



## Examining Cognitive Flexibility of Counselors According to The Effective Counselor Characteristics, Counselor Self Efficacy and Some Variables \*

Arzu BUYRUK GENÇ<sup>a\*</sup> (ORCID ID - 0000-0002-4765-3274)

Fulya YÜKSEL ŞAHİN<sup>b</sup> (ORCID ID - 0000-0003-3454-2142)

<sup>a</sup> MEB, Bingöl Erdem Anadolu Lisesi, İstanbul/Türkiye

<sup>b</sup> Yıldız Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İstanbul/Türkiye



### Article Info

DOI: 10.14812/cufej.742070

#### Article history:

Received 24.05.2020

Revised 07.08.2020

Accepted 02.09.2020

#### Keywords:

Counselor,  
Cognitive Flexibility,  
Effective Counselor  
Characteristics,  
Counselor Self Efficacy.

### Abstract

This study was investigated whether effective counselor characteristics, counselor self-efficacy, gender, seniority, educational level, number of individual and group counseling sessions in university education and supervision for individual and group counseling significantly predict cognitive flexibility of counselors. The sample of the study consisted of 521 counselors. Effective Counselor Characteristics Scale<sup>®</sup>, "Counselor Self-Efficacy Scale", "Cognitive Flexibility Inventory" and "Personal Information Form" were employed to collect the study data. Linear Regression analysis was used to analyze the data. As a result of the research, it was found that effective counselor characteristics, counselor self-efficacy, seniority, educational level, number of individual and group counseling sessions significantly predicted the cognitive flexibility of counselors. However, as a result of the research, it was found that whether or not to take supervision for individual counseling and group counseling, and gender did not significantly predict the cognitive flexibility of counselors.

## Psikolojik Danışmanların Bilişsel Esnekliklerinin Etkili Psikolojik Danışman Niteliklerine, Psikolojik Danışman Öz Yetkinliğine ve Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

### Makale Bilgisi

DOI: 10.14812/cufej.742070

#### Makale Geçmişi:

Geliş 24.05.2020

Düzeltilme 07.08.2020

Kabul 02.09.2020

#### Anahtar Kelimeler:

Psikolojik Danışman,  
Bilişsel Esneklik,  
Etkili Psikolojik Danışman  
Nitelikleri,  
Psikolojik Danışma Öz Yetkinliği.

### Öz

Araştırmada etkili psikolojik danışman niteliklerinin, psikolojik danışman öz yetkinliğinin cinsiyetin, kıdem, öğrenim düzeyinin, üniversite eğitiminde yapılan bireysel ve grupla psikolojik danışma oturum sayısının ve bireysel ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon almanın, psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı bir biçimde yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini 521 psikolojik danışman oluşturmaktadır. Araştırmada verilerini elde etmek için "Etkili Psikolojik Danışman Niteliklerini Değerlendirme Ölçeği", "Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği", "Bilişsel Esneklik Envanteri" ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde Doğrusal Regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, etkili psikolojik danışman niteliklerinin, psikolojik danışman öz yetkinliğinin, kıdem, öğrenim düzeyinin, bireysel ve grupla psikolojik danışma oturum sayısının psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Ancak, araştırmanın sonucunda, cinsiyetin, bireysel ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon alıp almamanın psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur.

\*This study was supported by Scientific and Technological Research Council of Turkey (TUBITAK Project Number: 118K403).

\* Author: [arzubuyrukgenç@gmail.com](mailto:arzubuyrukgenç@gmail.com)

### Introduction

The present day is marked by very rapid changes in many fields from technology, politics, economy and social field to culture, education and psychology. Like all professionals working in these fields, counselors are also expected to adapt themselves to such changes. In addition to their capacity to adapt to these rapid changes, it is also important for counselors to have cognitive flexibility so that they can help their clients in a healthier way in the counseling process. In the literature, cognitive flexibility is defined as an individual's flexibility in the face of new conditions pertaining to a certain situation and being aware of alternatives and feeling competent (Martin & Rubin, 1995; Martin & Anderson, 1998). This definition puts emphasis on three important points. Firstly, cognitive flexibility is a skill that can be acquired through experience and highlights learning processes. Secondly, cognitive flexibility involves the adaptation of cognitive processing strategies. Thirdly, cognitive flexibility refers to the fact that a person will adapt to new and unexpected environmental changes after s/he has been performing a task for some time (Cañas, Fajardo & Salmeron, 2006). Stevens (2009) defines cognitive flexibility as the potential to shift from one thought to another, to adapt to different situations or to view various problems using multiple strategies. Dennis and Vander Wal (2010) underline that a person has the ability to replace his or her thoughts in accordance with changing environmental conditions and define cognitive flexibility as (1) the ability to perceive multiple alternative explanations for life occurrences and human behavior; (2) the tendency to perceive difficult situations as controllable; and (3) the ability to generate multiple alternative solutions to difficult situations. It is clear from the definitions that cognitive flexibility is a vital skill that allows an individual to be flexible to adapt to new situations (Yazar & Şenyazar- Meterelliyoç, 2019) and to replace cognitive constructs (Dennis & Vander Wal, 2010: cited in Demirtaş, 2019); is associated with various goal-oriented behaviors, including creativity, problem-solving, and decision-making (Gabrys, Tabri, Anisman & Matheson, 2018); makes life easier in difficult situations (Akçay-Özcan & Kiran-Esen, 2016); and helps one to cope with crises (Yıldız-Akyol & Boyacı, 2020). Individuals with cognitive flexibility tend to be open to changes and display a pluralistic approach, rather than being obsessive (Yazar & Şenyazar- Meterelliyoç, 2019). They develop different strategies (Demirtaş, 2019). Moreover, they can approach problems from different perspectives (Altunkol, 2011). Relevant research has shown that individuals who are cognitively more flexible usually have better problem-solving (Ahn, Kim & Park, 2008; Bilgin, 2009; Johnson, 2016) and adaptive (Dreisbach & Goschke, 2004) skills and that cognitive flexibility is positively correlated with trust (Martin & Anderson, 1998) and self-efficacy in relationships (Akçay-Özcan & Kiran-Esen, 2016; Brewster, 2011; Çelikkaleli, 2014; Kiran -Esen, Özcan & Sezgin; 2017; Kim & Omizo, 2005). Therefore, it is clear that counselors should possess the above-mentioned traits pertaining to cognitive flexibility, which are obviously important for them to carry out the counseling process more effectively.

In the counseling process, the counselor should establish a collaborative relationship with the client and once the client's goal is identified, his or her problem needs to be defined and assessed in order to create alternative solutions to the problem (Gladding, 2013; Hackney & Cormier, 2008). The effectiveness of this relationship relies on the counselor's acquired knowledge and skills, as well as his/her personal traits. A counselor's cognitive processes assist in the use of existing knowledge and skills (Jennings & Skovholt, 1999). And cognitive flexibility depends on cognitive processes (Cañas, Fajardo & Salmeron, 2006). At this point, flexibility pertaining to the cognitive processes of counselors (Halsinki, 2009; Korkut-Owen, Tuzgöl-Dost & Bugay, 2014, Pope & Kline, 1999) and cognitive flexibility (Buyruk-Genç, 2019) are among the vital qualities for counselors. Nystul (2015) argues that an effective counselor should sensitively treat the client like an artist, a sensitivity which will help counselors to be flexible toward their clients, to be creative, and to be able to adapt their techniques in accordance with the clients' needs. Research in neuropsychology has also demonstrated that cognitive flexibility is a prerequisite to empathy, which shares the same cognitive processes with cognitive flexibility (Grattan et al., 1994; Decety, 2007). Empathy is one of the most critical skills for counselors (Korkut-Owen, Tuzgöl-Dost & Bugay, 2014; Pope & Kline, 1999). Neuropsychologically, the notions of perspective-taking, being able to generate and consider ideas and different response possibilities, incorporating changing information into decision-making, choice of behavioral responses and understanding of others

are all associated with cognitive flexibility (Eslinger, 1998). As a result, cognitive flexibility is a trait that counselors should have (Buyruk-Genç, 2019).

Self-efficacy is another trait required for counselors (Larson & Daniels, 1998). Self-efficacy refers to a person's belief in or judgment of her or his own capacity and abilities to solve any problem s/he may be confronted with, to fulfill any responsibility s/he may take or to display a certain level of performance (Bandura, 2001). Counseling self-efficacy is defined as a counselor's beliefs or judgments about her or his capabilities to effectively counsel a client in the near future (Larson & Daniels, 1998). Counselor self-efficacy has been reported to be most significant identifier of an effective counselor (Sharpley & Ridgeway, 1993).

Counselor self-efficacy and its repercussions in the counseling process constitute an important subject that has received a great deal of interest. Relevant research has shown that counselors' personal characteristics (Özgün, 2007; Yam & İlhan, 2016), empathic tendencies (Bentley, 2007), life satisfaction (Curry, 2007; Durmuş, 2015; Jang, 2009; Woods, 2009), job satisfaction (Durmuş, 2015), supervision experience (Cashwell & Dooley, 2001), satisfaction with their educational experiences (Erkan, 2011), and experiences (Kocarek, 2001) are all correlated with counselor self-efficacy. Our literature review revealed no research on how cognitive flexibility is influenced by counselor self-efficacy. Yet, there are research findings that individuals with high self-efficacy beliefs have higher levels of cognitive skills and cognitive flexibility (Bandura, 2001) and self-efficacy is a part of cognitive flexibility (Martin & Anderson, 1998). A strong belief in self-efficacy motivates a person to perform a particular skill or behavior in the best way. Such individuals have stronger commitment to their goals, motivation, persistence in pursuing particular goals, perseverance and flexibility in the face of difficulties (Holcomb-McCoy, Harris, Hines & Johnston, 2008) and greater cognitive resources, strategic flexibility and efficacy in managing their environments (Bandura, 1989).

For an effective counseling process, a counselor should not only have a high level of self-efficacy, but also possess effective counselor characteristics. Opinions vary as to the particular characteristics that an effective counselor should possess. Corey (2008) defines effective counselors as specialists with self-control over their experiences and responses who can identify the most suitable techniques for their clients in accordance with their needs; establish and maintain sound therapeutic relationships with their clients; and approach life experiences from different perspectives. Another definition refers to an effective counselor as someone who can maintain balance between her or his interpersonal competencies and technical competencies and manages to integrate his or her scientific and interpersonal competencies (Charkuff, 2011; Cormier & Cormier, 1991). Wampold (2011) listed flexibility among the most important qualities of effective therapists, noting that an effective therapist will adjust therapy by using a different theoretical approach or referral to another therapist if resistance to the treatment is apparent or the client is not making adequate progress. The effective counselor characteristics investigated in the present study were defined by Cormier and Cormier (1991; 1998) and include self-awareness, flexibility, energy, intellectual competency, support, and goodwill. Of these characteristics, intellectual competency requires that a counselor can think quickly and creatively and also have the motivation and capacity to learn. Energy refers to a counselor's ability to be and remain effective in sessions even after seeing many clients successively. Flexibility is the counselor's adaptive ability to meet the client's needs. The characteristic of support refers to a counselor's ability to instill hope in clients while encouraging them to make their own decisions at the same time. Goodwill pertains to the counselor's willingness to work constructively for the good of the client by ethically supporting his or her independence. And self-awareness is the knowledge of self which also involves emotions, values and behaviors. This characteristic is used to refer to the ability to identify the factors that influence oneself and their particular influences (Cormier & Cormier, 1998).

An effective counselor does not simply stick to a single theory but determines which techniques and methods to use according to the client's needs (Corey, 2008; Sue & Sue, 2016). For this, the counselor needs to be flexible (Cormier & Cormier, 1991). On the other hand, a significantly positive relationship exists between effective counselor characteristics and self-efficacy (Yayla & İkiz, 2017). Effective

counselors who feel themselves to be competent or have high self-efficacy are able to work with different clients and different problems (Hackney & Cormier, 2008), are willing to adapt to new situations (Larson & Daniels, 1998), and thus can display cognitive flexibility.

In addition to counseling self-efficacy and effective counselor characteristics, gender, seniority, education level, the number of individual and group counseling sessions in university education, and receiving supervision for individual and group counseling were also considered as important factors with potential influence on counselors' cognitive flexibility. To the authors' knowledge, there is no research in the literature aiming to identify the variables that influence counselors' cognitive flexibility. Yet, studies that examine the relationship between cognitive flexibility and gender in groups other than counselors have reported different results. Some of these studies (Altunkol, 2011; Asıcı & İkiz, 2015) concluded that men have higher cognitive flexibility, while others (Başsu-Dağgeçen, 2017; Diril, 2011; Bilgiç & Bilgin, 2016; Çelikkaleli, 2014; Yu, Yu & Lin, 2019; Öz, 2012) reported that men and women do not differ in terms of cognitive flexibility. On the other hand, it has been reported that receiving supervision makes a difference in the quality of counselor education (Uslu & Arı, 2005) and counselors who received supervision tend to have higher levels of counselor self-efficacy when compared to those who did not receive any supervision (Cashwell & Dooley, 2001). Similarly, it is also argued that counselors gain experience in their profession by performing numerous individual or group counseling sessions (Büyükgöze-Kavas, 2011). However, there have been no attempts to investigate how counselors' cognitive flexibility is influenced by seniority, education level, the number of individual and group counseling sessions in university education, and receiving supervision for individual and group counseling. Therefore, the present study is important for identifying the factors with potential influence over the cognitive flexibility of counselors. For it may provide insights to counselor trainers and enhance the quality of counseling services to identify the factors that influence cognitive flexibility, a trait that is required to consider alternative solutions when working with different clients. For this purpose, this study examines whether counselors' cognitive flexibility is significantly predicted by effective counselor characteristics, counselor self-efficacy, gender, seniority, education level, the number of individual and group counseling sessions in university education, and receiving supervision for individual and group counseling.

## Method

### Research Model

This is a descriptive, predictive and correlational study.

### Study Group

The study group consists of 521 counselors who were selected using random sampling model. All of the participants graduated from Psychological Counseling and Guidance programs at different universities in Turkey and the Turkish Republic of Northern Cyprus. Of all the participants, 76.8% are female (n=400) and 23.2% are male (n=121). As for education level, 71.98% of the participants have undergraduate degree (n=375), 28.02% of participants have graduate degree (n=146). Of the counselors who participated in the study, 63.92% have 0-11 years (n= 333), 36.08% have 12 years or more years of seniority (n=188). 68.14% (n=355) of the counselors who participated in the study had performed 1-15 individual counseling sessions during their university education, while 31.86% (n=166) had performed 16 or more individual counseling sessions. Furthermore, the rate of counselors who received supervision for individual counseling sessions during their university education is 69.10% (n=360), while the rate of those who did not receive any supervision is 30.90% (n=161). During their university education, 58.93% (n=307) of the counselors had performed 1-10 group counseling sessions, while 41.07% (n=214) had performed 11 or more group sessions. Moreover, 53.74% (n=280) of the counselors received supervision for group counseling during their university education, while 46.26% (n=241) did not receive any supervision.

## Data Collection

Prior to administering the data collection instruments, the participants read and signed/approved the Informed Consent Form developed by the researchers. In addition, Ethical Board Approval was obtained from Yıldız Technical University's Academic Ethical Board before the study (2018/02). The data collection instruments used for the research were transformed into a link for the participants to fill in digitally using Google Forms. Data for 173 participants were retrieved digitally, while the data pertaining to the remaining 348 participants were collected either through group or individual sessions. Group sessions were performed during the meetings of Guidance Research Centers held at the beginning of the two semester of 2017-2018 academic year prior to the training seminars of these centers.

## Data Collection Instruments

The study data were collected using "Effective Counselor Characteristics Scale", "Counselor Self-Efficacy Scale", "Cognitive Flexibility Inventory" and "Personal Information Form", all of which had been tested for validity and reliability.

**Effective Counselor Characteristics Scale:** The scale was developed by İköz & Totan (2014) as Turkish to assess flexibility, goodwill, self-awareness, energy, support, and intellectual competency characteristics of counselors in Turkey. It is a 26-item, five-point Likert-type scale that consists of six factors. CFA was performed to assess the validity of the scale. CFA confirmed the six-factor construct of the Effective Counselor Characteristics Assessment Scale ( $\chi^2$ :615.37; sd:259;  $\chi^2$ /sd: 2.38; NFI:.95; CFI:.97; GFI: .90; IFI : 96; RMSEA: .06; RFI :.92). Computed for the reliability analyses for the scale, Cronbach's Alpha coefficient was .90 and test-retest coefficient was .74 for the total score. Internal consistency coefficients for the scale's sub-dimensions were found to be .80 for intellectual competency, .73 for energy, .70 for flexibility, .78 for support, .63 for goodwill, and .79 for self-awareness. (İköz & Totan, 2014). The researchers re-conducted the validity and reliability analyses for the scale in the study group. The fit values obtained by a second order CFA performed on the Effective Counselor Characteristics Assessment Scale (sd: 660.19;  $\chi^2$ /sd :2.70; CFI .95; NFI :.91; GFI: .91; AGFI: .88; RMSEA: .06) were acceptable, which showed that the six-factor model is valid. This study, on the other hand, found the Cronbach's Alpha coefficient for the scale to be .87 for the intellectual competency dimension, .81 for the energy dimension, .83 for the flexibility dimension, .85 for the support dimension, .82 for the goodwill dimension, .83 for the self-awareness dimension, and .93 for the total.

**Counselor Self-Efficacy Scale:** The scale was developed by Demirel (2013). It consists of two sub-dimensions, i.e. "Effective service" and "Transmission for the client" and 13 items. It is a five-point Likert-type assessment instrument. Exploratory factor analysis was performed to test the construct validity for the scale and as a result, the two-factor construct consisting of effective service and transmission for the client was found to be valid. Thus, the effective service sub-dimension consists of nine items with item factor loadings ranging from .64 to .77. On the other hand, the sub-dimension of transmission for the client consists of four items with item factor loadings ranging between .64 and .83. The interfactor correlation coefficient was computed as .30. A total score can be obtained from the scale and the possible score range is 13-65. A high score on the scale indicates that the counselor has a high level of self-efficacy. In order to assess the scale's validity in comparison with a similar scale, the General Self Efficacy Scale was administered and the correlation between the two scales was found as .58. Internal consistency coefficient was assessed by computing Cronbach's alpha internal consistency coefficients. The resulting coefficients were .88 for the effective service and .75 for the transmission for the client. The resulting test retest reliability coefficients were .88 for the effective service and .89 for the transmission for the client (Demirel, 2013).

As part of the present study, the scale was assessed for validity and reliability. The coefficients of concordance obtained as a result of the Confirmatory Factor Analysis performed on the Counselor Self-Efficacy Scale (sd= 660.19;  $\chi^2$ /sd= 2.70; CFI=.99; NFI=.99; GFI= .91; AGFI= .94; RMSEA= .06) were

within the acceptable range, which attests to the validity of the scale's two-factor construct. The overall Cronbach's Alpha coefficient for the scale is .93.

**Cognitive Flexibility Inventory:** The scale was developed by Dennis & Vander Wal (2010) and was translated into Turkish and adapted to Turkish culture by Sapmaz & Doğan (2013). The 20-item 5-point Likert-type Scale has two sub-factors (alternatives and control). CFA was employed for validity assessment by Sampaz & Doğan (2013). The fit index values obtained through CFA are  $\chi^2:406.98$ ,  $sd:167$ ,  $\chi^2/sd:2.44$ ,  $AGFI:.90$ ,  $GFI:.92$ ,  $NFI:.96$ ,  $RFI:.95$ ,  $CFI:.98$ ,  $IFI:.98$ ,  $RMR:.052$ ,  $RMSE:.05$ . As a result of the reliability analysis, Cronbach's Alpha coefficients were found to be .90 for the alternatives subscale, .84 for the control subscale, .90 for the entire inventory. Test-retest reliability coefficients are .84 for the control subscale, .90 for the alternative subscale .90 for the entire inventory. The researchers re-conducted the validity and reliability analyses for the scale in the study group. The analysis yielded acceptable fit values for the model ( $sd:163$   $\chi^2/sd:2.92$ ;  $CFI:.95$ ;  $NFI:.93$ ;  $GFI:.92$ ;  $AGFI:.90$ ;  $RMSEA:.06$ ), which shows that the relevant variable is valid. Cronbach's Alpha coefficients are .88 for the alternatives subscale, .93 for the control subscale and .92 for the entire inventory.

**Personal Information Form:** The Personal Information Form developed by the researchers includes questions aiming to identify the participants' gender, seniority, education level, whether they had performed counseling sessions during university education, and whether they had received supervision for these sessions.

#### Data Analysis

SPSS 21 Statistical Software Pack was used for data analysis. And AMOS 24 Statistical Software Pack was used for the validity analyses performed on the scales. Prior to the analyses, the dataset was examined to see whether it meets the required assumptions for a simple linear regression analysis. For this purpose, the researchers first examined whether the scores obtained from the "Cognitive Flexibility Inventory" display a normal distribution with the help of Kurtosis and Skewness coefficients. Moreover, Durbin-Watson Test was also performed to see whether there was autocorrelation, which causes systematic errors. Also, the Tolerance Values and VIF-Variance Inflation Factor Values were also examined to check for the presence of any multicollinearity between the independent variables. The main assumptions were a normal distribution in the regression analysis, the presence of covariance, and the absence of multicollinearity between the independent variables (Çelik & Erar, 2013).

In the study, Cognitive Flexibility was taken as the dependent variable, while "Effective Counselor Characteristics" and "Counselor Self-Efficacy" were taken as the independent variables. The scores obtained from the "Effective Counselor Characteristics Scale" and the "Counselor Self-Efficacy Scale" were coded as a dummy variable (Büyüköztürk, 2015). For this purpose, the calculation was "mean score  $\pm$  1 standard deviation". The scores that were 1 standard deviation below the mean score were coded as 0 (zero), while the scores that were 1 standard deviation above the mean score were coded as 1 (one). Also, the other independent variables in the study were coded as follows: For gender female=1, male=0; for seniority low seniority (1-11 years)=1, high seniority (12 years or longer)=0; for receiving supervision for individual counseling yes=1, no=0; for receiving supervision for group counseling yes=1, no=0; for the number of individual counseling sessions, 1-15 sessions=1, 16 and more sessions=0; for the number of group counseling sessions, 1-15 sessions=1, 16 and more sessions =0; and for education level, undergraduate=1, graduate=0. Linear Regression Analysis was performed to analyze the data. The significance level was taken as .05 for the study.

#### Findings

In order to solve the problem, it was first required to determine whether the scores obtained from the Cognitive Flexibility Inventory displayed a normal distribution, for which the Kurtosis and Skewness coefficients were examined for the scores and the results are shown in Table 1. Also, Durbin-Watson Test was performed to see whether there was autocorrelation, which causes systematic errors. The results of the Durbin-Watson Test are also shown in Table 1.

**Table 1.**  
*Cognitive Flexibility Kurtosis and Skewness Values and Durbin-Watson Test*

Variable	n	Skewness	Kurtosis
Cognitive Flexibility	521	.09	.50

  

Variables	Durbin-Watson Test
Effective Counselor Characteristics -Cognitive Flexibility	1.93
Counselor Self-Efficacy-Cognitive Flexibility	1.92
Gender-Cognitive Flexibility	1.99
Seniority-Cognitive Flexibility	2.00
Education Level-Cognitive Flexibility	1.98
Number of Individual Counseling Sessions-Cognitive Flexibility	1.99
Supervision for Individual Counseling-Cognitive Flexibility	1.98
Number of Group Counseling Sessions-Cognitive Flexibility	1.99
Supervision for Group Counseling-Cognitive Flexibility	1.99

As seen in Table 1, the Skewness coefficient is .09 and the Kurtosis coefficient is .50 for the Cognitive Flexibility Scale. Skewness and Kurtosis values ranging between +2 and -2 in the dataset is acceptable (Bachman, 2004). It is also seen in Table 1 that DW=1.93 for effective counselor characteristics–cognitive flexibility and DW=1.92 for counselor self-efficacy. Also, DW=1.99 for gender–cognitive flexibility; DW=2.00 for seniority–cognitive flexibility; DW= 1.98 for education level-cognitive flexibility; DW=1.99 for the number of individual counseling sessions in university education–cognitive flexibility; DW=1.99 for receiving supervision for individual counseling–cognitive flexibility; DW= 1.98 for the number of group counseling sessions in university education–cognitive flexibility; and DW=1.99 for receiving supervision for group counseling–cognitive flexibility. The Durbin-Watson Test confirmed the absence of autocorrelation. For a Durbin-Watson Test value of 1.5 – 2.5 shows there is no autocorrelation (Taşdan & Erdem, 2010). Multicollinearity was also explored by analysis between the independent variables and the results were Tolerance Values=1.00 and VIF-Variance Inflation Factor Values=1.00. Tolerance values should not be greater than .10, while it is statistically important that VIF-Variance Inflation Factor Values should not be greater than 10 (Çokluk, Şekercioğlu & Büyüköztürk, 2016). The analyses revealed the absence of the multicollinearity problem.

In order to determine whether counselors' cognitive flexibility is significantly predicted by effective counselor characteristics, counselor self-efficacy, gender, seniority, education level, the number of individual and group counseling sessions, and receiving supervision for individual and group counseling, linear regression analysis was performed and the results are given in Table 2. Table 2 also shows the mean cognitive flexibility scores according to effective counselor characteristics, counselor self-efficacy, gender, seniority, education level, the number of individual and group counseling sessions in university education, and receiving supervision for individual and group counseling.

**Table 2.**

*The Results of Linear Regression Analysis and the Mean Scores for the Prediction of Counselors' Cognitive Flexibility Levels by Effective Counselor Characteristics, Counselor Self-Efficacy, Gender, Seniority, Education Level, Number of Individual and Group Counseling Sessions Performed, and Receiving Supervision for Individual and Group Sessions*

Predictor Variable	B	Standardized B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Constant	80.31		165.83	.00	120.84	.00	.45	.20
Effective Counselor Characteristics	6.53	.45	10.99	.00				
Effective Counselor Characteristics		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Low		78.46			7.71			
High		89.29			8.31			
Predictor Variable	B	Standardized B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Constant	79.23		121.48	.00	99.04	.00	.44	.19
Counselor Self-Efficacy	8.53	.44	9.95	.00				
Counselor Self-Efficacy		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Low		79.23			8.92			
High		87.77			8.50			
Predictor Variable	B	Standardized B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Constant	84.32		65.85	.00	.50	.48	.03	.00
Gender	.70	.03	.71	.48				
Gender		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Female		83.62			9.52			
Male		82.92			9.31			
Predictor Variable	B	Standardized B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Constant	80.35		64.83	.00	7.04	.01	.12	.01
Seniority	2.28	.12	2.65	.01				
Seniority		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Less (0-11)		82.63			9.30			
High (12-Üstü)		84.91			9.61			



Predictor Variable	B	Standardized B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Constant	80.77		64.71	.00	5.17	.02	.09	.01
Education Level	2.09	.09	2.74	.02				
<b>Education Level</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Undergraduate		82.87			9.42			
Graduate (Master-PhD)		84.96			9.45			
Predictor Variable	B	Standardized B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Constant	80.89		65.20	.00	4.80	.03	.09	.01
Number of Individual Counseling Sessions	1.94	.09	2.19	.03				
<b>Number of Individual Counseling Sessions</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
1-15 Sessions		82.83			9.44			
16 Sessions and More		84.77			9.43			
Predictor Variable	B	Standardized B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Constant	80.61		64.28	.00	5.76	.02	.11	.01
Number of Group Counseling Sessions	2.02	.11	2.40	.02				
<b>Number of Group Counseling Sessions</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
1-10 Sessions		82.63			9.43			
11 Sessions and More		84.64			9.43			
Predictor Variable	B	Standardized B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Constant	.83.72	.01	67.12	.00	.05	.82	.01	.00
Supervision for Individual Counseling	.21		.23	.82				
<b>Supervision for Individual Counseling</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Yes		83.52			9.35			

No		83.31		9.77				
Predictor Variable	B	Standardized B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Constant	83.62	.01	64.98	.00	.02	.89	.01	.00
Supervision for Group Counseling	.12		.14	.89				
Supervision for Group Counseling	$\bar{X}$		SS					
Yes	83.51		9.34					
No	83.39		9.64					

As seen in Table 2, effective counselor characteristics were found to be a significant predictor of counselors' cognitive flexibility levels ( $R=.45$ ,  $R^2=.20$ ;  $F=120.84$ ,  $p <.00$ ;  $t= 10.99$ ,  $p <.00$ ). Table 2 also shows that the mean cognitive flexibility score ( $\bar{X}=89.29$ ,  $Ss=8.31$ ) of the counselors with a high level of effective counselor characteristics is significantly ( $t= 10.99$ ,  $p <.00$ ) higher than the mean cognitive flexibility score ( $\bar{X}=78.46$ ,  $Ss=7.71$ ) of the counselors with a low level of effective counselor characteristics. These results demonstrate that counselors with a high level of effective counselor characteristics have higher cognitive flexibility levels.

As shown in Table 2, counselor self-efficacy was found to be a significant predictor of the cognitive flexibility levels of counselors ( $R=.44$ ,  $R^2=.190$ ;  $F=99.04$ ,  $p <.00$ ;  $t=9.95$ ,  $p <.00$ ). Table 2 also shows that the mean cognitive flexibility score ( $\bar{X}=87.77$ ,  $Ss=8.50$ ), of counselors with high counselor self-efficacy is significantly ( $t=9.95$ ,  $p <.00$ ) higher than the mean cognitive flexibility score ( $\bar{X}=79.23$ ,  $Ss=8.92$ ) of counselors with low counselor self-efficacy. These results demonstrate that counselors with high counselor self-efficacy have higher levels of cognitive flexibility.

As seen in Table 2, gender is not a significant predictor of the cognitive flexibility levels of counselors ( $R=.03$ ,  $R^2=.00$ ;  $F=.50$ ,  $p >.05$ ;  $t= .71$ ,  $p >.05$ ). Table 2 also shows that the mean cognitive flexibility score of female counselors ( $\bar{X}=83.62$ ,  $Ss=9.52$ ) is close to the mean cognitive flexibility score of male counselors ( $\bar{X}=82.92$ ,  $Ss=9.31$ ).

As shown in Table 2, seniority was found to be a significant predictor of the cognitive flexibility levels of counselors ( $R=.12$ ,  $R^2=.01$ ;  $F=7.04$ ,  $p <.01$ ;  $t= 2.65$ ,  $p <.01$ ). Table 2 also shows that the mean cognitive flexibility score of the counselors with greater seniority (12 years or more) ( $\bar{X}=84.91$ ,  $Ss=9.61$ ) is significantly ( $t= 2.65$ ,  $p <.01$ ) higher than the mean cognitive flexibility score of the counselors with less seniority (0 to 11 years) ( $\bar{X}=82.63$ ,  $Ss=9.30$ ). These results demonstrate that the counselors with greater seniority have higher levels of cognitive flexibility.

As seen in Table 2, education level is a significant predictor of the cognitive flexibility levels of counselors ( $R=.09$ ,  $R^2=.01$ ,  $F=5.17$ ,  $p <.02$ ;  $t= 2.74$ ,  $p <.02$ ). Table 2 also shows that the mean cognitive flexibility score of the counselors with a graduate degree (master's and PhD) ( $\bar{X}=84.96$ ,  $Ss=9.45$ ), is significantly ( $t= 2.74$ ,  $p <.02$ ) higher than the mean cognitive flexibility score ( $\bar{X}=82.87$ ,  $Ss=9.42$ ) of the counselors with a graduate degree. These results suggest that counselors with a higher education level have higher levels of cognitive flexibility.

As shown in Table 2, the number of individual sessions ( $R=.09$ ,  $R^2=.01$ ;  $F=4.80$ ,  $p <.03$ ;  $t= 2.19$ ,  $p <.03$ ) and the number of group sessions held during university education ( $R=.11$ ,  $R^2=.01$ ;  $F=5.76$ ,  $p <.02$ ;  $t= 2.40$ ,  $p <.02$ ) were found to be significant predictors of the cognitive flexibility levels of counselors. Table 2 also shows that the counselors who had held 16 or more individual counseling sessions during university education have a mean cognitive flexibility score ( $n=166$ ,  $\bar{X}=84.77$ ,  $Ss=9.43$ ) which is

significantly ( $t=2.19, p<.03$ ) higher than the mean cognitive flexibility score ( $n=355, \bar{X}=82.83, Ss=9.44$ ) of the counselors who had held 1 to 15 sessions. On the other hand, the counselors who had held 11 or more group counseling sessions during university education were found to have a mean cognitive flexibility score ( $n=214, \bar{X}=84.64, Ss=9.43$ ) which is significantly ( $t= 2.40, p <.02$ ) higher than the mean cognitive flexibility score ( $n=307, \bar{X}=82.63, Ss=9.43$ ) of the counselors who had held 1 to 10 sessions. All of these results suggest that counselors who had held more individual or group counseling sessions during university education have higher levels of cognitive flexibility.

As seen in Table 2, it was found that receiving supervision for individual counseling ( $R=.01, R^2= .00; F=.05, p >.05; t= .23, p >.05$ ) and receiving supervision for group counseling ( $R=.01, R^2= .00; F=.02, p >.05; t= .14, p >.05$ ) are not significant predictors of the cognitive flexibility levels of counselors. Table 2 also shows that the mean cognitive flexibility score of the counselors who received supervision for individual counseling ( $n=360, \bar{X}=83.52, Ss=9.35$ ) and the mean cognitive flexibility score of the counselors who did not receive supervision ( $n=161, \bar{X}=83.31, Ss=9.77$ ) are close to one another. Similarly, the mean cognitive flexibility score of the counselors who received supervision for group counseling ( $n=280, \bar{X}=83.51, Ss=9.34$ ) and the mean cognitive flexibility score of the counselors who did not receive supervision ( $n=241, \bar{X}=83.39, Ss=9.64$ ) are also close to one another.

### Discussion & Conclusion

As a result of the study, it was found that effective counselor characteristics positively and significantly predict cognitive flexibility of counselors. The counselors with high levels of effective counselor characteristics were found to have significantly higher levels of cognitive flexibility when compared to the counselors with low levels of effective counselor characteristics. Thus, possessing effective counselor characteristics leads to enhanced levels of cognitive flexibility for counselors. Effective counselor characteristics have been described as one of the most important determinants of the therapeutic relationship between the client and the counselor (Corey, 2008; Lawson et.al., 2007; Venart, Vassos & Pitcher-Heft., 2007). Cormier & Cormier (1991) identified the characteristics of effective counselors as self-awareness, energy, intellectual competency, support, goodwill, and flexibility. Furthermore, effective counselors are individuals who are able to make choices that may shape their lives, be aware of their previous decisions, do not resist change, make decisions about what kind of change they want when they are not content with what they have, do not feel strictly bounded by their previous decisions, notice their mistakes, and can approach life events from different perspectives (Corey, 2008). On the other hand, Nystul (2015) argues that an effective counselor should sensitively treat the client like an artist, a sensitivity which will help counselors to be flexible toward their clients, to be creative, and to be able to adapt their techniques in accordance with the clients' needs. Possessing these characteristics can be said to enhance counselors' cognitive flexibility. For individuals who are cognitively flexible are aware of options and suitable alternatives pertaining to any situation, are flexible in their behaviors and willing to adapt to the situation at hand (Martin & Rubin, 1995; Martin & Anderson, 1998). When it comes to the counseling process, a counselor should be aware of options and suitable alternatives and change his or her perception in accordance with the client's problem or s/he should be able to think quickly and creatively to display cognitive flexibility; to put it differently, possess the intellectual competency identified as one of the characteristics of effective counselors. Martin & Anderson (1998) noted that people who are aware of choices and alternatives in a certain situation are more cognitively flexible than those who see only proper or correct behavioral responses. On the other hand, Cañas, Fajardo & Salmeron (2006) underlined that cognitive flexibility depends on attentional processes. One could argue that noticing the choices and attentional processes require intellectual competency, which is one of the characteristics of effective counselors. Counselors who are intellectually competent or can think quickly and creatively in the counseling process can see more choices and offer different solutions to their clients in the light of suitable alternatives. In addition, effective counselors who are flexible do not simply stick to a single theory but can apply different techniques and methods according to the client's needs. In other words, they are able to use the treatment methods that are suitable for their clients' problems so that they can comprehend and help solving their problems.

Our literature review found no research looking into the relations between effective counselor characteristics and cognitive flexibility. Still, existing research demonstrates that there is a positive relationship between problem-oriented or positive coping strategies cognitive flexibility (Bai, 2011; Dennis & WanderVal, 2010; Johnson, 2016), that individuals who are more cognitively flexible have better problem solving skills (Ahn, Kim & Park, 2008; Bilgin, 2009; Stevens, 2009), and that logical decision-making levels increase with increasing cognitive flexibility levels (Bilgiç & Bilgin, 2016). Furthermore, neuropsychological research argue that cognitive flexibility is a prerequisite for empathy and both share the same cognitive processes (Grattan & et.al., 1994; Decety, 2007). It has been reported that empathy is a personal trait that counselors should possess (Korkut-Owen, Tuzgöl-Dost & Bugay, 2014) and is even one of the three most important personal characteristics of prospective counselors (Pope & Kline, 1999). Neuropsychologically, the notions of perspective-taking, being able to generate and consider ideas and different response possibilities, incorporating changing information into decision-making, choice of behavioral responses and understanding of others are all associated with cognitive flexibility (Eslinger, 1998). All these traits correspond to the characteristics that an effective counselor should have (Wampold, 2011). Consequently, based on the results of this study, it could be argued that counselors who have more of these traits or have high levels of effective counselor characteristics tend to have higher levels of cognitive flexibility.

As a study result, it was found that counselor self-efficacy positively and significantly predict counselors' cognitive flexibility. The counselors with a high level of counselor self-efficacy were found to have significantly higher levels of cognitive flexibility when compared to those with low self-efficacy. Defined as a counselor's beliefs or judgments about her or his capabilities to effectively counsel a client in the near future (Larson & Daniels, 1998) and shown as the most important identifier of an effective counselor (Sharpley & Ridgeway, 1993), counselor self-efficacy may help increase a counselor's tendency to perceive difficult situations as controllable, as well as his or her skills to acknowledge that there might be alternatives to the events and human behaviors in life and to generate multiple solutions to difficult situations (Dennis & VanderWal, 2010). To put it differently, individuals who are cognitively flexible are willing to adapt themselves to new situations they may encounter. And they feel themselves as competent when it comes to situations for which they are flexible (Martin & Rubin, 1995; Martin & Anderson, 1998). Counselors who feel themselves to be competent or have high self-efficacy are able to work with different clients and different problems (Hackney & Cormier, 2008), are willing to adapt to new situations, and thus can display cognitive flexibility. Many studies in the literature report that there is a significant correlation between self-efficacy and cognitive flexibility (Akçay-Özcan & Kiran Esen, 2016; Çelikkaleli, 2014; Martin & Anderson, 1998; Martin & Rubin, 1995). Moreover, Wei et al. (2015) reported a positively significant relationship between counseling self-efficacy and psychological flexibility.

A counselor's beliefs about self-efficacy involve the choice of counselor responses in counseling sessions, the efforts of a counselor in the face of his or her failures, his or her persistence to overcome any obstacle, risk-taking behaviors and decision-making (Larson & Daniels, 1998). Counselors with a high level of self-efficacy may choose suitable techniques from among different options and display cognitive flexibility (Martin & Anderson, 1998; Martin & Rubin, 1995). Consequently, we can argue that counselors with high self-efficacy may be aware of different alternatives in their counseling sessions, choose suitable techniques or can display cognitive flexibility.

As a result of the study, it was found that gender does not significantly predict counselors' cognitive flexibility. Certain studies in the literature report that male students have significantly higher levels of cognitive flexibility when compared to female students (Altunkol, 2011; Asıcı & İkiz, 2015). However, many other studies (Başsu-Dağgeçen, 2017; Bilgiç & Bilgin, 2016; Çelikkaleli, 2014; Yu, Yu & Lin, 2019) have concluded that no significant relationship exists between gender and cognitive flexibility, which is in parallel with the results of the present study. Cognitive flexibility is known to be influenced by parental attitudes (Bilgin, 2009) and personal traits (Bilgin, 2016). Therefore, it is possible that the counselors' levels of cognitive flexibility might have been influenced by the families that raised them, the environments they grew up in or their personal traits, rather than their gender. On the other hand,

female and male students studying in the departments of Counseling and Guidance arguably have the same opportunities for education. Moreover, after graduation, they are in similar environments due to the similarities of the institutions they work for. Consequently, their education, work and social environments may have created equality for counselors from different genders in terms of cognitive flexibility levels. In other words, even though their genders are different, they received a similar education and live in similar social environments and this might be the reason why the counselors' cognitive flexibility levels do not significantly differ according to gender.

As another result of the study, education level was found to positively and significantly predict the counselors' cognitive flexibility. Cognitive flexibility levels were found to be significantly higher among the counselors with graduate (master's and PhD) degrees when compared to those with undergraduate degrees. Cañas, Fajardo & Salmeron (2006) particularly highlight the fact that cognitive flexibility involves learning processes and is acquired through experience. Therefore, counselors should be trained to be aware of choices and suitable alternatives and be flexible when faced with a new situation. The counselors who receive a higher level of education and complete their master's and PhD education possess more theoretical knowledge, technical information and skills; thus, they may acquire a wider perspective. Such knowledge and experience acquired help them adapt to unexpected environmental changes more easily. Moreover, a counselor's graduate education experience also affects the quality of the therapeutic relationship s/he establishes with the client. Kivlighan et al. (1993) reported a positively significant relationship between counselors' flexibility and the therapeutic relationship as perceived by the clients. As a consequence, holding a master's and PhD degree increases counselors' theoretical and technical knowledge and improves their counseling skills. All of these reasons might be behind the study result that the counselors with a master's and PhD degree displayed significantly higher levels of cognitive flexibility.

As another study result, seniority was found to positively and significantly predict the counselors' cognitive flexibility. The counselors with greater seniority were found to have significantly higher levels of cognitive flexibility when compared to those with less seniority. Individuals with cognitive flexibility can easily shift from one thought to another, adapt to different situations, view different problems using multiple strategies (Stevens, 2009), regulate their information processing strategies to adapt to the new and unexpected situations in their environments (Cañas & et.al., 2003), and change their cognition to adapt to new situations (Dennis & Vander Wal ,2010). In other words, cognitively flexible individuals consider more scripts before they adapt their behaviors to new situations (Roloff & Berge, 1982; cited in Martin and Anderson, 1998). In the light of all this, it could be argued that the counselors with greater seniority have a multi-dimensional perspective as a result of their experience and thus have higher cognitive flexibility.

As a result of the study, it was also found that the number of individual and group counseling sessions in university education positively and significantly predict counselors' cognitive flexibility. The counselors who received more sessions were found to have significantly higher levels of cognitive flexibility than the counselors who received less sessions. During the training, counselors perform individual and group counseling sessions. Through these sessions, they learn to transfer the theoretical and technical knowledge they are given in their training to actual counseling sessions. Their training (Tang et al., 2004) and the sessions they perform (Atıcı, Özyürek & Çam, 2005; Leach, Stoltenberg-McNeil & Eichenfield, 1997) improve the counseling skills and self-efficacy levels of counselors. Performing more sessions during their training might have allowed counselors to more easily choose the methods and approaches that are more suitable for their clients' needs, thus helping them become more flexible in cognitive terms. Consequently, the number of individual and group counseling sessions in this study might have significantly predicted the counselors' cognitive flexibility.

As another study result, it was found that receiving or not receiving supervision for individual and group counseling does not significantly predict counselors' cognitive flexibility. It is well-known that supervision is a vital part of counselor training (Aladağ, 2014; Buyruk-Genç & Yüksel-Sahin, 2019; Meydan, 2014; Özyürek, 2009) and makes a great difference in the quality of counselors' training (Uslu

& Arı, 2005; Özyürek, 2009). Receiving supervision also improves counselor self-efficacy (Cashwell & Dooley, 2001). Moreover, flexibility of counselors enhances the quality of the therapeutic relationship (Kivlighan et al., 1993). Therefore, supervision received by counselors is expected to increase their cognitive flexibility. However, according to the results of this study, it was found that receiving or not receiving supervision for individual and group counseling does not significantly predict counselors' cognitive flexibility. This result reminds us of the problems regarding the quantity and quality of supervision services in Turkey. Anjel & Özkan (2009) found in a study with counselors that 45.6% of 371 participants received supervision during their training while 54.2% did not receive any training (Cited in Siviş-Çetinkaya & Kararmak, 2012). Similarly, in a national screening study, Özyürek (2009) reported that supervision is often given by incompetent supervisors to crowded student groups and in a way that is not sufficiently effective. Therefore, the study result that receiving or not receiving supervision for individual and group counseling does not significantly predict counselors' cognitive flexibility can be attributed to the quantitative and qualitative inadequacies in counseling supervision.

According to the study results, effective counselor characteristics, counselor self-efficacy, seniority, education level, and the number of individual and group counseling sessions significantly predict counselors' cognitive flexibility, while gender and receiving or not receiving supervision for individual and group counseling do not significantly predict counselors' cognitive flexibility, which highlights the need for attaching more importance to quantity and quality in counselor education. At this juncture, the following suggestions can be made: Undergraduate and graduate students of Counseling and Guidance departments can be made to practice with more clients in more sessions in the practical courses on individual and group counseling. Holding more sessions may help counselors to gain effective counselor characteristics, to feel more self-competent, and thus have higher levels of cognitive flexibility. Performing sessions with more clients may also provide them with more opportunities to display cognitive flexibility as they will encounter various client problems. The quantity of supervision could be increased for both individual and group counseling in undergraduate and graduate Counseling and Guidance programs of universities. In matters concerning promotion, faculty members' contribution to training counselors may also be considered in addition to the amount of their academic publications. It is a crucial issue whether faculty members offer supervision to prospective counselors/counselors.

## Türkçe Sürümü

### Giriş

Günümüzde, teknolojik, politik, ekonomik, sosyal, kültürel, eğitsel ve psikolojik birçok alanda çok hızlı değişimler yaşanmaktadır. Bu alanlarda çalışan her meslek elemanı gibi psikolojik danışmanların da bu değişimlere uyum sağlamaları gereklidir. Psikolojik danışmanların bu hızlı değişimlere uyum sağlayabilmelerinin yanında, psikolojik danışma sürecinde danışanlarına daha sağlıklı bir biçimde yardımcı olabilmelerinde bilişsel esnekliğe sahip olmaları önemli görünmektedir. Alan yazında bilişsel esneklik, herhangi bir durumla ilgili olarak bireyin yeni durumlar karşısında esnek olması, alternatif çözüm seçeneklerinin ve yollarının farkında olması ve bu durumlar karşısında kendisini yetkin hissetmesi (Martin ve Rubin, 1995; Martin ve Anderson, 1998) olarak tanımlanmaktadır. Bu tanım üç önemli noktaya vurgu yapmaktadır. Birincisi bilişsel esneklik, deneyimle elde edilebilen ve öğrenme süreçlerine vurgu yapan bir beceridir. İkincisi, bilişsel esneklik, bilgi işleme stratejilerinin uyarlanmasını içermektedir. Üçüncüsü, bilişsel esneklik bireyin belirli bir görevi, belirli bir süre yerine getirdikten sonra beklenmeyen yeni çevresel değişimlere uyum sağlayacağını ifade eder (Cañas, Fajardo ve Salmeron, 2006). Stevens (2009) bilişsel esnekliğin, bir düşünceden diğerine geçebilme, farklı durumlara uyum sağlayabilme veya farklı sorunlara çok yönlü stratejilerle bakabilme potansiyeli olduğunu belirtmiştir. Dennis ve Vander Wal (2010) ise bilişsel esnekliğin bireyin değişen çevre koşullarına göre sahip olduğu bilişleri değiştirebilme yetisi olduğunu vurgulamış ve bilişsel esnekliği (1) yaşamda ortaya çıkan durumların ve insan davranışlarının alternatiflerinin olabileceğini algılama becerisi (2) zor durumları kontrol edilebilir algılama eğilimi ve (3) zor durumları çözebilmek amacıyla çok sayıda çözüm üretme becerisi olarak açıklamıştır. Tanımlardan da görüldüğü gibi, bilişsel esneklik, bireyin yeni durumlara uyum sağlamasında esnek olabilmelerini sağlayan (Yazar ve Şenyazar- Meterelliyoç, 2019); bilişsel yapıları değiştirebilen (Dennis ve Vander Wal, 2010: Akt; Demirtaş, 2019); yaratıcılık, problem çözme, ve karar verme dahil olmak üzere çeşitli hedeflere yönelik davranışlarla ilişkisi bulunan (Gabrys, Tabri, Anisman ve Matheson, 2018); zorlayıcı durumlarda bireyin yaşamını kolaylaştıran (Akçay-Özcan ve Kıran-Esen, 2016); ve kriz durumlarıyla başa çıkmasını sağlayan (Yıldız-Akyol ve Boyacı, 2020) önemli bir beceridir. Bilişsel olarak esnek olan bireyler sabit fikirli olmayıp, değişime açık ve çoğulcu bir yaklaşım gösterirler (Yazar ve Şenyazar- Meterelliyoç, 2019). Farklı stratejileri geliştirirler (Demirtaş, 2019). Ayrıca, sorunlara farklı bakış açılarıyla yaklaşabilirler (Altunkol, 2011). Yapılmış olan araştırmalarda da, bilişsel olarak daha esnek olan bireylerin problem çözme (Ahn, Kim ve Park, 2008; Bilgin, 2009; Johnson, 2016) ve uyum (Dreisbach ve Goschke, 2004) becerilerinin daha yüksek olduğu; bilişsel esnekliğin ilişkide güven (Martin ve Anderson, 1998) ve öz yetkinlik (Akçay-Özcan ve Kıran-Esen, 2016; Brewster, 2011; Çelikkaleli, 2014; Kıran -Esen, Özcan ve Sezgin; 2017; Kim ve Omizo, 2005) ile pozitif ilişki gösterdiği belirtilmiştir. İşte; bilişsel esneklikle ilgili sözü edilen bu özelliklere psikolojik danışmanların sahip olmaları gerektiği ve psikolojik danışma sürecini daha sağlıklı bir biçimde yürütmelerinde bu özelliklerin önemli olduğu görünmektedir.

Psikolojik danışma sürecinde danışanla işbirlikçi ilişkinin kurularak, danışanın amacı belirlendikten sonra, danışanın probleminin tanımlanması ve değerlendirilmesi, probleminin çözümü için çözüm seçeneklerinin oluşturulması gerekir (Gladding, 2013; Hackney ve Cormier, 2008). Psikolojik danışmanın bilgi ve beceri alt yapısı, kişisel nitelikleri bu ilişkinin etkililiğini belirler. Psikolojik danışmanın bilişsel süreçleri bilgilerin ve becerilerin kullanılmasına yardımcı olur (Jennings ve Skovholt, 1999). Bilişsel esneklik ise bilişsel süreçlere bağlıdır (Cañas, Fajardo ve Salmeron, 2006). Bu noktada psikolojik danışmanların bilişsel süreçleri ile ilişkili olabilecek esneklik (Halsinki, 2009; Korkut-Owen, Tuzgöl-Dost ve Bugay, 2014, Pope ve Kline, 1999) ve bilişsel esneklik (Buyruk-Genç, 2019) psikolojik danışmanlarda bulunması gereken önemli nitelikler arasında gösterilmektedir. Nystul (2015) etkili bir psikolojik danışmanın danışanına sanatçı duyarlılığı ile yaklaşması gerektiğini, bu duyarlılığın onların danışanlarına karşı esnek olmalarına, yaratıcı olmalarına ve teknikleri danışanların ihtiyaçlarına göre uyarlayabilmelerine yardımcı olacağını belirtmiştir. Nöropsikoloji alanında yapılan araştırmalar da bilişsel

esnekliğin empati kurabilmek için bir ön gereklilik olduğunu ve empati ile bilişsel esnekliğin ortak bilişsel süreçleri paylaştığını göstermiştir (Grattan ve diğ., 1994; Decety, 2007). Empati psikolojik danışmanlarda bulunması gereken en önemli özelliklerden birisidir (Korkut-Owen, Tuzgöl-Dost ve Bugay, 2014; Pope ve Kline, 1999). Nöropsikolojik olarak bakış açısı alma, fikirler ve farklı yanıt olasılıkları üretme ve düşünebilme, karar verme sürecinde değişen bilgileri sürece dahil etme, uygun davranışsal tepkileri seçme ve başkalarını anlama gibi kavramlar bilişsel esneklik ile ilişkilidir (Eslinger, 1998). Bu nedenle bilişsel esneklik, psikolojik danışmanların sahip olması gereken bir özelliktir (Buyruk Genç, 2019)

Psikolojik danışmanlarda olması gereken diğer bir özellik öz yetkinliktir (Larson ve Daniels, 1998). Öz yetkinlik, bir kişinin karşılaştığı bir problemi çözmesi, aldığı bir sorumluluğu yerine getirmesi ya da belirli bir performansı göstermesi için kendi kapasitesine ve yeteneklerine yönelik inancı ve yargısıdır (Bandura, 2001). Psikolojik danışma öz yetkinliği ise psikolojik danışmanın yakın gelecekte danışanı ile birlikte etkili psikolojik danışma süreci gerçekleştirmesine yönelik kapasitesi hakkındaki inanç ve yargısı olarak ifade edilmektedir (Larson ve Daniels, 1998). Psikolojik danışman öz yetkinliği etkili bir psikolojik danışmanın en önemli belirleyicisi olarak gösterilmektedir (Sharpley ve Ridgeway, 1993).

Psikolojik danışman öz yetkinliği ve bunun psikolojik danışma sürecine yansımaları, üzerinde durulan önemli bir konu haline gelmiştir. Yapılan araştırmalarda psikolojik danışmanın kişilik özellikleri (Özgün, 2007; Yam ve İlhan, 2016), empati yetenekleri (Bentley, 2007), yaşam doyumları (Curry, 2007; Durmuş, 2015; Jang, 2009; Woods, 2009), iş doyumları (Durmuş, 2015), süpervizyon yaşantısı geçirmesi (Cashwell ve Dooley, 2001), eğitim yaşantılarına ilişkin memnuniyetleri (Erkan, 2011), deneyimleri (Kocarek, 2001) psikolojik danışman öz yetkinliği ile ilişkili bulunmuştur. Literatürde psikolojik danışman öz yetkinliğinin bilişsel esnekliği nasıl etkilediğine dair bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Ancak yüksek öz yetkinlik inancına sahip olan insanların bilişsel becerilerinin ve bilişsel esnekliklerinin daha yüksek olduğu (Bandura, 2001); öz yeterliğin bilişsel esnekliğin bir parçası olduğu (Martin ve Anderson, 1998) ifade edilmiştir. Yüksek öz yetkinlik inancı bireyin belirli bir beceri veya davranışı en iyi şekilde ortaya koymasında güdüleyicidir. Bu bireylerin amaçlarına bağlılıkları, güdülenmeleri, amaçlarına ulaşmada gösterdikleri çabaları, bir sorunla karşılaştıklarındaki dirençleri ve esneklikleri daha güçlüdür (Holcomb-McCoy, Harris, Hines ve Johnston, 2008); çevrelerini yönetme konusunda bilişsel kaynakları, stratejik esneklikleri ve etkililikleri daha büyüktür (Bandura, 1989).

Psikolojik danışma sürecinin etkili olabilmesi için, psikolojik danışmanın yüksek öz yetkinlik düzeyine sahip olmasının yanı sıra etkili psikolojik danışman niteliklerine de sahip olması beklenmektedir. Etkili bir psikolojik danışmanın hangi özelliklere sahip olması gerektiği konusunda birçok görüş bulunmaktadır. Corey (2008) etkili psikolojik danışmanları, kendi yaşantılarını ve tepkilerini kontrol edebilen, danışanlarına yardım ederken danışanlarının ihtiyaçları doğrultusunda en uygun teknikleri belirleyebilen, danışanlarıyla iyi bir terapötik ilişki kurabilen ve sürdürebilen, yaşanan olaylara farklı bakış açılarıyla yaklaşabilen uzmanlar olarak tanımlamıştır. Diğer bir tanımlamada etkili psikolojik danışman, kişiler arası yeterlilikleri ve teknik yeterlilikleri arasında denge oluşturabilen, hem bilimsel hem de kişisel yeterliliklerini bütünleştirme konusunda başarılı olabilen biri olarak belirtilmiştir (Charkuff, 2011; Cormier ve Cormier, 1991). Wampold (2011), etkili terapistlerin özelliklerini sıralarken en önemli özellikleri arasında esnekliği sıralamış ve etkili bir terapistin danışanının uygulanan müdahale yöntemine direnç göstermesi ya da bir ilerleme göstermemesi durumunda farklı bir kuramsal yaklaşımı kullanması, başka bir uzmana sevk etme gibi farklı yöntemleri kullanması gerektiğini belirtmiştir. Bu araştırma kapsamında ele alınan etkili psikolojik danışman nitelikleri Cormier ve Cormier (1991; 1998) tarafından tanımlanmıştır ve bir psikolojik danışmanda bulunması gereken nitelikler olan öz farkındalık, esneklik, enerji, entelektüel yeterlik, destek ve iyi niyet niteliklerini içermektedir. Bu niteliklerden entelektüel yeterlik, bir psikolojik danışmanın hızlı ve yaratıcı düşünmesini ve ayrıca öğrenme isteği ve yeteneği olmasını gerektirir. Enerji, psikolojik danışmanın peş peşe birçok danışan görse dahi oturumlarda etkili olma ve bu durumu devam ettirebilme becerisidir. Esneklik, danışanın ihtiyaçlarını karşılamak için psikolojik danışmanın uyum gösterme becerisidir. Destek niteliği bir psikolojik danışmanın danışanın umudunu yeşertirken, aynı zamanda danışanın kendi kararlarını vermede cesaretlendirme kapasitesine sahip olmasını ifade etmek için kullanılır. İyi niyet, danışanın bağımsızlığını etik olarak destekleyerek, yapıcı bir biçimde danışanın iyiliği adına çalışma arzusunu belirtir. Öz-farkındalık ise, duyguları, değerleri



ve davranışları da içeren benlik bilgisidir. Kişiyi etkileyen unsurların neler olduğunun ve bu unsurların onları nasıl etkilediğinin farkına varma yeteneğini açıklamak için kullanılan niteliktir (Cormier ve Cormier, 1998).

Etkili bir psikolojik danışman sadece bir teoriye bağlı kalmaz, kullanacağı teknikleri ve yöntemleri danışanın ihtiyacına göre belirler (Corey, 2008; Sue ve Sue, 2016). Bunun için psikolojik danışmanın esnek olması gerekmektedir (Cormier ve Cormier, 1991). Diğer taraftan etkili psikolojik danışman nitelikleri ile öz yetkinlik arasında pozitif anlamlı bir ilişki vardır (Yayla ve İkiz, 2017). Kendini yeterli hissedenden, başka bir ifade ile öz yetkinliği yüksek olan etkili psikolojik danışmanlar farklı danışanlarla ve farklı sorunlarla çalışabilirler (Hackney ve Cormier, 2008), yeni durumlara uyum sağlamaya istekli olurlar (Larson ve Daniels, 1998), böylelikle de bilişsel esneklik sergileyebilirler.

Psikolojik danışma öz yetkinliği ve etkili psikolojik danışman niteliklerinin yanı sıra cinsiyetin, kıdemin, öğrenim düzeyinin, üniversite eğitiminde yapılan bireysel ve grupla psikolojik danışma oturum sayısının ve bireysel ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon almanın, psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini etkileyip etkilemediğinin ortaya konulmasının önemli olduğu düşünülmüştür. Literatürde psikolojik danışmanların bilişsel esnekliğini etkileyen değişkenlerin neler olduğu ile ilgili bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Ancak bilişsel esnekliğin cinsiyetle ilişkisini psikolojik danışmanlar dışındaki gruplarda inceleyen araştırmalar birbirlerinden farklı sonuçlar ortaya koymuştur. Bu araştırmalardan bazıları (Altunkol, 2011; Asıcı ve İkiz, 2015) erkeklerin daha yüksek bilişsel esnekliğe sahip olduğu sonucuna ulaşırken; bazıları (Başsu-Dağgeçen, 2017; Diril, 2011; Bilgiç ve Bilgin, 2016; Çelikkaleli, 2014; Yu, Yu ve Lin, 2019; Öz, 2012) ise erkek ve kadınlar arasında bilişsel esneklik açısından bir fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Diğer taraftan süpervizyon almanın psikolojik danışmanların eğitiminin kalitesinde fark yarattığı (Uslu ve Arı, 2005) ve süpervizyon alan psikolojik danışmanların almayanlarla kıyaslandığında daha yüksek psikolojik danışma öz yeterliliğine sahip oldukları (Cashwell ve Dooley; 2001) belirtilmiştir. Benzer şekilde bireysel ya da grupla çok sayıda psikolojik danışma uygulaması yaparak psikolojik danışmanların alanında tecrübe kazandıkları ifade edilmektedir (Büyükgöze Kavas, 2011). Ancak kıdemin öğrenim düzeyinin, üniversite eğitiminde yapılan bireysel ve grupla psikolojik danışma oturum sayısının ve bireysel ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon almanın, psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini nasıl etkilediği ortaya konulmamıştır. Dolayısıyla bu araştırma, psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini etkileyebilecek değişkenleri ortaya koymak açısından önemlidir. Çünkü farklı danışanlarla çalışırken farklı çözüm seçeneklerini göz önünde bulundurmak için gerekli olan bilişsel esnekliği etkileyen değişkenleri ortaya koymak psikolojik danışman eğitimcilerine ışık tutabilir ve psikolojik danışma hizmetinin kalitesini arttırabilir. Bu amaçla araştırmada etkili psikolojik danışman niteliklerinin, psikolojik danışman özyetkinliğinin, cinsiyetin, kıdemin, öğrenim düzeyinin, üniversite eğitiminde yapılan bireysel ve grupla psikolojik danışma oturum sayısının ve bireysel ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon almanın, psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı bir biçimde yordayıp yordamadığı incelenmiştir.

## Yöntem

### Araştırmanın Modeli

Araştırma, betimsel, yordayıcı korelasyonel bir araştırmadır.

### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, gelişigüzel örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen 521 psikolojik danışmandan oluşmaktadır. Katılımcıların tamamı Türkiye veya Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde bulunan farklı üniversitelerin Psikolojik Danışma ve Rehberlik programlarından mezun olmuşlardır. Katılımcıların %76.8'i kadın (n=400), %23.2'si (n=121) erkektir. Araştırmaya katılan psikolojik danışmanların %71.98'i lisans (n=375), %28.02'si lisansüstü (n=146) derecesine sahiptir. Araştırmaya katılan psikolojik danışmanların % 63.92'si (n=333) 0-11 yıl arası kıdeme sahipken, %36.08'i (n=188) 12 yıl ve üstü kıdem yılına sahiptir. Araştırmaya katılan psikolojik danışmanların %68.14'ü (n=355) üniversite eğitimleri sırasında 1-15 oturum arasında, %31.86'sı (n=166) 16 oturum ve üstü bireysel psikolojik danışma uygulaması yapmıştır. Ayrıca üniversite eğitimleri sırasında bireysel psikolojik danışma

uygulamaları için süpervizyon alan psikolojik danışmanlar %69.10 (n=360) iken, süpervizyon almayan psikolojik danışmanlar %30.90'dır (n=161). Üniversite eğitimleri sırasında psikolojik danışmanların %58.93'ü (n=307) 1-10 oturum arasında, %41.07'si (n=214) 11 oturum ve üstü grupta psikolojik danışma uygulaması yapmışlardır. Ayrıca üniversite eğitimleri sırasında grupta psikolojik danışma uygulamaları için süpervizyon alan psikolojik danışmanlar %53.74 (n=280) iken, süpervizyon almayan psikolojik danışmanların oranı %46.26'dır (n=241).

### Verilerin Toplanması

Veri toplama araçları uygulanmadan önce katılımcılar, araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan Bilgilendirilmiş Onam Formu'nu okuyup imzalamışlardır/onaylamışlardır. Ayrıca bu araştırma öncesinde Yıldız Teknik Üniversitesi Akademik Etik Kurul'undan etik kurul onayı alınmıştır (2018/02).

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, Google Formlar aracılığı ile elektronik ortamda doldurulabilecek şekilde bir link haline getirilmiştir. Verilerin 173 tanesi elektronik ortamda toplanmıştır. Geri kalan 348 veri ya grup ya da bireysel uygulamalar şeklinde toplanmıştır. Grup uygulamaları Rehberlik Araştırma Merkezlerinin 2017-2018 sene başı ve ikinci dönem başı toplantıları ile bu merkezlerin eğitim seminerleri öncesinde gerçekleştirilmiştir.

### Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırmada gerekli verileri elde etmek için geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış olan "Etkili Psikolojik Danışman Niteliklerini Değerlendirme Ölçeği", "Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği", "Bilişsel Esneklik Envanteri" ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır.

**Etkili Psikolojik Danışman Niteliklerini Değerlendirme Ölçeği (EPNİDÖ):** Ölçek, İkiz ve Totan (2014) tarafından, psikolojik danışmanın sahip olması gereken; esneklik, iyi niyet, öz farkındalık, enerji, destek ve entelektüel yeterlik özelliklerini belirleyebilmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 26 maddelik, 5'li Likert tipi olup, 6 faktörlüdür. Ölçekten toplam puan elde edilebildiği gibi ölçeğin alt boyutları ayrı ayrı da kullanılabilir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 26, en yüksek puan 130'dur. Ölçekten alınan puanın yükselmesi, psikolojik danışmanların etkili psikolojik danışman niteliklerine daha yüksek düzeyde sahip olduğunu gösterir. Ölçeğin geçerlik çalışmasında, DFA yapılmıştır. DFA'da Etkili Psikolojik Danışman Nitelikleri Ölçeği'nin altı boyuttan oluşan yapısının doğrulandığı görülmüştür ( $\chi^2=615.37$ ;  $sd=259$ ;  $\chi^2/sd=2.38$ ;  $NFI=.95$ ;  $CFI=.97$ ;  $GFI=.90$ ;  $IFI=96$ ;  $RMSEA=.06$ ;  $RFI=.92$ ). Ölçeğin güvenilirlik analizleri için yapılmış olan Cronbach Alfa katsayısı toplam puan için .90; test tekrar test katsayısı toplam puan için .74'tür (İkiz ve Totan, 2014).

Bu araştırma kapsamında, ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Etkili Psikolojik Danışman Nitelikleri Ölçeği'ne uygulanan DFA sonucunda ölçeğe ilişkin olarak elde edilen uyum katsayılarının ( $sd=660.19$ ;  $\chi^2/sd=2.70$ ;  $CFI=.95$ ;  $NFI=.91$ ;  $GFI=.91$ ;  $AGFI=.88$ ;  $RMSEA=.06$ ) kabul edilebilir değerler seviyesinde olması ölçeğin altı faktörlü yapısının geçerli olduğunu göstermiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı toplamı için .93'tür.

**Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği:** Ölçek, Demirel (2013) tarafından geliştirilmiştir. "Etkili hizmet sunma" ve "danışana iletme" olmak üzere iki alt boyuttan ve 13 maddeden oluşur. 5'li likert tipi bir ölçme aracıdır. Ölçeğin geçerlik çalışmaları kapsamında yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda, etkili hizmet sunma ve danışana iletme olarak adlandırılan iki boyutlu bir yapının uygun olduğu bulunmuştur. Buna göre; etkili hizmet sunma alt boyutunda dokuz madde yer almakta ve madde faktör yükleri .64-.77 aralığında değişmektedir. Danışana iletme alt boyutunda dört madde yer almakta ve madde faktör yük değerleri .64-.83 aralığında değişmektedir. Faktörler arasındaki korelasyon katsayısı ise .30'dur. Ölçekten toplam puan elde edilebilmektedir. Ölçekten alınabilecek puan 13 ile 65 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan yüksek psikolojik danışmanın yüksek öz yetkinlik düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin benzer ölçekler geçerliliğini belirlemek amacıyla Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği uygulanmıştır ve iki ölçek arasındaki korelasyon .58 olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirlik analizi için hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı etkili hizmet sunma faktörü için .88; danışana iletme

faktörü için .75 olarak bulunmuştur. Test tekrar test güvenilirliğini ise etkili hizmet sunma faktör için .88; danışana iletme faktör için .89 olarak bulunmuştur (Demirel, 2013).

Bu araştırma kapsamında, ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği'na uygulanan DFA analizi sonucunda ölçeğe ilişkin olarak elde edilen uyum katsayılarının (sd= 660.19;  $\chi^2/sd= 2.70$ ; CFI=.99; NFI=.99; GFI= .91; AGFI= .94; RMSEA= .06) kabul edilebilir değerler seviyesinde olması ölçeğin iki faktörlü yapısının geçerli olduğunu göstermiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı toplamı için .93'tür.

**Bilişsel Esneklik Envanteri:** Ölçek, Dennis ve Vander Wal (2010) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye Sapmaz ve Doğan (2013) tarafından uyarlanmıştır. 20 maddeden oluşan ölçek, 5'li Likert tipinde olup; iki alt boyuttan (alternatifler ve kontrol) oluşmaktadır. Ölçekten toplam bilişsel esneklik puanı, alternatifler puanı ve kontrol puanı olmak üzere üç farklı puan hesaplanabilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan 200'dür. Puanların yüksekliği bilişsel esnekliğin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geçerlik çalışması için DFA kullanılmıştır. DFA ile elde edilen uyum indeksi değerleri  $\chi^2=406.98$ , sd=167,  $\chi^2/sd=2.44$ , AGFI=.90, GFI=.92, NFI=.96, RFI=.95, CFI=.98, IFI=.98, RMR=.052, RMSE=.05 olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach Alfa katsayıları alternatifler alt boyutu için .90, kontrol alt boyutu için .84, ölçeğin tümü için .90 olarak bulunmuştur. Ölçeğin test- tekrar test güvenilirlik katsayısı kontrol alt boyutu için .84, alternatifler alt boyutu için .90 ve ölçeğin tümü için ise .90'dır (Sapmaz ve Doğan, 2013).

Bu araştırma kapsamında ölçeğin geçerlik analizi için DFA uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda modelin uyum değerlerinin (sd=163  $\chi^2/sd=2.92$ ; CFI= .95; NFI= .93; GFI=.92; AGFI=.90; RMSEA=.06) kabul edilebilir değerler seviyesinde olması, ölçeğin iki faktörlü yapısının geçerli olduğunu göstermiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı toplamı için .92'dir.

**Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu, araştırmaya katılan psikolojik danışmanların cinsiyetini, kıdem yılını, öğrenim düzeylerini, üniversite eğitimleri sırasında psikolojik danışma uygulaması yapıp yapmadıklarını ve bu uygulamalar için süpervizyon alıp almadıklarını belirlemeye yönelik sorular içermektedir.

#### Verilerin Analizi

Verilerin çözümlenmesinde SPSS 21 İstatistik Paket Programı'ndan yararlanılmıştır. Ölçeklerin geçerlik analizleri için ise AMOS 24 İstatistik Paket Programı kullanılmıştır. Analizlere başlamadan önce veri setinin basit doğrusal regresyon analizi yapmak için gereken varsayımları karşılayıp karşılamadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda, ilk olarak "Bilişsel Esneklik Envanteri"nden elde edilen puanların normal dağılım sergileyip sergilemediği basıklık (Kurtosis) ve çarpıklık (Skewness) katsayıları aracılığıyla incelenmiştir. Ayrıca, sistematik hatalara neden olan otokorelasyonun olup olmadığını görmek için, Durbin-Watson Testi de yapılmıştır. Yine, bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı sorunu olup olmadığını belirlemek için Tolerans Değerlerine ve VIF-Varyans Artış Değerlerine de bakılmıştır. Regresyon analizinde normal dağılımın olması, eş varyansın olması ve bağımsız değişkenlerin bağlantısız olması temel varsayımlardır (Çelik ve Erar, 2013).

Araştırmada, Bilişsel Esneklik, bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. "Etkili Psikolojik Danışman Nitelikleri" ve "Psikolojik Danışman Öz Yetkinliği" ise bağımsız değişkenler olarak ele alınmıştır. "Etkili Psikolojik Danışman Nitelikleri Ölçeği" ve "Psikolojik Danışman Öz Yetkinliği Ölçeği"nden elde edilen puanlar, dummy (kukla) değişkeni olarak kodlanmıştır (Büyüköztürk, 2015). Bunun için; "ortalama puan -/+1 standart sapma" olarak hesaplanmıştır. Ortalamanın 1 standart sapma altında olan puanlar 0 (sıfır), ortalamanın 1 standart sapma üzerinde olan puanlar 1 (bir) olarak kodlanmıştır. Ayrıca, araştırmada incelenen diğer bağımsız değişkenlerin kodlamaları da şu şekilde yapılmıştır: Cinsiyet için kadın=1, erkek=0; kıdem için kıdemi az (1-11yıl)=1, kıdemi fazla (12 yıl ve sonrası)=0; bireysel psikolojik danışma için süpervizyon alma için evet=1, hayır=0; grupla psikolojik danışma için süpervizyon alma için evet=1, hayır=0; yapılan bireysel psikolojik danışma oturum sayısı 1-15 oturum=1, 16 ve üstü oturum=0; grupla psikolojik danışma oturum sayısı 1-15 oturum=1, 16 ve üstü oturum=0; ve öğrenim düzeyi için lisans=1,

lisansüstü=0 olarak kodlanmıştır. Verileri analiz edebilmek için Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Araştırmada, anlamlılık düzeyi .05 olarak ele alınmıştır.

### Sonuçlar

Problemin çözümü için öncelikle Bilişsel Esneklik Envanterinden elde edilen puanların normal dağılımda olup olmadığını belirlemek için alınan puanların basıklık (Kurtosis) ve çarpıklık (Skewness) katsayılarına bakılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 1’de gösterilmiştir. Ayrıca, sistematik hatalara neden olan otokorelasyonun olup olmadığını görmek için, Durbin-Watson Testi de yapılmış ve testten elde edilen sonuçlar Tablo 1’de gösterilmiştir.

**Tablo 1.**  
*Bilişsel Esneklik Çarpıklık ve Basıklık Değerleri İle Durbin-Watson Testi*

Değişken	n	Çarpıklık	Basıklık
Bilişsel Esneklik	521	.09	.50

  

Değişkenler	Durbin-Watson Testi
E.Psikolojik Dan. Nitelikleri-Bilişsel Esneklik	1.93
Psikolojik Dan. Öz Yetkinlik-Bilişsel Esneklik	1.92
Cinsiyet-Bilişsel Esneklik	1.99
Kıdem-Bilişsel Esneklik	2.00
Öğrenim Düzeyi-Bilişsel Esneklik	1.98
Bireysel Psik. Dan. Ot. Sayısı-Bilişsel Esneklik	1.99
Bireysel Psik. Dan. Süpervizyon-Bilişsel Esneklik	1.99
Grupla Psik. Dan. Ot.Sayısı-Bilişsel Esneklik	1.98
Grupla Psik. Dan. Süpervizyon-Bilişsel Esneklik	1.99

Tablo 1’de görüldüğü gibi, Bilişsel Esneklik Ölçeği için Çarpıklık (Skewness) katsayısına bakıldığında .09; Basıklık (Kurtosis) katsayılarına bakıldığında, .50’dir. Veri grubunda çarpıklık ve basıklık değerlerinin +2, -2 aralığında olması kabul edilebilir bir durumdur (Bachman, 2004). Ayrıca, Tablo 1.’de görüldüğü gibi, etkili psikolojik danışman nitelikleri–bilişsel esneklik için DW= 1.93; psikolojik danışman öz yetkinlik için DW=1.92’dir. Cinsiyet–bilişsel esneklik için DW=1.99; kıdem–bilişsel esneklik için DW= 2.00; öğrenim düzeyi–bilişsel esneklik için DW= 1.98; üniversite eğitiminde yapılan bireysel psikolojik danışma oturum sayısı–bilişsel esneklik için DW=1.99; Bireysel psikolojik danışma için süpervizyon alma–bilişsel esneklik için DW=1.99; üniversite eğitiminde yapılan grupla psikolojik danışma oturum sayısı –bilişsel esneklik için DW= 1.98 ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon alma–bilişsel esneklik için DW=1.99’dur. Durbin-Watson Testi sonucunda da otokorelasyon olmadığı görülmüştür. 1,5 - 2,5 Durbin-Watson Testi değeri, otokorelasyon olmadığını gösterir (Taşdan ve Erdem, 2010). Ayrıca, bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı sorunu olup olmadığını belirlemek için yapılmış olan analiz sonucunda, Tolerans Değerleri=1.00, VIF-Varyans Artış Değerleri=1.00 olarak bulunmuştur. Tolerans değerlerinin .10’dan büyük olması gerekirken; VIF-Varyans Artış Değerlerinin ise 10’dan büyük olmaması istatistiksel olarak önemlidir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyükoztürk, 2016). Analizler sonucunda, çoklu bağlantı sorununun olmadığı görülmüştür.

Etkili psikolojik danışman niteliklerinin, psikolojik danışman öz yetkinliğinin, cinsiyetin, kıdem, öğrenim düzeyinin, yapılan bireysel ve grupla psikolojik danışma oturum sayısının, bireysel ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon alıp almamanın, psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı bir biçimde yordayıp yordamadığını belirlemek için doğrusal regresyon analizi yapılmış ve

sonuçları Tablo 2.'de gösterilmiştir. Ayrıca, Tablo 2.'de etkili psikolojik danışman niteliklerine, psikolojik danışman öz yetkinliğine, cinsiyetine, kıdeme, öğrenim düzeyine, üniversite eğitimi sırasında yapılan bireysel ve grupla psikolojik danışma oturum sayısına ve bireysel ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon alıp almamaya göre bilişsel esneklik puan ortalamaları da verilmiştir.

**Tablo 2.**

*Etkili Psikolojik Danışman Niteliklerinin, Psikolojik Danışman Öz Yetkinliğinin, Cinsiyetin, Kıdemin, Öğrenim Düzeyinin, Yapılan Bireysel ve Grupla Psikolojik Danışma Oturum Sayısının, Bireysel ve Grupla Psikolojik Danışmada Süpervizyon Almanın, Psikolojik Danışmanların Bilişsel Esneklik Düzeylerini Yordamasına İlişkin Doğrusal Regresyon Analizi ve Puan Ortalamaları Sonuçları*

Yordayıcı Değişkenler	B	Standart B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Sabit	80.31		165.83	.00	120.84	.00	.45	.20
Etkili.PD Nitelikleri	6.53	.45	10.99	.00				
<b>Etkili.PD Nitelikleri</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Düşük		78.46			7.71			
Yüksek		89.29			8.31			
Yordayıcı Değişkenler	B	Standart B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Sabit	79.23		121.48	.00	99.04	.00	.44	.19
PD Özyetkinliği	8.53	.44	9.95	.00				
<b>PD Öz Yetkinlik</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Düşük		79.23			8.92			
Yüksek		87.77			8.50			
Yordayıcı Değişkenler	B	Standart B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Sabit	84.32		65.85	.00	.50	.48	.03	.00
Cinsiyet	.70	.03	.71	.48				
<b>Cinsiyet</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Kadın		83.62			9.52			
Erkek		82.92			9.31			
Yordayıcı Değişkenler	B	Standart B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup>
Sabit	80.35		64.83	.00	7.04	.01	.12	.01
Kıdem	2.28	.12	2.65	.01				
<b>Kıdem</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Az (0-11)		82.63			9.30			
Yüksek (12-Üstü)		84.91			9.61			

<b>Yordayıcı Değişkenler</b>	<b>B</b>	<b>Standart B</b>	<b>t</b>	<b>P</b>	<b>F</b>	<b>P</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>
Sabit	80.77		64.71	.00	5.17	.02	.09	.01
Öğrenim Düzeyi	2.09	.09	2.74	.02				
<b>Öğrenim Düzeyi</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Lisans (L)		82.87			9.42			
Lisansüstü (YI-Dr)		84.96			9.45			
<b>Yordayıcı Değişkenler</b>	<b>B</b>	<b>Standart B</b>	<b>t</b>	<b>P</b>	<b>F</b>	<b>P</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>
Sabit	80.89		65.20	.00	4.80	.03	.09	.01
Bireysel PD Oturum Sayı.	1.94	.09	2.19	.03				
<b>Bireysel PD Oturum Sayısı</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
1-15 Oturum		82.83			9.44			
16 Oturum-Üstü		84.77			9.43			
<b>Yordayıcı Değişkenler</b>	<b>B</b>	<b>Standart B</b>	<b>t</b>	<b>P</b>	<b>F</b>	<b>P</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>
Sabit	80.61		64.28	.00	5.76	.02	.11	.01
Grupla PD Oturum Sayı.	2.02	.11	2.40	.02				
<b>Grupla PD Oturum Sayısı</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
1-10 Oturum		82.63			9.43			
11 Oturum - Üstü		84.64			9.43			
<b>Yordayıcı Değişkenler</b>	<b>B</b>	<b>Standart B</b>	<b>t</b>	<b>P</b>	<b>F</b>	<b>P</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>
Sabit	.83.72	.01	67.12	.00	.05	.82	.01	.00
Bireysel PD Süpervizyon	.21		.23	.82				
<b>Bireysel PD Süpervizyon</b>		$\bar{x}$			<b>SS</b>			
Evet		83.52			9.35			
Hayır		83.31			9.77			
<b>Yordayıcı Değişkenler</b>	<b>B</b>	<b>Standart B</b>	<b>t</b>	<b>P</b>	<b>F</b>	<b>P</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>
Sabit	83.62	.01	64.98	.00	.02	.89	.01	.00
Grupla PD	.12		.14	.89				

Süpervizyon		
Grupla PD Süpervizyon	$\bar{X}$	SS
Evet	83.51	9.34
Hayır	83.39	9.64

Tablo 2’de görüldüğü gibi, etkili psikolojik danışman niteliklerinin psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur ( $R=.45$ ,  $R^2=.20$ ;  $F=120.84$ ,  $p <.00$ ;  $t=10.99$ ,  $p <.00$ ). Ayrıca Tablo 2’de, etkili psikolojik danışman nitelikleri yüksek düzeyde olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalamasının ( $\bar{X}=89.29$ ,  $Ss=8.31$ ), etkili psikolojik danışman nitelikleri düşük düzeyde olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalamasından ( $\bar{X}=78.46$ ,  $Ss=7.71$ ) anlamlı düzeyde ( $t=10.99$ ,  $p <.00$ ) yüksek olduğu da görülmektedir. Bu bulgular, etkili psikolojik danışman nitelikleri yüksek düzeyde olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Tablo 2’de görüldüğü gibi, psikolojik danışman öz yetkinliğinin psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur ( $R=.44$ ,  $R^2=.190$ ;  $F=99.04$ ,  $p <.00$ ;  $t=9.95$ ,  $p <.00$ ). Ayrıca Tablo 2’de görüldüğü gibi, psikolojik danışman öz yetkinliği yüksek düzeyde olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalaması ( $\bar{X}=87.77$ ,  $Ss=8.50$ ), psikolojik danışman öz yetkinliği düşük düzeyde olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalamasından ( $\bar{X}=79.23$ ,  $Ss=8.92$ ) anlamlı düzeyde ( $t=9.95$ ,  $p <.00$ ) yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgular, psikolojik danışman öz yetkinliği yüksek düzeyde olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Tablo 2’de görüldüğü gibi, cinsiyetin psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı bulunmuştur ( $R=.03$ ,  $R^2=.00$ ;  $F=.50$ ,  $p >.05$ ;  $t=.71$ ,  $p >.05$ ). Ayrıca Tablo 2’de görüldüğü gibi, kadın psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalaması ( $\bar{X}=83.62$ ,  $Ss=9.52$ ) ile erkek psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalaması ( $\bar{X}=82.92$ ,  $Ss=9.31$ ) birbirlerine yakın bulunmuştur.

Tablo 2’de görüldüğü gibi, kıdemin psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur ( $R=.12$ ,  $R^2=.01$ ;  $F=7.04$ ,  $p <.01$ ;  $t=2.65$ ,  $p <.01$ ). Ayrıca Tablo 2’de görüldüğü gibi, kıdemi fazla (12 yıl ve üstü) olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalamasının ( $\bar{X}=84.91$ ,  $Ss=9.61$ ), kıdemi az (0 yıl -11 yıl) olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalamasından ( $\bar{X}=82.63$ ,  $Ss=9.30$ ) anlamlı düzeyde ( $t=2.65$ ,  $p <.01$ ) yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgular, kıdemi fazla psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Tablo 2’de görüldüğü gibi, öğrenim düzeyinin psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur ( $R=.09$ ,  $R^2=.01$ ,  $F=5.17$ ,  $p <.02$ ;  $t=2.74$ ,  $p <.02$ ). Ayrıca Tablo 2’de görüldüğü gibi, lisansüstü (yüksek lisans ve doktora) mezunu olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalamasının ( $\bar{X}=84.96$ ,  $Ss=9.45$ ), lisans mezunu olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalamasından ( $\bar{X}=82.87$ ,  $Ss=9.42$ ) anlamlı düzeyde ( $t=2.74$ ,  $p <.02$ ) yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgular, öğrenim düzeyi yüksek olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Tablo 2’de görüldüğü gibi, üniversite eğitimi sırasında yapılan bireysel psikolojik danışma oturum sayısının ( $R=.09$ ,  $R^2=.01$ ;  $F=4.80$ ,  $p <.03$ ;  $t=2.19$ ,  $p <.03$ ) ve yapılan grupla psikolojik danışma oturum sayısının ( $R=.11$ ,  $R^2=.01$ ;  $F=5.76$ ,  $p <.02$ ;  $t=2.40$ ,  $p <.02$ ) psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Ayrıca Tablo 2’de görüldüğü gibi üniversite eğitimi sırasında yapılan bireysel psikolojik danışma oturum sayısı 16 oturum ve üstü olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalaması ( $n=166$ ,  $\bar{X}=84.77$ ,  $Ss=9.43$ ), 1 oturum-15 oturum olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalamasından ( $n=355$ ,  $\bar{X}=82.83$ ,  $Ss=9.44$ ) anlamlı

düzeyde ( $t=2.19$ ,  $p<.03$ ) yüksek olduğu bulunmuştur. Üniversite eğitimi sırasında yapılan grupla psikolojik danışma oturum sayısı 11 oturum ve üstü olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalaması ( $n=214$ ,  $\bar{X}=84.64$ ,  $Ss=9.43$ ), 1 oturum-10 oturum olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalamasından ( $n=307$ ,  $\bar{X}=82.63$ ,  $Ss=9.43$ ) anlamlı düzeyde ( $t= 2.40$ ,  $p <.02$ ) yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgular, üniversite eğitimi sırasında fazla sayıda bireysel ve grupla psikolojik danışma yapan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Tablo 2’de görüldüğü gibi, bireysel psikolojik danışma için süpervizyon alıp almamanın ( $R=.01$ ,  $R^2=.00$ ;  $F=.05$ ,  $p >.05$ ;  $t= .23$ ,  $p >.05$ ) ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon alıp almamanın ( $R=.01$ ,  $R^2=.00$ ;  $F=.02$ ,  $p >.05$ ;  $t= .14$ ,  $p >.05$ ) psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı bulunmuştur. Ayrıca Tablo 2’de görüldüğü gibi, bireysel psikolojik danışma için süpervizyon alan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalaması ( $n=360$ ,  $\bar{X}=83.52$ ,  $Ss=9.35$ ) ile süpervizyon almayan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalaması ( $n=161$ ,  $\bar{X}=83.31$ ,  $Ss=9.77$ ) birbirine yakın bulunmuştur. Grupla psikolojik danışma için süpervizyon alan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalaması ( $n=280$ ,  $\bar{X}=83.51$ ,  $Ss=9.34$ ) ile süpervizyon almayan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik puan ortalaması ( $n=241$ ,  $\bar{X}=83.39$ ,  $Ss=9.64$ ) birbirine yakın bulunmuştur.

### Tartışma ve Öneriler

Araştırmanın sonucunda, etkili psikolojik danışman niteliklerinin, psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Etkili psikolojik danışman nitelikleri yüksek olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeyleri, etkili psikolojik danışman nitelikleri düşük olanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Buna göre etkili psikolojik danışman niteliklerine sahip olmak psikolojik danışmanların bilişsel esnekliğinin artmasını sağlamaktadır. Etkili psikolojik danışman nitelikleri danışan ve psikolojik danışman arasındaki terapötik ilişkinin en önemli belirleyicilerinden birisi olarak gösterilmektedir (Corey, 2008; Lawson ve diğ., 2007; Venart, Vassos ve Pitcher-Heft., 2007). Cormier ve Cormier (1991) etkili psikolojik danışmanlarda bulunması gereken nitelikleri, öz farkındalık, enerji, entelektüel yeterlik, destek, iyi niyet ve esneklik olarak sıralamışlardır. Ayrıca etkili psikolojik danışmanlar, yaşamlarını biçimlendirecek tercihler yapabilen, önceden vermiş oldukları kararların farkına varabilen, değişime direnç göstermeyen, sahip olduklarını yeterli görmediklerinde nasıl bir değişim istedikleri ile ilgili kararlar alabilen, önceki kararlarına takılıp kalmayan, hatalarını fark edebilen, yaşanan olaylara farklı bakış açılarıyla yaklaşabilen bireylerdir (Corey, 2008). Diğer taraftan Nystul (2015) etkili bir psikolojik danışmanın danışanına sanatçı duyarlılığı ile yaklaşması gerektiğini, bu duyarlılığın onların danışanlarına karşı esnek olmalarına, yaratıcı olmalarına ve teknikleri danışanların ihtiyaçlarına göre uyarlayabilmelerine yardımcı olacağını belirtmiştir. Bahsedilen bu niteliklere sahip olmanın psikolojik danışmanların bilişsel esnekliğini arttıracığı düşünülebilir. Çünkü bilişsel olarak esnek olan bireyler, herhangi bir durumla ilgili olarak seçeneklerin ve uygun alternatiflerin farkındadırlar, davranışlarında esnekler ve duruma uyum sağlamaya isteklidirler (Martin ve Rubin, 1995; Martin ve Anderson, 1998). Psikolojik danışma süreci düşünüldüğünde, bir psikolojik danışmanın seçeneklerin ve uygun alternatiflerin farkında olması ve danışanın getirdiği probleme göre bilişlerini değiştirebilmesi, yani bilişsel esneklik gösterebilmesi için hızlı ve yaratıcı düşünmesi, başka bir ifade ile etkili psikolojik danışman nitelikleri arasında yer alan entelektüel yeterliğe sahip olması gerekir. Martin ve Anderson (1998) belirli bir problem ya da durumla ilgili seçeneklerin neler olduğunu göz önünde bulunduran bir kişinin, doğru davranışın ne olduğunu gören bir kişiye göre daha fazla düşündüğünü belirtmişlerdir. Diğer taraftan Cañas, Fajardo ve Salmeron (2006), bilişsel esnekliğin dikkat süreçlerine bağlı olduğunu vurgulamışlardır. Seçenekleri fark etmenin ve dikkat süreçlerinin etkili psikolojik danışman niteliklerinden biri olan entelektüel yeterliği gerektirdiği söylenebilir. Psikolojik danışma sürecinde entelektüel açıdan yeterli olan, yani hızlı ve yaratıcı düşünen psikolojik danışmanlar, daha fazla sayıda çözüm seçeneği görebilirler ve uygun alternatifleri göz önünde bulundurarak, farklı çözüm seçeneklerini danışanlarına sunabilirler. Bunun yanı sıra esnek olan etkili psikolojik danışmanlar tek bir teoriye bağlı kalmadan, gerekli gördükleri farklı teknikleri ve yöntemleri danışanlarına uyarlayabilirler.



Başka bir ifade ile danışanların sorunlarını anlamak ve çözmelerine yardımcı olmak için, danışanlarının sorunlarına uygun müdahale yöntemlerini uygulayabilirler.

Literatürde etkili psikolojik danışman nitelikleri ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkileri inceleyen bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Ancak araştırmalar problem odaklı veya olumlu başa çıkma stratejileri ile bilişsel esneklik arasında pozitif bir ilişkinin olduğunu (Bai, 2011; Dennis ve WanderVal, 2010; Johnson, 2016), bilişsel olarak daha esnek olan bireylerin problem çözme becerilerinin daha iyi olduğunu (Ahn, Kim ve Park, 2008; Bilgin, 2009; Stevens, 2009) ve bilişsel esneklik düzeyi arttıkça mantıklı karar verme düzeyinin arttığını (Bilgiç ve Bilgin, 2016) göstermiştir. Ayrıca nöropsikoloji alanında yapılan araştırmalarda, empati kurabilmek için bilişsel esnekliğin bir ön gereklilik olduğu ve empati ile bilişsel esnekliğin ortak bilişsel süreçleri paylaştığı belirtilmiştir (Grattan ve diğ., 1994; Decety, 2007). Empatinin psikolojik danışman adaylarında bulunması gereken bir kişilik özelliği olduğu (Korkut-Owen, Tuzgöl-Dost ve Bugay, 2014), üstelik, psikolojik danışman adaylarında bulunması gereken en önemli üç kişilik özelliğinden birisi olduğu (Pope ve Kline, 1999) belirtilmiştir. Nöropsikolojik olarak bakış açısı alma, fikirler ve farklı yanıt olasılıkları üretme ve düşünebilme, karar verme sürecinde değişen bilgileri sürece dahil etme, uygun davranışsal tepkileri seçme ve başkalarını anlama gibi kavramlar bilişsel esneklik ile ilişkilidir (Eslinger, 1998). Bahsedilen bu özellikler, etkili bir psikolojik danışmanda bulunması gereken özellikler (Wampold, 2011) ile örtüşmektedir. Bu nedenle araştırmanın sonucunda, bu özelliklere daha çok sahip olan, başka bir ifade ile etkili psikolojik danışman nitelikleri yüksek olan psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Araştırmanın sonucunda, psikolojik danışman öz yetkinliğinin psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Psikolojik danışman öz yetkinliği yüksek olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeyleri, öz yetkinliği düşük olanlarınkinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Psikolojik danışmanın yakın gelecekte danışanı ile birlikte etkili psikolojik danışma süreci gerçekleştirmesine yönelik kapasitesi hakkındaki inanç ve yargısı (Larson ve Daniels, 1998) olarak tanımlanan ve etkili bir psikolojik danışmanın en önemli belirleyicisi olarak gösterilen (Sharpley ve Ridgeway, 1993) psikolojik danışman öz yetkinliği, psikolojik danışmanın zor durumları kontrol edilebilir algılama eğilimi, hayatta karşılaşılan olayların ve insan davranışlarının alternatiflerinin olabileceğini algılama ve zor durumları çözebilmek için çok sayıda çözüm üretme becerisinin (Dennis ve VanderWal, 2010) artmasına yardımcı olabilir. Başka bir ifadeyle bilişsel olarak esnek olan bireyler, yeni durumlarla karşılaştıklarında, bu durumlara uyum sağlamak için isteklidirler. Esnek olduğu durumlar söz konusu olduğunda da kendilerini yetkin hissederler (Martin ve Rubin, 1995; Martin ve Anderson, 1998). Kendisini yetkin hisseden psikolojik danışmanlar da farklı danışanlarla ve farklı sorunlarla çalışabilirler (Hackney ve Cormier, 2008), yeni durumlara uyum sağlamaya istekli olurlar, böylelikle de bilişsel esneklik sergileyebilirler. Literatürde pek çok araştırmada öz yeterlik ile bilişsel esneklik arasında anlamlı ilişki olduğu belirtilmiştir (Akçay-Özcan ve Kiran Esen, 2016; Çelikkaleli, 2014; Martin ve Anderson, 1998; Martin ve Rubin, 1995). Ayrıca Wei ve diğ., (2015), psikolojik danışma öz yeterliği ile psikolojik esneklik arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğunu göstermişlerdir.

Psikolojik danışmanın öz yetkinlik inançları psikolojik danışma oturumları sırasında seçilecek tepkileri, psikolojik danışman bir hata yaptığında bu hatanın üstesinden gelmek için harcadığı çabayı, bir engeli aşmadaki kararlılığını ve risk alma davranışını, karar vermesini içerir (Larson ve Daniels, 1998). Öz yetkinlik düzeyi yüksek olan psikolojik danışmanlar, farklı seçenekleri göz önünde bulundurarak uygun teknikleri seçebilirler, bilişsel esneklik sergileyebilirler (Martin ve Anderson, 1998; Martin ve Rubin, 1995). Sonuç olarak, öz yetkinlikleri yüksek olan psikolojik danışmanların psikolojik danışma oturumları sırasında farklı alternatifleri göz önünde bulundurabilecekleri, uygun teknikleri seçebilecekleri başka bir ifade ile bilişsel esnekliklik sergileyebilecekleri söylenebilir.

Araştırmanın sonucunda, cinsiyetin psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Literatürde erkek öğrencilerin bilişsel esneklik düzeylerinin, kız öğrencinkine göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu gösteren araştırmalara rastlanmıştır (Altunkol, 2011; Asıcı ve İkiz, 2015). Ancak bu araştırmanın bulgularına paralel olarak pek çok araştırmada da (Başsu-Dağgeçen, 2017; Bilgiç ve Bilgin, 2016; Çelikkaleli, 2014; Yu, Yu ve Lin, 2019)

cinsiyet ile bilişsel esneklik arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bilişsel esnekliğin anne baba tutumlarından (Bilgin, 2009) ve kişilik özelliklerinden (Bilgin, 2016) etkilendiği bilinmektedir. Bu nedenle psikolojik danışmanların da bilişsel esneklik düzeyleri cinsiyetten ziyade nasıl bir ailede büyüdüklerinden, nasıl bir çevrede yetiştiklerinden ya da sahip oldukları kişilik özelliklerinden etkilenmiş olabilir. Diğer taraftan Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalına giren kadın ve erkek öğrencilerin aynı eğitim fırsatlarına sahip oldukları söylenebilir. Ayrıca mezun olduklarında da çalıştıkları kurumların benzerlikleri nedeni ile benzer çevrelerde bulunurlar. Dolayısıyla aldıkları eğitim, buldukları çalışma ortamı ve sosyal çevre, psikolojik danışmanlarda cinsiyetler arasında bilişsel esneklik düzeyi açısından bir eşitlik sağlamış olabilir. Başka bir ifade ile cinsiyetleri farklı olsa da benzer eğitimi almaları, benzer sosyal çevrelerde bulunmaları nedeniyle psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemiş olabilir.

Araştırmanın sonucunda, öğrenim düzeyinin psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Lisansüstü (yüksek lisans ve doktora) mezunu olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeyleri, lisans mezunu olanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Cañas, Fajardo ve Salmeron (2006) bilişsel esnekliğin öğrenme süreçlerini içerdiğini ve deneyimle elde edildiğini özellikle vurgulamaktadır. Bu yüzden psikolojik danışmanların seçeneklerin ve uygun alternatiflerin farkında olmaları ve yeni bir durumla karşılaştıklarında esnek olmaları için eğitim almaları gerekir. Daha fazla eğitim alarak yüksek lisans ve doktora tamamlayan psikolojik danışmanlar daha fazla kuram bilgisine, teknik bilgiye ve beceriye sahip olurlar; bu şekilde daha geniş bir bakış açısı kazanabilirler. Kazandıkları bu bilgi ve deneyimlerle beklenmeyen çevresel yeniliklere daha kolay uyum sağlayabilirler. Diğer taraftan psikolojik danışmanın lisansüstü eğitim almış olması danışan ile kurulan terapötik ilişkinin niteliğini de etkiler. Kivlighan ve diğ. (1993), psikolojik danışmanların esnekliği ile danışanların algıladıkları terapötik ilişki arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmiştir. Sonuç olarak yüksek lisans ve doktora eğitimi psikolojik danışmanların kuramsal, teknik bilgilerini arttırmakta ve psikolojik danışma becerilerini geliştirmektedir. Bu sebepler araştırma sonucunda yüksek lisans ve doktora eğitimini tamamlamış olan psikolojik danışmanların anlamlı düzeyde daha yüksek bilişsel esneklik göstermelerini sağlamış olabilir.

Araştırmanın sonucunda, kıdemli psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Kıdemi fazla olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeyleri, kıdemi az olanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bilişsel olarak esnek bireyler bir düşünceden diğerine geçebilen, farklı durumlara uyum sağlayabilen, farklı sorunlara çok yönlü stratejilerle bakabilen (Stevens, 2009), çevrelerindeki yeni ve beklenmedik durumlarla yüzleşebilmek için bilgi işleme stratejilerini düzenleyebilen (Cañas ve diğ., 2003) ve sahip olduğu bilişleri yeni durumlara uygun olarak değiştirebilen (Dennis ve Vander Wal (2010) bireylerdir. Başka bir ifade ile bilişsel olarak esnek olan bireyler karşılaştıkları yeni durumlara davranışlarını uyarlamadan önce, daha çok senaryoyu göz önünde bulundururlar (Roloff ve Berge, 1982'den aktaran Martin ve Anderson, 1998). Bu noktadan hareketle kıdemi fazla olan psikolojik danışmanların tecrübeleri nedeni ile çok yönlü bakış açısına sahip oldukları ve bu nedenle de bilişsel esnekliklerinin de daha yüksek olduğu söylenebilir.

Araştırmanın sonucunda, üniversite eğitiminde yapılan bireysel ve grupla psikolojik danışma oturum sayısının psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini pozitif ve anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Oturum sayısı fazla olan psikolojik danışmanların bilişsel esneklik düzeyleri, oturum sayısı az olanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Psikolojik danışmanlar eğitimleri esnasında bireysel ve grupla psikolojik danışma uygulamaları yaparlar. Eğitimlerinde edindikleri kuram ve teknik bilgiyi uygulamalar aracılığıyla danışma oturumlarına aktarmayı öğrenirler. Aldıkları eğitim (Tang ve diğ. 2004) ve yaptıkları uygulamalar (Atıcı, Özyürek ve Çam, 2005; Leach, Stoltenberg-McNeil ve Eichenfield, 1997) psikolojik danışmanların psikolojik danışma becerilerini ve yeterlik düzeylerini artırır. Psikolojik danışmanların daha fazla sayıda uygulama yapması danışanların ihtiyaçlarına uygun olan yöntem ve yaklaşımları daha kolay seçebilmelerine olanak tanıyarak, onların bilişsel olarak daha esnek olmalarını sağlamış olabilir. Bu nedenle araştırmada bireysel ve grupla psikolojik danışma oturum sayısı psikolojik danışmanların bilişsel esnekliğini anlamlı düzeyde yordamış olabilir.

Araştırmanın sonucunda, bireysel ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon alıp almamanın psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Süpervizyonun psikolojik danışman adaylarının eğitiminde çok önemli bir unsur olduğu (Aladağ, 2014; Buyruk-Genç ve Yüksel-Sahin, 2019; Meydan, 2014; Özyürek, 2009) ve psikolojik danışmanların eğitiminin kalitesinde fark yarattığı belirtilmektedir (Uslu ve Arı, 2005; Özyürek, 2009). Ayrıca süpervizyon almak, psikolojik danışman öz yetkinliğini de arttırmaktadır (Cashwell ve Dooley, 2001). Diğer taraftan psikolojik danışmanların esnekliği terapötik ilişkinin kalitesini arttırmaktadır (Kivlighan ve diğ. (1993). Dolayısıyla psikolojik danışmanların süpervizyon almalarının bilişsel esnekliklerini arttırmaları beklenebilir. Ancak bu araştırma sonucunda süpervizyon alıp almama psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerinin anlamlı düzeyde yordamamıştır. Bu sonuç Türkiye’de süpervizyon hizmetlerinde yaşanan nicelik ve nitelik sorunlarını akla getirmektedir. Anjel ve Özkan (2009), psikolojik danışmanlarla yaptıkları araştırmada 371 katılımcıdan %45.6’sının eğitimleri sırasında süpervizyon aldıklarını, %54.2’sinin hiç süpervizyon almadıklarını belirtmiştir (Akt: Siviş-Çetinkaya ve Kararımak, 2012). Özyürek (2009) de gerçekleştirmiş olduğu ulusal tarama çalışmasında süpervizyonun çoğunlukla gerekli yeterliğe sahip olmayan süpervizörler tarafından, geniş öğrenci gruplarıyla ve yeterince etkin olmayan bir şekilde verildiğini belirtmiştir. Sonuç olarak, araştırma sonucunda bireysel ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon alıp almamanın psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı düzeyde yordamaması, psikolojik danışmada süpervizyonun niceliğindeki ve niteliğindeki yetersizliklerden kaynaklanmış olabilir.

Araştırmanın sonucunda, etkili psikolojik danışman niteliklerinin, psikolojik danışman öz yetkinliğinin, kıdem, öğrenim düzeyinin, bireysel ve grupla psikolojik danışma oturum sayısının psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı düzeyde yordamış olması, diğer taraftan cinsiyetin, bireysel ve grupla psikolojik danışma için süpervizyon alıp almamanın psikolojik danışmanların bilişsel esnekliklerini anlamlı düzeyde yordamamış olması psikolojik danışmanların eğitiminde niceliğe ve niteliğe daha fazla önem verilmesi gerekliliğini ön plana çıkartmaktadır. Bu noktada şu öneriler sıralanabilir: Psikolojik Danışma ve Rehberlik lisans ve lisansüstü öğrencilerinin bireysel ve grupla psikolojik danışma uygulama derslerinde daha fazla sayıda danışanla, daha fazla sayıda oturum yapmaları sağlanabilir. Oturum sayısının fazla olması etkili psikolojik danışman niteliklerin kazanılmasına, psikolojik danışmanın kendini daha yeterli hissetmesine ve dolayısıyla psikolojik danışmanların daha yüksek bilişsel esnekliğe sahip olmalarına olanak tanıyabilir. Daha fazla sayıda danışanla oturum yapmak danışmanların, çeşitli danışan sorunlarıyla karşılaşmalarını sağlayacağı için bilişsel esneklik sergilemelerine fırsat tanıyabilir. Üniversitelerin Psikolojik Danışma ve Rehberlik lisans, yüksek lisans ve doktora programlarında hem bireysel hem de grupla psikolojik danışma için süpervizyonun niceliği ve niteliği artırılabilir. Yükselme basamaklarında öğretim üyelerinin akademik yayın sayısına bakılmasının yanı sıra psikolojik danışman yetiştirmeye yönelik katkısına bakılabilir. Öğretim üyelerinin danışman adaylarına/danışmanlara süpervizyon verip vermedikleri üzerinde durulması gereken önemli bir konudur.

### References

- ACA-The American Counseling Association. (31.01.2107). "What is Counseling?". Erişim adresi <https://www.counseling.org/about-us/about-aca>.
- Ahn, A. J., Kim, B. S., & Park, Y. S. (2008). Asian cultural values gap, cognitive flexibility, coping strategies, and parent-child conflicts among Korean Americans. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 14*(4), 353-363.
- Akçay-Özcan, D., & Kıran-Esen, B. (2016). Ergenlerin bilişsel esneklik düzeyleri ile özyeterlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Eurasian Education and Culture, 1*(1):1-8.
- Aladağ, M. (2014). Psikolojik danışman eğitiminin farklı düzeylerinde bireyle psikolojik danışma uygulaması süpervizyonunda kritik olaylar. *Ege Eğitim Dergisi, 15*(2), 428-475.
- Altunkol, F. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklikleri ile algılanan stres düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Asıcı, E., & İkiz, F. E. (2015). Mutluluğa giden bir yol: Bilişsel esneklik. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 1*(35), 191-211.
- Atıcı, M., Özyürek, R., & Çam, S. (2005). Okul danışmanlığı uygulamalarının yetkinlik beklentisi algıları ve mesleki benlik saygısı üzerindeki etkilerinin boylamsal olarak incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3*(24), 7-26.
- Bai, Y. (2011). *Studies on the relationship among cognitive flexibility, coping styles and mental health of the teachers in the middle occupational school*. (Unpublished master's thesis). Hebei University, China.
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist, 44*(9), 1175-1184.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology, 52*(1), 1-26.
- Bentley, D. P. (2007). *Mindfulness and counseling self-efficacy: The mediating role of attention and empathy*. (Unpublished doctoral desertation). The University of North Carolina. USA
- Bilgiç, R., & Bilgin, M. (2016). Ergenlerin cinsiyet ve öğrenim kademesi düzeylerine göre bilişsel esneklik düzeyleri ile karar stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi, 2*(2), 39-55.
- Bilgin, M. (2009). Bilişsel esnekliği yordayan bazı değişkenler. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 3*(36), 142-157.
- Bilgin, M. (2016). Ergenin beş faktör kişilik, sosyal yetkinlik, bilişsel esneklik, bilişsel hatalar ve anne baba beş faktör kişilik ilişkisi. *Journal of Current Researches and Social Sciences, 6*(1), 1-24.
- Brewster, M.E. (2011). *The roles of cognitive flexibility, bicultural self-efficacy, and minority stress in the mental health of bisexual individuals*. (Unpublished doctoral dissertation). University of Florida, USA.
- Buyruk-Genç, A. (2019). *Psikolojik danışmanların etkili psikolojik danışman nitelikleri ile kültüre duyarlı psikolojik danışma yeterlikleri arasındaki ilişkide kültürel zekânın ve bilişsel esnekliğin aracı rolü*. (Yayımlanmamış doktora tezi), Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Buyruk-Genç, A., & Yüksel-Şahin, F. (2018). Psikolojik danışmanların kültüre duyarlı psikolojik danışma yeterliklerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, 6*(85), 539-618.
- Büyükgöze-Kavas, A. (2011). Bireysel ve grupla psikolojik danışma uygulamalarına yönelik bir değerlendirme. *Journal of Turkish Educational Sciences, 9*(2), 411-432.

- Büyüköztürk, Ş. (2015). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: istatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum*. Ankara: Pegem Akademi.
- Canas, J., Fajardo, I., & Salmeron, L. (2006). Cognitive flexibility. *International Encyclopedia of Ergonomics and Human Factors*, 1, 297-301.
- Canas, J., Quesada, J., Antolí, A., & Fajardo, I. (2003). Cognitive flexibility and adaptability to environmental changes in dynamic complex problem-solving tasks. *Ergonomics*, 46(5), 482-501.
- Cashwell, T. H., & Dooley, K. (2001). The impact of supervision on counselor self-efficacy. *The Clinical Supervisor*, 20(1), 39-47.
- Charkuff, R. R. (2011). *21. yüzyılda yardım etme sanatı*. (Çev. R. Karaca, F.E. İkiz). Ankara: Nobel Yayınevi Basım Dağıtım.
- Corey, G. 2008. *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları*. (Çev. T. Ergene). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Cormier, W.H., & Cormier. S. H. (1991). *Interviewing strategies for helpers* (3th Ed). Pacific Grove, California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Cormier, W. H., & Cormier. S. H. (1998). *Fundamental skills and cognitive behavioral interventions* (4th ed). Pacific Gorve CA: Brooks/Cole.
- Curry, R. J. (2007). *An investigation of the relationship between counseling self efficacy and counselor wellness among counselor education students*. (Unpublished doctoral dissertation). University of Central Florida, USA.
- Çelik, R. & Erar, A. (2013). Değişken dönüşümlerinin kelebek dağılan artıklar için değişen varyanslılığa etkileri. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen ve Mühendislik Bilimleri Dergisi*, 13, 1-10.
- Çelikkaleli, Ö. (2014). The relation between cognitive flexibility and academic, social and emotional self-efficacy beliefs among adolescents. *Eğitim ve Bilim*, 39(176), 347-354.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. & Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik*. Ankara: Pegem.
- Decety, J. (2007). A social cognitive neuroscience model of human empathy. P. Winkielman (Ed). *Social neuroscience: integrating biological and psychological explanations of social behavior* in (246-270pp). New York: Guilford Press.
- Dağgeçen- Başsu, A. (2017). *Öğretmenlerin bazı demografik özelliklerine göre bilişsel esneklik düzeyleri ile öğrencilerinin bilişsel esneklik düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Demirel, Y. (2013). *Psikolojik danışman öz-yeterlilik ölçeğinin hazırlanması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Demirtaş, A.S. (2019). Cognitive control and cognitive flexibility in the context of stress: a scale adaptation. *Studies in Psychology*, 39 (2), 345-368.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34(3), 241-253.
- Dreisbach, G., & Goschke, T. (2004). How positive affect modulates cognitive control: reduced perseveration at the cost of increased distractibility. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 30(2), 343.
- Erkan, Z. (2011). *Okul psikolojik danışmanı öz-yeterliliğini yordamada eğitim yaşantılarına ilişkin memnuniyetin rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.

- Eslinger, P. J. (1998). Neurological and neuropsychological bases of empathy. *European Neurology*, 39(4), 193-199.
- Gabrys, R. L., Tabri, N., Anisman, H. & Matheson, K. (2018). Cognitive control and flexibility in the context of stress and depressive symptoms: the cognitive control and flexibility questionnaire. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-19.
- Gladding, S. T. 2013. *Psikolojik danışma: kapsamlı bir meslek*. (Çev. N. Voltan-Acar). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Grattan, L. M., Bloomer, R. H., Archambault, F. X., & Eslinger, P. J. (1994). Cognitive flexibility and empathy after frontal lobe lesion. *Neuropsychiatry, Neuropsychology, & Behavioral Neurology*, 7(4), 251-259.
- Hackney, H., & Cormier, S. (2008). *Psikolojik danışma ilke ve teknikleri: Psikolojik yardım süreci el kitabı*. (Çev.T. Ergene, S. Aydemir). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Helsinki, K.H. (2009). *Predicting beginning master's level counselor effectiveness from personal characteristics and admissions data: an exploratory study*. (Unpublished doctoral dissertation). University of North Texas, USA.
- Holcomb-McCoy, C., Harris, P., Hines, E. M., & Johnston, G. (2008). School counselors' multicultural self-efficacy: A preliminary investigation. *Professional School Counseling*, 11(3), 166-178.
- İkiz, F. E., & Totan, T. (2014). Etkili psikolojik danışman niteliklerinin değerlendirilmesine ilişkin ölçek geliştirme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 269-279.
- Jang, Y. J. (2009). *The influence of Korean counselors' personal wellness on client perceived Counseling effectiveness: The moderating effects of empathy*. (Unpublished doctoral dissertation). The University of Iowa, USA.
- Jennings, L., & Skovholt, T. M. (1999). The cognitive, emotional, and relational characteristics of master therapists. *Journal of Counseling Psychology*, 46(1), 3-11.
- Johnson, B. T. (2016). *The relationship between cognitive flexibility, coping and symptomatology in psychotherapy*. (Unpublished master's thesis). Marquette University, Wisconsin.
- Kiran-Esen, B., Özcan, H. D., & Sezgin, M. (2017). High school students' cognitive flexibility is predicted by self-efficacy and achievement. *European Journal of Education* 3(2), 143-151.
- Kim, B. S., & Omizo, M. M. (2005). Asian and European American cultural values, collective self-esteem, acculturative stress, cognitive flexibility, and general self-efficacy among Asian American college students. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 412-419.
- Kivlighan Jr, D. M., Clements, L., Blake, C., Arnzen, A., & Brady, L. (1993). Counselor sex role orientation, flexibility, and working alliance formation. *Journal of Counseling & Development*, 72(1), 95-100.
- Kocarek, C. H. (2001). *Understanding the relationships among counseling self efficacy, anxiety, developmental level, coursework, experience, and counselor performance*. (Unpublished doctoral dissertation), Western Michigan University, Kalamazoo, Michigan.
- Korkut Owen, F., Tuzgöl Dost, M., & Bugay, A. (2014). Psikolojik danışman eğitimcilerinin psikolojik danışman adaylarının mesleğe ilişkin kişisel eğilimleri hakkındaki görüşleri. *International Journal of Human Sciences*, 11(1), 1037-1055.
- Lawson, G., Venart, E., Hazler, R. J., & Kottler, J. A. (2007). Toward a culture of counselor wellness. *The Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, 46(1), 5-19.
- Leach, M. M., Stoltenberg, C. D., McNeill, B. W., & Eichenfield, G. A. (1997). Self-efficacy and counselor development: Testing the integrated developmental model. *Counselor Education and Supervision*, 37(2), 115-124.

- Martin, M. M., & Anderson, C. M. (1998). The cognitive flexibility scale: Three validity studies. *Communication Reports, 11*(1), 1-9.
- Martin, M. M., & Rubin, R. B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological Reports, 76*(2), 623-626.
- Meydan, B. (2014). Psikolojik danışma uygulamalarına yönelik bir süpervizyon modeli: Mikro beceri süpervizyon modeli. *Ege Eğitim Dergisi, 15*(2), 358-374.
- Nystul, M. S. (2015). *Introduction to counseling: An art and science perspective*. Sage Publications.
- Özgün, M. S. (2007). *Okul psikolojik danışmanlarının kişilik özellikleri ile mesleki yetkinlik beklentileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Özyürek, R. (2016). Okullarda psikolojik danışma ve rehberlik uygulamaları ve öğrencilere sağlanan süpervizyon olanakları: Ulusal bir tarama çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*(32), 54-63.
- Pope, V. T., & Kline, W. B. (1999). The personal characteristics of effective counselors: What 10 experts think. *Psychological Reports, 84*, 1339-1344.
- Sapmaz, F., & Doğan, T. (2013). Bilişsel esnekliğin değerlendirilmesi: Bilişsel Esneklik Envanteri Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 46*(1), 143-162.
- Sharpley, C. F., & Ridgway, I. R. (1993). An evaluation of the effectiveness of self-efficacy as a predictor of trainees' counselling skills performance. *British Journal of Guidance & Counselling, 21*(1), 73-81.
- Siviş- Çetinkaya, R. S., & Kararımak, Ö. (2016). Psikolojik danışman eğitiminde süpervizyon. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*(37), 107-121.
- Stevens, A. D. (2009). *Social problem-solving and cognitive flexibility: relations to social skills and problem behavior of at-risk young children*. (Unpublished doctoral dissertation). Seattle Pacific University, USA.
- Sue, D.W., & Sue, D. (2016). *Counseling the culturally diverse: Theory and practice* (7. Ed). New York: John Wiley & Son.
- Taşdan, M. & Erdem, M. (2010). İlköğretim okulu öğretmenlerinin iş yaşamı kalitesi ile örgütsel değer algıları arasındaki ilişki düzeyi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7* (2), 92-113.
- Tang, M., Addison, K. D., LaSure-Bryant, D., Norman, R., O'Connell, W., & Stewart-Sicking, J. A. (2004). Factors that influence self-efficacy of counseling students: An exploratory study. *Counselor Education and Supervision, 44*(1), 70-80.
- Uslu, M., & Arı, R. (2005). Psikolojik danışmanların danışma becerisi düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 14*, 509-519.
- Venart, E., Vassos, S., Pitcher-Heft, H. (2007). What individual counselors can do to sustain wellness. *Journal of Humanistic Counseling, Education, and Development, 46*(1), 50-65.
- Wampold, Bruce. E. 2011. Qualities and Actions of Effective Therapists. American Psychological Association. Retrieved from <https://www.apa.org/education/ce/effective-therapists.pdf> (Erişim Tarihi: 11.12.2018).
- Wei, M., Tsai, P. C., Lannin, D. G., Du, Y., & Tucker, J. R. (2015). Mindfulness, psychological flexibility, and counseling self-efficacy: Hindering self-focused attention as a mediator. *The Counseling Psychologist, 43*(1), 39-63.

- Woods, K. E. (2009). *Self-efficacy as a mediator in the relationship between non counseling roles and wellness in school counselors*. (Unpublished doctoral dissertation). Texas Tech University, USA.
- Yam, F. C. ve İlhan, T. (2016). Psikolojik danışma öz yeterliği: Kişilik özellikleri, durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve geçmiş eğitim yaşantıları. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 42(9), 1304-1313.
- Yayla, E., & İkiz, F. E. (2017). Psikolojik danışmanların etkili nitelikleri ile danışma öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 31-44.
- Yazar, M. S. & Şenyazar- Meterellioz, K. (2019). Examination of relationship between depressive symptoms, cognitive flexibility and hopelessness in non-clinic population. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 8(2),155-163.
- Yıldız-Akyol, E., & Boyacı, M. (2020). Cognitive flexibility and positivity as predictors of career future in university students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 10(57), 297-320.
- Yu, Y., Yu, Y., & Lin, Y. (2020). Anxiety and depression aggravate impulsiveness: the mediating and moderating role of cognitive flexibility. *Psychology, Health & Medicine*, 25(1), 25-36.