

PAPER DETAILS

TITLE: Kanita Dayali Uygulamalar ve Psikolojik Danisma ve Rehberlik Alanina Yansimalari

AUTHORS: Ferhat KARDAS,Ilhan YALÇIN

PAGES: 13-24

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/631421>

Kanıtı Dayalı Uygulamalar ve Psikolojik Danışma ve Rehberlik Alanına Yansımaları *

Evidence-Based Practices and Implications for the Field of Counseling

Ferhat Kardaş

Ankara Üniversitesi,
Eğitim Bilimleri Fakültesi,
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Anabilim Dalı, Türkiye
kardas-90@hotmail.com

İlhan Yalçın

Ankara Üniversitesi,
Eğitim Bilimleri Fakültesi,
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Anabilim Dalı, Türkiye
yalcini@ankara.edu.tr

ÖZ

Yirmibirinci yüzyılda çeşitli alanlarda yaşanan hızlı değişimler ruh sağlığı hizmetlerine olan gereksinimi arttırmaktadır. Artan gereksinimle beraber, ruh sağlığı hizmetleri ile ilgili anlayış da farklılaşmakta, sunulan hizmetlerin niteliği ile ilgili beklentiler artmaktadır. Bu bağlamda, son zamanlarda üzerinde durulan önemli konulardan birisi de ruh sağlığı alanında “kanıtı dayalı uygulamalar” yaklaşımıdır. Kanıtı dayalı uygulamalar konusu, yurt dışında uzun süredir tartışılan ve önemli gelişmelerin yaşandığı konulardan birisidir. Bu çalışmada, ruh sağlığı alanında kanıtı dayalı kavramı, bu kavramın tanımı, tarihçesi, içeriği ve önemi üzerinde durulmuş, bu kavramla ilgili tartışma alanları ele alınmış ve bu uygulamalar ile ilgili yurt dışında ve Türkiye’de geline nokta ile ilgili bir değerlendirme yapılmıştır. Bu çerçevede, psikolojik danışma ve rehberlik alanı açısından kanıtı dayalı uygulamaların kullanılmasına ilişkin çeşitli konular ele alınmış, halihazırdaki duruma ilişkin bir değerlendirme yapılmış ve kanıtı dayalı müdahalelerin kullanılmasına ilişkin çeşitli öneriler sunulmuştur.

Anahtar kelimeler: Kanıtı dayalı uygulama, deneysel destekli tedaviler, hesap verilebilirlik, araştırma-uygulama işbirliği

ABSTRACT

Rapid and continuous changes occurring in different areas in the twenty-first century, also increases the need for mental health services. With these rising needs, people's understanding of mental health services is changing and expectations about the quality of the given services are increasing. In this context, one of the important issues highlighted in recent years is "evidence-based practices (EBPs)" approach in the field of mental health. The subject of evidence-based practices is one of the subjects which have been discussed abroad for a long time and in which there have been significant developments. In this study, the concept of "evidence-based", its definition, history, content and importance have been dwelled on, basic discussion areas related to this concept have been handled and a general evaluation about the current state of these practices in Turkey and abroad have been carried out. In this context, various issues related the use of evidence-based practices in the field of counseling was examined, an evaluation about the current state was done and several suggestions about the use of evidence based interventions were offered.

Keywords: Evidence based practice, empirically supported treatments, accountability, research-practice collaboration

Geliş Tarihi/Received
31 Ekim/October 2015

Kabul Tarihi/Accepted
28 Ekim/October 2016

Elektronik Yayın Tarihi/Online Published
7 Kasım/November 2016

* Bu çalışma, 7-9 Ekim 2015 tarihlerinde gerçekleştirilen XIII. Ulusal PDR Kongresi’nde sözlü bildirisi olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Yirmibirinci yüzyılda çeşitli alanlarda yaşanan sürekli ve hızlı değişimler ruh sağlığı alanını da etkilemektedir. Küreselleşme, ekonomideki dönüşüm, değişen aile yapısı, çok kültürlülük, bilim ve teknolojinin yaşam biçimlerine önemli etkileri psikolojik danışma hizmetlerine olan gereksinimi arttırmaktadır (Yeşilyaprak, 2009). Artan gereksinimle beraber ruh sağlığı hizmetleri ile ilgili anlayış da farklılaşmakta, sunulan hizmetlerin niteliği ile ilgili beklentiler artmaktadır. Bu bağlamda son zamanlarda üzerinde durulan önemli konulardan biri de ruh sağlığı alanında “kanıta dayalı uygulamalar” yaklaşımıdır. Kanıta dayalı uygulamalar konusu, yurt dışında uzun süredir tartışılan ve önemli gelişmelerin yaşandığı konulardan biridir. Ancak bu önemli konunun ülkemizde ruh sağlığı ile ilgilenen alanlarda henüz yeterince ele alınıp tartışılmadığı görülmektedir. Bu çalışmada ruh sağlığı alanında kanıta dayalılık kavramı, bu kavramın tanımı, tarihçesi, içeriği ve önemi üzerinde durulacak, bu kavramla ilgili tartışma alanları ele alınacak ve bu uygulamalarla ilgili yurt dışında ve ülkemizde geline nokta ile ilgili bir değerlendirme yapılacaktır. Bu bağlamda, psikolojik danışma ve rehberlik alanı açısından kanıta dayalı uygulamaların kullanılmasına ilişkin çeşitli konular ele alınacak, halihazırdaki duruma ilişkin bir değerlendirme yapılacak ve kanıta dayalı müdahalelerin kullanılmasına ilişkin çeşitli öneriler sunulacaktır.

KANITA DAYALILIK KAVRAMI

Amerikan Psikoloji Derneği’ne (APA, 2006) göre kanıta dayalı uygulama; “ulaşılabilen en iyi araştırma sonuçlarının danışanın özellikleri, kültürü ve tercihleri bağlamında klinik uygulamalarla bütünleştirilmesidir.” Bu yönüyle kanıta dayalı uygulama, temelde bilgiye bir yaklaşım biçimidir ve danışana verilen tedavi hizmetlerinin sonuçlarını daha etkili hale getirmek için araştırma sonuçlarından faydalanmaktır (Ollendick, 2014). Kanıta dayalı uygulamalar, hastanın veya danışanın durumu için geçerliği ve uygulanabilirliği olan en uygun müdahalenin belirlenmesi için klinik karar verme sürecidir. Bu bağlamda, kanıta dayalı uygulama, danışanın bireysel değer ve ihtiyaçları için en uygun kanıtın bulunması ve uygulanması sürecidir. Bunun son aşaması ise verilen hizmetin etkililiğinin değerlendirilmesi ve gelişimin devamlılığının sağlanmasıdır (Wampold, 1997). Bu yönüyle kanıta dayalı uygulama belirli bir kuramsal yönelim ya da duruşla bağlantılı değildir ve ruh sağlığı alanında kullanılan tedavi yöntemlerinin kuramsal yönelimden bağımsız olarak nesnel temellere dayanmasını ve bilimsel açıdan güvenilir olmasını gerektirmektedir (Ollendick, 2014). Buna göre, kanıta dayalı uygulama yaklaşımı üç bileşenli bir yapı olarak düşünülebilir. Bu bileşenler; (a) araştırmayla desteklenen en iyi müdahalenin kullanımı, (b) danışmanın klinik deneyimlerinin göz önünde bulundurulması ve (c) müdahalelerin seçilmesinde danışanın kültürü, değerleri ve tercihlerinin dikkate alınması ve bunların sürece dâhil edilmesidir (Bauer, 2007).

Kanıta dayalı uygulama kavramı, deneysel olarak sınanmış müdahaleler, deneysel temelli tedaviler, kanıta bilgilendirilmiş uygulamalar/müdahaleler gibi farklı isimlerle kullanılmaktadır. Ancak Yates’e (2013) göre deneysel olarak desteklenmiş tedaviler, belirli bir grup üzerinde etkililiği araştırma ile desteklenmiş belirli psikolojik tedavileri ifade etmektedir. Bu yönüyle, bu kavram psikolojik danışmadaki daha geniş uygulamaları değil, sadece etkililiği araştırılan müdahaleyi ifade etmektedir. Kanıta dayalı uygulama yaklaşımı ise daha genel bir yaklaşımı ifade etmektedir ve bu kavramlar arasında daha yaygın bir kabul görmüştür. Ancak alanyazın incelendiğinde kavramlarla ilgili bir uzlaşının olmadığı, farklı araştırmacıların sözü edilen bu kavramları farklı anlamlarda kullandıkları görülmektedir.

KANITA DAYALILIK TARTIŞMALARININ TARİHÇESİ

Kanıta dayalı müdahale tartışmaları, ilk önce tıp alanında başlamış daha sonra ruh sağlığı ile ilgili çeşitli alanlarda yaygınlaşan bir konu haline gelmiştir (Biesta, 2007). Yates’e (2013) göre, ABD’de 1970’li yıllarda sağlık sistemi ile ilgili çeşitli reformlar yapılmış, halkın sağlık hizmetlerine erişimini kolaylaştıran düzenlemeler yapılmıştır. Sağlık hizmetlerine erişimin kolaylaşması, sağlık hizmetleriyle ilgili bütçenin ciddi şekilde artmasına neden olmuştur. Bu durum, araştırmacıları “en iyi tedavileri” araştırmaya sevk etmiştir. Zaman içinde giderek yaygınlaşan bu araştırmalarla, en iyi tedavi yöntemlerinin neler olduğu, hangilerinin araştırmayla desteklendiği, uygulanan tedavi yönteminin plasebo gruplarına göre veya tedavi uygulanmayan gruplara göre daha etkili olup olmadığı ortaya konulmaya çalışılmıştır. Bu durum, günümüzdeki “kanıta dayalı uygulama yaklaşımının” temelini oluşturan önemli faktörlerden biridir (Yates, 2013). Sağlık alanında başlayan bu tartışmalar ruh sağlığı alanında da yapılmaya başlanmış ve zaman içinde bu yaklaşımların kullanılması ile ilgili önemli ilerlemeler olmuştur. Bu süreçte, psikoloji uygulamalarında yapılan müdahalelerin bilimsel açıdan yeterliğini kanıtlamak için APA’nın 12.

Bölümü (Klinik Psikoloji) 1990'lı yılların başında Psikolojik Süreçlerin Tanıtılması ve Yaygınlaştırılması ile ilgili bir görev gücü kurmuştur. Bu çabalar, zamanla psikoloji alanında “DeneySEL Olarak Sınanmış Tedaviler” yaklaşımının doğmasına zemin hazırlamıştır. Bu bağlamda görev gücü; klinik psikologlar, üçüncü taraflar ve kamuoyunun psikoterapiye bakışı göz önünde bulundurulduğunda, klinik psikolojinin biyolojik psikiyatrinin altın çağında varlığını sürdürebilmesi için APA'nın etkililiği kanıtlanmış psikoterapilerin kullanılması için harekete geçmesi gerektiğini belirtmiştir (Wampold, Lichtenberg ve Waehler, 2002).

APA'nın Psikolojik Süreçlerin Tanıtılması ve Yaygınlaştırılması görev gücü 1995 yılında deneySEL olarak desteklenmiş tedavilerin belirlenmesinde kullanılan ölçütleri ve bu ölçütlere uyan 25 tedavinin ismini yayınlamıştır. Daha sonra görev gücü bir yandan bu listeyi çoğaltırken, diğer yandan terapistlerin eğitimi için gerekli bilgi ve materyallerin toplanması ve dağıtılması için çalışmalar yapmıştır. 1998 yılında listedeki tedavi sayısı 71'e yükselirken deneySEL olarak desteklenmiş tedaviler konusunda eğitim için çeşitli çalışmalar yapılmaya devam etmiştir (Wampold vd., 2002). Günümüzde kanıta dayalı uygulamaların kullanımı uluslararası sağlık örgütleri, uluslararası dergiler ve insan hakları örgütleri tarafından desteklenen bir yaklaşım haline gelmiştir (Kagee ve Lund, 2012).

PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK ALANINDA KANITA DAYALILIK

Tıp alanında başlayan, psikiyatri ve klinik psikoloji alanlarında tartışmaya açılan ve yaygınlaşan kanıta dayalı uygulama yaklaşımı zamanla psikolojik danışma ve rehberlik alanında da ele alınan bir konu haline gelmiştir. Kanıta dayalı uygulama kavramının psikolojik danışma ve rehberlik alanında yer edinmesinin önemli aşamalarından birisi 2003 yılında *Journal of Counseling and Development* adlı dergide “en iyi uygulamalar” adı altında bir bölüm açılmasıdır. Bu bölüm; kanıta dayalı uygulama kullanımının incelenmesi, etkili müdahalelerin özelliklerinin araştırılması, çalışılan kitlelerin özelliklerine göre uygulanan müdahalelerin farklılıklarının araştırılması ve çeşitli uygulama alanlarına göre psikolojik danışmadaki farklılıkların ortaya konulması gibi amaçlarla açılmıştır (Yates, 2013).

Gelinen aşamada, psikolojik danışma ve rehberlik alanındaki meslek örgütlerinin psikolojik danışma ve psikoloji alanlarında kanıta dayalı uygulamaların kullanımını destekledikleri görülmektedir (Thomason, 2010). Bu çerçevede, Amerikan Psikolojik Danışma Derneği'nin etik kodlarında (American Counseling Association [ACA], 2005) psikolojik danışmanların kuramsal, deneySEL veya bilimsel temelleri olan yöntemler kullanması zorunluluğundan söz edilmektedir. Benzer şekilde, Amerika'da Psikolojik Danışma ve İlgili Eğitim Kurumlarının Akreditasyonu Kurulu (Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs-CACREP), psikolojik danışmada kanıta dayalı kararlar alınması için psikolojik danışma eğitim programlarında danışmanların araştırmaları eleştirel olarak değerlendirme, psikolojik danışmada en iyi uygulamaları ve etkililik araştırmalarını anlama gibi konularda eğitilmelerini zorunlu tutmaktadır (Yates, 2013). Bu kapsamda, halihazırdaki yaygın yaklaşım kanıta dayalı uygulamaların desteklenmesidir ve kanıta dayalı uygulamaların kullanımı, yapılan müdahalelerin geçerliği ve güvenilirliği için önemli ölçütlerden biri haline gelmiştir.

Psikolojik danışma ve rehberlik alanı açısından kanıta dayalı uygulama yaklaşımının dayandığı temel kavramlardan birisi “hesap verilebilirlik”tir (accountability). Sexton'a (1999) göre “hesap verilebilirlik” çağında yaşamaktayız ve bu kavram bugün psikolojik danışma ve rehberlik alanının kuramsal boyutundan bile daha önemli bir ilkesi haline gelmiştir. Hizmetlerin maliyeti, müdahalelerin etkililiği, araştırmayla desteklenen en iyi uygulama-müdahale gibi kavramlar klinik süreç ve yönetim süreçlerinde karar vermede birincil etmenler haline gelmiştir. Dolayısıyla sonuç ve etkililikle ilgili bilgi veren “araştırma” temel önceliklerden biri haline gelmiştir. Psikolojik danışma alanının geçmişi, bugünü ve geleceği ile ilgili çeşitli konuları ele aldığı çalışmasında Whiston (2002) bazı yöneticilerin, okul yönetim kurulu üyelerinin ya da velilerin güçlü deneySEL destek olmadan okul psikolojik danışmanlarına ödenen paraların daha başka amaçlarla kullanılmasını tartışabileceklerini belirtmektedir. Güçlü kanıtlar olmadan alanın geleceği ve psikolojik danışmanların pozisyonları risk altında olacaktır. Okul psikolojik danışma dernekleri ve organizasyonlarının, kanıta dayalı müdahale yönergelerinin oluşması ve hesap verilebilirlik ile ilgili ikna edici bir noktaya gelmesi için psikolojik danışma araştırmalarını teşvik etmesi gerekmektedir. Benzer şekilde, Studer, Oberman ve Womack (2006) artık okul psikolojik danışmanları için arkalarına yaslanıp yaptıkları iyi şeylerin fark edilmesini bekleme döneminin geçtiğini, hesap verilebilirliğin eğitimin her alanında etkin bir ilke haline geldiğini ve okul psikolojik danışmanlarının yaptıkları uygulamaların etkili ve başarılı olduğunu kanıtlamaları yönünde artan bir baskı olduğunu belirtmişlerdir.

Yapılan uygulamaların etkililiği tartışmaları bağlamında Amerikan Okul Psikolojik Danışmanları Derneği (ASCA) yayınladığı modelde (American School Counselor Association [ASCA], 2012) okul psikolojik danışmanlığına ilişkin bir çerçeve sunmuş ve çeşitli konularla ilgili standartları belirlemiştir. Bu modelin dört temel ögesinden birisi “hesap verilebilirlik”tir. ASCA’ya (2012) göre artık okul psikolojik danışmanlarının okul psikolojik danışma ve rehberlik programının etkililiğini ve öğrencilerde pozitif değişim meydana getirdiğini ölçülebilir terimlerle kanıtlamaları istenmektedir. Bu çerçevede, ASCA modeline göre okul psikolojik danışmanlarının bilgi, beceri, yetenek ve tutumlar boyutunda hesap verilebilirlikle ilgili yeterliklere sahip olması beklenmektedir. Buna göre okul psikolojik danışmanlarının (ASCA, 2012);

- Bilgi boyutunda; araştırma yapmak için temel araştırma ve istatistik kavramlarını bilmeleri, program etkililiğini ve program ihtiyaçlarını belirlemek için veri kullanımını bilmeleri;
- Yetenek ve beceri boyutunda; okul psikolojik danışma ve rehberlik programının etkililiği ile ilgili veri toplama ve değerlendirme, programın öğrenci başarısını arttırdığını verilerle gösterebilme, yaptığı değerlendirmeler bağlamında geliştirilmesi gereken alanları belirleme, program geliştirme sürecinde öğrencilerden veri toplama ve programı buna göre geliştirme gibi yeterliklere sahip olmaları;
- Tutum boyutunda ise okul psikolojik danışma ve rehberlik programının somut başarılar göstermesine inanma, psikolojik danışmanların okul rehberlik programının sonuçlarıyla ilgili hesap verebilir olması gerektiğine, programın etkililiğini nitel ve nicel verilerle göstermesi gerektiğine inanma gibi tutumlara sahip olmaları beklenmektedir.

Buna göre temelde okul psikolojik danışmanlarının uygulamalarının etkili olduğunu göstermeleri, bu uygulamaları topladıkları verilere göre yönlendirmeleri, yaptıkları çalışmalar konusunda hesap verebilmeleri, öğrenci başarısına somut, ölçülebilir katkılar sunmaları beklenmektedir. Bu durum, ASCA’nın hesap verilebilirlik temasının kanıta dayalı uygulama yaklaşımının temel varsayımlarıyla benzeştiğini göstermektedir.

KANITA DAYALI UYGULAMALARIN BİLEŞENLERİ VE “EN İYİ KANIT TARTIŞMALARI”

Kanıt dayalı uygulamalarla ilgili yaygın olarak tartışılan konulardan birisi “var olan/ulaşılabilen en iyi araştırma kanıtı” kavramıdır. Bu kavram, kanıt dayalı yaklaşıma itiraz edenlerin üzerinde durdukları en önemli noktalardan biridir (Yates, 2013). Herhangi bir tedavinin iyi olduğunun ya da bilimsel olarak etkili olduğunun belirlenmesinde bazı ölçütlerden söz edilmektedir. Tedavinin plasebo veya diğer herhangi bir tedavi biçiminden daha etkili olduğunun kanıtlanması ya da yerleşmiş herhangi bir tedavi biçimiyle eşit olduğunun farklı araştırmacılar tarafından yapılmış en az iki araştırmayla ortaya konulması bu ölçütlerin önemlileri arasında sayılmaktadır (Wampold vd., 2002). Deneysel olarak desteklenmiş müdahalelerin nasıl olması gerektiği ile ilgili çeşitli tartışmalar yapılmış ve “kanıtın” niteliğine ve özelliklerine ilişkin, farklı alanlar çeşitli ölçütler belirlemişlerdir. Belirlenen bu ölçütler bağlamında, Amerikan Psikoloji Derneği (APA) deneysel olarak desteklenmiş tedavi listeleri yayınlamış ve yayınlamaya devam etmektedir. En iyi kanıt tartışmaları çerçevesinde, Chambless ve Ollendick (2001) en iyi kanıt göstermek için “seçkisiz klinik çalışmaları” kullanmayı önermişlerdir. Bu çalışmaların tipik özellikleri; kontrol ve deney grubu arasındaki karşılaştırmalar, seçkisizlik, tedavi yönergelerinin kullanımı, iyi psikometrik özelliklere sahip güvenilir değerlendirmelerin kullanılması ve birden fazla psikopatolojisi olanların araştırma dışında bırakılması (Marquis, Douthit ve Elliot, 2011’den aktaran Yates, 2013) şeklindedir.

Kanıt dayalı müdahale yaklaşımının uygulanması konusunun farklı alanlarda farklı yansımaları olmaktadır. Pozitivist bir yönelime sahip tıp biliminde bu yaklaşım seçkisiz klinik çalışmalarla uygulanmaktadır. Buna göre tıp alanında “en iyi kanıt” seçkisiz olarak belirlenen bir takım araştırmaların incelenmesi ve deneysel olarak etkililiği kanıtlanmış yöntemlerin belirlenmesi şeklinde olmaktadır. Ancak Wampold’a (1997) göre bu yöntem davranış bilimleriyle ilişkili olarak gerçek hayatın ve şartların karmaşıklığını göz önünde bulundurmamaktadır. Bu bağlamda, bazı araştırmacılar bu süreçte “kanıtların çokluluğu” yaklaşımının daha işlevsel olacağını ifade etmektedirler (Tucker ve Reed, 2008).

Amerikan Psikoloji Derneği'nin 17. bölümü olan Danışma Psikolojisi alanı, yapılan tartışmalar bağlamında kanıtla dayalı tedavilerin kullanılması süreci için yedi ölçüt belirlemiştir. Bu ölçütler şunlardır (Wampold vd., 2002);

- 1) Müdahalelerin geçerliğini belirlemede özgül olma (specifity) düzeyi göz önünde bulundurulmalıdır. Bunun için dört düzey belirlenmiştir. Birinci düzey; psikoterapi, süpervizyon, sınıf rehberliği ve önleme etkinlikleri gibi daha geniş düzeyleri kapsamaktadır. İkinci düzey; birinci düzeydeki etkinlikler için kullanılan yaklaşımları, örneğin; psikoterapilerde bilişsel davranışçı terapi kullanımı, kariyer araştırması, grupla psikolojik danışma gibi yaklaşımları ifade etmektedir. Üçüncü düzey; belirli sorunlar veya gruplar için kullanılan temel yaklaşımları kapsamaktadır. Örneğin; depresyonda bilişsel davranışçı terapi kullanımı, ilköğretimde madde kullanımının önlenmesi, psikolojik danışma eğitiminde mikro beceri yaklaşımının kullanılması, yeni evli çiftler için evlilik eğitimi programı geliştirme gibi. Dördüncü düzey ise belirli kitlelerin belirli sorunları için kullanılan belirli yaklaşımları ifade etmektedir. Örneğin; *X kültürel özelliklerine, Y risk faktörlerine sahip bir birey için Z önleme programının kullanılması* gibi daha spesifik düzeyi ifade etmektedir. Buna göre müdahalenin geçerliği, farklı düzeyler göz önünde bulundurularak incelenmelidir.
- 2) Özgül olma düzeyi tanı koyma ile sınırlanmamalı, patoloji bakış açısına göre değerlendirme yapılmamalı, danışanın etnik kökeni, cinsiyeti, tutumları, değerleri, tedavi için tercihleri, tedavi almada gönüllü olması gibi faktörler de göz önünde bulundurulmalıdır.
- 3) Bilimsel kanıtlar yanlı olarak değil destekleyen ve desteklemeyen yönleriyle bütünsel ve toplu olarak değerlendirilmelidir. Sonuçların değerlendirilmesinde uygun yöntemler kullanılmalıdır.
- 4) İncelenen müdahale yönteminin hiç müdahalede bulunmamaya veya başka bir müdahale biçimi kullanmaya karşı görece etkisi ve yeterli değeri değerlendirilmelidir.
- 5) Herhangi bir olumlu gelişmeyi bir müdahale yönteminin içeriğine bağlamak için ikna edici kanıtların olması gerekir. Görece başarı ya da plasebo grubuna karşı daha üstün başarı, sonucun müdahalenin belirli bir içeriğine atfedilmesi için yeterli değildir. Başarılı sonucun, müdahalenin hangi bileşeni ile ilişkili olduğu kanıtlarıyla ortaya konulmalıdır.
- 6) Çıktılar/sonuçlar daha uygun şekilde ve daha geniş kapsamlı olarak değerlendirilmelidir. Bu bağlamda, sonuçlar danışanın genel yaşam işlevselliği, farklı tarafların görüşleri, maliyet ve yararlar gibi konuları göz önünde bulundurularak değerlendirilmelidir. Örneğin; iş yerinde stresi azaltmak için uygulanan bir müdahalenin depresyon, evlilik yaşamı, fiziksel sağlık gibi farklı alanlarda da etkisini göstermesi beklenir.
- 7) Özgül olma düzeyinden ve kanıttan bağımsız olarak uygulanacak müdahaleler yerel şartlar ve gereksinimler göz önünde bulundurularak uygulanmalı ve değerlendirilmelidir. Psikolojik danışman, müdahaleden başarılı sonuçlar almak için şartlara göre çeşitli değişiklikler yapmalıdır.

KANITLA DAYALI UYGULAMALARA YÖNELİK ELEŞTİRİLER

Kanıtla dayalı müdahalelerin kullanımı, beraberinde çeşitli tartışmaları da başlatmıştır. Yaklaşımına karşı çıkanlar olduğu gibi bu yaklaşımı destekleyenler de çıkmıştır. Weisz, Jensen-Doss ve Hawley'e (2006) göre, modern psikolojide çok az konu, destekleyen ve karşı çıkan görüşlerle kanıtla dayalı uygulamalar konusu kadar tartışılmıştır. Wampold'a (1997) göre bu konu ile ilgili temel tartışmalar "en iyi kanıtın ne olduğu, nitelikli araştırmanın ne olduğu, en iyi kanıtla nasıl ulaşılabileceği ve bunun nasıl uygulanacağı" soruları etrafında dönmektedir. Weisz ve diğerlerine (2006) göre ise kanıtla dayalı uygulamalar konusunda yapılan tartışmaların merkezinde yer alan sorulardan birisi; kanıtla dayalı uygulama ile olağan bir klinik uygulama karşılaştırıldığında aralarında anlamlı bir farkın olup olmayacağıdır.

Weisz ve diğerlerine (2006) göre, kanıta dayalı uygulamalara karşı çıkan çeşitli araştırmacıların itirazları şu şekildedir;

- Kanıta dayalı tedaviler çoğunlukla daha basit ve klinik dışı vakalar üzerinde test edilmiştir, klinik ortamda karmaşık ve daha ağır vakalarda iyi çalışmayabilir.
- Daha çok tekil sorunlar veya teşhisler için üretilmiştir. Bundan dolayı, klinik uygulamalarda daha yaygın olduğu üzere eştanı vakalarında çalışmayabilir.
- Protokollere dayalıdır. Bu yüzden danışanın gereksinimlerine göre bireyselleştirmek çok güçtür.
- Son derece yapılandırılmıştır. Bu yüzden danışanın hayatındaki beklenmedik durumlara müdahale noktasında terapistin yaratıcılığını kısıtlayabilir.
- Spontanlık ve esneklik konusunda kısıtlıdır. Bu yüzden danışanla iyi bir terapötik ilişki kurmayı ve geliştirmeyi engeller.

Chambless ve Ollendick (2001) ise kanıta dayalı uygulama/deneysel destekli müdahale yaklaşımına karşı çıkanların görüşlerini şu şekilde özetlemektedirler;

- Önyargılı küçük bir grubun çalışmasıdır.
- Psikoterapi araştırmaları için nicel araştırma paradigması uygun değildir. Kanıtların kaynağı için nitel araştırma ya da klinik gözlemden yararlanılmalıdır.
- Deneysel destekli müdahale araştırmaları tedavi yönergelerine ya da benzerlerine göre yapılmaktadır. Bu durum psikoterapinin niteliğinde düşüşe neden olacaktır.
- Psikoterapinin farklı şekillerinin yeterlikleri arasında herhangi bir farklılık bulunmamaktadır. Bu yüzden “deneysel destekli müdahale” tanımlaması gereksizdir.
- Deneysel destekli müdahale araştırmaları klinik uygulamada klinik şartlar, danışan, terapist ve tedavi amaçları gibi açılardan genellenemeyeceği için göz ardı edilmelidir.

Elliott (1998) kanıta dayalı uygulama yaklaşımına karşı çıkanların görüşlerini incelediği çalışmasında, kanıta dayalı uygulamalara yönelik eleştirileri iki temel başlık altında ele almıştır. Bunlar; deneysel olarak desteklenmiş tedavilerin listelerinin yayınlanması ve tedavilerin geçerliğini belirlemek için kullanılan ölçütlerdir. Yaklaşımına karşı çıkanlara göre geçerli tedavi listelerinin yayınlanması şu açılardan sakıncalıdır;

- Etkililiği gösteren veriler, öne sürülen iddialar için yetersizdir ve bu yaklaşım keyfi, politik bir sürecin ürünüdür.
 - Geçerlikle ilgili bilgiler suistimal edilebilir. Örneğin; listede olmayan tedaviler geçersiz sayılabilir ya da sağlık kurumları en ucuz terapilerden seçmece yapabilir.
 - Klinik gelişim ve yenilenmelerin önü tıkanabilir.
- Tedavilerin geçerliğiyle ilgili kullanılan ölçütlere ilişkin tartışmada ise şu eleştiriler yapılmaktadır;
- Bu ölçütler geçersizdir ve herhangi bir yardımı yoktur.
 - Konunun önemine göre çok hafif kalmaktadır.
 - Dikkatlerin psikoterapi araştırmalarında ortaya çıkan önemli süreç değişkenlerinden, sonuç üzerinde daha az etkili olan terapi ve teknik değişkenlere doğru kaymasına neden olmaktadır.
 - Seçkisiz klinik çalışmaların oluşturulmasında yöntemle ilgili ciddi sorunları ihmal etmektedir.
 - Tedavi yönergesinde bağlılığı belirttiği için etkililiği engellemektedir.

Bu eleştirilerin yanında, kanıta dayalı uygulamalarla ilgili olarak; bu uygulamaların kullanımı ile geleneksel yaklaşımların kullanımının karşılaştırılması ile ilgili yeterli bilgi bulunmaması, psikolojik danışmanlara daha fazla zaman gerektirmesi ve ekstra çalışmalar yapmayı zorunlu kılması, danışmanlara ve psikolojik danışma ve rehberlik servislerine tedavi materyalleri ve psikolojik danışmanların eğitimi gibi açılardan daha pahalıya mal olabilmesi gibi sınırlılıklardan da söz edilmektedir (Yates, 2013).

KANITA DAYALI UYGULAMALARI DESTEKLEYEN GÖRÜŞLER

Kanıt dayalı uygulama yaklaşımlarının çeşitli avantajları bulunmaktadır. Yates'e (2013) göre alanda yapılan çalışmaların etkililiğinin değerlendirilmesi, fayda-maliyet açısından değerlendirmenin yapılması ve tedavilerin etik standartlara göre yapılması bu avantajlardan bazılarıdır. Diğer yandan kanıt dayalı uygulamalar, psikolojik danışmanlara klinik çalışmalarında daha uygun kararlar almaları için bir çerçeve sunmaktadır.

Bu yaklaşımı destekleyenlere göre, kanıt dayalı yaklaşım alanda genel ve özel psikolojik müdahalelerin etkililiğiyle ilgili bilinenlerin yaygınlaştırılması için bir araç ve bu müdahalelerin danışanlara en iyi düzeyde yardım sağlamak için kullanılmasında itici bir güçtür. Diğer yandan, deneysel geçerliği kanıtlanmış tedavi listesinin olması uygulayıcılara müdahalelerini planlamada yardımcı olur ve hizmetlerini daha nitelikli hale getirmede başvuracakları bir kaynak oluşturur (Elliott, 1998). Wampold ve diğerlerine (2002) göre ise kanıt dayalı müdahale tartışmaları, en azından çeşitli mesleki konuların tartışılmaya başlanmasını sağlamış ve terapi araştırmalarını teşvik etmiştir. Benzer şekilde Weisz ve diğerlerine (2006) göre de bu tartışmalar alandakiler için ve ruh sağlığı alanının bütün paydaşları için gerçekten son derece değerlidir.

Tedavi süreçleriyle ilgili yönergelerin olması, etkililik araştırmalarında değişkenlerin işevuruk olarak tanımlanmasını kolaylaştırdığı gibi, tedavilerin belirlenen süreçlere uygun olarak yapılıp yapılmadığını bağımsız olarak doğrulama fırsatı sunmaktadır. Bu yüzden bu yönergeler, APA'nın 12. Bölümü için Kanıt Dayalı Yaklaşımları belirlemede önemli bileşenlerden biridir (Wampold vd., 2002).

Thomason'a (2010) göre kanıt dayalı uygulama yaklaşımlarının kullanımını destekleyen ve bunlara karşı çıkanlar arasında çeşitli tartışmalar sürmektedir. Bu tartışmalarda her iki tarafı destekleyen görüşler de değerli olmakla beraber, bu yaklaşımın destekçilerinin tartışmayı kazandıkları görülmektedir. Psikoterapi, temel olarak bir terapötik konuşma süreci olduğundan dolayı, doğası itibarıyla deneysel analizlerin konusu olması zordur; ancak ekonomik çıkarlar yardım mesleklerini belirli bozuklukları/problemleri tedavi etmeye dönük müdahale yöntemleri geliştirmelerini zorunlu kılmaktadır. Üçüncü tarafların varoluşsal problemlere veya yaşam sorunlarına dönük konuşma terapilerinden daha çok bozuklukları tedavi eden yaklaşımlara fon sağlamaları daha yüksek bir olasılıktır. Kanıt dayalı tedavi yöntemleri tanınmaya başlandıkça, fonları sağlayan üçüncü taraflar psikoterapistleri bu yöntemleri kullanmaya zorlamaktadır.

KANITA DAYALI UYGULAMALARIN ÖNEMİ VE GELECEĞE İLİŞKİN ÖNGÖRÜLER

Kanıt dayalı uygulamalar, son yıllarda gittikçe önem kazanmaya başlayan bir yaklaşım haline gelmiştir. Yaklaşımın "üçüncü taraflar" tarafından isteniyor olmaya başlaması, ruh sağlığı alanıyla ilgili dernek ve kuruluşlarca benimsenmesi, uluslararası sağlık örgütleri tarafından tavsiye edilmesi ve etkililiği ile ilgili araştırma sonuçlarının çoğalması bu konunun önemini arttıran etmenlerdir. Kanıt dayalı uygulamaları kullanma klinik psikoloji (Lilienfeld, Ritschel, Lynn, Cautin ve Latzman, 2013), rehabilitasyon danışmanlığı (Anthony ve Mizock, 2014), okul psikolojisi (White ve Kratochwill, 2005), aile danışmanlığı (Carr, 2000) ve grup psikoterapisi (Leszcz ve Kobos, 2008) gibi alanlarda yaygınlaşmaya başlayan bir yaklaşım haline gelmiştir. Prochaska ve Norcross'a (2007) göre uygulama yapan psikologlar için ruh sağlığı alanında kanıt dayalı uygulamaların gelişmesi kadar önemli bir mesleki konu bulunmamaktadır. Benzer şekilde Sexton'a (1999) göre "kanıt dayalı psikolojik danışma uygulamaları" hem psikolojik danışmaya hazırlık sürecinin hem de psikolojik danışma mesleğinin icrasının geleceğini oluşturmaktadır. Çünkü kanıt dayalı müdahale yaklaşımları bağlamında uygulamaların araştırmayla desteklenmesi, danışma sürecine getirilen karmaşık sorunlarla çalışmada müdahalelerin en iyi bileşenlerle yapılmasını, klinik deneyim kazanmayı ve güvenilir tedavi protokolleri oluşturmaya sağlamaktadır.

Yukarıda görüldüğü gibi kanıt dayalı uygulama yaklaşımı birçok alanda yaygın olarak tartışılan ve ruh sağlığı alanının geleceğinde tartışılmaya devam edilecek bir konudur. Ruh sağlığının geleceğindeki eğilimlerle ilgili tahminlerde bulunan birçok araştırmacı, kanıt dayalı müdahalelere değinmekte ve bu yaklaşımın gelecekte önemli konulardan biri olacağını belirtmektedir. Bu bağlamda, Norcross, Pfund ve Prochaska (2013) yaptıkları araştırmada "delphi tekniğini" kullanarak doktora düzeyinde klinik deneyime sahip 70 uzmanın görüşleri çerçevesinde, gelecek 10 yılda psikoterapilerdeki değişim ve eğilimlerin neler olabileceğini ortaya koymaya çalışmışlardır. Söz konusu araştırmanın bulgularına göre, psikoterapideki diğer bütün değişimleri etkileyecek dört temel güç; teknoloji, ekonomi, kanıt ve düşünceler olacaktır. Bu kapsamda *teknoloji* temasına göre, çevrim-içi terapiler, akıllı telefon uygulamaları, sosyal ağ müdahaleleri, kendine yardım kaynakları gibi değişimler en çok değişim beklenen alanlardır. *Ekonomi* temasına göre, terapistlerden beklenen nitelikler değişecek; yüksek lisans

düzeyinde terapistler, aile danışmanları, klinik sosyal çalışmacılar ve psikiyatri hemşireleri gibi gruplara daha fazla talep olacaktır ve kısa süreli terapiler veya belirli bozukluklara yönelik psiko-eğitim çalışmaları yükselişe geçecektir. *Kanıtla dayalılık* temasına göre, kanıtla dayalı uygulamalar sağlık sigortaları tarafından zorunlu tutulacak ve uygulama yönergeleri psikoterapinin gündelik işleyişinde yer alacaktır. *Düşünce* temasına göre ise özellikle doğu felsefesinden esinlenen farkındalık ve meditasyon gibi konuların tek başlarına ya da diyalektik davranışçı terapi ve kabul ve yüklenim kuramı gibi terapilerle beraber kullanılacağı öngörülmektedir.

Psikolojik danışma ve rehberlik alanının geleceği ile ilgili değerlendirmelerde bulunan Yeşilyaprak'a (2009) göre küreselleşme ile beraber yaşanan sosyo-kültürel ve ekonomik değişimlerin, psikolojik danışma ve rehberlik alanında da çeşitli dönüşümlere ve yaklaşımların farklılaşmasına neden olması beklenmektedir. Dolayısıyla, geleneksel yaklaşımlardan farklı olarak psikolojik danışma hizmetlerinde soyut, belirsiz hedefler yerine kanıtla dayalı müdahale yöntemlerinin önem kazanması, uzun süreli bireysel psikolojik danışma süreci yerine kısa süreli, çözüm odaklı psikolojik danışma yaklaşımlarının tercih edilmesi ve bireyle çalışmaktan çok grupta uygulamalara yönelme gibi değişimler beklenmektedir.

Kanıtla dayalı uygulamalar bağlamında, psikoterapinin geleceğine ilişkin değerlendirmelerde bulunan Thomason (2010) ise psikoterapinin iki boyutta ilerleyeceğini öngörmektedir. Bu boyutlar, (a) "üçüncü taraflar" tarafından finanse edilecek ve belirli bozukluklar için kullanılacak kanıtla dayalı tedaviler ve (b) bireylerin kendileri tarafından finanse edilecek ve genel yaşam sorunlarının çözümüne yardımcı olacak psikolojik danışma ve psikoterapi hizmetleridir. Kanıtla dayalı uygulamalar gittikçe yaygınlaşmaya devam etmektedir. Ancak Thomason'a (2010) göre, alanyazın ve uygulama sahası, henüz bir terapistin basitçe bir yemek tarifi kitabına bakar gibi kanıtla dayalı tedaviler listesine bakarak uygulama yapacağı ve güvenilir sonuçlar elde edeceği bir noktada değil ve belki de hiçbir zaman olamayabilir. Bu yüzden bu konu tartışılmaya devam edecektir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Görüldüğü gibi, kanıtla dayalı uygulamalar, birçok alanda çeşitli boyutlarıyla tartışılan bir konu haline gelmiştir. Birçok sağlık örgütü, ruh sağlığı dernek ve kuruluşları tarafından kabul edilen ve desteklenen bu yaklaşımlar, tartışmalarla beraber yaygınlaşmaya devam etmektedir. Bu sürecin, Türkiye'de ruh sağlığı hizmetleri ve politikaları açısından çeşitli doğurgularının olacağı düşünülmektedir. Ruh sağlığı hizmetleri ve politikaları açısından ülkeler arası farklılıklar olmakla birlikte, tarihsel süreç göz önünde bulundurulduğunda, yakın bir gelecekte yurt dışında tartışılan bu konunun ülkemiz için de bir gündem maddesi olacağı öngörülmektedir. Kanıtla dayalılık tartışmalarının; ülkemiz ruh sağlığı hizmetlerinde hesap verilebilirlik ilkesini yeniden ele almaya, ruh sağlığı politikaları üzerinde yeniden düşünmeye, verilen hizmetlerin niteliğini ve etkililiğini gözden geçirmeye, üniversitelerde yapılan araştırmaları alandaki uygulamalarla bütünleştirmeye ve araştırmacı-uygulayıcı işbirliğini arttırmaya çeşitli katkılar sunacağı düşünülmektedir. Bu tartışmaların, ülkemizde meslekleşme sürecinde olan ve gelişimini sürdüren psikolojik danışma ve rehberlik alanına da çeşitli katkıları olacaktır. Özellikle okul ruh sağlığı hizmetlerinde etkililiği sınanmış uygulamalardan yararlanma, okul psikolojik danışmanlarının alandaki araştırmacılarla işbirliğini geliştirme, Amerikan Psikolojik Danışma Derneği'nin etik kodlarında ve Amerikan Okul Psikolojik Danışmanları Derneği'nin psikolojik danışman yeterliklerinde kilit bir öneme sahip olan hesap verilebilirlik ilkesinin daha etkin olarak işletilmesi gibi açılardan kanıtla dayalılık kavramının tartışmaya açılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Bu doğrultuda, ruh sağlığı politikalarında kanıtla dayalılık kavramının ve çeşitli alanlarda verilen ruh sağlığı hizmetlerinin etkililiğinin değerlendirilmesinin tartışmaya açılması; üniversitelerin PDR programlarındaki öğretim elemanları ile alan uygulayıcıları arasındaki işbirliğinin artırılması ve psikolojik danışman eğitiminde kullanılan müdahale yöntemlerinin araştırma bulguları ile desteklenmesi önerilmektedir. Ayrıca, okul psikolojik danışmanlarının mesleki rol ve yeterliklerinin tanımlanmasında hesap verilebilirliğin daha güçlü şekilde vurgulanması ve okullarda kanıtla dayalı uygulamaların kullanımının teşvik edilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- American Counseling Association. (2005). *ACA code of ethics*. Alexandria, VA: Author.
- American School Counselor Association. (2012). *The ASCA national model: A framework for school counseling programs* (3. bs.). Alexandria, VA: Author.
- Anthony, W. A. ve Mizock, L. (2014). Evidence-based processes in an era of recovery: Implications for rehabilitation counseling and research. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 57(4), 219-227.
- American Psychological Association. (2006). Evidence-based practice in psychology. *American Psychologist*, 61, 271-285.
- Bauer, R. M. (2007). Evidence-based practice in psychology: Implications for research and research training. *Journal of Clinical Psychology*, 63, 685-694.
- Biesta, G. (2007). Why “what works” won’t work: Evidence-based practice and the democratic deficit in educational research. *Educational Theory*, 57(1), 1-22.
- Carr, A. (2000). Evidence based practice in family therapy and systemic consultation: Child focused problems. *Journal of Family Therapy*, 22(1), 29-60.
- Chambless, D. L. ve Ollendick, T. H. (2001). Empirically supported psychological interventions: Controversies and evidence. *Annual Review of Psychology*, 52, 685-716.
- Elliott, R. (1998). Editor’s introduction: A guide to the empirically supported treatments controversy. *Psychotherapy Research*, 8, 115-125.
- Kagee, A. ve Lund, C. (2012). Psychology training directors’ reflections on evidence-based practice in South Africa. *South African Journal of Psychology*, 42(1), 103-113.
- Leszcz, M. ve Kobos, J. C. (2008). Evidence-based group psychotherapy: Using AGPA’s practice guidelines to enhance clinical effectiveness. *Journal of Clinical Psychology*, 64(11), 1238-1260.
- Lilienfeld, S. O., Ritschel, L. A., Lynn, S. J., Cautin R. L. ve Latzman, R. D. (2013). Why many clinical psychologists are resistant to evidence-based practice: Root causes and constructive remedies, *Clinical Psychology Review*, 33, 883-900.
- Norcross, J. C., Pfund, R. A. ve Prochaska, J. O. (2013). Psychotherapy in 2022: A delphi poll on its future. *Professional Psychology: Research and Practice*, 44(5), 363-370.
- Ollendick, T. H. (2014). Advances toward evidence-based practice: Where to from here?. *Behavior Therapy*, 45, 51-55.
- Prochaska, J. O. ve Norcross, J. C. (2007). *Systems of psychotherapy*. Belmont, CA: Thomson.
- Sextoon, T. L. (1999). *Evidence-based counseling: Implications for counseling practice, preparation, and professionalism*. ERIC veritabanından erişildi (ED435948).
- Studer, J. R., Oberman, A. H. ve Womack, R. H. (2006). Producing evidence to show counseling effectiveness in the schools. *Professional School Counseling*, 9(5), 385-391.
- Thomason, T. C. (2010). The trend toward evidence-based practice and the future of psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 64(1), 29-38.
- Tucker, J. A. ve Reed, G. M. (2008). Evidentiary pluralism as a strategy for research and evidence-based practice in rehabilitation psychology. *Rehabilitation Psychology*, 53, 279-293.
- Wampold, B. E. (1997). Methodological problems in identifying efficacious psychotherapies. *Psychotherapy Research*, 7, 21-43.
- Wampold, B. E., Lichtenberg, J. W. ve Waehler, C. A. (2002). Principles of empirically supported interventions in counseling psychology. *Counseling Psychologist*, 30(2), 197-217.
- Weisz, J. R., Jensen-Doss, A. ve Hawley, K. M. (2006). Evidence-based youth psychotherapies versus usual clinical care: A meta-analysis of direct comparisons. *American Psychologist*, 61, 671-689.

- White, J. L. ve Kratochwill, T. R. (2005). Practice guidelines in school psychology: Issues and directions for evidence-based interventions in practice and training. *Journal of School Psychology*, 43, 99-115.
- Whiston, S. C. (2002). Response to past, present and future of school counseling: Raising some issues. *Professional School Counseling*, 5(3), 148-155.
- Yates, C. (2013). Evidence-based practice: The components, history, and process. *Counseling Outcome Research and Evaluation*, 4(1), 41-54.
- Yeşilyaprak, B. (2009). Türkiye’de psikolojik danışma ve rehberlik alanının geleceği: Yeni açılımlar ve öngörüler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 42(1), 193-213.

EXTENDED SUMMARY

Evidence-Based Practices and Implications for the Field of Counseling

Rapid and continuous changes occurring in different areas in the twenty-first century, also affects the field of mental health. Globalization, changes in the economy, changing family structure, multiculturalism, significant effects of science and technology on the lifestyles of people are increasing the need for counseling services (Yeşilyaprak, 2009). With these rising needs, people's understanding of mental health services is changing and expectations about the quality of the given services are increasing. In this context, one of the important issues highlighted in recent years is "evidence-based practices (EBPs)" approach in the field of mental health. The subject of evidence-based practices is one of the subjects which have been discussed abroad for a long time and in which there have been significant developments. In this study, the concept of "evidence-based", its definition, history, content and importance will be dwelled on, basic discussion areas related to this concept will be handled and a general evaluation about the current state of these practices in Turkey and abroad will be carried out. In this context, various issues related the use of evidence-based practices in the field of counseling will be examined, an evaluation about the current state will be done and several suggestions about the use of evidence based interventions will be offered.

Theoretical Framework

According to the American Psychological Association (APA, 2006) the concept of evidence-based practice (EBP) is defined as "the integration of the best available research with clinical expertise in the context of patient characteristics, culture, and preferences." From this aspect, evidence-based practice approach is basically an approach to knowledge and benefiting from research outcomes to increase efficiency of treatment services provided to clients. In this context, evidence-based practice is not related to a specific theoretical orientation or linked to a specific stance. Rather, it requires the treatment methods used in mental health services be based on objective foundations and be reliable scientifically independent from theoretical orientation (Ollendick, 2014). Accordingly, evidence based practices may be considered as a three-component structure. These are; using the best interventions supported by research, taking the counselor's clinical expertise into consideration and taking the client's cultural background, values and preferences into account and integrating them to the counseling process (Bauer, 2007).

The History of Evidence Based Practice Approach

The discussions about evidence based practices firstly started in the field of medicine and then become a widespread topic in various fields related to mental health (Biesta, 2007). In 1970s, several reforms that facilitate access to public health services were made in United States. Increasing access to health care services, thereby, led to a dramatic rise in the budget of health care. For this reason, this situation has led the researchers to make search for "best treatments". By the these researches that has increased and become common over time, researchers have tried to reach the answers of "what are the best treatment methods, which of them are supported by research outcomes and whether the used treatment is more effective than the placebo group or the group that is not given any treatment. " This process is one of the basic factors that lie behind at the "evidence based practice approach" (Yates, 2013). The discussions that had started in the field of medicine, also has become widespread in mental health field and accordingly use of evidence based practices has become an approach that is supported and recommended by international health care associations, international journals and human right organizations (Kagee & Lund, 2012).

Today, professional organizations in the field of counseling support the use of evidence based practices (Thomason, 2010). In this context, in the American Counseling Association's (ACA) code of ethics, the importance and necessity of counselors' use of the methods that have empirical and scientific foundations, is emphasized. Moreover, the Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs board (CACREP), has mandated that accredited counseling training programs for giving training to counselors to critically evaluate research articles, to understand best practices and outcome research in counseling and train students on interventions that have an empirically supported basis, for making evidence based decision (Yates, 2013).

Evidence Based Practices in the Field of Counseling

In the field of counseling, one of the important concepts that lie behind in the evidence based practice approach is "accountability." According to Sextoon (1999), we live in the age of accountability and today, this concept has become more important even than the theoretical dimension of counseling. Today, the cost of services, effectiveness of interventions, the concepts like "best interventions supported by research" have become primary factors in decision making for the clinical and management processes. Similarly, in his study, in which he handled various issues related the past, present and future of counseling field, Whiston (2002) states that without strong empirical support, some administrators, members of school management board or parents may discuss use of the money paid to the counselors for other different needs of the schools. It is stated that without strong evidence, the future of counseling field and the positions of the counselor may be at risk.

Results and Suggestions

In the current state, it seems that evidence based practices is spreading rapidly in the field of mental health (Thomason, 2010). It is anticipated that this approach will have a key role in the future of counseling and psychotherapy (Sextoon, 1999). In this context, promoting students to use evidence based practices to comply with the ethical principles (Yates, 2013) and developing effective cooperation to bridge the gap between research-practice and to support practices by research outcomes (Ollendick, 2014) is thought as important and necessary. Moreover, it is thought as important for the associations in the field of counseling to promote counseling researches for developing evidence based practice guidelines and for reaching a more persuasive and stronger position in terms of accountability (Whiston, 2002).