

**ÖABT
2026**

MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI AKADEMİ GİRİŞ SINAVI

MEB-AGS ÖABT

**PSİKOLOJİK DANIŞMA VE
REHBERLİK ÖĞRETMENLİĞİ**

**TAMAMI ÇÖZÜMLÜ
SORU BANKASI**



Soruların çözümlerine ve kitabın baskı tarihinden sonraki güncellemelere erişebilmek için QR kodu okutunuz.



PEGEM AKADEMİ



**ÖABT PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK
TAMAMI ÇÖZÜMLÜ SORU BANKASI**

Komisyon

ISBN 978-625-5964-85-4

Kitapta yer alan bölümlerin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

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

2. Baskı: 2025, Ankara

Proje-Yayın: Pegem
Dizgi-Grafik Tasarım: Gülnur Öcalan
Kapak Tasarımı: Pegem

İletişim

Pegem Akademi: Shira Ticaret Merkezi, Macun Mahallesi 204 Cad.
No: 141/33, Yenimahalle/Ankara
Yayınevi: 0312 430 67 50
Dağıtım: 0312 434 54 24
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: www.pegem.net
E-ileti: yayinevi@pegem.net
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

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

Yayıncı Sertifika No: 51818
Matbaa Sertifika No: 46821

Değerli Okuyucularımız,

Elinizdeki bu kitap, Millî Eğitim Bakanlığı Akademi Giriş Sınavı (MEB- AGS ÖABT) Psikolojik Danışma ve Rehberlik Alan Bilgisi Testi kapsamındaki soruları çözmek için gerekli bilgi, beceri ve teknikleri edinme ve geliştirme sürecinde siz değerli okuyucularımıza kılavuz olarak hazırlanmıştır.

MEB- AGS ÖABT Psikolojik Danışma ve Rehberlik Tamamı Çözümlü Soru Bankası yayınımda 61 testten oluşan sorular yer almaktadır. Kitap, çıkması olası soruların titizlikle incelenmesiyle ÖSYM formatına uygun sorular ve çözümleriyle bilgilerin açık ve anlaşılır olmasına dikkat edilerek hazırlanmıştır.

- * Özgün,
- * Güncel,
- * Öğrenme ve öğretme tekniklerine uygun,
- * Zaman kazandırıcı çözüm teknikleri içeren yapısıyla

sınava hazırlanmada öncü bir kitap olma amacıyla da hizmetinize sunulmuştur.

Yoğun bir araştırma ve çalışma sürecinde hazırlanmış olan bu kitapla ilgili görüş ve önerilerinizi yayinevi@pegem.net adresine e-posta yoluyla ya da **0538 594 92 40** numarasına WhatsApp üzerinden iletmeniz yeterli olacaktır.

Geleceğimizi güvenle emanet ettiğimiz siz değerli öğretmenlerimizin hizmet öncesi ve hizmet içi eğitimlerine katkıda bulunabilmek ümidiyle...

Başarılar...



Kitabın içeriği, MEB'in yapacağı program değişikliği veya buna bağlı olarak ÖSYM'nin sınav içeriğinde yapacağı değişiklik durumunda, kitabın dijital hâlinde (aktivasyon geçerlilik süresince) güncellenerek siz değerli adaylara sunulur.

ALAN BİLGİSİ

TEMEL PSİKOLOJİ KAVRAMLARI	1
PSİKOLOJİK DANIŞMA KURAMLARI	26
PSİKOLOJİK DANIŞMA İLKE VE TEKNİKLERİ	51
DAVRANIŞ VE UYUM PROBLEMLERİ	79
BİREYİ TANIMA TEKNİKLERİ	105
GRUPLA PSİKOLOJİK DANIŞMA	135
MESLEKİ REHBERLİK VE KARIYER DANIŞMANLIĞI	153
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİKTE ARAŞTIRMA	171
MESLEK ETİĞİ VE YASAL KONULAR	178
CEVAP ANAHTARI	194

TEST - 1

1. Bir okulda psikolojik danışman olarak görev yapan Aylin Hanım ve Hakan Bey, insan doğası üzerine sohbet etmiştir. Aylin Hanım, insanın doğuştan gizil güçler ile dünyaya geldiğini ve potansiyel için şartlar sağlandığında organizmik değerlendirme yaparak iyiye, doğruya ulaşabileceğini söylemiştir. Hakan Bey ise insanın doğasını anlayabilmek için bireyin bilinç dışı dürtülerine odaklanmak gerektiğini çünkü kişiliğin temelini bilinç dışının oluşturduğunu belirtmiştir.

Buna göre Aylin Hanım ve Hakan Bey sırasıyla aşağıdaki yaklaşımlardan hangilerinin insan doğasına ilişkin görüşlerini benimsemiştir?

- A) Psikanalitik - Davranışçı
- B) Hümanistik - Davranışçı
- C) Hümanistik - Biyolojik
- D) Hümanistik - Psikanalitik
- E) Davranışçı - Psikanalitik

2.

- I. Grupta azınlık etkisinin ortaya çıkması
- II. Grup üyelerinin yüz yüze iletişimde olması
- III. Grup üyelerinde bireyselci bakış açısının ağırlıklı olarak benimsenmesi

Yukarıdakilerden hangileri sosyal etki sonucu meydana gelen uyma davranışını artıran faktörlerdendir?

- A) Yalnız I
- B) Yalnız II
- C) Yalnız III
- D) I ve III
- E) I, II ve III

3. Çocuk, bebekliğinin ortalarında, kendilik kişileştirmesinin yapı taşlarını oluşturan üç kişileştirmeyi (kötü-ben, iyi-ben ve ben değil) edinir.

Bu kişileştirmelerin ortaya çıktığı bilinç düzeyleriyle ilgili aşağıdakilerden hangisi doğrudur?

- A) İyi ben – Bilinç
Kötü ben – Bilinç
Ben değil – Bilinç dışı
- B) İyi ben – Bilinç
Kötü ben – Bilinç dışı
Ben değil – Bilinç dışı
- C) İyi ben – Bilinç dışı
Kötü ben – Bilinç
Ben değil – Bilinç dışı
- D) İyi ben – Bilinç
Kötü ben – Bilinç
Ben değil – Bilinç
- E) İyi ben – Bilinç dışı
Kötü ben – Bilinç dışı
Ben değil – Bilinç

4. Uyarılma süreci ile ilgili aşağıdaki seçeneklerde yer alan ifadelerden hangisi doğru olamaz?

- A) Organizmanın alt duyum eşliğinin altında uyarılmasına veya uyarıcı miktarının azlığı sonucu oluşan duruma yetersiz uyarılma adı verilmektedir.
- B) Uyarıcının şiddetinde ya da özelliğinde bir değişiklik olmazsa organizma bir uyarıcıya ilişkin duyarlılığını kaybeder. Bu durum alışma olarak ifade edilir.
- C) İç ya da dış uyarıcıların organizmayı normal şiddet ve sürenin üzerinde etkilemesi sonucu ortaya çıkan durum aşırı uyarılma olarak tanımlanır.
- D) Bireyin bir işi başarabilmesinde ve motivasyonunda en etkin unsur aşırı uyarılmadır.
- E) Organizmanın alıştığı bir uyarıcının şiddetinde ya da özelliğinde bir değişiklik olduğunda ona karşı normal durumdakinden daha duyarlı hâle gelmesine duyarlılaşma adı verilmektedir.

5. Aşağıdakilerden hangisi beyin sapının bölümlerindendir?

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

6. Bu yaklaşım bilinç çalışmasının psikolojinin birincil odağı olması gerektiğine savunmaktadır ve kişinin kendi düşünce ve duygularını sistematik olarak gözlemleyip raporlamasını içeren içebakış yöntemi geliştirmiştir ancak öznel ve doğrulanması zor olan içe bakış yöntemine dayanması ve diğer önemli psikolojik süreçleri dışlayarak bilincin incelenmesine dar bir şekilde odaklanması nedeniyle eleştirilmiştir.

Bu parçada söz edilen yaklaşım aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Yapısalcılık
B) İşlevselcilik
C) Gestalt
D) Davranışçılık
E) Psikanalitik

7. Ayla Hanım, trafikte araç kullanırken geçiş üstünlüğü kendisinde olan yolda başka bir sürücü birden karşısına çıktığı için kaza yapmış ve aniden çıkan araca çarpmıştır. Kaza sonrası diğer erkek sürücüyle çatışma yaşayan Ayla Hanım, öfkelenildiği için gözleri dolmuştur, bunu gören erkek sürücü "Kadınlar erkeklerle anlaşmazlık yaşadığında haklı çıkmak için hemen ağlar." deyince kendisini tutarak ağlamaktan vazgeçmiştir.

Ayla Hanım'ın yaşadığı bu durum sonucunda ağlamaktan vazgeçmesinin nedenini açıklayan sosyal psikoloji kavramı aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Kendini doğrulama
B) Kalıp yargı tehdidi
C) Kendini kayırma eğilimi
D) Öncelik ve sonralık etkisi
E) Olumsuzluk yanılgısı

8.

- I. Sinir sisteminin işleyen ve bilgi transfer eden elemanları, sinir hücreleridir.
II. Sinir hücreleri arasındaki bağlantıları sağlayan dallardır.
III. Bir sinir hücresinden bir başka sinir hücresine mesaj aktarımını sağlayan birleşme yerleridir.
IV. Sinir hücreleri arasında bilgi göndermek ya da almak için işaret veren kimyasal habercilerdir.

Sinir sisteminin işleyişine ilişkin yukarıda verilen tanımların kavramsal karşılığı sırasıyla aşağıdaki seçeneklerden hangisinde doğru olarak verilmiştir?

- A) Dendrit – Soma – Akson – Nöron
B) Nöron – Dendrit – Sinaps – Nörotransmitter
C) Akson – Nöron – Dendrit – Sinaps
D) Soma – Sinaps – Nörotransmitter – Dendrit
E) Nöron – Sinaps – Nörotransmitter – Akson

9. "Deniz", çocuğu boğularak ölen bir kadın için korku, üzüntü, sıkıntı kaynağı olarak algılanırken; yüzme sporu ile uğraşan bir sporcu için eğlenceli anlar, mutluluk ve sevinç kaynağı olarak algılanır.

Bu durum algıyla ilgili aşağıda yargıların hangisinin kanıtı olabilir?

- A) Birey uyarıcılar arasında seçim yapabilir.
B) Şiddeti artan uyarıcıların algılanma olasılığı daha yüksektir.
C) Algı önceki yaşantılardan etkilenir.
D) Birey ihtiyaç duyduğu uyarıcıyı daha önce algılar.
E) Uyarıcılar organizma tarafından bir bütün olarak algılanır.

10.

- I. Birinin kolumuza dokunduğunu hissetmemiz
II. Yediğimiz bir yemeğin baharatlı olduğunu anlamamız
III. Ani bir gürültü duyduğumuzda irkilmemiz
IV. Kokladığımız bir çiçeğin gül olduğunu anlamamız
- Yukarıda yer alan örnekler sırasıyla aşağıdaki seçeneklerden hangisinde doğru olarak verilmiştir?**

	I	II	III	IV
A)	Refleks	Duyum	Algı	Duyum
B)	Duyum	Algı	Refleks	Algı
C)	Refleks	Algı	Duyum	Algı
D)	Algı	Duyum	Refleks	Duyum
E)	Duyum	Algı	Refleks	Duyum

11. Kırk yaşında ve hayatından genel olarak memnun olan Demir Bey, aşırı kilolarıyla ilgili son dönemde yaşadığı sağlık sorunlarından dolayı bir uzmana başvurmuştur. Uzman yağlı ve tuzlu yiyecekleri artık tüketmemesi, düzenli spor yapması, alkol kullanmaması yönünde Demir Bey'e tavsiyelerde bulunmuştur. Bu tavsiyeler nedeniyle kişisel özgürlüğünün kısıtlandığı duygusuna kapılan Demir Bey, uzmanla yapmış olduğu görüşmenin hemen ardından arkadaşının doğum günü partisine katılmıştır. Geç saatlere kadar normal zamanlarda yediğinin üzerinde tatlı ve tuzlu yiyecekler tüketmiş ve alkol kullanmıştır.

Uzmanın Demir Bey'e vermiş olduğu tavsiyelere rağmen Demir Bey'in tutum ve davranışlarında değişimin gerçekleşmemesini açıklayan sosyal psikoloji kavramı aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Ön uyarı
B) Destekleyici savunma
C) Aşılamayla savunma
D) Önemsizleştirme
E) Tepkisellik

12. GÜDÜLENME süreci davranışı gerçekleştirmek için organizmayı harekete geçiren temel enerji olarak tanımlanırken istekleri, arzuları, gereksinimleri, dürtüleri ve ilgileri kapsayan genel bir kavramdır.

GÜDÜLENME sürecinde yer alan öğelerin uygun dizilimi aşağıdaki seçeneklerden hangisinde doğru olarak verilmektedir?

- A) DÜRTÜ – İHTİYAÇ – GÜDÜ – Davranış – Hedefe varma – Rahatlama
- B) DÜRTÜ – İHTİYAÇ – GÜDÜ – Hedefe varma – Davranış – Rahatlama
- C) İHTİYAÇ – DÜRTÜ – GÜDÜ – Davranış – Hedefe varma – Rahatlama
- D) İHTİYAÇ – DÜRTÜ – GÜDÜ – Hedefe varma – Davranış – Rahatlama
- E) İHTİYAÇ – GÜDÜ – DÜRTÜ – Hedefe varma – Davranış – Rahatlama

13. “Sosyal bir varlık olan insanın davranışlarının çoğu sosyal çevre tarafından şekillenmektedir. Eğer bir insan bir davranışı inanarak değil de sosyal etkiye, otoriteye uyum için yapıyorsa o davranış otorite olmadığında sönme eğilimi göstermektedir.”

Aşağıdaki seçeneklerden hangisinde otoriteye uyuma davranışına uygun bir örnek değildir?

- A) Bir gencin dedesi odadan çıktığında hemen bacak bacak üzerine atması
- B) Bir sürücünün radar olmadığını bildiği bir alanda hız yapması
- C) Bir genç kızın dizide hayranı olduğu kızlar gibi giyinmesi
- D) Bir öğrencinin öğretmeni sınıftan çıktığında test çözmemeyi bırakması
- E) Bir çalışanın patronu olmadığı günler işe geç gelmesi

14.

- Bir metnin nasıl daha iyi akılda tutulabileceğine ilişkin stratejiler geliştirme
- Saldırganca ya da fedakarca davranışların nedenlerini ortaya koyma
- Küçük çocukların yapamadığı şeyleri büyük çocukların nasıl yapabildiğini açıklama
- Mekansal değişikliklerin insan davranışlarını nasıl etkilediğini ortaya koyma

Yukarıda verilen durumlar psikolojinin alt dalları ile ilişkilendirilirse aşağıda yer alan hangi alt dala ilişkin bir ifade bulunmamaktadır?

- A) Çevre psikolojisi
- B) Gelişim psikolojisi
- C) Sosyal psikoloji
- D) Endüstri psikolojisi
- E) Deneysel psikoloji

15.

- Yapılan bir araştırmada, 9 aylık bebeğin oyuncaklarıyla oynayıp oynamadığını öğrencilerine video aracılığıyla göstermiş ve öğrencilerinin yarısına bu bebeğin kız, yarısına da erkek olduğunu söylemiştir. Bunun sonunda iki grubun da bebeği algılayışı birbirinden farklı olmuştur. Üstelik, bebeğin davranışları aynı iken öğrencilerin yarısı kız yarısı erkek bebeğe uygun algılama bulmuşlardır.
- Yapılan bir araştırmada deneklere farklı partilerin liderlerinden aynı metni okumaları istenir. Bu metni dinleyen taraftarlar oy verdikleri partinin liderlerinin doğru şeyler söylediğini ve ona güvendiğini ancak liderin dürüst olmadığını ve güven vermediğini söyler.

Yukarıda yapılan araştırmalarla ilgili aşağıdakilerden hangisi söylenbilir?

- A) Figür ya da fon olma durumu bazen değişik algılara yol açar.
- B) Bireysel algılama fiziksel çevre daha etkilidir.
- C) Bireyin algıları üzerinde toplumsal kurallar etkilidir.
- D) Bireysel kendi özelliklerine dayalı olarak farklı algılamalar gerçekleştirebilir.
- E) Bireylerin beklenti, tutum ve ön yargıları algılamada etkilidir.

16. Tren yolculuğu sırasında trenin gidiş yönünün tersine oturmamız nedeniyle görüntü bozulmuş olmasına rağmen gördüğümüz manzarayı zihinsel anlamda hiç bir karışıklık yaşamadan gerçeğine uygun şekilde algılarız.

Yukarıda verilenlere göre zihnimizin hiç bir karışıklık yaşamadan gördüğü şeyleri gerçeğe uygun şekilde algılaması aşağıda verilenlerden hangisi ile açıklanır?

- A) Algı yanılması
- B) Algı değişmezliği
- C) Seçici dikkat
- D) Nispi büyüklük
- E) Algısal değişim