**GAU, Faculty of Education**

**GAU, Eğitim Fakültesi,**

|  |  |
| --- | --- |
| **Course Unit Title/Ders Adı** | **PSİKOLOJİK DANIŞMA KURAMLARI** |
| **Course Unit Code/Ders Kodu** | **RPDA307** |
| **Type of Course Unit/Ders statüsü** | Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık |
| **Level of Course Unit/Ders seviyesi** | Lisans  |
| **National Credits/Ulusal kredi** | 2 |
| **Number of ECTS Credits Allocated/AKTS değeri** | 3 |
| **Theoretical (hour/week)/Haftalık teorik ders saati** | 2 |
| **Practice (hour/week)/Uygulama durumu** | - |
| **Laboratory (hour/week)/Laboratuvar durumu** | - |
| **Year of Study/ Dersin yılı** | 3 |
| **Semester when the course unit is delivered/Ders dönemi** |  |
| **Course Coordinator/Ders koordinatörü** | - |
| **Name of Lecturer (s)/Ders sorumlu öğretim elemanı** |  |
| **Name of Assistant (s)/Asistan adı** | - |
| **Mode of Delivery/Dersin işlenişi** | Aktif etkileşim, e- learning, Sunu, Soru-yanıt, tartışma, gözlem, Örnek Olay İncelemesi, Takım/Grup Çalışması, Uygulama – Alıştırma, Rapor Hazırlama ve/veya Sunma |
| **Language of Instruction/Dersin dili** | Türkçe |
| **Prerequisities and co-requisities/Dersin ön koşulu** | - |
| **Recommended Optional Programme Components/Önerilen opsiyonel program unsurları** | - |
| **Dersin gün ve saati** |  |
| **Objectives of the Course/Dersin amacı** | Bu dersin amacı güncel psikolojik danışma kuramlarının temel kavramlarını, ilkelerini, tekniklerini, insan doğasına bakışlarını ve danışma sürecinin nasıl işlediğini incelemektir |
| **Learning Outcomes/Öğrenme çıktıları** |
| Bu ders tamamlandığında öğrenciler; | Değerlendirme |
| 1 | Danışmanlıkta temel çalışmaları ve dönüm noktalarını kavrar. | 1,2 |
| 2 | Danışmanlık ilke ve tekniklerini farklı durumlara göre uygular | 1,2 |
| 3 | Danışmanlık ilke ve teknikleriyle ilgili güncel olayları tartışır | 1,2 |
| 4 | Danışmanlık ilke ve tekniklerini kullanarak, sosyal ve duygusal olaylara cevap verir. | 1,2 |
| 5 | Danışmanlık ilke ve tekniklerini kullanarak insanların farklı ihtiyaçları hakkında toplumda bir farkındalık ve duyarlık geliştirir | 1,2 |
| **Course’s Contribution to Program/Dersin Programa Katkıları** |
|  | **CL/KS** |
| 1 | Sosyal, bilimsel olguları ele almada ve değerlendirmede kompleks düşünme becerileri göstermesine temel sağlayacak derecede bilgi birikimine ve anlayışa sahip olabilme.   | 3 |
| 2 | Rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanına temel teşkil eden kuramsal, felsefi ve uygulama bilgilerine sahip olabilme. | 4 |
| 3 | Rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanındaki bilimsel bilgiye ulaşma, güncel literatürü ve gelişmeleri izleme, değerlendirme ve uygulayabilme.   | 4 |
| 4 | Çocuk, ergen ve yetişkinlerin bedensel, duygusal, bilişsel, ahlaki vb. gelişim özelliklerini ve gelişim kuramlarını bilme ve döneme ilişkin karşılaşılacak problemlerle ilgili başa çıkma yöntemlerini tanıma ve uygulayabilme. | 3 |
| 5 | Öğrenme kuramlarını, öğrenmenin nasıl gerçekleştiğini, etkili öğrenme stratejilerini ve bunların okul, sınıf ve diğer ortamlarda nasıl kullanılacağını bilme ve bunun için bireysel ve grupla etkili öğrenme için uygun ortam ve program düzenleyebilme. | 2 |
| 6 | Oryantasyondan mesleki rehberliğe ve eğitsel rehberlikten temel psikolojik danışma becerilerine uzanan bir yelpazede alanın becerilerini hizmet verdiği bireylere ve koşullarına uyarlayarak uygulayabilme.  | 4 |
| 7 | Hizmet verdiği kurum ve çevrenin yerel koşullarını, bilimsel ve profesyonel ilkelere uygun bir şekilde irdeleyebilme ve bu koşullara uygun rehberlik ve psikolojik danışmanlık programları hazırlayıp- uygulayabilme. | 2 |
| 78 | Kültürel farklılıklara saygı gösterme ve rehberlik hizmetlerinden yararlanmak isteyen herkese din, dil, ırk ve sosyal sınıf gibi herhangi bir ayrım yapmadan destek verebilme. | 2 |
| 9 | Özel eğitimle ilgili temel bilgiye sahip olma ve özel eğitime muhtaç bireyleri tespit edebilme ve ilgili kurumlara yönlendirebilme. | 1 |
| 10 | Rehberlik ve psikolojik danışma alanındaki bilimsel gelişmeleri izlemek için bir yabancı dili kullanabilme. | 1 |
| 11 | Sosyal sorumluluk anlayışıyla topluma hizmet çalışmalarında görev alabilme. | 1 |
| 12 | Değişen toplumsal koşullara uyum sağlayabilme ve demokrasi, insan hakları, toplumsal, bilimsel ve mesleki etik değerleri kişisel ve profesyonel yaşamında bütünleştirebilme.   | 2 |
|  | *CL (Contribution Level)*: 1.Very Low, 2.Low, 3.Moderate, 4.High, 5.Very High*Katkı seviyesi(KS)*: 1. Çok düşük, 2. Düşük, 3. Orta, 4. Yüksek, 5. Çok yüksek |  |
| **Course Contents/Ders İçeriği** |
| **Week/****Hafta** | **KONULAR** \*Duruma göre programda bir miktar değişiklik olabilir. |
| **KURAMSAL DERS** | **DERSE HAZIRLIK** |
| 1 | **GENEL GİRİŞ VE PLANLAMA** | 1 |
| 2 | **PSİKOLOJİK DANIŞMADA GÜNCEL YAKLAŞIMLAR**Kuramsal Yönelimin ÖnemiGüncel Kuramların Ortaya Çıkışı Psikoterapi Araştırmalarına Verilen Önem GloballeşmeTeknolojik Gelişimler Değişen Danışan İhtiyaçları Yöntem bilimsel Farklar  | Haftanın alıştırması: E-learning platformunda verilmiş olan Kuram Seçme Sıralayıcısını kendinize uygulayın. Kuramsal Yönelim bilgi dosyasını ve diğer bilgi dosyalarını okuyun.  |
| 3 | **ÖYKÜSEL TERAPİ**Michael Kingsley White, David Epston Felsefi Dayanakları: Post modernizm ve Sosyal Yapılandırmacılık Temel Kavramlar: İnsan Doğasına Bakış Açısı, Öyküler, Baskın ve Problemle Dolu Öyküler Yapının Yıkılması, Görecelik,Psikolojik Danışma Süreci-Amaçları- Psikolojik Danışman’ın İşlevi ve Rolü-i Aşamaları Teknik ve Yöntemler: Soru Sorma, Sorunu Dışsallaştırma, Özgün Sonuçlar Elde Etme Çabası Dışarıdan Tanık Uygulaması, Saygılı Merak, Gizem ve Hayret, İşbirliği, Yansıtma ve Empati Alternatif Öyküler Yazma Yansıtıcı Takım Çalışması, Sosyal ve Politik Konuları Göz önünde Bulundurma, Terapötik Dokümanların Kullanılması  | **Haftanın alıştırması:** Bir sorununuzu ele alınız ve tablo 4 (s.26) soruları- arasından seçtiğiniz 10 tanesine verdiğiniz yanıtlara göre analiz ediniz. |
| 4 | **İLİŞKİSEL KÜLTÜREL KURAM**Jean Baker Miller, Judith V. Jordan, Irene Stiver, Janet SurreyKuramın Tarihçesi ve Gelişimi Kuramın Temel Felsefesi ve İlkeleri Temel Kavramlar: İlişkilerin Önemi ve İlişkisel Döngü, İlişkisel Hareket, Kopukluk, Toplumsal ilişkiler, İlişkisel İmgeler, Denetleyici İmgeler ve Utanç, İlişkisel Kendini Toparlama Gücü (Yılmazlık) ve İlişkisel Cesaret, Yalnızlığa Mahkumluk, Gelişimi Teşvik Edici İlişkiler Kopukluk Stratejileri ve Temel İlişkisel Çelişki, Karşılıklılık Psikolojik Danışma Süreci Psikolojik Danışma Amaçları Psikolojik Danışma Süreci Aşamaları: Ölçme ve Değerlendirme, İlişkisel Yeterlikler, Kendine Özgülük, Karşılıklı Empati, İlişkilerde Gücün ve Güç Dengesizliklerinin Farkında Olma, Çatışma ve Kopukluk ile Yaratıcı Şekilde Uzlaşma Teknik ve Yöntemler: İlişkisel İmgeleri Değiştirme, İlişkilerin İzini Sürme Değerlendirme | **Haftanın alıştırması:** Yaşamınızda önemli yeri olan bir yakınınızla ilişkinizi ele alın ve bu ilişkinin sizin gelişiminizi ne ölçüde teşvik edici nitelikte olduğunu, tablo 5 (s. 53) üzerinden analiz ediniz.1. Videoda dikkatiniz çeken iki noktayı gerekçeleriyle belirtin.

**İlişkide Gerginliğin Kaynakları Ve İlişki Yönetimi:** https://www.youtube.com/watch?v=i7TK3ikFk4I Film: İguana Tokyo. Japonya’da bir Türk ailesi. |
| 5 | **ÖYKÜSEL ve İLİŞKİSEL KÜLTÜREL KURAM**  | Uygulama örnekleri ve değerlendirme |
| 6 | **DUYGU ODAKLI TERAPİ**Leslie Samuel Greenberg, Sue Johnston Felsefi Temelleri: Birey Merkezli Kuram, Gestalt Kuramı, Duygu Kuramı Temel Kavramlar: İnsan Doğasına Bakış Açısı, Duygu Şemaları, Duyguların Sınıflandırılması, Duyguların Değerlendirilmesi, Duygu Koçluğu Psikolojik Danışma Süreci Psikolojik Danışma Amaçları Psikolojik Danışman'ın İşlevi ve Rolü Duygusal Müdahale Yöntemleri: Duygusal Farkındalık, Duyguların Dışavurumu, Duyguların Düzenlenmesi, Duyguların Dönüştürülmesi, Düzeltici Duygusal Deneyim Psikolojik Danışma Süreci Aşamaları Teknik ve Yöntemler Temel İpuçları ve Onlara Eşlik Eden Müdahaleler: Boş Sandalye Tekniği, Çift Sandalye Tekniği, Sistematik Çağrışımlı Açılma, Odaklanma, Anlam Oluşturma, Empatik Tepkiler, Metaforların Kullanımı, Ödevlendirme | ***Haftanın alıştırması:***1. *Bugün güçlü biçimde yaşadığın bir duygunu ele al ve s.96. daki sorulara göre analiz et.*
2. *Sıkışıp kaldığın- çıkmaza düştüğün kendini çaresiz veya umutsuz hissettiğin bir durumu anımsa ve şu sorularla analiz etmeye çalış*

*✓Durumu tanımlar mısın: Umutsuzluk hissediyorum çünkü…….**✓Bu durum karşısındaki duygusal tepkini açıklar mısın? Hangi duyguları yaşadın?**✓Bu senin temel duygun mu? Diğer duygun nedir? Öfke, üzüntü, korku gibi başka duygular hissediyor muyum?**✓Umutsuzluğunu geçerli kılacak gerekçelerin neler?**✓Aklından neler geçti?* *✓ Ne yaptın?* *✓ Verdiğin tepki ile ne amaçladın?* *✓ Tepkin seni amacına ulaştırdı mı?* *✓ Amacına ulaşmak için daha işlevsel/işe yarar neler yapabilirsin?* *Kendine sor: En kötüsü nedir? Bunun anlamı nedir?* |
| 7 | **BAĞLANMA TERAPİSİ**Ann M. Jernberg, Phyllis B. Booth, Terry M. Levy, Michael Orlans Bağlanma Kuramı İçsel Çalışan Modeller Yetişkinlikte Bağlanma Çocuklarda Bağlanma Terapisi Çocuklarda Bağlanma Bozukluğu: Tepkisel Bağlanma Bozukluğu, Ayrılık Kaygısı Bozukluğu Bağlanma Temelli Müdahaleler: Düzeltici Bağlanma Terapisi, Theraplay, Tutma Terapisi Yetişkinlerde Bağlanma Terapisi: Duygu Odaklı Bağlanma Terapisi Öyküsel Bağlanma Terapisi: Güven Oluşturma, Problemin Keşfedilmesi, Alternatifleri Göz Önüne Alma/Değişim, Terapistik Temelli Sürdürme ve Güçlendirme Temel MüdahalelerHaftanın alıştırması: Yetişkin dörtlü bağlanma stillerinden hangisine daha eğilimli olduğunuzu analiz ediniz. (ss. 108- 110)Film: Bir Umut. Anne-oğul sevgisizliğinin ve bağlanma bozukluğunun işlendiği film  |  |
| **ARA SINAV HAFTASI** |
| 9 | **DUYGU ODAKLI ve BAĞLANMA TERAPİSİ uygulamaları ve değerlendirme** | 9 |
| 10 | **BİLİŞSEL ANALİTİK TERAPİ**Anthony Ryle Kuramsal Altyapısı Temel Kavramlar: Gelişim ve İlk Yaşantılar, Normal Dışı Benlik Gelişimi, Karşılıklı Roller, Sosyokültürel Gelişim, Karşılıklı Rol Yöntemleri, Davranış Örüntüleri, Hedef Problem Yöntemleri, İşlemsel Ardışıklık Nesne İlişkileri Modeli, Ardışık Şematik Yeniden Formülleştirme Psikolojik Danışma Süreci Psikolojik Danışma Amaçları Psikolojik Danışman'ın İşlevi ve Rolü Psikolojik Danışma Süreci Aşamaları: Ölçme ve Değerlendirme Aşaması, Yeniden Formüle Etme Aşaması, Çalışma Aşaması, Sonlandırma Aşaması Değerlendirme | ***Haftanın alıştırması:***1. *İlişkilerimizde başarılı olabilmek için belirli davranış örüntüleri sergileriz. Sizi sınırlandıran kendini tekrarlayan, verimsiz ve size zarar verdiğini düşündüğünüz bir davranış biçiminizi ele alın ve şekilsel ifadesini yapmaya çalışın (s. 159)*
2. Kendi yaşamınızda karşılaştığınız problem durumlarına yönelik olarak geliştirdiğiniz olumsuz-otomatik düşüncelerinizden birini seçin. Bu olumsuz düşünce ile hangi olumsuz tutumu (tuzak, çıkmaz, engel) oluşturduğunuzu belirleyin.
3. Bu olumsuz düşüncenizin ortaya çıkış nedenini, BAT kapsamında değerlendirin
4. Bu olumsuz düşüncenize ilişkin şemanızı (tuzak, çıkmaz veya engel?) oluşturun.(s.185)
 |
| 11 | **FARKINDALIK TEMELLİ BİLİŞSEL TERAPİ**Zindel V. Segal, John D. Teasdale, Mark Williams Budizm ve Farkındalık Bilişsel Terapi ve Farkındalık Farkındalık Temelli Bilişsel Terapi Temel Kavramlar: İnsan Doğasına Bakış Açısı, Olumsuz Düşünce ve Disforik Duygu Durumu Takıntılı Düşünce, Uzaklaşma, "Yapma Hali"ne Karşı "Olma Hali", Üst-biliş, Otomatik Pilot Temel Beceriler Psikolojik Danışma Süreci Psikolojik Danışma Amaçları Psikolojik Danışma İlişkisi Psikolojik Danışma Süreci Aşamaları: Hazırlık Evresi, Başlangıç Oturumları, Orta Oturumlar, Sonlandırma Oturumu Teknik ve Yöntemler: Farkındalığa Dayalı Yeme, Beden Taraması, Oturma Meditasyonu, Nefes Meditasyonu, Üç Dakika Nefes Alma Alanı, Farkındalığa Dayalı Hareket Etme, Günlük Alıştırmalar, Duygu ve Düşünce Egzersizi Depresyon Alanını Öğrenme, Duygu durumu ve Alternatif Bakış Açısı Egzersizi, Etkinlikler İle Ruh Hali Arasındaki İlişkiyi Öğrenme,Eylem Planı Geliştirme, Hoş Olan/Hoş Olmayan Deneyimler Takvimi  | **Haftanın alıştırması:** 1. “Yapma” haline karşı, “olma” hali ne anlama gelmektedir. Bir kendi örneğiniz üzerinden açıklayınız.
2. Mevlana’nın *“Günahların ve sevapların ötesinde bir yer var. Seninle orada buluşacağım”* cümlesi, Farkındalık Temelli Bilişsel Terapi yaklaşımı ile hangi açıdan ilişkilidir? Açıklayınız.
 |
| 12 | **BİLİŞSEL ANALİTİK TERAPİ ve FARKINDALIK TEMELLİ BİLİŞSEL TERAPİ**  | Kuramı değerlendirme ve uygulama örnekleri |
| 13 | **KABUL ve YÜKLENME KURAMI** Steven C. Hayes Kuramsal Altyapısı: İlişkisel Çerçeve Kuramı, Farkındalık Temelli Felsefe Temel Kavramlar: İnsan Doğasına Bakış Açısı, Genel ve Özel Yaşantılar, Psikolojik Esneklik İşe Yararlık, Gönüllülük, Kavramsallaştırılmış Bellik, Bağlamsal Benlik Psikolojik Danışma Süreci – Amaçları - İşlevi ve Rolü Psikolojik Danışma Süreci ve Aşamaları: Kabul, Bilişsel Ayrışma, Anda Olma, Bir Bağlam Olarak Benlik, Değerler, Yüklenilmiş Eylem Terapinin Aşamaları Teknik ve Yöntemler: Metaforlar Kullanma, İşlevsel Analiz, Kontrolden Gönüllülüğe İlerlemek,Farkındalığa Dayalı Teknikler, Bilişsel Ayrışma Teknikleri, Yaratıcı Umutsuzluk  | ***Haftanın alıştırması:***1. Boğa gözü alıştırmasını yapınız (297. sayfa)

Bir probleminizi ve onu çözmek için denediğiniz bir stratejiyi ele alınız ve değerlendiriniz |
| 14 | **– GENEL TEKRAR** | ***Haftanın alıştırması:*** “Ingrid Batıya gidiyor”(Ingrid Goes West) filmini izleyin. Bu filmin DDK ile ilgili yönlerini sorgulayan sayfa 263’deki iki soruyu yanıtlayın.  |
| **Recommended Sources/Önerilen kaynaklar**  |
| **TEMEL KAYNAK****Işık Terzi Şerife & Ergüner Tekinalp, Bengü. (2013) Psikolojik Danışmada Güncel Kuramlar. Ankara: PEGEM Yayıncılık.****YARDIMCI KAYNAKLAR**Akkoyun, F.(2012). Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları. Ankara: Nobel Yayıncılık.Oones, R. N. (2012). Practical Counseling and Helping Skills. (Fifth ed.). London: SAGE Publications Ltd..Sart, G. (2013). (Çeviri) Psikolojik Danışma ve Yardım Becerileri. Ankara: Nobel YayıncılıkCorey, G. 2005; Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları, ( Çev.T. Ergene), Mentis Yayıncılık, AnkaraBulut Atlası Kitabı (PDF) <https://docplayer.biz.tr/5517045-David-mitchell-bulut-atlasi-www-cepsitesi-net.html> |
| **Assessment/Değerlendirme** |
| Attendance/Derse devam | 0% |  |
| Homeworks/Ödevler | 30% |  |
| Laboratory/Lab.  | 0% | Lab Grade= Lab Performance  Lab Attendance |
| Midterm Exam/Vize sınavı | 25% |  |
| Final Exam/Final sınavı | 45% |  |
| Total | 100% |  |
| **ECTS Allocated Based on the Student Workload/ Öğrenci ders yüküne göre AKTS değerleri** |
| Activities/Etkinlik | Number/Sayısı | Duration (hour)/Süresi | Total Workload(hour)/Toplam yük |
| Course duration in class (including the Exam week)/Sınıf içi etkinlikler | 14 | 2 | 28 |
| Labs and Tutorials/ Lab ve ders | - | - | - |
| Assignments/Ödevler | 7 | 3 | 21 |
| E-Learning Activities/E-learning activities | 10 | 2 | 20 |
| Project/Presentation/Report Writing/Proje | - | - |  |
| Quizzes | - | - | - |
| Lab Exams | - | - | - |
| Midterm Examination/Vize | 1 | 1 | 1 |
| Final Examination/Final | 1 | 1 | 1 |
| Self Study/Bireysel çalışma | 10 | 2 | 20 |
| Total Workload/İş yükü | 91 |
| Total Workload/30 (h) |  91 /30 |
| ECTS Credit of the Course/AKTS değeri | 3 |

|  |
| --- |
|  **DERSİN İŞLENİŞİ ve ÖĞRENCİDEN BEKLENENLER**Dersler, aktif eğitim yaklaşımı çerçevesinde işlenecektir. Dersin temelini oluşturan aktif eğitime uygun olarak, öğrencinin derse gelmeden önce; Haftanın ele alınan kuramı hakkında ön-araştırmayı, **e- learning platformunda verilmiş olan haftanın bilgilerini okumuş** **ve haftanın alıştırmasını** yapmış olarak derse gelmesi gerekmektedir. Ders sırasında öğrencilerden soruları, yorumları ve aktif katılımları istenecektir. **DEĞERLENDİRME:** Ara sınav öncesi Ödevler (% 15) + sınav (% 25) = ARA SINAV NOTU (%40) Ara Sınav Sonrası Ödevler (%15) + sınav (% 45) = YILSONU SINAVI (%60)**DANIŞMA** Görüşme talepleriniz için danışma saatlerine uymaya çalışınız. Önemli ve ivedi konularda e- posta üzerinden iletişim kurmanız mümkündür.**ETİK KONULAR**Öğrencilerin, ders süresince bağlı oldukları yönerge ve yönetmeliklerin koşullarını yerine getirecekleri, çalışmalarında ve değerlendirmelerde kendilerine ait çalışmaları sunacakları kabul edilmektedir. **HOCA NASIL ÇILDIRTILIR????**1. Hocanın öğrencilerin olası sorularına cevap bulabilecekleri ders yönergesini hazırlamak için çok uğraşmış olmasına rağmen, öğrencinin bunları okumadan ve bu yazıda bulabileceği bilgiye yönelik soru sorması,
2. Üçüncü sınıfa başlamış olan öğrencinin ödev, yazı dili, yazım hatalarını düzeltme sorumluluğu, **APA** formatının ne olduğunu bilmemesi, “yapabileceğinin en iyisini” yaptığını sorgulamadan teslim etmesi,
3. Notların sempatiyle, duygu sömürüsüyle veya baskıcı taleple değişebileceğine inanması,
4. Özellikle gerginliğin ve stresin herkeste yükseldiği sınav anları, dönem sonları, ödev teslim zamanları, notların ilan edildiği günlerde dersin öğretim üyesi, öğretim görevlileri ve araştırma görevlilerine yönelik saygı kurallarını unutması,

Birbirimizi çıldırtmayan ilişkileri başarmak dileğiyle, dikkatinize sunuyorum.  |