

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK TEZLİ YÜKSEK
LİSANS PROGRAMI

ÇEVİRİMİÇİ PSİKOLOJİK DANIŞMAYA YÖNELİK PSİKOLOJİK
DANIŞMANLARIN GÖRÜŞLERİ:
NİTEL BİR ÇALIŞMA

Yüksek Lisans Tezi

Ezgi DAMAR

Antalya, 2019

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ÇEVİRİMİÇİ PSİKOLOJİK DANIŞMAYA YÖNELİK PSİKOLOJİK
DANIŞMANLARIN GÖRÜŞLERİ:
NİTEL BİR ÇALIŞMA

Yüksek Lisans Tezi

Ezgi DAMAR

DANIŞMAN: Dr. Defne YILMAZ

Antalya, 2019

DOĞRULUK BEYANI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum bu çalışmayı, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı dűşecek bir yol ve yardıma başvurmaksızın yazdığımı, yararlandığım eserlerin kaynakalardan gösterilenlerden olduğunu ve bu eserleri her kullanımında alıntı yaparak yararlandığımı belirtir; bunu onurumla doğrularım. Enstitű tarafından belli bir zamana bağlı olmaksızın, tezimle ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tűm ahlaki ve hukuki sonuçlara katlanacağımı bildiririm.



30 /09 / 2019

Ezgi DAMAR

İmza

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Ezgi DAMAR'ın bu çalışması 27/09/2019 tarihinde jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programında **Yüksek Lisans Tezi** olarak oy birliği ile kabul edilmiştir

İMZA

Başkan : Prof. Dr. Mehmet Hakan GÜNDOĞDU
Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü PDR Ana Bilim Dalı



Üye : Doç. Dr. Aydın ÇİVİLİDAĞ
Akdeniz Üniversitesi Edebiyat Fakültesi
Psikoloji Bölümü Endüstri Psikolojisi Ana Bilim Dalı



Üye (Danışman) : Dr. Öğr. Üyesi Defne YILMAZ
Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana bilim Dalı



YÜKSEK LİSANS TEZİNİN ADI: Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya Yönelik Psikolojik Danışmanların Görüşleri: Nitel Bir Çalışma

ONAY: Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunun tarihli ve sayılı kararıyla kabul edilmiştir.

Doç. Dr. Ramazan KARATAŞ

Enstitü Müdürü

TEŞEKKÜR METNİ

Bu araştırmanın yapılmasında beni cesaretlendiren, saat mefhumu olmaksızın, yorulmadan benimle birlikte çalışan, öğrencisi olmaktan gurur duyduğum, birlikte üretmekten keyif aldığım, arada mesafelerimiz olsa da hissettirmeyerek desteğini bir an olsun esirgemeyen, deniz fenerim, tez danışmanım Dr. Defne YILMAZ'a çok teşekkür ederim.

Araştırma konumu belirlemede bana ilham olan, bu alanda sayısız çalışmalarını bulunan, öğrencisi olmadığım halde kıymetli yorumlarıyla analiz sürecimde de katkılarını esirgemeyen Yıldız Teknik Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü Öğretim Üyesi Sayın Doç. Dr. Şerife Gonca ZEREN'e teşekkürü bir borç bilirim.

Lisansüstü eğitime başlama cesareti veren, her düştüğümde beni kaldıran, yorulduğumda bana omuz veren, umutsuzluğa kapıldığımda yolumu aydınlatan, uykusuz gecelerime yarenlik eden yol arkadaşım Murat DAMAR'a çok teşekkür ederim.

Bu süreçte tüm heyecanımı ve yakınmalarımı dinleyerek bana destek olan, yol gösteren, benimle aynı süreçten geçerken kader ortaklığı yaptığımız canım hemdemim Psikolojik Danışman Sedef ALÇAY ve kıymetli eşi Uzm. Psk. Dan. Muttalip ALÇAY'a, analiz sürecinde takıldığım noktalarda beni aydınlatan Uzm. Psk. Dan. Ergün KARA'ya çok teşekkür ederim.

Ve hayatımdaki en kıymetlilerim, koşulsuz sevgilerini esirgemeyen, beni bugünlere getiren, akademik ve mesleki kariyerimin ve hatta kişiliğimin mimarları canım Annem Necla HELVACIGÜL ve canım Babam Dinçer HELVACIGÜL'e sonsuz teşekkür ederim.

Varlıkları ile yaşamıma anlam katan, desteklerini hep hissettiğim, adını saymadığım tüm arkadaşlarım ve aile fertlerime çok teşekkür ederim.

Ezgi DAMAR

ÖZET

ÇEVİRİMİÇİ PSİKOLOJİK DANIŞMAYA YÖNELİK PSİKOLOJİK DANIŞMANLARIN GÖRÜŞLERİ:

NİTEL BİR ÇALIŞMA

DAMAR, Ezgi

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

Tez Danışmanı: Dr. Defne YILMAZ

Eylül 2019, 141 sayfa

Bu araştırma farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarına yönelik algı ve görüşlerinin incelendiği nitel bir araştırmadır. Araştırmaya farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan dokuzu kadın, üçü erkek olmak üzere toplam on iki psikolojik danışman katılmıştır. Bu katılımcılardan üçü çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti sağlayıcısı olup, dokuz katılımcı daha önce hiç çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti sunmamışlardır.

Araştırmada veri toplamak amacıyla, görüşmeler için araştırmacı tarafından hazırlanan “yarı yapılandırılmış görüşme formu” ve katılımcıların demografik bilgilerine ulaşmak için “kişisel bilgi formu” kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler nitel araştırmalarda kullanılan veri analizi yöntemlerinden içerik analizi yoluyla analiz edilmiş ve bulgular ana temalar ve alt temalar halinde sunulmuştur.

Araştırma verilerinin analizi sonucunda, farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin algı ve görüşleri dört ana tema, altmış alt tema altında toplanmış olup, ana temalar şu şekildedir: (1) psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmaya açıklığı, (2) psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma sürecine ve uygulama yöntemlerine ilişkin bilgileri, (3) psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarında etik standartlar konusundaki algıları, (4) psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmada uzman yetkinliğine ilişkin görüşleridir.

Araştırma bulgularına göre, araştırmaya katılan psikolojik danışmanların, çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin olumlu yaklaşımlarının olduğu görülmektedir. Ancak psikolojik

danışmanların, çevrimiçi psikolojik danışma hakkında yeterli bilgiye sahip olmadıkları ve Türkiye’de çevrimiçi psikolojik danışmanın uygulanabilirliğine ilişkin etik kaygılarının yüksek olduğu görülmektedir. Katılımcılar, çevrimiçi psikolojik danışmada en etkili uygulama yönteminin video konferans yöntemi olduğunu ifade etmekte, metin tabanlı uygulama yöntemleriyle terapötik ilişkinin ülkemizde kurulmasının güç olacağını düşünmektedirler. Bunun yanı sıra psikolojik danışmanlar, ülkemizde çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik kuralların ve denetim mekanizmasının düzenlenmesini gerekli bulmuşlardır. Ayrıca çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti sunabilmek için bu konuda bir eğitim alınması gerektiğini, çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti sunacak uzmanın teknolojiye yatkın ve yeterli olması gerektiğini vurgulamaktadırlar.

Anahtar Kelimeler: Çevrimiçi psikolojik danışma, Online Terapi, Uzaktan Psikolojik Yardım

ABSTRACT

Opinions Of Psychological Counselors For Online Counseling:

A Qualitative Study

DAMAR, Ezgi

Master Thesis, Guidance and Psychological Counseling Program

Supervisor: Dr. Defne YILMAZ

September 2019, 141 pages

This research is a qualitative study in which psychological counselors working in different fields and expertise of counseling profession described in terms of their perception and opinions about the online counseling practices. A total of twelve psychological counselors participated in the study, nine of them were women and three of them were men. Three of these participants are the online counseling service providers, nine participants have never provided online counseling before.

In order to collect the data, “a semi-structured interview form” and “a demographic information form” prepared by the researcher were used. The data obtained from the research was analyzed through content analysis which is one of the qualitative data analysis methods and the findings were presented as main and sub-themes.

As a result of the research, the perceptions and opinions of the psychological counselors working in different fields and expertise of counseling have been gathered under the four main themes and the sixty sub-themes and their main themes are as follows: (1) the psychological counselors' openness to online counseling, (2) the knowledge of the psychological counselors about the process of the online counseling and its application methods (3) the perceptions of psychological counselors on ethical standards in the online counseling practices; (4) the opinions of the counselors on their expert competence in online counseling.

In consequence of the study, it was observed that the psychological counselors participated in the research have positive attitudes towards online counseling. It was also observed that, they do not have enough knowledge about the online counseling and it was seen that the psychological counselors have some ethical concerns about the viability of the online counseling practices in Turkey. The psychological counselors stated that the most

effective method of practice in the online counseling is the videoconferencing method and they thought that it would be difficult to establish a therapeutic relationship with text-based implementation methods. Besides, the psychological counselors stated that in order to be able to provide the online counseling services, a training background on online counseling applications should be provided and the expert who will provide the online counseling should be prone to the technology.

Keywords: *Online Counseling, Online Therapy, Remote Psychological Help*



İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR METNİ.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT.....	iv
İÇİNDEKİLER DİZİNİ.....	vi
TABLolar LİSTESİ.....	x

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	5
1.3. Problem Cümlesi.....	7
1.3.1. Alt Problemler.....	7
1.4. Araştırmanın Varsayımları.....	8
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	8
1.6. Tanımlar.....	8

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Tanımı ve Türleri.....	11
2.2.Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Tarihçesi ve Gelişimi.....	12
2.3.Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Kullanım Gereklere.....	16
2.4. Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Olumlu ve Olumsuz Yanları.....	16
2.4.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Olumlu Yanları.....	17
2.4.2. Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Olumsuz Yanları.....	19
2.5. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Terapötik İlişkiler	20
2.5.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulama Alanları.....	21
2.5.2. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Uygulama Yöntemleri.....	24
2.6. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Etik Konular.....	27
2.6.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Gereksinim Duyulan Etik Düzenlemeler	30
2.6.1.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Gizlilik İle İlgili Etik Düzenlemeler.....	31

2.6.1.2. Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Uygulama Alanı (Kapsamı) İle İlgili Etik Düzenlemeler.....	31
2.6.1.3. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Kayıt Tutma İle İlgili Etik Düzenlemeler.....	33
2.6.1.4. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Bilgilerin Kullanımı İle İlgili Etik Düzenlemeler.....	34
2.6.1.5. Psikolojik Danışmanın Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya İlişkin Yetkinliği İle İlgili Etik Düzenlemeler	35
2.6.1.6. Çevrimiçi Psikolojik Danışman Eğitimi İle İlgili Etik Düzenlemeler.....	37
2.6.1.7. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Denetleme İle İlgili Etik Düzenlemeler	38
2.6.1.8. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Psikolojik Danışmana Erişim İle İlgili Etik Düzenlemeler	40
2.6.1.9. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Teknoloji Kullanımı İle İlgili Etik Düzenlemeler.....	42
2.6.1.10. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Maliyet İle İlgili Etik Düzenlemeler.....	44
2.7. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulayacak Psikolojik Danışman/ Uygulayıcı Eğitimleri.....	47
2.8. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Danışan Memnuniyeti.....	48
2.9. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Kapsamında Türkiye’de Yapılan Araştırmalar.....	51
2.10. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Kapsamında Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	54

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırma Deseni.....	62
3.2. Araştırmaya Katılan Bireyler.....	63
3.3. Veri Toplama Araçları	65
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	66
3.3.2. Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Formu.....	66
3.4. Verilerin Toplanması	68
3.5. Verilerin Analizi	68
3.6. Araştırmanın Geçerliliği ve Güvenilirliği.....	70

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya Açıklığı Ana Temasına İlişkin Bulgular ve Alt Temalar	74
4.2. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Sürecine ve Uygulama Yöntemlerine İlişkin Bilgileri ile İlgili Alt Temalar.....	78
4.3. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulamalarında Etik Standartlar Konusundaki Algılarına İlişkin Alt Temalar.....	86
4.4. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Uzman Yetkinliğine İlişkin Alt Temalar.....	90

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç.....	93
5.2. Tartışma ve Yorum.....	95
5.2.1. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulamaya Açıklığı Ana Temasına İlişkin Tartışma ve Yorum.....	95
5.2.2 Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Sürecine ve Yöntemlerine İlişkin Bilgileri Ana Temasına İlişkin Tartışma ve Yorum.....	97
5.2.3 Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulamalarında Etik Standartlar Konusundaki Algıları Ana Temasına İlişkin Tartışma ve Yorum.....	103
5.2.4. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Uzman Yetkinliği Ana Temasına İlişkin Tartışma ve Yorum.....	109
5.3. Öneriler.....	111
5.3.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Etik Standartlar Konusunda Öneriler.....	112
5.3.2. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulayıcıları İçin Öneriler.....	113
5.3.3. Psikolojik Danışman Eğitimcileri İçin Öneriler.....	114
5.3.4. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Araştırmacıları İçin Öneriler.....	115

KAYNAKÇA	116
EKLER	130
Ek-1 Kişisel Bilgi Formu.....	130
Ek-2 Bilgilendirilmiş Onam Formu.....	131
Ek-3 Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu.....	132
Ek-4 Tema Eşleme Formu.....	133
Ek-5 Tema Eşleme Formu Yanıtları.....	136
BİLİDİRİM	140
ÖZGEÇMİŞ	141
İNTİHAL RAPORU	142



TABLULAR LİSTESİ

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Bilgileri.....	65
Tablo 3.2. Araştırmacı İşlem Günlüğü.....	72
Tablo 4.1.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya Açıklık Kappa Analiz Tablosu.....	74
Tablo 4.1.2. Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya Açıklık Teması Alt Temalara İlişkin Frekans, Anlam ve Alıntı Tablosu.....	76
Tablo 4.2.1. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Sürecine ve Uygulama Yöntemlerine İlişkin Bilgileri Kappa Analiz Tablosu.....	78
Tablo 4.2.2. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Sürecine ve Uygulama Yöntemlerine İlişkin Bilgileri Teması Alt Temalara İlişkin Frekans, Anlam ve Alıntı Tablosu.....	79
Tablo 4.3.1. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulamalarında Etik Standartlar Konusundaki Algılarına İlişkin Bilgileri Kappa Analiz Tablosu.....	86
Tablo 4.3.2. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulamalarında Etik Standartlar Konusundaki Algılarına İlişkin Bilgileri Teması Alt Temalara İlişkin Frekans, Anlam ve Alıntı Tablosu.....	87
Tablo 4.3.1. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uzman Yetkinliğine İlişkin Görüşleri Kappa Analiz Tablosu.....	90
Tablo 4.3.2 Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uzman Yetkinliğine İlişkin Görüşleri Teması Alt Temalara İlişkin Frekans, Anlam ve Alıntı Tablosu.....	91

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmaya temel olan problem durumu, araştırmanın amacı ve önemi, araştırmanın problemi, alt problemler, varsayımlar, sınırlılıklar ve tanımlar yer almaktadır.

1.1. Problem Durumu

İnternet teknolojisinin gelişmesi hayatımıza birçok kolaylıklar getirmektedir. İnternet teknolojisi yer ve zaman bakımından erişilebilirliği kolaylaştırmıştır. İnternet teknolojisi bir bireyin ihtiyaçlarını satın alma, bankacılık işlemleri, uzaktan eğitimler, iş mülakatları gibi eylemleri kolayca erişilebilir kılmıştır. Bunun yanı sıra sosyalleşme aracı olarak da yaygın olarak kullanılmaktadır. Bugün artık insanların birçoğunun bankacılık işlemlerini evden çıkmadan, sırada beklemeden yapabilmesi, sinema, konser, tiyatro ya da maç biletlerini daha uygun fiyata, satın alabilmesi, internet üzerinden gazete, dergi ve kitap okuyup, bilgisayar ya da telefonla uzaktaki, yakınlarıyla video konferans görüşmeleri yapabilmesi, internette sosyal medyadaki gruplarla ilgi ve gereksinimlerine uygun destek ve paylaşım günlük hayatın olağan alışkanlıkları olmuştur.

Gelişen internet teknolojilerinin psikoloji alanındaki uygulamaları da internet ortamına taşıdığı görülmektedir. Bireylerin günlük hayatta yaşadıkları zorlukların üstesinden tek başına gelme çabaları çok yetersiz kalmaktadır. Bu anlamda, bireyler sorunların üstesinden gelebilmek için desteğe ihtiyaç duymaktadırlar. Eğitim seviyesinin yükselmesi, psikolojik danışma hizmetlerinin okullarda okul psikolojik danışmanlarınca sunulması ve psikolojik destek almaının gerekliliğinin sosyal medyada sıkça yer bulması, bireylerin uzmanca yardım alma konusundaki önyargılarını da kırmıştır.

Psikolojik danışma, psikolojik destek arayan bireylere uzmanca yardım veren bir meslektir. Psikolojik danışma yardımı vermek profesyonel bilgi ve beceri gerektirir.

Psikolojik danışman, eğitimi sırasında, karşısındaki kişiyi nasıl dinleyeceğini, ne tür sorular soracağını, nasıl geri bildirimler vereceğini öğrenir. Böylece danışan sorunlarını uzman bir kişi ile farklı bakış açıları kullanarak ele almayı öğrenir (Cormier ve Hackney, 2005).

Günümüzde psikolojik danışma alanında çeşitli nedenlerle danışanlarla yüz yüze görüşmelerin mümkün olmadığı durumlarda, danışanlara veya psikolojik danışmanlara ulaşmanın ve iletişim kurmanın yöntem ve teknikleri araştırılmaktadır. Giderek yaygınlaşan çevrimiçi psikolojik danışmanın etkililiğini incelemeye ve bu hizmetlerin etik ve uzmanca sunulmasına açık bir ihtiyaç vardır.

Bilgisayar teknolojisinin psikolojik danışmada kullanımı 1960'larda "Eliza" adlı bir deneme bilgisayar programı ile ortaya çıkmıştır (Binik, Cantor Ochs ve Meana, 1997). Eliza, birey merkezli psikolojik danışman olarak çalışan bir yazılım programı olup hafızasında saklanan çeşitli cevaplar arasından seçim yaparak danışanların açıklamalarına cevap vermektedir (Sekerler, 2008).

Psikolojik danışmada teknolojinin kullanımı günümüzde daha işlevsel hale gelmiştir. Amerikan Ulusal Psikolojik Danışma Kurulu'na (NBCC) göre uzaktan danışmanlık, iletişim kurmak için e-posta, sohbet ve video konferans özelliklerini kullanan psikolojik danışmanlar ile danışanlar arasında eş zamansız ve eş zamanlı bir mesafe etkileşimidir (NBCC, 2007, s. 3). Danışanlar tarafından çevrimiçi psikolojik danışma kullanımı e-terapi, siber terapi gibi internet tabanlı danışma ve danışmanlık hizmetlerine erişmek için internet kullanımını ifade eden herhangi bir biçimde olabilir (Flores, 2012). Bin dokuz yüz altmışlardan bu yana yaşanan tüm teknolojik gelişmelerle birlikte bilgisayar teknolojisinin doğrudan psikolojik danışmada kullanılması konusundaki tartışmalar artmaktadır (Sekerler, 2008). Devam eden tartışmaya çevrimiçi psikolojik danışmanın etik kodlarının neler olabileceğinin eklenmesi gerektiği son zamanlarda vurgulanmaktadır (Zeren ve Bulut, 2018).

Çevrimiçi psikolojik danışma konusunda halen az sayıda bilimsel çalışma bulunmaktadır. Buna rağmen, giderek artan sayıda birey ruh sağlığı hizmetleri için interneti araştırmaktadır ve ilk araştırmalar çevrimiçi psikolojik danışma hizmetlerinin danışanlar için yararlı olduğunu göstermesine rağmen çevrimiçi psikolojik danışma hizmetinin etkili bir hizmet sunumu olup olmadığı hala netlik kazanmamıştır. Çevrimiçi psikolojik danışma alma talebi arttıkça, danışanlara yeterli beceri ve yetkinliğe sahip, eğitilmiş profesyoneller tarafından etkili hizmet sunulmasının önemi de artmaktadır (Mallen, 2005)

Mallen ve Vogel, (2005) Amerika'da yaptıkları araştırmasına göre psikolojik danışmanlar ve psikolojik danışman eğitimcilerinin çevrimiçi psikolojik danışma yöntemine ilişkin tutumları incelenmiş, çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili olarak karışık tutumlar sergiledikleri görülmüştür. Konuya olan ilginin artmasına rağmen, psikolojik danışma literatüründe çok az sayıda deneysel çalışma bulunmaktadır. Ayrıca, internet üzerinden yürütülen psikolojik danışma, psikolojik danışma hizmetlerinin erişilebilirliğini, toplum varsayımlarını ve toplumsal normları değiştirmiştir (Mallen ve Vogel, 2005).

Uzaktan psikolojik danışma, hiç psikolojik danışma almamış kişilerin, kendi evlerinin rahatlığında uzmanca ruh sağlığı hizmetlerini aramasını sağlar. Bu sayede ruh sağlığı hizmetlerine erişilebilirliğin artması beklenmektedir. Psikolojik danışmanlar, bu sayede, ulaşılamayan danışan kitlesine ulaşma imkânlarını genişletme fırsatı bulabileceklerdir. Çevrimiçi hizmetler sağlama konusunda daha fazla sayıda psikolojik danışman buldukça, uygulamaya dönük yönleriyle ilgili bilgiler daha da genişleyecektir ve belki de çevrimiçi psikolojik danışma eğitiminin en iyi şekilde nasıl uygulanacağı konusunda anlayışlar artacaktır (Flores, 2012).

Uzaktan psikolojik danışma, psikolojik danışman aramak için zamanı veya olanağı olmayan danışanlara ulaşır. Danışanlarla yüz yüze görüşmek, fiziksel ve duygusal anlamda buluşmak olarak da kabul edilir; ancak, danışanla yüz yüze görüşmek her zaman mümkün değildir. Bu nedenle çevrimiçi psikolojik danışma uygulamak bir seçenek olabilir. Klinik ruh sağlığı programlarında çevrimiçi psikolojik danışma yapacak uzman eğitimi eksikliği vardır (Mallen ve Vogel, 2005). 2005'te Amerika'da yapılan bu araştırma sonrasında yeterli uzman eğitimi yapıldığı varsayılrsa da ülkemizde hali hazırda çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü uzman eğitimi veren yüksek lisans programları bulunmamaktadır. Uzaktan psikolojik danışma eğitim programlarını inceleyen deneysel araştırmalar, belki de internet üzerinden psikolojik danışma sağlayan psikolojik danışmanların hazırlanmasını hızlandırabilir. Bununla birlikte, internet, özellikle kırsal alanlarda, birçok kişi için psikolojik danışmaya erişim açısından bir kapı olmuştur. Eğer psikolojik danışmanlar bu danışma türünü etkin bir şekilde kullanacaklarsa, lisansüstü eğitim programlarına ve psikolojik danışmanları internet üzerinden bu hizmeti verecek şekilde yetkin kılmak için gerekli bilgi ve becerilerle donatmalarına ihtiyaç vardır (Mallen ve Vogel, 2005). Ayrıca bu hizmetin sağlanmasında standartlara ve çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin özel etik ilkelere de ihtiyaç vardır. Çevrimiçi psikolojik danışmayı kimlerin yapabileceği, ne tür yeterliliklere sahip olunması gerektiği açıkça ortaya konulmalıdır (Rochlen, Zack ve Speyer, 2004).

Ülkemizdeki uygulamalarda “online terapi” kavramının ön plana çıktığı ve bu uygulamayı yapanların genellikle psikologlar ve az sayıda psikiyatristler olduğu görülmektedir. Yine bazı devlet kurumları dönem dönem bazıları ise halen uzaktan psikolojik yardım hizmeti vermektedir. Kocaeli Başiskele Belediyesi’nin bir dönem başlattığı e-psikolog uygulaması, Malatya İl Emniyet Müdürlüğü’nün psikolojik danışmanlık birimi, Türk Silahlı Kuvvetlerinin TELE-NET Telefonla Danışma Hattı ve Sağlık Bakanlığı’nın ALO 171 Sigara Bırakma Danışma Hattı bunlardan bazılarıdır (Bozkurt, 2013).

Çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili alan yazın incelendiğinde, ülkemizde konu ile ilgili yapılan çalışmaların sayısının hayli az olduğu görülmüştür. Özellikle çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili deneysel çalışmaların olmaması, çevrimiçi psikolojik danışma alan danışmanların görüşlerini araştıran çok sayıda çalışma bulunmaması konu ile ilgili dikkat çeken noktalar olmuştur. Ülkemizde en bilinen arama motoru ile online terapi kelimesi arandığında üç yüz binin üzerinde sonuç bulunması hayli şaşırtıcı iken bu sonuçların ne kadarının bilimsel olduğu ise tartışılır olmaktadır.

Yıldız Teknik Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik bölümünün yürüttüğü 115K429 numaralı TUBİTAK 1001 projesinin diğer üniversitelere de örnek olması, desteklenmesi ve kendi bünyelerinde çevrimiçi psikolojik danışma birimlerinin kurulması, alana yönelik olumsuz algıların yıkılmasını ve özellikle psikolojik danışma alanının tanınırlığını ve işlevselliğini de arttıracaktır.

Ülkemizde gelişen teknolojiyle paralel olarak hizmet alma sektörünün internet üzerine taşındığı düşünülürse çevrimiçi psikolojik danışma almak isteyen bireylerin sayısının da artması beklenmektedir. Üniversitelerin psikolojik danışma ve rehberlik bölümlerinde çevrimiçi psikolojik danışma uygulamasına yönelik derslerin verilmesi ve ders kapsamında uygulamaların yapılması konu hakkında daha donanımlı mezunların ortaya çıkmasını sağlayacaktır. Ayrıca çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili yapılan araştırmaların desteklenmesi de alana ilişkin önemli katkı sağlayacaktır.

Çevrimiçi psikolojik danışma Türkiye’de psikolojik danışman eğitiminin ihmal edilen tarafıdır ve aslında üniversitelerin psikolojik danışmanlık bölümlerinden hiçbiri çevrimiçi psikolojik danışma kursları sunmamaktadır. Bununla birlikte, çağdaş psikolojik danışma uygulamaları çerçevesinde, internetin sağladığı ilerlemelerden kaçmanın imkânsız olduğu açıktır. Böylece, Türk üniversitelerinin psikolojik danışma bölümleri, çevrimiçi psikolojik danışma ve uygulamaları hakkında psikolojik danışmanlık öğrencilerine ders vermeye

başlamalıdır. Buna ek olarak, Türkiye'de çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarının geliştirilmesi için daha fazla çalışmanın yapılması gerekmektedir (Tanrıkulu, 2009).

1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

İnternet aracılığıyla alınan hizmetlerin içerisine sağlık hizmetlerinin girmesiyle özellikle psikolojik yardım alma konusu ihtiyaç haline gelmiştir. Çevrimiçi psikolojik danışmanın sağladığı erişim kolaylığı, danışanların psikolojik danışmayı çevrimiçi kanalla tercih etmeleri için bir neden olarak gösterilebilir. Çevrimiçi psikolojik danışma; yoğun çalışan danışanların zaman açısından ekonomik bulması, etiketlenme kaygısı yaşamamaları, engelli bireylerin ya da bu bireylere bakım veren kişilerin psikolojik danışmana ulaşmalarını kolaylaştırması, yurt dışında yaşayan ve kendi dilinde psikolojik danışma hizmeti almak isteyenlere olanak sunması gibi nedenlerle özellikle tercih edilen, yaygınlaşan bir alan olarak popülerleştiği görülmektedir. Hızla değişen bu yeni yaşam biçimine psikolojik danışma ve rehberlik alanı çalışanlarının da ayak uydurması bir gerekliliktir. Var olan ihtiyaçlara paralel olarak psikolojik danışmanların bilgi ve iletişim teknolojileri (BİT) kullanımında beceri kazanmaları, danışanlarına kaliteli hizmet sunmalarının da yolunu açmaktadır (Zeren, 2014). Bu bağlamda, bu alanda daha fazla çalışmaya yer verilmesi önem taşımaktadır.

Hâlihazırda bu konuya ihtiyacın bu denli fazla olması, araştırmacıyı bu alanda çalışma yapma konusunda teşvik etmiştir. Araştırmacının kişisel gözlemine dayalı olarak bireylerin interneti hayatlarının her alanında, yaşadıkları hastalıkların anlaşılmasında dahi kullanmaları, internette hastalık semptomları hakkında aramalar yapmaları, destek bulmak amacıyla çeşitli forumlara üye olmaları bu konuya olan ihtiyacı göstermektedir. Bununla birlikte araştırmacı araştırma sürecini yürütürken hem ülkemizde hem de uluslararası alanda bilimsel temellere dayalı çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarının yetersiz olduğunu, psikolojik danışma alanında çalışan meslektaşların çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin kaçınılmalı tutumlarını ya da gerekli görmeleri ama bu hizmeti sağlama konusunda isteksiz olmalarını, çevrimiçi psikolojik danışmanın uzmanca kişiler tarafından verilmemesini ve belirli bir standardının olmadığını gözlemlemiştir. Tüm bu gözlemler sonucunda araştırmacı bu çalışmayı yaparak çevrimiçi psikolojik danışma alanına katkı sunma konusunu önemli bulmuştur.

Teknolojik uygulamaların etkin kullanımı okul psikolojik danışmanı ve öğrenci velileri arasında yapılan görüşmelere de katkı sağlamaktadır. Özellikle ülkemizde ergenlerde psikolojik destek denilince aklına ilk gelen uzman okul psikolojik danışmanıdır. Bu nedenle, ergenlerde, özellikle de bu tür yardım arama davranışlarını teşvik etmek için çevrimiçi psikolojik danışma gibi yaratıcı girişimlere ihtiyaç vardır (Glasheen, Campbell ve Shochet, 2015). Bir okul psikolojik danışmanı olarak araştırmacı, mesleğe ilk başladığı yıllarda veli görüşmelerini yüz yüze gerçekleştirirken, son yıllarda öğrenci velileri ile telefonla konuşarak ya da anlık yazışma yoluyla yaptığı görüşmelerin sayısının arttığını gözlemektedir. Bu durum, öğrenci velilerinin çalışma saatlerinin okul psikolojik danışmanının mesai saatleriyle çakışması, acil bildirim gerektiren durumlarda veliye ya da okul psikolojik danışmanına erişim kolaylığı sunması gibi etmenler sebebiyle oluşmaktadır.

Psikolojik danışma yardımı almak nasıl bir ihtiyaçsa, bu yönde internetin etkin kullanımı da o ölçüde kaçınılmaz ve faydalıdır. Özellikle yeni neslin etkin bir şekilde interneti kullanması, yaşadıkları herhangi bir sorunda internetten çözüm yolları araştırmaları, çeşitli forum sitelerinde özellikle sağlık alanında destek arayan kişilerin çoğalması gibi nedenler çevrimiçi psikolojik yardımın ve psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma konusunda yetkinliğinin gereklilik olduğunu araştırmacıya göstermektedir. Çevrimiçi psikolojik danışma alanında, ikinci bölümde de bahsedileceği gibi, yurt içinde ve yurt dışında yapılan bilimsel araştırmaların sayıca azlığı, özellikle bu hizmeti sağlayacak psikolojik danışmanların görüşlerine ilişkin çalışmalara ihtiyaç olduğunu hissettirmiştir. Bu bağlamda, yapılan bu araştırma gelecekte yapılacak araştırmalar için temel olması bakımından da önemlidir.

Yukarıda da belirtildiği gibi, ülkemizde çevrimiçi psikolojik danışma hizmetlerine yönelik son derece sınırlı sayıda çalışma yapılmıştır (Amanvermez, 2015). Konu ile ilgili ulaşılabilen alanyazına bakıldığında, yalnızca okul psikolojik danışmanlarının, psikolojik danışman eğitimcilerinin ve çeşitli yaş gruplarından öğrencilerin çevrimiçi psikolojik danışmaya yönelik algılarının incelendiği görülmektedir (Tanrıkiulu, 2009; Savaş ve Hamamcı, 2010; Flores, 2012; Zeren, 2014; Bastemur ve Bastemur, 2015; Glasheen, Campbell ve Shochet, 2015). Bu çalışma psikolojik danışma ve rehberlik alan mezunu olup, farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarına yönelik algı ve görüşlerini betimleme amacı taşımaktadır. Böylece ülkemizde çevrimiçi psikolojik danışma temel etik, eğitim ve uygulama standartlarına ilişkin bir yol çizilmesine katkıda bulunulması hedeflenmektedir. Bu çalışma gerek ülkemizde

gerekse dünyada, çevrimiçi psikolojik danışma konusuna ilişkin uygulayıcıların ve psikolojik danışman eğitimcilerinin görüşlerine dayalı ve çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarına ilişkin bu kadar kapsamlı konuları içeren bir çalışma olması bakımından son derece önemlidir.

1.3. Problem Cümlesi

Araştırmanın temel sorusu, farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarına yönelik algı ve görüşlerini bütüncül bir bakış açısıyla ve ayrıntılı bir biçimde betimlemektir.

1.3.1. Alt Problemler

Araştırmanın alt problemleri aşağıda ifade edilmiştir:

- 1) Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarına açık olmaları yönünde bakış açıları nasıldır?
- 2) Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulama yöntemleri hakkında bilgileri nasıldır?
- 3) Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmayla ilgili etik algıları nelerdir?
- 4) Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarında uzman yetkinliğine ilişkin düşünceleri nelerdir?

1.4. Araştırmanın Varsayımları (Sayıtları)

Araştırmaya katılan bireylerin, görüşme esnasında araştırmacının sorularını içtenlikle ve gerçek görüşlerini yansıtacak şekilde yanıtladıkları varsayılmaktadır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

- Bu araştırma 2018 yılı Şubat-Mart ayları arasında okul psikolojik danışmanı, öğretim üyesi, adli psikolojik danışman, klinik psikolojik danışma olarak, farklı iş ve uzmanlık alanlarında Türkiye’de çalışan 12 psikolojik danışmanla yapılan görüşmelerde belirttikleri görüşlerine dayalı verilerle sınırlıdır.
- Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmaya yönelik görüşlerine ilişkin veriler, araştırmacının Whatsapp uygulaması üzerinden video konferans yöntemiyle gerçekleştirdiği görüşmelerde katılımcılara yönelttiği sorularla ve katılımcıların verdiği yanıtlarla sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

1.6.1. Geleneksel Yüz-Yüze Psikolojik Danışma: Psikolojik danışman ve danışanlar arasındaki terapötik ilişkinin yüz yüze kurulmasıdır. Amerikan Ulusal Sertifikalı Danışmanlar Kuruluna (NBCC, 2007) göre yüz yüze psikolojik danışma, “iletişim kurmak için şahsen görülen ve duyulanları kullanan psikolojik danışmanlar ile danışanlar arasında eş zamanlı etkileşim” olarak tanımlanmaktadır (NBCC, 2007, s. 3).

1.6.2. Çevrimiçi Psikolojik Danışma (ÇİPD): Çevrimiçi psikolojik danışma, psikolojik danışman ve danışanlar arasındaki ilişkinin bilgisayar destekli iletişim teknolojilerinin yer aldığı çevrimiçi ortamlarda oluşturulması ve terapötik müdahalelerin yine bu ortamda kullanılmasıdır (Richards ve Vigano, 2012). Amerikan Ulusal Sertifikalı Danışmanlar Kuruluna göre (NBCC, 2007), çevrimiçi psikolojik danışma “iletişim kurmak için internetin e-posta, anlık yazışma ve video konferans özelliklerini kullanan psikolojik danışmanlar ve danışanlar arasında eş zamansız ve eş zamanlı mesafe etkileşimi” olarak tanımlanmaktadır (NBCC, 2007, s. 3). Bu araştırmada çevrimiçi psikolojik danışma terimi psikolojik danışmanlık hizmetlerinde internet kullanımını ifade eden, internet tabanlı psikolojik danışma, e-terapi, siber terapi, online terapi ve diğer terimleri temsil etmek için kullanılmıştır. Bu çalışmada kısaltması ÇİPD olarak kullanılmaktadır.

1.6.2.1.Video konferans Yoluyla Çevrimiçi Psikolojik Danışma: İnternet üzerinden telefonla görüşme uygulamasında taraflar bir mikrofon ve hoparlör kullanarak video konferans yoluyla karşılıklı etkileşim kurmaktadır. Video konferans yöntemi, iletişim kurmak için video aracılığıyla görülen ve duyulanları kullanarak psikolojik danışman ile danışan arasındaki eş zamanlı mesafe etkileşimini içerir (NBCC, 2007, s. 3).

1.6.2.2. Metin Tabanlı Çevrimiçi Psikolojik Danışma: Gerçek zamanlı yani online yazışma uygulamasında taraflar sanal bir sohbet odasında veya özel yazılımlarla gerçek zamanlı olarak yazışırlar (Bozkurt, 2013, s. 134).

1.6.2.2.1. E-posta Yoluyla Çevrimiçi Psikolojik Danışma: İletişim kurmak için metinle okunanları kullanarak psikolojik danışman ile danışan arasındaki eş zamansız mesafe etkileşimini içerir (NBCC, 2007, s. 3).

1.6.2.2.2.Anlık Yazışma Yoluyla Çevrimiçi Psikolojik Danışma: İletişim kurmak için metinle okunanları kullanarak psikolojik danışman ile danışan arasındaki eş zamanlı mesafe etkileşimini içerir (NBCC, 2007, s. 3).

Çevrimiçi Psikolojik Danışma Yetkinliği: Çevrimiçi psikolojik danışma yapabilmek için psikolojik danışmanın teknolojik bilgisinin ve deneyiminin olması, kriz durumlarında çevrimiçi kanalla ortaya çıkabilecek problemleri çözme konusunda becerikli psikolojik danışman olmanın gereğidir. Çevrimiçi psikolojik danışma oturumu yapabilmek için gereken teknolojik uygulamaları ve / veya araçları fiziksel olarak kullanma ve bu konuda zihinsel ve / veya fiziksel olarak hakim olma durumudur (Flores, 2012).

Mesleki Kuruluşlar veya Dernekler: Bu çalışmada mesleki kuruluşlara yönelik kısaltmalar kullanılmıştır. Aşağıdaki listede, her bir kısaltma için organizasyonun yabancı kuruluşların Türkçe ve İngilizce adı verilmektedir.

ACA: Amerikan Psikolojik Danışma Derneği (American Counseling Association)

CACREP: Amerikan Danışmanlık ve Akreditasyon Konseyi Eğitim Programları (The Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs)

NBCC: Amerikan Ulusal Sertifikalı Psikolojik Danışma Kurulu (National Board for Certified Counselors)

Türk PDR-Der: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği



BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili kuramsal bilgiler ve bu konular üzerine yapılmış ilgili araştırmalar yer almaktadır. Bu kısımda sırasıyla çevrimiçi psikolojik danışmanın tanımı ve türleri, çevrimiçi psikolojik danışmanın tarihçesi ve gelişimi, çevrimiçi psikolojik danışmanın olumlu ve olumsuz yanları, çevrimiçi psikolojik danışmada terapötik ilişkiler, çevrimiçi psikolojik danışmada etik konular, danışan memnuniyeti gibi başlıklar altında kuramsal bakış ve uygulamalarla ilgili konulara yer verilecektir. Ardından Türkiye’de ve yurt dışında çevrimiçi psikolojik danışma kapsamında yapılmış araştırmalara da değinilecektir.

2.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Tanımı ve Türleri

Teknoloji yaşamın artık ayrılmaz bir parçası olmuştur. Alış verişten yol ve yön bulmaya, bankacılıktan sosyal yaşama kadar, insanlar teknolojiyi çok çeşitli amaçlarla etkin biçimde kullanmaktadırlar. Bu değişimin bir uzantısı da çevrimiçi psikolojik danışmadır. Çevrimiçi psikolojik danışma, internet üzerinden yürütülen bir psikolojik yardım biçimidir. Çevrimiçi psikolojik danışma, psikolojik danışman ve danışanlar arasındaki ilişkinin bilgisayar destekli iletişim teknolojilerinin yer aldığı çevrimiçi ortamlarda oluşturulması ve terapötik müdahalelerin yine bu ortamda kullanılmasıdır (Richards ve Vigano, 2012).

İnternet üzerinden psikolojik danışma yapmanın birçok yolu vardır. Örneğin, e-posta, özel bir anlık mesajlaşma sohbet servisi, sohbet odaları, video konferans veya bir bilgisayarla sesli mesajlaşma sistemi aracılığıyla yürütülebilir. Çevrimiçi psikolojik danışma genellikle e-posta, eş zamanlı yazışma ve görüntülü görüşme ile yapılmaktadır. Bazı araştırmacılar, yukarıda belirtilen tüm yöntemleri “bilgisayar aracılı iletişim” şemsiyesi altında veya “bilgisayar ve internet kullanımıyla kolaylaşan iki kişi arasındaki iletişim” adıyla sınıflandırmaya başlamıştır (Mallen ve Vogel, 2005). Araştırmacı ilgili alanyazını taradığında çevrimiçi psikolojik danışmada kullanılan, örneğin, e-posta terapisi, telepsikiyatri, internet

psikoterapisi, siber psikoloji, siber terapi ve web danışmanlığı gibi belirli bilgisayar aracılı iletişim türlerini tanımlamak için kullanılan birçok farklı terim olduğunu görmüştür. İlgili alanyazın incelendiğinde çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili kavramların hala netlik kazanmadığı görülmektedir. Bazı kaynaklarda çevrimiçi psikolojik danışma türlerinden anlık mesajlaşma yoluyla görüşme eş zamanlı sohbet, eş zamanlı yazışma, metin tabanlı görüşme olarak adlandırılırken, e-posta yoluyla görüşme eş zamansız sohbet, eş zamanlı olmayan görüşme olarak adlandırılmıştır (Flores, 2012)

Çevrimiçi psikolojik danışma, ruhsal ve davranışsal sağlık hizmetlerinin (terapi, danışma ve psiko-eğitim vb.), lisanslı bir uygulayıcı tarafından, uzaktan iletişimi sağlayan telefon, faks, eş zamansız e-posta, eş zamanlı sohbet ve video konferans vasıtasıyla yüz yüze olmayan bir biçimde danışanla çalışılması olarak tanımlanmaktadır (Mallen, & Vogel, 2005; Rochlen ve diğerleri, 2004; Rochlen, Beretvas, & Zack, 2004). Daha çok profesyonel uygulamalarda kullanılan çevrimiçi psikolojik danışma internet üzerinden çeşitli yazışma, konuşma ve görüntülü görüşme programları kullanılarak gerçekleştirilmektedir. Bu yöntem psikolojik danışman ve danışanın farklı mekânlardan internet bağlantılı iletişim teknolojilerini kullanarak, eş zamanlı olarak etkileşime geçmesi şeklinde uygulanır ve taraflar bu yöntemle anlık olarak iletişim kurabilirler. Yöntemin anlık yazışma (chat), e-posta yolu ile görüşme, internet üzerinden telefonla görüşme ve video konferans aracılığıyla görüşme olmak üzere dört değişik uygulama seçeneği vardır. Gerçek zamanlı yani anlık yazışma uygulamasında taraflar sanal bir sohbet odasında veya özel yazılımlarla gerçek zamanlı olarak yazışırlar. E-posta yoluyla görüşmede taraflar kişisel e-posta hesaplarından eş zamansız şekilde yazışırlar. İnternet üzerinden telefonla görüşme uygulamasında ise taraflar bir mikrofon ve hoparlör kullanarak video konferans yoluyla karşılıklı etkileşim kurmaktadır. Çevrimiçi psikoloji danışmanın bu dört türünde de yüz yüze görüşmelerde olduğu gibi görüşme sıklığı ve süreleri önceden belirlenir ve buna göre görüşmelere devam edilir (Bozkurt, 2013).

2.2.Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Tarihçesi ve Gelişimi

Bilgisayar teknolojisinin psikolojik danışmada kullanımı 1960'larda "Eliza" adlı bir deneme bilgisayar programı ile ortaya çıkmıştır (Binik, Cantor Ochs ve Meana, 1997).

İlerleyen yıllarda çalışmalar aşağıda da belirtildiği üzere öncelikle destek gruplarına metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışma olarak ilerlemiş, daha sonra videokonferans yöntemi ile devam etmiştir

Winzelberg'in (1997) yaptığı bir çalışma yeme bozuklukları olan bireyler için bir elektronik destek grubuna odaklanmıştır. Yeme bozukluğu elektronik destek grubuna gönderilen 306 mesajın içeriği iki bağımsız puanlayıcı tarafından analiz edilmiş ve dört kategoride kodlanmıştır: anlam arayışı, değişikliklere uyum sağlama, destek ve teşvik sağlama ve deneyimlerin paylaşımı. Çevrimiçi grubun üyeleri, yüz yüze gruplarda kullanılan benzer yardım stratejilerini kullanmıştır. Üyeler çevrimiçi kanla birbirine duygusal destek, bilgi ve geri bildirim sağlamıştır.

Çevrimiçi destek grupları, günde yirmi dört saat kullanılabilen tartışma forumlarındaki mesajlardan oluşmaktadır ve katılımcıların bu destek gruplarından yararlandığı görülmektedir. Örneğin, Braithwaite, Waldron ve Finn (1999), engelli kişiler için oluşturulan bir forumda 42 farklı üyeden gelen 1.472 sosyal destek kaydını analiz etmiştir. Sosyal destek mesajları, mesajın alıcısına bakım, aidiyet, saygınlık veya yardım sunan herhangi bir yayın olarak tanımlanmıştır. Bulgular, forum üyeleri tarafından sunulan en yaygın destek biçiminin, genellikle anlama veya empati, cesaretlendirme ya da fiziksel sevgi biçiminde olan duygusal destek olduğunu ortaya koymuştur. Çevrimiçi destek grupları hakkındaki diğer bulgulara benzer şekilde, üç ana mesaj kategorisi tanımlanmıştır: bilgi, sosyal destek ve kişisel güçlendirme.

Hsiung (2000), bir akıl sağlığı uzmanı tarafından izlenen çevrimiçi kendi kendine yardım grubu üzerinde çalışmıştır. Sekiz aylık bir dönemde, Psiko-Babil grubuna (www.dr-bob.org/babble) 1.500'den fazla üyesi tarafından 20.000'in üzerinde mesaj gönderilmiştir (günde ortalama 94 mesaj). Mesaj panosunda gelen iletiler, üyelerin forumun çeşitli zihinsel sağlık ve davranış sorunları hakkında kendilerini eğitime ve destek alma çabalarında etkili olduğunu belirtmiştir. 20.000'den fazla mesajın incelenmesi de grubun zihinsel sağlık sorunları için destek veren katılımcılar açısından etkili olduğuna dair kanıt sağlamıştır. Çalışma, mesaj örneklerini analiz etmiş ve bunları eğitim, destek ve geri bildirim gibi kategorilere ayırmıştır.

Çevrimiçi psikolojik danışma konusunda araştırma yapan araştırmacılar tarafından üzerinde anlaşılan en önemli konulardan biri, psikologların çevrimiçi psikolojik danışmayı

dağarcıklarına eklemekte isteksiz olduklarıdır. 2000 yılında, psikologların yalnızca % 2'sinin bireysel psikoterapiyi yürütmek için çevrimiçi eş zamanlı görüşmeyi kullandığı; % 8,4'ünün ise e-posta yolunu kullandığı görülmektedir (VandenBos ve Williams, 2000).

Bir başka çalışma da otizmlili çocukların ebeveynlerinden oluşan bir e-posta grubu ile yapılmıştır (Huws, Jones ve Ingledew, 2001). Huws, Jones ve Ingledew, (2001) bu çalışmada nitel analiz yöntemi kullanılarak 3 aylık bir süre zarfında 6,000'in üzerinde mesajın analizi yapılmıştır. Mesajların analizinden ortaya çıkan temel kategoriler, anlam arayışına, değişimlere uyum sağlamaya, destek ve cesaretlendirmeye ve deneyimlerin anlatı paylaşımına ilişkindir.

2000'lerin başlarında çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarının çoğunluğunun e-posta yoluyla gerçekleştiği görülmektedir (Stofle, 2001). E-posta “eş zamansız” olup, iletişim “gerçek zamanlı” olarak gerçekleşmez; katılımcılar birbirlerine cevap verme fırsatı buldukları zaman gerçekleşir. Bazı psikolojik danışmanlar, güvenli mesaj ve kredi kartı işlem seçenekleri sunan tam hizmet web sitelerini tercih ederken, bazı psikolojik danışmanlar, danışmanlarla e-posta adresleriyle görüşme sağlamışlardır. Çevrimiçi psikolojik danışma sağlayıcıları standart mesaj uzunlukları için sabit ücretler, yanıtlama için harcanan süre ile ilgili dakika başı ücretler veya belirli sayıda e-posta için paket fırsatlar dâhil olmak üzere çeşitli fiyatlandırma düzenlemeleri geliştirmişlerdir. Yüksek hızlı internet bağlantıları daha yaygın hale geldikçe, gittikçe artan sayıda çevrimiçi psikolojik danışma sağlayıcıları, geniş bir yelpazede mevcut yazılım ve programları kullanarak video konferans oturumları da sunmaya başlamışlardır.

Yager (2001), çevrimiçi psikolojik danışmayı, harfler ve telefon yoluyla tedavi sunan psikolojik danışmanların uzun geçmişi ile karşılaştırıldığı zaman nispeten yeni bir gelişme olarak tanımlar. Yager'e göre çevrimiçi psikolojik danışma tek başına hizmet olarak sağlanmakla birlikte, geleneksel yüz yüze psikolojik danışmaya ek olarak da kullanılır.

Bresnahan ve Murray-Johnson (2002), menopozla ilgili konulara odaklanan, eş zamansız bir kadın sağlığı tartışma grubundan alınan ikibinden fazla mesajı analiz etmişlerdir. Sonuç, üyelerin duygusal destek ve bilgi paylaşımı konusunda çevrimiçi destek gruplarını yararlı buldukları yönündedir. Elbette, bir çevrimiçi destek grubuna katılmak, diğer grup üyeleri tarafından desteklendiğini ve bir topluluk duygusu geliştirdiğini hissettirebilir. Ancak bu konuda ortaya çıkan problem, sürecin bir psikolojik danışmanın veya başka bir eğitimli uygulayıcının rehberliğini ve desteğini içermediğidir (Bresnahan ve Murray-Johnson, 2002).

Ruh sağlığı uzmanları, çevrimiçi hizmetleri işlerine dahil etmenin birçok ilginç yolunu bulmuşlardır. Ruh sağlığı uzmanlarının çevrimiçi testler, kariyer danışmanlığı ve bilgi paylaşımı gibi çeşitli hizmetler sunmak için interneti kullandıkları da görölmektedir (Rochlen ve diğerleri, 2004).

Psikolojik danışmanlar ve psikologlar danışanlara empati yoluyla destek vermek için çalışırlar. Bu düşünceyle uyumlu olarak, bazı araştırmacılar, internetin temel faydalarından birinin, bireylerin başkalarıyla bağlantı kurmaları, destek ve bilgi edinmeleri için bir yol olduğunu öne sürmüşlerdir (Barak, 1999; Zelvin ve Speyer, 2004). Bu öneri, internetin sosyal destek almak için bir yol olabileceği ve danışanların sorunların üstesinden gelmelerinde yeni yollar öğrenebilecekleri, özellikle kendini yalıtılmış hissedeni bireyler için de uygulanabilir olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, çevrimiçi psikolojik danışma ile terapötik iletişimin etkili bir şekilde sağlayıp sağlanamayacağı ve her iki taraf da aynı yerde bulunmadığı halde destek sağlayıcı olup olmadığı merak edilmiştir. Araştırmacılar, çevrimiçi destek gruplarının kullanımını sıklıkla araştırmış ve genellikle katılımcılar için yararlı olduğunu kanıtlamışlardır (Rochlen ve diğerleri, 2004; Grohol, 2004).

Bilgisayarın yaygın kullanımı, psikolojik danışma ve psikoterapi uygulamaları için her şeyden çok etki ve uygulanabilirliğe sahip olan yeni iletişim biçimlerine yol açmıştır. Bilgisayar destekli iletişim (Computer Mediated Communication, CMC), bin dokuz yüz altmışlarda ivme kazanmaya başlamıştır. Bilgisayar destekli iletişim, iki veya daha fazla kişi arasında bilgisayar donanımı veya yazılımı tarafından kolaylaştırılan bir iletişim türü olarak tanımlanabilir, e-posta bunun en yaygın biçimidir (Mallen, 2005). Bilgisayar destekli iletişimin şu anki örnekleri, bir aile üyesine gönderilen e-posta, profesyonel iş ortamında veya forumlarda yayınlanan bir mesaj, bir sohbet odasında arkadaşınızla yaptığımız yazışmaları ya da akrabalarınıza resim ve ses göndermek için görüntülü telefon ve web kamerası kullanımını içermektedir.

Görüldüğü üzere bilgisayar destekli iletişim ilk olarak çevrimiçi destek gruplarında metin tabanlı olarak danışanların destek almalarını sağlamıştır. Çevrimiçi destek gruplarının bu çalışmaları, çevrimiçi psikolojik danışma hizmetinin etkinliğini doğrudan doğruya test etmemiştir. Ancak, bireylerin internet üzerinden genel destek alabileceklerine dair bazı kanıtlar sağlamıştır. Bu kanıtların en önemlisi empatinin çevrimiçi destek grup üyeleri arasındaki metin tabanlı bilgisayar aracılı iletişim yoluyla iletilebileceğini göstermektedir.

2.3.Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Kullanım Gereklere

Psikoloji alanında çalışan birçok kişi tarafından çevrimiçi iletişimin olası uygulamalarına ilk tepkisi, teknolojinin doğasının, anlamlı ilişkiler kurabilmek için yeterli sosyal ipuçlarının değiştirilmesine olanak vermeyeceği yönündedir. Temel farklılık, ilişki kurma ve izlenim oluşumu oranının bilgisayar aracılı iletişim ve yüz yüze iletişimdeki farklılıklardan etkilenmesi olabilir. Bilgisayar aracılı iletişim gruplarının zamanla bu değişkenler üzerindeki yüz yüze grupların benzer ilişki düzeylerine çıktığı görülmüştür (Mallen, 2005).

Psikoloji alanıyla, özellikle de çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarıyla ilgilenen uygulayıcılar, bilgisayar destekli iletişim (Computer Mediated Communication, CMC) alanındaki mevcut alanyazından faydalanabilirler. Çok çeşitli değişkenler üzerinde yüz yüze ve çevrimiçi ortamlar arasındaki farklılıkları araştıran uzun bir araştırma hattı vardır. Çevrimiçi psikolojik danışmanın olası etkileri çarpıcıdır. Potansiyel olarak, çevrimiçi psikolojik danışmanın geleceği, danışanlarla görüşme biçimlerinde seçenekler sunabilir. Örneğin, psikolojik danışmanlar bir danışanla ayda iki kez geleneksel yüz yüze görüşmelerde ve ayda iki kez eş zamanlı sohbet yoluyla görüşme yapabilirler (Sproull & Kiesler, 1986). İlk kez çevrimiçi kanalla psikolojik danışma alan bir danışanın, geleneksel yüz yüze danışma alması için kapı açılabilir. Bilgisayar ortamında iletişim alanyazında, çevrimiçi bir ortamda gerçekleşen kendini açma düzeyi gibi, çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgilenenler için yararlı olabilecek birçok canlı tartışma vardır. Örneğin, bilgisayar aracılı iletişimin genellikle daha sınırsız olduğu ve yüz yüze iletişimden daha fazla kişisel bilgi içerdiği daha önce gösterilmiştir (Kiesler, Siegel ve McGuire, 1984). Eğer bilgisayar aracılı iletişim, danışan tarafından daha fazla kendi kendini açmayı teşvik ediyorsa, ana müdahale şekli yüz yüze kalsa bile, oturumları çevrimiçi ortamda zaman zaman tutmak yararlı olacaktır.

2.4. Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Olumlu ve Olumsuz Yanları

Çevrimiçi psikolojik danışmanın olumlu ve olumsuz yanları vardır. Çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaları bazı açılardan danışan ve psikolojik danışman için kazanım

sağlarken kimi durumlarda da yaşanan aksaklıklar araştırmalarda karşımıza çıkmaktadır. Aşağıda öncelikle kazanım sağlanan olumlu yanlarından ardından olumsuz yanlarından bahsedilecektir.

2.4.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Olumlu Yanları

Zaman zaman insanlar duygularını ve düşüncelerini yüz yüze psikolojik danışmada söylemekte zorluk çekerler ya da kendilerini yazarak daha iyi ifade edebildiklerini düşünebilirler. Böyle durumlar karşısında çevrimiçi psikolojik danışmanın, danışanların kendini rahat açabilmelerine olanak sağladığı görülmektedir. Ayrıca kimliklerini belli etmeden kendi seçtikleri isimlerle görüşme yapabilmeleri sosyal fobi yaşayan danışanlar için de çevrimiçi psikolojik danışmayı tercih edilebilir kılmıştır. Bu bağlamda yapılan bir çalışmada, insanların kimliklerini açıklamadan internet üzerinden kurdukları etkileşimlerde daha az sosyal kaygı yaşadıkları ortaya çıkmıştır (Joinson, 1998).

Çevrimiçi psikolojik danışma alabilmek için sesten ve kalabalıktan uzak olan bir ortamda bulunulan yerden internete bağlanabilmek yeterli olacaktır. Böylelikle ulaşım ve zaman sorunu yaşamadan danışana ve psikolojik danışmana uygun zamanı ayarlamak daha pratik ve kolay olabilir. Çevrimiçi psikolojik danışmanın en büyük avantajlarından biri, küçük yerlerde olup, psikolojik destek alabilecekleri psikolojik danışmanlara ve kuruluşlara uzak bölgelerde yaşayanlar ile sık sık seyahatlere çıkma durumu olan kişilere sağladığı kolaylıktır (Cook ve Doyle, 2002; Shaw ve Shaw, 2006; Kilroe, 2010).

Çevrimiçi psikolojik danışmanın en büyük avantajlarından biri de mesafelerin üstesinden gelmek için kullanılabileceğidir. Anksiyete ve depresyonu olan birçok danışan, bilişsel davranışçı terapi eğitimi bir ruh sağlığı uzmanına kolay kolay erişemez ve internet, kliniklere gidemeyen danışanlar için müdahaleyi daha erişilebilir hale getirir. İkincisi, yüz yüze psikolojik danışma gerçek zamanlı olarak sunulabilirken, çevrimiçi psikolojik danışma uygulaması, çalışmanın belirli bir zamanda yapılmasını gerektirmez ve bu durum, hem danışanlar hem de psikolojik danışmanlar için bir avantajdır. Psikolojik danışmanlar, danışandan gelen bir soruya cevap vermeden önce meslektaşlarına danışabilir. Danışanlar kendilerine en uygun zamanda görüşebilme esnekliğine sahiptirler ve psikolojik danışmanın ofisini ziyaret etmek için danışanların işten izin almalarına gerek kalmaz (Andersson, 2010).

Ev ortamında böyle bir hizmeti alabilmek dışarı çıkma fobisi olanlar için, cinsiyet rolleri ile ilgili karmaşa yaşayan bireylerin destek alma konusunda damgalanma korkuları için, bedensel engeli bulunan ya da evde bakım hizmeti veren bireylerin ulaşım sorunları için kolay ve elde edilebilir bir çözüm olmuştur.

Aile danışmanlığında ailenin evde bir araya gelmesi, avantaj sayılabilmekte, hasta ve evden çıkamayacak durumda olan danışanlar, zaman sorunu yaşayanlar, yaşanan ilde ya da ülkede yardım alabilecekleri bir uzman bulamayanlar, çalışma saatleri içinde işten izin alamayanlar, cinsel konularla ilgili yüz yüze yardım almaktan çekinenler, evlerinde veya ofislerinde bu hizmetten yararlanabilirler. Çevrimiçi psikolojik danışma, danışanın evden çıkmasına engel olan bedensel bir sorunu olsa bile psikolojik destek alınmasını sağlar. Çevrimiçi psikolojik danışma, danışan yurt dışında yaşıyorsa ve kendisini anlayan, kültürünü bilen ve bunu önemseyen bir uzman bulamadıysa dahi destek alınmasını sağlar. Böylelikle danışanın, çevrimiçi psikolojik danışma aracılığıyla yüz yüze söyleyemediği psikolojik rahatsızlığı için yardım alarak olabilecek kötü olayların önüne geçebileceği düşünülmektedir (Dinçyürek ve Uygarer, 2012).

Çevrimiçi psikolojik danışmanın yararlarından birisi de, özellikle bilişsel/davranışçı modeli benimseyen psikolojik danışmanlar için, danışanlara verdikleri ödevleri takip etmelerini, danışanların ödevleri hakkındaki duygu ve düşüncelerini keşfetmelerini ve danışanların terapi sonrasında geçtikleri aşamaları yazılı olarak görmelerine dolayısıyla özsaygılarının gelişmesine olanak sağlamasıdır (Childress, 2000). Bu bağlamda danışanların takibinde, izleme görüşmelerinde çevrimiçi psikolojik danışmanın kullanılmasının olumlu etki yarattığı bilinmektedir. Görüldüğü üzere, çevrimiçi psikolojik danışma, hem danışanlar hem de ruh sağlığı uzmanları için bir dizi potansiyel avantaj sağlamaktadır.

Bunun dışında çevrimiçi psikolojik danışmanın en sık açıklanan yararlarından bir diğeri de herhangi bir psikolojik danışma merkezine uzak, kırsal bölgelerde ikamet eden, ulaşım güçlüğü yaşayan, hayatını zor coğrafi şartlar altında sürdüren popülasyonlara psikolojik danışma hizmetini erişilebilir kılmasıdır. İnternetin kullanımı, belirli bir problem için tedavi arayan danışanın o alanda uzmanlaşmış, ancak o coğrafi bölgede bulunmayan profesyonellere erişebilmesini de sağlayabilir. Ek olarak, danışanlar çevrimiçi psikolojik danışmayı tercih edebilirler çünkü daha kolay, esnek ve uygun maliyetlidirler (Rummel ve Joyce, 2010).

Çevrimiçi psikolojik danışma konusundaki tartışmalarda anonimlik ve tedbirsizlik en çok vurgulanan konulardır. Çevrimiçi görüşme, damgalama korkusunun olmaması nedeniyle danışanın kendini açmasını kolaylaştırabilir. Kolay erişilebilirlik çevrimiçi psikolojik danışmanın bir diğer avantajıdır. Danışanların, sınırlı zaman, mesafe, fiziksel engeli varsa, doğru zamanı ve doğru yeri yönetmek gibi bazı nedenlerden dolayı sorun yaşayabilmektedirler. Çevrimiçi psikolojik danışma bu sorunları aşabilirken, danışanın teknolojiye yatkınlığı da önemlidir. Özellikle kendini açma konusunda danışanların çevrimiçi ortamda kendilerini rahat hissetmeleri beklenmektedir.

2.4.2. Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Olumsuz Yanları

Çevrimiçi psikolojik danışmada, danışanın bütüncül olarak beden dili değerlendirilmesi, sözsüz mesajların tam olarak psikolojik danışman tarafından anlaşılması mümkün olmayabilir. Yüz yüze psikolojik danışmaya göre psikolojik danışmanın empati kurması, duygu yansıtma yapması güç olabilir. Her ne kadar çevrimiçi psikolojik danışmada karşılıklı ilişki ve etkileşim olsa da yüz yüze kurulan ilişkide olduğu gibi danışan ve psikolojik danışman, “şimdi ve burada” duygusunu tam olarak yaşayamayabilir. Çevrimiçi psikolojik danışmanın bazı temel dezavantajları; uzaktan sözsüz mesajlar yakalamak ve çevrimiçi ortamda psikolojik danışma oturumları düzenleme zorluğudur (Amanvermez, 2015).

Çevrimiçi psikolojik danışma sürecinde sıkça değinilen zorluklardan biri görsel ipucu eksikliğidir. Psikolojik danışma sürecinde yadsınamaz derecede önemli olan sözsüz davranışlara erişim yoktur (Alleman, 2002). Ayrıca, çevrimiçi psikolojik danışmada kendiliğinden netleşmenin olmadığı durumlarda yanlış anlama potansiyeli yaratır. Düşük ego kuvveti veya paranoyak eğilimleri olan danışanlar, güven verici görsel ve işitsel ipuçlarının kaybına uğrayabilir. Metin tabanlı iletişimde uygun eğitimi olmayan psikolojik danışmanlar için, danışan hakkında önemli bilgiler, değerlendirmeden kaçan gerçek konularla birlikte “satırlar arasında” kalabilir. Çevrimiçi psikolojik danışmayı değerlendirmede psikolojik danışmanı geçici hipotezler yapmasıyla, yanlış tanılama ile sınırlandırır (Childress, 1998).

Başka bir teknik zorluk, örneğin, e-posta ile yürütülen çevrimiçi tedavinin eş zamansız ve danışmanlık sürecinin niteliğini değiştiren zaman gecikmesine sahip olmasıdır. Danışanlar,

bir psikolojik danışmanın cevabındaki açıklanamayan gecikmelerin anlamını merak edebilir. Sonuçta, zaman gecikmesi iyi olabilse de (yanıtları düşünmek ve sindirmek için zaman), aynı zamanda kaygısını artırabilir ve Suler (2002) 'ın “kara delik olgusu” olarak adlandırdığı şeye yol açabilir (Rochlen, Zack ve Speyer, 2004).

Hem psikolojik danışmanın hem de danışanın ortamı yönetebilmek için iyi derecede bilgisayar okuryazarlığının olması beklenmektedir. Teknolojik olarak yatkınlığı olmayan danışanlar kendilerini rahat ifade edemeyecekleri gibi teknolojik yeterliliğe ve bilgisayar okuryazarlığı iyi derecede olmayan psikolojik danışmanlar da danışanlara gerekli ve yeterli hizmeti veremeyeceklerdir (Stofle, 2001).

Danışanların kimliklerini doğrulamak, çevrimiçi psikolojik danışma için zor olabilir. Bu durumda, çevrimiçi psikolojik danışma görüşmesi öncesinde ön görüşmede tanımlayıcı ve acil durum iletişim bilgilerinin alımı ön koşul haline getirilmelidir. Çoğu internet sitesi, kullanıcının iletişim sistemine erişebilmesi için bir şifre istemektedir (Childress, 1998).

Diğer bir ortak endişe, iletişim ve danışan kayıtlarının gizliliğidir. Özel önlemler alınmadan, çevrimiçi psikolojik danışma sürecinde bir dizi önemli güvenlik sorunu vardır. Teknoloji, danışan kayıtlarını geleneksel sistemlerden daha güvenli tutma potansiyeline sahiptir, ancak şifreleme sistemlerinden yararlanmadıkça, çevrimiçi psikolojik danışmanlar yanlışlıkla hassas bilgilerin açığa çıkma riskini artırabilirler (Rochlen, Zack ve Speyer, 2004).

2.5. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Terapötik İlişkiler

Danışan ve danışman arasındaki ilişki olan terapötik ilişki gerek yüz yüze danışmada gerek çevrimiçi psikolojik danışmada bireyin, sorunlarının üstesinden gelmede yardımcıdır. Çevrimiçi psikolojik danışmada özellikle terapötik ilişkinin kurulması özel bir dikkat gerektirir. Yüz yüze psikolojik danışma beceri, koşul ve yöntemlerin çevrimiçi psikolojik danışmada da uygulanabilmesi için çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü bir eğitim alınmasına ihtiyaç vardır. Bunun dışında çevrimiçi psikolojik danışmada da yüz yüze psikolojik danışmada uygulanan temel beceri ve koşullar uygulanmaktadır. Tek farkı bu yansıtmanın çevrimiçi bir kanalla yapılıyor olmasıdır. Mallen (2005)'e göre bilgisayar destekli iletişime açık danışanlar, çevrimiçi psikolojik danışmada daha rahat terapötik ilişki

kurabilmektedirler. Aşağıda çevrimiçi psikolojik danışmada terapötik ilişkiye ilişkin çevrimiçi psikolojik danışma uygulama alanları ve uygulama yöntemleri yer almaktadır.

2.5.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulama Alanları

Psikolojik danışman, terapötik ortamı sağlama, diğer terapötik güçlerin oluşmasına katkıda bulunma, danışanların davranışsal amaçlarını belirlemelerini ve yardım alıp vermeyi öğrenmelerini sağlama gibi rolleri bakımından etkili bir terapötik güçtür (Voltan-Acar, 2010). Psikolojik danışmanlar, yüz yüze görüşme uygulamalarında danışanlarla çalışabilmek için staj, lisansüstü ders çalışmaları ve süpervizyonlu psikolojik danışma uygulaması yoluyla eğitim almaktadırlar. Psikolojik danışmanlar, çevrimiçi ortamda danışanlarla birlikte çalışacakları durumlarda da aynı eğitim türü gereklidir. Çevrimiçi psikolojik danışma yapmak için gereken becerilerin çoğu, yüz yüze psikolojik danışma becerilerine benzer olsa da, psikolojik danışman adaylarının çevrimiçi psikolojik danışmada yer alan özel konular hakkında bilgilendirilmeleri ve gerekli becerileri öğrenirken süpervizyon almaları gerekir. Örneğin, psikolojik danışmanlar, danışanları nasıl doğru bir şekilde değerlendirecekleri, besleyici bir ortamın nasıl sağlanacağı ve sözel olmayan işaretlerin yardımı olmadan terapötik ilişkinin nasıl kurulacağı konusunda eğitime ihtiyaç duyabilirler (Cormier ve Hackney, 2005). Bu konuda çevrimiçi psikolojik danışmanın doğasına özgü özel durumların farkında olmak önemlidir.

Çevrimiçi psikolojik danışmanın etkililiğine ilişkin en önemli sorun, çevrimiçi psikolojik danışma hizmetlerinden en çok yararlanan ve büyük olasılıkla zarar görme riski yüksek olan kişilerdir. Psikolojik danışmada en temel etik sorumluluklardan biri, danışana zarar vermemektir. Psikolojik danışmanın amacı, gelişimsel zorluklarla ilerleyen ciddi bir nüfustan ziyade daha rahatsız olmuş bireylere hizmet sunmasıdır (Gelso ve Fretz, 2000). Örneğin, yakın takip ve denetim gerektiren daha kritik sorunlara sahip bireyler geleneksel yüz yüze yöntem ile psikolojik danışma almayı tercih edebilirler. İntihar düşüncesini ifade eden, yakın zamandaki psikotik bir olayı ortaya koyan veya madde bağımlılığını kabul eden hastaların yüz yüze psikolojik danışmayı tercih ettikleri görülebilir (Suler, 2001; Zelvin ve Speyer, 2004).

Bu noktada “her konu çevrimiçi psikolojik danışmada çalışılabilir mi?” sorusu gündeme gelmektedir. Belirli sorun alanlarında sorunları olan danışanlar için en iyi şekilde işleyen terapilerin türlerini saptamak için de araştırmalara ihtiyaç vardır. Hâlihazırda, araştırmalar destekleyici tedavilerin bir dereceye kadar etkili olduğunu göstermektedir. Çevrimiçi psikolojik danışmada, bilişsel davranışçı yöntemdeki kısa vadeli müdahalelerin, uzun vadeli psikanalitik müdahalelerden daha etkili olduğu görülmektedir. Mallen, (2005)’te bilişsel davranışçı terapinin yapılandırılmış yaklaşımının, çevrimiçi psikolojik danışmanın sınırları içinde iyi işlev gördüğünü ifade etmektedir. Ancak, gelecekteki araştırmalar bu hipotezi doğrudan test etmelidir. Day ve Schneider (2002), eğitilmiş klinisyenlerin standart psikoeğitim diyalogları, günlük grafikler ve negatif olaylar için ABCD çizelgeleri (Activation, Belief, Conclusion and Deprecation) gibi materyalleri çevrimiçi psikolojik danışma oturumlarında kullanabileceklerini ifade etmişlerdir. Gelecekteki araştırma çabaları, farklı tedavi modellerinde psikolojik danışmanları yeni hizmet sunum biçimlerindeki etkililiklerini karşılaştırmak için eğitebilme imkânı sunacaktır.

Preschl, Maercker and Wagner (2011) Almanya’da yaptıkları bir çalışmada, depresyon tanısı alan danışanlarla bilişsel-davranışsal terapi yoluyla çalışarak terapötik ilişki düzeyini incelemeyi amaçlamışlardır. 25 katılımcı ile yüz yüze, 28 katılımcı ile çevrimiçi psikolojik danışma oturumları yapılmış olup, oturumlar bittiğinde her iki grupta bulunan danışanlara Beck Depresyon Envanteri ve Çalışma İttifak Envanteri uygulanmıştır. Çalışma sonucunda terapötik ilişkinin kurulmasında çevrimiçi psikolojik danışma oturumları ve yüz yüze psikolojik danışma oturumları arasında bir fark bulunmamıştır. Ayrıca, danışanın terapötik ilişki dereceleri ile çevrimiçi grupta tedavi sonrası tedavi sonuçları ve yüz yüze grupta hem tedavi hem de tedavi sonrası arasında anlamlı korelasyonlar bulunmuştur. Beklenenden farklı olarak, çevrimiçi gruptaki terapötik ilişki yüz yüze yapılan gruptakine benzer bulunmuştur.

Machado ve diğerleri (2016), bir sistematik derleme çalışması yapmışlardır. Bu çalışmanın temel amacı, günümüzde yapılan çevrimiçi psikoterapi türlerini araştırmak ve konuyla ilgili güncel bilimsel literatürü daha iyi anlamayı isteyen psikodinamik psikoterapistlerin temel özelliklerini tanımlamak olmuştur. İkinci amaç, iletişim teknolojilerini kullanan psikoterapilerin etkilerini, yararlarını, zararlarını ve sınırlamalarını kapsayan bu çalışmaların ana sonuçlarını tanımlamak olmuştur. Derleme çalışmasının sonucunda çalışmayı yaptıkları tarihte psikodinamik temelli çevrimiçi psikolojik danışma uygulaması yapılan araştırmanın bulunmadığını ifade etmişler ve hipotezlerinin psikodinamik tedavilerin sanal ilişkilerde sürdürülmesi genellikle zor olan varsayımlara dayanması

olduğunu belirtmişlerdir. Bununla birlikte çarpıcı bir bulgu olarak, video konferans içeren 12 çalışmanın tümü Amerika Birleşik Devletleri ile Kanada'da yapılmış olması ve bu yöntemi yüz yüze psikoterapilerle karşılaştırmaları sonucu, çevrimiçi psikolojik danışmada yüz yüze terapilere eşdeğer semptom azalması ve sonuçlarını bulmaları olmuştur. En sık görülen tanı (altı çalışmada) travma sonrası stres bozukluğu olmuştur.

Bu bağlamda çevrimiçi psikolojik danışmada kuramsal alt yapı göz önüne alındığında sözsüz iletişimin psikodinamik yaklaşımda çok değerli olduğu, teknik olarak, sözel olmayan unsurların algısı, nefes almada ince değişiklikler, dikkat çekici bir bakış ve ellerle oynanması durumunda çevrimiçi psikolojik danışma sürecinin tehlikeye gireceği düşünülmektedir (Scharff, 2012). Yüz yüze temas içermeyen herhangi bir terapötik yöntem bu bilinçdışı öğelerin sunumunda ve gösterilmesinde farklılıklar içerecektir. Ancak gelişen teknoloji ve değişen danışan ihtiyaçları göz önüne alındığında psikodinamik psikoterapistlerin bu modern gerçeğin farkında olmaları ve danışanların potansiyel direnci ve sanal dünya ile ilgili gelecekteki zorluklar için hazırlıklı olmaları gerekmektedir.

Ayrıca, çevrimiçi psikolojik danışma, akademik kararları çalışmak ve kariyer psikolojik danışama alanında hizmet sunmak için de ön planda olmuştur. Mesleki psikolojik danışmanlar, danışanları genellikle kariyer araştırması için bilgisayar destekli programlara yönlendirerek teknolojiyi hizmetlerine sokmuşlardır. Danışanlar, kariyer seçeneklerini araştırmak ve kariyer keşif sürecini kolaylaştırmak için bilgisayar tabanlı kariyer rehberliğinde DISCOVER (Rayman & Harris-Bowlsbey, 1977) veya SIGI PLUS (Norris, Shatkin, & Katz, 1991) gibi programları kullanmaktadırlar. Kariyer gelişimi için çevrimiçi olarak mevcut olan çok sayıda kaynak bulunmaktadır. Danışanlar etkileşimli kariyer karar verme etkinlikleri ve Mesleki Görünüm El Kitabı (<http://stats.bls.gov/oco>) dâhil olmak üzere günde yirmi dört saat erişim imkânı bulabilmektedir (Mallen, 2005).

Yukarda da bahsedildiği üzere çevrimiçi psikolojik danışma, danışanın getirdiği sorun alanı bakımından yüz yüze psikolojik danışma ile farklılık göstermemektedir. Terapötik ilişkinin kurulması açısından da çevrimiçi ve yüz yüze psikolojik danışma arasında bir fark bulunmamaktadır. Hatta danışanlar çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin memnuniyetlerini de dile getirmişlerdir (Zeren, 2015). Bu bağlamda danışan ihtiyaç duyduğu alanla, ihtiyacına uygun psikolojik danışma yöntemini seçebilmekte, sorun alanına uygun psikolojik danışma kuramı dâhilinde yardım alabilmektedir.

2.5.2. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulama Yöntemleri

Çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti; sözlü iletişim kanalı kullanılarak video konferans yöntemi ile yapıldığı gibi metin tabanlı iletişim kanalıyla e-mail yoluyla ya da anlık ileti yoluyla da yapılmaktadır. Çevrimiçi psikolojik danışma,

- 1) Eş zamanlı (anlık yazılı mesaj, sesli ya da görüntülü görüşme)
- 2) Eş zamansız (e-posta, kısa mesaj) şekilde yürütülebilir (Zeren ve Bulut, 2018).

Aşağıda bahsedilen çevrimiçi psikolojik danışma uygulama yöntemleri yer almaktadır:

1. Anlık yazışma aracılığıyla görüşmede taraflar birbirlerini görmeden, metin tabanlı iletişim aracılığıyla etkileşim kurmaktadır. Danışan yaşadığı problemi yazar, psikolojik danışman da buna yansımalarında bulunur, bu şekilde süreç ilerler. Gerçek zamanlı yani çevrimiçi yazışma uygulamasında taraflar sanal bir sohbet odasında veya özel yazılımlarla gerçek zamanlı olarak yazışırlar (Bozkurt, 2013).
2. E-posta aracılığıyla görüşmede taraflar birbirlerini görmeden metin tabanlı iletişim aracılığıyla iletişim kurarlar. Anlık yazışmadan farkı, eş zamansız olarak gerçekleşmesidir. E-posta yoluyla görüşmede danışan kişisel e-posta adreslerinden ayrıntılı bir biçimde yaşadıkları problemi yazar, psikolojik danışman da geri bildirimde bulunur, bu şekilde süreç ilerler. Bu yöntem, iletişim kurmak için metinle okunanları kullanarak psikolojik danışman ile danışan arasındaki eş zamansız mesafe etkileşimini içerir (NBCC, 2007, s. 3).
3. Video konferans aracılığıyla görüşmede taraflar bir mikrofon, bir hoparlör ve bilgisayara bağlı kamera kullanarak karşılıklı etkileşim kurmaktadır. Bu uygulama yönteminde iki tarafta birbirlerini eş zamanlı görebilme ve duyabilme imkânına sahiptir. Video konferans yöntemi, iletişim kurmak için video aracılığıyla görülen ve duyulanları kullanarak psikolojik danışman ile danışan arasındaki eş zamanlı mesafe etkileşimini içerir (NBCC, 2007, s. 3).

Richards, (2009)'a göre metin tabanlı iletişim kurmak danışanın, psikolojik danışmanın sorularını sözlü iletişime oranla daha iyi algılamasına ve somutlaştırmasına; psikolojik danışman için de danışanın ifade ettiği duygu ve düşüncelerini yakalamasına daha fazla olanak sağlar. Metin tabanlı iletişim, kimi danışanlarca daha fazla tercih edilebilir;

çünkü soru ve cevabı anlamlandırmak için verilen zaman yanlış anlama olasılıklarını azaltır. Richards, (2009) çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin metin tabanlı yöntemin kullanıldığı çalışmada, danışanların %92'si kendilerini açıkça anlaşılabilir hissettiklerini ve çevrimiçi psikolojik danışmanın bu yönteminden memnun olduklarını bildirmektedir.

Metin tabanlı iletişimde, mesajlardaki ifadeleri kullanmak bir seçenektir. Duygu simgeleri için kısa olan ifadeler (Walther & D'Addario, 2001; Wolf, 2000), gülümsemeler ya da emoji gibi yüz ifadeleri duyguları iletmek için metin tabanlı çevrimiçi iletişimde kullanılır. İfadelerin diğer örnekleri, göz kırpmaya veya üzüntüyü belirtmek için “:-)” veya göz kırpmaya veya anlaşmayı belirtmek için “;-)” olacaktır. “Ben senin için çok üzülüyorum,” diye yazmak yerine, bir psikolojik danışman, hüzün belirtmek için şu ifadeyi kullanabilir “:-) Belirli bir duyguyu bu semboller aracılığıyla iletmek mümkün olsa da sınırlayıcı olabilir ve sadece iletişim kurmak için güvenilmemelidir. İfadeler çok basit olabilir ve terapötik bir ilişkinin gelişimi sadece birkaç gülümseme simgeleriyle kurulamaz. Bir psikolojik danışman ve danışan arasındaki ilişki karmaşıktır ve ifade kullanımı empati karmaşıklığını iletemeyebilir. Bir oturumun seyri sırasında, örneğin, “:-)” ifadesi mutluluğu gösterebilir, ancak mesaj yazarken danışanın gerçekten gülümsediği anlamına gelmeyebilir. “:-)” ifadesi, yüz yüze iletişimindeki belirli rotasyon ifadelerine veya jestlere benzer olabilir. İfadeler benzer şekilde aşırı kullanılabilir ve psikolojik danışmanlar, danışanları ile çevrimiçi iletişimin bu nüanslarını tartışmaya teşvik edilmelidirler. Çünkü her danışan bunları kullanmıyor ya da kullanmayı tercih etmiyor olabilir. Tıpkı yüz yüze psikolojik danışmada olduğu gibi “birey biriciktir” anlayışı düstur edinilerek danışanın ihtiyacına ve özelliklerine uygun yöntemlerin seçilmesi son derece önemlidir. Üçüncü bir seçenek, psikolojik danışmanlara, sözlü olmayan tepkilerini danışana açıklamak için süpervizörlük yapılmasıdır. Bu yöntemlerden herhangi biri birlikte kullanılabilir ve başlangıçta acemice görünmelerine rağmen, pratikte terapötik bir ortam oluşturmak için gerekli desteği ve empatiyi iletebilirler (Mallen, Vogel, Rohlen, 2005).

Yalnızca metin tabanlı iletişim biçimleri kullanılarak sağlanan psikolojik yardım ilişkisinde, insanlar birbirlerini görmese ve duymasa bile kullanılan kelimelerin çeşidi, bu kelimeleri yazıda bir araya getirme biçimleri, seçilen renkler, yüz ifadeleri, harflerin boyutları, kullanım sıklıkları, harfler arasındaki boşluklar gibi özellikleri, danışanın duygularını, kişiliğini ve mesajlarının içeriğini anlamada pek çok ipucu sağlayabilir (Zeren, 2015).

Yüz yüze psikolojik danışma ve çevrimiçi psikolojik danışmanın terapötik beceriler ve koşullar bağlamında farklarının olup olmadığını inceleyen çok sayıda araştırma mevcuttur. Araştırmaların birinde, danışanların çevrimiçi psikolojik danışma ile yüz yüze psikolojik

danışma arasındaki uzmanlık, çekicilik ve güvenilirlik algılarına bakılmıştır. Araştırmaya katılan danışanlar, uzmanlık, çekicilik ve güvenilirlik algılarında çevrimiçi psikolojik danışma ve yüz yüze psikolojik danışmada farklılık olmadığını bildirmişlerdir. Bununla birlikte danışanlar yüz yüze görüşmelerde daha yüksek uyarılma seviyelerine sahip olduklarını belirtirken, çevrimiçi ve yüz yüze danışanlar arasındaki derinlik, pürüzsüzlük veya pozitiflik derecelendirmeleri açısından herhangi bir fark bulunamamıştır (Richards ve Vigano, 2012). Bu araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, psikolojik danışmanların beceriler ve koşullar konusunda yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışmada farklılık göstermediği görülmektedir.

Psikolojik danışmada amaç, danışanların getirdiği sıkıntı, kaygı ve endişeleri hafifletmektir. Psikolojik danışma, bir danışanın güçlü yönlerini geri getirmeye ve tüm endişelerinin üstesinden gelmeye yardımcı olmaya çalışır. Çevrimiçi psikolojik danışma da aynı hedefleri yerine getirmelidir. Danışanlarla kurulan terapötik bağın özünde, duygusal ilişkinin sistematik olarak kullanılması, biliş, duygu ve davranışlarda değişiklikler yaratması beklenilmektedir.

Alanda yapılan bazı çalışmalar çevrimiçi psikolojik danışmanın yüz yüze psikolojik danışmaya oranla danışan ve psikolojik danışman arasındaki terapötik ilişkinin kurulmasında daha etkin olduğunu ortaya koymuştur. Cook ve Doyle (2002) hem e-posta ve eş zamanlı sohbet, hem de yüz yüze psikolojik danışma görüşmesini karşılaştırmıştır. Çevrimiçi psikolojik danışmada danışanların terapötik ilişki düzeyleri ve psikolojik danışmanlarla işbirliğine dayalı bir bağ kurdukları ortaya çıkmıştır. Richards, (2009)'da metin tabanlı yöntemle danışanların %92'sinin kendilerini daha anlaşılabilir hissettiklerini ve metin tabanlı yöntemden memnun olduklarını dile getirmişlerdir.

Çevrimiçi psikolojik danışma danışanlara hem görüntülü, hem de metin tabanlı görüşme olanağı tanıdığı için farklı ihtiyaç ve beklentilere sahip danışanlarca tercih edilebilir olmaktadır. Bireylerin özel ihtiyaçlarına ve beklentilerine uygun görüşme seçeneklerinin bulunması, çevrimiçi psikolojik danışmayı yüz yüze psikolojik danışmadan ayırmaktadır. Metin tabanlı yöntem, daha önce de bahsedildiği gibi damgalanmaktan korkan, kendini yazı yoluyla daha iyi ifade edebilen, tanınmak istemeyen danışanlar için kabul edilir bir çevrimiçi psikolojik danışma seçeneği olacaktır. Video konferans yöntemini seçen danışanlar da tıpkı yüz yüze psikolojik danışmada olduğu gibi, görsel ve işitsel olarak psikolojik destek alabileceklerdir. Bu bağlamda çevrimiçi psikolojik danışma, yüz yüze psikolojik danışmaya oranla danışana kendisine uygun bir yöntemle psikolojik destek alma seçeneğini sunmaktadır (Rochlen, Zack ve Speyer, 2004).

2.6. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Etik Konular

Türk Dil Kurumu, etik kavramını, “çeşitli meslek kolları arasında tarafların uyması veya kaçınması gereken davranışlar bütünü” olarak tanımlanmaktadır (<http://www.tdk.gov.tr/>).

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği (Türk PDR-DER) etik ilkelerin amaçları ve fonksiyonlarına bağlı olarak, psikolojik danışmanların hangi davranışlarının kabul edilebilir olduğuna dair meslek ya da örgüt tarafından belirlenen yöntemlerden söz etmektedir (Türk PDR-DER, 2011). Bu yöntemlere etik kodlar denilmektedir. Bu bağlamda oluşturulmuş psikolojik danışma meslek etiği kodlarının, alan çalışanları tarafından dikkate alınması beklenmektedir.

Çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü önlem alınması gereken etik riskler bulunmaktadır. Öncelikle internet üzerinden psikolojik danışma hizmeti verebilmek için psikolojik danışmanların bu konuda bir eğitim ya da çalışmaya katılmış olmaları beklenmektedir. Çünkü çevrimiçi yapılan psikolojik danışma oturumları yüz yüze yapılan psikolojik danışma oturumlarından farklılık göstermektedir. Özellikle sözel /yüz yüze iletişimin olmadığı metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verebilmek için danışanın yazarak ifade ettiği duygularının yazış biçiminin, kullandığı noktalama işaretlerinin, tekrar ettiği kelimelerinin danışanın hangi duygularının bir yansıması olarak ortaya çıktığının bilinmesi gerekmektedir. Sözsüz ve yüz yüze olmayan iletişimde danışanların yalnız olup olmadıkları ya da karşımızdaki kişinin gerçek danışan olup olmadığı bazı etik kaygılara neden olmaktadır. Aynı kaygıları danışanlarda psikolojik danışmanlar hakkında hissedebilir. Bu bağlamda etik kaygıların giderilmesi terapötik sürecin etkin bir şekilde yürütülmesi için önemlidir.

Çevrimiçi psikolojik danışma yeni çalışılan bir konu olması bu konudaki standartlarla ilgili olarak alan yazında, az sayıda araştırmaların olmasına neden olmaktadır. Bu araştırmalardan biri, Shaw ve Shaw (2006) tarafından çevrimiçi psikolojik destek veren web sitelerini etik kodlar kapsamında oluşturulan listelere göre incelemiş ve etik standartlar oluşturmayı hedeflemişlerdir. Shaw ve Shaw (2006), incelenen 88 web sitesinden büyük çoğunluğunun herhangi bir kuruluşa bağlı olmadıklarını, çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti sağlayıcılarının yaklaşık %30'unun yüksek lisans ve doktora derecesine sahip oldukları; sitelerin %62'sinde psikolojik danışmanların otobiyografilerinin, adres ve telefon bilgilerinin

bulduğunu; %61’inde Bilgilendirilmiş Onam formunun kullanıldığını, %27’sinde şifreli yazılım kullanımı ile gizliliğin korunduğunu belirtmişlerdir.

Türkiye’de çevrimiçi psikolojik danışmada standartlar ve etik ilkeler ne olmalı sorusuna yanıt arayan az sayıda çalışma bulunmaktadır. Hamamcı (2007) tarafından çevrimiçi psikolojik danışmanın kapsamlı anlatıldığı kitap bölümünün ilk olduğu söylenebilir. Çevrimiçi psikolojik danışma konusunda diğer bir çalışmada Piri (2011) tarafından yapılmış olup, çevrimiçi psikolojik yardım tanıtılmış, tarihçesi, avantaj ve dezavantajları ile etik ilkeler ve olası etik ihlaller konularına değinilmiştir. Bu çalışmalar dışında Zeren ve Bulut’un (2018), Türkiye için çevrimiçi psikolojik danışma standartlarının ve etik ilkelerinin neler olması gerektiğini tartıştığı, uygulanabilir bir modelle şemalaştırdığı çalışması en güncel çalışmadır.

Danışanların psikolojik destek almak için seçtikleri psikolojik danışmanların etkileşimli metin tabanlı iletişim konusunda bilgi ve deneyim sahibi olduklarından emin olmaları gerekmektedir (Childress, 2000). Bunun dışında sözel iletişimin/ yüz yüze iletişimin olmadığı bir kanalla psikolojik danışma yapılırken; danışanın suç teşkil eden bir eylemde bulunduğunu ifade etmesi, hukuki ve etik sorunlara zemin hazırlamaktadır. Bu noktada psikolojik danışmanın ne yapacağı, nasıl bir süreç izleyeceği, hangi etik ilkelere göre hareket etmesi gerekeceği ve hukuki bağlayıcılıkların neler olabileceği gibi sorular ve sorunlar ortaya çıkmaktadır ki bu durum çevrimiçi psikolojik danışmada etik standartlarının belirlenmesinin olmazsa olmaz bir gereklilik olduğunu göstermektedir. Gerek danışanın, gerekse psikolojik danışmanın korunması ve sürecin sağlıklı bir biçimde yürütülebilmesi ancak çevrimiçi psikolojik danışma etik standartların belirlenmesine bağlıdır.

Bunun yanı sıra psikolojik danışma oturumları bilgisayar aracılığıyla gerçekleştiğinden gizliliğin sağlanması en büyük etik yükümlülüklerden biridir. Özellikle psikolojik danışmanların bu konuda kişisel bilgisayarlarının muhafazasının sağlanması ve danışan görüşmelerinin olduğu dosyalarının şifrelenmesi gizliliğin sağlanması bakımından önemlidir. Psikolojik danışmanların da kişisel bilgisayarlarına ve dosyalarına şifreleme sistemlerinin kurulması gerekmektedir. Çünkü terapi online olacağından, özel bilgilerin ve psikolojik danışmanın gizli dosyalarının hackerlar tarafından ele geçirilmemesi, üçüncü bir kişinin okumaması gerekmektedir (Childress, 2000). Tabi ki gizlilik ilkesine sadık olunması sadece psikolojik danışmanların değil aynı zamanda danışanların da dikkat etmesi gereken bir husustur. Psikolojik danışmanla görüşme gerçekleştirilirken yalnız olunması, metin tabanlı bir psikolojik danışma yardımı alınıyorsa; yazılanların üçüncü kişilerin eline geçmemesi için şifrelenerek korunması gizliliğin sağlanması için alınabilecek önlemlerdendir. Danışanların da

aynı gizlilik ilkesine sadık olmaları beklenmektedir. Ailelerinden birinin okuması yahut e-postanın başka bir adrese gönderilmesi etik problemler yaratacaktır. Bu bağlamda her iki tarafın da mesaj şifreleme sistemi kullanması yararlı olacaktır (Childress, 2000).

Çevrimiçi kariyer psikolojik danışma uygulamasıyla ilgili tartışmaların merkezinde de etik kaygılar vardır. Gizlilik, bilgisayar ağları vasıtasıyla verilen verilerin geçerliliği, psikolojik danışmanın müdahalelerinin yeterliliği, bilgisayar uygulamalarının olası yanlış kullanımı, uygulama yerine özgü faktörlerin farkında olunmaması, dijital bölünmenin etkisi, çevrimiçi psikolojik danışma uygulamasına ilişkin olarak belirlenen gizlilik kaygısı ile ilgili potansiyel yasal yaptırımları beraberinde getirir (Shapiro& Schulman, 1996).

Psikolojik danışmanlar kendilerine danışan bireyler hakkında yasal bilgilere sahip olmalıdırlar. Mahkeme celbi olanlar yahut polis tarafından arananlar konusunda gizlilik ilkesinin bozulabileceğini göz önünde bulundurup, gerekli birimlere bilgi vermeleri beklenmektedir. Bunun yanı sıra psikolojik danışman danışan ilişkisinde de etik problemler tıpkı yüz yüze terapi de olduğu gibi karşımıza çıkmaktadır. Danışan psikolojik danışman ilişkisinin sınırlarının iyi belirlenmesi etik dışı ilişkilerin kurulmasını önlemesi açısından çevrimiçi psikolojik danışmada da önemlidir. Örneğin psikolojik danışmanın çevrimiçi olduğunu gören kimi danışanlar görüşme saati olmadığı halde psikolojik danışmanla irtibata geçmek isteyebilir, etik olmayan ilişkiler kurabilirler. Yahut danışanlar internet üzerinden yardım aldıkları psikolojik danışmanların kişisel web sayfalarını, sosyal medya hesap profillerini bulup takip edebilirler. Psikolojik danışmanın tüm bunların önüne geçmesi, danışanını bilgilendirmesi ve bilgilendirilmiş onamlarını alıp, olası kriz durumlarını planlaması, doğabilecek etik sorunların ortadan kaldırılması gerekir (Childress, 2000).

Çevrimiçi psikolojik danışmada, uzaktan sözsüz mesajlar yakalamak ve çevrimiçi ortamda psikolojik danışma oturumları düzenlemek zordur çünkü etik ve yasal sorunlara yol açan gizlilik sorunlarına neden olabilir (Amanvermez, 2015). Türkiye’de yalnızca çevrimiçi psikolojik danışma alanına yönelik düzenlenmiş etik standartlar hâlihazırda oluşturulamamıştır. Ancak, Türk Psikologlar Derneği (TPD, 2004) tarafından oluşturulan yönetmelikte çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili ifadelerin yer alması ilk standardizasyon çalışması olarak düşünülebilir. Etik ilkelerle ilgili çalışmalar yapan Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği (Türk PDR-DER, 2011) yayınladığı yönetmelikte de çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili maddeler “Geleneksel Olmayan Psikoterapi Ortamları” başlığı altında yer almaktadır. Bu maddelerde; bilgisayar yardımı ile yapılan psikolojik danışmada danışanın zihinsel, duygusal ve bedensel olarak bu süreci yürütecek yeterlilikte olması;

danışanın programın amacı, internet ortamında sunulan bilgilerin ve e-posta içeriklerinin korunmasındaki sınırlılıklar, riskler ve gizlilik yöntemleri ile ilgili bilgilendirilmesinin gerekliliği vurgulanmıştır. Ayrıca bilgisayar kullanırken oluşabilecek yanlış anlamaların ortadan kaldırılması, bilgisayarın sadece psikolojik danışman tarafından kullanılması ve saklanması gerekenler dışındaki bilgilerin bu bilgisayarda tutulmaması gerektiği de belirtilen yönetmelikte yer almıştır (Zeren ve Bulut, 2018).

Richards ve Vigano'ya göre (2013), İrlanda'da çevrimiçi psikolojik danışma, rıza, sözleşme yapma, kayıtların gizliliği, gizlilik, teşhis ve bakım görevleri konularında psikolojik danışmanlar ilk etapta endişe yaşamışlardır. Çevrimiçi psikolojik danışma kabul edilene, psikolojik danışmanın meşru bir formu olarak dâhil edilene ve böylece psikologlar eğitim kurslarına katılıncaya, psikolojinin geniş alanının bir parçası olarak uygun ve kurulu akreditasyon kuruluşlarını düzenleyinceye kadar mücadelenin devam etmesi gerektiğini, buna ek olarak, bütün bu etmenlerin bir araya getirilmesi, endüstrinin standartlaştırılmasını ve düzenlenmesini ve böylece danışan ve diğer uzmanlar için daha güvenilir olacağını savunmuşlardır.

Yukarıda belirtildiği gibi, çevrimiçi psikolojik danışma standartları henüz ülkemizde belirlenmese de çevrimiçi ortamlarda psikolojik yardım hizmeti veriliyor ise, Türk Psikologlar Derneği ve Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Derneğinin yönetmeliklerinde belirtilen tüm etik kurallara uyulması esas kabul edilmelidir. Şüphesiz hızla yaygınlaşan çevrimiçi psikolojik danışma alanına özgü etik ilkelere ve akreditasyon çalışmalarına ihtiyaç duyulmaktadır. Bu bağlamda Zeren ve Bulut'un (2018), çevrimiçi psikolojik danışma konusunda Türkiye için kullanışlı olabilecek önerileri ile ilgili alanyazını tarayarak oluşturduğu çalışması ilk adım olması açısından son derece önemlidir ki araştırmada teknolojik altyapı, psikolojik danışmanın sahip olması gereken yeterlilikler, danışanın çevrimiçi psikolojik danışmaya uygunluğu ve etik ilkeler ile psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma konusunda eğitim almaları ve denetleyici kuruluşların çalışmaları başlıkları altında sunduğu önerilerdir.

2.6.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Gereksinim Duyulan Etik Düzenlemeler

Çevrimiçi psikolojik danışmada olası etik risklere dayalı olarak çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik düzenlemelere ihtiyaç olduğu anlaşılmaktadır. Aşağıda çevrimiçi psikolojik danışmada belirgin etik riskler, bu risklere ilişkin düzenlemeler yer almaktadır.

2.6.1.1.Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Gizlilik İle İlgili Etik Düzenlemeler

Çevrimiçi danışma ile ilgili en önemli etik ilkelerden ilki gizliliği korumaktır (Amerikan Psikologlar Derneği- APA Etik Kodu 4.01). Örneğin, anlık yazışma veya e-posta yoluyla çevrimiçi oturumlar yürütmek için bir psikolojik danışman, karşı tarafın çevrimiçi yürütülen oturum sırasında paylaşılan bilgileri alması veya çalması riskini sınırlamak için adımlar atmalıdır. En yaygın güvenlik adımı, bir danışanla iletişim kurarken veri transferini korumak için şifreleme kullanmaktır. Şifreleme süreci, farklı ürün ve programların mevcut olduğu ve farklı seviyelerde koruma ile çeşitli şekillerde gerçekleştirilebilir (Zack, 2004).

Bir psikolojik danışman ayrıca, danışanlara sadece gizliliklerini belirli bir derecede koruyabileceğini ve gizlilik sınırlarını tartışabileceğini bildirmelidir (Amerikan Psikologlar Derneği- APA Etik Kodu 4.02). Örneğin, bir psikolojik danışman, oturumların transkriptlerinin elektronik veya kâğıt bir kopyasını kaydetmeye karar vermesi durumunda, bir bilgisayardan gönderilen mesajları görüntüleyebilmesinin muhtemel yolları konusunda danışanını eğitmelidir.

Çevrimiçi psikolojik danışmada gizlilik etik ilkesi sadece danışmanın değil danışanın da sorumluluğundadır. Danışmanın görüşme esnasında yalnız olması, kişisel bilgisayarında şifreleme programlarını kullanması vb. gibi, danışanın da bu noktada kendi gizliliğini sağlaması beklenmektedir. Özellikle danışan metin tabanlı bir hizmet alıyorsa; danışandan danışmanı ile yaptığı görüşmelerini şifreleme, saklama, kötüye kullanmama gibi sorumlulukları taşınması beklenmektedir (Zeren ve Bulut, 2018).

2.6.1.2.Çevrimiçi Psikolojik Danışmanın Uygulama Alanı (Kapsamı) İle İlgili Etik Düzenlemeler

Uzaktan iletişim teknolojileri, dünyadaki bireylerle günde yirmi dört saat buluşmayı mümkün kılmaktadır. Bu olanak, psikolojik danışmanların ruh sağlığı hizmetlerine erişimden kaçınabilen ya da erişemeyen nüfuslara ulaşmalarını sağlamaktadır. Çevrimiçi psikolojik danışmanın bu yönü, başka bir önemli soruyu da gündeme getirmektedir: devlet veya uluslararası bölgeleri geçerken, uygulanan psikolojik danışmanın etik veya yasal olup olmadığı. Ülkemizde bu konuda herhangi bir sınırlama yokken Amerika Birleşik

Devletleri’nde eyaletler arasında, ruh sağlığı uzmanlarının lisans geçerliliği etik bir konudur. Bu konu öncelikle yetkinlik sınırları (APA Etik Kodu 2.01) kavramı ile ilgilidir, fakat daha doğrudan bir yasallık meselesidir (APA Etik Kodu 1.02). En yaygın olarak, Amerika Birleşik Devletleri’nde psikolojik danışma uygulaması yapan psikolojik danışmanlar lisanslıdır ve ikamet bölgeleri içinde bu hizmeti uygulamaktadırlar (Mallen ve diğerleri, 2005). Ancak, ruh sağlığı uzmanlarının dünyanın herhangi bir yerinden danışanlarla bağlantı kurması mümkündür. Bu durum, hizmetin sunulmasıyla ilgili herhangi bir anlaşmazlık olduğunda hangi devletin veya ülkenin düzenlemelerinin (yani danışanın veya terapistin) öncelikli olması gerektiğine dair önemli bir soru ortaya koymaktadır. Örneğin, Amerikan Psikolojik Dernek Sigortası Kurumu (American Psychological Association Insurance Institution), psikolog lisansına ve devlet rehberlerine giren çevrimiçi hizmetleri içerecektir. Ancak, bir psikolojik danışman lisansının kapsamı dışında hizmet veriyorsa, sigorta muhtemelen geçersiz olacaktır (Mallen ve diğerleri, 2005). Bu nedenle, bir psikolojik danışman başka bir eyalet veya bölgeden bir danışana hizmet sunmuşsa, hatalı uygulama sayılacağından sigorta şirketleri herhangi bir hukuki masrafı karşılamakla yükümlü olmayacaklardır.

Dünyadaki danışanlarla buluşma fırsatı cazip gelebilir, ancak yasal riskler son derece maliyetli olabilir. Şimdiye kadar, çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti alan danışanlar hatalı uygulama yapıldığını iddia etmemişlerdir (Kraus, 2004). Mallen ve diğerleri, (2005) bu durumun değişeceğini, çevrimiçi psikolojik danışma hizmetleri vermekle ilgilenen ruh sağlığı uzmanlarının, bu yetki alanlarıyla ilgilenebilecekleri çeşitli yollar bulmaları gerektiğinden bahsetmektedirler. Ruhsat prosedürleri devletlerarasında lisans aktarımını kolaylaştırmadıkça, psikolojik danışmanların zihinsel ve davranışsal sağlık hizmetlerini yalnızca profesyonel bir lisansa sahip olduğu eyaletlerde sunması en iyisidir.

Psikolojik danışmanlar, çevrimiçi uygulamalarının kapsamını genişletmek istemeleri halinde, komşu ülkelerde lisansı transfer etmek için basit prosedürleri olan devletlerden bir lisans alınması tavsiye edilir. Her ne kadar bu çok zor olsa da, bir ruh sağlığı uzmanının pratiğinin kapsamını, daha fazla alan ve potansiyel olarak daha fazla danışanı kapsayacak şekilde genişletmek yasal bir yoldur (Mallen ve diğerleri,2005).

Psikolojik danışmanlar ayrıca, 50 eyalette klinik lisansların aktarılabilir ve geçerli hale getirilmesi için giderek artan bir harekete katılabilir. Örneğin, Amerikan Psikolojideki Ulusal Sağlık Hizmet Sağlayıcıları Sicili (<http://www.nationalregister.org/mobility.htm>) lisans aktarımı için çalışmaktadır. Yani bir devlet başka bir eyalet ehliyetini geçerli olarak tanıyacaktır. Özünde, bu hareket bir psikolojik danışmanların uygulama lisansını, eyalet

sınırlarında geçerli olan bir ehliyete benzer bir şeye dönüştürecektir. Lisans hareketliliğine yönelik bir başka kuruluş, doktora düzeyinde psikologlar için lisans hareketliliğini desteklemek ve kolaylaştırmak için hizmetler sunan Eyalet ve İl Psikoloji Kurulları Derneği'dir (ASPPB; <http://www.asppb.org>). Örneğin, bir psikolog temel lisanslama kriterlerini yerine getirmesine dayanan bir Psikoloji Uzmanı Sertifikası kazanabilir ve bu yüzden de bir haber bülteninde veya ilinde her hareket ettiğinde veya tekrar tekrar belgelemeye gerek duymaz. Ancak, bu yargı yetkisi ve uygulama kapsamı konuları ortadan kaldırılıncaya kadar, psikolojik danışmanların uygulamalarının kapsamını, lisans aldıkları devlet veya eyaletlere sınırlamaları tavsiye edilir (Mallen ve diğerleri, 2005).

2.6.1.3. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Kayıt Tutma İle İlgili Etik Düzenlemeler

Çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü olan gizliliği çevreleyen bir başka konu, çevrimiçi psikolojik danışma oturumu sırasında nelerin kaydedilebileceğidir. Ya psikolojik danışman ya da danışan, oturumlardan ya da anlık mesajlaşma, e-postalardan transkriptleri, neyin akılda tutulduğuna dair bir yazışma günlüğüne sahip olacak şekilde kaydedebilir. Söz konusu kayıtların hem potansiyel faydaları hem de olumsuz sonuçları vardır. Bir psikolojik danışmanın, gelecekteki tedavi planlarını geliştirirken danışanı ile ilgili olarak neler yaşandığını doğru bir şekilde hesaba katması yararlı olabilir. Örneğin, psikolojik danışmanlar anlık yazışma oturumlarının veya e-posta iletişiminin kopyalarından tam uzunlukta oturum deşifrelerini kaydetmeyi seçebilirler (APA Etik Kodu 6.01, 6.02). Söz konusu durum, psikolojik danışmanların, danışanın hangi güçlerine odaklandıklarını ve danışma süresince ne kadar ilerlemenin meydana geldiğini değerlendirdiğinden emin olmalarını sağlayabilir (Mallen ve diğerleri, 2005).

Kayıtların tutulması ve saklanması ile ortaya çıkabilecek olası bir sorun, danışanların, oturumlara ait kayıtları veya deşifreleri elektronik ortamda ya da yazılı olarak kendilerinde de saklamak istemeleridir ki bu durum psikolojik danışmanın sorumluluğunda olan gizliliği tehlikeye sokabilir. Daha da risklisi oturumlara ait söz konusu belgelerin üçüncü şahısların eline geçme olasılığıdır. Böyle bir durum gerçekleşirse, bu konudaki olası riskler, danışanların yaşayabilecekleri durumlar psikolojik danışmanlar tarafından danışanlara görüşmeler başlamadan önce anlatılması gerekmektedir (Mallen ve diğerleri, 2005). Görüşme deşifreleri ile ilgili çeşitli riskler de vardır. En önemlisi, eğer danışan veya psikolojik danışman mesajları

kaydetmeye karar verirse, başka bir kişi onları okuyabilir, elde edebilir. Bu nedenle, psikolojik danışmanlar, her iki tarafın da oturumların veya tartışmaların dökümlerini alma konusunda potansiyel faydalarını ve gizlilik risklerini danışana bildirmelidir. Ayrıca, bir psikolojik danışman, anlık yazışma oturumlarını veya e-postaları kopyaları kaydetmeyi planlıyorsa, bu uygulamayı danışana bildirmeli ve yüz yüze oturumlarını videoya çekme ve kaydetme için gerekli olana benzer bir şekilde onay almalıdır. (APA Etik Kodu 4.03).

Aslında danışanın, psikolojik danışmada ortaya çıkan önemli beyanları yansıtması ve materyal üzerinde bağımsız olarak daha fazla çalışmayı kolaylaştırması için kayıtların tutulması ve saklanması potansiyel faydaları da olabilir. Hem danışanlar hem de psikolojik danışmanlar oturumda belirlenen amaçlara ne ölçüde ulaşıldığını kayıtlar aracılığıyla görebilir ki bu sayede danışanın gelişimi takip edilebilir. Ancak yukarıda bahsedilen riskli durumlar konusunda danışan bilgilendirilerek onayı alınmalı ve kayıtların şifreleme sistemi ile güvence altına alınması önerilebilir.

2.6.1.4. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Bilgilerin Kullanımı İle İlgili Etik Düzenlemeler

Psikolojik danışman ve danışan arasındaki görüşmelerin kaydını saklama durumu bu bilginin nasıl kullanıldığı konusunu gündeme getirmektedir. Psikolojik danışmanın, bir danışanın gelişimini izlemek, gözden geçirmek için oturum kayıtlarının saklanması mümkündür.

Psikolojik danışmanlar, danışan veya danışanı ile ilgili deşifreleri yasal bir süreçte de kullanabilirler. Bu düşüncüyü daha iyi betimlemek için, bir kadının evlilik çatışması yaşadığını ve çevrimiçi danışmanlığı aradığını hayal edin. Örnekte, psikolojik danışman, kocasına ve ailesine, onları bilgisayara kaydettirdiği takdirde danışma oturumlarının dökümlerine erişebilme olasılığı konusunda uyarır. Bu nedenle, bilgisayardaki transkriptleri kaydetmek yerine, onları harici belleğe kaydetmeye ve bir kasada saklamaya karar verir. Kadın, 6 ay boyunca psikolojik danışman ile görüşür ve çevrimiçi konuşma seansları sırasında etkileşimleri ve keşifleri sonucunda kocasıyla daha olumlu ilişki kurmaya karar verir. Son oturumlardan birinde görüşme dökümü içerisinde yer alan bilgilerde psikolojik danışmanın şu yorumu görülür: “Geçtiğimiz birkaç ay içinde ne kadar çok çalıştığınızı gerçekten hissettim. Kendine daha çok güveniyorsun ve ayakta durmak için doğru kararı vermiş gibi

görüyorsunuz. Bu ilişkide harika bir ortak olacağımız görülüyor.” İlk bakışta, yorum empati, güvence ve kendini açıklamayı birleştiren tipik bir müdahale gibi görünüyor. Terapötik ilişki 2 hafta sonra başarıyla sonlandırılıyor. Ardından, 2 ay sonra, danışman, transkriptleri keşfeden kadının eşinden, danışmanın evliliğini mahvettiği konusunda şikâyetçi bir mesaj alır. Bir psikolojik danışmanın yorumu, terapi oturumu bağlamında, empati ve destek gösterileri olarak kabul edilebilir, ancak aylar hatta yıllar sonra, cinsel taciz davası, boşanma ya da çocuk velayeti sırasında mahkemede farklı yorumlanabilir (APA Etik Kodu 3.02, 10.05). Kaydedilen görüşme dökümü ile avukatların sorgulama gerektirmeden veya psikolojik danışmana sahip olmadan bir denemede bağlam dışı alıntılar kullanması mümkün olabilir. Böylece, birisi psikolojik danışmanın bilgisi olmadan görüşme dökümlerindeki ifadelerini kullanabilir. Bu örnekte de görüldüğü gibi, daha sonra gözden geçirilmek üzere oturumların ayrıntılı dökümleri mevcut olduğunda, yanlış anlamalar ve yasal komplikasyonlar için potansiyel artmaktadır.

Yukarıdaki örnek, yeni teknolojilerin psikolojik danışmanların, hem danışan hem de gelecekte, bir danışanın gizliliğini ve güvenliğini korumak için yeni önlemler almalarına nasıl ihtiyaç duyabileceğini göstermektedir. Ayrıca, psikolojik danışmanların kendilerini olası yasal eylemlerden veya yorumlarının daha sonraki bir tarihte yanlış yorumlanmasından korumak zorunda olduklarını göstermektedir.

Psikolojik danışmanlar, bu olası etik ve hukuki ikilemleri, bilinçli bir belgede kesin bir dil ile ortak bir anlaşma oluşturarak en aza indirebilirler. Bilgilendirilmiş onam süreci, çevrimiçi psikolojik danışmada da kullanılmalıdır ve yukarıdaki örnekte de olduğu gibi neler olabileceğine ilişkin politikalar içerecek şekilde güncellenmelidir. Psikolojik danışmanlar, etik ikilemler ve yasal sorunlar olduğunda dikkatli belgeleme (Mitchell, 2001), denetleme (Goodyear & Guzzardo, 2000; Larsen, 1998) ve danışma (Arredondo, Shealy, Neale, & Winfrey, 2004) ile ilgili standart etik kodlara uymaya devam etmelidirler.

2.6.1.5. Psikolojik Danışmanın Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya İlişkin Yetkinliği İle İlgili Etik Düzenlemeler

Farklı danışmanlık türlerinin, uzmanlıkların ve çeşitli tipteki danışanlarla çalışmanın pratiğinde olduğu gibi, psikolojik danışmanlar, hem eğitim hem de uygulamada, seçtikleri

çalışma alanlarında yeterlik göstermek için yeterli hazırlık ve eğitim aldıklarından emin olmak amacıyla etik yükümlülüklerini yerine getirmelidirler. Çevrimiçi psikolojik danışma, istisna olmamalıdır. Çevrimiçi psikolojik danışma alanında “yeterliliği” belirlemenin şu anda psikolojik danışma uzmanlık alanlarının (örneğin, göz hareketleri duyarsızlaştırma ve yeniden işleme, hipnoz gibi) diğer alanlardan daha belirsiz olduğu doğru olsa da, bu alandaki açıklık psikolojik danışmanların yetkinlikten muaf olmaları anlamına gelmemelidir. Standart uygulama kılavuz ilkeleri terk edilmemelidir.

Bir psikolojik danışman yüz yüze psikolojik danışma uygulamasında son derece yetenekli olmasına rağmen, bu becerileri başarılı bir şekilde çevrimiçi ortama aktaramayabilir. Çevrimiçi zihinsel ve davranışsal sağlık hizmetlerini etkin bir şekilde sunmak için, gerekli iletişim teknolojilerinde deneyim kazanmak hayati önem taşımaktadır. Bir uygulayıcının, teknolojiye aşina olmamışsa, anlık yazışma (eş zamanlı sohbet) yoluyla çevrimiçi oturumlar yürütmesi akıllıca olmaz. Anlık yazışma (eş zamanlı sohbet) oturumu sırasında, metin tabanlı iletişimi tam olarak anlamada birçok nüans vardır. Eş zamanlı sohbet konusunda daha deneyimli kişiler, konuşma sırasında iletilen mesajlarda daha fazla derinliği değerlendirebilir ve ilişkilendirebilirler (Mallen, ve diğerleri, 2005).

Bir psikolojik danışman çevrimiçi hizmet sunmayı düşünürse ancak bu teknolojilerden rahatsızsa, bilgisayar donanımı ve yazılımını kullanan yapılandırılmış kurslar genellikle halk eğitim merkezlerinde veya internet hizmetleri ve internet gibi kolayca erişilebilen kendi kendine yardım rehberlerinde bulunabilir (Levine, Levine-Young, & Baroudi, 2003, Kent, 2001). Bu kurslar genellikle, internette başarılı bir şekilde gezinmek, dosyaları indirmek ve yüklemek ve e-posta kullanmak için gerekli beceriler dâhil olmak üzere kişisel hesaplama temelleri hakkında bilgi sağlar.

Ayrıca, bir kişinin bilgisayar destekli iletişim yeterliliğini veya deneyimini değerlendirmek için çeşitli ölçekler de bulunmaktadır: Bilgisayar Etkinlik Ölçeği (Torkzadeh, Koufteros ve Pflughoeft, 2003) ve Bilgisayar Anlama Deneyim Ölçeği (CUE) gibi (Potosky & Bobko, 1998). Bilgisayar Anlama Deneyim Ölçeği (CUE), katılımcıların bilgisayarların çeşitli kullanımları hakkındaki bilgisini, çeşitli işlevleri için bilgisayarları ne ölçüde kullandıklarını ve kendilerini bilgisayarları kullanırken ne kadar iyi algıladıklarını derecelendirmelerini isteyen on iki noktadan oluşan likert tipi öğelerden oluşur.

Smith, Caputi, Crittenden, Jayasuriya ve Rawstone (1999), bilgisayar deneyiminin bilgisayar kullanımının yanı sıra bilgisayar kullanımına yönelik tutumlarla da pozitif ilişkili

olduğunu belirtmişlerdir. Araştırma ayrıca bilgisayar deneyimlerinin bilgisayarlarla ilgili kaygı ile negatif ilişkili olduğunu bulmuştur. Psikolojik danışmanlar bilgisayar destekli iletişim alanında eksik olduklarını tespit ederlerse, danışanla uygulama yapmadan önce teknolojiyle ilgili bilgi sahibi olabilmeli ve bu teknolojiye alışabilmelidirler.

Çevrimiçi psikolojik danışma hizmetleri sunmakla ilgilenen psikolojik danışmanların, metin tabanlı e-posta ve anlık yazışma (senkronize sohbet) yoluyla etkili bir şekilde nasıl iletişim kuracaklarını pratikte kullanmaları gerekebilir. Örneğin, bir psikolojik danışman, yüz yüze oturumları sırasında empatiyi sözcüklerle çok becerikli olabilir; bununla birlikte, metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışmada, sözcüklerle metin tabanlı program aracılığıyla iletilemediği sürece etkisiz hale getirir. Psikolojik danışmanın uyum sağlamayı öğrenmesi gerekir. Aksi takdirde terapötik ilişki ve oturumun sonucu olumsuz etkilenebilir (Mallen ve diğerleri, 2005).

2.6.1.6. Çevrimiçi Psikolojik Danışman Eğitimi İle İlgili Etik Düzenlemeler

Psikolojik danışman eğitimi programı, psikoloji eğitimi programından “farklı” bir programdır. Aslında psikolojik danışma programının farklı olduğu dayandığı felsefeden, dünya görüşünden, tarihi gelişiminden, yürüttüğü, öğretim programından ve uygulamalarından görülebilmektedir. Bu nedenle, psikolojik danışma eğitiminin de kendine özgü bazı temel sayıtları vardır (Doğan, 2000).

Psikolojik danışmanlar, yüz yüze görüşme uygulamalarında danışanlarla çalışabilmek için staj, lisansüstü ders çalışmaları ve süpervizyon yoluyla eğitim almaktadırlar. Psikolojik danışmanlar, çevrimiçi ortamda danışanlarla birlikte çalışacakları durumlarda da aynı eğitim türü gereklidir. Çevrimiçi psikolojik danışma yapmak için gereken becerilerin çoğu, yüz yüze psikolojik danışma becerilerine benzer olsa da, psikolojik danışman adaylarının çevrimiçi psikolojik danışmada yer alan özel konular hakkında bilgilendirilmeleri ve gerekli becerileri öğrenirken süpervizyon almaları gerekir. Örneğin, psikolojik danışmanlar, danışanları nasıl doğru bir şekilde değerlendirecekleri, besleyici bir ortamın nasıl sağlanacağı ve sözel olmayan işaretlerin yardımı olmadan terapötik ilişkinin nasıl kurulacağı konusunda eğitime ihtiyaç duyabilirler (Cormier ve Hackney, 2005).

Tipik olarak, psikolojik danışmanlar destek ve anlayışı göstermek, danışanların endişelerini keşfetmeye devam etmek için asgari düzeyde teşvik edici (örneğin, “mmm hmm”, “evet”, “tamam”) ve sözel olmayan hareketleri (başını sallama gibi) kullanır. Bu müdahaleler metin tabanlı sohbette (anlık yazışma ve e-posta yoluyla görüşmede) potansiyel olarak kaybolur ve psikolojik danışmanlar bu niyetleri metin tabanlı bir ortamda nasıl kullanacakları konusunda eğitilmelidir. Bu tür eğitimin bir örneği, terapistlerin empati iletişiminde daha fazla yer almalarıdır (Mallen ve diğerleri, 2005).

2.6.1.7. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Denetleme İle İlgili Etik Düzenlemeler

Psikolojik danışmanların çevrimiçi ortamda çalışacak şekilde eğitilmesi ve denetlenmesi ile ilgili bir problem, bu alanda kalite denetimini sağlamak için eğitilmiş psikolojik danışmanların yetersiz oluşudur. Başka bir deyişle, çevrimiçi oturumları yürüten çok fazla deneyime sahip olan az sayıda psikolojik danışman vardır. Bu nedenle diğer psikolojik danışmanlara denetim sağlamak doğal olarak güçtür. Bununla birlikte, çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti veren profesyonel eğitim, çevrimiçi çalıştaylar aracılığıyla (örneğin, <http://www.etherapytraining.com>) kullanıma sunulmakta ve yakın zamandaki bazı kitaplar, çevrimiçi hizmet sunumu için standartlar önermektedir (Hsiung, 2002; Kraus, Zack ve Stricker, 2004).

Özellikle Yurt dışında çevrimiçi psikolojik danışma hizmetleri sunmak için bir standart bakışın geliştirilmesinde aktif olan profesyonel topluluklar vardır. Bu topluluklardan ilki, Uluslararası Ruh Sağlığı Derneği (ISMHO), uluslararası ruh sağlığı topluluğu için çevrimiçi iletişim, bilgi ve teknolojinin anlaşılmasını, kullanılmasını ve geliştirilmesini teşvik etmek için 1997 yılında kurulmuştur (<http://www.ismho.org>). Bir klinik vaka-çalışma grubu aracılığıyla, dünyanın dört bir yanındaki terapistler, çevrimiçi ortamda danışanlarla çalışma deneyimlerini paylaşmak için birbirleriyle görüşmüşlerdir (Suler, 2001). Giderek artan bir şekilde, el kitapları (Kraus ve diğerleri, 2004) ve profesyonel yayınlarda özel konular (örneğin, Klinik Psikoloji ve Profesyonel Psikoloji Dergisi, Psikoterapi: Teori, Araştırma, Eğitim) gibi çevrimiçi psikolojik danışmaya ilgi duyan profesyonelleri klinik çalışmayı çevrimiçi yürütmenin pratik yönleri, etik hususlar hakkında yorum ve yeni teknolojiler

aracılığıyla hizmet sunumuna ilişkin araştırma makaleleri hakkında bilgi veren eğitici kaynaklar kullanıma açılmaktadır.

Bunun dışında, acemi bir psikolojik danışmanın çevrimiçi psikolojik danışma becerilerinin gelişimini kolaylaştırmak için Oravec (2000), denetmenlerin denetimleri çeşitli çevrimiçi etkileşimlerde gayri resmi bir temelde tecrübe kazanmaya teşvik etmeleri gerektiğini belirtmiştir. Denetim otoritesi çevrimiçi ortamda ve yüz yüze görüşme oturumlarında rahat bir şekilde buluşuyorsa, doğrudan denetim, çevrimiçi etkileşimlere girmeyi kolaylaştırabilir. Ayrıca araştırmacı, süpervizörlerin yeni teknolojileri gözetim altında kullanarak modelleyebileceğini de belirtmiştir. Klitzke ve Lombardo (1991), çevrimiçi denetleme formunun bir örneğini sunmuşlar ve bir danışan ile oturumda iken, müdahaleler ve beceriler hakkında danışman adaylarına işaret etmek için bir teleprompter kullanma tekniğini tarif etmişlerdir.

Çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü standartlar belirlenmediği için çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti veren psikolojik danışmanların nasıl denetleneceği de belirlenmemiştir. Bu bağlamda yukarıda da belirtildiği üzere çevrimiçi psikolojik danışmayı denetlemek için denetim otoritelerinin, yüz yüze psikolojik danışmada uygulanan denetim standartlarına uymaları beklenebilir.

Çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü psikolojik danışmanların denetiminin nasıl olabileceğine ilişkin çeşitli öneriler mevcuttur. Mallen ve diğerleri (2005) uygun çevrimiçi psikolojik danışma denetimini gözden geçirmek için dikkat edilmesi gereken önemli noktaları belirtmişlerdir:

- Denetim otoriteleri, e-posta, anlık yazışma ve video konferans dâhil olmak üzere çeşitli çevrimiçi etkileşimlerde deneyim kazanmaları için denetçileri teşvik etmelidir.
- Denetçiler klinik çalışmalarda yüz yüze görüşme standartlarını uygulamaya devam etmelidir.
- Denetim otoriteleri, çevrimiçi danışmanlığın sağlanması ile ilgili olan benzersiz etik ve yasal konularla ilgili olarak aday psikolojik danışmanları eğitmelidir.
- Aday psikolojik danışmanlar, danışanın sorunlarını anlamlandırmaya hazır olmalı ve danışanın çevrimiçi ortamda çalışmasına yönelik kendi tepkilerini hazırlamalıdır.

- Aday psikolojik danışmanlar, yürüttükleri her çevrimiçi oturum hakkında profesyonel kayıt tutmalı ve bunlar denetim otoritesi tarafından gözden geçirilmelidir.
- Denetim otoriteleri ayrıca, bir oturumun belirli bölümlerini özel olarak tanımlamak ve aday psikolojik danışmanların kullandığı müdahaleleri tartışmak için kullanılacak metin tabanlı danışma oturumlarının tam uzunlukta transkriptlerine de erişebilmelidir.
- Denetçiler değerlendirmeyle ilgili olarak son derece dikkatli olmalı ve aday psikolojik danışmanların bu alanda eksiksiz olmasını sağlamalıdır.
- Aday psikolojik danışmanlar, danışanlarını çevrimiçi oturumlarda sürekli olarak değerlendirme konusunda bilgilendirilmeli ve bağlamsal ve sözel olmayan ipuçlarının eksikliği nedeniyle değerlendirmenin daha da önem taşıyabileceğinin bilincinde olmalıdırlar.

2.6.1.8. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Psikolojik Danışmana Erişim İle İlgili Etik Düzenlemeler

İnsanların birçoğu hayatları boyunca hiç psikolojik danışma hizmeti almamıştır. Pek çok insan yaşamın beraberinde getirdiği değişikliklere kendi çabası, arkadaşları, ailesi ya da dini inançları sayesinde uyum sağlayabilmektedir. Bununla birlikte bazen yaşam öyle bir noktaya varabilir ki, profesyonel ve yetenekli bir yardımcının bu zorluklara uyum sağlama konusunda yol göstermesi gerekebilir ve bu noktada psikolojik danışma iyi bir yol gösterici olacaktır (Cormier ve Hackney, 2008).

Psikolojik danışman kişisel ya da mesleki yetersizliği yönünden danışana yardımcı olamayacağını ya da olamadığını anladığında ilişkiyi başlatmaktan sakınır ya da ilişkiyi keser. Bu gibi durumlarda psikolojik danışman, danışanı uygun bir uzmana yöneltir. Danışan önerilen uzmana gitmek istemezse, psikolojik danışman ilişkiyi sürdürmek zorunda değildir (Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği, 2011). Böyle durumlarda çevrimiçi psikolojik danışma danışanlara bir seçenek olarak sunulabilir. Danışanların kendi tercih edecekleri bir uzmanla aynı şehirde bulunmaksızın görüşme olanağına sahip olmaları, danışanlar açısından olumlu değerlendirilebilir.

Çevrimiçi psikolojik danışma bir danışma oturumu sırasında kültürel faktörleri ayırt etme potansiyelinin ötesinde kültürel koşullar ile ilgili diğer soruları da beraberinde getirmektedir. Giderek artan bir mobil dünyada, çevrimiçi psikolojik danışma, psikolojik danışmanlara normalde ulaşamamaları veya yer değiştirmeleri nedeniyle ulaşamayacak olan danışanlarla iletişim halinde olmalarını sağlayabilir. Örneğin, uluslararası öğrenciler, kendi ülkelerinden psikolojik danışmanlarını görmeye devam edebilir ya da iş için sık sık seyahat eden bireyler psikolojik danışmanlarıyla evden buluşmaya devam edebileceklerdir. Bu olasılıklar, yine de henüz açıklığa kavuşturulmak üzere denetim ve hukuk ilkesini de beraberinde getirmektedir, ancak kültürel olarak çeşitlenen danışanları tedavi etme seçenekleri genişleyebilmektedir. Diğer bir olasılık ise, kırsal bölgelerdeki danışanlara, çevrimiçi psikolojik danışman ile görüşmek ve danışanın özel ihtiyaçları hakkında toplumdaki yüz yüze seçenekleriyle karşılaştırıldığında daha fazla bilgiye sahip olmak gibi artan sayıda avantajı sunmasıdır. Bazı kırsal alanlarda, zihinsel sağlık ve davranışsal hizmetler sağlayabilecek profesyonellerin eksikliği gerçek bir krizdir ve yeni teknolojiler psikolojik danışmanların hizmetlerini bu yetersiz hizmet alanlarına yaymalarına izin verebilir (Mallen ve diğerleri, 2005).

Mallen ve diğerleri, (2005)'in yukardaki örnekleri, psikolojik hizmetlerin yetersiz olduğu hizmet alanlarına çevrimiçi psikolojik danışma hizmetlerinin, iyileştirme görevini nasıl yerine getirdiğini göstermektedir. Bununla birlikte, bu hizmetlerden yoksun, potansiyel olarak daha yaşlı ya da daha az varlıklı nüfusun bu hizmeti etkin kullanamaması bir dezavantaj olarak karşımıza çıkmaktadır ki internetten daha çok yararlanan kesimin daha eğitilmiş, genç ve varlıklı olduğu düşünülebilir. Yüz yüze psikolojik danışma sürdüren danışanların, kişisel hizmetler, sigorta aracılığıyla profesyonel hizmetler için ödeme yapma araçlarına sahip olmaları gerekir. Çevrimiçi psikolojik danışma ayrıca, danışanın bir ev bilgisayarına ve terapistle iletişim kurmasına izin verecek internet bağlantısına sahip olmasını gerektirir (Mallen ve diğerleri, 2005).

Dijital uçurum terimi (Hoffman, Novak, & Schlosser, 2000), internete erişimde var olan kültürel önyargıyı ve çevrimiçi olan tüm bilgi ve hizmetleri tanımlamak için kullanılmıştır. Örneğin, son istatistikler, internet kullanıcılarının yalnızca % 2'sinin, genel nüfusun % 13'üne yakını oluşturduğu Afrika ve Amerika Birleşik Devletleri'ndeki nüfusun % 15.4'ünü temsil edeceğini işaret ediyor. İnternet katılım oranı değişmezse, 60 milyon Afrika ve Amerika Birleşik Devletleri'ndeki nüfusun % 15.4'ünü temsil edeceğini işaret ediyor. İnternet katılım oranı değişmezse, 60 milyon Afrika ve Amerika Birleşik Devletleri'ndeki nüfusun % 15.4'ünü temsil edeceğini işaret ediyor (Harvey, 2004).

Bununla mücadele etmek için, nüfusun az olduğu düşük gelirli mahallelerde teknoloji merkezleri kurulması gibi yeni teknolojilere erişimin sağlanması için çaba gösterilmesi gerekebilir. Bununla birlikte, dijital uçurum kavramı sadece teknolojiye erişim meselesi değildir. Aynı zamanda, internetin nasıl başarılı bir şekilde kullanılabilceğinin bilincinde olmamaktır. Örneğin, araştırmalar, düşük gelirli geçmişlere sahip bireylerin internette erişilebilecek hizmet ve bilgi miktarının farkında bile olmayabileceğini göstermektedir (O'Bryant, 2004).

Sonuç olarak çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti, belirtildiği üzere herhangi bir engel sebebiyle psikolojik danışmanla yüz yüze gelemeyen, yaşı ya da sağlık sebebiyle evinden çıkamayan ya da söz konusu popülasyona evde bakım hizmeti veren, çocukları küçük olduğundan veya emanet edemediği için psikolojik danışma yardımı alamayan, yurt dışında yaşayıp kendi ana dilinde psikolojik danışma yardımı almak isteyen, çevresinin ne düşüneceğinden korkan, cinsel problemleri konusunda psikolojik danışma almada çekince yaşayan, yoğun çalışıp psikolojik danışma yardımı almaya zaman bulamayan potansiyel danışanlara, evlerinden çıkmadan alanında uzman psikolojik danışmanlara erişim kolaylığı ve fırsatı sunmasına rağmen danışanların, çevrimiçi psikolojik danışmanlara hangi saatler arası ulaşması gerektiği, psikolojik danışmana erişim konusunda etik düzenlemelere ihtiyaç vardır ve bu konuda hâlihazırda bir çalışma bulunmamaktadır.

2.6.1.9. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Teknoloji Kullanımı İle İlgili Etik Düzenlemeler

Çevrimiçi psikolojik danışma süreci tamamen teknolojiye ve teknolojinin etkin kullanımına bağlı ilerlemektedir. Daha önce bahsedilen etik ilkelere yüz yüze psikolojik danışmada belirlenen etik ilkelere riayet edilmesi beklenirken, psikolojik danışmada teknoloji kullanımına ilişkin etik kodlara ulaşamamıştır.

Çevrimiçi psikolojik danışma pratiği ile ilgili teknolojik konuları göz önünde bulundurmamak son derece önemlidir. Akıl sağlığı hizmetlerini sağlamak için çeşitli uzaktan iletişim teknolojileri kullanılmış ve her biri benzersiz dinamikler, güçlü ve zayıf yönler sunmaktadır (Zack, 2004).

Çevrimiçi psikolojik danışmada kullanılan iki yöntem danışandan anında dönüt alabilme avantajı sağlayacağından ve psikolojik danışmana olası bir ikilemde düşünmek ya da

araştırmak için fırsat tanımayacağından etik kodun belirlenmesine özellikle ihtiyacın olduğu görüşme çeşitleridir ki bunlar video konferans ve anlık yazışma yoluyla görüşmedir. Video konferans yoluyla görüşme, bir psikolojik danışmanın oturumlar sırasında danışandan alabileceği bilgi miktarını arttıran görsel ve işitsel bilginin iletilmesine izin verir. Sadece metinsel bilgilere dayanmak yerine, bir psikolojik danışman veya psikolog, yüz ifadeleri ve konuşma tonu gibi sözel olmayan ipuçlarını da yakalayabilirler. Video konferans yoluyla görüşme, duygusal rahatsızlıkları olan çocuklarda ve nöbet bozuklukları olan gençlerde uygulanmıştır (Glueckauf, Fritz, Ecklund-Johnson, Liss, Dages, Carney, 2002; Glueckauf, Pickett, Ketterson, Loomis ve Rozensky, 2003). Video konferans yoluyla görüşme üzerine yapılan araştırmalar, danışanların psikolojik danışma görüşmelerine olumlu yanıt verdiğini ve daha az semptom bildirdiklerini göstermiştir (Mallen ve diğerleri, 2005). Video konferans teknolojisinin daha uygun hale gelmesine ve hizmet sunma potansiyeline sahip olduğu gösterilmiş olmasına rağmen, henüz e-posta ve anlık yazışma aynı popülerliğe sahip olduğu söylenememektedir.

Anlık yazışma yoluyla görüşme kanallarından bazıları; America Online Instant Messenger (AOL AIM), Microsoft Network (MSN), Yahoo! Messenger ve (ICQ), Whatsapp gibi sağlayıcılardır. Anlık yazışma (senkronize/eş zamanlı sohbet) e-postaya benzer, ancak her iki birey de mesajların iletilmesini beklemek yerine aynı anda iletişim kurarlar. Örneğin, bir sohbet penceresi içine mesaj yazılırsa, hemen kullanıcının mesajına anında cevap verebilecek diğer kullanıcının ekranında belirir (Mallen ve diğerleri, 2005). Eş zamanlı sohbet ve ilgili teknolojilerin kullanımı üzerine araştırmalar öncelikle internet destek gruplarına odaklanmıştır (bkz. Braithwaite ve diğerleri, 1999; Bresnahan ve Murray-Johnson, 2002; Meier, 2000; Shaw, McTavish, Hawkins, Gustafson ve Pingree, 2000). Bir başka araştırma sonucunda, yalnızlıktan muzdarip kronik hasta bireyler için anlık yazışma yoluyla yapılan bir grup terapisinde deney grubunun kontrol grubuna kıyasla etkili hizmet aldığı görülmüştür (Hopps, Pepin ve Boisvert, 2003). Araştırmalar ayrıca, anlık yazışma yoluyla görüşmenin, yarı yapılandırılmış bir oturumdan sonra anksiyete ile ilişkili semptomları azalttığını göstermiştir (Cohen ve Kerr, 1998).

Yukarıda bahsedildiği üzere yapılan çalışmalar çevrimiçi psikolojik danışmada danışanların etkin hizmet aldıklarını, problemlerine ilişkin belirtilerinin azaldığını göstermekle beraber, çevrimiçi psikolojik danışmada görüşme kanallarının hangi yolla olacağını (Skype, Whatsapp, İCQ vb.) bir standarda bağlanması da profesyonel sınırları belirlemek açısından önemlidir. Zira psikolojik danışmanların kişisel telefonlarında bulunan whatsapp vb.

aplikasyonlar aracılığıyla çevrimiçi psikolojik danışma yaptıklarını iddia etmeleri olasılığı kaçınılmaz olacaktır ki bu durum çevrimiçi psikolojik danışmanın profesyonelliğine açılan derin bir yara olacaktır.

2.6.1.10. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Maliyet İle İlgili Etik Düzenlemeler

Psikolojik danışma sürecinde danışana maliyete ilişkin bilgi verme oldukça önemlidir. Özellikle ilk oturumda birçok danışan için önem arzeden oturum ücretine ilişkin bilgilendirmeyi açık ve dikkatli bir şekilde yapıp, her bir oturumun ücretinin ve nasıl ödeneceğinin belirtilmesi gerekmektedir. Oturum başına ödenecek ücret belirlenirken hem danışanın maddi durumu hem de piyasada ücreti de ödemekte güçlük çekecek danışanlara benzer bir yardımı parasız ya da çok az bir ücretle sağlayan sosyal yardım ya da kamu kuruluşlarına ilişkin bilginin verilmesi de gerekmektedir (TürkPDR, 2006). Eğer kısa süreli bir yaklaşım uygulanmıyorsa, psikolojik danışman danışana, psikolojik danışma sürecinin genellikle beklenenden daha uzun ve devamlılığı gerektiren bir süreç olduğunu ön görüşmede açıklamalı ve yardıma ihtiyaç duyulan problem için yapılacak psikolojik danışma oturumunun yaklaşık olarak kaç oturumdan oluşabileceğini yapılandırmada belirtmeye dikkat etmelidir. Böylece danışan alacağı psikolojik danışma yardımının maliyetine ilişkin doğru zamanda bilgilendirilmiş olur (Pettermann, 2003).

Çevrimiçi psikolojik danışmayı desteklemek için kullanılacak çeşitli teknolojilerden, video konferans, yüz yüze görüşmeye en benzer yöntem olabilir. Video konferans yoluyla danışanlarla iletişim kurmak isteyen psikolojik danışmanlar öncelikle, NetMeeting, VideoChat, CU-SeeMe ve iVisit gibi bir video konferans programına ihtiyaç duyacaklardır. En pahalı seçenek olmasına rağmen, video konferans, bir web kamerası satın alındığında (çoğu elektronik mağazasında mevcuttur) 200 \$ 'dan daha az bir fiyata uygulanabilir. Örneğin, piyasadaki bir web kamerası günümüzde 150 \$ 'dan daha azdır ve Video Grafik Dizisi - kalite çözünürlüğü (640 × 480 piksel) saniyede 10 kareye kadar video konferans için idealdir. Bu web kamerası, İnternet'e bağlı bir masaüstü bilgisayara bağlanabilir ve bu dapsikolojik danışmanın kendi görüntüsünü ve sesini danışana iletmesine olanak tanır. Eğer psikolojik danışmanlar daha yüksek kaliteli donanım veya yazılım istiyorsa, video konferans sistemleri çok daha pahalı olabilir.

Bununla birlikte, klinik amaçlarla, sistemden bağımsız olarak, danışanın aynı video

konferans programına sahip olması gerekir. Halkın genel olarak video konferans programlarını kabul etmemesi nedeniyle, video konferans yöntemine kıyasla çevrimiçi psikolojik danışma oturumları için daha kolay ve daha düşük maliyetli anlık yazışma yoluyla görüşme tercih edilebilir. Danışanlarla gerçek zamanlı sohbet yoluyla iletişim kurmak isteyen psikolojik danışmanlar, genellikle ücretsiz olarak indirilebilen AOL AIM, Yahoo !, MSN, ICQ ve Whatsapp gibi bir sohbet programı edinmelidir. Psikolojik danışmanın, yine internete bağlı bir masaüstü bilgisayara ihtiyacı olacaktır, ancak sohbet programları ücretsiz olarak yüklenebilir. Bu programlar ayrıca psikolojik danışmanın ve danışanın oturum dökümlerini kaydetmesine izin verir, bu da seansın sonunda ya da bir danışanın görüşmeler sırasındaki ilerlemesine erişmek için ileriki oturumlarda gözden geçirilebilir.

Mevcut ücretsiz sohbet programlarının yanı sıra, psikolojik danışmanların daha güvenli, gerçek zamanlı bir ortamda çevrimiçi danışanlarla etkileşimde bulunmalarını sağlayan daha pahalı, web tabanlı sistemler gibi LivePerson'ı da seçebilir. LivePerson, ücretsiz olarak sunulan programlardan daha fazla güvenlik sunar ve yalnızca psikolog veya psikolojik danışmanca izin verilen kişiler tarafından erişilebilir. Örneğin, bir psikolojik danışman AOL AIM'i DrJones ekran adıyla kullanacaksa, AOL kullanan herkes DrJones'a bir mesaj gönderebilecektir. LivePerson gibi bir hizmetle birlikte, psikolojik danışmanın kimin erişimi olduğunu kontrol etme kabiliyeti vardır. Bir başka ilginç özellik ise, danışan oturumdan çıktıktan sonra çıkış anketlerini dâhil etme yeteneğidir. Anketler, oturum sonuçlarını değerlendirmek ve araştırma ile ilgilenen uygulayıcılara bilgi sağlamak için kullanılabilir. Bu hizmetler var olan bir Web sitesine sorunsuz bir şekilde dâhil edilebilir; Bununla birlikte, her bir bireyin LivePerson'ın hizmetlerini kullanması için aylık olarak 99 \$ olduğu için bir bedeli vardır (Mallen ve diğerleri, 2005).

Çevrimiçi psikolojik danışmayı kullanmanın en kolay ve en ucuz seçeneği, danışanlarla e-posta alışverişi yapmak olabilir ve bu, mevcut herhangi bir e-posta hesabından yapılabilir. Bu seçenek, çoğu psikolojik danışman ve birçok potansiyel danışanın erişebileceği yararlıdır, çünkü en yaygın kullanılan bilgisayar destekli iletişim yolu e-posta formudur. Ayrıca psikolojik danışmanların ve danışanların normal iş saatleri dışında iletişim kurmasına da izin verir. Örneğin, bir danışan, psikolojik danışman ile görüşmenin imkânsız olduğu durumlarda ve zamanda, örneğin; saat 00.30'da bir mesaj yazabilir. Psikolojik danışman, ertesi gün mesaja cevap verebilir ve bu süreç tedavide büyük bir esneklik sağlayabilir. Olumsuz yönü, iletişimin gerçek zamanlı olmaması ve danışana yanıt vermede zaman geçmesinin terapötik ilişkiye zarar verebilme ihtimalinin olmasıdır. E-posta kullanımı

da zahmetlidir, çünkü kriz durumundaki danışanlar anlık görüşme veya başvuru alamazlar. Eğer bir danışan intihar ederse ve bunu bir çarşamba gecesi bir e-postada yazarsa, en erken psikolojik danışman bu mesajı gördüğünde cevap verebilir, bu da Perşembe sabahıdır ki bu çok geç olabilir. Her ne kadar e-posta, danışanlarla iletişim kurmanın en ucuz ve en kolay yolu olsa da, sınırlamalar, bu bilgisayar destekli iletişim formu aracılığıyla danışanlarla çalışan psikolojik danışmanlara çevrimiçi psikolojik danışma yapmak için potansiyel olarak çok sayıda etik ve ilişkisel sorun yaratabilir.

Mevcut profesyonellerden oluşan bir ağa katılmak, danışanlara çevrimiçi olarak terapötik hizmetler sunmakla ilgilenen psikolojik danışmanlar için başka bir seçenektir. Çevrimiçi profesyonel ağların örnekleri HelpHorizons.com, Find-a-Therapist.com ve OnlineClinics.com'dur. Kendi web sitelerini tasarlamak için çalışmak yerine, psikolojik danışmanlar bu şirketlerin kurduğu sitelere bir ücret karşılığında katılabilir ve daha sonra her e-posta işlemi veya sohbet oturumu için danışanları ücretlendirebilir. Örneğin, HelpHorizons.com, psikolojik danışmanlara çizelgeleme, kayıt tutma, otomatik faturalandırma işlevleri, bağımsız kimlik doğrulaması ve dizinde ayda 9,95 dolarlık bir temel giriş için erişim sağlar. Buna ek olarak, bir danışan ile yapılan her e-posta işlemi, psikolojik danışmanın fiyatı 4.00 dolar, bir danışanı ile yapılan çevrimiçi sohbet oturumları ise 8,00 dolardır (Mallen ve diğerleri, 2005). Çevrimiçi ağlar, psikolojik danışmanların çevrimiçi seanslar yapmaya başlaması için kolay bir seçenek sunar, ancak psikolojik danışmanlar kendilerini ağların politikaları ve prosedürleri hakkında eğitmelidirler. Bir iş geçmişi olan psikolojik danışmanlar, çevrimiçi ortamda danışanlarıyla çalışma süreci üzerinde daha fazla kontrol sahibi olmak için kendi kurumlarını organize etmeyi düşünebilirler. Hizmet sunum biçiminden bağımsız olarak (örneğin, e-posta, senkronize sohbet), psikolojik danışmanların, hedef kitlelerine ulaşmak için hizmetlerini çevrimiçi olarak reklam vermeleri gerekecektir.

Buna ek olarak, bir psikolojik danışman, çevrimiçi psikolojik danışma hizmetleri sunmakla ilgilenmemiş olsa bile, tipik bir telefon rehberinden daha fazla kişiye ulaşmak için yüz yüze görüşme hizmetlerinin tanıtımını yapmak üzere bir web sitesi oluşturmak isteyebilir. Bunu yapmanın en kolay yolu, klinik hizmetleri tanıtan ve muhtemelen barındıran bir web sitesi oluşturmaktır. Danışanlarla çevrimiçi çalışan psikolojik danışmanların fatura ve gizli bilgileri bir araya getirmeleri gerekeceğinden, herhangi bir çevrimiçi uygulama için daha fazla güvenlik gerekli olacaktır. Web siteleri sınırsız yaratıcılık ve karmaşıklığa sahiptir ve tasarım, özellikler ve kurulum bireysel psikolojik danışmana bağlı olacaktır.

Çevrimiçi psikolojik danışma hizmetlerinin başlatılması ve teşvik edilmesinin

maliyetlerinin açıklanmasıyla görüldüğü gibi, çevrimiçi psikolojik danışma sağlamanın hafife alınmaması gerekir. Psikolojik danışma hizmetlerini sunmak isteyen psikolojik danışmanlar veya psikologlar, küçük bir yatırım için bir dizi çevrimiçi hizmet seçebilir veya ücretsiz bile olsa, ek özellikler isteniyorsa daha pahalı olabilir. Özellikle, daha önce tartışılan etik konular göz önünde bulundurulduğunda, psikolojik danışmanların güvenliği eklemesi ve iletilen bilgilere erişimi sınırlandırması gerekecektir. Video konferans, şu anda çevrimiçi psikolojik danışma hizmetlerinin en pahalı şeklidir; yazılım ve donanım fiyatları 100 \$ 'dan fazladır (Mallen ve diğerleri, 2005). Her durumda, danışanın aynı teknolojiye ve psikolojik ve davranışsal sorunlarının tedavisi için çevrimiçi psikolojik danışmayı takip etme isteğine de sahip olması gerekir.

2.7. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulayacak Psikolojik Danışman/Uygulayıcı Eğitimleri

Çevrimiçi psikolojik danışma denildiğinde psikolojik danışmanların yetkinliği ve bu yetkinliği çeşitli eğitimlerle elde etme yolları da üzerinde konuşulması, bu alanda çalışmaların yürütülmesi gereken bir konudur. Zira yukarıda da bahsedildiği gibi çevrimiçi psikolojik danışma hizmetini verme konusunda isteksiz olan psikolojik danışmanların bu alanı da yetkin olmayan bireylere teslim etmesi kaçınılmaz olacaktır.

Çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti sağlayanların yetkinliği konusunda bazı araştırmalar bulunmaktadır. Shaw ve Shaw (2006) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, mevcut çevrimiçi psikolojik danışma sağlayıcılarının % 10'undan azı lisanslı psikologlardı. Lisanslı profesyonel çevrimiçi psikolojik danışma sağlayıcıların çoğunluğu, sosyal hizmet uzmanlarıydı. Bu durumda çevrimiçi psikolojik danışma hizmetini ruh sağlığı uzmanları vermiyorsa, kimler çevrimiçi danışmanlık yapmaktadırlar sorusu gündeme gelmiştir. Shaw ve Shaw'a (2006) göre, çevrimiçi psikolojik danışma sağlayıcılarının çoğunluğu lisanslı veya sertifikalı sosyal hizmet uzmanları, evlilik ve aile terapistleri, psikolojik danışma alanında yüksek lisans derecesine sahip pratisyenler veya zihin sağlığı konusunda hiç eğitimi olmayan kişilerdir.

2.8. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Danışan Memnuniyeti

Danışanın memnuniyeti, terapötik ilişkide psikolojik danışmanlarca önemli sayılan öğelerden biridir. Danışanın memnuniyeti terapötik işbirliği ile yakından ilgilidir. Psikolojik danışma sürecinden memnun olan, yarar sağladığını düşünen danışan, değişime açık ve iş birliğine yatkın olur. Etkili bir psikolojik danışma, danışanın oturumlardan yarar sağladığı ve memnun kaldığı yardım biçimidir (Zeren,2015).

Çevrimiçi psikolojik danışmanlığın etkililiği, yüz yüze psikolojik danışmada tedavi edilen veya tedavi edilemeyen bireylere karşı, çevrimiçi psikolojik danışma oturumuna katıldıktan sonraki danışan semptomlarındaki göreceli değişiklikleri karşılaştırmak suretiyle belirlenir. Ayrıca, hizmetlerin etkililiği, hizmeti sağlayan psikolojik danışman ve sağlanan hizmetlerden yararlanan danışanlar tarafından ölçülmelidir (Mallen, 2005).

Alan da yapılan çalışmalara bakıldığında danışanların çevrimiçi psikolojik danışmaya ve yüz yüze psikolojik danışmaya getirdikleri sorunları birbirinden farklılık göstermiyorken; Zeren (2015)'e göre danışma sürecinden yararlanmaya ilişkin olarak çevrimiçi danışanların memnuniyetinin, yüz yüze danışanlar kadar yüksek olduğu sonucuna varılabilir.

Alan yazında çevrimiçi psikolojik danışmada danışanın memnuniyeti üzerine az sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu araştırmalardan biri Cook ve Doyle'un (2002) danışan memnuniyetini yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma görüşmeleri ile karşılaştırması üzerinedir. Çalışma sonucunda iki görüşme yönteminde de danışanların memnuniyetleri anlamında aralarında bir fark bulunmamaktadır.

Benzer bir çalışma da Murphy, Parnass, Mitchell, Hallett, Cayley ve Seagram (2009) tarafından çevrimiçi psikolojik danışma sürecinin yüz yüze psikolojik danışma süreci kadar danışanlarca memnun edici ve etkili bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer çalışma, çevrimiçi psikolojik danışma yardımı alan danışanların, aldıkları psikolojik danışmaya dair görüşlerini, algılarını ve düşüncelerini araştırmıştır. Danışanların tamamına yakınının çevrimiçi psikolojik danışma hakkında olumlu görüş ve memnuniyete sahip olduklarını belirtmiştir (Kilroe, 2010).

Krize müdahale merkezinde yürütülen bir başka araştırmada ise çevrimiçi psikolojik danışma yardımı alan danışanların, sözsüz iletişim eksikliğine rağmen, etkili bir terapötik ilişkinin kurulduğunu düşünmüşlerdir. Danışanların bu çevrimiçi psikolojik danışma

hizmetini kullanmaktan dolayı mutlu oldukları ve memnun kaldıkları sonucuna ulaşılmıştır (Brown, 2012).

Çevrimiçi psikolojik danışmayı teknolojiye yatkın olan danışanlar tercih etmektedirler. Bu bağlamda yapılan bir araştırmada internete günlük yaşamlarında daha fazla zaman ayıran bireylerin, çevrimiçi psikolojik danışma hizmetini daha çok kullandıkları, çevrimiçi psikolojik danışma yardımı alan danışanların, çevrimiçi psikolojik danışmada ve çevrimiçi psikolojik danışmanla kurulan ilişkiden anlamlı düzeyde memnun olduklarını ortaya koymuşlardır (Leibert, Archer, Munson ve York, 2006). Bahsedilen çalışmalara rağmen çevrimiçi psikolojik danışma yardımı alan danışanların memnuniyetlerinin yüz yüze psikolojik danışma yardımı alan danışanlar kadar fazla olmadığı da ifade edilmektedir (Zeren, 2015).

Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmayı araştırmak için yaptıkları girişimler, çevrimiçi psikolojik danışmanın potansiyelini tam olarak yansıtabilmek için etkililik ve memnuniyet ölçütlerini içermelidir. Seligman (1995) tarafından hazırlanan Danışan Raporları (Customer Report- CR), katılımcıların akıl sağlığı uzmanlarıyla yaşadıkları deneyimlere odaklanan, yaklaşık 26 katılımcıyı araştırmak için yaklaşık 3.000 katılımcıyı bir araya getirmiştir. Bu sorular üç alt boyutta düzenlenmiştir: özel iyileştirme, memnuniyet ve küresel gelişme. Genel olarak, katılımcılar bir ruh sağlığı uzmanından yapılan tedavinin daha iyi hissetme ile sonuçlandığını bildirmiştir.

Görüşülen kişiyi görebilme ve duyabilme olanağı sağlayan video konferans yöntemi, eş zamanlı sohbete dayanan, anlık yazışma gibi diğer bilgisayar destekli iletişim biçimlerinden yüz yüze daha çok benzer olanıdır. Bu bağlamda danışan memnuniyetinin video konferans yoluyla yapılan görüşmelerde yüz yüze psikolojik danışmaya yakın olduğu aşağıda belirtilen araştırma sonuçlarında da görülmektedir.

Video konferans yoluyla görüşme, nöropsikolojik değerlendirme görüşmelerinde de kullanılmaktadır. Schopp, Johnstone ve Merrell (2000), iki farklı değerlendirme moduna geniş bir yelpazede nöropsikolojik problemleri olan 98 katılımcıyı: video konferans veya yüz yüze etkileşime rastgele atamıştır. Çalışmada 4 nöropsikolog, 3 nöropsikoloji doktora öğrencisi ve 2 adet nöropsikoloji stajyeri dâhil olmak üzere dokuz kişi mülakata alındı. Görüşme yapanlar ve danışanlar memnuniyetlerini, ne kadar rahat hissettiklerini veya hissetmediklerini, iletişim kolaylığını, görüşmecinin dikkat çekiciliğini ve deneyimlerini tekrar edip etmeyeceklerini belirtmişler. Görüşme sırasında danışan memnuniyeti, iletişim kolaylığı ve gevşeme düzeyleri ile ilgili koşullar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Aslında, bu çalışmadaki danışanlar yüz

yüze görüşmeden ziyade video konferans koşullarındaki deneyimi tekrarlamak için daha fazla isteklilik bildirmişlerdir. Bununla birlikte görüşmeciler (danışmanlar), yüz yüze görüşmelerden çok video konferans koşullarıyla ilgili olarak daha düşük bir memnuniyet ifade etmişlerdir. Day ve Schneider (2000), psikolojik danışmanların zaman içinde video konferans yoluyla verilen danışmanlık ile rahatlık düzeyinin arttığını bulmuşlardır.

Başka bir örnekte, video konferans yöntemi cezaevi mahkûmlarına, cezaevi psikologları tarafından kullanılmıştır. Yetmiş beş mahkûm, çevrimiçi psikolojik danışma sürecinin çeşitli yönlerinden memnun olduklarını ve yazarlar tarafından geliştirilen altı maddelik bir anketle bildirmişlerdir (Magaletta, Pagan, & Peyrot, 2000). Bu çalışmalar, video konferansa katılanların, yüz yüze bir oturumda memnuniyet dereceleri arasında benzerliği göstermesi açısından önemlidir.

Çevrimiçi psikolojik danışmanın bir diğer yöntemi de metin tabanlı eş zamanlı ya da eş zamansız görüşme yöntemidir. Metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışmaya yönelik çalışmaların ilgili alanyazında karışık sonuçlar verdiği görülmektedir. Metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verilen iki çalışmadan bahsetmek gerekirse çevrimiçi grupla psikolojik danışma ile memnuniyet düzeyi incelenmiş ve farklı sonuçlar bulmuştur.

Çalışmaların ilki Meier (2000) tarafından yapılmış olup; işleriyle ilgili stres yaşayan katılımcıların olduğu bir çevrimiçi psikolojik destek grubunu araştırmıştır. Grup üyeleri (elli iki üst düzey sosyal çalışmacı), gruptaki genel deneyimin yanı sıra grup liderinin varlığı ve grupta tartışılan konuların çeşitliliği konusunda yüksek düzeyde bir memnuniyet bildirmişlerdir. Bu değişkenler araştırmacı tarafından tasarlanan 83 maddelik bir memnuniyet anketiyle değerlendirilmiştir. Üyeler ayrıca evden katılabilmenin rahatlığını ve mahremiyetini beğendiklerini belirtmişlerdir. Araştırmacı, örneklemin çoğunun (% 95) yeterli donanımına sahip bilgisayara ve internet kullanım becerilerine sahip olduklarını, bu sebeple çevrimiçi grubu kabul ettiklerini hesapladıklarını belirtmiştir.

Metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışmaya yönelik ikinci çalışma Sander (1996) tarafından yapılmış olup; bir grupta yapılan oturumlardan, eş zamanlı sohbet yoluyla evden yapılan oturumlara geçen çiftlerin grup terapisini incelemiştir. Çocuk bakım çatışmaları nedeniyle birkaç çiftin yüz yüze seanslara katılamamasından sonra tedavi şeklindeki değişim başlamıştır. Çalışmaya katılan katılımcılar, yüz yüze yapılan görüşmelerle karşılaştırıldığında, metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışma oturumlarından daha az tatmin olduklarını bildirmişlerdir. Burada danışanların yüz yüze yapılan bir ortamdan çevrimiçi ortama

yerleştirilmesinin, ilişkilerin kalitesini düşürdüğü görülmektedir. Çalışmadaki psikolojik danışman, aynı zamanda, tedaviye yönelik olarak danışana bildirilmiş olabilecek metin tabanlı tedavi tarzı ile ilgili hayal kırıklığını da dile getirmiştir. Araştırmacı yüz yüze danışma grubunu çevrimiçi bir ortama taşıma çabalarının “sakarlık (acemilik, beceriksizlik) ve ayrılık (bağlantısızlık)” ile karakterize olduğunu kabul etmektedir (s. 309). Araştırma sonucunda, çevrimiçi çiftlerin grup terapisinin yararı açısından çoğunlukla olumsuz olmakla birlikte; araştırmacı, teknoloji ilerledikçe çevrimiçi ruh sağlığı ve davranışsal hizmetlerin uygulanmasının artacağını ve gelecekte daha işler hale geleceğini varsaymıştır.

İlgili alanyazında çevrimiçi psikolojik danışmada video konferans yoluyla görüşme, yüz yüze psikolojik danışmaya daha yakın bulunduğundan danışan memnuniyeti bağlamında bir fark ortaya çıkarmazken, metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışma yöntemleri konusunda karışık ifadeler görülmektedir. Genele bakıldığında ise yapılan çalışmalar, çevrimiçi danışmanlık yöntemlerinin, danışanlar tarafından tatmin edici ve yararlı olarak algılandığını ve semptomları azalttığını ortaya koymuştur. Teknolojinin erişilebilir ve birçok kişi tarafından kullanılabilir olması da çevrimiçi psikolojik danışmaya olan ilgiyi arttıracak gibi bu durum ilerleyen zamanlarda özellikle metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışma alanında yapılacak çalışmalar için de umut verici kabul edilmelidir.

2.9. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Kapsamında Türkiye’de Yapılan Araştırmalar

Bilimsel anlamda Türkiye’de çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili az sayıda araştırma bulunmaktadır. Türkiye’de çevrimiçi psikolojik danışma kapsamında yapılan araştırmalar, teknolojik bilginin ve iletişimin kullanılmasında danışan ve danışman görüşleri ya da algıları üzerinedir. Çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili deneysel bir çalışma yapılmamıştır.

Türkiye’de çevrimiçi psikolojik danışmayla ilgili olarak alanyazın tarandığında az sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Bunlardan Tanrıku (2009) ile Bastemur ve Bastemur (2015) tarafından yapılan, lisansüstü öğrencileri ve psikolojik danışmanlarla yürütülmüş araştırmaların sonucunda, katılımcılardan hiçbirinin çevrimiçi psikolojik danışma hakkında bilgisi ya da eğitiminin olmadığı; buna rağmen olumlu düşüncelere sahip oldukları; Türkiye’de çevrimiçi psikolojik yardım verme ile ilgili konuların eğitimin bir parçası olması

gerektiğine inandıkları sonuçlarına varılmıştır. Bir diğer araştırma ise, Savaş ve Hamamcı (2010) tarafından, liselerde rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin internet üzerinden yürütülmesine ilişkin veli, öğrenci ve psikolojik danışmanların (N=512 kişi) görüşlerini inceleyen çalışmadır. Araştırma sonuçlarına göre, veli, öğrenci ve psikolojik danışmanların rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin internet üzerinden yürütülmesi konusunda olumlu görüşleri bulunmaktadır. Dördüncü araştırma ise Zeren (2014) tarafından yapılan ve psikolojik danışman adaylarının yaptıkları birer oturum çevrimiçi psikolojik danışmayı değerlendirmelerinin istendiği çalışmadır. Zeren'in (2014) araştırmasının sonuçlarına göre, psikolojik danışman adayları çevrimiçi psikolojik danışmanın olumlu yanının psikolojik danışmanlık hizmeti almak için gerekli olanaklara sahip olmayan kişilere bu fırsatın sağlanabilmesi; olumsuz yanının ise danışanla doğrudan iletişim kuramamanın getirdiği zorluk olarak düşünülmektedirler. Yukarıdaki bu dört araştırma, çevrimiçi psikolojik danışma konusunda Türkiye'deki ilk örnekler olması bakımından önem taşımaktadır. Ancak bu çalışmalarda çevrimiçi danışanların görüşleri incelenmemiştir (Zeren, 2015).

Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri internet üzerinden yürütüldüğünde daha az personelle daha fazla sayıda kişilere kısa sürede ulaşılabilir. Ayrıca değişik nedenlerle danışmana başvurmaya çekinen öğrencilerin gizlilik ilkesi doğrultusunda yardım alması sağlanabilir (Dinçyürek ve Uygurer, 2012).

Çevrimiçi psikolojik danışma dünyada ve Türkiye'de çok yaygındır. "Online danışmanlık" terimi, Türkçe arama motorunu kullanarak arandığında şu an itibariyle yaklaşık 300.000 web sitesi bulunmaktadır. Arama İngilizce yapılırken, yaklaşık 76 milyon sonuç elde edilebiliyor. Çevrimiçi psikolojik danışma sunduğunu iddia eden pek çok web sitesi olmasına rağmen, çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili bilimsel araştırmaların miktarı özellikle Türkiye'de seyrek (Amanvermez, 2015, s.967)

Bugün dünyanın pek çok ülkesinde olduğu gibi, Türkiye'de de çevrimiçi psikolojik yardım veren web adresleri insanlara internet yoluyla ulaşmaktadır. En bilinen arama motorlarından birine Türkçe "çevrimiçi psikolojik danışma" yazıldığında bir milyonun üzerinde sonuç bulunmakta, birbirinden farklı çok sayıda kuruluş ve merkezin bireylere çevrimiçi psikolojik danışma sunduğu görülmektedir (Zeren, 2015).

İnternet üzerinden anlık mesajlaşma yoluyla çevrimiçi psikolojik danışma yardımı veren ilk örneklerden biri "Metanoia" adlı web sitesidir (Alleman, 2002). Martha Ainsworth 1990 yılında, işi gereği yaptığı seyahatler nedeniyle yüz yüze yardım alamadığından,

internette terapist aramaya başlamış, aradığı yardımı bulamayınca kar amacı gütmeyen ve çevrimiçi psikolojik yardım hizmeti sağlayan web sitesini (<http://www.metanoia.org>) kurmuştur. Bu site halen bireylere çevrimiçi psikolojik yardım vermeye devam etmektedir. İnternet'in giderek yaygınlaşması ile danışma merkezlerine ait web sitelerinin yanı sıra üniversitelerin psikolojik danışma merkezleri de çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti vermeye başlamıştır. Swinburne Üniversitesi bünyesinde 2008 yılında açılan ve (<http://www.swinburne.edu.au/stuserv/counselling/SOC.html>) Sağlık Bakanlığı tarafından desteklenen Ulusal E-Terapi Merkezi, Sydney Üniversitesi Danışma Merkezi (http://sydney.edu.au/current_students/counselling/), Washington Üniversitesi'nde acil durumlar için kurulmuş kriz kliniği (<https://shs.wustl.edu/MentalHealth/Pages/default.aspx>), Syracuse Üniversitesi'nin 24 saat hizmet veren kriz hattı (http://counselingcenter.syr.edu/crisis-help/crisis_index.html), Macquarie Üniversitesi'nin telefon üzerinden yaptığı kaygı ve depresyon tedavi programı (<http://www.mq.edu.au/about/campus-services-and-facilities/hospital-and-clinics/centre-for-emotional-health-clinic/programs-for-children-and-teenagers>) örnek oluşturabilecek merkezlerdir (Zeren ve Bulut, 2018).

Türkiye'de çevrimiçi psikolojik danışma sunan çok sayıda web sitesi olmasına rağmen, bilimsel ve akademik geçmişleri iyi bilinmemektedir. İnternette çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verdiklerini söyleyen danışmanların profesyonellikleri de belirsizdir. Türkiye'de çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti veren ilk üniversite Mersin Üniversitesidir (<http://www2.mersin.edu.tr/meui/psikolojik-danisma-ve-rehberlik-birimi/online-psikolojik-danisma>). İkinci olarak Yıldız Teknik Üniversitesi çevrimiçi psikolojik danışma hizmetini vermektedir (<http://www.psikolojikdanisma.yildiz.edu.tr/>). Hâlihazırda Türkiye'de henüz akademik anlamda çevrimiçi psikolojik danışmanlığın eğitimi verilmemekle birlikte Yıldız Teknik Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik bölümünün yürüttüğü 115K429 numaralı TUBİTAK 1001 projesi bulunmaktadır. Proje kapsamında Yıldız Teknik Üniversitesi öğrencilerine yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma yardımı ve bu yardıma nasıl erişebilecekleri hakkında bilgi veren, yukarıda adresi verilen bir site kurulmuş, süpervizyon eşliğinde psikolojik danışma oturumlarına başlanmıştır.

Bilimsel anlamda Türkiye'de çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili az sayıda araştırma bulunmaktadır. Türkiye'de çevrimiçi psikolojik danışma kapsamında yapılan araştırmalar, teknolojik bilginin ve iletişimin kullanılmasında danışan ve danışman görüşleri

ya da algıları üzerinedir. Çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili deneysel bir çalışma yapılmamıştır.

Çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarının bilimsel olarak araştırılması gerektiği açıktır. Buna göre, terapötik ilişki, psikolojik danışma sürecinin değerlendirilmesi ve çevrimiçi psikolojik danışmanın etkinliği için yeni önlemler geliştirilebilir. Ayrıca Türkiye'de danışan profilleri hakkında daha fazla araştırma yapılması gerekmektedir. Bu konuda bilimsel araştırma yaparken, veriler geniş, çeşitli gruplardan toplanmalıdır. Böylelikle çevrimiçi psikolojik danışmanın sınırlamalarını ve güçlü yönlerini aydınlatarak ve çevrimiçi psikolojik danışmanın kültür bağlamındaki yerini gösterecektir. Bu sayede, Türk kültürüne yönelik çevrimiçi psikolojik danışmanın kolaylığı ve etkinliği daha da artabilir (Amanvermez, 2015).

Çevrimiçi psikolojik danışma birçok avantajından dolayı hem yüz yüze yapılan danışma görüşlerini tamamlayıcı hem de yüz yüze yapılan danışma görüşmelerinden ayrı olarak psikolojik sağaltım konusunda önemli bir yere sahip olduğu görülmektedir. Ancak bu alanda yapılacak çalışmalara ek olarak hem bu yardımı alacak olan danışanların hem de danışmanların tereddütlerinin ortadan kaldırılması gerekmektedir. Bu bağlamda çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarının denetimlerinin sağlanması, yardımın ehil kişiler tarafından verilmesi, uygulamanın standartlarının ve etik kodlarının belirlenmesi gerekmektedir. Tüm bunların bir neticesi olarak çevrimiçi psikolojik danışmanlığın ülkemizde uygulanabilirliğinin artacağı, gelişen teknolojiye ve yurt dışında yürütülen danışma standartlarını yakalayacağı öngörülmektedir. Bu çalışma ile ülkemizde çevrimiçi psikolojik danışma alanı ile ilgili yapılan çalışmaların incelenmesi ve hali hazırda yapılan uygulamalara yönelik farkındalığın kazandırılması ayrıca konu ile ilgili sınırlı sayıda çalışma olan literatüre katkıda bulunmak amaçlanmıştır.

2.10. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Kapsamında Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili yurt dışında deneysel ve derleme çalışmalarının yapıldığı görülmektedir. Çevrimiçi psikolojik danışma için olası sonuçlar çarpıcıdır. Potansiyel olarak, çevrimiçi psikolojik danışmanın geleceği, danışanların tedavisinde bir dizi uygulamada bulunur. Örneğin, danışmanlar, ayda iki kere geleneksel yüz yüze bir görüşmede

bir danışanla görüşebilir ve ayda iki kere eş zamanlı sohbet ederek görüşebilirler. Çevrimiçi ortamda ilk kez psikolojik danışma isteyen bir danışanla daha geleneksel yüz yüze görüşmelerde daha fazla psikolojik danışma yapmak için kapı açabilir. Bilgisayar ortamındaki iletişim alanyazında çevrimiçi ortamda ortaya çıkan ve çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgilenen kişilere yardımcı olabilecek kendi kendini açma seviyesi gibi canlı tartışmalar bulunmaktadır. Örneğin, daha önce, bilgisayar aracılı iletişimin daha fazla engellenmediği ve yüz yüze iletişimden ziyade danışanların kendilerini daha fazla açma olanağı sunduğu gösterilmiştir (Kiesler ve diğerleri, 1984; Sproull & Kiesler, 1986).

Mesafe teknolojilerini inceleyen ilk çalışmalardan birinde, video konferans, profesyonellerin psikiyatrik hastalarla çalışabilmeleri için potansiyel bir yol olarak değerlendirilmektedir (Dongier, Tempier, LalinecMichaud ve Meuneir, 1986). Bu çalışmada, 50 hastaya kapalı devre televizyon (CCTV) röportajı yapılmıştır. Yüz yüze görüşme yapılan ve psikiyatr tarafından yürütülen 35 kişiden oluşan eşleştirilmiş kontrol grubu ile karşılaştırılmıştır. Katılımcılardan tümüne, görüşme sırasında kolay ulaşılabilirlik durumu, kendilerini ifade etme yeteneği, kişilerarası ilişkilerin kalitesi ve değerlendirme görüşmesinin faydası gibi görüşmenin çeşitli yönlerini değerlendirmeleri istenmiştir. Video konferans (CCTV) ile yüz yüze görüşme koşulları arasında danışan memnuniyeti derecesinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bununla birlikte, araştırmadaki psikiyatrlar, görüşmenin kullanılabilirliğine göre CCTV durumunu önemli ölçüde daha düşük derecelendirmişlerdir. Yazarlar, psikolojik danışmanlar gibi profesyonellerin danışanlara göre yeni tedavi ve hizmet sunum tarzlarını daha eleştirel gördüklerini belirtmiştir.

Psikoloji alanında pek çok kişi tarafından kurulan çevrimiçi iletişimin muhtemel uygulamalarına ilk tepki, teknolojinin doğasının anlamlı ilişkiler kurmak için yeterli sayıda sosyal ipucunun değerlendirilmesine olanak sağlayamamasına ilişkindir. Sosyal bilgi işleme teorisi, yüz yüze ve bilgisayar destekli iletişim arasındaki kritik farkın, yeterlilik değil, bir oran sorunu olduğunu söylemektedir. Walther (1993), Amerika’da üç yıl süren araştırmasında yüz yüze ve bilgisayar aracılı iletişim gruplarına ayrılan 96 lisans öğrencisi arasındaki kişilerarası izlenimlerin geliştirilmesi üzerine zaman ve iletişim kanalı, eş zamansız bilgisayar aracılı iletişim (CMC) ve yüz yüze (FTF) görüşmelerin etkilerini çalışmıştır. Çalışmada yüz yüze ve bilgisayar aracılı iletişim karşılaştırıldığında var olan alanyazında kritik bir kusur olduğunu ve pek çok araştırmacının çevrimiçi iletişimin gelişmesi için önemli bir süreye izin vermediğini belirtmiştir. İlişki kurma ve izlenim oluşturma oranı, bilgisayar aracılı iletişim ve yüz yüze iletişim arasındaki farklardan etkilenebilir. Bilgisayar aracılı iletişim gruplarının, bu

değişkenler üzerinde yüz yüze gruplara benzer ilişki düzeyde zamanla artış olduğunu gözlenmiştir.

Geleneksel olarak, yeni bir müdahale ile ilgili sonuç araştırması, yeni tedaviyi tedavi dışı bir kontrole veya mevcut müdahaleyle karşılaştırarak yapılır. Bu nedenle çevrimiçi psikolojik danışmanın etkinliği, yüz yüze danışmanlık hizmeti almayan veya tedavi edilmeyen bireylere karşı çevrimiçi psikolojik danışmaya katıldıktan sonra danışan semptomlarındaki görece değişiklikleri karşılaştırarak oluşturulmuştur.

Danışanların danışmanlık hizmetlerinden yararlanan kişiler oldukları için, danışanların hizmetlerden memnuniyetini ölçmek de önemlidir. Örneğin, Seligman'ın (1995) yaptığı Danışan Raporları (CR) çalışması, katılımcıların zihinsel sağlık uzmanları ile olan deneyimleri üzerine odaklanan 26 soruyu yanıtlamak için yaklaşık 3.000 katılımcıdan veri toplamıştır. Bu sorular üç alt başlıkta toplanmıştır bireysel iyileşme, memnuniyet ve küresel iyileşme. Genel olarak, katılımcılar bir zihinsel sağlık uzmanıyla görüşmenin daha iyi hissettirdiğini bildirmiştir. Çevrimiçi psikolojik danışmanın araştırılması için psikolojik danışmanlara danışmanlık yaparak, yapılan girişimlerde çevrimiçi psikolojik danışmanın etkili potansiyelinin tam bir resmini oluşturmak için etkinlik ve memnuniyet ölçütleri bulunmalıdır.

Sander (1996) tarafından yapılan çalışmada, bir grupta yapılan oturumlardan, eş zamanlı sohbet yoluyla evden yapılan oturumlara geçen çiftlerin grup terapisini incelemiştir. Çocuk bakım çatışmaları nedeniyle birkaç çiftin yüz yüze seanslara katılamamasından sonra tedavi şeklindeki değişim başlamıştır. Çalışmaya katılan katılımcılar, yüz yüze yapılan karşılaşmalarla karşılaştırıldığında, sohbet oturumlarında daha az tatmin olduğunu bildirmişlerdir; bu da, danışanların yüz yüze yapılan bir ortamdan çevrimiçi ortama yerleştirilmesinin, ilişkilerin kalitesini düşürdüğünü göstermektedir. Çalışmadaki terapist, aynı zamanda, tedaviye yönelik olarak danışana bildirilmiş olabilecek metin tabanlı tedavi tarzı ile ilgili hayal kırıklığını da dile getirmiştir. Yazar yüz yüze danışma grubunu çevrimiçi bir ortama taşıma çabalarının “sakarlık (acemilik, beceriksizlik) ve ayrılık (bağlantısızlık)” ile karakterize olduğunu kabul etmektedir (s. 309). Rapor, çevrimiçi çiftlerin grup terapisinin yararı açısından çoğunlukla olumsuz olmakla birlikte, yazar teknoloji ilerledikçe online ruh sağlığı ve davranışsal hizmetlerin uygulanmasının artacağını ve gelecekte daha işler hale geleceğini varsaymıştır.

Psikolojik danışmanın temel amacı, bir danışanın, güçlü bir terapötik bağın oluşturulmasına ek olarak danışmaya girdiğinde yaşadığı sıkıntı ve endişelerini de hafifletmektir. Çevrimiçi psikolojik danışmanın bu hedefe ulaşmada etkili olup olmadığını doğrudan incelemek önemlidir. Cohen ve Kerr (1998), bir lisansüstü öğrenci tarafından eş zamanlı bir sohbet yoluyla verilen yarı yapılandırılmış bir yüz yüze danışma (FtF, Face to Face) oturumuna veya bir yarı yapılandırılmış bilgisayar destekli iletişim (CMC, Computer Mediated Communication) oturumuna 24 lisans öğrencisi belirlemiştir. Katılımcılar, Durumluk Sürekli Anksiyete Envanteri (Spielberger, Gorsuch ve Lushene, 1970) tarafından ölçülen her iki tedavi yönteminin de kaygıları kayda değer şekilde azaldığını göstermiştir. Bu sonuçlar, bilgisayar destekli iletişimin (CMC, Computer Mediated Communication) zihinsel sağlık ve davranışsal hizmetlerin sunumunda kullanımını için bir miktar destek sağlamakta, ancak majör depresyon veya madde kötüye kullanımı gibi daha ciddi sunum sorunları olan bireylerin çalışmadan muaf tutuldukları belirtilmektedir.

Stevens, Doidge, Goldbloom, Voore ve Farewell (1999), Kanada'da psikiyatrlar tarafından yürütülen araştırmada yüz yüze veya video konferans yoluyla yapılan genel psikiyatrik değerlendirmeleri analiz etmişlerdir. 40 danışana önce, DSM-III-R kullanılarak teşhis konulmuş ve rasgele yüz yüze veya video konferans koşullarına atanmıştır. İlk tanıya katılmayan beş psikiyatrist değerlendirme yapmıştır. Danışan ve psikiyatristlerden Kaliforniya Psikoterapi İttifak Ölçeğini (Marmar, Horowitz, Weiss ve Marziali, 1986) ve yazarların geliştirdikleri 12 maddelik bir ölçüt olan Röportaj Memnuniyeti Ölçeğini doldurmaları istenmiştir. Kaliforniya Psikoterapi İttifakı Ölçeği'nde danışan veya psikiyatr için yüz yüze koşullar ile çevrimiçi koşullar arasında veya psikiyatrlar için Röportaj Memnuniyeti Ölçeğinde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Görüşme Memnuniyeti Ölçeğinde, psikiyatristlerin video konferans grubunda yüz yüze gruptan daha az tatmin duyduğunu gösteren önemli bir fark bulunmuştur.

Çevrimiçi psikolojik danışmanın olumlu yanlarını araştıran çalışmalar da alanyazında mevcuttur. Özellikle bilişsel/davranışçı modeli benimseyen psikolojik danışmanlar için, danışanlara verdikleri ödevleri takip etmelerini, danışanların ödevleri hakkındaki duygu ve düşüncelerini keşfetmelerini ve danışanların terapi sonrasında geçtikleri aşamaları yazılı olarak görmelerine dolayısıyla özsaygılarının gelişmesine olanak sağlaması bilinen faydalarındandır (Childress, 2000).

Metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışmaya bakan çalışmalar karışık sonuçlar vermektedir. Örneğin, iki çalışma üyelerinin çevrimiçi grup psikolojik danışmada yaptıkları

memnuniyeti incelemiş ve farklı sonuçlar bulmuştur. Meier (2000) tarafından Amerika'da yapılan bir araştırmada, işleriyle ilgili stres yaşayan katılımcıların olduğu bir çevrimiçi destek grubunu araştırmıştır. Grup üyeleri (elli iki üst düzey sosyal çalışmacı), gruptaki genel deneyimin yanı sıra grup liderinin varlığı ve grupta tartışılan konuların çeşitliliği konusunda yüksek düzeyde bir memnuniyet bildirmiştir. Bu değişkenler yazar tarafından tasarlanan 83 maddelik bir memnuniyet anketiyle değerlendirilmiştir. Üyeler ayrıca evden katılabilmenin rahatlığını ve mahremiyetini beğendiklerini belirtmiştir. Yazar, örneklemin çoğunun (% 95) yeterli donanıma sahip bilgisayara ve internet kullanım becerilerine sahip olduklarını, bu sebeple çevrimiçi grubu kabul ettiklerini açıklamıştır.

Video konferans yoluyla görüşme, nöropsikolojik değerlendirme görüşmelerinde de kullanılmaktadır. Schopp ve diğerleri (2000), Amerika'da yaptıkları araştırmada iki farklı değerlendirme moduna geniş bir yelpazede nöropsikolojik problemleri olan 98 katılımcıyı: video konferans veya yüz yüze etkileşime rastgele atamıştır. Çalışmada 4 nöropsikolog, 3 nöropsikoloji doktora öğrencisi ve 2 adet nöropsikoloji stajyeri dâhil olmak üzere dokuz kişi mülakata alınmıştır. Görüşme yapanlar ve danışanlar memnuniyetlerini, ne kadar rahat hissettiklerini veya hissetmediklerini, iletişim kolaylığını, görüşmecinin dikkat çekiciliğini ve deneyimlerini tekrar edip etmeyeceklerini belirtmiştir. Görüşme sırasında danışan memnuniyeti, iletişim kolaylığı ve gevşeme düzeyleri ile ilgili koşullar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Aslında, bu çalışmadaki danışanlar yüz yüze görüşmeden ziyade video konferans koşullarındaki deneyimi tekrarlamak için daha fazla isteklilik bildirmişlerdir. Bununla birlikte görüşmeciler (danışmanlar), yüz yüze görüşmelerden çok video konferans koşullarıyla ilgili olarak daha düşük bir memnuniyet ifade etmiştir. Bu çalışmalar, video konferansa katılanların, yüz yüze bir oturumda memnuniyet dereceleri arasında benzerliği göstermesi açısından önemlidir.

Karmaşık sonuçlar üreten bir çalışma, grup çalışması için çevrimiçi psikolojik danışmanın etkinliğini incelenmiştir. Meier (2000), üst düzey sosyal hizmet uzmanlarının işleriyle ilgili stresleri tartışmak için çevrimiçi destek grubunun etkinliğini araştırmıştır. Elli iki katılımcı, bir tartışma listeleri veya bir tedavi olmayan kontrol grubu üzerinden çevrimiçi müdahale grubuna rasgele ayrılmıştır. Katılımcılar müdahaleden önce ve sonra standardize Mesleki Stres Envanterini (OSI; Osipow & Spokane, 1987) tamamlamıştır. Bir grup lideri, üyelerin işle ilgili streslerini daha derinlemesine keşfetmeleri, yeni endişeleri dile getirmeleri ve üyelerin gruba olan memnuniyetlerini artırmaları için deneyimlerini artırma çabalarını içeren görüşmeleri kolaylaştırmıştır. Grup üyeleri deneyimden memnun olduklarını dile

getirirken, mesleki stres, psikolojik zorlanma veya başa çıkma kaynakları düzeylerinde anlamlı bir değişiklik yaşamamışlardır.

Bilgisayar aracılığıyla yazımın etkilerini doğrudan inceleyen Lange ve meslektaşları (2001), bilgisayar destekli bir tedavi grubuna ya da bekleme listesi kontrol koşuluna travma sonrası stres yaşayan 25 lisans öğrencisini rastgele seçmiştir. Bilgisayar tabanlı tedavi, 10 haftalık bir süre boyunca iki haftalık yazma oturumlarından oluşmaktadır. 45 dakikalık yazma alıştırılmalarında, klinik psikolojideki yedi yüksek lisans öğrencisi, yazılarına cevap vermiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar, bilgisayar tabanlı yazma tedavisindeki katılımcıların, travma sonrası stres semptomlarında kontrol grubundaki katılımcılara göre daha büyük azalmalar ortaya koyduğunu göstermiştir.

Metin tabanlı psikolojik danışma türleri, taraflar arasında çok fazla bilgi aktarılmasına, özellikle sözsüz iletişim biçimlerinin gözlenmesine izin vermez ve gelecekteki araştırmalar, bu hizmet sunum biçimleri arasındaki farklılıkları incelemelidir. Wright ve Chung (2001), terapötik yazımla ilgili alanyazın gözden geçirilmesinde, terapötik yazımın; kendilerini güçsüz olarak algılayan danışanlar için, anadillerini yüz yüze terapide kullanmayanlar için, utançla susturulanlar veya diğer engelleyici duygulara sahip olduğu için konuşamayan, stresli veya travmatik olayları açıklamak zorunda olan ve güçlü duygular yaşamak ile ilişkili yaşamın belirli aşamalarında (örneğin, ergenler, darülaceze hastaları) kaygı duyanlar için yararlı olduğunu, kullanılabilir bulunduğunu belirtmişlerdir. Metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışma yazım yoluyla iletişim kurmayı içerdiğinden, bu gözden geçirme, eş zamanlı olmayan e-posta ve eş zamanlı sohbet yoluyla sağlanan hizmetlerin olası etkinliği ile de ilgilidir. Çevrimiçi psikolojik danışma bu tür yazı bileşenlerini kullanarak yürütülmektedir.

Yukarıda bahsedilen araştırmalarda gözleendiği üzere bazı araştırmalar metin tabanlı psikolojik danışmayı yararlı bulurken bazıları yüz yüze ile karşılaştırıldığında metin tabanlı psikolojik danışmayı yetersiz bulmaktadırlar. Bu sonuçların ortaya çıkmasında elbette ilk çalışmada katılımcıların internet ve bilgisayar teknolojileri konusundaki yeterlilikleri ve hazırbulunuşlukları da etkili olmuştur denilebilmektedir. Söz konusu çalışmalar aynı zamanda çevrimiçi psikolojik danışma sürecini araştıran literatürü tartışmaya başlamak için bir köprü görevi de görmektedir.

Psikoloji alanı, özellikle çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgilenen uygulayıcılar, bilgisayar aracılı iletişim alanındaki mevcut alanyazının incelenmesinden fayda görebilirler. Yüz yüze ve çevrimiçi ortamlar arasındaki farklılıkları çok çeşitli değişkenler üzerinde

araştıran oldukça fazla alanyazın zaten hali hazırda bulunmaktadır. Örneğin, araştırmalar, eş zamanlı sohbet veya eş zamansız e-postadan önce gelen yüz yüze görüşmelerin daha keyifli olduğu ve yüz yüze görüşmelerden çok bilgisayar aracılığında yapılan bir görüşmeden önce daha geniş bir perspektif çeşitliliği içerdiğini göstermiştir (Dietz-Uhler ve Bishop-Clark, 2001).

Day ve Schneider (2002), rastgele sayısız medya ve tavsiye kaynağına katılmak için gönüllü olan 80 danışanı üç psikoterapi yöntemine (yüz yüze, video konferansı ve 2 yönlü ses) atadı. Çalışmada bir bekleme grubu da kontrol koşulu olarak kullanılmıştır. Danışanlar, kilo sorunları ve kişilik bozuklukları da dâhil olmak üzere çeşitli konularla ilgilendiler. Danışanlar tarafından bildirilen en yaygın sorunlar beden imajı/ağırlığı, aile ilişkileri, diğer ilişkiler ve iş/okul idi. Bir psikolojik danışma programındaki on altı doktora öğrencisine bilişsel-davranışçı terapi (CBT) eğitimi verildi, ancak yüz yüze terapi ilişkilerine benzer koşulları yeniden üretmeleri için esneklik verildi. Çalışmanın sonucunda tedavi grupları arasındaki temel farklılıklar araştırıldı ve üç tedavi yöntemi arasında anlamlı bir fark bulunmadı.

Bununla birlikte, yüz yüze ve eş zamanlı sohbet görüşmelerinde yapılan bir araştırmada, yüz yüze gruptaki katılımcıların daha fazla kendilerini açtıklarını ve eşlerinin de daha fazla açıldıklarını hissettikleri tespit edilmiştir (Mallen, Day, & Green, 2003). Hopps ve diğerleri (2003), kronik fiziksel engellerden mustarip 19 kişiye eş zamanlı sohbetler aracılığıyla sağlanan hedefe yönelik bilişsel davranışçı terapinin potansiyel yararlılığına dair kanıtlar bulmuşlardır. Bir bekleme-öncesi kontrol grubu ile ön test-son-test tasarımı kullanarak, katılımcıların, kontrol grubuna kıyasla, son testte daha az yalnızlık bildirdiklerini bulmuşlardır.

Ayrıca Rochlen ve diğerleri (2004), bir seçenek sunulduğunda insanların yüz yüze tedavileri tercih edebileceğini öne sürmüştür. Çevrimiçi ve yüz yüze psikolojik danışma yaklaşımlarının karşılaştırılabilir ölçütlerini içeren bir araç geliştirme projesinde, Rochlen ve diğerleri (2004), katılımcıların algılanan değer ve rahatsızlık düzeyi ile ilgili olarak çevrimiçi psikolojik danışmanlığa göre yüz yüze danışmanlığa daha uygun tutumlar sunduğunu tespit etmişlerdir. Çalışmanın birincil kısıtlılığı, bir tutum karşılaştırma çalışması olması ve tutumların aşinalık ve beklentilere dayandırılmasıdır, özellikle de genel üniversite öğrencileri olduğu ve şu anda sıkıntı çeken gerçek danışanlar veya bireyler olmadığı için. Bununla birlikte, bu araştırma bulguları, çevrimiçi psikolojik danışma uygulanmasının, bilgisayarlarla ve uzaktan iletişim ile olası danışan tutumları ve konfor seviyelerine özellikle dikkat etmesi

gerektiğini göstermektedir. Son çalışma süreç öncesi bir çalışma olarak düşünülebilir çünkü tedaviye yönelik tutum ve beklentileri ölçmektedir. Bunun yanında teknik olarak bir sonuç çalışması olmamasına rağmen, çevrimiçi danışmanın potansiyel danışanların ilgi düzeyini değerlendirdiğinden bahsetmeye değer bulunmuştur.

Çevrimiçi psikolojik danışmanın en sık açıklanan yararlarından bir diğeri de herhangi bir psikolojik danışma merkezine uzak, kırsal bölgelerde ikamet eden, ulaşım güçlüğü yaşayan, hayatını zor coğrafi şartlar altında sürdüren danışanlara psikolojik danışma hizmetini erişilebilir kılmasıdır. İnternetin kullanımı, belirli bir problem için tedavi arayan danışanın o alanda uzmanlaşmış, ancak o coğrafi bölgede bulunmayan profesyonellere erişebilmesini de sağlayabilir. Ek olarak, danışanlar çevrimiçi psikolojik danışmayı tercih edebilirler çünkü daha kolay, esnek ve uygun maliyetlidirler (Rummel ve Joyce, 2010).

Çevrimiçi psikolojik danışmada etik konusu ile ilgili olarak Richards ve Vignano'ya göre (2013), İrlanda'da çevrimiçi psikolojik danışma, rıza, sözleşme yapma, kayıtların gizliliği, gizlilik, teşhis ve bakım görevleri konularında psikolojik danışmanlar ilk etapta endişe yaşadıkları görülmektedir. Çevrimiçi psikolojik danışma kabul edilene, psikolojik danışmanın meşru bir formu olarak dâhil edilene ve böylece psikologlar eğitim kurslarına katılincaya, psikolojinin geniş alanının bir parçası olarak uygun ve kurulu akreditasyon kuruluşlarını düzenleyinceye kadar mücadelenin devam etmesi gerektiğini, buna ek olarak, bütün bu etmenlerin bir araya getirilmesi, endüstrinin standartlaştırılmasını ve düzenlenmesini ve böylece danışan ve diğer uzmanlar için daha güvenilir olacağını savunmuşlardır.

Bir bütün olarak ele alındığında, bu çalışmalar, çevrimiçi psikolojik danışma tarzlarının, danışanların karşılaştıkları sorunları azaltmada etkili olabileceğine dair ön kanıtlar sunmaktadır. Sonuç olarak, bu bulgular, psikolojik danışmanlar ve onların danışanları için çevrimiçi psikolojik danışmanın uygulanabilir bir tedavi seçeneği olup olmadığını belirlemek için gelecekteki araştırmaların temelini oluşturmaktadır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu araştırma, farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan psikolojik danışmanların, çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin görüşlerinin kapsamlı bir şekilde ve bütüncül bir anlayışla incelenmesini amaçlamaktadır. Araştırmacı tarafından çevrimiçi psikolojik danışma konusunun temelleri ve ülkemizdeki durumuyla ilgili temel ve kapsamlı bir çalışmanın eksikliği duyulmuş, bu nedenle, uygulamalardan kapsamlı temel bilgilere ulaşabilmede en uygun yöntem olarak görülen nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Nitel araştırma, sosyal yaşam ve insanla ilgili problemleri kendine özgü yöntemlerle sorgulayarak, anlamlandırma sürecidir (Creswell, 1998). Nitel araştırmalarda araştırmacı, verileri tekrar tekrar okuyarak kodlar ve temalara ayırır. Elde edilen kodlara ve temalara dayanarak araştırma sonuçlarını ortaya koyar (Merriam, 1998).

Aşağıda, araştırmada kullanılan araştırma desenine, katılımcılara, veri toplama yöntem ve araçlarına, izlenen işlem yoluna ve verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Araştırma Deseni

Bu araştırmada, farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan psikolojik danışmanların, çevrimiçi psikolojik danışmaya yönelik görüşlerinin incelenmesi hedeflenmektedir. Bu nedenle araştırmada nitel araştırma deseni kullanılmıştır.

Psikolojik danışmanlar, çevrimiçi bir ortamda video konferans yöntemi kullanılarak araştırma sorularının yöneltildiği, ortalama bir saatlik görüşmeler yoluyla elde edilen veriler içerik analizine tabi tutulmuş, sonuçlar bu çalışmanın “Bulgular” kısmında açıklanmıştır. Çeşitli araştırma yaklaşım ve uygulamalarını bir şemsiye altında toplaması sebebiyle, nitel araştırmanın net bir tanımını yapmak zordur. Bununla birlikte genel olarak nitel araştırma, “gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerinin kullanıldığı,

alguların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konmasına yönelik nitel bir sürecin izlendiği araştırma” olarak tanımlanabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2013, s. 45). Nitel araştırma yönteminin içeriğinde kültür araştırması, kuram oluşturma, fenomenoloji, vaka çalışması gibi çeşitli yaklaşımlar bulunmaktadır (Saldana, 2011).

Bu araştırma özü itibariyle fenomenolojik bir araştırmadır. Fenomenoloji bir olgunun özünde ne olduğunu, o olgunun doğasının ve anlamının ne olduğunu ortaya çıkarmak için yapılan araştırmaları kapsamaktadır. Bazı araştırmacılar fenomenolojik yaklaşımı, insanların bir olguyu nasıl deneyimlediklerini ayrıntılı bir biçimde anlamak ve kavramak amacıyla kullanmaktadır (Saldana, 2011). Fenomenolojik araştırmalar kendi içerisinde çeşitli ekollere ayrılmaktadır. Birbirine alternatif olarak değerlendirilen bu ekollerin yaygın olan ikisi betimleyici ve yorumlayıcı fenomenolojidir (Giorgi, 1992). İnsancı yaklaşımdan beslenen betimleyici fenomenolojiye göre, deneyimler bilinçlidir ve doğrudan sistematik bir çaba ile elde edilebilir. Yorumlayıcı yaklaşımda ise, deneyim büyük ölçüde bilincin dışında bir bağlamda gizil bir örüntü gösterir (Walsh, 2012). Ancak belirtilen iki yaklaşımda da felsefi ayrışmalar olsa dahi sonuçta büyük ölçüde örtüşme söz konusudur. Fenomenolojik bir araştırmada katılımcıların salt kullandıkları sözcüklerin ötesine geçildiği tartışılmaktadır (Hein ve Austin, 2001). İki yaklaşımda da anlamın farklılaşması ve derinliği üzerinde durulması yönüyle benzerlik söz konusudur (Giorgi, 1992). Bu nedenle bu araştırma kapsamında da betimsel ve yorumlayıcı fenomenolojik yaklaşımların ötesinde fenomenoloji yönlendirici bir örnek olarak kullanılmaktadır.

3.2. Araştırmaya Katılan Bireyler

Nitel araştırmalarda çalışılacak katılımcıları belirlerken genellikle nicel araştırmalardaki gibi genellemeler yapılmaz. Nitel araştırmalarda, araştırma bağlamındaki çeşitliliği betimleyebilme, farklı ve benzer durumları açıklayabilme, amacına uygun olarak yapılmalıdır (Berg, 2004). Yıldırım ve Şimşek (2013) nitel araştırmalarda daha zengin bir veri seti oluşturmak amacıyla birden fazla örnekleme yönteminin eş zamanda kullanılabileceğini belirtmektedir. Psikoloji ve psikolojik danışma alanlarında nitel araştırma deseninin önemli araştırmacılarından olan Hill, Thompson ve Williams, (1997) bir olgunun derinlemesine araştırılması için gereken katılımcı sayısının 8- 15 arasında olabileceğini belirtmektedirler.

Bu araştırma kapsamında, katılımcı sayısı belirlenirken makul düzeyde veri elde etmek için gerekli katılımcı sayısı, veri çeşitliliği ve analiz kolaylığı arasındaki denge gözlemlenmiştir. Katılımcıların PDR lisans mezunu olmaları, Psikolojik Danışma ve Rehberlik alan akademisyenleri ile farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan psikolojik danışmanlardan oluşması hedeflenmiştir. Katılımcılara kartopu yöntemi ile ulaşılmıştır. Rubin ve Babbie (2000) araştırma yapılacak grubun üyelerine ulaşmanın zor olduğu durumlarda kartopu örnekleme yönteminin kullanılmasının uygun olduğunu belirtmektedir. Katılımcılara ulaşmak için araştırmacının ve araştırmacının tez danışmanının kişisel sosyal medya hesaplarından, PDR alanı ile ilgili sayfalarda duyurular yapılmıştır. Ayrıca meslektaşlarla çeşitli sosyal ortamlardaki iletişim kanallarından duyurular yapılmıştır. Sosyal medya hesaplarından yapılan duyurulara cevap veren bireylerden üçü görüşmelerin video konferans yöntemi ile yapılacağını öğrendiğinde, katılımcı olmaktan vazgeçmiştir.

Araştırmaya katılmaya gönüllü olanlardan iki psikolojik danışman özel bir kurumda okul psikolojik danışmanı olarak, bir psikolojik danışman kendisine ait psikolojik danışma merkezinde, üç psikolojik danışman Milli Eğitim Bakanlığı'nda okul psikolojik danışmanı olarak, iki psikolojik danışman devlet üniversitesinde öğretim üyesi olarak, iki psikolojik danışman Adalet Bakanlığı'nda adli psikolojik danışman olarak ve iki psikolojik danışman Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nda(ASDEP), Sosyal Çalışma Görevlisi olarak çalışmaktadır. Toplam 12 psikolojik danışman ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

Tablo 3.1'de katılımcıların bazı demografik özelliklerine ilişkin bilgiler özetlenmiştir. Katılımcıların her biri için bir kod belirlenmiştir (K1, K2 gibi). Katılımcılardan altısı İzmir, bir katılımcı İstanbul, dört katılımcı Antalya ve bir katılımcı da Bursa'da yaşamaktadır. Katılımcıların yedisi lisans (üçü bu dönemde yüksek lisans öğrencisi), ikisi yüksek lisans, üçü doktora mezunudur. Üç katılımcı çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti vermektedir. Katılımcıların hiçbirisi daha önce çevrimiçi psikolojik danışma almamıştır.

Tablo3.1.Katılımcıların Demografik Özellikleri

Kod	Çalıştığı alan	Meslekteki çalışma süresi	Eğitim Durumu	Cinsiyeti	ÇİPD almış	ÇİPD vermiş
K1	Okul Psikolojik Danışmanı	9	Y.Lisans (Öğrenci)	Kadın	Hayır	Hayır
K2	Adalet Bakanlığı	2	Lisans	Kadın	Hayır	Hayır
K3	Okul Psikolojik Danışmanı	7	Y.Lisans	Erkek	Hayır	Evet
K4	Özel P.D. Merkezi	7	Y.Lisans (Öğrenci)	Kadın	Hayır	Hayır
K5	ASDEP	1	Y.Lisans (Öğrenci)	Erkek	Hayır	Hayır
K6	Öğretim Elemanı	7	Doktora	Kadın	Hayır	Hayır
K7	Okul Psikolojik Danışmanı	5	Lisans	Kadın	Hayır	Hayır
K8	Özel P.D. Merkezi	18	Doktora	Kadın	Hayır	Evet
K9	Özel P.D. Merkezi	1	Lisans	Kadın	Hayır	Hayır
K10	Adliye	10	Y.Lisans	Erkek	Hayır	Hayır
K11	Öğretim Elemanı	22	Doktora	Kadın	Hayır	Evet
K12	ASDEP	10	Lisans	Kadın	Hayır	Hayır

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla, araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu (Ek 1) ve Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (Ek 3) kullanılmıştır. Ayrıca, görüşülen kişilerin, kaydı ve veri kullanımı onayı için Bilgilendirilmiş Onam Formu kullanılmıştır (Ek 2).

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Bu form (Ek 1) katılımcının cinsiyet, eğitim durumu, çalışmakta olduğu alan ve süresi, hangi şehirde yaşadığı gibi kişisel bilgilerin yanı sıra, katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin görüşlerinin etkilenebileceği düşünülen daha önce çevrimiçi psikolojik danışma alıp almadığı ve daha önce çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verip vermediği gibi durumları belirlemek amacıyla hazırlanmış sorulardan oluşmaktadır.

3.3.2. Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Formu

Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Formu, çalışmaya katılan katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmaya yönelik deneyimlerini belirlemek için araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma deneyimlerine ilişkin veriler açık uçlu ve görüşme sırasında doğaçlama sorular ile elde edilmiştir.

Görüşme sorularını belirlemek için, öncelikle ÇİPD uygulamaları konusunda alanyazın incelenmiştir. Konuyla ilgili alan yazının incelenmesinin ardından, alan yazındaki bilgilerle tutarlı olacak şekilde görüşme formunun taslağı hazırlanmıştır. Tez danışmanı ile değerlendirilen taslak formla ilgili olarak, Türkiye’de çevrimiçi psikolojik danışma konusunda çalışmalar yapan bir öğretim üyesinden uzman görüşü alınmıştır. Taslak form, içerik ve biçim açısından ÇİPD konusunda uzman öğretim üyesi tarafından da değerlendirilmiş, formdaki ifadelerle ilişkin çeşitli geri bildirimlerde bulunulmuştur. Uzman önerileri alındıktan sonra, araştırmacının tez danışmanı ile görüşme formunun içeriği ve yapısına ilişkin yeni düzenleme yapılmıştır. Bu değerlendirmelerden sonra form tekrar düzenlenmiştir. Formun tekrar düzenlenmesinin ardından biri erkek diğeri kadın olmak üzere iki psikolojik danışmanla pilot görüşmeler yapılmıştır. Bu görüşmelerde, formda yer alan soruların yeterince anlaşılır olup olmadığına ve edinilmek istenen verileri sağlamaya yönelik kapsamda olup olmadığına ilişkin değerlendirme yapılmıştır. Pilot görüşmeler sonucunda uygulama formunun anlaşılır ve edinilmek istenen verilere ulaşmayı kolaylaştıracak son hali kararlaştırılmıştır. Böylelikle nitel araştırma sürecinde istenilen deneyimlerin elde

edilebilmesi için görüşmelerde gerekli olan esnek bir uygulama formu oluşturulmuştur (Clarke ve Braun, 2018).

Yarı yapılandırılmış görüşme formu, araştırma sorularına dayalı olarak, dört ana konuda, toplam on dört sorudan oluşmaktadır ve Ek3'te yer almaktadır. Görüşmelerin dört ana konusu ve kapsadıkları soru içerikleri şunlardır:

1. *Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmaya açık olma yönündeki bakış açıları ile ilgili sorular:* Bu sorularla katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmaya açık olup olmadığı, ÇİPD konusunda ön yargıya sahip olup olmadığı, ÇİPD'i işler bulup bulmadığı öğrenilmeye çalışılmıştır.
2. *Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulama yöntemleri hakkında bilgileri ile ilgili sorular:* Bu sorularla katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma uygulama yöntemlerine ilişkin bilgilerinin olup olmadığı, hangi yöntemlerin kullanılmasına açık olduğu, yöntemlerin faydalı ve sorunlu özellikleri konusunda neler düşündükleri, uygulamayı tercih ederlerse hangi alanlarda tercih edecekleri ve çevrimiçi kurulan terapötik ilişkiye ilişkin algıları öğrenilmeye çalışılmıştır.
3. *Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin etik algıları ile ilgili sorular:* Bu sorularla katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin farklı etik ilkelere gereksinim duyup duymadığı ve Türkiye'deki uygulamalarda standartların neler olabileceğine ilişkin düşünceleri öğrenilmeye çalışılmıştır.
4. *Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarında uzman yetkinliğine ilişkin farkındalıkları ile ilgili sorular:* Bu sorularla katılımcıların psikolojik danışmanın çevrimiçi psikolojik danışmada yetkinliği konusunda duyarlılığa sahip olup olmadıkları, çevrimiçi psikolojik danışma yapmak için uzmanların kimler olması ve hangi özellikleri taşıması gerektiği yönündeki düşünceleri anlaşılmasına çalışılmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Görüşme formu hazırlandıktan sonra, uygun özellikte ve sayıda katılımcılara ulaşmak için araştırmacının kişisel sosyal medya hesapları, tez danışmanının bağlantıları ve sosyal medya hesapları ve PDR alanı ile ilgili web sayfaları kanalıyla duyurular yapılmıştır. Üç ayı aşkın bir sürenin sonucunda, hedeflenen katılımcı sayısı ve çeşitliliğine ulaşılmıştır. Sosyal medya kanalıyla ve kişiler arası görüşmelerle, araştırmaya katılabileceğini belirten katılımcılara, görüşmeler yapılmadan önce kişisel e-posta adresleri üzerinden araştırma hakkında genel bir bilgi metni ve kişisel bilgi formu gönderilmiştir. Aynı zamanda görüşmeler sırasında ses kayıtlarının alınacağına ve araştırma kapsamında kullanılacağına dair bilgilendirilmiş onamlar ve kişisel bilgi formu da gönderilmiştir. Katılımcılar tarafından imzalanmış onamlar ve doldurulmuş kişisel bilgi formları bilgisayarda taratılarak e-posta yoluyla araştırmacıya ulaştırılmıştır. Daha sonra her katılımcıyla ayrı ayrı görüşme için uygun gün ve saatler belirlenmiştir. Her bir katılımcının bilgilendirilmiş onamlarının araştırmacıya ulaşmasından sonra Whatsapp üzerinden, ikişer hafta içerisinde katılımcılarla çevrimiçi video konferans yöntemi ile görüşme soruları yöneltilmiş, görüşmelerin ses kayıtları profesyonel bir kayıt cihazı kullanılarak alınmıştır. En kısa görüşme 5 dakika, en uzun görüşme 32 dakika sürmüştür. Görüşmelerin ortalama uzunluğu 15 dakikadır. Görüşmelerin tamamlanmasının ardından ses kayıtları bilgisayar ortamında yazıya geçirilmiştir. Görüşmelerin ses kayıtları ve yazılı kayıtları araştırmacı tarafından bilgisayar ortamında şifreli bir şekilde saklanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde, nitel araştırmalarda kullanılan “içerik analizi” yöntemi uygulanmıştır. “İçerik analizinde temelde yapılan işlem, birbirine benzeyen verileri belirli kavramlar ve temalar çerçevesinde bir araya getirmek ve bunları okuyucunun anlayabileceği bir biçimde düzenleyerek yorumlamaktır” (Yıldırım ve Şimşek, 2013, s. 259). Yıldırım ve Şimşek (2013), nitel araştırmalarda verilerin dört aşamada analiz edildiğini belirtmektedir. (1) verilerin kodlanması, (2) temaların bulunması, (3) kodların ve temaların düzenlenmesi, (4) bulguların tanımlanması ve yorumlanması. Bununla birlikte bu aşamalar birbirinden bağımsız ve birbirini takip eden değil, iç içe geçmiş ve çoğu kez bir arada yürütülen süreçlerdir. Nitel

veri analizi ve bulguların yazılma süreçleri birbirlerinden bağımsız olgular olarak düşünülmemelidir (Silverman ve Marvasti, 2008). Bu kapsamda, araştırmanın verileri analiz edilirken öncelikli olarak yazıya geçirilen görüşmeler birkaç defa okunmuştur. Nitel verilerin analizinde öncelikle görüşmelerde alınan ses kayıtları yazılı metinlere dönüştürülmüştür. Görüşmelerin yazılı metinleri araştırmacının tez danışmanı tarafından doğruluk açısından kontrol edilmiştir. Okumalar sırasında aynı zamanda kodlara, temalara ve alt temalara ilişkin bir liste hazırlanmıştır. Bir sonraki aşamada ise katılımcıların ifadeleri temalar ve alt temalarla ilişkilendirilmiştir. Bu aşamada birkaç kez temaların ve alt temaların tekrar düzenlenmesi ihtiyacı ortaya çıkmıştır. Bu işlemler aşağıda ayrıntılı olarak açıklanmaktadır.

Verilerin analizinde katılımcıların özgünlüğe ilişkin gerçek deneyimlerinin keşfedilebilmesi için fenomenolojik yöntem ve tematik analiz yöntemi kullanılmıştır. Tematik analiz, verilerin içerisindeki örüntülerin fark edilmesi, sınıflandırılması ve raporlanması sürecidir (Braun ve Clarke, 2006). Temaların oluşturulmasında Braun ve Clarke (2006) ve Wertz (2011)'in önerileri dikkate alınarak üç adımlı bir yol izlenmiştir. İlk olarak görüşmeler ayrıntılı bir şekilde tekrar tekrar okunmuştur. Yazılı metinlere dönüştürülmüş ses kayıtlarının okuması üç haftalık bir zamana yayılmıştır. Ayrıntılı okumaların ardından ikinci adımda, katılımcılardan elde edilen verilerdeki anlam birimleri yani kodlamalar oluşturulmuştur. Üçüncü adımda ise, anlam birimlerinin altında yatan sayıtlar, düşünme biçimleri ve kavramsallaştırmalar dikkate alınarak temel temalar oluşturulmuştur. Başka bir deyişle öncelikle ilk adım olarak verilerin bütüne dayalı anlaşılması gerçekleştirilmiştir. İkinci adım olarak herhangi bir sayıttan ve teorik öngörüden bağımsız olarak anlam birimleri, kodlamalar oluşturulmuştur. Son adımda ise, imgesel çeşitleme yoluyla oluşturulan anlam birimleri, temalar deneyimlerin aslını gösterecek şekilde bütünleştirilmiştir (Giorgi, 2012). Tema oluşturma işlemi sürecinde betimsel tanımlardan ziyade deneyimlerin aslını ve bağlamsal ilişkilerini ortaya çıkarabilecek temalar oluşturulmaya çalışılmıştır.

Veri toplama aracının geliştirilmesi ve veri toplanması sürecinde olduğu gibi verilerin analizi sürecinde de araştırmacının kendi öngörüsüne dayalı varsayımlarını kontrol ederek katılımcılardan gelen görüşlerin kaçırılmaması için bazı önlemler alınmıştır. Veriler öncelikle araştırmacı tarafından defalarca okunarak anlam birimleri oluşturulmuştur. Oluşturulan bu anlam birimlerinin veri ile tutarlılığını ve araştırmanın geçerliliğini artırmak için analiz sürecinde araştırmacının tez danışmanı 1. Uzman, görüşme sorularına da geri bildirim veren ÇİPD konusunda uzman öğretim üyesi 2. Uzman olarak ayrı ayrı kodlamayı ve anlam çıkarma sürecini gerçekleştirmişlerdir. Araştırmacının tez danışmanı ile yaptığı çevrimiçi ve

yüz yüze görüşmelerde ortaya çıkan temalar, sekiz aylık bir süreçte ilgili alanyazın göz önünde bulundurularak 1. Uzman ile birçok defa tartışılarak, kontrol edilmiştir. Elde edilen temalardan araştırmacı ile 1. Uzmanın önerileri arasında farklılık olanlar tartışma ve uzlaşa ile gözden geçirilmiştir. Söz konusu tartışma ve uzlaşa görüşmelerinin ayrıntılı listesi, Tablo 3.2’de araştırmacının tuttuğu işlem günlüğünde tarih, saat, süre ve yöntem olarak ayrıntılı bir biçimde belirtilmiştir.

3.6. Araştırmanın Geçerliliği ve Güvenilirliği

Bu araştırmada görüşme formunun hazırlanması sırasında uzman görüşlerinin alınması ve görüşmeler için deneme çalışmalarının yapılması, geçerlik ve güvenilirliği arttırmaya yönelik ilk önlemlerdir. Temaların oluşturulması sırasında iki uzmanla çalışılmasının yanı sıra, içerik analizinin güvenilirliğini artırmak için lisans düzeyinde okul psikolojik danışmanı olarak görev yapan iki psikolojik danışman hakem olarak belirlenmiştir (M1, M2, M3, M4). Bu kişiler 1. Uzman, 2. Uzman ve araştırmacı tarafından oluşturularak son hali verilmiş, tema ve alt temaların uygunluğunu ve katılımcı ifadeleriyle uyumlu olup olmadığını Tema Eşleme Formu aracılığıyla denetlemiştir (Ek4, Ek5). Tema eşleme işlemi yapıldıktan sonra, sınıflama düzeyinde puanlama yapan iki puanlayıcı arasındaki uyumun derecesini belirlemek için puanlayıcılar arası güvenilirlik belirlemede sıklıkla kullanılan Kappa analizi kullanılmıştır. Bu işlemi içeren ayrıntılı analiz süreci aşağıda açıklanmaktadır.

Nitel araştırmalarda geçerlik ve güvenilirlik kavramları, nicel araştırmalardakinden oldukça farklı şekilde ele alınmaktadır ve nitel araştırmalarda nicel araştırmalardaki gibi standartlaştırılmış geçerlik ve güvenilirlik yöntemleri bulunmamaktadır (Saldana, 2011; Yıldırım ve Şimşek, 2013).

Nitel bir çalışmanın genel kalitesine genellikle “inandırıcılık” denir. İnanırıcılığı sağlamak için birçok araştırmacı tarafından kullanılan yöntem üçlemedir (Creswell ve Miller, 1997). Üçleme (triangulation), güvenilir ve inandırıcı sonuçlar elde etmek için çoklu veri kaynakları kullanma, çoklu yöntemler kullanma, çoklu araştırmacı katılımı ve çoklu teorilerin kullanılmasını ifade eder (Creswell, 1998). Bu çalışmada araştırmacı analistlerinin üçlemesi kullanılmıştır.

Üçleme süreci, analizde üç farklı aşamada üç uzman (araştırmacı da dâhil olmak

üzere) kullanılarak inandırıcılık kontrolleri yapılarak gerçekleştirilmiştir. Birinci ve ikinci aşamalarda, araştırmacı ile birinci uzman, ham veri üzerinde kodlama konusunda çalışmış ve kodların ve temaların son hali üzerinde görüş birliğine varmıştır. Daha sonra bu temalar ve kodlar bu alanda uzman bağımsız bir üçüncü araştırmacıya (2. Uzmana) gönderilmiş ve onun önerdiği değişiklikler göz önünde bulundurularak, araştırmacı ve 1. Uzman tarafından temalara son hali verilmiştir. Üçüncü aşama olan tema eşleme işlemi, tema analizinin tamamlanmasından sonra önceden bu araştırma hakkında bilgisi bulunmayan bağımsız iki alan uzmanından yardım alınarak yapılmıştır. Buna göre araştırmacı, 1 Uzman ve 2. Uzman tarafından oluşturulan toplam altmış üç kod ve bunlara ilişkin altmış üç alt tema karışık olarak bu yeni iki alan uzmanına gönderilmiştir. Bu araştırmacılardan kodları uygun buldukları temalarla eşleştirmeleri istenmiştir. Araştırmacı tarafından belirlenen temaların eşleştirilmesinde iki alan uzmanın verdikleri cevapların birbirleriyle uyumlu olup olmadığı araştırılmıştır. Bu amaçla Kappa istatistiğinden yararlanılmıştır. Kappa istatistiği ile analiz edilen eşlemeler 0-1 aralığında değerler almaktadır. Buna göre; < 0.20 eşleşmeler arasında uyumluluk olmadığına, $0.20 < K < 0.40$ zayıf uyum olduğuna, $0.40 < K < 0.60$ orta düzeyde uyum olduğuna, $0.60 < K < 0.80$ ise iyi uyum olduğuna ve son olarak $0.80 < K < 1.00$ mükemmel uyuma işaret etmektedir (Özdamar, 2002). Bu çalışmada veriler IBM SPSS 25 paket programı ile analiz edilmiştir. Bu iki alan uzmanına gönderilen kodlamalardan alınan geri bildirimler sonrasında yapılan karşılaştırmada uzman1 ve uzman 2 tema eşleme kodları üzerinde 60/60 (%100) oranında benzerlik sağlandığı görülmüştür (Tablo 4.1.1, Tablo 4.2.1, Tablo 4.3.1, Tablo 4.4.1).

Geçerliliklerin kodlama, tema belirleme ve tema eşlemede uygulanan üçlemelerin yanı sıra araştırmacının güvenilirliğinin artması için uygulayıcı tarafından araştırmacı işlem günlüğü tutulmuştur. Araştırma görüşme sorularının yazılması, katılımcılarla görüşmeler, tez danışmanı ile yapılan görüşmeler, temaların belirlenmesi ve tema eşleme süreci, uzman görüşlerinin alınması söz konusu günlükte; tarih, gün, zaman ve işlem yolu belirtilerek kayıt altına alınmıştır. Tablo 3.2'de araştırmacının tutmuş olduğu araştırmacı işlem günlüğü görülmektedir.

Tablo 3.2. Araştırmacı İşlem Günlüğü

Olay	Tarih	Gün	Saat	Süre	İşlem Yolu
Görüşme soruları 1.uzman görüşü (Gönderim)	16.10.2017	Pazartesi	11.12	...	E-posta yoluyla
Görüşme soruları 1.uzman görüşü (Alım)	30.10.2017	Pazartesi	14.17	...	E-posta yoluyla
Görüşme soruları 2.uzman görüşü (Gönderim)	30.10.2017	Pazartesi	18.32	...	E-posta yoluyla
Görüşme soruları 2.uzman görüşü (Alım)	16.11.2017	Perşembe	13.17	...	E-posta yoluyla
Sosyal medyada araştırma katılımı için çağrı	02.12.2017	Pazartesi	14.59	...	E-posta yoluyla
Katılımcı görüşmesi (K12)	26.02.2018	Pazartesi	14.32- 14.37	04 dk. 24"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K7)	27.02.2018	Salı	16.04- 16.09	04 dk. 48"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K10)	28.02.2018	Çarşamba	16.37- 16.46	08 dk. 35"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K5)	06.03.2018	Salı	18.35- 18.56	20 dk. 19"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K1)	06.03.2018	Salı	22.27- 22.39	11 dk. 37"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K3)	07.03.2018	Çarşamba	21.12- 21.29	16 dk. 09"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K6)	08.03.2018	Perşembe	21.07- 21.38	31 dk. 20"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K8)	09.03.2018	Cuma	17.21- 17.41	19 dk. 58"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K9)	09.03.2018	Cuma	17.50- 18.11	19 dk. 55"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K4)	09.03.2018	Cuma	20.41- 20.56	14 dk. 12"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K2)	15.03.2018	Perşembe	21.53- 22.01	06 dk. 31"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Katılımcı görüşmesi (K11)	16.03.2018	Cuma	15.36- 15.54	17 dk. 44"	Yarı yapılandırılmış Görüşme Ses Kaydı
Kodlama (Araştırmacı ve 1. Uzman)	27.04.2018	Cuma	10.00- 17.00	420 dk.	Yüz yüze görüşme yoluyla
Kodlama (Araştırmacı)	08.05.2018	Salı	10.08	...	E-posta yoluyla
Tema oluşturma (Araştırmacı)	29.05.2018	Salı	10.54	...	E-posta yoluyla
Tema oluşturma (2. Uzman)	18.07.2018	Perşembe	11.12	...	E-posta yoluyla
Tema oluşturma (1. Uzman)	19.07.2018	Cuma	09.59	...	E-posta yoluyla
Tema birleştirme (Araştırmacı)	16.09.2018	Pazar	15.19	...	E-posta yoluyla
Tema birleştirme	02.11.2018	Cuma	10.00-	420 dk.	Yüz yüze görüşme

(Araştırmacı ve 1. Uzman)			17.00		yoluyla
Tema birleştirme (Araştırmacı)	20.12.2018	Perşembe	10.04	...	E-posta yoluyla
Tema birleştirme (Araştırmacı)	11.02.2019	Pazartesi	10.28	...	E-posta yoluyla
Tema düzenleme (Araştırmacı ve 1. Uzman)	15.02.2019	Cuma	10.30-18.30	480 dk.	Yüz yüze görüşme yoluyla
Tema düzenleme (1. Uzman)	18.02.2019	Pazartesi	08.49	...	E-posta yoluyla
Tema düzenleme (Araştırmacı)	22.02.2019	Cuma	09.21	...	E-posta yoluyla
Tema düzenleme (1. Uzman)	27.02.2019	Çarşamba	07.24	...	E-posta yoluyla
Tema düzenleme (Araştırmacı)	03.03.2019	Pazar	14.47	...	E-posta yoluyla
Tema Eşleme Formunun oluşturularak 1.Uzmana gönderilmesi	14.03.2019	Perşembe	11.42	...	E-posta yoluyla
1. Uzman, tarafından Tema Eşleme Formunun Değerlendirilmesi	20.03.2019	Çarşamba	13.29	...	E-posta yoluyla
Tema Eşleme Formu Gönderimi (M1)	20.03.2019	Çarşamba	13.36	...	E-posta yoluyla
Tema Eşleme Formu Gönderimi (M 2)	20.03.2019	Çarşamba	14.19	...	E-posta yoluyla
Tema Eşleme Formu Alımı (M 1)	21.03.2019	Perşembe	14.20	...	E-posta yoluyla
Tema Eşleme Formu Alımı (M2)	24.03.2019	Pazar	14.17	...	E-posta yoluyla
Tema Eşleme Analiz sonucunun Tez danışmanına gönderimi	25.03.2019	Pazartesi	11.27	...	E-posta yoluyla
Tez Savunması ve üç ay ek süre	04.07.2019	Perşembe	13.30
Alt temaların yeniden düzenlenmesi ve 1. Uzmana gönderilmesi	27.07.2019	Cumartesi	11.30		Yazılı çıktı ile
Alt temaların 1. Uzman ile değerlendirilmesi	15.08.2019	Perşembe	13.00		Yüz yüze görüşme yoluyla
Tema Eşleme Formunun yeni uzmanlara iletimi (M3) (M4)	19.08.2019	Pazartesi	13.00	...	Yüz yüze görüşme yoluyla

BÖLÜM IV

BULGULAR

Yapılan görüşmeler ve verilerin analizi sonucunda, araştırma sorularına dayalı dört ana tema oluşturulmuştur. Bunlar, psikolojik danışmanların; 1) “Çevrimiçi psikolojik danışmaya açıklığı”, 2) “Çevrimiçi psikolojik danışma sürecine ve uygulama yöntemlerine ilişkin bilgileri”, 3) “Çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarında etik standartlar konusundaki algıları” ve 4) “Çevrimiçi psikolojik danışmada uzman yetkinliği”dir. Her bir ana temaya ilişkin alt temalar, anlam ve frekansları ile aşağıda sırasıyla açıklanmaktadır. Alt temalara ilişkin katılımcıların ifadelerinden örneklere yer verilmiştir.

Bu bölümde, her bir ana temaya ilişkin tema eşleme Kappa analiz bulguları sırasıyla, ana temalardan önce açıklanmaktadır. Tema eşleme sürecinde görüşleri alınan alan uzmanlarından gelen yanıtlar Tablo 4.1.1’de, alan uzmanı 3: M3 ve alan uzmanı 4: M4 koduyla gösterilmiştir. Ek5’te bulunan tema eşleme tablosunda araştırmacı tarafından belirlenen yanıtlar ve uzmanların yanıtları gösterilmiştir.

4.1. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya Açıklığı Ana Temasına İlişkin Bulgular ve Alt Temalar

Tablo 4.1.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya Açıklık Kappa Analiz Tablosu

Değerlendiriciler	Kappa değeri	Asymptotic sh.	Approximate T	p	Geçerli n
M3 – M4	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı – M3	1,000	0,000	5,47	0,000	6,000
Araştırmacı- M4	1,000	0,000	5,47	0,000	6,000

Çevrimiçi psikolojik danışma uygulamasına yaklaşımla ilgili ana temaya ilişkin Tema eşleme formlarından alınan veriler doğrultusunda yapılan ve Tablo 4.1.1’de sunulan Kappa Analizi sonuçlarına göre 3. Alan uzmanı (M3) ile 4. Alan uzmanının (M4) verdiği cevaplar arasında istatistiksel açıdan uyum olduğu belirlenmiştir ($K=1.00$; $p=.001$). Elde edilen bu uyumun mükemmel düzeyde olduğu görülmektedir (Özdamar, 2002). Ayrıca araştırmacı tarafından belirlenen çevrimiçi psikolojik danışma uygulamasına yaklaşımla ilgili ana temaya ilişkin temalar ile alan uzmanların verdikleri cevaplar karşılaştırılmıştır. Buna göre araştırmacı ile alan uzmanı 3 ($K=1.00$; $p=.001$) ile alan uzmanı 4 ($K=1.00$ $p=.001$) arasında istatistiksel açıdan uyum olduğu görülmüştür. Elde edilen bu uyum her iki alan uzmanı içinde mükemmel düzeyde uyuma işaret etmektedir.

Çalışmada oluşturulan temaların ilki psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmaya açıklıklarıdır. Çevrimiçi psikolojik danışmaya açık olmak, geleneksel yöntemlerle psikolojik danışma yapan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmaya yönelik olumlu/olumsuz tutumlara sahip olma, çevrimiçi psikolojik danışmayı uygulanabilir bulma, çevrimiçi kanalla psikolojik danışma hizmetini sağlamayı isteme gibi anlamları kapsamaktadır.

Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmaya açıklıkları ana temasına ilişkin 6 alt tema belirlenmiştir. Belirlenen her bir alt temanın frekansı, anlamı ve katılımcılardan alıntılar Tablo 4.1.2’de belirtilmiştir.

Tablo 4.1.2. Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya Açıklık Teması Alt Temalarına İlişkin

ÇİPD'e Açıklık	Frekansı	Anlamı	Özel Alıntılar
Katılımcının ÇİPD uygulamaya açık olması	56	Araştırmaya katılan katılımcıların ÇİPD uygulamaya ilişkin olumlu tutumlarının olması, istekli olmaları, uygulanabilir ve gerekli bulmaları	Çevrimiçi psikolojik danışmanın gerektiğini düşünüyorum. (K4) Ederim, Verdiğim danışanlar da var. Sadece çevrimiçiyle başlayıp öyle sonlandırdığım danışanlar da var. Yurt dışında olan birkaç danışma süreçlerini bu şekilde yürüttüm. (K11)
Katılımcının ÇİPD uygulamaya kapalı olması	9	Araştırmaya katılan katılımcıların ÇİPD uygulamaya ilişkin olumsuz tutumlarının olması, isteksiz olmaları	Mecbur kalmadıkça hayır! (K2) Çok gerekmediği, acil bir durum olmadığı sürece etmem. (K12)
Katılımcının ÇİPD'e önyargılı yaklaşımı	7	Araştırmaya katılan katılımcıların ÇİPD uygulamaya ilişkin ön yargılı, tutucu olmaları ÇİPD'in uygulanamayacağı düşüncesine sahip olmaları	Kısmen psikolojik yardımın temel dinamikleri ile örtüşmediğini düşünüyorum. (K12) Türkiye'de çok fazla tercih edileceğini düşünmüyorum. İnsanlar yüz yüze almaya bile çekiniyorlar, çevrimiçi daha zor olabilir. Yurt dışında olabilir belki Türkiye'de sınırlı sayıda kalacağını düşünüyorum. (K2)
ÇİPD'in ülkemizde uygulanabilirliğine ilişkin çekince duyulması	2	Türkiye'de ÇİPD uygulamalarının tercih edilmeyeceği ve uygulanmasına dair mesafeli olma	Hali hazırda ülke olarak henüz psikolojik desteğin önemini fark etmiş değiliz. Böyle bir uygulamanın hayata geçmesi için zamana ihtiyacı olduğunu düşünüyorum. (K1) Şimdi bile insanlar yüz yüze danışma alma konusunda çekince yaşıyorlar. Bir de teknolojiyi eklersek insanların tercih edeceğini düşünmüyorum. (K2)
Araştırma katılımcılığının ÇİPD'e ilişkin farkındalık yaratması	3	Araştırmaya katılmanın ÇİPD konusuna ilk kez dikkatini çekmesi, fark etmelerini sağlaması	Daha önce bu konu ile ilgili bir fikrim yoktu. Sorulara baktıkça üzerinde düşünme fırsatı buldum. (K1) Çevrimiçi psikolojik danışmayı açıkçası geçen yıl lisans eğitimimde siz çalışırken fark etmiştim. (K9)
ÇİPD konusunda bilgi eksikliğine ilişkin farkındalık	9	Araştırmaya katılan katılımcının ÇİPD uygulamalarıyla ilgili bilgisinin olmadığını farkına varması ve bilgi sahibi olma isteği	Hangi yetkinliklere sahip olunması gerektiği konusunda bir bilgi sahibi değilim. Çünkü bir araştırma yapmadım, bir tarama yapmadım. Bilgi sahibi değilim. (K5) Ama bununla ilgili hiçbir okumam yok ve açıkçası araştırmalarda ne söylüyor? Herkes verebilir mi, veremez mi? O konuda hiçbir bilgim yok. O yüzden onlardan yararlanarak bu soruya cevap verilebilir aslında. Ya da ona göre düzenlenmesi doğru olacaktır. (K6)

Frekans, Anlam Tablosu ve Alıntı Tablosu

Tablo 4.1.2’de görüldüğü gibi psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmaya açıklığı ana temasında en çok tekrar eden “Katılımcının çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaya açık olması” alt temasıdır (f=56). Katılımcılar elli altı defa bu alt temaya ilişkin görüşler bildirirken, bu ana temaya ait en az tekrar eden alt tema “Çevrimiçi psikolojik danışmanın ülkemizde uygulanabilirliğine ilişkin çekince duyulması” dır (f=2).



4.2. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Sürecine ve Uygulama Yöntemlerine İlişkin Bilgileri ile İlgili Alt Temalar

Çalışmada oluşturulan ikinci ana tema, psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma sürecine ve yöntemine ilişkin bilgileri ile ilgilidir. Katılımcılara bu ana tema altında çevrimiçi psikolojik danışma uygulama yöntemlerine, ÇİPD'in avantaj ve dezavantajlarına ilişkin neler bilip, düşündüklerine ilişkin sorular yöneltilmiştir. En fazla tekrar eden alt tema “Katılımcıların Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya İlişkin Bilgi Yetersizliği” olmuştur.

Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma sürecine ve uygulama yöntemlerine ilişkin otuz iki alt tema belirlenmiştir. Belirlenen alt temalara ilişkin Kappa analiz bulguları Tablo 4.2.1’de, frekans ve anlam bilgileri Tablo 4.2.2’dedir.

Tablo 4.2.1. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Sürecine ve Uygulama Yöntemlerine İlişkin Bilgileri Kappa Analiz Tablosu

Değerlendiriciler	Kappa değeri	Asymptotic sh.	Approximate T	p	n
M3 – M4	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı – M3	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı – M4	1,000	0,000	5,47	0,000	6

Çevrimiçi psikolojik danışma süreci ve yöntemiyle ilgili ana temaya ilişkin Tema eşleme formlarından alınan veriler doğrultusunda yapılan ve Tablo 4.2.1’de sunulan Kappa analizi sonuçlarına göre 3. Alan uzmanı (M3) ile 4. Alan uzmanının (M4) verdiği cevaplar arasında istatistiksel açıdan uyum olduğu tespit edilmiştir (K=1.00, p=.001). Elde edilen bu uyumun mükemmel düzeyde olduğu görülmektedir (Özdamar, 2002). Ayrıca araştırmacı tarafından çevrimiçi psikolojik danışma süreci ve yöntemiyle ilgili ana temaya ilişkin belirlenen beklenen temalar ile alan uzmanların verdikleri cevaplar karşılaştırılmıştır. Buna

göre araştırmacı ile alan uzmanı 3 (K=1.00, p=.001) ile alan uzmanı 4 (K=1.00, p=.001) arasında istatistiksel açıdan uyum olduğu görülmüştür. Elde edilen bu uyum her iki alan uzmanı içinde mükemmel düzeyde uyum olduğu görülmektedir. Süreç ve yöneme ilişkin ana temada iki psikolojik danışmada araştırmacı tarafından belirlenenlerle tutarlıdır.

Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma sürecine ve yöntemine ilişkin bilgileri ana temasına ait otuz iki alt tema belirlenmiştir. Belirlenen alt temalar, her bir alt temanın frekansı, anlamı ve alıntıları Tablo4.2.2’de belirtilmektedir.

Tablo 4.2.2 Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Sürecine ve Uygulama Yöntemlerine İlişkin Bilgileri ile İlgili Alt Temalar Frekans ve Anlam Tablosu

ÇİPD Süreç ve Uygulama Yöntemlerine İlişkin Bilgileri	Frekansı	Anlamı	Özel Alıntılar
ÇİPD’in acil destek gerektiren sorunlarda psikolojik danışmana ulaşılabirliği kolaylaştırması	7	İntihar, bağımlılık gibi acil destek gerektiren durumlarda ya da danışanın danışmana evden çıkmadan, ihtiyaç duyulan anda ulaşılmasına olanak sağlaması	İntihara meyilli bir danışanım olursa o her ihtiyaç duyduğunda beni arayabilir, yazabilir, video konferans görüşmesi yapabilirim onunla (K1) Zaten söylüyoruz danışanlarımıza, kendilerini çok kötü hissederlerse ya da ani bir ihtiyaç olursa bir kriz durumunda bizi arayabileceklerini. Hani bunu aramak yerine çevrimiçi, telefonla görüşmek yerine bu video konferansı ya da başka bir şekilde yapabilir (K6)
ÇİPD’in psikolojik danışmayı zaman bakımından erişilebilir kılması	15	Psikolojik danışma almada ÇİPD’in zaman anlamında kazanım sağlaması	Daha hızlı, daha pratik (K10) İşe evinden ulaşım gibi bir süreyi düşünmeden bu hizmeti alabilir bu ciddi bir avantaj hem danışman için de (K3)
ÇİPD’in psikolojik danışmayı mesafe bakımından erişilebilir kılması	16	Psikolojik danışma almada ÇİPD’in mesafe anlamında kazanım sağlaması	Ulaşım problemi olan uzak yerlerdeki ya da ücra yerlerdeki insanlar, böyle bir hizmetten faydalanabilirler (K1) Neden olmasın, mesela İzmir’den buraya taşındığım için orada kalan danışanlarım oldu. Bitirmek zorunda kaldık (K6)
ÇİPD’in psikolojik danışmayı ortam/yer bakımından erişilebilir kılması	13	Psikolojik danışma almada ÇİPD’in ortam/yer anlamında kazanım sağlaması	Çevrimiçi görüşmede evinizden ya da bir başkası evinde, ofisinde ya da herhangi bir yerdeyken aktif bir şekilde görüşebilir (K4) Danışmana ulaşılabirlik açısından, ulaşımın zor olduğu yerlerde ve kendi evinde görüşme yapılabilmesi (K7)
ÇİPD’in psikolojik danışma almaya ilişkin direnci	9	ÇİPD ile görüşme danışanlara kendilerini evleri gibi daha rahat hissedecekleri bir ortamda danışma hizmeti almaya sağladığı için, psikolojik danışma almaya ilişkin	Danışan ilk oturumda güvenmek ve kendini açmak konusunda bazı sıkıntılar varsa çevrimiçi psikolojik danışma uzakta olduğu için, kontrol kendisinde olduğu için,

azaltması	dirençlerini azaltabileceği düşüncesi	istediği zaman sonlandırabileceği için ona daha da rahatlatıcı etkenler sağlayacaktır (K5)
		Bir de işte süreçten kopmuş olan, buraya gelmeme konusunda direnen ama aslında direncinin de farkında olan kişilere ben bir alternatif olarak hani bir de gel böyle deneyelim, biraz da böyle sürdürelim. O da olmazsa hadi gel birbirimize haftada bir e-posta, mektup yazalım diyorum (K8)
ÇİPD'in danışanların yetkin uzmandan yardım almasını kolaylaştırması	3	Danışanların ÇİPD sayesinde alanında uzman kişilerden mesafeden ve ortam/yerden bağımsız psikolojik destek almalarını kolaylaştırması
		İnsanlar internet ortamından, arama motorundan herhangi bir siteden bakıp da yalan yanlış bilgiler edineceklerine, bir uzamanla görüşerek daha yararlı bilgiler elde edebilirler bu konuda yardımcı olacaktır (K1)
		Özellikle son yıllarda artan youtuberlar, bloggerların daha çok insanların psikolojik iyi oluşa da değinmeleri beni biraz sinir ediyor. Daha çok uzmanlık gerektiren noktaları bizler donatabilirsek bu gibi mecralarda çok yararlı olacağını düşünüyorum. Nitekim psikonet diye bir kanal var youtube da Alper ozan yayın yapıyor. Kendine yardım ilkesiyle ilgili kitapları var videoları var gayet yararlı buluyorum mesela öyle bir şeyi, neden olmasın diye de düşünüyorum (K9)
ÇİPD'de sürecin danışanın ihtiyacına ve olanaklarına göre ayarlanabilme fırsatı sağlanması	16	ÇİPD uygulamalarının danışanın ihtiyacı, evden çıkıp çıkamayacağı, yolculuk yapmaya uygun olup olmaması, teknolojiye yatkın olması gibi olanakları gözeterak yapılabilme avantajının olması
		Ama hani şu an bir sürü gelişmeyle teknolojik çağla insanlar internet üzerinden de, sosyal medya kanalından da anlaşıldığını hissedebiliyorlar. Belki de bu danışan için o kadar problem olmaz. Eğer danışan kendini iyi hissediyorsa, bundan faydalanabiliyorsa tabi ki ilişkiye dair endişelerimi ortadan kaldırabilirim. Diğer kadar bilmediğimiz için belki de şimdi ve burada 'ya duyduğum özenle de alakalı olabilir (K6)
		Bazı danışanlar gerçekten hayatı daha online yaşıyorlar. İnstagram, facebook üzerinden bir hayat sürdürüyorlar. Yani kendi gündelik ilişkilerini de oradan sürdürüyorlar, kendi eşleriyle, arkadaşlarıyla. Danışmayı da oradan almalarında bir sakınca görmüyorum. Yani kişiye özel çok faydalı olacağını düşünüyorum (K10)
ÇİPD'in etiketlenme kaygısı yaşayanlar için psikolojik danışma almayı kolaylaştırıcı kılması	6	Psikolojik danışma hizmeti aldığında çevreden alacağı tepkilerden, etiketlenmekten korkan danışanlar için faydalı olması
		Yüz yüze görüşmede kaygısı olan insanlar içinde daha avantajlı (K3)
		İletişim becerileri, özgüven eksikliği, sosyal fobi konularında uygulanabileceğini düşünüyorum. Bu konularda danışanlar kendilerini daha geç açtıkları için ev ortamında böyle bir uygulama yapılırsa etkili olabileceğini düşünüyorum (K7)

ÇİPD'in görme engelli psikolojik danışmanlar için süreci yürütmede kolaylaştırıcı olması	1	ÇİPD'in görme engelli psikolojik danışmanlar için uygulama kolaylığı sağladığı düşüncesi	Fiziksel bütünlükle ilgili, görme engelli psikolojik danışmanlar için bunun daha etkili olabileceğini düşünüyorum açıkçası bu açıdan da avantaj kısmına koyabiliriz diye düşündüm (K9)
ÇİPD'in psikolojik danışmana ekonomik olarak kolaylık sağlaması	7	ÇİPD oturumlarında danışmanların evlerindeki kişisel bilgisayarlarını kullanarak hizmet sağlayabilmelerinin kira, ulaşım maliyetleri vb. açısından ekonomik bulunması	Bence bu çok faydalı, çünkü bir eğitimi gidip almak benim için çok zahmetli ve ekonomik değil. Kalacağım yer, uçak parası gibi şeyleri düşünüyorum (K4) En büyük avantajının mali konularla ilgili olduğunu düşünüyorum. Çevrimiçi psikolojik danışma, ne bir ofis kirası gerektiriyor. Ne bir ulaşım maliyeti gerektiriyor. Vergi konusunda da muhtemelen diğerlerine göre daha avantajlıdır diye düşünüyorum (K5)
ÇİPD'in terapötik ilişkiyi güçlendirici etkisi	4	ÇİPD'in psikolojik danışmana ulaşılabilirliği kolaylaştırmasının terapötik ilişkiyi güçlendireceği düşüncesi	O belki bir rahatlık sağlayabilir danışana, daha fazla güven verecektir. O yönleriyle avantajlı sayıyorum (K6) Evet, o da benzer aslında. Yine orada da kritik durumlarda kararsızlık durumunda, yoğun olumsuz duygularda, çaresizlik durumunda danışmana bu yolla ulaşılabilirliğin danışana bir çıkış vereceği, kendini yalnız hissetmeyeceği, hatta terapötik ortamda danışma ortamındaki o güven duygusunun, yakınlığın mesajlaşma yoluyla da korunabileceği, böylelikle de danışanın da baş etme süreçlerine destek olacak biçimde kullanılabileceğini düşünüyorum ben (K11)
ÇİPD ile terapötik ilişkinin kurulamayacağı düşüncesi	13	ÇİPD yoluyla yapılan görüşmelerde danışan ve danışman arasında terapötik bağın kurulamayacağına ilişkin inanç düşüncesi	Terapötik ilişkinin kurulamayacağını düşünüyorum (K2) Terapötik ilişkinin kurulmasına engel olabileceğini düşünüyorum, yüz yüze psikolojik desteğin ikincil diğer tüm kazançlarını ekarte etmek anlamına gelmektedir (K12)
"Şimdi ve Burada"yı kullanma sınırlılığı	3	ÇİPD ile yapılan görüşmede şimdi ve buradayı kullanmada zorlanılacağı düşüncesi	Hangi kurama dayalı çalışırsam çalışayım "Şimdi ve burada" diye tanımladığımız şeyi çok kullanıyorum. Danışan şu an nasıl yani başka yere mi odaklandı ya da gözlerini mi kaçırıyor ya da zorlandı mı, bazen anlatırken boğazı mı düğümlendi hani öyle şeylere çok dikkat ediyorum. Danışma sürecinde çok kullanmaya çalışıyorum. O yüzden bunları kaçırabileceğimi düşünüyorum açıkçası çevrimiçi psikolojik danışmada (K6) Yazışmayla alınan yardım doğru zamanlarda doğru karşılığın alınmaması, yani kritik anda yazıyor ve anında cevaplanmaması (K11)
ÇİPD'in kolaylaştırıcılığın		ÇİPD'in danışanlara sağladığı zamansal ve mekânsal kolaylıkların danışanların	Ben kendi deneyimimden düşünerek biraz ekleme yapayım o zaman. Benim yaptığım

ın danışan sorumluluk algısına olumsuz etkisi	3	hazır bulunuşluk düzeylerine ve değişim için sorumluluk algılarına olumsuz etkiye neden olabileceği düşüncesi	çevrimiçi görüşmelerde ben terapötik ilişki kurduğumu da hissettim. Ama şey konusunda biraz daha tereddütlüydim. Dışarda bir yerde yapıldığında görüşme danışan da oraya gelmek için bir emek harcıyor, bir efor sarf ediyor. Aslında bu bir yatırım tabi çevrimiçinde bu yatırım daha az oluyor. Hani evinde bilgisayarımı açıp, direkt orada görüşmeye başlıyor. Görüşme bittiğinde direkt günlük yaptığı işine geri de dönebilir. Hâlihazırda yüz yüze psikolojik danışmada, o psikolojik danışmaya gidiş, ya da oradan dönüşte de orada fiziksel olarak da ayrılıp bir araya gelmenin ruhsal bir etkisi var (K3)
Katılımcının ÇİPD'e ilişkin bilgi yetersizliği	34	Araştırmaya katılan katılımcının ÇİPD uygulamalarıyla, uygulama alanlarıyla ilgili bilgisinin olmaması	Psikolojik danışma oturumuna gitmek, odaya girmek ve oturmak gibi eylemler söz konusu hazırbulunuşluk için destekleyici ya da bir gösterge olarak kabul edilebilirken, çevrimiçi yöntemlerin bunu sağlamadığını düşünüyorum (K12)
ÇİPD'de teknolojiye bağlı aksaklıkların terapötik süreçte etkisi	12	ÇİPD uygulaması yaptığımız sırada elektriklerin kesilmesi, internet bağlantısının yavaşlaması veya tamamen kopması vb. gibi olası teknolojik sorunların, danışan ve danışman arasındaki terapötik ilişkiyi aksatacağı düşüncesi	Bana biraz ütöpik geldi. Nasıl olacağına dair hiçbir fikrim yok. Gerçi merak ettim ama videosu falan olsa oturum izlemek isterdim (K10)
ÇİPD'in yüz yüze görüşmeyle desteklenmesi	5	ÇİPD oturumlarının tek başına yeterli görülmemesi, yüz yüze görüşmelerle desteklenmesinin gerekli olduğu düşüncesi	İlişkinin görece kurulamadığını düşündüğüm çevrimiçi yöntemlerde ilişki odaklı sorunların ele alınması mümkün görünmüyor (K12)
			Bazen teknik sıkıntılar oluyordu. İnternet bağlantısı ile ilgili (K3)
			Randevulara sadık kalma konusunda belki öncesinden tekrar bir teyit geliyor. Girdim ben skype'a burada mısınız, geldiniz mi, onlar biraz zaman alıyor Biraz zamana uymayı güçleştiriyor. Yani normalde tam dakikasında başlayabileceğim bir görüşmeye, çok başlayamayabiliyorum, bir on beş dakika sarkabiliyor. O da zaman planlaması konusunda biraz sıkıntı yaratabiliyor (K8)
			Bir süre gerçekten de gerçek bir seansta, gerçek bir odada olması ve yüz yüze olması, gerçek olmasını isterim. En azından bunu deneyimlemiş olmasını isterim. Bir kişi psikolojik yardımı bu şekilde tanımamalı diye düşünüyorum. Mutlaka yurt dışında bile olsa Türkiye'ye geldiğinde yüz yüze bir kere bile olsa, bu bir kahve içmek bile olsa yüz yüze görüşmeyi tercih ediyorum. Hiçbir şekilde yüz yüze gelemeyeceğimiz durumlar hariç, bunu mümkün olduğu kadar yapmaya çalışıyorum (K8)
			Ben yüz yüze görüşmenin sağlanması koşuluyla daha farklı olabileceğini düşünüyorum. Mesela önden bir görüşme yapabilirsek yüz yüze bunun çevrimiçi

			daha sağlıklı devam edebileceğini düşünüyorum (K10)
ÇİPD'e özgü müdahale yöntemlerinin belirlenmesi	7	ÇİPD uygulamalarına özgü terapötik müdahale yöntemlerinin belirlenmesinin gerekliliği	<p>Ama bir yandan da sahip olunması gereken nitelikler bir yandan da BDT diyoruz, Transaksiyonel analiz diyoruz, şema terapi diyoruz. Belki de çevrimiçi psikolojik danışma için başka bir terapi yöntemi bile olabilir yani çünkü burası çok başka bir yer yani, uygulama yaptırmak ne kadar doğru ne kadar yanlış bilmiyorum tabi ya da bir boş sandalye yaptırmanın riskleri acaba ne olur. Çünkü orada birlikte süreci yönetemiyoruz (K4)</p> <p>Ama böyle yaptığımız gibi, yüz yüze telefon üzerinden örneğin görüşmede de dezavantaj bazı uyguladığımız yaklaşıma göre değişebilir ama teknikleri uygulamak güç olabiliyor. Mesela danışma ortamında rol oynamaya dayalı ya da Gestalt'tan boş sandalye, tarafları konuşurma gibi tekniklerin ya da şema terapiden sandalye çalışmalarının yapılması, ben denemedim, belki yapılabilir, ona göre uygun bir düzenek oluşturulabilir. Ama sanki o da bazı tekniklerin uygulanmasıyla ilgili bir sınırlılığı olabilir (K11)</p>
Danışan ve psikolojik danışmanın ÇİPD'i uygulamaya hazır olması	3	Hem danışanın hem de danışmanın çevrimiçi bir ortamda psikolojik destek almaya ve vermeye hazır hissetmeleri gerektiği düşüncesi	<p>Hazırbulunuşluk açısından her iki taraf açısından da uygun olması önemlidir (K12)</p> <p>Bir de işte süreçten kopmuş olan, buraya gelmeme konusunda direnen ama aslında direncinin de farkında olan kişilere ben bir alternatif olarak hani bir de gel böyle deneyelim, biraz da böyle sürdürelim. O da olmazsa hadi gel birbirimize haftada bir e-posta, mektup yazalım diyorum (K8)</p>
Video konferansla ÇİPD yönteminin en etkili yöntem bulunması	20	ÇİPD'de video konferans yöntemiyle görüşme yapılmasının; e-posta yoluyla görüşme ve anlık yazışma yoluyla görüşmeye kıyasla daha etkili bir yöntem olarak görülmesi, yüz yüze psikolojik danışmaya yakın bulunması	<p>Görüntülü olduğu için ve anlık tepkiler olduğu için, jest ve mimikleri de fark edebildiğimiz için, beden dilini de görebildiğimiz için çok daha etkili olacağını düşünüyorum (K5)</p> <p>Daha işlevsel anlık yazışma ya da mail yoluna göre. Daha da uzun soluklu olması... Mesela bir mesajla verdiğimiz cevaba alacağımız mesaj biraz zaman alabilirken o ilişki süreci akışı çok mümkün olmazken aynen yüz yüze de olduğu gibi konferans yoluyla yani yan yana olduğumuz gibi böyle görüntülü bir konuşmayla bunun daha işlevsel olduğunu, pek çok oturumların da böyle yürütülebileceğini düşünüyorum (K11)</p>
Anlık yazışma ile ÇİPD'in etkililiğine dair şüphe duyulması	6	ÇİPD'de anlık yazışma yoluyla etkili psikolojik destek alınmayacağına dair inanç	Aslında yazma becerim güçlü açıkçası ama yazışmayla olması diğer yollardan daha etkisiz geliyor bana; daha yanlış anlaşılmaya müsait, daha yorumlamaya müsait gibi geliyor (K6)

			Şimdi onun sadece anlık yazışma yoluyla süreçlerin yürütülmesi yetersizlik getirecektir. Belki içerik değişebilir, bilgi verme, rehberlik, yol gösterme ile sınırlı olabilir (K11)
Anlık yazışmada sözsüz iletişim eksikliğinin terapötik ilişkiyi güçleştirmesi	16	ÇİPD’de anlık yazışma yoluyla görüşmenin danışanın jest-mimiklerini görebilme ve yorumlayabilme olanağı tanımamasının terapötik bağ kurulmasını zorlaştıracağına dair inaç	Faydalı bulmuyorum çünkü etkili dinleme psikolojik danışma sürecinde önemli beceri. Yazışma sırasında bu çok dikkate alınamayabilir (K3) Ama daha sonrasında danışanın güven ilişkisi kurması ve anlık tespitler yapabilmesi açısından birazcık dezavantajlı olduğunu düşünüyorum. Çünkü beden dili hiçbir şekilde anlayamıyorsunuz. Danışan ne yazarsa ve siz ne tepki verirseniz ona göre süreç ilerlemeye başlıyor ama ne sizin beden diliniz ne de danışanın beden dili piyasada olmadığı için maalesef bazı dezavantajları olduğunu düşünüyorum (K5)
Anlık yazışmayı izleme görüşmesi için tercih etme	2	ÇİPD’de anlık yazışma yoluyla görüşmeyi, yüz yüze yapılan oturumlar bittikten sonra danışanın durumunun takibinde kullanılan izleme görüşmesi için kullanmanın uygun olacağı düşüncesi	Ama bir noktada da şöyle geliyor, çevrimiçi psikolojik danışmanın bir uzantısı olarak içinde izleme çalışmaları yapılabilir anlık yazışmayla (K9) Zor bir oturumdan çıkıldıktan sonra ve de hala danışma sürecindeki gündemin yine güncel tutulabilmesi için (K11)
Katılımcının anlık yazışmayı daha etkili bulması	6	ÇİPD’de anlık yazışma yoluyla psikolojik destek verilmesinin diğer yöntemlere oranla daha etkili ve uygulanabilir bulunması	Anlık yazışmada benzer bir ilişkinin kurulabileceğine inanıyorum. Fakat mail yoluyla o ilişkinin çok kurulabileceğine inanmıyorum (K10) Ama tabii avantajları da var. Anında danışanın fikrini almak normal görüşme gibi aslında bir yanıyla; göz teması gibi, beden dili gibi şeyleri ortadan kaldırdığı için çevrimiçi psikolojik danışma seçeneklerinden daha az tercih ederim herhalde anlık yazışma seçeneğini (K6)
E-posta ile ÇİPD uygulamasında danışana tepki vermede zaman geçmesinin terapötik süreç olumsuz etkisi	5	ÇİPD’de e-posta yoluyla uygulama yapılırken sohbetin eş zamansız gerçekleşmesi, e-postayı gönderdikten sonra yanıtın yazılması ve belli bir süre geçmesinin terapötik sürecin etkililiğini azaltacağı düşüncesi	E-postaları kontrol etme ya da cevabın ulaştığı süre uzun olduğundan, danışmanın temel ilkelerinden “şimdi ve burada”yı kullanmak imkânsız olacaktır. Bu anlamda eksik kalabilir (K1) Verilecek cevapların ulaşma süresini düşündüğümüzde çok da faydalı olmayacaktır (K3)
E-postayı izleme görüşmesi için tercih etme	4	ÇİPD’de e-posta yoluyla görüşmeyi, yüz yüze yapılan oturumlar bittikten sonra danışanın durumunun takibinde kullanılan izleme görüşmesi için kullanmanın uygun olacağı düşüncesi	E-posta bitmiş oturumların sonunda, izleme oturumu olduğu zaman danışanımız uzaktaysa o yönde kullanılabilir (K1) Eğer kullanıyorsa daha çok izleme çalışmasında yazışmalar danışanla daha etkili olabilir diye düşünüyorum (K6)
E-posta ile ÇİPD’i bilgi paylaşımı		ÇİPD’de e-posta yöntemini psikolojik danışma oturumu olarak görmeyip, sadece	Bir takım bilgiler verme, bilgilendirme

amacıyla kullanılabilir bulma	3	bilgi verme amacıyla kullanılabilmesi düşüncesi	yapma amacıyla olabilir (K4) Yine daha uzun uzun yazma fırsatı, kendini anlatma fırsatı verecektir. Bu pek ilişki gibi gelmiyor (K6)
E-posta yoluyla ÇİPD uygulamayı uygun bulmama	5	ÇİPD’de e-posta yöntemiyle psikolojik danışma görüşmesi yapılamayacağına dair inanç	Normal görüşme olmuyor sanki. Hani yazışma, mektuplaşma, derdini anlatma gibi bir şey hissettiriyor bana ilk etapta. (K6) Dezavantajı olacağını düşünüyorum. Tamamen olumsuz bakıyorum e-posta yoluyla görüşmeye (K7)
Danışanın e-postayı kullanımına yatkın olması	1	ÇİPD’de e-posta yoluyla psikolojik destek almayı tercih eden danışanların e-postalarını etkin kullanmalarının gerekli bulunması	Burada e- posta daha az kullanılan bir mecra olduğu için danışanın gerçekten e-postasını etkili kullanıp kullanmadığından emin olmamız gerekiyormuş gibi geliyor bana (K9)
ÇİPD’in tercih edileceği sorun alanları	12	ÇİPD’i yaşam ve iletişim becerileri, benlik saygısı, kaygı bozukluğu, yakın ilişkiler sorun alanlarında güçlük yaşayan danışanlar için tercih etme	İletişim becerileri (K7) Öfke yönetimi (K7)
ÇİPD’in tercih edileceği uygulama alanları	8	ÇİPD’i kariyer, aile ve kriz danışmanlığı konularında; adli ve özel eğitim alanında uygulanabilir bulunması	Açıkçası bana çevrim içi psikolojik danışma kriz danışmanlığında işe yarar gibi geliyor (K6) Aile ilişkileri, Aile danışmanlığı (K10)
ÇİPD’in tercih edileceği müdahale alanları	4	ÇİPD’i bilişsel yaklaşım temelli müdahalelerde, psikoeğitim uygulamalarında uygulanabilir bulunması	Belki benimseyeceğim yaklaşım olarak da daha bilişsel ağırlıklı (K6) O yüzden daha bilişsel daha psikoeğitsel yaklaşımla yürüttüğüm bir şey olursa tercih edebilirim (K6)

Tablo 4.2.2’de görüldüğü gibi psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma sürecine ve yöntemine ilişkin bilgileri ana temasında en çok tekrar eden “Katılımcının çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin bilgi yetersizliği” alt temasıdır (f=34).

4.3. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulamalarında Etik Standartlar Konusundaki Algılarına İlişkin Alt Temalar

Çalışmanın üçüncü ana teması, psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarında etik standartlar konusundaki algılarına ilişkindir. Araştırmaya katılan psikolojik danışmanlar çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarında özgü etik risklerin olabileceğinden, bu bağlamda çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik standartların belirlenmesi gerektiğinden bahsetmişlerdir.

Katılımcıların görüşlerine dayalı olarak, ÇİPD uygulamalarında yaşanabilecek etik riskleri ve yapılması gereken etik düzenleme konularını içeren on dört alt tema belirlenmiştir. Belirlenen alt temalara ilişkin Kappa analiz bulguları Tablo 4.3.1’de, frekans, anlam bilgileri ve alıntıları Tablo 4.3.2’dedir.

Tablo4.3.1. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulamalarında Etik Standartlar Konusundaki Algılarına İlişkin Kappa Analiz Tablosu

Değerlendiriciler	Kappa değeri	Asymptotic sh.	Approximate T	p	Geçerli n
M3 – M4	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı – M3	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı – M4	1,000	0,000	5,47	0,000	6

Çevrimiçi psikolojik danışmada etik uygulamalarla ilgili ana temaya ilişkin Tema eşleme formlarından alınan veriler doğrultusunda yapılan analizlere göre 3. Alan uzmanı ile 4. Alan uzmanın verdiği cevaplar arasında istatistiksel açıdan uyum olduğu tespit edilmiştir (K=1.00, p=.001). Elde edilen bu uyumun mükemmel düzeyde olduğu görülmektedir. Ayrıca araştırmacı tarafından Çevrimiçi psikolojik danışmada etik uygulamalarla ilgili ana temaya

ilişkin belirlenen beklenen temalar ile alan uzmanların verdikleri cevaplar karşılaştırılmıştır. Buna göre araştırmacı ile alan uzmanı 3 (K=1.00, p=.001) ile alan uzmanı 4 (K=1.00, p=.001) arasında istatistiksel açıdan uyum olduğu görülmüştür. Elde edilen bu uyum her iki alan uzmanı içinde mükemmel düzeyde uyuma işaret etmektedir.

Araştırmaya katılan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmada etik uygulamalarla ilgili algıları ana temasına ilişkin alt temaların frekans, anlam ve alıntıları içeren bilgiler Tablo4.3.2’de belirtilmiştir.

Tablo 4.3.2. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Etik Uygulamalarla İlgili Algıları Ana Teması ve Alt Temalarına İlişkin Frekans, Anlam ve Alıntı Tablosu

ÇİPD’de Etik Uygulamalar Konusundaki Algıları	Frekans	Anlamı	Özel Alıntılar
ÇİPD’de özgü etik standartlarının belirlenmesi	11	ÇİPD’de özgü etik standartlarının oluşturulmasının gerekliliği	Çevrimiçi düşünürken tamamen etik aklıma geliyor. Şu an normal ilişki durumlarında bile bir danışanla görüştüğünüzde bile etik konular çok su yüzünde kadar çok belirsiz ve standardı yok ki. Etik ilkelere kesinlikle ihtiyaç var bunun zaten aksini söylemek mümkün değil. (K4) Onun öncesinde de etik kodların çıkması lazım Türkiye için Avrupa’daki etik kodların akredite edilmesi gerekir. (K8)
ÇİPD uygulama çerçeve ve standartlarının belirlenmesi	18	ÇİPD’in uygulama standartlarının, çerçevesinin, kapsadığı alanların, kurallarının ve kimlerin uygulayabileceğinin belirlenmesinin gerekli bulunması	Çerçeve ve standartları belirlenirse uygulanabilir olduğunu düşünüyorum. (K6) Mümkün olduğunu ama herhalde ileride de konuşuruz belki koşullarının, kurallarının belirlenmesi gerekiyor kendine özgü bu sürecin. (K11)
Kötüye kullanımı önleyici ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi	6	ÇİPD’de özgü etik standartların kötüye kullanımı önleme, güven sağlama konusunda belirlenmesinin gerekli bulunması	Herhangi bir klinik görüşmede bildiğimiz etik ilkeler dışında bu istismara açık bir uygulama gibi geliyor bana. Daha çok nitelikle ilgili, istismarla ilgili daha ayrıntılı ilkelere ihtiyacımız var. (K1) İnsanların çalışmalarına dair video ve ses kayıtlarının bilgi alanına yüklenmemesi gibi belki bir yazılım olabilir, belki geliştirilen bir bilgisayar programı olabilir. (K4)
Ücretlendirme konusunda ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi	5	ÇİPD’de özgü etik standartların oturum süresi ve ücretlendirme konusunda belirlenmesinin gerekli bulunması	Ödeme konusunda belki farklı yöntemler belirlenmelidir. (K5) Ücretin önceden alınması, sonuçta klinik görüşme yaptığımız zaman ücretini sonradan veriyor danışan. Ancak böyle bir uygulama yapacağımız zaman, danışmanı kullanmayı engellemek için ücretin önceden alınması. (K1)
Yapılandırma konusunda ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi	12	ÇİPD’de özgü etik standartlarının belirlenmesi, bilgilendirilmiş onay ve yapılandırma ile olası istenmeyen durumların önüne geçilebilmesi	Bu standartlar nasıl uygulanabilir, yine danışan ve danışmanın arasındaki o sözleşmede özellikle belirtilebilir. (K9) Mesela bu tür görüşmelerin kayda alınma durumları oluyorsa bu konuda danışana önceden

		için yüz yüze görüşmeden daha farklı ve ayrıntılı bir şekilde yapılmasının gerekli bulunması	bilgilendirilmenin verilmesi, bilgilendirilmiş onay formunun bu süreci, zaten onu yüz yüze danışmada da kullanıyoruz ama, bu tür online hizmetlerde de bu yapının baştan, süreç başlamadan netleştirilmesi. (K11)
Gizliliğin sağlanması konusunda ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi	8	ÇİPD'e özgü etik standartların gizliliğin sağlanması konusunda belirlenmesinin gerekli bulunması	Belki etik koşullarla ilgili bir değerlendirme yapılabilir. Hangi konular, nerede yapılabilir, fotoğraf video paylaşımı nasıl olur ya da bunlar olabilir mi? Bunların belirlenmesinin önemli olacağını. (K10)
			Genel etik kuralların hepsi çevrimiçi danışmada da geçerli zaten. Özel bir eğitim alınmasından ziyade netleştirilmesi gereken etik standartlar daha çok aklıma geliyor; gizlilik. (K3)
Kayıtların tutulması/saklanması konusunda ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi	13	ÇİPD'e özgü etik standartların kayıtların tutulması ve nasıl saklanacağı konusunda belirlenmesinin gerekli bulunması	Videokonferans konusunda mesela kaydetme ve bu kayıtların ne zaman yakılacağına dair, yok edileceğine dair belirli bir standart oluşabilir. (K9)
			Yine belgelerin saklanması ve ihlal edilmesi konusunda net sınırların olması gerekir. İleride herhangi bir adli vaka olduğunda bunlar saklanmalıdır, saklanmamalı mıdır, onun belirlenmesi gerekir. (K5)
Ortam güvenliğinin sağlanması konusunda ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi	3	ÇİPD'e özgü etik standartların danışmanın yapıldığı ortam ve çevrimiçi ortam güvenliğinin nasıl sağlanması gerektiği konusunda gerekli bulunması	Her iki taraf için de odada başka birinin olmaması vs. (K3)
			Bunun internet sitelerinin güvenilirliği site üzerinden yapılıyorsa, o güvenilirlik nasıl sağlandığı hem onun üzerine danışmanın düşünmesi. (K11)
Teknolojinin kullanımı konusunda ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi	5	ÇİPD'e özgü etik standartların teknolojinin kullanımı konusunda belirlenmesinin gerekli bulunması	Şeffaflık ilkesinin teknolojik kriterler de göz önüne alınarak daha ayrıntılı yazılması olabilir. (K3)
			Etik ilkelerde hem Youtube gibi kanalların böyle videolar gibi videoların yüklenmesini engellemesi gibi ilkeler olabilir. (K4)
Yetkinlik sınırları konusunda ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi	4	ÇİPD'e özgü etik standartların yetkinliğin sınırları konusunda belirlenmesinin gerekli bulunması	Mutlaka bir standarda konulmalı, herkesin bunu kullanmaması, herkesin bunu yapmaması sağlanmalı. (K4)
			Çünkü bir nebze etik problemlerle karşılaştığında ne yapabileceğine dair daha yetkin hissetmesi kişinin bence bu konuda karşılaşılabileceği sorunlara dair hazır olması açısından önemli...Belki bir süre daha sağlıklı bir sürece girilene kadar mesleki deneyim diye bir şart konulabilir. (K6)
Etik riskler	23	ÇİPD'e özgü etik standartların belirlenmemiş olmasının kötüye kullanım, danışma yapılan ortam, gizliliğin sağlanması, profesyonel sınırların belirlenmesi, güvenin oluşturulması	Bizim ona yazdığımız şeyleri parça parça alıp başka bir yerde yanlış bir biçimde kullanma ihtimali var (K1)
			Çok önemli bir görüşme esnasında bir yerdesiniz, biri içeri giriyor, yapılan ortam açısından, görüşmenin durumu açısından çok dezavantajlı (K4)

		konularında risk oluşturacağı düşüncesi	Güvenilir bir internet sitesinden yapmanız gerekiyor. Bir insan size bütün hayatının hikâyesini anlatabilir, gizli kalması gereken çok fazla şey söyleyebilir. Bundan dolayı güvenli bir site gerekiyor (K5)
ÇİPD uygulamalarının bilimsel çalışmalarla desteklenmesi	5	ÇİPD uygulamaları hakkında bilimsel araştırmaların yapılması, artırılmasının gerekli bulunması	Ama bu etik ilkelerin iyice düşünülmüş, belki bir takım örneklem alınmış, bazı uygulamalar yapılmış ve böyle önlemler alınmış olması gerekiyor. (K4) Bu konuda yapılacak bilimsel çalışmaların işte şu anda sizin yaptığınız gibi artırılması gerektiğini düşünüyorum. (K8)
ÇİPD'in Türkiye'de Uygulanabilirliğine İlişkin Etik Kaygılar	4	Türkiye'de çevrimiçi psikolojik danışma uygulanırken etik ihlallerin yaşanabileceğini düşünmektedirler ve bu durum katılımcıları endişelendirmektedir.	Ülkemizde tüm etik kurallarıyla birlikte uygulanabileceğine pek emin değilim. (K1) Türkiye'de açıkçası hani yurt dışı ile kıyasladığımız zaman suiistimallerin daha fazla olduğunu normal terapötik ilişkilerde bile görüyoruz. (K4)
ÇİPD sürecinin yasalarla desteklenebilir ve denetlenebilir olması	17	Katılımcılar çevrimiçi psikolojik danışma sürecinde ortaya çıkabilecek etik ihlallerin yasalarla denetlenmesi, çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik ilkelerin yasalarla desteklenebilir olması gerektiğinden bahsetmişlerdir.	Çevrimiçi süreçlerde bunun bir denetleme mekanizmasının olması, bir takım yaptırımlarla, bir takım cezalarla belki biraz önce bahsettiğim dezavantaj ve risklerin önüne geçilebileceğini düşünüyorum. (K4) Türkiye'de etik standartların bir karşılığının olması lazım, belki yasal düzenlemeler gerekebilir. Çünkü yasal düzenlemelerde bildiğim kadarıyla böyle bir nokta yok henüz. (K6)

Tablo 4.3.2'de belirtildiği üzere psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmada etik algıları ana temasında en fazla frekans "Etik riskler" alt temasına aittir (f=23). "ÇİPD uygulama standartlarının belirlenmesi gereği" alt teması (f=18) ve "ÇİPD sürecinin yasalarla desteklenebilir ve denetlenebilir olması" alt teması (f=17) da diğer yüksek frekansa sahip alt temalardır.

4.4. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Uzman Yetkinliğine İlişkin Alt Temalar

Çalışmada oluşturulan ana temaların sonuncusu psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmada uzman yetkinliğidir. Katılımcıların bu konudaki sorularla alınan görüşlerine dayanarak, çevrimiçi psikolojik danışma uygulaması yapabilecek psikolojik danışmanların taşınması gereken uzmanca özelliklerle ilgili sekiz alt tema belirlenmiştir. Aşağıda önce psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmada uzman yetkinliği ana teması Kappa uyum istatistiği bulguları, daha sonra da alt temaların listesi ve her birine ilişkin açıklamalar yer almaktadır.

Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmada uzman yetkinliğine ilişkin görüşleri ana temasında sekiz alt tema belirlenmiştir. Belirlenen alt temalara ilişkin Kappa analiz bulguları Tablo 4.4.1’de, frekans ve anlam bilgileri Tablo 4.4.2’dedir.

Değerlendiriciler	kappa değeri	Asymptotic sh.	Approximate T	p	Geçerli n
M3 – M4	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı – M3	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı – M4	1,000	0,000	5,47	0,000	6

Tablo 4.4.1 Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Uzman Yetkinliğine İlişkin Kappa Analiz Tablosu

Çevrimiçi psikolojik danışma uygulayacak psikolojik danışmanın yetkinliğiyle ilgili ana temaya ilişkin tema eşleme formlarından alınan verilerle yapılan analizlere göre; 3. Alan uzmanı ile 4. Alan uzmanının verdiği cevaplar arasında istatistiksel açıdan uyum olduğu tespit edilmiştir (K=1.00; p=.001). Elde edilen bu uyumun mükemmel düzeyde olduğu görülmektedir. Ayrıca araştırmacı tarafından Çevrimiçi psikolojik danışma uygulayacak psikolojik danışmanın yetkinliğiyle ilgili ana temaya ilişkin belirlenen beklenen temalar ile

alan uzmanların verdikleri cevaplar karşılaştırılmıştır. Buna göre araştırmacı ile alan uzmanı 3 (K=1.00; p=.001) ile alan uzmanı 4 (K=.1.00; p=.001) arasında istatistiksel açıdan uyum olduğu görülmüştür. Elde edilen bu uyum 3. alan uzmanı ve 4. Alan uzmanı için mükemmel düzeyde uyuma işaret etmektedir.

Tablo 4.4.2. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Uzman Yetkinliği Ana Teması ve Alt Temalarına İlişkin Frekans ve Anlam Tablosu

ÇİPD’de Uzman Yetkinliği	Frekansı	Anlamı	Özel Alıntılar
Ruh sağlığı uzmanı olma koşulu	16	ÇİPD hizmeti verebilmek için lisans/yüksek lisans mezunu ruh sağlığı çalışmanı (psikolog, psikolojik danışman, psikiyatrist) olmanın yeterli bulunması	Bence çevrimiçi psikolojik danışma yapılabilmesi için en az yüksek lisans şartı falan konulabilir. (K6) Psikolojik danışmanlar, ruh sağlığı uzmanları. (K11) Psikiyatristlerin verebileceğini düşünüyorum. (K10)
ÇİPD’e yönelik eğitim alma koşulu	34	ÇİPD sürecini yürütebilmek için bu alana ilişkin lisans/yüksek lisans düzeyinde eğitim alınmasının, uzmanlığının olmasının gerekli olduğu düşüncesi	Ama bunun kesinlikle öğretilmesi gerekiyor. Çünkü yüz yüze psikolojik danışmadan çok daha farklı olduğunu düşünüyorum online psikolojik danışmanın. (K5) Biz psikolojik danışmanların da ön eğitim alması koşuluyla verebileceğini düşünüyorum, kendi uzmanlık alanlarında. (K10)
Teknoloji uygulamalarına yatkın ve yeterli olunması koşulu	19	ÇİPD hizmeti verecek psikolojik danışmanların ve danışanların teknolojiyi kullanma ve yönetme konularında yetkin olmasının gerekli bulunması	Onun dışında terapötik süreci yönetirken telefonu, skype kapatma gibi durumları çözme, bu durumlarda ne yapılabilir bununla ilgili bir eğitim, iletişim becerisinin çok güçlü olması gerekir. (K4) Yani psikolojik danışman niteliklerinden farklı, zaten etili bir psikolojik danışmanın sahip olması gereken niteliklerden farklı olarak düşünüyorum, hani onlara zaten sahip olması gerek diye düşünüyorum. Yani teknoloji kullanımı konusunda yetkin olması lazım; olası problemleri, bağlantı gibi bu tarz aksaklıkları yine danışma sürecini aksatabilecek şeyler. Teknolojik konuda da alt yapısı zengin olmalı. (K6)
Süpervizyonlu ÇİPD uygulama deneyimi koşulu	7	ÇİPD’in süpervizör eşliğinde uygulanmasının gerekli bulunması	Çevrimiçi psikolojik danışmanın da dediğim gibi Türkiye’de şöyle bir çalışmalarını görelim, ardından donanımlı hocalar olsun, süpervizyon alabileceğimiz yetkin kişiler olsun, ben de donandıktan sonra düşünürüm. (K9) En az şu kadar görüşme yapılabilir gibi bir

			standarttan bahsediyorsak eğer, belki en az birkaç oturumun süpervizyonu alınmalı gibi bir şart da konulabilir. Sürecin etik yürütülüp yürütülmediği adına süpervizyon şartı koşulabilir gerçekten. (K6)
Süpervizörün ÇİPD uygulamaları konusunda yetkinliği koşulu	3	ÇİPD hizmeti sağlayacak psikolojik danışmanın süpervizyon alma şartının yanında süpervizyonu verecek uzmanında ÇİPD uygulamaları konusunda deneyim sahibi ve yetkin olmasının gerekli bulunması	Yani süpervizyon eklenecek olursa, Süpervizyonu veren kişinin tabi ki yetkin olması gerekecek. Süpervizyon alması şartı konulursa, süpervizyonu veren kişinin de eğitilmiş ve nitelikli olması gerekiyor. (K6) Bu alanda çalışan bir süpervizör tarafından verilmesi önemli. (K9)
Psikolojik danışmanın ÇİPD'e özgü terapötik süreci uygulamada yetkinliği koşulu	5	ÇİPD sürecinin danışana direkt müdahaleyi olanaklı kılmaması sebebiyle olası kriz durumlarında (danışanın o anda kendine zarar verici bir eylemde bulunması vb. gibi) terapötik süreci yürütmede deneyim sahibi ve uzman olmasının gereği	Bu süreci yönetmek için krize müdahale kısmında danışmanın muhakkak yeterli olması gerekiyor. Yüz yüze görüşmelerde bile krize müdahalelerin ya da sürecin başka yöne sapması mümkünken, çevrimiçi psikolojik danışmada ben bunu daha açık ve riskli buluyorum. Bu tarz becerilere sahip olma belki aranmalı. (K4) Bu noktada kriz yönetimi iyi olmalı. Çünkü video konferans esnasında bir anda görüntü gitti ya da bir şey oldu. Yani bu noktada iyi bir kriz yönetiminin de olması gerekiyor bence. (K9)
ÇİPD uygulayacak psikolojik danışmanın mesleki deneyim koşulu	10	ÇİPD sürecini yürütebilmek için alanda mesleki deneyime sahip olunmasının gerekli bulunması	Tecrübesiz bir psikolojik danışman direkt olarak online psikolojik danışmayla işe başlarsa belki de yüz yüze de yakalayabileceği nüansları yakalayamayacak ondan dolayı tecrübeli psikolojik danışmanların online psikolojik danışma hizmeti vermesi gerekir diye düşünüyorum (K5) Biraz da mesleki deneyiminin ilerlemiş olması bana daha güvende hissettirir açıkçası. (K6)
ÇİPD uygulamaları yardım hizmetin etkililiğinin psikolojik danışmanca değerlendirilmesi gereği	2	ÇİPD uygulamaları sonrası hizmetin etkililiğinin, danışan memnuniyetinin, semptomlarının azalıp azalmadığının, hizmeti veren psikolojik danışmanca değerlendirilmesinin gerekli bulunması	Psikolojik danışma sürecinde bir değerlendirme yöntemi, ölçme aracı kullanacak mı? Kullanırsa bunları nasıl değerlendirecek, nasıl tutacak (K6) Bir de belki biraz şeyi de test etmek yine belki araştırma oluyor, uygulayıcının çok yapacağı bir şey değil ama verdiği hizmetin etkililiği. Belki bu son oturumlarda oturumu değerlendirilirken aynı zamanda bunun online olmasının artıları, katkıları nelerdi diye bir sonraki görüşmeleri ona göre yapılandırmak için danışma sürecine dair bir değerlendirme de alabilir (K11)

Tablo 4.4.2’de görüldüğü gibi, “ÇİPD’e yönelik eğitim alma koşulu” alt teması, psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmada uzman yetkinliği ana teması en çok tekrar eden temadır (f=34).

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma sonucunda elde edilen bulgular, kuramsal çerçeve ve alanyazında yer alan araştırmaların bulgularına dayalı bilgilerle de ilişkili olarak tartışılmıştır. Ayrıca çalışmanın sonuçlarından yola çıkılarak, psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma alanında çevrimiçi psikolojik danışmaya açıklıkları, çevrimiçi psikolojik danışma sürecine ve yöntemine ilişkin bilgileri, olası kötüye kullanım ve istismarın önlenmesi için çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü belirlenmesi önerilen etik ilker ve standartlar ile çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verecek psikolojik danışmanların eğitilmesi ve uzman yetkinliği konusunda çeşitli önerilere yer verilmiştir.

5.1. Sonuç

Bu araştırmada farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarına yönelik algı ve görüşlerinin betimlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma soruları yönünde, (1) “Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmaya açıklıkları”, (2) “Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma sürecine ve uygulama yöntemlerine ilişkin bilgileri”, (3) “Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarında etik standartlar konusundaki düşünceleri” ve (4) “Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmada uzman yetkinliği ile ilgili düşünceleri” ana temaları oluşturulmuştur. Araştırmada katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin görüş, bilgi ve deneyimlerini belirlemek için katılımcılara on dört soru yöneltilmiştir. Katılımcıların dokuzu kadın, üçü erkek psikolojik danışmandır. Katılımcılardan dokuzu daha önce çevrimiçi psikolojik danışmayı danışan olarak almamış ya da bu hizmeti psikolojik danışman olarak vermemiştir. Üç psikolojik danışman, görüşmelerin yapıldığı

dönemde çevrimiçi psikolojik danışma uygulaması yürütmekteydi. Katılımcılar arasında çevrimiçi psikolojik danışma sağlayıcısı olanların çevrimiçi psikolojik danışmaya açık, çevrimiçi psikolojik danışma süreç ve yöntemlerine ilişkin bilgi sahibi oldukları görülmektedir. Görüşme verilerine göre katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin etik algıları arasında herhangi bir farklılık gözlenmemiştir. Araştırmaya katılan tüm psikolojik danışmanların ÇİPD uygulamalarında etik konulara ilişkin endişelerinin olduğu, bu alana özgü etik düzenlemelere ihtiyacın olduğu ve bu alanda hizmet verecek psikolojik danışmanların yetkinliğe erişebilmesi için eğitime ihtiyacın olduğu yönünde görüşlerinin bulunduğu görülmüştür.

Katılımcılarla yapılan görüşmeler sonucunda katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaya genel olarak açık ve olumlu tutuma sahip oldukları, iki katılımcının ÇİPD'e kapalı tutum sergiledikleri gözlenmiştir. Daha önce çevrimiçi psikolojik danışma tecrübesi olmayan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma süreç ve yöntemlerine ilişkin bilgi yetersizliği olduğu görülmektedir. Çevrimiçi psikolojik danışma yöntemlerinden video konferans yöntemi, katılımcıların tamamı tarafından en etkili ve geleneksel yüz yüze psikolojik danışmaya en yakın yöntem olarak belirtilmiştir. Katılımcılar, e-posta yoluyla görüşme ve anlık yazışma yoluyla görüşmeyi daha çok danışanların izlenmesinde ve bilgilendirilmesinde kullanılabilir bulmaktadır. Katılımcılar çevrimiçi psikolojik danışmanın en büyük olumlu özelliğinin psikolojik danışmayı zaman, mesafe ve uygulama ortamı/yeri bakımından erişilebilir kılması olduğunu ağırlıklı olarak belirtmişlerdir. Bunun yanında, katılımcıların çoğu çevrimiçi psikolojik danışmanın acil destek gerektiren sorunlarda psikolojik danışmana ulaşılabilirliği kolaylaştırdığını düşünmektedir.

Katılımcılar çevrimiçi psikolojik danışmanın sürecin danışanın ihtiyacına ve olanaklarına göre ayarlanabilme fırsatı sunması özelliğini, engelli bireyler ve engelli bireylere bakım veren kişilerce ve yurt dışında yaşayan, kendi dillerinde psikolojik danışma almak isteyenlerce tercih edilebilmesi bakımından olumlu bulmaktadırlar. Katılımcıların tamamı çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü uygulama standartlarının, kapsadığı alanların, uygulama kurallarının belirlenmesini gerekli bulmaktadır. Ayrıca çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik standartların olması gerektiğini, bu standartların ve çevrimiçi psikolojik danışma sürecinin yasalarla desteklenebilir ve denetlenebilir olması gerektiğini vurgulamışlardır. Oluşabilecek etik risklerin, çevrimiçi psikolojik danışmanın güvenilirliğini zedeleyeceğini, bu bağlamda ülkemizde uygulanmasına ilişkin çekincelerinin olduğunu dile getirmişlerdir. Çevrimiçi psikolojik danışma sürecini yürütebilmek için ruh sağlığı uzmanı olmanın gerekli

olduğu konusunda hemfikir olan katılımcılar, ayrıca belli bir mesleki deneyim ve çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin eğitim alınmasını gerekli bulmaktadırlar. Bunun yanı sıra, ÇİPD uygulayıcısı olacak psikolojik danışmanlar için eğitimde süpervizyonlu çevrimiçi psikolojik danışma uygulaması deneyimi gerekli bulunmuş ve süpervizörün de çevrimiçi psikolojik danışma konusunda yetkinliğinin olması katılımcılar tarafından yoğun olarak önerilmiştir.

5.2. Tartışma ve Yorum

Bu bölümde, ana temalar kapsamındaki alt temalara ilişkin oluşturulan bulgular alanyazın çerçevesinde tartışılmakta ve yorumlanmaktadır. Bu amaçla, sonuçlar araştırma sorularının ve ana temaların bulgular bölümünde sunulduğu sıraya göre tartışılmaktadır. Böylece, verilerin analizi sonucunda elde edilen bulguların, her bir ana tema bağlamında birlikte yorumlanması ile farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarına yönelik algı ve görüşlerine ilişkin belirli bir örüntünün ortaya çıkarılması ve ÇİPD uygulamalarına yol gösterici olacak temel bilgilerin ve gereksinimlerin tartışılması hedeflenmiştir.

5.2.1. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulamaya Açıklığı Ana Temasına İlişkin Tartışma ve Yorum

“Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaya açıklığı” ana temasına dayanak olan sorularla katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya açıklıkları anlaşılmaya çalışılmıştır. Görüşmeler sonucunda katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaya açıklığını ya da kapalı oluşlarını tanımlayan “çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaya açıklık” ana teması ve aynı alt tema önemli bulunmuştur. Bu temadan yola çıkarak, araştırmaya katılan psikolojik danışmanların, çevrimiçi psikolojik danışmayı uygulanabilir ve çevrimiçi psikolojik danışma uygulanmasını gerekli buldukları, uygulamaya açık oldukları, ancak ülkemizde uygulanabilirliğine ilişkin çekincelerinin olduğu öğrenilmiştir. Ayrıca çevrimiçi psikolojik danışmanın ülkemizde yeni bir alan olmasıyla da ilişkili olarak, katılımcıların büyük bir kısmının çevrimiçi psikolojik danışma konusunda bilgi eksiklerinin olduğu ve hemen hepsinin bilgi edinmeye gereksinim duydukları ortaya çıkmıştır.

Araştırmaya katılan on katılımcı çevrimiçi psikolojik danışmaya yönelik olumlu tutum

sergilerken iki katılımcı çevrimiçi psikolojik danışmaya olumsuz tutum sergilemişlerdir. Görüşmelerde on katılımcının çevrimiçi psikolojik danışmayı uygulanabilir buldukları, ancak uygulamaya yönelik yetkinlik ve eğitim eksikliği gibi nedenlerle endişelerinin olduğu gözlenmiştir. Bu durum Mallen ve Vogel (2005) tarafından, Amerika’da yapılan bir araştırmanın bulgularıyla da destelenmektedir. Söz konusu araştırmada psikolojik danışmanlar ve psikolojik danışman eğitimcilerinin çevrimiçi psikolojik danışma yöntemine ilişkin tutumları incelenmiş, çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili olarak karışık tutumlar sergiledikleri görülmüştür (Mallen ve Vogel, 2005).

Araştırmaya katılan psikolojik danışmanlara çevrimiçi psikolojik danışma yapmak isteyip istemedikleri sorulduğunda, katılımcıların çoğunluğunun çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaya ilişkin olumlu tutumlarının olduğu, bu konuda istekli oldukları görülmüştür. Bu bulgu Savaş ve Hamamcı’nın (2010) liselerde rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin internet üzerinden yürütülmesine ilişkin veli, öğrenci ve psikolojik danışmanların görüşlerini inceleyen çalışmasının olumlu sonuçlarıyla da benzerdir.

Araştırma katılımcılarından ikisinin çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin olumsuz tutumlara ve ön yargıya sahip oldukları görülmüştür. Katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaya kapalı olmaları ve katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmaya ön yargılı yaklaşımları yönündeki bu görüşlere benzer bulgular, Glasheen, Campbell ve Shochet, (2015)’in Avustralya’da okul psikolojik danışmanlarıyla yaptıkları araştırma bulgularıyla da benzerdir. Bu araştırmaya göre, okul psikolojik danışmanlarının etkili olduklarına ikna olmadıkları için çevrimiçi psikolojik danışmayı kullanmakta tereddüt ettikleri ve gerekli çevrimiçi psikolojik danışma uygulama becerileri olmadan, potansiyel risk ve güvenlik tuzakları ile başa çıkmaya yetmeyeceklerinden endişe duydukları sonucuna ulaşmıştır.

Araştırma katılımcılarının üçü daha önce çevrimiçi psikolojik danışma deneyimi olan psikolojik danışmanlardır. Diğer dokuz katılımcının çevrimiçi psikolojik danışma deneyimlerinin olmamasıyla ilgili olarak, katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili bilgi edinme gereksinimlerinin ön plana çıktığı ve araştırmaya katılımları sırasında çevrimiçi psikolojik danışma konusunda bilgi eksikliklerine ilişkin farkındalık kazandıkları görülmüştür. Bunların yanında, söz konusu katılımcıların araştırma katılımcısı olmalarının çevrimiçi psikolojik danışma konusuna ilk kez dikkatlerini çektiği de önemli bulgular arasındadır. Bu üç alt temanın Zamani, Nasir ve Yusoooff (2010) tarafından yapılan çalışmanın bulgularıyla benzer olduğu görülmüştür. Söz konusu araştırmada çevrimiçi psikolojik danışma deneyimi olmayan psikolojik danışmanların %90’ını çevrimiçi psikolojik danışmanın ne

olduğunu bilmemektedir ve yalnızca %30'u araştırma katılımcısı olduktan sonra çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti sağlayan siteleri ziyaret etmişlerdir. Bu da araştırma katılımcısı olmalarının katılımcılarda çevrimiçi psikolojik danışma konusunda farkındalık yarattığının ve bilgi edinmeye olan gereksinimlerinin işareti sayılabilir. Çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarının ülkemizde yeni yeni gündeme gelen bir alan olması ve bu alanda ülkemizde yapılan çalışmaların azlığı katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma alanında bilgi eksikliklerinin olmasına ve bu alanda bilgi sahibi olmak istemelerine yol açmıştır. Katılımcılar araştırmaya dâhil olduktan sonra çevrimiçi psikolojik danışma kavramı üzerine düşündüklerini dile getirmişlerdir.

Katılımcılardan ikisi, Türkiye'de çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarının hizmet alanlarca tercih edilmeyeceğini ve danışanların bu uygulamaya mesafeli davranacaklarını düşünmektedirler. Alanyazında bu konuda bir çalışma bulunmamaktadır. Araştırma sonucunda söz konusu bulgu, meslekte sürekli gelişim sorumluluğu olan psikolojik danışmanların yeni karşılaşılan durumlara karşı dirençli olabileceğini ve tutucu eğitimlerinin mesleki uygulamalarına yansiyabileceğini göstermesi bakımından önemlidir.

5.2.2. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Sürecine ve Yöntemlerine İlişkin Bilgileri Ana Temasına İlişkin Tartışma ve Yorum

“Psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma sürecine ve yöntemlerine ilişkin bilgileri” ana temasına dayanak olan sorularla katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma uygulama yöntemlerine ilişkin bilgilerinin olup olmadığı, hangi yöntemlere açık oldukları, avantaj ve dezavantajları konusunda neler düşündükleri, uygulamayı tercih ederlerse hangi alanlarda tercih edecekleri ve çevrimiçi kurulan terapötik ilişkiye yönelik algıları anlaşılmaya çalışılmıştır.

Görüşmeler sonucunda “katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma süreç ve yöntemlerine ilişkin bilgileri” ana temasına ilişkin otuz iki alt tema bulunmuştur. Bu bilgiler ışığında, araştırmaya katılan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma sürecinin çeşitli boyutlarına ilişkin bilgi yetersizliklerinin olduğu, çevrimiçi psikolojik danışmayı video konferans yöntemiyle yürütmenin katılımcılarca daha etkili bulunduğu görülmüştür. Katılımcılar, çevrimiçi psikolojik danışmanın özellikle acil destek gerektiren sorunlarda ulaşılabilirliği kolaylaştıran etkili bir yöntem olduğunu düşünmektedirler. Katılımcıların,

çevrimiçi psikolojik danışmanın birçok avantajı bulunduğu, ancak ÇİPD ile terapötik ilişkinin kurulamayacağı yönünde düşüncelere sahip oldukları, çevrimiçi psikolojik danışmayı kariyer psikolojik danışmanlığı alanlarında tercih edecekleri gibi alt temalar da ortaya çıkmıştır.

Katılımcılara çevrimiçi psikolojik danışmanın olumlu yanlarıyla ilgili düşünceleri sorulduğunda, intihar, yoğun madde bağımlılığı gibi acil destek gerektiren sorunları olan danışanlar için ulaşılabilirliği kolaylaştırıcı olacağı görüşü ortaya çıkmıştır (f=7). Ayrıca ÇİPD sayesinde danışanın psikolojik danışmana kolay ulaşabilmesinin baş etme süreçlerine destek olmasıyla terapötik ilişkiyi güçlendirici, psikolojik danışma hizmeti aldığı çevresinden alacağı tepkilerden, damgalanmaktan korkan danışanlarda psikolojik danışma almayı kolaylaştırıcı; danışanların bu hizmeti evlerinden alabilmelerinin danışanı güvende hissettirmesi; psikolojik danışmaya ilişkin direncini kırıcı; engelli bireylerin evlerinden ayrılmak zorunda kalmadan, yetkin bir uzmandan psikolojik destek almalarını kolaylaştırıcı, ekonomik ve pratik bir yöntem oluşu gibi görüşler ortaya çıkmıştır. Temelde, katılımcıların ÇİPD'in olumlu yanlarıyla ilgili üzerinde en çok anlaştıkları alt tema çevrimiçi psikolojik danışmanın psikolojik danışmayı zaman, yer ve mesafe anlamında ulaşılabilir kılması olmuştur. Çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin olumsuz tutumları olan katılımcılar dahi bu yönlerini faydalı bulmuşlardır. Alanyazında yüz yüze psikolojik danışma ile çevrimiçi psikolojik danışmanın karşılaştırıldığı araştırmalarda da katılımcıların benzer yönleri faydalı buldukları görülmekte ve katılımcıların bu görüşleri ile örtüşmektedir (Childress, 2000; Alleman, 2002; Cook ve Doyle, 2002; Shaw ve Shaw, 2006; Murphy ve diğerleri, 2009; Tanrikulu, 2009; Andersson, 2010; Kilroe, 2010; Rummel ve Joyce, 2010; Savaş ve Hamamcı, 2010; Baker ve Ray, 2011; Dinçyürek ve Uygarer, 2012; Bozkurt, 2013; Zeren, 2015). Yalnızca bir katılımcı, çevrimiçi psikolojik danışmanın görme engelli psikolojik danışmanlar için uygulama kolaylığı sağladığını ifade ederek önemli bir farkındalık yaratmıştır. Zira çevrimiçi psikolojik danışma daha çok engelli danışanlara erişim kolaylığı sağladığı düşünülürken bir psikolojik danışmanın da engelinin olabileceği, bu bağlamda çevrimiçi psikolojik danışmanın uygulama kolaylığı sağlama olasılığı bugüne dek üzerinde pek durulmadığı görülmekte ve engelli psikolojik danışmanlar ve çevrimiçi psikolojik danışma hakkında bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Katılımcılara çevrimiçi psikolojik danışmanın olumsuz yanlarıyla ilgili düşünceleri sorulduğunda, bazı katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma yoluyla yapılacak görüşmelerde danışan ve psikolojik danışman arasında terapötik bağın kurulamayacağına dair görüşlerinin olduğu görülmüştür (f=12). Fenichel ve diğ. (2002) "Çevrimiçi Klinik

Çalışmaların Mitleri ve Gerçekleri” adını taşıyan makalelerinde, sık sık dile getirilen “çevrimiçi psikolojik danışmada danışanla psikolojik danışman arasında güven kurulamaz, danışan kendini açmaz” mitine karşı, çevrimiçi psikolojik danışmanın yüz yüze danışma kadar etkili olduğu görüşünü savunmaktadırlar. Bu tez çalışmasının sonuçlarına bakıldığında, psikolojik danışmanlarının çoğunun çevrimiçi psikolojik danışmayı yararlı bulduğu ancak özellikle e-posta ve anlık yazışma yoluyla görüşmede doğrudan iletişim kurulamadığı için yüz yüze danışma kadar etkili olmayacağını düşündükleri görülmektedir. Bu bulgu, alanyazındaki önceki araştırmalarda elde edilen, özellikle terapötik ilişki açısından, yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma arasında farklılığın bulunmadığı ilişkin görüşleri ile örtüşmemektedir (McKenna, 1998; Cookve Doyle, 2002; Fenichel ve diğerleri 2002; Leibert ve diğerleri, 2006; Barak, Hen, Boniel-Nissim ve Shapira, 2008; Murphy ve diğerleri, 2009; Li-Xia, Ya-Nan, Li, ve Sheng, 2010; Holmes, 2011; Zeren, 2015). Ayrıca, katılımcılar çevrimiçi psikolojik danışmada metin tabanlı yapılan görüşmelerde “şimdi ve buradayı” kullanmada zorluk yaşanacağını düşünmektedirler. İlgili alanyazına bakıldığında şimdi ve buradanın metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışma sürecinde nasıl kullanılacağına dair bir bulguya rastlanmamıştır. Bu bulgu, sonraki çalışmalar için yol gösterici olabilir.

Katılımcılar çevrimiçi psikolojik danışma oturumu sırasında yaşanabilecek elektrik ve internet kesilmesi, internet bağlantısının donması vb. gibi teknolojik aksaklıkların da terapötik süreci olumsuz etkileyeceğini düşünmektedirler. Magaletta, Pagan ve Peyrot (2000) ile Mallen (2005) de, çevrimiçi psikolojik danışma sürecinde yaşanan teknik aksaklıkların danışan ve psikolojik danışman arasındaki terapötik ilişkiyi olumsuz etkileyebileceğine değinmişlerdir.

Çevrimiçi psikolojik danışmanın danışanlara sağladığı zaman, yer ve ortam kolaylıklarının danışanların hazırbulunuşluk düzeylerini ve değişim için sorumluluk algılarını olumsuz etkileyebileceği yönünde görüşler de araştırmanın dikkat çeken bulgularındandır. Danışan, psikolojik danışma oturumuna giderken ve psikolojik danışmadan dönerken aslında hala sürecin içindedir ve bu durum iç görüşünü geliştirir. Ancak çevrimiçi psikolojik danışmada danışanın görüşmedeki farkındalıklarını sindirebileceği hazırlık zamanını sınırlamasının, danışanın değişim için sorumluluktan kaçmasına neden olacağı düşünülmektedir. Alanyazın tarandığında, psikolojik danışmanların zaman içinde video konferans yoluyla verilen danışmanlık ile rahatlık düzeyinin arttığına ilişkin bulgular görülmektedir (Day ve Schneider, 2000). Ancak danışanların sorumluluk algılarının olumsuz etkilendiği yönünde bir araştırma bulgusuna rastlanmamıştır. Katılımcılar çevrimiçi

psikolojik danışma uygulamalarına özgü terapötik müdahale yöntemlerinin belirlenmesini gerekli bulmuşlardır. İlgili alanyazındaki çalışmalar, Bilişsel-Davranışçı Terapi, Bilişsel Analitik Terapi ve Motivasyonel Görüşme gibi hedef odaklı müdahalelerin, genç danışanlara destek sağlamada etkili olduğunu ortaya koymuştur (Dowling ve Rickwood, 2014).

Katılımcılardan ikisi çevrimiçi psikolojik danışma oturumlarını tek başına yeterli bulmamakta, yapılacak çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarının yüz yüze görüşmelerle desteklenmesinin gerekli olacağını düşünmektedir. Zamani ve diğerlerinin (2010) Malezya’da psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmanın ihtiyaçlarına yönelik algılarını araştırdıkları ön araştırmada veriler, danışmanlar arasında çevrimiçi psikolojik danışma kullanımını incelemek için anketler kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların %75’inin çevrimiçi psikolojik danışmaya olumlu bakmasına rağmen hizmetlerini danışanlara sunmaları için yüz yüze psikolojik danışmayı tercih ettikleri görülmüştür.

Çevrimiçi psikolojik danışma süreç ve yöntemine ilişkin en çok görüşle tekrarlanan alt tema, katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin bilgi yetersizlikleri olmuştur. Araştırmaya katılan psikolojik danışmanlardan üçü daha önce çevrimiçi psikolojik danışma uygulaması yapmış, dokuz psikolojik danışman daha önce çevrimiçi psikolojik danışma yapmamıştır. Dokuz katılımcının çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarıyla ve uygulama alanlarıyla ilgili bilgi ve donanıma ilişkin eksiklikleri görülmüştür. Tanrıku (2009) da, psikolojik danışman adaylarıyla yaptığı çalışmada, araştırmaya katılan psikolojik danışman adaylarının hiçbirinin, çevrimiçi psikolojik danışma hakkında yeterli bilgi ve eğitime sahip olmadığı sonucuna varmıştır.

Araştırmada katılımcılara en yaygın kullanılan çevrimiçi psikolojik danışma yöntemlerinin (anlık yazışma, e-posta ve video konferans yoluyla görüşme) herbiri ile ilgili sorular sorulmuştur. Katılımcılar, yoğunlukla video konferans yöntemini geleneksel yüz yüze görüşme yöntemi ile kıyaslamışlar ve video konferans yöntemi ile geleneksel yüz yüze görüşme yönteminin birbirine en yakın yöntem olduğunu dile getirmişlerdir. Çevrimiçi psikolojik danışmanın videokonferans yöntemiyle yapılmasının e-posta ve anlık yazışma yoluyla görüşmeye kıyasla daha etkili olacağını dile getirmişlerdir. Katılımcılar video konferans yöntemiyle uygulamada danışanın jest ve mimiklerini görebilecekleri için sözsüz mesajları yakalayabileceklerini belirtmişlerdir. Alanyazında birbirinden farklı konularda video konferans yöntemi ile çevrimiçi psikolojik danışma yapılan araştırmalar bulunmaktadır. Önceki araştırmalarda, çevrimiçi psikolojik danışma sonrası danışanların görüşme

sonuçlarından memnun oldukları görülmektedir (Hufford, Glueckauf ve Webb, 1999; Stevens, Doidge, Goldbloom, Voore ve Farewell, 1999; Schopp, Johnstone ve Merrell, 2000; Zipper, Broughton ve Behar, 2000; Clement, Brooks, Dean ve Galaz, 2001; Glueckauf ve diğlerleri, 2002; Liss, Glueckauf, Ecklund-Johnson, 2002; Glueckauf ve diğlerleri, 2003; Mallen ve diğlerleri, 2005).

Katılımcılar e-posta yoluyla psikolojik danışma yapılırken sürecin eş zamansız gerçekleşmesinin, e-postayı gönderdikten sonra yanıtın yazılması ve gönderilmesinin belli bir süreyi alması nedeniyle terapötik ilişkiyi olumsuz etkileyeceğini ya da güçleştireceğini düşünmektedir. Ayrıca, bu görüşteki katılımcılar e-posta yoluyla çevrimiçi psikolojik danışmayı gerçek bir psikolojik danışma olarak görmemekte, bu yöntemle terapötik sürecin gerçekleşemeyeceğine inanmaktadırlar. Katılımcılara göre e-posta yöntemi salt danışanlara bilgi, gerekli dosyaların paylaşımı ve izleme oturumu amacıyla kullanılmalıdır. Bir katılımcı ise e-posta ile ÇİPD’i danışanın kendini ayrıntılı ifade edebilmesi için bir fırsat olarak görmektedir. Bir katılımcı da, bu süreç için hem psikolojik danışmanın hem de danışanın e-posta adreslerini düzenli takip etmeleri gerektiğine vurgu yapmıştır. Katılımcıların genel olarak e-posta yöntemiyle çevrimiçi psikolojik danışma konusunda olumsuz tutumları gözlene de alanyazında bunun tam tersi öneriler bulunmaktadır.

E-posta yoluyla ÇİPD’in daha keyifli etiketlenme kaygısı yaşayanlar için güven sağlayıcı bulunduğu, dolayısıyla danışanın daha rahat kendini açabilmesine olanak veren, danışan memnuniyeti açısından olumlu sonuçları olan, danışanı ihtiyaç duyduğu an destekleyen, fakat şimdi ve buradayı kullanmada sınırlılık yaratan bir yol olduğunu gösteren araştırmalar bulunmaktadır (Dietz-Uhler ve Bishop-Clark, 2001; Peterson ve Beck, 2003; Mallen ve diğlerleri, 2005; Richards, 2009). Bulgulardaki ağırlıklı görüşlerin aksine, önceki araştırmalar e-posta yoluyla ÇİPD’de terapötik ilişkinin kurulduğunu, danışanların süreçten memnun kaldıklarını, danışanların kendilerini açmalarına olanak sağladığını göstermektedir. Katılımcılar anlık yazışma yoluyla ÇİPD’in danışanın jest ve mimiklerini görebilmeyi ve yorumlayabilmeyi kısıtlayacağını bu nedenle terapötik ilişkinin kurulmasını güçleştireceğini düşünmektedir. Alanyazında da danışanların sözsüz iletişimlerini izleme eksikliğinin, danışanın yüz ifadesi, ses tonu ve beden diliyle ilgili ipuçlarını görememenin çevrimiçi psikolojik danışmada terapötik ilişkiyi aksatacağı görüşü bulunmaktadır (Leibert, ve diğlerleri, 2006; Bambling, King, Reid ve Wegner, 2008; Haberstroh, Parr, Bradley, Morgan Fleming ve Gee, 2008). Yine de Alleman’a (2002) göre danışan tarafından seçilen kelimelerin çeşidi, bu kelimeleri yazıda nasıl bir araya getirdikleri, her ne kadar taraflar birbirlerini görmese ve

duymasa da duygular hakkında oldukça şey söyleyebilir. Seçilen renkler, yüz ifade sembolleri, harflerin boyutları ve kullanım tekrarları, harfler arasındaki boşluklar danışanın duygularını, kişiliğini yansıtmaktadır ve bu anlamda psikolojik danışmana danışanı anlama konusunda yardımcı olmaktadır (Alleman, 2002).

Katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmada anlık yazışma yoluyla etkili psikolojik destek alınamayacağına dair görüşleri de araştırma bulgularında ortaya çıkmıştır (f=6). Bir psikolojik danışman anlık yazışma yoluyla görüşmeyi diğer çevrimiçi yöntemlere kıyasla daha etkili bulduğunu ifade etmiştir. Bazı katılımcılar ise anlık yazışmayı oturumlar bittikten sonra izleme görüşmesi için kullanılabilir bulmaktadır (f=2). Tıpkı e-posta yoluyla görüşmede olduğu gibi katılımcılar genel olarak bu yöntemle psikolojik danışma yapılamayacağına, terapötik ilişkinin kurulamayacağını belirtmişlerdir. Çevrimiçi psikolojik danışmada anlık yazışma ile ilgili alanyazın incelendiğinde en çok çalışmanın internet destek gruplarına odaklandığı görülmektedir ve belirgin düzeyde fazla bireyin söz konusu destek gruplarından yarar sağladığı belirtilmektedir (Braithwaite ve diğerleri, 1999; Bresnahan ve Murray-Johnson, 2002; Meier, 2000; Shaw ve diğerleri, 2000). Bunun dışında, anlık yazışma yoluyla yapılan bir grup terapisinde yalnızlıkla başa çıkmada zorlanan bireylerin etkin bir hizmet aldıkları görülmüştür (Hopps ve diğerleri, 2003). Bir başka araştırmanın bulguları ise anlık yazışma yoluyla ÇİPD'in anksiyete ile ilişkili semptomları azalttığını göstermiştir (Cohen ve Kerr, 1998). Tüm bunlar göz önüne alındığında anlık yazışma yoluyla görüşmede araştırmalar, terapötik ilişkinin kurulduğunu, danışanların yarar sağladığını, belirtilerinin azaldığını göstermektedir. Danışanların kendilerini ayrıntılı ve anında ifade etmelerine olanak sağlayan anlık yazışma yoluyla çevrimiçi psikolojik danışmanın danışanların anlaşılabilirliklerini hissetmesine, destek almasına olumlu anlamda katkı sağladığı görülmektedir. Bu bağlamda katılımcıların anlık yazışma yoluyla etkili psikolojik destek alınamayacağına dair inançları çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin bilgi eksiklikleri alt temasını da destekler niteliktedir.

Katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma uygulayabilme konusunda kişisel yetkinlikleri ile ilgili endişeleri dikkat çekmektedir ve bu konudaki iki alt tema araştırmanın önemli bulgularındandır. Her ne kadar çevrimiçi psikolojik danışma uygulaması yapmayan psikolojik danışmanlar çevrimiçi psikolojik danışma konusunda hevesli olsalar da kendilerini çevrimiçi psikolojik danışma hizmetini sunma için yetersiz olarak algılamışlardır (Tanrikulu, 2009; Glasheen ve diğerleri, 2015).

Katılımcılara çevrimiçi psikolojik danışmayı hangi alanlarda tercih edebilecekleri

sorulduğunda, çevrimiçi psikolojik danışmanın hem uygulanabileceğini hem de uygulanamayacağını düşündükleri alanları belirtmişlerdir. Çevrimiçi psikolojik danışmayı benlik saygısı, yaşam becerileri, kaygı bozukluğu ve yakın ilişkilerle ilgili sorunları olan danışanlarla yapılacak uygulamalarda; kariyer psikolojik danışmanlığı, kriz danışmanlığı alanlarında ve adli alanda; psikoeğitim uygulamalarında, bilişsel temelli müdahalelerde, iletişim becerileri ve öfke yönetimi alanlarında ve özel eğitim alanında daha fazla uygulanabilir bulmaktadırlar. Diğer yandan, klinik psikolojik destek gerektiren sorunlarda, duygu odaklı süreçlerde ve çift terapisinde çevrimiçi psikolojik danışmayı uygun bulmadıklarını ifade etmişlerdir. Alanyazın incelendiğinde, Bozkurt'un (2013) çalışmasında çevrimiçi psikolojik danışmanın başta kaygı bozuklukları olmak üzere; baş ağrısı, kulak çınlaması, uyku bozuklukları, majör depresyon, panik bozukluk, travma sonrası stres bozukluğu, sosyal fobi, karmaşık yas durumları, tükenmişlik sendromu ve depresyonda başarılı sonuçlar verdiği, psikotik bozukluk öyküsü olanlar, disosiyatif bozukluklar, şiddetli depresyon ve intihar düşüncesi olanlar, alkol veya madde bağımlılığı olanlar, on sekiz yaşın altındakiler ile devam eden başka bir psikolojik tedavisi olanlar için ise uygunluğu konusunda görüş birliğinin olmadığı ifade edilmektedir. Katılımcıların ÇİPD uygulamak için en çok tekrar edeceği alan kariyer psikolojik danışmanlığı olmuştur. Bu alanda Rochlen ve diğerlerinin (2004) ruh sağlığı uzmanlarının çevrimiçi testler, kariyer danışmanlığı ve bilgi paylaşımı gibi çeşitli hizmetler sunmak için interneti kullandıkları çıkarımını desteklemektedir.

5.2.3. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulamalarında Etik Standartlar Konusundaki Düşünceleri Ana Temasına İlişkin Tartışma ve Yorum

Psikolojik danışmanların “çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarında etik standartlar konusundaki algıları” ana temasına dayanak olan sorularla katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin farklı etik ilkelere gereksinim duyup duymadığı ve Türkiye’deki uygulamalarda etik standartlarının neler olabileceğine ilişkin fikirleri öğrenilmeye çalışılmıştır.

Katılımcılara çevrimiçi psikolojik danışmanın Türkiye’de uygulanabilirliği hakkında standartlara ve çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarına ilişkin farklı etik ilkelere ihtiyaç olup olmadığı ile ilgili görüşleri sorulmuştur. Katılımcılar, çevrimiçi psikolojik danışmanın ülkemizde uygulanması konusunda önemli etik riskler görmüşler ve çevrimiçi psikolojik

danışmaya özgü uygulama ve etik standartların belirlenmesini ve bu alanda bilimsel araştırmaların yapılarak desteklenmesi gerektiğini ifade etmişlerdir.

Bir katılımcı, çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik standartlar belirlenirken olası etik risklere karşı danışan haklarının korunmasını gerekli bulmuştur. Danışanın ve psikolojik danışmanın oturumlar esnasında ya da oturumlar bitikten sonra görüşmeye dair paylaşımların sosyal medya hesaplarından paylaşımı, yazılanların kötüye kullanımı gibi durumlarından korunması amacıyla etik ilkelere ihtiyaç vardır. Bu bağlamda teknolojinin kullanımı konusunda göz önüne alınması gereken önemli durumlar bulunmaktadır. Görüşmelerin internet üzerinden gerçekleşmesi, sürecin denetlenmesini güçleştireceğinden etik ilkelerin bu bağlamda net olması önem taşımaktadır. İlgili alanyazına bakıldığında konuyla ilgili, etik risklerin denetlemelerle üstesinden gelineceği vurgulanmıştır (Goodyear ve Guzzardo, 2000; Larsen, 1998).

Katılımcılar çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik standartların ücretlendirme ($f=2$) ve oturum süresi ($f=3$) konularının belirlenmesini gerekli bulmuşlardır. Ücretlendirmede bir standart getirilmesini, anlık yazışma yoluyla görüşme, e-posta yoluyla görüşmenin ücretlendirmesinin nasıl olacağını merak etmektedirler. Bunun yanı sıra çevrimiçi psikolojik danışma uygulayıcısı olan iki psikolojik danışman, video konferans yöntemi ile yaptıkları görüşmelerde yüz yüze psikolojik danışmada aldıkları ücretlerle aynı ücreti aldıklarını ama piyasada ücret ile ilgili standardın olmamasından kaynaklı farklı uygulamaların yapıldığını dile getirmişlerdir. Yüz yüz psikolojik danışma görüşmelerinin belli bir standardı varken, metin tabanlı özellikle anlık yazışma yoluyla görüşmede bu sürenin ne kadar olacağını belirlenmesi gereklidir. Bunların belirlenmesinin yanı sıra psikolojik danışmana hangi saatler içine ulaşılabilceği ve ne kadar sıklıkla başvurulacağına dair sınırların da net bir şekilde konulması son derece önemlidir. Danışanın her ihtiyaç duyduğunda, saate bakılmaksızın psikolojik danışmana ulaşılabilirliği profesyonel ilişkiyi zedeleyecektir. Alanyazına bakıldığında, Pettermann, (2003), ücretlendirmenin psikolojik danışma görüşmelerine başlamadan önce, yapılandırma esnasında danışanı bilgilendirmesinin önemine vurgu yaparken, Mallen ve diğerleri, (2005) görüşmenin gerçekleştirdiği kanallara ödenecek tutarlardan ve Amerika’da video konferans görüşmelerinde talep edilen tutarlardan bahsetmiştir. Ülkemizde hâlihazırda çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti veren Türkçe internet sitelerinin incelendiği bir araştırmada yedi Türkçe sitenin yalnızca birinde *International Society for Mental Health Organisation* (ISMHO) tarafından düzenlenmiş olan çevrimiçi psikolojik danışma etik kod ve ilkelere uyulduğu (söz konusu site ayrıca ISMHO’ya

üyedir) görülmektedir (Aygün Cengiz, 2007a s: 375-376). Söz konusu sitede e-posta yoluyla görüşme ücretleri ile video konferans yoluyla görüşme ücretlerinin dakika hesabı ile arttığı gözlenmektedir. Ücretlendirme uygulamaları yurt dışında da farklılık göstermekle birlikte anlık yazışma yoluyla görüşmenin ücretlendirmesi 50 dakikası 12 \$'dan 150 \$'a kadar değişmektedir. Farklı sitelerde farklı ücretlendirmelerin olduğu da görülmektedir (Chester ve Glass, 2006: 145-160). Öncelikle çevrimiçi psikolojik danışma süre standardı hakkında bir etik düzenleme yapılması, ardından ücretlendirme konusunun standarda bağlanması beklenmektedir. Çevrimiçi psikolojik danışma ücretlendirme ve oturum süresi konusunda yüz yüze psikolojik danışma tarifisinin uygulanması önerilebilir.

Katılımcıların kayıtların tutulması ve saklanması konusunda yoğun endişelerinin olduğu görülmüştür (f=13). Katılımcıların bir bölümü, çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik standartların belirlenmesini gizliliğin sağlanması konusunda gerekli bulmuşlardır (n=8). Ayrıca araştırmaya katılan psikolojik danışmanlar, danışanların videolarını, ses kayıtlarını paylaşmamalarının önemli olduğunu ama sosyal medya hesaplarında ekran görüntüsü olarak paylaşan psikolojik danışmanların ve danışanların olduğunu, bu bağlamda bir etik standarda acil ihtiyaç olduğunu savunmuşlardır. Danışanlarla yapılan çevrimiçi görüşmelerde özellikle metin tabanlı oturumlarda gizliliğin nasıl sağlanacağı, yazışmaların nerede saklanması ve ne zaman imha edileceği sorusu merak konusudur. Bu konuda çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik ilkelere acil ihtiyacın olduğu katılımcılarca açıkça belirtilmiştir. Yazışmaların her iki tarafta da bulunması, danışana da gizlilik anlamında bazı yükümlülükler getirmektedir. Bir psikolojik danışman, anlık yazışma oturumlarını veya e-posta kopyalarını kaydetmeyi planlıyorsa, bu uygulamayı danışana bildirmeli ve yüz yüze oturumlarını videoya çekme ve kaydetme için gerekli olana benzer bir şekilde onay almalıdır. (APA Etik Kodu 4.03). İlgili alanyazında gizliliğin sağlanması, kayıtların tutulması ve saklanmasının önemine ve nasıl sağlanacağına dair önerilerin olduğu sayıca çok çalışma vardır (Zack, 2004; Mallen ve diğerleri, 2005; Richards ve Vigano, 2013; Amanvermez, 2015; Zeren ve Bulut, 2018).

Danışma yapılan ortamın güvenliğinin sağlanması konusu ise hem psikolojik danışman açısından hem de danışan açısından güven oluşturmada önemli sayılmıştır (f=2). Görüşmenin yapıldığı ortamda yalnız olunmaması, danışanı görmeden yapılan oturumlarda danışanın hesabından bir başkasıyla görüşülmesi gibi risk durumlarının önüne nasıl geçilebileceği gibi durumların netleştirilmesi önemlidir. Bunun yanı sıra görüşmelerin yapıldığı çevrimiçi kanalların da (siteler, uygulamalar vb.) güvenilir olması gizliliğin sağlanması için gerekmektedir. Bu konuda ulaşılabilen alanyazında da yol gösterici çalışmaya

rastlanmamıştır.

Katılımcıların bir kısmı, çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik standartlar belirlenirken yüz yüze psikolojik danışmadan farklı olarak çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü yapılandırmayı önemli bulmuştur (f=6). Bu katılımcılardan bazıları, çevrimiçi psikolojik danışma yapılandırma görüşmesi sonrası bilgilendirilmiş onayın alınmasını gerekli bulmuşlardır (f=3). Danışanla bir ekran karşısından ilişki kurduğumuz çevrimiçi psikolojik danışmada danışana olası riskler için önceden bilgi verilmesi ya da danışandan bilgi alınması büyük önem taşır. Bir görüşme esnasında psikolojik danışmanın bulunduğu ortamda elektrik kesildiğinde ya da interneti koptuğunda danışan bunu yanlış yorumlayabilir ya da aksi durum olduğunda psikolojik danışman farklı algılayabilir. Dolayısıyla bu gibi riskli durumlarda danışanın önceden bilgilendirilmesi, örneğin bağlantı birden koparsa telefonda durumun teyit edilmesinin isteneceği söylenebilir. Başka bir durum, danışanın risk içeren davranışlarda bulunması ile ilgili olabilir. Danışan görüşme esnasında intiharı planlayabilir ve bunu psikolojik danışmanla paylaşabilir. Böyle bir durumda psikolojik danışmanın danışanın adresini, bir yakınının telefonunu önceden bilmesi büyük bir önem taşır. Olası riskli bir durumda psikolojik danışman, danışanın yakınına arayabilir, evine sağlık hizmetleri yönlendirebilir. Bu nedenlerle yapılandırma ve bilgilendirilmiş onam çevrimiçi psikolojik danışmada son derece önemli ve sürece özgü olmalıdır. Alanyazında bu konuyla ilgili, danışanın bilgilendirilmesi ve bilgilendirilmiş onamlarını alıp, olası kriz durumlarını planlaması, doğabilecek etik sorunları ortadan kaldırır denmektedir (Childress, 2000). Ayrıca APA Etik Kodlar kitapçığında da, bir psikolojik danışman, anlık yazışma oturumlarını veya e-postaları kopyaları kaydetmeyi planlıyorsa, bu uygulamayı danışana bildirmeli ve yüz yüze oturumlarını videoya çekme ve kaydetme için gerekli olana benzer bir şekilde onay almalıdır, ifadesi yer almaktadır (APA Etik Kodu 4.03). Literatür incelendiğinde, ön görüşme ve yapılandırma ile ilgili sadece Petterman (2003)'ü çalışmasına rastlanmaktadır. Petterman (2003), ön görüşme sayesinde danışanın psikolojik danışma yardımının maliyetine ilişkin doğru zamanda bilgilendirileceğine değinmektedir. Ancak bunun dışında çevrimiçi psikolojik danışma oturumlarından önce ön görüşme ve yapılandırmayla olası risklerin önüne geçilebileceğine dair bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ön görüşme ve yapılandırma çevrimiçi psikolojik danışmada en önemli konulardan biridir ve etik riskleri azaltmada da önemlidir. Psikolojik danışmanın danışanı önceden süreç, süreç boyunca sorumlulukları ve olası riskler hakkında bilgilendirilmesi terapötik ilişki için faydalı olacaktır.

Katılımcılar çevrimiçi psikolojik danışma hizmetini sağlayacak psikolojik danışmanın güvenilir ve bu alanda yetkin olması, çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin bir eğitim öyküsünün, deneyiminin olması hususlarında etik standartların belirlenmesini, danışanın yetkin bir psikolojik danışmandan bu hizmeti alabilmesinin güvence altına alınmasını gerekli bulmaktadırlar (f=4). Bu bağlamda alanyazına bakıldığında, Shaw ve Shaw (2006) tarafından yapılan araştırmada çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti sağlayıcılarının %30'unun yüksek lisans ve doktora derecesine sahip oldukları görülmektedir. Türkiye'de henüz bu alanda bir araştırma bulgusuna rastlanmamıştır. Ancak araştırma katılımcılarından çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti veren üç psikolojik danışmanın ikisi doktora derecesine, biri yüksek lisans derecesine sahiptir. Mallen, ve diğerleri, (2005) anlık yazışma yoluyla görüşmede daha deneyimli kişilerin, konuşma sırasında iletilen mesajlarda daha fazla derinliği değerlendirebileceğini ve ilişkilendirebileceğini düşünmektedir. Çevrimiçi psikolojik danışma konusunda yetkin olunması, bu alanda eğitime ve deneyime sahip psikolojik danışmanların bu alana sahip çıkması ile ilgili çokça araştırma mevcuttur (Klitzke ve Lombardo,1991; Childress, 2000; Oravec, 2000; Kent, 2001; Levine, Levine-Young ve Baroudi, 2003).

Katılımcıların büyük bir kısmı, çevrimiçi psikolojik danışma uygulama standartlarının, kapsadığı alanların ve kurallarının belirlenmesini gerekli bulmuştur (f=17). Bu alt tema psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarında etik standartlar konusundaki algıları ana temasının en yüksek frekansına sahip alt teması olarak dikkat çekmektedir. İlgili alanyazında Hamamcı (2007) ve Piri (2011) çevrimiçi psikolojik danışmayı tanıtmış, tarihçesi, avantaj ve dezavantajları ile etik ilkeler ve olası etik ihlaller konularına değinmişlerdir. Zeren ve Bulut'un (2018), Türkiye için çevrimiçi psikolojik danışma standartlarının ve etik ilkelerinin neler olması gerektiğini tartıştığı, uygulanabilir bir modelle şemalaştırdığı çalışması en güncel çalışmadır. Danışanları bilgilendirme, saygı, danışanları koruma, gizlilik ve mahremiyet, diğer profesyonellerle ilişkiler, teknoloji kullanımı, sosyal medya kullanımı gibi başlıklarla Türkiye'de çevrimiçi psikolojik danışmada etik standartlar için önerilerde bulunmuştur.

Katılımcılar çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin etik standartların henüz olmayışı, çevrimiçi psikolojik danışmayı hukuki boyutta denetlenebilir bir alan olarak görmemeleri nedeniyle etik risklerin ortaya çıkabileceğini düşünmektedirler. Katılımcıların özellikle çevrimiçi görüşme yapılacak ortamın profesyonelliğine ilişkin kaygıları bulunmaktadır. Örneğin, danışanlar yanlarında biri olduğu halde yalnız olduklarını söyleyebilirler; bu etik açıdan riskli bir durumdur. Bunun yanında hem danışanın hem de psikolojik danışmanın

özellikle e-posta ve anlık yazışma yoluyla görüşmede taraflarda bulunan yazılı metinlerin kullanılması, istismara açık olması etik olarak riskli bulunmaktadır. İlgili alanyazında da çevrimiçi psikolojik danışma sürecinin yasalarla denetlenmesi ve desteklenmesi gerektiği ifade edilmektedir (Shapiro& Schulman, 1996; Mitchell, 2001; Hsiung, 2002; Kraus ve diğerleri, 2004).

Katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmanın Türkiye’de uygulanabilirliğine ilişkin etik kaygılarının olduğu görülmüştür (f=4). Bu bağlamda çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaları hakkında ülkemizde bilimsel araştırmaların yapılması ve artırılmasını gerekli bulmaktadırlar (f=4). Zeren ve Bulut’un (2018), Türkiye için çevrimiçi psikolojik danışma standartlarının ve etik ilkelerinin neler olması gerektiğinin tartışılıp, beş psikolojik danışma ve rehberlik bölüm öğretim üyesinin de önerilerinin alındığı çalışma, etik kaygıların giderilmesi bağlamında atılan ilk adım olarak sayılabilir.

Katılımcıların büyük çoğunluğu, çevrimiçi psikolojik danışma sürecindeki etik ihlallerin önüne geçilebilmesi için de sürecin yasalarla desteklenebilir ve denetlenebilir olmasının gerekli olduğunu düşünmektedir (f=16). Katılımcılar genel anlamda yüz yüze psikolojik danışma oturumlarında yapılan etik ihlallerin, kötüye kullanımların bile ülkemizde denetlenmediğinden şikâyetçi olduklarını dile getirirken, internet üzerinden sağlanan çevrimiçi psikolojik danışma hizmetinin etik düzenlemelere ve bu etik düzenlemelerin yasalarca takip edilmesinin gerekliliğine dikkat çekmişlerdir. Türkiye’de çevrimiçi psikolojik danışma uygulayıcılarının etik kaygılarına yönelik bir araştırma bulunmamakla birlikte, katılımcılarla yapılan görüşmeler süresince en yoğun kaygının çevrimiçi psikolojik danışmanın denetlenebilirliğinin zor olduğu, dolayısıyla etik ihlallerin çok fazla olacağına yöneliktir. Özellikle on sekiz yaş altı bireylerin çevrimiçi psikolojik danışma hizmetinden yararlanabilmeleri konusunda bir fikir birliğine varılmamıştır (Bozkurt, 2013). Çevrimiçi psikolojik danışmaya on sekiz yaş altı bireylerin de ihtiyaç duydukları göz önüne alınarak bu konuda yasal bazı düzenlemelere gereksinim vardır.

Katılımcılardan çevrimiçi psikolojik danışma uygulaması yapmış bir psikolojik danışman, çevrimiçi psikolojik danışmanın uygulandığı uzmanlık alanlarının standartlarının belirlenmesini vurgulamaktadır. Örneğin, okul psikolojik danışmanı çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti sağladığında devlet memuru olmasının ne gibi sınırlamalarının olacağını belirlenmesi gerektiği üzerinde durulmuştur. Bu konuda yapılan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Yüz yüze psikolojik danışmada olduğu gibi çevrimiçi psikolojik danışmada

da psikolojik danışman uzmanlık alanına uygun hizmet verebilmesi için bu konuda da hukuki düzenlemelerin yapılması gereklidir.

5.2.4. Psikolojik Danışmanların Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Uzman Yetkinliği Ana Temasına İlişkin Tartışma ve Yorum

Psikolojik danışmanların “çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarında uzman yetkinliği” ana temasına dayanak olan sorularla katılımcıların yetkinlik konusunda duyarlılığa sahip olup olmadıkları, çevrimiçi psikolojik danışma yapmak için uzmanların kimler olması ve hangi özellikleri taşıması gerektiği yönündeki düşünceleri anlaşılmaya çalışılmıştır.

Görüşmeler sonucunda çevrimiçi psikolojik danışmada uzman yetkinliği ana teması belirlenmiştir. Bu bağlamda, araştırmaya katılan psikolojik danışmanlara çevrimiçi psikolojik danışmayı kimlerin verebileceği ve bu hizmeti verebilmesi için sahip olunması gereken nitelikler sorulduğunda çevrimiçi psikolojik danışma uygulaması yapan psikolojik danışmanlar ile yapmayanlar arasında lisans ve yüksek lisans mezunu psikolojik danışmanlar arasında farklılığın olmadığı görülmektedir. Katılımcılar, ruh sağlığı uzmanlarının bu hizmeti sağlayabileceklerini, çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin eğitim almalarının gerekli olduğunu, teknolojik yatırımlarının olması gerektiğini, süpervizyon şartı, mesleki deneyim, lisans veya yüksek lisans düzeyinde çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin ders alma koşulunu önemli bulmuşlardır.

Katılımcıların bir kısmı, çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verebilmek için psikolojik danışma ve rehberlik lisans mezunu olmayı yeterli bulmuşlardır ($f=7$). Yalnızca üç katılımcı yüksek lisans mezunu olmayı gerekli bulurken, bir katılımcı psikolojik danışmanların bu hizmeti veremeyeceğini düşünerek çevrimiçi psikolojik danışmayı yalnızca psikolog ve psikiyatristlerin verebileceğini savunmuştur. İlgili alan yazında da; Shaw ve Shaw (2006) tarafından yapılan araştırmada, çevrimiçi psikolojik danışma sağlayıcılarının % 10'undan azının lisanslı psikologlar olduğunu belirtmişlerdir. Lisanslı profesyonel çevrimiçi psikolojik danışma sağlayıcıların çoğunluğunun, sosyal hizmet uzmanları olduğunu ifade etmişlerdir. Shaw ve Shaw'a (2006) göre, çevrimiçi psikolojik danışma sağlayıcılarının

çoğunluğu lisanslı veya sertifikalı sosyal hizmet uzmanları, evlilik ve aile terapistleri, psikolojik danışma alanında yüksek lisans derecesine sahip pratisyenler veya zihin sağlığı konusunda hiç eğitimi olmayan kişilerdir. Psikolojik danışma yapacak psikolojik danışmanların dört yıllık eğitimle bu hizmeti vermemesi gereği gündemdeyken her lisans mezununun denetlenen daha güç, danışan nüfusuna ulaşmada daha erişilebilir çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verebilmesi son derece endişe vericidir. Üstelik çevrimiçi psikolojik danışma alanı özel bir eğitime, teknolojik yeterliliğe, krize müdahale konusunda yetkinliğe sahip olma gibi bir çok beceriye sahip psikolojik danışmanlarca verilmesi gerekirken, lisans mezunu psikolojik danışmanların ya da alandışı bireylerin bu hizmetin sağlayıcısı olmamaları konusunda yasal yaptırımların olması beklenmektedir.

Katılımcılar, danışanların ve psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaya yatkın ve teknolojik uygulamalara alışkın olmalarının gerekliliğini savunmuşlardır. Amanvermez'in (2015) Türkiye ve Amerika'da çevrimiçi psikolojik danışma araştırmalarını karşılaştırdığı çalışmasında da vurguladığı gibi, özellikle kendini açma konusunda danışanların çevrimiçi ortamda kendilerini rahat hissetmeleri önemlidir. Leibert ve diğerleri (2006) de internette daha fazla vakit geçiren bireylerin çevrimiçi psikolojik danışma kullanmaya daha istekli olduklarını bulmuştur. Böylece oluşturulan alt tema söz konusu iki çalışma tarafından desteklenmektedir. Smith ve diğerleri (1999) de bilgisayar deneyiminin bilgisayar kullanımına yönelik tutumlarla pozitif ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.

Katılımcılar, çevrimiçi psikolojik danışma sürecini yürütebilmek için bu konuda bir eğitim alınmasını gerekli bulmuşlardır ($f=20$). Tanrıku (2009), psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma alanında eğitilmeleri için lisans düzeyinde derslerin konulmasını savunmaktadır. Çevrimiçi psikolojik danışma uygulayıcısının lisansta ya da yüksek lisans düzeyinde ders alması, bu alan hakkında aday psikolojik danışmanı hazırlayacağı düşünülmektedir. Bu bulguyu destekleyen, çevrimiçi psikolojik danışman olmadan önce aday psikolojik danışmanların eğitimlerle kendilerini geliştirmelerine yönelik alanda yapılmış çalışmalar mevcuttur (Murphy ve ark., 2009; Tanrıku, 2009; Savaş ve Hamamcı, 2010; Bouno, 2011; Zeren, 2014). Bunun yanı sıra psikolojik danışmanların, kendini geliştirme sorumluluğu ilkesince belirli eğitimler alıp, kendilerini alanda güncel bilgilerle donatmaları beklenmektedir. Psikolojik danışmanlar söz konusu eğitimlerini de uzaktan danışmanlık süreciyle alabilmektedirler. Buna rağmen, birçok psikolojik danışman telaşlı, hareketli ve yoğun bir yaşam sürmekte ve zaman uygun olmadığından psikolojik danışmanın kendini geliştirme sorumluluğu ilkesini aksatabilmektedirler. Bu bağlamda uzaktan eğitimler,

çevrimiçi süpervizyon uygulamaları almak, çeşitli sertifika programlarına çevrimiçi katılmak psikolojik danışmanlara zaman ve mesafe anlamında kolaylık sağladığı için tercih edilebilir bir seçenek olarak görülmektedir.

Çevrimiçi psikolojik danışma, teknolojik yetkinlik ve krize müdahale gibi alanlara hâkim olunması gerektirir. Dolayısıyla bu alanda yeterliliği olan psikolojik danışmanlarca sürecin yürütülmesi daha sağlıklı olacaktır. Katılımcılar, teknolojiyi kullanma ve yönetme konusunda yetkin ve mümkünse sertifikalı psikolojik danışmanların süreci yürütmesini beklemektedir (f=13).

Çevrimiçi psikolojik danışmanın süpervizyon eşliğinde yapılması da yetişen çevrimiçi psikolojik danışman adaylarının kalitesini arttıracaktır. Bu noktada süpervizörün yetkinliği oldukça önem taşımaktadır. Ülkemizde klinik ruh sağlığı programlarında çevrimiçi psikolojik danışma yapacak uzman eğitimi eksikliği vardır. Eğer psikolojik danışmanlar bu danışma türünü etkin bir şekilde kullanacaklarsa, lisansüstü eğitim programlarına, psikolojik danışmanları internet üzerinden çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verecek şekilde yetkin kılmak için gerekli bilgi ve becerilerle kendilerini donatmalarına ihtiyaç vardır (Mallen ve Vogel, 2005).

Katılımcılar, çevrimiçi psikolojik danışmayı uygulayacak psikolojik danışmanların belli bir mesleki deneyime sahip olmaları beklemektedirler (f=10). Olası bir kriz durumunu iyi yönetebilmek için mesleki deneyimin önemli olduğu katılımcıların bir kısmı tarafından düşünülmektedir. Çevrimiçi psikolojik danışmayı kimlerin yapabileceği, ne tür yeterliliklere sahip olunması gerektiği açıkça ortaya konulmalıdır (Rochlen, Zack ve Speyer, 2004).

Katılımcıların bir kısmı, çevrimiçi psikolojik danışmanların psikolojik danışman niteliklerine ve etik duyarlılığa sahip olmaları gerektiğini, hizmetin internet üzerinden verilmesinin farklı kültürlerden danışan nüfusuna ulaşılmasını sağlayacağını dolayısıyla kültüre duyarlı olmaları gerektiğini, kişisel yetkinlik sınırlarını bilmesi gerektiğinde uzmanca refere edebilmesini önemli bulmuşlardır (f=4). Bu konunun önemine değinmiş araştırmacılar bulunmakla birlikte alanyazında konu ile ilgili özel bir çalışmaya rastlanmamıştır (Childress, 2000; Zeren ve Bulut, 2018).

Araştırmaya katılan iki katılımcı çevrimiçi psikolojik danışma uygulamaları sonrası hizmetin etkililiğinin, danışanın memnuniyetinin, belirtilerin azalıp azalmadığının, hizmeti veren psikolojik danışmanca değerlendirilmesini gerekli bulmaktadırlar. Bu bulguyu destekler nitelikte bir araştırma bulunmamaktadır, ancak çevrimiçi ve yüz yüze psikolojik danışmanın

etkililiğini karşılaştıran ve aralarında danışan memnuniyeti ve semptomların azalması bağlamında farkın bulunmadığı sayıca fazla araştırma bulunmaktadır (Joinson, 1998; Cook ve Doyle, 2002; Mallen, 2005; Richards, 2009; Preschl ve diğerleri 2011; Richards ve Vigano, 2012; Dinçyürek ve Uygurer, 2012; Zeren, 2015, Machado ve diğerleri, 2016).

5.3 Öneriler

Bu bölümde, araştırmadan elde edilen sonuçlar değerlendirilmiş ve bu değerlendirmelere dayanarak çevrimiçi psikolojik danışmada etik standartlar konusunda, çevrimiçi psikolojik danışma uygulayıcıları, psikolojik danışman eğitimcileri ve çevrimiçi psikolojik danışma araştırmacılarına yönelik öneriler sunulmuştur.

5.3.1. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Etik Standartlar Konusunda Öneriler

Araştırma sonucunda, katılımcılarda çevrimiçi psikolojik danışmanın ülkemizde uygulanabilirliğine ilişkin etik kaygılar ve uygulama standartlarının belirsizliğinin yarattığı bir çekince görülmektedir. Bu bağlamda, bundan sonraki çalışmalarda özellikle çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin standartların belirlenmesi ve çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik kodların belirlenmesi üzerinde durulabilir. Varolan temel psikolojik danışma etik kodlarının çevrimiçi psikolojik danışmayı kapsayacak biçimde uyarlanması gerekmektedir.

Çevrimiçi ortamda gizliliğin sağlanması için çeşitli şifreleme sistemleri, uygun ve güvenli yazılımların kullanımı, kayıtların şifreli dosyalarda saklanması ve etik kurulca belirlenen sürede bilgisayar ortamından tamamen imha edilmesi çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verecek psikolojik danışmanlara önerilebilir. Özellikle metin tabanlı çevrimiçi psikolojik danışmada danışan ve psikolojik danışman arasında olan yazılı kayıtların nasıl, nerede ve ne kadar süre saklanacağı belirlenmelidir.

Çevrimiçi psikolojik danışma ücretlendirmeleri konusunda bir standardın belirlenmesi önemlidir. Videokonferans yoluyla görüşmenin geleneksel yüz yüze psikolojik danışma süresi ve ücreti kadar olması önerilebilirken anlık yazışma ve e-posta yoluyla çevrimiçi psikolojik danışma ücretleri konusuna netlik getirilmesine ihtiyaç vardır. Çevrimiçi psikolojik danışma

internet üzerinden gerçekleştiğinden istismara açık bir alan olması, gerek psikolojik danışmanı gerekse danışanı koruyucu etik ilkelerin belirlenmesi öncelikli olarak ele alınmalıdır.

Tüm evrimii psikolojik danışma uygulamalarından önce bilgilendirilmiş onamın alınması son derece önemlidir. Özellikle on sekiz yaş altı bireylerde psikolojik danışma sürecinin evrimii kanalla yürütülmesinde, veliden bilgilendirilmiş onayın alınması son derece önemlidir. Bu konuda hem veli hem de çocukla iyi bir yapılandırma yapılmasına, acil durumlar için telefon numarası ve adresin alınmasına ihtiyaç vardır.

Bu bağlamda gerek alanda yapılan çalışmalar gerekse akademisyenlerin desteği son derece önemlidir. Bu konuda yurt dışında yayımlanmış evrimii psikolojik danışma etik kodları Türkçe'ye çevrilmesi ve Türk kültürüne uyarlanması öncelikli adım olabilir. Hâlihazırda yapılan evrimii psikolojik danışma görüşmelerinin yasalarla denetlenebilir olması, etik standartların bağlayıcılığını da arttıracadı düşünölmektedir.

5.3.2. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Uygulayıcıları İçin Öneriler

Araştırmaya katılan psikolojik danışmanların, evrimii psikolojik danışmaya açık fikirli yaklaştıkları gözlenmektedir. Ayrıca katılımcılar, evrimii psikolojik danışma uygulaması yapacak psikolojik danışmaların mesleki deneyime ve bu alanda eğitime sahip olmalarının önemi dikkat çekmektedir. Çevrimiçi psikolojik danışma konusunda eğitimi ve deneyimi olmayan psikolojik danışmanlarca sürecin yürütülmesi beraberinde riskleri ve etik ihlalleri arttıracadından, uygulayıcıların evrimii psikolojik danışma alanında eğitim ve süpervizyonlu evrimii psikolojik danışma uygulamalarının yapılması önerilebilir. Özellikle süpervizyon konusunda daha önce evrimii psikolojik danışma deneyimine sahip süpervizörlerden süpervizyon alınması son derece önemlidir.

Teknolojik aksaklıkları iyi yönetebilme terapötik ilişkiyi güçlendireceğinden, evrimii psikolojik danışma hizmeti verecek psikolojik danışmanların teknolojik alt yapı konusunda eğitime, sertifikaya ve teknolojik okuryazarlığa sahip olmaları önerilebilir. Bu durumun danışanların psikolojik danışmana olan güvenlerini de pekiştireceği öngörülmektedir.

Çevrimiçi psikolojik danışma sürecine başlamadan önce danışanla yapılan ön görüşme ve yapılandırma son derece önemlidir. Çevrimiçi psikolojik danışmada danışanın da sorumlulukları, yükümlülükleri vardır. Yapılandırmada danışanla, görüşme sırasında yalnız olunması, sakin bir ortamda görüşmenin yapılması, yazılı kayıtların tutulması ve saklanması konusunun netleştirilmesi gibi konuların görüşülüp gizliliği sağlamada danışana düşen rol konusunda bilgilendirmenin iyi yapılması önerilebilir. Ayrıca çevrimiçi psikolojik danışmada bilgilendirilmiş onayın alınması hem psikolojik danışmanı koruyucu hem de danışana sorumluluklarını hatırlatıcı bir önlemdir. İyi ve çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü yapılandırma ile bilgilendirilmiş onayın alınması uygulayıcılara önerilebilir.

Psikolojik danışman ve danışanların çevrimiçi psikolojik danışma sırasında olası teknolojik aksaklıklara bağlı internet veya elektrik kesintileri olduğunda neler yapabileceklerine dair öncesinde görüşmeleri önerilebilir. Danışanın kendini açtığı, görüşmenin önemli bir anında kesinti yaşanması, danışanın kendisini kötü hissetmesine ve görüşmeyi sonlandırmak istemesine neden olabilir. Bu anlamda öncesinde böyle bir kriz durumu ile karşılaştıklarında psikolojik danışmana ulaşabilmek için alternatif yollar (bir süre beklemek, telefon ya da e-posta ile ulaşmaya çalışmak vb. gibi) kararlaştırılmalıdır.

5.3.3. Psikolojik Danışman Eğitimcileri İçin Öneriler

Araştırmanın en önemli sonuçlarından biri, katılımcıların ÇİPD konusunda bilgi eksikliklerinin olması alt teması da göz önüne alınırsa, çevrimiçi psikolojik danışma konusunda psikolojik danışmanların eğitilmesidir. Psikolojik danışma ve rehberlik lisans bölümlerinde çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin ders içeriklerinin olması, psikolojik danışma ilke ve teknikleri ders içeriğine alınması alanın tanınırlığı, çevrimiçi psikolojik danışmanın yaygınlaşması açısından önemli olacaktır. Psikolojik danışman adayları süpervizyon eşliğinde gerçekleştirdikleri bireyle psikolojik danışma uygulama dersi kapsamında, çevrimiçi psikolojik danışmayı tecrübe edebilirler ya da seçmeli ders kapsamında çevrimiçi psikolojik danışma konusunda bilgi ve deneyim sahibi olma fırsatı elde edebilirler. Ayrıca çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin uzman yetiştirme konusunda yüksek lisans programları açılabilir. Yüksek lisans öğrencileri bu alanda çalışmalar yapmaları için desteklenebilir. Diğer yandan süpervizyonlu çevrimiçi psikolojik danışma eğitimleri yapılması önerilebilir. Ayrıca psikolojik danışmanlara, teknolojik yetkinliklerini geliştirici

süreçler konusunda sertifikalı eğitimlerin yapılması da önerilebilir. Bir önemli öneri de alanda çevrimiçi psikolojik danışma çalışmalarının az oluşu ve uygulamalarla ilgili yol gösterici kaynak ve eğitimlerin yetersizliği konusudur.

5.3.4. Çevrimiçi Psikolojik Danışma Araştırmacıları İçin Öneriler

Çevrimiçi psikolojik danışma alanında ülkemizde yapılmış az sayıda araştırma mevcuttur. Çevrimiçi psikolojik danışma alanında daha fazla deneysel ve bilimsel çalışmaların yapılması gerekmektedir. Çevrimiçi psikolojik danışma alanında yapılan çalışmaların azlığı, çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarının yaygınlaşmasını engelliyor.

Çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili yurtdışında çalışılmış ancak ülkemizde henüz çalışılmamış çok sayıda konu mevcuttur. Çevrimiçi psikolojik danışmanın hangi sorun alanlarda çalışılacağı, danışanların çevrimiçi psikolojik danışma memnuniyetleri, çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü etik kodların neler olabileceği, uygulama yöntemleri ve süreçleri, anlık yazışma yoluyla çevrimiçi psikolojik danışma etkililiği, e-posta yoluyla çevrimiçi psikolojik danışma etkililiği, çevrimiçi psikolojik danışmada denetlemenin nasıl olması gerektiği, çevrimiçi psikolojik danışmaya özgü hukuksal alt yapının nasıl belirleneceği gibi konularda deneysel araştırmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

Alleman, J. R. (2002). Online counseling: The Internet and mental health treatment. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 39(2), 199. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-3204.39.2.199>

Amanvermez, Y. (2015). The Comparison of Online Counseling Reseaches in Turkey and USA. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 186(1), 966-969. DOI: 10.1016 / j.sbspro.2015.04.159

American Psychological Association. (1997). *APA statement on services by telephone, teleconferencing, and Internet*. Retrieved March 8, 2004, from <http://www.apa.org/ethics/stmnt01.html>

American Psychological Association. (2002). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. Washington, DC: Author.

American Psychological Association. (2003). Multicultural guidelines on education and training, research, practice and organizational development for psychologists. *American Psychologist*, 58, 377. DOI: 10.1037/0003-066X.58.5.377

American Psychological Association. (1952). Recommended standards for training counseling psychologists at the doctorate level. *American Psychologist*, 7, 175-181. mediated communication. *Behaviour and Information Technology*, 10(4), 281-296.

American Psychiatric Association. (2000). *Diagnositic and statistical manual of mentaldisorders: Text revision* (4th ed.). Washington, DC: Author.

Andersson G. (2010). The promise and pitfalls of the internet for cognitive behavioral therapy. <http://www.biomedcentral.com/1741-7015/8/82>

Arredondo, P., Shealy, C., Neale, M., & Winfrey, L. L. (2004). Consultation and interprofessional collaboration: Modeling for the future. *Journal of Clinical Psychology, 60*, 787-800. DOI:[10.1002 / jclp.20015](https://doi.org/10.1002/jclp.20015)

Aygün Cengiz, S. (2007) “Terapötik Kişilerarası İletişimde Yeni Bir Açılım: E-Terapi”. *Yeni Medya Çalışmaları*, Mutlu Binark (Der.) içinde. Ankara: Dipnot Yayınları. <https://www.researchgate.net/publication/301613853>

Baker, K. D., & Ray, M. (2011). Online counseling: The good, the bad, and the possibilities. *Counseling Psychology Quarterly, 24*(4), 341-346. <https://doi.org/10.1080/09515070.2011.632875>

Bambling, M., King, R., Reid, W. ve Wegner, K. (2008). Counselling and psychotherapy research: Linking research with practice. *Counselling and Psychotherapy Research, 8*(2), 110-116.

Barak, A. (1999). Psychological applications on the Internet: A discipline on the threshold of a new millennium. *Applied and Preventive Psychology, 8*, 231-245. [http://dx.doi.org/10.1016/S0962-1849\(05\)80038-1](http://dx.doi.org/10.1016/S0962-1849(05)80038-1)

Barak, A., Hen, L., Boniel-Nissim, M., & Shapira, N. (2008). A comprehensive review and a meta-analysis of the effectiveness of Internet-based psychotherapeutic interventions. *Journal of Technology in Human Services, 26*, 109–160. <https://doi.org/10.1080/15228830802094429>

Baştemur, S.,& Baştemur, E. (2015). Technology based counseling: Perspectives of Turkish counselors. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 176*, 431-438. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.493>

Berg, B. L. (2004). *Qualitative research methods for the social sciences*. Boston, MA: Pearson.

Blit-Cohen, E., & Litwin, H. (2004). Elder participation in cyberspace: A qualitative analysis of Israeli retirees. *Journal of Aging Studies, 18*, 385-398. DOI: [10.1016 / j.jaging.2004.06.007](https://doi.org/10.1016/j.jaging.2004.06.007)

Binik, Y. M., Cantor, J., Ochs, E., & Meana, M. (1997). From the couch to the keyboard: Psychotherapy in cyberspace. In S. Keisler (Ed.), *Culture of the Internet* (pp.71-100). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

- Bloom, J. W. (1998). The ethical practice of webcounseling. *British Journal of Guidance and Counseling*, 26, 53-59. <http://dx.doi.org/10.1080/03069889800760061>
- Bouno, L. L. (2011). *Thinking like twenty-first century learners: An exploration of blog use in a skills-based counselor education course*. (yayımlanmamış doktora tezi), University of Lutheran, California. (UMI No: 3468958)
- Bozkurt, İ. (2013). Psikolojik yardım uygulamalarında yeni trend: Online terapiler. *International Journal of Human Sciences*, 10(2), 130-147.
- Braithwaite, D. O., Waldron, V. R., & Finn, J. (1999). Communication of social support in computer-mediated groups for people with disabilities. *Health Communication*, 11, 123-151. DOI: [10,1207 / s15327027hc1102_2](https://doi.org/10.1207/s15327027hc1102_2)
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77–101. doi:10.1191/1478088706qp063oa
- Bresnahan, M. J., & Murray-Johnson, L. (2002). The healing web. *Health Care for Women International*, 23(4), 398-407. DOI: 10.1080/0739933029008964
- Brown, G. (2012). *The working alliance in online counselling for crisis intervention and youth* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). University of Lethbridge, Faculty of Education, Canada. DOI: 10.15390/EB.2015.4696
- Chester, A. ve Glass, C. A. (2006). “Online counselling: A descriptive analysis of therapy services on the internet.” *British Journal of Guidance and Counselling*, Vol. 34, No. 2, 145-160. <https://doi.org/10.1080/03069880600583170>
- Childress, C. (2000). Ethical Issues in Providing Online Psychotherapeutic Interventions. *Journal of Medical Internet Research*, 2(1), e5. doi: 10.2196/jmir.2.1.e5
- Clarke, V., & Braun, V. (2018). Using thematic analysis in counselling and psychotherapy research: A critical reflection. *Counselling and Psychotherapy Research*, 18(2), 107-110. <https://doi.org/10.1002/capr.12165>
- Clement, P. F., Brooks, F. R., Dean, B., & Galaz, A. (2001). A neuropsychology telemedicine clinic. *Military Medicine*, 166, 382-384.
- Cohen, G. E., & Kerr, B. A. (1998). Computer-mediated counseling: An empirical study of a new mental health treatment. *Computers in Human Services*, 15, 13-26. http://dx.doi.org/10.1300/J407v15n04_02

- Cook, J. E., & Doyle, C. (2002). Working alliance in online therapy as compared to face to-face therapy: Preliminary results. *CyberPsychology and Behavior*, 5, 95-105.
- Cormier, S. ve Hackney, H. (2008). *Psikolojik danışma ilke ve teknikleri: Psikolojik Yardım Süreci El Kitabı*. (Çev: T. Ergene ve S.A.Sevim). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Creswell, J. W.,& Miller, G. A. (1997). Research methodologies and the doctoral process. *New directions for higher education*, 1997 (99), 33-46. <https://doi.org/10.1002/he.9903>
- Creswell, J. W. (1998). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Day, S. X., & Schneider, P. (2000). The subjective experiences of therapists in face-toface, video, and audio sessions. In J. W. Bloom, G. R. Garry, et-al (Eds.). *Cybercounseling and Cyberlearning: Strategies and Resources for the Millennium*. (pp. 203-218). Alexandria, VA: American Counseling Association. <https://doi.org/10.1177/0011000005278624>
- Day, S, X, Schneider, P. L. (2002). Psychotherapy using distance technology: A comparison of face-to-face, video, and audio treatment. *Journal of Counseling Psychology*, 49(2),499-503. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.49.4.499>
- Dietz-Uhler, B., & Bishop-Clark, C. (2001). The use of computer-mediated communication to enhance subsequent face-to-face discussions. *Computers in Human Behavior*, 17, 269-283. [http://dx.doi.org/10.1016/S0747-5632\(01\)00006-1](http://dx.doi.org/10.1016/S0747-5632(01)00006-1)
- Diñçyürek, S., & Uygarer, G. (2012). Öğrencilerin internet üzerinden başvurmak istedikleri terapi hizmetleri: sağlıklı gelecek nesiller. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Özel Sayı 1*:124 – 131. DOI: 10.13140/RG.2.1.4221.1449
- Doğan, S. (2000). Psikolojik danışman eğitiminde akredilasyonun gereği ve bir model, önerisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 11 (14).
- Dongier, M., Tempier, R., Lalinec-Michaud, M., & Meuneir, D. (1986). Telepsychiatry: Psychiatric consultation through two-way television: A controlled study. *Canadian Journal of Psychiatry*, 31, 32-34. <http://dx.doi.org/10.1177/070674378603100107>
- Dowling, M., & Rickwood, D. (2014). Experiences of counsellors providing online chat counselling to young people. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 24(2), 183-196. DOI: <https://doi.org/10.1017/jgc.2013.28>

Fenichel, M., Suler, J., Barak, A., Zelvin, E., Jones, G., Munro, K., Walker-Schmucker, W. (2002). Myths and Realities of Online Clinical Work. *CyberPsychology and Behavior*, 5(5), 481-497. <https://doi.org/10.1089/109493102761022904>

Flores, S.A. (2012). “*Online Counseling And Online Counselor Preparation: A Mixed Methods Investigation A Dissertation*” (Yayınlanmamış doktora tezi). Texas A&M University- Corpus Christi.

Gelso, C. J., & Fretz, B. R. (2000). *Counseling Psychology*. (2nd ed.) Forth Worth, TX: Harcourt Brace College Publishers. DOI: 10.1080 / 09515070412331317602

Giorgi, Amedeo. “Description versus Interpretation: Competing Alternative Strategies for Qualitative Research”. *Journal of Phenomenological Psychology* 23, sy 2 (01 Ocak 1992): 119-35. <https://doi.org/10.1163/156916292X00090>

Giorgi, A. (2012). The descriptive phenomenological psychological method. *Journal of Phenomenological Psychology*, 43(1), 3-12. <https://doi.org/10.1163/156916212X632934>

Glasheen, K., Campbell, M., & S. Hochet, I. (2015). School counsellors' and students' attitudes to online counselling: A qualitative study. *Journal of Relationships Research*, 6(12). <https://doi.org/10.1017/jrr.2015.8>

Glueckauf, R. L., Fritz, S. P., Ecklund-Johnson, E. P., Liss, H. J., Dages, P., & Carney, P. (2002). Videoconferencing-based family counseling for rural teenagers with epilepsy: Phase 1 findings. *Rehabilitation Psychology*, 47, 49-72. <http://dx.doi.org/10.1037/0090-5550.47.1.49>

Glueckauf, R. L., Pickett, T. C., Ketterson, T. U., Loomis, J. S., & Rozensky, R. H. (2003). Preparation for the delivery of telehealth services: A self-study framework for expansion of practice. *Professional Psychology: Research and Practice*, 34, 159-163. <http://dx.doi.org/10.1037/0735-7028.34.2.159>

Goodyear, R. K., & Guzzardo, C. R. (2000). Psychotherapy supervision and training. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Handbook of counseling psychology* (3rd ed., pp. 83-108). New York: John Wiley.

Grohol, J. M. (2004). Online counseling: A historical perspective. In R. Kraus, J. Zack, & G. Strieker (Eds.), *Online counseling: A handbook for mental health professionals* (pp. 51-68). San Diego, CA: Elsevier Academic Press.

Haberstroh, S., Parr, G., Bradley, L., Morgan-Fleming, B. ve Gee, R. (2008). Facilitating online counseling: Perspectives from counselors in training. *Journal of Counseling and Development*, 86(4), 460-470. <http://dx.doi.org/10.1002/j.1556-6678.2008.tb00534.x>

Hamamcı, Z. (2007). Online psikolojik danışma (E-terapi). R. Özyürek, F. Korkut Owen ve D. Owen (Ed.), *Gelişen Psikolojik Danışma ve Rehberlik, Meslekleşme Sürecinde İlerlemeler Cilt 1*. Ankara: Nobel Yayın.

Harvey, P. J. (2004). Issue of access. In D. G. Oliver (Chair), Views from the other side of the digital divide. *Symposium conducted at the annual convention of the American Psychological Association*, Honolulu, Hawaii.

Hein, S. F., & Austin, W. J. (2001). Empirical and hermeneutic approaches to phenomenological research in psychology: A comparison. *Psychological Methods*, 6(1), 3-17. <http://dx.doi.org/10.1037/1082-989X.6.1.3>

Hill, C. E., Thompson, B. J., & Williams, E. N. (1997). A guide to conducting consensual qualitative research. *The Counseling Psychologist*, 25, 517-572. <http://dx.doi.org/10.1177/0011000097254001>

Hoffman, D. L., Novak, T. P., & Schlosser, A. (2000). The evolution of the digital divide: How gaps in Internet access may impact electronic commerce. *Journal of Computer Mediated Communication*, 5, 233-245. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2000.tb00341.x>

Holmes, C. M. (2011). *An examination of the similarities and differences in mental health status, working alliance, and social presence between face-to-face and online counseling*. (yayımlanmamış doktora tezi), The College of William and Mary. (UMI No: 3455215)

Hopps, S. L., Pepin, M., & Boisvert, J. (2003). The effectiveness of cognitive-behavioral group therapy for loneliness via inter relay chat among people with physical disabilities. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 40, 136-147.

Hsiung, R. C. (2000). The best of both worlds: An online self-help group hosted by a mental health professional. *CyberPsychology and Behavior*, 3(6), 935-950. <http://dx.doi.org/10.1089/109493100452200>

Hsiung, R. C. (2002). *E-therapy: Case studies, guiding principles, and the clinical potential of the Internet*. New York: Norton.

- Hufford, B. J., Glueckauf, R. L., Webb, P. M. (1999). Home-base, interactive video conferencing for a dole scents with epilepsy and their families. *Rehabilitation Psychology*, 44(2), 176-193. DOI: 10.1080/02739610802615724
- Huws, J. C., Jones, R. S. P., & Ingledew, D. K. (2001). Parents of children with autism using an email group: A grounded theory study. *Journal of Health Psychology*, 6(5), 569-584. doi: 10.1177 / 135910530100600509.
- Joinson, A. (1998). Causes and implications of disinhibited behavior on the Internet. In J. Gackenbach (Ed.), *Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal, and transpersonal implications* (pp. 43– 60). San Diego: Academic Press.
- Kanz, J. E. (2001). Clinical-supervision.com: Issues in the provision of online supervision. *Professional Psychology: Research and Practice*, 32, 415-420. <http://dx.doi.org/10.1037/0735-7028.32.4.415>
- Kent, P. (2001). *The Complete Idiot's Guide to The Internet* (7th ed.). New York: Penguin Putnam.
- Kiesler, S., Siegel, J., & McGuire, T. W. (1984). Social psychological aspects of computer mediated communication. *American Psychologist*, 39, 1123-1134. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.39.10.1123>
- Kilroe, C. (2010). *A need assessment of potential online counseling service clients* (Yayımlanmamış doktora tezi). University of Calgary, Canada.
- Klitzke, M. J., & Lombardo, T.W. (1991). A “bug-in-the-eye” can be better than a “bug-in-their.” *Behavior Modification*, 15, 113-117.
- Kraus, R. (2004). Ethical and legal considerations for providers of mental health services online. In R. Kraus, J. Zack, & G. Stricker (Eds.), *Online counseling: A Handbook for Mental Health Professionals* (pp. 123-144). San Diego, CA: Academic Press.
- Kraus, R., Zack, J., & Stricker, G. (Eds.). (2004). *Online counseling: A handbook for mental health professionals*. San Diego, CA: Academic Press. DOI: 10.1080/ 15228835.2012.728508
- Lange, A., van den Yen, J., Schrieken, B., & Emmelkamp, P. M. G. (2001). In Terapy. Treatment of posttraumatics stress through the Internet: A controlled trial. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 32, 73-90. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0040089>

- Larsen, L. M. (1998). The social cognitive model of counselor training. *The Counseling Psychologist*, 26, 219-273. <http://dx.doi.org/10.1177/0011000098262002>
- Leibert, T., Archer, Jr., J., Munson, J., & York, G. (2006). An exploratory study of client perceptions of internet counseling and the therapeutic alliance. *Journal of Mental Health Counseling*, 28(1), 69-83. <http://dx.doi.org/10.17744/mehc.28.1.f0h37djr89nv6vb>
- Levine, J. R., Levine-Young, M., & Baroudi, C. (2003). *The Internet for Dummies* (9th ed.). Indianapolis, IN: Wiley.
- Li-xia, C., Ya-nan, L., Li, L., & Sheng, T. (2010). Relationship variables in online versus face-to-face counseling. *2010 IEEE 2nd Symposium on Web Society*. Program ad1: 2010 IEEE 2nd Symposium on Web Society (SWS), Beijing, China. <https://doi.org/10.1109/SWS.2010.5607476>
- Liss, H. J., Glueckauf, R. L., & Ecklund-Johnson, E. P. (2002). Research on telehealth and chronic medical conditions: Critical review, key issues, and future directions. *Rehabilitation Psychology*, 47, 8-30. <http://dx.doi.org/10.1037/0090-5550.47.1.8>
- Magaletta, P. R., Pagan, T. J., & Peyrot, M. F. (2000). Telehealth in the Federal Bureau of Prisons: Inmates' perceptions. *Professional Psychology: Research and Practice*, 31, 497-502.
- Mallen, Michael John, (2005). "Online counseling: dynamics of process and assessment " *Retrospective Theses and Dissertations*. Paper 1581. Iowa State University, (UMI No: 3184639)
- Mallen, M. J., Day, S. X., & Green, M. A. (2003). Online versus face-to-face conversations: An examination of relational and discourse variables. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 40, 155-163. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-3204.40.1-2.155>
- Mallen, M. J. & Vogel, D. L. (2005). Online counseling: A need for discovery. *The Counseling Psychologist*, 33, 901-921.
- Mallen, Michael J., David L. Vogel, ve Aaron B. Rochlen (2005). "The practical aspects of online counseling: ethics, training, technology, and competency". *The Counseling Psychologist* 33(6), 776-818. <https://doi.org/10.1177/0011000005278625>.
- Mallen, M. J., Vogel, D. L., Rochlen, A. B., & Day, S. X. (2005). Online counseling: Reviewing the literature from a counseling psychology framework. *The Counseling Psychologist*,

33,819-871.

Marmar, C. R., Horowitz, M. J., Weiss, D. S., & Marziali, E. (1986). The development of the Therapeutic Alliance rating System. In L. S. Greenberg & W. M. Pinsof (Ed.), *The psychotherapeutic process: A research handbook*. New York, NY: Guilford Press.

McKenna, K. Y. A. (1998). *The computers that bind: Relationship formation on the Internet* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ohio University, USA.

Mead, S. E., Sit, R. A., Rogers, W. A., Jamieson, B. A., & Rousseau, G. K. (2000). Influences of general computer experience and age on library database search performance. *Behaviour & Information Technology*, 19(2), 107-123. <https://doi.org/10.1080/014492900118713>

Meier, A. (2000). Offering social support via the Internet: A case study of an online support group for social workers. *Journal of Technology in Human Services*, 17, 237-266. DOI: [10.1300 / J017v17n02_08](https://doi.org/10.1300/J017v17n02_08)

Merriam, S. (1998). *Qualitative research and case study applications in education*. San Francisco: Jossey-Bass.

Mitchell, R. (2001). *Documentation in counseling records* (2nd ed.). American Counseling Association. Alexandria, VA.

Murphy, L., Parnass, P., Mitchell, D. L., Hallett, R., Cayley, P., & Seagram, S. (2009). Client satisfaction and outcome comparisons of online and face-to-face counselling methods. *British Journal of Social Work*, 39, 627–640. <http://psycnet.apa.org/doi/10.1093/bjsw/bcp041>

Norris, L., Shatkin, L., & Katz, M. R. (1991). SIGI PLUS and Project LEARN: A retrospective. *Journal of Career Development*, 18, 61-72. <http://dx.doi.org/10.1007/BF01321277>

National Board of Certified Counselors. (2007). *The practice of internet counseling*. Retrieved from <http://www.nbcc.org>

O'Bryant, R. L. (2004). Neighborhood technology centers: A crossroads for social science and computer information technology. In D. G. Oliver (Chair), *Views from the other side of the digital divide*. Symposium conducted at the annual convention of the American Psychological Association, Honolulu, Hawaii.

Oravec, J. (2000). Online counseling and the Internet: Perspectives for mental health care supervision and education. *Journal of Mental Health*, 9, 121-134. DOI: 10.1089/cpb.2006.9933

Osipow, S. H., & Spokane, A. R. (1987). *Occupational Stress Inventory manual: Research edition*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, Inc.

Özdamar, K. (2002). Paket Programları İle İstatistiksel Veri Analizi (Çok Değişkenli Analizler) 2, 4. *Baskı, Eskişehir*.

Page, B.J., Delmonico, D.L., Walsh, J., L'Amoreaux, N.A., Nanninirsh, C., Thompson, R.S., Ingram, A., & Evans, A. (2000). Setting up on-line support groups using the Palace software. *Journal for Specialists in Group Work*, 25, 133-145.

Petermann, F. (2003). Der psychotherapeuten-vertrag-imspannungsfeld von übertragung, gegenübertragung und realität. *AJA / PJA*. 1291-1315.

Peterson, M.R. & Beck, R.L. (2003). E-mail as an adjunctive tool in psychotherapy: Response and responsibility. *American Journal of Psychotherapy*, 57(2), 167-181.

Piri, S. (2011). İnternet tabanlı psikolojik hizmetler ve bu alana özgü etik ilkeler: Bir gözden geçirme. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 28(2), 213-231.

Potosky, D., & Bobko, P. (1998). The computer understanding and experience scale: A self-report measure of computer experience. *Computers in Human Behavior*, 14, 339-348. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(98\)00011-9](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(98)00011-9)

Preschl B., Maercker A, & Wagner B. (2011). The working alliance in a randomized controlled trial comparing online with face-to-face cognitive-behavioral therapy for depression. *BMC Psychiatry* 11(1). <https://doi.org/10.1186/1471-244X-11-189>.

Rayman, J. R., & Harris-Bowlsbey, J. (1977). DISCOVER: A model for a systematic career guidance program. *Vocational Guidance Quarterly*, 26, 3-12. <http://dx.doi.org/10.1002/j.2164-585X.1977.tb01125.x>

Richards, D. (2009). Features and benefits of online counselling: Trinity College online mental health community. *British Journal of Guidance and Counselling*, 37(3), 231 – 242. doi: 10.1080/03069880902956975

- Richards, D., & Viganò, N. (2012). Online counseling. *Encyclopedia of cyber behavior*, 3(1), 699-713.
- Richards, D., & Viganó, N. (2013). Online counseling: a narrative and critical review of the literature. *Journal of clinical psychology*, 69 (9), 994- 1011.
- Rochlen, A.B., Beretvas, S.N., & Zack, J.S. (2004). The on-line and face-to-face counseling attitude scales: A validation study. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. <https://doi.org/10.1080/07481756.2004.11909753>
- Rochlen, A. B., Zack, J. S., & Speyer, W. (2004). Online therapy: Review of relevant definitions, debates, and current empirical support. *Journal of Clinical Psychology*, 60, 269-283. DOI: [10.1002 / jclp.10263](https://doi.org/10.1002/jclp.10263)
- Rubin, A., & Babbie, E. (2000). *Research Methods for Social Work* (4th ed.) Belmont, CA: Wadsworth Learning.
- Rummell, Christina M., ve Nicholas R. Joyce. ““So Wat Do u Want to Wrk on 2day?”: The Ethical Implications of Online Counseling”. *Ethics & Behavior* 20, sy 6 (13 Aralık 2010): 482-96. <https://doi.org/10.1080/10508422.2010.521450>.
- Saldana, J. (2011). *Fundamentals of qualitative research*. New York: Oxford University Press.
- Sander, F. M. (1996). Couple group therapy conducted via computer-mediated communication: A preliminary case study. *Computers in Human Behavior*, 12(2), 301-312.
- Savaş, A. C. ve Hamamcı, Z. (2010). Okullarda rehberlik hizmetlerinin internet üzerinden yürütülmesine ilişkin veli, öğrenci ve psikolojik danışmanların görüşlerinin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 147-148.
- Scharff, J.S. (2012) Clinical issues in analyses over the telephone and the internet. *International Journal of Psychoanalysis* 93: 81–95. doi: 10.1111/j.1745-8315.2011.00548.x
- Schopp, L., Johnstone, B., & Merrell, D. (2000). Telehealth and neuropsychological assessment: New opportunities for psychologists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 31, 179-183. <http://dx.doi.org/10.1037/0735-7028.31.2.179>
- Sekerler, S. A. (2008). *A qualitative study of online counselor experiences and online counseling session dynamics*. Retrieved from ProQuest DOI: 3337552

- Seligman, M. E. P. (1995). The effectiveness of psychotherapy: The consumer reports study. *American Psychologist*, 50, 965-974. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.50.12.965>
- Shapiro, D. E., & Schulman, C. E. (1996). Ethical and legal issues in e-mail therapy. *Ethics and Behavior*, 6(2), 107-124. http://dx.doi.org/10.1207/s15327019eb0602_3
- Shaw, B. R., McTavish, F., Hawkins, R., Gustafson, D. H., & Pingree, S. (2000). Experiences of women with breast cancer: Exchanging social support over the CHESS computer network. *Journal of Health Communication*, 5, 135-159. DOI:[10,1080 / 108107300406866](https://doi.org/10.1080/108107300406866)
- Shaw, H. E., & Shaw, S. F. (2006). Critical ethical issues in online Counseling: Assessing current practices with an ethical intent checklist. *Journal of Counseling & Development*, 84, 41-53. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00378.x>
- Silverman D. ve Marvasti, A. (2008). *Doing qualitative research: A comprehensive guide*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Smith, B., Caputi, P., Crittenden, N., Jayasuriya, R., & Rawstone, P. (1999). A review of the construct of computer experience. *Computers in Human Behavior*, 15, 227-242. ISSN: 1303-6521
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. (1970). *State-Trait Anxiety Inventory Manual*. Consulting Psychologists Press, Inc.
- Sproull, L. & Kiesler, S. (1986). Reducing social context cues: Electronic mail in organizational communication. *Management Science*, 32, 1492-1512. DOI: 10.1287 / mns.32.11.1492
- Stevens, A., Doidge, N., Goldbloom, D., Voore, P., & Farewell, J. (1999). Pilot study of televideo psychiatric assessments in an underserved community. *American Journal of Psychiatry*, 156(5), 783-785. DOI: [10,1176 / ajp.156.5.783](https://doi.org/10.1176/ajp.156.5.783)
- Stofle, G.S. (2001). *Choosing an Online Therapist*. Harrisburg, PA: White Hat Communications.
- Suler, J. (2001). Assessing a person's suitability for online therapy: The ISMSO clinical case study group. *CyberPsychology & Behavior*, 4, 675-679.

Tanrıkulu, İ. (2009). Counselors-in-training students' attitudes towards online counseling. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 1(1), 785- 788. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2009.01.140>

Torkzadeh, G., Koufteros, X., & Pflughoeft, K. (2003). Confirmatory analysis of computer selfefficacy. *Structural Equation Modeling*, 10, 263-275. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM1002_6

Türk Psikologlar Derneği. (2004). *Türk Psikologlar Derneği etik yönetmeliği*. 20 Şubat 2016 tarihinde <https://www.psikolog.org.tr/turkey-code-tr.pdf> adresinden erişildi.

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği. (2011). *Psikolojik danışma ve rehberlik alanında çalışanlar için etik kurallar*. 20 Şubat 2016 tarihinde <http://pdr.org.tr/userfiles/file/etik.pdf> adresinden erişildi.

VandenBos, G. R., & Williams, S. (2000). The internet versus the telephone: What is telehealth, anyway? *Professional Psychology: Research and Practice*, 31(5), 490- 492.

Voltan-Acar, N. (2010). *Grupla Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri* (geliştirilmiş 7. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Walsh, A., (2012). Mobile information literacy: a preliminary outline of information behaviour in a mobile environment. *Journal of Information Literacy* 6(2). <https://doi.org/10.11645/6.2.1696>.

Walther, J. B. (1993). Impression development in computer-mediated interaction. *Western Journal of Communication*, 57, 381-398. <http://dx.doi.org/10.1080/10570319309374463>

Walther, J. B. & D'Addario, K. P. (2001). The impacts of emoticons on message interpretation in computer-mediated communication. *Social Science Computer Review*, 19, 324-347.

Wertz, F. J. (2011). The qualitative revolution and psychology: Science, politics, and ethics. *The Humanistic Psychologist*, 39(2), 77-104. <https://doi.org/10.1080/08873267.2011.564531>

Winzelberg, A. (1997). The analysis of an electronic support group for individuals with eating disorders. *Computers in Human Behavior*, 13(3), 393-407. [http://dx.doi.org/10.1016/S0747-5632\(97\)00016-2](http://dx.doi.org/10.1016/S0747-5632(97)00016-2)

Wolf, A. (2000). Emotional expression online: Gender differences in emoticon use. *CyberPsychology and Behavior*, 3, 827-833. <http://dx.doi.org/10.1089/10949310050191809>

Wright, J. & Chung, M. C. (2001). Mastery or mystery? Therapeutic writing: A review of the literature. *British Journal of Guidance & Counselling*, 29, 277-291. <http://dx.doi.org/10.1080/03069880120073003>

Yager, J. (2001). E-mail as a therapeutic adjunct in the outpatient treatment of anorexia nervosa: Illustrative case material and discussion of the issues. *International Journal of Eating Disorders*, 29(2), 125-138. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(200103\)29:2<125::AID-EAT1002>3.0.CO;2-S](https://doi.org/10.1002/1098-108X(200103)29:2<125::AID-EAT1002>3.0.CO;2-S)

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2013). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri (9. baskı). Ankara: Seçkin.

Zack, J. S. (2004). Technology of online counseling. In R. Kraus, J. Zack, & G. Stricker (Eds.), *Online counseling: A handbook for mental health professionals* (pp. 93-121). San Diego, CA: Academic Press.

Zamani, Z. A., Nasir, R., & Yusoff, F. (2010). Perceptions towards online counseling among counselors in Malaysia. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 585–589. <http://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.sbspro.2010.07.146>

Zelvin, E. & Speyer, C. M. (2004). Online counseling skills part I: Treatment strategies and skills for conducting counseling online. In R. Kraus, J. Zack, & G. Stricker (Eds.), *Online counseling: A Handbook for mental health professionals* (pp. 164-180). San Diego, CA: Elsevier Academic Press.

Zeren, Ş. G. (2014). Information and communication technology in education of psychological counselors in training. *International Online Journal of Educational Sciences*, 6(2), 494-509. DOI: <http://dx.doi.org/10.15345/iojes.2014.02.019>

Zeren, Ş. G. (2015). Yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma: danışan sorunları ve memnuniyetleri. *TEDMEM / Eğitim ve Bilim*, 40(182), 127-141. doi:10.15390/EB.2015.4696

Zeren, Ş. G. ve Bulut E. Çevrimiçi Psikolojik Danışmada Etik ve Standartlar: Bir Model Önerisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 18, sy 49 (t.y.): 18. ISSN: 1302-1370

Zipper, I. N., Broughton, A., & Behar, L. (2000). Changing practices with children and families in North Carolina: Using technology to facilitate collaboration and training. *Journal of Technology in Human Services*, 17, 49-67. DOI:1300 / J017v17n01_04

EKLER

EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetiniz: _____
2. Çalışmakta olduğunuz alan: _____
3. Meslekteki çalışma süreniz: _____
4. En son mezun olduğunuz okul: _____
5. Eğitiminize devam ediyor musunuz? Evet Hayır
Cevabınız evetse düzeyini belirtin: _____
6. Uzmanlık Alanınız: _____
(Akademisyenlerin)
7. Hangi şehirde yaşıyorsunuz? _____

8. Daha önce hiç çevrimiçi psikolojik danışma hizmetinden yararlandınız mı?

() Evet () Hayır

9. Daha önce hiç çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verdiniz mi?

() Evet () Hayır

EK-2 BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Değerli Katılımcı,

Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü yüksek lisans tez öğrencisi Psk. Dan. Ezgi DAMAR olarak “Çevrimiçi Psikolojik Danışmaya Yönelik Meslek Çalışanlarının Algıları: Nitel Bir Çalışma” başlıklı araştırmamı gönüllü katılımcılarla yürüteceğim. Katılımcısı olmayı kabul ettiğiniz araştırma sırasında sizden alınacak bilgiler gizli tutulacak ve sadece araştırma amaçlı kullanılacaktır. Araştırma sürecinde konu ile ilgili her türlü soru ve görüşleriniz için aşağıda kişisel iletişim bilgilerim bulunmaktadır. Bu araştırmaya katılmama hakkınız da saklıdır. Aynı zamanda çalışmaya katıldıktan sonra da çalışmadan çıkabilirsiniz. Bu formu onaylamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz anlamına gelecektir.

Katılmam beklenen çalışmanın amacını, nedenini, katılmam gereken süreyi ve koşulları ile ilgili bilgileri okudum ve gönüllü olarak çalışma süresince üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma ile ilgili ayrıntılı açıklamalar sözlü olarak araştırmacı tarafından yapıldı.

Bu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Tarih

Adı-Soyadı:

İmza:

Araştırmacının:

Adı-Soyadı: Ezgi DAMAR

E-posta: ezgi_sup@hotmail.com

Tlf: 0507. 421.51.89

İmza:

EK-3 YARI YAPILANDIRILMIŞ GÖRÜŞME SORULARI FORMU

Kabul edicilikle ilişkili sorular:

1. Çevrimiçi psikolojik danışmanın uygulanabilirliğine ilişkin ne düşünüyorsunuz?
2. Siz çevrimiçi psikolojik danışma vermeyi ister misiniz?

Süreç/ Yöntemle ilişkili sorular:

3. Anlık yazışma yoluyla görüşme hakkında neler düşünüyorsunuz?
4. E-posta yoluyla görüşme hakkında ne düşünüyorsunuz?
5. Video konferansa dayalı görüşme hakkında ne düşünüyorsunuz?
6. Çevrimiçi psikolojik danışmayı vermeyi tercih eder misiniz?
7. Siz çevrimiçi psikolojik danışma uygulamasını hangi alanda tercih edersiniz?
8. Çevrimiçi psikolojik danışmada kurulan terapötik ilişkiye ilişkin ne düşünüyorsunuz?
9. Çevrimiçi psikolojik danışmanın avantajlarıyla ilgili görüşleriniz nelerdir?
10. Çevrimiçi psikolojik danışmanın dezavantajlarıyla ilgili görüşleriniz nelerdir?

Etikle ilişkili soru:

11. Çevrimiçi psikolojik danışmanın Türkiye’de uygulanabilirliği hakkında minimum standartlar neler olmalıdır?
12. Sizce çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarına ilişkin farklı etik ilkelere ihtiyaç var mıdır, bunlar neler olabilir?

Yetkinlikle ilişkili sorular:

13. Sizce kimler çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verebilirler?

14. Çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti verebilmek için sahip olunması gereken nitelikler nelerdir?

EK-4 TEMA EŞLEME FORMU

TEMA EŞLEME: KATILIMCILARLA GÖRÜŞMELERE AİT TEMALAR

Değerli Meslektaşım,

Bu tema eşleme formu, farklı iş ve uzmanlık alanlarında çalışan psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma uygulamalarına yönelik algı ve görüşlerinin betimlenmesini amaçlayarak yürütmüş olduğum yüksek lisans tez çalışmamda, geçerlilik ve güvenilirliği arttırmak için hazırlanmıştır. Aşağıda belirtilen ana temaların altında, numaralandırılmış alt temaları, katılımcıların araştırma sorularına verdiği yanıtlardan alınmış alıntılarının bulunduğu tablonun sağ tarafındaki kutucuklara; uygun bulduğunuz temalara ait numaraları yazarak eşleştirmeniz beklenmektedir. Verdiğiniz cevaplar başka amaçlarla kullanılmayacaktır. Bu nedenle eşleştirmeleri dikkatlice yapmanız beklenmektedir. Çalışmaya katıldığınız için teşekkür ederim.

Ezgi DAMAR

Psikolojik Danışman

Cevrimiçi psikolojik danışma uygulamasına yaklaşımla ilgili ana temaya ilişkin alt temalar:

1. Araştırma katılımının ÇİPD'e ilişkin farkındalık yaratması
2. Katılımcının ÇİPD uygulamaya açık olması
3. Katılımcı ÇİPD uygulamaya kapalı olması
4. Katılımcının ÇİPD'e önyargılı yaklaşımı
5. ÇİPD konusunda bilgi eksikliğine ilişkin farkındalık
6. ÇİPD'in ülkemizde uygulanabilirliğine ilişkin çekince duyulması

ALINTILAR	
Hali hazırda ülke olarak henüz psikolojik desteğin önemini fark etmiş değiliz. Böyle bir uygulamanın hayata geçmesi için zamana ihtiyacı olduğunu düşünüyorum.	
İsterim. Denemek iyi olabilir, oradaki farklılıkları ve zorlukları bence. Denemeyi isterdim açıkçası.	
Aslında çok fazla uygulanabileceğini zannetmiyorum ben.	
Daha önce bu konu ile ilgili fikrim yoktu. Sorulara baktıkça üzerinde düşünme fırsatı buldum.	
Ama bununla ilgili hiçbir okumam yok ve açıkçası araştırmalarda ne söylüyor? Herkes verebilir mi, veremez mi? O konuda hiçbir bilgim yok. O yüzden onlardan yararlanarak bu soruya cevap verilebilir aslında. Ya da ona göre düzenlenmesi doğru olacaktır.	
Karakterime pek uygun bulmuyorum.	

Cevrimiçi psikolojik danışma süreci ve yöntemiyle ilgili ana temaya ilişkin alt temalar:

1. E-posta ile ÇİPD uygulamasında danışana tepki vermede zaman geçmesinin terapötik sürece

ALINTILAR	
İntihara meyilli bir danışanım olursa o her ihtiyaç duyduğunda beni arayabilir, yazabilir, video konferans görüşmesi yapabilirim onunla.	
Terapötik ilişkinin kurulamayacağını düşünüyorum.	
E-postaları kontrol etme ya da cevabın ulaştığı süre uzun olduğundan, danışmanın temel ilkelerinden “şimdi ve burada”yı kullanmak imkânsız olacaktır. Bu anlamda eksik kalabilir.	
Sözsüz iletişimimiz eksik kalacak. Bizim verdiğimiz mesajlar da eksik kalacağı için belki danışan bizi yanlış yorumlayabilir. Biz onu yanlış yorumlayabiliriz.	
Maliyeti düşük olduğu için özellikle ülkemizde birçok psikolojik danışman tarafından tercih edilebileceğini düşünüyorum.	
Açıkçası çevrimiçi psikolojik danışma hizmetleri dendiğinde en içime sindirdiğim şey bu. Kendimi yakın hissettiğim. Yine bile zorlanıyorum göz teması kurmakta hani bunu sürdürmekte. Ama görüntülü bir şekilde bunu yapıyor olmak diğer yollardan daha avantajlı geliyor bana.	

olumsuz etkisi

2. Video konferans yönteminin en etkili yöntem bulunması
3. Anlık yazışmada sözsüz iletişim eksikliğinin terapötik ilişkiyi güçleştirilmesi
4. ÇİPD ile terapötik ilişkinin kurulamayacağı düşüncesi
5. Acil destek gerektiren sorunlarda psikolojik danışmana ulaşılabilirliği kolaylaştırması
6. ÇİPD'in psikolojik danışmana ekonomik olarak avantaj sağlaması

Cevrimiçi psikolojik danışmada etik uygulamalarla ilgili ana temaya ilişkin alt temalar:

1. Yapılandırma ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi gereği
2. Gizliliğin sağlanması ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi gereği
3. Kayıtların tutulması/saklanması ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi gereği
4. Etik riskler
5. ÇİPD'in Türkiye'de Uygulanabilirliğine İlişkin Etik Kaygılar
6. ÇİPD sürecinin yasalarla desteklenebilir ve denetlenebilir olması

ALINTILAR	
Bunun karşılığında da bu yaşandığında, bu suiistimler yaşandığında hukukta bunun bir yeri olabilir.	
Etik durumlar var. Yapılan görüşmenin kaydı alınabilir danışan tarafından, başkaları tarafından kopyalanabilir, yayılabilir. Elinizde bir görsel belge oluşacağı için, ileride psikoloğu ya da psikolojik danışmanın bile bunu kullanabilme ihtimali olabilir. Suiistimale açık bir alan olduğunu düşünüyorum. Elde bir kayıtlı ve görsel ya da kayıtlı bir terapinin olmasını bu anlamda riskli buluyorum açıkçası.	
Ama bu baştan yapılandırılırsa bir sınırlama verilirse ya da alternatifler olursa maile şu saatler arasında bakıyorum ama çok acil bir durum olursa whatsapp'tan yazabilirsiniz. Telefona cevap veremezsem yazışmayı görürüm ve gördüğüm ilk anda size cevap veririm gibi bir yapılandırmayla da bu engeller engel olmaktan çıkabilir.	
Ülkemizde tüm etik kurallarıyla birlikte uygulanabileceğine pek emin değilim.	

Belki etik koşullarla ilgili bir değerlendirme yapılabilir. Hangi konular, nerede yapılabilir, fotoğraf video paylaşımı nasıl olur ya da bunlar olabilir mi? Bunların belirlenmesinin önemli olacağını	
Eğer ki görüntüsüz, anlık yazışmayla bir görüşme yürütüyorsanız, orada yazılan her şeyin bir yazılı beyan olduğu için orada yazılı olan suç teşkil edebilecek her şeyi siz bildirmek zorundasınız aynı zamanda. Belki orada yazdığı şeyi kastetmemiş de olabilir. Belki suç teşkil edecek bir durum yoktur. Ancak yazılı beyan olduğu için siz gizliliğin etik sınırları olduğu için ihbar etme zorunda kalabilirsiniz. Bundan dolayı da tabi ki farklı etik sınırlamaların olması gerektiğini düşünüyorum.	

Cevrimici psikolojik danışma uygulayacak psikolojik danışmanın yetkinliğiyle ilgili ana temaya ilişkili alt temalar

1. Ruh sağlığı uzmanı olma koşulu
2. ÇİPD uygulayıcısının teknoloji kullanımında yeterli olması gereği
3. Süpervizyonlu ÇİPD uygulama deneyimi koşulu
4. Danışanın ÇİPD uzmanının yetkinliği konusunda bilgilendirilmesi gereği
5. Psikolojik danışmanın ÇİPD'e özgü terapötik süreci uygulamada yetkinliği
6. Süpervizörün ÇİPD uygulamaları konusunda yetkinliği

ALINTILAR	
En az şu kadar görüşme yapılabilir gibi bir standarttan bahsediyorsak eğer, belki en az birkaç oturumun süpervizyonu alınmalı gibi bir şart da konulabilir. Sürecin etik yürütülüp yürütülmediği adına süpervizyon şartı koşulabilir gerçekten	
Bu süreci yönetmek için krize müdahale kısmında danışmanın muhakkak yeterli olması gerekiyor. Yüz yüze görüşmelerde bile krize müdahalelerin ya da sürecin başka yöne sapması mümkünken, çevrimici psikolojik danışmada ben bunu daha açık ve riskli buluyorum. Bu tarz becerilere sahip olma belki aranmalı.	
Halkımız potansiyel danışanlar, henüz nitelikli bir danışma hizmeti alma konusunda da çok aydınlatılmış değiller açıkçası, yetkinliğine bakmadan hizmet satın alıyorlar. Vatandaş da bilgilendirmek gerekir. Baya kamu spotu falan lazım onun için. Eğitimini bilmediğiniz kişilerden yardım almayın, bu ilaç kullanımı kadar zararlı olabilir çünkü.	
Yani süpervizyon eklenecek olursa, Süpervizyonu veren kişinin tabi ki yetkin olması gerekecek. Süpervizyon alması şartı konulursa, süpervizyonu veren kişinin de eğitilmiş ve nitelikli olması gerekiyor.	
Gerçekten etik kuralları anlamış, özümsemiş bunun uygulamalarını karşılaştığı handikaplarla nasıl mücadele edebileceğini pratik bir şekilde sağlayabilecek psikolojik danışmanlar vermeliymiş gibi geliyor.	
Psikolojik danışmanlar, Ruh sağlığı uzmanları	

EK-5 TEMA EŞLEME FORMU ANALİZ

Cevrimiçi psikolojik danışma uygulamasına yaklaşımla ilgili ana temaya ilişkin alt temalar:

1. Araştırma katılımcılığının ÇİPD'e ilişkin farkındalık yaratması
2. Katılımcının ÇİPD uygulamaya açık olması
3. Katılımcı ÇİPD uygulamaya kapalı olması
4. Katılımcının ÇİPD'e önyargılı yaklaşımı
5. ÇİPD konusunda bilgi eksikliğine ilişkin farkındalık
6. ÇİPD'in ülkemizde uygulanabilirliğine ilişkin çekince duyulması

ALINTILAR	Beklenen Yanıtlar	M3	M4
Hali hazırda ülke olarak henüz psikolojik desteğin önemini fark etmiş değiliz. Böyle bir uygulamanın hayata geçmesi için zamana ihtiyacı olduğunu düşünüyorum.	6	6	6
İsterim. Denemek iyi olabilir, oradaki farklılıkları ve zorlukları bence. Denemeyi isterdim açıkçası.	2	2	2
Aslında çok fazla uygulanabileceğini zannetmiyorum ben.	4	4	4
Daha önce bu konu ile ilgili fikrim yoktu. Sorulara baktıkça üzerinde düşünme fırsatı buldum.	1	1	1
Ama bununla ilgili hiçbir okumam yok ve açıkçası araştırmalarda ne söylüyor? Herkes verebilir mi, veremez mi? O konuda hiçbir bilgim yok. O yüzden onlardan yararlanarak bu soruya cevap verilebilir aslında. Ya da ona göre düzenlenmesi doğru olacaktır.	5	5	5
Karakterime pek uygun bulmuyorum.	3	3	3

Çevrimiçi psikolojik danışma uygulamasına yaklaşımla ilgili tema eşleme için değerlendiriciler arası Kappa uyum Analizi tablosu

Değerlendiriciler	Kappa değeri	Asymptotic sh.	Approximate T	p	Geçerli n
Alan uzmanı3 –alan uzmanı 4	1,000	0,000	5,47	0,000	6,000
Araştırmacı - alan uzmanı 3	1,000	0,000	5,47	0,000	6,000
Araştırmacı 1- alan uzmanı 4	1,000	0,000	5,47	0,000	6,000

Cevrimici psikolojik danışma süreci ve yöntemiyle ilgili ana temaya ilişkin alt temalar:

ALINTILAR	Beklenen Yanıtlar	M1	M2
İntihara meyilli bir danışanın olursa o her ihtiyaç duyduğunda beni arayabilir, yazabilir, video konferans görüşmesi yapabilirim onunla.	5	5	5
Terapötik ilişkinin kurulamayacağını düşünüyorum.	4	4	4
E-postaları kontrol etme ya da cevabın ulaştığı süre uzun olduğundan, danışmanın temel ilkelerinden “şimdi ve burada”yı kullanmak imkânsız olacaktır. Bu anlamda eksik kalabilir.	1	1	1
Sözsüz iletişimimiz eksik kalacak. Bizim verdiğimiz mesajlar da eksik kalacağı için belki danışan bizi yanlış yorumlayabilir. Biz onu yanlış yorumlayabiliriz.	3	3	3
Maliyeti düşük olduğu için özellikle ülkemizde birçok psikolojik danışman tarafından tercih edilebileceğini düşünüyorum.	6	6	6

1. E-posta ile ÇİPD uygulamasında danışana tepki vermede zaman geçmesinin terapötik sürece olumsuz etkisi
2. Video konferans yönteminin en etkili yöntem bulunması
3. Anlık yazışmada sözsüz iletişim eksikliğinin terapötik ilişkiyi güçleştirmesi
4. ÇİPD ile terapötik ilişkinin kurulamayacağı düşüncesi
5. Acil destek gerektiren sorunlarda psikolojik danışmana ulaşılabilirliği kolaylaştırması
6. ÇİPD’in psikolojik danışmana ekonomik olarak avantaj sağlaması

Açıkçası çevrimiçi psikolojik danışma hizmetleri dendiğinde en içime sindirdiğim şey bu. Kendimi yakın hissettiğim. Yine bile zorlanıyorum göz teması kurmakta hani bunu sürdürmekte. Ama görüntülü bir şekilde bunu yapıyor olmak diğer yollardan daha avantajlı geliyor bana.	2	2	2
---	---	---	---

Çevrimiçi psikolojik danışma uygulamasında süreç ve yöntemle ilgili tema eşleme için değerlendiriciler arası Kappa uyum Analizi tablosu

Değerlendiriciler	Kappa değeri	Asymptotic sh.	Approximate T	p	n
Alan uzmanı3 –alan uzmanı 4	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı - alan uzmanı 3	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı 1- alan uzmanı 4	1,000	0,000	5,47	0,000	6

Çevrimiçi psikolojik danışmada etik uygulamalarla ilgili ana temaya ilişkin alt temalar:

1. Yapılandırma ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi gereği
2. Gizliliğin sağlanması ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi gereği
3. Kayıtların tutulması/saklanması ÇİPD etik standartlarının belirlenmesi gereği
4. Etik riskler
5. ÇİPD'in Türkiye'de Uygulanabilirliğine İlişkin Etik Kaygılar
6. ÇİPD sürecinin yasalarla desteklenebilir ve denetlenebilir olması

ALINTILAR	Beklenen Yanıtlar	M1	M2
Bunun karşılığında da bu yaşandığında, bu suiistimler yaşandığında hukukta bunun bir yeri olabilir.	6	6	6
Etik durumlar var. Yapılan görüşmenin kaydı alınabilir danışan tarafından, başkaları tarafından kopyalanabilir, yayılabilir. Elinizde bir görsel belge oluşacağı için, ileride psikoloğu ya da psikolojik danışmanın bile bunu kullanabilme ihtimali olabilir. Suiistimale açık bir alan olduğunu düşünüyorum. Elde bir kayıtlı ve görsel ya da kayıtlı bir terapinin olmasını bu anlamda riskli buluyorum açıkçası.	4	4	4
Ama bu baştan yapılandırılırsa bir sınırlama verilirse ya da alternatifler olursa maile şu saatler arasında bakıyorum ama çok acil bir durum olursa whatsapp'tan yazabilirsiniz. Telefona cevap veremezsem yazışmayı görürüm ve gördüğüm ilk anda size cevap veririm gibi bir yapılandırma ile da bu engeller engel olmaktan çıkabilir.	1	1	1

Ülkemizde tüm etik kurallarıyla birlikte uygulanabileceğine pek emin değilim.	5	5	5
Belki etik koşullarla ilgili bir değerlendirme yapılabilir. Hangi konular, nerede yapılabilir, fotoğraf video paylaşımı nasıl olur ya da bunlar olabilir mi? Bunların belirlenmesinin önemli olacağını	2	2	2
Eğer ki görüntüsüz, anlık yazışmayla bir görüşme yürütüyorsanız, orada yazılan her şeyin bir yazılı beyan olduğu için orada yazılı olan suç teşkil edebilecek her şeyi siz bildirmek zorundasınız aynı zamanda. Belki orada yazdığı şeyi kastetmemiş de olabilir. Belki suç teşkil edecek bir durum yoktur. Ancak yazılı beyan olduğu için siz gizliliğin etik sınırları olduğu için ihbar etme zorunda kalabilirsiniz. Bundan dolayı da tabii ki farklı etik sınırlamaların olması gerektiğini düşünüyorum.	3	3	3

Çevrimiçi psikolojik danışmada etik uygulamalarla ilgili tema eşleme için değerlendiriciler arası Kappa uyum Analizi tablosu

Değerlendiriciler	Kappa değeri	Asymptotic sh.	Approximate T	p	Geçerli n
Alan uzmanı 3 –alan uzmanı 4	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı - alan uzmanı 3	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı 1- alan uzmanı 4	1,000	0,000	5,47	0,000	6

Çevrimiçi psikolojik danışma uygulayacak psikolojik danışmanın yetkinliğiyle ilgili ana temaya ilişkili alt temalar

1. Ruh sağlığı uzmanı olma koşulu
2. ÇİPD uygulayıcısının teknoloji kullanımında yeterli olması gereği
3. Süpervizyonlu ÇİPD uygulama deneyimi koşulu
4. Danışanın ÇİPD uzmanının yetkinliği konusunda bilgilendirilmesi gereği
5. Psikolojik danışmanın ÇİPD'e özgü terapötik süreci uygulamada yetkinliği
6. Süpervizörün ÇİPD uygulamaları konusunda yetkinliği

ALINTILAR	Beklenen Yanıtlar	M1	M2
En az şu kadar görüşme yapılabilir gibi bir standarttan bahsediyorsak eğer, belki en az birkaç oturumun süpervizyonu alınmalı gibi bir şart da konulabilir. Sürecin etik yürütülüp yürütülmediği adına süpervizyon şartı koşulabilir gerçekten	4	4	4
Bu süreci yönetmek için krize müdahale kısmında danışmanın muhakkak yeterli olması gerekiyor. Yüz yüze görüşmelerde bile krize müdahalelerin ya da sürecin başka yöne sapması mümkünken, çevrimiçi psikolojik danışmada ben bunu daha açık ve riskli buluyorum. Bu tarz becerilere sahip olma belki aranmalı.	7	7	7
Halkımız potansiyel danışanlar, henüz nitelikli bir danışma hizmeti alma konusunda da çok aydınlatılmış değiller açıkçası, yetkinliğine bakmadan hizmet satın alıyorlar. Vatandaş da bilgilendirmek gerekir. Baya kamu spotu falan lazım onun için. Eğitimini	5	5	5

bilmediğiniz kişilerden yardım almayın, bu ilaç kullanımı kadar zararlı olabilir çünkü.			
Yani süpervizyon eklenecek olursa, Süpervizyonu veren kişinin tabi ki yetkin olması gerekecek. Süpervizyon alması şartı konulursa, süpervizyonu veren kişinin de eğitilmiş ve nitelikli olması gerekiyor.	6	6	6
Gerçekten etik kuralları anlamış, özümsemiş bunun uygulamalarını karşılaştığı handikaplarla nasıl mücadele edebileceğini pratik bir şekilde sağlayabilecek psikolojik danışmanlar vermeliymiş gibi geliyor.	6	6	6
Psikolojik danışmanlar, Ruh sağlığı uzmanları	1	1	1

Çevrimiçi psikolojik danışmada yetkinlik ile ilgili tema eşleme için değerlendiriciler arası Kappa uyum Analizi tablosu

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

Tezimin/Raporum sadece Akdeniz Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.

Değerlendiriciler	kappa değeri	Asymptotic sh.	Approximate T	p	Geçerli n
Alan uzmanı 3 –alan uzmanı 4	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı - alan uzmanı 3	1,000	0,000	5,47	0,000	6
Araştırmacı- alan uzmanı 4	1,000	0,000	5,47	0,000	6

Tezimin/Raporumun 1 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

[Tarih ve İmza]

Ezgi DAMAR

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı: Ezgi DAMAR

Doğum Yeri ve Tarihi: Balıkesir 14/05/1989

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi: Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik

Yüksek Lisans Öğrenimi: Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik

Bildiği Yabancı Diller: İngilizce (Orta Düzey)

İş Deneyimi

Stajlar:

- İzmir / Bornova Belediyesi Kadın Danışma Merkezi

- İzmir/Bornova Nihat Gündüz Ortaokulu

Projeler: İzmir/Bayraklı İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü Ayık Ol! Anti Risk Programı

Çalıştığı Kurumlar:

- Antalya/Serik Yukarıkocayatak YBO (2012-2015)
- Antalya/Serik Yukarıkocayatak Ortaokulu (2015-2017)
- İzmir/Bayraklı Sabiha Ahmet Tabak Ortaokulu (2017-...)

İletişim

E-Posta Adresi: ezgi_sup@hotmail.com

Tarih

30/09/2019