ÖABT ÖNCESİNDE MUTLAKA BAKMANIZ GEREKEN BİLGİLER

Alan sınavına az bir süre kala aşağıdaki bilgiler çıkmış soruların ışığında hazırlanmıştır. Öncelikle sınava girmeden önce konu eksiği bırakmayınız. Tüm konulara hakim olarak girmeniz her zaman avantaj sağlayacaktır. Aşağıdaki bilgiler haricinde de mutlaka farklı konulara hakim olmanız gerekmektedir. Aşağıdaki bilgileri bilmeniz sürpriz bir kavramla karşılaşsanız bile bildiğiniz kavramlardan yola çıkarak bilmediklerinizi de doğru cevaplamanıza yardımcı olacaktır. Buna ek olarak da bazı bilgiler ÖSYM tarafından daha çok sorulabilmektedir. Bu sebeple aşağıdaki başlıklara göz atmanızı tavsiye eder, alan sınavında başarılar dileriz.

**SORU DAĞILIMI**

|  |  |
| --- | --- |
| Temel Psikolojik Kavramlar | 10 soru |
| Psikolojik Danışma Kuram İlke ve Teknikleri | 14 soru |
| Davranış Uyum ve Problemleri | 8 soru |
| Bireyi Tanıma Teknikleri | 7 soru |
| Bireyle ve Grupla Psikolojik Danışma | 7 soru |
| Mesleki Rehberlik ve Kariyer Danışmanlığı | 6 soru |
| PDR Araştırma ve Program Geliştirme | 5 soru |
| Meslek Etiği ve Yasal Konular | 3 soru  |
| Alan Eğitimi  | 15 soru  |

Yukarıda verilen soru dağılımı alan sınavının **75 SORUYA** çıkarılmasıyla birlikte oluşan sayılardır. Aşağıdaki kavramlar ÖSYM’nin sınavda sormayı sevdiği ya da şıklara koyduğu kavramlar olması bakımından önemlidir. Bu yüzden sınav öncesi göz atmak da yeniden hatırlamakta fayda vardır.

**Minik Detaylar**

**Temel Psikolojik Kavramlar**

Tüm konudan ziyade Ösym’nin sınavında yer alan konuların başlıkları verilmiştir. Eğer bu başlıklarda eksiğiniz varsa yeniden göz atmanızı tavsiye ederiz. Eksik bilgileriniz var ise sınava kadar tamamlamanız lehinize olacaktır.

-Savunma mekanizmaları( Bastırma, Yer değiştirme, Akla Uygunlaştırma, Karşıt tepki geliştirme, Düşünselleştirme)

Ösym genel olarak şıklarda ;

Bastırma, yer değiştirme, akla uygunlaştırma, karşıt tepki geliştirme, düşünselleştirme isimli savunma mekanizmalarına şıklarda yer vermiştir.

Savunma mekanizmalarının özellikleri

Sinir sisteminden aşağıdaki kavramlar sınavda çıkmış kavramlardır.

Merkezi Sinir Sistemi

Sempatik Sinir Sistemi

Parasempatik Sinir Sistemi

Hipotalamus

Pons

Medulla

Korpus Kallosum

Korteks

-Refleks-İç güdü farkı

Sosyal psikolojide aşağıdaki kavramlar da yine sorulan kavramlardır.

-Kendine Hizmet Eden Ön yargı

-Kendini gerçekleştiren kehanet

-Temel atıf hatası

-Bilişsel Çelişki

-Sosyal Kaytarma

-Sosyal Hızlandırma

-Bireyselliğin Yitirilmesi

Temel psikolojik kavramlarda aşağıdaki kavramlar da sınavda soru olarak karşımıza gelmiştir.

-Algısal öğrenme

-Uyarıcı-Tepki Öğrenmesi

-Edimsel Öğrenme

Motor Öğrenme

-İlişkisel Öğrenme

-Şemalar

-Yeniden kurgulayıcı bellek

-Hiyerarşiler

-Tanık Belleği

-Flaş Bellek

**Psikolojik Danışma Kuram İlke ve Teknikleri**

Psikolojik danışma kuram ilke ve tekniklerinde kuramların içeriklerine, kavramlarına, stratejilerine hakim olmak çok önemlidir.

Bununla birlikte her kuramın belli kavramları paragraf şeklinde de sorulabilmektedir. Önceki senelerde “erkeksi protesto” kavramı sorulmuştur.

İlke ve tekniklerle ilgili anlamın kişiselleştirilmesi, problemin kişiselleştirilmesi, amacın kişiselleştirilmesi, bağlama ve konuşmaya açık davet ve özetleme kavramları da sınavda sorulmuş kavramlardır.

Adler’in karakter tipolojileri (baskın, alıcı, kaçınan, sosyal, kompleks) sınavda soru olarak karşımıza gelmiştir.

Jung Analitik Psikoloji Kavramları (Gölge, Animus, Anima, Ortak Bilinçdışı)

Yine burada bilişsel çarpıtmalarla ilgili sorular Ösym’nin sevdiği tarzda olan sorulardan birtanesidir.

Kişiselleştirme

Genelleme

Ya hep ya hiç

Etiketleme

Yanlış Etiketleme

İlke ve tekniklerde dikkat edeceğimiz diğer kavramlar ise:

-İçeriğin yansıtılması

-Konuşmaya açık davet

-Duyguların Yansıtılması

-Yakından İlgilenme

-Asgari Düzeyde Teşvik

-Kişiselleştirme

**Davranış Uyum ve Problemleri**

Davranış ve uyum problemlerinde de kişilik bozuklukları dikkat çekmektedir. Ösym şıkları incelendiğinde benzer şıkların konulduğu gözlemlenmiştir. Bu sebeple şu başlıklara dikkat etmenizi tavsiye ederiz.

Paranoid kişilik bozukluğu

Bağımlı kişilik bozukluğu

Şizoid kişilik bozukluğu

Şizotipal kişilik bozukluğu

Antisosyal kişilik bozukluğu

Histriyonik kişilik bozukluğu

Sınırda kişilik bozukluğu

Çekingen kişilik bozukluğu

Obsesif Kompulsif kişilik bozukluğu

Bunun haricinde aşağıdaki başlıklarda sınavda sorulmuş kavramlardır.

Bulimiya Nervoza

Pika

Obezite

Anoreksiya Nervoza

Kaçıngan Yeme Bozukluğu

Bunun haricinde aşağıdaki kavramlar da sınavda karşımıza gelmiştir.

-Karşıt Olma, Karşıt Gelme Bozukluğu

-Travma Sonrası Stres Bozukluğu

-Kimlik Çözülmesi Bozukluğu

Ösym sınavda sanrı türlerini de bu konu başlığı altında sormuştur. Kavramlar ise;

Referans sanrısı

Büyüklük sanrısı

Somatik sanrı

Paranoid sanrı

Nihilistik sanrı

**Bireyi Tanıma Teknikleri**

Aşağıdaki testleri detaylı bilmenizi tavsiye ederiz.

Tematik Algılama Testi

Resim Yorumlama Testi

Luisa Duss Psikanalitik Hikayeler Testi

MMPI

Rorschach mürekkep testi

Bireyi tanıma tekniklerinden aşağıdaki kavramlarda şıklar incelendiğinde karşımıza çıkmaktadır.

Otobiyografi

Biyografi

Bibliyoterapi

Hipnoterapi

Logoterapi

Aşağıdaki başlıklar da sınavda soru olarak karşımıza gelmektedir.

-Oyun terapisi

-Sosyodrama

-Psikodrama

-Vaka incelemesi

-Otobiyografi

-Zaman Cetveli

-Belirti Tarama Listesi

-Arzu Listesi

-Ev Ziyareti

-Sosyometri

-Genogram

-Sosyal Uzaklık Ölçeği

Bunların yanında gözlem tekniğinin özellikleri de Ösym’nin sevdiği konulardandır.

**Bireyle ve Grupla Psikolojik Danışma**

Bireyle ve grupla psikolojik danışma konularında özellikle grupla psikolojik danışma sorularında seçici noktalar gelebiliyor. Grupla psikolojik danışmanın konularından aşağıdaki başlıklara hakim olmanız lehinize olacaktır.

-Bağlama

-Duygu Yansıtma

-Paylaştırma

-Yorumlama

-Özetleme

Grupla psikolojik danışmada terapötik faktörler de soru olarak gelmiştir. Kavram başlıklarından eksik olduğunuz konular varsa mutlaka tamamlayınız.

-Umut aşılama

-Özgecilik

-Duygusal Boşalım

-Evrensellik

-Grup Uyumu

Bireysel ve grupla psikolojik danışmada süreç ve sonuç amaçları yine sınavda gelmiştir.

Grupla psikolojik danışma sürecinde;

-Maraton grup

-Kendi Kendine Yardım Grubu

-Psiko-eğitim grubu

-Birey Merkezli grup

Destek Grubu

Grubun Evreleri;

* Başlangıç
* Geçiş
* Eylem
* Sonlandırma

**Mesleki Rehberlik ve Kariyer Danışmanlığı**

Mesleki rehberlik ve kariyer gelişiminde kuramların dönem özelliklerini iyi bilmek gerekiyor. Çünkü hikaye şeklinde bir paragraf verilip dönem özelliği istenebiliyor. Tüm kuramlar önemli olmakla birlikte Super’ın Kariyer Gelişim Kuramı ve Holland Tipoloji Kuramına bir kez daha göz atmanızı tavsiye ederiz.

**PDR Araştırma ve Program Geliştirme**

Eğitim bilimlerinden ölçme değerlendirme dersini de kapsayan bilgiler alan sınavında da karşımıza gelmektedir. Bu yüzden aşağıdaki kavramlar da Ösym’nin sormayı sevdiği kavramlardır.

İç Tutarlılık

Paralel Form Güvenirliği

Test-Tekrar Test Güvenirliği

Bir Ölçüte Dayalı Geçerlik

Yapı Geçerliği

İstatistik ile ilgili kısımdan test ayrımlarını iyi yapabilmek önemlidir. Bunun yanında Ösym şıklarında yer alan kavramlar daha çok gelebilmektedir.

Kruskal-Wallis Testi

Tukey Testi

Ki-Kare Testi

Mann Whitney U Testi

Korelasyon Analizi

Pearson korelasyonu

Bağımlı örneklem t-testi

Varyans Analizi

Program geliştirmeyle ilgili Ösym kapsamlı gelişimsel rehberlik modeli üzerinde durmaktadır. Bu konunun detaylarına bakmakta fayda vardır. Program bileşenleri ve hazırlanma süreci sınavda karşımıza soru olarak gelebilmektedir.

**Meslek Etiği ve Yasal Konular**

Alan sınavında etik ilkeler ile ilgili aşağıdaki kavramlar karşımıza çıkmıştır.

-Duyarlılık ve Hoşgörü

-Bireysel ve Kültürel Farklılıklara Duyarlılık

-Toplumsal Sorumluluk

-Yetkinlik

-Dürüstlük

Bunların haricinde ise etik ikilemlerle ilgili sorular metin şeklinde karşımıza gelebilmektedir.

**Alan Eğitimi**

Alan eğitiminde ise genel olarak rehberlik konuları, özel eğitim konuları, psikolojik danışma kuramları, okullarda uygulanan rehberlik çalışmaları, bireyi tanıma teknikleri gibi konulardan sorular gelmektedir. Konu eksiği bırakmamak ve çıkmış soruları irdeleyerek ilerlemek önemlidir. Çıkmış soruların sadece doğru cevabına değil de diğer şıklarını da incelemek önemlidir. Çünkü Ösym bazen şık olarak aldığı bir kavramı bir sonraki sınavda sorunun doğru cevabı olarak verebilmektedir.

Unutmayın ki bu başlıklardan ziyade tüm konulara hakim olmanız gerekmektedir. Bu başlıklar Ösym sınavları incelediğinde şıklarda daha çok bulunan başlıklardır. Bu sebeple bu başlıkları da göz önünde bulundurarak konu eksiği bırakmayınız.

Hepinize sınavınızda başarılar dileriz.