir. Program akademik başarıyı dolaylı olarak desteklese de temel amaç öğrencilerin kaygısını azaltmak ve katılım davranışını artırmaktır.

Cevap: C

13. Rehberlik programları hazırlanırken ilk yapılması gereken çalışmalardan biri **okulun ve öğrencilerin ihtiyaçlarını belirlemektir**. Bu amaçla öğretmen, öğrenci ve velilerden veri toplanır; okulun önceki yıllardaki sorunları incelenir ve çevresel risk faktörleri analiz edilir. Böylece programın hangi alanlara öncelik vermesi gerektiği bilimsel verilerle belirlenir.

Soruda okul psikolojik danışmanı **öğretmenlerle görüşmeler yapmakta, öğrenci ve velilere anket uygulamakta ve RAM ile iş birliği kurarak bölgedeki risk faktörlerini belirlemeye çalışmaktadır**. Bu çalışmalar program geliştirme sürecinde **ihtiyaç analizi** yapılmasına karşılık gelir.

A seçeneğinde programın standart biçimde uygulanmasından söz edilmektedir. Soruda yapılan çalışma programı uygulamak değil, programı hazırlamadan önce veri toplamaktır.

B seçeneğinde programın yalnızca psikolojik danışman tarafından yürütülmesi ifade edilmektedir. Oysa soruda danışman öğretmenler, veliler ve RAM ile iş birliği yapmaktadır.

C seçeneğinde yer alan **ihtiyaç analizi**, rehberlik programı hazırlanırken okulun sorunlarını, risk faktörlerini ve öncelikli gereksinimlerini belirlemek için yapılan veri toplama ve değerlendirme çalışmalarını ifade eder. Soruda anlatılan süreç tam olarak bunu göstermektedir.

D seçeneğinde programın yalnızca akademik hedeflere odaklanması ifade edilmektedir; soruda böyle bir durum yoktur.

E seçeneğinde krize müdahale boyutunun artırılması söz konusudur; ancak soruda kriz değil, program hazırlığı süreci anlatılmaktadır.

Cevap: C

14. Bireysel planlama, kapsamlı gelişimsel rehberlik programında öğrencilerin **kendilerini tanımaları, eğitim ve kariyer kararları vermeleri, uygun tercihler yapmaları ve bu kararların sonuçlarını izlemeleri** sürecini kapsar. Bu süreçte öğrencinin kendi öğrenim ve kariyer yolunu planlamasına yardımcı olan çeşitli stratejiler kullanılır.

I. Bireyi tanıma, öğrencinin ilgi, yetenek, değer ve özelliklerini belirlemeye yönelik çalışmaları içerir. Bu çalışmalar bireysel planlamanın temel adımlarından biridir.

II. Bilgi verme, öğrencilerin eğitim olanakları, meslekler, kariyer yolları ve akademik seçenekler hakkında bilgilendirilmesini kapsar. Bu da bireysel planlama sürecinde kullanılan önemli stratejilerden biridir.

III. Yerleştirme, öğrencinin ilgi ve yeteneklerine uygun eğitim programına, alan seçimine veya kariyer yoluna yönlendirilmesini ifade eder. Bu süreç de bireysel planlamanın bir parçasıdır.

IV. İzleme, öğrencinin yaptığı tercihlerin sonuçlarının değerlendirilmesi ve gelişiminin takip edilmesi anlamına gelir. Bireysel planlama çalışmalarında kararların etkisinin görülmesi için izleme yapılır.

Bu nedenle dört stratejinin tamamı bireysel **planlama kapsamında yer alır**.

Cevap: E

15. Okul **oryantasyon programları**, öğrencilerin yeni girdikleri okula **uyum sağlamalarını kolaylaştırmak** amacıyla hazırlanır. Bu programlarda öğrencilerin **okul ortamını tanımaları, okul kurallarını öğrenmeleri ve okul içindeki kişilerle tanışmaları** hedeflenir. Amaç öğrencinin okula yabancılik hissetmemesi ve uyum sürecinin kolaylaştırılmasıdır.

A seçeneğinde öğrencilerin **birbirlerini tanımaları** yer almaktadır. Bu durum öğrencilerin sosyal uyumunu kolaylaştırdığı için oryantasyon programlarında yer alır.

B seçeneğinde öğrencilerin **okulu mekân olarak tanımaları** ifade edilmektedir. Sınıflar, laboratuvarlar, idari birimler gibi alanların tanıtılması oryantasyon programının temel içeriklerinden biridir.

C seçeneğinde öğrencilerin **verimli çalışma alışkanlıkları kazanmaları** yer almaktadır. Bu tür

çalışmalar daha çok **rehberlik müfredatı veya akademik gelişimi destekleyen rehberlik etkinlikleri** kapsamında yapılır; doğrudan oryantasyon programının amacı değildir.

D seçeneğinde öğrencilerin **okul görevlilerini tanımaları** yer almaktadır. Öğretmenler, yöneticiler ve diğer personelin tanıtılması uyum sürecini kolaylaştırdığı için oryantasyon programında bulunur.

E seçeneğinde öğrencilerin **okulun günlük rutin işleyişini tanımaları** ifade edilmektedir. Ders saatleri, teneffüs düzeni ve okul kuralları gibi bilgiler de oryantasyon programının parçasıdır.

Cevap: C

1. Çağdaş rehberlik anlayışı; rehberlik hizmetlerinin yalnızca problem ortaya çıktığında devreye giren bir yapıdan çıkarılıp **tüm öğrencilerin gelişimini destekleyen, önleyici ve gelişimsel bir program** çerçevesinde yürütülmesini ifade eder. Bu anlayışta rehberlik çalışmaları **sistemli, veri temelli ve iş birliğine dayalı** olarak yürütülür.

I. öncülde rehberlik hizmetlerinin **yalnızca disiplin sorunu yaşayan öğrenciler için devreye sokulması** ve "problem yoksa rehberliğe gerek yoktur" anlayışı ifade edilmektedir. Bu durum **geleneksel ve sorun odaklı rehberlik anlayışına** aittir; çağdaş rehberlikle uyumlu değildir.

II. öncülde rehberlik çalışmalarının **yalnızca test uygulanması ve sonuçların bildirilmesiyle sınırlı kalması**, ancak **gelişimsel izleme ve müdahale planı yapılmaması** ifade edilmektedir. Bu durum **test merkezli geleneksel rehberlik anlayışının** bir özelliğidir ve çağdaş rehberlik anlayışıyla örtüşmez.

III. öncülde rehberlik programı hazırlanırken **öğrencilerin gelişim özellikleri, okulun ihtiyaçları ve çevresel risk faktörlerinin analiz edilmesi** ve buna göre **önleyici çalışmalar ile sınıf rehberliği etkinliklerinin planlanması** belirtilmiştir. Bu yaklaşım çağdaş rehberlik anlayışıyla uyumludur.

IV. öncülde rehberlik çalışmalarının yalnızca akademik başarıya değil; **sosyal-duygusal beceriler, kariyer gelişimi ve yaşam becerileri** gibi alanlara da yönelik olarak **tüm sınıf düzeylerinde sistematik biçimde yürütülmesi** ifade edilmektedir. Bu da çağdaş rehberlik anlayışının önemli bir özelliğidir.

V. öncülde rehberlik hizmetlerinin yalnızca bireysel görüşmelerle sınırlı kalmayıp **aile, öğretmen ve okul yönetimiyle iş birliği içinde yürütülmesi** belirtilmektedir. Bu da kapsamlı gelişimsel rehberlik yaklaşımına uygundur.

Bu nedenle çağdaş rehberlik anlayışına ait olan ifadeler **III, IV ve V**'tir.

Cevap: D

2. Okullarda ani ve travmatik olaylar sonrasında öğrencilerde **korku, yoğun kaygı, dikkat dağınıklığı ve okuldan kaçınma** gibi tepkiler ortaya çıkabilir. Bu tür durumlarda psikolojik danışmanın öncelikli görevi, olayın yarattığı **akut stres tepkilerini azaltmak ve okul ortamında psikolojik güvenliği yeniden sağlamak** için hızlı bir destek süreci yürütmektir.

A seçeneğinde yer alan **koruyucu (önleyici) rehberlik**, sorun ortaya çıkmadan önce riskleri azaltmayı ve koruyucu faktörleri artırmayı amaçlayan çalışmaları ifade eder. Soruda ise sorun zaten ortaya çıkmıştır.

B seçeneğinde yer alan **geliştirici rehberlik**, öğrencilerin sosyal, duygusal ve akademik becerilerini geliştirmeye yönelik uzun vadeli gelişimsel çalışmaları kapsar. Sorudaki durum acil müdahale gerektiren bir olaydır.

C seçeneğinde yer alan **krize müdahale hizmeti**, ani ve travmatik bir olay sonrasında ortaya çıkan panik, korku ve kaygı tepkilerini azaltmak amacıyla yapılan **acil psikolojik destek çalışmalarını** ifade eder. Soruda öğrenciler arasında ciddi yaralanmayla sonuçlanan bir olay gerçekleşmiş ve birçok öğrenci yoğun kaygı yaşamaya başlamıştır. Bu nedenle öncelikli hizmet krize müdahaleidir.

D seçeneğinde yer alan **ayarlayıcı rehberlik**, öğrencilerin okul ortamına veya eğitim süreçlerine uyum sağlamasına yardımcı olan çalışmaları ifade eder. Soruda böyle bir uyum süreci söz konusu değildir.

E seçeneğinde yer alan **iyileştirici rehberlik**, daha çok var olan sorunların uzun vadede çözülmesine yönelik destek çalışmalarını ifade eder; ancak soruda öncelik **acil kriz durumuna müdahale etmektir**.

Cevap: C

3. Okullarda yürütülen rehberlik çalışmalarında öğrencilerin **kendi seçeneklerini değerlendirebilmesi, alternatifleri karşılaştırabilmesi ve kendi isteklerine göre seçim yapabilmesi** önemli bir gelişim alanıdır. Bu beceri, öğrencinin yaşamındaki akademik ve kişisel seçimleri sağlıklı biçimde yapabilmesini sağlar.

Soruda Selin'in arkadaşlarının etkisiyle sürekli farklı kurslara yönelmek istediği ve kendi kararını vermekte zorlandığı görülmektedir. Okul psikolojik danışmanı ise Selin'e **seçenekleri listelemekte, her seçeneğin olumlu ve olumsuz yönlerini değerlendirmesini istemekte ve kendi isteğini belirlemesine yardımcı olmaktadır**. Bu süreç doğrudan **karar verme becerisini geliştirmeye** yöneliktir.

A seçeneğinde yer alan **karar verebilme**, bireyin alternatifleri değerlendirmesi ve kendi tercihlerini bilinçli biçimde yapabilmesi becerisini ifade eder. Sorudaki çalışma bu beceriyi geliştirmeye yöneliktir.

B seçeneğinde yer alan **başkalarını anlama ve kabul etme**, bireyin empati kurma ve farklılıklara saygı gösterme becerileriyle ilgilidir; soruda bu yönde bir çalışma yoktur.

C seçeneğinde yer alan **ailenin önemini anlama**, aile ilişkileri ve aile bağlarının fark edilmesiyle ilgilidir; sorudaki durum bununla ilişkili değildir.

D seçeneğinde yer alan **toplum olgusunu anlama**, bireyin toplum kurallarını ve sosyal yapıyı anlamasıyla ilgilidir; soruda böyle bir hedef bulunmamaktadır.

E seçeneğinde yer alan **kendini tehlikelerden koruma**, bireyin fiziksel veya psikolojik risklerden korunma becerileriyle ilgilidir; sorudaki durumla ilişkili değildir.

Cevap: A

4. Geleneksel rehberlik anlayışı, rehberlik hizmetlerinin daha çok **sorun ortaya çıktıktan sonra devreye giren, problem odaklı ve sınırlı kapsamlı** bir yardım süreci olarak yürütülmesini ifade eder. Bu yaklaşımda rehberlik çalışmaları genellikle **sorun yaşayan öğrencilere yönelik**, psikolojik danışmanın merkezde olduğu ve çoğunlukla **bireysel görüşmelere dayanan** uygulamalar şeklinde yürütülür.

A seçeneğinde rehberlik çalışmalarının **çoğunlukla sorun yaşayan öğrencilerle sınırlı kalması** ifade edilmektedir. Bu durum geleneksel rehberlik anlayışının temel özelliklerinden biridir.

B seçeneğinde rehberlik hizmetlerinde **psikolojik danışmanın görevlerinin merkeze alınması** yer almaktadır. Geleneksel anlayışta rehberlik daha çok danışmanın sorumluluğunda görülür, bu nedenle bu ifade geleneksel anlayışla uyumludur.

C seçeneğinde uygulamaların **ortaya çıkan problem ve kriz durumlarına tepki verme biçiminde olması** ifade edilmektedir. Bu da geleneksel rehberliğin tepkisel (reaktif) yapısını gösterir.

D seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin **daha çok bireysel görüşmeler üzerinden yürütülmesi** belirtilmiştir. Geleneksel rehberlik anlayışında çalışmalar büyük ölçüde bireysel görüşmelere dayanır.

E seçeneğinde rehberlik hizmetlerinin **okulun tüm öğrencilerini kapsayacak şekilde planlanması** ifade edilmektedir. Bu özellik geleneksel rehberlik anlayışına değil, **kapsamlı gelişimsel rehberlik yaklaşımına** aittir.

Cevap: E

5. Okullarda yürütülen rehberlik programlarında bazı çalışmalar, henüz ciddi bir problem ortaya çıkmadan önce **riskli davranışların ortaya çıkmasını engellemeyi ve koruyucu becerileri geliştirmeyi** amaçlar. Bu tür çalışmalar **önleyici rehberlik** kapsamında değerlendirilir ve genellikle **tüm öğrencilere yönelik farkındalık ve beceri geliştirme etkinlikleri** içerir.

Soruda okul psikolojik danışmanı, öğrenciler arasında **sosyal medya bağımlılığına bağlı uyku düzeni bozulması ve akademik motivasyon düşüşü** olduğunu fark etmiş ve bu durumun **ile ride daha ciddi sorunlara dönüşmemesi için tüm öğrencilere yönelik dijital farkındalık çalışmaları** planlamıştır. Programda **sağlıklı teknoloji kullanımı, zaman yönetimi ve alternatif etkinliklere yönelme** gibi becerilerin geliştirilmesi hedeflenmektedir. Bu durum, sorun büyümeden önce riskli davranışı azaltmayı amaçladığı için **önleyici bir çalışmadır**.

A seçeneğinde yer alan **krize müdahale programı**, ani ve travmatik bir olay sonrasında ortaya çıkan panik ve stres tepkilerini azaltmaya yönelik acil müdahaleleri kapsar. Soruda böyle bir kriz durumu yoktur.

B seçeneğinde yer alan **önleyici program**, henüz sorun ciddi bir düzeye ulaşmadan önce riskli davranışların önüne geçmek ve koruyucu becerileri geliştirmek amacıyla yapılan çalışmaları ifade eder. Soruda planlanan çalışma bu tanıma uygundur.

C seçeneğinde yer alan **sevk odaklı müdahale**, bireyin okul imkânlarıyla çözülemez bir problem yaşaması durumunda başka kurumlara yönlendirilmesini ifade eder. Soruda böyle bir durum yoktur.

D seçeneğinde yer alan **rehabilitasyon programı**, ortaya çıkmış ciddi sorunların etkilerini azaltmaya ve bireyin yeniden uyum sağlamasına yönelik uzun süreli çalışmaları kapsar.

E seçeneğinde yer alan **klinik tedavi programı**, psikiyatrik veya klinik düzeyde müdahale gereken durumları ifade eder ve okul rehberlik hizmetlerinin temel uygulama alanı değildir.

Cevap: B

6. Kapsamlı psikolojik danışma ve rehberlik programları, rehberlik hizmetlerinin **planlı, sistemli ve gelişimsel bir anlayışla tüm öğrencilere yönelik yürütülmesini** amaçlar. Bu programlarda öğrencilerin akademik, kişisel-sosyal ve kariyer gelişimlerini destekleyen kazanımlar belirlenir ve rehberlik çalışmaları okulun öğretim süreciyle bütünleştirilir. Ayrıca öğretmenler, veliler ve okul yönetimi gibi paydaşların sürece katılımı önemsenir.

A seçeneğinde kapsamlı programların **gelişimsel rehberlik yaklaşımına dayalı olduğu** belirtilmektedir. Bu ifade kapsamlı rehberlik programlarının temel özelliğidir.

B seçeneğinde programın **okulun öğretim programlarıyla bağlantılı olarak yürütülmesi** ifade edilmektedir. Kapsamlı rehberlik programları eğitim sürecinin tamamlayıcı bir parçası olduğu için bu ifade doğrudur.

C seçeneğinde programda **öğrencilere kazandırılacak yeterliklerin merkeze alınması** belirtilmiştir. Gelişimsel rehberlik yaklaşımında öğrencilerin kazanması gereken beceri ve yeterlikler programın temelini oluşturur.

D seçeneğinde sınıf rehberlik etkinliklerinin yürütülmesinden **doğrudan okul psikolojik danışmanının sorumlu olduğu** ifade edilmektedir. Oysa kapsamlı rehberlik programlarında sınıf rehberliği etkinlikleri genellikle **sınıf rehber öğretmenleri tarafından yürütülür**, psikolojik danışman ise süreci planlar, koordine eder ve destekler.

E seçeneğinde programın **rehberlik hizmetlerinin okul genelinde sistemli biçimde yürütülmesini sağlayan bir çerçeve sunduğu** belirtilmektedir. Bu ifade de kapsamlı rehberlik programlarının amacına uygundur.

Cevap: D

7. Bireysel planlama hizmetleri, öğrencilerin **kendilerini tanımaları, eğitim ve kariyer seçenekleri hakkında bilgi edinmeleri, uygun kararlar vermeleri ve bu kararların sonuçlarını izlemeleri** sürecini kapsar. Bu süreçte kullanılan stratejiler arasında **bireyi tanıma, bilgi verme, yerleştirme ve izleme** yer alır.

Soruda okul psikolojik danışmanı, Berke'ye **farklı lise türlerinin eğitim içerikleri, mezuniyet sonrası üniversite olanakları ve iş alanları hakkında güncel bilgiler sunmakta** ve ilgi alanlarına göre hangi eğitim yollarının uygun olabileceğini anlatmaktadır. Bu durum öğrencinin seçenekleri hakkında bilgilendirilmesini içerir.

A seçeneğinde yer alan **bilgi verme**, öğrencilerin eğitim olanakları, meslekler ve kariyer yolları hakkında bilgilendirilmesini ifade eder. Soruda yapılan çalışma bu stratejiye örnektir.

B seçeneğinde yer alan **izleme**, öğrencinin yaptığı tercihlerden sonra gelişiminin takip edilmesi ve sonuçların değerlendirilmesi sürecidir; soruda böyle bir süreç yoktur.

C seçeneğinde yer alan **yerleştirme**, öğrencinin uygun bir eğitim programına veya kuruma yönlendirilmesini ve yerleştirilmesini ifade eder; soruda henüz böyle bir işlem yapılmamıştır.

D seçeneğinde yer alan **bireyi tanıma**, öğrencinin ilgi, yetenek ve özelliklerini belirlemek amacıyla yapılan değerlendirme çalışmalarını kapsar; soruda ağırlıklı olarak bilgilendirme yapılmaktadır.

E seçeneğinde yer alan **psikolojik danışma**, öğrencinin duygusal veya kişisel sorunlarına yönelik danışma sürecini ifade eder; soruda bu tür bir süreç yer almamaktadır.

Cevap: A

8. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programında **rehberlik müfredatı**, tüm öğrencilere yönelik olarak planlanan ve öğrencilerin **kişisel-sosyal, akademik ve kariyer gelişimlerini destekleyen sınıf düzeyi etkinliklerini** kapsar. Bu etkinlikler genellikle **sınıf rehberliği saatlerinde veya okul çapında yapılan gelişimsel çalışmalar** şeklinde yürütülür.

A seçeneğinde sınav kaygısı yaşayan öğrencilerle **grupla psikolojik danışma** yapılması yer almaktadır. Bu tür çalışmalar belirli bir sorun yaşayan öğrencilere yönelik olduğu için **müdahale hizmetleri** kapsamında değerlendirilir.

B seçeneğinde okulun **rehberlik hizmetleri yürütme kurulu toplantısı** yer almaktadır. Bu tür yönetsel ve koordinasyon çalışmaları **sistem desteği** kapsamında yer alır.

C seçeneğinde 7. sınıflarda **"etkili iletişim ve empati" konulu sınıf rehberliği etkinliği** uygulanması ifade edilmektedir. Bu tür etkinlikler tüm öğrencileri kapsayan **sınıf rehberliği çalışmaları** olduğu için **rehberlik müfredatı** bölümünde yer alır.

D seçeneğinde üniversite tercih sürecindeki öğrencilere **bireysel tercih danışmanlığı yapılması** yer almaktadır. Bu tür çalışmalar **bireysel planlama** hizmetleri kapsamında değerlendirilir.

E seçeneğinde riskli davranışları olan öğrencilerin **RAM'a sevk edilmesi** yer almaktadır. Bu uygulama **müdahale hizmetleri** kapsamında değerlendirilir.

Cevap: C

9. Etkili bir rehberlik programında yapılan etkinliklerin **belirli amaçlara ve kazanımlara dayanması**, öğrencilerin hangi becerileri geliştirmesinin hedeflendiğinin açık olması beklenir. Programdaki çalışmalar öğrencilerin gerçek ihtiyaçlarına hizmet etmeli ve belirli bir amaca yönelik olmalıdır.

A seçeneğinde yer alan **sistematiklik**, rehberlik çalışmalarının planlı, düzenli ve belirli bir sıraya göre yürütülmesini ifade eder. Soruda planlama eksikliğinden çok etkinliklerin amacının belirsiz olması vurgulanmaktadır.

B seçeneğinde yer alan **işlevsellik**, programın öğrencilerin ihtiyaçlarına hizmet etmesi ve yapılan etkinliklerin belirli bir amaca yönelik olması anlamına gelir. Soruda etkinliklerin hangi beceriyi ge-

liştirdiğinin veya hangi ihtiyacı karşıladığının belli olmadığı belirtilmiştir. Bu durum programın işlevsel olmadığını gösterir.

C seçeneğinde yer alan **değerlendirilebilir olma**, programın etkililiğinin ölçülebilmesi ve sonuçlarının değerlendirilebilmesi ile ilgilidir. Soruda vurgu değerlendirmeden çok etkinliklerin amacının belirsiz olmasıdır.

D seçeneğinde yer alan **taşınabilir olma ve esneklik**, programın farklı koşullara uyarlanabilmesi ile ilgilidir; soruda böyle bir durum yoktur.

E seçeneğinde yer alan **uygulanabilirlik**, programın okul koşullarında uygulanabilir olmasını ifade eder; soruda uygulama güçlüğünden söz edilmemektedir.

Cevap: B

10. Okul rehberlik programı hazırlanırken süreç genellikle **planlama, tasarlama, uygulama, değerlendirme ve geliştirme** aşamalarından oluşur. Bu aşamalardan **tasarlama aşamasında**, ihtiyaç analizi sonucunda elde edilen verilerden hareketle programın genel taslağı oluşturulur; öğrencilerin kazanması hedeflenen **yeterlikler ve hedef davranışlar belirlenir**, programın **yapısal kategorileri, zaman dağılımı ve uygulanacak çalışmaların çerçevesi** düzenlenir.

A seçeneğinde yer alan **uygulama**, program taslağı hazırlandıktan sonra planlanan etkinliklerin hayata geçirilmesi sürecidir; soruda anlatılan durum uygulama değildir.

B seçeneğinde yer alan **değerlendirme**, programın etkililiğinin incelenmesi ve hedeflere ulaşıp ulaşılmadığının belirlenmesi aşamasıdır.

C seçeneğinde yer alan **tasarlama**, programın genel yapısının oluşturulduğu, kazanımların ve hedef davranışların yazıldığı, programın örgütsel yapısı ve zaman dağılımının belirlendiği aşamadır. Soruda anlatılan çalışmalar bu aşamaya karşılık gelir.

D seçeneğinde yer alan **planlama**, daha çok ihtiyaç analizi yapma, veri toplama ve programın genel amaçlarını belirleme sürecini kapsar.

E seçeneğinde yer alan **geliştirme**, değerlendirme sonuçlarına göre programın güçlendirilmesi ve güncellenmesi aşamasıdır.

Cevap: C

11. Okullarda yaşanan deprem gibi travmatik olaylardan sonra yürütülen **krize müdahale çalışmaları**, öğrencilerin yaşadıkları olayı anlamlandırmalarına yardımcı olmayı, **duygusal tepkilerini ifade edebilmelerini sağlamayı** ve sağlıklı baş etme yolları geliştirmelerini desteklemeyi amaçlar. Bu süreçte öğrencilerin **duygu paylaşımı yapabilmesi, destek kaynaklarını fark etmesi ve stres tepkileri hakkında bilgi edinmesi** önemlidir.

A seçeneğinde öğrencilerin **olay sonrası ortaya çıkabilecek stres tepkilerini tanımalarına yardımcı olmak** yer almaktadır. Kriz müdahalesinde öğrencilerin yaşadıkları tepkilerin normal olduğunu anlamaları önemli bir hedeftir.

B seçeneğinde öğrencilerin **kriz sonrası baş etme yolları geliştirmelerine yardımcı olmak** ifade edilmektedir. Kriz müdahalesinin temel amaçlarından biri de öğrencilerin sağlıklı baş etme becerileri geliştirmesidir.

C seçeneğinde öğrencilerin **olayla ilişkili duygu ve düşüncelerini ifade edebilecekleri bir ortam oluşturmak** yer almaktadır. Kriz müdahalesinde duygu paylaşımı ve ifade süreci oldukça önemlidir.

D seçeneğinde öğrencilerin **aile, öğretmen ve arkadaş gibi destek kaynaklarını fark etmelerini sağlamak** ifade edilmektedir. Sosyal destek kaynaklarını fark etmek kriz sonrası iyileşme sürecini güçlendirir.

E seçeneğinde öğrencilerin kaygı ve korkularını azaltmak için **duygu paylaşımı yerine yalnızca düşüncelerini kontrol etmelerine odaklanmaları** belirtilmiştir. Kriz müdahalesinde duygu paylaşımını engellemek doğru bir yaklaşım değildir; bu nedenle bu ifade uygun değildir.

Cevap: E

12. Okullarda yürütülen **zorbalık önleme programları**, öğrencilerde **empati, iletişim, problem çözme ve sağlıklı sosyal etkileşim becerilerini geliştirmeyi** amaçlar. Bu programlar genellikle **beceri eğitimi, olumlu okul iklimi oluşturma ve öğretmenlerin destekleyici müdahaleleri** üzerine kuruludur. Şiddet içerikli yöntemler veya öğrencileri teşhir eden uygulamalar ise genellikle ters etki yaratır.

I. öncülde zorbalığın sonuçlarını göstermek için **şiddet içerikli görüntüler paylaşılması** önerilmektedir. Bu tür uygulamalar öğrencilerde korku yaratabilir veya saldırgan davranışları modelleyebilir; bu nedenle zorbalığı önlemede etkili bir yöntem değildir.

II. öncülde zorbalık yapan öğrencilerin **sınıf içinde teşhir edilmesi** ifade edilmektedir. Bu yaklaşım öğrenciyi damgalayabilir ve okul iklimini olumsuz etkileyebilir; bu nedenle uygun bir yöntem değildir.

III. öncülde öğrencilerin **empati, iletişim ve problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik rol oynama etkinlikleri** yapılması önerilmektedir. Bu tür sosyal beceri eğitimleri zorbalık önleme programlarının en etkili bileşenlerinden biridir.

IV. öncülde öğretmenlerin **olumlu disiplin ve etkileşim temelli müdahaleler konusunda eğitilmesi** yer almaktadır. Öğretmenlerin sınıf yönetimi ve olumlu disiplin stratejileri konusunda desteklenmesi zorbalığı önlemede önemli bir yaklaşımdır.

Bu nedenle zorbalığı önlemede daha etkili olacak uygulamalar **III ve IV** numaralı öncüllerdir.

Cevap: C

13. Okul psikolojik danışma ve rehberlik yıllık planları hazırlanırken programın **okulun ihtiyaçlarına uygun, gerçekçi ve hedef kitlenin özelliklerini dikkate alan** bir yapıda olması beklenir. Bu nedenle plan hazırlanırken öğrencilerin gelişim özellikleri, okulun bulunduğu çevre, öğrencilerin ve velilerin ihtiyaçları ile okul yönetiminin beklentileri gibi unsurlar göz önünde bulundurulur.

A seçeneğinde okulun bulunduğu çevrenin **sosyoekonomik özellikleri** yer almaktadır. Bu özellikler öğrencilerin ihtiyaçlarını ve karşılaşılabilecek-

leri risk faktörlerini etkilediği için plan hazırlanırken dikkate alınır.

B seçeneğinde okuldaki **öğretmenlerin branş dağılımı** yer almaktadır. Bu durum daha çok ders programı ve öğretim planlamasıyla ilgilidir; rehberlik programının hedef ve içeriklerinin belirlenmesinde doğrudan belirleyici değildir.

C seçeneğinde öğrencilerin **yaş ve gelişim özellikleri** yer almaktadır. Rehberlik etkinliklerinin sınıf düzeyine ve gelişim dönemine uygun olması gerektiği için bu unsur doğrudan dikkate alınır.

D seçeneğinde **öğrenci ve velilerin öncelikli ihtiyaçları** yer almaktadır. Rehberlik programı ihtiyaç analizi verilerine dayandığı için bu unsur planlamada önemlidir.

E seçeneğinde **okul yönetiminin beklenti ve öncelikleri** yer almaktadır. Rehberlik hizmetleri okul sistemi içinde yürütüldüğü için yönetimin beklentileri de planlamada dikkate alınır.

Bu nedenle yıllık plan hazırlanırken **doğrudan dikkate alınması beklenmeyen** unsur öğretmenlerin branş dağılımıdır.

Cevap: B

14. Kapsamlı gelişimsel rehberlik programları hazırlanırken programın **okulun mevcut koşullarına, öğrenci özelliklerine ve ortaya çıkan yeni ihtiyaçlara göre düzenlenmesi** gerekir. Bu nedenle program geliştirme sürecinde ilk yapılması gereken çalışma **okulun rehberlik ihtiyaçlarını belirlemek**, yani ihtiyaç analizi yapmaktır.

A seçeneğinde programın **tüm okullarda aynı şekilde uygulanması** ifade edilmektedir. Oysa kapsamlı rehberlik programları her okulun koşullarına göre uyarlanmalıdır.

B seçeneğinde okulun ihtiyaçlarını belirlemek amacıyla **ihtiyaç analizi çalışmalarına öncelik verilmesi** yer almaktadır. Programın değişen koşullara göre yeniden yapılandırılabilmesi için en temel adım ihtiyaç analizidir.

C seçeneğinde programın **yalnızca okul psikolojik danışmanının sorumluluğunda yürütülmesi** ifade edilmektedir. Kapsamlı rehberlik programları öğretmen, yönetici ve velilerin iş birliğini gerektirir.

D seçeneğinde programın **yalnızca kriz durumlarına yönelik etkinliklerden oluşması** belirtilmiştir. Oysa kapsamlı rehberlik programı gelişimsel, önleyici ve müdahale boyutlarını birlikte içerir.

E seçeneğinde programın **yalnızca akademik başarıyı artırmaya odaklanması** ifade edilmektedir. Rehberlik programları akademik, kişisel-sosyal ve kariyer gelişimini bütüncül biçimde ele alır.

Cevap: B

15. Ergenlerde riskli davranışları önlemeye yönelik psikolojik danışma ve rehberlik programları hazırlanırken amaç yalnızca problem davranışları azaltmak değil, aynı zamanda öğrencilerin **koruyucu becerilerini geliştirmek ve sağlıklı gelişimlerini desteklemektir**. Bu nedenle bu programlar genellikle **yaşam becerileri eğitimi, sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve risk-koruyucu faktörlerin birlikte ele alınması** üzerine kuruludur.

A seçeneğinde program içeriği oluşturulurken risk faktörleri ile koruyucu faktörlerin birlikte ele alınması yer almaktadır. Bu yaklaşım önleyici programların temel ilkelerinden biridir.

B seçeneğinde problem çözme, iletişim ve duygusal düzenleme gibi yaşam becerilerinin geliştirilmesi ifade edilmektedir. Bu beceriler öğrencilerin riskli davranışlardan uzak durmasına yardımcı olduğu için önleme programlarının önemli bir parçasıdır.

C seçeneğinde aile, öğretmen ve akran desteğinin programa dahil edilmesi yer almaktadır. Önleyici programlar ekolojik yaklaşımı benimser ve öğrencinin çevresindeki destek kaynaklarını sürece dahil eder.

D seçeneğinde program hazırlanırken ergenlik döneminin gelişimsel özellikleri ve okulun sosyo-kültürel koşullarının birlikte değerlendirilmesi belirtilmektedir. Programın etkili olabilmesi için hedef kitlenin özelliklerinin dikkate alınması gerekir.

E seçeneğinde programın temel hedefinin yalnızca istenmeyen davranışların azaltılmasıyla sınırlandırılması ifade edilmektedir. Oysa önleyici programlar yalnızca riskli davranışı azaltmayı değil, aynı zamanda olumlu becerileri ve koruyucu faktörleri geliştirmeyi hedefler. Bu nedenle bu yaklaşım uygun değildir.

Cevap: E

1. **Etik standartların temel işlevi** ifadesinin "meslek mensuplarının haklarını danışanların taleplerine karşı hukuki bir koruma kalkını altına almak" şeklinde tanımlanması yanlıştır. Meslek etiği literatüründe etik kodların temel amacı **danışanı korumak, zarar vermeme, yarar sağlama, özerkliğe saygı, adalet ve dürüstlük/sadakat** ilkelerini güvence altına almaktır. Etik sistemin merkezinde **danışanın esenliği ve mesleki sorumluluk** yer alır. Etik kodlar profesyonellere sınırlar ve rehberlik sunarak dolaylı bir koruma sağlayabilir; ancak bu, onların **temel işlevi** değildir. Etik düzenlemeler öncelikle **kamu yararını ve hizmet alanın haklarını** korumaya yöneliktir. Bu nedenle etik standartların esas amacını meslek mensuplarını danışan taleplerine karşı korumak olarak tanımlamak, etik anlayışın özüne aykırıdır. **Bu nedenle D seçeneği yanlıştır.**

Etik kuralların **katı ve değişmez** metinler olmadığı, mesleki ve toplumsal değişimlere paralel biçimde güncellenebileceği doğrudur. Etik kodların **belirsiz ve karmaşık durumlarda karar verme sürecine rehberlik eden bir çerçeve** sunduğu literatürde açık biçimde belirtilmektedir. Bu nedenle bu ifade doğrudur. Bir davranışın **yasal olması**, onun mutlaka **etik olduğu** anlamına gelmez. Hukuk ile etik farklı normatif sistemlerdir ve etik standartlar çoğu zaman yasal sınırların ötesine geçer. Bu nedenle bu ifade doğrudur. Etik ihallerde yaptırımların ilgili meslek örgütlerinin etik kurulları tarafından **uyarıdan meslekten mene kadar** uzanabilmesi mümkündür. Bu nedenle bu ifade doğrudur.

Cevap: D

2. Bu vakada temel etik sorun, psikolojik danışmanın **yetkinlik sınırları dışında hizmet sunması** ve bunu danışanın koşullarını gerekçe göstererek meşrulaştırmaya çalışmasıdır. Etik karar verme modellerinde ilk adım, durumun hangi **etik ilke ihlallerini barındırdığını** belirlemektir. **Yetkinlik (Yeterlilik)** ilkesi, danışmanın yalnızca **eğitimi aldığı, deneyim kazandığı ve gerekli süpervizyonu edindiği alanlarda hizmet sunmasını** zorunlu kılar. Selim Bey teorik bilgiye sahip olsa da **vaka deneyimi ve süpervizyonu bulunmamaktadır**. Cinsel işlev bozuklukları, özel teknik bilgi ve klinik deneyim gerektiren bir alandır. Bu nedenle uzmanlık alanı dışında hizmet sunması, **mesleki**

yeterlilik sınırlarının aşılması anlamına gelir. Bu nedenle II numaralı önerme doğrudur.

Adalet ilkesi, hizmete erişimde ayrımcılık yapmayı ve danışanlara **eşit ve hakkaniyetli hizmet sunmayı** gerektirir. Danışanın sosyo-ekonomik durumunu gözlemek etik açıdan önemlidir; ancak **niteliksiz ya da yetersiz hizmet sunmak**, adalet ilkesinin özüne aykırıdır. Adalet yalnızca "reddetmemek" değil, aynı zamanda **nitelikli hizmet sunmak** anlamına gelir. Yetersiz müdahale, danışanı dezavantajlı konumda bırakabilir. Bu nedenle III numaralı önerme doğrudur.

Zarar Vermeme ilkesi, mesleki uygulamalarda danışana **psikolojik, duygusal ya da işlevsel zarar vermeme yükümlülüğünü** içerir. Uzmanlık ve süpervizyon eksikliği, yanlış müdahale riskini artırır. Cinsel işlev bozuklukları gibi hassas alanlarda hatalı müdahale, sorunun ağırlaşmasına ya da danışanın suçluluk ve yetersizlik duygularının pekişmesine yol açabilir. Bu bağlamda süreci yetkin bir uzmana yönlendirmek yerine üstlenmek, **potansiyel zarar riskini artırmaktadır**. Bu nedenle IV numaralı önerme doğrudur.

İyilik ilkesi, danışanın yararını gözetmeyi ifade eder; ancak yarar sağlama, **iyi niyetle süreci üstlenmek** değil, **gerçekten yararlı ve etkili müdahale sunabilmek** demektir. Danışanın başka bir uzmana ulaşamıyor olması, yetkinlik sınırlarının aşılmasını otomatik olarak meşrulaştırmaz. Etik literatürde "erişemiyor" gerekçesi, **yetersiz hizmet sunmayı haklı çıkaran bir kriter değildir**. Bu nedenle yalnızca ulaşım zorluğuna dayanarak süreci üstlenmek, iyilik ilkesine uygun kabul edilemez. Bu nedenle I numaralı önerme yanlıştır.

Sonuç olarak II, III ve IV numaralı önermeler etik açıdan doğrudur.

Cevap: D

3. Bu vakada temel etik mesele, **gizlilik ilkesinin sınırları ile çocuğun korunması yükümlülüğü** arasındaki çatışmadır. Okul psikolojik danışmanları açısından çocuklara yönelik **fiziksel istismar**, yalnızca etik değil aynı zamanda **hukuki bildirim yükümlülüğü** doğuran bir durumdur. Yüksek zarar ilkesi ve zarar vermeme ilkesi, özellikle çocuk söz konusu olduğunda önceliklidir. Gizlilik, danışma ilişkisinin temel unsurlarından biri olmakla birlikte, literatürde açık biçimde belirtildiği üzere **kendine zarar verme, başkasına zarar verme veya istismar durumlarında gizlilik sınırlandırılır**. Danışmanın görevi, gizliliği mutlak biçimde korumak değil; danışana en baştan gizliliğin sınırlarını açıklamak ve gerekli durumlarda **yetkili mercilere bildirimde bulunmaktır**. Bu olayda fiziksel şiddet söz konusudur ve öğrenci açıkça mağdur durumdadır. Bu durumda danışmanın önceliği **öğrencinin güvenliğini sağlamak ve yasal bildirim yükümlülüğünü yerine getirmektir**. Aynı zamanda öğrenciye, gizliliğin sınırlarını açıklayarak süreci şeffaf biçimde yürütmesi gerekir. Bu yaklaşım hem etik hem de hukuki sorumlulukla uyumludur. Bu nedenle C seçeneği doğrudur.

Gizlilik sözüne sadık kalarak durumu yalnızca öğrenciyle çalışmaya devam etmek, **istismar vaka-sında gizliliği mutlaklaştırmak** anlamına gelir ve çocuğun korunması yükümlülüğünü ihlal eder. Bu nedenle bu yaklaşım etik değildir.

Aileyi çağırıp babayı ikna etmeye çalışmak ve bildirim yapılmayacağına dair güvence vermek, hem **yasal yükümlülüğün ihlali** hem de mağdur çocuğun güvenliğini riske atma anlamına gelir. Bu nedenle bu yaklaşım uygun değildir.

Fiziksel şiddet izleri geçene kadar izin kağıdı yazmak, istismarı örtük biçimde görmezden gelmek anlamına gelir ve **koruyucu müdahale sorumluluğunu yerine getirmemek** demektir. Bu nedenle etik değildir.

Durumu yalnızca okul müdürüne sözlü olarak iletip sorumluluğu tamamen devretmek, danışmanın **kişisel etik ve yasal sorumluluğunu ortadan kaldırmaz**. Bildirim yükümlülüğü bireysel sorumluluktur. Bu nedenle bu yaklaşım da uygun değildir.

Cevap: C

4. Bu soruda odak nokta **profesyonel sınırlar ve çoklu ilişki riskidir**. Meslek etiği literatüründe psikolojik danışma ilişkisinin temel özelliği, ilişkinin **terapötik amaçla ve tek yönlü bir profesyonel çerçevede** yürütülmesidir. Danışma süreci sonlandıktan sonra da sınırların korunması önemlidir; ancak bağlam ve risk değerlendirmesi belirleyicidir. **Profesyonel sınırların korunması** ilkesi, danışma ilişkisinin sonlanmasının ardından danışanla kurulacak temasların, **çıkart ilişkisine dönüşmemesi, güç dengesini yeniden bozması** ve terapötik süreci zedelememesi koşuluyla değerlendirilebileceğini belirtir. Uzun süreli ve başarıyla sonlandırılmış bir sürecin ardından, danışanın daveti üzerine mezuniyet törenine katılmak; eğer süreç tamamlanmışsa, aktif terapi ilişkisi bitmişse ve bu katılım **çıkart temelli ya da sömürü niteliğinde değilse**, etik açıdan kabul edilebilir. Burada önemli olan, **sınır ihlaline dönüşmemesidir**. Bu nedenle B seçeneği uygundur.

Danışanın işlettiği restoranda özel indirim talep etmek, **çıkart sağlama ve çoklu ilişki oluşturma** anlamına gelir. Danışma ilişkisinin ekonomik bir menfaat ilişkisine dönüşmesi etik ihlaldir. Bu nedenle bu davranış uygun değildir.

Seans ücreti karşılığında İngilizce dersi istemek, açık biçimde **hizmet karşılığı hizmet değişimi ve çoklu ilişki** oluşturur. Bu durum güç dengesini bozar ve sömürü riskini artırır. Bu nedenle uygun değildir.

Seans sırasında danışanın sürekli elini tutmak, fiziksel temas yoluyla **profesyonel sınırın ihlali** riskini taşır. Özellikle kültürel ve bireysel bağlam gözlemlenmeden yapılan fiziksel temas etik açıdan sakıncalıdır. Bu nedenle uygun değildir.

Aktif danışanın sosyal medya arkadaşlık isteğini kabul etmek, terapötik ilişkiyi **çevrim içi sosyal ilişkiye dönüştürmek** anlamına gelir ve sınır ihlali oluşturur. Bu nedenle uygun değildir.

Cevap: B

5. Bu sorunun merkezinde **mesleki yeterlik sınırları, doğru temsil sorumluluğu ve zarar vermeme ilkesi** bulunmaktadır. Danışman, henüz eğitimi tamamlamadığı ve süpervizyon almadığı bir alanda kendisini uygulayıcı olarak tanıtmakta ve "**Travma Uzmanı**" unvanını kullanmaktadır. **I. öncüldeki** "uzmanlık alanı ve eğitim düzeyi konusunda kamuoyunu yanıltmamak" doğrudan ihlal edilmiştir. Çünkü danışman, tamamlamadığı eğitimi tamamlamış gibi sunarak **yanıltıcı beyan** vermektedir. Etik kodlar, mesleki kimliğin ve yeterlik alanlarının **gerçeğe uygun biçimde temsil edilmesini** zorunlu kılar. **II. öncül** de ihlal edilmiştir. Yeterli eğitim ve süpervizyon olmadan travma müdahalesi yürütmek, danışanın **zarar görme riskini artırır**. Travma alanında yapılan hatalı müdahaleler yeniden travmatizasyon gibi ciddi sonuçlar doğurabilir. Bu durum **zarar vermeme ilkesine aykırıdır**. **III. öncül** de ihlal edilmiştir. "Travma Uzmanı" unvanının kullanılması, sahip olunmayan bir yetkinliğin varmış gibi sunulmasıdır. Bu, **mesleki unvanı doğru temsil etme yükümlülüğüne** aykırıdır. Bu nedenle üç öncül de ihlal edilmiştir.

Cevap: E

6. Bu soruda temel ilke **sadakattir**. Danışman, gizlilik konusunda verdiği söze bağlı kalmış ve süreci bu çerçevede yürütmüştür. **Sadakat ilkesi**, profesyonel taahhütlere bağlı kalmayı ve güven ilişkisini sürdürmeyi ifade eder. Burada belirleyici unsur, danışmanın **verdiği sözü tutmasıdır**. **Özerkliğe saygı**, danışanın karar verme hakkına odaklanır. **Yetkinlik**, mesleki yeterlilikle ilgilidir; senaryoda buna ilişkin bir durum yoktur. **Adalet**, eşit hizmet sunumunu ifade eder. **Zarar vermeme ilkesi** gizlilikle bağlantılı olabilir; ancak soruda özellikle **söz tutma ve güveni koruma** boyutu vurgulanmıştır. Bu nedenle en doğrudan ilişki **sadakat ilkesidir**.

Cevap: A

7. Bu soruda etik değerlendirme, **çocuğun üstün yararı, bildirim yükümlülüğü ve gizliliğin sınırları** çerçevesinde yapılmalıdır. Bu çerçevede **I. öncül uygun değildir**. İstismar şüphesinde, şüpheli ebeveynle önceden görüşmek çocuğun güvenliğini tehlikeye atabilir ve yasal süreci riske sokabilir. Etik ve hukuki yükümlülük, durumu yetkili mercilere bildirmektir. **II. öncül uygundur**. Çocuğa gizliliğin sınırlarını gelişim düzeyine uygun biçimde açıklamak, **şeffaflık ve bilgilendirme sorumluluğu** gereğidir. **III. öncül de uygundur**. Bildirim yapılırken yalnızca gerekli bilgilerin paylaşılması, **mahremiyetin asgari düzeyde ihlali** ilkesine uygundur. Bu nedenle II ve III. öncüller etik açıdan uygundur.

Cevap: D

8. **Bilgilendirilmiş onam**, danışanların haklarının korunması ve tedavi sürecinin temel bileşenlerinden biri olan güven ilişkisinin gelişmesine yönelik önemli bir araç, aynı zamanda psikolojik danışman için yasal ve etik bir yükümlülüktür. Danışanların pek çok farklı alternatif içinden kendileri için en uygun yöntemi seçmek üzere mantıklı bir karar almalarını içeren bilgi paylaşım sürecidir. Bilgilendirilmiş onam danışanın karar verme hakkının yanı sıra bireysel özgürlüğe saygı, özerklik ve danışana verilen değeri de yansıtır. **Bilgilendirilmiş onamda** uygulanacak tedavinin niteliği, psikolojik danışmanın kendisine ait bilgiler, gizlilik, tedavinin olası riskleri ve faydaları, tedavi alternatifleri, yeterlilik ve zorlamanın olmaması, reddetme veya devam etmeme hakkı, çalışma saatleri, ödeme ve ücret meseleleri ve bilgilerin mahremiyeti bilgileri bulunur. Ancak onamda danışma süreci sonunda kesin iyileşme garantisi vermek gibi bir bilgi yer almaz ve **etik değildir**. Psikolojik danışma, **olasılık temelli bir profesyonel süreçtir**; kesin sonuç garantisi vermek **yanıltıcı temsil ve gerçekçi olmayan beklenti oluşturma** anlamına gelir.

Cevap: E

9. Bu soruda temel nokta **gizliliğin korunması ve mesleki sorumluluktur**. Açık ofis ortamı, üçüncü kişilerin duyma riskini barındırır. Danışanın "kimse dinlemiyor" ifadesi, nesnel olarak güvenli bir ortam sağlandığı anlamına gelmez. Bu durumda danışmanın öncelikle yapması gereken, ortamın **gizlilik açısından risklerini açıklamak** ve danışandan konuşmalarının duyulmayacağı güvenli bir alan sağlamasını istemektir. Bu yaklaşım, **zarar vermeme ve gizliliği koruma yükümlülüğü** ile uyumludur. Danışanın beyanına dayanarak devam etmek, sorumluluğu danışana devretmek olur. Süreci tamamen sonlandırmak ölçüsüzdür.

Fısıldamanın yeterli olduğunu kabul etmek riski küçümsemektir. Durumu seans sonuna bırakmak ise mevcut riskin sürmesine izin vermektir. **Bu nedenle en uygun davranış riskleri açıklayıp güvenli ortam talep etmektir.**

Cevap: E

10. Bu soruda temel etik mesele **değer dayatma yasağı ve tarafsızlıktır**. Danışman, kendi dünya görüşünü danışana empoze edemez. Danışana ailesinin haklı olduğunu söyleyerek onu belirli bir karara yönlendirmek, danışanın **özerkliğini ihlal etmek** ve danışma sürecini danışman merkezli hale getirmek anlamına gelir. Kendi değerlerinin farkına varmak ve süpervizyon almak etik öz farkındalık göstergesidir. Danışanın duygu ve ihtiyaçlarına odaklanmak danışan merkezli yaklaşıma uygundur. Tarafsızlık korunamıyorsa uygun yönlendirme yapılması etik bir çözümdür. Danışanın yaşadığı kaygıya odaklanmak mesleki rolün gereğidir. **Ancak danışanı kendi değerleri doğrultusunda yönlendirmek etik açıdan aykırı bir tutumdur.**

Cevap: B

11. Bu soruda temel kavram **çoklu ilişki ve çıkar çatışması riskidir**. Psikolojik danışma ilişkisinin yapısı gereği, danışanla kurulan bağ yalnızca **terapötik ve profesyonel** bir çerçevede kalmalıdır. Arkadaş ya da akrabaya psikolojik danışma yapmak, açık bir **çoklu ilişki** oluşturur ve objektifliği zedeler. Bu nedenle etik ihlal içerir. Danışandan borç almak, ekonomik çıkar ilişkisi doğurur ve **güç dengesini bozar**; bu açık bir etik ihlaldir. **Danı-**

şanla romantik ilişki kurmak, en ağır sınır ihlallerinden biridir ve açıkça etik dışıdır. Danışanla ortak ticaret yapmak da yine **çift yönlü çıkar ilişkisi** yaratarak terapötik çerçeveyi bozar. Buna karşılık, tanıdık bir meslektaşın yönlendirdiği danışana psikolojik danışma yapmak tek başına bir ihlal değildir. Burada önemli olan, danışanla önceden kişisel bir ilişki bulunmaması ve sürecin profesyonel sınırlar içinde yürütülmesidir. Bu durumda **etik ihlal söz konusu değildir**.

Cevap: E

12. Soruda **özerklik ilkesi** vurgulanmaktadır. Danışman, uygulayacağı tekniklerin etkilerini, risklerini ve alternatif yardım yollarını ayrıntılı biçimde açıklamış; ardından danışanın kendi iradesiyle karar vermesini beklemiştir. Bu yaklaşım, danışanın **bilgiye dayalı karar verme hakkını** destekler. Özerklik ilkesi, bireyin kendi yaşamına ilişkin seçimleri dış baskı olmaksızın yapabilmesini ifade eder. Danışmanın müdahalesi, danışanın kendi kaderini tayin etme hakkını güçlendirmeye yöneliktir. **Adalet ilkesi** eşitlik boyutuyla ilgilidir. **Yararlılık ilkesi** danışanın iyilik halini artırmayı amaçlar. **Sadakat**, verilen sözü tutma ile ilgilidir.

Zarar vermeme ilkesi riskten kaçınmayı içerir. Dolayısıyla en doğrudan korunan ilke özerkliktir.

Cevap: C

13. **İdeolojik istismar**, danışmanın kendi inanç, değer ya da dünya görüşünü danışana empoze etmesi ve danışma sürecini bu doğrultuda yönlendirmesidir. Danışana kendi inanç sistemindeki "ideal evlat" modelini doğru yol olarak sunmak ve bu yönde ikna etmeye çalışmak, danışanın **özerkliğini zedeleyen ve değer dayatan** bir tutumdur. **Bu durum açık biçimde ideolojik istismar kapsamındadır**. Psikolojik danışmanın tarafsızlıkta zorlandığını fark edip süpervizyon alması etik öz farkındalıktır. Danışanı başka bir uzmana sevk etmek, tarafsızlığı koruma çabasıdır. Geçmiş yaşıntılara odaklanmak terapötik bir müdahaledir. Ücreti ekonomik duruma göre düzenlemek etik duyarlılıkla ilişkilidir.

Cevap: A

14. Bu soruda mesele **gizliliğin sınırlarıdır**. Psikolojik danışman, danışanın açık rızası olmadan bilgi paylaşamaz; ancak bazı durumlarda **yasal ve etik bildirim yükümlülüğü** doğar. Bu çerçevede bir kişiyi öldürmeye yönelik somut plan, başkasına zarar riskidir ve bildirim gerektirir.

Çocuklara yönelik cinsel istismar itirafı da yasal bildirim yükümlülüğünü doğurur. Mahkeme kararı resmi bir zorunluluktur. İntihar hazırlığı ise kendine zarar riskidir ve müdahale gerektirir. **Buna karşılık, danışanın eşinin telefonla arayarak bilgi istemesi, gizliliği bozmak için yeterli bir gerekçe değildir**. Danışanın açık rızası olmadan bilgi paylaşılması etik olmaz ve bu durumda bilgi paylaşmak uygun değildir.

Cevap: E

15. Bu sorunun odağında **kayıtların güvenli şekilde saklanması ve gizliliğin korunması** bulunmaktadır. Danışma kayıtları, yetkisiz erişime karşı korunmalıdır. Kayıtları, kurumda herkesin erişebileceği ortak bilgisayarda yalnızca klasör adı vererek saklamak, veri güvenliğini sağlamaz ve **gizlilik ihlali riski taşır**. Bu açık bir etik ihlaldir. Danışanın işverenine, yasal zorunluluk yoksa kayıt vermeyi reddetmek etik açıdan doğrudur. Fiziksel formları kilitli dolapta saklamak uygun bir güvenlik önlemidir. Bilgilendirilmiş onamda gizlilik sınırlarını açıklamak etik zorunluluktur. Notları terapötik açıdan önemli bilgilerle sınırlamak mesleki kayıt tutma ilkesine uygundur. **Ancak ortak bilgisayarda erişime açık biçimde saklamak uygun değildir**.

Cevap: B

1. Danışma süreci başarıyla sonlandırılmış olsa bile, profesyonel ilişkinin geçmişte var olmuş olması, güç dengesinin tamamen ortadan kalktığı anlamına gelmez. Özellikle eski danışanla ekonomik içerikli bir ilişkiye girilmesi, etik açıdan dikkatle değerlendirilmelidir. Aydın Bey'in, eski danışanından emlak komisyonu almamasını talep etmesi, açık biçimde **çıkarcı sağlama** girişimidir. Bu durum, danışanın geçmişteki terapötik konumunu kullanarak avantaj elde etme anlamına gelir. Ayrıca eski danışanla ekonomik ilişkiye girilmesi **çoklu ilişki** oluşturur ve profesyonel sınırların bulanıklaşmasına yol açar. Burada yetkinlik sınırlarının aşılması söz konusu değildir; burada mesele yeterlilik değil sınırdır. Toplumsal sorumluluk ihlali bulunmamaktadır. Gizlilik ihlali yoktur; herhangi bir bilgi paylaşımı söz konusu değildir.

Danışanın özerkliğine doğrudan müdahale edilmemiştir; ancak çıkar ilişkisi kurulmuştur. Bu nedenle davranış, doğrudan **danışanı kendi çıkarı doğrultusunda kullanma ve çoklu ilişki kurma** ile ilişkilidir.

Cevap: B

2. **Gizlilik ilkesi**, danışanın rızası olmaksızın korunur; ancak kendine ya da başkasına zarar riski ve istismar durumlarında etik ve yasal yükümlülükler doğar. Çocuğun fiziksel şiddete maruz kaldığını ifade etmesi bildirim gerektirir. Zihinsel yetersizliği bulunan bireyin ihmal edilmesi de bildirim kapsamındadır. Belirli bir kişiye yönelik saldırı planı başkasına zarar riskidir. İntihara yönelik somut plan ise kendine zarar riskidir. Buna karşılık, borderline kişilik bozukluğunu düşündüren duygu dalgalanmaları tek başına gizliliği bozma gerekçesi değildir. **Tanısal bir değerlendirme, başlı başına bildirim yükümlülüğü doğurmaz.** Burada somut zarar riski yoktur. Dolayısıyla gizliliğin bozulamayacağı durum budur.

Cevap: A

3. Bu soruda belirleyici kavram **yetkinlik ve yeterlilik sınırlarını** bilmedir. Okul psikolojik danışmanı, öğrencide klinik düzeyde obsesif belirtiler olabileceğini değerlendirmiş ve kendi rol sınırlarını gözeterek bir çocuk psikiyatristine yönlendirme yapmıştır. Etik kodlara göre danışman, uzman-

lık alanını aşan durumlarda uygun yönlendirme yapmakla yükümlüdür. Bu yaklaşım hem danışanın yararını gözetir hem de profesyonel sınırların korunmasını sağlar. Burada öncelikli ilke, **mesleki yeterlilik sınırlarını bilmek ve gerektiğinde sevk etmektir.**

Cevap: C

4. Bu sorunun merkezinde **başkasına zarar verme riski** ve buna bağlı etik yükümlülük yer almaktadır. Grup üyesi, belirli bir kişiyi öldürmeyi planladığını ifade etmiştir. Bu, soyut bir öfke ifadesi değil; **somut zarar tehdidi** içeren bir beyan niteliğindedir. Bu durumda danışmanın sorumluluğu, yalnızca grup içi süreci yönetmek değildir; **aynı zamanda potansiyel mağduru korumaktır.** Gizlilik ilkesi, başkasına yönelik ciddi ve yakın zarar riski söz konusu olduğunda sınırlandırılabilir. Üyeyi gruptan çıkarmak tek başına çözüm değildir. Bireysel danışmaya almak, yasal yükümlülüğü ortadan kaldırmaz. Sessiz kalmak etik değildir.

Gündemi değiştirmek sorunu görmezden gelmek olur. Yasal yükümlülük gereği potansiyel mağdurun korunması gerekir. **Bu nedenle uyarı yükümlülüğü devreye girer.**

Cevap: E

5. Bu soruda temel mesele **sınır ihlali ve çoklu ilişki riskidir.** Danışanla sosyal faaliyetlere katılmak terapötik ilişkinin sınırlarını aşar. Danışandan araba satın almak ekonomik çıkar ilişkisi doğurur. Danışanın kredisine kefil olmak ciddi bir çoklu ilişki ve bağımlılık oluşturur.

Danışanın mağazasından alışveriş yapmak da ekonomik bağ kurar. **Buna karşılık, danışanın evde yaptığı ve getirdiği bir pastayı kabul etmek, bağlamına göre küçük ve sembolik bir jest olabilir.** Kültürel bağlam ve güç dengesini zedelememesi koşuluyla bu tür küçük hediyeler mutlak bir etik ihlal değildir. Önemli olan bunun **çıkarcı ilişkisine dönüşmemesi ve sınırları zedelememesidir.** Bu nedenle etik çerçevede kabul edilebilir bir davranıştır.

Cevap: D

6. Elektronik posta yoluyla yürütülecek bir danışma süreci, veri güvenliği ve mahremiyet açısından yüz yüze görüşmelere kıyasla ek riskler barındırır. Bu nedenle danışmanın öncelikle yapılması gereken, bu riskleri danışanla açık biçimde paylaşmak ve sürecin sınırlarını birlikte değerlendirmektir. Bu bağlamda en uygun yaklaşım, danışanı elektronik iletişimin doğurabileceği **gizlilik riskleri konusunda bilgilendirmek** ve bu konuyu ayrıntılı biçimde tartışmaktır. Böylece danışan, olası riskleri bilerek karar verir; bu durum hem **özerkliği destekler** hem de danışmanın etik sorumluluğunu yerine getirmesini sağlar. Şifreleme sisteminin kurulması teknik bir önlemdir; ancak tek başına yeterli değildir ve danışan bilgilendirilmeden etik sorumluluk tamamlanmış sayılmaz. Feragatname imzalatmak, bilgilendirme yapılmadan etik güvence sağlamaz; ayrıca sorumluluğu tek taraflı olarak danışana yükleme riski taşır. İletileri bir hukukçu-ya göndermek gizliliği daha da ihlal eder.

Tüm postaları saklamak arşivleme ile ilgilidir; temel mesele bilgilendirme değildir. Dolayısıyla en uygun yol, **önceden bilgilendirme ve gizliliği tartışmadır**.

Cevap: C

7. Sevk, danışmanın yeterlilik sınırlarını aşan, danışana zarar riski doğuran ya da hizmetin sürekliliğini engelleyen durumlarda gündeme gelir. **Psikiyatrik tedavi** gerektiren bir durum sevk gereğesidir. **Danışma sürecinin yarar getirmedeği ya da zarar verdiği** izlenimi de sevk gereğesidir. **Aşırı danışan yükü** nedeniyle özenli hizmet verememek de sevk nedenidir.

Yıllık izin, hastalık veya görev yerinde bulunamama durumları hizmet sürekliliğini engellediği için sevk gereğesi olabilir. Ancak okulda diğer rehberlik ve yönetsel görevlerin çok olması, tek başına etik bir sevk gereğesi değildir. Bu durum iş yükü planlamasıyla ilgilidir; danışanı yalnızca görev yoğunluğu nedeniyle sevk etmek etik açıdan temellendirilemez. **Dolayısıyla sevk gereğesi olamayacak durum budur**.

Cevap: D

8. **Mesleki etik ilkelerinin temel amacı**, hem danışanı korumak hem de meslek mensuplarının davranış standartlarını belirlemektir. Etik ilkeler; doğru davranış konusunda bilinçlendirme, danışanı etik dışı uygulamalardan koruma ve meslektaşlarla ilişkileri düzenleme işlevi görür. Psikolojik danışmanların serbest çalışma yapmalarının önündeki engelleri kaldırmak ise etik ilkelerin amacı değildir. Bu tür düzenlemeler mesleki mevzuat ve yasal çerçeve ile ilgilidir; etik kodların doğrudan hedefi değildir. Dolayısıyla bu seçenek etik ilkelerin amaçları arasında yer almaz.

Cevap: A

9. **Çoklu ilişki**, danışman ile danışan arasında terapötik ilişkinin dışında ek bir çıkar, sosyal ya da romantik bağ oluşmasıdır. Bu çerçevede velinin tayin işini hallettirmesi çıkar ilişkisi doğurur ve çoklu ilişkidir. Grup üyeleriyle seans sonrası sosyal ortamda buluşmak sınır ihlali riski taşır.

Danışanın babasından ev satın almak ekonomik çoklu ilişkidir. Danışanla romantik ilişki açık ve ağır bir çoklu ilişkidir. Buna karşılık, okulda birlikte çalışan bir meslektaşın sevk ettiği öğrenciye danışmanlık vermek, terapötik ilişkinin dışında kişisel ya da çıkar temelli bir bağ oluşturmaz. **Bu durum mesleki yönlendirme çerçevesindedir ve çoklu ilişki değildir**.

Cevap: C

10. Bu soruda Nilüfer Hanım, depresif belirtiler gösteren bir öğrenciye yardım etmeye çalışmış; ancak yeterli uzmanlık alanına sahip olmadan yalnızca kitap okuyarak müdahale yürütmüştür. Etik kodlara göre psikolojik danışman, yalnızca eğitim ve deneyimle yeterlilik kazandığı alanlarda hizmet sunmalıdır. Eğer klinik düzeyde bir durum söz konusuysa ve yeterli uzmanlık yoksa uygun yönlendirme yapılmalıdır. Nilüfer Hanım'ın davranışında gizlilik ihlali yoktur, saygı ilkesine aykırılık söz konusu değildir, gönüllülük ihlali bulunmamaktadır ve toplumsal sorumlulukla bağlantılı değildir. Ancak yeterlilik sınırlarını aşarak müdahale etmeye çalışmak, **yetkinlik ilkesine aykırıdır**.

Cevap: A

11. Psikolojik danışma sürecinde temel amaç, danışanın kendi yaşamına ilişkin kararları **kendi iradesiyle ve sorumluluğunu üstlenerek** almasını desteklemektir. Danışman danışan adına karar vermez; sadece karar sürecini yapılandırır. Bu nedenle danışmanın, kararın danışana ait olduğunu vurgulaması ve seçenekleri birlikte analiz ederek son kararı danışanın vermesini sağlaması gerekir. A seçeneği, kararı aileye yönlendirmektedir. Bu tutum, danışanın özerkliğini güçlendirmek yerine sorumluluğu başka bir otoriteye devreder. Özerklik ilkesi, bireyin kararlarını başkasına bırakmasını değil, kendi sorumluluğunu üstlenmesini destekler. B seçeneği, riskleri genel olarak hatırlatmakla sınırlıdır. Bu yaklaşım karar sürecini yapılandırmaz ve danışanın sorumluluğunu netleştirmez. D seçeneği, danışanın karar veremeyeceğini varsayarak danışman merkezli bir yönlendirme yapmaktadır. Bu açık biçimde **özerklik ihlalidir**. E seçeneği ise telkin içerir ve belirli bir tercihe yönlendirir; bu da değer dayatma ve yönlendirme riskini barındırır. Bu nedenle etik olarak en uygun yaklaşım, kararın danışana ait olduğunu vurgulayan C seçeneğidir.

Cevap: C

12. **Çoklu ilişki**, danışman ile danışan arasında terapötik ilişkinin dışında ek bir sosyal, ekonomik ya da kişisel ilişkinin bulunmasıdır. Danışmanın hem aileyle yakın sosyal ilişki sürdürmesi hem de çocuğa danışmanlık yapması rol karmaşasına yol açmıştır. **Gizlilik**, danışanın paylaştığı bilgilerin onun rızası olmaksızın üçüncü kişilerle paylaşılmasını ifade eder. Annenin talebi üzerine danışanın bilgilerini onun haberi olmadan paylaşmak açık bir gizlilik ihlalidir. A seçeneğindeki yetkinlik ve toplumsal sorumluluk burada doğrudan ihlal edilen ilkeler değildir.

C seçeneğinde yer alan yetkinlik sorunu yoktur; sorunun sınırdır. D seçeneğindeki bilimsel sorumluluk bağlamla ilgili değildir. E seçeneğindeki gönüllülük ihlali söz konusu değildir. **Dolayısıyla ihlal edilen ilkeler çoklu ilişki ve gizlilik.**

Cevap: B

13. Bu sorunun odağında **hediye kabulünde sınır, niyet ve çıkar analizi** bulunmaktadır. Hediye kabulü mutlak biçimde yasak değildir; ancak hediye **niyeti, maddi değeri ve terapötik süreç etkisi** belirleyicidir. Hediye sürece zarar vermiyor-

sa ve iyileşmeyi destekliyorsa etik açıdan sorun doğurmayabilir. Hediye danışmanın objektifliğini etkilememesi etik değerlendirmede önemli bir ölçüttür. Sembolik memnuniyet ifadesi olan küçük hediyeler kültürel bağlamda kabul edilebilir olabilir. Kültürel normlarla uyumlu ve düşük maddi değerli hediyeler bağlamsal olarak değerlendirilebilir. Ancak danışanın, daha iyi hizmet almayı umarak hediye getirmesi açık biçimde **çıkarcı beklentisi** içerir ve terapötik eşitliği bozar. Böyle bir hediye kabulü, mesleki tarafsızlığı zedeleyebilir. Dolayısıyla uygun olmayan bir durumdur.

Cevap: C

14. Bu durumda danışan, psikolojik danışmana karşı duygular geliştirmiştir. Terapötik süreçte danışana ait bu tür duygular ortaya çıkabilir. Ancak bu durum, henüz karşılıklı bir ilişki kurulmadığı için doğrudan bir ilişki ihlali değildir. Aysun Hanım'ın durumuyla ilgili en uygun kavram **çoklu ilişkidir**; çünkü bu durum, uygun yönetilmezse terapötik ilişkinin romantik ya da kişisel bir ilişkiye dönüşme riskini taşır. Etik açıdan sınırların korunması gerekmektedir. Bireysel farklılıklar kavramı burada tanımlayıcı değildir. Kültüre duyarlılık bağlamı yoktur.

Mesleki yeterlik sorunu bulunmamaktadır. Mali istismar söz konusu değildir. Bu nedenle durum, çoklu ilişki riski bağlamında değerlendirilir.

Cevap: D

15. Bu durumda psikolojik danışmanın öncelikli sorumluluğu, **mesleki sınırları korumak** ve sürecin zarar görmesini engellemektir. Aynı zamanda kendi duygusal ve etik değerlendirmesini sağlıklı biçimde yapması gerekir. Süpervizyon almak, etik karar verme sürecinin önemli bir parçasıdır. Danışana, bu tür bir ilişkinin etik olarak mümkün olmadığını açıkça ifade etmek ve terapötik çerçevenin korunacağını belirtmek gerekir. Seans sonrası ilişki ihtimali ima etmek açık bir etik ihlal oluşturur. Ani sonlandırma danışanı zarara uğratabilir. Değerlendirme yapmadan hemen sevk etmek erken bir tepkidir. Duyguların ifade edilmesini teşvik etmek terapötik olabilir; ancak sınır koyma boyutunu içermediği için eksiktir. **En uygun yaklaşım, süpervizyon almak ve etik sınırları net biçimde koymaktır.**

Cevap: E

1. **Yetkinlik**, psikolojik danışmanın yalnızca **eğitimi ni aldığı ve yeterli bilgi-beceriye sahip olduğu alanlarda hizmet sunması**, sınırlarını aşan durumlarda **sevk etmesi ya da mesleki destek alması** ve mesleki gelişimini sürdürmesi anlamına gelir. Bu ilke, danışanın zarar görmesini önlemeye yöneliktir. Dolayısıyla doğru tanım D seçeneğindedir. A seçeneği, **saygı ve yansızlık** ilkesini tanımlar. Bu ilke; danışanın hak ve özgürlüklerine duyarlı olmayı ve değer dayatmamayı içerir. Yetkinlikten farklı olarak burada mesleki sınır değil, etik tutum vurgulanmaktadır. B seçeneği, **bireysel ve kültürel farklılıklara duyarlılık** ilkesidir. Bu ilke; danışmanın yöntemlerini danışanın kültürel ve bireysel özelliklerine göre uyarlamasını gerektirir. Uzmanlık sınırı değil, kültürel hassasiyet ön plandadır. C seçeneği, **toplumsal sorumluluk** ilkesini ifade eder. Bu ilke; hizmet sunarken toplum yararını da gözetmeyi kapsar. Bireysel yeterlilik değil, toplumsal boyut söz konusudur. E seçeneği ise **dürüstlük** ilkesini tanımlar. Dürüstlük; mesleki nitelikler hakkında doğru beyanda bulunmayı ve yanıltıcı bilgi vermemeyi içerir. Bu, yetkinlikten ayrı bir ilkedir.

Cevap: D

2. Bu soruda Ayten Hanım'ın farklı toplumsal kesimlerin gereksinimlerini dikkate alarak yöntemlerini uyarlaması vurgulanmaktadır. Bu yaklaşım doğru **bireysel ve kültürel farklılıklara duyarlılık** ilkesini yansıtır. Bu ilke; danışanın kültürel, sosyal ve bireysel özelliklerini göz önünde bulundurmaya gerektirir. Dolayısıyla doğru seçenek B'dir.

A seçeneğinde yer alan **yetkinlik**, bilgi ve beceri sınırlarını bilme ile ilgilidir. C seçeneğindeki **mesleki ve bilimsel sorumluluk**, bilimsel standartlara uygun çalışmayı ve mesleki gelişimi sürdürmeyi kapsar. D seçeneği olan **dürüstlük**, doğru temsil ve gerçeğe uygun davranma ile ilgilidir. E seçeneğindeki **toplumsal sorumluluk**, hizmet verirken toplum yararını gözetmeyi ifade eder.

Cevap: B

3. Bu sorunun merkezinde **gönüllülük ve özerklik** bulunmaktadır. Grupla danışmada da katılım gönüllülüğe dayanır; hiçbir üye zorla tutulamaz. C seçeneğinde yer alan yaklaşım, gönüllülüğü vurgulamakta ve kararı Eda'ya bırakmaktadır. Bu tutum **özerklik ilkesini** korur ve etik açıdan uygundur. A seçeneği, söz verme üzerinden zorunluluk dayatır; bu özerkliğe aykırıdır. B seçeneği, diğer üyelerin zarar göreceğini söyleyerek **duygusal baskı** oluşturur; gönüllülük ilkesini zedeler. D seçeneği, aileyi devreye sokarak danışanın karar hakkını sınırlar; bu da özerkliğe aykırıdır. E seçeneği, grup baskısını teşvik eder; bu hem saygı hem gönüllülük ilkesine aykırıdır.

Cevap: C

4. Bu soruda Taylan Bey'in öğrencilerin hak ve özgürlüklerine duyarlı davranması ve kendi görüşlerini empoze etmemesi anlatılmaktadır. Bu durum **duyarlı ve saygılı olma** ilkesini yansıtır. Bu ilke, danışanın özerkliğine ve bireysel haklarına saygıyı içerir. B seçeneğindeki **yetkinlik**, uzmanlık sınırlarıyla ilgilidir; bağlamın odağı bu değildir. C seçeneğindeki **bireysel ve kültürel duyarlılık**, kültürel farklılıkları gözetmeyi ifade eder; burada genel hak ve özgürlük vurgusu vardır. D seçeneğindeki **toplumsal sorumluluk**, toplum yararını gözetmeyi kapsar. E seçeneğindeki **mesleki ve bilimsel sorumluluk**, bilimsel standartlara bağlılıkla ilgilidir. Dolayısıyla doğru ilke saygı ve duyarlılıktır.

Cevap: A

5. Bu sorunun odağında **dürüstlük ilkesi** bulunmaktadır. Dürüstlük; mesleki nitelikler, eğitim ve deneyim hakkında doğru beyanda bulunmayı ve yanıltıcı bilgi vermemeyi gerektirir. Sahip olunmayan nitelikleri varmış gibi sunmak, mesleki kimliğin yanlış temsidir. A seçeneğindeki **mesleki ve bilimsel sorumluluk**, daha geniş çerçevede topluma ve mesleğe karşı yükümlülükleri kapsar. B seçeneğindeki **bireysel ve kültürel duyarlılık**, farklılıklara hassasiyetle ilgilidir; bağlamla ilişkili değildir. C seçeneğindeki **toplumsal sorumluluk**, toplum yararını gözetmeyi içerir. D seçeneğindeki **mesleki yetkinlik**, bilgi ve beceri sınırlarıyla ilgilidir; burada sorun yeterlilik değil, gerçeğe aykırı beyandır. Dolayısıyla ihlal edilen ilke dürüstlüktür.

Cevap: E

6. Toplumsal sorumluluk, psikolojik danışmanın yalnızca bireysel danışma sürecinde değil, aynı zamanda toplum yararına olacak biçimde bilgi paylaşması, ruh sağlığı farkındalığını artırması ve toplumsal bilinç oluşturmaya anlamına gelir. Serdar Bey'in çeşitli sivil toplum kuruluşlarında ve veli toplantılarında çocuk gelişimi ve ruh sağlığı konularında konferans vermesi, bireysel hizmet sınırını aşarak **topluma yönelik katkı sunma** niteliği taşımaktadır. A seçeneğindeki **yetkinlik**, danışmanın uzmanlık sınırlarını bilmesini ifade eder.

C seçeneğindeki **dürüstlük**, doğru temsil ve gerçeğe uygun davranmayı içerir. D seçeneğindeki **mesleki ve bilimsel sorumluluk**, bilimsel standartlara bağlılık ve mesleki gelişimi sürdürmeyi ifade eder. E seçeneğindeki **duyarlı ve saygılı olmak**, bireyin haklarına ve özerkliğine saygıyı kapsar. Dolayısıyla Serdar Bey'in çabaları toplumsal sorumluluk ilkesiyle örtüşmektedir.

Cevap: B

7. Gizlilik, danışanın paylaştığı bilgilerin onun açık rızası olmadan üçüncü kişilerle paylaşılmamasını ifade eder. Okul müdürü idari pozisyonda olsa bile, danışma sürecinin içeriğine doğrudan erişim hakkına sahip değildir. Türkan Hanım'ın görüşme içeriklerini paylaşması açık bir gizlilik ihhalidir. B seçeneğindeki **gönüllülük**, danışanın sürece kendi isteğiyle katılmasını ifade eder; bağlamla ilişkili değildir. C seçeneğindeki **çoklu ilişki**, terapötik ilişkiye ek bir sosyal ya da ekonomik bağın oluşmasını ifade eder; burada böyle bir durum yoktur. D seçeneğindeki **profesyonel kimlik**, mesleki rol ve sınırların korunmasını kapsar; ancak burada spesifik ihlal gizliliktir. E seçeneğindeki **yetkinlik**, mesleki yeterlilikle ilgilidir; sorun yeterlilik değil, mahremiyet ihhalidir.

Cevap: A

8. Verilen maddeler doğrudan **mesleği kötüye kullanmama** ilkesiyle ilişkilidir. Bu ilke, danışanın güvenini, ekonomik durumunu veya geliştirdiği duyguları danışmanın kendi çıkarı için kullanmamasını ifade eder. Güvenin suistimal edilmemesi, maddi sömürüden kaçınılması ve danışanın duygusal bağlarının çıkar amacıyla kullanılmaması bu kapsamda değerlendirilir. A seçeneğindeki

mesleki yetkinlik, bilgi ve beceri sınırlarıyla ilgilidir. B seçeneğindeki **saydam ve dürüst olma**, doğru beyanda bulunmayı ifade eder. C seçeneğindeki **gönüllü olma**, danışanın sürece isteyerek katılmasını kapsar. E seçeneğindeki **toplumsal sorumluluk**, toplum yararını gözetmeyi ifade eder. Dolayısıyla verilen ifadeler mesleği kötüye kullanmama ilkesine karşılık gelir.

Cevap: D

9. Bu olayda temel etik sorun **çoklu ilişki ve rol çatışmasıdır**. Danışmanın danışanını ev işlerinde çalıştırması, terapötik ilişkinin dışında ekonomik bir ilişki kurması anlamına gelir. Bu durum, rollerin çakışmasına ve güç dengesinin bozulmasına yol açabilir. Danışman iyi niyetli olduğunu düşünse bile, terapötik ve işveren rolünün bir arada yürütülmesi etik açıdan sakıncalıdır. A seçeneği iyi niyet gerekçesiyle ihlali görmezden gelmektedir; etik değerlendirme niyet değil, **rol yapısı ve güç dengesi** üzerinden yapılır. C seçeneği gönüllülük ilkesine dayandırılmıştır; burada sorun otonomi değil rol çatışmasıdır. D seçeneği, mali çıkar sağlama iddiası taşımaktadır; olayda doğrudan sömürü amacı belirtilmemiştir. E seçeneği, ideolojik ya da duygusal istismar bağlamına dayandırılmıştır; temel mesele rol çakışmasıdır. **Dolayısıyla en uygun yorum, çakışan roller nedeniyle etik sorundur.**

Cevap: B

10. Bu sorunun merkezinde **bireysel ve kültürel farklılıklara duyarlılık** ilkesi bulunmaktadır. Farklı kültürel ve travmatik yaşam deneyimlerine sahip bireylerle çalışırken, danışmanın kendi kültürel referans çerçevesini merkeze almadan, danışanın yaşantılarını kendi bağlamı içinde anlamaya çalışması gerekir. Sibel Hanım'ın şaşkınlık yaşaması, kültürel farklılıkların yeterince içselleştirilemediğini göstermektedir. A seçeneğindeki **mesleki yetkinlik**, uzmanlık sınırlarını ifade eder. B seçeneğindeki **gönüllülük**, danışanın isteğiyle sürece katılımını kapsar. D seçeneğindeki **dürüstlük ve saydamlık**, doğru beyanla ilgilidir. E seçeneğindeki **toplumsal sorumluluk**, toplum yararını gözetmeyi ifade eder. **Bu bağlamda öne çıkan etik standart kültürel duyarlılıktır.**

Cevap: C

11. Toplumsal sorumluluk, psikolojik danışmanın kamusal alanda yaptığı açıklamaların toplum üzerindeki olası etkilerini gözetmesini, bilimsel temeli zayıf ya da genelleyici ifadelerle bireyleri **damgalayıcı ve zarar verici** söylemlerden kaçınmasını gerektirir. Tecavüz mağdurlarına yönelik "bilinçaltında isteme" gibi ifadeler, hem travma yaşayan bireylerde **suçluluk ve ikincil travma** yaratabilir hem de toplumda yanlış ve zararlı bir algı oluşturabilir. Bu nedenle söz konusu tutum, toplumsal sorumluluk anlayışıyla bağdaşmaz. A seçeneğinde psikanalitik yaklaşımın kullanılması etik ihlali ortadan kaldırmaz. Bir kuramsal yaklaşımı savunmak mümkündür; ancak bu, **bilimsel kesinlik iddiasıyla mağdur suçlayıcı genelleme yapmayı** meşrulaştırmaz. B seçeneği gizlilik ilkesine dayanır. **Gizlilik**, danışana ait bilgilerin rızasız paylaşılmasıdır. Burada spesifik danışan bilgisi paylaşılmamıştır; sorun mahremiyet değil, kamusal söylemin etkisidir. D seçeneği, **çıkartma ve danışan çekmeye yönelik etik dışı tanıtım** ihtimaline dayanır. Böyle bir niyet açıkça belirtilmemiştir; temel sorun kamuya zarar verebilecek söylemdir. E seçeneğindeki yetkinlik, danışmanın uzmanlık alanı dışına çıkmamasını ifade eder. Burada konu psikoloji alanıyla ilgilidir; sorun yetkinlik değil, toplumsal etkidir. **Sonuçta en doğru değerlendirme toplumsal sorumluluk ihlali**dir.

Cevap: C

12. Çoklu ilişki, danışman ile danışan arasında terapötik ilişkinin dışında ekonomik ya da kişisel bir ilişkinin kurulmasıdır. Ev dekorasyonu karşılığında ücret indirimini yapılması, açık bir **hizmet karşılığı hizmet** ilişkisidir ve güç dengesini bozar. Nitekim danışan, terapötik müdahaleleri ekonomik ilişki üzerinden yorumlamaya başlamıştır; bu da terapötik çerçevenin zarar gördüğünü gösterir. A seçeneğindeki **mesleki yetkinlik**, bilgi ve beceri sınırlarıyla ilgilidir; burada yeterlilik sorunu yoktur. C seçeneğindeki **gönüllülük**, danışanın sürece kendi isteğiyle katılımını ifade eder; olayın odağı bu değildir. D seçeneğindeki **gizlilik**, bilgi paylaşımıyla ilgilidir; burada mahremiyet ihlali yoktur. E seçeneğindeki **profesyonel kimlik**, mesleki rolün genel çerçevesini ifade eder; ancak somut ihlal çoklu ilişkidir. **Burada etik sorun çoklu ilişkidir.**

Cevap: B

13. Bu sorunun odağında **özerklik ve gizlilik** ilkelelerinin birlikte korunması vardır. Üniversite öğrencisi reşittir ve kendi eğitim kararları üzerinde söz sahibidir. **Özerklik**, bireyin kendi yaşamına ilişkin kararları dış baskı olmadan alabilmesini ifade eder. Ayrıca görüşme içerikleri **gizlilik** kapsamındadır ve danışanın izni olmadan paylaşılmaz. E seçeneği, hem danışan özerkliği hem de gizliliği koruyarak, yalnızca genel süreç hakkında sınırlar dahilinde bilgi paylaşmayı önermektedir; bu dengeli ve etik bir yaklaşımdır. A seçeneği gizlilik ihlali

B seçeneği özerkliğe müdahaledir. C seçeneği aşırı ve ilişkiyi koparıcıdır; etik bir zorunluluk değildir. D seçeneği iletişimi tamamen keserek yapıcı bir sınır koyma yerine kaçınma davranışı sergiler. **Dolayısıyla en uygun yaklaşım, sınırları koruyarak genel bilgilendirme yapmaktır.**

Cevap: E

14. Bu sorunun merkezinde **gizliliğin sınırları** yer almaktadır. Gizlilik, danışma ilişkisinin temelidir; ancak bazı durumlarda **yasal ve etik yükümlülükler** nedeniyle sınırlandırılabilir. Ciddi suçun önlenmesi, mahkeme kararı, cinsel istismar beyanı ve intihar planı gibi durumlar gizliliğin sınırlandırılabilir olduğu klasik istisnalar. Bu durumlarda danışmanın koruyucu yükümlülüğü devreye girer. B seçeneğinde ise öğrencinin akademik notlarının velisi tarafından öğrenilmek istenmesi söz konusudur. Bu, **hayati risk ya da yasal zorunluluk** içermemektedir. Dolayısıyla gizliliği sınırlandırmak için yeterli bir gerekçe değildir. A, C, D ve E seçenekleri gizliliğin sınırlandırılabilir olduğu durumlardır. **B seçeneği ise etik açıdan uygun bir gerekçe değildir.**

Cevap: B

15. Bu sorunun merkezinde bir **etik ikilem** bulunmaktadır: gizlilik ile danışanın sağlığını koruma sorumluluğu arasında denge kurma gereği. Bu tür durumlarda danışmanın öncelikle yapması gereken, ani bir karar vermek değil; **etik ilkeler ve yasal düzenlemeler çerçevesinde sistematik etik karar verme sürecini başlatmaktır.** Bu süreç; risk değerlendirmesi yapmayı, yasal yükümlülükleri incelemeyi ve mümkünse süpervizyon almayı içerir. A seçeneği, risk değerlendirmesi yapılmadan aileye bildirilmez; aceleci olabilir. B seçeneği, hiçbir değerlendirme yapmadan gizliliği sürdürmeyi önerir; bu da riskli olabilir. C seçeneği disiplin odaklıdır; terapötik yaklaşım değildir. E seçeneği, durumu değerlendirmeden sevk etmektir; erken bir adımdır. **Dolayısıyla öncelikli adım etik karar verme sürecini başlatmaktır.**

Cevap: D

1. Bu soruda odak nokta psikolojik test sonuçlarının **bilimsel temelde ve ölçme ilkelerine uygun biçimde yorumlanmasıdır**. Zekâ testleri gibi standartlaştırılmış ölçme araçlarında elde edilen puanlar mutlak gerçeklik değildir; belirli bir **standart ölçme hatası** içerir. 3-5 puanlık bir fark, çoğu zekâ testinde ölçme hatası sınırları içinde kalabilir ve gerçek bir bilişsel ilerlemeyi göstermeyebilir. Psikolojik danışmanın bu küçük farkı "gerçek zihinsel ilerleme olabilir" şeklinde yorumlaması, ölçme kuramının temel ilkelerini yeterince dikkate almadan yapılan bir çıkarımdır. Bu durum ailede **gerçekçi olmayan umut** oluşturabilir. Dolayısıyla puanlardaki değişimin şansa ya da ölçme hatasına bağlı olabileceğini göz ardı etmesi etik açıdan problemli bir tutumdur. A seçeneğinde yer alan durum, psikolojik danışmanın uzmanı olmadığı bir ölçeği uygulamasını ifade eder. Bu durum **yetkinlik ilkesinin** ihlalidir. Yetkinlik ilkesi, danışmanın yalnızca eğitimini aldığı ve uygulama hakkına sahip olduğu testleri kullanmasını gerektirir. Ancak soruda Mert Bey'in uzman olmadığı bir testi uyguladığına dair bilgi bulunmamaktadır. B seçeneği, tek bir test sonucuna dayanarak yanlış değerlendirme yapıldığını ileri sürmektedir. Elbette psikolojik değerlendirmede çoklu veri kaynağı kullanmak esastır; ancak burada asıl sorun tek test kullanımı değil, küçük puan farkının ölçme hatası çerçevesinde değerlendirilmemesidir. D seçeneğinde testin geçerlik ve güvenilirlik düzeyine dikkat edilmediği belirtilmektedir. Geçerlik, testin ölçmek istediği özelliği ölçme derecesini; güvenilirlik ise ölçümlerin tutarlılığını ifade eder. Senaryoda testin psikometrik özellikleriyle ilgili bir eksiklikten söz edilmemiştir. E seçeneğinde standardizasyon koşullarına uyulmaması vurgulanmaktadır. Testlerin aynı koşullarda uygulanması önemlidir; aksi takdirde sonuçlar karşılaştırılabilir olmaz. Ancak soruda uygulama koşullarının farklı olduğuna dair bir bilgi yer almamaktadır. **Bu nedenle en doğru değerlendirme, küçük puan artışının ölçme hatası kapsamında olabileceğini göz ardı etmesidir.**

Cevap: C

2. Bu soruda **gizliliğin sınırları ve çocuk istismarında bildirim yükümlülüğü** anlatılmaktadır. Psikolojik danışma sürecinde gizlilik temel bir etik ilkedir; ancak mutlak değildir. Özellikle çocuk istismarı söz konusu olduğunda danışmanın hem etik hem de yasal olarak **bildirim yükümlülüğü** vardır. Bu tür durumlarda danışman, danışana gizliliğin sınırlarını açıkça anlatmalı ve ilgili yasal mercilere bildirim yapmalıdır. Burada öncelik, çocuğun **üstün yararını ve güvenliğini korumaktır**. Dolayısıyla Mustafa Bey'in, hem velayet ve müdahale sınırlarını açıklaması hem de istismar şüphesini yasal zorunluluk gereği bildireceğini belirtmesi etik açıdan en doğru yaklaşımdır. B seçeneğinde yer alan yaklaşımda psikolojik danışmanın durumu doğrudan okul müdürüne bildirmesi önerilmektedir. Okul müdürü idari bir otoritedir; ancak çocuk istismarı durumlarında esas yükümlülük ilgili adli ve sosyal hizmet birimlerine bildirimdir. Ayrıca yalnızca sevk etmek, danışmanın bildirim sorumluluğunu ortadan kaldırmaz. C seçeneği, gizlilik hakkını mutlak kabul etmektedir. Oysa gizlilik ilkesi, danışanın kendisine yönelik istismar riski söz konusu olduğunda sınırlandırılabilir. Bu durumda gizliliği koruma adına susmak, çocuğun güvenliğini tehlikeye atar. D seçeneğinde aileden onay alma yaklaşımı önerilmektedir. Ancak fiziksel istismar şüphesi bulunan bir aileyi öncelikli muhatap almak, çocuğun riskini artırabilir. Etik karar verme sürecinde çocuğun güvenliği ebeveyn onayından önce gelir. E seçeneğinde destek grubu oluşturma önerilmektedir. Destekleyici müdahaleler elbette önemlidir; ancak öncelikle istismarın güvenlik ve yasal boyutu ele alınmalıdır. Bildirim yapılmadan grup çalışmasına geçmek etik açıdan yeterli değildir. **Bu nedenle en doğru yaklaşım, gizliliğin sınırlarını açıklayarak yasal bildirim yükümlülüğünü yerine getirmektir.**

Cevap: A

3. Bu soruda odak nokta **gizlilik ve kişisel verilerin korunmasıdır**. Psikolojik danışma sürecinde elde edilen test materyalleri ve danışana ait bilgiler, mesleki gizlilik kapsamındadır. Eğitim amacıyla vaka örnekleri kullanılabilir; ancak bu kullanımda kimlik bilgileri mutlaka **anonimleştirilmelidir**. Öğrencinin açık isim ve adres bilgileriyle materyalin sınıf ortamında dağıtılması, danışanın mahremiyetinin korunmaması anlamına gelir ve açık bir **gizlilik ihlalidir**. Gizlilik ilkesi, yalnızca seans

içeriğini değil, test kayıtlarını ve kimlik bilgilerini de kapsar. A seçeneğinde yer alan **toplumsal sorumluluk**, danışmanın topluma karşı bilimsel ve mesleki yükümlülüklerini ifade eder. Burada toplum yararına aykırılık değil, bireysel mahremiyet ihlali söz konusudur. B seçeneğinde geçen **gönüllülük ilkesi**, danışanın sürece kendi isteğiyle katılmasını ifade eder. Bu olayda danışanın katılım iradesi değil, bilgilerinin korunmaması söz konusudur. C seçeneğinde yer alan **çoklu ilişki**, terapötik ilişkinin dışında sosyal ya da ekonomik bir ilişki kurulmasını ifade eder. Bu olayda rol çatışması değil, mahremiyet sorunu vardır. E seçeneğinde geçen **yeterlilik (yetkinlik)**, danışmanın bilgi ve beceri sınırlarını bilmesiyle ilgilidir. **Bu nedenle Perihan Hanım gizlilik ilkesine aykırı davranmıştır.**

Cevap: D

4. Bu soruda odak nokta **mesleki yetkinlik ve uygun sevk sorumluluğudur**. Psikolojik danışman, danışanın madde bağımlılığı gibi ciddi bir risk faktörünü yeterince önemsememiş ve müdahaleyi ertelemiştir. Madde bağımlılığı, aile içi şiddet riskini arttırabilecek ve çoğu zaman özel uzmanlık gerektiren bir durumdur. **Yetkinlik ilkesi**, danışmanın uzmanlık sınırlarını bilmesini ve gerektiğinde uygun sağlık kuruluşuna sevk yapmasını zorunlu kılar. Bu nedenle danışmanın madde bağımlılığı konusunda uygun kuruma yönlendirme yapması ve süreci izleme sorumluluğunu üstlenmesi gerekirdi. B seçeneğinde olayın öngörülemez olduğu ileri sürülmektedir. Ancak madde bağımlılığı bilinen bir risk faktörüdür; tamamen öngörülemez olarak değerlendirilemez. C seçeneğinde öncelikle bağımlılık üzerinde çalışılması gerektiği söylenmektedir. Bu yaklaşım ancak danışman bu alanda yetkinse mümkündür. Yetkinlik sınırı dikkate alınmadan müdahale edilmesi etik olmayabilir. D seçeneğinde çift terapisi vurgulanmaktadır. Eşle birlikte çalışmak faydalı olabilir; ancak bağımlılık gibi klinik bir sorun göz ardı edilemez. E seçeneğinde danışmayı ahlaki gerekçeyle kesmek önerilmektedir. Psikolojik danışman, danışanı yaşam tarzı nedeniyle yargılayarak süreci sonlandıramaz; bu **mesleki etik ve tarafsızlık ilkesine** aykırıdır. Dolayısıyla en doğru yaklaşım uygun kuruma sevk etmek olur.

Cevap: A

5. Bu soruda odak nokta **gizliliğin hangi durumlarda etik ve yasal olarak sınırlandırılabilir**dir. Gizlilik ilkesi temel bir etik ilkedir; ancak danışanın kendisine ya da başkasına yönelik **somut ve ciddi fiziksel zarar riski** ortaya çıktığında sınırlandırılabilir. Bu durumda danışmanın koruyucu yükümlülüğü devreye girer ve gerekli mercilere bilgi verilmesi etik açıdan uygundur. A seçeneğinde okul idaresinin disiplin raporu amacıyla danışma notlarını istemesi söz konusudur. İdari gerekçeler gizliliği kaldırmaz; danışanın rızası olmadan paylaşım yapılamaz. B seçeneğinde sınıf rehber öğretmeni bilgi istemektedir. Eğitsel gerekçe, danışma içeriğini paylaşmak için yeterli değildir; mahremiyet korunmalıdır. D seçeneğinde araştırma ekibinin dosya talebi vardır. Araştırma amacıyla veri paylaşımı ancak açık rıza ve anonimleştirme ile mümkündür; aksi halde gizlilik ihlalidir. E seçeneğinde velinin kontrol amacıyla kayıt istemesi söz konusudur. Ebeveyn olmak mutlak erişim hakkı vermez; özellikle ergen danışanlarda belirli ölçüde gizlilik korunur. Somut zarar riski ise gizliliğin sınırlandırılabilirliği klasik ve kabul edilmiş bir istisnadır.

Cevap: C

6. Bu soruda odak nokta **araştırma ve yayın etiğinde yazarlık hakkının adil biçimde belirlenmesi**dir. Bilimsel yayınlarda yazarlık sırası, akademik unvana ya da kıdeme göre değil, araştırmaya yapılan **fiili ve nitelikli katkıya** göre belirlenir. Lisansüstü tezlerden üretilen yayınlarda temel veri toplama, analiz ve raporlama sürecini yürüten kişi öğrencidir. Danışman katkı sunabilir; ancak öğrencinin emeği esastır. Bu nedenle çalışmayı esasen yürüten öğrencinin başyazar olması etik bir zorunluluktur. Danışmanın yalnızca teorik katkı eklemiş olması, araştırmacının asli sahibi konumunu değiştirmez. Aksi durum, akademik emek sömürüsü ve yazarlık hakkının ihlali anlamına gelir. A seçeneğinde akademik unvana dayalı yazarlık üstünlüğü savunulmaktadır. Oysa yazarlık sırası hiyerarşik pozisyona göre değil, katkı düzeyine göre belirlenir. B seçeneğinde teorik katkı eklemenin araştırmacının "asıl sahibi" konumunu değiştirdiği ileri sürülmektedir. Bilimsel etik, katkının niteliğine bakar; veri toplama ve analiz sürecini yürüten kişinin hakkı korunur. C seçeneği teamül gerekçeyle danışmanı başyazar yapmaktadır. Ancak etik ilkeler teamülden değil, katkıdan hareket eder.

E seçeneğinde danışmanın mutlak yetkisi olduğu ileri sürülmektedir. Yazar sıralaması tek taraflı belirlenemez; etik sorumluluk ortak ve şeffaftır. **Doğru değerlendirme, tezden üretilen yayında öğrencinin başyazar olması gerektiğidir.**

Cevap: D

7. Bu soruda odak nokta **nesnellik, dürüstlük ve mesleki bağımsızlıktır**. Psikolojik danışman, rapor yazarken idari baskıya göre değil, yalnızca **mesleki veri ve gözleme dayalı nesnel değerlendirme** yapmalıdır. Müdürün talebi doğrultusunda ağır ve genelleyici ifadeler kullanmak, gerçeği çarpıtmak anlamına gelir ve etik ihlaldir. Danışmanın görevi kurumsal beklentiye değil, bilimsel ve mesleki ölçütlere bağlı kalmaktır. A seçeneği amir talimatına koşulsuz uyumu savunur; ancak mesleki etik, idari baskının üzerinde yer alır. B seçeneği çatışmadan kaçınma amacıyla gerçeğe aykırı rapor yazmayı önermektedir; bu **dürüstlük ilkesine** aykırıdır. D seçeneği sorumluluğu devretmeyi önerir; etik sorun çözülmez, yalnızca ertelenir. E seçeneği öğrenci lehine gerçeğe aykırı rapor yazmayı önermektedir; bu da nesnellik ilkesinin ihlalidir. **Bu nedenle danışman yalnızca mesleki veriye dayalı, tarafsız bir rapor hazırlamalıdır.**

Cevap: C

8. Bu soruda etik ihlalin bulunduğu durum sorulmaktadır. Odak nokta **çoklu ilişki ve profesyonel sınırların korunmasıdır**. Grup terapisi sonrası öğrencilerle pastanede buluşup onlara bir şeyler ısmarlamak, terapötik ilişkinin dışına taşan bir sosyal ilişki oluşturur. Bu durum rol sınırlarını bulanıklaştırır ve güç dengesini etkileyebilir. Özellikle okul ortamında danışman-öğrenci ilişkisinde profesyonel mesafe korunmalıdır. A seçeneğinde şiddet bildiriminde bulunmak söz konusudur; çocuk güvenliği söz konusuysa gizlilik sınırlandırılabilir.

B seçeneğinde ilerleme görülmeyen danışanı sevk etmek vardır; bu **yetkinlik ve yararlılık ilkesi** gereğidir. C seçeneğinde sembolik bir hediyeyi kabul etmek söz konusudur; hediyeğin niteliğine ve amacına bağlı olarak kültürel duyarlılık çerçevesinde kabul edilebilir.

D seçeneğinde danışanın sorumluluklarını yerine getirmemesi nedeniyle süreci sonlandırma vardır; bu terapötik çerçeve içinde mümkündür. Profesyonel sınırların aşılması içeren durum E seçeneğidir.

Cevap: E

9. Bu soruda hangi davranışın etik açıdan uygun olmadığı sorulmaktadır. Odak nokta **gizliliğin sınırları ile zarar verme riskinin dengelenmesi**dir. Danışanın kendisine zarar verme olasılığı söz konusu olduğunda gizlilik ilkesi mutlak değildir. Psikolojik danışmanın, yalnızca "gizlilik ve gönüllülük gereği danışanın kararına saygı göstermesi" yeterli değildir. Böyle bir durumda koruyucu müdahale yükümlülüğü devreye girer. Dolayısıyla danışanın zarar riskine rağmen hiçbir girişimde bulunmamak **etik değildir**. A seçeneğinde reşit olmayan kişiye yönelik taciz söz konusudur; bu yasal bildirim gerektirir. B seçeneğinde reşit danışanın mağdur olduğu suç paylaşılmaktadır; burada danışmanı bilgilendirmek ve yönlendirmek yeterlidir. D seçeneğinde mahkeme kararı vardır; bu durumda bilgi paylaşımı yasal yükümlülüktür. E seçeneğinde anonimleştirme ve rıza koşulu vardır; eğitim amacıyla paylaşım bu şartlarda mümkündür. Zarar riskine rağmen pasif kalmayı öneren seçenek uygun değildir.

Cevap: C

10. Bu soruda odak nokta **çoklu ilişki riskinin etik yönetimidir**. Çoklu ilişki, danışman ile danışan arasında terapötik ilişkinin dışında gelişen sosyal, ekonomik ya da duygusal bağlıdır. Böyle bir risk fark edildiğinde ilk adım süreci bilinçli biçimde değerlendirmek ve **süpervizyon desteği almaktır**. Süpervizyon, hem öz farkındalığı artırır hem de etik sınırların korunmasına yardımcı olur. Süreci hemen sonlandırmak her zaman ilk adım değildir; önce durumun etik değerlendirmesi yapılmalıdır. A seçeneğinde doğrudan sonlandırma vardır; ancak her çoklu ilişki düşüncesi otomatik sevk gerektirmez. C seçeneğinde görmezden gelme vardır; bu etik riskin büyümesine yol açar. D seçeneğinde duyguları danışana yüklemek söz konusudur; bu güç dengesini daha da karmaşık hale getirir. E seçeneğinde kuramsal yönelim değiştirmek önerilmektedir; sorun kuram değil, sınırdır. **Burada öncelikli adım süpervizyon desteği almaktır.**

Cevap: B

11. Bu vakada danışman, gizlilik yükümlülüğü ile öğrencilerin güvenliğini sağlama sorumluluğu arasında ciddi bir etik ikileme karşı karşıyadır. Okan hem kendi deneme davranışını hem de arkadaşı Tekin'in madde kullanımını paylaşmış, ayrıca durumun ortaya çıkması hâlinde ciddi zarar görebileceğini belirtmiştir. Madde kullanımı, ergenlerde hem fiziksel hem psikososyal açıdan yüksek risk taşır. Üstelik tehdit unsuru söz konusudur. Böyle durumlarda gizlilik ilkesi mutlak değildir; danışmanın **zarar vermeme ve koruma yükümlülüğü** devreye girer. Danışmanın yapması gereken, öğrenciyi bilgilendirdikten sonra kurumsal mekanizmaları devreye sokmak, olası zarar riskine karşı koruyucu önlemler alınmasını sağlamak ve aile bilgilendirmesini güvenlik planı çerçevesinde yürütmektir. Aynı zamanda süreci izleme sorumluluğu vardır. Bu yaklaşım hem etik hem de kurumsal açıdan dengelidir. B seçeneğinde doğrudan aile çağrılmakta ve yasal süreç başlatılması önerilmektedir; ancak tehdit varken güvenlik planı oluşturulmadan aileye doğrudan bildirim yapmak öğrenciyi riske atabilir.

C seçeneğinde yalnızca müdürü bilgilendirmek vardır; koruyucu plan ve takip boyutu eksiktir.

D seçeneğinde yalnızca danışma ve destek grup önerilmektedir; risk ve tehdit boyutu göz ardı edilmektedir. E seçeneğinde doğrudan emniyete bildirim yer almaktadır; okul içi koruma ve aile planlaması yapılmadan cezai sürece yönelmek bütüncül değildir. **Bu çerçevede A seçeneğinde verilen yaklaşım etik açıdan daha uygundur.**

Cevap: A

12. Bu soruda önemli olan, **çoklu ilişki riskinin farkında olup olunmadığı** ile doğrudan etik ihlal arasındaki ayrımı yapabilmektir. İlçede tek danışman olma durumu, bazı zorunlu temasları kaçınılmaz kılabilir. Ancak etik ihlal, riskin varlığı değil, riskin yönetilememesi ve mahremiyetin ihlal edilmesidir. A, B, C ve D seçeneklerinde danışman sınırları değerlendirmekte, yönlendirme olanaklarını araştırmakta ya da kriz durumunda geçici müdahale seçeneğini tartmaktadır. **Bu tutumlar etik farkındalık içerir; doğrudan ihlal değildir.** E seçeneğinde ise danışman, danışma sürecinde öğrendiği aile içi özel bilgileri sosyal ortamda paylaşmaktadır. Bu durum açık biçimde **gizlilik ilkesinin ihlalidir**. Akrabalık ilişkisi, mesleki mahremiyet yükümlülüğünü ortadan kaldırmaz. Danışma sürecinde edinilen bilgiler her koşulda korunmalıdır. **Sonuçta E seçeneğinde etik ihlal bulunmaktadır.**

Cevap: E

13. Burada belirleyici husus, danışmanın kendi mesleki sınırlarını doğru değerlendirmesidir. Cinsel istismar öyküsü içeren travmatik vakalar, özel eğitim ve deneyim gerektirebilir. Danışman temel becerilere sahip olsa bile travma odaklı terapi konusunda özel eğitim almamışsa, süreci tek başına yürütmesi danışanın yararını tam olarak gözetmeyebilir. **Yetkinlik ilkesi**, danışmanın yalnızca eğitimini aldığı alanlarda hizmet vermesini, sınırlarını aşan durumlarda uygun uzmana yönlendirme yapmasını gerektirir. A seçeneğinde yalnızca öğrencinin talebi esas alınmaktadır; ancak danışanın isteği, danışmanın yetkinlik sınırını ortadan kaldırmaz. B seçeneğinde travmatik içeriğe girmek önerilmektedir; bu yüzeysel ve yetersiz bir yaklaşım olur. C seçeneğinde gizlilik vurgusu yapılmaktadır; ancak burada temel mesele yetkinliktir. D seçeneğinde yönlendirmeme önerilmektedir; bu etik sorumluluğun yerine getirilmemesi anlamına gelir. Bu nedenle E seçeneğinde belirtilen yönlendirme yaklaşımı etik açıdan uygundur.

Cevap: E

14. Sel felaketi sonrası gönüllü olarak çocuklarla çalışmaya katılmak, psikolojik danışmanın mesleki rolünü **toplum yararına genişletmesi** anlamına gelir. Bu tür afet durumlarında ruh sağlığı hizmetine erişim sınırlı olabilir. Danışmanın kendi inisiyatifiyle destek sunması, mesleğin **toplumsal sorumluluk** ilkesinin bir yansımasıdır. Toplumsal sorumluluk, bireysel danışma hizmetinin ötesinde, toplumun ihtiyaç duyduğu durumlarda katkı sunmayı kapsar. Mesleki yetkinlik, bilgi ve beceri sınırlarıyla ilgilidir; burada gönüllü toplumsal katkı ön plandadır. Saydam ve dürüst olma, doğru temsil ile ilişkilidir. Zarar vermeme ilkesi bireysel müdahalede riskten kaçınmayı ifade eder. Bireysel ve kültürel farklılıklara duyarlılık, farklı grupların özelliklerini gözetmeyi kapsar. Bu bağlamda Serap Hanım'ın tutumu toplumsal sorumluluk ilkesine karşılık gelir.

Cevap: A

15. Bilimsel araştırmalarda temel ilkelerden biri şeffaflık ve denetlenebilirliktir. Bir çalışmanın sonuçları sorgulandığında, araştırmacının verileri uygun koşullar altında incelemeye açması bilimin yeniden üretilebilirlik ilkesinin gereğidir. Elbette katılımcı gizliliği korunmalıdır; ancak anonimleştirme yapılarak veriler ehil araştırmacılarla paylaşılabilir. Orijinal verileri kategorik olarak reddetmek, bilimsel etikle bağdaşmaz. A seçeneğinde veri paylaşımı kişisel hak olarak görülmektedir; oysa bilimsel veri kamusal denetime açıktır. B seçeneğinde yalnızca sonuç raporlamanın yeterli olduğu belirtilmektedir; bilimsel süreç doğrulanabilir olmalıdır. C seçeneğinde gizlilik mutlak kabul edilmiştir; anonimleştirme ile paylaşım mümkündür. E seçeneğinde iş birliği sorumluluğu reddedilmektedir; araştırma etiği meslektaş denetimini teşvik eder. **Verilerin yeterli ve ehil kişilere sunulması gerektiğini ifade eden D seçeneği etik ilkelere uygundur.**

Cevap: D

1. **Gizlilik ilkesi**, psikolojik danışma ilişkisinin temel dayanaklarından biridir; ancak mutlak değildir. Danışanın üstün yararının korunması ya da yasal bir zorunluluğun bulunması hâlinde gizlilik sınırlandırılabilir. Burada önemli olan, sınırlandırmanın etik ya da yasal bir gerekçeye dayanmasıdır. Danışanın belirli bilgilerin belirli kişilerle paylaşılmasına açıkça izin vermesi, gizliliğin sınırlandırılması için geçerli bir gerekçedir; çünkü burada danışanın bilgilendirilmiş onamı söz konusudur. Mahkeme kararıyla bilgi talep edilmesi, açık bir yasal zorunluluktur ve danışman bu durumda bilgi paylaşmakla yükümlüdür. Danışanın fiziksel ya da ruhsal sağlığının ciddi risk altında olması, sevk gerektirir ve bu süreçte ilgili sağlık birimleriyle sınırlı bilgi paylaşımı yapılabilir. Danışanın kendisine ya da başkasına yönelik somut zarar verme ihtimalinin bulunması da gizliliğin sınırlandırılabilmesi için klasik istisnalardandır; burada zarar vermeme ve koruma yükümlülüğü devreye girer. Buna karşılık okul idaresinin akademik başarı takibi amacıyla özel danışma notlarını talep etmesi, gizliliğin sınırlandırılması için yeterli etik ya da yasal gerekçe oluşturamaz. İdari merak ya da akademik izleme ihtiyacı, danışma notlarının paylaşımını meşru kılmaz. **Bu nedenle E seçeneğinde yer alan okul idaresinin**, öğrencinin akademik başarısını takip etmek amacıyla dördüncü düzey gizlilikte saklanan özel danışma notlarını talep etmesi durum gizliliğin sınırlandırılması için **kabul edilebilir bir gerekçe değildir**.

Cevap: E

2. **Gönüllülük ilkesi**, psikolojik danışma sürecinin danışanın özgür iradesine dayanmasını ifade eder. Danışan sürece katılmayı ya da süreci sonlandırmayı kendi kararıyla belirleyebilir. Ancak bazı durumlarda gönüllülük sınırlandırılabilir; **özellikle yasal zorunluluklar ya da danışanın karar verme kapasitesinin bulunmaması gibi hâllerde istisnalar söz konusudur**. Mahkeme kararıyla danışma sürecine dâhil edilme, gönüllülük ilkesinin istisnasıdır. Danışanın kendi kararlarını verebilecek zihinsel yeterliliğe sahip olmaması da gönüllülüğün sınırlandırılabilmesi için bir durumdur. Reşit olmayan çocuklarda velinin onayı sürece dâhil olur; bu da gönüllülüğün istisnai yapısını gösterir. Yasal velinin çocuğun ihtiyaç duyduğu psikolojik yardımı reddetmesi hâlinde ise çocuğun üstün yararı gözetilerek farklı mekanizmalar devreye gi-

rebilir. Buna karşılık bir danışanın, grupta liderin sömürücü davranışlarına maruz kaldığını düşünerek grubu bırakmak istemesi, gönüllülük hakkının doğal bir kullanımını ifade eder. Bu durum gönüllülüğün istisnası değil, gönüllülük ilkesinin doğrudan uygulanmasıdır. **Bu nedenle D seçeneği gönüllülük ilkesinin istisnası değildir**.

Cevap: D

3. **Özerklik, bireyin kendi yaşamına ilişkin kararları başkalarının güdümü olmaksızın alabilmesi ve bu kararların sorumluluğunu üstlenebilmesidir**. Psikolojik danışma sürecinde danışanın kendi değerleri, tercihleri ve yaşam hedefleri doğrultusunda karar vermesi desteklenir. Danışanın yaşam sorumluluğunu üstlenmesi özerklikle uyumludur. Seçeneklerin ve olası sonuçların birlikte değerlendirilerek kararın danışan tarafından verilmesi de özerkliği güçlendirir. Danışana güvenmek ve karar alabilme kapasitesine inanmak, özerklik ilkesinin temelidir. Danışanın kendi özellik ve değerlerine göre adım atma becerisi kazanması da özerkliğin gelişimine hizmet eder. **Buna karşılık danışmanların kendi kararlarını alabilme yetisine sahip olmayan danışanlar adına karar verme yetkisine sahip olması, genel bir ilke olarak özerklikle örtüşmez**. Karar verme kapasitesinin bulunmadığı özel durumlar ayrı değerlendirilir; ancak özerklik ilkesi, danışanın yerine karar vermeyi değil, danışanı karar verebilir hâle getirmeyi esas alır. Bu nedenle E seçeneği danışan özerkliğiyle örtüşmez.

Cevap: E

4. **Çoklu ilişki**, danışman ile danışan arasında terapötik ilişkinin dışında ek bir sosyal, duygusal ya da ekonomik bağın kurulması ya da önceden var olan bir ilişkinin danışma sürecine taşınmasıdır. Bu durum, güç dengesini bozabilir ve profesyonel sınırları bulanıklaştırabilir. Danışandan ticari yatırım için görüş almak ekonomik bir bağ oluşturur ve çoklu ilişki riskidir. Danışanla duygusal ya da cinsel ilişki kurmak ağır bir etik ihaldir ve çoklu ilişkinin en ciddi biçimidir. Seans dışında arkadaşlık geliştirmek de rol sınırlarını ihlal eder. Borç alma-verme ya da mal-hizmet değişimi de ekonomik çoklu ilişki örneğidir. **Buna karşılık danışanın problemine uygun farklı kuramsal temellere**

sahip teknikler kullanmak, mesleki müdahale tercihiyle ilgilidir. Bu durum rol karışıklığı değil, müdahale esnekliğidir ve çoklu ilişki kapsamına girmez. **Bu nedenle D seçeneği çoklu ilişki kavramı kapsamında değildir.**

Cevap: D

5. **Danışan özerkliğine saygı ilkesi,** danışanın kendi yaşamına ilişkin kararları kendi değerleri, ilgi alanları ve hedefleri doğrultusunda almasını desteklemeyi gerektirir. Psikolojik danışmanın görevi, danışan adına karar vermek değil; karar verme sürecini bilinçli, bilgiye dayalı ve farkındalık içeren bir zeminde yürütmesini sağlamaktır. A seçeneğinde aile beklentisine göre yönlendirme yapılmaktadır; bu özerkliği zayıflatır. C ve D seçeneklerinde dışsal ölçütler (puan, iş bulma olasılığı) temel alınmaktadır; kararın öznesi danışan değildir. E seçeneğinde danışman karar verici konuma geçmektedir; bu özerklik ilkesine aykırıdır. B seçeneğinde ise danışanın ilgi, yetenek ve değerlerini dikkate alarak seçenekleri değerlendirmesi istenmektedir. **Bu yaklaşım, kararın danışan tarafından verilmesini ve sorumluluğun ona ait olmasını sağlar.** Bu nedenle özerklik ilkesine uygun yaklaşım B seçeneğinde yer almaktadır.

Cevap: B

6. Bu durumda etik açıdan belirleyici olan husus, danışmanın aynı danışanla iki farklı bağlamda hizmet sunmasının doğurabileceği **çoklu ilişki ve çıkar çatışması riskidir.** Okul ortamında ücretsiz ve kamusal bir hizmet sunan danışmanın, aynı öğrenciye özel merkezde ücretli danışmanlık vermesi rol sınırlarını bulanıklaştırır. Bu durum hem güç dengesini etkileyebilir hem de "okuldaki hizmetin özel merkeze yönlendirme aracı olarak kullanıldığı" izlenimini doğurabilir. Ayrıca ekonomik ihtiyaç, etik değerlendirmeyi gölgelememelidir. Mesleki karar, kişisel çıkar üzerinden değil, profesyonel sınırların korunması üzerinden verilmelidir. B seçeneğinde ekonomik gerekçeyle teklifi kabul etmek, çıkar çatışmasını göz ardı etmektir. C seçeneğinde okuldaki ilişkiyi sonlandırıp özel merkeze geçmek önerilmektedir; ancak bu da yönlendirme etiği açısından sorunlu olabilir ve kamusal rolün kötüye kullanımı algısını doğurabilir.

D seçeneğinde yazılı onam alınması yeterli görülmektedir; oysa çoklu ilişki riski yalnızca onamla ortadan kalkmaz. E seçeneğinde kararı idareye bırakmak yer almaktadır; etik sorumluluk öncelikle danışmana aittir. Bu çerçevede A seçeneğinde belirtilen yönlendirme yaklaşımı etik açıdan daha uygundur.

Cevap: A

7. Danışanları dil, din, ırk, cinsiyet ya da sosyoekonomik özelliklerine göre yargılamadan kabul etmek, psikolojik danışmanın bireyin kimliğine ve kültürel arka planına duyarlı davranmasını ifade eder. Bu tutum, her danışana eşit özen göstermeyi ve farklılıkları bir değer olarak görmeyi içerir. Bu yaklaşım doğrudan **bireysel ve kültürel farklılıklara saygı** ilkesinin bir yansımasıdır. Dürüst ve saydam olma, doğru bilgi verme ve yanıltıcı davranmama ile ilgilidir; burada konu dürüstlük değil, ayrımcılıktan kaçınmadır. Yetkin olma, mesleki bilgi ve beceri sınırlarıyla ilgilidir. Özerkliğe saygı, danışanın kendi kararlarını almasını desteklemeyi ifade eder. Mesleki ve bilimsel sorumluluk ise mesleki standartlara bağlılığı kapsar. Dolayısıyla söz konusu davranış E seçeneğinde belirtilen ilkeye karşılık gelir.

Cevap: E

8. Bilimsel çalışmalarda başkalarının emeğine atıf yapmadan yararlanmak, **akademik dürüstlük** ilkesine aykırıdır. Daha önce yapılmış çalışmaları kaynak göstermemek, intihal kapsamına girer ve telif haklarına saygı ilkesini ihlal eder. "Zaten biliyor" gerekçesi, kaynak göstermeme için geçerli değildir. Bilimsel etik, bilgi üretim sürecinde şeffaflığı ve emeğe saygıyı gerektirir. Bilimsel yeterlilik sınırları içinde araştırma düzenlemek, metodolojik yeterlilikle ilgilidir; burada sorun kaynak göstermemektir. Gönüllü katılımcı hakları, araştırmaya katılan bireylerin korunmasıyla ilgilidir. Sonuçların yanıltıcı olmaması ilkesi, veri manipülasyonu ile ilgilidir. Katılımcıların etik sorumluluğu paylaşması ise farklı bir boyuttur. **Burada kaynak gösterme davranışı** C seçeneğinde belirtilen daha önce yapılmış çalışmaları kaynak gösterme ve telif haklarına saygı ilkesine ilkeye aykırıdır.

Cevap: C

9. Semih Bey'in evli olmadığı hâlde kendisini evli gibi tanıtmaması, danışanlarda güven oluşturma amacı taşısa da mesleki etik açısından sorunludur. Psikolojik danışman, kişisel durumunu çarpıtarak danışanları yanıltamaz. Bu davranış, **dürüstlük ve saydamlık** ilkesine aykırıdır. Danışman, mesleki kimliğini ve kişisel durumunu gerçeğe uygun biçimde temsil etmekle yükümlüdür. Bireysel ve kültürel farklılıklara duyarlılık, danışan özelliklerine saygı göstermeyi ifade eder; burada konu farklılıklara duyarlılık değildir. Toplumsal sorumluluk, toplum yararını gözetmeyi kapsar. Mesleki yetkinlik, bilgi ve beceri sınırlarıyla ilgilidir. Mesleki ve bilimsel sorumluluk ise genel mesleki standartlara bağlılığı içerir; **ancak bu olayda spesifik ihlal dürüstlüktür.**

Cevap: B

10. Süavi Bey'in şikâyeti, danışmanın seans sürelerini verimli kullanmadığı ve gereksiz müdahalelerle süreci uzattığı iddiasına dayanmaktadır. Bu durum, danışma hizmetinin danışanın yararı dışında kişisel kazanç amacıyla yürütülmesi ihtimalini gündeme getirir. Psikolojik danışmanın danışma sürecini ekonomik çıkar için manipüle etmesi, mesleğin **mesleği kötüye kullanmama** ilkesine aykırıdır. Danışman, hizmet süresini ve müdahaleleri yalnızca danışanın yararı doğrultusunda planlamakla yükümlüdür. Toplumsal sorumluluk, toplum yararını gözetmeyi ifade eder; burada bireysel hizmet sürecindeki etik sorun söz konusudur. Değer aktarmama, danışanın yaşam tercihlerini yönlendirmemeyi ifade eder.

Bireysel ve kültürel farklılıklara duyarlılık farklı kimliklere saygıyla ilgilidir. Saydam olma ilkesi önemli olmakla birlikte, burada asıl mesele hizmetin çıkar amaçlı uzatılması iddiasıdır. **Sonuçta olay, mesleği kötüye kullanmama ilkesinin önemini göstermektedir.**

Cevap: A

11. Danışma sürecinde temel amaç, danışanın belirlenen hedeflere ulaşması ve kendi yaşamını bağımsız biçimde sürdürebilecek yeterliliğe kavuşmasıdır. Ömer Bey başlangıçta belirlenen amaçlara ulaşmış ve psikolojik olarak iyi durumdadır. Bu noktada danışmanın görevi süreci gereksiz yere uzatmak değil, planlı bir **sonlandırma** sürecini değerlendirmektir. Danışanın yalnızca "devam etmek istemesi" ya da ücretin sorun olmaması, sürecin sürdürülmesi için yeterli etik gerekçe oluşturmaz. Sürecin gereksiz uzatılması, danışanın bağımlı hale gelmesine yol açabilir ve **mesleği kötüye kullanmama** ilkesini zedeleyebilir. Bu nedenle danışanın baş etme becerileri gözden geçirilmeli ve sonlandırma gerekliliği ele alınmalıdır. A seçeneğinde ekonomik yeterlilik esas alınmaktadır; oysa etik karar maddi imkâna göre verilmez. C seçeneğinde başka bir danışmana yönlendirme önerilmektedir; ortada yeni bir ihtiyaç yoktur.

D seçeneğinde grup terapisine yönlendirme vardır; terapötik gereklilik olmadan süreci başka biçimde uzatmak uygun değildir. E seçeneğinde ücret almadan devam önerilmektedir; sorun ücret değil, sürecin gereksiz sürdürülmesidir.

Cevap: B

12. Medyada bilimsel açıklamalar yapmak, ailelere ve öğretmenlere yönelik bilgilendirme çalışmaları yürütmek ve sivil toplum kuruluşlarında yer almak, danışmanın yalnızca bireysel danışma hizmetiyle sınırlı kalmadığını gösterir. Bu faaliyetler mesleğin **toplumsal sorumluluk** ilkesine karşılık gelir. Bu ilke, ruh sağlığını koruyucu ve geliştirici hizmetleri toplum yararına sunmayı ifade eder. A seçeneğinde yer alan **mesleki yetkinlik**, danışmanın uzmanlık sınırlarını bilmesiyle ilgilidir; burada toplum yararına faaliyet söz konusudur. B seçeneğindeki **saydam ve dürüst olma**, doğru temsil ile ilgilidir. C seçeneğindeki **gönüllü olma**, danışma sürecinin isteğe bağlılığını ifade eder. D seçeneğindeki **mesleği kötüye kullanmama**, çıkar sağlamama ve sömürden kaçınma ile ilgilidir.

Cevap: E

13. Danışanın aynı anda iki psikolojik danışmanla yürüttüğü bir psikolojik danışma süreci, literatürde **eş zamanlı/çakışan danışma ilişkisi** olarak değerlendirilir. Etik ilkelere göre psikolojik danışmanlar danışanın yararını korumak ve hizmetin etkinliğini sağlamak için mümkün olduğunca **tek bir danışma ilişkisinin** sürdürülmesini tercih ederler. Bu nedenle danışmanlar arasında iletişim ve koordinasyon kurulması önerilir. Soruda Rüzgar Bey danışanın bilgisi dâhilinde diğer danışmanla iletişim kurmuş ancak diğer danışman izin vermemiştir. Danışmanlar arasında koordinasyon kurulmadığı durumda aynı danışanın iki ayrı danışmanla süreci sürdürmesi **rol karmaşası ve müdahale çelişkilerine** yol açabileceği için etik açıdan uygun görülmez. Bu nedenle psikolojik danışmanın, durumu danışanla açıkça paylaşarak **yardım sürecini sonlandırması** uygun bir davranıştır.

Cevap: A

14. Okul psikolojik danışma kayıtlarında bilgiler **dört gizlilik düzeyinde** değerlendirilir. Seçenekler bu çerçevede incelendiğinde: A) Sosyometri sonuçları öğrencinin sosyal durumunu gösteren verilerdir → 3. düzey gizlilik. B) Mesleki yönelim envanteri sonuçları bir standart test sonucudur → 3. düzey gizlilik. C) İstismar, cinsel kimlik çatışması ve travma gibi danışma içeriği psikolojik inceleme niteliğinde mahrem bilgilerdir ve ayrı saklanır → 4. düzey gizlilik. D) Akademik başarı, karne ve sınav sonuçları öğrencinin eğitsel başarısına ilişkin bilgilerdir → 3. düzey gizlilik. E) Veli eğitim durumu, meslek ve adres bilgileri aileye ilişkin genel bilgilerdir → 2. düzey gizlilik. Bu nedenle toplu dosyaya konmayıp ayrı ve kilitli biçimde saklanması gereken bilgiler, danışma sürecinde ortaya çıkan mahrem travma ve istismar içerikleridir.

Cevap: C

15. Araştırma yürüten bir psikolojik danışman, katılımcıların zarar görmemesini sağlamakla yükümlüdür. Katılımcıların huzurunun korunması ve psikolojik ya da sosyal incinmelerin önlenmesi, araştırma alanındaki **zarar vermeme ilkesinin** yansımasıdır. Ayrıca verilerin üçüncü kişiler tarafından elde edilme olasılığı varsa, bu durumun **bilgilendirilmiş onam** sürecinde açıklanması gerekir. Katılımcının rızası, riskler hakkında bilgi sahibi olmasına dayanmalıdır. Bu nedenle I, II ve III maddelerinin tamamı araştırma etiği kapsamındaki sorumluluklardır.

Cevap: E

1. Mesleğe yeni başlayan danışmanın kuramsal yönelim, teknik seçimi ve müdahale planı konusunda zorlanması, mesleğin ilk yıllarında karşılaşılabilen bir durumdur. Ancak danışma sürecinde sık sık hatalar yapılması etik açıdan önemli bir uyarı işaretidir. Bu noktada temel mesele **mesleki yetkinlik** ilkesidir. Yetkinlik, yalnızca diploma sahibi olmak değil; zorlanılan durumlarda destek almak, sınırlarını bilmek ve mesleki gelişimi sürdürmektir. Bu nedenle Gülseren Hanım'ın en doğru adımı, zorlandığı durumlarda **süpervizyon desteği** almasıdır. Süpervizyon, hem danışan yararını korur hem de danışmanın mesleki gelişimini destekler. A seçeneğinde alanı tamamen bırakmak yer almaktadır; bu, gelişim yerine kaçınmadır.

B seçeneğinde danışan kabul etmemek önerilmektedir; oysa çözüm hizmeti reddetmek değil, destek olarak sürdürmektir. C seçeneğinde **eklektik yaklaşım** önerilmektedir; ancak kuramsal temeli oturmadan gelişim güzel teknik kullanımı etik açıdan risklidir. E seçeneğinde kitap okumak yer almaktadır; bu mesleki gelişim için önemlidir ancak danışan güvenliği açısından tek başına yeterli değildir.

Cevap: D

2. Çocuk danışanın cinsel istismara uğradığını beyan etmesi, psikolojik danışman açısından hem etik hem de yasal bir yükümlülük doğurur. Böyle durumlarda temel ilke, çocuğun korunmasıdır. Danışman **gizlilik ilkesinin sınırlarını** bilmek ve **yasal bildirim yükümlülüğünü** yerine getirmek zorundadır. Bu noktada yapılması gereken, dektiflik yapmak ya da doğruluk araştırmasına girmek değil; durumu ilgili **adli mercilere bildirmek**dir. İstismar şüphesinde teyit görevi danışmana değil, adli makamlara aittir. A seçeneğinde ebeveynleri birlikte çağırmak yer almaktadır; bu çocuğun risk altına sokabilir. B seçeneğinde öğretmene danışmak vardır; bu da gizliliği gereksiz biçimde genişletir. C seçeneğinde istismar şüphesiyle görüşmek önerilmektedir; bu ciddi bir etik hatadır. D seçeneğinde çocuğun beyanını ciddiye almamak yer almaktadır; bu **zarar vermeme** ilkesine aykırıdır. Bu bağlamda E seçeneğinde belirtilen yaklaşım etik ve yasal açıdan doğrudur.

Cevap: E

3. Danışanların kendileriyle ilgili tutulan kayıtlara erişim hakkı, hem etik hem de hukuki çerçevede tanınan bir haktır. Ancak kayıtlar genellikle mesleki terminolojiyle ve uzmanlar arası iletişime uygun biçimde tutulur. Bu nedenle danışana, kayıtların bazı bölümlerinin teknik bir dil içerdiği ve anlamasının zor olabileceği açıklanabilir. Bu yaklaşım hem **saydamlık** ilkesini hem de **mesleki sorumluluğu** korur. A seçeneğindeki "danışanın hakkı yoktur" denmektedir; bu yanlıştır. B seçeneğinde "baştan erişim hakkı olmadığı" söylenmektedir; bu **özerklik** ilkesine aykırıdır. D seçeneğinde kayıtlara erişim ücretli seansa bağlanmaktadır; bu etik değildir. E seçeneğinde "hiçbir koşulda paylaşılmayacağı" belirtilmektedir; bu da hatalıdır.

Cevap: C

4. Öğrenci toplu dosyasında yer alan bilgiler gizlilik derecelerine göre sınıflandırılır. Seçenekler değerlendirildiğinde: Psikolojik inceleme veya psikiyatrik muayene sonuçları → **4. düzey gizlilik (en yüksek)**. Boy ve kilo gibi temel bilgiler → **1. düzey gizlilik**. Sınıf içi başarı bilgisi → **3. düzey gizlilik**. Öğretmenler kurulunun tavsiyeleri → **3. düzey gizlilik**. Anne-babanın eğitim ve gelir düzeyi → **2. düzey gizlilik**. Dördüncü düzey gizlilik, en yüksek gizlilik düzeyidir ve psikolojik inceleme, psikiyatrik muayene, tıbbi veya sosyal hizmet raporları gibi çok hassas bilgiler bu kapsamdadır. Bu tür bilgiler toplu dosyada tutulmaz, ayrı ve kilitli şekilde saklanır.

Cevap: A

5. Kendi kendine yardım programları geniş kitlelere ulaşabilir; ancak her müdahale aracı herkes için **uygun değildir**. Psikolojik danışman, geliştirdiği programın hangi durumlarda etkili olacağını ve hangi durumlarda uygun olmayacağını açıkça belirtmelidir. Bu, hem **zarar vermeme** hem de **bilgilendirilmiş kullanım** açısından etik bir zorunluluktur. Aksi takdirde ağır psikopatolojiye sahip bireyler programı tek başına kullanarak zarar görebilir. A seçeneğinde gözetim uyarısı yer almaktadır; bu bazı durumlarda gerekli olabilir ancak temel etik zorunluluk kapsam sınırlarını belirtmemektedir. B seçeneği ekonomik koşula ilişkindir. C seçeneği gerçekçi olmayan bir taahhüttür.

D seçeneği kullanım alanını gereksiz yere sınırlar. Bu nedenle programın hangi durumlarda kullanılmasının uygun olmadığına dair **bilgilendirme yapılması gerekir**.

Cevap: E

6. Grupla psikolojik danışmada üye seçimi, hem terapötik etkinliği hem de etik sınırları doğrudan etkiler. Danışmanın kişisel yakınlıklarına göre seçim yapması, grup sürecini taraflılaştırır ve güç dengesini bozar. Üyelerin duygusal olarak kendisine yakın kişiler arasından seçilmesi, açık bir **çoklu ilişki** riskidir ve profesyonel sınırları zedeler. Grup lideri, üyeleri kişisel bağlarına göre değil; grubun amacı, üyelerin ihtiyaçları ve terapötik uygunluk ölçütlerine göre belirlemelidir. A seçeneğinde karma cinsiyetli grup oluşturmak, grup amacına bağlı olarak uygun olabilir. B seçeneğinde farklı kişilik özelliklerine yer vermek, grup dinamiğini zenginleştirebilir. C seçeneğinde sosyoekonomik homojenlik sağlamak, bazı grup amaçları için tercih edilebilir bir düzenlemedir. D seçeneğinde ağır duygusal güçlükleri olanları dışlama ifadesi tartışmalı olsa da, bazı durumlarda klinik düzeyi ağır bireylerin uygun hizmete yönlendirilmesi gerekebilir. **Ancak kişisel yakınlığa dayalı seçim etik açıdan uygun değildir.**

Cevap: E

7. Hipnoz uygulamasının eş tarafından yapılması, iki farklı rolün iç içe geçmesine yol açmaktadır. Evlilik ilişkisi zaten güçlü bir kişisel bağ ve güç dinamiği içerir. Bu bağlamda eşin aynı zamanda terapötik müdahale uygulaması, açık bir **çoklu ilişki** durumudur. Çoklu ilişkiler, tarafsızlığı zedeler ve olası zarar riskini artırır. Burada temel ihlal, terapötik rol ile kişisel rolün birleşmesidir. A seçeneğindeki **yetkinlik**, kişinin eğitim ve beceri sınırlarını ifade eder; vakada hipnoz eğitimi olduğu belirtilmiştir. B seçeneğindeki **dürüstlük** doğrudan ihlal edilmemiştir. D seçeneğindeki **sorumluluk** genel bir ilkedir ancak spesifik ihlal rol çakışmasıdır. E seçeneğindeki **doğru bilgilendirme** ile ilgili açık bir eksiklik belirtilmemiştir. Dolayısıyla ihlal edilen ilke **çoklu ilişkilerdir**.

Cevap: C

8. Psikolojik ölçme araçlarının kullanımında temel etik ilkelerden biri, **testlerin yalnızca geliştiricileri tarafından belirlenen biçimde kullanılması ve herhangi bir çeviri, uyarlama veya madde değişikliği yapılacaksa test sahibinin izninin alınmasıdır**. Ölçeklerin başka bir dile çevrilmesi ve kültüre uyarlanması, bilimsel bir **adaptasyon süreci** (izin alma, çeviri-geri çeviri, geçerlik-güvenirlik çalışmaları, norm oluşturma vb.) gerektirir. Vakada psikolojik danışman, ölçeği **internetten bulmuş**, maddeleri **kendisi çevirmiş**, bazı maddeleri **değiştirmiş** ve bunu **orijinal test yazarından izin almadan** uygulamaya başlamıştır. Bu durum ölçme araçlarının kullanımına ilişkin etik ilkelerde açıkça belirtilen **"testlerin izinsiz tercüme edilmemesi, uyarlanmaması ve değiştirilmemesi"** ilkesinin ihlalidir. Diğer seçenekler doğrudan vakadaki davranışı açıklamaz. Bu nedenle ihlalin doğrudan kanıtı **orijinal test sahibinden izin alınmadan çeviri ve uyarlama yapılmasıdır**.

Cevap: D

9. Araştırmalarda bazı durumlarda araştırmacının gerçek amacının başta açıklanmaması gerekebilir. Ancak bu tür durumlarda etik zorunluluk, **araştırma tamamlandıktan** sonra katılımcılara gerekli açıklamanın yapılmasıdır. Bu süreçte **açıklama/aydınlatma** denir. Katılımcılar araştırmacının gerçek amacı hakkında bilgilendirilmelidir; aksi halde **bilgilendirilmiş onam** ilkesi zedelenir. A seçeneğinde mutlak ihlal denmektedir; oysa bazı deneysel tasarımlarda geçici gizleme mümkündür. B seçeneğinde gönüllülük tek başına yeterli sayılmaktadır; bu doğru değildir. D seçeneğinde amacın gizli tutulmaya devam edilmesi savunulmaktadır; bu etik değildir. E seçeneğinde bilgilendirme yükümlülüğü yok sayılmaktadır; bu da yanlıştır.

Cevap: C

10. Danışmanın kendi geçmiş deneyiminin danışanla çalışmayı etkilemesi, terapötik süreçte **karşıt aktarım** olarak adlandırılır. Karşıt aktarımın fark edilmesi önemli bir profesyonel bilinç göstergesidir. Ancak bu duyguların danışana aktarılması ya da bastırılarak görmezden gelinmesi uygun değildir. Etik olarak yapılması gereken, bu durumu **süper-vizyon** sürecinde ele almak ve terapötik sınırları korumaktır. Bu yaklaşım hem danışanın yararını hem de mesleki nesnelliği korur. A seçeneğinde kişisel deneyimi ayrıntılı anlatmak sınır ihlalidir. B seçeneğinde bastırmak yer almaktadır; bu sağlıklı bir çözüm değildir. D ve E seçeneklerinde süreci hemen sonlandırmak önerilmektedir; bu erken ve gereksiz olabilir. Bu nedenle doğru yaklaşım, karşıt aktarımı süpervizyonda ele almaktır.

Cevap: C

11. Psikolojik danışmanın kendini açması, ancak **terapötik amaca hizmet ettiği**, danışanı merkeze aldığı ve ölçülü olduğu durumlarda etik açıdan kabul edilebilir. Danışmanın kendi yaşantısını sürecin merkezine koyması ya da yakınlık kurma aracı olarak kullanması, profesyonel sınırları zedeler. Etik olan, danışanın yararını gözeten, kısa ve işlevsel bir paylaşım yapmaktır. E seçeneğinde danışman, danışanın yaşadığı güçlüğü benzer bir deneyimi olduğunu **kısaca** ifade etmekte ve bunu **umut artırma amacıyla**, yani terapötik hedef doğrultusunda yapmaktadır. Bu, ölçülü ve danışan yararına bir kendini açma örneğidir. A seçeneğindeki her oturumda özel hayattan örnek vermek, süreci danışan merkezli olmaktan çıkarır. B seçeneğindeki kişisel sır paylaşımı, sınır ihlali ve rol karmaşasına yol açabilir. C seçeneğindeki ayrıntılı anlatım, odağı danışandan uzaklaştırır. D seçeneğindeki danışmanın deneyimini merkeze almak, **profesyonel sınırlar** açısından sorunludur. Etik ihlal içermeyen durum E seçeneğinde yer almaktadır.

Cevap: E

12. Emin Bey'in yalnızca bireysel danışma yapmakla yetinmeyip, yerel yönetim ve kurumlarla iş birliği içinde önleyici programlar planlaması, mesleğin birey düzeyini aşan boyutunu göstermektedir. Bu yaklaşım, ruh sağlığını koruyucu ve geliştirici çalışmalar yürütmeyi ifade eden **toplumsal sorumluluk** ilkesinin bir yansımasıdır. Danışman, toplumda artan risk faktörüne karşı önleyici düzeyde müdahaleye katkı sunmaktadır. **Yetkinlik**, uzmanlık sınırlarını bilmekle ilgilidir. **Dürüstlük**, doğru temsil ve şeffaflıkla ilişkilidir. **Gizlilik**, bireysel danışma verilerinin korunmasıyla ilgilidir. **Bireysel farklılıklara duyarlılık**, kimlik temelli saygıyı ifade eder. Burada temel vurgu toplumsal düzeyde sorumluluktur.

Cevap: D

13. I. maddede test yönergesinin değiştirilmesi söz konusudur. Bu durum, ölçme aracının **standardizasyonunu** bozar ve test güvenilirliğini riske atar; etik açıdan yanlıştır. II. maddede testin amacı hakkında açıklama yapılmaktadır. Bu uygulama, **bilgilendirilmiş onam** ve saydamlık açısından doğrudur. III. maddede test sonuçlarının sınıf ortamında paylaşılması yer almaktadır. Bu durum, öğrencilerin bireysel verilerinin ifşası anlamına gelir ve **gizlilik** ilkesini ihlal eder. Dolayısıyla etik açıdan doğru olmayan uygulamalar I ve III'tür.

Cevap: D

14. Danışanla sosyal medya üzerinden arkadaşlık kurmak, terapötik ilişkiyi sosyal ilişkiye dönüştürür ve açık bir **çoklu ilişki** riskidir. Bu durum profesyonel sınırları bulanıklaştırır ve güç dengesini etkiler. Bu nedenle danışanın isteği olsa bile sosyal medya arkadaşlığının kabul edilmesi etik değildir. A seçeneğindeki iptal politikası hakkında önceden bilgilendirme yapmak, **saydamlık** ve profesyonel sınır açısından uygundur. C seçeneğindeki sembolik bir kartın kabulü, bağlam ve niyete bağlı olarak genellikle etik sınırlar içinde değerlendirilebilir. D seçeneğindeki ücret ve sınırlar konusunda açık bilgilendirme yapılması, etik açıdan gereklidir. E seçeneğindeki profesyonel rolü korumak zaten temel etik yükümlülüktür. Etik açıdan kabul edilemez davranış B seçeneğinde yer almaktadır.

Cevap: B

15. Okul toplu dosya sistemlerinde bilgiler gizlilik derecelerine göre sınıflandırılır. Genel kabul gören hiyerarşide: **1. derece gizlilik:** Herkesçe bilinebilecek genel bilgilerdir. **2. derece gizlilik:** Akademik ve idari nitelikli verilerdir. **3. derece gizlilik:** Öğrencinin psikolojik değerlendirme sonuçları ve disiplin kayıtları gibi daha hassas bilgilerdir. **4. derece gizlilik:** Danışma oturum içerikleri, travma anlatımları gibi en yüksek düzeyde korunan bilgilerdir. Soru, gizlilik hiyerarşisinde 3. derece kapsamında değerlendirilmesi gereken bir bilginin yanlışlıkla **2. derece** bölümüne yerleştirilmesini sorgulamaktadır. E seçeneğinde yer alan öğrenciye uygulanan **kişilik testi sonuçları**, psikolojik değerlendirme verisidir. Bu tür ölçme sonuçları öğrencinin kişisel özellikleri, uyum durumu ve psikolojik yapısına ilişkin hassas bilgiler içerir. Literatüre göre bu veriler **3. derece gizlilik** kapsamındadır. **Dolayısıyla 3. derece olması gerekirken 2. dereceye dahil edilmiştir.**

Cevap: E

1. Aslı Hanım'ın fark ettiği temel sorun, yazılımın içerik ve örneklerinin belirli bir sosyoekonomik gruba hitap etmesi ve farklı kültürel arka planlara sahip öğrenciler açısından **yanlı sonuçlar** üretebilme ihtimalidir. Ölçme araçlarının kullanımında danışmanın temel etik sorumluluğu, aracın **ayrımcılık üretmemesi** ve farklı gruplar aleyhine sistematik hata barındırmamasıdır. Bu durum doğrudan **Bi-reysel ve kültürel farklılıklara duyarlılık** ve ölçme araçlarında **kültürel adalet** ilkesiyle ilişkilidir. Danışman, uygulama öncesinde yazılımın farklı gruplar açısından adil ve geçerli sonuçlar verdiğinden emin olmakla yükümlüdür. A seçeneğinde yer alan el kitabını dağıtmak, bilgilendirme açısından yeterli değildir; sorun kültürel önyargıdır. B seçeneğindeki tek başına kullanım meselesi, teknik bir husustur; temel etik problem ayrımcılıktır. D seçeneğinde yazılımın geçerliliğini yönetime sunmak idari bir adımdır; ancak öncelik ayırım gözetmeme sorumluluğudur. E seçeneğinde fiziksel yeterlik ölçümü, vakayla doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: C

2. Danışma notları, özellikle ayrıntılı oturum içerikleri, en yüksek düzeyde korunması gereken bilgilerdir. Okul müdürünün "bilmem gerekiyor" talebi, tek başına gizliliği kaldırmaz. Akademik başarısı düşen öğrencinin danışma sürecine ilişkin ayrıntılı notların paylaşılması, hem etik hem de yasal açıdan **gizlilik ilkesinin ihlalidir**. B seçeneğinde yer alan sosyal hizmet birimine bildirim, çocuğun korunması kapsamında hem etik hem yasal yükümlülüktür. C seçeneğinde mahkeme talebi vardır; bu durumda paylaşım hukuken zorunludur. D seçeneğinde intihar riski durumunda öğrenciyle süreci konuşarak paylaşım yapılması, gizlilik sınırlarının etik yönetimidir. E seçeneğinde açık rıza vardır; bu durumda paylaşım etik çerçevededir. Bu nedenle hem etik hem yasal ihlal A seçeneğinde yer almaktadır.

Cevap: A

3. İdeolojik istismar, danışanın karar ve değerlerini danışmanın kendi dünya görüşü doğrultusunda yönlendirmesidir. Danışmanın danışanın yaşadığı kararsızlığı kendi inanç sistemi doğrultusunda şekillendirmeye çalışması, danışanın **özerkliğine müdahale** anlamına gelir ve doğrudan **ideolojik istismar** kapsamındadır. A seçeneğindeki ücret artırımı, ekonomik etik sorunudur. B seçeneğindeki izinsiz paylaşım, **gizlilik ihlalidir**. D seçeneğindeki sürecin gereksiz uzatılması, **mesleği kötüye kullanma** boyutuna girer. E seçeneğindeki sosyal medya ilişkisi, **çoklu ilişki** riskidir.

Cevap: C

4. Öğrenci toplu dosyasında bilgiler **gizlilik düzeylerine göre sınıflandırılır**. **Birinci düzey gizlilik**, herkese açık sayılabilecek, öğrencinin temel tanıtıcı özelliklerini içeren ve özel korunma gerektirmeyen bilgilerdir. Bu düzeye öğrencinin **adı, yaşı, cinsiyeti, boyu, kilosu, göz rengi gibi fiziksel ve tanıtıcı özellikleri** örnek verilir. Seçenekler incelendiğinde: Rehberlik görüşmelerinin içeriği **4. düzey gizlilik** (danışma içeriği, ayrı ve kilitli saklanır). Sağlık kurul raporu **4. düzey gizlilik** tir. Göz rengi ve boy **1. düzey gizlilik** tir. Ailenin ekonomik durumuna ilişkin ayrıntılı bilgi **2. düzey gizlilik** tir. Psikolojik değerlendirme sonuçları **4. düzey gizlilik** tir.

Cevap: C

5. Adayların test sonuçlarının yalnızca kendileriyle paylaşılmayıp kurum veri tabanına işlenmesi, kullanım amacının genişletildiğini göstermektedir. Danışman, uygulama öncesinde testin **hangi amaçla kullanılacağını** ve verilerin **nerede saklanacağını** açıkça belirtmekle yükümlüdür. Bu yükümlülük, **bilgilendirilmiş onam** ilkesinin temel unsurudur. Adaylar veri kullanım alanı hakkında önceden bilgilendirilmemiştir. A seçeneği kültürel analizle ilgilidir. C seçeneği ölçme aracının geçerlik - güvenilirliğiyle ilgilidir. D seçeneği test materyali güvenliğiyle ilgilidir.

E seçeneği raporlama tercihinine ilişkindir. İhmal edilen etik yükümlülük B seçeneğinde yer almaktadır.

Cevap: B

6. Bir çocuğun mahallede bir yetişkin tarafından **uygunsuz davranışlara maruz kaldığını** anlatması, açık bir **istismar şüphesi** durumudur. Bu tür vakalarda danışmanın öncelikli sorumluluğu çocuğun korunmasıdır. **Gizlilik ilkesi**, çocuğun güvenliği söz konusu olduğunda sınırsız değildir. Çocuk istismarı şüphesinde hem etik hem de yasal olarak **bildirim yükümlülüğü** vardır. Danışmanın görevi olayın doğruluğunu araştırmak ya da aile içinde çözmeye çalışmak değil; yetkili mercilerin süreci yürütmesini sağlamaktır. Okul yönetimi bilgilendirilerek gerekli adli süreç başlatılmalıdır. A seçeneğinde yer alan gizli tutma yaklaşımı, **gizlilik ilkesinin yanlış yorumlanmasıdır**; çocuğun korunması gizlilikten önce gelir. B seçeneğinde aileyi bilgilendirmek yer almaktadır; ancak aile içi baskı riski varken doğrudan aileyle çözüm aramak uygun değildir. C seçeneğinde arkadaşlardan bilgi toplamak, danışmanın **dedektif rolüne** girmesi anlamına gelir ve etik değildir. E seçeneğinde beklemek ve gözlemlemek önerilmektedir; oysa istismar şüphesinde gecikme riski artırır.

Cevap: D

7. Bilgisayar destekli kariyer programları, her ne kadar teknik olarak bireysel kullanılabilir görünse de danışman sorumluluğunu ortadan kaldırmaz. Danışmanın görevi yalnızca programı yüklemek değil, süreci **izlemek ve gerektiğinde müdahale etmektir**. Öğrencinin sonuçları yanlış yorumlaması, aşırı genelleme yapması ya da kendine zarar verici çıkarımlarda bulunması mümkündür. Bu nedenle uygulamanın danışman tarafından takip edilmesi etik bir gerekliliktir. A seçeneğinde yer alan yeterlik değerlendirmesi önemlidir; ancak vakada öğrencinin bilgisayar becerisinin iyi olduğu belirtilmiştir. B seçeneğinde programın amacıyla ilgili bilgilendirme eksikliği varsayılmıştır; metinde buna dair bir veri yoktur. C seçeneğinde gereksinim uygunluğu kontrolü ifade edilmiştir; vakada program kariyer rehberliği amaçlıdır ve bağlama uygundur. D seçeneğinde kültürel ayrımcılık analizi yer almaktadır; sorunun odağı bu değildir. Eksik olan temel etik uygulama, sürecin **izlenmemesi ve geri bildirim sürecinin yapılandırılmamasıdır**; bu durum E seçeneğinde ifade edilmiştir.

Cevap: E

8. Danışmanın danışanına kendi iş yerinde yarı zamanlı iş ayarlaması, terapötik ilişkiyi ekonomik ve sosyal bir ilişkiye dönüştürür. Bu durum açık bir **çoklu ilişki** örneğidir ve güç dengesini bozar. Danışman - danışan ilişkisi, başka bir rol ile iç içe geçmemelidir. Bu nedenle bu davranış etik ihlalidir. B seçeneğinde yer alan danışanın açık rızasıyla bilgi paylaşımı, **gizlilik sınırları içinde** mümkündür. C seçeneğindeki danışanın talebi üzerine genel ilerleme hakkında bilgi verilmesi, uygun sınırlar içinde etik olabilir. D seçeneğindeki sembolik bir teşekkür kartının kabulü, bağlama göre genellikle etik sınırlar içindedir. E seçeneğindeki gizlilik sınırlarının başta açıklanması, etik açıdan zorunludur.

Cevap: A

9. **Süpervizyon**, danışmanın mesleki gelişimini desteklemek, müdahale becerilerini değerlendirmek ve etik standartların korunmasına katkı sağlamak amacıyla yürütülür. Süpervizyonun odağı danışmanın uygulamasıdır; danışanın terapötik güvenliğini doğrudan artırmak süpervizyonun temel amacı değildir. Danışanın güveni, dolaylı olarak danışmanın gelişimi sayesinde güçlenebilir; ancak bu süpervizyonun doğrudan hedefi değildir. A seçeneğinde yer alan mesleki gelişim desteği süpervizyonun temel amacıdır. B seçeneğinde etik uygulamaların güçlendirilmesi yer almaktadır; bu da temel amaçtır. C seçeneğinde müdahale becerilerinin değerlendirilmesi vardır; bu süpervizyonun merkezindedir. E seçeneğinde mesleki standartların korunması ifade edilmektedir; bu da süpervizyonun işlevidir.

Cevap: D

10. Psikolojik danışma etik ilkelerine göre danışman, danışanın değerleri, inançları ve yaşam tercihleri kendisinden farklı olsa bile **yargılamadan kabul etmeli, kendi değerlerini dayatmamalı ve danışanın özerkliğine saygı göstermelidir**. Bu yaklaşım literatürde **duyarlılık ve hoşgörü** ilkesi kapsamında değerlendirilir. Danışanın gizli bilgilerinin korunması ve danışanın seçimlerine saygı gösterilmesi de bu ilkenin önemli bir parçasıdır. **Yetkinlik**: Psikolojik danışmanın eğitim aldığı alanlarda çalışması ve mesleki becerilerini yeterli düzeyde kullanmasıyla ilgilidir. Soruda danışma-

nın uzmanlık sınırları veya becerileriyle ilgili bir durum yoktur. **Toplumsal sorumluluk:** Toplum yararını gözetmek, toplumsal sorunlara duyarlı olmak ve mesleğin toplumdaki rolünü korumakla ilgilidir. Vakada topluma yönelik bir sorumluluk değil, danışanla kurulan ilişki söz konusudur. **Dürüstlük:** Mesleki ilişkilerde açık, doğru ve yanıltıcı olmayan bir iletişim kurmayı ifade eder. Sorudaki davranışın temel odağı dürüstlük değil, danışanın değerlerine saygıdır. **Mesleki yeterlilik:** Mesleki bilgi ve becerileri geliştirme, sürekli eğitim alma ve profesyonel standartlara uygun çalışma ile ilgilidir. Vakada danışmanın bilgi veya beceri düzeyiyle ilgili bir vurgu bulunmamaktadır.

Cevap: E

11. **Bilgilendirilmiş onam,** danışanın sürece bilinçli ve özgür iradesiyle katılabilmesi için gerekli bilgilerin açık biçimde sunulmasını ifade eder. Bu kapsamda danışana; sürecin amacı, kapsamı, kullanılacak yöntemlerin genel çerçevesi, gizlilik ve sınırları ile ücret ve oturum koşulları hakkında bilgi verilmesi gerekir. Ancak danışmanın özel yaşamına ilişkin kişisel tercihleri ve değerleri, onamın zorunlu unsurları arasında yer almaz. Bu bilgiler danışanın karar verme hakkı için gerekli değildir. A seçeneğinde yer alan **danışma sürecinin amacı ve kapsamı,** bilgilendirilmiş onamın temel unsurudur. B seçeneğinde belirtilen **kuramsal yaklaşım ve yöntemlerin genel çerçevesi,** danışanın süreci anlaması için gereklidir. C seçeneğinde yer alan **gizlilik ilkesi ve sınırları,** etik açıdan açıklanması zorunlu bir konudur. D seçeneğinde belirtilen **ücret ve seans koşulları,** profesyonel sözleşmenin parçasıdır. Bilgilendirilmiş onam kapsamında yer almayan bilgi E seçeneğinde ifade edilmiştir.

Cevap: E

12. Öğrenci toplu dosyasında bilgiler gizlilik düzeylerine göre sınıflandırılır. **İkinci düzey gizlilik,** sorumlu ve yetkili profesyonellere verilebilen; öğrencinin aile durumu, akademik geçmişi, ilgi alanları, hobileri ve okul etkinlikleri gibi eğitsel rehberlik çalışmalarında kullanılabilecek bilgileri kapsar. Seçenekler incelendiğinde öğrencinin kronik hastalıkları ve kullandığı ilaçlara ilişkin bilgiler tıbbi nitelikte olduğu için **dördüncü düzey gizlilik**

kapsamındadır. Çocukluk döneminde yaşanan istismar öyküsü de son derece mahrem bir psikolojik bilgi olduğundan **dördüncü düzey** gizlilik kapsamına girer. Sadece psikolojik danışmanın bildiği kişisel sırlar ve danışma sürecinde ortaya çıkan derin duygusal kırılmalar da danışma içeriği niteliğinde olduğu için yine **dördüncü düzey** gizlilik kapsamında değerlendirilir. Buna karşılık öğrencinin sosyal kulüp faaliyetleri öğrencinin ilgi alanları ve okul etkinlikleriyle ilgili bir bilgi olduğundan **ikinci düzey** gizlilik kapsamındadır ve eğitsel rehberlik amacıyla yetkili kişilerle paylaşılabilir.

Cevap: C

13. Danışanın "Herkes benim yerime karar vermek istiyor." ifadesi, özerklik ihtiyacını açık biçimde göstermektedir. **Özerkliğe saygı ilkesi,** danışanın kendi yaşamına ilişkin kararları kendisinin vermesini desteklemeyi gerektirir. Danışman burada yönlendirme yapmak yerine, Ali'nin ilgi alanları, değerleri ve yaşam hedefleri doğrultusunda sistematik bir karar verme süreci yürütmelidir. Yapılanırılmış karar verme çalışmaları, danışanın bilinçli seçim yapmasını sağlar ve özerkliğini güçlendirir. **A ve D seçeneklerinde** aile beklentisini öncelemek, danışanın özerkliğini zayıflatır. **B seçeneğinde** prestij temelli yönlendirme vardır; bu da değer dayatma içerir.

E seçeneğinde danışmanın tercih listesi hazırlanması, danışanın karar verme hakkını devralmaktır. **Özerklik ilkesine en uygun yaklaşım C seçeneğinde yer almaktadır.**

Cevap: C

14. İleri düzey uzmanlık gerektiren bir klinik testi, **yalnızca bilgisayar puanlıyor diye uygulamak etik değildir.** Test uygulama yetkinliği, teknik yeterlilik ve eğitim gerektirir. Danışmanın burada yaptığı hata, kendi eğitim ve hazırlık sınırlarını aşmasıdır. Bu durum **mesleki yetkinlik** ilkesinin ihlalidir. Yetkinlik, yalnızca aracı kullanabilmek değil; yorumlama ve klinik sorumluluğu üstlenebilecek donanıma sahip olmaktır. B seçeneğindeki **test güvenliği,** materyalin korunmasıyla ilgilidir. C seçeneği tercüme ve adaptasyon sürecini ifade eder; vakada böyle bir durum yoktur.

D seçeneği teknik ekipmanla ilgilidir; sorun ekipman değil, uzmanlıktır. E seçeneği sonuçların bireysel amaçlara göre açıklanmasını ifade eder; temel sorun bu değildir.

Cevap: A

15. Soruyu etik literatürde **kayıtların saklanması ve imhası ilkesi** açısından değerlendirmek gerekir. Psikolojik danışma etik ilkelerine göre danışanlara ait kişisel veriler ve kayıtlar **amacı ortadan kalktığına gereksiz şekilde saklanmamalıdır**. Kayıtların tutulmasının gerekçesi verilen hizmettir; hizmet tamamlandıktan sonra ve kayıtların tutulmasını gerektiren mesleki veya hukuki bir zorunluluk kalmadığında bu bilgilerin **güvenli biçimde imha edilmesi** gerekir. Danışanın verilerini "belki ileride kullanırım" düşüncesiyle saklamak etik açıdan uygun değildir. Soruda Deniz Bey danışma süreci bitmesine ve raporlar teslim edilmesine rağmen verileri **olası bir araştırma için saklamaya devam etmektedir**. Bu durum, saklanan bilginin **amacı ortadan kalktıktan sonra yok edilmesi gerektiği ilkesine aykırıdır**.

Cevap: D

1. Vakada danışanın belirlediği hedeflere büyük ölçüde ulaşıldığı belirtilmektedir. Buna rağmen danışman süreci "daha da derinleştirme" gerekçesiyle sürdürmekte, başvuru nedeni ile doğrudan ilişkili olmayan ölçme araçları uygulamakta ve ek programlara yönlendirmektedir. Danışan ise zamanla bu uygulamaların kendi gereksinimlerinden çok danışmanın yönlendirmeleri doğrultusunda şekillendiğini düşünmektedir. Burada temel etik problem, danışanın yararının kalmadığı noktada hizmetin sürdürülmesi ve kapsamının genişletilmesidir. Etik kodlara göre danışman, danışanın gereksinimi ortadan kalktığında ya da hedeflere ulaşıldığında süreci sonlandırmalı; gereksiz müdahale, test veya program uygulayarak hizmeti uzatmamalıdır. Aksi durum, danışanın maddi kaynaklarının dolaylı biçimde sömürülmesi anlamına gelir ve **mali istismar** kapsamında değerlendirilir. **Mesleki yeterlik sınırlarının aşılması:** Bu ilke, danışmanın eğitim ve uzmanlık alanı dışında hizmet sunmasıyla ilgilidir. Soruda danışmanın yetkin olmadığı bir alanı uyguladığı belirtilmektedir. Sorun yetkinlik değil, gereksiz hizmet üretimidir. **Mali istismar:** Mali istismar, danışanın maddi olanaklarından doğrudan ya da dolaylı çıkar sağlanmasıdır. Gereksinim kalmadığı hâlde sürecin sürdürülmesi ve ilgisiz uygulamalarla hizmetin genişletilmesi bu kapsamda değerlendirilir. **İkili ilişki kurulması:** İkili (çoklu) ilişki, danışanla danışma ilişkisi dışında sosyal, ticari ya da duygusal bir rol ilişkisinin kurulmasıdır. Vakada rol çatışması bulunmamaktadır. **İdeolojik istismar:** İdeolojik istismar, danışanın değer ve inançlarının danışmanın dünya görüşü doğrultusunda yönlendirilmesidir. Soruda değer dayatma söz konusu değildir. **Duygusal istismar:** Duygusal istismar, danışanın terapötik güveninin ya da duygusal bağımlılığının kişisel çıkar için kullanılmasıdır. Vakada vurgu duygusal manipülasyon değil, gereksiz hizmetin sürdürülmesidir.

Cevap: B

2. Vakadaki uygulamaları tek tek analiz edelim: Danışanın ihtiyacının kendi uzmanlık alanını aştığını fark edip uygun uzmana yönlendirmesi **yetkinlik sınırlarını bilme ve sevk etme sorumluluğudur**. Danışanın talebi doğrultusunda sınırlı bilgi paylaşımı yaparak iş birliği yürütmesi **meslektaşlarla etik işbirliğidir**. Meslektaşının etik ihlali önceden uyarılması, devam edince kuruma bildirmesi **mesleğin bütünlüğünü koruma sorumluluğudur**. Televizyon programında görüşlerinin kişisel değerlendirme olduğunu belirtmesi **kamusal alanda mesleği doğru temsil etme sorumluluğudur**. Bu davranışların ortak paydası, mesleğin standartlarını koruma, mesleki uygulamalarda sorumluluk alma ve kamuya karşı doğru temsil yükümlülüğüdür. Bu çerçevede doğrudan **mesleki ve bilimsel sorumluluk** ilkesini ifade eder. **Gizlilik ve mahremiyet**, yalnızca bilgi paylaşımı boyutunu kapsar; oysa soruda meslektaşın ihlali bildirme ve kamusal temsil gibi daha geniş bir çerçeve vardır. **Duyarlılık ve hoşgörü**, bireysel özelliklere saygı ile ilgilidir; burada temel vurgu bu değildir. **Özerkliğe saygı**, danışanın kendi kararlarını desteklemeyi ifade eder; sorudaki ana tema bu değildir. **Bireysel farklara duyarlılık**, kültürel ve bireysel farklılıklara hassasiyetle ilgilidir.

Cevap: A

3. Soru, hizmetin doğası gereği **kişiyi özel mahremiyet ve gizliliğin en son planda** olduğu çalışmayı sormaktadır. Sınıf içinde yürütülen **rehberlik etkinlikleri**, bireysel terapi niteliği taşımaz; gelişimsel ve önleyici çalışmalardır. Bu çalışmalar kişisel sır içermeyebilir ve bireysel mahremiyet en düşük düzeydedir. **Grupla psikolojik danışma**, üyelerin kişisel paylaşımlarını içerdiği için gizlilik önemlidir. **İstismar şüphesi**, en yüksek düzeyde gizlilik ve yasal hassasiyet gerektirir. **Disiplin vakası notları**, resmi ve kişisel nitelik taşır; gizlilik gerektirir. **Psikiyatrik tanı ve tedavi raporları**, sağlık verisi olduğu için yüksek düzey gizlilik kapsamındadır. **Mahremiyetin görece en düşük olduğu hizmet sınıfı içi rehberlik etkinlikleridir**.

Cevap: D

4. Psikolojik ölçme araçlarının geçerliği, testin **standart koşullar altında uygulanmasına** ve bireylerin teste **önceden aşına olmamasına** bağlıdır. Test maddeleri ya da onlara çok benzeyen örneklerin önceden öğretilmesi, bireylerin gerçek yeteneklerini değil **test pratiğinden kaynaklanan performans artışını** ölçmeye yol açar. Bu durum literatürde **test güvenliğinin ihlali ve test hazırlama etkisi** olarak değerlendirilir ve test sonuçlarının geçerliğini zedeler. Soruda danışman, üstün yetenekliler sınavındaki soru tiplerine çok benzer materyalleri önceden çözdürerek öğrencilerin sınava alışmasını sağlamaktadır. Bu durumda öğrenciler test maddelerine benzer içerikleri önceden gördükleri için elde edilen puanlar **gerçek yetenek düzeyini yansıtmayabilir**. Dolayısıyla ölçme aracının geçerliği zarar görür. Bu nedenle bu davranışın en kritik sonucu, **test sonuçlarının geçerliğinin ortadan kalkmasıdır. Doğru cevap materyallerin önceden verilmiş olması test sonuçlarını geçersiz kılar.**

Cevap: E

5. Bu vakada belirleyici olan iki etik ilke vardır: **Danışanın yüksek yararı ve hizmetin sürekliliği**. Anı ayrılık, hazırlıksız sonlandırma veya süreci askıya alma; özellikle parçalanmış aile çocukları için yeniden terk edilme duygusunu tetikleyebilir. Bu nedenle etik olarak yapılması gereken; öğrencileri bilgilendirmek, uygun bir sonlandırma süreci yürütmek ve riskli vakaları profesyonel biçimde devretmektir. Görevi reddetmek idari bir meseledir; etik zorunluluk değildir. Son gün haber vermek ve süreci kısa kesmek danışan yararına değildir. Süreci askıya almak süreklilik ilkesine aykırıdır. Takibi öğretmenlere bırakmak profesyonel sorumluluktan kaçınmaktır. **Etik açıdan en uygun davranış, planlı sonlandırma ve profesyonel sevgidir.**

Cevap: D

6. Vakada danışman; danışanı aşağılamakta, alaycı bir dil kullanmakta, "zayıf karakter" gibi etiketleyici ifadelerle danışanın benlik algısını zedelemekte ve onu bağımlı hissettiren bir tutum sergilemektedir. Bu davranış, terapötik otoritenin danışanın psikolojik bütünlüğünü zayıflatacak biçimde kullanılmasıdır. **Bu durum teknik hata değil, güç konumunun psikolojik baskı amacıyla kullanılmasıdır. Mesleki yetersizlik**, teknik bilgi eksikliği veya yanlış müdahale seçimi ile ilgilidir. Burada sorun teknik hata değil, aşağılayıcı ve baskıcı tutumdur. **Cinsel istismar**, fiziksel ya da cinsel sınır ihlalidir; vakada böyle bir unsur yoktur. **Ekonomik istismar**, maddi çıkar sağlama ile ilgilidir. **Duyusal istismar**, danışanın özgüvenini sarsma, aşağılamayla kontrol kurma ve psikolojik baskı oluşturma anlamına gelir. Vakadaki tablo tam olarak budur. **Yasal ihmal**, idari sorumlulukların yerine getirilmemesi ile ilgilidir. **Buradaki durum duygusal istismara örnektir.**

Cevap: D

7. Sinan Bey, ağır travma belirtileri gösteren bir öğrenciyle, bu alanda ileri düzey uzmanlığı olmasına rağmen çalışmayı sürdürmüştür. Sonuçta öğrencinin klinik tablosu ağırlaşmış, işlevselliği bozulmuştur. Bu durum, yetkinlik sınırlarının aşılması yoluyla danışana **zarar verilmesi anlamına gelir**. Bu vakada ihlal edilen temel ilke, danışanın psikolojik bütünlüğünü koruma yükümlülüğüdür. **Adalet**, kaynak dağılımı ve eşitlik ile ilgilidir; temel sorun bu değildir. **Zarar vermeme**, yetkinlik dışı müdahale sonucu danışanın durumunun kötüleşmesi anlamına gelir. **Bu vakada doğrudan ihlal edilen ilke** budur. **Özerklik**, danışanın karar hakkı ile ilgilidir; burada temel sorun zarar riskidir. **Sadakat**, gizlilik ve söz tutma ile ilgilidir. **Dürüstlük**, doğru bilgi verme ile ilgilidir; vakayla doğrudan ilişkili değildir.

Cevap: B

8. Öğrenci toplu dosyasında yer alan bilgiler gizlilik derecelerine göre sınıflandırılır. **Birinci düzey gizlilik**, herkese açık ve öğrencinin mahremiyetini zedelemeyen temel bilgilerdir (adı, yaşı, cinsiyeti, boyu, kilosu gibi). **İkinci düzey gizlilik**, yalnızca sorumlu ve profesyonel kişilere verilebilecek nitelikte olup aile yapısı, anne-babanın eğitim ve gelir düzeyi, öğrencinin akademik özgeçmişi, ilgi alanları ve geleceğe yönelik hedefleri gibi bilgileri kapsar. **Üçüncü düzey gizlilik**, öğrencinin veya velisinin onayı olmadan başkalarıyla paylaşılmayacak bilgilerdir; öğrencinin sınıf içindeki başarısı, standart test sonuçları ve uzmanların öğrenciye ilişkin önerileri bu gruptadır. **Dördüncü düzey gizlilik** ise toplu dosyada yer almaması ve ayrı bir yerde kilit altında tutulması gereken en mahrem bilgilerdir; psikolojik inceleme ya da psikiyatrik değerlendirme sonuçları bu kapsamda değerlendirilir. Bu çerçevede seçenekler incelendiğinde **A) Öğrencinin girdiği standart başarı testlerinin puan dağılımları üçüncü düzey gizlilik, B) Velinin iletişim bilgileri ve ikametgâh adresi ikinci düzey gizlilik, C) Sosyometri sonuçlarına göre öğrencinin gruptaki dışlanma durumu üçüncü düzey gizlilik, D) Psikolojik danışma oturumlarında paylaşılan aile içi çatışma detayları dördüncü düzey gizlilik ve E) öğrencinin mesleki ilgi envanteri sonuçları üçüncü düzey gizlilik** kapsamına girer. Öğretmenlerin erişimine en uygun olan bilgi, seçenekler içinde gizlilik düzeyi en düşük olan ikinci düzey bilgi olduğundan doğru cevap **B seçeneğidir**.

Cevap: B

9. Bir danışanın eş zamanlı iki terapistten destek alması, müdahale bütünlüğünü ve etik sınırları etkileyebilir. Danışan diğer terapistte bilgi verilmesini istememektedir. Ancak danışmanlar arası koordinasyon olmadan **sürecin sürdürülmesi etik risk** oluşturur. Gizlice iletişim kurmak da etik değildir. Danışan diğer süreci sonlandırmak istemiyor ve koordinasyona izin vermiyorsa, etik olarak **süreci sonlandırmak gerekir**.

Cevap: B

10. Verilen bu durumda okul değişikliği kararı çocuğu doğrudan etkilemektedir. Çocuk 4. sınıf düzeyinde olsa da, kararın merkezinde yer alan kişidir. Etik yaklaşım, çocuğun görüşünün dikkate alınması ve karar sürecine katılımının sağlanmasıdır. Bu nedenle **çocuğun karardan birinci derecede etkileneceğini vurgulamak ve süreci çocukla birlikte yürütmek, özerkliğe ve çocuğun yararına uygundur**. Kararı tamamen ebeveyne bırakmak, çocuğun öznel konumunu yok sayar. Kararı idareye bırakmak profesyonel rolü devretmektir. Sadece anne ile görüşmek çocuğun haklarını ihmal eder. Bilgiyi saklamak gizlilik ilkesinin yanlış yorumudur.

Cevap: B

11. Bu soru doğrudan **Tarasoff Kararı (Poddar Vakası)** bağlamındadır. Bu karara göre, danışanın belirli bir kişiye yönelik **somut ve ciddi zarar planı** varsa, gizlilik ilkesi sınırsız değildir. Danışmanın yalnızca yetkililere bildirim yapması değil, **hedefteki kişiyi uyarma yükümlülüğü** de bulunmaktadır. Vaka incelendiğinde danışman kampüs güvenliğine bildirim yapmış ancak hedefteki kişiyi uyarmamıştır. Literatüre göre, açık ve belirlenmiş bir mağdur varsa yalnızca idari bildirim yeterli kabul edilmez. Başkasına yönelik somut ve ciddi hayati tehlike durumunda hem yetkilileri hem de hedefteki kişiyi uyarmak gerekir. **Bu yapılmadığı için etik ihlal vardır**. Gizlilik mutlak değildir; üçüncü kişiye yönelik ciddi tehdit varsa sınırlanır. Sadece güvenliğe bildirmek yeterli değildir; doğrudan risk altındaki kişi korunmalıdır. Özerklik, üçüncü kişiye zarar verme özgürlüğü anlamına gelmez. Bildirim yükümlülüğü yalnızca çocuk istismarıyla sınırlı değildir.

Cevap: C

12. Kırsal kesimden yeni gelmiş bir öğrencinin düşük puanını doğrudan "zihinsel kapasite yetersizliği" olarak yorumlamak, test puanlarının bağlamsal değişkenlerden bağımsız değerlendirilmesidir. Test yorumlamada temel etik kural, sosyo-ekonomik ve kültürel değişkenlerin puan üzerindeki etkisini dikkate almaktır. **Bu nedenle kültürel ve sosyoekonomik etmenleri dikkate almadan yorum yapmak etik ihlaldir**.

Cevap: D

13. Afet sonrası ilk aşama, kriz müdahalesi dönemidir. Kriz koşullarında psikolojik ilk yardım ve yönlendirici destek, klasik uzun süreli danışmadan farklıdır. Gönüllülük ilkesi esastır; ancak akut kriz döneminde destekleyici, bilgilendirici ve yönlendirici müdahale yapılabilir. 17 yaşındaki birey görüşmeyi reddetmiştir; zorla uzun süreli terapi başlatmak etik değildir. Ancak müdahalenin geçici ve destekleyici olduğu açıklanarak yönlendirici temas kurulabilir. Bu nedenle **müdahalenin geçici niteliğini açıklayarak destek sunmak ve kriz sonrası gönüllülüğü esas almak etik olarak uygundur**. Hiç müdahale etmemek kriz döneminde yetersizdir. Açıklama yapmadan zorlamak etik değildir. Uzun süreli danışma planlamak gönüllülüğe aykırıdır. Belirtileri tamamen normal sayıp destek vermemek ihmal olabilir.

Cevap: A

14. Etik uygunluk açısından seçenekleri analiz edelim: **A)** Danışana iş teklif etmek rol karışması ve çıkar çatışması yaratır. **B)** Değerli takı kabul etmek mali istismar ve sınır ihlali riski taşır. **C)** Danışandan ücretsiz hukuk hizmeti almak çıkar ilişkisi ve çoklu ilişkidir. **D)** Kişisel hesaptan borç vermek finansal çoklu ilişkidir. **E)** Danışanın cenazesine katılmayı danışanla süreç içinde değerlendirmek profesyonel sınırlar korunarak ve terapötik yarar gözetilerek yapılabilir. **Bu durumda sınırlar değerlendirildikten sonra katılım etik açıdan sorunlu bir davranış değildir.**

Cevap: E

15. Konsültasyon sürecinde gizlilik tamamen ortadan kalkmaz. Danışman, bireysel danışma sürecine ait hassas bilgileri paylaşamaz. Ancak konsültasyon amacı doğrultusunda, işlevsel ve sınırlı bilgi paylaşılabilir. **Bu çerçevede gizliliği koruyarak yalnızca işlevsel bilgileri paylaşmak etik bir yaklaşımdır.** Tüm bilgileri raporlaştırmak gizlilik ihlalidir. Ayrıntılı kişisel geçmiş paylaşımı uygun değildir. Sözlü de olsa tüm bilgileri aktarmak gizlilik ihlalidir. Süreci tamamen sonlandırmak profesyonel değildir.

Cevap: A

1. Zihinsel engeli nedeniyle kendi adına karar verme yetisi bulunmayan bireylerle araştırma yürütmek, etik açıdan "korunmasız gruplarla çalışma" kategorisine girer. Bu tür çalışmalarda temel ilke, bireyin hak ve güvenliğinin en üst düzeyde korunmasıdır. Bu nedenle araştırmacının öncelikli sorumluluğu, katılımcının **yasal temsilcisinden bilgilendirilmiş onam almak** ve süreci açık, anlaşılır biçimde açıklamaktır. Ayrıca mümkünse katılımcının anlayabileceği düzeyde rızası da alınmalıdır. Araştırmacının etik olduğunu tek başına beyan etmek yeterli değildir; etik kurul ve yasal onam gereklidir. Zararsız olduğunu raporda belirtmek, önceden alınması gereken etik iznin yerini tutmaz. Veri güvenliği araştırma başlamadan planlanmalıdır. Meslektaş görüşü almak yararlı olabilir ancak yasal onamın yerini tutmaz. **Yasal temsilciden onam almak ve uygun açıklama yapmak, bu durumda temel etik zorunluluktur.**

Cevap: E

2. Psikolojik danışma sürecinde danışmanın davranışları **gizlilik, zarar vermeme, mesleki yeterlik, uygun yönlendirme ve danışanın özerkliğine saygı** gibi temel etik ilkeler çerçevesinde değerlendirilir. Buna göre durumlar sırayla incelendiğinde; **I. durumda** danışanın başka bir uzmandan da düzenli terapi aldığı öğrenildiğinde etik olarak öncelikle danışanın izniyle uzmanlar arasında eşgüdüm sağlanması tercih edilir; ancak danışan buna izin vermez ve iki ayrı müdahale süreci sağlıklı yürütülemeyecekse danışman danışma ilişkisini sonlandırabilir. **II. durumda** danışanın başka bir kişiye fiziksel zarar verme hazırlığında olduğunu ifade etmesi, gizliliğin istisnalarından biridir; danışman zarar riskini önlemek amacıyla gizliliği sınırlayarak gerekli kişi veya kurumlara bildirimde bulunabilir. **III. durumda** danışman kendi mesleki yeterliliğinin bu vaka için sınırlı olduğunu fark ettiğinde danışanı daha yetkin bir uzmana yönlendirmelidir; danışan yönlendirmeyi kabul etmezse danışman etik olarak süreci sürdürmek zorunda değildir. **IV. durumda** danışmanın anneye çocuğun fikrinin bu yaşlarda önemli olmadığını söylemesi **doğru değildir; çocuk ve ergenlerin kendilerini ilgilendiren konularda görüşlerinin dikkate alınması gerekir.** **V. durumda** ise psikolojik danışma görüşmeleri yüksek gizlilik içerdiğinden öğretmenin görüşme notlarını istemesi uygun değildir ve danışman bu talebi reddetmelidir. Bu nedenle etik ilkeler açısından **yanlış ifade D seçeneğidir.**

Cevap: D

3. Kişilik testleri, uygulanması ve yorumlanması özel eğitim gerektiren ölçme araçlarıdır. Bu araçların uzmanlık eğitimi olmayan kişilerce uygulanması hem test güvenliğini hem de sonuçların geçerliğini tehlikeye atar. Psikolojik danışmanın görevi, test materyallerini korumak ve yalnızca yetkin kişiler tarafından uygulanmasını sağlamaktır. **A, B, D ve E** seçeneklerinde test materyali öğretmene verilmekte ya da uygulama yetkisi paylaşılmaktadır; bu durum etik değildir. Testlerin uzmanlık gerektirdiğini belirterek talebi reddetmek, hem **mesleki yetkinlik** hem de **zarar vermeme** ilkesine uygundur.

Cevap: C

4. Bu vakada gönüllülük ilkesi ile çocuğun korunması arasında bir ikilem vardır. Elif 15 yaşındadır ve cinsel istismara dair ima bulunmaktadır. Çocuk istismarı şüphesi, gizliliğin sınırlandırıldığı ve bildirim yükümlülüğünün doğduğu bir durumdur. Gönüllülük ilkesi, çocuğun güvenliğinin önüne geçemez. **Bu durumda yaş ve risk durumunu dikkate alarak gerekli bildirimleri yapmak ve süreci açıklamak en uygun yaklaşımdır.** Sadece gönüllülüğe dayanarak süreci sonlandırmak çocuğun yüksek yararına aykırıdır. Bildirim yapmadan süreci gizli yürütmek yasal ve etik açıdan yanlıştır. Aileden gizli uzun süreli terapi planlamak doğru değildir. Travmayı zorla anlattırmak etik değildir.

Cevap: C

5. Dijital kayıt ve çevrimiçi uygulamalarda temel etik yükümlülükler; bilgilendirilmiş onam, veri güvenliği ve sınırlı saklama ilkesidir. **Danışanın haberi ve yazılı onayı olmadan seans kaydı almak açık bir gizlilik ve onam ihlalidir ve yanlıştır.** Çevrimiçi görüşmeler için alternatif iletişim planı oluşturmak doğru uygulamadır. Güçlü şifreleme kullanmak veri güvenliğine uygundur. Süresi dolan verileri güvenli biçimde silmek etik gerekliliktir. Dijital platformların güvenliğini düzenli kontrol etmek mesleki sorumluluktur.

Cevap: A

6. Bu vakada temel etik sorun, öğrencinin psikolojik değerlendirme sürecinde **uzman eşliğinden yoksun bırakılmasıdır**. Danışman, kapsamlı ve klinik risk içerebilecek bir tarama testini öğrenciyi yalnız bırakarak uygulamış; dahası, yüksek risk uyarılarını içeren ham sonuçların doğrudan öğrenci tarafından görülmesine neden olmuştur. Özellikle "intihar eğilimi" ve "acil müdahale" gibi teknik ifadeler, uzman açıklaması olmaksızın bireyde panik ve umutsuzluk yaratabilir. Psikolojik testler, yalnızca uygulanması değil, **yorumlanması ve geri bildirim süreciyle birlikte** etik bir bütünlük taşır. Ham sonuçların uzman süzgeci olmadan danışana sunulması, danışanın ruhsal bütünlüğünü tehlikeye atar ve zarar vermeme ilkesini ihlal eder. Seçeneklere baktığımızda: A seçeneği teknik bir bilgisayar kullanımı meselesidir; asıl problem bu değildir. B seçeneği gönüllülük ve saygı meselesine indirger; oysa öğrenci teste zorlanmamıştır. C seçeneği öncelik hatasına işaret eder ama ruhsal zarar mekanizmasını açıklamaz. E seçeneği bilgilendirme eksikliğini vurgular; ancak burada asıl risk, ham klinik verinin kontrolsüz sunumudur. Danışanın ruhsal bütünlüğünü asıl tehdit eden durum, **uzman yorumu olmaksızın ham sonuçlara maruz bırakılmasıdır**.

Cevap: D

7. Bu soruda mesele, mesleğe hazırlık sürecindeki **denetim ve koruma sorumluluğudur**. Süpervizör yalnızca kuramsal etik bilgiyi anlatmakla yükümlü değildir; öğrencinin uygulamada sınır ihlali riski taşıyan davranışlarını izlemek ve gerektiğinde resmi kayıt altına almak zorundadır. Burada öğretim üyesi, öğrencinin mezuniyetini geciktirmemek adına potansiyel sınır ihlalinin kayıt altına alınması; yani hem danışanları koruma hem de mesleğin saygınlığını sürdürme yükümlülüğünü ihmal etmiştir. A seçeneği "insancılık" diyerek meseleyi kişisel iyi niyet düzeyine indirger; oysa etik sorumluluk bireysel merhametten önce gelir. B seçeneği etik eğitimi yalnızca kuramsal bilgiye indirger ki bu doğru değildir. D seçeneği bunu akademik özerklik sayar; etik ihlali görmezden gelmek özerklik değildir. E seçeneği toplum yararı argümanını yanlış yorumlar; toplum yararı, riskli uygulamaları gizlemekle sağlanmaz. Burada ihlal edilen şey, **mesleki ve bilimsel sorumluluktur**.

Cevap: C

8. Ölçme ve değerlendirme süreçlerinde temel etik ilke, testin **standart koşullarda ve uzman kontrolünde uygulanmasıdır**. Psikolojik testler yalnızca soru-cevap formu değildir; uygulama ortamı, yönerge takibi ve gözlem de sürecin parçasıdır. Danışmanın öğrenciyi yalnız bırakması, test uygulamasını kontrolsüz hale getirmiştir. Bu durum hem standardizasyonu bozar hem de öğrencinin duygusal durumunun izlenmesini engeller. A ve E seçenekleri testin yapısal özellikleriyle ilgilidir; burada sorun testin kalitesi değildir. B seçeneği "en üst düzeyde yararlanma" ilkesini dolaylı olarak çağırırsa da esas ihlal kontrolsüz uygulamadır. C seçeneği veri güncelliği meselesine işaret eder; konu bu değildir. Bu durumda en net ihlal, **kontrol edilemeyen test uygulamasının meslek ahlakına aykırı olmasıdır**.

Cevap: D

9. İdeolojik istismar, danışmanın kendi dünya görüşünü, değerlerini ya da inanç sistemini danışana empoze etmesidir. Psikolojik danışma sürecinde danışanın değerleri keşfetmesi desteklenir; ancak danışmanın yönlendirmesiyle değiştirilmez. A, B, D ve E seçenekleri danışanın değerlerine saygı ve keşif sürecini destekleyen yaklaşımlardır. **C seçeneğinde ise danışman, danışanın dünya görüşünü değiştirmesi için telkinde bulunmaktadır**. Bu, terapötik gücün ideolojik yönlendirme amacıyla kullanılmasıdır. Bu nedenle ideolojik istismar örneğidir.

Cevap: C

10. **Yayın etiğinde temel kurallardan biri, aynı makalenin eş zamanlı olarak birden fazla dergiye gönderilmemesidir**. Bu davranış "çift gönderim" olarak adlandırılır ve bilimsel yayın sistemini yanıltıcı bir uygulamadır. Hakem süreci emek ve zaman gerektirir; aynı metni iki dergiye birden göndermek yayın etiğine açık aykırılıktır.

Cevap: B

11. Bu soruda asıl mesele, danışmanın fark ettiği **karşı aktarım** tepkisinin etik yönetimidir. Danışman, danışanına karşı yoğun koruyucu duygular geliştirdiğini ve nesnelliğinin zedelendiğini fark etmektedir. Bu farkındalık tek başına yeterli değildir; önemli olan bu durumun nasıl yönetileceğidir. Terapötik bağın güçlü olması, profesyonel sınırların esnetilmesini haklı çıkarmaz. **Aksine, danışanın yüksek yararı için danışmanın kendi içsel süreçlerini düzenlemesi gerekir.** Süreci yalnızca "danışanın yararı" gerekçesiyle sürdürmek, danışmanın öznel değerlendirmesine dayanır ve karşı aktarımın etkisini göz ardı eder. Karşı aktarımı doğrudan terapötik araç olarak kullanmak ise ancak ileri düzey yetkinlik ve süpervizyonla mümkündür; burada danışman zaten nesnelliğini kaybettiğini belirtmektedir. Duygularını danışanla paylaşmak, danışanın yükünü artırabilir ve rol karmaşasına yol açabilir. Seans sıklığını azaltmak teknik bir düzenleme olabilir ama temel etik gerilimi çözmez. Bu durumda en kritik adım, karşı aktarımı profesyonel zeminde ele almak; yani **süpervizyon almak ve gerekiyorsa sevk seçeneğini değerlendirmektir.** Bu, hem zarar vermeme hem de mesleki sorumluluk ilkesinin gereğidir.

Cevap: C

12. Melih'in ifadeleri, açık bir **kendine zarar verme riski** içermektedir. "Yaşamak istemiyorum" ve "kendime zarar vermeyi düşündüğüm oluyor" cümleleri, ergenlik dönemi abartısı olarak geçiştirilemez. Bu noktada gizlilik ilkesi mutlak değildir; risk durumlarında sınırlandırılır. Gizliliği mutlak kabul etmek ve yalnızca bireysel görüşmeleri sürdürmek, danışanın güvenliğini tehlikeye atar. Okul idaresine doğrudan yazılı bildirim yapmak ise öncelikle risk değerlendirmesi ve uygun bilgilendirme süreci yürütülmeden doğru bir ilk adım değildir. Müdahaleyi ertelemek ise açık ihmal olur. En uygun yaklaşım, öğrencinin söylediği risk ifadelerini ciddiyetle ele alarak gizlilik sınırlarını yeniden açıklamak, sistematik bir risk değerlendirmesi yapmak ve gerekli görüldüğünde aileyi ve ilgili uzmanları kontrollü biçimde sürece dahil etmektir. Bu yaklaşım hem **zarar vermeme** hem de **sorumluluk** ilkesiyle uyumludur.

Cevap: E

13. Kırsal bölgelerde çoklu ilişki riski kaçınılmaz biçimde artabilir. Bu durumda etik ihlal, ilişkiyi kategorik olarak reddetmek ya da otomatik olarak kabul etmek değil; süreci bilinçli biçimde değerlendirmektir. A, B, C ve D seçeneklerinde danışman çoklu ilişki riskini fark etmekte, süpervizyon almayı düşünmekte, aileyle açık konuşmayı planlamakta ya da etik karar basamaklarını kullanmaktadır. Bunlar riskli durumlar olabilir; ancak bilinçli değerlendirme süreci etik ihlal değildir. E seçeneğinde ise danışman, tanıdığı bir ailenin çocuğuna hizmet verirken **yazılı onam almamak ve resmi kayıt tutmamak** gibi temel mesleki yükümlülükleri yerine getirmemektedir. Bu durum yalnızca çoklu ilişki riski değil, aynı zamanda profesyonel standartların açık ihlalidir.

Cevap: E

14. Bu soruda dikkat edilmesi gereken nokta, etik sınır ihlali ile sınır yönetimi arasındaki farktır. Maddi güçlük yaşayan danışana kişisel hesabından borç para göndermek açık bir **ikili ilişki ve çıkar karmaşası** yaratır. Terapötik rol ile kişisel destek rolü iç içe geçer; bağımlılık ve güç dengesizliği riski oluşur. Bu nedenle etik ihlaldir. Oturum kayıtlarını danışanın talebiyle incelemesine izin vermek, danışanın kayıtlarına erişim hakkıyla ilişkilidir ve uygun koşullarda mümkündür. Bulaşıcı hastalık durumunda mevzuata uygun bildirim yapmak, gizlilik sınırlarının istisnasıdır. Sembolik ve küçük hediyeler (D) bağlamına göre kabul edilebilir olabilir. Cenazeye katılım ise süreç içinde değerlendirildiğinde otomatik ihlal sayılmaz. **Burada açık etik ihlal niteliği taşıyan davranış, profesyonel rolü kişisel finansal ilişkiye dönüştürmektir.**

Cevap: A

15. Bu soruda temel mesele, danışma sürecinin danışanın gereksinimlerinden saparak danışmanın ihtiyaçlarına hizmet eder hale gelmesidir. Danışma sürecini kendi duygusal ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla sürdürmek, terapötik gücü kişisel doyum için kullanmaktır. Bu durum hem **mesleğin kötüye kullanımı** hem de danışanın yararının gözetilmemesi anlamına gelir. Diğer seçenekler incelendiğinde; inanç sistemine ilişkin tarafsız kalmak, ücretlendirmeyi açık şekilde belirlemek, iç görü geliştirmeyi desteklemek ve profesyonel sınırları korumak etik ilkelere uygundur. **Açık ihlal niteliği taşıyan davranış, danışma sürecini danışmanın kendi duygusal ihtiyaçları için sürdürmesidir.**

Cevap: C

1. Ekonomik istismar, psikolojik danışmanın sahip olduğu mesleki güç ve konumu kullanarak danışanı maddi açıdan sömürmesi ya da danışma sürecini finansal çıkar amacıyla yönlendirmesidir. Burada belirleyici ölçüt, ücretin varlığı değil; sürecin danışanın yararı yerine danışmanın maddi kazancı doğrultusunda şekillendirilmesidir. Danışanın maddi durumunu gözeterek indirim yapmak ekonomik sömürü değil; tersine, etik duyarlılık göstergesi olabilir. Ücret politikasını baştan yazılı açıklamak şeffaflık ilkesinin gereğidir. Maddi kaygıları terapötik içerikte ele almak, danışanın yaşam bağlamını anlamaya yöneliktir. Maddi konuları açık ve sınırlar içinde değerlendirmek ise profesyonel çerçeveyi güçlendirir. Buna karşılık danışma sürecini danışanın gereksinimi olmadığı hâlde uzatmak ve daha fazla ücret talep etmek, açık biçimde ekonomik çıkarı öncelik haline getirmektir. Bu, hem **zarar vermeme** hem de **mesleği kötüye kullanmama** ilkesiyle çelişir ve doğrudan **ekonomik istismara** girer.

Cevap: E

2. Konsültasyon hizmeti, belirli bir problem çerçevesinde uzman görüşü sunmayı ve süreci profesyonel sınırlar içinde yürütmeyi gerektirir. Bu süreçte temel etik ilkeler; amaç birliği sağlama, yalnızca gerekli bilgiyi paylaşma, gizliliği koruma ve karar süreçlerinde tarafların özerkliğini desteklemedir. Sorudaki seçeneklere bakıldığında; probleme odaklanarak taraflarla amaç birliği sağlamak etik açıdan uygundur. Danışanın kendi kararlarını vermesini desteklemek özerkliğe saygı ilkesine uygundur. Raporlarda yalnızca konsültasyon amacına yönelik bilgi vermek gizlilik ve ölçülülük ilkesinin gereğidir. Kimlik bilgilerini gizli tutmak ise temel mahremiyet yükümlülüğüdür. **Buna karşılık kurum içinde sunulan bir konsültasyon hizmetinde, yardım isteyen çalışanlardan ayrıca ücret talep etmek rol karmaşası ve çıkar çatışması doğurur.** Bu durum, hizmetin niteliğini kişisel kazançla ilişkilendirerek etik ihlal oluşturur.

Cevap: B

3. Psikolojik danışman eğitiminde öğretim üyeleri ve süpervizörler, öğrencilerin **mesleki yeterliklerini değerlendirme, danışanlara zarar verebilecek durumları önleme ve rol-sınır ilişkilerine dikkat etme** yükümlülüğüne sahiptir. Buna göre **A** seçeneğinde belirtildiği gibi öğrencinin kişilerarası sınır sorunları ve mesleki yeterlik riskleri dikkate alınmadan mezun edilmesi etik açıdan sorun oluşturur; bu nedenle ifade yanlıştır. **B seçeneğinde** öğretim üyesinin kendi yeğenini süpervizyon öğrencisi olarak kabul etmesi ise **çoklu ilişki ve rol-sınır ihlali oluşturur**; çünkü akrabalık ilişkisi değerlendirme sürecinde tarafsızlığı zedeleyebilir ve etik açıdan kaçınılması gereken bir durumdur. **C seçeneğinde** yalnızca kendi benimsediği kuramsal yaklaşımı öğretmesi akademik özgürlük kapsamında tek başına yeterli görülmez; psikolojik danışman eğitiminde farklı kuramsal yaklaşımların tanıtılması beklenir. **D seçeneğinde** öğrencinin mesleki yeterliği sorgulanmadan uygulamaya yönlendirilmesi danışanlara zarar verme riskini artıracığından etik değildir. **E seçeneğinde** ise öğrencinin kişisel sorunlarını tamamen göz ardı ederek değerlendirme yapmak tarafsızlığı güçlendirmek yerine mesleki yeterliği değerlendirme sorumluluğunun ihlali anlamına gelir. Bu nedenle doğru ifade **B seçeneğidir**.

Cevap: B

4. Özel çalışmada etik ilke; yeterlik sınırlarını doğru beyan etmek, yanıltıcı tanıtımdan kaçınmak ve gerçek dışı referans kullanmamaktır. Tanıtım materyali, mesleki kimliğin dürüst yansıması olmalıdır. Henüz eğitimini almadığı teknikleri uyguladığını belirtmek, birlikte çalışmadığı bir uzmanı referans göstermek ve resmi kurum adını güvenilirlik amacıyla kullanmak açık biçimde yanıltıcıdır. Ücretin düşük tutulması tek başına etik ihlal değildir; ancak yanıltıcı bilgi kullanımı doğrudan etik ihlaldir. **Buradaki temel sorun, yeterlik sınırlarının aşılması ve tanıtımda gerçeğe aykırı beyanlarda bulunulmasıdır.**

Cevap: D

5. Psikolojik danışma hizmetlerinde yöneticilerin etik sorumlulukları yalnızca idari düzenlemeler yapmakla sınırlı değildir; aynı zamanda **mesleki bağımsızlığı korumak, etik ilkelere aykırı uygulamalara karşı durmak, personelin mesleki yeterliğini gözetmek ve hizmet alan bireyleri olası zararlardan korumak** gibi yükümlülükleri de vardır. Olayda yönetici psikolojik danışman başlangıçta görev tanımlarını belirleyip toplantılar yaparak yönetsel işlevlerini yerine getirmiştir; ancak daha sonra üst yönetimin psikolojik değerlendirme sonuçlarının velilerle ayrıntılı paylaşılması yönündeki talimatını etik açıdan sakıncalı bulmasına rağmen uygulaması **mesleki bağımsızlığını koruyamama ve gizlilik ilkesini zedeleme** anlamına gelir. Ayrıca bir personelin mesleki yetersizliğinin hizmetleri aksattığını fark ettiği hâlde bunu resmi olarak bildirmemesi ve kurum işleyişini olumsuz etkileyebilecek yapısal sorunları üst makamlara iletmemesi, **hizmet kalitesini ve danışanların yararını koruma sorumluluğunu ihmal ettiğini** gösterir. Dolayısıyla bu durum, yöneticinin hem mesleki etik ilkeleri savunma hem de kurum ve hizmet alan bireyleri olası zararlardan koruma yükümlülüğünü yerine getirmediğini ifade eder.

Cevap: E

6. Burcu Hanım, durumun bir **etik ikilem** olduğunu açıkça formüle etmiş, öğrencinin yaşı, **yasal statüsü, gizlilik sınırları ve olası zarar risklerini** değerlendirmiştir. Ayrıca bu ikilemin kendi **mesleki sorumluluğu** kapsamında olduğunu belirtmiştir. Ancak henüz herhangi bir çözüm seçeneği üretmemiştir.

Etik karar verme modellerinde süreç genellikle şu sırayla ilerler:

1. Sorunu tanımlama
2. İkilemin kime ait olduğunu belirleme (mesleki sorumluluğun sınırını netleştirme)
3. İlgili etik ilke ve standartları gözden geçirme
4. Olası eylem planlarını belirleme
5. En uygun eylemi seçme

Burcu Hanım yalnızca sorunu tanımlamakla kalmamış, aynı zamanda bu ikilemin kendi sorumluluğunda olduğunu da netleştirmiştir. Yani "Bu durum benim etik karar alanımda mı?" sorusunu yanıtlamıştır. Henüz seçenek üretmediğine göre

eylem planı aşamasında değildir. Bu nedenle bulunduğu aşama, **ikilemin kime ait olduğunu belirleme** basamağıdır.

Cevap: B

7. Bu vakada temel etik problem **çoklu ilişki** riskidir. Psikolojik danışman, yakın arkadaşı Murat Bey ile sosyal ilişki içindedir ve ailecek görüşmeler sürdürmektedir. Bu bağlamda Murat Bey'in eşiyle danışma ilişkisine girmek, sosyal rol ile profesyonel rolün çakışmasına neden olur. Bu durum ilerleyen süreçte **tarafsızlık, gizlilik, çıkar çatışması** ve hatta güven ilişkisinin zarar görmesi risklerini doğurur. Rızanın bulunması çoklu ilişkiyi etik hale getirmez. Süreci başlatıp sonra değerlendirmek risk yönetimi değildir. Arkadaşlığı askıya almak sosyal bağın varlığını ortadan kaldırmaz; dışarıdan algı ve içsel tarafsızlık sorunu devam eder. Kısa süreli destek sunmak da rol çakışmasını ortadan kaldırmaz. Bu nedenle en uygun yaklaşım, profesyonel sınırları açıkça ifade ederek danışma hizmeti vermemek ve uygun bir uzmana yönlendirmektir. Bu tutum hem **zarar vermeme** hem de **mesleki sınırların korunması ilkesine uygundur**.

Cevap: B

8. Burada söz konusu olan durum, **kurumsal talep** ile **gizlilik yükümlülüğü** arasındaki çatışmadır. Psikolojik danışman, bireysel test sonuçlarını **gizlilik taahhüdü** altında toplamıştır ve veri paylaşımına ilişkin yazılı bir düzenleme yoktur.

- I. "Kurumsal hiyerarşi etik yükümlülüklerin önünde gelir" ifadesi yanlıştır; etik ilkeler idari basının önünde gelir.
- II. **Gizlilik ilkesi**, açık bir yasal zorunluluk olmadıkça veri paylaşımını sınırlar; bu doğrudur.
- III. **Açık rıza olmaksızın kişisel verilerin paylaşılabilmesi**, hem etik hem de hukuki çerçevede temel ilkedir; bu da doğrudur.

Dolayısıyla Gönül Hanım'ın öncelikli etik sorumluluğu, hem gizliliği hem de rıza ilkesini korumaktır.

Cevap: D

9. Bu vakada üniversite yönetimi, danışma hizmetine başvuran öğrencilerin **kimlik bilgilerini** düzenli olarak talep etmektedir. Uygulamanın sonucu olarak öğrencilerin hizmete başvurma isteğinin azaldığı gözlenmiştir. Bu veri bize şunu gösterir: Öğrenciler, başvuru yaptıklarında bilgilerin korunmayacağına dair bir algı geliştirmektedir. Psikolojik danışma hizmetinin temel dayanağı, danışanın **güven duygusudur**. Bu güvenin merkezinde ise **gizlilik ve mahremiyet** yer alır. Kimlik bilgilerinin sistematik olarak idareye aktarılması, özellikle açık ve net bir yasal zorunluluk yoksa danışanların mahremiyet algısını zedeler. Başvuru davranışının azalması da bu güven kaybının somut göstergesidir. Dolayısıyla öncelikli ihlal riski, **gizlilik ve mahremiyet** ilkesindedir. **Mesleki yeterlik**, danışmanın bilgi, beceri ve yetkinliği ile ilgilidir. Buradaki sorun danışmanın yeterliği değil, verilerin paylaşımıdır. **Meslektaş dayanışması**, meslek içi ilişkiler ve iş birliği ile ilgilidir. Bu vakada sorun meslektaş ilişkisi değil, danışan bilgilerinin korunmasıdır. **Toplumsal sorumluluk**, toplum yararını gözetme ve kamu yararına katkı sağlama ile ilişkilidir. Yönetimin risk analizi gerekçesi toplumsal bir çerçeveye oturuyor gibi görünse de, burada öncelikle zedelenen ilke danışanın mahremiyetidir. **Bilimsel nesnellik**, değerlendirme ve araştırma süreçlerinde tarafsızlıkla ilgilidir. Oysa burada mesele bilimsel analiz değil, kişisel verilerin korunmasıdır. Bu nedenle öncelikle ihlal edilme riski taşıyan temel etik ilke **gizlilik ve mahremiyettir**.

Cevap: B

10. Bu soruda etik karar verme sürecinin **mantıksal sıralaması** sorgulanmaktadır. Melis Hanım, danışan bilgilerinin **idari amaçlarla kullanıldığını** öğrenmiştir. Bu durum, doğrudan **gizlilik ihlali** ve olası **danışan zararı** riski içerir. Etik karar verme modellerinde ilk yapılması gereken şey, sorunun kapsamını ve etkisini anlamaktır. Yani "Bu uygulama danışana zarar veriyor mu, ne tür bir risk söz konusu?" sorusu önceliklidir. Bu nedenle süreç, öncelikle **danışan zararını değerlendirme (III)** ile başlar. Çünkü etik müdahalenin merkezinde **zarar vermeme** ilkesi vardır. Zararın niteliği belirlendikten sonra, durumu nesnel biçimde **belgelemek (I)** gerekir. Belgesiz bir iddia, kurumsal düzeyde etkili bir başvuruya dönüşmez. Ardından kurum için-

deki uygun makama başvurulur **(II)**. Bu, hiyerarşik ve profesyonel çözüm yoludur. Eğer kurum içi girişimler sonuç vermezse ya da ihlal devam ederse, son aşamada üst etik/mesleki kurullara başvurulur **(IV)**. Bu nedenle doğru sıralama: III - I - II - IV şeklinde olmalıdır.

Cevap: A

11. Bu vakada temel sorun, Ceren Hanım'ın sahip olduğu eğitim düzeyi ile uyguladığı müdahale arasındaki uyumsuzluktur. Travma alanında **sınırlı eğitim** almış olmasına rağmen, süpervizyon almadan **EMDR** gibi özel eğitim ve yetkinlik gerektiren bir yöntemi uygulamaya başlamıştır. Süreçte danışanın belirtilerinin ağırlaşması, riskin somutlaştığını göstermektedir. Burada ihlalin merkezinde **mesleki yetkinlik sınırının aşılması** vardır. Sorun gizlilikle, gönüllülükle ya da kayıt tutmayla ilgili değildir; danışmanın eğitim ve yeterlik alanının dışına çıkarak müdahalede bulunmasıdır. Bu durum doğrudan **zarar vermeme** ilkesini zedeler.

Cevap: B

12. Fırat Bey, verileri başlangıçta **klirik amaçla** toplamıştır. Bu verilerin daha sonra **araştırma amacıyla** kullanılması, yeni bir kullanım bağlamı anlamına gelir. Üstelik veriler **kimliklidir** ve önceden araştırma izni alınmamıştır. Etik açıdan, klinik veri ile araştırma verisi arasında amaç farkı vardır. Klinik bağlamda verilen onam, araştırma kullanımını kapsamaz. Bu nedenle öncelikle yapılması gereken, ilgili araştırma için **etik kurul onayı almak** ve katılımcılardan bu yeni kullanım için **yeniden bilgilendirilmiş onam** almaktır. Sadece anonimleştirmek yeterli değildir; çünkü başlangıçta araştırma amacı belirtilmemiştir. İsim değiştirmek yüzeysel bir önlemdir. Kurum müdüründen sözlü izin almak etik kurul ve katılımcı onamının yerini tutmaz. Verileri kısmi kullanmak da ilkesel sorunu çözmez.

Cevap: B

13. Bu soruda terapi sona ermiş olsa bile önceki terapötik ilişkinin etkisinin devam edip etmeyeceği tartışılmaktadır. Terapi sürecinde danışman, danışanın özel bilgilerine erişmiş ve doğal olarak bir **güç asimetrisi** oluşmuştur. Terapi bitmiş olsa bile bu asimetri ve bilgi üstünlüğü tamamen ortadan kalkmaz. "Küçük yerleşim yerlerinde kaçınılmazdır" ifadesi, etik riski ortadan kaldırmaz. Rıza bulunması güç dengesizliğini yok etmez. "Terapi sona erdi, artık serbesttir" yaklaşımı yüzeyseldir. Profesyonel olmayan sosyal ilişkiler de etik değerlendirme kapsamındadır; dolayısıyla yanlıştır. En doğru değerlendirme, önceki terapötik ilişkinin yarattığı **güç dengesizliği** ve **çıkar çatışması riskini** dikkate almaktır.

Cevap: D

14. Soruda açık etik yasak, aktif danışanlar ve onların partnerleri ile cinsel/romantik ilişkinin kesin biçimde yasak olduğudur. Ayrıca eski danışanlarla 5 yıl içinde ilişki kurulamaz; 5 yıl sonrasında ise yazılı değerlendirme gerekir. **A seçeneğinde** Kemal Bey aktif danışanın kardeşiyle romantik ilişki başlatmaktadır. Kardeş, danışanın yakın çevresidir ve aktif danışan bağlamında bu tür bir ilişki açık biçimde yasaktır. Bu durum hem **çoklu ilişki** hem de **çıkar çatışması** riskidir. Sekiz yıl sonra ilişki başlatmak (B seçeneği) otomatik ihlal değildir; değerlendirme gerekir. Altı yıl sonra yazılı değerlendirme yapmak (C seçeneği) etik çerçeveye uygundur. Düğüne katılmadan önce yazılı değerlendirme yapmak (D seçeneği) sınır bilinci gösterir. İşletmeden hizmet almadan önce değerlendirme yapmak da (E seçeneği) profesyonel sınır yönetimidir.

Cevap: A

15. Psikolojik danışmada **etik karar verme süreci**, öncelikle sorunun etik boyutunun tanımlanmasıyla başlar; yani danışman hangi ilkelerin çatıştığını (örneğin **gizlilik ile zarar vermeme**) belirler ve risk düzeyini değerlendirir. Ardından ilgili etik kurallar ve yasal çerçeve gözden geçirilir. Bu aşamadan sonra danışman, duruma ilişkin **olası eylem seçeneklerini üretir**, her bir seçeneğin muhtemel sonuçlarını tartar ve ancak bundan sonra en uygun eylemi seçip uygulamaya geçer; son aşamada ise sonuçları değerlendirir. Soruda Okan Bey'in, danışanın intihar düşüncelerini değerlendirip etik gerilimi saptadıktan sonra danışanı bilgilendirme, aileyle iletişim kurma, süpervizyon alma ve yönlendirme gibi seçenekleri listelediği belirtilmektedir. Bu, henüz karar verilmediğini; yalnızca alternatiflerin üretildiğini gösterir. Dolayısıyla Okan Bey etik karar verme sürecinin **olası eylem planlarını belirleme** aşamasındadır.

Cevap: B

