MEB • AGS

ÖABT

390 Soru



5. FASİKÜL

Bireyle ve Grupla Psikolojik Danışma

ÇÖZÜM

Çetin Boztaya

Soru Bankası

KORTEKS

dizgikitap
dizgikitap.com

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 grupla 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 terapideki 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, grupla 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 ayrım 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 **gelişimsel, önleyici ve uyum artırıcı** amaçlar taşır. Klinik düzeyde tedavi ve kişilik yeniden yapılandırma odaklı değildir.

Cevap: C

5. Bu soru, grupla 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 birlikte 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 alıştırmalar 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 yansıtma**dır. **İçerik yansıtma**, 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 yansıtma**dır.

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 sürece katılmasıdır. Örneğin "Yeni başladığım bir işte ben de ilk zamanlar **kendimi oldukça yetersiz ve kaygılı hissetmiştim.**"

Duygu yansıtma: Danışanın duygularını fark edip ona geri sunmadır. Örneğin "Bu durum seni oldukça üzmüş görünüyor."

Anlamı kişiselleştirme: Danışanın yaşadığı durumu, **duygu + içerik + kişisel inanç** bağlamında birleştirerek 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 "işi 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, üyelerden 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 artırma**dır.

Kişiler arası ilişkilerde sosyal beceri geliştirme, **kişiler arası yönelimli** grupların odağıdır.

İş ve meslek verimini artırma, daha çok **işe/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 bozabilir.

   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 yapılandırma** 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 değiştikçe 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 sağlaması, 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 bilgilendirmenin 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 değiştirilmesini 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 yüzeysellikten 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 unsuru** 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 paylaşmaları 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, sınırların 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.**

II. öncül: Üyelerin ihtiyacına göre bireysel olarak ayrılması ve ayrı ayrı sonlandırma yapılması kapalı gruplara özgü değildir. **Bu açıklama yanlıştır.**

III. öncül: Üyeler gruba birlikte başlar ve birlikte sonlandırma yapılır. **Bu açıklama doğrudur.**

IV. öncül: Kapalı gruplarda terapötik etkenler ikinci planda değildir, aksine güçlüdür. **Bu açıklama yanlıştır.**

Cevap: B

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 yansıttıktan 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 görüşüyor 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 burada**dır. **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 yürütmenin 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 işlememekte ve sorumluluğu üyeye yüklemektedir.

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 kuralı 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.

Paylaştırma: Üyeler arasındaki benzer yaşantıları 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 gelişi 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 yönlere odaklanır.

C seçeneği: Davranışçı yaklaşım, gözlenebilir davranış ve pekiştirme ilkeleriyle çalışır.

D seçeneği: Birey merkezli yaklaşım, koşulsuz kabul, empati ve saydamlık 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 zedelemeden 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 görülse 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 dağınık 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: Paylaştırma, üyeler arasında ortak yaşantıları vurgulamaktır.

E seçeneği: Bağlama, üyelerin yaşantıları arasında 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, grupla 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 görerek motive olmaktır.

E seçeneği: Duygusal boşalım, bastırılmış duyguların ifade edilmesiyle rahatlamadır.

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 geliştirmekte 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 hissetmesi**dir. Yani birey yalnızca kendi sorunlarına odaklanmak yerine, diğer üyelerin yaşantılarına katkı sunarak anlam ve doyum elde etmektedir. Bu durum Yalom'a göre **özgecilik (altruism)** 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 davranışıdır.

E seçeneği: Sınırsızlık, sınır ihlalleriyle ilgili bir durumdur.

Cevap: B

15. Kemal'in ifadelerinde grup sürecine yönelik **küçümseme, değersizleştirme ve duygusal paylaşımdan kaçınma** dikkat çekmektedir ("Bu tarz şeyler bana göre değil", "samimi değiller", "sahte geliyor"). Bu tür tutumlar, danışanın **duygusal yakınlıktan kaçınmak ve kendini korumak için geliştirdiği savunmalar**dır. 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 faktörüdür. 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 arasında ilişki kurmayı içerir.

B seçeneği: Paylaştırma, 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 olmama, 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 tıkar.

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)** bulunduğunu 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 **direnç** davranışıdır. 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 oluştuğu daha ileri bir durumu ifade eder.

C seçeneği: Katarsis, duygusal boşalma ve rahatlama 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 görmesidir**. 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 paylaşılmaya 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 yönlere değil **güçlü yönlere 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 yönlere 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 ilişkisine) 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 yönetme**dir. 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 alarak 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 yürüyebilen, 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: Paylaştırma, 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 bildirimiyle 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, duyumlar) 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 duyumları fark etmek temel tekniktir.

D seçeneği: Dikkati ana yönelten 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 sağlıksız 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 güçlendirme**dir. "Burada bunu paylaşman çok kıymetli" ifadesi ise **cesaretlendirme**dir; yani üyeyi **kendini açmaya ve sürece katılmaya teşvik etme**dir. 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 ettirmedir.

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 alıştırma 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 davranışı 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 ettirmedir.

Bağlama: Üyeler arasında yaşantılar üzerinden ilişki kurmaktır.

Özetleme: Söylenenleri ana hatlarıyla toparlamaktır.

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 yakınlaşmanın 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—yöneltmesidir. Bu durumda Tarık, ailesine karşı geliştirdiği bıkkınlık 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 ertelemesi vurgulanmaktadır. Bu durum, danışanların içsel kaygı, savunma ya da rahatsızlık nedeniyle değişim sürecine karşı mesafe koymalarıyla ilgilidir. **Direnç**, 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 yaşadıklarını 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 etkileşimleri birbirine bağlama sürecidir; verilen durum bu tür bir ilişkilendirmeyi içermemektedir.

Cevap: B

5. Soruda, grup üyelerinin kendilerini açmakta isteksiz olduğu, çekingenlik yaşadığı ve liderin güven oluşturmaya odaklandığı belirtilmektedir. Bu özellikler, üyelerin hâlâ kendilerini korumaya çalıştığı, kaygı ve belirsizlik yaşadığı **geçiş evresine** özgüdür. Bu evrede direnç, savunma ve kendini açmada 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 çıkar.

Eylem evresi: Üyelerin aktif biçimde kendini açtığı, 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 planlama ve üye seçimi aşamasıdır; oturum içi süreçleri kapsamaz.

Cevap: D

6. Soruda, grup liderinin üyelerin sosyal medyada paylaşım yapma eğilimini fark ederek **gizlilik ilkesini 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 kullanmaktadır.

Kendini açma: Liderin kendi duygu ve yaşantılarını 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 yaşantılarını daha ayrıntılı keşfetmeye yöneliktir; verilen 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 keşfetmeye yönelik sorular sorduğu** görülmektedir. Bu müdahale, danışanın yüzeyde ifade ettiği durumun ötesine geçip **duygu, yaşantı ve kökenleri derinlemesine incelemeyi amaçlar**. **Derinlemesine inceleme**, danışanın yaşantısını daha ayrıntılı anlamak için açık uçlu sorularla keşif 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 ettirmeyi içerir; verilen durumda çelişki gösterilmemektedir.

Cesaretlendirme: Danışanı konuşmaya ve katılıma teşvik etmeyi kapsar; burada ise keşif ve anlamlandırma ön plandadır.

Geri bildirim: Davranışın başkaları üzerindeki etkisini yansıtmayı içerir; bu müdahalede böyle bir yansıtma 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 anlama eksikliğini ifade eder; burada sorun anlamamak değil, durumu kişiselleştirmektir.

İçsel çatışma: Bireyin kendi içinde çelişkili duygu ve düşünceler yaşamasıdır; ancak burada belirgin 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 sorgulamama)** 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 İlkim'in yaşadığı yoğun duygusal süreci gruba yaymak ve diğer üyeleri de sürece dahil etmek istediği belirtilmektedir. **Paylaştırma**, 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; paylaştırma 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 oluşturması, 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 ilkeleri** sorulmakta ve "yer almaz" ifadesiyle **yanlış olan seçenek** aranmalıdır. Grupla psikolojik danışmada süreç, üyelerin **kendi farkındalıklarını geliştirmesi**, **yaşantı yoluyla öğrenmesi** ve **içgörü kazanması** üzerine kuruludur. Bu nedenle üyelerin birbirine **doğrudan öğüt vermesi ve çözüm dayatması teşvik edilmez**. Aksine, bu durum üyenin **kendi çözümünü üretmesini engeller**. Doğru cevap **D seçeneğidir**.

A seçeneği: Amaçların **açık, somut ve davranışsal** 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 paylaşması**, grup sürecinin merkezinde yer alır ve içgörü gelişimini destekler.

E seçeneği: Grup ortamı, üyelerin hem kendilerini hem de başkalarını **kabul etmeyi öğrenmelerine** olanak tanır.

Cevap: D

2. Soruda, üyelerin etkinliklere katılmayı reddetmesi ve liderin sorularına **kısa ve yüzeysel yanıtlar vermesi** vurgulanmaktadır. Bu davranışlar, üyelerin sürece tam olarak dahil olmaktan kaçındığını ve değişime karşı **kaçınma ve savunma geliştirdiğini** gösterir. **Direnç**, danışanın sürece katılmaktan kaçınması, yüzeysel kalması ve değişime karşı dolaylı biçimde engel oluşturmasıdır. Bu nedenle doğru cevap **A seçeneğidir**.

B seçeneği: Transferans, danışanın geçmiş ilişkilerinden getirdiği duygu ve tutumları danışmana yöneltmesidir; burada böyle bir yöneltme yoktur.

C seçeneği: Model olma, liderin davranışlarıyla örnek olmasıdır; verilen durumda liderin model oluşturması söz konusu değildir.

D seçeneği: Sosyal öğrenme, bireyin başkalarını gözlemleyerek yeni davranışlar edinmesidir; burada öğrenmeden çok kaçınma vardır.

E seçeneği: Sınır koyma, kabul edilebilir davranışları belirlemeyi içerir; soruda liderin kural koyması değil, üyelerin tepkisi anlatılmaktadır.

Cevap: A

3. Soruda, Emre'nin **doğrudan tavsiye verme davranışıyla grup sürecine müdahale ettiği** ve liderin **odağı Emre'ye yöneltmek istediği** vurgulanmaktadır. Odağı bir üyeye yöneltmek, o üyenin davranışını merkeze alarak **sorumluluk ve farkındalık 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 durumda 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 davranışı üzerinde farkındalık oluşturmaz.

E seçeneği: Odağı tamamen **Özge'ye yönlendirir**; 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 içinde **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 katkılarındandır.

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 **ayrılabildiği** 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 grupla çelişir.

C seçeneği: Açık gruplarda **normlar ve güven sabit değildir**; her katılım ve ayrılışta 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 oluşturmayan 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 süreklidir**. 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: Grup başladıktan sonra gruba yeni üye alınması ya da üyelerin herhangi bir oturumda gruptan ayrılması açık grupların özelliğidir. Kapalı gruplara başladıktan sonra üye alınmaz.

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; doğrudan 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. Grupla 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 suçluyorduk**" 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 alma**dır.

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 alarak 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 sorununu 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 zedeler ve güven ilişkisini bozar.

Cevap: E

2. 48 saatlik kesintisiz yoğun duygusal yaşantıların ele alındığı grup türü **maraton gruptur**. 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 koymasıdır**.

Cevap: C

3. Soruda, öğrencilere sınav kaygısıyla başa çıkmaları 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 katılabildiği**, bazı üyelerin süreç içinde **ayrılabildiği** 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 roldedir. 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. Verdiğin 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, grupla 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 tanıtma 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 ayrımdır.

B seçeneğindeki grup rehberliğinde **bilgi verme**, grupla psikolojik danışmada ise **kendini açma ve yaşantı paylaşımı**nın ön planda olması doğru bir farktır.

C seçeneğindeki grup rehberliğinin **kalabalık gruplarla**, grupla psikolojik danışmanın ise **sınırlı sayıda üyeyle (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 ayrımdır.

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, duygusal 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 danışmanının hazırladığı duyuruda **grubun amacı, süresi, üyelerden 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 amaçlarındandır.

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 aşamasını** 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 rahatlama 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 nelerle başa çıktığını görmek bana cesaret verdi**" ve "**zor günlerin üstesinden gelebileceğimi hissediyorum**" ifadeleri, diğer üyelerin deneyimlerinden etkilenerek **geleceğe dair umut geliştirdiğini** göstermektedir. Yalom'un **umut aşılama** faktörü, bireyin grup içinde **başkalarının baş etme çabalarını, ilerlemelerini ve iyileşme süreçlerini gözlemleyerek kendi yaşamına dair umut ve motivasyon kazanması**dır. 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**, başkalarının da benzer yaşantılar yaşadığını görmesidir.

Kişiler arası etkileşimi öğrenme: Grup içinde kurulan ilişkiler yoluyla **geri bildirim alma, davranışlarını fark etme ve yeni ilişki kurma biçimleri 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 avantajları olan **kişiler arası öğrenme**, **sosyal beceri geliştirme** ve **özgecilik** süreçlerini içerir. Buna karşılık **C seçeneğinde** yer alan **"yalnızca bireysel sorunlar üzerinde çalışıp sosyal etkileşimden faydalanamama"** ifadesi, grup sürecinin temel doğasına aykırıdır. Bu nedenle doğru cevap **C seçeneğidir**.

A seçeneğindeki öğrencilerin **birbirlerinden öğrenerek yeni stratejiler denemesi**, grup etkileşiminin doğal bir sonucudur.

B seçeneğindeki öğrencilerin **ortak yaşantılardan genellenebilir kazanımlar elde etmesi**, grup sürecinin önemli çıktılarındandır.

D seçeneğindeki öğrencilerin **başkalarına yardım ederek güçlenmesi**, özgecilik yoluyla gelişimi ifade eder.

E seçeneğindeki öğrencilerin **geri bildirim alarak farkındalık kazanması**, grupla psikolojik danışmanın temel işlevlerinden biridir.

Cevap: C

12. Yas grubunda üyelerin zamanla **birbirlerini dinlemesi**, **desteklemesi**, **kendilerini anlaşılmış hissetmesi** ve özellikle **güven ile ait olma duygusu geliştirmesi**, grup içinde güçlü bir bağın oluştuğunu göstermektedir. Bu durum Yalom'un terapötik faktörlerinden **grup uyumu** ile açıklanır; çünkü grup uyumu, üyelerin **kabul edildiğini hissettiği, güven geliştirdiği ve gruba aitlik duygusu kazandığı** süreçtir. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir**.

Duygusal boşalım: Bireyin yoğun duygularını **ifade ederek rahatlama yaşaması** sürecidir.

İzleyerek öğrenme: Bireyin diğer üyelerin davranışlarını **gözlemleyerek yeni davranışlar kazanması**dır.

Temel aile deneyimlerinin düzeltilerek yeniden yaşanması: Bireyin geçmişteki aile ilişkilerine benzer durumları grup içinde yeniden deneyimleyerek **düzeltici duygusal yaşantılar kazanması**dır.

Sosyalleşme tekniklerinin geliştirilmesi: Bireyin **iletişim kurma, kendini ifade etme ve sosyal becerilerini artırma** sürecidir.

Cevap: B

13. İşyeri destek grubunda üyelerin **benzer sorunları yaşayan diğerlerini dinleyerek yalnız olmadıklarını fark etmeleri** ve **ortak deneyimlerden güç almaları**, doğrudan bireyin yaşantısının başkalarıyla ortak olduğunu görmesine işaret eder. Bu farkındalık, "**ben yalnız değilim**" düşüncesini geliştirir ve kişinin kendini daha iyi anlamasını sağlar. 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 yaşaması**dır.

İzleyerek öğrenme: Bireyin diğer üyelerin davranışlarını **gözlemleyerek yeni davranışlar kazanması**dır.

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 geliştirmesi**dir.

Duygusal boşalım: Yoğun duyguların **ifade edilerek rahatlama sağlanması** sürecidir.

İzleyerek öğrenme: Bireyin diğer üyelerin davranışlarını **gözlemleyerek yeni davranışlar kazanması**dır.

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 reddedilmediklerini 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 **düzeltici 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 gözlemlemelerini sağladığı ve işlevsel davranışlar kazanmalarına yönelik etkinlikler düzenlediği**, buna karşılık **oturumlar dışında sürekli sosyalleşmeyi desteklemediği** anlaşılmaktadır. Yani lider, süreci **oturum içi terapötik etkileşimle sınırlı tutmakta**, kazanımların grup çalışması içinde gerçekleşmesini sağlamaktadır. Bu nedenle grup, oturum içinde birçok terapötik fayda üretir. Ancak lider oturum 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.

Problemin 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 tanıması 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 sorun 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 grupla 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, grupla 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 önemsememe 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 cinsiyet farklarına 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 sınırlayabilir 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 üyelerden 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 toplama 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 tercihine 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 belirlenmemesi 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 grupla psikolojik danışmada **sosyoekonomik düzeyin grup oluşturmadaki rolü** sorgulanmaktadır. 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 grupla 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 güçlüğe 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 antiterapötik hâle dönüşebilmesi, grup sürecine ilişkin gerçekçi bir durumdur.

E seçeneğinde belirtilen duygusal güçlüklerin lideri zorlayabileceği, uygulamada karşılaşılan geçerli bir durumdur.

Cevap: B

11. Soruda grupla 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 grupla psikolojik danışmada **grup ortamı açısından uygun olmayan durum** sorulmaktadır. Grup ortamında temel ilkeler; **eşitlik, güven, gizlilik ve etkileşimi kolaylaştırma**dır. 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 edilme**yi 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 beklendiğini 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 kaldırır.**

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 gerilim**i 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 sağlamak**tır. 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 almak**tır; çünkü bireyin hazır oluşu ve duygusal durumu, geri bildirimin nasıl algılanacağını doğrudan etkiler. Bu nedenle "alıcının psikolojik durumunun dikkate alınmaması" etkili geri bildirime 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 oluşturmayı 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 sağlamak**tır. 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 **paylaştırma** 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 geliştirme**yi 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 sınırlar.**

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 katılımda 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 **liderssiz**, 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.**

İntrapsişik grup: Odak bireyin **iç dünyasıdır**; çekirdek çatışmalar, 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 psikiyatrist/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 bireylerin bir araya geldiği; **değişimden çok kabulün esas olduğu, üyelerin duygularının anlaşılmaya 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 verimliliktir**, 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 **liderssiz**, 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 bozukluklarının **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 geliştirmesi**, 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 iyileştirmedir. 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 duygu, 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 hissettirme**nin 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 hizmetleri**dir 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 yönelimlerinden 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 katılımına 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 tanımaları, 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** sorulmaktadır. 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" paylaşmaları** 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 doğ-

ru-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 odaklanılması, 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 odaklanılması, özellikle birey merkezli intrapsişik gruplar için doğrudur.

Cevap: A

15. Belirli bir **olumsuz alışkanlık, özel durum ya da gelişimsel güçlük üzerine odaklanılması**, 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 yansıtması ve diğer üyeleri sürece dahil ederek bu duygular üzerinde düşünmelerini sağlaması, **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 tanıması**, 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 yansıtması, üyede **içgörü 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 içgörü 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 grupla psikolojik danışma sürecinde **sonlandırma evresinin** temel göstergeleridir. Bu evrede üyeler kazanımlarını değerlendirir, duygusal kapanış yaşar ve grupla 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 tanıtması, 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 paylaşmaları**, **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 oluştuğu** 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: B

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 güvenini 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 bağlanmıştır; 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: C

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 grupla 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 artırabilecek bir faktördür.

B seçeneğinde yer alan öğrencilerin birbirleriyle 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 artırabilecek 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 yönlere 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 oturumlara 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 yansıtılması**na 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 **etkilenerek 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 etkilenmesidir. Bu durumda psikolojik danışmanın öncelikli olarak süpervizyon almasıdır. Doğru cevap **A seçeneğidir.**

B seçeneğinde yer alan konsültasyon, danışanın problemiyle ilgili meslektaşlarla görüş alışverişi 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 etkilenerek **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 **transferans**tır. 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 etkilenerek aynı yöntemi denemesi; grup içinde **birbirinden öğrenme, model alma ve umut kazanma** süreçlerinin işlediğini göstermektedir. Duygu'nun ifadesi doğrudan **başka bir üyeden etkilenme 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 etkilenmesiyle ortaya çıkmaktadır.

C seçeneğinde yer alan umut aşılanması, "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 konumda 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, anlaşılmamışlık 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**, tekelci (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, tekelci 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 düşünceyi değiştirmeye odaklanmak, duyguyu göz ardı ederek direnç oluşturabilir.

C seçeneğinde ifade edilen grup tepkilerini engellemek, doğal etkileşimi ve terapötik geri bildirimi 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 kaçırırlar, 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/İçe 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 karşıtlık 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 tekelci (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 yüklendiği hedef üyedir.

Düşmanca üye: Genellikle **incinmişlik, zorla yönlendirilme, reddedilme ya da yetersiz kişiler arası beceriler** nedeniyle öfke ve karşıtlık 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 kuramadığı için bu rolü sürdüren; diğer üyelerle sağlıklı ilişki kuramadığı 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 kuramadığı 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 yükle 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 karşıtlık 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. Cenk'in **alaycı tutum sergilemesi**, **liderin yönlendirmelerini küçümsemesi**, **diğer üyelerin paylaşımlarını değersizleştirmesi** ve grup içinde **gerginlik oluşturması**, öfke ve karşıtlık 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 karıştırması**, **konudan uzaklaşması**, **söylenenleri yanlış anlaması** ve **dikkatini sürdürememesi**, bilişsel süreçlerde (anlama, dikkat, işlemleme) 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 karşıtlık 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 karşıtlık 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 işlemleme 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 çağrıldım" 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 konumlandırma, grup içinde kutuplaşma ve çatışmayı artırır.

Cevap: C

5. Soruda liderin, üyelerin küçümseyici ve yargılayıcı ifadelerinin **grup içi etkileşim üzerindeki etkisini görünür kılmaya çalıştığı** ve özellikle **yargılamadan 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 farkındalığı artırmaya** yöneliktir. Bu nedenle doğru cevap **D seçeneğidir.**

A seçeneğinde belirtilen katarsis, duyguların boşaltılmasıyla ilgilidir; burada odak duygusal boşalım değil, etkileşimin fark edilmesidir.

B seçeneğinde ifade edilen altruizm, üyelerin birbirine yardım etmesiyle ilgilidir; ancak senaryoda yardım davranışından çok geri bildirim süreci vurgulanmaktadır.

C seçeneğinde yer alan umudu artırma, geleceğe 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 farkındalık geliştirmektedir.

Cevap: D

6. Soruda iki liderin süreci **eşzamanlı, uyumlu ve esnek biçimde yürüttüğü**, üyelerin ise bu durum sayesinde **farklı bakış açılarıyla karşılaşıp gelişimlerinin desteklendiğini** gözlemlediği belirtilmektedir. Yardımcı liderlik uygulamalarının temel katkısı, **liderler arası deneyim paylaşımı ve çoklu perspektiflerin grup sürecine yansımasıdır**. 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 açıklamaz ve grup dinamiğini indirger.

C seçeneğinde ifade edilen sürecin hızlanması, yardımcı liderliğin temel bilimsel gerekçesi değildir; amaç derinliktir, hız değil.

D seçeneğinde yer alan otoritenin tek merkezde toplanması, yardımcı liderliğe ters düşer; bu modelde liderlik paylaşılır.

E seçeneğinde belirtilen yalnızca olumlu geri bildirim, 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 bildirim ortamı oluşturduğu** belirtilmektedir. Bu durumda liderin müdahalesini güçlendirmek için en uygun yaklaşım, **grup normlarını yeniden görünür kılmak ve işlevsel hale getirmektir**. Çünkü normların hatırlatılması, üyelerin davranışlarının farkına varmasını sağlar ve güvenli grup iklimini koruyarak çatışmaların yapıcı biçimde ele alınmasına zemin hazırlar. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneğidir.**

A seçeneğinde belirtilen yalnızca olumlu yaşantılara odaklanmak, gerçek etkileşimi sınırlar ve çatışmaları yüzeyde bastırır.

C seçeneğinde yer alan sorunları görmezden gelme, işlevsiz davranışların sürmesine neden olur.

D seçeneğinde belirtilen rekabetçi görevler verme, mevcut çatışmayı artırma riski taşır.

E seçeneğinde ifade edilen otoritenin merkezileştirilmesi, grup sürecini zayıflatır ve üyelerin aktif 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, genelleyici 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 sorgulatır; **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 **oturum 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 ayrımına 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 eşzamanlı 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; senaryoyla örtüşmez.

Cevap: A

14. Soruda iki liderin **eş zamanlı farklı roller üstlendiği**, **birinin üyeyle 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 yöneltme, 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 tanımasını 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, alıştırmaların **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 ilkelerine 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 nedeniyle hüzün 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 **konuşmadan 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 **direnç, 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 grupla 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 alıştırmadır. 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 grupla 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 tanımalarını, 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 **"göğe 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 "otobüsten 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/imgelem 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 grupla 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 çalışmalara 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 alıştırmalarla 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 alıştırmada üyeler sahip oldukları bir sırrı düşünür ancak bunu doğrudan paylaşmaz; bunun yerine **paylaşsalar neler hissedeceklerini ve neler olabileceğini tartışırlar**. 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 alıştırmalara 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 alıştırmada özellikle güven, utanç ve suçluluk ön plandadır.

Cevap: C

3. Soruda uygulanan alıştırma **sosyal atom / kendini görselleştirme temelli ifade alıştırmasıdır**. Bu alıştırmada 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 alıştırmalara 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 grupla 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 alıştırmada 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 amacıyla ilişkili değildir.

C seçeneğinde güçlü yönleri görselleştirme 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: B

10. Soruda uygulanan alıştırma **takvim yapraklarını geriye çevirme alıştırmasıdır**. Bu alıştırmada üyeler gözlerini kapatarak geçmiş yaşantılarına yönelir, belirli yıllara ait anılarını (olumlu ya da olumsuz) yeniden canlandırır ve ardından bu yaşantıları grupla 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 amacıyla ilişkili değildir.

B seçeneğinde görsel kendini ifade etme yer alır; bu durum soruda verilen etkinliğin amacıyla ilişkili değildir.

C seçeneğinde yaşam yolunu haritalama 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

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, engelleme**dir.

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 etmek**tir.

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 (direnç, uyum, öğrenme süreci vb.) değerlendirmektir**. Bu nedenle doğru cevap **B seçeneği, sessizliğin nedenlerini gözlemleyip değerlendirme**dir.

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 aşılama**dır.

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 sağlama**dır.

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 çalışmak**tır.

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 yaşanması**dır.

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 benzeterek ona karşı **özel bir yakınlık, koruma ve öncelik verme eğilimi geliştirmesi**, kendi geçmiş yaşantılarından kaynaklanan duygu ve tutumlarını danışana yansıtmasıdır. 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 koymasıdır.

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 koyma**dır.

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 yansıtma sürecidir.

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 alıştırmadır**. Buna karşılık, çatışmalarla derinlemesine yüzleşme daha çok geçiş/çalkantı ve ilerleyen evrelere özgüdür. Bu nedenle doğru cevap **E seçeneği, çatışmalar ve kaygılarla derinlemesine yüzleşme**dir.

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 oluşmadığı 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 oluşturmasına 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 oluştuğu 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, yüzleştirme**dir.

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 grupla psikolojik danışmada etkinlik kullanımına ilişkin **yanlış uygulama** sorulmaktadır. Başlangıç aşamasında amaç; üyelerin **tanışması, güven geliştirmesi ve sürece uyum sağlamasıdır**. Bu nedenle bu aşamada **basit, yapılandırılmış ve üyelerin kendilerini güvende hissedeceği etkinlikler** tercih edilmelidir. Ayrıca tanışma etkinlikleri yalnızca tüm grupla 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: Grupla 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 grupla psikolojik danışma programlarının planlanmasında **uygun olmayan yaklaşım** sorulmaktadır. Ergenlerle yapılan gruplarda **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 sınırlayabileceği 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 koyma**dır.

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 **konuşmaya 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 paylaşırken 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 toparlamaktır.

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 temelinin 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 hissettirmeme: 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 ilişkiyi 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 dili**nin 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 anlamaya 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 genelleyici 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 durumlardır.

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 "Dışarısı soğuk olduğu halde kabanını giymeden sokağa çıktığını fark ettim." kısmı **algıyı**, "Artık kabanını giydikten sonra dışarı çıkmanı 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 sınırlayan 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.

Çözülme: 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.**

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.

Çözülme: 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 **çözülme 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 çalışmalar**dır.

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 **sempati**ye 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 sürdürecek ifade sorulmaktadır. Etkili iletişimde temel ilke, çocuğun duygusunu **anlamak, kabul etmek ve yansıtmak**tır. **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 uygunudur.

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 yansıtma: Karşı tarafın duygusunu anlayıp ona geri ifade etmektir.

Cevap: E

14. Danışman, danışanın yaşadığı sorunu yalnızca mevcut durumla sınırlamayıp, **geçmiş yaşantılarla (baba ile ilişki), tekrar eden örüntülerle ve bu örüntülerin bugünkü ilişkilere yansımasıyla** 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 ettirmedir.

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 buradalığı: 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 **özsaygı 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 alıştırmada üyelerden **"gruptaki her şeyin bulunduğu hayali bir mağaradan almak istediklerini almaları"** istenmekte ve ardından bunları paylaşmaları 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 geçmişi yeniden yapılandırma: Daha derin terapötik çalışmalarla ilgilidir.

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 **düzeltici duygusal deneyim**dir. 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: Danışanın bilgi edinmesidir.

Sosyal taklit: Başkalarının davranışlarını model almadır.

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 mikrokozmozu olması** kavramına örnektir. Doğru cevap **A seçeneğidir. Toplumun mikrokozmozu 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.

Düzeltici 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 grupla 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.

Düzeltici 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 faktörüdür. 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 sağlama**dır. 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 katılamadığı, 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 güvenliği 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 grupla 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.**

Paylaştırma: 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