

Psikolojik Danışma Süreci - Devam



Psikolojik Danışma Sürecinin Aşamaları

BASAMAK 1: İlişki oluşturma



BASAMAK 2: Problemin belirlenmesi



BASAMAK 3: Amaç Oluşturma



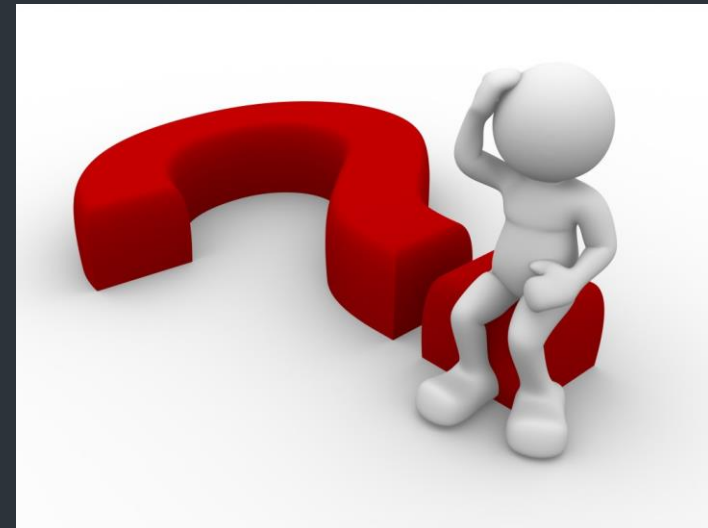
BASAMAK 4: Psikolojik Danışma Müdahalesi



BASAMAK 5: Sonlandırma, Sevk, İzleme

Tartışma Soruları

- Bir problemi tanımlamak oldukça güç bir süreçtir. Problem kelimesi aslında göreceli bir anlam taşır.
- İnsanlar problemleri nasıl tanımlarlar?
- Bir psikolojik danışman bir problemi nasıl tanımlar?



Tartışma Soruları

- Problemin tanımında dünya görüşlerinin etkisi var mıdır?
- Bir psikolojik danışman kendi ve danışanın dünya görüşünün problemin tanımlanması sürecine etkisini nasıl ele alabilir?



Problemin Tanımlanmasının Amacı

- Danışan hakkında bilgi toplama sürecini kolaylaştırır.
- Psikolojik danışmanların danışanlara müdahale şekline destek olur.
- Müdahale planının etkili olmasını kolaylaştırır.
- Belli bir psikolojik danışma tekniği veya müdahale biçiminin danışan için uygun olup olmadığını belirlemeye yardımcı olur.

Değerlendirme Amacı

- ▶ Amaç oluşturmayı sadeleştirir ve terapötik süreç içinde ilerlemeyi kolaylaştırır.
- ▶ Danışanın içgörü kazanmasına katkıda bulunur
- ▶ Danışanın çevresini değerlendirmesine katkıda bulunur.
- ▶ Mesleki veya akademik gelişime ilişkin gelişmelerin yordanmasına katkıda bulunur.
- ▶ Alternatif ve seçenek oluşturmaya katkıda bulunur.
- ▶ Planlama ve karar vermeyi kolaylaştırır.

Değerlendime Sürecinin Aşamaları

- Ön görüşme yapılması veya danışanın hikayesinin alınması
- Problemin Tanımlanma Biçimi
 - Problemin Bileşenleri
 - Probleme ilgili olayların etkisi
 - Problemin Süresi
 - Danışanın Başa çıkma becerileri, güçlü yanları ve kaynakları

Danışanın Hikayesi

- Kimlik bilgileri
- Danışanın sunduğu problem(ler)
 - Birincil
 - İkincil
- Danışanın Şimdiki Yaşam Biçimi
- Aile Geçmişi
- Kişisel Geçmişi
- Danışanın öngörüşme sırasındaki durumu ve danışan hakkındaki gözlemleriniz
- Sonuç ve değerlendirme

Danışanın Hikayesi

I. Kimlik Bilgileri

A. Danışanın adı, iletişim bilgileri, danışanın adresi (adres bazı ipuçları verebilir)

B. Yaş, cinsiyet, iş, okul, sınıf, danışan yetişkin mi yoksa çocuk mu? (yasal sorumluluklarınız ne olabilir)

Danışanın Hikayesi

II. Danışanın Sunduğu Problem

A. Problem danışanın yaşamını ne düzeyde etkilemektedir.

B. Problem üzerinde etkili olan duygu, düşünce ve davranışlar nelerdir?

C. Problem hangi sıklıkta ortaya çıkmaktadır? İlk olarak ne zaman ortaya çıkmıştır? Belirli bir olay var mıdır?

D. Danışan problem ile ilgili başka olaylar tanımlamakta mıdır?

E. Danışanın şimdi psikolojik danışma almasına etki eden nedenler nelerdir? Neden şimdi?

Danışanın Hikayesi

III. Danışanın Şimdiki Yaşam Biçimi

A. Danışan tipik bir gününü veya haftasını nasıl geçirmekte?

B. Danışanın sahip olduğu sosyal, sportif, dini, kültürel veya kendini yenilemeye yönelik etkinlikleri var mı?

C. Danışanın mesleki veya eğitsel durumu nedir?

D. Danışanın kültürel, etnik, yaşam biçimi veya fiziksel durumu ile ilgili özellikleri var mı?

Danışanın Hikayesi

IV. Aile Hikayesi

- A. Baba veya annenin yaşı, işi, kişilik özellikleri, aile rolleri, birbirleriyle ilişkileri
- B. Kardeşlerin durumu, kardeşler arası ilişki, danışanın kardeşleri ile ilişkisi.
- C. Ailede ruh sağlığı problemi hikayesi bulunuyor mu?
- D. Ailenin istikrarı hakkında bilgi. Aile sık sık taşınmış mı? Aile bireylerinin iş problemleri var mı?

Danışanın Hikayesi

V. Kişisel Geçmişi

- A. Sağlık durumu: hastalıklar ve yaralanmalar, kazalar, intihar girişimi
- B. Eğitim durumu: Akademik ilerlemesi
- C. Askerlik deneyimi
- D. Mesleki hikayesi
- E. Cinsel ve evlilik hikayesi
- F. Daha önce danışma veya psikolojik/psikiyatrik destek almış mı. Bu konudaki düşünceleri neler?
- G. Alkol ve madde kullanımı
- H. Danışanın yaşamında kişisel hedefleri nelerdir?

Danışanın Hikayesi

VI. Danışanın görüşme sırasında durumu

A. Fiziksel görünümü

B. Kişisel bakımı

C. Jest ve mimikleri

D. Giyimi

E. Sözel kalite

F. Danışanın danışmaya katılımı

G. Danışanın motivasyonu

H. Danışanın bilişsel durumunda işlev bozukluğu var mı?

I. Konuşmasının içeriği arasında bağlantılar bulunuyor mu?

Problemin Bileşenleri

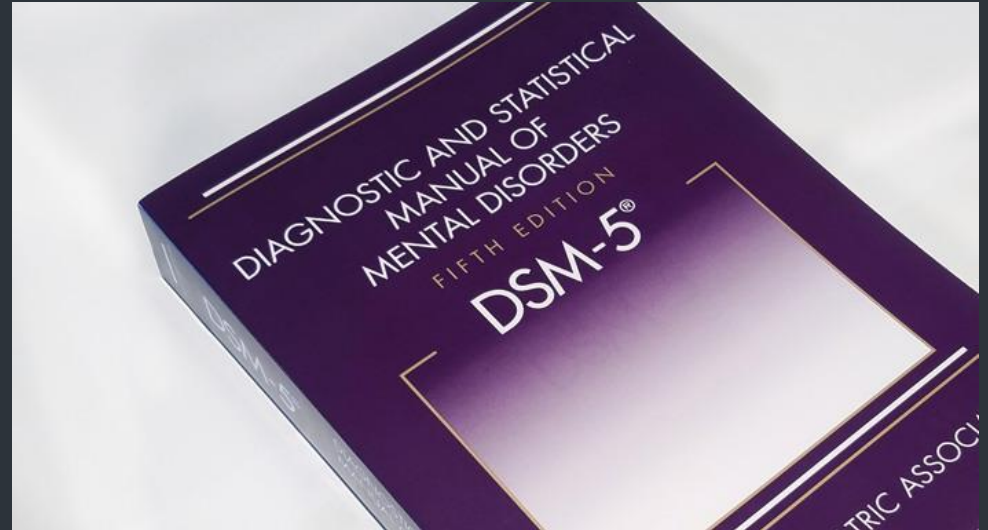
- Duygusal (Problemlerle birlikte sunulan ana duygu, kızgınlık, depresyon, korku, kaygı)
- Bilişsel (düşünceler, inançlar, önyargılar, iç konuşmalar)
- Davranışsal (danışanda ve çevresindekilerde gözlenen davranışlar)
- Fiziksel (Danışanın söz ettiği fiziksel güçlükler, sesler duyması, yutkunma güçlüğü, yeme bozukluğu)
- Kişilerarası İlişkiler (uzakta bulunan aile bireyleri, anne baba, sevgili, eş)

Danışanın Başa Çıkma Becerileri Güçlü Yanları ve Kaynakları

- Danışan bu problemin bu ana kadar nasıl üstesinden gelmeye kalktı?
- Danışan diğer problemlerle başarılı bir şekilde başa çıktı mı?
- Danışana en çok destek olacak kişiler kimlerdir?
- Danışanın kültürel dünya görüşü?
- Komşuluk ilişkileri?
- Dini ve kültürel destek?

Psikolojik Ölçme ve Değerlendirme Araçlarından Elde Edilen Bilgilerin Kullanılması

- DSM V
- Kişilik envanterleri
- İlgil, Tutum envanterleri
- Depresyon, Kaygı Envanterleri



Psikolojik Danışma Sürecinin Aşamaları

BASAMAK 1: İlişki oluşturma



BASAMAK 2: Problemin belirlenmesi



BASAMAK 3: Amaç Oluşturma



BASAMAK 4: Psikolojik Danışma Müdahalesi



BASAMAK 5: Sonlandırma, Sevk, İzleme



Psikolojik Danışmada Amaç Oluşturma

Tartışma Soruları

- İyi istek veya amaçlarımızın neler olduğuna kim en iyi karar verebilir? Psikolojik danışman mı? Danışan mı?
- Bu kararlar nasıl gerçekleştirilebilir?
- Bireyin amaçlarının psikolojik danışma süreci üzerindeki etkisi nedir?

Amaç Oluşturma

- Her hangi bir etkinlik gibi psikolojik danışmanında bir amacı olmalıdır.
- Psikolojik danışmanın uygulamalar sırasında odaklandığı alanlar:
 - Danışan
 - Psikolojik danışma süreci
 - Danışanın sahip olduğu problemler
 - Psikolojik danışmadan beklenen sonuçlar
- Amaç belirleme sürecinde danışan ve psikolojik danışmanın değerleri, inançları, yaşam biçimi kısaca dünya görüşü psikolojik danışma amaçlarını belirleyen unsurlardır.

Psikolojik Danışmada Amaç Oluşturmanın İşlevleri

- ▶ Amaçların ***motive edici*** bir etkisi vardır.
- ▶ Amaçların ***eğitsel*** bir işlevi vardır.
- ▶ Amaçların psikolojik danışmada bir ***değerlendirme*** işlevi vardır.
- ▶ Amaçların ***müdahale değerlendirici*** bir işlevi vardır.

Süreç ve Sonuç Amaçları

► Süreç (Process) Amaçları

- Raport kurma
- Tehdit edici olmayan bir ortam oluşturma
- Uygun empati kurma
- Danışana karşı koşulsuz kabul ve saygı gösterme

► Sonuç (Outcome) Amaçları (**Örnek;**)

- Danışanın kendine saygı düzeyini yükseltme
- Gelecek altı haftalık süre boyunca danışanın kendisini cesaretlendirici ifadelerini % 50 oranında artırmak.

Süreç ve Sonuç Amaçları

- Süreç amaçları tüm danışanlar için genellikle aynıdır.
- Sonuç amaçları danışandan danışana değişiklik gösterebilmektedir.



Sonuca İlişkin Amaç Oluşturmanın Üç Temel Özelliği

- Bir değişimi vurgular
- Davranış değişiminin hangi koşullarda oluşacağını belirtir
- Değişim düzeyi ve miktarı hakkında bilgi verir.

Amaç Oluşturmada Karşılaşılan Glkler

- Psikolojik danışmandan kaynaklanan
- Danışandan kaynaklanan
- Çalışma koşulları ve ortamdan kaynaklanan
- İçinde bulunan toplumsal koşullardan kaynaklanan

Psikolojik Danışma Sürecinin Aşamaları

BASAMAK 1: İlişki oluşturma



BASAMAK 2: Problemin belirlenmesi




BASAMAK 3: Amaç Oluşturma



BASAMAK 4: Psikolojik Danışma Müdahalesi



BASAMAK 5: Sonlandırma, Sevk, İzleme



Strateji Belirleme ve Müdahale Yaklaşımının Seçilmesi

Amaç

- Psikolojik danışmanın belli bir danışan ile çalışmak için bir terapötik planı nasıl geliştirdiğini incelemek.
- Bir olgu stratejisi belirlenmesi ve bu olguda var olan terapötik sorunlara seslenebilecek ve seçilen stratejiye hizmet edebilecek psikolojik danışma müdahalelerinin belirlenmesi.

Tartışma Soruları

- Bir planlayıcı olarak kendinizi nasıl değerlendirirsiniz?
- Karmaşık bir etkinliğe plansız bir şekilde katıldığınızda ne olur?
- En iyi tanımaya başladığınız insanlar daha çok size mi benzerler yoksa sizden çok mu farklıdırlar?

Olgu (Vak'a) Kavramsallaştırma

1. Plan, danışana ait geniş bilgi silsilesini **az sayıda kategori** şeklinde düzenler;
2. Sonuç, danışanın özlü bir biçimde **anlaşılmasıdır** ve
3. Plan, **tanı** sürecini ve müdahale planlamasını kolaylaştırır (Seligman, 2004, sayfa 280).

Olgu Kavramsallaştırma Becerileri

- Kuramsal temeller
- Dünya görüşü
- Tanı keskinliği
- Terapötik amaçlar
- Zaman yönelimi
- Müdahale stratejileri
- Danışanın ayırdedici zellikleri

Kuramsal temeller

- Psikolojik danışman, yaygın bir biçimde duygusal, davranışsal, bilişsel veya sistemik mizaç olarak sınıflandırılabilen kuramsal yönelimlerden yararlanır.
- Mevcut araştırmalar çerçevesinde, psikolojik danışmanların birden fazla yönelimi (örneğin, bilişsel-davranışsal) bir araya getiren karma bir modeli kullanmalarının giderek yaygınlaştığı söylenebilir.

Dünya görüşü

- ▶ Bir kişinin yaşam deneyimlerini görme ve yorumlama, kendi sorunlarını anlama ve tanımlama biçiminde önemli bir yer tutar.
- ▶ Danışman için olduğu kadar danışan için de, dünya görüşünün danışma sürecinin uygulanma ve devam ettirilme biçimini şekillendirdiği doğrudur.

Tanı keskinliği

- *Olgu kavramsallaştırma, psikopatolojinin var olduğunun veya olmadığının belirlenmesini içermelidir.*



Terapötik amaçlar

- ▶ Çözümler, danışma sürecinin tanımlanmasında gözle görünür bir unsurdur.
- ▶ Çözümler veya hedefler gerçekçi, sorunun seviyesine uygun ve hem danışan hem de danışman tarafından kabul edilebilir olmalıdır.

Zaman yönelimi

- Psikolojik danışman, problemin zaman boyutunu, ne kadar zamandır devam ettiğini, değişmesinin ne kadar zaman alabileceğini ve danışanın bir kriz durumunda olup olmadığını değerlendirebilmelidir.

Müdahale stratejileri

- ▶ *Danışman tarafından seçilecek müdahalelerin, danışanın getirdiklerine benzer problemlerde etkili sonuçlar verdiği kanıtlanmış olmalıdır.*
- ▶ Psikolojik danışman, seçilmiş bir stratejinin etkisini değerlendirilebilmeli ve gerektiğinde müdahale planını değiştirebilmelidir.

Danışanın ayırteedici özellikleri

- ▶ Danışanın geçmiş hayatı psikolojik danışmayı kolaylaştırabilirdiği gibi zorlaştırabilir.
- ▶ Psikolojik danışman, danışanın danışma sürecine işbirliği esaslı katılma potansiyelini değerlendirebilmelidir.

Duygular

- Sorun, danışanınızın nasıl hissetmesine sebep oluyor?
- Duyguları, sorunu değiştirme çabasını nasıl etkiliyor?
- Duyguları problemi nasıl besleyebilir?
- Başka hangi duygular sorunu değiştirebilir?
- Danışanınızın sorununa eşlik eden duygulara karşı kültürel bakış açısı nedir?

Düşünceler

- ▶ Danışanınız kendine neler söylüyor?
- ▶ Söyledikleri probleminin nasıl bir parçası olabilir?
- ▶ Hangi kültürel mesajlar kendisiyle konuşmasının bir parçasıdır?
- ▶ Kültürel değer yargılarının kendi kendine ilişkin ifadelerindeki rolü nedir ve hangi alternatif kendini ifade etme biçimleri mümkün olabilir?

Davranışlar

- Sorun ortaya çıktığında danışanınız neler yapıyor?
- Bu davranışlar sorunu nasıl besliyor?
- Hangi davranışlarını değiştirebiliyor ve böylece sorunun etkilerini azaltabiliyor?
- Danışanınızın *hissetmeye* ve *zıttı anlamında yapmaya karşı* kültürel yatkınlıkları nelerdir?

İlişkiler

- Danışanınızın diğer öğrencilerle ilişkisi nasıldır?
- Erkeklerle ilişkisi nasıldır?
- Öğretmenlerinin bu resimdeki yeri nedir? Onun yokluğunda ebeveynleri nasıl davranmışlardır?
- İlişkilerin durumu problemi ne şekilde destekliyor?
- Evliliğe dair kültürel beklentileri nelerdir?

Müdahale Planı

- Müdahale planınızın klinik açıdan olduğu kadar kültürel açıdan da yeterli bilgiyi içerdiğinden ve konuya uygun olduğundan emin olunuz; yani plan sizin değil danışanın kültürel kimliğine ait değerleri ve dünya görüşlerini yansıtmalıdır.
- Müdahale planınızın, danışanın sistemindeki rahatsızlık verici koşulları içerecek şekilde (ama bununla sınırlı kalmaksızın) danışanın bireysel olduğu kadar sosyal sisteminin de gereksinimlerine ve etkilerine hitap ettiğinden emin olunuz.
- Müdahale planınızın, aile yapısı ve harici destek sistemleri gibi önemli alt sistemlerin ve kaynakların danışanın hayatında oynadığı rolün önemini göz önüne aldığından emin olunuz.

Müdahale Planı

- Müdahale planınızın, danışanın sağlığa ve iyileşmeye karşı olan bakış açısına ve problemleri çözme yöntemlerine hitap ettiğinden emin olunuz. Danışanın tinselliği bu bağlamda önemli bir rol oynayabilir.
- Müdahale planınızı yaparken danışanın kültürel etkileşim seviyesini, dil tercihini ve dile hâkimiyetini göz önünde bulundurun.
- Önerdiğiniz müdahalenin zamanca uzunluğunun, danışanın gereksinimlerine ve zaman perspektifine uygun olduğundan emin olunuz.

Olgu Sunumu: Angela

- ▶ Angela ruh halini daha iyi nasıl kontrol edeceğini öğrenmek için psikolojik danışma arayışında. Sınıftaki öğrencileri veya çocuklarıyla birlikteyken hiçbir sebep olmaksızın sıklıkla kontrolü elden kaçırdığını belirtiyor. PMS ve ara sıra uyuma zorluğu çekiyor. Her şeyden önce boşanmış olması ve ruh halindeki değişiklikler sebebiyle bir eş ve anne olarak kendini başarısız hissediyor. Kendisine ilişkin değerlendirmeleri temelde olumsuz.

Angela: Duygular

- ▶ Angela sık sık asabi, sinirli veya moralsiz hissediyor; bir şeyler yolunda gitmeyince kendisiyle ilgili pişmanlık duyuyor; yetersiz hissediyor; eski kocası tarafından terk edilmiş hissediyor.

Angela: Düşünceler

- ▶ Angela'nın pek çok olumsuz iç konuşması (self-talk) var; boşanmasının aslında kendi hatası olduğunu düşünüyor; ruh halini kontrol edemediği için kendini suçluyor; çocuklarına ihtiyaç duydukları ortamı sağlayamadığını düşünüyor.

Angela: Davranışlar

- Kendini üzgün hissedince Angela odasında inzivaya çekiliyor; duygularının faturasını çocukları ile öğrencilerinden çıkarıyor; ara sıra uyku problemi yaşıyor; sosyal ilişkiden kaçınıyor; düzenli olarak yaptığı dinlendirici ve eğlendirici etkinlikleri yok.

Angela: İlişkiler

- ▶ Angela kimseyle çıkılmıyor; kendisine destek olacak bir çevreye sahip olmadığı görünüyor; akrabalarıyla çok az teması var; başkalarından kaçmak için çocuklarını kullanıyor; bunaldığı zaman çocuklarını eski kocasının almasını istiyor.

Psikolojik Danışmanın Kuramsal Yapısı

- *Danışmanın kuramı. Kişi merkezli kuram ve varoluşçuluk ilkeleri ile birlikte danışman duygusal bir yaklaşımı tercih eder. Psikolojik danışman ayrıca, insan problemlerine ilişkin sistemik/etkileşimsel açıklamaları kabul eder.*

Psikolojik Danışma Deneyimi

- *Psikolojik danışmanın yaklaşık dört yıllık bir deneyimi vardır ve formel danışman hazırlama programını tamamladığından beri çeşitli eğitim çalışmalarına katılmıştır. Çeşitli derecede depresif danışanla çalışmıştır.*

Problemin Niteliği

- *Problemin niteliği. Angela'nın problemin, duygusal, bilişsel, davranışsal ve etkileşimsel boyutlarına ilave olarak tıbbi bir boyutu vardır. Şu anki endişesi, ruh halini nasıl daha iyi kontrol edeceğidir.*

Problemine Tipik Tepkiler

- *Problemine tipik tepkiler. Psikolojik danışman eğitimi ve deneyimi sayesinde bilir ki, kendilerini yetersiz hisseden danışanlar, savunma sistemlerini gözden geçirmek, ruh hallerinin ne tür sonuçlara yol açabileceğini belirleyerek ve alternatif ve daha kolaylaştırıcı davranış örüntüleri geliştireceklerdir.*

Amacın özelliği

- ▶ *Angela, psikolojik danışmada üç temel amaca ulaşmayı istemektedir (a) Görüşmedeki üç ay içerisinde kendisi hakkında dikkat çekici bir biçimde daha olumlu olmak. (b) Ruh haline PMS'nin belki de katkıda bulunduğu herhangi bir olumsuz etkiyi kontrol etmek ve (c) günlük etkinliklerinin ve ilişkilerinin anlamlı olduğunun daha fazla farkında olmak.*

Danışanın Özellikleri

- ▶ *Angela, kişisel ve sosyal bakımdan çok az etkin görünüyor. Angela, gereksinimleriyle ilgilenme sorumluluğunun kendisinden beklenmediği bir ailede yetiştirilmiş; sosyal desteği sağlamayı becerebilecek gibi görünmüyor ve yaşam dair gereksinimleri artmaya başlayınca çok çabuk bunalıyor. Evliliği süresince, kocası “onun moralini düzeltme” sorumluluğunu almış.*

Olgu: Vanessa

- ▶ Vanessa, 22 yaşında bir mankendir. Anne babası ve küçük kız kardeşi ile birlikte yaşıyor. Uzun süren tartışmalar sonunda, yardım aramasının esas nedeninin fazla ve çok hızlı yemek yedikten sonra kusmak olduğunu açıklamıştır. Manken olduğu için kilosunu kontrol altında tutmanın doğal bir yolu olarak başlayan şeyin, hemen hemen tamamen kontrol altına çıkmış bu örüntüye dönüştüğünü dile getiriyor. Mesleği mankenlik olmasına rağmen kendini genellikle itici olarak tanımlıyor. Anne babasının sürekli kendisini küçük kız kardeşiyle karşılaştırdıklarını hissediyor ve her zaman kardeşinin üstün çıktığını söylüyor. Bununla birlikte Vanessa, babasının kız kardeşine karşı kendisinden daha katı davrandığını da söylüyor. Kendisine dair olumlu herhangi bir şeyi anlatmada güçlük çekiyor. Artık küçük biri olmamasına rağmen, anne babasının üzerindeki denetimi ve katı kurallarına karşı hoşnutsuzluğunun gittikçe arttığını belirtiyor

Olgu: Vanessa


- **Temel Unsurlar**
- Duygusal :
- Bilişsel :
- Davranışsal :
- Etkileşimsel :
- Kültürel :
- **Seçilen strateji :**

Olgu: Vanessa

- ▶ Vanessa'nın probleminin eldeki bilgiyle tanımlanabilecek üç ana unsuru vardır: *duygusal* bir unsur (kendisine karşı olumsuz duygular); *davranışsal bir unsur* (fazla ve çok hızlı yemek yedikten sonra kusmak) ve *etkileşimsel bir sorun* (anne babasının hem onunla hem de kız kardeşiyle olan ilişkisinde ve onun kişisel algılarında oynadığı rol). Aynı zamanda *kültürel bir sorun vardır* (genç, kadın hırslı). Bu özelliklerin Vanessa'nın problemleriyle ilgisi nedir?

Alıştırma

- Kendi kendinize veya seçtiğiniz kişiyle, şu an hayatınızda yaşadığınız sorun veya problemlerden dört veya altı tanesi listeleyiniz. Her birinin bir *seçim sorunu mu yoksa değişim sorunu mu olduğunu saptayın. Unutmayın ki, seçim sorunları, içinde bir hareket tarzını izlemek için beceri ve fırsatlara sahip olduğunuz, ama gideceğiniz yön konusunda kararsız olduğunuz sorunlardır. Değişim sorunları ise, içinde yeni seçenekler veya davranışlar geliştirmeniz ya da var olanları değiştirmeniz gereken sorunlardır. Sonuç olarak, her bir soruna ilişkin seçimin veya değişimin sizin kontrolünüzde olup olmadığını ve tarafınızdan başlatılıp başlatılmayacağına dikkat ediniz. Eğer bunlar söz konusu değilse, yaşamınızda bu seçim veya değişimin bir parçası olan diğer kişileri belirleyiniz.*

- 
- Duygusal :
 - Bilişsel :
 - Davranışsal :
 - Etkileşimsel :
 - Psikolojik danışmanın kuramsal yapısı:
 - Psikolojik danışmanın niteliği:
 - Problemin niteliği:
 - Probleme tipik tepkiler:
 - Danışanın amaçları:
 - Danışanın özellikleri:
 - Seçilen strateji:

Psikolojik Danışma Sürecinin Aşamaları

BASAMAK 1: İlişki oluşturma



BASAMAK 2: Problemin belirlenmesi




BASAMAK 3: Amaç Oluşturma



BASAMAK 4: Psikolojik Danışma Müdahalesi



BASAMAK 5: Sonlandırma, Sevk, İzleme



Psikolojik Danışmada Sonlandırma Sevk ve izleme

Sonlandırma Aşaması

- Sıklıkla bir işin başlanması ve tamamlanması bireyler için güçtür. Anlamlı, verimli ve kalıcı bir sonlandırma gerçekleştirmek başarılı bir psikolojik danışma için gereklidir.
- Bu süreçte siz kendinizi nerede görüyorsunuz? Sizin için bir işin başlangıç mı yoksa bir işin sonlandırılması mı daha güçtür?
- Danışanın sonlandırma sürecinden kazancı ne olabilir?

Sonlandırmanın Kuramsal Belirleyicileri

- Psikolojik danışmanın kuramsal oryantasyonuna göre sonlandırma belirlenebilir.
 - Psikoanalitik analiz süreci devam eder.
 - Hümanistik danışanın kendisi karar vermelidir.
 - Çözüm odaklı yaklaşımda danışanın sunduğu güçlükler çözümlenirse danışma sona erebilir.
- Danışanla yaşanan profesyonel ilişkinin alışkanlığa dönmemesi, sosyal ilişki halini almaması beklenir.

Sonlandırmanın Pragmatik Belirleyicileri

- ▶ Danışan ve psikolojik danışman birlikte danışanın sona erdiğine karar verebilirler.
- ▶ Danışan kendisini daha iyi hissettiğinde
- ▶ Danışan danışmana daha direk, gerçekçi değerlendirmeleri olan ve daha sorumlu yaklaştığında.
- ▶ Danışanın yakınlarının danışanda olumlu değişimlerin olduğu tespit edildiğinde.

Danışanların Sonlandırdığı Durumlar

- ▶ Danışan psikolojik danışma ilişkisinden yarar sağlamadığında
- ▶ Danışanın mali gücü olmadığında
- ▶ Danışanın iş veya okulu sona erdiğinde
- ▶ Taşınmak gerektiğinde
- ▶ Yasal ve etik zorunlulukların olduğu durumlarda

Psikolojik Danışmanın Sonlandırılması

- ▶ Danışanın psikolojik danışmadan yeterince yarar sağladığını düşündüğünde
- ▶ Danışmanın danışana yardımcı olamadığını düşündüğü aşamada
- ▶ Danışmanın değerleri ile çatışma yaşandığı koşullarda

Erken (Premature) Sonlandırma

- Psikolojik danışmanın kendisi bir rahatsızlık yaşadığında
- Psikolojik Danışman problemi kavramsallaştırmada güçlük yaşadığında
- Psikolojik danışman problemi uygun bir biçimde kavramsallaştırabilir ancak bu problem ile çalışmak psikolojik danışman için zarara verici olduğu durumlarda

Bir Süreç Olarak Sonlandırma

- Danışanda değişimin belirlenmesi
- Sürecin özetlenmesi
- Değişimin genellenmesi
- İzleme çalışmasının planlanması

Sevk Süreci

- Sevk etmeye duyulan ihtiyaç
- Olası sevk kaynaklarının belirlenmesi
- Transfer sürecinin koordine edilmesi
- Danışanın sonlandırma süreci için hazırlanması
- Danışanı sevk ettiğiniz meslek insanı ile iletişim kurma

Sonlandırma Engelleri

- Danışanın sonlandırmada direnci
- Psikolojik danışmanın sonlandırmada direnci
- Psikolojik danışma ilişkisi danışan veya danışman için çekici olabilir. Bu ilişkinin sonlandırılması rahatsızlık verici olabilir.
- Danışan yeni problemler getirebilir
- Danışan daha önceki gelişim basamaklarına geri dönebilir
- Danışan hastalanabilir