



Psikolojik Danışmanların Covid-19'a, Yüz Yüze ve Çevrimiçi Psikolojik Danışma Yapmaya, Yüz Yüze ve Çevrimiçi Eğitim Almaya İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi

A Study on Counselors' Views about the Covid-19, Performing In-Person and Online Counseling, and Receiving In-Person and Online Training

Fulya Yüksel Şahin ^{1*}

* Sorumlu yazar
Corresponding author

¹Prof. Dr., Yıldız Teknik Üniversitesi, Türkiye
Prof. Dr., Yildiz Technical University, Turkey,
fusahin@yildiz.edu.tr
ORCID ID 0000-0003-3454-2142

Makale geliş tarihi / First received : 24.09.2020
Makale kabul tarihi / Accepted : 17.02.2021

Bilgilendirme / Acknowledgement:

- 1- Araştırma, 01.09.2020 tarihinde 5th International Scientific Research E-Congress'de, araştırmacı tarafından sözlü bildiri olarak sunulmuştur.
- 2- Uygulamaya katılan psikolojik danışmanlara teşekkür ederim.
- 3- Katılımcıların, Bilgilendirilmiş Onam Formu ile gönüllü olarak araştırmaya katılmaları sağlanmıştır.
- 4- Araştırma için Yıldız Teknik Üniversitesi Etik Kurulundan 15.02.2021 tarih ve E-73613421-604.01.02-2102150040 sayı ile izni alınmıştır.
- 5-Bu makalede araştırma ve yayın etiğine uyulmuştur.

This article was checked by *iThenticate*. Similarity Index 05%

Atıf bilgisi / Citation:

Yüksel Şahin, F. (2021). Psikolojik danışmanların Covid-19'a, yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya, yüz yüze ve çevrimiçi eğitim almaya ilişkin görüşlerinin incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (9), 496-522.

ÖZ

Araştırmanın amacı, psikolojik danışmanların Covid-19'a, yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya, yüz yüze ve çevrimiçi eğitim almaya ilişkin görüşlerinin incelenmesidir. Araştırmanın çalışma grubunu, İstanbul'da bir devlet üniversitesinde yüksek lisans ve doktora düzeyinde öğrenim gören 10 yüksek lisans öğrencisi ve 5 doktora öğrencisi olmak üzere toplam 15 kişi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak, "Kişisel Bilgi Formu" ve "Soru Formu" kullanılmıştır. Psikolojik danışmanların Soru Formuna verdikleri cevapların nitel analizi olarak, betimsel analiz yapılmıştır. Nitel analiz ile birlikte nicel analiz olarak, yüzdelik ve frekans değerleri de hesaplanmıştır. Araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmanlar Covid-19'un tehlikeli olduğunu, Covid-19'la ilgili bireysel ve toplumsal olarak önlem alınması gerektiğini, zorlayıcı bir süreç olduğunu, önlemlerle kontrol edilebileceğini ve zarar verici olduğunu belirtmişlerdir. Covid-19'un kendilerinde korku, kaygı, üzüntü, öfke, sıkıntı, şaşkınlık, bıkkınlık ve umut duygularını oluşturduğunu belirtmişlerdir. Süreç içinde ailelerine ve kendilerine zaman ayırmaktan dolayı mutlu olduklarını da belirtmişlerdir. Araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmanlar yüz yüze psikolojik danışma yapmanın etkili olduğunu, danışanın jest ve mimiklerine dikkati kolaylaştırdığını, terapötik ilişkiyi daha hızlı sağladığını, gizliliği ve kontrolü sağlamada etkili olduğunu, ancak; ekonomik olmadığını belirtmişlerdir. Psikolojik danışmanlar, çevrimiçi psikolojik danışma yapmanın ekonomik olduğunu ve ummadıkları biçimde verimli olduğunu belirtmişlerdir. Ancak, çevrimiçi psikolojik danışma yapmanın teknolojik sorunlarının olduğunu, gizlilikle ilgili sorunların yaşanabileceğini ve çevrimiçi psikolojik danışmanın tek başına yeterli olmadığını da belirtmişlerdir. Araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmanların tamamına yakının yüz yüze eğitim almanın verimli olduğunu ve sosyalleşmeyi sağladığını, ancak; ekonomik olmadığını belirtmişlerdir. Çevrimiçi eğitimde verim almanın ise öğretim üyesine bağlı olduğunu, ekonomik olduğunu, teknolojik aksaklıklarının olduğunu, yorucu ve mekanik olduğunu da belirtmişlerdir. Araştırmanın sonucunda elde edilen bulgular alan yazın çerçevesinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Danışman, Covid-19, Yüz Yüze Psikolojik Danışma, Çevrimiçi Psikolojik Danışma, Yüz Yüze Eğitim, Çevrimiçi Eğitim

ABSTRACT

The study aims to investigate counselors' views about the Covid-19, performing in-person and online counseling, and receiving in-person and online training. The study group consists of a total of fifteen individuals, including ten master's and five PhD students from a state university in İstanbul. A "Questionnaire" and a "Personal Information Form" were used as the data collection instruments. The counselors' responses to the Questionnaire were subjected to descriptive analysis as part of qualitative analysis. In addition, percentage and frequency values were computed for quantitative analysis. In their responses, the counselors stated that the Covid-19 is dangerous, individual and social precautions should be taken against it, and it is a demanding process which is harming and can be taken under control through specific measures. They noted that the Covid-19 caused various emotions for them, including fear, anxiety, sorrow, anger, distress, confusion, exasperation, and hope. They also expressed their happiness to be able to spend more time with their families and for themselves in the process. As part of the study results, the counselors stated that performing in-person counseling is more effective in that it makes it easier to focus on the client's gestures and facial expressions, accelerates the therapeutic relationship, and is effective in ensuring privacy and control; however, it is not economical. The counselors also stated that performing online counseling is economical and surprisingly efficient. Yet, they also noted that online counseling might create technological problems and raise privacy issues and is not sufficient on its own. According to the study findings, nearly all of the counselors stated that receiving in-person training is efficient and good for socializing but is not economical. On the other hand, efficiency in online training depends on the instructor and online training is cost-effective but has technological setbacks, is tiring and mechanical. The study results are discussed in the light of the literature.

Key Words: Counselors, Covid-19, In-Person Counseling, Online Counseling, In-Person Training, Online Training

GİRİŞ

Aralık 2019'da, ilk olarak Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan Covid-19, doktorlar tarafından solunum yolu hastalığı olarak tanımlanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü Covid -19'u, 11 Mart 2020 tarihinde küresel salgın olarak ilan etmiştir (WHO, 2020). Kısa sürede tüm dünyaya yayılmış olan bu hastalıktan milyonlarca insan olumsuz etkilenmiş ve hasta olmuştur. İki milyondan fazla insan hayatını kaybetmiştir. Hastanede yatarken hastalığın fiziksel etkilerini yaşayan Covid-19 hastası olan bireylerin ruhsal olarak da yoğun kaygı, endişe, mutsuzluk, hatta umutsuzluk duyguları içine girdiği söylenebilir. Ayrıca, Covid-19 hastasına sahip olan aileler de benzer duyguları yaşamakta; yakınına kaybeden aileler de yas dönemine girmektedirler. Aynı durum, yoğun bir biçimde çalışmak durumunda kalan sağlık çalışanları için de geçerlidir. Ayrıca, küresel kriz olan Covid-19'un sağlık, ekonomik, siyasi, sosyolojik, psikolojik ve eğitim vb gibi bir çok alanda olumsuz etkisi olmuştur ve olmaya da devam etmektedir.

Sağlık sistemi açısından güçlü bir sağlık altyapısına sahip olmama, sağlık sistemine, ilaçlara ve cihazlara ilişkin tedarik zincirlerinde çeşitli aksamaların yaşanması (Tüba, 2020), doktorlara ve diğer sağlık görevlilerine yönelik olarak yapılan bazı saldırgan davranışlar önemli sorunlar olarak ortaya çıkmaktadır. Sağlık sisteminde yaşanan sorunlar hem sağlık çalışanlarında, hem de diğer bireylerde endişe ve kaygı oluşturmaktadır. Ekonomik açıdan Covid-19'la birlikte genel olarak, küresel tedarik zincirlerinin işleyişinin bozulması, dünyadaki tüm şirketlerin bu durumdan olumsuz yönde etkilenmesi, çok sayıda şirketin kapanması, milyonlarca insanın işlerini kaybetmesi ve mali krizlerin başlaması önemli sorunlar olarak ortaya çıkmaktadır (Cinel 2020). Ayrıca yaşlı olmak, fiziksel engele sahip olmak ya da hastalık (kanser, kalp yetmezliği vb gibi) gibi engeller de, bireylerin ekonomik gelir edinme kapasitesini daha da azaltmaktadır. Bu bireylerin diğer bireylere oranla, hastalıklarından ya da sahip oldukları engelden dolayı protez, tedavi ve geçim için daha fazla gelire ihtiyaçları bulunmaktadır (Yurdakul, 2010). Covid-19 döneminde bu bireyler daha da dezavantajlı duruma düşmüşlerdir. Covid-19 krizi devam ettiği taktirde, küresel ekonomi son iki yüzyılda görülen en büyük tehditle karşı karşıya kalacaktır (Cinel, 2020). Ekonomik sistemde yaşanan bu sorunlar, bireylerde endişe ve kaygı oluşturmaktadır. Siyasi açıdan devlet işlerini düzenleyen ve yürüten hükümetlerin Covid-19'la ilgili anlayışları ve yaptıkları düzenlemelerden halkın memnuniyet duymaması siyasilere değerlendirilmeleri açısından önemli bir kriter olarak karşımıza çıkacaktır. Karataş (2020), siyasal alanda Covid-19'la ilgili yapılan tartışmaların, demokrasi ile devlet gücü arasındaki ilişkiye dayalı olarak, güvenlik-özgürlük dengesine yönelik olarak yapıldığını belirtmektedir. Ayrıca, otoriter rejimler salgınla mücadelede gösterdikleri şeffaf olmayan performansları nedeniyle makbul sistemler olmayacaklardır. Covid-19'la ilgili olarak siyasal düzenler, salgının oluşturduğu kaotik duruma ilişkin halen küresel düzeyde çözümü üretmemişlerdir. Covid-19'la ilgili siyasal sistemde yaşanan sorunlar bireylerde endişe ve kaygı oluşturmaktadır. Sosyolojik açıdan salgın dönemlerinde genel olarak toplumsal dayanışma ve örgütlenmede artış görülmektedir. Ancak, ülkelerdeki dayanışma duygusuna aykırı olarak Covid-19 salgınıyla mücadele eden sağlık çalışanlarına halk tarafından bazı saldırıların da olduğu görülmektedir (Taştan, Tekin, Çetinöz ve Demirden, 2020). Covid-19 süreci, insanlarda dayanışmayı arttırması yanında, virüsün bulaşıcı olması nedeniyle birbirlerinden uzaklaşmalarına ve dışlamalarına da neden olabilmektedir. Bu durum, toplumsal dayanışmayı tehlikeye atmaktadır. Örneğin,

gençler, yaşlılar, yoksullar vb gibi gruplar, etiketlenip dışlanabilenen grupları oluşturmaktadır (Karakaş, 2020). Sosyolojik olarak yaşanan sorunlar bireylerde endişe ve kaygı oluşturmaktadır. Eğitim sistemi açısından da Covid-19 salgınıyla birlikte, eğitim ve öğretim etkinliklerine ulaşmada, araç-gereç temininde sorunlar yaşanmaktadır. Salgınla birlikte, uzaktan eğitim sistemine geçiş kararı alınmış ve bu kararın tüm eğitim kurumlarında uygulanması istenmiştir. Ülkemizde, Kahraman'ın (2020) belirttiği gibi, Milli Eğitim Bakanlığı'nun EBA sistemi ve yükseköğretim kurumlarının kendi uzaktan eğitim sistemleri üzerinden tüm dersler uzaktan eğitimle yürütülmeye başlanmıştır. Bu süreçte de verilen eğitimin niteliği üzerinde tartışmalar başlamıştır. Eğitim sisteminde yaşanan sorunlar bireylerde endişe ve kaygı oluşturmaktadır. Psikolojik açıdan ise Covid-19'la birlikte tüm yaş grupları üzerinde yapılan çeşitli araştırmalarda ve açıklamalarda, salgının olumsuz etkilerinin olduğu görülmektedir. Örneğin; Figueiredo ve ark. (2021), Covid-19'la birlikte çocuklarda ve ergenlerde düzensiz gıda alımının arttığını; aile içinde tacize, istismara ve travmaya maruz kalma oranının arttığını; kişilerarası ve çevresel kısıtlanmayla birlikte sıkıntı ve umutsuzluk duygularının da arttığını belirtmektedirler. Bu çocuklarda ve ergenlerde ileriki dönemlerde, obezitenin, madde kullanımının, dikkat ve konsantrasyonda eksikliklerin, psikiyatrik bozuklukların ve intihar düşüncelerinin ortaya çıkması mümkündür. Türkiye Psikiyatri Derneği (2021), Covid-19'la birlikte, *okul öncesi çocuklarda*, anne ve babadan ayrılamama, korkular, becerilerde gerileme, konuşma sorunları, iştahsızlık, uyku sorunları, yatak ıslatma; *okul döneminde olan çocuklarda* yapması beklenen etkinlikleri yapamama, saldırganlık, huzursuzluk, konsantrasyonda zorlanma; ve *ergenlerde* ise içe kapanma, kaygı, üzüntü, huzursuzluk, saldırganlık, uyku ve yeme sorunları, alkol kullanımı gibi riskli davranışların ortaya çıkabileceğini belirtmektedir. Dernek, *yetişkin olan bireylerde* ise özellikle daha önceden ruhsal sorunları olan bireylerin ve sağlık hizmetlerini sunan personelin Covid-19 krizinin oluşturduğu strese karşı daha yoğun tepkileri verebileceklerini de belirtmektedir. Kaya (2020) da, Covid-19 hastalık belirtilerini yoğun olarak yaşayan bireylerde somatik belirti bozuklukları, yaygın kaygı bozuklukları, depresyon, ve hatta psikoz görülmesinin mümkün olabileceğini belirtmektedir. Nitekim, Aslan (2020), Covid-19'lu bireylerde davranış bozukluklarının, depresyon ataklarının ve kalıcı kronik yorgunluğun olduğunu; hasta olmayan bireylerin 1/3'ünde ise duygu durum bozukluğunun, nadiren psikozun ve demansın olduğunu belirtmektedir. Yapılmış olan araştırmalarda da Covid-19'un bireylerde en yaygın olarak depresyonu, kaygıyı (Campos, Martins, Campos, Maroco, Saadiq, ve Ruano, 2020; Huang ve Zhao, 2020; Zhang, Wang, Yin, Zhao, Xue, Peng, Min, ve Tian, 2020); koronafobi, umutsuzluğu, intihar düşüncelerini (Lee, Jobe, Mathis, ve Gibbons, 2020); ve damgalanma korkusunu (Junaid, Hassan ve Nazım, 2020) oluşturduğu bulunmuştur. Covid-19 bazı bireylerde de çaresizlik ve ölüm korkusunu arttırmıştır (Aykut ve Aykut, 2020). Covid-19 salgını ve sosyal izolasyon süreci, bireylerin ruh sağlığını olumsuz olarak etkilemiş ve psikolojik yardıma olan ihtiyacı arttırmıştır (Bilge ve Bilge, 2020). Küresel kriz olarak tanımlanabileceği Covid-19 salgınıyla hem ulusal hem de uluslararası düzeyde, ortak bilimsel akıl ve dayanışma içerisinde çözümlere yönelik ortak çabaların gösterilmesiyle sağlık, ekonomik, siyasi, sosyolojik, psikolojik ve eğitim ve açılardan daha az zararlı kurtulmak mümkün olabilir.

İşte yukarıda belirtildiği gibi, insanın yaşamını bir çok yönden (sağlık, ekonomik, politik, sosyolojik, eğitim ve psikolojik vb gibi) tehdit eden ve bir çok alanda sorun oluşturan salgınlar

alanyazında "kriz" olarak tanımlanmaktadır. Kriz, daha önce kararlı bir denge halinde olan bireyde, beklenmedik bir altüst olma, ruhsal karmaşanın yaşanması şeklinde tanımlanmaktadır (Sayıl, 1977). Kriz, bireyin sahip olduğu kaynakları ve başa çıkma mekanizmalarını aşan, katlanılamaz bir zorluk olarak algılanan ya da yaşanan olay ve durumlardır (Gladding, 2013). Krizin, birey için taşıdığı anlama göre (tehdit, meydan okuma, kayıp gibi) gerginlik, kaygı ya da depresyon biçiminde yaşanabilir. Ayrıca, bütün bu duygular bedensel yakınmalar (örneğin; çarpıntı, nefes darlığı, uyku bozukluğu, halsizlik motor yavaşlama gibi) şeklinde de olabilir (Sözer, 1992). Kriz durumu, aynı zamanda birey için önemli bir stres kaynağıdır. Stres bilişsel, duygusal ve fiziksel dengeyi bozan gerçek ya da algılanan bir tehdit olup (Bilge ve Bilge, 2020); bireyin yaşamdan aldığı keyfi, verimliliği (Baltaş ve Baltaş, 1990) ve üretkenliği düşüren, sağlıklarını tehdit eden bir durumdur (Barrow, 1981). Nitekim Aslan (2020), Covid-19'la birlikte oluşan kaygı ve stresle birlikte beynin daha fazla stres hormonunu salgıladığını, aşırı stresin bağışıklık sistemini olumsuz etkileyerek bağışıklık sistemini baskıladığını; bütün bunların da virüsün bulaşma ve hastalık oluşturma yeteneğini daha da arttırdığını belirtmektedir. Ayrıca, stres altında olan bireyler korkulu, endişeli, depresif ya da öfkeli olabildiği için, saldırgan davranışlarının, sigara ve alkol kullanımı vb. gibi olumsuz davranışlarının arttığı da görülmektedir (Barrow, 1981). Bilge ve Bilge (2020) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, psikolojik sağlamlığı düşük, stresle işlevsel olmayan baş etme tarzını kullanan bireylerin Covid-19'a yönelik psikolojik sağlıklarını korumak için daha savunmasız olduklarını ve psikolojik yardım ihtiyacını daha fazla hissettiklerini bulmuşlardır. Ayrıca, Covid-19'un oluşturduğu kriz durumu, bireye bir yandan kişiliğini geliştirme olanağını verirken; diğer yandan da ruh sağlığının bozulabilmesi tehlikesini de beraberinde getirebilir. Bu nedenle, Covid-19'un oluşturduğu kriz ve strese bağlı olarak bireylere psikolojik yardımın verilmesi ruh sağlığının korunması ve ruh sağlığının bozulmasını önlenmesi açısından gerekli ve önemli görünmektedir. Bu açıdan psikolojik danışmanların görev ve sorumlulukları fazladır.

Sonuç olarak, hem kriz durumunu oluşturan, hem de stres kaynağı olan Covid-19 salgınında, ülkemiz insanları da, diğer ülkelerde yaşayan insanlar gibi bu durumdan olumsuz etkilenmişler ve hala etkilenmeye devam etmektedirler. Süreç içerisinde, çalışan çalışmayan milyonlarca kişi, Covid-19 salgın sürecine az ya da çok uyum sağlamaya çalışmaktadırlar. Bu süreçte, hem fiziksel hem de ruhsal sağlığın korunması en önemli konu haline gelmiştir. Tıp doktorlarının yanısıra, psikologlardan ve psikolojik danışmanlardan yardıma duyulan ihtiyaç daha da artmıştır. İnsanlar psikolojik danışmanlardan yardım beklerlerken, psikolojik danışmanların Covid-19'la ilgili düşüncelerinin ve duygularının ihmal edildiğini söylemek mümkündür. Psikolojik danışmanlar da diğer insanlar gibi Covid-19'dan olumsuz etkilenmişlerdir. Covid-19'dan etkilenmeleriyle birlikte, psikolojik danışma yardımını yakından yüz yüze ve uzaktan çevrimiçi vermeye devam etmektedirler. Bu psikolojik danışmanlardan bazıları da, aynı zamanda psikolojik danışma ve rehberlik alanında yüksek lisans ve doktora eğitimlerini sürdürmektedirler. Bu bağlamda psikolojik danışmanlara yönelik olarak araştırmanın yapılması önemli görünmektedir. Bu araştırmanın amacı da, psikolojik danışmanların Covid-19'a, yüz yüze ve çevrimiçi (sesli ve görüntülü görüşme/video konferans) psikolojik danışma yapmaya, yüz yüze ve çevrimiçi eğitim almaya ilişkin görüşlerinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırma, temel karma yöntem desenlerinden, birleştirme (çeşitleme) desenindedir (Creswell, 2017a). Bu çalışmada da, nitel ve nicel araştırma yöntemleri karmalanarak kullanılmıştır. Karma yöntem araştırması, nitel ve nicel verilerin bütünleştirilmesini gerektirir. Çünkü, nicel ve nitel yaklaşımları birlikte kullanmak, her iki yaklaşımı tek başına kullanmaya oranla araştırma problemlerinin daha iyi anlaşılmasını sağlar (Creswell, 2017b). Birleştirme (çeşitleme) deseninde, nitel analizlerden elde edilen veriler, nicel verilere dönüştürülerek ortak tabloda sunulmuştur (Creswell, 2017a). Ayrıca, nitel araştırmanın deseni olgu bilim (fenomenoloji) desenindedir. Covid-19'a ortaya çıkan bir olgudur. Psikolojik danışmanların Covid-19'la ilgili görüşlerini ortaya çıkartmak esastır (Yıldırım ve Şimşek, 2006).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, İstanbul'da bir devlet üniversitesinde yüksek lisans ve doktora düzeyinde öğrenim gören ve "bireysel psikolojik danışma uygulaması dersi" süpervizyonunu alan 10 yüksek lisans öğrencisi ve 5 doktora öğrencisi olmak üzere toplam 15 kişi oluşturmuştur. Bu psikolojik danışmanlar hem yüz yüze, hem de çevrimiçi psikolojik danışma uygulamasını sürdürmekte olan kişilerden seçilmiştir. Katılımcıların 10'u kadın, 5'i erkektir.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve "Soru Formu" kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Formda katılımcıların, cinsiyet ve öğrenim düzeylerine ilişkin sorular vardır.

Soru Formu

Soru Formu araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Formda, psikolojik danışmanların Covid-19'a, yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya, yüz yüze ve çevrimiçi eğitim almaya ilişkin görüşlerini almaya yönelik sorular bulunmaktadır.

İşlem Yolu

Araştırmacı, araştırmanın amacı, elde edilen sonuçların nasıl kullanılacağı ve veri toplama araçları hakkında katılımcıları bilgilendirmiştir. Katılımcılar, "Bilgilendirilmiş Onam Formunu" imzalamışlar; ve gönüllü olarak araştırmaya katılmışlardır. "Kişisel Bilgi Formu" ve "Soru Formu" e-posta ile katılımcılara iletilmiş ve veriler toplanmıştır. Araştırma için Etik Kurul Onayı Yıldız Teknik Üniversitesi Etik Kurulu'ndan (Tarih:15.02.2021; Sayı: E-73613421-604.01.02-2102150040) alınmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma, temel karma yöntem desenlerinden, birleştirme (çeşitleme) desenindedir (Creswell, 2017a). Birleştirme (çeşitleme) deseninde, nitel analizlerden elde edilen veriler, nicel verilere dönüştürülerek ortak tabloda sunulmuştur (Creswell, 2017a). Araştırma verileri üzerinde hem nitel hem de nicel analizler yapılmıştır.

Psikolojik danışmanların "Soru Formu"na verdikleri yanıtların nitel analizi olarak, betimsel analiz yapılmıştır. Betimsel analiz, çeşitli veri toplama teknikleri ile elde edilmiş verilerin daha önceden belirlenmiş temalara göre özetlenmesi ve yorumlanmasını içeren bir nitel veri analiz türüdür. Bu analiz türünde araştırmacı görüştüğü ya da gözlemiş olduğu bireylerin görüşlerini çarpıcı bir biçimde yansıtabilmek amacıyla doğrudan alıntılara sık sık yer verebilmektedir. Bu analiz türünde temel amaç elde edilmiş olan bulguların okuyucuya özetlenmiş ve yorumlanmış bir biçimde sunulmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Betimsel analizde, Soru Formunda yer alan sorular, temaları oluşturmuştur. Bu araştırmada temalar; psikolojik danışmanların Covid-19'a, yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya, yüz yüze ve çevrimiçi eğitim almaya ilişkin görüşleri biçimindedir. Psikolojik danışmanların görüşlerinde olumlu ve olumsuz olan bütün görüşlere dikkat edilmiştir. Analiz sonucunda oluşturulan temalar ve kategorileri en iyi biçimde açıklayan ve birebir alıntı olarak kullanılabilen cümleler belirlenmiş ve ilgili bölümlerde bunlara yer verilmiştir. Katılımcıların ifadelerinden yapılan alıntılarda, isimleri belirtilmemiş ve kodlama yapılmıştır. Bunun için harfler ve kod numaraları kullanılmıştır. Yüksek lisans öğrenimini gören psikolojik danışmanlar için "YLPD1'den YLPD10'a kadar; ve doktora öğrenimini gören psikolojik danışmanlar için DRDP1'den DRPD5'e kadar kod ve numara verilmiştir.

Nitel analizde geçerliği sağlamak için, toplanan veriler betimsel bir yaklaşımla sunulmuş; katılımcıların doğrudan alıntılarına yer verilmiştir. Olumlu ifadelerin yanı sıra olumsuz ifadeler de olduğu gibi verilmiştir. Araştırmacı, araştırmaya katılan psikolojik danışmanlarla birlikte bu süreci geçirmiştir (Lub, 2015; Creswell, 2017). Nitel analizde güvenilirliği sağlamak için ise temaların ve kodlarının kontrolü yapılmıştır. Kodlarla veriler sürekli olarak karşılaştırılmıştır (Creswell, 2017). Ayrıca, güvenilirliğini sağlamak için Soru Formundaki veriler, araştırmacı tarafından iki farklı zamanda (bir hafta aralıkla) gözden geçirilmiş, gerekli değişiklikler ve yeni kodlamalar yapılmıştır. Her iki çözümlemedeki tutarlılığa bakılmıştır. Miles ve Huberman'ın (1994) içsel tutarlılık olarak belirtmiş olduğu, kodlayıcılar arasındaki görüş birliği olan Benzerlik: Güvenirlik/Uzlaşma Yüzdesi= $\frac{\text{Görüş Birliği}}{\text{Görüş Birliği} + \text{Görüş Ayrılığı}} \times 100$ formülü kullanılarak hesaplanır. Kodlayıcılar arası görüş birliğinin en az % 80 olması gerekir (Akt: Özdemir ve Avcı, 2019). Bu araştırmada, uzlaşma yüzdesi %95 olarak belirlenmiştir.

Araştırmada, nitel veriler nicel verilere dönüştürülerek, geçerlik ve güvenilirliğini arttırmak, yanlılığı azaltmak, tema ya da kodlar arasında karşılaştırmalar yapmak da amaçlanmıştır. Araştırmada, nitel analiz ile birlikte nicel analiz olarak, frekans değerleri ve yüzdelik değerler de hesaplanmıştır. Araştırmada, nitel verilerin sayısallaştırılması için kelime sıklık hesapları ve yüzde hesapları olmak üzere iki yöntemle gerçekleştirmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2006).

BULGULAR

Belirtilen problem sorusunun /amacın ayrıntılı bir şekilde incelenmesi için 15 psikolojik danışmandan (10 yüksek lisans öğrencisi psikolojik danışman ve 5 doktora öğrencisi olan uzman psikolojik danışman) elde edilen veriler doğrultusunda, bulgular aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1'de, psikolojik danışmanların Covid-19'a, yüz yüze psikolojik danışma yapmaya, çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya, yüz yüze eğitime ve çevrimiçi eğitime ilişkin

görüşlerinin incelenmesi teması altında 7 alt tema, kodlar, kodu ifade eden psikolojik danışmanlar ve kodun frekansı ve yüzdelik değerleri verilmiştir.

Tablo 1. Psikolojik Danışmanların Covid-19'a, Yüz Yüze ve Çevrim İçi Psikolojik Danışma Yapmaya, Yüz Yüze ve Çevrimiçi Eğitim Almaya İlişkin Görüşlerine Ait Bulgular

Alt Temalar ve Kodlar	f	%
1)Psikolojik Danışmanların Covid-19 İle İlgili Düşünceleri		
<ul style="list-style-type: none"> • Tehlikeli(DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/ YLPD1/YLPD2/YLPD3/YLPD4/YLPD5/YLPD6/YLPD7/YLPD8/YLPD9/ YLPD10) -“Covid-19'un ülkemizde de görülmeye başladığında tehlikenin ne kadar büyük olduğunu fark ettim” (YLPD5) 	15	100
<ul style="list-style-type: none"> • Önem Almaya Gerektirmekte(DRPD1/DRPD2/DRPD3/ DRPD4/YLPD1/YLPD2/ YLPD5/YLPD8/YLPD9/YLPD10) -“Bilimsel bilgi gerekliliğine inandığım için bilim kurulu tarafından söylenen maske, eldiven vb. bütün bireysel tedbirleri alıyorum” (DRPD3) -“Ekonomik, siyasi ve sağlık sektörü olarak gereken tedbirleri alınmalı” (YLPD2) 	10	66.67
<ul style="list-style-type: none"> • Zorlayıcı Bir Süreç(YLPD1/YLPD3/YLPD4/YLPD8/YLPD10) - “Covid-19 süreci kadar, Covid-19 sürecinden sonraki psikolojik etkiler, maddi sıkıntılar ve özellikle çocukların eğitimlerinin sekteye uğraması sebebiyle şu an kadar zorlayıcı bir süreç yaşayacağımızı düşünüyorum” (YLPD1) - “Sürece alışmak bir düzen kurmak zamanımı aldı. İlk başta bu konuda oldukça zorlandım” (YLPD4) 	5	33.33
<ul style="list-style-type: none"> • Önlemlerle Kontrol Edilebilir(YLPD2/YLPD5/YLPD8) -“Pek çok insanın aksine doğru ve sıkı tedbirlerle kısa bir sürede dünyanın bu salgını kontrol alabileceğini düşünenlerdenim” (YLPD2) 	3	20
<ul style="list-style-type: none"> • Zarar Verici(YLPD1/YLPD6) -“Covid-19'un sağlık dışında, ekonomiye, eğitim sistemlerine ve ilişkilere de çok zarar verdiğini düşünüyorum” (YLPD1) 	2	13.33
2)Psikolojik Danışmanların Covid-19 İle İlgili Duyguları		
<ul style="list-style-type: none"> • Kaygı, Korku, Endişe(DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/ YLPD1/YLPD2/YLPD3/YLPD4/YLPD5/YLPD6/YLPD7/YLPD8/YLPD9/ YLPD10) -“Virüsün bulaşma hızının çok yüksek olması ve yeni bir virüs türü olması da beni kaygılandırıyor”. (YLPD7) -“Dışarı çıkmak durumunda kaldıktan sonra eve geldiğimde yaşadığım "virüs kapmış olabilirim", düşüncesi bende kaygı uyandırıyor. (YLPD10) -“ Babam 61 yaşında kronik koah hastası, kalbinde 3 stent takılı ve diyabet de eşlik ediyor. Bu hastalıklarına rağmen pandemi hastanesi olan çapa tıp fakültesinde çalışıyor ve hafta içi her gün metroyu kullanarak işe gidip gelmek zorunda. Her gün diken üzerinde geçiyor, ben kendi adıma acaba ne zaman bulaşacak, bulaşırsa atlatabilecek mi düşüncesinden, vefat ederse hayatımız nasıl olura kadar düşünürken buluyorum bazen kendimi”. (YLPD7) 	15	100
<ul style="list-style-type: none"> • Üzüntü(DRPD1/DRPD2/DRPD3/ YLPD5/YLPD6) -“Ertelemek zorunda olduğum bir düşüncüm, yanan uçak biletlerim var.Ülkemizde maddi açıdan çok kötü durumda olan, virüsten dolayı işini kaybeden insanlar var. Çok üzülüyorum”. (DRPD2) 	5	33.33
<ul style="list-style-type: none"> • Öfke (YLPD2/YLPD7/YLPD8/YLPD9) -“Olayların sorumlusu olduğunu düşündüğüm kişi, kurum ve devletlere karşı 	4	26.67

yoğun bir öfke duyuyorum. Ve tabii ki dışarıda gezip tozan ve virüsü dalga dalga yayan umarsız insanlara da". (YLPD2)		
-“Yapmaktan keyif aldığım şeyleri virüs sebebiyle yapamadığımı düşündüğümde öfkeleniyorum.” (YLPD8)		
• Sıkıntı (DRPD5/YLPD5/YLPD7/YLPD10)	4	26.67
- “Sürekli evde olmak ve aynı şeyleri tekrar etmek canımı sıkıran bir durum” (YLPD7)		
• Şaşkınlık (DRPD2/ YLPD5/ YLPD 10)	3	20
-“Tarihte hep salgınlar olmuş diye okurken şimdi tarihe tanıklık etmek, ilerideki kuşaklar tarafından okunacak bir dönemin kahramanı olmaktan ötürü ise oldukça şaşkınum”. (DRPD2)		
- Virüsün hızla yayılması ve ülkemize ulaşması bende öncelikle şaşkınlık meydana getirdi” (YLPD5)		
• Bıkkınlık (YLPD4/YLPD5)	2	13.33
-“Bu sürecin bitmesi için sabırsızlanıyorum. Bütün imkansızlıklar, baskılar bıkmışlık hissi uyandırıyor”. (YLPD5)		
• Özlem (DRPD3/YLPD8)	2	13.33
- “Evdeki izolasyon sürecimde, yürümeyi, dışarıda arkadaşlarımla vakit geçirmeyi, sosyalleşmeyi özledim” (DRPD)		
-“ Virüsün sebep olduğu sosyal izolasyon dolayısıyla yapamadığım aktivitelere olan özlemim arttı”. (YLPD8)		
• Umutsuzluk (YLPD5)	1	6.67
-“Covid-19'un uzun sürebileceğini düşünüyorum. Bu düşünce de beni kendi geleceğim ve ülkenin geleceği adına umutsuzluğa yönlendiriyor” (YLPD8)		
• Mutlu (DRPD3/YLPD5/ YLPD6/ YLPD9)	4	26.67
-“Okul ve iş hayatımdan dolayı evde ailemle pek vakit geçiremiyordum. Bu süreçte ailemle vakit geçirme şansına sahip olmak da beni sevindirdi”.(YLPD5)		
- “Salgından önce zamanımın çoğunu dışarıda geçirdiğim için şu anda evde olmanın verdiği huzur verici yanları keşfetmenin mutluluğunu yaşıyorum”.(YLPD9)		
• Umutlu (DRPD1/ DRPD3)	2	13.33
-“Covid-19'la ilgili ilaç ve aşı bulunacak.Normal yaşamımıza geri döneceğimiz konusunda umutluyum.” (DRPD3)		
3) Covid-19'un Psikolojik Danışmanların Yaşamlarına Olan Etkileri	15	100
• Yaşantıdaki Değişim (DRPD1/DRPD2/DRPD3 /DRPD4/DRPD5 / YLPD1/ YLPD2/YLPD3/YLPD4/YLPD5/YLPD6/YLPD7/YLPD8/YLPD9/ YLPD10)		
-“Ailemden ayrı ve izole yaşamama, çalışma düzeninin değişmesine, ilgi ve hobi alanlarının değişmesine sebep oldu.” (DRPD3)		
-“Evden çalışabileceğim bir iş ve eğitim ortamını hiç hayal etmiyordum ama bu süreç hepimize yeni deneyimler yaşattı. Herşey değişti. Bunların büyük ve güzel tecrübeler olduğunu düşünüyorum. Gerektiğinde böyle bir çalışma hayatı oluşturmaya dair de yeni fikirlerim oluştu”. (YLPD1)		
-“ Covid-19'la birlikte sahip olduğum tüm sosyal yaşam ve akademik yaşamım büyük çapta değişime uğradı (YLPD8)		
-“Uyku düzenim değişti”. (PDDR4)		
-“Daha fazla temizlik yapmaya başladım.” (DRPD5)		
-“Aile yaşamımızda tartışmalar arttı” (YLPD2/ YLPD7)		
• Sosyal Yaşamda İzolasyon (DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5 /YLPD1/YLPD2/YLPD4/YLPD5/YLPD6/YLPD7/YLPD8/YLPD9/YLPD10)	14	93.33
-“İlk başta sosyal bir izolasyon içine girdim. Daha önce bir çok insanla sosyal ilişkiler		

<p>çindeyken, işe giderken, doktora eğitimimde hocalarım ve arkadaşlarım ile yüz yüze iletişim halindeyken bu durum sona erdi”(DRPD1)</p> <p>-“Sosyal hayatım bir anda sıfıra indi. Her gün üniversitede arkadaşlarımla ve hocalarım ile etkileşim halindeyken bir gün sonra kendimi ne kadar süreceğini bilmediğim bir süreç içinde buldum”(YLPD2)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Egzersiz Yapma, Dans Etme, Film İzleme, Kitap Okuma Sayısının Artması</u> (DRPD2/DRPD3/DRPD5/YLPD1/YLPD3/ YLPD7/YLPD10) <p>-“Evdeki kitap sayımızda bu süreçte bir artış oldu ve haftalık kitap okuma sayımız arttı”.(YLPD1)</p> <p>- “Egzersiz yapıyorum, dans ediyorum, izleyemediğim film ve dizileri izliyorum (YLPD3)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Mesleki Gelişime Odaklanma</u> (DRPD5/YLPD1/YLPD3/ YLPD6/ YLPD7) <p>-“Canlı yayınlarla yapılan birçok seminere katılma fırsatım oluyor”. (DRPD5)</p> <p>-“Zamanımız fazla olduğundan dolayı mesleki gelişimimle ilgili yüksek lisans grubumla birlikte daha fazla çalışma yapmaya başladım”. (YLPD1)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Farkındalığın Artması</u>(DRPD1/ YLPD1/YLPD3) <p>- “Covid-19 yaşama karşı daha farkında ve anlamlı bakma konusunda katkılar sağladı”. (DRPD1)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Teknoloji Kullanımıyla İlgili Beceriler Kazanma</u>(DRPD5/YLPD1/YLPD7) <p>-“ Teknoloji kullanımı ile ilgili yeni beceriler kazandım” (DRPD5)</p>	7	46.67
<p>4) Psikolojik Danışmanların Yüz Yüze Psikolojik Danışma Yapmalarına İlişkin Görüşleri</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Etkili</u>(DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/YLPD1/YLPD2/YLPD3/ YLPD4/YLPD5/YLPD6/YLPD7/YLPD8) <p>- “Yüz yüze danışmanlıkta bazı teknikleri (örneğin; boş sandalye tekniği) kullanmanın daha kolay olması, danışanın süreçten fayda görmesini daha da kuvvetlendiriyor. Ayrıca, danışan daha etkin oluyor, daha fazla yoğunlaşabiliyor, seanslara katılabilmek için daha fazla çaba sarf ediyor. Ev ödevlerini yapıyor, uygulamalara daha güvenle ve etkili katılıyor”. (DRPD4)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Jest ve Mimiklere Dikkati Kolaylaştırıcı</u> (DRPD1/DRPD2/DRPD3/ DRPD4/DRPD5/YLPD1/YLPD3/YLPD6/YLPD/ YLPD8/ YLPD9/ YLPD10) <p>-“Yüz yüze psikolojik danışma yapmam danışanın jest ve mimiklerini daha iyi gözleme fırsatı sunuyor” (DRPD4)</p> <p>-“Danışanın giyim tarzından, odaya girişinden çıkışından da yaşam tarzına ve davranışlarına ait ipuçları yakalayabilmemiz yüz yüze psikolojik danışmada avantaj sağlıyor” (YLPD10)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Tercihimde Olan</u> (DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/YLPD1/ YLPD6 /YLPD7) <p>-“Yüz yüze psikolojik danışma yapmayı çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya tercih ediyorum”. (YLPD7)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Terapötik İlişkinin Daha Hızlı Kurulması</u> (DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/YLPD4/YLPD5/YLPD6) <p>-“Danışmanla danışanın, aynı ortamda bulunmasının, güven ilişkisini karşılıklı olarak olumlu etkilediğini ve terapötik ilişkinin daha kolay kurulduğunu düşünüyorum”. (DRPD3)</p> <p>- “Yüz yüze danışmanın avantajları danışan ile terapötik ilişkinin çevrimiçi danışmaya göre daha hızlı ve çabuk kurulmasıdır”. (YLPD4)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Gizliliği Sağlayıcı</u> (DRPD5/YLPD1/YLPD3/YLPD5/YLPD9/YLPD10) <p>-“Gizlilik ile ilgili endişelerimiz olmaması neenile psikolojik danışmanı da danışanı</p>	13	86.67
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Jest ve Mimiklere Dikkati Kolaylaştırıcı</u> (DRPD1/DRPD2/DRPD3/ DRPD4/DRPD5/YLPD1/YLPD3/YLPD6/YLPD/ YLPD8/ YLPD9/ YLPD10) <p>-“Yüz yüze psikolojik danışma yapmam danışanın jest ve mimiklerini daha iyi gözleme fırsatı sunuyor” (DRPD4)</p> <p>-“Danışanın giyim tarzından, odaya girişinden çıkışından da yaşam tarzına ve davranışlarına ait ipuçları yakalayabilmemiz yüz yüze psikolojik danışmada avantaj sağlıyor” (YLPD10)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Tercihimde Olan</u> (DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/YLPD1/ YLPD6 /YLPD7) <p>-“Yüz yüze psikolojik danışma yapmayı çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya tercih ediyorum”. (YLPD7)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Terapötik İlişkinin Daha Hızlı Kurulması</u> (DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/YLPD4/YLPD5/YLPD6) <p>-“Danışmanla danışanın, aynı ortamda bulunmasının, güven ilişkisini karşılıklı olarak olumlu etkilediğini ve terapötik ilişkinin daha kolay kurulduğunu düşünüyorum”. (DRPD3)</p> <p>- “Yüz yüze danışmanın avantajları danışan ile terapötik ilişkinin çevrimiçi danışmaya göre daha hızlı ve çabuk kurulmasıdır”. (YLPD4)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Gizliliği Sağlayıcı</u> (DRPD5/YLPD1/YLPD3/YLPD5/YLPD9/YLPD10) <p>-“Gizlilik ile ilgili endişelerimiz olmaması neenile psikolojik danışmanı da danışanı</p>	12	80
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Tercihimde Olan</u> (DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/YLPD1/ YLPD6 /YLPD7) <p>-“Yüz yüze psikolojik danışma yapmayı çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya tercih ediyorum”. (YLPD7)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Terapötik İlişkinin Daha Hızlı Kurulması</u> (DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/YLPD4/YLPD5/YLPD6) <p>-“Danışmanla danışanın, aynı ortamda bulunmasının, güven ilişkisini karşılıklı olarak olumlu etkilediğini ve terapötik ilişkinin daha kolay kurulduğunu düşünüyorum”. (DRPD3)</p> <p>- “Yüz yüze danışmanın avantajları danışan ile terapötik ilişkinin çevrimiçi danışmaya göre daha hızlı ve çabuk kurulmasıdır”. (YLPD4)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Gizliliği Sağlayıcı</u> (DRPD5/YLPD1/YLPD3/YLPD5/YLPD9/YLPD10) <p>-“Gizlilik ile ilgili endişelerimiz olmaması neenile psikolojik danışmanı da danışanı</p>	8	53.33
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Terapötik İlişkinin Daha Hızlı Kurulması</u> (DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/YLPD4/YLPD5/YLPD6) <p>-“Danışmanla danışanın, aynı ortamda bulunmasının, güven ilişkisini karşılıklı olarak olumlu etkilediğini ve terapötik ilişkinin daha kolay kurulduğunu düşünüyorum”. (DRPD3)</p> <p>- “Yüz yüze danışmanın avantajları danışan ile terapötik ilişkinin çevrimiçi danışmaya göre daha hızlı ve çabuk kurulmasıdır”. (YLPD4)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Gizliliği Sağlayıcı</u> (DRPD5/YLPD1/YLPD3/YLPD5/YLPD9/YLPD10) <p>-“Gizlilik ile ilgili endişelerimiz olmaması neenile psikolojik danışmanı da danışanı</p>	8	53.33
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Gizliliği Sağlayıcı</u> (DRPD5/YLPD1/YLPD3/YLPD5/YLPD9/YLPD10) <p>-“Gizlilik ile ilgili endişelerimiz olmaması neenile psikolojik danışmanı da danışanı</p>	6	40

<p>da rahatlatan bir süreç".(YLPD10)</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Ortamı Düzenlemek, Kontrolü Sağlamak Mümkün</u> (DRPD5/YLPD1/YLPD3/YLPD8/YLPD10) <p>-Psikolojik danışma ortamını kullanacağımız tekniklere göre (örneğin; boş sandalye tekniği) düzenleyebilme imkânı tanıdığından dolayı, tekniğin uygulanmasında oluşabilecek materyale dayalı ve ortamsal problemlerin önüne geçebiliyorduk". (YLPD1)</p> <p>-"Danışma yapacağım ortamı hazırlamak, danışanımdan önce oraya ulaşip hazırlıklarımı yapmak, sekreter dosyama hazırlayarak sandalyeme oturmak bana kendimi iyi hissettiren unsurlardandır. Böyle olduğunda sürece dair kontrolümün çok daha fazla olduğunu hissediyorum". (YLPD8)</p>	5	33.33
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Danışanın Sorumluluğunu Arttırıcı</u> (DRPD4/YLPD1/YLPD4/YLPD8) <p>-"Danışanın farklı bir ortama gelerek, kendi vaktinden zamanından ayırarak ve özellikle mekân değiştirerek bir yardım almasının danışanın sorumluluk almasını kolaylaştırdığını düşünüyorum". (YLPD1)</p>	4	26.67
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Odaklanmayı Arttırıcı</u> (DRPD4/YLPD1/YLPD10) <p>-" Genel olarak yüz yüze iletişimin daha etkili ve danışanın farkındalığını daha aktif tutmasına yardımcı olduğunu düşünüyorum". (DRPD4)</p> <p>"Yüz yüze psikolojik danışma, psikolojik danışmanın odaklanmasını daha kolay sağlıyor". (YLPD10)</p>	3	20
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Mutluluk Verici</u> (DRPD2/YLPD2/YLPD9) <p>-"Yüzyüze psikolojik danışmada aynı havayı soluyarak, ilişkiyi her geçen gün daha da güçlendirmekten mutluluk duyuyorum". (DRPD2)</p>	3	20
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Ekonomik Değil (Zaman, Yer, Para, Ulaşım vb)</u>(DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/YLPD1/YLPD4/YLPD7/YLPD10) <p>- "Yüz yüze danışmanın dezavantajı özellikle İstanbul'da danışanların trafik çekerek, yolda yorularak ve daha fazla zaman ayırmak zorunda kalarak danışmaya gelmeleri. Bir saatlik danışma süreci, gidilen yol ile beraber danışanın daha fazla vaktini alabiliyor, zaten zamanı koşturmakla geçen üniversite öğrencileriyle danışma yaptığım için bu durumu bir dezavantaj olarak görüyorum." (DRPD2)</p> <p>-Her danışan oturumlarımızı gerçekleştireceğimiz lokasyonlara yakın olmadığından dolayı herkes bu imkândan yararlanamıyordu. Bu yüzden yoğun bir süreçte olan danışanlar seansları bırakabiliyor". (YLPD1)</p>	8	53.33
<p>5) Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Yapmalarına İlişkin Görüşleri</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Ekonomik (Zaman, Yer, Para, Ulaşım vb)</u>(DRPD1/DRPD2/DRPD4/DRPD5/YLPD1/YLPD2/YLPD3/YLPD4/YLPD5/YLPD6/YLPD7/YLPD8/YLPD9/YLPD10) <p>-"Çevrimiçi psikolojik danışma, her an ve her yerde psikolojik danışma hizmeti almaya imkan tanıyor. Yoğun iş temposunda yüz yüze danışmaya gelemeyecek bireylere yönelik zaman tasarrufu sağlıyor. Psikolojik danışmanlara mesafe sınıfı tanımaksızın ulaşılabilme imkanını tanıyor" (DRPD1)</p> <p>-Ev ortamımda kendi belirlediğim bir konumda danışmayı yapabilmek beni daha rahat hissettiriyor. Danışanımda da bu rahatlığı hissettiğimi söyleyebilirim. Yine masada çalıştığım için önemli noktaları sekreter dosyama not almam daha kolay oluyor". (YLPD6)</p> <p>-"Çevrimiçi psikolojik danışmanın en büyük avantajını kolay ulaşılabilir olması olduğunu düşünüyorum. Danışanlar evlerinden çıkmadan, istedikleri yerden (uygun ortam), tamamen kendi seçimleriyle istedikleri her psikolojik danışmandan psikolojik</p>	14	93.33

danışma yardımı alabilirler". (YLPD1)		
<ul style="list-style-type: none">• <u>Olumsuz Bakış Açım Değişti</u>(DRPD2/YLPD1/YLPD2/YLPD3/YLPD5/YLPD7/YLPD9) <p>-“İlk çevrimiçi psikolojik danışma deneyimimi bu süreçte yaşadım. Daha önce çevrimiçi psikolojik danışmaya sıcak bakmıyordum. Danışanla aynı odada olmanın yerini tutmaz diye düşünüyordum. Öte yandan çevrimiçi danışma yapmaya başlayınca düşündüğüm gibi olmadığını gördüm. Yine danışanlarımı anlayabiliyorum, duygularını yakalayabiliyorum. Süreç mekanik gitmiyor, danışanlarımın sürece katılmada da bir sıkıntılarının olduğunu görmüyorum. Rahat anlatabiliyorlar ve kendilerine dair farkındalık geliştirebiliyorlar”. (DRPD2)</p> <p>-“Çevrimiçi psikolojik danışmaya başlangıçta olumsuz bakıyordum. Etkili olmayacağını ve yüz yüze psikolojik danışmada kullandığımız teknikleri kullanmada problem oluşturacağını düşünüyordum. Terapötik ilişkinin de yüz yüze psikolojik danışma kadar sağlıklı bir şekilde kurulabileceğine dair inancım azdı. Fakat Covid-19 sürecinde haftada beş tane online danışma yapmaya başlamamla birlikte çevrimiçi psikolojik danışmanın yararlı olduğunu gördüm”(YLPD2).</p> <p>-“Çevrimiçi psikolojik danışmaya başlamadan önce o kadar fazla önyargılıydım ki bir ara ciddi anlamda dersten kalmayı bile göze almıştım. Psikolojik danışmanın yüz yüze yapılması gerektiğini ve asla bilgisayar aracılığıyla yapılmayacağını düşünüyordum. Kendime bunu denemek için bir fırsat verdiğimde bile eğer hoşlanmazsam ve etkili olduğunu düşünmezsem süreci sonlandırır ve yine dersten kalırım diyerek telkin etmiştim kendimi. Ve çevrimiçi danışma yapmak zorunda bırakıldığım için çok öfkeliydim. Ancak ilk oturumdan itibaren hiç düşündüğüm gibi olmadığını fark ettim. Bu noktadan sonra tüm önyargılarım kırıldı ve yüz yüze psikolojik danışmada olduğu gibi yüksek motivasyon ve doyumla oturumlara devam ettim. Herhangi bir teknik aksaklık yaşamadım ve oturumların beklediğimden çok daha iyi geçtiğini fark ettim”. (YLPD3)</p>	7	46.66
<ul style="list-style-type: none">• <u>Verimli</u>(DRPD2/DRPD4/YLPD1/YLPD2/YLPD3/YLPD5/YLPD6/YLPD7/ YLPD9) <p>-“Çevrimiçi psikolojik danışmanın da etkili ve verimli olduğunu düşünüyorum”. (DRPD2)</p>	9	60
<ul style="list-style-type: none">• <u>Teknolojik Sorunları Var</u>(DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5 /YLPD1/YLPD2/YLPD3/YLPD4/YLPD7/YLPD8/YLPD9/YLPD10) <p>-“Çevrimiçi psikolojik danışma yaparken bazı teknolojik engeller ve ekipman sıkıntıları yaşanabiliyor. Bu ekipmanların hem psikolojik danışmada hem de danışanda var olması gerekiyor. Bu yüzden bazı danışanlar çevrimiçi yardıma çok ihtiyaç duysa da bağlantı kuracakları teknolojik aletlerinde oluşan kamera, ses sorunları sebebiyle de psikolojik danışma yardımını alma imkânı bulamayabiliyorlar. Ayrıca elektrik kesintileri, internet bağlantısının yokluğu ya da zayıflığı, kullanılan yazılım ya da programların güncel olmaması sebebiyle yaşanan sorunlar da danışma sürecinde problem yaratan ve odaktan kopmayı sağlayan durumlardan”. (YLPD1)</p>	13	86.67
<ul style="list-style-type: none">• <u>Gizlilikle İlgili Sorunları Olabilir</u>(DRPD2/DRPD4/DRPD5 /YLPD1/YLPD2/YLPD6/YLPD7/YLPD8) <p>-“Danışanın gizliliği ne derece sağlayabildiğinden emin olamıyorum. Bir anda danışanın bulunduğu odaya biri gelebiliyor veya başka bir odadan birisi danışana seslenip süreci bölebiliyor. Ortamın yüzyüze danışma ortamı kadar mahrem olmamasını bir dezavantaj olarak nitelendiriyorum” (DRPD1)</p> <p>-“Oturumlar çevrimiçi ortamlarda gerçekleştirildiği için uygulamaların güvenliklerinden emin olmak da bir diğer dezavantaj”.(YLPD8)</p>	8	53.33
<u>Tek Başına Verimsiz</u> (DRPD3)	1	6.67

-“Çeşitli tekniklerin uygulanması konusunda da yüz yüze kadar etkili bir ortam olmadığımı düşünüyorum. Yüzyüze başlanan bir sürecin çevrimiçi devam etmesi, çevrimiçi başlayan bir sürece göre çok daha sağlıklı ilerler gibi görünüyor”. (DRPD3)		
6)Psikolojik Danışmanların Yüksek Lisans / Doktora Eğitiminlerinin Yüz Yüze Yapılmasına İlişkin Görüşleri		
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Verimli</u>(DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD4/DRPD5/YLPD1/YLPD2/YLPD3/YLPD6/YLPD7/YLPD8/YLPD9/ YLPD10) <p>-“Eğitimci ile öğrencinin aynı havayı soluması, bana eğitimcinin duygusal olarak da daha ulaşılabilir olduğu hissini veriyor. Tepkilerimin yanlış anlaşılma ihtimali daha az, çıkabilecek iletişim problemleri daha kolay çözülebilir gibi geliyor.Bu nedenle, daha verimli ve nitelikli”. (DRPD2)</p> <p>-“ Yüz yüze eğitimde etkileşimin daha yoğun olması verimi artıran önemli faktörlerden biri”. (YLPD7)</p>	13	86.67
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Motive Edici</u>(DRPD1/DRPD3/DRPD5/YLPD1/YLPD2/YLPD3/YLPD7/YLPD8/YLPD9/ YLPD10) <p>-“Öğrenme sürecinde ders aldığımız hocalarımızla ve arkadaşlarımızla yüz yüze bir ortamda buluşmak derse olan motivasyonu artırmaktadır” (DRPD1)</p> <p>-“Yüz yüze aldığım yüksek lisans eğitimimde sabah kalkıp hazırlanarak okula gitmek ve derslere katılmak kendime ve eğitimime yaptığım bir yatırım gibi geliyor. Sonrası için motive olmamı sağlıyor (YLPD8)</p>	10	66.67
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Odaklanmayı Arttırıcı</u>(DRPD4/DRPD5/YLPD1/YLPD2/YLPD4/YLPD6/ YLPD10) <p>-“Yüz yüze eğitim ders esnasında farkındalığın daha yüksek düzeyde olmasını ve dikkati daha fazla yoğunlaşabilmesini sağlıyor” (DRPD4)</p> <p>-“Yüksek lisans eğitiminin yüz yüze yapılması; eğitim dönemine iyi odaklanmamı sağlıyor”. (YLPD10)</p>	7	46.67
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Sosyalleşmeyi Sağlayıcı</u>(DRPD2/DRPD5/YLPD1/YLPD5/YLPD9) <p>- “Derste öğrendiklerimiz ya da günlük hayatımız hakkında arkadaşlarımla konuşmak, birlikte yemek yemek, kahve içmek ruhsal olarak da iyi hissettiren ve aldığım eğitimden daha çok keyif almamı sağlayan etmenler”. (DRPD5)</p>	5	33.33
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Değerli</u> (DRPD5/YLPD1) <p>-“İletişim içinde olmak, canlı canlı göz teması kurmak, iletişim kurarken karşımdaki kişinin beden dilini görebilmek çok değerli”. (DRPD5)</p>	2	13.33
<ul style="list-style-type: none"> • <u>İşbirliğini Sağlayıcı</u> (YLPD1) <p>-“Yüz yüze eğitim almak, grup çalışmaları yapmayı ve birlikte iş birliği ile çalışmayı arttıran bir ortam sağlıyordu”. (YLPD1)</p>	1	6.67
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Ekonomik Değil (Zaman, Yer, Para, Ulaşım vb)</u>DRPD2/YLPD1/YLPD4 /YLPD5/YLPD9) <p>- “Yüz yüze eğitim, ekonomik değil. Derslere yetişmem ve okulda bulunmam gerekiyor. Bunun için trafikte yaklaşık bir saat vakit geçirmem ve evden çıkmadan önce de hazırlık yapmam gerekiyor. Bu açıdan yüz yüze eğitim benden daha fazla zamanımı alıyordu. Bunu yüz yüze eğitimin olumsuz yanlarından sayabilirim”. (YLPD5)</p>	5	33.33
7)Psikolojik Danışmanların Yüksek Lisans/Doktora Eğitiminlerinin Çevrimiçi Yapılmasına İlişkin Görüşleri		
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Verim Öğretim Üyesine Bağlı</u> (DRPD2/ DRPD3/ YLPD1/ YLPD2/ YLPD3/ YLPD5/ YLPD6/ YLPD7/ YLPD8/ YLPD10) <p>-“Çevrimiçi derslerde, dersin işlenişi ve ders hocası faktörü çok önemli. Hoca kendisi anlatıp geçiyorsa, ben dahil olamıyorsam aldığım verim yüz yüze derse göre çok daha düşüyor. Karmaşının değil de düzenin olduğu; herkesin sırayla konuşma</p>	10	66.67

<p>sistemini oturttuğu dersler benim için yüz yüze kadar verimli geçiyor". (DRPD2)</p> <p>-Çevrimiçi eğitimde, öğretim üyesi faktörü bence çok daha net öne çıkıyor. Daha hızlı adapte olan ve empati kurduğunu hissettiğimiz hocalarımızın dersleri benim açımdan çok daha verimli geçiyor (YLPD6)</p> <p>- Yüz yüze eğitimden çevrimiçi eğitime döndüğümüzde, "Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması" dersinde hocamız, yüzyüze işlenen ders formatında olduğu gibi, ders işleniş tarzında değişim yapmadan, dersi kolaylık işleyebilmemizi sağladı". (YLPD6)</p> <p>- "Öğretim görevlisinin ders işleyiş biçimi çevrimiçi süpervizyonu etkili kılan faktörlerden birisi.Çevrimiçi süpervizyonla, yüz yüze süpervizyonla arasında çok fazla fark görmüyorum. Hocamız, çevrimiçi süreci iyi yönetiyor, derse aktif katılmamızı sağlıyor, sorularıyla bizim gelişimimize katkı sağlarken dikkatimizi sürekli derste tutmamızı sağlıyor". (YLPD2)</p> <p>• <u>Ekonomik (Zaman, Yer, Para, Ulaşım vb)</u>(DRPD2/DRPD4/DRPD5/YLPD1 /YLPD4/YLPD6/ YLPD9)</p> <p>-"Bireysel olarak eğitime il dışından devam ediyorm çevrimiçi eğitimin zaman kullanımı açısından olumlu kısımlarını daha fazla hissetmeme sebep oluyor. Derslere hazırlanma imkanını daha fazla bulabiliyorum. Fiziksel olarak daha az yorulduğum için çalışmalarına daha fazla yoğunlaşabiliyorum. Özellikle lisans üstü eğitim alırken çalışan popülasyon için çevrimiçi eğitim önemli katkıları sağlayabilir."(DRPD4)</p> <p>-"Trafik çekmemek, uyanıp direkt derse girebilmek büyük bir lüks ve hoşuma gidiyor". (DRPD2)</p> <p>• <u>Verimli (DRPD1/YLPD2/YLPD8)</u></p> <p>-"İnternet sorunu olmazsa, çevrimiçi eğitimin de en az yüz yüze eğitim kadar faydalı olduğunu düşünüyorum" (YLPD8)</p> <p>-"İçerik olarak yüz yüze eğitimde öğrendiğimiz bilgileri uzaktan eğitimle de edinebileceğimizi düşünüyorum. Böyle düşünmemde bireyle psikolojik danışma gibi üst düzey bir uygulama dersini dahi tek bir sorun yaşamadan uzaktan eğitimle çok verimli bir şekilde yürütmemiz etkili oldu". (YLPD2)</p> <p>• <u>Teknolojik Aksaklıkların Olması</u>(YLPD2/YLPD3/YLPD7/YLPD8/ YLPD9/YLPD10)</p> <p>- "Uzaktan eğitim alt yapısını kaliteli hale getirmeliler. Mevcut sistemde aksaklıklar var" (YLPD2)</p> <p>• <u>Verimi Düşürücü</u>(YLPD1/YLPD3/YLPD7/YLPD9/YLPD10)</p> <p>-"Bazı dersler için çevrimiçi eğitime gerek yok diye düşünüyorum. Özellikle sunum yoluyla dersi işlediğimiz hocalarımla dersler verimsiz geçiyor. Öfkeleniyorum. Çünkü bu sunumları evde zaten okuyabiliriz". (YLPD9)</p> <p>• <u>Yorucu</u> (YLPD1/YLPD4/YLPD7/YLPD9/YLPD10)</p> <p>-"Ekran karşısında anlatılanları dinlemek ve takip etmek yorucu bir şey. Tek bir odanın içinde bir dersten diğer derse geçmek yorucu olabiliyor". (YLPD4)</p> <p>• <u>Mekanik (DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD5)</u></p> <p>-"Sosyal ortamın olmaması nedeniyle mekanik buluyorum". (DRPD3)</p>	7	46.67
<p>• <u>Verimli (DRPD1/YLPD2/YLPD8)</u></p> <p>-"İnternet sorunu olmazsa, çevrimiçi eğitimin de en az yüz yüze eğitim kadar faydalı olduğunu düşünüyorum" (YLPD8)</p> <p>-"İçerik olarak yüz yüze eğitimde öğrendiğimiz bilgileri uzaktan eğitimle de edinebileceğimizi düşünüyorum. Böyle düşünmemde bireyle psikolojik danışma gibi üst düzey bir uygulama dersini dahi tek bir sorun yaşamadan uzaktan eğitimle çok verimli bir şekilde yürütmemiz etkili oldu". (YLPD2)</p>	3	20
<p>• <u>Teknolojik Aksaklıkların Olması</u>(YLPD2/YLPD3/YLPD7/YLPD8/ YLPD9/YLPD10)</p> <p>- "Uzaktan eğitim alt yapısını kaliteli hale getirmeliler. Mevcut sistemde aksaklıklar var" (YLPD2)</p>	6	40
<p>• <u>Verimi Düşürücü</u>(YLPD1/YLPD3/YLPD7/YLPD9/YLPD10)</p> <p>-"Bazı dersler için çevrimiçi eğitime gerek yok diye düşünüyorum. Özellikle sunum yoluyla dersi işlediğimiz hocalarımla dersler verimsiz geçiyor. Öfkeleniyorum. Çünkü bu sunumları evde zaten okuyabiliriz". (YLPD9)</p>	5	33.33
<p>• <u>Yorucu</u> (YLPD1/YLPD4/YLPD7/YLPD9/YLPD10)</p> <p>-"Ekran karşısında anlatılanları dinlemek ve takip etmek yorucu bir şey. Tek bir odanın içinde bir dersten diğer derse geçmek yorucu olabiliyor". (YLPD4)</p>	5	33.33
<p>• <u>Mekanik (DRPD1/DRPD2/DRPD3/DRPD5)</u></p> <p>-"Sosyal ortamın olmaması nedeniyle mekanik buluyorum". (DRPD3)</p>	4	26.67

Not: Psikolojik danışmanların ifadelerinde yer alan her kelime için frekans ve yüzdelik değerleri hesaplanmıştır.

Tablo 1'de görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların Covid-19'la ilgili düşünceleri şu şekildedir: Toplam 15 psikolojik danışmandan n=15'i (%100) Covid-19'un tehlikeli olduğunu; n=10'u (%66.67) Covid-19'la ilgili bireysel ve toplumsal olarak önlem alınmasının gerekli

olduğunu; n=5'i (%33.33) zorlayıcı bir süreç olduğunu; n=3'ü (%20) önlemlerle kontrol edilebileceğini; ve n=2'si (%13.33) zarar verici olduğunu belirtmişlerdir.

Tablo 1'de görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların Covid-19'la ilgili duyguları şu şekildedir: Toplam 15 psikolojik danışmandan n=15'i (%100) Covid-19'la ilgili kaygı, korku ve endişe; n=5'i (%33.33) üzüntü; n=4'ü (%26.67) öfke; n=4'ü (%26.67) sıkıntı; n=3'ü (%20) şaşkınlık; n=2'si (%13.33) bıkkınlık; n=2'si (%13.33) özlem; n=1'i (%6.67) umutsuzluk hissettiklerini belirtmişlerdir. Yine psikolojik danışmanlardan n=4'ü (%26.67) mutlu; ve n=2'si (%13.33) umutlu hissettiklerini belirtmişlerdir.

Tablo 1'de görüldüğü gibi, Covid-19'un psikolojik danışmanların yaşamlarına olan etkileri şu şekildedir: Toplam 15 psikolojik danışmandan n=15'i (%100) yaşamlarında değişiklik olduğunu; n=14'ü (%93.33) sosyal yaşamlarında izolasyon olduğunu; n=7'si (%46.67) egzersiz yapma, dans etme, film izleme ve kitap okuma sayısında artış olduğunu; n=5'i (%33.33) mesleki gelişime daha fazla odaklandığını; n=3'ü (%20) yaşamla ilgili farkındalığının arttığını; ve n=3'ü (%20) teknoloji kullanımıyla ilgili yeni becerileri kazandığını belirtmişlerdir.

Tablo 1'de görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların yüz yüze psikolojik danışma yapmalarına ilişkin görüşleri şu şekildedir: 15 psikolojik danışmandan n=13'ü (%86.67) yüz yüze psikolojik danışma yapmalarının etkili olduğunu; n=12'si (%80) danışanın jest ve mimiklerine dikkati kolaylaştırıcı olduğunu; n=8'i (%53.33) tercihinde olduğunu; n=8'i (%53.33) terapötik ilişkinin daha hızlı sağlandığını; n=6'sı (%40) gizliliği sağlamada etkili olduğunu; n=5'i (%33.33) ortamı düzenlemede ve kontrolü sağlamada etkili olduğunu; n=4'ü (%26.67) danışanını sorumluluğunu arttırıcı olduğunu; n=3'ü (%20) odaklanmayı arttırdığını; n=3'ü (%20) mutluluk verici olduğunu belirtmişlerdir. Yine psikolojik danışmanlardan n=8'i (%53.33) yüz yüze psikolojik danışma yapmanın zaman, yer, para, ulaşım vb konularında ekonomik olmadığını belirtmişlerdir.

Tablo 1'de görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma yapmalarına ilişkin görüşleri şu şekildedir: 15 psikolojik danışmandan n=14'ü (%93.33) çevrimiçi psikolojik danışma yapmanın zaman, yer, para, ulaşım vb konularında ekonomik olduğunu; n=9'u (%60) verimli olduğunu; n=7'si (%46.67) olumsuz bakış açısının değiştiğini belirtmişlerdir. Yine psikolojik danışmanlardan n=13'ü (%86.67) teknolojik sorunların olduğunu; n=8'i (%53.33) gizlilikle ilgili sorunları olduğunu ve; n=1'i (%6.67) çevrimiçi psikolojik danışmanın tek başına yeterli olmadığını belirtmişlerdir.

Tablo 1'de görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların yüksek lisans ve doktora eğitimlerini yüz yüze almalarına ilişkin görüşleri şu şekildedir: 15 psikolojik danışmandan n=13'ü (%86.67) yüz yüze eğitim almanın verimli olduğunu; n=10'u (%66.67) motive edici olduğunu; n=7'si (%46.67) odaklanmayı arttırdığını; n=5'i (%33.33) sosyalleşmeyi sağladığını; n=2'si (%13.33) değerli olduğunu; n=1'i (%6.67) işbirliğini sağladığını belirtmişlerdir. Yine psikolojik danışmanlardan n=5'i (%33.33) yüksek lisans ve doktora eğitimlerini yüz yüze almalarının zaman, yer, para, ulaşım vb konularda ekonomik olmadığını belirtmişlerdir.

Tablo 1'de görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların yüksek lisans ve doktora eğitimlerini çevrimiçi almalarına ilişkin görüşleri şu şekildedir: 15 psikolojik danışmandan n=10'u (%66.67) çevrimiçi eğitimde verim almanın öğretim üyesine bağlı olduğunu; n=7'si (%46.67) zaman, yer, para, ulaşım vb konularda ekonomik olduğunu; ve n=3'ü (%20) verimli

olduğunu belirtmişlerdir. Yine psikolojik danışmanlardan n=6'sı (%40) teknolojik aksaklıklarının olduğunu; n=5'i (%33.33) verimi düşürdüğünü; n=5'i (%33.33) yorucu olduğunu; n=4'ü (%26.67) mekanik olduğunu belirtmişlerdir.

TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmada, psikolojik danışmanların Covid-19'a, yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya, yüz yüze ve çevrimiçi eğitim almaya ilişkin görüşlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla elde edilen bulguların tartışma ve yorumu aşağıda sunulmuştur:

Psikolojik Danışmanların Covid-19'a İlişkin Görüşleri:

Araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmanlar Covid-19'un tehlikeli olduğunu, Covid-19'la ilgili bireysel ve toplumsal olarak önlem alınmasının gerekli olduğunu, zorlayıcı bir süreç olduğunu, önlemlerle kontrol edilebileceğini ve zarar verici olduğunu belirtmişlerdir. Medyada ve çevremizde Covid-19 hastalarının haberlerini izlemek, hastaları görmek, tehdit edici süreç içinde işe gitme durumunda kalmak, günlük ihtiyaçları karşılarken "hastalık kapılabilir" düşüncesi ile huzursuzluk, mutsuzluk, kaygı endişe duygularını hissetmek; sınırlandırarak, her zaman yapılan aktivitelerin yapılamaması ya da zorunlu olarak engellenmesi herkesi ve psikolojik danışmanları da çok zorlamıştır.

Araştırmanın sonucunda, Covid-19 salgınıyla birlikte psikolojik danışmanların tamamı yaşamlarında değişiklik olduğunu; büyük bir çoğunluğunun sosyal yaşamlarında izolasyon yaşadıklarını; egzersiz yapma, dans etme, film izleme ve kitap okuma sayısında artış olduğunu; mesleki gelişime daha fazla odaklandıklarını; yaşamla ilgili farkındalıklarının daha da arttığını; ve teknoloji kullanımıyla ilgili yeni becerileri kazandıklarını belirtmişlerdir. Araştırmanın sonucunda, Covid-19 salgını psikolojik danışmanların yaşamlarında izolasyona neden olsa da; evde geçirilen zamanının olumlu bir biçimde değerlendirildiği de ortaya çıkmıştır. Bu bulgunun olası nedenleri şunlar olabilir: Araştırmaya katılan psikolojik danışmanların psikolojik danışma eğitimini almış olmalarının, yapmaları gerekenler konusunda bilgi ve farkındalık düzeylerinin daha yüksek olmasının; ve ayrıca alanda lisansüstü eğitim almalarının da süreci daha rahat yürütmelerinde etkili olduğunu belirtmek mümkündür. Bu durumun, psikolojik danışmanların fiziksel ve ruhsal sağlıklarını korumalarında önemli bir öge olduğu söylenebilir. Genel olarak, Covid-19 salgını sürecinde ve sonrasında yaşanan strese bağlı etkiler, bireyin sahip olduğu bireysel özelliklerine, psikolojik, ekonomik, sosyal ve kültürel özelliklerine; korona hastası olup olmamasına, hastalığından (Kaya, 2020) ya da yaşından dolayı damgalanıp damgalanmadığına, uzun sosyal temas yokluğuna maruz kalıp kalmadığına, sosyal medyadan yanlış bilgilendirilip bilgilendirilmediğine (Sood, 2020), aile içi şiddete uğrayıp uğramadığına, yakınlarında bu hastalığın olup olmadığına ve kayıpla sonuçlanıp sonuçlanmadığına göre farklılık gösterecektir (Saka, 2020). Özellikle bireyin yaşamını tehdit edebilecek olan Covid-19'un, kötümser düşünceleri oluşturabileceği (Eryılmaz, 2015); bunların da kaygı ve depresyona neden olabileceğini (Eryılmaz ve Şiraz, 2020) söylemek mümkündür.

Araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmanların tamamı Covid-19'la ilgili kaygı, korku ve endişe hissettiklerini; ayrıca üzüntü, sıkıntı, şaşkınlık, bıkkınlık, özlem ve umutsuzluk hissettiklerini de belirtmişlerdir. Öte yandan, psikolojik danışmanlardan az bir kısmı da, kendisine ve ailesine zaman ayırmaktan dolayı mutlu ve umutlu hissettiklerini belirtmişlerdir.

Araştırmamın bulgularına benzer olarak Bray (2020), Covid-19 sürecinde psikolojik danışmanların stres, endişe, korku, savunmasızlık ve hayal kırıklığı biçiminde bir çok duyguyu yaşadıklarını belirtmektedir. Zhang, Wang, Yin, Zhao, Xue, Peng, Min, ve Tian (2020) tarafından yapılmış olan araştırmanın sonucunda, Covid-19 salgınında görev yapan sağlık çalışanlarında uykusuzluk, kaygı, depresyon, bedensel yakınmalar ve takıntı-zorlantı (obsesif kompulsif) belirtilerinin; Liu (2020) yüksek düzeyde travmatik stresin olduğunu bulmuşlardır. Benzer biçimde Huang ve Zhao (2020) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, sağlık çalışanlarında uyku sorunlarının diğer meslek grubunda çalışanlardan daha fazla olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca, Çin halkında genel kaygı bozukluğu yaygınlığının %35.1 ve depresif belirtilerin %20.1 düzeyinde görüldüğünü; ve bu belirtilerin gençlerde yaşlı bireylere oranla daha yüksek düzeyde olduğunu da bulmuşlardır. Lee, Jobe, Mathis, ve Gibbons (2020), kaygı, depresyon, umutsuzluk ve intihar düşünceleriyle koronofobinin ilişkili olduğunu da ortaya koymuşlardır. Sherman, Jobe, Mathis ve Gibbons (2020), şubat ve mart aylarında, Amerikan halkının stres ve kaygıyla başa çıkabilmek için kaygı giderici ilaçları kullanımında %34 artış olduğunu; koronafobinin yaygın kaygı, yüksek depresyon ve umutsuzlukla ilişkili olduğu da belirtmişlerdir. Valiente ve ark. (2021) Covid-19'la ilgili yüksek düzeyde kaygı duyan İspanyol halkında, madde kullanımının ve yalnızlığın arttığını bulmuşlardır. Campos, Martins, Campos, Maroco, Saadiq ve Ruano (2020) Covid-19 salgınındaki izolasyon nedeniyle, bireylerin % 61.3'ünde yüksek depresyon, % 44.2'sinde kaygı, % 50.8'inde stres olduğunu bulmuşlardır. Düşük ekonomik gelire sahip olan kadınlarda daha fazla psikolojik belirti olduğunu ve düşük eğitim düzeyine sahip olan bireylerin daha fazla depresif belirtiler gösterdiklerini de bulmuşlardır Ekiz, İlman ve Dönmez (2020), yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, 18-70 yaşlarında olan katılımcıların sağlık kaygısının orta düzeyde olduğunu; Erdoğan, Koçoğlu ve Sevim (2020) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, 18-65 yaşlarında olan katılımcıların 1/3'ünde de umutsuzluğun ve 1/4'ünde kaygının orta ve üstü düzeyde gösterdiğini; Hatun, Dicle ve Demirci (2020) yetişkinler üzerinde yaptıkları araştırmanın sonucunda, korku, kaygı, öfke gibi olumsuz duyguların arttığını bulmuşlardır. Ayrıca, katılımcıların çoğunluğunun, Covid-19'la ilgili ülkemizde ve dünyada alınan sağlık, güvenlik ve ekonomik önlemleri yeterli bulmadıklarını da belirtmişlerdir. Bu durumun da, bireylerin kaygı ve umutsuzluk duygularını arttırdığı söylenebilir. Cao, Fang, Hou, Han, Xu, Dong ve Zheng (2020) tıp fakültesi öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmanın sonucunda, öğrencilerin Covid-19'la ilgili kaygı yaşadıklarını; Covid-19'a sahip olan tanıdığa sahip olmanın kaygılarını daha da arttırdığını; kentte yaşamının, düzenli gelire sahip olmanın, aile yanında yaşamının ve sosyal desteğe sahip olmanın ise kaygıya karşı koruyucu faktörler olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca Kaya'nın (2020) belirttiği gibi, karantinada olan, hastalık belirtilerini yoğun yaşayan ya da hastalığın yaygınlaştığını ve ağır seyrettiğini gören bireylerde yaygın kaygı bozuklukları, depresyon, somatik belirti bozuklukları ve hatta psikoz görülmesi muhtemeldir.

Psikolojik Danışmanların Yakından/Aynı Ortamda/Yüz Yüze Psikolojik Danışma Yapmaya ve Uzaktan/Farklı Ortamda/Çevrimiçi/E-Psikolojik Danışma Yapmaya İlişkin Görüşleri:

Araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmanların büyük bir çoğunluğu aynı ortamda, yüz yüze psikolojik danışma yapmalarının etkili olduğunu; ayrıca danışanın jest ve mimiklerine dikkati kolaylaştırıcı olduğunu; tercihinde olduğunu; terapötik ilişkinin daha hızlı

sağlandığını; gizliliği; ortamı düzenlemede ve kontrolü sağlamada etkili olduğunu; danışanın sorumluluğunu artırıcı olduğunu; odaklanmayı arttırdığını; mutluluk verici olduğunu belirtmişlerdir. Yine psikolojik danışmanlardan yaklaşık yarısı yüz yüze psikolojik danışma yapmanın zaman, yer, para, ulaşım vb konularında ekonomik olmadığını belirtmişlerdir.

Araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmanların büyük bir çoğunluğunun farklı ortamda çevrimiçi psikolojik danışma yapmanın zaman, yer, para, ulaşım vb konularında ekonomik olduğunu; ayrıca ummadıkları biçimde verimli olduğunu da belirtmişlerdir. Yine, psikolojik danışmanlardan büyük bir çoğunluğunun çevrimiçi psikolojik danışma yapmanın teknolojik sorunlarının olduğunu; yaklaşık yarısının gizlilikle ilgili sorunları yaşayabileceği; ve çevrimiçi psikolojik danışmanın tek başına yeterli olmadığını belirtmişlerdir.

Uzaktan/çevrimiçi/e-psikolojik danışma yardımıyla, *aynı ortamda yüz yüze psikolojik danışmada olduğu gibi*, danışanın sorunlarının net ve tam olarak anlaşılmasından sonra, sorunların çözümlenmesine yardımcı olmak esastır. Psikolojik danışma/psikoterapi kuramları, ilkeleri, teknikleri, danışma sürecinin basamakları ve etik kuralları aynı şekilde uygulanır. Çevrimiçi/e-psikolojik danışmada, teknolojiden yararlanır. "Psikolojik danışma ve teknolojinin" birleşmesiyle verilen bir yardımdır. Bireysel, grupla, evlilik/aile danışması ve hatta oyun danışması şeklinde de verilir. Oyun danışmasında anne babayla işbirliği yaparak onların sahip oldukları kaynaklar kullanılır. Anne-babadan, ortamı düzenlemeleri, oyuncakları (bebekler, kuklalar vb gibi), hikaye kitaplarını, resim kağıdını, boya kalemlerini, kum, su vb. araç ve gereçleri hazırlamaları istenir. Psikolojik danışman terapötik oyun ile çocuğa uzaktan/çevrimiçi/e-psikolojik danışma yardımını verir (Yüksel-Şahin, 2021).

Çevrimiçi/e-psikolojik danışma yardımı, teknolojik koşulların ve internetin sağlanmasıyla birlikte eşzamanlı/senkron (örneğin; video konferans) ya da eşzamanlı olmayan /asenkron (e-posta) terapötik müdahaleler biçimde yürütülür (Poh Li, Rafidah ve Haslee, 2013). Bu açıdan bakıldığında eşzamanlı/senkron olan örneğin; video konferansta psikolojik danışmanla danışan yüz yüze iletişim kurarlar. En azından birbirlerinin yüzlerini görürler. Eşzamanlı olmayan/asenkron olan örneğin; e-posta yazışmasında, psikolojik danışmanla danışan yüz yüze iletişim kurmamaktadır. Bu bilgilerin ışığında, *"aynı ortamda/yakından/yüz yüze yapılan psikolojik danışma"* olarak; ve *"farklı ortamda/uzaktan/çevrimiçi (online)/e-danışma biçiminde yüz yüze yapılan ya da yüz yüze yapılmayan psikolojik danışma"* olarak tanımlamak uygun olabilir. Yalnızca yüzyüze ve çevrimiçi şeklinde açıklamak yeterli görünmemektedir (Yüksel-Şahin, 2021).

Çevrimiçi/e-psikolojik danışma yardımı, danışmanla, danışan arasında internet bağlantısı kurularak; bilgisayar, akıllı telefon, tablet vb gibi teknolojik araçları kullanarak oluşturulan terapötik etkileşimlerdir. (Cipoletta ve Mocellin, 2018). Önce, mektup ve telefon biçiminde başlayan bu yardım, günümüzde e -posta ve anında görüntülü iletişim sağlayan ara yüzlerle vermeye başlanmıştır (Özer, Yıkılmaz, Altınok ve Bayoğlu, 2016; Poh Li, Rafidah ve Haslee, 2013). Çevrimiçi psikolojik danışma, sesli ve görüntülü görüşme, sesli görüşme, e- posta, eş zamanlı yazışma (chat) ve avatar kullanımı ile yapılabilmektedir (Zeren, 2017).

Çevrimiçi psikolojik danışmanın en önemli avantajlarından birisi ruh sağlığı hizmetlerine erişebilirliği arttırmasıdır (Poh Li, Rafidah ve Haslee, 2013). Ancak, e-posta gibi metin tabanlı

danışmada, yanlış anlaşılabilir olabilir. Yüz ifadesi, beden duruşu vb gibi sözel olmayan mesajların yokluğu ise dezavantaj oluşturmaktadır (Poh Li, Rafidah ve Haslee, 2013). Çevrimiçi psikolojik danışma, ruhsal, bedensel, fiziksel, ekonomik sorunları yaşaması nedeniyle evinden çıkamayanlar; sürekli olarak seyahate çıkması gerekenler; yüz yüze danışmada kendilerini ifade etmekte güçlük çekenler; etiketlenmekten korkanlar; yüz yüze psikolojik danışma alabileceği kurumlardan uzakta oturanlar, kriz durumunda olan bireyler (Zeren, 2015) ve Covid-19 gibi salgın hastalığının olduğu durumlarda avantajlı bir yardım biçimidir.

Cipoletta ve Mocellin (2018), yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, psikologların çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya olumlu yaklaştıklarını bulmuşlardır. Zeren (2015), yapmış olduğu araştırmanın sonucunda, çevrimiçi psikolojik danışma yardımını alan danışanların memnuniyetlerinin yüksek olduğunu bulmuştur. Öte yandan, Buyruk-Genç, Amanvermez, Zeren ve Erus'un (2019) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmayı yarıda bırakan danışan oranının, çevrimiçi grupta %55.31, yüz yüze grupta ise %38.46 olduğunu bulmuşlardır. Bunun olası nedenleri, teknolojik sorunlar, danışanın kendi evinde özel bir alan oluşturamaması, psikolojik danışmanın danışmanlık becerilerini nasıl kullandığını ve danışanın danışma sürecinden ve psikolojik danışmandan beklentileri psikolojik yardıma devam edip etmeyeceğini belirleyecek önemli faktörler olarak sıralanabilir.

Li ve Leung (2020), yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, Covid-19 salgını nedeniyle, birçok insan ruh sağlığı hizmetlerine erişemediği için çevrimiçi danışmanlığa ihtiyaç duyduklarını bulmuşlardır. Bray (2020), Covid-19 salgınıyla birlikte psikolojik danışmanların ekonomik kayba uğradıklarını; bu nedenle hızlıca çevrimiçi/e-danışmaya yöneldiklerini ve bunu da "evrim" olarak nitelendirdiklerini; evlerinde psikolojik yardım veren psikolojik danışmanların bu durumu stres verici olarak tanımladıklarını; dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan danışanlarda zorlandıklarını; salgından dolayı evinden dışarı çıkmayı tehlikeli bulan danışanlar için "maruz birkama tekniklerinin" uygulanmasının durduğunu; evde mahremiyeti sağlayamayan danışanların telefonla psikolojik yardım almayı tercih ettiğini; çocuklarla oyun danışmasının şaşırtıcı bir biçimde başarıyla yapabildiklerini ifade ettiklerini söylemektedir. Pierce, Perrin, Tyler, McKee ve Watson'ın (2021) Amerika'da görev yapan psikologlar üzerinde yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, Covid-19 salgınından önce psikologların klinik çalışmalarında çevrimiçi psikolojik yardımcı/telepsikolojiyi %7.07 oranında kullandırlarken; Covid-19 salgınında bu oranın yaklaşık 12 kat arttığını ve %85.53 olduğunu; ve tüm klinik çalışmalarında ise %67.32 oranında kullandıklarını bulmuşlardır. Ayrıca, kadın psikologların çevrimiçi psikolojik yardımcı /telepsikolojiyi kullanma oranlarının daha yüksek olduğunu; kırsalda çalışan psikologlarda ise kullanım oranının daha düşük olduğunu da bulmuşlardır. Békés ve Aafjes-Van Doorn'un (2020) Amerika'da ve Avrupa'da yaşayan psikoterapistler üzerinde yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, Covid-19 salgınında çevrimiçi psikolojik yardımcı vermek durumunda kalan terapistlerin çevrimiçi psikolojik yardımcı vermeye ilişkin görüşlerinin olumlu olduğunu; ve çevrimiçi psikolojik yardımcı vermeye gelecekte de devam edecekleri görüşünde olduklarını bulmuşlardır. Supriyanto ve ark. (2020) Endonezya'da okullarda çalışan okul psikolojik danışmanlarının Covid-19 salgınında, eşzamanlı olmayan /asenkon yardımda WhatsApp'ı, Facebook'u, Instagram'ı; ve eşzamanlı/senkron olan Zoom, Webex, Google Meeting ve Hangout'u kullanarak, öğrencilerin

sorunlarını çözmeye ve öğrenci potansiyelini geliştirmeye yardımcı olabildiklerini belirtmişlerdir. Psikolojik danışmanlar google formlar aracılığıyla öğrencilerin ihtiyaçlarını ve sorunlarını belirlemişlerdir. E-postayı sınırlılıkları nedeniyle daha az kullanmışlardır. WhatsApp'ı, Facebook'u, Instagram'ı öğrenci sorunlarını ve duygularını anlamada sınırlı bulduklarını da belirtmişlerdir. Psikolojik danışmanlar video konferansla acil psikolojik yardımda bulduklarını; ancak internete girişte sorunların yaşandığını ve teknolojik araçlarda eksikliklerin bulunmasının sorun olduğunu belirtmişlerdir. Supriyanto ve ark.'nın okul psikolojik danışmanlarının teknoloji çağına uyum sağlayarak, çevrimiçi yardımı sürekli olarak vermeleri gerektiğini önermişlerdir. Gerçekten de Covid-19 salgınıyla birlikte çevrimiçi/e-psikolojik danışma yardımının ve çevrimiçi/e-eğitimin gelecekte de yaygın olarak kullanılacağı düşünülmektedir.

Psikolojik Danışmanların Yakından/Aynı Ortamda/Yüz Yüze Eğitim Almaya ve Uzaktan/Farklı Ortamda/Çevrimiçi/E-Eğitim Almaya İlişkin Görüşleri:

Araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmanların tamamına yakının aynı ortamda yüz yüze eğitim almanın verimli olduğunu; ayrıca motive edici olduğunu; odaklanmayı artırdığını; sosyalleşmeyi sağladığını; değerli olduğunu; ve işbirliğini sağladığını belirtmişlerdir. Yine psikolojik danışmanların bir kısmı yüksek lisans ve doktora eğitimlerini yüz yüze almalarının zaman, yer, para, ulaşım vb konularda ekonomik olmadığını belirtmişlerdir.

Diğer yandan araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmanların büyük bir çoğunluğu uzaktan çevrimiçi eğitimde verim almanın öğretim üyesine bağlı olduğunu; ayrıca, zaman, yer, para, ulaşım vb konularda ekonomik olduğunu; ve verimli olduğunu belirtmişlerdir. Yine psikolojik danışmanlardan yarısından azı teknolojik aksaklıklarının olduğunu; verimi düşürdüğünü; yorucu ve mekanik olduğunu belirtmişlerdir. Eğitim etkinlikleri, yüzyüze ve uzaktan eğitim ile alt kategorisi olan çevrimiçi olarak yapılabilmektedir (Ergül, 2006). Yüz yüze eğitimde, öğretmen ya da öğretim üyeleri ve öğrenciler aynı ortamda ve karşılıklı etkileşim içerisinde olurlar. Çevrimiçi eğitimde ise iletişim teknolojilerinin kullanılmasıyla birlikte, öğretmen ya da öğretim üyeleri ve öğrenciler farklı ortamlarda ve karşılıklı etkileşim içerisinde olurlar. Covid-19'la birlikte tüm dünyada, milyonlarca öğrenci, veli, öğretmen, psikolojik danışman, öğretim üyesi, okulların ve üniversitelerin kapanmasından etkilenmişlerdir. Ülkemizde 123 üniversitede UZEM (Uzaktan Öğretim Uygulama ve Araştırma Merkezi) bulunması nedeniyle üniversiteler uzaktan eğitime geçmişlerdir.

Covid-19 salgını nedeni ile uzaktan eğitim uygulamalarına yöneliş, zorunluluk haline gelmiştir. 2020 yılında son derece gündemde olan uzaktan eğitimin /dijital öğrenmenin tarihi oldukça eskiye dayanmaktadır. Kırık (2014), dünyada uzaktan eğitim çalışmasının ilk uygulamasının, 1728 yılında Boston gazetesinde "Steno Dersleri" ilan ile başladığını ve bu derslerin uzaktan eğitim aracılığıyla gerçekleştirileceğinin yazıldığını belirtmektedir. Posta yoluyla başlayan uzaktan eğitim günümüzde, sesli ve görüntülü olarak devam etmektedir. Ülkemizde ise 1953 yılında, Limasollu Naci markası ile yabancı dil eğitimi için mektupla öğrenme uygulaması başlamıştır. 1980'li yıllarda Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesinin açılması ile de yaygınlaşmıştır. 1990'lı yıllardan itibaren, bilgisayar, diğer bilişim sistemleriyle, internette yaşanan gelişmelerle birlikte uzaktan eğitim uygulamaları çok daha kapsamlı bir duruma gelmiştir (Kırık, 2014).

Eşzamanlı (senkron) ya da eşzamanlı olmayan (asenkron) biçimde eğitim verilemese de, ders notlarının paylaşılması, ödev teslimi şeklindeki uygulamalar da çevrimiçi eğitim kapsamındadır. Özellikle gelişen donanım teknolojisi sayesinde sanal gerçeklik, artırılmış gerçeklik ve hatta karma gerçeklik gözlükleri ile de uzaktan eğitim (dijital öğrenme) projeleri üretilmeye başlanmıştır. Sağladıkları içeriklerin görüntü kalitelerinin yüksekliği ve bu sayede sundukları gerçekçilik seviyesi nedeniyle deneyimsel eğitimin günümüzdeki teknolojik karşılığı sanal gerçeklik ve bağlı teknolojiler olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenlerle uzaktan eğitimin, atıl bir seçenek ya da yüz yüze öğrenmede destek seçeneği olması yerine, eğitimin asli zemini haline dönüşeceği ve ana öğrenme yapısı haline geleceği öngörülmektedir (Telli Yamamoto ve Altun, 2020).

Hotaman (2020) çevrimiçi/e-eğitim ortamında, öğrencilerin kendilerini o topluluğun bir üyesi olarak görmelerini sağlamanın önemli olduğunu; ayrıca, öğrencilerin kendilerini yalnız hissetmemelerini sağlamanın da önemli olduğunu belirtmektedir. Öğrenciler ve öğretim üyeleri arasında iletişimin ve etkileşimin sağlanması gerekir. Bu noktada, öğretim üyesine görev düşmektedir. Öğretim üyeleri/öğretmenler öğrencilerinin kendileriyle ve birbirleriyle iletişim kurmalarını ve etkileşimi sağlamalarına yardımcı olmaları gerekir. Eşzamanlı video konferans yoluyla öğretim üyeleriyle öğrenciler birbirlerini görerek iletişim kurar ve etkileşimi sağlayabilirler. Ancak, Hotaman'ın (2020) belirttiği gibi, metin tabanlı çevrimiçi/e-ortamında, kişilerarası iletişim zorlaşmakta ve sosyalleşme sınırlanmaktadır. Bu durum, öğretim üyesi/öğretmen ile öğrenciler arasında psikolojik ve sosyal uzaklığa neden olabilmektedir. Öğrenme ortamında bulunan öğrencilerin diğer bireylerle iletişim halinde olmaları, onların kendilerini daha iyi geliştirmelerine olanak sağlayacak; memnuniyetlerini arttıracak ve okula ve derse devam etme olasılığını da arttıracaktır. Bu bilgilerin ışığında, uzaktan/çevrimiçi/e-eğitimde özellikle eşzamanlı video konferansın kullanımıyla, iletişim ve etkileşim sağlanarak derse bağlılık, verim ve memnuniyet artabilir.

Alanyazında yüzyüze eğitimle uzaktan eğitimin yararları ve etkileri konusunda farklı araştırma bulgularının olduğu görülmektedir (Karataş, 2003). Örneğin; Dell, Low ve Wilker (2010) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, hem lisans hem de lisansüstü bölümlerdeki öğrencilerin yüz yüze ve çevrimiçi olarak ders içeriğini öğrenebildiklerini ve akranlarıyla aktif bir biçimde müzakere ettiklerini bulmuşlardır. Bu nedenle, öğretim yöntemlerinin, ders ortamından (aynı ortamda, yüz yüze ya da farklı ortamda çevrimiçi) daha önemli olduğunu belirtmektedirler. Solak ve Çakır (2014) da yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, aynı ortamda yüzyüze eğitimle, uzaktan eğitim arasında ders içeriğini (ingilizceyi) öğrenme açısından anlamlı bir farklılık olmadığını bulmuşlardır. Topu, Baydaş, Demirel ve Karaman'ın (2011), yüzyüze eğitimden uzaktan eğitime geçiş sürecini inceledikleri araştırmanın sonucunda, akademisyenlerin uzaktan eğitimde ders içeriği hazırlamada daha fazla hazırlık yaptıklarını ve bu işin zahmetli olarak gördüklerini; farklı türlerde materyalleri kullandıklarını; alternatif farklı değerlendirmelerin yapılabilmesinin sağlanması gerektiğini; uzaktan eğitimin motive edici olduğunu belirtmişlerdir. Birçok akademisyenin de uzaktan eğitimde, öğrencilerden anında geri bildirim alamayılarının motivasyonlarını olumsuz etkilediğini belirtmişlerdir. Çakın ve Külekçi-Akyavuz (2020) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, Covid-19 sürecinde yürütülen uzaktan eğitimde öğretmenlerin karşılaştıkları sorunları, iletişimle ilgili olan sorunlar ve öğrencilerin eğitimiyle ilgili sorunlar olarak ortaya

koymuşlardır. İnternet yetersizliği nedeniyle öğrencilerle sıklıkla iletişimin kurulamamasını; öğretmenler tarafından, öğrenci takibinin yeterli düzeyde yapılamamasını; öğrencilerin yeterli olanak ve materyallere sahip olmamalarının planlanan etkinlikleri sınırlandırdığını; bazı öğrencilerin çevrimiçi yapılan dersten keyif almadıklarını ve uyum sorunlarını çektiklerini belirtmişlerdir. Kurnaz, ve Serçemeli (2020) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, uzaktan eğitimde akademisyenlerin farklı zamanlarda ve farklı yerlerde dersi işleyebilmelerinin; sisteme yüklenmiş olan bilgilere öğrencilerin istedikleri zaman ulaşabilmelerinin; anlatılan konuyu anlamayan öğrencilerin sistem üzerinden yeniden çalışabilme olanağını bulmalarının; maliyet açısından ekonomik olmasının avantajlı olduğunu belirttiklerini ortaya koymuşlardır. Ayrıca, akademisyenlerin uzaktan eğitimde, yeterli alt yapının olmamasını, bazı öğrencilerinin internetinin olmadığını; öğrencilerle etkileşimlerinde eksiklik olduğunu; öğrencilerini derse katılımlarının az olduğunu, teori ve pratiği birlikte sunamadıklarını; ve ölçme değerlendirmede sorun yaşadıklarını belirttiklerini de ortaya koymuşlardır. Stern (2004) yapmış olduğu araştırmanın sonucunda, çevrimiçi eğitimin akademisyenlere daha fazla iş yükü verdiğini belirtmektedir. Öğrencilerin ise kendi öğrenme stillerini bilmelerinin, çevrimiçi öğrenme sorumluluğunu almaya istekli ve motive olmalarının, başarılarında ana faktörler olduğunu belirtmektedir. Alan yazında, 18-24 yaşlarındaki öğrencilerin aynı ortamda yüz yüze eğitimde daha iyi öğrendiklerini düşünmeleriyle birlikte, çeşitli nedenlerden dolayı çevrimiçi dersleri seçtiklerini de göstermektedir. Aynı ortamda yüz yüze eğitim ya da farklı ortamda çevrimiçi eğitim iyi tasarlanmışsa, öğrencilerde gayretlilerse, öğrenme açısından her iki eğitim biçiminde de başarılı olmaktadır.

Sonuç olarak bu araştırmanın bulguları, psikolojik danışmanların Covid-19'u zarar verici ve zorlayıcı bulduklarını; kendilerinde korku, kaygı, üzüntü, öfke, sıkıntı, şaşkınlık, bıkkınlık duygularını oluşturduğunu; yüz yüze psikolojik danışma yapmanın etkili ve verimli olduğunu; çevrimiçi psikolojik danışma yapmanın ummadıkları biçimde verimli olduğunu; yüz yüze eğitim almanın verimli olduğunu; çevrimiçi eğitimde verim almanın öğretim üyesine bağlı olduğunu, ekonomik olduğunu, teknolojik aksaklıklarının olduğunu ve yorucu olduğunu ortaya koymuştur.

Öneriler

-Bu çalışmada, psikolojik danışmanların görüşleri nitel olarak daha derinlemesine incelenmiştir. Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda, nitel çalışmaya ek olarak, daha fazla sayıda psikolojik danışmana çeşitli ölçeklerin uygulanmasıyla, araştırma daha da geliştirilebilir.

- Bu araştırmanın sonucunda, psikolojik danışmanların tamamının Covid-19 ile ilgili kaygılarının olduğu bulunmuştur. Psikolojik danışmanların kendileri, Covid-19'la ilgili kaygı, endişe ve üzüntü duygularının üstesinden gelemedikleri takdirde, mutlaka psikolojik danışma yardımını almalıdırlar.

-Covid-19'un yayılma hızının kesilmesi için, tıp doktorlarının yanı sıra, psikolojik danışmanların danışanlarını, öğrencileri, ve ailelerini "bilimsel bilgilerin ışığında" bilgilendirmesi çok önemlidir. Bu bilgilendirmelerin radyo, televizyon ve çevrimiçi olarak yapılması önemlidir.

-Uzaktan- farklı ortamda-çevrimiçi psikolojik danışma yardımıyla, yakından-aynı ortamda-yüz yüze psikolojik danışmada olduğu gibi, danışanın sorunlarının çözümlenmesine yardımcı olmak esas olduğu için, hem yüz yüze hem de çevrimiçi psikolojik danışma yardımı verilmelidir.

-Psikolojik Danışman yetiştiren Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programında,“çevrimiçi psikolojik danışma” dersi yer almalıdır.

-Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneğinin çalışmalarıyla birlikte, uzaktan/çevrimiçi/e-psikolojik danışma yardımının verilmesi teşvik edilmeli; teknolojik güvenlik açısından gerekli olan uzmanların desteği sağlanmalıdır.

-Salgın sürecinde önemi daha da artan uzaktan eğitimin, aktif bir seçenek olarak yapılandırılması gereklidir.

-Gelişen donanım teknolojilerinin kullanılarak, sanal gerçeklik gözlükleri ile de uzaktan eğitim (dijital öğrenme) projeleri üretilmeli ve uzaktan eğitimin verimi artırılmalıdır.

- Covid-19'la ilgili hem devletlerin küresel çapta ortak işbirliğiyle, hem de bireylerin ortak işbirlikleriyle önlem almaları gerekir.

KAYNAKÇA

Aslan, S. (2020). Kovid 19 fizyoloji ve psikolojiyi nasıl etkiliyor? *Göller Bölgesi Aylık Ekonomi ve Kültür Dergisi*, 8(88), 47-53.

Aykut, S. ve Aykut, S. S. (2020). Kovid-19 pandemisi ve travma sonrası stres bozukluğu temelinde sosyal hizmetin önemi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 1(1), 56-66.

Baltaş, A. ve Baltas, Z. (1990). *Stres ve başa çıkma yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Barrow, C. A. (1981). *Stress management intervention: evaluation of effectiveness and designation of a model*. Unpublished doctoral dissertation, Sheffield Hallam University, Sheffield.

Békés, V. ve Aafjes-Van Doorn, K. (2020). Psychotherapists' attitudes toward online therapy during the COVID-19 pandemic. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30(2), 238-247.

Bilge, Y. ve Bilge, Y. (2020). Koronavirüs salgını ve sosyal izolasyonun psikolojik semptomlar üzerindeki etkilerinin psikolojik sağlık ve stresle baş etme tarzları açısından incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23-Ek 1, 38-51.

Bray, B. (2020). Counseling's evolution under COVID-19. *Counseling Today*. 1 Ekim 2020 tarihinde <https://ct.counseling.org/2020/05/counselings-evolution-under-covid-19/> adresinden erişildi.

Buyruk Genç, A., Amanvermez, Y., Zeren, S. G. ve Erus, S. M. (2019). Early separations: Dropout from online and face-to-face counseling. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 9(4), 1001-1030.

Campos, J. A. D. B., Martins, B. G., Campos, L. A., Maroco, J., Saadiq, R. A. ve Ruano, R. (2020). Early psychological impact of the covid-19 pandemic in Brazil: A national survey. *Journal of Clinical Medicine*, 9(9), 2976.

- Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J. ve Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934.
- Cinel E.A. (2020). Covid-19'un küresel makroekonomik etkileri ve beklentiler. *Politik Ekonomik Kuram*, 4(1), 124-140.
- Cipoletta, S. ve Mocellin, D. (2018). Online counseling: an exploratory survey of Italian psychologists' attitudes towards new ways of interaction. *Psychotherapy Research*, 28(6), 909-924.
- Creswell, J. W. (2017a). *Karma yöntem araştırmalarına giriş*. (Çev. Ed: M. Sözbilir). Ankara: Pegem.
- Creswell, J. W. (2017b). *Araştırma deseni. nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları*. (Çev. Ed: S. B. Demir). Ankara: Eğiten Kitap.
- Çakın, M. ve Külekçi Akyavuz, E. (2020). Covid-19 süreci ve eğitime yansımaları: öğretmen görüşlerinin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 6(2), 165-186.
- Dell, C.A., Low, C. ve Wilker, J. F. (2010). Comparing student achievement in online and face-to-face class formats. *MERLOT Journal of Online Learning and Teaching*, 6(1), 30-42.
- Ekiz, T., İlman, E. ve Dönmez, E. (2020). Bireylerin sağlık anksiyetesi düzeyleri ile Covid-19 salgını kontrol algısının karşılaştırılması. *Usaysad Dergi*, 6(1), 139-154.
- Erdoğan, Y., Koçoğlu, F. ve Sevim, C. (2020). Covid-19 pandemisi sürecinde anksiyete ile umutsuzluk düzeylerinin psikososyal ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23, 1-14.
- Ergül, H. (2006). Çevrimiçi eğitimde akademik başarıyı etkileyen güdülenme yapıları. *The Turkish Online Journal of Educational Technology – TOJET*, 5(1), 124-128.
- Eryılmaz, A. (2015). Sistem yaklaşımı açısından kötümserlik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4), 391-400.
- Eryılmaz, A. ve Şiraz, F. (2020). Covid-19 bağlamında kötümserliği ortaya çıkaran olaylarla durumlarla başa çıkma ve ergen öznel iyi oluşu ile ilişkisinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(37), 292-303.
- Figueiredo C.S., Sandre, P. C., Portugal, L. C. L., Mázala-de-Oliveira, L. da Silva Chagas, Í. Raony, et al. (2021). Covid-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors. *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*, 106, 1-8.
- Gladding, S. (2013). *Psikolojik danışma: Kapsamlı bir meslek*. (Çev. Ed. N., Voltan Acar). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Hatun, O., Dicle, A. N. ve Demirci, İ. (2020). Koronavirüs salgınının psikolojik yansımaları ve salgınla başa çıkma. *Turkish Studies*, 15(4), 531-554.
- Hotaman, D. (2020). Online eğitimin başarısı açısından biçimlendirici değerlendirmenin önemi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 13(73), 729-738.

- Huang Y. ve Zhao N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: A web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288, 112954.
- Junaid, K., Hassan, A. ve Nazım, R. (2020). The psychological impact of Covid-19 pandemic on Pakistani population: managing challenges through mental health services. *Clinical Case Reports*, 26, 291-293.
- Kahraman, M. E. (2020). Covid-19 salgınının uygulamalı derslere etkisi ve bu derslerin uzaktan eğitimle yürütülmesi: temel tasarım dersi örneği. *Medeniyet Sanat - İMÜ Sanat Tasarım ve Mimarlık Fakültesi Dergisi*, 6(1), 44-56.
- Karakaş, M. (2020). Covid-19 salgınının çok boyutlu sosyolojisi ve yeni normal meselesi. *İstanbul Üniversitesi Sosyoloji Dergisi*, 40(1), 541-573.
- Karataş, S. (2003). Yüz yüze ve uzaktan eğitimde öğrenme deneyimlerinin eşitliği. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 2(3), 91-104.
- Kaya, B. (2020). Pandeminin ruh sağlığına etkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23, 123-124.
- Kırık, A. M. (2014). Uzaktan eğitimin tarihsel gelişimi ve türkiye'deki durumu. *Marmara İletişim Dergisi*, 21, 73-94.
- Kurnaz, E. ve Serçemeli, M. (2020). Covid-19 pandemi döneminde akademisyenlerin uzaktan eğitim ve muhasebe eğitimine yönelik bakış açıları üzerine bir araştırma. *USBAD Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi*, 2(3), 262-288.
- Lee, S. A. , Jobe, M.C., Mathis, A. A. ve Gibbons, J. A. (2020). Incremental validity of coronaphobia: Covid-19 anxiety explains depression, generalized anxiety, and death anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 74, 1-4.
- Li, T. M. ve Leung, C.S.Y. (2020). Exploring student mental health and intention to use online counseling in Hong Kong during the Covid-19 pandemic. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 1-2.
- Liu, S., Yang, L., Zhang, C., Xiang, Y., Liu, Z., Hu, S., & Zhang, B. (2020). Online mental health services in China during the Covid-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), e17-e18.
- Lub, V. (2015). Validity in qualitative evaluation: linking purposes, paradigms, and perspectives. *International Journal of Qualitative Methods*, 1-8.
- Özdemir, H. ve Avcı, M. S. (2019). Müşteri affeder mi? (Zincir süpermarketlerde hizmet hataları ve telafileri üzerine nitel bir araştırma). *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi Dergisi*, 54(1), 549-564.
- Özer, Ö., Yıkılmaz, M., Altınok, A. ve Bayoğlu, F. (2016). Psikolojik danışmanların çevrimiçi (online) psikolojik danışmaya yönelik tutumlarının danışan perspektifinden incelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 58, 549-559.
- Pierce, B. S., Perrin, P. B., Tyler, C. M., McKee, G. B., & Watson, J. D. (2021). The COVID-19 telepsychology revolution: A national study of pandemic-based changes in U.S. mental health care delivery. *American Psychologist*, 76(1), 14-5.

- Poh Li, L. R., Rafidah, A. ve Haslee, H. S. (2013). Understanding the two sides of online counseling and their ethical and legal ramifications. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 103, 1243 – 1251.
- Saka, M.C. (2020). Covid-19 ve toplum ruh sağlığı. *Klinik Psikiyatri*, 23, 246-247.
- Sayıl, I. (1977). Psikiyatride krize müdahale kavramı ve bir uygulama. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 30(1), 353-363.
- Sherman A. L., Jobe, M. C., Mathis, A. A. & Gibbons, J. A. (2020). Incremental validity of coronaphobia: Covid-19 anxiety explains depression, generalized anxiety, and death anxiety. *Journal Of Anxiety Disorders*, 74, 1-4.
- Solak, E. ve Çakır, R. (2014). Face to face or e-learning in Turkish efl context. *Turkish Online Journal of Distance Education-TOJDE*15, (3), 37-49.
- Sood, S. (2020). Psychological effects of the Covid-19 disease-2019 pandemic. *RHiME*, 7, 23-6.
- Sözer, Y. (1992). Psikiyatride kriz kavramı ve krize müdahale. *Kriz Dergisi*, 1(1) , 8-12.
- Stern, B.S. (2004). A comparison of online and face-to-face instruction in an undergraduate foundations of American education course. *Contemporary Issues in Technology and Teacher Education*, 4(2), 196-213.
- Supriyanto,A., Hartini,S. Irdasari,W.N., Miftahul, A., Oktapiana,S. ve Mumpun, S. D. (2020). Teacher professional quality: counselling services with technology in Pandemic Covid-19. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 176 – 189.
- Taştan, C., Tekin, H. H., Çetinöz, E. ve Demirden, A. (2020). Kovid-19 salgını ve sonrası psikolojik ve sosyolojik değerlendirmeler. *Polis Akademisi Yayınları* 90. Rapor. No: 35. Ankara.
- Telli Yamamoto, G. ve Altun, D. (2020). Coronavirüs ve çevrimiçi (online) eğitimin önlenemeyen yükselişi. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 25-34.
- Topu, F. B., Baydaş Ö., Demirel T. ve Karaman, S. (2011). Yüz yüze öğretimden uzaktan öğretime geçişte öğretim elemanlarının rol değişimleri. *11th International Educational Technologies Conference*, 25 - 27 Mayıs, İstanbul, Türkiye.
- Tüba-Türkiye Bilimler Akademisi (2020). *Covid-19 küresel salgın değerlendirme raporu*. Ankara: TÜBA.
- Türkiye Psikiyatri Derneği (2021). Covid-19 ve çocuklar. 15 Ocak 2021 tarihinde <https://www.psikiyatri.org.tr/uploadFiles/2420201236-cocuklarCOVID.pdf> adresinden erişildi.
- Valiente, C., Contreras, A., Peinado, V., Trucharte, A., Martínez, A., ve Vázquez, C. (2021). Psychological Adjustment in Spain during the COVID-19 Pandemic: Positive and Negative Mental Health Outcomes in the General Population. *The Spanish Journal of Psychology*, 24, E8.
- World Health Organization (WHO). Report of the WHO-China Joint Mission on Covid-19 Disease 2019 (COVID-19). WHO, 2020. 1 Ocak 2020 tarihinde

<https://www.who.int/docs/default-source/Covid-19/a/who-china-joint-mission-on-Covid-19-finalreport.pdf> adresinden erişildi.

- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2006). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayın.
- Yurdakul, F. (2010). Amartya Sen'in yoksulluk üzerine düşünceleri ve sen yoksulluk indeksi: Türkiye uygulaması. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 5(3), 293-303.
- Yüksel-Şahin, F. (2021). *Psikolojik danışmanlar için el kitabı*. Ankara. Nobel.
- Zeren, Ş. G. (2015). Yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma: danışanların sorunları ve memnuniyetleri. *Eğitim ve Bilim*, 40(182), 127-141.
- Zeren, Ş. G. (2017). Yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışmada terapötik işbirliği: Psikolojik danışman adaylarının görüşleri. *Journal of Human Sciences*, 14(3), 2293-2307.
- Zhang, W. R., Wang, K., Yin, L., Zhao, W. F., Xue, Q., Peng, M. , Min, B.Q. ve Tian, Q., (2020). Mental health and psychosocial problems of medical health workers during the COVID-19 epidemic in China. *Psychotherapy and Psychosomatic*, 89(4), 242-250.