

TEDD
TÜRK EĞİTİM
DEĞERLENDİRMELERİ DERGİSİ

TEDD

TÜRK EĞİTİM DEĞERLENDİRMELERİ DERGİSİ



MEDİPOL
UNV-YAYIN
MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
YAYINLARI

TÜRK EĞİTİM DEĞERLENDİRMELERİ DERGİSİ
THE JOURNAL OF TURKISH EDUCATIONAL REVIEW

e-ISSN: 2822-5740

Güz/Aralık 2022 Sayı: 2 Cilt: 1

Autumn/December 2022 Issue: 2 Volume: 1

Sahibi / Owner

İstanbul Medipol Üniversitesi adına / On
behalf of Istanbul Medipol University
Prof. Dr. Ömer CERAN

Baş Editör / Editor in Chief

Prof. Dr. Servet BAYRAM

Editör / Editor

Doç. Dr. Nadire Gülçin YILDIZ

Yardımcı Editörler / Co-Editors

Dr. Öğr. Üyesi Mehdi SOLHİ

Dil Editörleri / Language Editors

Dr. Öğr. Üye. Sena GÜME

Dr. Öğr. Üye. Yelda YILDIZ ÖNAL

Doç. Dr. Asude ÖZDEMİR

Sekreteryaya / Secretary

Arş. Gör. Belkis BENLİOĞLU

Arş. Gör. Zeynep ARSLAN

İstatistik Editörü /

Statistics Editor

Dr. Öğr. Üyesi Mehdi SOLHİ

Ar. Gör. Sümeyye Eliz BURHAN

İletişim / Correspondance

İstanbul Medipol Üniversitesi Kavacık
Güney Yerleşkesi Göztepe Mah. Atatürk
Cad. No: 40/16 34815 Beykoz/İstanbul

Yayın Koordinatörü /

Publications Coordinator

Mert SARSAĞ

Art Direktör / Art Director

Levent KARABAĞLI - Medicomia

Grafik-Tasarım / Graphic-Design

Medicomia

Hakem Kurulu / Reviewer Board

Prof. Dr. Servet BAYRAM

Doç. Dr. Aynur KESEN MUTLU

Doç. Dr. Ferah ÇEKİCİ

Doç. Dr. Asude ÖZDEMİR

Doç. Dr. Ülkü TOSUN

Dr. Öğr. Üye. Advıye Pınar

KONYALIOĞLU

Dr. Öğr. Üye. Aslı Burçak TAŞÖREN

Dr. Öğr. Üye. Esra YEMENLİ

Dr. Öğr. Üye. Figen BOZKUŞ

Dr. Öğr. Üye. Hüseyin KOCAMAN

Dr. Öğr. Üye. İlker ALTUNBAŞAK

Dr. Öğr. Üye. İlknur EĞİNLİ

Doç. Dr. Mefharet

VEZİROĞLU ÇELİK

Dr. Öğr. Üye. Mehdi SOLHİ

Dr. Öğr. Üye. Melike ŞAHİN

Doç. Dr. Nadire Gülçin YILDIZ

Dr. Öğr. Üye. Sena GÜME

Dr. Öğr. Üye. Yelda YILDIZ ÖNAL

Dr. Öğr. Üye. Işık SABIRLI ÖZTUŞ

Dr. Öğr. Üye. Metin KAYA

Dr. Öğr. Üye. Aslin ARSLANOĞLU

Dr. Öğr. Üye. Özge ÖZLÜ ÜNLÜ

Arş. Gör. Beyza ARSLAN

Arş. Gör. Halime Betül EYVAZ

Arş. Gör. Havvanur Akyol KOL

*İsmlere göre alfabetik sıra ile verilmiştir.

* The names are listed in alphabetical order.

İçindekiler

The Role of Topic-Based Virtual Speaking Club on Turkish Adult EFL Learners' Emotional Attitudes Towards Speaking in English <i>Konu Tabanlı Sanal Konuşma Kulübünün Yabancı Dil Olarak İngilizce Öğrenen Yetişkin Türk Öğrencilerin İngilizce Konuşmaya Yönelik Duygusal Tutumlarındaki Rolü</i>	7
Büşra Nur KUT, İstanbul Medipol Üniversitesi, Elif Ayça COŞKUN, İstanbul Medipol Üniversitesi, Eren Hakan ZEREN, İstanbul Medipol Üniversitesi, İkbal TOSUN, İstanbul Medipol Üniversitesi	
Çift İlişkilerinde Kendini Açma (Self-Disclosure) ve Duyarlılığın (Responsiveness) İlişki Doyumu Açısından Önemi: Bir Derleme Çalışması <i>The Importance of Self-Disclosure and Responsiveness in Couple Relationships Considering Relationship Satisfaction: A Literature Review</i>	33
Asude ÖZDEMİR, İstanbul Medipol Üniversitesi	
“Nilüfer’in Kararı” Filminin Gerçeklik Terapisinin Temel Kavramları Açısından İncelenmesi <i>Analysis of the Movie “Nilüfer’s Decision” Using Reality Therapy Basic Concepts</i>	45
Derya HAN, İstanbul Medipol Üniversitesi Servet BAYRAM, İstanbul Medipol Üniversitesi	
Aday Öğrenciler için Bir Alan Olarak Psikolojik Danışma ve Rehberlik <i>Psychological Counseling and Guidance as a Field for Prospective Students</i>	65
Saliha Nur YARAN, İstanbul Medipol Üniversitesi - Emre Eren BALCI, İstanbul Medipol Üniversitesi - Berinay ASİL, İstanbul Medipol Üniversitesi - Nadire Gülçin YILDIZ, İstanbul Medipol Üniversitesi	

The Role of Topic-Based Virtual Speaking Club on Turkish Adult EFL Learners' Emotional Attitudes Towards Speaking in English

Büşra Nur KUT¹, Elif Ayça COŞKUN², Eren Hakan ZEREN³, İkbal TOSUN⁴

Citation : Kut, B. N. ,Coşkun E. A. , Zeren E. H. ,Tosun İ. (2022) The role of topic-based virtual speaking club on turkish adult EFL learners' emotional attitudes towards speaking in English. *The Journal of Turkish Educational Review*, 2, (2), 7-27.

Received : 20.11.2022

Accepted : 10.12.2022

Published : 12.25.2022

Publisher's Note : Istanbul Medipol University stays neutral with regard to any jurisdictional claims.

Copyright : © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the DergiPark

ABSTRACT

English as a foreign language (EFL) is taught in Turkish schools from primary to high school levels. However, a significant proportion of classroom time is devoted to grammar instruction, leaving less opportunity for speaking practice and hindering learners' ability to effectively develop their speaking skills. Considering this complication, this research explored the role of a 5-week long topic-based Virtual Speaking Club on Turkish adult EFL learners' emotional attitudes towards speaking in English in a group of people. Participants consisted of 20 adult Turkish EFL learners across Turkey and meetings were held via online conferencing platform. The data were collected through an online open-ended questionnaire and reflection papers received before and after the study. The findings of this

1 Bachelor's Degree Student, Department of English Language Teaching; Istanbul Medipol University; busranurkut@gmail.com; Orcid ID: 0000-0003-0305-965X

2 Bachelor's Degree Student, Department of English Language Teaching; Istanbul Medipol University; coskunayca16@gmail.com; Orcid ID: 0000-0002-1441-0575

3 Bachelor's Degree Student, Department of English Language Teaching; Istanbul Medipol University; zerenerenhakan@gmail.com; Orcid ID: 0000-0003-2676-0596

4 Bachelor's Degree Student, Department of English Language Teaching; Istanbul Medipol University; ikbaltosun28@gmail.com; Orcid ID: 0000-0003-1995-5619

research indicated that after participating in the virtual topic-based speaking club, the majority of participants' thoughts and emotional attitudes on speaking in English changed positively, self-confidence levels increased, levels of anxiety decreased, observed to become more self-reliant and confident to speak in videoconferencing platform, and improved their speaking skills. Additionally, participants had positive viewpoints regarding the idea of a Virtual Speaking Club.

Keywords: *Virtual Speaking Club, EFL Learners, Attitudes, Speaking Skills*

ÖZ

Yabancı dil olarak İngilizce (EFL), ilkokuldan liseye kadar Türk okullarında öğretilmektedir. Ancak, sınıf zamanının önemli bir kısmının dilbilgisi öğretimine ayrılması konuşma pratiği için daha az fırsat bırakmakta ve öğrencilerin konuşma becerilerini etkili bir şekilde geliştirmelerini sekteye uğratmaktadır. Bu durumu göz önünde bulundurarak, bu araştırma, 5 haftalık konu temelli bir Sanal Konuşma Kulübünün İngilizceyi yabancı dil olarak öğrenen bir grup yetişkin Türk öğrencinin üzerindeki İngilizce konuşmaya yönelik duygusal tutumlarının rolünü araştırmıştır. Katılımcılar, Türkiye genelinde yabancı dil olarak İngilizce öğrenen 20 yetişkin Türk öğrenciden oluşmuştur ve seanslar online konferans platformu aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Veriler, çevrimiçi açık uçlu bir anket ve çalışmadan önce ve sonra alınan yansıtma kağıtları aracılığıyla toplanmıştır. Bu araştırmanın bulguları, sanal konu temelli konuşma kulübüne katıldıktan sonra, katılımcıların çoğunluğunun İngilizce konuşmaya ilişkin düşüncelerinin ve duygusal tutumlarının olumlu yönde değiştiğini, özgüven düzeylerinin arttığını, kaygı düzeylerinin azaldığını, video konferans platformunda konuşma konusunda kendine güvenenin arttığını ve konuşma becerilerinin geliştiğini göstermektedir. Ayrıca katılımcılar Sanal Konuşma Kulübü fikrine olumlu bakmışlardır.

Anahtar Kelimeler: *Sanal Konuşma Kulübü, EFL Öğrencileri, Tutumlar, Konuşma Becerileri*

1. Introduction

In the field of English language teaching, teaching language skills to the learners is very important. Teaching speaking skills are more challenging and a bit more valuable than teaching other skills, though. Depending upon the ages and levels of the students, the teacher uses different methodologies, techniques, and activities. However, in Turkey, especially in public schools, teaching speaking is underestimated. Therefore, most of the learners do not improve themselves and do not have positive attitudes towards speaking in English with self-confidence, motivation, and enthusiasm. According to Banks and Woolfson (2008),

“low self-perception of achievement and negative attributions are both associates of low self-esteem” (p. 49). As it states that when the learners have low achievement, their motivation decreases, as well. Attitudes of learners are very critical in terms of increasing their motivation to speak in the English language with self-confidence. To change their attitudes towards speaking in English, different approaches and education modes are carried out. In Turkey, due to the pandemic and quarantine period, all students, workers, and businesspeople were exposed to distance online education in terms of EFL context. Young adult and adult learners can effectively use online applications and modify their way of learning. As they have experience in this mode of education, adult learners’ attitudes -regarding self-confidence and motivation towards speaking in English can be effectively improved and changed positively. Forming a safe speaking environment is vital for the learners to increase their motivation and attitudes, especially emotional attitudes towards speaking in English (Ryan & Deci, 2017). Adult learners need to be surrounded by English-speaking environments to inspire and motivate themselves in terms of expressing and clarifying their ideas and feelings on various topics. Thematic programs which look at different topics by teaching speaking skills through a topic-based syllabus are very appropriate for this aim and learning process. Materials and engagement are also pretty important key points to contribute to the emotional attitudes of adult EFL learners. As the online speaking process provides different digital tools, the learners can improve their learning autonomy, as well. There are various apps that allow virtual speaking sessions such as Zoom, Microsoft Teams, Skype, etc. Zoom, a synchronous videoconferencing tool, can promote language learning as well as motivate learners. As studied in some researches, Zoom can have a positive influence on learning outcomes as learners can have the chance to engage in synchronous verbal discussions. Similarly, they got positive attitudes as a result of having conversations in L2. It showed that online interaction with others can decrease anxiety levels (Martin, 2021).

The goal of this study is to determine and understand the role of the topic-based online speaking club on Turkish adult EFL learners’ emotional attitudes towards speaking English in a group of people.

2. Literature Review

There are various scientific studies on difficulties and concerns of EFL students in speaking skills. While some of them are related to teachers, others are related to students themselves. For example, teachers are not planning effective speaking activities, design learner-centered classes, and leave enough time for practicing speaking skills. Students, on the other hand, do not have

positive attitudes towards learning English, prefer using their mother tongue, are anxious about making mistakes, and cannot access enough resources as well as people to practice their speaking skills. Apparently, internal and external factors can result in low performance in L2 speaking skills (Soomro & Farooq, 2018).

Even though there are studies that cover the role of virtual classes or videoconferencing on speaking skills, there is no research that studies the role of the topic-based Virtual Speaking Club on Turkish adult EFL learners' emotional attitudes toward speaking in English. Hamouda (2020) investigated the effect of virtual classes on Saudi EFL students' speaking skills and their attitudes toward the use of virtual classes. Findings showed that virtual classes were beneficial in helping to improve speaking, pronunciation, and listening skills. Additionally, virtual learning classes were useful, easy, convenient, enjoyable, interesting, and helpful. Besides, it encouraged students to speak more, reduced their fear of speaking in front of others, and made them feel more confident to engage in discussions. Similar findings by Alshahrani (2016) revealed that students had positive attitudes toward the use of videoconferencing in speaking workshops, as they got the opportunity to involve in authentic dialogues and express their thoughts in L2. A positive impact of enjoyment and enthusiasm in speaking English was found. Canals (2020) also pointed out that through virtual exchanges, learners got motivated to learn the language, had positive thoughts about working with other learners, had more self-confidence while speaking, overcame shyness and insecurity, and made new friends.

Al-Jarf (2021) revealed that speaking activities during online courses were beneficial and effective in terms of improving speaking skills, self-confidence, relaxation, and new teaching experiences. Additionally, conversation clubs improve the knowledge of participants who are motivated to improve themselves and interested in overcoming their mistakes while speaking in English. It enables English learners to make new friends while practicing speaking skills, as well (Mosquera Ordoñez & Villafuerte Holguín, 2021). They create an opportunity to practice speaking in a natural context and provide a sense of community, which helps learners to practice their speaking skills and improve their fluency (Risma, 2021). This view is supported by Riyadini (2022), who argues that the Speaking Club provides sufficient activities to improve the speaking skills of the majority of participants and confidence in speaking in English along with numerous opportunities to speak in various contexts. Finally, Speaking Clubs can be a helpful practice outside of classroom instruction (Willis & Willis, 2007).

In terms of students' attitudes regarding the use of videoconferencing in a classroom, a study found that most students believe videoconferencing improves communication skills, interaction, and motivation. However, not all students are good at technology. Insufficient instruction and maintaining learners' interest can be the drawbacks of videoconferencing technology (Martin, 2005, as cited in Candarli & Yuksel, 2012). There are also studies on the relationship between videoconferencing and language learning. For instance, students can learn about their language learning strengths and weaknesses through the feedback provided in videoconferencing settings. Thus, enhance their academic performance (Chen et al., 2005, as cited in Martin, 2021). Additionally, in regards to the connection between the use of videoconferencing and students' anxiety levels, Awaliyah and Irianti (2022) observed that the interaction process was helpful in giving the anxious students more confidence to speak in English and take part in the learning process. With the use of videoconferencing technology, students can lessen their speaking fear in English class. However, some students experienced anxiety and embarrassment because of their limited language proficiency and weak internet connections, as well.

In light of these findings, it is safe to say that using virtual exchanges like virtual classes, online videoconferencing speech workshops, and Speaking Clubs have the power to leave positive impacts on EFL learners' attitudes, motivation, and speaking skills. However, as mentioned above, there is a gap in the literature regarding the role of the topic-based Virtual Speaking Club on Turkish adult EFL learners' emotional attitudes toward speaking in English. Therefore, this research paper aims to fill this gap.

3. Methodology

3.1. Research Design

This study was carried out on the basis of a multiple case qualitative study to determine and understand the role of topic-based online speaking club on Turkish adult EFL learners' emotional attitudes towards speaking English.

3.2. Participants

In order to recruit participants, an online application form was shared both on social media and through instant messaging apps. The participants that took place in this study were 20 adult male and female Turkish EFL learners. The age range of the participants was between 20 and 45. They live in different parts of Turkey such as Istanbul, Hakkari, Izmir, and Karabük. Most of the participants were college students, but there were some participants who work as a businessperson, nurse, chemical engineer, and designer. They had no con-

nection to each other, as well. The participants had B1 level English competency in speaking. Most of the participants shared that they did not attend any speaking club before, except for a few of them. The participants' view of speaking in English was positive from the beginning, and they were happy to have conversations and answer the questions in an enthusiastic way.

3.3. Setting

This research and data collection is based on online communication tools as we did not want to limit this speaking club to the people who live in Istanbul only. The platform that the meetings were held was the Zoom application. Zoom is a communication application that provides video and audio conference, telephone system, chat, and webinar services through devices such as smartphones, tablets, and laptops. Since it was thought that it would be suitable for every participant, the meeting time of the speaking club was determined as 6:00 p.m. every Saturday. The speaking club had different topics such as life, media, technology, education, and sports.

3.4. Data Collection Tools

For the data collection part of this research, an online open-ended questionnaire form was created in Google Forms -before the study- and a reflection paper -after the study- was asked from participants. The questionnaire was adapted from Martin's research that published as "Exploring EFL Students' Perceptions of the Use of Synchronous videoconferencing to Develop their Speaking Competence" in 2021, which investigated similar research questions as this research paper. The questionnaire consisted of 7 questions. The data that was collected is used to determine the emotional attitude changes of the participants towards speaking in English.

3.5. Procedure

Firstly, an announcement was published on both social media and WhatsApp to find participants for the speaking club. Information about participants such as phone number, e-mail address, age, country, city, English proficiency, and profession were collected with the help of an online contact form that was created on Google Forms. Next, an online open-ended questionnaire form was created to get information about participants' thoughts, emotions, and attitudes towards speaking in English and the Virtual Speaking Club before attending the speaking club. In the light of gained data regarding the participants' thoughts and emotional attitudes before attending the speaking club were understood and evaluated. The speaking club's topic-based syllabus formed depending upon the data collected, as well. The meetings were about

1 to 2 hours long and each session had different main topics such as life, media, technology, education, etc. The teacher-researchers in this study acted as facilitators, participated in discussions, and used prompts (e.g. questions, photos, videos, etc.) sometimes throughout the speaking club sessions. After the 5-week-long speaking club, data about the participants' thoughts and emotional attitudes were collected again with an online questionnaire. Additionally, reflection papers about explaining feelings, emotions, attitudes, experiences, and comments were collected from the participants.

3.6. Data Analysis

This research is based on a qualitative research study with multiple case study method. The data were collected through open-ended questionnaires and reflection papers before and after the Virtual Speaking Club. Main themes and codes were developed by evaluating and analyzing the responses in this research (See Table 1).

There are six main themes of this research along with particular codes to every theme. The researchers categorized them into two different processes: before and after the study. Depending upon the themes and codes formed by the responses of the participants to open-ended questionnaires and reflection papers, all data were analyzed to clearly interpret them as well as to adequately structure the findings of this research.

Table 1. Themes, Codes, and Interpretations

THEMES	CODES	INTERPRETATIONS
Emotional Attitudes Towards Speaking English	<p>Before the study Nervous Fear Depending on setting Comfortable depending on topic</p> <p>After the study Self-reliance Relaxed Ambition Confident</p>	Through the study, the participants' emotions and attitudes towards speaking in English were changed in a positive way when it was compared to the answers before the study.
Level of Self-Confidence	<p>Before the study Enough Confident depending on the topic Moderate</p> <p>After the study Developing skills but not enough getting better over time and practice Feeling more confident in daily life but not in business life</p>	Through the study, participants' self-confidence was in a positive direction with some supportive points but not entirely good for every situation.
Anxiety Level	<p>Before the study Not so bad Feeling nervous depending on the topic High anxiety level</p> <p>After the study Less stressed Excited and focused Less anxious More relaxed</p>	Through the study, participants' anxiety levels decreased, and some other positive feelings came to light when it was compared to the findings before the study.
Using Videoconferencing Tools	<p>Before the study Advantageous Efficient Effective Not feeling comfortable</p> <p>After the study Communicating No barriers Increased self-reliance Useful Time-saver Thinking face-to-face way is more effective</p>	Through the study, the majority of participants' ideas about using videoconferencing tools were in a positive direction. It was seen that a minor negative idea was stable before and after the study.

<p>Level of Confidence and Anxiety Through Videoconferencing Tools</p>	<p>Before the study Being not very good Feeling independent and confident Feeling better Moderate Not feeling anxiety Not feeling comfortable After the study More self-reliance Feeling better More confident Decreased nervous feelings More relaxed Less stressed Less nervous</p>	<p>Through the study, the majority of participants' self-confidence levels through videoconferencing tools increased, and anxiety levels decreased when it was compared to the findings before the study.</p>
<p>Virtual Speaking Club</p>	<p>Before the study Advantageous Very useful Feeling curious and excited Pretty good Reasonable After the study Beneficial More practice with unfamiliar people Time-saver Effective Helpful Good experience Not worrying about making mistakes</p>	<p>Through the study, participants' ideas and attitudes towards the Virtual Speaking Club were completely in a positive direction.</p>

4. Findings

This section contains a thematic analysis of form transcriptions taken from the online open-ended questionnaire before and after the study along with a reflection paper. Additionally, a description regarding the frequency of words shared by participants was included through two different word clouds. In order to look for patterns and create categories, codes were assigned, as well (See Table 1).

edge which causes them to get nervous. Additionally, some participants stated that the changes in emotional attitude depend on the setting and the topic of discussions.

Excerpt 1: *“Since I think that my vocabulary has become quite dull lately, I am faced with the fear of not remembering the necessary words related to the subject I plan to talk about. Apart from this subject, I feel comfortable while speaking.”* (P2)

“In casual conversations, I am usually comfortable if a specific topic is not being discussed. I’ve had a lot of experience with speaking over the past few months. Sometimes when I can’t think of the verb I want to use while talking about a subject, I get nervous and I hesitate to use the same words all the time.” (P6)

By analyzing the questionnaire form answers, on the other hand, the researchers observed that participants’ emotional attitudes changed positively after participating in the Virtual Speaking Club. They stated that their self-reliance increased thanks to being able to practice speaking in English. Similarly, they mentioned feeling more relaxed and ambitious. Some of them pointed out how others influenced their attitudes to speaking in English, as well. However, one of the participants shared that he was feeling more relaxed if he has some previous knowledge about the topic.

Excerpt 2: *“I feel more self-confident now because practicing with people I don’t know made me feel more comfortable.”* (P1)

“If I have the information about the topic, I feel more self-reliant while talking English.” (P4)

4.4. Level of Self-Confidence

Participants’ level of self-confidence before the Virtual Speaking Club was noticed to be moderate according to their answers in the questionnaire before the study. Some of them again had issues such as being nervous which was associated with the topic of conversation, limited vocabulary knowledge, etc. One of the participants, however, shared that she overcome feeling shy in the past and was ready to speak regardless of the topic.

Excerpt 3: *“If my experience on the topic is proper or I have time to think, I am confident; but sometimes I have difficulty in expressing myself due to the problem with my vocabulary.”* (P2)

“In the beginning, I got rid of that shyness that exists in every human

being. Whatever the subject is, I can say that I am at the stage where I will try to talk.” (P6)

After the Virtual Speaking Club, most of the participants’ self-confidence levels were observed to increase according to their viewpoint. However, some of them stated that they still need some practice. By practicing with the Virtual Speaking Club, feeling more confident in terms of daily discussions was emphasized, as well.

Excerpt 4: “I think my speaking skill is getting better day by day. I think it will continue as I practice.” (P2)

“For business life, I still do not think that I am good at speaking. However, I feel more confident for daily conversation.” (P4)

4.5. Anxiety Level

Researchers detected that participants had moderate to high anxiety levels according to the questionnaire answers before the study. While some participants’ anxiety levels were correlated with their prior knowledge of the discussion topic and the people in front of them, others’ were not being able to answer a question in that synchronic moment. Apart from these, a participant stated that his relationship with the people he is talking have an effect on his anxiety level, as well.

Excerpt 5: “Sometimes I feel nervous, but this usually depends on my knowledge of the subject I am talking about and the person/s in front of me.” (P2)

“It worries me that I will never be able to answer a question asked me about any subject at that moment.” (P6)

After analyzing questionnaire answers, the researchers found that all participants progressed and their level of anxiety decreased while speaking in English both in face-to-face context and virtual context when they completed the Virtual Speaking Club.

Excerpt 6: “Now I feel less anxious and stressed.” (P6)

“I used to feel more stressed while speaking in English with multiple partners face to face. Now, I am better.” (P5)

4.6. Using Videoconferencing Tools

In questionnaire answers before the study, the videoconferencing tools were accepted as advantageous, efficient, and effective to have conversations in Eng-

lish, interacting with people, and practicing speaking skills by the majority of participants. Most of the participants gave emphasis to the benefit that comes with videoconferencing tools such as accessibility and saving time. Nevertheless, a minority of participants stated that videoconferencing tools come with some difficulties and they do not feel comfortable while using them, as well.

Excerpt 7: *“I think it is very advantageous in terms of both time management and accessibility. I use it and recommend it to my friends.”* (P2)

“Of course, it has some difficulties compared to face-to-face, but I can say that it is advantageous in general.” (P6)

Parallel to answers in the questionnaire before the study, the majority of participants again considered videoconferencing tools as advantageous while communicating with others. The researchers also analyzed that videoconferencing tools like Zoom are accepted as accessible, time-saver, and not limited by any barrier such as time and place, once again. In addition, videoconferencing tools are accepted as helpful to increasing self-confidence by the participants. However, one of the participants shared that she considers face-to-face communication more effective than virtual videoconferencing tools.

Excerpt 8: *“Organizing national and international video conferences in terms of time, place, economic, social and cultural aspect are very beneficial. It even allows the person to get rid of his/her lack of self-confidence.”* (P2)

“Video conversation tools such as Zoom are very useful to easy access and organize. I think, we can easily connect and talk.” (P4)

4.7. Level of Confidence and Anxiety Thorough Videoconferencing Tools

Regarding the level of confidence and anxiety through videoconferencing tools, participants had mixed stances from severe to assertive before participating in the Virtual Speaking Club. One of them, for instance, pointed out the potential limiting factors that take place in videoconferencing tools such as not being able to see the facial reactions of others, although she does not have severe anxiety.

Excerpt 9: *“I feel very independent and self-confident. If I have an opinion, I try to express it in the most reasonable way, which increases my desire to speak. Listening to the other side effects it in the same way.”* (P2)

“There isn’t much of an anxiety factor for me. I love interacting with people that I don’t know in a local or foreign language. Two people can start

talking at the same time online. Sometimes it can be difficult because the gestures and mimics of the people around cannot be seen moment by moment.” (P6)

According to post-questionnaire transcriptions, on the other hand, it was noted that after the Virtual Speaking Club, participants become more self-reliant and confident. Similarly, most of them pointed out the positive effect of Zoom on their anxiety regarding speaking in English through these kinds of video-conferencing tools.

Excerpt 10: “Online platforms used to make me more nervous in terms of doing anything in a foreign language. However, after this speaking club, I think my anxiety has decreased a lot.” (P6)

“Before, I thought that Zoom is more stressful than face to face. However, I feel more confident now.” (P5)

4.8. Virtual Speaking Club

All participants had positive viewpoints regarding the idea of a Virtual Speaking Club. The answers in the questionnaire before the study were similar to each other. The Virtual Speaking Club consented as something which can be advantageous and effective. Some participants shared their excitement about the concept of a Virtual Speaking Club, as well.

Excerpt 11: “I think it is quite reasonable to be online in terms of preventing time loss. Also, the possibility of meeting people not just people living in the same city but from all over the world is a unique advantage, in my opinion.” (P6)

“I am excited and wondering the process.” (P4)

Corresponding with questionnaire answers before the study, participants' views on the idea of the Virtual Speaking Club itself remained positive after completing the Virtual Speaking Club, as well. Some participants praised the advantages that come with being in a virtual context such as saving energy and time while joining and practicing speaking skills at home instead of going out. One of the participants also drew attention to some weak spots of the Virtual Speaking Club related to the interactive atmosphere.

Excerpt 12: “It is so helpful. In this way, I could practice with other people. Zoom is an available application for everyone. It is so useful.” (P5)

“Some additions could be made to make it more interactive. It was useful, but there were shortcomings.” (P2)

As it is mentioned before, participants were asked to write a reflection paper about the experience they had in general in their mother tongue -Turkish- at the end of the Virtual Speaking Club. The researchers carefully translated them into English and proofread them. All participants' views regarding the speaking club experience were positive. Their reflections were parallel with their answers in the post-questionnaire, as well. The Virtual Speaking Club helped participants to practice and improve their speaking skills a bit more, feel more confident, and connect with other people through a videoconferencing tool while speaking about daily life topics.

Excerpt 13: *“The English speaking club was a good experience for me. In general, the chosen speaking topics were good topics... It was very beneficial for me when you helped me with the words that I did not know and had difficulty pronouncing. No matter how difficult it is to speak English, I was comfortable while trying to express myself since you assisted...”* (P6)

“I felt very good throughout the speaking club project. I usually do not hesitate while speaking in English but the problems I have are due to my lack of vocabulary... This prevented speaking fluently and demotivated me... With this project, I came to the conclusion that minor mistakes can be ignored or implicitly conveyed so that the conversation continues without delay... Mistakes in grammar, pronunciation, etc. can be made while speaking in English, but with this project, I have experienced once again that this can be overcome with practice...” (P2)

Table 2 below shows the key points and a summarized version of the findings.

Table 2. Key Points and Summarized Findings

FINDINGS

Word Frequency of Questionnaire Form Before the Study	<p>The researchers found a high frequency of words containing “people”, “subject”, “nervous”, “talk”, “time”, “think”, etc.</p> <p>These words can imply that the majority of participants possessed nervous emotions, had speaking anxiety.</p>
Word Frequency of Questionnaire Form After the Study	<p>The researchers discovered a high frequency of words comprising “confident”, “speaking”, “Zoom”, “practice”, “comfortable”. better etc.</p> <p>After participating in the topic-based virtual speaking club, participants’ thoughts and emotional attitudes changed positively.</p>
Emotional Attitudes Towards Speaking in English	<p>It is observed that negative emotions and thoughts are replaced with positive ones.</p>
Level of Self-Confidence	<p>By practicing with the virtual speaking club, self-confidence levels increased.</p>
Anxiety Level	<p>Researchers found that participants had moderate to high anxiety levels according to the questionnaire answers before the study.</p> <p>After analyzing questionnaire answers after the study, the researchers found that all participants progressed positively, and their level of anxiety decreased.</p>
Using Videoconferencing Tools	<p>Mostly, videoconferencing tools were considered as something that advantageous before and after the study.</p>
Level of Confidence and Anxiety Thorough Videoconferencing Tools	<p>Participants had mixed stances from severe to assertive before participating in the virtual speaking club.</p> <p>After the virtual speaking club, participants become more self-reliant and confident.</p>
Virtual Speaking Club	<p>All participants had positive viewpoints regarding the idea of a virtual speaking club.</p>
Reflection Papers	<p>Participants practiced and improved their speaking skills a bit more, felt more confident, and connected with others through a videoconferencing tool while speaking about daily life topics.</p>

5. Discussion

The aim of this research was to determine and understand the role of the topic-based Virtual Speaking Club on Turkish adult EFL learners' emotional attitudes towards speaking in English. This research is important in terms of seeing that when people are given a chance to practice speaking, which is one of the most critical points of learning a foreign language, they develop emotional attitudes towards speaking English. As a result of this research, it was observed that the participants had a positive experience and viewpoint during the Virtual Speaking Club in general. They seemed to feel more self-reliant and comfortable expressing themselves and discussing their thoughts in L2, and the positive atmosphere encouraged them to speak the language. Similarly, their self-confidence levels and anxiety levels were observed to positively change. The majority of participants' attitudes towards the use of videoconferencing tools were positive, as well. These findings show that when people who have insecurities or limited experience/vocabulary knowledge start practicing speaking in English instead of absconding, they can overcome the negative emotional attitudes and improve their English no matter how small it is. So, the more they practice the more they feel better. Similarly, using Zoom for the speaking club was useful since all of the participants had access to it. Thanks to these aspects, their experiences and emotional attitudes turn out positive in general at the end of the day.

A similar result was also seen in the research conducted by Alshahrani (2016) with an online videoconferencing speech workshop. Using L2 in an authentic environment had a positive impact on participants in the study. Additionally, the research conducted by Canal (2020) has the same findings with this research that through virtual interactions, participants got motivated to learn the language, had positive thoughts about working with other learners, had more self-confidence while speaking, overcame shyness and insecurity, and made new friends. Therefore, the results that were found in this study corroborate with previous research.

6. Conclusion

Before the Virtual Speaking Club, the majority of participants' confidence and anxiety towards speaking in English were negative. At the end of the study, it was analyzed that there were positive improvements in the participants' emotional attitudes towards speaking in English. This study also revealed the improvement that participants had with using videoconferencing tools. It also revealed that even though there is a debate on whether online education, online courses or clubs are beneficial or not, it can be declared that there are still

positive improvements on emotions by an online speaking club regardless of scope. So, these speaking clubs can be helpful to improve confidence, get rid of shyness, reduce anxiety, and also indirectly can help participants to fix their grammar, sentence structure, and pronunciation.

7. Implications

This qualitative research study conducted with multiple case study method clearly infers the fundamental points of the structural framework that the study has. Based on the data analysis, the emotional attitudes and self-confidence level while speaking in English, the anxiety level while speaking in English, using videoconferencing tools such as Zoom which is the online platform used in this study as a setting, confidence level of the participants through videoconferencing tools, anxiety level of the participants through videoconferencing tools, and the attitudes of the participants towards virtual English speaking club were clearly and effectively handled during the study to understand and evaluate the participants' changes in emotional attitudes. Therefore, the findings demonstrated that both emotional changes of the participants and their attitudes towards speaking English via an online platform positively improved and the participants showed satisfaction of being in this speaking club. The videoconferencing tools were also valuable and useful for the participants. The speaking club was observed to contribute to the participants' attitudes towards the videoconferencing tools while speaking English and changed emotional attitudes towards speaking English with self-reliance and self-confidence. The one important implication of this study is that the maintainability of similar projects as speaking clubs can be conducted with the help of a topic-based syllabus and a comfortable online setting which is one of the fundamental components of this project.

8. Limitations and Future Studies

Despite the successful carrying out of this research study with completely maintained structures and components, there have been some limitations. One of them was the decreasing number of participants in the study. The term "participant loss" clearly explains the situation. Although all participants filled out the open-ended questionnaires before the study, their number decreased when the speaking club project officially started. Another limitation was the limited time of the Zoom application, which was the setting of the study. Occasionally, the 40-minute time period on Zoom did not let the meetings go on without damaging the flow of conversations. This made some meetings challenging. One more limitation was that apart from using open-ended questionnaires and reflection papers, other tools such as voice recordings or short videos could be

used to see the changes and improvements of emotional attitudes of the participants more effectively.

In the light of the data analysis and findings of this research, similar projects and further studies to elaborate, develop concepts and goals of the current study can be conducted by considering the different points and required improvements that this study clarifies. For example, with the help of extra diverse topics like moral dilemmas, cultural differences; longer time period such as monthly or yearly meetings instead of weekly meetings; and via different online platforms such as Microsoft Teams, Google Meets. Turkish EFL learners can improve their speaking skills, perceptions, and attitudes with the help of different instruments or materials such as literature, films, story critics and some debates about particular titles or topics. In order not to encounter some possible problems such as participant loss, the concept and the methodology of the project should be thoroughly constructed. Additionally, for different participant groups such as Turkish young EFL learners, speaking club projects via games and storytelling can be carried out. As mentioned before, future studies can search this topic with using different ways like a task-based approach including the emotional attitude differences between genders by having a homogeneous participant group.

Conflict of interests: The author declares that they have no conflict of interest.

REFERENCES

- Al-Jarf, R. S. (2021). EFL speaking practice in distance learning during the coronavirus pandemic 2020-2021. *International Journal of Research*, 9(7), 179-196. <https://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3900425>
- Alshahrani, A. A. (2016). Communicating authentically: Enhancing EFL students' spoken English via videoconferencing. *CALL-EJ*, 17(2), 1-17.
- Awaliyah, F., & Irianti, L. (2022). Investigating students' speaking anxiety in classroom interaction through Zoom meeting. *Journal of English Education Program (JEEP)*. [http://dx.doi.org/10.25157/\(jeep\).v9i1.7572](http://dx.doi.org/10.25157/(jeep).v9i1.7572)
- Banks, M. and Woolfson, L. (2008). Why do students think they fail? The relationship between attributions and academic self-perceptions. *British Journal of Special Education*, 35, 49-56. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8578.2008.00369.x>
- Canals, L. (2020). The effects of virtual exchanges on oral skills and motivation. *Language Learning & Technology*, 24(3), 103-119. <http://hdl.handle.net/10125/44742>
- Candarlı, D., & Yuksel, H. G. (2012). Students' perceptions of video-conferencing in the classrooms in higher education. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 47, 357-361. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.663>
- Hamouda, A. (2020). The effect of virtual classes on Saudi EFL students' speaking skills. *International Journal of Linguistics, Literature and Translation*, 3(4), 175-204. Retrieved from <https://www.al-kindipublisher.com/index.php/ijllt/article/view/1096>

- Martin, J. K. (2021). Exploring EFL students' perceptions of the use of synchronous video-conferencing to develop their speaking competence. *The Journal of Seigakuin University*, 33(1-2), 161-180. <http://doi.org/10.15052/00003809>
- Mosquera Ordoñez, J.E., & Villafuerte Holguín, J. (2021). Strengthening university students' listening and speaking skills in English as a foreign language: Online international conversation clubs [Fortalecimiento de habilidades de escucha y habla de estudiantes en inglés como idioma extranjero: Clubes internacionales de conversación en línea]. *European Journal of Foreign Language Teaching*, 5(4), 76-96. <http://dx.doi.org/10.46827/ejfl.v5i4.3780>
- Risma, S. N. (2021). An analysis of the utilizing Zoom application to English learners' speaking skill motivation. *PROJECT (Professional Journal of English Education)*, 4(3), 433-445. <http://dx.doi.org/10.22460/project.v4i3.p433-445>
- Riyadini, M.V. (2022). English Foreign Language Students' Perceptions of an Online English Speaking Club in Higher Education. In *5th International Conference on Current Issues in Education (ICCIE 2021)* (pp. 197-202). Atlantis Press. <https://dx.doi.org/10.2991/as-sehr.k.220129.036>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. The Guilford Press. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Soomro, A. F., & Farooq, M. U. (2018). EFL learners' attitude towards developing speaking skills at the University of Taif, Saudi Arabia. *International Journal of English Linguistics*, 8(3), 318-327. <http://doi.org/10.5539/ijel.v8n3p318>
- Willis, J., & Willis, D. (2007). *Doing task-based teaching*. Oxford University Press.
- Zygomatic. (n.d.). *Free online word cloud generator and TAG cloud creator*. Wordclouds.com. Retrieved January 28, 2022, from <https://classic.wordclouds.com/>

Appendix A: Questionnaire Form (Bilingual)

Form
Q1. How do you feel while speaking in English? TR: İngilizce konuşurken nasıl hissediyorsunuz?
Q2. How would you describe your level of confidence with your English speaking skills? TR: İngilizce konuşma becerilerinize olan güven seviyenizi nasıl tanımlarsınız?
Q3. How would you describe your level of confidence with your English speaking skills while using videoconferencing tools (such as Zoom)? TR: Video konferans araçlarını (Zoom gibi) kullanırken ki İngilizce konuşma becerilerinize olan güven seviyenizi nasıl tanımlarsınız?
Q4. How would you describe your anxiety level while speaking in English with multiple partners face-to-face? TR: Birden fazla partnerle yüz yüze eşzamanlı olarak İngilizce konuşurken ki kaygı seviyenizi nasıl tanımlarsınız?
Q5. How would you describe your anxiety level while speaking in English via videoconferencing tools (such as Zoom) with multiple partners synchronously? TR: Birden fazla partnerle eşzamanlı olarak video konferans araçları (Zoom gibi) aracılığıyla İngilizce konuşurken ki kaygı düzeyinizi nasıl tanımlarsınız?
Q6. What do you think of the use of videoconferencing tools (such as Zoom) to have conversations in English, interact with people, and practice speaking skills? TR: İngilizce sohbet etmek, insanlarla iletişim kurmak ve konuşma becerileri pratiği yapmak için video konferans araçlarının (Zoom gibi) kullanımı hakkında ne düşünüyorsunuz?
Q7. What do you think about the virtual English-speaking club? TR: Sanal İngilizce konuşma kulübü hakkında ne düşünüyorsunuz?

Konu Tabanlı Sanal Konuşma Kulübünün Yabancı Dil Olarak İngilizce Öğrenen Yetişkin Türk Öğrencilerin İngilizce Konuşmaya Yönelik Duygusal Tutumlarındaki Rolü

Geniş Özet

Yabancı dil olarak İngilizce, Türkiye’de ilkokuldan lise son sınıfa kadar öğretilmektedir. Eğitim hayatımızın büyük bir bölümünde İngilizce dersi alsak bile, zamanın büyük bir kısmı konuşmaktan çok gramer kurallarına harcanmakta ve dezavantaj haline gelmektedir. Öğrenenler pratik yapma şansı bulamadıkları için konuşma becerilerini etkili bir şekilde edinemiyorlar. İnsanlar okul hayatlarında ve/veya iş hayatlarında İngilizce konuşamama konusunda güvensizlik duyabiliyorlar. İngilizce öğretimi alanında, öğrencilere dil becerilerinin öğretilmesi çok önemlidir. Yine de konuşma becerilerini öğretmek, diğer becerileri öğretmekten daha zorlayıcı ve biraz daha değerlidir. Öğrencilerin yaşlarına ve seviyelerine bağlı olarak, öğretmenler farklı metodolojiler, teknikler ve etkinlikler kullanır. Ancak Türkiye’de, özellikle devlet okullarında, konuşma becerileri öğretimi hafife alınmaktadır. Bu nedenle, öğrencilerin çoğu kendilerini geliştiremez, özgüven, motivasyon ve İngilizce konuşmaya karşı olumlu tutumlara sahip olamazlar. Başarı düşük olduğunda motivasyonlarının da düştüğü gözlemlenmektedir. Öğrencilerin tutumları, İngilizceyi özgüvenle konuşma motivasyonlarını artırmak açısından çok kritik bir noktadır. İngilizce konuşmaya yönelik tutumlarını değiştirmek için farklı yaklaşımlar ve eğitim biçimleri uygulanmaktadır. Rahat bir konuşma ortamı oluşturmak, öğrencilerin motivasyonlarını ve tutumlarını, özellikle de İngilizce konuşmaya yönelik duygusal tutumlarını artırmak için hayati önem taşır (Ryan ve Deci, 2017). Yetişkin öğrencilerin, çeşitli konularda fikirlerini ve duygularını ifade etme, açıklama açısından motive olmaları için İngilizce konuşulan ortamlarda bulunmaları gerekir. Konuşma becerisini konu temelli bir müfredatla öğretmek farklı konulara bakan tematik programlar, bu amaç ve öğrenme süreci için çok uygundur. Eşzamanlı bir video konferans aracı olan Zoom, dil öğrenimini teşvik etmenin yanı sıra öğrencileri motive edebilir. EFL (Yabancı Dil olarak

İngilizce) öğrencilerinin konuşma becerilerindeki zorlukları ve endişeleri üzerine çeşitli bilimsel çalışmalar mevcuttur. Hamouda (2020), sanal sınıfların Suudi EFL öğrencilerinin konuşma becerileri ve sanal sınıfların kullanımına yönelik tutumları üzerindeki etkisini araştırdı. Bulgular, sanal sınıfların konuşma, telaffuz ve dinleme becerilerini geliştirmede faydalı olduğunu gösterdi. Ek olarak, sanal öğrenme sınıfları yararlı, kolay, kullanışlı, eğlenceli, ilginç ve faydalıydı. Ayrıca, öğrencileri daha fazla konuşmaya teşvik etti, başkalarının önünde konuşma korkularını azalttı ve tartışmalara katılma konusunda kendilerine daha fazla güvenmelerini sağladı. Alshahrani'nin (2016) benzer bulguları, yabancı dili otantik bir ortamda kullanan katılımcılar üzerinde olumlu bir etki yarattı. Canals (2020) ayrıca sanal etkileşimler yoluyla öğrencilerin dili öğrenmek için motive olduklarına, diğer öğrencilerle çalışma konusunda olumlu düşüncelere sahip olduklarına, konuşurken daha fazla özgüvene sahip olduklarına, utangaçlık ve güvensizliğin üstesinden geldiklerine ve yeni arkadaşlar edindiklerine dikkat çekti. Al-Jarf (2021), çevrimiçi kurslar sırasında konuşma etkinliklerinin konuşma becerilerini geliştirme, özgüven, rahatlama ve yeni öğretim deneyimleri açısından faydalı ve etkili olduğunu ortaya koydu. Ayrıca konuşma kulüpleri, kendilerini geliştirmek için motivasyonu olan ve İngilizce konuşurken yaptıkları hataların üstesinden gelmek isteyen katılımcıların bilgilerini geliştirmekte. Ek olarak, İngilizce öğrenenlerin konuşma becerileri pratiği yaparken yeni arkadaşlar edinmelerini de sağlıyor (Mosquera Ordoñez & Villafuerte Holguín, 2021). Konuşma Kulüpleri doğal bir ortamda konuşma pratiği yapma fırsatı yaratır ve konuşma akıcılıklarını geliştirmelerine yardımcı olarak bir topluluk duygusu sağlar (Risma, 2021). Bu görüş, Konuşma Kulübünün konuşma becerisini ve İngilizce konuşmaya olan özgüveni geliştirmeye yardımcı olduğunu ve çeşitli konularda konuşmak için sayısız fırsat sağladığını savunan Riyadini (2022) tarafından da desteklenmektedir. Son olarak, Konuşma Kulüpleri, sınıf eğitimi dışında kullanılabilir faydalı bir uygulama olabilir (Willis & Willis, 2007). Bu bulguların ışığında, sanal sınıflar, çevrimiçi video konferans konuşma atölyeleri ve Konuşma Kulüpleri gibi sanal iletişim kurmanın, EFL öğrencilerinin tutumları, motivasyonları ve konuşma becerileri üzerinde olumlu etkiler bırakma gücüne sahip olduğu söylenebilir. Ancak, konu temelli Sanal Konuşma Kulübü'nün İngilizceyi yabancı dil olarak öğrenen Türk yetişkin öğrencilerin İngilizce konuşmaya yönelik duygusal tutumları üzerindeki rolüne ilişkin literatürde bir boşluk bulunmaktadır. Bu nedenle, bu araştırma makalesi bu boşluğu doldurmayı amaçlamaktadır. Çalışma, çoklu durum nitel araştırmasına dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar Türkiye genelinde yabancı dil olarak İngilizce öğrenen 20 yetişkin Türk'ten oluştu ve toplantılar Zoom uygulaması üzerinden gerçekleştirildi.

Bu araştırmanın veri toplama kısmı için Google Forms'ta çevrimiçi açık uçlu bir anket formu oluşturuldu ve katılımcılardan bir geri bildirim yazısı istendi. Anket, Martin'in 2021'de "EFL Öğrencilerinin Konuşma Yetkinliklerini Geliştirmek İçin Eşzamanlı Video Konferans Kullanımına İlişkin Algılarını Keşfetmek" başlıklı araştırma makalesi ile uyarlandı ve 7 sorudan oluşuyor. Toplanan veriler, katılımcıların İngilizce konuşmaya yönelik duygusal tutum değişikliklerini belirlemek için kullanıldı. Konuşma Kulübü seansları yaklaşık 1 ila 2 saat sürdü ve her oturumda yaşam, medya, teknoloji, eğitim vb. konular konuşuldu. 5 hafta süren konuşma kulübünün ardından veriler çevrimiçi açık uçlu bir anket ve geri bildirim kâğıdı aracılığıyla toplandı. Bu çalışmanın bulguları çoğunlukla olumluydu. Bulgular, Sanal Konuşma Kulübü'nden önce katılımcıların İngilizce konuşmaya yönelik özgüvenlerinin ve kaygılarının çoğunluğunun olumsuz olduğunu gösterdi. Çalışmanın sonunda, katılımcıların İngilizce konuşmaya yönelik duygusal tutumlarında olumlu gelişmeler olduğu analiz edildi. Sonuçlar çoğunlukla olumlu olsa da bazı sonuçların, bazı katılımcılar için yeterli olmadığı gözlemlendi. Bu çalışma aynı zamanda katılımcıların video konferans araçlarını kullanmakla elde ettikleri gelişmeyi de ortaya koydu. Sonuç olarak, bu çalışma bir Sanal Konuşma Kulübüne katılmanın önemli olduğunu da gösterebilir. Ayrıca, çevrimiçi eğitim, çevrimiçi kurslar veya kulüpler yapmanın yararlı olup olmadığı tartışılrsa da, kapsamı ne olursa olsun çevrimiçi konuşma kulübü ile duygular üzerinde olumlu gelişmelerin olabileceği ortaya çıktı. Dolayısıyla, bu konuşma kulüpleri özgüveni artırmaya, utangaçlıktan kurtulmaya, kaygıyı azaltmaya yardımcı olabilir ve dolaylı olarak katılımcıların dilbilgisini, cümle yapılarını ve telaffuzlarını düzeltmelerine yardımcı olabilir. Benzer bir sonuç Alshahrani (2016) tarafından çevrimiçi video konferans konuşma atölyesi ile yapılan araştırmada da görüldü. Yabancı dili otantik bir ortamda kullanmak, araştırmaya katılanlar üzerinde olumlu bir etki yarattı. Ek olarak, Canal (2020) tarafından yapılan araştırma, sanal etkileşimler yoluyla katılımcıların dili öğrenmek için motive olduklarını, diğer öğrencilerle çalışma konusunda olumlu düşüncelere sahip olduklarını, konuşurken daha fazla özgüven sahibi olduklarını, utangaçlıklarını yendiklerini ve yeni arkadaşlar edindiklerini ortaya çıkarttı. Bu nedenle, bu çalışmada bulunan sonuçlar önceki araştırmaların sonuçları ile uyumludur.

Çift İlişkilerinde Kendini Açma ve İhtiyaçlara Cevap Verilebilirliğin İlişkideki Yakınlık Açısından Önemi: Kısa Bir Derleme

The Importance of Self-Disclosure and Responsiveness in Couple Relationships in Terms of Intimacy

Asude ÖZDEMİR*

Citation : Özdemir, A. (2022) Çift ilişkilerinde kendini açma ve ihtiyaçlara cevap verilebilirliğin ilişkideki yakınlık açısından önemi: Kısa bir derleme. Türk Eğitim Değerlendirmeleri Dergisi 2, (2), 33-43.
Received : 24.11.2022
Accepted : 09.12.2022
Published : 12.25.2022
Publisher's Note : Istanbul Medipol University stays neutral with regard to any jurisdictional claims.
Copyright : ©2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the DergiPark

ÖZ

Son yıllarda yakın ilişkiler ile ilgili araştırmalar hızla artmaktadır. Araştırma alanlarının hızla artması bazı spesifik konuları incelemeyi olanaklı kılmaktadır. Bu makalede öncelikle yakın ilişkinin ne demek olduğu üzerinde durulmuş ve şu soruya yanıt aranmıştır: “İnsanlar biriyle « yakın » bir ilişkileri olduğunu söylediklerinde ne demek istiyorlar?” Ardından ilişkilerin sürdürülebilirliğini ve yakın ilişkilerde yakınlığı önemli ölçüde etkileyen iki kavram üzerinde durulmuştur. Bunlar, kendini açma ve ihtiyaçlara cevap verilebilirliktir. Partnerlerin ilişkide birbirlerine kendilerini açmaları ve birbirlerinin ihtiyaçlarına cevap veriyor olmaları yakınlık derecelerini nasıl etkilemektedir? sorusu ele alınmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Yakın ilişkiler, Kendini açma, İhtiyaçlara cevap verilebilirlik*

* Doç. Dr. Asude ÖZDEMİR, İstanbul Medipol Üniversitesi, amalkoc@medipol.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-9073-2752>

ABSTRACT

In recent years, research on close relationships has been rapidly increasing. The increase in research areas makes it possible to examine some specific topics. In this article, we first focus on what a close relationship is and seek an answer to the following question: What do people mean when they say they have a “close” relationship with someone? Then, two concepts that significantly affect the sustainability of relationships and intimacy in close relationships were emphasized; These are self-disclosure and responsiveness. In this paper, we also address the question, “How does the fact that partners open themselves to each other in the relationship and respond to each other’s needs affect the degree of intimacy?”

Key Words: *Close relationships, self-disclosure, responsiveness*

1. Giriş

Bağlanma kuramları, yakın ilişkinin bireyin güvenle ilerleyebileceği, dünyayı keşfedebileceği ve başarıya ulaşabileceği güvenli bir temel sağlayan bir ortam olduğunu; bunun yanı sıra stres faktörleri ortaya çıktığında kendilerini rahat ve güvende hissedebilecekleri bir sığınak olduğunu belirtmektedirler. “Yakın ilişki” terimi sıklıkla kullanılmakta olup değişik şekillerde tanımlanmaktadır (Clark ve Lemay, 2010). Berscheid, Snyder ve Omoto (2004), Yakınlığı iki kişi arasındaki karşılıklı bağlılık olarak tanımlamışlardır. Her bir partnerin düşünce, duygu ve davranışlarının diğeri üzerindeki etkileri güçlü ve ilişkinin süresi ne kadar uzun olursa, ilişkideki yakınlık artar. Bir diğeri tanıma göre ise yakın ilişki, her iki partnerin birbirini anladığı, onayladığı ve önemsendiği bir dizi kişilerarası sürecin sonuçları olarak görülebilir. (Reis ve Patrick, 1996; Reis ve Shaver, 1988). Bunların yanında, partnerin varlığının bireyin kendi varlığıyla bütünleşmesi (Aron, Aron, Tudor ve Nelson, 2004); ilişkiyi sürdürmeye niyetli olunması ve partnerin benliğinin bireyin kendi benliğinin bir parçası olarak görülmesi yakınlık kavramının içerisinde yer alır (Agnew, Van Lange, Rusbult ve Langston, 1998).

Yakın ilişkilerin sürdürülmesinde en önemli unsurlardan biri, partnerlerin birbirlerinin istek ve arzularına duyarlı olması ve ihtiyaçlarına cevap verebiliyor olmalarıdır. Bu durum her iki partner için ilişkide birbirleri tarafından korunacaklarını, güvenli bir ortamda olduklarını hissettirir (Reis, Clark ve Holmes, 2004). Diğeri ise, sözel veya davranışsal olarak bireyin diğeri kişisel anlamda duygu ve düşüncelerini paylaşması olarak tanımlanan kendini açmadır (Reis ve Shaver, 1988). Kendini açma, güven ve samimiyetin ortaya çıkarılmasıyla ilişkilidir ve bu nedenle yakın ilişkilerden doyum alınmasında önemli bir role sahiptir (Collins ve Miller, 1994; Greene, Derlega ve Mathews, 2009; Pasupathi, McLean ve Weeks, 2009).

2. Temel Kavramlar

2.1. Kendini Açma

Kendini açma, bireyin kendisi ile ilgili bilgi, düşünce ve duygularını bir başkasına sözlü olarak iletilmesi anlamına gelir. Alanyazında kendini açma, gerçekçi/olgusal ve duygusal olmak üzere iki şekilde ele alınmaktadır (Reis ve Shaver, 1988). Gerçekçi/olgusal kendini açma, bireyin kendisi ile ilgili bilgileri, sahip özellikleri ortaya koyan ifadelerdir. Bu kendini açma türüne örnek olarak “Hayatımda şimdiye kadar üç tane romantik ilişkim oldu.” verilebilir. Duygusal kendini açma ise, bireyin duygularını, fikirlerini ve tutumlarını ve değerlerini içeren ifadelerdir. “Son ayrılık o kadar acı vericiydi ki birini tekrar sevip sevmeyeceğimden emin değilim.” ifadesi buna örnek olarak verilebilir (Greenberg ve Safran, 1987; Reis ve Patrick, 1996). Reis ve Shaver (1988), çift ilişkisinde partnerlerin duygusal anlamda kendilerini açmalarının ilişkide birbirleri ile olan yakınlık derecesini arttırdığını vurgulamaktadırlar.

Bireylerin içsel deneyimlerini yakın ilişkide oldukları bireylere açıklamaları, kendilerini daha iyi anlamalarına ve benlikleri hakkında daha fazla netlik elde etmelerine yardımcı olabilir (Duprez ve diğ., 2015; Lodi-Smith ve Demarree, 2018; London, 2003). Ayrıca partnerler birbirleri ile daha kaliteli bir iletişim kurdukları için daha çok kendini açarlar. Bu durum da dolayısıyla yakınlık derecesini artırır (Aron, Melinat, Aron, Vallone ve Bator, 1997; Sprecher ve Duck, 1994). Nitekim, yapılan araştırmalarda partnerlerin birbirlerine kendilerini açma derecesi ve derinliğinin de yakınlığı etkilediği görülmüştür (Laurenceau, Feldman Barrett ve Pietrononaco, 1998).

2.2. İhtiyaçlara Duyarlılık

İlişki içinde partnerlerin birbirlerinin ihtiyaçlarına duyarlı ve cevap verebilir olmaları ilişkideki yakınlık açısından kendini açma yanında bir diğer önemli faktördür (Regan, 2011). İhtiyaca cevap verilebilirlik ya da duyarlılık, farklı şekillerde tanımlanabilmektedir (Reis vd., 2004). En yaygın olanı, duygusal ve fiziksel ihtiyaçları ve istekleri karşılanan bireyin aynı şekilde partnerinin ihtiyaç ve isteklerine duyarlı olmasıdır (Berg, 1987; Miller ve Berg, 1984). Bunun yanında, partnerlerin kişisel ve ilişkisel hedeflerini gerçekleştirmede birbirlerine destek sağlamasını (Feeney, 2004), partneriyle nitelikli zaman geçirmeyi ve etkinlik yapmayı (Aron, Norman, Aron, McKenna ve Heyman, 2000; Leary ve Baumeister, 2000) birbirlerinin başarısını kutlamayı (Gable, Reis, Impett ve Asher, 2004; Gable, Gonzaga ve Strachman, 2006) ve benliğini onaylamayı içerir (Drigotas, 2002; Rusbult, Kumashiro, Kubacka ve Finkel, 2009).

Diğerinin ihtiyacına duyarlı olmayan birey göz temasından kaçınır; kendini içinde bulunduğu durumdan uzaklaştırır ya da soyutlar ve partneriyle bağlantı kurmaya hevesli olmaz. Bu nedenle bu kişilerin diğerleri tarafından çekici bulunma olasılığı düşüktür (Regan, 2011). İhtiyaca cevap verilebilirlik ya da bir diğer ifade ile duyarlılığın hem çekicilikle hem de ilişki sürdürme ile güçlü bir bağlantısı vardır. Alanyazında bireylerin gelecekte ilişki yaşamak istedikleri ya da ilişki içinde olduğu partnerlerinde aradığı en önemli özelliklerden birisinin duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olması olduğu belirtilmektedir (Davis ve Holtgraves, 1984; Fehr, 2008).

Reis ve Shaver'a (1988) göre ilişki yaşayan çiftlerin, birbirlerine verdikleri tepkilerin anlayışlı (partnerinin ihtiyaçlarını, duygularını ve durumunu doğru bir şekilde yakalayan), onaylayıcı (partnerini kabul edilen ve değerli bir birey olduğunu geçerli kılan) ve ilgili/bakım veren (partnerine şefkat ve ilgi gösteren) olduğunu görmeleri birbirlerine daha çok yaklaşmalarını sağlayacaktır. Bu yaklaşma partnerlere birbirlerinin güçlü kaynaklarını keşfetme ve genişletmelerine olanak sağlayacaktır (Fredrickson, 2004). Tüm bunlar doğrultusunda partnerleri tarafından desteklenen ve ilgi gösterilen bireylerin ilişkiden aldıkları doyum da artabilecektir (Canevello ve Crocker, 2010).

Reis ve Shaver (1988), çiftlerin ilişkide birbirleri arasındaki yakınlığın artmasının, iletişimi başlatan partnerin kendini açması ya da dinleyici olan partnerin verdiği tepkisinden çok birbirlerinin ne demek istediğini tam ve doğru olarak algılamalarıyla ilişkili olduğunu söylemektedirler. Bazı durumlarda her ne kadar iletişimi başlatan partner içten ve samimi olarak kendini açsa da dinleyici konumunda olan partner bunu kendi ihtiyaçlarına cevap veren bir tepki olarak algılamayabilir. Bir başka deyişle sadece partnerler arasındaki iletişimin kendisi değil, iletişimin partnerler tarafından nasıl algılandığı önemlidir. Çiftler bunu başardıklarında duygusal anlamda kendilerini birbirlerine daha yakın hissederler, daha olumlu ilişkiler geliştirirler ve öznel iyi oluş düzeyleri artar (Reis, 2012).

2.3. Kendini Açma ve Duyarlılığın İlişki Yakınlığı ile İlişkisi

Reis ve Shaver (1988) hem kendini açmanın hem de partnerlerin birbirlerinin ihtiyaçlarına duyarlı olmalarının ilişkide yakınlığın gelişmesine katkıda bulunduğunu öne süren kişilerarası yakınlık süreci modelini geliştirmişlerdir. Bu model, yakınlığın iki temel bileşenini vurgulamaktadır: Kendini açma ve partnere ilişkin duyarlılık (Reis ve Patrick, 1996; Reis ve Shaver, 1988). Yakınlık, dinamik bir ilişki ile gelişir. Yakınlık, bir bireyin duygu ve düşüncelerini partnerine rahatlıkla açıkladığı; partnerinden yanıt aldığı ve bu yanıtı anlayış,

onaylama ve önemseme çerçevesinde olumlu olarak değerlendirdiği bir süreçtir (Laurenceau, Feldman Barrett ve Pietrononaco, 1998).

Reis ve Shaver'a (1988) göre ise ilişkide yakınlık, bireyin partnerine kendisi ve yaşamı ile ilgili bilgi paylaşmasıyla başlar. Birey hem sözel olarak bilgi paylaşımında bulunabilir hem de sözel olmayan davranışlar yoluyla duygu ve davranışlarını iletebilir. Bu sürecin devam etmesi, diğer bireyin de duygu ve düşüncelerini partnerine ilemesiyle mümkün olur. Bir başka ifade ile karşılıklı etkileşimin olması gerekir. Bu etkileşimin sağlıklı olması, her iki partnerin de birbirlerinin söylediklerinin içeriğini tam olarak anlamaları ve söylediklerini geçerli kılmalarına/onaylamalarına bağlıdır. Bu sürecin her aşamasında güdüler, ihtiyaçlar ve hedefler dahil olmak üzere kişisel nitelikler ve bireysel farklılıklar, partnerlerin davranışlarını ve birbirlerinin davranışlarını yorumlamasını etkileyebilir (Reis ve Patrick, 1996). Her ne kadar böyle olsa da partnerlerin birbirleriyle olumlu etkileşim sıklığı arttıkça ve birbirlerinin deneyimlerini anlayıp, birbirlerine duyarlı oldukça daha yakın bir ilişki sürdürme olasılıkları mümkün olacaktır (Reis, 1994). Başka bir deyişle, duyarlılık davranışlarının insanlara duygu ve düşüncelerinin partnerleri tarafından kabul edildiği ve onaylandığı mesajını vermesi olasıdır.

Reis ve Shaver (1988) romantik ilişkisi olan 244 üniversite öğrencisi ile "partnerlerin kendini açması, birbirlerinin varlığına ve ihtiyaçlarına duyarlılığı ve yakınlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi Rochester Etkileşim Kaydı (RIR) kullanarak inceleyen bir araştırma gerçekleştirmişlerdir (Reis ve Wheeler, 1991). RIR, katılımcıların belirli bir süre boyunca sosyal etkileşimlerinin hemen ardından doldurdukları olaya bağlı bir günlüktür. Katılımcılar partneriyle olan her etkileşimden sonra, iki haftalık bir süre boyunca kendilerini açma dereceleri, partnerlerinin kendilerini açmalarına ilişkin algıları, partnerlerinin kendilerine karşı ne derece duyarlı olarak algıladıkları ve yakınlık hisleri hakkında bilgi vermişlerdir. Araştırma sonucunda, kendini açma, partnerlerin kendini açmasının ve birbirlerine duyarlı olmalarının yakınlığın önemli yordayıcıları olduğu bulunmuştur.

Benzer şekilde Lin (1992) tarafından romantik ilişkisi olan üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen bir çalışmada ise, üniversite öğrencilerinden 10 günlük bir süre boyunca her sosyal etkileşimden sonra kendilerini açma düzeylerini ve partnerlerinin yanıt verebilirliğine ilişkin algılarını rapor etmeleri istenmiştir. Sonrasında öğrenciler ile yapılan yüz yüze görüşmelerde, öğrencilerden her bir etkileşim için partneriyle olan yakınlık derecesini söylemeleri istenmiştir. Sonuç, kendini açan ve partnerini kendi ihtiyaçlarına duyarlı olarak değerlendiren bireyler partneriyle daha yakın hissettiklerini bildirmişlerdir

Günümüz araştırmaları ise, birey partnerini daha duyarlı olarak algıladığında, ki bu değerli ve özel hissetmekle ilişkilidir, duygusal anlamda yakınlaşma isteğinin arttığını, (Birnbaum ve diğ., 2016) ve ilişkinin niteliğinin arttığını vurgulamaktadır. (Reis ve diğ., 2004). Özellikle, Kernis ve Goldman (2006) anlayışlı bir bireyin partnerinin sözel olarak ne demek istediğini ve içsel olarak nasıl bir durumda olduğunu zihinsel olarak kavradığını belirtmektedirler. şefkatli bir partner diğerini kabul ve aidiyet sinyalleri verir (Reis ve Clark, 2013).

Sonuç

Yakın ilişkiler ile ilgili kavramlar ve bu kavramlar üzerine yapılan araştırmalar gün geçtikçe artmaktadır. Bu araştırmalar, romantik ilişki içinde bulunan partnerlerin birbirlerinin gerçek ihtiyaç ve arzularına başarılı bir şekilde cevap vermesinin ilişkideki yakınlık derecesini arttırdığını ve ilişki doyumunu güçlendirdiğini belirtmektedirler (Clark ve Lemay, 2010). Yakın ilişkide sadece bireyler arasındaki uzun vadeli değil ilk etkileşimler bile önemlidir çünkü insanın ait olma ve başkalarıyla bağlantı kurma ihtiyaçını karşılamaya yardımcı olabilmekte (Baumeister ve Leary, 1995) ve olumlu duygu hissetmesini sağlayabilmektedir (Vittengl ve Holt, 2000).

Reis ve Shaver (1988) geliştirdikleri yakın ilişki modelinde kendini açma ve partnerin kendini açmasının ilişkideki etkileşimi güçlendiren bir etken olduğunu; partnerini duyarlı ve kendi ihtiyaçlarına cevap verdiğini düşünen bireylerin kendini açma derecesinin arttığını ve bu durumun hem fiziksel hem de duygusal yakınlığı arttırdığını ve ilişki doyumunda duygusal kendini açmanın olgusal kendini açmaya göre yakınlığı olumlu yönde daha çok etkilediğini ifade etmişlerdir. Bununla birlikte kendini açma ve birbirlerinin ihtiyaçlarına duyarlı olmanın hem partnerlerin birbirlerine daha olumlu davranışlar sergilemesini hem de duygusal anlamda yakın olmasını desteklediğini belirtmişlerdir. Bu durum, çiftlerin birbirlerine değer verdiği ve değer verildiğini hissettiği bir ilişki içinde olmalarını sağlar. Ayrıca partnerlerin benlik saygılarını yükseltir, en derin duygularını paylaşmalarını sağlar ve yakınlık deneyimini kolaylaştırır (Lin, 1992; Reis ve Shaver, 1988).

REFERENCES

- Agnew, C. R., Van Lange, P. A. M., Rusbult, C. E., & Langston, C. A. (1998). Cognitive interdependence: Commitment and the mental representation of close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(4), 939–954.
- Aron, A., Aron, E. N., Tudor, M., & Nelson, G. (2004). Close relationships as including other in the self. In H. T. Reis & C. E. Rusbult (Eds.), *Close relationships: Key readings* (pp. 365–379). Taylor & Francis.
- Aron, A., Melinat, E., Aron, E. N., Vallone, R. D., & Bator, R. J. (1997). The experimen-

tal generation of interpersonal closeness: A procedure and some preliminary findings. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(4), 363–377. <https://doi.org/10.1177/0146167297234003>

- Aron, A., Norman, C. C., Aron, E. N., McKenna, C., & Heyman, R. E. (2000). Couples' shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 273–284. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.273>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Berg, J. H. (1984). Development of friendship between roommates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(2), 346–356. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.2.346>
- Berg, J. H. (1987). Responsiveness and self-disclosure. In V. J. Derlega & J. H. Berg (Eds.), *Self-disclosure: Theory, research, and therapy* (pp. 101–130). Plenum Press.
- Berscheid, E., Snyder, M., & Omoto, A. M. (2004). Measuring Closeness: The Relationship Closeness Inventory (RCI) Revisited. In D. J. Mashek & A. P. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (pp. 81–101). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Birnbaum, G. E., Reis, H. T., Mizrahi, M., Kanat-Maymon, Y., Sass, O., & Granovski-Milner, C. (2016). Intimately connected: The importance of partner responsiveness for experiencing sexual desire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 111(4), 530. <https://doi.org/10.1037/pspi0000069>.
- Canevello, A., & Crocker, J. (2010). Creating good relationships: Responsiveness, relationship quality, and interpersonal goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(1), 78–106. <https://doi.org/10.1037/a0018186>
- Clark, M. S., & Lemay, E. P., Jr. (2010). Close relationships. In S. T. Fiske, D. T. Gilbert, & G. Lindzey (Eds.), *Handbook of social psychology* (pp. 898–940). John Wiley & Sons, Inc... <https://doi.org/10.1002/9780470561119.socpsy002025>
- Collins, N. L., & Miller, L. C. (1994). Self-disclosure and liking: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 116(3), 457–475. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.3.457>
- Drigotas, S. M. (2002). The Michelangelo phenomenon and personal well-being. *Journal of Personality*, 70(1), 59–77. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00178>
- Duprez, C., Christophe, V., Rimé, B., Congard, A., & Antoine, P. (2015). Motives for the Social sharing of an emotional experience. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(6), 757–787. <https://doi.org/10.1177/0265407514548393>.
- Feeney, B. C. (2004). A Secure Base: Responsive Support of Goal Strivings and Exploration in Adult Intimate Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(5), 631–648. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.5.631>
- Fehr, B. (2008). Friendship formation. In S. Sprecher, A. Wenzel, & J. Harvey (Eds.), *Handbook of relationship initiation* (pp. 29–54). Psychology Press.
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 359(1449), 1367–1377. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>.
- Gable, S. L., Gonzaga, G. C., & Strachman, A. (2006). Will you be there for me when things go right? Supportive responses to positive event disclosures. *Journal of Personality and*

- Social Psychology*, 91(5), 904–917. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.5.904>
- Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E. A., & Asher, E. R. (2004). What Do You Do When Things Go Right? The Intrapersonal and Interpersonal Benefits of Sharing Positive Events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(2), 228–245.
- Greenberg, L. S., & Safran, J. D. (1987). *Emotion in psychotherapy: Affect, cognition, and the process of change*. Guilford Press.
- Greene, K., Derlega, V. J. and Mathews, A. (2006). Self-Disclosure in Personal Relationships. In: Vangelisti, A. and Perlman, D., Eds., *Cambridge Handbook of Personal Relationships*, Cambridge University Press, Cambridge, 409-427.
- Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2006). A multicomponent conceptualization of authenticity: Theory and research. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, Vol. 38, pp. 283–357). Elsevier Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(06\)38006-9](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(06)38006-9)
- Laurenceau, J.-P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: The importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1238–1251. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1238>
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, Vol. 32, pp. 1–62). Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(00\)80003-9](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(00)80003-9)
- Lodi-Smith, J., & DeMarree, K. G. (2018). Self-concept clarity: Perspectives on assessment, narrative self. *Journal of Personality*, 77(1), 89–124. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2018.01111.x>
- London, M. (2003). Antecedents and consequences of self-verification: Implications for individual and group development. *Human Resource Development Review*, 2(3), 273–293.
- Pasupathi, M., McLean, K. C., & Weeks, T. (2009). To tell or not to tell: Disclosure and the Regan, P. (2011). *Close relationships*. New York, NY: Taylor & Francis/Routledge.
- Reis, H. T. (1994). Domains of experience: Investigating relationship processes from three perspectives. In R. Erber & R. Gilmour (Eds.), *Theoretical frameworks for personal relationships* (pp. 87–110). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Reis, H. T. (2012). Perceived partner responsiveness as an organizing theme for the study of relationships and well-being. In L. Campbell & T. J. Loving (Eds.), *Interdisciplinary research on close relationships: The case for integration* (pp. 27–52). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/13486-002>
- Reis, H. T., & Clark, M. S. (2013). Responsiveness. In J. A. Simpson & L. Campbell (Eds.), *The Oxford handbook of close relationships* (pp. 400–423). Oxford University Press.
- Reis, H. T., & Patrick, B. C. (1996). Attachment and intimacy: Component processes. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 523–563). The Guilford Press.
- Reis, H. T., & Patrick, B. C. (1996). Attachment and intimacy: Component processes. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 523–563). The Guilford Press.
- Reis, H. T., & Patrick, B. C. (1996). Attachment and intimacy: Component processes. In E. T. Higgins, & A. Krukanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 523-563). New York: Guilford.

- Reis, H. T., & Rusbult, C. E. (Eds.). (2004). *Close relationships: Key readings*. Taylor & Francis.
- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. Duck, D. F. Hay, S. E. Hobfoll, W. Ickes, & B. M. Montgomery (Eds.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (pp. 367–389). John Wiley & Sons.
- Reis, H. T., & Wheeler, L. (1991). Studying Social Interaction with the Rochester Interaction Record. *Advances in Experimental Social Psychology*, 24(C), 269-318. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60332-9](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60332-9)
- Reis, H. T., Clark, M. S., & Holmes, J. G. (2004). Perceived Partner Responsiveness as an Organizing Construct in the Study of Intimacy and Closeness. In D. J. Mashek & A. P. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (pp. 201–225). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Rusbult, C. E., Kumashiro, M., Kubacka, K. E., & Finkel, E. J. (2009). “The part of me that you bring out”: Ideal similarity and the Michelangelo phenomenon. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(1), 61–82. <https://doi.org/10.1037/a0014016>
- Sprecher, S., & Duck, S. (1994). Sweet talk: The importance of perceived communication for romantic and friendship attraction experienced during a get-acquainted date. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(4), 391–400. <https://doi.org/10.1177/0146167294204006>.
- Vittengl, J. R., & Holt, C. S. (2000). Getting acquainted: The relationship of self-disclosure and social attraction to positive affect. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(1), 53–66. <https://doi.org/10.1177/0265407500171003>

The Importance of Self-Disclosure and Responsiveness in Couple Relationships in Terms of Intimacy: A Brief Review

Extended Abstract

Close relationship is a term that is frequently used and defined in different ways (Clark & Lemay, 2010). Berscheid, Snyder, and Omoto (2004) defined intimacy as the mutual commitment between two people. According to another definition, intimacy can be seen as the result of a series of interpersonal processes in which both partners understand, approve and care for each other (Reis & Patrick, 1996; Reis & Shaver, 1988). One of the most important factors in maintaining close relationships is partners' responsiveness to each other's desires and needs. This situation makes both partners feel that they will be protected by each other in the relationship and that they are in a safe environment (Reis, Clark, & Holmes, 2004).

Self-disclosure refers to the verbal communication of information, thoughts and feelings about oneself to another person. Reis and Shaver (1988) emphasize that emotional self-disclosure of partners in a couple relationship enhances the degree of closeness in the relationship. Disclosing partners' inner experiences to each other can help them understand themselves better and gain more clarity about their selves (Duprez et al., 2015; Lodi-Smith & Demarree, 2018; London, 2003).

The responsiveness of partners to each other's needs in a relationship is another important factor besides self-disclosure in terms of intimacy in the relationship (Regan, 2011). Responsiveness can be defined in different ways (Reis et al., 2004). The most common one is that an individual whose emotional and physical needs are met is responsive to the needs and desires of his/her partner in the same way (Berg, 1987; Miller & Berg, 1984).

According to Reis and Shaver (1988), when couples in a relationship see that their reactions to each other are understanding (accurately capturing their partner's needs, feelings and situation), affirming (validating their partner as

an accepted and valued individual) and caring (showing compassion and attention to their partner), they will become closer to each other. This closeness will allow partners to discover and expand each other's strong resources (Fredrickson, 2004).

In the close relationship model developed by Reis and Shaver (1998), self-disclosure and partner's self-disclosure is a factor that strengthens the interaction in the relationship and also they emphasized that individuals who think that their partner responds to their needs disclose themselves more. Partners' disclosure enhances both physical and emotional intimacy. It also raises partners' self-esteem, enables them to share their deepest feelings and facilitates the experience of intimacy (Lin, 1992; Reis & Shaver, 1988).

Key Words: *Close relationships, self-disclosure, responsiveness.*

“Nilüfer’in Kararı” Filminin Gerçeklik Terapisinin Temel Kavramları Açısından İncelenmesi

Analysis of the Movie “Nilüfer’s Decision” Using Reality Therapy Basic Concepts

Derya HAN¹, Servet BAYRAM²

Citation : Han,D., & Bayram, S. Nilüfer’in Kararı filminin gerçeklik terapisinin temel kavramları açısından incelenmesi. Türk Eğitim Değerlendirmeleri Dergisi, 2, x. <https://doi.org/10.xxxx>
Received : 10.08.2022
Accepted : 20.11.2022
Published : 12.25.2022
Publisher’s Note : Istanbul Medipol University stays neutral with regard to any jurisdictional claims.
Copyright : © 2022 by the authors. Submitted for possible open-access publication under the terms and conditions of the DergiPark.

ÖZ

Toplumsal gelişmelere ve olaylara sessiz kalmayan sinema, psikoloji biliminden de etkilenecek kendisine bu sektörü malzeme edinmiştir. Psikoloji bilimi de buna karşılıksız kalmayarak sinema filmlerinin içeriklerini psikolojideki kuramlar, rahatsızlıklar ve diğer öğeler etrafında analiz etmiştir. Oyuncuların karakterleri veya psikolojik özellikleri çözümleme yoluyla yorumlanarak incelenmiştir. Bu çalışmada da William Glasser’in öncüsü olduğu Gerçeklik Terapi Kuramının temel öğelerinin açıklanması için, *Nilüfer’in Kararı* isimli film incelenmiştir. Çalışmaya öncelikle Gerçeklik Terapisinin temel öğeleri olan *seçim ve sorumluluk, temel ihtiyaçlar, kalite dünyası, başarılı/başarısız kimlik ve toplam davranış* anlatılarak başlanmıştır. Filmin konusuna yer verildikten sonra karakterlerin özellikleri ve yaşadıkları olaylar, Gerçeklik Terapisi yaklaşımına göre incelenip analiz edilmiştir. Filmin ana karakteri olan Nilüfer’in

1 Yüksek Lisans Öğrencisi; İstanbul Medipol Üniversitesi; deryahan71@gmail.com;

Orcid ID: 0000-0002-1848-9292; Sorumlu Yazar

2 Prof..Dr.; İstanbul Medipol Üniversitesi; servet.bayram@medipol.edu.tr; Orcid ID: 0000-0003-4087-3669

seçimlerine, ihtiyaçlarına ve öz dünyasına bu bağlamda derinlemesine bakılmıştır. Ailesinin ve çevresinin Nilüfer'den beklentilerinin izdüşümünün onun yaşamındaki değişimi nasıl şekillendirdiği Gerçeklik Terapisi yaklaşımıyla incelenmiştir. Bu çalışmanın, Gerçeklik Terapisi felsefesinin anlaşılmasına katkı sağlayabileceği, psikolojik danışmanlık eğitimindeki öğrencilerin ve alan çalışanlarının kuramın özelliklerini somutlaştırabilmelerinde onlara yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: *Film analizi, sinema, gerçeklik terapisi, seçim, sorumluluk*

ABSTRACT

Cinema, which does not remain silent to social developments and events, has been influenced by the science of psychology and has acquired this sector as a material. Responding to this, the science of psychology analyzed the contents of movies by looking at psychological counseling theories, psychological disorders or other elements of psychology. The characters or psychological characteristics of the actors were analyzed and interpreted through analysis. In this study, the film named Nilüfer's Decision was examined in order to explain the basic elements of Reality Therapy Theory, pioneered by William Glasser. The study started by explaining the basic elements of Reality Therapy, choice and responsibility, basic needs, world of quality, successful/unsuccessful identity and total behavior. After the subject of the movie was included, the characteristics of the characters and the events they experienced were examined and analyzed according to Reality Therapy. In this context, the choices, needs and world of Nilüfer, the main character of the movie, were examined in depth. How the projection of the expectations of her family and environment from Nilüfer shaped the change in her life has been examined with the Reality Therapy Theory. It is thought that this study can contribute to the understanding of the philosophy of Reality Therapy Theory and help students in psychological counseling education to embody the features of the theory.

Keywords: *Film analysis, cinema, reality therapy, choice, responsibility*

1. Giriş

Psikolojinin ve sinemanın çalışmaları arasında yadsınmaz bir etkileşim ve aktarım vardır. Hem sinema hem psikoloji ilgilendikleri olgu olan 'insan' nedeniyle duygular, davranışlar ve düşüncelerin analizi için sürekli karşı karşıya gelmekte ve birbirinden etkilenmektedir. (Schneider, 1987). Sinema; psikoloji biliminden faydalanarak bireylerin kişilik özelliklerini, ruh halini, davranışlarını ve duygularını inceleyerek filmlerindeki karakterlerini yaratmıştır. Bu etkile-

şime cevap veren psikoloji de kendi anlatımını, gücünü ve bilim oluşunu somutlaştırmak için sinemadan yararlanmışır (Köse, 2007). Bu bağlamda psikoloji, kişilerin içsel durumlarını betimleyerek filmler aracılığı ile bir olay örgüsü içinde özel bir zaman ve mekân oluşturarak konularını ve karakterlerini işlemiştir (Çelikel, 2021). İlgili literatür incelendiğinde sinema filmlerinin psikoloji biliminden aldığı bazı başlıkların ‘rüyalar’, ‘psikolojik rahatsızlıklar’ ve ‘psikolojik durumlar’ olduğu görülmektedir. Bu başlıklardan yararlanılarak psikolojide yer alan kuramlar çerçevesinde film analizlerinin yapıldığı yurt içi çalışmalar arasında; ‘Ölü Ozanlar Derneği’ filminin Transaksiyonel Analiz (Çelikel, 2021), ‘İs-sız Adam’ filminin Gerçeklik Terapisi (Tümlü ve Acar, 2014), ‘Benden Bu Kadar’ filminin Bilişsel Davranışçı Terapi (Kaya ve Sarı, 2020), ‘İçimdeki Çocuk’ filminin Adler’in Bireysel Terapisi (Derin ve Yıldız, 2018), ‘Annem Uğruna’ filminin Virginia Satir Aile Terapisi (Durak ve Fışiloğlu, 2007), ‘Siyah Kuğu’ filminin Psikanalitik Terapi (Köksal ve Künuçen, 2021), ‘Babam ve oğlum’ filminin Çok Boyutlu Aile Terapisi (Acar ve Acar, 2013) yaklaşımlarıyla ele alındığı çalışmalar sayılabilir. Uluslararası alandaki çalışmalara bakıldığında ise; ‘Sıradan İnsanlar’(Ordinary People) filminin Aile Terapisi (Moradian, 2010), ‘Gloria’ filminin Danışan Merkezli Terapi, Gestalt Terapi ve Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi, (Barbosa, Santos, Cunha ve Gonçalves, 2015), ‘Kim Korkar Kurttan?’ (Who’s Afraid of Virginia Woolf?) filminin Analitik Terapi yaklaşımlarına göre (Falsafi, Khorashad ve Abedin, 2011) analiz edildiği görülmektedir.

İnsanı temele alan sinema sektörü; teknolojinin de gelişmesiyle birlikte bireylerin iç dünyasının keşfedilmesinde başvurulan önemli bir kaynaktır. Önemli bir kaynak olmasındaki sebep ise sinema filmlerinin bireyleri etkileyecek gücü kendisinde bulundurmasıdır. Birey film izleyerek kendisiyle baş başa kalır, kendisini ve hayatını yeniden gözden geçirir. Bu açıdan bakıldığında filmler; danışma kuramlarının ve psikoloji kavramlarının netleştirilmesinde önemli bir araçtır. Özellikle insanları anlama konusunda psikolojide geniş yer tutan kuramların bakış açısıyla filmde işlenen olayı ve karakterin ele alınması araştırmacıların dikkatini çekmektedir. Literatür incelendiğinde film analizlerinin konu edindiği birçok çalışmaya rastlamak mümkündür. Bu çalışmada da İran’ın gerçek aile yaşamından izler taşıyan ve zaman zaman Türk ve İran kültüründen ve aile yapısından benzerlikleri yansıtan bu film; Glasser’in öncüsü olduğu Gerçeklik kuramının temel kavramlarına göre analiz edilmiştir. Bu çalışmanın amacı, Gerçeklik terapisinin daha somut anlaşılmasına katkı sağlayabilmek ve bireylerin kurama has özellikleri daha iyi kavrayabilmelerini sağlamaktır. Bu sebeple araştırmada film analizinden yararlanılarak Gerçeklik terapisti yaklaşımının temel felsefesi ile kavramlarının ele alınması ve aktarılması noktasında bir öğretim aracı oluşturmak hedeflenmiştir.

2. Gerçeklik Terapisi

İnsanların duyguları, düşünceleri ve davranışları ve bunlarla ilgili her şeyden kendisinin sorumlu olduğu fikrine dayanarak William Glasser tarafından oluşturulan Gerçeklik Terapisi, felsefesini 'seçim ve sorumluluk' üzerine inşa eder. Kendimizi iyi hissetmek kadar kötü hissetmenin de eylemlerimiz sonucunda meydana geldiğini ifade eden Glasser, aynı zamanda diğer insanların davranışlarıyla ilgilenmenin gereksiz ve yanlış olduğunu, diğer insanlardan alınabilecek tek olgunun bilgi olduğunu kabul eder (Glasser,1999, s. 10). Glasser, terapiye gelen danışanların altta yatan sorunlarının benzer olduğunu bunun da hayatlarında doyum vermeyen, sağlıksız ve başarısız bir ilişki içinde olmalarından kaynaklandığı görüşündedir. Bu nedenle terapinin nihai amaçlarından biri de bireylerin anlamlı ve doyum sağlayan sağlıklı bir ilişkiye kavuşmasına yardımcı olmaktır (Corey, 2017, s. 315). Gerçeklik Terapisinin temel kavramları şunlardır:

2.1. Seçim ve sorumluluk

Seçim teorisine göre birey yaptığı her türlü eylemden kendisi sorumludur. Mutluluklar gibi mutsuzluklar da bizim seçimimizdir. Diğer bireyler yaşamımıza ne mutluluk ne de mutsuzluk katabilir. Kurama göre bizler diğer insanlardan sadece bilgi alıp verebiliriz. Alınan bu bilgi beyinde işlendikten sonra yine bireyin seçimine bırakılır (Palancı, 2004). Gerçeklik terapisinin merkezinde olan seçim ilkesine göre bireyler yaşamları boyunca nasıl davrandığı, neye karar verdiği noktasında özgürdür. İnsanlar nadiren bir şeyi yapmaya zorlanırlar ve genelde kendi seçimlerine dayalı olan kararlarıyla yaşamlarını daha iyi kontrol edebilmeleri için seçim teorisini öğrenmelidirler. Seçim teorine göre birey bir eylemi yapmaya zorlanmışsa bunun için kurban rolüne girmesine gerek yoktur. Birey yaşadığı olumsuz duygulardan kurtulmak istiyorsa en başta davranışlarını değiştirmesi gerektiğini bilmeli ve seçimlerini buna göre yapmalıdır (Kaner, 1993). Bireylerin seçimlerinin kendi elinde olduğunu ifade eden Glasser, devamında bu seçimlerin sonucundaki sorumluluğun da bireylere ait olduğunu ifade etmektedir. Terapistler, süreç esnasında danışanların yaptıklarından sorumlu olduğu gerçeğini asla gözden kaçırmamalıdır. Seçim teorisi, sorumluluğun odağını seçim yapan bireye yöneltir (Corey, 2017, ss. 338-339). Bununla birlikte birey sadece kendi eylemlerinden sorumludur. Başkalarının eylemleri ve bunların sonuçlarının sorumluluğu bireye yüklenemez. Kısacası danışanların seçimlerinin kendi elinde olduğunu fark etmesi önem kazanmaktadır (Tunç ve Acar, 2017).

2.2. Temel ihtiyaçlar

Gerçeklik terapisine göre temel ihtiyaçlar hayatta kalma, ait olma, güç/ başarı, özgürlük/bağımsızlık ve eğlence/ zevk alma olmak üzere beş tanedir:

2.2.1. Hayatta kalma ihtiyaçı

Hayatta kalma, bireylerin kendilerini dış dünyaya karşı korumalarında ve fizyolojik gereksinimlerini karşılamada en temel ihtiyaçtır. Bireylerin, dünyaya geldiklerinde hayata devam edebilmek ve bunu koruyabilmek için biyolojik olarak harekete geçebilme güçleri vardır. Bu ihtiyaç ilk olarak kendini bebeğin emme refleksi ile gösterirken daha sonrasında ise kompleks ve amaçlı davranışlara dönüşmektedir. Hayatta kalma ihtiyaçı aynı zamanda güvenliği sağlamayı da kapsayan bir ihtiyaçtır (Wubbolding, 2012, s. 347).

2.2.2. Ait olma ve sevgi ihtiyaçı

Bireylerde ortak olarak görülen bir diğer ihtiyaç da bir yere, kişiye, topluluğa ait olma veya sevme sevilme ihtiyaçıdır. Terapiye bakıldığında hayatta kalma ihtiyaçıdan sonraki en güçlü ve en temel ihtiyaçın ait olma ve sevgi ihtiyaçı olduğu kabul edilir. Bunun nedeni ise bireylerin sosyal varlık olmasıdır. Ait olma ihtiyaçı aynı zamanda terapide iki amaç için de yardımcı olur. İlk amaç danışan ve danışman arasında güçlü bir terapötik ittifakı oluşturmaktır. İkincisi ise danışanın dahil olduğu ailesi, arkadaşları ve diğerleriyle ilişki kurmasını sağlamak ve bunu koruyup sürdürme noktasında ona yardımcı olmaktır. Ait olma ve sevgi ihtiyaçı bir yandan da bireylerin ruh sağlığını koruyup yaşamlarına daha iyi devam edebilmeleri için diğer bireylerle duygusal bir bağ kurmaları açısından da gereklidir (Wubbolding, 2012, s. 347).

2.2.3. Güç ihtiyaçı

İnsana özgü bir özelliktir. Hayvanlarda olan ‘güç’ daha çok tehdit edilmeleri karşılığında kendilerini koruma veya ava çıktıklarında saldırganlaşma şeklindedir. Bu güç ilk basamak olan ‘hayatta kalma’ ihtiyaçı ile iç içedir. Ancak bu ihtiyaç insanlarda bireyin elinde bulundurduğu gücü kontrol altında tutma, ilişkilerinde baskın olan taraf olma ve bundan haz almayla yakından ilişkilidir. Kazanmak, başarılı olmak, işleri kendi isteği doğrultusunda yürütmek ve başkalarını yönlendirmek insana özgü olan gücün dış dünyaya olan yansımasıdır. Bu nedenle Gerçeklik terapisinde yürütülen bu süreçte danışmanın ve danışanın amaçlarından biri de her zaman son sözü söylemeden önce sakin kalabilmek ve karşı tarafı dinlemeyi öğrenmek şeklinde oluşmaktadır (Glasser, 1999, ss. 40-42).

2.2.4. Özgürlük ihtiyacı

Güç ihtiyacı ile paralel olan özgürlük ihtiyacını Glasser; “Başkasının sana yapmalarından hoşnut olacağın davranışları yapmada sorun yoktur ancak kendine yapılmasından hoşnut olmayacağın bir davranışı da başkalarına yapmaman gerekir.” diye özetlemiştir. Özgürlüğün düşmanı olarak nitelendirdiği dış kontrol, insanın doğasına aykırıdır çünkü insan kendi alanını oluşturmayı ihtiyaç haline getiren varlıktır. Aynı zamanda birey dış dünyanın ve diğerlerinin gücünü kendi alanı ve özgürlüğü için bir tehdit olarak algıladığında kaygı durumu yaşayabilmektedir. Bu nedenle özgürlük başta güç ihtiyacı olmak üzere diğer ihtiyaçlarla iç içedir (Glasser, 1999, ss. 42-43).

2.2.5. Eğlence ihtiyacı

Glasser, eğlence ihtiyacının insanların genetiğine kodlanmasıyla yerleşik hale geldiğini ve öğrenme ile devam ettiğini ileri sürmektedir. Eğlenmenin son bulması ise artık öğrenmenin olmadığı anlamına gelmektedir. Bireyler, birer yetişkin olduklarında ilişki kurmaları daha da güçleşmektedir. Bu nedenle bir ilişkiyi başlatmak ve bu ilişkiyi sürdürmenin yolu eğlenceden geçmektedir. Gerçeklik terapisinin felsefesinde uzun vadeli bir ilişkide tarafların birbirinden eğlenmeyi öğrenmesi böylelikle ilişkiden doyum alması kilit nokta olarak görülür. Bir ilişki kötüye doğru yol aldığı anda tarafların kaybedeceği şeylerin başında, eğlenme hissi ve ihtiyacı gelmektedir. Aynı zamanda eğlenme ihtiyacının karşılanmasında birçok yolun olması ve buna engel olacak insanların az olması nedenleriyle bu ihtiyaç kolay elde edilebilecek ihtiyaçların başında gelmektedir (Glasser, 1999, ss. 43-44).

2.3. Kalite dünyası

Bireylerin çevresiyle etkileşime geçtikçe genişleyen, kendisine ait olan düşüncelerini, inançlarını ve isteklerini barındırdığı yapıya, kalite dünyası denilmektedir. Kalite dünyası doğuştan olup burada yer alan resimler biricik ve bireye özgüdür. Gerçeklik terapisine göre beş ihtiyaç vardır ve bu beş ihtiyaç kalite dünyasında yer alan bireylerle ve olaylarla eşleşir. Birey kalite dünyasında yer alan kişilerden biriyle, ait olma/sevgi ihtiyacını karşılayabilir ya da birlikte zevk alacağı bir faaliyette bulunarak eğlence ihtiyacını giderebilir (Wubbolding, 2017, ss. 11-12). Bu beş ihtiyacın belirli düzeyde karşılanması her insan için gereklidir aksi takdirde bu beş temel ihtiyaçtan biri (veya daha fazlası) tükendiğinde, bireyin yaşamı ve kalite dünyası dengesiz hale gelir (Joyce, Di-Giangi, ve Norman, 2021, s. 18). Kişinin kalite dünyasına ait olan resimler bazı durumlarda net olmayabilir. Bu durumda Gerçeklik terapistinin sorumluluğu, danışanının bu belirsiz ve bulanık olan resimlerini netleştirmesine yardımcı

olmak ve kalite dünyasını iyi hale getirmektir. Bazen de danışanların kalite dünyasına yönelik istekleri çatışmaya sebep olabilir. Örneğin duygusal ilişkisini sağlam temellere oturtmak isteyen bir danışanın aşırı alkol kullanımı ile eğlendiğini söylemesi neredeyse her zaman onun ilişiklisini iyileştirme isteği ile çatışır. Bu nedenle danışanların gerçekten ne istediklerini belirlemesi ve bunun için neler yapması konusunda sağlam adımlar planlaması oldukça önem kazanmaktadır (Wubbolding, 2017, ss. 11-12).

2.4. Başarılı ve başarısız kimlik

Gerçeklik terapisinin üzerinde durduğu bir diğer konu da 'başarılı ve başarısız kimlik' durumudur. Glasser' göre başarılı kimlik geliştiren birey, ait olma ihtiyacını karşılayan kişilerle bir arada olur, böylelikle kendisini güvenceye alır. Kuramın üzerinde en fazla durduğu kavram olan *seçim ve sorumluluk* da yine başarılı ve başarısız kimlik gelişiminde ayırıcı bir noktadır. Başarılı kimlik sahibi kişi ne istediğini bilen, buna göre adımlarını atan ve sonunda karşılaştıklarının sorumluluğunu alan kişidir. Başarısız kimlik geliştiren kişi ise yaşamında aldığı kararların ve yaptığı seçimlerin sonuçlarından kaçan, sorumluluk almayan ve bunları dışsallaştıran bireylerdir. Bireylerin temel ihtiyaçlarıyla yakından ilgili olan başarılı ve başarısız kimlik için sevme-ait olma ihtiyacı belirleyici bir role sahiptir. Başarısız kimliğe sahip kişiler sevme, kendini iyi hissetme, değerli görme ve güvende hissetme konusunda sıkıntı yaşarlar. Yaşadıkları bu sıkıntı, başarısız kimliğe bürünmelerine sebep olduğu için terapinin amaçlarından biri de danışanların başarılı kimlik geliştirmelerine yardımcı olmaktır (Palancı,2004).

2.5. Toplam davranış

Davranış, düşünme, hissetme ve fizyolojiden oluşan toplam davranış için Glasser; davranışların seçime dayalı olduğunu, bireylerin davranışta bulunma ve düşünme üzerinde doğrudan bir etkisi ve kontrolü olduğunu, duygular ve fizyoloji üzerinde ise ancak dolaylı yoldan kontrolünün olduğunu ifade etmektedir. Glasser bu dört bileşeni, bir arabanın dört tekerliği üzerinden somutlaştırmıştır. Bireyin temel ihtiyaçları olan hayatta kalma, ait olma, güç, özgürlük ve eğlence tıpkı insana güç veren arabanın motorudur. Direksiyon ise bireyin isteklerini, seçimlerini belirler. Arabanın arka tekerlekleri duygular ve fizyolojidir bu kısım üzerinde bireyin etkisi ön tekerlekleri oluşturan davranış ve düşünmeden daha azdır. Arabanın ön tekerlekleri yönü belirleyen temel etkidir ve seçim kuramına göre duygularımızı ve fizyolojimizi davranış ve düşüncelerden ayrı konumlandırmak ve değiştirmek daha zordur. Glasser'a göre, davranışı değiştirmenin yolu, duygularımızı ve fizyolojik tepkilerimizi değiştirecek olan davranış ile düşüncemizi değiştirmeyi seçmekten geçmektedir (Seligman ve Reichenberg,

2007, ss. 373-374). Gerçeklik kuramı özellikle sorundan bağımsız olarak, ilk olarak eylemleri değiştirmeye inanır; çünkü düşünceler eylemleri takip edecektir. Sonrasında hislerde ve fizyolojide değişiklikler olur. Bu durum tıpkı arabanın arka tekerleklerinin, ön tekerleklerinin yönünü takip etmesine benzemektedir. Kurama göre eylemin değişmesiyle yavaş yavaş toplam davranış değişmektedir. Diğer bilişsel yaklaşımlar gibi duygular ve hisler ikincil olarak kabul edilir. Duyguların ele alınması arabanın gösterge panelindeki ışıklara benzetilir. Duygular ve hisler sağlıklı veya sağlıklı bir yaşam yönünü gösterir. Düşüncelere ve davranışlara yapılan bu vurgu, Gerçeklik terapisini bilişsel-davranışçı kuramlara yaklaştırmaktadır (Seligman ve Reichenberg, 2007, ss. 373-374).

3. Araştırma Yöntemi

Bu çalışma, Behnam Behzadi senaryo yönetmenliğini üstlendiği 2016'da vizyona giren Nilüfer'in Kararı filminin Gerçeklik terapisi temel alınarak analiz edildiği betimsel bir çalışmadır. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden biri olan doküman analizi kullanılmıştır. Nitel araştırmada önemli bir veri olan dokümanlar araştırmacıların başvurduğu kaynaklar arasındadır. Doküman analizi ise araştırılması amaçlanan konu ve olayların içeriğini oluşturan ve bunların detaylı bir şekilde incelenmesidir. Doküman analizde yararlanılan kaynaklar arasında kitaplar, filmler, videolar ve fotoğraflar yer almaktadır (Şimşek ve Yıldırım, 2016). Bu çalışmada ise doküman analizi aracı olarak *film* kullanılmıştır.

4. İşlem

Çalışmaya ilk olarak Gerçeklik Terapisini yansıtacak, yaklaşımın temel kavramlarını kapsayacak filmin seçilmesiyle başlanmıştır. Film seçimi sırasında öncelikle Gerçeklik terapisi yaklaşımını ele alan yönetmenler ve filmleri listelenmiştir. Özellikle İran sinemasının tarihsel süreçteki gelişimi ile ilgili literatür incelenmiştir. Gerçeklik terapisini anlatacak filmin İran sinemasından seçilmesindeki sebeplerinden en önemlisi İran sinemasının içeriğini hayatın içinden almasıdır. İran Devriminden sonra ülkede yaşanan olaylar ve değişimler sinema sektörünü de etkilemiştir. Devrimden sonra İran filmi; yerel değerlerden ve kültürden beslenerek evrenselleşen bir yapıya dönüşmüştür. İran filmlerine bakıldığında aksiyon ve gerilimin aksine daha durgun hayatın içinden ve 'gerçekçi bir temponun' yansıtıldığı temalar söz konusudur. Hayatın ritminin belgesel dönüştürüldüğü İran filmlerinin bu açıdan Gerçeklik terapisinden izler taşıdığı söylenebilir (Uğur, 2017). Bu değerlendirmelerin sonucunda 'Nilüfer'in Kararı' filminin başrol Nilüfer'in etrafında yaşamını konu alması ve Gerçeklik Terapisi yaklaşımının temel felsefesi ve kavramlarının birçoğunu kapsamaması sebebiyle incelenmesi uygun görülmüştür. Filmin analizinden önce Gerçeklik terapisi ile ilgili literatür incelenmiş ve gerekli okumalar yapılmıştır.

Ardından başlıklar oluşturulmuştur ve bu başlıklara göre film izlenmiş, filmdeki sahnelerin hangi kavramla ilişkili olduğu bulunmuş, bu sahnelerin dakikaları ayrı ayrı not edilmiş ve son olarak, ele alınan sahnelerin bu kavramlar doğrultusunda derinlemesine analizine yer verilmiştir.

5. Bulgular

Senaryosu ve yönetmenliğini Behnam Behzadi' ye ait olan 2016 yılı İran yapımı olan film, İngilizceye *Inversion* olarak çevrilmiştir. Bu film, 2016 Gijón Uluslararası Film Festivali'nde en iyi film olarak aday gösterilmiştir. Yine aynı yıl, 2016 Cannes Film Festivali'nde yönetmeni Behnam Behzadi, Belirli Bir Bakış Ödülüne layık görülmüştür (IMDB, 2016).

Glasser; kuramında seçim ve sorumluluk, temel ihtiyaçlar, kalite dünyası, başarılı/başarısız kimlik ve toplam davranış gibi kavramları vurgular. Aşağıdaki tabloda bu kavramlarla ilişkili olan sahneler yer almaktadır. Bu sahnelerin filmdeki gösterim yerleri ve ilgili oldukları temel kavramlar Tablo 1'deki gibidir. Tabloda Gerçeklik Terapisine yönelik olarak birçok kavramın filmin çeşitli sahnelerinde sergilendiği görülmektedir.

Tablo 1. Gerçeklik Terapisi Yaklaşımındaki Kavramlarla İlişkili Sahneler ve Filmdeki Gösterim Yerleri

Sahne	Temel Kavram	Filmdeki Gösterim Yeri
1	Seçim ve sorumluluk	12.10-12.18
2	Seçim ve sorumluluk	15.10-17.00
3	Seçim ve sorumluluk	19.17-20.14
4	Seçim ve sorumluluk	22.30-24.40
5	Seçim ve sorumluluk	25.20-25.30
6	Kalite dünyası	40.11-43.22
8	Ait olma ve eğlence ihtiyacı	01.00-02.15
9	Hayatta kalma ve ait olma ihtiyacı	03.20-05.50
10	Güç ve özgürlük ihtiyacı	54.35-56.10
11	Hayatta kalmave güç ihtiyacı	50.00-53.30
12	Başarılı - Başarısız Kimlik	56.50-59.20
13	Başarılı - Başarısız Kimlik	56.50-59.20
14	Başarılı - Başarısız Kimlik	01.04.40- 01.07.30
15	Toplam Davranış	12.45-13.25
16	Toplam Davranış	17.15-17.50
17	Toplam Davranış	21.55-22.55

5.1. Filmin konusu

Nilüfer küçüklüğünden beri babasının yanında öğrendiği terzi mesleğini yaparak yaşamını geçiren, babasının ölümünden sonra miras kalan dükkânlarını kendi başına işleten, ayakları üstünde durmaya çalışan ve bir yandan da yaşlı annesine bakan bekâr bir kadındır. Nilüfer, günlerini hayatın koşturmacası ile geçirirken çocukluk arkadaşı olan Süheyl ile yıllar sonra tekrar karşılaşmıştır. Bu karşılaşma ile birbirlerine karşı duydukları hisler ortaya çıkmıştır. Hayatını güzel görmeye başlayan Nilüfer bu sırada bir telefon ile sarsılır. Tahran'ın kirli havası nedeniyle Nilüfer'in annesinin sağlığı bozulmuş ve doktoru sağlık durumunun daha da kötüleşmemesi için artık ülkenin kuzeyinde yaşaması gerektiğini belirtmiştir. Doktorun uyarıları üzerine Nilüfer abisi Ferhat ve ablası Hüma ile karşı karşıya gelir. Nilüfer bir yandan abisi ve ablasının baskılarını bertaraf etmek isterken bir yandan da annesine ne olacağı konusunda çaresiz hissetmektedir. Bununla birlikte yıllarını verdiği işi, dükkânı ve yıllar sonra bulunduğu aşkı karşısında da köşeye sıkışmış bir durumdadır. Nilüfer'in Kararı filminin, Gerçeklik kuramının temel kavramlarıyla ilişkilendirilerek incelenmesi şu şekilde yapılabilir:

5.2. Seçim ve sorumluluk

Nilüfer'in Kararı filminde Gerçeklik terapisinin ana kavramı olan *seçim ve sorumluluğa* fazlasıyla yer verilmiştir. Film, annelerinin hastalığı için İran'ın kuzeyine gitme zorunluğunun ortaya çıkması ve bunun üç kardeş arasında çatışmaya sebep olması ile başlar. Kardeşlerden Ferhad ve Hüma düzenlerinin ve ailelerinin Tahran'da olması nedeniyle annelerine bakamayacaklarını söylerler. Film; Nilüfer'in bekâr ve en küçük olması nedeniyle annesi ile yeni bir şehirde yaşaması noktasında en uygun kişi olarak görülmesi üzerine ilerlemektedir. Ferhad ve Hüma bir ittifak içerisine girerek kardeşleri Nilüfer'e baskı yaparak annelerine bakmasını isterler. Annesine oldukça düşkün olan Nilüfer, kardeşlerinin evlerinden ayrılmasından sonra zaten annesinin bakımını üstüne almış ve annesinin durumunun ciddileşmesinden sonra iki kardeşin sorumluluklarını üstüne yıkmaları ile mücadele etmiş ve kendi hayalleri arasında çatışma yaşamıştır. Filmde Ferhat annesinin durumunun ciddileşip hastaneye kaldırılmasıyla olanlardan kardeşi Nilüfer'i suçlu bulmuştur. Oysa Ferhat, annesinin bakımını tamamen Nilüfer'e bırakıp sorumluluk almak istememiştir. Annelerinin hastaneye kaldırılmasından sonra doktor ile görüşen Ferhad, Hüma ve Nilüfer; annelerinin durumunun kötüleşmesine sebep oldukları ve daha öncesinde de Tahran'dan ayrılmaları hususunda uyarılarını dikkate almamaları nedeniyle ikaz edilir. Bunun üzerine Ferhat ve Hüma annelerinin söz dinlemediğini, sürekli oksijen tüpü olmadan dışarı çıkmaya

çalıştığını söyleyerek yine sorumluluğu dışsallaştırırlar. Bunun üzerine doktor annelerinin birkaç gün içerisinde taburcu olacağı için artık Tahran'dan uzaklaşması gerektiği ve bu konuda hızlı davranmaları yönünde uyarır. İlerleyen dakikalarda annelerine refakatçi olma konusunda Hüma ve Ferhad birlikte hareket ederek burada kalabalık yapmalarının gereksiz olduğunu dile getirerek Nilüfer'in düşüncesi ve iznini almadan hastaneden ayrılarak onu yalnız bırakırlar. Ertesi gün Nilüfer bir yandan annesi ile tak başına ilgilenirken bir yandan da tekstil dükkânının sorunlarıyla ilgilenmektedir. Bu sırada Hüma ve Ferhad bir araya gelerek annesi ve Nilüfer'in nerede yaşamalarının uygun olacağı konusunda toplantı yaparlar. Hüma toplantı sırasında eşiyile olan yazlıklarının uygun olduğunu söyleyerek bir anlamda vicdanı sorumluluğunu azaltma yolunu bulur. Nilüfer, abisi ve ablasının bu emrivaki tavırlarıyla olan düşüncelerini ve annesinin bakımı ile olan aldıkları kararı kabul etmiş olup başka yolun da olmadığını ifade etmektedir. Filmin ilerleyen sahnelerinin birinde Ferhad'ın borçlarının ödenme zamanı gelmiştir ve yine Nilüfer'i yıkacak başka bir karar alınır. Ferhad, borcunun ödenmesi için Nilüfer'in işlettiği tekstil dükkânını alacaklıya verir. Bu konuda da Ferhad'a destek çıkan Hüma, Nilüfer için en iyisinin bu olduğunu hem çalışmak zorunda kalmayacağını hem de köşede birikmiş parası olacağını dile getirerek yine danışmadan, düşünmeden Nilüfer adına karar alırlar. Nilüfer için artık taşma noktası olan bu durum, abisi ile hesaplaşmasını gerektirir. Abisi ile karşı karşıya gelen Nilüfer, dükkânın elinden alınması ve annesi ile yeni bir şehre taşınma noktasında fikrinin alınmadığını söyler. Nilüfer kocası ve çocuğu yok denilerek annesi ile ilgilenmesi gereken kişinin kendisi olması gerektiği düşüncesine karşı çıkarak bu sorumluluğun paylaşılması gerektiğini bu nedenle herkesin on gün arayla annelerine bakmak için üstüne düşeni yapmalarını söyler. Nilüfer'in bu çıkışı ile şaşırان Ferhad ve Hüma köşeye sıkışmış bir halde yeni bir çözüm için bir araya gelirler.

5.3. Kalite Dünyası

Kalite dünyası bireye özgüdür bu nedenle bireylerin özellikleri ve değer anlayışları zaman zaman çatışma yaratabilir. Nilüfer'in fedakâr bir tutum sergileyerek sonunda annesiyle gitmesi ve yaşadığı şehri geride bırakırken abisi ile ablasından farklı bir inanca sahip olması onları Nilüfer ile karşı karşıya getirerek kalite dünyalarının çatışmasına sebep olmuştur. Durum o kadar ileri bir boyut kazanmıştır ki filmin sahnelerinin birinde abla Hüma, Nilüfer'in annelerine dönüşümlü olarak bakmayla ilgili almış olduğu karardan geri adım atması halinde onu mirasa ortak olduğu evlerinden kovmak ile tehdit etmiştir. Bununla da kalmayarak ailesine yakışmayacak davranışlarda bulunmakla suçlayarak onu kalite dünyasında yeni bir imaja büründürmüştür Önceden kalite

dünyalarında birbirlerine karşı olumlu ve yapıcı olan bu kardeşlerden özellikle Hüma ve Ferhad kardeşleri Nilüfer'e karşı artık bir kriz durumunda anlayışsız, bencil ve sorumluluktan kaçan insanlar haline dönmüşlerdir.

5.4. Temel ihtiyaçlar

Gerçeklik terapisine göre temel ihtiyaçlar beş tanedir: hayatta kalma, ait olma, güç/başarı, özgürlük/bağımsızlık ve eğlence/zevk almaktır. Bu beş ihtiyaçtan hayatta kalmaya bakıldığında doktorun annelerinin ciğerlerinin kötü olmaması için havası temiz bir yere gitmesi gerektiğini söylemesi, Ferhad ve Nilüfer'in bir iş sahibi olup çalışmaya devam etmeleri örnek verilebilir. Filmde oldukça yer alan ve aynı zamanda Gerçeklik terapisinde de en önemli öğelerden biri olan 'ait olma/ sevme sevilme' ihtiyacına bakıldığında Nilüfer'in annesine yıllarca bakması, onun ihtiyaçlarını karşılaması, yeğeni Saba'ya olan sevgisi onun da teyzesine olan sevgisi bu ihtiyacı ortaya koymaktadır. Annelerinin rahatsızlığı ve şehirden taşınma durumu ortaya çıkana kadar birbirlerini seven bir görünüm taşıyan üç kardeş 'güç ve özgürlük' ihtiyacı devreye girdiğinde çatışmaya neden olmuştur. Gerçeklik kuramına göre bireyler yaşamlarının her anında olmasa bile bazı kararlar alırken, seçimler yaparken ve hayatlarına yön verirken özgür olmak isterler. Ancak filme dönüldüğünde Nilüfer'in seçimleri, istekleri ve kararları hep elinden alınmıştır. Nerede yaşayacağı, ne yapacağı, hangi işle uğraşacağı hep abisi ve ablasının kendi aralarında konuşup karara bağladıkları seçimler ile olmuştur. Duruma abi Ferhad ve abla Hüma açısından bakıldığında annelerinin yaşamı hakkında bir sorumluluk ortaya çıktığında yaşayıp düzen kurdukları yer olan Tahran'dan ayrılma fikri ve bunun vicdani sorumluluğu kendi özgürlük alanlarını tehdit etmeye başlayınca elinde bulundurdıkları 'güç olan' abi ve abla kimliklerine bürünerek Nilüfer'i baskı altında tutmaya çalışmaktadırlar. Özgürlük ihtiyacı için William Glasser; "Özgürlük ihtiyacının bireyin elinden alınması ve ihtiyacın tehdit altında olduğunu gördüğümüzde bizleri daha çok ilgilendirmeye başlamaktadır." der. İnsanların yaşamlarında özgürlüklerinin kısıtlanması, tehdit edilmeleri ve özgürlük için endişesinin nasıl arttığına dair örnekler ve mücadeleler oldukça fazladır (Flanagan ve Flanagan, 2007, s.304). Filmin ilerleyen dakikalarında abla Hüma ve abi Ferhad'ın Nilüfer'e danışmadan hayatın hakkında kararlar alması ve buna zorlamaları Nilüfer'in özgürlük ihtiyacını kısıtlamaya başlamaktadır. Bunun üstüne geçim kaynağı olan dükkanının elinden alınması Nilüfer için artık dayanamayacak bir nokta olur ve bu duruma karşı çıkar. Kendi güç ve özgürlük ihtiyacını kullanarak abisine ve ablasına dönüşümlü olarak annelerinin yanında kalınmasının adaletli olacağını ve sorumluluğun herkesin üstünde olduğunu söyleyerek karşı çıkar. Bu teklifle kendilerini köşeye sıkış-

mış hissedenden Ferhad ve Hüma, Nilüfer'in bu konuda ciddi olup olmadığını anlayamaz ve özgürlükleri için başka yollar aramaya başlar. Nilüfer'e, annesine iyi bir evlat olmadığını, annesini sevmediğini ve bencil biri olduğunu söyleyip onun 'ait olma/ sevme-sevilme' ihtiyacını sarsmaya çalışırlar. Nilüfer'in ait olma/ sevme-sevilme ihtiyacını karşılayan bir diğer kişi ise duygusal bir ilişki yaşamaya başladığı Süheyl'dir. Süheyl eşinden boşanan ve çocuğunun velayetini kendisine alan bekar bir babadır. Süheyl, ilişkilerinin başında bir çocuğu olduğu gerçeğini, velayetinin kendisinde olduğunu ondan saklamıştır çünkü Nilüfer'in kendisinden olmayan bir çocuğa bakmakla ilgili sorumluluk almayacağını ve kendisinden uzaklaşacağı fikrine kapılmıştır. Nilüfer ile ilişkileri ilerleyince daha çok tedirgin olmaya başlamış ve bunları saklamamaya karar vermiştir. Nilüfer'in olaylar karşısında güveni sarsılırken iki taraf için de sevmeye ve sevilme ve bunu sürdürme ihtiyacı tehlikeye girmiştir. Filmde dikkat çeken bir diğer durum da Nilüfer'in güç ve hayatta kalma ihtiyacı için verdiği bir mücadeledir. Nilüfer annelerine olan bakım için Tahran'dan ayrılma durumuna karşı dönüşümlü olarak ilgilenme fikri Hüma ve Ferhad açısından kabul edilmemiştir. Nilüfer'in bu durum karşısında kararlı ve kesin duruşu Ferhad ve Hüma'yı sinirlendirmiş ve ortak miras olan dükkânı ondan almışlardır. Nilüfer abisi ve ablasının bu davranışları karşısında yılmayarak yaşamını devam ettirebilmek ve kardeşlerine boyun eğmeyerek başka dükkân arayışına girmiş ve hayatına yeni bir sayfa açmıştır. Tüm bunlar Nilüfer için özgürlük ve hayatta kalma ihtiyacına verdiği önemin işaretleri olarak kabul edilebilir.

5.5. Başarılı-başarısız kimlik

Bireylerin sosyal bir varlık olmaları nedeniyle bir kimlik oluşturmaları gerekmektedir. Bu kimlik bazen olumlu davranış ve özelliklerle çevrili iken bazen de bireye ve yaşamına zarar veren davranışlar ve özelliklerle de çevrili olabilmektedir. Bir kimliğe sahip olmanın gerekliliği sorumluluğu da beraberinde getirir. Çünkü sonucun kendi eylemleri ile gerçekleştiğini fark eden birey, sorumluluğun da kendisinde olacağını görecektir. Gerçeklik terapisine göre iki tür kimlik vardır; başarılı ve başarısız kimlik. Başarılı kimlik davranışın sorumluluğunu üstüne alan ve gerçekliği çarpıtmadan kabul edebilen kişileri işaret ederken başarısız kimlik ise eylemlerinin sonuçlarını dışsallaştıran ve gerçeği inkâr eden kişileri gösterir (Kaner, 1993, ss. 574-575). Bu açıdan filmi incelediğimizde Nilüfer'in başarılı bir kimliğe sahip olduğu düşünülmektedir. Ailesi, işi ve özel hayatındaki olaylara yönelik seçimlerde bulunurken bunların sonuçlarını kabul etmekte ve gereken sorumluluğu almaktadır. Ferhad ve Hüma'ya bakıldığında ise annesi ile ilgili sorumlulukları kardeşleri Nilüfer'e yıkarak bu konuda herhangi bir sorumluluk almamaktadır. Nilüfer başarılı bir kimlik ge-

liştirmek için beş ihtiyaını karşılayabilecek adımlar atarken Ferhad ve Hüma ihtiyaınların karşılanmasını engellemeye çalışmaktadır. Ferhad ve Hüma beş ihtiyaıtan güç ve hayatta kalma ihtiyaını ön plana alan bir yaşam sürmektedir. Onlara göre ait olma-sevme ihtiyaı ve eğlence ihtiyaı geri planda durmaktadır. Bu durum da onları başarılı kimliğe ulaşmaktan alıkoymaktadır. Çünkü başarılı kimliğin inşası bu beş ihtiyaının sağlıklı bir şekilde giderilmesine, gelişme gücüne ve işlevsel bir sosyalliğe bağlıdır.

5.6. Toplam davranış

Toplam davranış terimi, bireylerin davranışının çok boyutlu doğasını anlamakta ve vurgulamaktadır. Buna göre davranışlar dört bileşenden oluşur; hareket etme, düşünme, hissetme ve fizyoloji. Filme dönüldüğünde Nilüfer, abisi ve ablasının baskı kurması sonucunda kendisini yorgun, çaresiz ve öfkeli hissetmektedir. Nilüfer'in ablası ve abisi farklı düşünce ve seçimlerde bulunmaktadır bu nedenle Nilüfer'i son ana kadar annesi ile Tahran'dan ayrılmaya zorlamıştır. Gerçeklik Terapisi yaklaşımına göre duygular davranışlardan ve düşüncelerden bağımsız değildir (Murdock, 2017, ss. 359-360). Bu açıdan filme bakıldığında Nilüfer, abisi ve ablasının annelerine bakması gereken kişinin kendisi olduğuna dair söylemlerine dayanamamış ve sorumluluktan kaçmalarına 'dur' diyerek kendisinin de özel bir hayatı olduğunu anlatmaya çalışmıştır. Ancak bunun sonucunda da annesine ne olacağı konusunda endişeye kapılmış, abisi ve ablasının kendisini anlaması noktasında beklentiye girmiştir. Filmin başka bir sahnesinde Nilüfer'in çocukluk arkadaşı olan ve duygusal bir ilişki yaşamaya başladığı Süheyl çocuğunun velayeti konusunda Nilüfer'e açık davranmaması ama zaman geıtikçe artık saklayamayacağını hissetmesi karşısında tedirginlik yaşamıştır. Nilüfer'in bunu öğrenmesi sonrasında onu tekrardan kendisine inanması, güvenmesi ve dinlemesi için girişimlerde bulunmuştur. Nilüfer'i kaybetme korkusu yaşamıştır.

6. Tartışma ve Sonuç

Gerçeklik terapisi, esas olarak bireylerin seçimleri ve sorumlulukları üzerinde duran bir psikoloji yaklaşımıdır. Bireylerin, çevrelerindeki diğer insanlara karşı zarar vermeden kendi seçimlerinin 'iradeye' dayalı olduğunu fark etmesi ve bunu kabul etmesi başarılı kimlik geliştirmede anahtar unsurdur. Bu unsurun bireyin gelişimine katkı vermesine devam etmesi ise ihtiyaınların doyurulmasına bağlıdır. İlk ihtiyaç olan *hayatta kalma* fizyolojik gereksinim olarak kabul edilirken diğer dört ihtiyaç psikolojik gereksinim olarak kabul edilmektedir. Bu ihtiyaılardan özellikle *ait olma ve sevgi ihtiyaı* ayrı bir öneme sahiptir çünkü Gerçeklik kuramına göre bireylerin terapiye gelmelerindeki en büyük sorun yaşamlarında doyum verici sağlıklı bir ilişkinin kurulamamasından kaynaklanmaktadır.

Gerçeklik terapisinde önemli bir diğer isim olan Wubbolding'e göre bireylerin sergiledikleri davranışlar aynı zamanda kullandıkları dili ifade eder. Bunun anlamı ise bireyin davranışlarının aslında çevreye ne mesaj verdiğini göstermesidir. Davranışın amacı istenileni elde etmek için dış dünyayı etkilemektir (Corey, 2015, s. 399). Filme dönüldüğünde Nilüfer'in, Hüma'nın ve Ferhad'ın davranışları ayrı birer dildir. Hüma ve Ferhad birlikte hareket ederek kardeşleri Nilüfer üzerinde baskı kurmaya çalışırken Nilüfer ise özsaygısını koruyarak kardeşlerine karşı durmaktadır. Nilüfer'in bu şekilde davranarak kardeşlerine verdiği mesaj ise bir 'sınırının' ve bir 'kimliğinin' olduğudur. Gerçeklik kuramında önemli bir diğer husus da seçimlerin bireyleri rahatsız hissettirmesinin nedeni bireylerin giderilmeyen ihtiyaçlarının olmasıdır (Eryılmaz ve Mutlu, 2016, s. 60). Nilüfer'in Kararı filminde bu durum açıkça görülmektedir. Süheyl, Nilüfer'den bir oğlu olduğunu ve oğlunun velayetinin kendisinde olduğunu saklamayı seçmiştir. Süheyl Nilüfer ile olan ilişkisi ilerledikçe bu seçiminden endişe duymuştur çünkü böyle önemli bir konuyu sakladığı için Nilüfer ile karşılaşmış olduğu ait olma/ sevmeye-sevilme ve eğlence ihtiyacını kaybedeceğini düşünmektedir. Filmden verilebilecek bir diğer örnek de Nilüfer'in annelerine sırayla bakma önerisini sunup bu kararı almasından sonra kardeşlerinin kabul edip etmeyeceği karşısında yaşadığı gerginliktir. Çünkü kardeşlerini yakından tanıyan Nilüfer aslında bu önerisini kabul etmeyeceklerini bilmektedir ancak bu kararı almasaydı bu sefer de özgürlük ve güç ihtiyacının da elinden alınacağını farkındadır. Filmin sonunda belirsiz de olsa bu öneriyi kabul etmeyen kardeşleri karşısında Nilüfer annesi ile Tahran'dan ayrılan kişi olarak yeni bir seçim yapmaktadır. Bu seçimin arkasında oluşan endişe; onun özgürlük ve güç ihtiyacının tehlikeye girmesi olarak da görülse Nilüfer'in annesine duyduğu bağlılık baskın gelerek sevmeye ve sevilme ihtiyacını ön plana çıkarmaktadır. Bu örnek de Glasser'in Gerçeklik terapisinde belirttiği üzere sevmeye sevilme ihtiyacının diğer ihtiyaçlardan daha önemli olduğuna dair görüşünü desteklemektedir (Akpınar ve Öz, 2013).

Sinema filmlerine bakıldığında gerçeklik terapisinin temel öğelerini ve felsefesini yansıtan filmlere rastlamak mümkündür. 'Nilüfer'in Kararı' filmi de Gerçeklik terapisini yansıtan iyi örnekler arasında yer almaktadır. Böylelikle bu çalışmada da 'Nilüfer'in Kararı' filmi Gerçeklik yaklaşımının temel öğeleriyle ilişki kurularak farklı, somut bir bakış açısı kazandırılmaya çalışılmıştır. Sinema filmlerinde insanın iç dünyasını anlamaya yönelik örneklerin sunulması psikolojik danışma eğitimi ve psikolojik rahatsızlıkların öğretilmesi konusunda, faydalı olabilmektedir. Bu çalışmanın Gerçeklik terapisinin öğretilmesi ve anlaşılması noktasında alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Yaklaşımların, psikolojik rahatsızlık ve diğer birçok öğenin

bu şekilde anlatılması, incelenmesi de sinema sektörünü ve psikoloji bilimini karşılıklı olarak zenginleştirmeye devam edecektir.

Çıkar Çatışması Beyanı: Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmektedir.

KAYNAKÇA

- Acar, T. ve Acar, V. N. (2013). "Babam ve oğlum" filmi çok boyutlu aile terapisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13(1),37-53. <https://www.idealonline.com.tr/IdealOnline/pdfViewer/index.xhtml?uId=1235&ioM=Paper&preview=true&isViewer=true#pagemode=bookmarks>.
- Akpınar, O. ve Öz. S. F. (2013). Gerçeklik terapisi: özellikler, temel kavramlar, tedavi, uygulama ve değerlendirme. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(43), 1-22. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/esosder/issue/6157/82746>
- Barbosa, E, Santos, A., Cunha, C. ve Gonçalves, M. M. (2015). Narrative change in Gloria Films: comparing various processes of therapeutic innovation. *Psychotherapy Research*, 27(1), 1-13. DOI: 10.1080/10503307.2015.1072286
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları* (Ergene. T, Çev.). Mentis Yayıncılık.
- Corey, G. (2017). Reality therapy. *Theory and practice of counseling and psychotherapy*, (3rd ed.). Cengage Learning.
- Çelikel, B. (2021). Transaksiyonel analiz yaklaşımı bağlamında bir film analizi: Ölü Ozanlar Derneği. *Sosyal Sağlık Dergisi*, 1(1), 21-44. <https://www.eksentitu.org.tr/sosyalsaglik/wp-content/uploads/sites/8/2021/10/Sosyal-Saglik-C1-S1-M2-Eylul-2021.pdf>.
- Derin, S. Yıldız, Ç. Y. (2018). Adler yaklaşımı açısından "İçimdeki Çocuk" filminin analizi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 43(193), 317-335. <https://doi.org/10.15390/EB.2018.6803>
- Durak, Ş. E ve Fıfıloğlu, H. (2007), Film analizi yöntemi ile Virginia Satir Aile Terapisi yaklaşımına bir bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*,10(20), 43-62. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.3163.0482>.
- Eryılmaz, A. ve Mutlu, T. (2016). *Psikolojik danışma kuramları. Kuramdan uygulamaya bireyle psikolojik danışma* (2. Baskı). Anı Yayıncılık.
- Falsafi, P., Khorashad, S. K. ve Abedin, A. (2011). Psychological analysis of the movie "Who's Afraid of Virginia Wolf?" by using Jungian archetypes. *Social and Behavioral Sciences*, 30, 999-1002.
- Flanagan, J. S. Flanagan, S. R. (2007). Reality therapy. *Counseling and psychotherapy theories in context and practice skills, strategies, and techniques* (4th ed.). New Jersey.
- Glasser, W. (1999). *Choice theory: a new psychology of personal freedom*. Harper Collins.
- Internet Movie Database. (2016). Nilüferi'nin Kararı. https://www.imdb.com/title/tt5695764/?ref_=ttrel_rel_tt adresinden 20 Mayıs 2022 tarihinde alınmıştır.
- Joyce, L, DiGiangi, H. ve Norman, S. (2021). Trauma treatment from a choice theory/ reality therapy perspective. *The International Journal of Choice Theory and Reality Therapy: An On-Line Journal*, 40(2). 18.
- Kaner, S. (1993). Kontrol kuramı ve Gerçeklik terapisi. *Ankara Üniversitesi CBF Dergisi*, 26(2), 569-585. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000486.

- Kaya, Y ve Sarı, T. (2020). Obsesif kompulsif bozukluğun Bilişsel Davranışçı Terapi bağlamında film analizi yöntemiyle incelenmesi. *Akademik Araştırmalar*. 285-294.
- Köse, B. (2007). Panel: sinemada psikoterapistler ve psikoterapi etiği. *Türk Psikoloji Bülteni*, 13(41).1-15. <https://www.psikolog.org.tr/tr/yayinlar/dergiler/1031828/tpb134101.pdf> adresinden 10 Mayıs 2022 tarihinde alınmıştır.
- Künüçen, H.H. ve Köksal N. Y. (2021). Psikanalitik eleştiri yaklaşımı ile bir film okuması: Black Swan. *İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(2), 419-439.
- Moradian, A. M. (2010). Theories of family therapy, based on the film: "Ordinary People" (1-6). https://www.academia.edu/2436537/Theories_of_Family_Therapy_Based_on_the_film_Ordinary_People_
- Murdock, L. N. (2017). Reality therapy. *Theories of counseling and psychotherapy a case approach*, 359-360. Pearson Education.
- Palancı, M. (2004). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı problemlerini açıklama ve gidermeye yönelik Gerçeklik Terapisi oryantasyonlu bir yardım modelinin geliştirilmesi [Yayınlanmamış Doktora Tezi].Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Schneider, I. (1987). The theory and practice of movie psychiatry. *The American Journal of Psychiatry*, 144(8), 996-1002. <https://doi.org/10.1176/ajp.144.8.996>.
- Seligman, L ve Reichenberg, W. L. (2007). Reality therapy. *Theories of counseling and psychotherapy: systems, strategies and skills*. Upper Saddle River. Pearson Prentice Hall.
- Şimşek, H. ve Yıldırım, A. (2016). Doküman incelemesi. *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Tunç, E ve Acar, V. N. (2017). Bir Ayrılık (A Separation) filminin Gerçeklik terapisi öğeleri açısından incelenmesi. *Social Sciences Studies Journal*, 3(10),1257-1264.https://sssjournal.com/files/sssjournal/1323029321_8_SSS_V3_I10_ID-156.%20Emine%20TUN%C3%87%20&%20Nil%C3%BCfer%20Voltan-Acar_1257-1264.pdf.
- Tümlü, Ü. G ve Acar, V. N. (2014). İssız Adam filminin Gerçeklik Terapisine dayalı incelenmesi. *İnsan ve İnsan Dergisi*, 1(2), 62-73. <https://doi.org/10.29224/insanveinsan.279983>
- Uğur, U. (2017). İran Yeni Dalga Sineması ve Majid Majidi'nin "Cennetin Çocukları" Filmi. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 333-342. <http://dergipark.gov.tr/odusobiad>.
- Wubbolding, R. (2017). Human motivation: specifically why do people do what they do? *Reality Therapy and self-evaluation: the key to client change*. American Counseling Association, Associate Publisher.
- Wubbolding, R.E. (2012). Reality Therapy. J. Frew & M.D. Spiegler (Ed.). *Contemporary psychotherapies for a diverse world* (pp.347). Routledge.

Analysis of the Movie “Nilüfer’s Decision” Using Reality Therapy Basic Concepts

Extended Abstract

Analysis of the Movie *Inversion* in Terms of Basic Concepts of Reality Therapy based on the idea that people are responsible for their own feelings, thoughts and behaviors and everything related to them, Reality Therapy, created by William Glasser, builds its philosophy on ‘choice and responsibility’. Expressing that feeling bad as well as feeling good about ourselves comes about as a result of our actions, Glasser also accepts that it is unnecessary and wrong to deal with other people’s behaviors, and that the only thing that can be obtained from other people is information (Glasser, 1999, p.10). Glasser is of the opinion that the underlying problems of clients who come to therapy are similar, and this is due to the fact that they are in an unsatisfactory, unhealthy and unsuccessful relationship in their lives. Therefore, one of the ultimate goals of therapy is to help individuals achieve a meaningful and satisfying healthy relationship (Corey, 2017, p.315). Recognizing and accepting that their choices are based on ‘will’ without harming others around them is a key element in successful identity development. The continuation of this element to contribute to the development of the individual depends on the satisfaction of needs. The first need, survival, is accepted as the physiological need, while the other four needs are considered as psychological needs. Among these needs, especially the need for belonging and love has a special importance because, according to the reality theory, the biggest problem for individuals to come to therapy stems from the inability to establish a satisfying healthy relationship in their lives.

In this research, the Iranian-made film, which was screened and directed by Behnam Behzadi and appeared in the international screening as *Inversion*, was examined in terms of Reality Therapy. When we look at the movies, it is possible to come across movies that reflect the basic elements and philosophy of reality therapy. The movie *Inversion* is among the good examples that reflect the Reality approach. Thus, in this study, the movie *Inversion* has been tried to gain a different, concrete perspective by establishing a relationship with the basic elements of the Reality approach. Presenting examples to understand

the inner world of people in movies can be useful in teaching approaches and psychological disorders in counseling education. It is thought that this study will contribute to the field in terms of both teaching and understanding reality therapy. The research was started by giving brief theoretical information about Reality therapy, and then the research method and findings were discussed.

The film, *Inversion*, which is the subject of the research, was used as a tool and the method of the research is a descriptive study. Document analysis, one of the qualitative research methods, was used in the study. Qualitative data collection techniques such as observation, interview, document and speech analysis are generally used in qualitative research. Documents are important sources of information, especially providing data for qualitative research. Document analysis includes the examination of written tools that contain knowledge of the facts and events that are intended to be investigated. Mainly in document analysis; Books, movies, videos and photos are included. A lot of information about the research area can be obtained through document review without the need for interviews and observations. In this way, the researcher saves time and resources. It is necessary to decide which document is important and can be used as a data source by looking at the research topic. Documents such as reports, books, archive files, video and audio recordings, photographs related to the research subject should be analyzed systematically by checking their originality (Yıldırım and Şimşek, p. 188). In this study, film was used as a document analysis tool. In the findings part of the research; A table showing the minutes of the movie scenes, which includes the main concepts of reality therapy, choice and responsibility, successful-unsuccessful identity, needs, world of quality and total behavior is included. After the findings section, the subject of the film is briefly mentioned. The plot of the movie is briefly; Nilüfer's mother was hospitalized due to illness and the doctor's decision to leave the city due to air pollution in Tehran, and the conflicts that started with Nilüfer and her other two siblings. While Nilüfer wants to find a common and democratic solution together with her brother and sister in the face of her mother's illness, her brother and sister are united at the point that they are married and have an established order in Tehran, and they claim that the most appropriate person to leave the city and take care of their mother is their sister Nilüfer. In a way, sister Hüma and brother Ferhad try to put pressure on their sister Nilüfer by constantly avoiding their responsibilities and using their need for power and freedom. Feeling cornered by Nilüfer's determined and rational solution proposals, brother Ferhad and sister Hüma try to find ways to escape from their choices and responsibilities by entering into new alliances. While Nilüfer is dealing with these behaviors of her older sister and brother, she is also worried

about what will happen to her mother. Her brother and sister always stand in the way of his struggles to stay away from his identity.

Another person who influenced Nilüfer's life apart from her brother and sister is Süheyl, her childhood friend and the love she was looking for years later. Although this encounter, which took place after a long time, makes Nilüfer happy, Süheyl's hiding a great truth from Nilüfer will be a point that negatively affects their relationship. This new problem that occupies Nilüfer's mind will drag her to a dead end even more. Nilüfer, who does not know what to do after her mother, brother and sister, will start to experience economic problems in the tailoring profession, where she makes a living. In this movie, which was translated into Turkish as Nilüfer's Decision, many more details were handled and analyzed according to Reality therapy. Apart from Nilüfer, the lives of her brother Ferhad, sister Hüma and the man she loves, Süheyl, were also examined according to Reality therapy.

Aday Öğrenciler için Bir Alan Olarak Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik

Psychological Counseling and Guidance as a Field for Prospective Students

Saliha Nur YARAN¹, Emre Eren BALCI², Berinay ASİL³, Nadire Gülçin YILDIZ⁴

Citation : Yaran, S. N. , Balci, E.E. , Asil, B. , Yıldız, N. G. (2022) Aday öğrenciler için bir alan olarak psikolojik danışmanlık ve rehberlik. Türk Eğitim Değerlendirmeleri Dergisi 2, (2), 65-81
Received : 20.10.2022
Accepted : 12.11.2022
Published : 12.25.2022
Publisher's Note : Istanbul Medipol University stays neutral with regard to any jurisdictional claims.
Copyright : ©2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the DergiPark

ÖZ

Bu literatür tarama makalesinde bir alan olarak psikolojik danışmanlık ve rehberlik, psikolojik danışma ve rehberliğin çalışma alanları, bir psikolojik danışmanda olması gereken özellikler, psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanının katkıları ve karşı karşıya kaldığı zorlukları, psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında gerekli temel beceriler, Türkiye’de psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri, günümüzde psikolojik danışmanlık ve rehberlik ve okullardaki önemi, okul psikolojik danışmanın rolleri ve okullarda rehberlik hizmetlerine sistemsel yaklaşım gibi konular genel olarak konuları değerlendirilecektir. Bu bağlamda, psikolojik danışma ve rehberliği bir alan olarak aday öğrencilere tanıtmak, çalışma alanları

Saliha Nur YARAN, PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK Lisans Öğrencisi; İstanbul Medipol Üniversitesi; saliha.yaran@std.medipol.edu.tr; Orcid ID: 0000-0001-5787-1032

Emre Eren BALCI, PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK Lisans Öğrencisi; İstanbul Medipol Üniversitesi; emre.balci@std.medipol.edu.tr; Orcid ID: 0000-0002-7119-053X

Berinay ASİL, PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK Lisans Öğrencisi; İstanbul Medipol Üniversitesi; berinayasil@gmail.com; Orcid ID: 0000-0001-7018-0834

Doç. Dr. Nadire Gülçin YILDIZ, İstanbul Medipol Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ABD, İstanbul-Türkiye; ngylidiz@medipol.edu.tr;

Orcid ID: 0000-0002-5852-9658

hakkında ve diğer genel özellikleri hakkında bilgi vermek hedeflenmiştir.

Anahtar kelimeler: *psikolojik danışmanlık ve rehberlik, okul psikolojik danışmanlığı, psikolojik danışmanın rol ve sorumlulukları*

ABSTRACT

One of the first priorities for graduate and undergraduate students entering in the fields of counseling and mental health is to understand their professional roles and responsibilities. In this review, the authors aim to elaborate on some essential questions related to the counseling profession. The focus of counseling is to not only bring more clarifications to these questions but also discuss personal qualities of a professional counselor. In this paper, working areas of psychological counseling and guidance, required skills and traits of a counselor, advantages and challenges of psychological counseling and guidance, and basic skills required in the field of psychological counseling and guidance are discussed. In addition, psychological counseling and guidance services in Turkey, today's psychological counseling and guidance, the significance of guidance in schools, the roles and functions of the school counselor and the importance of a systemic approach to guidance services in schools are analyzed.

Keywords: *guidance and psychological counseling, school counselors, counselor role and responsibilities*

1. Giriş: Bir Alan Olarak Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik

Dünyada psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri günümüze kadar önemli değişimler geçirmiştir. Psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri, bireyin kendini tanıması, anlayabilmesi, problemlerini çözebilmesi, gerçekçi kararlar alabilmesi, kapasitesini kendine en uygun düzeyde geliştirebilmesi gibi hedefler taşır (Kepçeoğlu, 1994). Bununla birlikte, bireyin kendi istek ve imkânları ile toplumda kendisine uygun olan gelişim imkânları ve beklentileri tanıması ve bunları en iyi biçimde uzlaştırabilmesini içerir (Kuzgun, 1988). Çağdaş dünyanın ihtiyacı olan üretken ve mutlu bireyler olabilmeleri için gerekli niteliklere ulaşmaları amacı ile, uzmanlarca yapılan profesyonel destek hizmetlerini içeren bir deneyimdir (Seçer, Ay, Ozan, & Yılmaz, 2014).

Rehberlik, 20. yüzyılın başlarında Amerika'da ortaya çıkmıştır ve en çok da gelişme göstermiştir. Avrupa ülkelerinde bu alanda ileri düzeyde bir gelişim görülmemektedir (Bilgin, 2000). Rehberliğe ilişkin çalışmaların bu gibi psikolojik danışmanlık alanında ileri düzeylerde gelişmemiş ülkelerde daha çok, mesleki psikolojik danışmanlık biçiminde sürdürüldüğü gözlemlenmektedir. Ülkemizde ise, özellikle II. Dünya Savaşından sonra Amerika'dan esinlenerek

rehberlikten söz edilmeye başlanmıştır (Bakırcıoğlu, 1985). Geçen yüzyılın sonlarında, Amerikan toplumunda birçok düşünür, eğitimci ve vatandaş, okulların; gençleri, bütün haklarını daha iyi kullanabilecek ve savunabilecek birer psikososyal varlık olarak ve topluma katkıda bulunacak birer üretici olarak daha iyi yetişmeleri konusunda yakından ilgilenmeye başlamışlardır. Bunun sonucunda, bireysel eğitime, çocukların bio-psikososyal ihtiyaçlarına ve toplumun ihtiyaçlarına ilgi artmıştır. Okul müfredat programlarının kuru ve sığ bilgilerden kurtularak bu esaslara göre hazırlanmasına yönelik çabalar artmaya başlamıştır. Böylece Amerikan okullarında rehberlik hareketi ortaya çıkmıştır. Öğrenci ile birey olarak ilgilenen rehberlik hareketinin bir ürünü olarak da psikolojik danışma doğmuştur (Tan, 2000). 1950'li yıllarla birlikte rehberlik alanını genişletmiş, psikolojik danışma hizmetlerine daha fazla ağırlık vermek suretiyle günümüze kadar gelmeyi başarmıştır (Bilgin, 2000). Ülkemizde ise 1920-1950 yılları arası dönemde hazırlanan okul müfredat programlarında zaman zaman psikolojik danışmanlık anlayışının izlerini görmek mümkünse de Psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin Türk Milli Eğitim Sistemi'ne bilinçli olarak girmesi 1950'li yıllardan sonra gerçekleşmiştir (Tan, 1974). Bu yıllarda psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri temelde öğrencilere psikolojik danışmanlık edici faaliyetler ile başlamış, hazırlanan eğitim programlarında bireysel farklılıkların dikkate alınmasının gerekliliği üzerine vurgu yapmıştır (Tan, 2000).

1.1. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberliğin Çalışma Alanları

Psikolojik danışmanlık ve rehberlik programları mezunları göre birçok alanda çalışma imkanına sahiptir. Bireyin ilgi alanına göre ülkemizde psikolojik danışmanlar çeşitli sağlık, endüstri kurumlarında ve sosyal yardım hizmeti veren kuruluşlarda yer alırken en yaygın olarak eğitim kurumlarında yani okullarda yürütülmektedir. Bu hizmeti verenler psikolojik danışman unvanı ile mezun olunan bir lisans programını tamamlayan bireylerdir (Ültanır, 2005a, 2005b).

Ülkemizde psikolojik danışmanlık ve rehberlik programı mezunlarının büyük çoğunluğu Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullarda ve kurumlarda istihdam edilmektedir. Dolayısıyla okullardaki psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin yürütülmesi konusunda okul psikolojik danışmanlarının önemli görev ve sorumlulukları bulunmaktadır (Tagay ve Çakar, 2017). Okullarda yürütülen psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri öğrencilerin algısal, duygusal ve sosyal yönlerden gelişmesini ve öğrencilerin kendini gerçekleştirmesini amaçlamaktadır. Psikolojik danışmanlık ve rehberlik her yaştaki bireye kendilerini tanımaları, kabul etmeleri ve geliştirmeleri sürecinde gerekli yeterlilikleri ve yaşam donanımlarını kazanmaları için profesyonel kişilerce yapılan

psikolojik destek hizmetleridir (Yeşilyaprak, 2013). Bu hizmetler ise psikolojik danışma, oryantasyon, öğrenciyi tanıma, bilgi toplama ve yayma, yöneltme ve yerleştirme ve izleme olarak doğrudan hizmetlerdir. Ayrıca, kapsamlı gelişimsel rehberlik programının hazırlanması, konsültasyon, aile ve çevre ile ilişkiler ve araştırma değerlendirme olarak dolaylı hizmetler şeklinde sınıflandırılmaktadır (Yeşilyaprak, 2013). Psikolojik danışmanlık ve rehberlik çalışma alanları şu şekilde sıralanabilir:

- Özel psikolojik danışma ve psikoterapi merkezlerinde psikoterapist ve/veya psikolojik danışman olarak terapi hizmeti verip danışan görebilirler.
- Klinik psikoloji alanında uzmanlık eğitimi alan ve bu alanda yetkinlik kazanan profesyoneller kamu veya özel kurum ve kuruluşlarında, klinik psikolog unvanı ile istihdam edilebilirler.
- Devlet ve vakıf üniversitelerinde akademik personel kadrolarında ve üniversitelerin psikolojik danışma birimlerinde çalışabilirler.
- Askeri Liseler, Astsubay Meslek Yüksek Okulları, Harp Okulları, Türk Silahlı Kuvvetlerinin Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Merkezleri'nde çalışabilirler. Ayrıca, askerliklerini sıhhiye sınıfında yapan psikolojik danışmanlar, teğmen rütbesiyle, askeri birliklerin Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Merkezleri'nde çalışabilmektedirler.
- Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde, kreş, anaokulu, çocuk yuvası, etüt merkezi ve dershanelerde psikolojik danışman olarak çalışabilmektedirler.
- Aile, çocuk ve çocuk ağır mahkemelerinde kadrolu bir şekilde pedagoğ ve bilirkişi olarak ebeveyn-çocuk ilişkileri ve aile sorunları konularında incelemeler yapar; evlat edinme, velayet, boşanma, kişisel ilişki, evlenmeye izin gibi davalarda ve diğer adli vakalarda pedagoğ unvanı ile bilirkişi raporu yazarlar.
- Emniyet Genel Müdürlüğü bünyesinde bulunan polis akademisinde, Polis Meslek Yüksek Okullarının psikolojik danışma merkezlerinde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik büro amirliklerinde, çocuk şubelerinde ve büro amirliklerinde çalışabilirler.
- Kolluk kuvvetleri merkezlerinde 18 yaşından küçük olan çocukların, ifade alımı esnasında ve psikolojik rahatsızlıkları olan yetişkinlerin ifade alımı esnasında icapçı veya bilirkişi olarak görev yapabilmektedirler.
- Sosyal Hizmet ve Çocuk Esirgeme Kurumu'na bağlı olan anaokulu, yurtlar,

kreş ve toplum merkezlerinde ve aile danışmanı olarak aile danışma merkezlerinde görev alarak aile sorunlarının çözümünde etkin rol almaktadırlar.

- İŞKUR, yerel yönetimler özel şirketler, halk eğitim merkezleri, sağlık kuruluşları, işletmelerin insan kaynakları alanında, eğitim servisleri ve şirketlerde kariyer danışmanı olarak çalışabilmektedirler (Kul, 2011).

1.2. Bir Psikolojik Danışmada Olması Gerekli Özellikler

Psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında çalışan uzmanlar bazı beceri ve yetkinliklere sahiptirler. Psikolojik danışmada empati çok önemli terapötik bir koşul olarak benimsenmektedir. Empati anlayışı, tesirli bir psikolojik danışma için, günümüzdeki psikolojik danışma görüşlerinin çoğunda önemli olarak görülmekte, bazı görüşlerde ise psikolojik danışma sürecinin bireyler için önemli olduğunu ve gerekli koşullarından biri olduğu kabul görmüştür (Kepçeoğlu, 1992). Ayrıca psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında çalışan bir bireyin karar verme davranışına sahip olması da psikolojik danışmanlık ve rehberlik sürecinin önemli bir misyonu olarak görülmektedir. Psikolojik danışmanlık ve rehberlik, bireyin gerçekçi kararlar vermesi için uzman kişiler tarafından yapılan psikolojik bir yardım süreci olarak tanımlanabilmektedir (Kepçeoğlu, 1992). Yapılan bir araştırmada, okul psikolojik danışmanlarına psikolojik danışmanlık ve rehberlik sürecinde ihtiyaç duydukları ve sahip olmaları gereken bilgi, beceriler ve özellikler ile ilgili fikirleri sorulmuştur. Sonuç olarak, okul psikolojik danışmanları etkin dinleme becerileri, koşulsuz kabul ve saygı, iletişim becerisi, sabırlı ve yardımsever olmak, psikolojik danışma becerileri-empati, içten ve saydam olmak, kendine güven, iş birliği, yeniliğe açık olmak, mesleği sevmek, deneyim, güvenilir olmak, mizah yeteneği, kişisel farkındalık-anlayış, nesnel olmak, planlı programlı çalışmak, gelişim psikolojisi bilgisi olarak belirtmişlerdir (Tagay ve Çakar, 2017).

1.3. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Alanının Zorlukları

Psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanı her alanda olduğu gibi birçok zorluklarla da karşı karşıyadır. Modern yaşamın ihtiyaçları doğrultusunda şekillenen bir meslek olarak, diğer bir deyişle bilimsel bakış açısı ile geleneksel mesleklerin dışında yeni bir alandır. Bu nedenle de gittikçe daha çok ihtiyaç duyulan ve büyüyen bir alan olduğunu söylemek mümkündür.

Öncelikle, olumlu özelliklerinden bahsedilecek olursa psikolojik danışmanlık ve rehberlik lisans mezununun çalışma alanları oldukça geniştir. Bu alanlara Millî Eğitim Bakanlığı, Özel Eğitim Kurumları, Rehberlik ve Araştırma Merkezleri, Psikolojik Danışma Merkezleri, Emniyet Genel Müdürlüğü, İnsan Kay-

nakları ve Sosyal Hizmet Kurumları örnektir. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik meslek üyelerinin psikiyatrik belirtiler, öznel iyi oluş düzeyleri, benlik saygısı ve empatik eğilimleri açısından kendilerine yararları oldukça fazladır. Bu konu ile ilgili yapılan bir araştırmada, psikolojik danışmanlık ve rehberlik bölümü öğrencilerinin psikiyatrik belirtilerinin mühendislik fakültesi öğrencileri ile kıyaslandığında anlamlı düzeyde daha düşük olduğu ve empatik eğilimlerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur (Güler ve Gazioğlu, 2008). Dahası, psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri bu hizmetlerden yararlanan bireyin kendi yetenek ve ilgilerini, eğitim imkanlarını, içinde yaşamakta olduğu toplumun beklentilerini, meslekleri ve birçok alanı tanmasına katkı sağlar. Görüldüğü üzere rehberlik ve psikolojik danışma; kişinin yetenek, ilgi, çevreyi ve kendini tanıma gibi alanlarda gelişmesine, kendini gerçekleştirmesine yardım eden bir hizmettir (Bakırcıoğlu, 2000). Okul psikolojik danışmanının öğrenciler üzerinde sosyal-duygusal gelişim, ruh sağlığı ve akademik gelişim alanlarında olumlu etkileri olduğu bilinmektedir. Öğrencilerin ruh sağlığı gelişimi ile ilgili olarak, duygusal-davranışsal problemlerin erken belirlenmesi ve sonucunda ihtiyaç duyulan hizmetlerin sağlanması oldukça önemlidir. Okul psikolojik danışmanları, bu noktada okullarda ruh sağlığı hizmetlerinden sorumludur ve bu bağlamda kritik bir role sahiptir.

Mesleğe dair olumsuz yönlerden bahsedilecek olursa, mesleğin çalışma alanı birey olduğu ve dönüt olarak söylenen her kelime insan hayatında bir anlam ifade ettiği için insanların hayatındaki etkisi büyüktür. Dolayısıyla, bu durum meslek erbabının üzerine büyük bir sorumluluk yükler. Ayrıca, mesleği yapacak kişinin dinleme kabiliyetinin yanı sıra yüksek bir sabır düzeyine sahip olması gerekmektedir. Ek olarak, kendi duygularını karıştırmamak ve yardımcı olurken tamamen bilimsel yöntemlerle çalışmak önemli gerekliliklerden olup kişiyi sınırlayan bir durumdur. Tüm bunların yanı sıra, psikolojik danışmanın şahit olduğu olayların ağırlığı psikolojik olarak onu da büyük oranda etkileyebilir. Kısacası, psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanının hem olumlu hem de olumsuz özelliklerinden bahsedilebilir.

1.4. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Alanında Gerekli Temel Beceriler

Psikolojik danışmanlık ve rehberlik keskin sınırları olan bir hizmettir. Rehberlik hizmetlerinin etkili olabilmesi adına uzman olarak yetişmiş kişiler tarafından profesyonelce sunulması gerekir. Psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin alanlarından biri olan psikolojik danışma sürecinde temel danışma becerileri terapötik ilişki ile başlar (Gürcan, 2015). Rogers terapötik süreç için “zorunlu ve yeterli koşullar” demektedir (Rogers, 1957). Bu bağlamda,

öncelikle etik ilkeler mesleğin olmazsa olmazıdır. İnsan saygıya değerdir ve ayırım gözetmeksizin tüm insanları kapsayacak bir hizmet verilmelidir. Başka bir deyişle, bu süreçte bireysel farklılıklara saygı esastır. Danışanın yüksek yararı gözetilmelidir. Mahremiyet dikkat edilen bir diğer husustur. Psikolojik danışman ile paylaşılanlar kesinlikle danışan ve danışman arasında gizli kalır ve bu bilgiler üçüncü bir kişiyle paylaşılmaz, bu konuda tek istisna yasal konulardır. Ek olarak, danışmanın bilimsel yansızlık niteliğini kazanmış olması gerekir. Psikolojik danışmanın ilgili konu hakkında yeterliliği önemlidir. Bilgi ve beceri sınırlarını dikkate almayan, bilgi sahibi olmadığı konularda müdahale eden kişi mesleğini kötüye kullanıyor demek mümkündür, bu da kendine ve mesleğine zarar verecektir. Bahsi geçen tüm süreçlerin gönüllülük esaslı olması ise bir diğer husustur. Tüm bu ilkeler yalnızca psikolojik danışma sürecinde değil, okul psikolojik danışmanlığı sürecinde de önem arz eder. Özetle, eğitim sürecinin tamamlayıcı parçasını oluşturan psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleridir. Rehberlik anlayışını oluşturan temel ilkelerin belirlenmesi, alanın bir bütün olarak gelişmesine yardımcı olacaktır (Kepçeoğlu, 1992).

2. Türkiye’de Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri

Bilen bir kişinin bilmeyen kimse ile bilgi paylaşımı insan toplumları kadar eskidir. Ruhsal sorunlar ve psikolojik yöntemlerle rahatsızlıkları tedavi etme yaklaşımları Türk toplumunda eskilerden beri yakından ilgilenilen bir konu olmuştur. VIII. Yüzyılda hastanelerde akıl hastalığı tedavisi için kurulan özel bölümler ve IX. Yüzyılda müzik ile tedavi edilen hastaneler örnek olarak gösterilebilir. Türk Eğitim Sistemine “Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri” kavramı ilk olarak 1950’li yıllarda girmiştir. 2547 sayılı Yükseköğretim yasasında (1982) üniversitelerde öğrenciye yönelik psikolojik danışmanlık ve rehberlik merkezlerinin kurulması hükmüne yer verilmesi ve yine bu yasayla üniversitelerde psikolojik danışmanlık ve rehberlik lisans programlarının açılması personel yetiştirme açısından önemli gelişmelerdir (Özyürek, 2019). Ülkemizde ne yazık ki halen bir ruh sağlığı yasası olmaması sebebiyle psikolojik danışma hizmeti ile ilgili yasal eksiklikler mevcuttur. Okul psikolojik danışmanlarının okullarda yetersiz sayıda olması ve hatta birçok okulda hiç bulunmaması büyük bir problemdir. MEB’in uzun yıllar boyunca psikolojik danışmanlık ve rehberlik konusundaki temel yaklaşımı, politikası, ana hedefi ve hizmet modelinin belirgin olmaması modelsizlik sorununa yol açmıştır (Pişkin, 2006). Modelsizlik sorunu psikolojik danışman ile ilgili rol karmaşasının yaşanmasına; kriz odaklı yaklaşım ise psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerin sadece okulda problemlili, uyumsuz ve başarısız olan çocukların sorunlarına çözüm üretici bir hizmet gibi algılanmasına neden olmuştur (Yeşil-

yaprak, 2002). Bir diğer sorun ise alan dışı atamalarıdır. Ülkemizde psikolojik danışmanlık ve rehberlik lisans programlarından mezun olanların bile yetişebilme ile ilgili problemleri tartışılırken (Pişkin, 2006), MEB'in alan dışı bireyleri okul rehberlik servislerine ve RAM'lara rehber öğretmen olarak ataması nitelik sorununu daha da büyütülmektedir. Son yıllarda psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinde gözle görülür gelişmeler gözlenirse de ilköğretimde her 1562 öğrencinin sorumluluğu bir danışmana, liselerde ise her 630 öğrencinin sorumluluğu bir danışmana aittir, bu danışmanların yaklaşık üçte birinin alan dışı olması, bu atamaları yapan yetkililerin psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin profesyonel bir meslek olduğunun yeterince bilincinde olmadıklarını göstermektedir (Pişkin, 2006). Oysaki uzmanlara göre bir rehber öğretmene en fazla düşen öğrenci sayısı 250 olmalıdır (Öztabak, 2018). Bu doğrultuda verilen desteğin kalitesinin düşmesi kaçınılmaz bir sonuçtur. Bir diğer yandan, psikolojik danışmanlık ve rehberlik mezunları eskisi gibi sadece kamuya yönelmekle kalmayıp, son zamanlarda artan ilgi ile özel psikolojik danışma merkezlerine de yönelmektedir. Psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanındaki çalışma alanlarının çeşitliliği, ihtiyaç analizleri doğrultusunda psikolojik danışmana ihtiyacın artması, bahsedilen problemlerin dernekler tarafından öncelikli olarak yürütülen bu çalışmalar ülkemizde alanında olumlu gelişmelerdir.

3. Günümüzde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik

İnsanlar tarih boyunca karşılaştıkları problemlere çözüm aramış, kimi zaman kendi içinde çözüme ulaşmayı denemiş kimi zamanda profesyonel bir desteğe başvurma ihtiyacı duymuştur. Uzmanlar ise sorunları ortadan kaldırmak adına birtakım yetkinlikler geliştirerek bireylerin ihtiyaçlarını karşılamaya çalışmıştır. 21. yüzyıla gelindiğinde ise aşırı tüketimin hâkim olduğu, dikkat sürelerinin küçüldüğü, teknolojinin bir yaşam anahtarı konumunda olduğu bir toplum karşımıza çıkmaktadır. Fertlerin değişimi, yeni ihtiyaçların ve yaşam stillerinin varlığı, psikolojik danışmanların da evrilmesine ortam hazırlamıştır (Pişkin, 2006). Psikolojik danışmanlar mevcut koşulları analiz ederek günümüz becerilerini kazanarak ilerlemişlerdir. Artan teknolojiyle kaynaşmış, sunum becerilerini geliştirmiş, sanal toplantıları kullanmış, çevrimiçi test sistemlerini süreçlerine dahil etmiş, temel becerilerle birleştirerek verdikleri hizmette yüksek yararı hedeflemişlerdir. Böylece psikolojik danışmanlık ve rehberlik bölümü uzmanları, içinde var olunan toplumun nabzını tuttıklarını göstermiş ve yeni olanakları avantaja dönüştürerek sisteme enjekte etmiştir (Pişkin, 2006).

Her meslek toplum içerisinde birtakım vasıflarla var olmakta, onları topluma

hizmet edecek biçimde kullanarak üstlerine düşen görevi yerine getirmektedir. Bütün süreçlerde olduğu gibi bir dizi aksamaların varlığını psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında da görmek mümkündür. Bu işleyişlere yapılacak dokunuşlarla akışların iyileştirilmesi gerçekleştirilerek daha verimli çıktıların alınmasıyla birlikte ihtisasın hak ettiği değere ulaşması da sağlanacaktır (Bacıoğlu, Kocabıyık, ve Malkoç, 2017).

Öğrenci sayısına düşen meslek uzmanı sayısının yetersizliğini aşmak adına ihtisas sahiplerinin norm kadro sayılarında artışa gidilmesi daha efektif bir girişim olacaktır. Bununla beraber alan dışı atamaların önü tıkanarak havuzun kirlenmesinin önüne geçileceğini söylemek olasıdır. Yasal noktalardaki boşlukların doldurulması; bir meslek odasının oluşturulması, standart çerçevelerin oluşturulması adına iyi bir adım olacaktır. Aile danışmanlığı alanlarında bağımsız faaliyet gösteren ihtisasların belirlenmesi ve alanın uzman kişiler tarafınca yürütülmesi daha verimli süreçlerin gerçekleşmesine imkân tanyacaktır. Bunun yanı sıra son dönemde yükselişe geçen kariyer danışmanlığı alanının psikolojik danışmanlık ve rehberlik bölümü uzmanlarına bırakılması mesleğin ilerlemesi ve hak ettiği değeri alması adına yapılacak en önemli iyileştirmelerden biri olacaktır (Bengisoy ve Özdemir, 2019).

4. Okullarda Rehberlik Neden Önemlidir?

Okullarda rehberlik çalışmaları çocuğun gerek kendini tanıması gerek eğitim kurumlarında akademik performansının desteklenmesi, okula uyumun sağlanması, çocuğun bir sorunu varsa bunun belirlenmesi daha sonra özel eğitim gerektiren çocuklar varsa bunun tespitinde, aile kaynaklı bazı sorunlar varsa bunların çözümü konularında çalışmalar yapar. Rehberlik servisleri ayrıca çocukların güçlü ve zayıf yönlerini anlamaya yönelik çalışmalar yapar. Öğrencinin okul içinde ve dışında karşılaştığı problemleri çözmek için doğru kararlar alabilecek yeterliliği kazanmasına, bilişsel, fiziksel ve sosyal açıdan gelişmesine, yeteneklerini kavrayıp, etkili bir şekilde geliştirmesine, ilgi ve yetenekleri yönünde bir öğrenim programı ve uygun bir meslek seçmesine, diğer insanlarla iyi ilişkiler kurabilmesine ve hayata karşı olumlu bir tutum geliştirebilmesine ve boş zamanlarını etkili bir şekilde değerlendirme alışkanlığını kazanmasına gibi konularda destek olur. Ayrıca öğrencinin, okula ve okulun bulunduğu çevreye uyum sağlaması, etkin ders çalışma becerilerini kazanması, eğitsel kararlar verebilmesi ve seçimler yapması, başarısını engelleyen etmenleri azaltması ya da ortadan kaldırması, ilgi, yetenek, eğilim özelliklerine uygun bir eğitsel ortam oluşturulması, okul yaşamı ile meslek yaşamı arasındaki ilişkinin sağlanması, öğrencilerin okullarda çeşitli konularda bilgi elde edebilme ihtiyaçlarını sistematik bir yaklaşımla gidermesi, gençlere eğitsel ve meslekî rehberlik

çerçevesinde gerçek ilgi ve yetenek alanlarını belirleyebilmeleri için yardımcı olmaktadır (Yıldız, 2021a; 2021b).

5. Okul Psikolojik Danışmanın Rol ve Fonksiyonları Nelerdir?

Okul danışmanlarının rol ve fonksiyonları öğrencilerin akademik performanslarını arttırmaya dönüktür. Bu bağlamda, öğrencilerin akademik başarılarını: a) öğrenciler için güvenli ve başarılarına odaklı bir okul kültürünün geliştirilmesine öncülük etmekle; b) öğrencilerin ihtiyaçlarını belirleyen verilere dayalı bir okul danışmanlığı programı sunmakla; c) okul danışmanlığı müfredatı kapsamında yer alan konulara ilişkin en iyi uygulamalar hakkında öğretmenlere bilgi vermek; ve yine aynı bağlamda öğrencilerin üst biliş becerileri (etkili öğrenme stratejileri, özyönetim becerileri, sosyal beceriler gibi) arttırmak için onlara destek olmakla (McGuire, 2015); d) öğrencilerin gelecekte kariyer planlamalarına yönelik akademik süreçlerini bu hedefler doğrultusunda düzenlemelerine destek olmakla; e) akademik çalışmalarını teşvik eden bir okul iklimi oluşturmak adına yönetim, öğretmenler ve diğer okul personeli ile birlikte çalışarak onların potansiyellerini gerçekleştirmelerini sağlamakla (Stone & Clark, 2001); f) öğrencilerin önündeki engelleri kaldırmak ve akademik olarak gelişmelerini sağlamaya çalışmakla; ve g) çeşitli fırsat ve imkanlara hakkaniyetli erişimi engelleyen sistemik engelleri ortadan kaldırmak gibi konularda desteklerler.

Bunlarla birlikte okul danışmanları öğrencilere şu fırsatları sunarlar: a) Öz-yeterlilik inançlarını ve kapasitelerini geliştirmelerinde; b) sosyal ilişkileri ile ilgili inançlarını geliştirmelerinde; c) başarının takdir edilmesinde; d) akademik hedefler geliştirmelerinde; e) özerklik konusundaki davranışlarını geliştirmelerinde; f) başkalarıyla ilişki kurma becerilerini (Rowell & Hong, 2013) yeni fırsatlar sunar. Ayrıca, okul danışmanları gerektiğinde akademik anlamda ihtiyacı olan öğrenciler için gerekli fırsatları oluşturmaya çalışır bu ihtiyaçları karşılamada aile-toplum-okul ilişkilerini etkili bir şekilde kullanırlar (Brown, 1999). Danışmanlık hem eğitimci hem de aileleri güçlendiren profesyonel bir ilişki ve hizmettir.

Etkili okul danışmanlığı lisans hazırlık programları, okul danışmanlığı programı öğrencilerine alanda çalışma süreçlerinde bir okul danışmanlığı programı ile okul danışmanlığı birimi tasarlamayı ve okul danışmanlığı hizmetlerini sunmayı öğreten bir müfredata sahiptir. Bu programlar, okul danışmanlığı öğrencilerine alanda gerekli olan bilgi, beceri ve tutumları geliştirmelerine yardımcı olur. Bu kapsamda; eğitim sisteminin örgütsel yapısı ve yönetişiminin

yanı sıra mevcut eğitim uygulamaları üzerindeki kültürel, politik ve sosyal etkileri anlamak önemli bir konudur. Mesleğe aday öğrencilerin K-12 okullarında öğrenci, öğretmen ve aileleri ile ortak iş birliği içinde çalışmalarını konusunda gerekli yasal, etik ve mesleki konulara vakıf olacak şekilde bir müfredat eğitimine tabi tutulmaları beklenir. Gelişim, danışma, kariyer danışmanlığı, sosyal adalet teorilerini ve çok kültürlülük gibi konuları anlama odaklı bir içerik, bu öğrencileri alana hazırlayacak genel bir temel verecektir.

6. Okullarda Rehberlik Hizmetlerine Sistemsel Yaklaşım

İşbirlikçi bir okul iklimi yaratmak öğrencilerin genel refah ve okul başarılarını artırıcı sonuçlar doğurur. Okul sistemleri hem öğrenciler hem de eğitimciler açısından giderek daha da çeşitlilik kazanmaktadır. Bu dinamikler düşünüldüğünde okul danışmanlarının, okul topluluğu içinde sıcak bir okul iklimi yaratmaları okul sistemi açısından kritik bir rol oynarlar. Okul sistemi içinde, okul danışmanları etkili bir ortaklık için katalizör rol oynar ve hem okul hem de aileler için işbirlikçi ve herkesi kucaklayan bir okul kültürü yaratabilirler. Bu amaç doğrultusunda okul psikolojik danışmanlarının okul topluluğu içindeki liderlik rolü göz ardı edilmemelidir. Okul içinde öğrencilere karşı sıcak bir okul iklimi yaratmada okul danışmanlarının rolünün daha somut olarak tartışılması gereklidir. Bu sayede okul danışmanları okul camiasını içinde daha olumlu bir örgütsel kültürün yolunu açabilir. Okul danışmanların ortaklığa katılımı konusu sistemik değişimin bir aracı olarak önemlidir. Bu noktada okul danışmanlığı birimlerinin çalışmalarının etkilerinin araştırılması gereklidir. Sistemik bir yaklaşım kullanarak, daha etkili bir farkındalık yaratmayı amaçlayan okul psikolojik danışmanları, işbirlikçi bir rol oynama gücüne sahiptir. Bu durum özellikle farklı arka plana sahip öğrenciler adına okul sisteminin etkili yapılanmasında rol oynamaktadır (Yıldız, 2021a; Aydın, 2011). Okulda rehberlik hizmetleri ebeveynler, öğretmenler ve okul yöneticilerini de kapsayan bir takım çalışmasıdır (Aydın, 2011) ve bu nedenle de bu hizmetleri yöneten kişiler olarak okul danışmanlarının ilgili paydaşlar ile aktif bir iş birliği içinde olması beklenir (Yıldız, 2021a). Eğitim sisteminin birbirine bağlı ve karşılıklı etkileşimde bulunan parçalardan oluşan bir yapı olarak tanımlanması, işlevsel olarak diğer alt sistemler ile bir bütünlük içinde kendini gerçekleştirmesine de imkân tanır (Yıldız, 2021b).

Çocuğun okul başarısı söz konusu olduğunda ebeveyn, okul, sınıf öğretmeni, rehber öğretmen, sivil toplum örgütleri ve okul-aile birliği mensupları ile ilişkiler kritik derecede önem taşımaktadır. Okul sistemi içinde yer alan paydaşlar bir bütün olarak ortak çalışma ve iş birliği içinde oldukları takdirde çocuğa zorluk yaşadığı konularda destek olabilirler ve bu şekilde yaşanan olumsuzluk-

lar en aza indirgenebilir. Çocuğun başarısı için birlikte çalışan paydaşlar arasında iş birliğine dayalı güçlü ilişkiler kurulmadan bu hedeflerin başarılması zor olacaktır. İş birliği temelde gönüllülük, aktif katılım ve sorumluluk isteyen ve ortak bir amaç ekseninde kenetlenmeyi gerektiren bir süreçtir (Gibbons, Diambra ve Buchanan, 2010). Bu yüzden yapılacak olan iş birliği önemsenmeli ve istikrarlı bir şekilde uygulanmalıdır.

Öncelikle rehber öğretmenlerin öğrenciler ve ailelerle rol tanımları doğrultusunda kendilerini tanıtılabileceği bir oryantasyon programı planlamalıdır. Bu programda kendilerini tanıtabilir, çocuklarla birlikte tanışma etkinlikleri gerçekleştirebilirler. Bu sayede çocuklar ile rehberlik birimi arasında bir bağ oluşacaktır. Aileler, rehberlik ve diğer öğretmenlerin de sağladığı iş birliği olduğu takdirde okulda herhangi bir sorun yaşandığında bunun çözüm aşamasında ailenin, öğretmenin ve rehberlik sisteminin tutarlı bir takım ilişkisi içinde olması gerekir. Eğer iş birliği içerisinde çalışılmazsa, çocuğun yaşadığı sorun karşısında tutarlı davranışlar sergilenmediğinden dolayı rehberlik öğretmenin tek başına yaptığı bir uygulamanın etkisi tutarlı olmadığı takdirde yeterli olmayacaktır. Bireysel veya grup şeklinde rehberlik faaliyetleri gerçekleştirilebilir. Rehberlik öğretmeni sınıfta öğretmenden, evde aileden çocuğu gözlemleyip gözlem raporu oluşturmalarını isteyebilir.

Sonuç

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik mesleği, barındırdığı ayırt edici niteliklerle başkalaşan ve çok yönlü bir ihtisas olması nedeniyle fark yaratan bir alandır. Psikolojik danışmanlık ve rehberlik Türkiye’de ve dünyada yükselişte olup, sağladıkları kazanımlarla bireyleri ve toplumları şekillendirerek, joker pozisyonunda bulunan fonksiyonelliği ile ön plana çıkar. Ek olarak, çok katmanlı yapıya sahip, yaşam döngüsü içerisinde aktif rol almayı gerektiren, sarmal bir örüntüyle çok sayıda alana temas eden, bir meslek dalı olması sebebiyle psikolojik danışmanlık ve rehberlik pek çok meslek dalına karşın tercih edilebilirliği yüksek olan çok boyutlu bir oluşumdur. Bu denli önemli fonksiyonları kendinde toplayan bir meslek, mitokondri organeli gibi sistem içerisindeki birçok alana enerji akışı sağlarken topluma sayısız alanda hizmet vererek bireyin ve toplumun gelişimi adına önemli bir yere sahip olmakta ve kilit taşı görevini üstlenerek fayda sunma misyonundadır (Özdemir ve Bacanlı, 2020). Burada Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ihtisasına ilişkin değerlendirmeler ele alınmaya, diğer meslek gruplarıyla karşılaştırmalı olarak ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Özetle, okul psikolojik danışmanı çok katmanlı destek sistemine uyumlu mü-

dahaleler geliştirir. Öğrenci eğitim eşitliğini ve tüm öğrenciler için başarıyı teşvik eden öğrenme ortamları oluşturmak için paydaşlarla (örneğin, aileler/veliler, öğretmenler, yönetim, topluluk paydaşları) konsültasyon ve iş birliği yapar. Öğrencilerin öğrenme süreçlerinin önündeki engelleri belirleyerek, daha etkili öğrenmelerini desteklemek için uygun stratejiler geliştirerek, öğrencilerinin başarısını artırmak için paydaşlarla iş birliği yapar. Tüm öğrenciler için akademik başarıyı, sosyal/duygusal büyümeyi ve kariyer gelişimini destekler ve kaynaklara eşit erişim sağlar. Başarı ve fırsatlara erişimde yaşanan uçurumları kapatmak için savunuculuk ve verilere dayalı okul danışmanlığı uygulamalarını kullanır. Okul danışmanlığı programlarının eğitim programıyla nasıl ilişkili olduğu konular hakkında uygun etkinlikler gerçekleştirir. İhtiyaç analizi verilerini ve okul danışmanlığı araştırma literatüründe tanımlandığı şekilde en iyi uygulamalarla paralel programlar geliştirir. Okul yönetiminde hizmet vermenin ve eğitimde öncü ve liderlik rolünü idrak eder ve bu doğrultuda davranırlar.

Çıkar Çatışması Beyanı: Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmektedir.

KAYNAKÇA

Aydin, N. G. (2011). *A national study: School counselor involvement in school, family and community partnerships with linguistically diverse families*. Saarbrücken, Germany: Lambert Academic Publishing.

Bacıoğlu, S., Kocabiyyık, O. ve Malkoç, A. (2017). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin okullardaki rehberlik servisini değerlendirmeleri. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 45-62.

Bakırcıoğlu, R. (1985). *Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara: Bakırcıoğlu Yayınları.

Bakırcıoğlu, R. (2000). İlk, Orta ve Yüksek Öğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik, Ankara, Anı Yayınevi.

Bengisoy, A. ve Özdemir, M. (2019). Psikolojik danışman/rehber öğretmenlerin bakış açısıyla Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanının sorunları. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1(3), 189-93.

Bilgin, M. (2000). Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik eğitiminde çağdaşlaşma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(6). 21-36.

Brown, D., (1999). Improving academic achievement: What school counselors can do. Eric Digest, U.S. Department of Education.

Gibbons, M. M., Diambra, J. F. & Buchanan, D. K. (2010). School Counselor Perceptions and Attitudes about Collaboration. *Journal of School Counseling*, 8(34), 1-28.

Güler, Ç. Y. ve Gazioğlu, A. E. İ. (2008). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinde öznel iyi olma hali, psikiyatrik belirtiler ve bazı kişilik özellikleri: Karşılaştırmalı bir çalışma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 107-114.

Gürcan, D. (2015). Benlik farklılıklarına Rogers'ın danışan odaklı terapisi ile yaklaşım: Vaka

- çalışması. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 2(1), 13-26. DOI:10.31682/ayna.470648
- Kepçeoğlu, M. (1992). *Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik*. Ankara: Özerler Matbaası.
- Kepçeoğlu, M. (1994). *Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik*. Ankara: Özerler Matbaası.
- Kul, U. H. (2011). *Türkiye’de Psikolojik Danışmanların Çalışma Alanları*. 11.12.2022 tarihinde indirildi: [https://www.dergiPsikolojik Danışmanlık ve Rehberlik.com/turkiyede-psikolojik-danismanlarin-calisma-alanlari-70h.htm](https://www.dergiPsikolojikDanışmanlıkveRehberlik.com/turkiyede-psikolojik-danismanlarin-calisma-alanlari-70h.htm)
- Kuzgun, Y. (2000). *Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara: ÖSYM Yayınları.
- McGuire, S.Y. (2015). *Teach student how to learn: Strategies you can incorporate into any course to improve student metacognition, study skills, and motivation*. Sterling, VA: Stylus Publishing.
- Özdemir, N.ve Bacanlı, F. (2020). Sosyal duygusal öğrenme becerileri ve kariyer gelişimi: öğretmen ve psikolojik danışmanın rolleri. *Milli Eğitim*, 49(226), 323-344.
- Öztabak, M. Ü. (2018). Rehber öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerinin bazı demografik değişkenlere ve faktörlere göre incelenmesi. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 12, 171-222. DOI: 10.16947/fsmia.502230
- Özyürek, R. (2019). Psikolojik danışman eğitimi ve mesleğin profesyonel kimlik gelişimi için gereksinim duyulan yasa ve yönetmelik düzenlemeleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(54), 883-911.
- Pişkin, M. (2006). Türkiye’de Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetlerinin Dünü, Bugünü ve Yarını. İçinde: Muhsin Hesapçoğlu ve Alpaslan Durmuş (Ed.). Türkiye’de Eğitim Bilimleri: Bir Bilanço Denemesi. (s. 457–501) Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95–103. <https://doi.org/10.1037/h0045357>
- Rowell, L., & Hong, E. (2013). Academic motivation: Concepts, strategies, and counseling approaches. *Professional School Counseling*, 16(3), 158–171. DOI: 10.5330/PSC.n.2013-16.158
- Seçer, İ. , Ay, İ. , Ozan, C. & Yılmaz, B. (2014). Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanındaki araştırma eğilimleri: Bir içerik analizi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(41) , 49-60 .
- Stone, C. & Clark, M. (2001). School counselors and principals: Partners in support of academic achievement. *NASSP Bulletin*.
- Tagay, Ö. & Çakar, F. S. (2017). Okullarda yürütülen Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik hizmetlerine ilişkin okul psikolojik danışmanlarının görüşleri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(3), 1168-1186 .
- Tan, H. (1974). *Ülkemizde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Çalışmalarında Gelişmeler ve Sorunlar; Tecrübi Psikoloji Çalışmaları*.
- Tan, H. (2000). *Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Teory ve Ugulama*. İstanbul: M.E.B. Öğretmen Kitapları Dizisi.
- Ültanır, E. (2005a). *Kariyer Rehberliği ve Kariyer Danışmanlığı Açısından Federal Almanya ve Türkiye’de ki Hizmetler*. Milli Eğitim Dergisi, 33, 167.
- Ültanır, E. (2005b). Türkiye’de Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Mesleği ve Psikolojik Danışman Eğitimi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 102-111.
- Yeşilyaprak, B. (2002). Üniversiteye Devam Eden ve Etmeyen Bir Grup Gencin Psikolojik

Belirtiler Açısından Karşılaştırılması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 2(18), 35-42. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tPsikolojik> Danışmanlık ve Rehberlik/issue/21438/229658

Yeşilyaprak, B. (2013). *21. Yüzyılda eğitimde rehberlik hizmetleri*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Yıldız, N. G. (2021a). School Counselors' Leadership Role in Creating a Collaborative School Climate for Linguistically Diverse Students. *Journal of Education and Learning*, 10(6), doi:10.5539/jel.v10n6p7

Yıldız, N. G. (2021b). Collaborative Leadership in the School Community: School Counselors and Principals Join Forces for Linguistically Diverse Students. *International Journal on Lifelong Education and Leadership*, 7(2), 27-36. DOI: 10.25233/ijlel.909564

Yüksel, P. D. (2020). *Türkiye'de Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri*. Ankara: Özel Eğitim ve Rehberlik hizmetleri Müdürlüğü.

Psychological Counseling and Guidance as a Field for Prospective Students

Extended Abstract

One of the first priorities for graduate and undergraduate students entering in the fields of counseling and mental health is to understand their professional roles and responsibilities. In this review paper, the authors aim to elaborate on some essential questions related to the counseling profession. The focus of counseling is to not only bring more clarifications to these questions but also discuss personal qualities of a professional counselor. In this review paper, working areas of psychological counseling and guidance, required skills and traits of a counselor, advantages and challenges of psychological counseling and guidance, and basic skills required in the field of psychological counseling and guidance are discussed. In addition, psychological counseling and guidance services in Turkey, today's psychological counseling and guidance, the significance of guidance in schools, the roles and functions of the school counselor and the importance of a systemic approach to guidance services in schools' topics are analyzed. The aim is to offer a broader understanding for those who intend to enter the field, as it is crucial that prospective counselors are able to put things into perspective. Having a broad overview of the key topics in counseling with regards to the roles and responsibilities of a counselor would embrace students' professional identity development. The journey of counseling is both a personal and professional experience, especially knowing that each therapeutic approach has useful dimensions, and it is essential to be well grounded in using theories of counseling. However, what is more essential is to embrace oneself with good personal characteristics to become an effective counselor.

Awareness of ethical issues in counseling practice is crucial. Regarding counselor's interactions with clients, your perceptions as a person play a central role. Counseling practice requires counselors to be engaged in an ongoing form of learning in this professional and intimate relationship. Making sound ethical decisions requires counselors to remain open. Being willing to actively participate in the therapeutic relationship is a prerequisite for the students in trai-

ning. In order to become an effective counselor, it is vital to develop your own personal style as you are in the position to build counseling relationship that is therapeutic. In other words, “Are you doing in your own life what you personally offer others?” The application of the materials (e.g., especially using case conceptualization) with the integration of major theories may be an integral advanced skill required later in your profession.

Most importantly, personal characteristics of a counselor is a topic worthwhile for consideration. While remaining open to change and growth, effective counselors are those who strive to be an authentic person with personal integrity and self-respect. They take responsibility for their choices and try learning from their mistakes. They live in the present and are life oriented. They have healthy relationships that set good examples for others. Effective counselors value what is in the best interest of others, especially their clients. Keeping their relationships open and communicating their limits at the same time allows them to set healthy boundaries with their clients. From this perspective, the journey of a counselor is somewhat like the journey of a client in the counseling relationship as both strive to become a better version of themselves. Personal values and beliefs of a counselor may influence his or her attitudes toward the client. In the road to becoming a more therapeutic person, it is important that the counselor is open to examine how his or her values and beliefs affect the assumptions. Self-exploration may enhance counselors’ degree of self-awareness. Thus, it is highly recommended that one experience being in the counseling relationship and taking counseling support before offering counseling to others. In short, it can be confidently stated that personal and professional identities of a counselor are intertwined.

