

ÖABT
2025

MEB-AGS

ÖABT

PSİKOLOJİK DANIŞMA
VE REHBERLİK
ÖĞRETMENLİĞİ

5 DENEME

TAMAMI
ÇÖZÜMLÜ
ÖZGÜN
SORULAR



ÖĞRETİ AKADEMİ



MEB - AGS ÖABT PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK TAMAMI ÇÖZÜMLÜ 5 DENEME

KOMİSYON
ISBN 978-605-4966-48-6

© Öğreti Akademi

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. AŞ'ye aittir. (Öğreti Akademi yayınları bir Pegem Akademi markasıdır.) Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz ve dağıtılamaz. Bu kitap, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

1. Baskı: Ankara

Proje-Yayın: Öğreti
Dizgi-Grafik Tasarım: Tolga Durğun
Kapak Tasarımı: Öğreti

İletişim: Shira Ticaret Merkezi, Macun Mahallesi 204 Cad. No: 141/33, Yenimahalle/Ankara
Yayınevi: 0312 430 67 50 / Dağıtım: 0312 434 54 24 / WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: öğreti.com / E-ileti: ogreti@ogreti.com.tr

Baskı: Ankara Özgür Matbaacılık
1250. Cad. No: 25 Ostim Yenimahalle/Ankara

Yayıncı Sertifika No: 51818
Matbaa Sertifika No: 46821

Bu testte 50 soru vardır.

1. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada, öğrencilerden belli bir miktar para karşılığında fizyolojik ihtiyaçlarını giderme dışındaki zamanlarda, 24 saat kendilerine ayrılan bir bölmede yatmaları istenmiştir. Görsel ve dokunsal uyaranların en aza indirildiği bir ortamda yatmaya başlayan öğrencilere başlangıçta çok keyifli gelen bu durum, bir süre sonra dayanılmaz hâle gelmiş ve öğrencilerin iki üç gün sonra tek istedikleri bu ortamdaki çıkmak olmuştur. Zaman, mekân algılarında ve düşünsel yeteneklerinde bozulmalar, öğrenciler dışarı çıktıklarında da devam etmiştir.

Aşağıdakilerden hangisi yukarıda verilen durumu en doğru biçimde açıklar?

- A) Zaman algısı hareketsiz ortamlarda daha çabuk kaybolmaktadır.
- B) Uyaran yetersizliği insan zihninde olumsuz etkilere neden olmaktadır.
- C) İnsanların ruh sağlıkları için televizyon, spor olayları ve doğa yürüyüşleri olumlu etkiye sahiptir.
- D) İnsanlarda hiçbir neden yokken hareket etmelerine neden olan güdüler vardır.
- E) İnsanlar ve hayvanlar gözlenen hiçbir neden olmaksızın hareket etmeye eğilimlidir.

2. İnsan beyni ile ilgili yapılan araştırmalar sonucunda beyin tabanında bulunan ve bir yer fıstığı büyüklüğünde olan yapının sadece duygu ve heyecanlara ilişkin faaliyetlerde değil aynı zamanda açlık, susuzluk ve cinsel uyarılma için de merkez görevi üstlendiği bulunmuştur.

Buna göre yukarıda özellikleri verilen beyin yapısı aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Amigdala
- B) Hipokampus
- C) Hipotalamus
- D) Talamus
- E) Medulla

3. Tanığın; kaza, acil durum vakaları ya da hırsızlık vb. durumları bildirme gibi davranışına ilişkin sosyal psikoloji alanında yapılan araştırmalar, müdahalenin tanık sayısı ile ters orantılı olduğunu ortaya koymuştur.

Buna göre önemli, olaylarda müdahalenin tanık sayısı ile ters orantılı olma durumu aşağıda verilenlerden hangisi ile açıklanır?

- A) Sorumluluğun yayılması
- B) Diğergamlık
- C) Yardım etme davranışı
- D) Beklenti
- E) Rollerin özdesi

4. Psikolojide bir eylemi tanımlamanın birçok yolu vardır. Bu nedenle her konuya değişik bir açıdan yaklaşılabilir. Bu yaklaşımlardan birine göre insanların ve öteki türlerin incelenmesinde davranış; beden, özellikle de beyin ve sinir sisteminin, içinde oluşan elektriksel ve kimyasal olaylarla ilişkilendirme çabasıdır.

Yukarıda özellikleri verilen psikoloji akımı aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Nörobiyolojik yaklaşım
- B) Bilişsel yaklaşım
- C) Psikanalitik yaklaşım
- D) Fenomenolojik yaklaşım
- E) Yapısalcılık

5. Görev/iş grubunu yöneten grup lideri, üyelerin verilen sorumlulukları zamanında yerine getirme konusuna hassasiyet gösterme konusunu kendilerine bırakmaya karar vererek her oturumda verilen görevle ilgili sorular sorma uygulamasını kaldırmıştır.

Bu duruma grup üyelerinden bazılarının aşağıdaki tepkilerinden hangisi, Kohlberg'in Ahlak Gelişimi Kuramı'nda "iyi çocuk olma eğilimi" evresinin özelliklerini göstermektedir?

- A) Her koşulda verilen görevler zamanında yapılmalı. Görevi zamanında yapmayanlar için grup lideri yaptırım uygulayabilir.
- B) Bize verilen bu toleransı kaybetmemek için görevleri zamanında yapmalıyız.
- C) Görevleri zamanında yapmak işe olan bağlılığımı artırıyor.
- D) Artık grup liderinin sorular sormaması görevlerin tamamlanmasıyla ilgili bir kural olmadığı anlamına gelmez.
- E) Grup lideriyle aramızdaki ilişkinin verilen görevlerin aksatılması nedeniyle bozulmasını istemem.

6. Mehmet Bey, X marka telefon ile Y marka telefon arasında karar vermek durumunda kalmış ve her iki telefonu da incelediğinde her iki telefonda da kendisine cazip gelen özellikler bulmuştur. Mehmet Bey, sonuçta Y marka telefonu satın almaya karar verir. Mehmet Bey, telefonu satın aldıktan sonra karar verip almadığı X marka telefonun cazip özelliklerini düşündükçe bu durumdan rahatsız olur. Bu rahatsızlıktan kurtulmak için satın aldığı Y marka telefon reklamlarına dikkat etmeye başlamış ve iyi bir seçim yaptığını kendini inandırmaya başlamıştır.

Mehmet Bey'in yaşadığı durum, aşağıda verilen tutumların değişmesine yönelik açıklamalardan hangisine uygundur?

- A) Çelişen tutumlarının bir ortalamasını almıştır.
- B) Tutumlarının bir kısmını diğerlerine uyacak şekilde değiştirmiştir.
- C) Bir nesne ile ilgili göreceli olarak devamlı olumlu ve olumsuz duygular geliştirmiştir.
- D) Duygu ve inançlarına uygun bir biçimde davranmıştır.
- E) Karar verme durumunda kaldığı için tutumun içerdiği zıt öğelerin ortalamasına yakın bir tutum oluşturmuştur.

7. "Kişilik; insan yaşamını niteleyen, yinelenen kişiler arası durumların oldukça kalıcı örüntüleridir. Kişilik var sayımsal bir kavramdır ve kişiler arası ilişkiler durumları dışında incelenemez."

Bu görüşü savunan kişilik kuramı aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Varoluşçu
- B) Ayırıcı özellik
- C) Kişisel yapılar
- D) Kişilerarası ilişkiler
- E) Bağlanma

8. **Aşağıdakilerden hangisi parasempatik sistem aktive olduğunda ortaya çıkan değişikliklerden değildir?**

- A) Göz bebeklerinin küçülmesi
- B) Kandaki glikoz oranının azalması
- C) İskelet kaslarındaki kan akımının azalması
- D) Sindirim sisteminin yavaşlaması
- E) Akciğer alveollerinin daralması

9. **Karen Horney'e göre bireyde ortaya çıkan nevrotik eğilimlerin temel nedeni aşağıdakilerden hangisidir?**

- A) Çocukluk yıllarındaki kişiler arası ilişkilerden kaynaklanan temel kaygı
- B) Bilinç dışı dürtüler
- C) Aşagılık kompleksi
- D) Karşı cinse ait özellikleri kabul etmeme
- E) Organ eksikliği

10. Bireyin varlığını tehdit eden herhangi bir durumda korku, bireyde hoşnutsuzluk yaratan herhangi bir yaşantı karşısında memnuniyet, istek ve beklentilerinin gerçekleşmemesi veya kayıp durumunda üzüntü, bireye zarar veren herhangi bir durum karşısında da kızgınlık yaşanacaktır. Bu duygular, otantik duygular olarak tanımlanır. Ancak çocukların bu duyguları ortaya koyması ebeveynler tarafından engellenirse raket duygular gelişir. Yetişkin bir insanın problemini çözmeye yaramayan, uyumsuzluk yaratan ve otomatik olarak yaşanan tanıdık duygulardır. Psikolojik danışma sürecinde amaç bireyin kendisini sınırlayan raket duyguları fark ederek değiştirmesi ve tekrar otantik duygular geliştirmesini sağlamaktır.

Bu parçada söz edilen psikolojik danışma yaklaşımını aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Gestalt
- B) Psikanalitik
- C) Transaksiyonel Analiz
- D) Bilişsel
- E) Çözüm Odaklı Kısa Süreli

11. Kişinin bilebildiği tek gerçeğin, kişinin o anda algıladığı ve yaşadığı gerçek olduğunu tekrar vurgulamaktır. Burada tanımı bakımından herkes tarafından uzlaşılan şeye “gerçek dünya” denilmektedir, işte bu “gerçek dünya” teknolojiye güvenme gibi şeylerle yanlış inançlara yol açarak insanın kendini katletmesine neden olmaktadır; bu nedenle de “gerçek dünya” insan ırkının kaldıramadığı bir lükstür. Buna alternatif bir görüş olarak ne kadar insan varsa o kadar gerçeğin olduğu hipotezini ileri sürmektedir.

Bu parçada söz edilen psikolojik danışma yaklaşımını aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Birey Merkezli
- B) Akılcı Duygusal Davranışçı
- C) Bilişsel Davranışçı
- D) Psikanalitik
- E) Gerçeklik

12. Bazı ruhsal rahatsızlıkların nedeni biyokimyasal bozukluklar ve beyin hasarı olmakla beraber, pek çoğunun nedeninin en iyi açıklaması sorumsuzluktur. Ruhsal rahatsızlık kavramı ve buna bağlı olarak “şizofrenik” ve “nevrotik” gibi bir sınıflandırma sistemi bilimsel bir fantezidir. Pek çok durumda semptomlar kişinin geçmişinden dolayı değil, şu anda ki yalnızlık ve başarısızlığından dolayı ortaya çıkmaktadır. Her semptomun bir nedeni vardır ve başarısız kimlikte semptomlarla arkadaşlık edilerek yalnızlık acısının giderilmeye çalışılır.”

Görüşünü savunan bir psikolojik danışman aşağıdaki psikolojik danışma kuramlarından hangisini benimsemektedir?

- A) Bilişsel
- B) Varoluşçu
- C) Gestalt
- D) Gerçeklik
- E) Analitik

13. Terapi sürecinde psikolojik danışman, danışanın yaşamına yön veren bazı komplekslerin olduğunu fark etmiş ve bu kompleksleri açığa çıkarabilmek için kelime çağrışım testi kullanmıştır. Bu test kapsamında danışana çeşitli kelimeler okumuş ve danışandan bu kelimelere aklına ilk gelen kelimeyle karşılık vermesini istemiştir. Bu süreçte danışanın davranışlarındaki değişiklikleri izleyerek danışanın komplekslerine ilişkin veriler toplama yoluna gitmiştir.

Psikolojik danışmanın terapi sürecinde kullandığı test dikkate alındığında aşağıdaki kuramların hangisinden yararlandığını söylemek doğru olur?

- A) Gerçeklik terapisi
- B) Davranışçı terapi
- C) Bilişsel terapi
- D) Analitik terapi
- E) Gestalt terapi

14. Bir danışanın bireyle psikolojik danışma oturumlarının birinde söyledikleri aşağıda verilmiştir:

“Yaşamın pek çok güçlüğü ve sorumluluğu ile yüz yüze geçmekte kaçınmayı, öz disiplinin getireceği bazı ödülleri toplamaktan daha kolay bir yol olarak seçmiyorum. İyisini yapmalıyım ve tüm başarılarım takdir edilmeli, aksi halde işe yaramaz birisi olacağım. Önemli bulduğum tüm insanlar tarafından hemen hemen her zaman sevilmeli ve beğenilmeliyim.”

Akılci Duygusal Davranışçı Yaklaşım’a göre danışanın bu ifadeleri, aşağıdaki kavramlardan hangisiyle açıklanır?

- A) Kişinin kendisine dayatmaları
- B) Başkalarına karşı dayatmalar
- C) Yaşama ilişkin dayatmalar
- D) Zihin okuma
- E) Temel üçgen

15. Mezuniyet töreninde bölüm birincisi olan Selma, bir konuşma yapmak için kürsüye davet edilir. Selma, konuşmasında “Aslında bölüm birincisi olsam da kendi yetilerimi tam olarak ortaya koymadım. Sanırım yüksek lisans yaparken daha fazla çaba harcayacağım.” der.

Selma, aşağıdaki bilişsel çarpıtmalardan hangisini kullanmıştır?

- A) Seçici soyutlama
- B) Aşırı genelleme
- C) Kutuplaşmış düşünce
- D) Kişiselleştirme
- E) Büyütme/Küçültme

16. **Danışan:** Uzun zamandır birlikteydik. Onunla ayrıldığımı inanmıyorum. Sanki bir parçam eksilmiş gibi. Kendimi boşlukta hissediyorum.

Danışman: Bu olayı yaşamadığım için seni anlamayacağımı düşünüyorsun ama ben de üniversitede yakın bir arkadaşımın ayrıldığını ilk zamanlar çok acı verse de sonraları bununla baş edebildim. Senin de bu problemi çözebileceğine inanıyorum.

Psikolojik danışmanın kullandığı teknik aşağıdakilerden hangisidir?

- A) İçerik yansıtma
- B) Yüzleştirme
- C) Yorumlama
- D) Kendini açma
- E) Özetleme

17. **Danışan:** İnsanlar sürekli kendini düşünür. Bunu artık daha iyi anlıyorum. Sizi düşünen birini bulmanız imkânsız, işine geldiği gibi yaşıyor herkes.

Psikolojik Danışman: Biliyorsun ki sen de bir insan-sın. Bu konuda kendinle ilgili ne söylemek istersin?

Yukarıdaki diyalogda psikolojik danışman, aşağıdaki terapötik koşullardan hangisini kullanmıştır?

- A) Kendini açma
- B) Somutluk
- C) Empati
- D) Yüzleştirme
- E) Konuşmaya açık davet

18. **Danışan (gülümseyerek):** Bakalım beni çözebilecek misin? Ne kadar iyi bir psikolojik danışmansın göreceğiz. Sevgilimden ayrıldım, söyle bakalım şimdi ne yapmalıyım?

Psikolojik Danışman: Sevgilinden ayrıldığını söylüyorsun, bu senin için üzücü bir olay olmalı. Fakat şu an bunu söylerken gülümsüyorsun. Şu anda neler hissediyorsun?

Psikolojik danışman, tepkisi ile hangi terapötik koşulu sağlamaktadır?

- A) Saydamlık
- B) Özetleme
- C) İlişkinin şimdi ve buradılığı
- D) Empati
- E) Saygı

19. **Aşağıdakilerden hangisi psikolojik danışmada amaç oluşturma işlevlerinden değildir?**

- A) Danışanı motive eder.
- B) Farklı çözüm yollarının olabileceğini danışana gösterir.
- C) Danışanın psikolojik danışma sürecine ilişkin bir fikir oluşturmaya sağlar.
- D) Psikolojik danışmanın çıktılarının değerlendirilmesini sağlar.
- E) Müdahalelerin etkililiğinin değerlendirilmesini sağlar.

20. Melahat Hanım, ne zaman bir arkadaşının evine misafirlğe gitse misafirlğe gittiği evdeki kimseyle el bile sıkışmamakta; hatta birisi yanlışlıkla elini sıktığında yanında her zaman bulundurduğu dezenfektan ile ellerini defalarca temizlemeye çalışmakta ve etrafındaki kişilerin bu durumdan rahatsızlık duyduğunu fark etmemektedir. Melahat Hanım evine döndüğünde ise ilk iş olarak kıyafetlerini değiştirmekte ve kendisini banyoda iyice temizlemektedir.

Buna göre, Melahat Hanım için aşağıdakilerden hangisini söylemek doğru bir yorum olabilir?

- A) Melahat Hanım, depresyona girmiştir.
- B) Melahat Hanım, kişilik bölünmesi yaşamaktadır.
- C) Melahat Hanım'ın sosyal fobisi vardır.
- D) Melahat Hanım'ın obsesif kompulsif bozukluğu vardır.
- E) Melahat Hanım, dissosiyatif kaçış yaşamaktadır.

21. Nevriye, üniversite hayatında özellikle arkadaşlık ilişkilerinde ve kendisine verilen görevleri yapmak kurallara uymak konusunda bazı sıkıntılar yaşamaktadır. Nevriye, kendisine verilen görevlerden her zaman kurnazlık yaparak kaçmakta ve işlerini genellikle yalan söyleyerek ve insanları aldatarak halletmeye çalışmaktadır. Hocaları notları açıkladıktan sonra ise kendisine adanetsiz davranıldığını düşünmekte ve hakkını alamadığını düşündüğünden sürekli itiraz etmektedir. İtirazları kabul edilmeyince de başka yollara başvurmaktadır.

Buna göre, Nevriye'nin yaşadığı durumu en iyi ifade eden bozukluk aşağıdakilerden hangisi olabilir?

- A) Şizofreni
- B) Paranoia
- C) Antisosyal kişilik bozukluğu
- D) Somatizasyon bozukluğu
- E) Paranoid kişilik bozukluğu

22. Çocukluğunda geçirdiği trafik kazasında anne-babasını kaybeden ve kendisi de kazadan yaralanarak kurtulan Nihat, aradan yıllar geçmesine rağmen ne zaman bir fren sesi duysa ya da bir araç içinde seyahat hâlindeyken hafif bir sarsılma bile yaşasa aşırı derecede korkmakta, gerilmekte ve ağlamaya başlamaktadır.

Geçmişindeki kaza anını tekrar yaşayan Nihat'ın yaşadığı durumu en iyi ifade eden kavram hangisidir?

- A) Depresyon
- B) Genellenmiş kaygı bozukluğu
- C) Posttravmatik stres bozukluğu
- D) Amnezi
- E) Fobik bozukluk

23. İlkokul dördüncü sınıf öğrencisi Evren, son altı aydır sıklıkla sınıf öğretmeni tarafından rehberlik servisine yönlendirilmiştir. Evren; öğretmenin yönergelerine uymadığını, onu öfkeliendirecek davranışları kasıtlı yaptığını, sık sık tartıştığını ve kendisine yönelik yapılan hataları asla unutmadığını okul psikolojik danışmanı ile görüşmelerinde söylemiştir. Bununla birlikte okul psikolojik danışmanı, Evren'in benzer davranış ve tutumları okul dışında da sergilediğini ebeveynleriyle yaptığı görüşmede öğrenmiştir.

Buna göre Evren'in gösterdiği belirtiler aşağıdaki bozukluklardan hangisini düşündürmektedir?

- A) Antisosyal kişilik bozukluğu
- B) Karşıt olma-karşı gelme bozukluğu
- C) Tepkisel bağlanma bozukluğu
- D) Panik bozukluk
- E) Toplumsal kaygı bozukluğu

24. Erman'ın annesi, okul psikolojik danışmanı Ceyda Hanım'la görüşmesinde "Oğlum ben dahil kim seslenirse seslensin sesin geldiği yöne bakmıyor. Kucağa aldığım zaman indirinceye kadar ağlıyor. Kendisiyle konuşurken göz temasından kaçınıyor. Çamaşır makinesi çalışırken karşısında saatlerce oturduğu oluyor. Sürekli tekrar eden davranışlar gösteriyor." ifadesiyle Erman'ın özelliklerini anlatmıştır.

Ceyda Hanım, Erman'da aşağıdaki bozukluklardan hangisiyle ilgili şüphe duyabilir?

- A) Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu
B) Seçici konuşmazlık
C) Otizm açılımı kapsamında bozukluk
D) Tik bozukluğu
E) Tourette bozukluğu

25. Enürezis; tekrarlayıcı nitelik taşıyan istem dışı

I işemidir. Geceleri yatak ıslatma oluyorsa diurnal,

II gündüzleri idrar kaçırma oluyorsa nokturnal olarak

III tanımlanır. Enüretik çocukların büyük çoğunluğunda istem dışı işemeler bebekliklerinden beri süregelmektedir. Buna birincil enürezis denir. En az bir yıl süre ile

IV idrarını kontrol edebildikten sonra ıslatmaya başlayanlara ise ikincil enürezis denir.

V Yukarıdaki paragrafta dışı atım bozukluklarından olan altını ıslatmayla ilgili kavramlar verilmiştir.

Altı çizili numaralandırılmış kavramlardan hangi ikisinin yerleri değiştirilirse verilen bilgi yanlış düzeltilmiş olur?

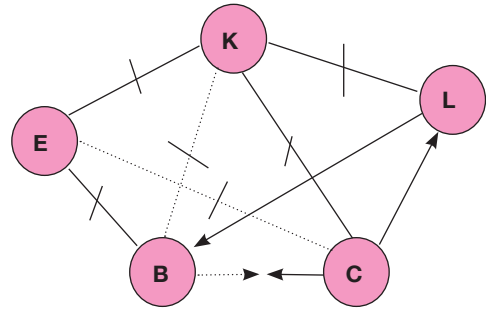
- A) II - III
B) IV - V
C) I - V
D) I - IV
E) III - IV

26 ve 27. soruları aşağıda verilen paragrafa göre cevaplayınız.

Bir sınıfa sosyometri tekniği uygulanmış, sosyometri sonucunda aşağıdaki tablo oluşturulmuştur. Tabloda arkadaşlık etmeyi isteme 1, arkadaşlık etmeyi istememe -1 ile gösterilmiştir.

		Seçilen				
		Yusuf	Mert	Zehra	Aslı	Hakan
Seçen	Yusuf		1	-1	-1	1
	Mert	-1		1	1	
	Zehra	-1	1		1	
	Aslı	-1	1	1		1
	Hakan		1		1	

Yukarıda verilen tablo doğrultusunda aşağıdaki sosyogram hazırlanmış olup sosyogramda arkadaşlık etmeyi isteme düz, arkadaşlık etmeyi istememe kesik çizgiler kullanılarak gösterilmiş; ayrıca çift yönlü istekler +, tek yönlü istekler ise → kullanılarak belirtilmiştir.



26. Yukarıda yer alan tablo ve grafik dikkate alındığında gruptaki iletişime ilişkin, aşağıdaki yorumlardan hangisinin yapılması **yanlış** olur?

- A) Yusuf, grup üyelerinin tamamınca isteme yönünde tercih edilmemiştir.
B) Kız öğrenciler içerisinde Aslı, Zehra'dan daha fazla istenmektedir.
C) Grubun lider öğrencisi Mert'tir.
D) Grupta kız öğrenciler arasında gruplaşma gözlenmektedir.
E) Hakan'ın seçimlerinde ve Hakan'a yönelik seçimlerde istememe durumu görülmemektedir.

27. Sosyogram incelendiğinde, Zehra adlı öğrenci hangi harf ile temsil edilmektedir?

- A) K B) E C) B D) C E) L