

Psikoterapi Süreçlerinde Danışan ve Terapistlerin Seans Etkisi Açısından Karşılaştırılması

Sait Uluç
Hacettepe Üniversitesi

Burcu Korkmaz
Uludağ Üniversitesi

Gonca Soygüt Pekak
İstanbul Şehir Üniversitesi

Özet

Belirli bir psikoterapi seansındaki müdahalenin danışan üzerindeki etkisi hakkında bilgi sahibi olabilmek, terapi görüşmesinin faydalı, etkili ya da zarar verici olup olmadığını incelememize yardımcı olmaktadır. Ayrıca seansa yönelik değerlendirmelerde terapist ve danışan arasındaki uzlaşma düzeyi de, psikoterapi sürecinin planlanması ve değiştirilmesi konusundaki önemli kararları etkileyebilmektedir. Bu çalışmanın temel amacı seans etkisini terapist-danışan ikilisi bağlamında inceleyebilmektir. Bu doğrultuda sırasıyla a) Seans Değerlendirme Ölçeğinin psikometrik özelliklerini ve faktör yapısını incelemek, b) danışan ve terapistlerin seansların etkisi konusundaki uzlaşma düzeylerini değerlendirmek, c) danışan ve terapistler için seans etkisinin temel göstergesini keşfedebilmek hedeflenmiştir. Araştırmada 69 terapist ve 112 danışan yer almış ve analizler toplamda 810 seanstan elde edilen ölçümler üzerinden yürütülmüştür. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları, ölçeğin iki faktörlü yapısını desteklemiş ve alt boyutlar arasındaki güvenilirliğin oldukça yüksek olduğu gözlenmiştir (*Cronbach α = .87 - .92*). Aynı zamanda sonuçlar, tüm maddeler ve boyutlar için terapist ve danışanlar arasında anlamlı derecede uzlaşma olduğuna (*ICC Ort = .45*) işaret etmektedir. Ayrıca, çoklu grup analizleri sonuçları, terapist ve danışan modellerinin ölçeğin ikili faktör yapısı açısından örtüştüğünü göstermiştir. Hem terapist, hem de danışanlar için terapistdeki seans etkisinin temel göstergesinin ‘yumuşaklık’ boyutundan ziyade ‘derinlik’ boyutunun olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışma ile psikoterapi süreçlerini pek çok açıdan etkileyebilen ve oldukça önemli bir değişken olan ‘seans etkisi’ Türkiye örneklemindeki danışan-terapist ikilisi açısından ilk kez incelenmiştir.

Anahtar kelimeler: Terapist-danışan çiftleri, seans etkisi, psikoterapi

Abstract

Having knowledge about the impact of an intervention on a client in a specific psychotherapy session helps us to examine whether the process is helpful, effective or harmful. Also the agreement levels between therapist and client for the session assessment effect the important decisions respecting planning and changing the psychotherapy process. The main aim of this study is investigating the session impact in the context of therapist-client relationship. Accordingly, the targets of this study are a) examining the psychometric properties and factor structure of Session Evaluation Questionnaire, b) evaluating the agreement levels about session impact between therapists and clients, c) exploring the main indicator of session impact for clients and therapists. 69 therapists and 112 clients participated in the study and the analysis were conducted from the data which were obtained from 810 sessions. The results of exploratory factor analysis indicated that the binary factor structure of the questionnaire was supported and the reliability of the dimensions were quite high (*Cronbach α = .87 - .92*). At the same time, the results referred that there were a significant agreement between therapists and clients for all items and dimensions (*ICC Mean = .45*). Moreover, the results of multiple group analyses showed that the models of therapist and client were overlapped with each other in terms of the questionnaire’s binary structure. Rather than ‘smoothness’, the ‘depth’ dimension was the main indicator of the session impact for both therapists and clients. With this study, the ‘session impact’ which is an important and efficacious variable for psychotherapy processes was investigated for the first time in Turkey with therapist-client dyads.

Keywords: Client-therapist couples, session impact, psychotherapy

Yazışma Adresi: Doç. Dr. Sait Uluç, Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Beytepe Yerleşkesi, Ankara.

E-posta: psysait@gmail.com

Gönderim Tarihi: 12.06.2017

Kabul Tarihi: 30.08.2018

Psikoterapi araştırmaları, terapinin etkili olup olmadığı sorusuna yanıt arayan sonuç araştırmalarından başlanarak, terapinin nasıl etkili olduğu sorusuna odaklanan süreç araştırmalarına uzanan bir tarihçeye dayalı ve oldukça tartışmalı bir alanyazın arka planına sahiptir. Bu alanın gelişiminin ilk adımı olan psikoterapi sonuç araştırmalarının geçmişi, 1950’li yıllara kadar uzanmakta ve bu yıllardan günümüze kadar üç nesil altında tanımlanmaktadır. İlk nesil psikoterapi araştırmaları terapötik müdahalelerin bir bütün olarak kişilik üzerinde değişiklik yaratma konusunda etkili olup olmadığını belirlemeyi amaçlamıştır (Goldfried ve Wolfe, 1998; Snyder, 1950). İzleyen on yıl içinde ortaya çıkan ikinci nesil araştırmalarda ise iyi tanımlanmış tedavi paketlerinin özgün sorunlar üzerinde ne ölçüde etkili olduğunun değerlendirilmesi hedeflenmiştir. Günümüzde etkisini sürdüren üçüncü nesil psikoterapi araştırmaları ise 1980’lerde ortaya çıkmıştır. Üçüncü nesil çalışmaları, oldukça gelişmiş yöntemler kullanarak farklı terapi yaklaşımlarını etkililik düzeyleri açısından birbirleriyle karşılaştırmayı hedeflemektedir. Alanyazında özellikle Seçkisizleştirilmiş Kontrollü Tedaviler (Randomized Controlled Trials) olarak tasarlanan ve isimlendirilen bu çalışmalar, beraberinde pek çok eleştiriye de getirmiştir. Bu tür sonuç araştırmaları aracılığıyla psikoterapötik müdahalelerin etkili olduğunu gösterebilmek açısından yöntemsel olarak oldukça önemli bir yol kat edilmiştir. Etkililik analizleri, plasebo ve kontrol gruplarının kullanımı ve gruplara seçkisiz atama gibi prosedürlerin araştırma desenleri içinde yer bulması bu döneme ait yöntemsel gelişmelere örnek olarak verilebilir. Öte yandan, üçüncü döneme getirilen en önemli eleştiri psikoterapinin “nasıl” etkili olduğuna yönelik temel sorudan oldukça uzaklaşılmış olmasındır. Bu durum psikoterapi araştırmaları alanında son yıllarda yaşanan krizlerin temel nedenlerinden biri olarak kabul edilebilir.

Psikoterapiyi sadece standart bir tedavi biçimi olarak tanımlamak oldukça yetersiz bir girişim olacaktır. Bireysel psikoterapi her şeyden önce iki insan arasındaki sıra dışı bir buluşmadır. Her seans terapist ve hasta arasındaki etkileşimlerle tanımlanabilecek özgün bir içeriğe sahiptir. Sonuç araştırmaları çok sayıda görüşmeden oluşan bir psikoterapi sürecinin sonundaki değişim düzeyinin belirlenmesine odaklanmaktadır. Bir diğer ifadeyle, sonuç araştırmalarından elde edilen bulgular bir seri heterojen görüşme dizisinin sonunda elde edildiğinden toplam etkinin bir göstergesidir (Stiles, 1980). Bu nedenle, sonuç araştırmalarından elde edilen bulgular psikoterapinin genel olarak yarar sağlayıp sağlamadığına işaret etmekle birlikte belirli bir seanstaki özgün bir müdahalenin danışan üzerindeki etkisi hakkında doğrudan fikir yürütme olanağı sağlayamamaktadır (Laurenceau, Hayes ve Feldman, 2007). Günümüzde çoğu

klinisyen ve araştırmacı ‘psikoterapinin işe yaradığı’ konusunda hemfikir olsa da, süreç araştırmalarının yanıt aradığı psikoterapinin hangi mekanizma aracılığıyla etki yarattığı konusu halen açıklığa kavuşmamıştır. Terapötik kararların verildiği anlar, yani terapist ve danışanın anlık değişimleri, terapi sonuçlarını belirleyen en önemli değişkenler arasında kabul edilmektedir (Stiles, 1980). Psikoterapi süreç araştırmalarının temel odak noktası değişim açısından bilgi verebilecek bu seans içi göstergeler olmuştur. Erken dönem süreç araştırmalarında işitsel kayıtların içerik analizi aracılığıyla terapist ve danışanların sözel ve sessel ifadelerindeki değişimler gibi seans içi davranışların tanımlanması ve kodlanması hedeflenmiştir (örn., Kiesler, 1971; Rice ve Kerr, 1986). Seksenlerin ortasından sonra ise araştırmacıların odağı seans içi davranışları tanımlama çabasının ötesinde bu seans içi davranışlar ile terapötik ittifak gibi danışanın terapi sonundaki değişim düzeyini etkileyen değişkenler arasındaki ilişkilere yoğunlaşmıştır (Greenberg, 2002; Greenberg ve Paivio, 1997; Greenberg ve Pinsof, 1986; Safran ve Muran, 1996; Safran ve Muran, 2000,). Seans etkisi ile terapötik ittifak arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok çalışma, süreç araştırmalarının konusu olmuştur (Ackerman, Hilsenroth, Baity ve Blagys, 2000; Mallinckrodt, Porter ve Kivlighan, 2005; Raue, Goldfried ve Barkham, 1997; Svensson ve Hansson, 1999).

Tedavi sonunda ortaya çıkan birikimli etkinin değerlendirilmesine ya da seans içi davranışların kapsamlı analizine ek ve/veya alternatif olarak ortaya atılan bir diğer yaklaşım biçimi de belli bir seansın danışan üzerinde kısa erimde bıraktığı etkilerin (session impact) değerlendirilmesidir (Mallinckrodt, 1994; Orlinsky ve Howard, 1967; Stiles, 1980,). Psikoterapi seanslarının etkisini sistematik şekilde izlemek, danışan ve terapistlerin terapi görüşmesinin faydalı, etkili ya da zarar verici olup olmadığını keşfetmesinde yardımcı olabilmektedir (Hafkenschheid, 2009). “Seans etkisi” görüşmenin hemen ardından gözlenen, terapist ve danışanın seansa ilişkin öznel yorumlarını, değerlendirmelerini ve seans sonrası duygu durum değişimlerini ifade etmektedir (Stiles, 1980). Stiles, Reynolds, Hardy ve Shapiro’ya (1994) göre danışanın seansa yönelik öznel tepkileri (seans etkisi) seans içi deneyimlerle tedavi sonundaki değişim arasındaki köprüyü oluştırmaktadır (Stiles ve Snow, 1984a, 1984b). Bu nedenle, seans etkisi süreç araştırmaları ile sonuç araştırmaları arasında varlığına ihtiyaç duyulan aracı etkiyi yaratma kapasitesi açısından büyük önem taşımaktadır (Mallinckrodt, 1993). Diğer bir deyişle psikoterapi seanslarının uzun süreli birikimli etkisinden çok, seansın anlık etkisinin incelendiği bu bakış açısı, psikoterapideki süreç-sonuç bağlamına mikro düzeyde bir inceleme olanağı sağlamaktadır (Friedlander, Thibodeau ve Ward, 1985). Her ne kadar pek çok seansın etkisi danışanların

hayatında önemli değişimler yaratabiliyor olsa da, psikoterapinin kişi açısından kalıcı faydaları seansların artık etkilerinden kaynaklanmaktadır. Bu görüşlerle tutarlı olarak, Stiles ve Snow (1984b)'un elde ettikleri bulgulara göre, psikoterapi çalışmaları süreç-etki-sonuç zinciri bağlamında ele alınabilir.

Stiles (1980) tarafından geliştirilen Seans Değerlendirme Ölçeği (Session Evaluation Questionnaire, SEQ) seans etkisine odaklanan çalışmalarda en sık kullanılan ölçüm aracıdır. Elliott ve Wexler (1994) tarafından geliştirilen Seans Etkisi Ölçeği (Session Impacts Scale, SIS) ise ikinci sırayı almaktadır. Seans Değerlendirme Ölçeğinin psikometrik özellikleri ve faktör yapısı farklı çalışmalarda incelenmiştir. Hem Amerika (Stiles ve Snow, 1984), hem de İngiltere (Stiles ve ark., 1994) örneklemeleri ile yürütülen faktör analizi çalışmaları, ölçeğin seans değerlendirme boyutlarının 'derinlik' ve 'yumuşaklık' olmak üzere iki faktörlü yapısını destekler sonuçlar vermiştir. Derinlik, seansın kendi değerinin ve gücünün değerlendirildiği daha çok görev odaklı bir boyut olarak kabul edilebilir. Yumuşaklık ise danışan ya da terapistin öznel olarak hissettiği güveni, hoşnutluğu ve rahatlığı yansıtmaktadır. Dolayısıyla derinlik ve yumuşaklık boyutları, seansa yönelik olumlu değerlendirmenin farklı türlerini ifade etmektedir. Örneğin, 'iyi' seanslar terapistler için daha derin, danışanlar için daha yumuşak seanslar iken; kötü seanslar yüzeysel ve sert olarak tanımlanmıştır (Friedlander ve ark. 1985). Psikoterapi seanslarını daha da derinlemesine inceleyen bir başka çalışmaya göre, danışanın sorunlu ilişkilerinin konuşulduğu açılımlı seanslar daha 'derin ve sert'; danışanın bilişsel ve davranışsal becerilerinin geliştirilmesi üzerinde çalışılan ve daha yönlendirilmiş seanslar ise daha 'yumuşak' olarak değerlendirilmiştir (Stiles, Shapiro ve Firth-Cozens, 1988). Her ne kadar seansın danışan üzerindeki etkisi üzerinde daha çok durulan nokta olsa da, danışan-terapist çiftinin seans etkisi konusunda uzlaşmaya sahip olup olmadığı da oldukça önemlidir. Çünkü terapist, kendi değerlendirmelerinin seansın gerçekteki etkisinin yordayıcısı olduğunu varsayarak tedavi planlarını oluşturabilir ya da değiştirebilir. Eğer bu değerlendirmeler danışanın değerlendirmeleri ile örtüşmüyorsa terapistin bunu fark edebilmesi oldukça önemlidir (Stiles ve Snow, 1984a). Dill-Standiford, Stiles ve Rorer (1988) de bu görüşle tutarlı olarak, psikoterapist ve danışanların uzlaşısının önemli olduğunu ve bu ikilinin terapide benimseyeceği strateji ve hedeflerin birbirlerini ne kadar anladıklarına bağlı olabileceğini bildirmişlerdir. Diğer yandan seans etkisi ölçüm aracına yüksek puan veren danışanların psikoterapistlerinin özellikleri incelendiğinde, psikoterapistlerin daha arkadaş canlısı, daha bireysel ve daha etkin oldukları gözlenmiştir (Elliott ve Wexler, 1994). Bu bilgiler, klinisyenlere psikoterapi uygulamaları konusunda yol gösterici bir rehber niteli-

ği taşıyabilir. Seans etkisinin terapiye devam etmeyi ya da yarıda bırakmayı yordadığını gösteren çalışmalar da, psikoterapistlere önemli bilgiler sunmuştur. Örneğin Tryon (1990), danışanların ilk seansları daha derin, değerli, özel, güçlü ve dolu algılamalarının, yani seansı daha derin bulmalarının terapiye devam etme olasılığını arttırdığını; kolay, hoş, yumuşak ve rahat olarak deneyimlemelerinin, yani seansı yumuşak bulmalarının ise terapiye devam etme ile ilişkili olmadığını göstermiştir. Benzer ve ilginç şekilde bir başka çalışmada, danışanların ilk seansı yüksek düzeyde yumuşak bulmalarının terapiyi yarıda bırakma olasılıklarını arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Nash ve Garske, 1988'den aktaran Tryon, 1990). Bu bulgularla tutarlı olarak, danışanların bildirdikleri derinlik puanları arttıkça, terapiden olumlu sonuç alma olasılıkları da artmakta, derinlik puanları azaldıkça da terapiyi yarıda bırakma olasılıkları artmaktadır; ancak yumuşaklık faktörünün terapiyi yarıda bırakan ya da iyi sonuç alan bireyler arasında farklılaşmadığı görülmüştür. Ancak terapistler açısından ise psikoterapi sonucunun belirleyicisinin yumuşaklık faktörü olduğu bulgulanmıştır (Samstag, Battchelder, Muran, Safran ve Winston, 1998). Tüm bu bulgular, hem psikoterapi sürecinin başlangıcında, hem süreci içerisinde, hem de terapi sonuçları üzerinde terapi seanslarının etkisinin ve aracı rolünün değerlendirilmesinin önemine dikkatleri çekmektedir.

Özgün dili İngilizce olan Seans Değerlendirme Ölçeği, Çinceye, Almancaya, Fransızcaya, Yunancaya ve Flemenceye çevrilmiştir ve alanyazında sıklıkla kullanılmaktadır. Yeni yerel ölçüm araçlarının geliştirilmesinden ziyade var olan araçların uyarlanması, kültürlerarası karşılaştırmalar yapmaya olanak sağlamak ve klinisyenler ile araştırmacılar arasında iletişimi sağlamaya yardımcı olmaktadır (Hafkenscheid, 2009). Ülkemizde ise bu ölçeğin psikometrik özelliklerini inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ek olarak, Seans Değerlendirme Ölçeği'nin genel tedavi sonuçları (Malinckrodt, 1993; Stiles ve ark., 1990), danışanların kişilik özellikleri (Kivlighan & Angelone, 1991), terapistin eğitimi (Kivlighan, 1989), terapistin teknik yaklaşımı ve eğilimleri (Hill, Helms, Spiegel, & Tichenor, 1988; Hill ve ark., 1988) gibi pek çok terapi değişkeniyle olan ilişkisi çalışılmıştır. Araştırmaların işaret ettiği olduğu ortak nokta seans etkisinin psikoterapi araştırmalarında mutlaka göz önünde bulundurulması gereken önemli bir değişken olduğu yönündedir. Bu doğrultuda çalışmanın temel amacı seans etkisini terapist-danışan ikilisi bağlamında kapsamlı olarak inceleyebilmektir. Bu amaç doğrultusunda, ilk olarak Seans Değerlendirme Ölçeği'nin faktör yapısı ve psikometrik özellikleri danışan-terapist ikilisi açısından incelenmiştir. İkinci aşamada danışan ve terapistlerin seans kalitesi üzerindeki farklılaşma ve uzlaşma düzeyleri hesaplanmıştır ve danışan-terapist

örüntülerinin ne ölçüde farklılaştığı çoklu grup analizi aracılığıyla ele alınmıştır. Son aşamada ise farklı düzeydeki DERİNLİK ve YUMUŞAKLIK kombinasyonları ve terapist ya da danışan tarafından algılanan genel seans kalitesi arasındaki ilişki değerlendirilmiştir.

Yöntem

Katılımcılar

Araştırmanın terapist örneklemini, Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans ve Doktora eğitimine devam eden, kuramsal eğitimin ardından süpervizyon altında psikoterapi uygulamalarını gerçekleştiren lisansüstü öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmada yer alan terapistlerin uygulama alanında çalışma sürelerinin yaklaşık ortalaması 2 yıldır (En az: 1 yıl; En fazla: 8 yıl, Ranj: 7 yıl; Ort.: 1,8 yıl; S: 1.31 yıl). Her bir terapist ortalama olarak 1.6 danışan takip etmiştir. Tüm terapistler, her seansın sonunda alanında uzman psikoterapistler tarafından süpervizyon almışlardır. Psikoterapiler genel olarak Bilişsel-Davranışçı Terapi ve Şema Terapi kapsamında, Hacettepe Üniversitesi Psikoterapi Araştırmaları Laboratuvarı'nda (HÜPAL) sürdürülmüştür. Bu araştırmada 6'sı erkek, 63'ü kadın olmak üzere, toplamda 69 terapist yer almıştır. Terapistlerin yaşlarının ortalaması 25.29'dur.

Çalışmada yer almayı gönüllülük esasına bağlı olarak kabul eden ve HÜPAL'e psikoterapi desteği almak üzere başvuran bireyler, çalışmanın danışan örneklemini oluşturmaktadır. Danışan örnekleminde %75'i kadın, %25'i erkek olmak üzere toplamda 112 katılımcı yer almaktadır. Danışan örnekleminin yaş ortalaması ise 24.72'dir. Bu araştırma kapsamında psikotik belirtilerin varlığı dışlama kriteri olarak belirlenmiştir. Çalışmada yer alan katılımcılar genel olarak belirleyici, depresyon, kişilik bozuklukları belirtileri ile kişilerarası ilişki sorunları sebebiyle psikoterapi sürecine başvurmuşlardır.

Veri Toplama Araçları

Seans Değerlendirme Ölçeği-Sıfatlar Formu (SDÖ-SF). Seans Değerlendirme Ölçeği-Sıfatlar Formu (SDÖ-SF), hem danışan hem de terapist tarafından her seansın hemen sonrasında doldurulan, seansın etkisini ölçmeyi hedefleyen bir kağıt-kalem ölçüm aracıdır. SDÖ'nün ilk kısmı seansı değerlendirmeyi (12 maddelik sıfatlar formu) ve ikinci kısmı seans sonrası duyguları (10 madde) değerlendirmeyi amaçlayan iki ayrı bölümü bulunmaktadır. Dünya genelindeki psikoterapi araştırmalarına yönelik alanyazın incelendiğinde, araştırmacıların sıklıkla seansın değerlendirildiği 'sıfatlar formunu' kullandığı ve seans etkisinin çoğunlukla bu form aracılığıyla ölçüldüğü dikkatleri çekmektedir. Bu doğrultuda, bu araştırmada da seans etkisinin göstergesi olarak seans değerlendirme ölçeğinin sıfatlar formunun psikometrik

özelliklerinin değerlendirilmesi hedeflenmiş ve Seans Değerlendirme Ölçeği-Sıfatlar Formu (SDÖ-SF) olarak kullanılmıştır.

Seans Değerlendirme Ölçeği-Sıfatlar Formu, 12 maddeden oluşan ve terapist ile danışan tarafından doldurularak seansın etkisini değerlendirmeyi hedefleyen, Stiles (1980) tarafından geliştirilen bir öz bildirim ölçeğidir. Katılımcılardan her bir maddeyi 7'li bir Likert üzerinde 'bugünkü görüşme hakkında nasıl hissettiğinizi uygun sayıyı yuvarlak içine alarak belirtiniz. Bu seans:' yönergesi bağlamında işaretlemeleri beklenmektedir. Ölçeğe ait maddeler; kötüydü-iyiydi, tehlikeliydi-güvenliydi, zordu-kolaydı, anlamsızdı-anlamlıydı, yüzeyseldi-derindi, gergindi-dingindi, nahoştdu-hoştdu, boştu-doluydu, etkisizdi-etkiliydi, sıradandı-özeldi, acıydı-yumuşaktı ve rahatsızdı-rahattı şeklindedir. Bu ölçek, her seansın sonunda terapist tarafından danışana verilmekte ve danışandan seansın etkisini yukarıda belirtilen sıfatlar bağlamında değerlendirmesi istenmektedir. Benzer şekilde terapist de yürütmüş olduğu seansın sonunda seans ölçeğini doldurmaktadır. Böylelikle, aynı seansın hem terapist hem de danışan tarafından birbirlerinden bağımsız olarak değerlendirilmesi hedeflenmektedir. Terapist, danışana ölçeği verirken danışanın ölçeğe vermiş olduğu yanıtlara bakmayacağı ve yanıtları kapalı bir zarf içerisinde araştırmacıya teslim edeceği bilgisini de sunmaktadır. Buradaki amaç objektif bir değerlendirme sağlamak, terapistin vereceği yanıtları ve danışana yönelik tutumunu etkilememektir. Ölçek maddelerine verilen yüksek puanlar, seans etkisinin olumlu yönde artışına işaret etmektedir. Çalışmalar, aracın iç tutarlılığının (Cronbach alfa) alt boyutları için .78 ile .93 arasında değiştiğine (Stiles & Snow, 1984a) ve iki faktörlü yapının (derinlik ve yumuşaklık) desteklendiğine işaret etmektedir. SDÖ-SF, Soygüt (2003-2006) tarafından yürütülen HÜBAB 03G009 Numaralı "Kısa Süreli Bilişsel Davranışçı Psikoterapide Terapötik İttifak ve Terapötik İttifakta Bozulma Olgularının İncelenmesi" başlıklı H.Ü. Altyapı Geliştirme Projesi kapsamında pek çok ölçüm aracı ile birlikte, proje ekibi tarafından Türkçeye kazandırılmıştır. Seans Etkisi Ölçeği, Hacettepe Üniversitesi Psikoterapi Araştırmaları Laboratuvarında (HÜPAL) 2005 yılından beri psikoterapi süreç araştırmalarında kullanılmaktadır.

İşlem

Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Lisansüstü Programı'nda yer alan yüksek lisans ve doktora programı öğrencileri, psikoterapi becerilerini geliştirebilmek adına süpervizyon altında uygulamalar yapmakta ve HÜPAL'de yürütülen çalışmalara destek vermektedirler. Bu bağlamda terapistler ve yönlendirilen danışanlar araştırmacılar tarafından gizlilik, gönüllülük ve ano-

nimlik ilkesi doğrultusunda hazırlanan bilgilendirilmiş onam formlarını imzalamışlardır. Ardından katılımcılara demografik bilgi formunun ve bazı psikolojik tarama araçlarının yanı sıra, 3. seanstan itibaren her görüşme sonrasında SDÖ-SF verilmiştir. Her bir seansın ardından puanlanmış olan ölçüm araçları, katılımcıların birbirlerinin yanıtlarına kör bırakılması amacıyla kapalı zarflar içerisinde araştırma ekibine teslim edilmesi sağlanmıştır.

Bu çalışma kapsamında ise, katılımcıların dahil oldukları psikoterapi süreçlerine ait 3. ile 12. seans arasında kapsayan 10 seanslık kesite ait ölçümlerin ortalaması kullanılmıştır. Çalışmada toplam 112 terapist-danışan çiftinin yer aldığı göz önünde bulundurulduğunda ölçek havuzunda 1120 görüşmeye ait 1120 adet seans etkisi ölçümü bulunması gerekmektedir. Ancak, ölçüm aracının uygulanmasındaki veya veri tabanına aktarılmasındaki bazı aksaklıklar, terapi sürecinin 12. seanstan önce tamamlanmış olması ya da terapinin yarıda bırakılması gibi nedenlerle kayıp veriler ortaya çıktığından toplamda 810 seansa ilişkin veriler analizlere dahil edilmiştir. Her bir terapist-danışan çifti için ortalama seans sayısı ise 7.2'dir. Alanyazında SDÖ-SF'nin bir dizi psikoterapi seansında uygulandığı araştırmaların bir kısmında, seanslar arası puan ortalamalarının alındığı dikkatleri çekmektedir (örn. Reynolds, Taylors ve Shapiro, 1993;

Muran ve ark., 2009). Bu doğrultuda SDÖ-SF'nin psikometrik özelliklerini inceleyebilmek amacıyla, 10 seanslık kesite ait puan ortalamaları, hem terapist hem de danışan örneklemleri için hesaplanmış ve analizler bu puan ortalamaları üzerinden yürütülmüştür.

Bulgular

Bu çalışma kapsamında SDÖ-SF'nin faktör yapısının incelenmesi için terapistlerin ve danışanların her bir maddeyle ilişkin süreç puan ortalamaları alınmış ve açımlayıcı faktör analizi bu puan ortalamaları üzerinden iki örnekleme için ayrı ayrı yürütülmüştür. Öncelikli olarak veri gruplarının temel birleşenler analizine uygun olup olmadığı değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, araştırmanın hem danışan, hem de terapist örneklemlerinin yeterli olduğuna (sırasıyla KMO (Danışan) = 0.872, KMO (Terapist) = 0.866) ve küresellik varsayımının karşılandığına (sırasıyla $\chi^2(66) = 1108,928, p < 0.001$; $\chi^2(66) = 1113.380, p < 0.001$) işaret etmektedir. İzleyen aşamada varimaks döndürme tekniği kullanılarak Temel Birleşenler Analizi yöntemi ile faktör çözümü yapılmıştır. Stiles ve arkadaşları (1994), 'kötüydü-iyiydi' maddesini analizlere dahil etse de, bu maddenin seans etkisini puanlarken 'aşırı kapsayıcı' olabileceğinden

Tablo 1. SDÖ-SF'nin Danışan ve Terapist Örneklemleri İçin Faktör Yapıları

| | Danışan Örneklemleri | | | | Terapist Örneklemleri | | | |
|-------------------------------------|----------------------|------------|---------------|------------|-----------------------|------------|---------------|------------|
| | Stiles, 1980* | | Stiles, 1980* | | Stiles, 1980* | | Stiles, 1980* | |
| | Derinlik | Yumuşaklık | Derinlik | Yumuşaklık | Derinlik | Yumuşaklık | Derinlik | Yumuşaklık |
| Boştu/Dolu | .89 | .28 | .78 | .08 | .85 | .22 | .83 | .15 |
| Etkisizdi/Etkiliydi | .88 | .21 | .78 | .08 | .82 | .27 | .77 | .09 |
| Yüzeyseldi/Derindi | .83 | -.14 | .70 | -.20 | .87 | .13 | .77 | -.13 |
| Sıradandı/Özeldi | .83 | -.01 | .81 | -.10 | .83 | .10 | .83 | -.02 |
| Anlamsızdı/Anlamlıydı | .80 | .29 | - | - | .87 | .24 | - | - |
| Nahoştı/Hoştı | .61 | .60 | .05 | .91 | .45 | .78 | .35 | .73 |
| Acıttıydı/Yumuşaktı | .06 | .89 | -.03 | .92 | -.14 | .87 | .14 | .78 |
| Gergindi/Dingindi | -.10 | .81 | .54 | -.40 | .31 | .82 | .65 | -.31 |
| Zordu/Kolaydı | .15 | .80 | -.17 | .83 | .15 | .82 | -.14 | .84 |
| Rahatsızdı/Rahattı | .49 | .75 | - | - | .39 | .64 | - | - |
| DİĞER MADDELER | | | | | | | | |
| Kötüydü/İyiydi | .77 | .41 | .72 | .27 | .63 | .57 | .79 | .28 |
| Tehlikeliydi/Güvenliydi | .43 | .57 | .02 | .73 | .53 | .60 | -.20 | .71 |
| Açıklanan Varyans | %41.70 | %30.92 | %33.2 | %27.8 | %39.58 | %33.36 | %39.2 | %23.3 |
| Özdeğer | 6.39 | 2.33 | | | 6.73 | 2.02 | | |
| Cronbach-α | .91 | .87 | | | .92 | .88 | | |

Not. *Stiles (1980)'in SDÖ-SF'nin faktör yapısını test ettiği orijinal çalışmaya ait faktör yükleri. Anlamsızdı-anlamlıydı ve Rahatsızdı-rahattı maddeleri, SDÖ-SF'nin ilk formlarında yer almamaktadır. Bu çalışmada ise SDÖ-SF'nin güncel formu kullanılmaktadır.

Tablo 2. SDÖ-SF'nin Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

| | Danışan-Yumuşaklık | Terapist-Derinlik | Terapist-Yumuşaklık |
|---------------------|--------------------|-------------------|---------------------|
| Danışan-Derinlik | .41** | .29* | .31* |
| Danışan-Yumuşaklık | - | .01 | .54** |
| Terapist-Derinlik | - | - | .48** |
| Terapist-Yumuşaklık | - | - | - |

Not. * $p < .001$, ** $p < .01$

ve daha çok 'global bir seans değerlendirmesi' sunmasından ötürü, alt boyutlar arasında anlamlı şekilde ayrışmayan 'tehlikeliydi-güvenliydi' maddesiyle birlikte çalışmalarında 'Diğer' boyutu altında incelemişlerdir. Bu çalışmada da araştırmacıların izlemiş oldukları bu yöntem takip edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur.

Elde edilen bulgulara göre danışan örneklemini varyansın %72.62'sini açıklarken, terapist örneklemini ise benzer şekilde %72.94'ünü açıklamaktadır. Sonuçlar, Stilles'in 1980, 1984 ve 1994 çalışmaları ile tutarlı olarak ölçeğin 2 faktörlü yapısını desteklemiş ve faktör yükleri, açıklanan varyans ve güvenilirlik katsayıları açısından ölçeğin psikometrik özelliklerinin iyi düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Analiz sonuçları temel alınarak oluşturulan boyutların birbirleriyle olan ilişkileri Tablo 2'de sunulmuştur.

Çalışmanın ikinci aşamasında terapist ve danışan çiftlerinin katılmış oldukları seansı değerlendirirken ne

ölçüde benzer ya da farklı izlenimler bildirdiklerini değerlendirmek için gruplar arası anlamlı farklar varyans analiziyle ve çift üyelerinin uzlaşım düzeyi sınıf için korelasyon katsayısı (ICC) aracılığıyla hesaplanmıştır. İkinci olarak, elde edilen Seans Etkisi Modelinin Terapist ve Danışanlara ne ölçüde iyi uyum gösterdiği çoklu grup analizi yöntemiyle değerlendirilmiştir. Son aşamada ise 'etkili' seansın temel göstergesinin hem terapist, hem de danışanlar açısından SDÖ'nün hangi boyutunun olduğu incelenmiştir.

SDÖ-SF'de yer alan her bir madde için Terapist ve Danışan Ortalamaları, Standart Sapma değerleri ve Puan Aralıkları Tablo 3'te sunulmuştur. Terapist ve danışan grupları arasında madde puanları açısından anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirleyebilmek için tek yönlü Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA) uygulanmıştır (Wilks' $\lambda = 0.824$, $F_{(12-211)} = 3,764$, $p < .000$). Anlamlı farklara ilişkin F testi sonuçları Tablo 3'te aktarılmıştır.

Tablo 3. SDÖ-SF'nin Psikometrik Özellikleri

| Madde | Terapist (N: 112) | | | Danışan (N:112) | | | F ₍₁₋₂₂₃₎ | P |
|--------------------------------|-------------------|------|------|-----------------|------|------|----------------------|-------------|
| | Ortalama | SS | Ranj | Ortalama | SS | Ranj | | |
| Kötüydü/İyi | 5,50 | ,88 | 5,00 | 6,14 | 1,02 | 6,00 | 25,25 | ,000 |
| Tehlikeliydi/Güvenliydi | 5,73 | ,97 | 4,00 | 5,97 | 1,15 | 4,67 | 2,76 | ,098 |
| Zordu/Kolaydı | 4,43 | 1,18 | 6,00 | 4,54 | 1,34 | 6,00 | 0,39 | ,534 |
| Anlamsızdı/Anlamlıydı | 5,29 | ,97 | 4,00 | 5,84 | 1,24 | 6,00 | 13,71 | ,000 |
| Yüzeyseldi/Derindi | 4,86 | ,88 | 4,40 | 5,37 | 1,18 | 6,00 | 13,46 | ,000 |
| Gergindi/Dingindi | 5,20 | 1,02 | 5,00 | 5,06 | 1,27 | 5,33 | 0,79 | ,375 |
| Nahoştu/Hoştu | 5,34 | ,93 | 4,00 | 5,71 | 1,10 | 6,00 | 7,78 | ,006 |
| Boştu/Doluydu | 5,40 | ,83 | 4,00 | 5,90 | 1,07 | 6,00 | 14,87 | ,000 |
| Etkisizdi/Etkiliydi | 5,19 | ,89 | 5,00 | 5,82 | 1,15 | 6,00 | 21,16 | ,000 |
| Sıradandı/Özeldi | 5,05 | ,99 | 4,17 | 5,32 | 1,22 | 6,00 | 3,47 | ,064 |
| Acıtcıydı/Yumuşaktı | 5,09 | 1,11 | 5,00 | 4,90 | 1,31 | 6,00 | 1,36 | ,245 |
| Rahatsızdı/Rahattı | 5,01 | 1,23 | 6,00 | 5,45 | 1,22 | 6,00 | 7,31 | ,007 |

Not. SS: Standart Sapma.

Tablo 4. 3., 7. ve 12. Seanslara Ait Terapist ve Danışanlara Yönelik Madde Puan Ortalamaları

| | 3. Seans | | 7. Seans | | 12. Seans | |
|--------------------------------|----------|---------|----------|---------|-----------|---------|
| | Terapist | Danışan | Terapist | Danışan | Terapist | Danışan |
| Kötüydü/İyi | 5.03 | 5.99 | 5.63 | 6.10 | 5.59 | 6.17 |
| Tehlikeliydi/Güvenliydi | 5.77 | 5.80 | 5.59 | 6.12 | 5.54 | 5.97 |
| Zordu/Kolaydı | 4.19 | 4.13 | 4.78 | 4.71 | 4.48 | 4.48 |
| Anlamsızdı/Anlamlıydı | 5.34 | 5.52 | 5.36 | 6.01 | 5.50 | 6.21 |
| Yüzeyseldi/Derindi | 4.63 | 5.11 | 4.99 | 5.43 | 5.26 | 5.67 |
| Gergindi/Dingindi | 5.20 | 4.65 | 5.29 | 5.22 | 5.28 | 5.14 |
| Nahoştı/Hoştı | 5.19 | 5.47 | 5.43 | 5.64 | 5.36 | 5.67 |
| Boştu/Dolu | 5.39 | 5.35 | 5.34 | 6.10 | 5.53 | 6.12 |
| Etkisizdi/Etkiliydi | 5.04 | 5.48 | 5.39 | 6.17 | 5.40 | 6.17 |
| Sıradandı/Özeldi | 4.87 | 4.89 | 5.05 | 5.64 | 5.28 | 5.67 |
| Acıtcıydı/Yumuşaktı | 5.02 | 4.82 | 5.03 | 4.94 | 4.81 | 4.67 |
| Rahatsızdı/Rahattı | 4.97 | 5.00 | 5.24 | 5.46 | 5.21 | 5.47 |

Analiz sonuçları hem terapist ve hem de danışan gruplarının Seans Etkisini olumlu yönde (4 puan ve üzeri) değerlendirme eğiliminde olduğuna işaret etmiştir. Anlamlı fark gösteren maddeler için hasta grubunun terapistlere göre katılmış oldukları seansı daha dolu, anlamlı, etkili ve derin algılama eğiliminde oldukları gözlenmiştir. Ek olarak, danışan grubunun seansları genel olarak daha iyi, hoş ve rahat olarak algıladığı belirlenmiştir.

Psikoterapi süreci ilerledikçe, seans etkisini ölçmeyi hedefleyen maddelerin nasıl bir değişim gösterdiği de bu çalışma kapsamında incelenmiştir. Bu amaçla, 3., 7. ve 12. seanslardaki ölçümlerde hem terapistlerin hem de danışanların puan ortalamaları hesaplanmış ve Tablo 4'te sunulmuştur. Sonuçlar, en düşük ortalama puanların yumuşaklık alt boyutunda yer alan 'zordu-kolaydı' ve 'acıtcıydı-yumuşaktı' maddelerinden elde edildiğini göstermektedir. Diğer yandan, hem terapist hem de danışan örnekleminin ölçüğün her bir maddesinden almış oldukları puanlarının başlangıç-orta-son seanslar arasında genel anlamda sabit bir örüntü izlediği de gözlenebilmektedir.

Seans Etkisi Açısından Terapist ve Danışanların Uzlaşım Düzeyi

Terapist ve danışanların Seans Etkisi düzeyi, her bir madde ve alt boyut (DERİNLİK ve YUMUŞAKLIK) için Sınıf-İçi Korelasyon Katsayısı (ICC, seçkisiz etki,

mutlak uzlaşım) tekniği kullanılarak hesaplanmıştır. ICC uzlaşım katsayıları Tablo 5'te sunulmuştur.

Analiz sonuçları tüm maddeler ve boyutlar için Terapist ve Danışanlar arasında anlamlı derecede uzlaşma olduğuna işaret etmektedir. Seans etkisi maddelerine ait Avaraj ICC değerleri 0.28 ile 0.70 arasında değişmektedir ($Ort = 0.45$). Ek olarak YUMUŞAKLIK boyutu için benzer yönde ve şiddette puanlama eğiliminin (ICC = .696) DERİNLİK boyutundan (ICC = .391) daha fazla olduğu görülmektedir.

Çoklu Grup Analizleri

Terapist ve Danışanların model uyumunun karşılaştırılmasından önce göstergelerin gizil değişkenleri ne ölçüde temsil ettiğini belirlemek amacıyla ölçüm modelleri test edilmiştir. Analiz sonuçları ölçüm modellerinin veriyle hem terapistler (**Terapist**: $\chi^2 = 41,29$, $sd = 24$, $\chi^2/sd = 1,72$; RMSEA = 0,08; CFI = 0,98; GFI = 0,94); hem de danışanlar (**Danışan**: $\chi^2 = 47,41$, $sd = 25$, $\chi^2/sd = 1,89$; RMSEA = 0,09; CFI = 0,97; GFI = 0,92) için yeterli düzeyde uyum iyiliğine sahip olduğunu göstermiştir.

Ölçüm modelinin veriyle yeterli uyum gösterdiğinin belirlenmesinin ardından terapist ve danışanlar için çoklu grup analizi gerçekleştirilmiştir. Bir ölçme modelinin birden fazla grupta aynı yapıya sahip olup olmadığının değerlendirmesi sırasıyla faktör yüklerinin, faktör-

Tablo 5. Maddeler İçin Yargıcılar Arası Uzlaşım Katsayıları

| Madde | α | %95 Güven aralığı | | Sd ₁ | Sd ₂ | F | p |
|-------------------------|----------|-----------------------|-----------------------|-----------------|-----------------|-------|------|
| | | ICC _{Single} | ICC _{Avaraj} | | | | |
| Kötüydü/İyi | .487 | .261 | .414 | 111 | 111 | 1.934 | .000 |
| Tehlikeliydi/Güvenliydi | .470 | .297 | .458 | 111 | 111 | 1.868 | .001 |
| Zordu/Kolaydı | .326 | .194 | .325 | 111 | 111 | 1.480 | .020 |
| Anlamsızdı/Anlamlıydı | .384 | .206 | .342 | 111 | 111 | 1.599 | .007 |
| Yüzeyseldi/Derindi | .387 | .206 | .342 | 111 | 111 | 1.596 | .007 |
| Gergindi/Dingindi | .635 | .454 | .624 | 111 | 111 | 2.670 | .000 |
| Nahoştu/Hoştu | .602 | .399 | .570 | 111 | 111 | 2.475 | .000 |
| Boştu/Dolu | .320 | .164 | .282 | 111 | 111 | 1.453 | .025 |
| Etkisizdi/Etkiliydi | .500 | .273 | .429 | 111 | 111 | 1.954 | .000 |
| Sıradandı/Özeldi | .399 | .238 | .385 | 111 | 111 | 1.645 | .005 |
| Acıacıydı/Yumuşaktı | .712 | .541 | .702 | 111 | 111 | 3.398 | .000 |
| Rahatsızdı/Rahattı | .576 | .382 | .553 | 111 | 111 | 2.361 | .000 |
| DERİNLİK | .444 | .243 | .391 | 111 | 111 | 1,767 | ,001 |
| YUMUŞAKLIK | .701 | .534 | .696 | 111 | 111 | 3,305 | ,000 |

Not 1. α : Cronbach alfa.

Not 2. Analizler Toplam 112 terapist-danışan çifti için ardışık 10 oturumun ortalaması alınarak hesaplanan madde ve boyut puanları üzerinden yapılmıştır.

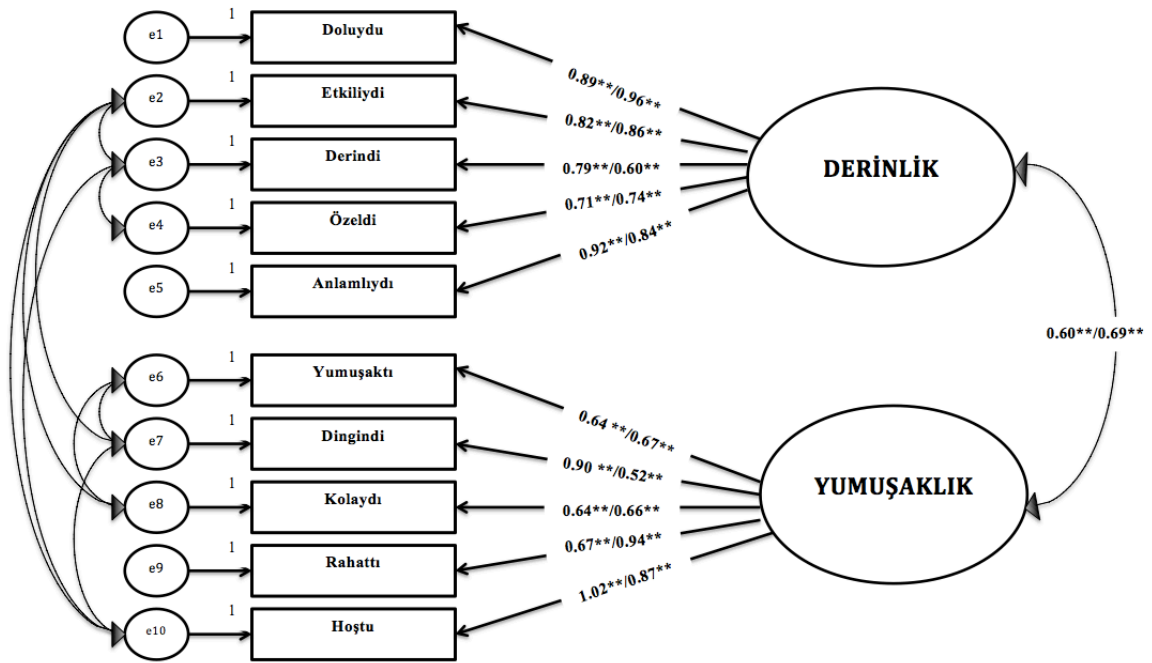
ler arası korelasyonların ve hata varyanslarının aynı olup olmadığını sınamasıyla değerlendirilebilir (Byrne, 2004; Başusta ve Gelbal, 2015). Değişmezlik modelinin gücü hangi parametrelerin değişmezliğinin bir arada değerlendirildiğiyle yakından ilişkilidir. Model karşılaştırmaları çerçevesinde (1) Yapısal Değişmezlik, (2) Zayıf Değişmezlik ve (3) Güçlü Değişmezlik Modelleri olmak üzere üç adet hiyerarşik model karşılaştırılmıştır. Model çiftleri için χ^2 ve karşılaştırmalı uyum indeksleri (CFI) arasındaki farklar hesaplanarak $\Delta\chi^2$ ve ΔCFI değerlerine ulaşılmıştır. $\Delta\chi^2$ değerinin istatistiksel anlamlılığı fark serbestlik derecesindeki kritik χ^2 değeriyle karşılaştırılarak değerlendirilmiş ve modellerin karşılaştırmalı uyum

indeksleri (CFI) arasındaki -0,1'e eşit ve altındaki farklar modeldeki anlamlı kötüleşme işaretleri olarak kabul edilmiştir. Yürütülen yapısal eşitlik modellemelerine ilişkin model uyum indeksleri ve model karşılaştırmaları Tablo 6'da sunulmuştur.

Model uyum indeksleri incelendiğinde yapısal değişmezliğin sağlandığı görülmektedir. Bir diğer ifadeyle, gruplar için faktör sayısı ve yüklenme örüntülerinin farklı olmadığı belirlenmiştir. Zayıf değişmezlik modelinin de anlamlı olmadığı göz önünde bulundurularak derinlik ve yumuşaklık boyutları arasındaki ilişkininde modeller arasında fark göstermediği söylenebilir. Ancak son değişmezlik modelinin anlamlı olarak farklılaştığı ve mo-

Tablo 6. Terapist ve Danışanlar için Model Uyum İndeksleri ve Model Karşılaştırmaları

| Modeller | χ^2 | sd | RMSEA | CFI | Δ sd | $\Delta\chi^2$ | ΔCFI |
|---------------------|----------|----|-------|------|-------------|----------------|--------------|
| Yapısal Değişmezlik | 134,039 | 58 | ,077 | ,955 | - | - | - |
| Zayıf Değişmezlik | 140,248 | 61 | ,076 | ,953 | 3 | 6,87 | -,002 |
| Güçlü Değişmezlik | 270,025 | 80 | ,103 | ,887 | 19 | 129,77** | -,066 |



Şekil 1. Terapist ve danışanlara ait SDÖ-SF'den alınan ölçümlere göre Seans Etkisi Modeli

del uyumunun anlamlı derecede düştüğü görülmüştür. Terapist ve danışanlara ilişkin Seans Etkisi modeli Şekil 1'de sunulmuştur.

Seans Etkisinin Temel Göstergeleri

Bu çalışmanın ana amacı doğrultusunda, oldukça merak uyandırıcı olduğu düşünülen farklı düzeydeki DERİNLİK ve YUMUŞAKLIK kombinasyonları ve terapist ya da danışan tarafından algılanan genel seans kalitesi arasındaki ilişki incelenmiştir. DERİNLİK ve YUMUŞAKLIK boyutlarını temel alan seans etkisi modeli kuramsal olarak dördü bir sınıflamaya olanak tanımaktadır. **GRUP 1** hem DERİNLİK hem de YUMUŞAKLIĞIN yüksek olduğu seanslardır. **GRUP 2** DERİNLİĞİ yüksek olmasına karşın SERT olarak değerlendirilebilecek seanslar olarak kabul edilebilir. **GRUP 3** YÜZEYSEL olmasına karşın YUMUŞAK geçen seanslar ve **GRUP 4** ise hem YÜZEYSEL hem de SERT seanslar olarak tanımlanabilir. Bu sınıflama çerçevesinde genel seans kalitesinin **GRUP 1** için en yüksek düzeyde, **GRUP 4** için ise en düşük düzeyde olması beklenebilir. Bu çalışma örneklemini için ilgili boyutlar ortalama puanından bölünerek Yüksek ya da Düşük DERİNLİK ve Yüksek ya da Düşük YUMUŞAKLIK sınıflamaları yapılmıştır. Ardından katılımcılar yukarıda aktarılmış olan dört gruptan birine DERİNLİK ve YUMUŞAKLIK düzeyleri

temel alınarak atanmıştır.

“Bugünkü görüşme Kötüydü 1 2 3 4 5 6 7 İyiydi” maddesi fazla genel olduğu ve her iki faktöre de yüklenmediği için hem orijinal çalışmada hem de bu çalışmada boyut puanı hesaplamalarının dışında bırakılmıştır. Öte yandan, ilgili maddenin görüşmenin genel havasının iyi bir göstergesi olduğu kabul edilebilir. Danışan ve terapistlerin ilgili maddeden almış oldukları puanlar genel seans göstergesi olarak alınıp seans türleri arasında fark olup olmadığı tek yönlü varyans analizleriyle incelenmiştir. Analiz sonuçlarının hem danışanlar ($F_{(3-105)} = 27.66, p < 0.000$) hem de terapistler ($F_{(3-105)} = 36.47, p < 0.000$) için anlamlı farklara işaret ettiği görülmektedir. Beklendiği gibi Danışanlar için **GRUP 4**'teki (Yüzeysel/Sert seanslar) seansların anlamlı olarak tüm gruplardan daha kötü algılandığı görülmüştür. **GRUP 1**'in (derin/yumuşak seanslar) yüzeysel seanslardan (**GRUP 4** (Yüzeysel/Sert) ve **GRUP 3** (Yüzeysel/Yumuşak)) anlamlı derecede daha iyi olarak algılandığı ancak **GRUP 2**'den (Derin/Sert) daha iyi algılandığı da bu farkın anlamlı düzeye ulaşmadığı belirlenmiştir. **GRUP 2** (Derin/Sert) ve **GRUP 3** (Yüzeysel/Yumuşak) arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Terapistler için de tamamen aynı örüntülerin gözlemlendiği belirlenmiştir. Terapist ve danışan örneklemeleri için gruplara ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7. Seans Etkisi Gruplarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

| | DANIŞAN | | | | | TERAPİST | | | | |
|----------------------------------|------------|------|------|------|------|------------|------|------|------|------|
| | N | Ort | SS | Min. | Mak. | N | Ort | SS | Min. | Mak. |
| GRUP 4 (Yüzeysel/Sert) | 30 | 5,28 | 1,08 | 2,56 | 6,83 | 37 | 4,67 | 0,79 | 2,00 | 5,60 |
| GRUP 3 (Yüzeysel/Yumuşak) | 18 | 6,06 | 0,61 | 4,86 | 7,00 | 17 | 5,63 | 0,72 | 4,00 | 7,00 |
| GRUP 2 (Derin/Sert) | 25 | 6,53 | 0,45 | 5,80 | 7,00 | 18 | 5,63 | 0,62 | 4,20 | 7,00 |
| GRUP 1 (Derin/Yumuşak) | 36 | 6,74 | 0,33 | 6,00 | 7,00 | 37 | 6,20 | 0,37 | 5,50 | 7,00 |
| Toplam | 109 | 6,18 | 0,90 | 2,56 | 7,00 | 109 | 5,50 | 0,90 | 2,00 | 7,00 |

Tartışma

Bu çalışmada Seans Etkisi'nin göstergelerinin incelenmesi için ilk olarak SDÖ-SF aracılığıyla ölçülen seans etkisinin faktör yapısının terapist ve danışan örneklemleri için değerlendirilmesine ihtiyaç duyulmuştur. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları hem terapist hem de danışan seans değerlendirmelerinin birbirleriyle ilişkili ancak bağımsız iki boyutta ortaya çıktığını göstermiştir. Dolu, etkili, derin, özel ve anlamlı sıfatları DERİNLİK olarak adlandırılan birinci faktörün altında toplanmıştır. Boş, etkisiz, yüzeysel, sıradan ve anlamsız sıfatları ilk faktörün olumsuz kutbunu tanımlamaktadır. İlk faktörün hem terapistler (%39.58) hem de danışanlar (%41.70) için görece daha geniş bir varyans açıklama payına sahip olduğu görülmüştür. Danışanlar için Derinlik boyutunun en iyi göstergelerinin sırasıyla “dolu” ve “etkili” sıfatları olduğu, terapistler için ise “derin/yüzeysel olmayan” ve “anlamlı” sıfatlarının olduğu görülmektedir. İkinci faktör başlığı altında ise yumuşak, dingin, kolay, rahat ve hoş sıfatlarının yerleştiği görülmektedir. YUMUŞAKLIK olarak adlandırılan ikinci faktörün zıt kutbunda ise acıtırıcı, nahoş, gergin, zor ve rahatsız edici sıfatları bulunmaktadır. Yumuşaklık boyutunun terapistler için varyansın %33.36'sını ve danışanlar için ise %30.92'sini açıkladığı belirlenmiştir. Türk örnekleminde hem terapistler hem de danışanlar için sırasıyla “acıtırıcı olmayan/yumuşak” ve “dingin” sıfatlarının en iyi göstergeler olduğu görülmüştür. Maddelerin faktörleşme biçiminin Stiles'in (1980) özgün çalışmasıyla örtüştüğü, faktör yüklerinin ise benzer olduğu görülmektedir. DERİNLİK boyutunun seansın daha çok görev yönünü yansıttığı, YUMUŞAKLIĞIN ise seansa ilişkin duygulanımlarla ilişkili olduğu tekrar gözlenmiştir. Bu çalışmada Stiles'in özgün çalışması ile benzer örüntülerin gözlenmesi, seans etkisinin evrensel bir niteliğe sahip olabileceğinin işareti olarak yorumlanmıştır. Bu konuda kültürler arası karşılaştırmalara ve meta analiz çalışmalarına yönelmenin terapi süreç araştırmaları açısından alan yazına önemli katkılar sağlayabileceği düşünülmektedir.

Çalışmanın ikinci hedefi seans etkisi açısından terapist ve danışanların özgün örüntülerini karşılaştırmaktır. Fark (varyans) ve uzlaşım (ICC) analizleri bir arada ele alındığında terapist ve danışanların seans etkisini aynı yönde ve benzer şiddette algıma eğiliminde oldukları görülmektedir. Ancak, Tablo 1'den izlenebileceği gibi, danışanların özellikle seansların derinliğiyle ilgili değerlendirmeler yaparken görece daha güçlü bir etki bildirdikleri saptanmıştır. Diğer bir ifade ile danışanların anlamlı fark gözlenen tüm maddeler için görece daha olumlu değerlendirmeler yapma eğiliminde oldukları anlaşılmaktadır. Bu durum sadece seans etkisine özgü değildir. Terapist ve danışan değerlendirmeleri açısından benzer bir eğilim farklı psikoterapi değişkenleri için de gözlenmektedir. Örneğin, Terapötik İttifak düzeyi değerlendirmelerinde de danışanların terapistlere göre daha olumlu değerlendirmeler yapma eğiliminde oldukları görülmektedir (Gülüm, Uluç ve Soygüt, Baskıda; Soygüt, Uluç ve Tüzün, 2006).

Terapist ve danışan modellerinin ikili faktör yapısı açısından ne ölçüde örtüştüğü çoklu grup analizleri aracılığıyla değerlendirilmiştir. Örneklem grubunun yapısal eşitlik değerlendirmeleri için sayısal olarak sınırlı olmasına karşın her iki ölçüm modeli de anlamlı olarak bulunmuştur. Model 1 ve Model 2'nin anlamlı olması ve aralarında fark olmaması terapist ve danışan modellerinin faktör yapıları, faktör yükleri ve faktörler arası ilişkiler açısından ortak bir seans etkisi modeline uyum sağladığını açıkça göstermektedir. Her ne kadar seansın danışan üzerindeki etkisi üzerinde daha çok durulan nokta olsa da, danışan-terapist çiftinin seans etkisi konusunda uzlaşmaya sahip olup olmadığı da oldukça önemlidir. Çalışmalar seans etkisi üzerindeki uzlaşımın terapist ve danışan çiftlerinin terapinin amaçları ve yöntemleri konusunda uzlaşımının bir göstergesi olduğuna, daha uzun erimde de tedaviyi bırakma eğilimlerinin yordayıcısı olabileceğine işaret etmektedir (Ackerman ve ark., 2000; Mallinckrodt ve ark., 2005; Raue ve ark., 1997; Svensson ve Hansson, 1999). Bu çalışma ülkemizdeki bir örnekleme de, terapist-danışan çiftlerinde bu uz-

laşımın oldukça iyi olduğuna işaret etmiştir. Ancak, bu çalışmada yer alan seanslar uzman terapistler tarafından verilen süpervizyonlar doğrultusunda süre giden ve başarılı olarak kabul edilebilecek terapilere aittir. Seans etkisini daha iyi anlayabilmek için erken dönemde bitirilen ya da danışanın bıraktığı (drop-out) terapilerin de karşılaştırmalı olarak çalışılması gerekmektedir. Ayrıca, seans etkisi ile terapötik ittifak gibi süreç değişkenleri arasındaki ilişkilerin izleyen çalışmalar aracılığıyla değerlendirilmesi önem taşımaktadır.

Grup karşılaştırmalarından elde edilen sonuçlar çerçevesinde hem danışan hem de terapistler açısından genel seans etkisinin temel göstergesinin seansın DERİNLİĞİ olduğunu kabul etmek hatalı olmayacaktır. Friedlander, Thibodeau ve Ward, (1985), çalışmada bu çalışmaya benzer biçimde en kötü seans türünün **GRUP 4** (Yüzeysel/Sert) olduğu tespit etmiştir. Ancak, Friedlander ve arkadaşlarının çalışmasında iyi seans ölçütü olarak DERİNLİĞİN terapistler, YUMUŞAKLIĞIN ise danışanlar için daha iyi bir gösterge olduğu tespit edilmesine karşın Türkiye örneğinde DERİNLİĞİN hem terapistler hem de danışanlar için en iyi gösterge olduğu görülmektedir. Bulgular, Tryon'un (1990) çalışması ile de tutarlıdır. Ona göre, eğer ilk seanslar danışanlar açısından derin, güçlü, dolu ve değerli görülüyorsa, seanslara katılım yükselecek ve terapiden fayda sağlayabilmek açısından devam etme düzeyleri de artacaktır. Diğer taraftan yumuşak seansların danışanların direncinin bir göstergesi olabileceği de düşünülmektedir (Nash ve Garske, 1988'den aktaran Tryon, 1990). Bu noktadan hareketle, derinlik boyutunun hem danışanlar, hem de terapistler için seans etkisinin birincil göstergesi olduğu söylenebilmektedir. Derinliği sağlayan önemli bir boyut ise terapist-danışan ikilisi arasındaki ilişkiye dayanmaktadır. Danışan açısından zorlayıcı, acı verici ve sorunlu meseleler ile kişilerarası ilişkilerin terapi seansında konuşulması ve terapist tarafından da derinlikli şekilde ele alınması önemli gözükmektedir. Dolayısıyla eğer seans ne kadar dolu, etkili, derin, anlamlı ve özel olarak algılanırsa, seansın etkisi üzerinde aynı derecede belirleyici olabilmektedir. Ancak seans içindeki dinamiklerin ve bu etkinin daha iyi anlaşılabilmesi için terapist ve danışanların kişilik özelliklerinin de değerlendirmeye katıldığı daha geniş örneklemler olan gruplarla modelleme çalışmalarının yapılması gerekmektedir. Çalışmanın bir diğer kısıtlılığı ise bir diğer önemli 'seans içi gösterge' olan terapötik ittifak değişkeninin modelde bu çalışma kapsamında yer almamasıdır. İlerleyen çalışmalarda süreç araştırmalarının önemli bir değişkeni olan 'terapötik ittifak' puanlarının da dahil edildiği daha kapsamlı modellemelerin oluşturulması önerilmektedir. Ayrıca her ne kadar nicel yöntemlerle elde edilen veriler oldukça önemli olsa ve değerli katkılar sağlasa da, seans içi gös-

tergelerin derinlikli analizinin yapılabilmesi için nitel araştırmaların sunacağı sonuçlara ihtiyaç duyulmaktadır. Çalışmanın bir diğer kısıtlılığı ile bağlantılı olarak, izleyen çalışmalarda terapiyi yarıda bırakma (drop-out) durumunun yordayıcısının SDÖ-SF'nin hangi alt boyutu olduğunun incelenmesi de psikoterapi araştırmaları için önemli bulgular sağlayacaktır. Ek olarak, bu çalışmanın bir diğer kısıtlılığı süreçlerin belirli bir kesitinden elde edilen puanların analiz edilmiş olmasıdır. Daha geniş terapist-danışan örneklemeleri ile sürecin tamamına yönelik seans etkisi incelemelerinin yapılması, psikoterapi seanslarının ilerlemesi ile bu etkinin nasıl değiştiğinin kapsamlı olarak incelenmesi ve bu değişimin yordayıcılarının ele alınması oldukça önemli katkılar sağlayacaktır.

Alanyazından elde edilen bulgular ve bilgilerden yola çıkarak, genel değerlendirmede çağdaş psikoterapi araştırmalarının sonuç ölçümlerinden süreç değerlendirmelerine doğru bir paradigma kayması yaşandığı gözlenmektedir. Bu dönüşüm, hem üzerinde çalışılan değişkenler hem de seçilen yöntemsel yaklaşımlar açısından önemli bir çeşitlilik sağlamıştır. Matematiksel olarak mükemmelleşmesi adına üzerinde yoğun olarak çalışılan nicel yaklaşımın ardından seansların derin bir şekilde incelenbilmesini sağlayan nitel araştırma yöntemlerinin giderek yaygınlık kazanması en önemli yöntemsel değişimlerden biri olarak kabul edilebilir. Ek olarak, danışanlardan alınan belirti düzeyindeki değişimler yerine ittifak, ittifak bozulmaları ya da özgün seanslara yönelik öznel deneyimler gibi kişilerarası değişkenler yeni araştırma sorularının hedefi olmuştur. Bu zenginleşmenin kaynağı ilgili araştırma alanının 1950'lerden bugüne değin yaşadığı gelişimsel krizler, aktarılan sorunları çözümlene girişimlerinin bir sonucu olarak görülebilir. Ülkemizde ise, birçok alanda olduğu gibi, bu konudaki bilimsel rekabete geç girmek ve bilginin üreticisi olmaktan çok tüketicisi konumunda kalmak bu gelişim sürecinin başlangıç noktasının ve ulaştığı son aşamanın aynı anda deneyimlenmesine yol açmaktadır. Farklı psikoterapi yaklaşımlarının kültürel uygunluğu ya da Türkiye özelindeki etkililiği sorgulanmaya açık bir durumdur. Örneğin bilişsel terapinin bel kemiğini oluşturan ödev kavramının kültürümüze doğrudan uyarlanmasındaki güçlükler hala önemli bir tartışma konusudur. Öte yandan, psikoterapi sürecinde terapist-danışan arasındaki ilişkide ortaya çıkan kırılmalar ve bu kırılmaların üstesinden gelinmesi gibi konularda yürütülen süreç odaklı çalışmalar alanyazına girmiş bulunmaktadır. Bu tür süreç çalışmaları kültürel bağlamdaki benzerliklerin ve farklılıkların varlığına dikkat çekmektedir. Terapist ve danışanların seanslara yönelik öznel yaşantıları, ortak olarak deneyimledikleri ittifakın gücü ve yapısı gibi olguların çalışılmasının psikoterapinin Türkiye kültürüne

uyumlanması sürecinde ortaya çıkabilecek güçlüklerin ve güçlülüklerin daha iyi anlaşılmasını mümkün kılacağı düşünülmektedir. Bu nedenle, süreç değişkenlerini temel alan nicel ve nitel araştırmalara yönelmek ülkemizdeki psikoterapi araştırmaları alanının gelişimi açısından öncelik taşımaktadır.

Kaynaklar

- Ackerman, S. & Hilsenroth, M. J. (2001). A review of therapist characteristics and techniques negatively impacting the therapeutic alliance. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38, 171-185.
- Başusta, N. B. ve Gelbal, S. (2015). Gruplararası karşılaştırmalarda ölçme değişmezliğinin test edilmesi: Pisa öğrenci anketi örneği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (Hacettepe University Journal of Education)*, 30(4), 80-90.
- Byrne, B. M. (2004). Testing for multigroup invariance using AMOS graphics: A road less traveled. *Structural Equation Modeling*, 11(2), 272-300.
- Dill-Standiford, T. J., Stiles, W. B. ve Rorer, L. G. (1988). Counselor-client agreement on session impact. *Journal of Counseling Psychology*, 35(1), 47-55.
- Elliot, R. & Wexler, M. M. (1994). Measuring the impact of sessions in process-experiential therapy of depression: The session impacts scale. *Journal of Counseling Psychology*, 41(2), 166-174.
- Friedlander, M. L., Thibodeau, J. R. & Ward, L. G. (1985). Discriminating the 'good' from the 'bad' therapy hour: A study of dyadic interaction. *Psychotherapy*, 22(3), 631-642.
- Greenberg, L. S., & Pinsof, W. M. (1986). *The psychotherapeutic process: A research handbook*. New York: Guilford.
- Greenberg, L. S., & Paivio, S. C. (1997). *Working with emotions in psychotherapy*. New York: Guilford.
- Greenberg, L. S. (2002). *Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through feelings*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Goldfried, M. R., & Wolfe, B. E. (1998). Toward a more clinically valid approach to therapy research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 143-150.
- Gülüm, İ. V., Uluç, S. & Soygüt, G. (baskıda). Terapötik İttifak Ölçeği-Kısa Formun psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*. doi: 10.5080/u18260
- Hill, C. E., Helms, J. E., Spiegel, S. B., & Tichenor, V. (1988). Development of a system for categorizing client reactions to therapist interventions. *Journal of Counseling Psychology*, 35, 27-36.
- Hill, C. E., Helms, J. E., Tichenor, V., Spiegel, S. B., O'Grady, K. E., & Perry, E. S. (1988). Effects of therapist response modes in brief psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 35, 222-233.
- Kiesler, D. J. (1971). Patient experiencing and successful outcome in individual psychotherapy of schizophrenics and psychoneurotics. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 37, 370-385.

- Kivlighan, D. M., & Angelone, E. O. (1991). Helpee introversion, novice counselor intention use, and helpee-rated session impact. *Journal of Counseling Psychology, 38*, 25-29.
- Kivlighan, D. M. (1989). Changes in counselor intentions and response modes and in-session evaluations after training. *Journal of Counseling Psychology, 36*, 471-476.
- Laurenceau, J. -P., Hayes, A. M., & Feldman, G. C. (2007). Some methodological and statistical issues in the study of change processes in psychotherapy. *Clinical Psychology Review, 27*, 682-695 (this issue). doi:10.1016/j.cpr.2007.01.007.
- Mallinckrodt, B. (1993). Session impact, working alliance, and treatment outcome in brief counseling. *Journal of Counseling Psychology, 40*(1), 25-32.
- Mallinckrodt, B. (1994). Session Impact in Counseling Process Research: Comment on Elliott and Wexler (1994) and Stiles et al. (1994). *Journal of Counseling Psychology, 41*(2), 186-190.
- Mallinckrodt, B., Porter, M. J., & Kivlighan, D. M. (2005). Client attachment to therapist, depth of in-session exploration, and object relations in brief psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, and Training, 42*, 85-100.
- Muran, J. C., Safran, J. D., Gorman, B. S., Samstag, L. W., Eubanks-Carter, C. & Winston, A. (2009). The relationship of early alliance ruptures and their resolution to process and outcome in time-limited psychotherapies for personality disorders. *Psychotherapy Theory, Research, Practice, Training, 46*(2), 233-248.
- Orlinsky, D. E., & Howard, K. I. (1967) The good therapy hour: Experimental correlates of patients' and therapists' evaluations of therapy sessions. *Archives of General Psychiatry, 16*, 621-632.
- Raue, P. J., Goldfried, M. R., & Barkham, M. (1997). The therapeutic alliance in psychodynamic-interpersonal and cognitive-behavioral therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 65*, 582-587.
- Reynolds, S., Taylor, E. & Shapiro, D. (1993). Session impact and outcome in stress management training. *Journal of Community & Applied Social Psychology, 3*, 325-337.
- Rice, L. N., & Kerr, G. P. (1986). Measures of client and therapist vocal quality. In L. S. Greenberg & W. M. Pinsof (Eds.), *The psychotherapeutic process: A research handbook* içinde (pp. 7-105). New York: Guilford Press.
- Safran, J. D., & Muran, J. C. (1996). The resolution of ruptures in the therapeutic alliance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*, 447-458.
- Safran, J. D., & Muran, J. C. (2000). *Negotiating the therapeutic alliance: A relational treatment guide*. New York: Guilford.
- Samstag, L. W., Batchelder, S. T., Muran, J. C., Safran, J. D., & Winston, A. (1998). Early identification of treatment failures in short-term psychotherapy. *The Journal of Psychotherapy Practice and Research, 7*, 126-143
- Snyder, W. U. (1950). Clinical methods: Psychotherapy. *Annual Review of Psychology, 1*, 221-234.
- Soygüt, G., Uluç, S. & Tüzün, Z. (2006, Ekim). Assessment of adherence and competence in cognitive therapy. 36th Annual Congress of the EABCT, Paris.
- Stiles, W. B. (1980). Measurement of the Impact of Psychotherapy Sessions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 48*(2), 176-185. DOI: 10.1037/0022-006X.48.2.176.
- Stiles, W. B. & Snow, J. S. (1984a). Counseling session impact as viewed by voice counselors and their clients. *Journal of Counseling Psychology, 31*, 3-12.
- Stiles, W. B. & Snow, J. S. (1984b). Dimensions of psychotherapy session impact across session and across client. *British Journal of Clinical Psychology, 23*, 59-63.
- Stiles, W. B., Shapiro, D. A. & Firth-Cozens, J. A. (1988). Do sessions of different treatments have different impacts? *Journal of Counseling Psychology, 35*(4), 391-396.
- Stiles, W. B., Shapiro, D. A., & Firth-Cozens, J. A. (1990). Correlations of session evaluations with treatment outcome. *British Journal of Clinical Psychology, 29*, 13-21.
- Stiles, W. B., Reynolds, S. A., Hardy, G. & Shapiro, D. A. (1994). Evaluation and description of psychotherapy sessions by clients using the session evaluation questionnaire and the session impacts scale. *Journal of Counseling Psychology, 41*(2), 175-185. DOI: 10.1037/0022-0167.41.2.175.
- Svensson, B., & Hansson, L. (1999). Relationship among patient and therapist ratings of therapeutic alliance and patient assessments of therapeutic process: A study of cognitive therapy with long-term mentally ill patients. *Journal of Nervous and Mental Disease, 187*, 579-585.
- Tryon, G. S. (1990). Session depth and smoothness in relation to the concept of engagement in counseling. *Journal of Counseling Psychology, 37*(3), 248-253.

Summary

Comparison of Clients and Therapists in Terms of Session Impact in Psychotherapy Processes

Sait Uluç

Hacettepe University

Burcu Korkmaz

Uludağ University

Gonca Soygüt Pekak

İstanbul Şehir University

Psychotherapy research has a highly controversial literature, beginning from the outcome-research that seeks answers to the question of whether the therapy is effective, to the process research that is focused on the question of how therapy is effective. Although most clinicians and researchers agree that psychotherapy is working, the question of process research that with which mechanism of psychotherapy works is still an unclear question. Moments in which therapeutic decisions are made, that is, immediate changes of the therapist and the client, are considered one of the important variable that determine the results of the therapy (Stiles, 1980). The main focus of psychotherapy process research has been this in-session indicators that could provide information about the change. Another approach, which is an additional and/or alternative to the evaluation of cumulative effect at the end of therapy; or to the comprehensive analysis of the in-session behaviors, is evaluating the effects of a particular session (session impact), in the short term (Orlinsky & Howard, 1967; Stiles, 1980, Mallinckrodt, 1994). Following systematically the impact of psychotherapy sessions can help clients and therapists to discover whether therapy sessions are beneficial, effective, or detrimental (Hafkenscheid, 2009). The session impact means the subjective interpretations, evaluations and post-session mood changes of the therapist and the client about the session that observed immediately after the interview (Stiles, 1980). According to Stiles, Reynolds, Hardy, Shapiro (1994), the subjective response of the client to the session (session impact) is the bridge between the in-session experiences and the change at the end of the therapy (Stiles & Snow, 1984a, 1984b). Therefore, the session impact has great importance in terms of creating the mediator effect that is needed between process and outcome research (Mallinckrodt, 1993). In other words, this perspective, which examines the momentary effect of the session rather than the long-term cumulative effect of psychotherapy sessions, provides

a micro-level examination of the process-outcome context in psychotherapy (Friedlander, Thibodeau & Ward, 1985). The Session Evaluation Questionnaire developed by Stiles (1980) is the most commonly used measurement tool in studies focusing on the session impact. Factor analysis studies carried out with both the United States (Stiles & Snow, 1984) and England (Stiles et al., 1994) samples have supported the two-factor structure of the scale (depth and smoothness). Depth can be considered a more task-oriented dimension in which the value and strength of the session are evaluated. Smoothness reflects of confidence, satisfaction and comfort that the client or therapist feels subjectively. Therefore, the depth and smoothness dimensions express different types of positive assessment for the session. For example, good sessions are deeper for therapists, while smooth sessions for clients; bad sessions are defined as shallow and rough (Friedlander et al., 1985). In another study, it was concluded that when the clients found the first session smooth, the likelihood drop-out from therapy was increased (Nash ve Garske, 1988, as cited in Tryon, 1990). Consistent with these findings, as the depth scores reported by the clients increased, the likelihood of getting positive results from the therapy increased and the likelihood of drop-out rates as depth scores decreased. However, it was found that the smoothness factor did not differentiate between individuals who drop-out or who had good outcomes from therapy. However, for the therapists, the smoothness factor was the predictor of psychotherapy outcome (Samstag, Battchelder, Muran, Safran & Winston, 1998). All these findings draw attention to the importance of evaluating the impacts and mediating role of therapy sessions both at the beginning of and within the psychotherapy process, as well as on the therapy outcomes. The relationships between session impact and the psychotherapy outcomes (Mallinckrodt, 1993; Stiles, Shapiro, & Firth-Cozens, 1990), the personality traits of client (Kivlighan & Angelone,

1991), the training of the therapist (Kivlighan, 1989), the approach and tendency of the therapist (Hill, Helms, Spiegel, & Tichenor, 1988; Hill et al., 1988) was studied. The common result pointed out by the studies is that the impact of the session is an important variable to be considered in psychotherapy studies. The main purpose of this study is examining the impact of the session in the context of the therapist-client dyad. For this purpose, firstly the factor structure and psychometric properties of the Session Evaluation Questionnaire were examined in terms of the client-therapist duo. In the second stage, the differentiation and agreement levels of the client and therapists on the quality of the session were analyzed and the extent to which the client-therapist patterns differed was analyzed through multiple group analysis. In the final stage, the relationship between the combination of depth and smoothness at different levels and the quality of the general session perceived by the therapist or client was evaluated.

Method

Participants

The therapist sample of the study consists of graduate students who continue their master's and doctoral studies at Hacettepe University Clinical Psychology Programme and perform the psychotherapy applications under supervision after theoretical training. Approximate average duration of working time of therapists in the study area is 2 years (Min: 1 year; Max: 8 years, Range: 7 years; $M = 1,8$ years; $SD = 1,3$ years). Each therapist followed 1,6 clients on average. All therapists received supervision by professional psychotherapists at the end of each session. Psychotherapies were continued in Hacettepe University Psychotherapy Research Laboratory (HÜPAL) with Cognitive-Behavioral Therapy and Schema Therapy. In this study, there were 69 therapists including 6 male and 63 female. The average age of therapists is 25.29 years.

A client sample of this study consists of 112 participants, 75% of whom were women and 25% of them were men who applied to HÜPAL for psychotherapy. The average age of the clients is 24.72. The existence of psychotic symptoms in this study was determined as exclusion criteria. Participants in the study generally applied to psychotherapy process due to anxiety, depression, personality disorders symptoms and interpersonal problems.

Materials

Session Evaluation Questionnaire-Adjective Scale (SEQ-AS). SEQ-AS is a self-report scale consisting of 12 items, developed by Stiles (1980), which is

intended to be completed by the therapist and the client to evaluate the impact of the session. Studies show that Cronbach's alpha of internal consistency of the scale varies from .78 to .93 for the sub-dimensions (Stiles & Snow, 1984a) and that the two-factor structure (depth and smoothness) was supported.

Procedure

Therapists and clients have signed informed consent forms prepared by the researchers in accordance with the principle of confidentiality, volunteering and anonymity. The participants were then given the demographic information form and questionnaires, as well as the SEQ-AS after each session from the 3rd session. The questionnaires, which were scored after each session, were given to the research team in closed envelopes in order to keep the participants blind to each other's responses.

Results

In the scope of this study, the mean score of the 10 sessions between the 3rd and 12th sessions of the participants were used. The data on 810 sessions were included in the analysis because of the missing data due to some problems in the application of the questionnaire or transferring to the database. The average number of sessions for each therapist-client pair is 7.2. Within the scope of the study, the mean scores of the therapists and clients for each item were analyzed and exploratory factor analysis was carried out separately for two samples based on these mean scores. The findings indicate that both the client and the therapist samples were sufficient (KMO (Client) = 0.872, KMO (Therapist) = 0.866) and the hypothesis of sphericity ($X^2(66) = 1108,928, p < 0.001$; $X^2(66) = 1113.380, p < 0.001$) was met. According to the findings, the client sample explained 72.62% of the variance while the therapist sample similarly explained 72.94%. The results were consistent with the Stiles' 1980, 1984 and 1994 studies and supported the two-factor structure of the scale and found that the psychometric properties of the scale were good in terms of factor loadings, explained variance and reliability coefficients (Table 2). One way MANOVA was applied to determine whether there were significant differences between the therapist and client groups in terms of item scores (Wilks' $\lambda = 0.824, F_{(12,211)} = 3,764, p < .000$) (Table 3). The results of the analysis indicated that both the therapist and the client groups had a tendency to evaluate the session impact positively. It was observed that the clients had tendency to perceive the sessions more full, valuable, powerful, and deeper compared to therapists. In addition, it was determined that the client group gen-

erally perceived the sessions as better, pleasant and comfortable. As the process of psychotherapy progressed, the changes in the items were also examined within the scope of this study (Table 4). The results showed that the lowest average scores were obtained from the 'difficult-easy' and 'rough-smooth' items from the smoothness sub-dimension. On the other hand, it can be observed that the item scores of both the therapist and the client sample had a generally stable pattern between the beginning-mid-to-last sessions.

The session impact level of the therapists and clients was calculated using the Intraclass Correlation Coefficient (ICC) technique for each item and sub-dimension (depth and smoothness). Analysis results indicate that there is a significant agreement between therapists and clients for all items and dimensions. Average ICC values of session impact items ranged from 0.28 to 0.70 ($M = 0.45$). In addition, it was seen that the scoring tendency in the same direction and severity for the smoothness ($ICC = .696$) was more than the depth dimension ($ICC = .391$). Before comparing the model fit of the therapist and clients, measurement models were tested to determine the extent to which the indicators represented latent variables. The results of the analysis showed that the measurement models have a good fit for both therapists ($\chi^2 = 41.29$, $sd = 24$, $\chi^2/sd = 1.72$; $RMSEA = 0.08$; $CFI = 0.98$; $GFI = 0.94$) and clients ($\chi^2 = 47.41$, $sd = 25$, $\chi^2/sd = 1.89$; $RMSEA = 0.09$; $CFI = 0.97$; $GFI = 0.92$). In the model comparisons, three hierarchical models were compared: (1) Configural Invariance, (2) Weak Invariance and (3) Strong Invariance Models. When the model fit indices were examined, it is seen that configural invariance model was significant. In other words, the number of factors and loading patterns were not different for the groups. It can also be said that the relationship between depth and smoothness dimensions did not show any difference between the models considering that weak invariance model is not significant. However, it was observed that the strong invariance model significantly differentiated and the model fit significantly decreased (Figure 1).

For the main purpose of this study, the relationship between the combination of depth and smoothness at different levels and the quality of the general session perceived by the therapist or the client. Based on the dimensions of depth and smoothness, the session impact model allows for a theoretical classification. Group 1 represented the high score sessions on both depth and smoothness; Group 2 represented the depth but rough sessions; Group 3 represented the shallow and smooth sessions and Group 4 represented shallow and rough sessions. The results of the analysis showed that there were significant differences between the clients ($F(3-105) = 27.66$, $p < 0.000$) and therapists ($F(3-105) = 36.47$, $p <$

0.000). As expected, for clients, it was seen that in Group 4 (shallow/rough) sessions were perceived significantly worse than all groups. Although Group 1 was perceived significantly better than the shallow (Group 4 and Group 3) sessions, it was perceived better than Group 2, but this difference did not reach a statistically significant level. No significant difference was observed between Group 2 and Group 3. The same patterns were observed for the therapists (Table 6).

Discussion

The results of the exploratory factor analysis showed that both the therapist and the client session evaluations emerged in two related but independent dimensions. It was seen that the factorization of the questionnaire was consistent with the original study of Stiles (1980) and the factor loadings were similar. It was observed again that the depth dimension reflects the task aspect of the session and the smoothness was related to the emotions in the session. In this study, the observation of similar patterns with the original study of Stiles was interpreted as an indicator that the impact of the session may have a universal character. In this regard, cross-cultural comparisons and meta-analysis studies are thought to make significant contribution to the literature in terms of therapeutic process research.

The second aim of the study was to compare the unique patterns of therapists and clients in terms of the session impact. When the variance and ICC analyzes are considered together, it can be seen that the therapists and the clients tend to perceive the session impact in the same direction and with similar intensity. However, it is understood that the clients tend to have relatively more positive evaluations for all items that have significant differences. This situation is not specific to the session impact; a similar trend in terms of therapist and client evaluations was observed for different psychotherapy variables such as psychotherapeutic alliance (Soygüt, Uluç & Tüzün, 2006; Gülüm, Uluç & Soygüt, in press).

The extent to that the therapist and client models overlap in terms of dual factor structure was evaluated through multiple group analysis. The significance of Model 1 and Model 2 and finding no difference between them clearly show that the therapist and client models fit to a common session impact model in terms of factor structures, factor loadings and inter-factor relationships. It is also very important whether the client-therapist couple has agreement on the session impact, even though the impact of the session on the client is more emphasized.

Within the framework of the results obtained from group comparisons, it is not wrong to accept that the main indicator of the overall session impact for both the

clients and therapists is the depth of the session. However, despite Friedlander et al. (1985) found that main indicators of good sessions were depth for therapists, smoothness for clients, this study's results are consistent with Tryon's (1990) study; depth is seen as the best indicator for both therapists and clients in Turkey sample. Smooth sessions, on the other hand, were thought to be an indication of the defense of client (Nash & Garske, 1988, as cited in Tryon, 1990). From this point, it can be said that the depth dimension is the primary indicator of the session impact for both clients and therapists. An important variable provides depth is based on the relationship between the therapist and the client. However, in order to understand the dynamics in the session, modeling studies should be carried out with larger sample groups, which include the personality traits of therapists and clients. Another limitation of the study is that the therapeutic alliance variable, which is another important in-session indicator, is not included in the model. In further studies, it is recommended to test more comprehensive models, including the therapeutic alliance scores which is an important variable in psychotherapy process research. In addition, although the data obtained by quantitative methods are quite important and they provide valuable contributions, the results of qualitative researches are needed for the in-depth analysis of the in-session indicators. In subsequent studies, examining which subtype of SEQ-AF is the predictor of drop-out from therapy will provide important findings for psychotherapy research. In addition, another limitation of this study is that the scores obtained from a specific part of the processes were analyzed. Examining session impact of whole process with larger therapist-client samples, analyzing comprehensively the effects of psychotherapy sessions and investigating the predictors of how this change occurred will make a significant contribution. On the other hand, process studies draw attention to the similarities and differences in cultural context. It is open to questioning that whether different psychotherapy approaches are culturally appropriate or effective in Turkey. Process studies point out the similarities and differences in the cultural context. It is believed that examining the subjective experiences of therapists' and clients' to sessions and the power and structure of the working alliance will provide better understanding about the difficulties adapting psychotherapies to Turkey's culture.