

PSİKOLOG VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLARDA AFFETME

FORGIVENESS IN PSYCHOLOGISTS AND PSYCHOLOGICAL COUNSELORS

Meryem VURAL BATIK*

Geliş Tarihi: 12.11.2019
(Received)

Kabul Tarihi: 05.11.2020
(Accepted)

ÖZ: Bu araştırmanın amacı ruh sağlığı profesyonellerinin ve adaylarının affetme düzeylerini incelemektir. Araştırmaya, 101 psikolojik danışman adayı, 141 psikolog adayı, 115 psikolojik danışman ve 165 psikolog olmak üzere toplam 522 ruh sağlığı profesyoneli ve aday katılmıştır. Affetme düzeyini belirlemek amacıyla Affetme Ölçeği kullanılmıştır. Tek Yönlü MANOVA sonucunda, çalışan ruh sağlığı profesyonellerinin kendini affetme düzeylerinin adaylara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; psikolojik danışman adaylarının başkasını affetme düzeylerinin ise diğerlerine göre anlamlı ölçüde daha düşük olduğu bulunmuştur. İki Yönlü ANOVA sonuçlarına göre ise, kadın ve erkeklerin affetme düzeylerinin anlamlı ölçüde farklılık göstermediği; daha uzun süre mesleki deneyimi olan ruh sağlığı profesyonellerinin affetme düzeylerinin anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Lisans eğitimi gören psikolog adaylarının ve psikolojik danışman adaylarının başkasını affetme düzeylerinde ortaya çıkan farklılık, meslek çalışanlarında görülmemiştir. Elde edilen bulgular ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Affetme, psikolojik danışman, psikolog, aday, ruh sağlığı profesyoneli.

ABSTRACT: The aim of this study is to examine forgiveness levels of the mental health professionals and candidates. 522 health care professionals and candidates in total participated in the study, of which 101 are psychological counselor candidates, 141 are psychologist candidates, 115 are psychological counselors, and 165 are psychologists. Forgiveness Scale was used in order to determine the level of forgiveness. According to the results of One-Way MANOVA, it was found that the self-forgiveness levels of the mental health professionals were significantly higher than those of candidates, and the forgiveness of others levels of the psychological counselor candidates were significantly lower than those of the other groups. According to the results of Two-Way ANOVA, forgiveness levels of males and females did not differ significantly; forgiveness levels of the mental health professionals who have longer years of professional experience were significantly higher than those of the other groups. The variance that arises in forgiveness of others levels of the psychologist candidates and psychological counselor candidates who receive undergraduate education was not found in the professionals that work in the field. The findings were discussed in the light of related literature.

Key Words: Forgiveness, psychological counselor, psychologist, candidate, mental health professional.

* Dr. Öğretim Üyesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, meryem.vural@omu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-7836-7289.

1. GİRİŞ

Psikolojik değerinin anlaşılması ile birlikte, son yıllarda psikoloji alanında ilgi odağı haline gelen “affetme” kavramı (Bugay, 2010), özellikle pozitif psikolojinin gelişmesiyle birlikte psikolojik danışma alanında önemli bir konu olarak kabul edilmektedir (Bugay ve Demir, 2012; Ergüner-Tekinalp ve Terzi, 2012). Bu doğrultuda affetme ile ilişkili faktörlerin incelendiği ve affetmenin geliştirilmesine yönelik çalışmaların yapıldığı görülmektedir.

Affetmenin psikoloji alanında birçok tanımı yapılmakla birlikte Enright (1996) tarafından yapılan affetme tanımı yaygın olarak kabul görmektedir. Affetme; bireyin, onu haksız yere inciten başka kişiye karşı sevgi, cömertlik ve merhamet gibi hislerin teşvik edilmesiyle, kızgınlık, olumsuz yargılama ve ilgisiz davranma gibi hisleri isteyerek terk etmesi olarak açıklanmaktadır (Enright, 1996). Affetmenin ne olmadığını açıklamak, affetme kavramının daha iyi anlaşılabilmesini sağlayabilir (Enright ve North, 1998). Bu doğrultuda affetme, göz yummak (Scobie ve Scobie, 1998), inkâr etmek (Fincham ve Kashdan, 2004), barışmak (Enright ve North, 1998), unutmak (Madsen, Gygi, Hammond ve Plowman, 2009), haklı çıkarmak (Enright, 2001) ve uzlaşmak (Fincham, Hall ve Beach, 2005) değildir. Bunun aksine affetmenin olanı kabul etmeyi, öfkeyi durdurmayı ve kendini iyi hissetmeyi içerdiği (Enright, 2001) belirtilmektedir. Kısacası affetme, zarar gören kişinin kendisine zarar veren kişiye kızgın olma ve ondan intikam alma hakkından vazgeçmesi (Enright ve Coyle, 1998) veya durumu eski haline getirmeye yönelik haklı iddiasını bir kenara bırakmak için verdiği bilinçli bir karardır (Scobie ve Scobie, 1998).

Her ne kadar bu tanımlarda zarar veren bir başka kişiyi affetmeye odaklanıldığı görülse de affetmenin kendini, başkalarını ve durumu affetme olmak üzere üç boyutu bulunmaktadır (Thompson vd., 2005). Kendini affetme, bireyin hata yaptığını fark etmesi ve kendini olduğu gibi kabul etmesi, buna bağlı olarak kendine kızma, kendini suçlama gibi olumsuz duygularının azalması ve kendine ilişkin olumlu duygularının artması durumudur (Enright, 1996). Başkalarını affetme; bir başka kişi tarafından zarar görmüş olan kişinin hissettiği öfkeden, dargınlıktan ve korkudan kendisini uzaklaştırdığı ve intikam almak istemediği içsel bir süreçtir (Denton ve Martin, 1998). Durumu affetme ise kişinin kontrolü dışında meydana gelen yaşamsal durumlarda (hastalıklar, afetler, kazalar vs.) olumsuz duygularını kontrol etmesi ve yaşadıklarını affetmesidir. Örneğin, genetik bozukluktan kaynaklı bir sağlık sorunu olduğunda, geni aktaran aile üyesini affetmekle birlikte, hastalık durumunu da affetmek gerekmektedir (Thompson vd., 2005). Bu çalışma kapsamında ise sadece kendini ve başkasını affetme boyutları ele alınmaktadır.

Affetmek kişinin başka biri için yaptığı bir eylem değil, aksine kişinin kendisi için yaptığı bir eylemdir. Affetmek kişinin kendisine verdiği bir hediye olarak görülmektedir (Enright, 2001). Çünkü affetme, bireyin yaşadıklarını ve başkalarını önyargısız kabullenmesini sağlayarak (Şener ve Çetinkaya, 2015), öfke, depresyon

ve kaygı gibi bireyin yaşadığı olumsuzlukların azalmasına yardımcı olmaktadır (Gürbüz, 2016). Affedici bireyler, daha olumlu kişilerarası ilişkiler kurabilmekte ve çevrelerinden daha çok sosyal destek alabilmektedir (Toussaint ve Webb, 2005). Bu sayede affetme eğilimi yüksek olan bireyler, sosyal ilişkilerinde daha uyumlu olmakta (Tse ve Yip, 2009) ve sosyal ilişkilerinden daha çok doyum almaktadır (Gürbüz, 2016). Genel olarak affetme, olumlu düşünceyi destekleyerek (McCullough, Bellah, Kilpatrick ve Johnson, 2001; Peterson ve Seligman, 2004), öznel iyi oluşun (Asıcı, 2018; Balcı-Çelik ve Öztürk-Serter, 2017; Bono, McCullough ve Root, 2008; Satıcı, 2016), psikolojik iyi oluşun (Pareek ve Jain, 2012) ve yaşam doyumunun (Kaleta ve Mroz, 2018; Öztörel, 2018; Zhu, 2015) artmasına katkı sağlamaktadır. Dolayısıyla ruh sağlığını korumada önemli bir faktör olduğu belirtilen affetmenin (Toussaint ve Webb, 2005), psikolojik danışma sürecinde sıklıkla karşılaşılan bir olgu olması şaşırtıcı değildir. Nitekim insanların günlük yaşam olaylarında affetmeleri gereken, kendilerine zarar veren birçok olay veya durumla karşı karşıya kaldığı aşikârdır.

Tüm bireyler kendilerine zarar veren yaşantılarla karşılaştıklarında, duygusal ve bilişsel dengeleri olumsuz olarak etkilenmekte, kişisel bütünlüklerini korumak veya yeniden yapılandırmak amacıyla psikolojik yardım arayışına girmektedir (Gordon, Baucom ve Snyder, 2000). Danışanların geçmişteki kırgınlıklarını, kinlerini ve acılarını bir kenara bırakmalarına yardım etmek, psikolojik danışma sürecinin hedeflerinden biridir (Berecz, 2001). Bireyin kendini bir “kurban” olarak değil, “affetme gücüne sahip bir birey” olarak yeniden tanımlamasına yardımcı olan affetme sürecini, psikolojik danışmanların psikolojik danışma sürecinde etkin ve verimli kullanmaları önemli görülmektedir (Ergüner-Tekinalp ve Terzi, 2012). Affetmenin etkili kullanımı için, psikolojik danışmanların affetmeyi gerçek anlamda bilmesi (Moorhead, Gill, Minton ve Myers, 2012) ve danışanları affetmenin yararlarını tartışmaya teşvik etme konusunda yeterliliğinin olması gerekmektedir (Murray, 2002). Bunun yanı sıra psikolojik danışmanların sahip olması gereken birçok kişilik özelliğine (Corey, 2015) ek olarak, affedici olmalarının öneminden de bahsedilmektedir (Gümüşçağlayan, 2018). Nitekim psikolojik danışmanın affedici olması, zarar görmüş bir danışanın yaşadıklarına anlam yaratma sürecinde destekleyici olacaktır (Moorhead vd., 2012). Ayrıca affetme süreci ve sonuçları konusunda daha fazla bilgi sahibi olan affedici psikolojik danışmanlar, danışanları için iyi bir model olabilir ve danışanlarını affetmeye daha çok teşvik edebilirler (İkiz, Mete-Otlı ve Asıcı, 2015). Tüm bu alanyazın bilgileri ruh sağlığı profesyonellerinin affetmeye ilişkin tutumlarının ve affedici olmalarının önemine dikkati çekmektedir.

Psikolojik danışma sürecinde affetme üzerinde çalışabilmesi için psikolojik danışmanın affetme sürecini ve bu süreci etkileyen etmenleri bilmesi kadar affedici olmasının da danışanlar için yararlı olduğu (İkiz vd., 2015) dikkate alındığında, psikolojik danışmanların affediciliklerinin incelenmesinin değerli olduğu

düşünülmektedir. İlgili alanyazında affetme ile ilgili çok sayıda çalışma bulunmakla birlikte, psikolojik danışma hizmeti veren ruh sağlığı profesyonellerinin ve adaylarının affetme düzeylerini inceleyen araştırmaların (Gümüşçağlayan, 2018; İkiz vd., 2015; Konstam vd., 2000; Moorhead vd., 2012; Öztörel, 2018) sınırlı olduğu söylenebilir. Bu çalışmalardan birini gerçekleştiren İkiz ve arkadaşları (2015) psikolojik danışman adaylarının affetmeyle ilgili inançlarını belirlemeye çalışmıştır. Çalışmadan elde edilen sonuçlar, psikolojik danışman adaylarının affediciliğin anlamı hakkında biraz bilgi sahibi olduklarını; ancak gerçek affetmenin ne olduğunu bilmediklerini, affetmeyi bir kişilik özelliği olarak değil, kişilerarası ilişkilerde koşullu bir süreç olarak gördüklerini göstermiştir. Konstam vd. (2010) ise ruh sağlığı profesyonellerinin affetmeye karşı tutumlarını ve danışma sürecindeki affetme ile ilgili uygulamalarını belirlemeye yönelik yaptıkları çalışmada, affetmeye karşı daha olumlu tutumlar sergileyen psikolojik danışmanların, danışanlarını affetme üzerinde konuşmaya teşvik etmelerinin daha olası olduğunu ortaya koymuşlardır. Psikolojik danışman adayları ile yapılan diğer çalışmalarda ise affetme ile çeşitli psikolojik özellikler arasındaki ilişkiler incelenmiş; affetme ile iyi oluş arasında pozitif yönde ilişki (Moorhead vd., 2012), affetme ile psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu arasında ise pozitif yönde ilişki (Öztörel, 2018) ve affetme ile psikolojik belirtileri arasında negatif yönde ilişki (Gümüşçağlayan, 2018) olduğu belirlenmiştir.

Affetme üzerine yapılan çalışmaların üzerinde durduğu konulardan biri cinsiyetin affetme davranışında belirleyici bir rolü olup olmadığıdır. Root ve Exline'a (2011) göre kadın ve erkeklerin affetme hakkında düşünme biçimleri birbirinden farklıdır; kadınlar affetmeyi daha çok duygusal iyileşme içeren ve zor bir süreç olarak görmekte, erkekler ise affetmeyi çoğunlukla tek seferlik bir karar ve hızlıca yerine getirilmesi gereken bir görev olarak algılamaktadır. Bu nedenle affetmede cinsiyetin belirleyici bir değişken olabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte güncel araştırmalarda kadın ya da erkek olmanın affetme üzerinde rolünün olmadığı (Gümüşçağlayan, 2018; Idemudia ve Mahri, 2011; Sayın, 2017); rolü olsa bile bu farklılığın diğer değişkenlerle ilişkili olabileceği (Toussaint ve Webb, 2005) belirtilmiştir. Buna paralel olarak sosyolojik, dinî ve kültürel değişkenlerin dolaylı olarak kadınların ve erkeklerin affetme düzeylerini etkileyebileceği vurgulanmıştır (Miller, Worthington ve McDaniel, 2008). Buradan hareketle mevcut araştırmada cevap aranacak sorulardan birini de cinsiyete göre ruh sağlığı profesyonellerinin affetme düzeylerindeki farklılıklar oluşturmuştur.

Mevcut araştırma hem mesleğe başlamış olan ruh sağlığı profesyonellerinin hem de adayların affetme düzeylerini ortaya koyacak olması açısından geçmiş araştırmalardan farklılık taşımaktadır. Psikolojik danışman adaylarının birçoğunun, kendi ailelerinde psikolojik stres yaşadıkları ve bu durumun onları psikolojik danışmanlık mesleğine yönlendirdiği yönünde yaygın bir görüş bulunmaktadır (Sussman, 1992). Danışanların incinmeleriyle karşılaştıkça ve onların acılarına

maruz kaldıkça, psikolojik danışmanların da acı çekmeye başlama ihtimali bulunmakta ve bu nedenle de kendi acılarının farkında olmaları önemli görülmektedir (Moorhead vd., 2012). Ruh sağlığı profesyonellerinin kendi incinmelerinin üstesinden gelebilmesinde, yaşlarına da bağlı olarak günlük yaşam deneyimlerinin ve mesleki deneyimlerinin etkisinin olduğu düşünülmekte; bu nedenle de mevcut araştırmada ruh sağlığı profesyonellerinin affetme düzeylerinin adaylara göre daha yüksek olması beklenmektedir. Ayrıca ruh sağlığı profesyonelleri olarak kabul edilen psikolog ve psikolojik danışmanların benzer eğitim süreçlerinden geçmeleri ve mesleki deneyimlerinin de benzerlik taşıması nedeniyle affetme düzeylerinin de benzer olması beklenmektedir. Bu araştırmadan elde edilecek bulguların affetme ile ilgili alanyazına katkı sağlayacağına inanılmaktadır. Buradan hareketle bu araştırmada psikolojik danışma hizmeti sunan ruh sağlığı profesyonellerinin ve adaylarının affetme düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Çalışan ve aday psikolojik danışmanlar ile psikologların affetme düzeyleri anlamlı ölçüde farklılık göstermekte midir?
2. Çalışan ve aday psikolojik danışmanlar ile psikologların affetme düzeyleri cinsiyet ve mesleki deneyim sürelerine göre anlamlı ölçüde farklılık göstermekte midir?

2. YÖNTEM

Çalışan ve aday psikolojik danışmanlar ile psikologların affetme düzeylerinin incelendiği bu araştırma, genel tarama modeline göre yürütülmüştür. Genel tarama modelinde, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla, evrenden alınacak bir grup veya örneklem üzerinde tarama yapılır (Karasar, 2015).

2.1. Araştırma Grubu

Bu araştırma, bir devlet üniversitesinin Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ile Psikoloji bölümlerinde öğrenim görmekte olan öğrencilerle ve alanda çalışan psikolojik danışman ve psikologlarla yürütülmüştür. Araştırmaya 101 psikolojik danışman adayı (%19,3), 141 psikolog adayı (%27), 115 psikolojik danışman (%22) ve 165 psikolog (%31,6) olmak üzere toplam 522 ruh sağlığı profesyoneli ve adayı katılmıştır. Araştırmaya katılan Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ile Psikoloji bölümü öğrencilerinin %37,2'si birinci sınıf, %16,9'u ikinci sınıf, %18,6'sı üçüncü sınıf ve %27,3'ü dördüncü sınıfta öğrenim görmektedir. Araştırmaya katılan psikolojik danışman ve psikologların mesleki deneyim süreleri 1-40 yıl arasında değişmektedir. Psikolojik danışman ve psikologların %65'inin mesleki deneyim süresi 10 yıldan az, %28,2'sinin 10- 19 yıl arası ve %6,8'inin ise 20 yıldan fazladır. Katılımcıların %83,9'u kadın (n=438), %16,1'i (n=84) erkek olup, yaş ortalaması ise 26.59'dur.

2.2. Veri Toplama Araçları

Veriler Kişisel Bilgi Formu ve Affetme Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formunda yaş, cinsiyet, öğrenim görülen sınıf, mesleki deneyim süresi, gelir durumu, aile tutumu ve yaşam yerine ilişkin sorular bulunmaktadır.

2.2.1. Affetme Ölçeği

Affetme düzeyini belirlemek amacıyla Ersanlı ve Vural-Batık (2015) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde geliştirilmiştir. Yedili Likert tipinde geliştirilen ölçekte 13 madde yer almaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 13 ve en yüksek puan ise 91'dir. Ölçekten alınan yüksek puanlar affetme düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmış, toplam varyansın %46,09 olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin iki faktörlü olarak kabul edilebilir uyum gösterdiği bulunmuştur ($\chi^2/sd=1.95$, RMSEA= .07, GFI= .91, AGFI= .87, SRMR= .06, NNFI= .89, CFI= .91, $p<.000$). "Kendini Affetme" olarak adlandırılan birinci alt boyut 3 maddeden; "Başkasını Affetme" olarak adlandırılan ikinci alt boyut ise 10 maddeden oluşmaktadır. "Tolerans Ölçeği" (Ersanlı, 2014) ile yapılan geçerlik çalışmasında ise benzer ölçekler katsayısı .56'dır. İç tutarlığı saptamak amacıyla hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .74'tür. Testi yarılama güvenilirliği katsayısı, ilk yarı için .71 ve ikinci yarı için .77 bulunmuştur. Mevcut çalışmada ise hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .80 olarak bulunmuştur.

2.3. İşlem

İlk olarak Sosyal ve Beşerî İlimler Etik Kurulundan gerekli izinler alınmıştır. Veri toplama araçları Google formlara aktarılmıştır. Bir devlet üniversitesinde öğrenim görmekte olan Psikoloji ve PDR bölüm öğrencilerine ders saati içerisinde araştırma hakkında bilgi verilmiştir. Aynı ilde çalışan psikolog ve psikolojik danışmanlara derneklerin şubeleri aracılığı ile ulaşılmıştır. Katılımcılardan gönüllülükleri doğrultusunda telefonlarına gönderilen link aracılığı ile ölçeği doldurmaları istenmiştir. Anket uygulaması yaklaşık 5 dakika sürmüştür.

2.4. Verilerin Analizi

Aday ve çalışan psikolojik danışman ve psikologların affetme düzeylerine ilişkin betimsel istatistikler yapılmıştır. Çok değişkenli istatistiklerin yapılabilmesi için normal dağılım ve varyansların homojenliği varsayımının karşılanması gerekmektedir. İlk olarak verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek için yapılan One Sample Kolmogorov-Smirnov testi sonucunda, verilerin normal dağıldığı görülmüştür ($p=.052$, $p>.05$). İkinci olarak gruplara ait kovaryans matrislerinin eşit olup olmadığını yani varyansların homojen olup olmadığını belirlemek için Box's M testi yapılmıştır. Box's M testi sonucunda varyansların homojenliği varsayımının karşılandığı görülmüştür (Box's M= 3.801, $p=.717$). Bu iki varsayımın karşılandığı görülmüş ve çok değişkenli istatistiklerin

yapılabileceğine karar verilmiştir. Çalışan ve aday psikolojik danışmanlar ile psikologların kendini ve başkasını affetme düzeylerinin anlamlı ölçüde farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için Tek Yönlü MANOVA yapılmıştır. Çalışan ve aday psikolojik danışmanlar ile psikologların affetme düzeylerinin cinsiyet ve mesleki deneyim süresine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için İki Yönlü ANOVA uygulanmıştır. Elde edilen istatistiklerin anlamlılığı .05 düzeyinde sınanmıştır.

3. BULGULAR

Psikolojik danışman adaylarının, psikolog adaylarının, psikolojik danışmanların ve psikologların Affetme Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalamaları, standart sapma değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1: Affetme Ölçeği'nden alınan puanların ortalamaları, standart sapma değerleri

| Gruplar | n | Ortalama | Ss |
|---------------------------|-----|----------|-------|
| Psikolojik danışman adayı | 101 | 50.73 | 9.11 |
| Psikolog adayı | 141 | 54.09 | 12.81 |
| Psikolojik danışman | 115 | 57.40 | 12.65 |
| Psikolog | 165 | 57.73 | 12.95 |

Tablo 1'de görüldüğü gibi psikolojik danışman adaylarının Affetme Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması 50.73 (Ss=9.11), psikolog adaylarının affetme puan ortalaması 54.09 (Ss=12.81), psikolojik danışmanların affetme puan ortalaması 57.40 (Ss=12.65) ve psikologların affetme puan ortalaması 57.73 (Ss=12.95)'tür. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan adayların ve çalışanların affetme düzeylerinin orta olduğu söylenebilir.

Çalışan ve aday psikolojik danışmanlar ile psikologların kendini ve başkasını affetme düzeylerinin anlamlı ölçüde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan Tek Yönlü MANOVA testi sonuçları Tablo 2 ve Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 2: Çalışan ve aday ruh sağlığı profesyonellerinin kendini ve başkasını affetme puanlarına ilişkin Tek Yönlü MANOVA sonuçları

| Etki | Wilk's Lambda (λ) | F | Sd (Hipotez) | Sd (Hata) | P |
|--|--------------------------------|-------|-----------------|--------------|------|
| Çalışan ve Aday Ruh Sağlığı Profesyoneli | .927 | 6.697 | 6.00 | 1034.00 | .000 |

Tek Yönlü MANOVA sonucuna göre (Tablo 2), kendini affetme ve başkasını affetme puanları üzerinde ruh sağlığı profesyonellerinin aday veya çalışan olma temel etkisi anlamlı bulunmuştur ($\lambda = .92$, $F_{(6,1034)}=6.697$ $p<.001$). Tablo 3'te görüldüğü gibi kendini affetme puanları [$F_{(3,518)}=8.972$, $p<.001$] ve başkasını affetme puanları [$F_{(3,518)}=5.579$, $p<.01$] aday/çalışan psikolojik danışmanlar ve psikologlar arasında anlamlı ölçüde farklılık göstermektedir.

Tablo 3: Çalışan ve aday ruh sağlığı profesyonellerinin kendini ve başkasını affetme puanlarına ilişkin Tek Yönlü MANOVA sonuçları

| Değişken | Gruplar | n | Ort. | Ss | Sd | F | p |
|--------------------------|----------------|-----|-------|-------|-----|-------|------|
| Kendini Affetme | Psk.dan. adayı | 101 | 12.43 | .432 | | | |
| | Psikolog adayı | 141 | 12.05 | .366 | 3 | 8.972 | .000 |
| | Psk. danışman | 115 | 14.15 | .405 | 518 | | |
| | Psikolog | 165 | 14.18 | .338 | | | |
| Başkasını Affetme | Psk.dan. adayı | 101 | 38.29 | 1.076 | | | |
| | Psikolog adayı | 141 | 42.03 | .911 | 3 | 5.579 | .001 |
| | Psk. danışman | 115 | 43.24 | 1.009 | 518 | | |
| | Psikolog | 165 | 43.55 | .842 | | | |

MANOVA sonucunda elde edilen bu anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Bonferroni yapılmıştır. Bu aşamada kullanılan post-hoc tekniklerinden biri olan Bonferroni testi, gruplar arası belirlenen farkı ve bu farkın anlamlılık düzeyini I. ve II. tip hatalardan arınık ve kararlı biçimde ortaya koymaktadır (Miller, 1969). Bonferroni testi sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4: Affetme puanlarının gruplar arası farklarına ilişkin Bonferroni testi sonuçları

| | | Psikolojik dan. Adayı | Psikolog adayı | Psikolojik dan. | Psikolog |
|--------------------------|----------------|-----------------------|----------------|-----------------|------------|
| | | Ort. farkı | Ort. farkı | Ort. farkı | Ort. farkı |
| Kendini Affetme | Psk.dan. adayı | - | .38 | -1.72* | -1.74** |
| | Psikolog adayı | -.38 | - | -2.10* | -2.13*** |
| | Psk. danışman | 1.72* | 2.10* | - | -.02 |
| | Psikolog | 1.74** | 2.13*** | .02 | - |
| Başkasını Affetme | Psk.dan. adayı | - | -3.73* | -4.94** | -5.25** |
| | Psikolog adayı | 3.73* | - | -1.20 | -1.51 |
| | Psk. danışman | 4.94** | 1.20 | - | -.30 |
| | Psikolog | 5.25** | 1.51 | .30 | - |

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 4'te verilen Bonferroni testi sonuçları, psikolojik danışmanların kendini affetme puan ortalamasının, psikolojik danışman adaylarından (1.72, p<.05) ve psikolog adaylarından (2.10, p<.05) anlamlı ölçüde yüksek olduğunu; psikologların kendini affetme puan ortalamasının, psikolojik danışman adaylarından (1.74, p<.01) ve psikolog adaylarından (2.13, p<.001) anlamlı ölçüde yüksek olduğunu göstermektedir. Başkalarını affetme puan ortalamaları farkları incelendiğinde ise, psikolojik danışman adaylarının başkalarını affetme puan ortalamasının, psikolog adaylarından (-3.73, p<.05), psikolojik danışmanlardan (-4.94, p<.01) ve psikologlardan (-5.25, p<.01) anlamlı ölçüde düşük olduğu görülmektedir. Kısacası psikolojik danışmanların ve psikologların kendini affetme düzeyleri adaylardan daha yüksek iken; psikolojik danışman adaylarının başkasını affetme düzeyleri ise diğer

gruplardan daha düşüktür. Diğer bir deyişle, adaylar ile çalışanlar karşılaştırıldığında, genel ifadeyle ruh sağlığı profesyonellerinin affetme düzeylerinin adaylara göre daha yüksek olduğu belirtilebilir. Ruh sağlığı branşı açısından karşılaştırıldığında ise, psikolog adaylarının başkalarını affetme düzeyleri psikolojik danışman adaylarına göre anlamlı ölçüde daha yüksek iken, alanda çalışan psikolojik danışman ve psikologların başkalarını affetme düzeyleri farklılık göstermemektedir.

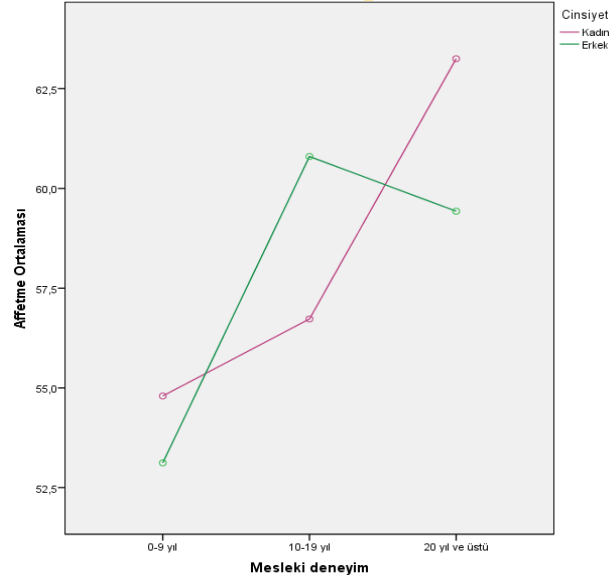
Çalışan ve aday psikolojik danışmanlar ile psikologların affetme düzeylerinin cinsiyete ve mesleki deneyim süresine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için yapılan İki Yönlü ANOVA sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5: Cinsiyet ve mesleki deneyime göre toplam affetme puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin İki Yönlü ANOVA sonuçları

| Kaynak | Kareler Toplamı | Sd | Kareler Ort. | F | p |
|--------------------------|-----------------|-----|--------------|-------|-------|
| Cinsiyet | 6.48 | 1 | 6.48 | .042 | .837 |
| Mesleki deneyim | 1707.23 | 2 | 853.61 | 5.588 | .004* |
| Cinsiyet*Mesleki deneyim | 428.78 | 2 | 214.39 | 1.403 | .247 |
| Hata | 78824.04 | 516 | 152.76 | | |
| Toplam | 1678263.0 | 522 | | | |

Tablo 5'te, kadın ve erkeklerin affetme puan ortalamalarının anlamlı ölçüde farklılık göstermediği ($F_{(1-516)}=.042$; $p>.05$), ancak katılımcıların mesleki deneyim süresine göre affetme puanlarının anlamlı ölçüde farklılaştığı ($F_{(2-516)}=5.588$; $p<.01$) görülmektedir. Mesleki deneyim süresindeki bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Bonferroni testi yapılmıştır. Bonferroni testi sonucuna göre mesleki deneyimi 10 yıldan az olan ruh sağlığı profesyonellerinin affetme düzeyleri, 10- 19 yıl arası deneyime sahip olanlardan (-4.80, $p<.05$) ve 20 yıldan fazla deneyime sahip olanlardan (-7.37, $p<.05$) anlamlı ölçüde daha düşük bulunmuştur.

Cinsiyet ve mesleki deneyim süresinin ortak etkisi incelendiğinde ise elde edilen değer anlamlı olmadığı görülmüştür ($F_{(2-516)}=1.403$; $p>.05$). Bu bulgu kadın ve erkek katılımcıların mesleki deneyim süresine göre affetme düzeylerinde anlamlı ölçüde farklılık olmadığını göstermektedir.



Şekil 1: Affetme Puan Ortalamalarının Cinsiyet ve Mesleki Deneyime Göre Değişimi

Kadın ve erkek ruh sağlığı profesyonellerinin mesleki deneyim sürelerine göre affetme puan ortalamaları incelendiğinde (Şekil 1); 10 yıldan az deneyimi olan kadın ve erkek ruh sağlığı profesyonellerinin affetme puan ortalamalarının birbirine çok yakın olduğu görülmektedir ($Ort_{(kadın)}=54.80$, $Ort_{(erkek)}=53.12$). 10-19 yıl deneyimi olan erkeklerin ($Ort=60.80$) kadınlara göre ($Ort=56.73$) ve 20 yıl ve üstü deneyimi olan kadınların ($Ort=63.25$) erkeklere göre ($Ort=59.43$) affetme puan ortalamalarının daha yüksek olmasına karşın bu ortak etkinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

4. TARTIŞMA

Psikolojik danışma sürecinde ruh sağlığı profesyonellerinin en sık karşılaştıkları konulardan biri, danışanların zarar veren yaşantılar nedeniyle kendilerini veya başkalarını suçlamalarıdır. Geçmişteki incinmeler ve bunları affetme hakkında konuşmanın danışanların iyileşme sürecine olumlu etkisi vardır (Wade, Bailey ve Shaffer, 2005). Psikolojik danışma sürecinde affetmenin etkili bir şekilde kullanılabilmesi için ise ruh sağlığı profesyonellerinin affetmeyi gerçek anlamda bilmesi önemli görülmektedir (Murray, 2002). Ruh sağlığı profesyonellerinin affedici olmasının yararları (İkiz vd., 2015) dikkate alındığında, alanda çalışan ruh sağlığı profesyonellerinin ve adaylarının affetme düzeylerinin incelenmesi önemli görülmüştür.

Ruh sağlığı profesyonellerinin ve adaylarının affetme düzeylerinin incelendiği bu araştırmadan elde edilen bulgular sonucunda, psikolog adayları ile psikolojik danışman adaylarının kendini affetme düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık

görülmemiştir. Ayrıca alanda çalışan psikolojik danışmanların ve psikologların kendini affetme düzeyleri de birbirinden farklılık göstermemiştir. Adaylar ile çalışanlar karşılaştırıldığında ise, çalışan ruh sağlığı profesyonellerinin kendini affetme düzeylerinin adaylara göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Alanyazında psikolojik danışmanların ve adaylarının affetme düzeylerini ve psikolojik danışma sürecinde affetmenin kullanılmasına yönelik tutumlarını inceleyen araştırmalar (Gümüştayağlayan, 2018; İkiz vd., 2015; Konstam vd., 2000; Moorhead vd., 2012; Öztörel, 2018) bulunmakla birlikte, çalışan ve aday ruh sağlığı profesyonelleri arasındaki farklılıkların incelendiği çalışmalara rastlanmamıştır. Mevcut araştırmada ruh sağlığı profesyonellerinin kendini affetme düzeylerinin branşlar arasında farklı olmaması beklenen bir bulgudur. Zira hem psikoloji ile PDR lisans eğitimlerinin ve öğrenci özelliklerinin hem de çalışan psikolog ve psikolojik danışmanların mesleki deneyimlerinin birbirine birçok açıdan benzerlik gösterdiği söylenebilir. Çalışan ruh sağlığı profesyonellerinin kendini affetme düzeylerinin adaylara göre daha yüksek olması ise yaş, günlük yaşam deneyimleri ve mesleki deneyimler ile açıklanabilir. Yaş ilerledikçe ruh sağlığı profesyonellerinin hem günlük yaşantılarının hem de mesleki deneyimlerinin affetme süreçlerine katkıda bulunması muhtemeldir.

Araştırmada elde edilen diğer bir bulguya göre, psikolojik danışman adaylarının başkasını affetme düzeylerinin psikolog adaylarından anlamlı ölçüde düşük olduğu; ancak alanda çalışan psikolojik danışman ve psikologların başkasını affetme düzeylerinin birbirinden farklılık göstermediği belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, lisans eğitimi sürecinde olan psikolog adaylarının ve psikolojik danışman adaylarının başkasını affetme düzeylerinde ortaya çıkan farklılık, meslek çalışanlarında görülmemiştir. Adaylar ile çalışanlar karşılaştırıldığında ise, çalışan ruh sağlığı profesyonellerinin başkasını affetme düzeyleri, psikolojik danışman adaylarından anlamlı ölçüde daha yüksektir; ancak psikolog adayları ile anlamlı ölçüde farklılık göstermemiştir. Çalışan ruh sağlığı profesyonellerinin başkasını affetme düzeylerinin branşlar arasında farklı olmaması ve psikolojik danışman adaylarından daha yüksek olması beklendiği bir bulgudur. Bu bulgu, çalışan ruh sağlığı profesyonellerinin yaşlarına da bağlı olarak hem mesleki deneyimlerinin hem de günlük yaşam deneyimlerinin başkalarını affetme düzeylerine katkısının olduğu yönünde yorumlanabilir. Ancak psikolog adayları ile psikolojik danışman adaylarının başkasını affetme düzeylerinin farklı olması dikkati çekmektedir. Bu farkın, araştırmanın yapıldığı örneklem grubunun özellikleriyle ilişkili olduğu düşünülmektedir. Alanyazında affetmeyi etkilediği belirtilen öznel iyi oluş (Balcı-Çelik ve Öztürk-Serter, 2017), empati (Aşçıoğlu-Önal, 2014), yaşam doyumu (Bugay ve Demir, 2011) ve ruminasyon (Özgür ve Eldelekoğlu, 2017) gibi diğer değişkenler açısından adayların benzer özelliklerde olup olmadığı dikkate alınmamıştır. Ayrıca bu bulgu, affetmeyi yordadığı belirlenen “hatada sorumluluk,

hatanın yol açtığı sonuçlar ve hatanın kimin tarafından yapıldığı” gibi hataya ilişkin özelliklerin (Bugay ve Demir, 2011) ve “anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostelite” gibi psikolojik belirtilere sahip olma düzeylerinin (Gümüştçağlayan, 2018) farklı olabileceğini akla getirmektedir. Mevcut araştırmada katılımcıların hataya ilişkin özellikleri, affetme yaşantıları ve psikolojik belirtileri de dikkate alınmamıştır. Araştırmaya katılan psikolojik danışman adaylarının başkasını affetme düzeylerinin daha düşük olması, affetmeyi etkileyen tüm bu değişkenler açısından farklı özelliklere sahip olmalarından kaynaklanmış olabilir.

Bu araştırmadan elde edilen bir başka bulguya göre, çalışan ve aday psikolojik danışmanlar ile psikologların toplam affetme düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı ölçüde farklılık göstermediği görülmüştür. Bu bulguya benzer olarak Türkiye’de affetmenin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği sonucuna ulaşan çok sayıda araştırma (Alpay, 2009; Alp ve Ercan, 2011; Asıcı, 2013; Gümüştçağlayan, 2018; Gündüz, 2014; Öksüz ve Öztürk, 2017; Sayın, 2017) bulunmaktadır. Bu bulgunun aksine üniversite öğrencileriyle yapılan bazı çalışmalarda (Çivan, 2013; Toktaş; 2019), kadınların “başkalarını affetme” düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Psikolojik danışman adaylarında affetmenin incelendiği birkaç araştırmada ise birbirinden farklı bulguların elde edilmesi dikkati çekmektedir. Bir araştırmada kadın psikolojik danışman adaylarının “başkalarını affetme” düzeylerinin erkeklere göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu görülürken (Gümüştçağlayan, 2018); bir başka araştırmada erkek psikolojik danışman adaylarının toplam affetme düzeylerinin kadın adaylara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu (Öztörel, 2018) belirlenmiştir. Bu araştırmalarda kadın öğrencilerin daha çok affedici olmasının nedeni, kadınlara affetme üzerine toplumda verilen mesajların daha fazla olması gibi kültürel özelliklerle ilgili olabilir. Bununla birlikte psikoloji ve PDR alanında alınan eğitimlerin ve kazanılan anlayışların, affetmede değişimler meydana getirdiği ve cinsiyetin etkisini azalttığı düşünülebilir. Ayrıca, affetme düzeyi kadın veya erkek olmaktan ziyade geçmiş yaşantılar, kişilik özellikleri, dini ve kültürel özellikler gibi farklı birçok değişkenden etkilenebilir. Mevcut araştırmada elde edilen bu bulgunun da örneklem grubunun farklı özelliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca araştırmalardaki cinsiyet dağılımındaki farklılıklar ile katılımcıların yaş dağılımındaki farklılıklar da affetmenin cinsiyete göre farklılık göstermemesini açıklayabilir. Buna ek olarak mevcut araştırmaya, psikolojik danışman adaylarıyla yapılan çalışmalardan farklı olarak çalışan ruh sağlığı profesyonelleri de dahil edilmiştir. Mesleki deneyimin affetme üzerindeki katkıları dikkate alındığında, artan yaş ile birlikte affetmenin gelişmesi muhtemeldir.

Cinsiyet ve mesleki deneyim süresinin ortak etkisi incelendiğinde, kadın ve erkek katılımcıların mesleki deneyim süresine göre affetme düzeylerinde anlamlı ölçüde farklılık olmadığı görülmüştür. Bununla birlikte katılımcıların mesleki

deneyim süresine göre affetme puanlarının anlamlı ölçüde farklılaştığı; daha uzun süre mesleki deneyimi olan ruh sağlığı profesyonellerinin affetme düzeylerinin anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Mesleki deneyim süresinin doğrudan yaşla ilişkili olduğu göz önünde bulundurulduğunda, yaş arttıkça sadece mesleki deneyim süresinin değil bunun yanı sıra günlük yaşam deneyimlerinin ve affetme yaşantılarının arttığı düşünülebilir. Bu doğrultuda; yaşa bağlı olarak artan günlük yaşantıların ve mesleki deneyimlerin affetme sürecine katkılarının olduğu söylenebilir. Bu bulgu aynı zamanda adaylar ile çalışanlar arasında affetme düzeyi açısından ortaya çıkan farklılığı da desteklemektedir. Adayların mesleki ve yaşam deneyimlerinin daha az olması nedeniyle affetme düzeylerinin daha düşük olduğu söylenebilir.

5. SINIRLILIKLAR VE ÖNERİLER

Psikolojik danışmanlarda aranan bir özellik olduğu belirtilen “affedicilik” (İkiz ve Karaca, 2011), Rogers’ın “koşulsuz kabul ve koşulsuz saygı” ilkelerini anımsatmaktadır. Ayrıca McCullough ve Worthington (1994), “koşulsuz olumlu saygı göstermenin” danışanları affetmeye yöneltmede önemli bir etken olduğunu belirtmiştir. Bu nedenle ilerleyen araştırmalarda psikolojik danışmanların affedicilik özellikleri ile psikolojik danışma yeterlikleri arasındaki ilişkiler ele alınabilir.

Ruh sağlığı profesyonellerinin kendi hayatlarında affedemedikleri yaşantıları başarıyla çözmüş olmaları meslek hayatları açısından önemlidir (Menahem ve Love, 2013). Ayrıca psikolojik sorun yaşamamış (Asıcı, 2013) ve psikolojik yardım almamış (Gümüştaya, 2018) psikolojik danışman adaylarının affetme düzeylerinin daha yüksek olması dikkate değer bulgulardır. Bu çalışmada ruh sağlığı profesyonellerinin affetme düzeylerinde elde edilen farklılıklar, günlük yaşamlarında veya mesleki hayatlarında affetme yaşantısı geçirme/geçirmeme durumlarıyla ilgili olabilir. Bu doğrultuda psikolojik danışmanların affetme yaşantılarının incelendiği yeni araştırmalara gereksinim vardır.

Lisans eğitimi sürecinde alınan psikoloji eğitiminin psikolog ve psikolojik danışman adaylarının affediciliklerine katkısının olabileceği düşünülmektedir. Ancak Türkiye’de Psikoloji ile Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik lisans müfredatında, adayların affediciliklerinin geliştirilmesine yönelik herhangi bir dersin veya uygulamanın bulunmadığı görülmektedir. Bu doğrultuda Psikoloji ve PDR lisans müfredatı içerisinde bulunan Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması, Grupla Psikolojik Danışma Uygulaması, Psikolojik Danışmada Güncel Yaklaşımlar gibi dersler kapsamında “affetme, affetme süreci, affetme modelleri ve affetmenin geliştirilmesine yönelik müdahaleler” gibi konuların ele alınması önerilebilir.

Bu araştırma bir devlet üniversitesinde öğrenim görmekte olan PDR bölümü ve Psikoloji bölümü öğrencileri ile yürütülmüştür. Ayrıca alanyazında affetmeyi etkilediği belirtilen diğer değişkenler (Aşçıoğlu-Önal, 2014; Balcı-Çelik ve Öztürk-Serter, 2017; Bugay ve Demir, 2011; Özgür ve Eldelekoğlu, 2017) dikkate

alınmamıştır. Bundan sonra yapılacak çalışmalar farklı illerde ve geniş örneklemeler üzerinde tekrarlanabilir; affetmeyi etkileyen değişkenlerin psikolojik danışmanlarda affetme düzeyleri üzerindeki yordayıcı etkileri incelenebilir.

6. SONUÇ

Sonuç olarak psikolojik danışmanların ve psikologların affetme düzeyleri birbirine benzer olmakla birlikte adaylara göre daha yüksektir. Affetme ile ilgili yaşam deneyimlerinin ve mesleki deneyimlerin affetme sürecine katkılarının olduğu düşünülmektedir. Affetmenin psikolojik danışma sürecinde danışmanların en çok karşılaştıkları konulardan biri olması ve psikolojik danışmanların affedici olmasının önemi dikkate alınmalıdır. Bu doğrultuda psikolojik danışmanlarda aranan bir özellik olduğu belirtilen “affediciliği” geliştirmeye yönelik lisans eğitiminde veya hizmetiçi eğitimlerde psiko-eğitim programlarının hazırlanıp uygulanması önemli görülmektedir.

KAYNAKÇA

Alp, D. ve Ercan, L. (2011). *Öğretmenlerin yıldurmaya maruz kalma ile affetme düzeylerinin incelenmesi*. XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, İzmir, 3-5 Ekim.

Alpay, A. (2009). *Yakın ilişkilerde bağışlama: Bağışlamanın bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Asıcı, E. (2013). *Öğretmen adaylarının affetme özelliklerinin öz-duyarlık ve benlik saygısı açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Asıcı, E. (2018). *Affetme odaklı grup rehberliğinin ergenlerin saldırganlık ve öznel iyi oluşları üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Aşçıoğlu-Önal, A. (2014). *Bilişsel çarpıtmalar, empati ve ruminasyon düzeyinin affetmeyi yordama gücünün incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Balcı-Çelik, S. ve Öztürk-Serter, G. (2017). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde affetmenin öznel iyi oluşları üzerindeki rolü. *International Journal of Human Sciences*, 14(4), 3990-4001.

Berecz, J. M. (2001). All that glitters is not gold: Bad forgiveness in counseling and preaching. *Pastoral Psychology*, 49(4), 253-275. Doi: 10.1023/A:1004869004377

Bono, G., McCullough, M. E. ve Root, L. M. (2008). Forgiveness, feeling connected to others, and well-being: Two longitudinal studies. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(2), 182-195. Doi: 10.1177/0146167207310025

Bugay, A. (2010). *Kendini affetmeyi yordayan sosyobilişsel, duygusal ve davranışsal faktörlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Bugay, A. ve Demir, A. (2011). *Yaşam doyumu ile affetme arasındaki ilişkide ruminasyon eğiliminin aracı rolü*. XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, İzmir, 3-5 Ekim.

Bugay, A. ve Demir, A. (2012). Affetme artırılabilir mi?: Affetmeyi geliştirme grubu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 96-106.

Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. Ergene (Çev). Ankara: Mentis Yayınevi.

Çivan, İ. (2013). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve başkalarını bağışlama davranışlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.

Denton, R. T. ve Martin, M. W. (1998). Defining forgiveness: An empirical exploration of process and role. *The American Journal of Family Therapy*, 26(4), 281-292. Doi: 10.1080/01926189808251107

Enright, R. D. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self forgiveness. *Counseling and Values*, 40(2), 107-126. Doi: 10.1002/j.2161-007X.1996.tb00844.x

Enright, R. D. (2001). *Forgiveness is a choice: A step by-step process for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: American Psychological Association.

Enright, R. D. ve Coyle, C. T. (1998). Researching the process model of forgiveness within psychological interventions. E. L. Worthington Jr. (Edt). *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives* içinde (s. 139-161). Philadelphia: Templeton Foundation Press.

Enright, R. D. ve North, J. (1998). *Exploring forgiveness*. University of Wisconsin Press.

Ergüner-Tekinalp, B. ve Terzi, Ş. (2012). Terapötik bir araç olarak bağışlama: İyileştirici bir etken olarak bağışlama olgusunun psikolojik danışma sürecinde kullanımı. *Eğitim ve Bilim*, 37(166), 14-24.

Ersanlı, E. (2014). The validity and reliability study of Tolerance Scale. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, 4(1), 85-89.

Ersanlı, K. ve Vural-Batık, M. (2015). Development of the Forgiveness Scale: A Study of reliability and validity. *Turkish Studies*, 10(7), 19-32. Doi: 10.7827/TurkishStudies.8201

Fincham F. D. ve Kashdan, T. B. (2004). Facilitating forgiveness: Developing group and community interventions. P. A. Linley ve S. Joseph (Eds.). *International handbook of positive psychology in practice: From research to application* içinde (s. 617-640). Hoboken, NJ: Wiley.

Fincham, F. D., Hall, J. H. ve Beach, S. R. H. (2005). Till lack of forgiveness do us part- Forgiveness in marriage. E.L. Worthington (Ed.) *Handbook of Forgiveness* içinde (s. 207- 226). New York: Wiley.

Gordon, K. C., Baucom, D. H. ve Snyder, D. K. (2000). The use of forgiveness in marital therapy. M. McCullough, K. I. Pargament ve C. E. Thoresen (Eds.). *Forgiveness: Theory, research, and practice* içinde (s. 203-227). New York: Guilford Press.

Gümüşçağlayan, G. (2018). *Psikolojik danışman adaylarının affetme düzeyleri ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkide empatinin aracılık rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.

Gündüz, Ö. (2014). *Üniversite öğrencilerinde affetmeyi yordayan değişkenlerin belirlenmesi*. Yayınlanmış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Gürbüz, E. (2016). *Evlilik içinde aldatılan bireylerin affetmelerini yordamada bağlanma stilleri ve psikolojik sağlamlığın rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.

Idemudia, E. S. ve Mahri, S. (2011). Can gender, religion, education, age and personality predict willingness to forgive?. *Gender and Behaviour*, 9(1), 3765-3781.

İkiz, F. E. ve Karaca, R. (2011). Danışma becerileri eğitiminin psikolojik danışmanların empatik becerisine etkisi. *e-journal of New World Sciences Academy*, 6(2), 1585-1595.

İkiz, F. E., Mete-Otlu, B. ve Asıcı, E. (2015). Beliefs of counselor trainees about forgiveness. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 15(2), 463-479. Doi: 10.12738/estp.2015.2.2205.

Kaletka, K. ve Mroz, J. (2018). Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults. *Personality and Individual Differences*, 120, 17-23. Doi: 10.1016/j.paid.2017.08.008.

Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. (17. Baskı) Ankara: Nobel yay.

Konstam, V., Marx, F., Schurer, J., Harrington, A., Lombardo, N. E. ve Deveney, S. (2010). Forgiving: What mental health counselors are telling us. *Journal of Mental Health Counseling*, 22(3), 253–267.

Madsen, S. R., Gygi, J., Hammond, S. C. ve Plowman, S. F. (2009): Forgiveness as a workplace intervention: The Literature and a proposed framework, *Journal of Behavioral and Applied Management*, 10(2), 246-262.

McCullough, M., Bellah, C. G., Kilpatrick, S. D. ve Johnson, J. L. (2001): Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the big five, personality and social. *Psychology Bulletin*, 27(5), 601-610. Doi: 10.1177/0146167201275008.

McCullough, M. E. ve Worthington, E. L., Jr. (1994). Encouraging clients to forgive people who have hurt them: Review, critique, and research prospectus. *Journal of Psychology and Theology*, 22, 3-20. Doi: 10.1177/009164719402200101

Menahem, S. ve Love, M. (2013). Forgiveness in psychotherapy: the key to healing. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, 69(8), 829-835. Doi: 10.1002/jclp.22018.

Miller, R. G. (1969). *Simultaneous statistical inference*. New York: McGraw-Hill.

Miller, A. J., Worthington Jr, E. L. ve McDaniel, M. A. (2008). Gender and forgiveness: A meta-analytic review and research agenda. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(8), 843-876.

Moorhead, H. J., Gill, C., Minton, A. B. ve Myers, J. E. (2012). Forgive and forget? Forgiveness, personality, and wellness among counselors-in-training. *Counseling and Values*, 57, 81-95. Doi: 10.1002/j.2161-007X.2012.00010.x.

Murray, R. J. (2002). The therapeutic use of forgiveness in healing intergenerational pain. *Counseling and Values*, 46, 188-198. Doi: 10.1002/j.2161-007X.2002.tb00212.x.

Öksüz, Y. ve Öztürk, M. B. (2017). Sınıf öğretmeni adaylarının bağışlama istekliliğinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: OMÜ örneği. *Türk Bilim Araştırma Vakfı*, 10(1), 114-125.

Özgür, H. ve Eldeleklioğlu, J. (2017). REACH affetme modelinin Türk kültürü üzerinde etkililiğinin incelenmesi. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 98-112.

Öztörel, İ. (2018). *Psikolojik danışman adaylarının psikolojik sağlık, yaşam doyumu ve affetme düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yakın Doğu Üniversitesi, Kıbrıs.

Pareek, S. ve Jain, M. (2012). Subjective well-being in relation to altruism and forgiveness among school going adolescents. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 2(5), 138-141. Doi: 10.5923/j.ijpbs.20120205.02

Peterson, C. ve Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford: Oxford University Press.

Root, B. L. ve Exline, J. J. (2011). Gender differences in response to experimental forgiveness prompts: Do men show stronger responses than women?. *Basic and Applied Social Psychology*, 33(2), 182-193.

Satıcı, S. A. (2016). *Üniversite öğrencilerinin affetme, intikam, sosyal bağlılık ve öznel iyi oluşları: Farklı yapısal modellerin denenmesi üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış doktora tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.

Sayın, M. (2017). *Üniversite öğrencilerinin öz-anlayış, kendini affetme ve başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiler örüntüsü: Bir yol analizi çalışması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Scobie, E. D. ve Scobie, G. E. W (1998). Damaging events: The perceived need for forgiveness. *Journal of the Theory of Social Behaviour*, 28, 373-400. Doi: 10.1111/1468-5914.00081.

Sussman, M. S. (1992). *A curious calling: Unconscious motivation for practicing psychotherapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Şener, E. ve Çetinkaya, F. F. (2015). Bir liderlik özelliği olarak affetme ve örgütsel düzeyde etkileri üzerine bir inceleme. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 7(4), 24-42.

Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N. ve Billings, L. S. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73, 313-359. Doi: 10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x.

Toktaş, S. (2019). Examining the levels of forgiveness and psychological resilience of teacher candidates. *Journal of Education and Training Studies*, 7(4), 241-249. Doi:10.11114/jets.v7i4.4122.

Toussaint, L. ve Webb, J. R. (2005). Gender differences in the relationship between empathy and forgiveness. *The Journal of Social Psychology*, 145(6), 673-685. Doi: 10.3200/SOCP.145.6.673-686.

Tse, W. S. ve Yip, T. H. J. (2009). Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well being: Implication for interpersonal theory of depression. *Personality and Individual Differences*, 46, 365–368. Doi: 10.1016/j.paid.2008.11.001.

Wade, N. G., Bailey, D. ve Shaffer, P. (2005). Helping clients heal: Does forgiveness make a difference? *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(6), 634-641. Doi: 10.1037/0735-7028.36.6.634.

Zhu, H. (2015). Social support and affect balance mediate the association between forgiveness and life satisfaction. *Springer Science+Business Media Dordrecht*, 124, 671-681. Doi: OI 10.1007/sl.