Klinik Psikoloji Dergisi · *(2026), 10(3), 357–372*
Doi: 10.57127/kpd.26024438.1741374

SİSTEMATİK DERLEME

Türkiye'de Kabul ve Kararlılık Terapisi grup uygulamalarının sistematik derleme yöntemiyle değerlendirilmesi

Oğulcan Akkoç*[1], Özden Yalçınkaya-Alkar[2]

[1] Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye
[2] Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye

Öz
Kabul ve Kararlılık Terapisi (KKT) üçüncü kuşak bilişsel davranışçı terapi kuramları arasında yer alan bir terapi yaklaşımıdır. Geniş bir yelpazede kullanım alanı sunmasıyla da bu terapi yaklaşımına ilgi gün geçtikçe artmaktadır. Kuram, psikolojik esneklik temelli olarak psikozdan gündelik yaşamdaki zorluklara ilişkin pek çok konu karşısında davranış değişikliğinin sağlanmasında etkilidir. KKT son zamanlarda Türkiye'de de benzer şekilde farklı bağlamlarda ve örneklemler üzerinde uygulanmaktadır. Bu çalışmanın amacı Türkiye'de yetişkin örnekleminde uygulanmış olan KKT grup müdahalelerinin incelenmesidir. Bu doğrultuda 2020-2025 yılları arasında Türkiye'de gerçekleştirilmiş kabul ve kararlılık terapisi grup uygulamaları; örneklem özellikleri, müdahale yöntemi, süresi, sıklığı, ölçme araçları ve değişimler açısından PRISMA kriterlerine göre değerlendirilmiştir. Scopus, Web of Science, PsycArticles ve TrDizin veri tabanlarının taranması sonucunda 11 araştırma makalesi çalışmaya dahil edilmiştir. Psikolojik sağlamlık, psikolojik esneklik, dürtüsellik, olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal görünüş kaygısı ve öz şefkat düzeyi araştırmalardaki müdahale programları sonrasında değişim hedeflenen değişkenler arasında yer almaktadır. Araştırmaya dahil edilen grupların örneklem özelliklerinin üniversite öğrencileri ile sınırlı kalmayıp psikiyatrik tanısı bulunan bireyler ve ebeveynlere de genişletildiği görülmektedir. İçerik ve uygulanış açısından farklar bulunmasına karşın kabul kararlılık terapisi temel ilkelerine bağlı grup müdahalelerinin farklı yetişkin örneklemlerinde etkili olduğu görülmektedir. Mevcut araştırma ile Türkiye'de farklı bağlamlarda uygulanan güncel kabul kararlılık terapisi grup uygulamalarının değerlendirilmesine ve karşılaştırılmasına fırsat sunulmaktadır. Müdahale programlarının bir arada değerlendirilmesi ise gelecek müdahale programlarının tasarlanmasında araştırmacılar için zamansal ve ekonomik açıdan kolaylık sağlayabilir.
Anahtar kelimeler: kabul ve kararlılık terapisi, psikolojik esneklik, müdahale, sistematik gözden geçirme

A systematic review of group-based Acceptance and Commitment Therapy applications in Türkiye

Abstract
Acceptance and Commitment Therapy (ACT) is a therapeutic approach that belongs to the third generation of cognitive behavioral therapy theories. This therapeutic approach has gained significant interest due to its extensive range of applications. The efficacy of this theoretical framework is evidenced by its wide-ranging applications across contexts, including psychosis and daily living challenges, provided that psychological flexibility is a contributing factor. ACT has recently been applied in Türkiye in similar ways across different contexts and samples. The objective of this study is to examine ACT group interventions applied to adult samples in Türkiye. In this regard, the present study evaluated the applications of acceptance and commitment therapy groups in Türkiye between 2020 and 2025 according to the PRISMA criteria. The evaluation encompassed various aspects, including sample characteristics, intervention methods, duration, frequency, measurement tools, and changes. As a result of searching Scopus, Web of Science, PsycArticles, and TrDizin databases, 11 research articles were included in the study. Psychological resilience, psychological flexibility, impulsivity, fear of negative evaluation, social appearance anxiety, and self-compassion level are among the variables targeted for change in the intervention programs in the studies. It is observed that the sample characteristics of the groups included in the study are not limited to university students but also parents and individuals with psychiatric diagnoses. Despite differences in content and implementation, it is seen that group interventions based on the basic principles of acceptance and commitment therapy are effective in different adult samples. The current study provides an opportunity to evaluate and compare current acceptance and commitment therapy group practices implemented in different contexts in Türkiye. Evaluating intervention programs together may provide researchers with temporal and economic advantages in designing future intervention programs.

Keywords: acceptance and commitment therapy, psychological flexibility, intervention, systematic review

GİRİŞ

Popüler kültür; birtakım duygu ve düşünceleri olumlu olarak tanımlayıp bunların olumlu davranışlarla sonuçlanacağını varsayarken bazı duygu ve düşüncelerin ise olumsuz olduğu ve bu nedenle olumsuz davranışlara sebep olacağı görüşünü aşılamaktadır. (Wilson ve Roberts, 2002). Dolayısıyla olumlu duyguların peşinden koşmak ve sürekli olarak iyi hissetmeye çalışmak günümüzde insanların en temel hedeflerinden birisi haline gelmektedir (Kul ve Türk, 2020). Kabul ve Kararlılık Terapisi *(Acceptance and Commitment Therapy-ACT)* istenmeyen ve hoşnut olunmayacak duygu ve düşünceler deneyimlenirken dahi bireyin kendi değerleri doğrultusunda eylemleri seçip yaşamına uygulayabilmesini hedeflemektedir. Bu doğrultuda Kabul ve Kararlılık Terapisinin (KKT) odak noktası, geleneksel bilişsel ve davranışsal yaklaşımlardan farklı olarak istenmeyen duygu ve düşüncelerin alternatiflerinin bulunmasından ziyade bu olguların anlamlandırılma şeklinin değiştirilmesidir (Scent ve Boes, 2014; Yavuz, 2015).

Bununla birlikte KKT'nin diğer terapi yaklaşımları arasındaki yerini değerlendirmek, terapinin amacını anlayabilmek açısından yardımcı olabilir. Hayes'e göre (2004) davranışsal yaklaşımlar temel olarak geleneksel davranış

*Sorumlu Yazar. **Eposta:** 235226113@aybu.edu.tr

Geliş: 13.07.2025 · **Düzeltme:** 29.08.2025/27.09.2025 · **Kabul:** 09.10.2025 · **Çevrimiçi Yayımlanma:** 10.03.2026
Klinik Psikoloji Araştırmaları Derneği 2026

terapisi, bilişsel davranışçı terapi (BDT) ve bağlamsal yaklaşımlar olarak 3 kuşağa ayrılmaktadır. KKT'yi felsefi kökenlerindeki zenginlik nedeniyle klasik bir şekilde davranışsal, bilişsel veya varoluşsal şekilde etiketlemek kolay olmamakla birlikte; KKT, birinci ve ikinci kuşak yaklaşımlardan beslenerek geliştirilmiş üçüncü kuşak yaklaşımı olarak değerlendirilebilir (Eilenberg ve ark., 2016; Hayes, 2004; Hayes ve ark., 2006). Bilimsel veriyi göz ardı etmeyen üçüncü kuşak yaklaşımlarının en çarpıcı özelliği didaktik olmamasıdır. Ayrıca olay ve durumların değerlendirilmesinde bağlam faktörünün üzerinde durmakta ve işlevselliğe odaklanmaktadır (Hayes, 2004). Bu yönüyle bağlam ve işlevsellik vurgusu, davranış örüntülerinin tanı ve tedavisinde Amerikan Psikoloji Derneği *(American Psychological Association-APA)* tarafından benimsenen semptom odaklı yaklaşımların yeniden değerlendirilmesine farklı bir bakış açısı sunmaktadır (Hayes ve ark., 2012). Semptom odaklı yaklaşımın doğası gereği ruh sağlığı alanında çalışan pek çok uzman, kişinin deneyimlediği kaygıyı veya hüznü doğal olarak "normal" veya "anormal" şeklinde sınıflama eğiliminde olabilmektedir (Wilson ve Roberts, 2002). Ancak KKT semptom odaklı ilerlememektedir (Feliu-Soler ve ark., 2018; Hayes ve ark., 2012). Dolayısıyla KKT'ye göre anksiyete bozukluklarında sorunun kendisi "anksiyete" veya duygudurum bozukluklarında ise problem "duygudurum" değildir (Hayes, 2004). Bu yönüyle KKT, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı *(The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)* kategorilerine yönelik olarak sadece semptomların ortadan kaldırılması amacı gütmemekte ve sadece belirli tanı kriterlerini karşılayan insanlara hizmet sunma amacı taşımamaktadır (Hayes ve ark., 2012; Wilson ve Roberts, 2002). KKT yaklaşımı alışılmadık derecede geniş bir yelpazeyle psikozdan gündelik yaşantıdaki zorlantılara kadar herkes için işlevsel davranış değişikliklerini hayata geçirmeyi hedeflemekte, daha zengin ve anlamlı bir yaşam sürme kapasitesini artırabilmek amacıyla kaçınma davranışlarını azaltmayı amaçlamaktadır (Hayes ve ark., 2006; Scent ve Boes, 2014).

Belirtildiği şekliyle KKT'nin felsefesinin anlaşılabilmesi ve bilimsel açıdan da kabul görebilmesi için gerekçelendirilmesi gerekmektedir. KKT'nin felsefi temeli işlevsel bağlamcılık *(functional contextualism)* teorisine ve kuramsal temeli ise ilişkisel çerçeve kuramına *(relational frame theory)* dayanmaktadır (Hayes ve ark., 2012; Yavuz, 2015).

İşlevsel Bağlamcılık

Kabul ve kararlılık terapisi, işlevsel bağlamcılık olarak bilinen bütüncül bir bilim felsefesine dayanmaktadır. Bu yaklaşıma göre davranışların analiz edilme şekli "bağlam içerisindeki" eylemdir. Bağlamcılık psikolojik olayları zamana ve koşullara bağlı sürekli etkileşimler olarak ele almaktadır. Bu nedenle bireyin davranışlarını biyolojik ve psikolojik gerekçelere indirgemenin problem davranışı ve çözümünü kısıtlayacağı düşünülerek bağlam içerisindeki işlevselliği anlaşılmaya çalışılmaktadır (Hayes ve ark., 2006, 2012). Bu durum bilimsel yargılar için de geçerli kabul edilmektedir. Yani bir olgunun "gerçek" olup olmadığı onun gerçeğe ne kadar yakın olduğundan çok, bir işlevinin olup olmaması ile ilgilidir (Ruiz, 2012). Bir düşüncenin ya da algının doğru kabul edilebilmesi için bir amaca hizmet etmesi gerekmektedir.

KKT uygulamalarında da danışanın aktardıkları ne kadar makul ve mantıklı görünürse görünsün kişiye zarar veriyorsa ve işlevsel değilse bu düşünceleri doğru olarak kabul etmemektedir. Yani buradaki değerlendirme kriteri düşüncenin gerçekliği değil, işlevselliğidir (Hayes, 2004). Danışan, düşüncelerinin doğruluğunu ve gerçekliğini merak ettiğinde terapist açısından önemli olan mevcut düşüncenin işlevselliği olacaktır (Hayes ve ark., 2012).

İlişkisel Çerçeve Kuramı

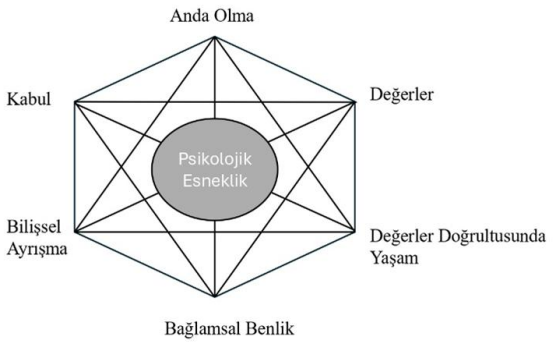
İnsanlar ve bazı hayvan türleri nesneleri renk ve şekil açısından sınıflandırabilmekte ve bunlar arasında ilişki kurabilmektedir. Fakat insanlar bilişleri ve dil becerileri sayesinde fiziksel nesnelerden bir adım öteye geçerek soyut kavramlar arasında da ilişki kurabilmekte ve çeşitli çıkarımlar yaparak bu ilişkilere iyi, kötü, çirkin şeklinde bir değer tanımlayabilmektedirler (Yavuz, 2015). Bu nedenle Hayes'e (2004) göre insan olmayan bir canlı geçmişte kendisine acı veren bir ortamdan uzaklaşarak kendisini koruyabilirken; insanlar için bu durum o kadar kolay olmamaktadır. Çünkü ilişkisel çerçeve kuramına göre (Hayes ve ark., 2012) farklı anlamlar kazanmış uyaranlar benzeri duyguların farklı bağlamlarda da yaşanmasına neden olabilir. Örneğin yakın arkadaşıyla arası bozulan kişi için bir ortam, müzik veya hediyelik eşya tekrardan benzeri duygu ve düşünceleri tetikleyebilir. İnsanlar tüm uyaranları ve ilişkileri kontrol edememeleri nedeniyle bu durumda acı veren duygu ve düşüncelerden kaçınma davranışı sergilemektedir. İçsel deneyimlerden kaçınılmaya ve bunların kontrol edilmeye çalışılması kısa süreli bir rahatlama sağlasa da uzun vadede hoşa gitmeyen bu deneyimlerin sıklığının ve şiddetinin artmasına neden olabilmektedir. Aynı zamanda bu kaçınmalar kişilerin davranış yelpazelerini daraltmakta ve değişimi sağlayabilecek davranış örüntülerini keşfetmelerine engel olmaktadır (Coto-Lesmes ve ark., 2020). İlişkisel çerçeve kuramına ilişkin araştırmalar, bireylerin davranışlarının derinlemesine ve geniş bir çerçevede incelenmesine olanak sunmaktadır.

Fakat bu yaklaşımın klinisyenlere doğrudan kullanabilecekleri bir yapı sunmaması nedeniyle KKT kuramcıları davranışların bir çerçeve etrafında değerlendirilebilmesi amacıyla kabul *(acceptance)*, bilişsel ayrışma *(cognitive defusion)*, bağlamsal benlik *(self as context)*, anda olma *(being present)*, değerler *(values)* ve değerler doğrultusunda davranış *(committed action)* bileşenlerinden oluşan Psikolojik Esneklik *(Psychological Flexibility)* Modelini (Hayes ve ark., 2013) geliştirmişlerdir (bkz., Şekil 1).

Kabul. KKT'ye göre deneyimsel kaçınmanın karşıtı kabullenmedir. Kabul etme davranışı öznel deneyimlerin sıklığını ve şeklini gereksiz şekilde değiştirmeye çalışmaksızın bunların bilinçli şekilde kabul edilmesini içermektedir. KKT açısından kabul pasif bir davranış değildir ve boyun eğme anlamına gelmemektedir (Hayes ve ark., 2012).

Bilişsel Ayrışma. Bilişsel ayrışma ile düşüncenin örneğin "iyi değilim" gibi bir gerçeklik değil "iyi olmadığımı düşünüyorum" şeklinde bir deneyim olduğu fark ettirilir (Hayes ve ark., 2006).

Bağlamsal Benlik. Benlik kavramı bağlamsal benlik



Şekil 1. KKT Psikolojik Esneklik Modeli (Hayes ve ark., 2013)

(conceptualized self) ve gözlemleyen benlik *(noticing self)* olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Bağlamsal benlik, kişilerin kendilerini bazı kalıplar içerisinde tanımlamalarını ifade etmektedir. Kişinin kendisini "tembel" veya "kaygılı" şeklinde etiketlemesi davranışsal kapasitesini kısıtlamasına sebep olabilmektedir (Hayes ve ark., 2006). Gözlemleyen benlik ise kişilerin duygu ve düşüncelerini güvenli bir şekilde incelemeleri ve deneyimlemelerine olanak tanımaktadır (Hayes ve ark., 2012; Yavuz, 2015).

Anda Olma. Anda olmak şu an ile bağlantı kurmayı ve anın içinde, burada olmayı ifade etmektedir. Böylece danışanların olayları bilişsel olarak daha esnek şekilde olduğu gibi değerlendirmesine katkı sunmaktadır (Hofmann ve Asmundson, 2008).

Değerler. KKT, danışanın hayatının aile, iş veya okul yaşantısı gibi çeşitli alanlarında ilkeler belirlemesine yönelik yardımcı olur (Hayes ve ark., 2006). Değerlerin netleştirilmesi danışanın hedeflediği gibi bir yaşam sürmesinde hangi davranışların işlevsel olduğunu anlamayı sağlamaktadır (Yavuz, 2015).

Değerler Doğrultusunda Davranış. Son olarak KKT, danışanın değerlerine bağlı olarak davranışlarını sürdürmesini teşvik etmektedir (Hayes ve ark., 2012).

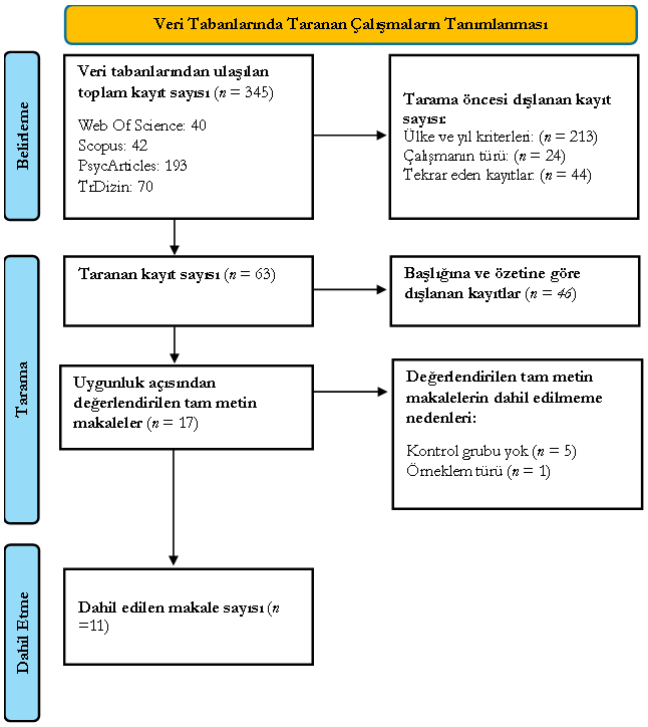
KKT'nin işlevsel bağlamcılık ve ilişkisel çerçeve kuramı gibi bilim felsefesine bağlı dayanakları ve psikolojik esnekliğe ilişkin ortaya koyduğu model ele alındığı zaman düzenli bir yapı kurduğu görülmektedir. Son 30 yıl içerisindeki deneysel ve korelasyonel desenli pek çok araştırma da KKT'nin çeşitli örneklemler ve hedef değişkinler açısından etkililiğini ortaya koyan niteliktedir (Hayes ve ark., 2006). Karlin ve arkadaşları (2013) tarafından savaş gazileri ile yürütülen çalışmada , KKT grup uygulamalarının kayba bağlı olarak yaşam stilindeki değişimlere uyum sağlama ve depresyon belirtilerinin azaltılmasında etkili olduğu gösterilmiştir. Benzer şekilde uzun süreli ağrı ve kronik rahatsızlıklar sebebiyle 12 hafta boyunca 60-90 dakika arasında KKT grup uygulamaları ile takip edilen hastaların kabul becerilerinin geliştiği ve buna bağlı olarak ağrıya bağlı yetersizlikle baş etme becerilerinin geliştiği gözlenmiştir (Kemani ve ark., 2015). KKT grup uygulamalarına ilişkin farklı alanlardaki sistematik gözden geçirme çalışmaları ve meta-analiz sonuçları da ilgili sonuçları destekler niteliktedir. Bai ve arkadaşları (2020) 18 araştırmayı değerlendirdikleri sistematik gözden geçirme çalışmalarında KKT uygulamaları sonucunda, hafif düzey depresyon belirtilerinin önemli ölçüde azaldığını ortaya koymuştur. Benzer şekilde, depresyon ve kaygı bozukluğu belirtilerinin azaltılmasına ilişkin KKT grup müdahalelerinin incelendiği 48 araştırmadan oluşan meta-analiz çalışmasında KKT'nin depresyon ve kaygı belirtilerinin azalmasında etkili olduğu belirtilmiştir (Ferreira ve ark., 2022).

Gloster ve arkadaşlarına göre (2020) Kuzey Amerika'da başlayan KKT denemelerinin yaygınlaşması, Asya'da, Avrupa'da, Afrika'da ve Güney Amerika'da pek çok girişimin olmasını sağlamıştır. Ancak ülkemizde KKT müdahalelerini inceleyen çalışmaların son yıllarda artan ilgiyle birlikte oldukça yeni olduğu görülmektedir. Baş ve Dirik (2019) tarafından gerçekleştirilen sistematik gözden geçirme çalışmasında kanser tanısı almış bireylerde KKT uygulamalarının kontrol gruplarına kıyasla psikolojik esneklik becerilerini, yaşam kalitesi düzeylerini ve travma sonrası gelişim düzeylerini arttırdığı saptanmıştır. Kaygı, depresyon ve hastalığın tekrarlanacağına dair korku düzeyinde ise azalma olduğu belirtilmiştir. Dursun ve Akkaya ise (2022) 2010 ve 2021 yılları arasında Türkiye'deki yüksek lisans ve doktora tezlerini inceledikleri sistematik gözden geçirme çalışmasında KKT uygulamalarının ergenler ve genç yetişkinler üzerindeki etkisini değerlendirmişlerdir. KKT uygulamalarının sınav kaygısını azaltma, akran zorbalığıyla baş etme, karar verme becerilerinin geliştirilmesinde ergenler ve genç yetişkinler üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Belirtilen çalışmalarla birlikte yetişkin örnekleminde Türkiye'de KKT çerçevesinden sistematik değerlendirmelerin sınırlı olup çalışmaların tekrar edilebilirliğinin ve genellenebilirliğinin de kısıtlı olduğu düşünülmektedir.

Mevcut araştırmanın amacı; ülkemizde yetişkin örnekleminde 2020-2025 yılları içerisinde gerçekleştirilen, deney ve kontrol gruplu, bilimsel bir dergide yayınlanmış, araştırma makalesi türündeki KKT temelli grup müdahalesi çalışmalarının sistematik olarak incelenmesidir. Son 5 yılın değerlendirilmesi, bulguların güncelliğini, bilimsel geçerliliğini ve güvenilirliğini artırmak açısından kıymetlidir. Hakemli yayınlar yöntem ve raporlama standartları açısından denetlendiğinden, mevcut veriler karşılaştırılabilir ve sentezlenebilir niteliktedir. Özellikle yetişkin popülasyonuna odaklanmanın önceki derlemelerin kapsamadığı özgün bir alanı ortaya koyacağı düşünülmektedir. KKT grup müdahaleleri incelendiğinde müdahale programlarının yapılandırılmış ve kabul görmüş genel geçer uygulamalardan ziyade araştırmacıların bilgi birikimleri doğrultusunda oluşturulmuş bağımsız programlar olduğu gözlenmektedir. Mevcut çalışmayla, ülkemizde gerçekleşen KKT grup müdahalelerine geniş bir çerçeveden bakılması sayesinde bu müdahale programları arasındaki ortaklaşan ve farklılaşan yanların tespit edilmesine olanak sağlanacaktır. Ayrıca çalışmaya dahil edilen araştırmalar üzerinden müdahale programlarının hangi koşullarda ve örneklemlerde etkili olduğunun karşılaştırılma şansı oluşacaktır. Bu sayede alanyazındaki Türkiye'de uygulanmış grup müdahalelerin etkililiğine ilişkin boşluğun doldurulması hedeflenmektedir. Bu doğrultuda çalışmalara geniş bir çerçeveden bakılması yeni bir KKT grup müdahalesi programı geliştirmek isteyen araştırmacılara, güncel ve birikimsel olarak geliştirilmiş programların sunulması sayesinde zaman ve maliyet açısından önemli avantajlar sağlayabilir.

YÖNTEM

Bu araştırmada Türkiye'de gerçekleştirilen, kabul ve kararlılık terapisi alanında son 5 yıl içerisinde yetişkin örnekleminde grup müdahalesi olarak uygulanmış ve bilimsel bir dergide yayınlanmış deney ve kontrol gruplu deneysel çalışmalar ve bu çalışmaların sonuçları incelenmiştir. Ocak 2025 ve Mart 2025 tarihleri arasında Scopus, Web of Science, PsycArticles ve TRDizin veri tabanları taranmıştır. Tarama sırasında "Acceptance and Commitment Therapy" OR "Kabul ve Kararlılık Terapisi" OR "Kabul Kararlılık Terapisi" anahtar kelimeleri tekli veya çoğul kelime öbekleri olarak kullanılmıştır. Araştırmanın akışında Sistematik İncelemeler ve Meta-analizler için Tercih Edilen Raporlama Öğeleri *(The Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses [PRISMA])* kılavuzu (Page ve ark., 2021) takip edilmiştir. Veri tabanlarında 2020-2025 yılları için ve Turkey/Türkiye olmak üzere iki farklı şekilde filtreleme gerçekleştirilmiştir.



Şekil 2. Veri Tabanları Tarama İşleminde Kullanılan PRISMA Akış Diyagramı

Dahil Etme ve Dışlama Kriterleri

Dahil etme kriterlerinin tanımlanmasında Schardt ve arkadaşları (2007) tarafından sunulan PICOTT sistemi takip edilmiştir. Türkiye'de uygulanmış KKT grup müdahale programlarının özellikleri ve sonuçları nelerdir sorusundan hareketle örneklem, müdahale yöntemi, karşılaştırılan gruplar ve araştırma türüne göre dahil etme kriterleri belirlenmiştir. a) Türkiye'de bulunan yetişkin örneklemlerle, b) 2020-2025 yılları arasında, c) KKT müdahalesinin grup uygulaması olarak gerçekleştirildiği, d) deney ve kontrol grubunu birlikte içeren, e) İngilizce veya Türkçe dillerinde yazılmış ve f) bilimsel bir dergide yayınlanmış araştırma makaleleri çalışmaya dahil edilmiştir. Dışlama kriteri olarak a) yüksek lisans ve doktora tezleri, b) nitel veri yönteminin kullanıldığı araştırmalar, c) derleme çalışmalar, bildiri ve poster sunumları, d) erken erişim aşamasındaki yayınlanmamış çalışmalar ve e) deney ve kontrol grubu birlikte bulunmayan deneysel tasarımlar ve korelasyonel desenli araştırmalar örneklemin dışında tutulmuştur.

Çalışmaların Tanımlanması

Veri tabanlarının incelenmesi sonucunda (Scopus: 42, Web of Science: 40, PscArticles: 193 ve TrDizin: 70) toplamda 345 çalışmaya ulaşılmıştır. 2020-2025 yılları arasında yayınlanmamış, tekrar eden ve örneklem kriterlerini karşılamayan çalışmaların dışlanmasının ardından kalan metinlerin tam hali başlık ve özetlerine göre incelendikten sonra 11 araştırma sistematik derleme çalışmasına dahil edilmiştir. Tarama aşamalarına dair PRISMA akış diyagramı Şekil 2'de yer almaktadır.

BULGULAR

Çalışmaların Örneklem Özellikleri

Mevcut araştırmanın örneklemini oluşturan çalışmaların tamamında 18 yaş ve üzerindeki yetişkin katılımcılar yer almaktadır. Çeşitli gruplar bulunmakla birlikte 11 çalışmanın altısının (Demirci Seyrek ve Ersanlı, 2021; Değerli ve Odacı, 2024; Karaaziz ve ark., 2024; Saraç, 2021; Uğur ve Koç, 2021; Yetiz ve Çetinkaya Yıldız, 2023) örneklemi üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Uğur ve Koç (2021) tarafından gerçekleştirilen araştırmada sınıf düzeyleri ve bölümleri belirtilememekle birlikte 13'ü deney, 13'ü kontrol olmak üzere toplamda 26 katılımcıya yer verilmiştir. Demirci Seyrek ve Ersanlı (2021) ise Solomon Dörtlü Deneysel Model ile gerçekleştirdikleri çalışmada iki deney, iki de kontrol grubu oluşturarak farklı fakülte ve sınıf düzeylerinden 9'ar katılımcıyla çalışmışlardır. Saraç (2021) ve Değerli ve Odacı (2024) tarafından gerçekleştirilen araştırmaların örneklemini psikolojik danışman adayı 34 ve 32 katılımcı oluşturmuştur. Yetiz ve Çetinkaya Yıldız (2023) toplamda 16 lisans öğrencisiyle, Karaaziz ve arkadaşları (2024) kolay ulaşılabilir örneklemi ile ulaştığı 22'si deney, 17'si kontrol olan 39 lisans öğrencisi ile araştırmalarını gerçekleştirmişlerdir. Çalışmaların ikisinin örnekleminin ise DSM kriterlerine göre psikoz tanılı hastalardan oluştuğu görülmektedir (Yıldız ve Aylaz, 2021; Özer ve Dişsiz, 2024). Yıldız ve Aylaz (2021) çalışmalarında Malatya ve Elazığ illerinde yer alan Toplum Ruh Sağlığı Merkezine başvurmuş 36'sı deney grubu, 51'i kontrol grubu olmak üzere toplamda 87 katılımcı ile çalışmalarını yürütmüştür. Özer ve Dişsiz ise (2024) şizofreni veya psikotik bozukluk tanısı almış 26'sı deney, 27'si kontrol olmak üzere 53 katılımcı ile çalışmalarını gerçekleştirmiştir. Bununla birlikte tanı kategorisi belirtilmemesine karşın Polat ve Asi Karakaş'ın (2021) yürüttükleri araştırmanın örneklemi yüksek güvenlikli adli psikiyatri hastanesinde yer alan bireylerden oluşmaktadır. 26'sı deney, 26'sı kontrol grubunu oluşturan 52 kişilik örneklemin belirlenmesinde öğrenme ve iletişim güçlüğü bulunmayan, çalışmaya gönüllü olarak katılım sağlayan katılımcılar yer almaktadır. İki araştırmanın örneklemini ise ebeveynler oluşturmaktadır (Takmaz Adiloğlu ve Yıldırım Kurtuluş, 2023; Çiçek Gümüş ve Öncel, 2023). Takmaz Adiloğlu ve Yıldırım Kurtuluş (2023) 126 gönüllü

katılımcı arasından yaptıkları tarama sonucunda psikolojik sağlamlık ve esneklik becerilerinin düşük olduğunu tespit ettikleri araştırmada 11'i deney, 11'i kontrol olmak üzere 22 katılımcıya ulaşmışlardır. Çiçek Gümüş ve Öncel (2023) tarafından gerçekleştirilen araştırmada özel gereksinimli çocuğu bulunan toplamda 60 ebeveyn araştırmaya dahil edilmiştir. Bu doğrultuda tüm araştırmalardaki toplam katılımcı sayısı ise 457'dir.

Müdahale Programlarının Oturum Sayıları, Süreleri ve İçerikleri

Mevcut çalışmanın örneklemini oluşturan araştırmaların tamamında müdahaleler grup müdahalesinden oluşmaktadır. Bu nedenle hazırlanan içerikler katılımcılara doğrudan bireysel terapi olarak uygulanmamıştır. Müdahale programlarının yapısı, oturum sayıları ve süreleri incelendiğinde geniş bir çeşitlilikle karşılaşılmaktadır. Program içeriklerinin genel geçer yapılandırılmış bir KKT grup müdahalesinden ziyade araştırmacıların bilimsel okumaları ve aldıkları eğitimleri doğrultusunda KKT ilkelerine bağlı kalınarak hazırlamış oldukları eklektik programlar olduğu görülmektedir. Müdahale programını uygulayan araştırmacıların çeşitli kurum ve kuruluşlardan almış oldukları KKT eğitimleri, KKT eğitimi sunan derneklerin internet sitelerindeki formlar, Türkçe ve İngilizce dilinde yazılmış kitaplar müdahale programlarının içeriğini oluşturmaktadır. Müdahale programlarının oluşturulmasında Psikolojik Esneklik Modeli (Hayes ve ark., 2013) bileşenlerinin merkezi bir konuma sahip olduğu görülmektedir. Psikoeğitim formatında uygulanan bu müdahalelerde katılımcıların kabul, psikolojik esneklik ve bilinçli farkındalık becerilerinin geliştirilmesi hedeflenirken metaforların kullanımı da ortak teknikler arasında yer almaktadır.

Müdahale programlarının toplam uzunluğu, süresi ve sıklığı incelendiğinde 11 çalışmadan yedisinin (Demirci Seyrek ve Ersanlı, 2021; Karaaziz ve ark., 2024; Polat ve Asi Karakaş, 2021; Takmaz Adiloğlu ve Yıldırım Kurtuluş, 2023; Uğur ve Koç, 2021; Yetiz ve Çetinkaya Yıldız, 2023; Yıldız ve Aylaz, 2021) sekiz hafta, bir çalışmanın (Çiçek Gümüş ve Öncel, 2023) altı hafta, bir çalışmanın (Değerli ve Odacı, 2024) 10 hafta, bir araştırmanın haftada iki oturumdan dört hafta (Özer ve Dişsiz, 2024) sürdüğü görülmektedir. Saraç'ın (2021) çalışmasında oturumların toplam uzunluğuna ve süresine dair bilgi yer almamaktadır. Oturumların süreleri ise toplam 60-90 dakika arasında değişkenlik göstermektedir. Ayrıca 11 çalışmadan sekizinde müdahale ve psikoeğitim uygulamaları yüz yüze gerçekleştirilmesine karşın üç araştırma çevrimiçi ortamda uygulanmıştır (Takmaz Adiloğlu ve Yıldırım Kurtuluş, 2023; Yetiz ve Çetinkaya Yıldız, 2023; Özer ve Dişsiz, 2024).

Müdahale programları açısından deney ve kontrol grupları değerlendirildiğinde, altı çalışmada kontrol gruplarının bekleme listesinden oluştuğu ve herhangi bir müdahale almadığı görülmektedir. (Demirci Seyrek ve Ersanlı, 2021; Değerli ve Odacı, 2024; Karaaziz ve ark., 2024; Takmaz Adiloğlu ve Yıldırım Kurtuluş, 2023; Uğur ve Koç, 2021; Yetiz ve Çetinkaya Yıldız, 2023). Üç araştırmada ise kontrol grubundaki katılımcılar araştırmacılar tarafından hazırlanan KKT grup uygulamalarına maruz kalmaksızın psikolojik/psikiyatrik tanılarına uygun olarak rutin tedavi süreçlerine devam etmişlerdir (Polat ve Asi Karakaş, 2021; Yıldız ve Aylaz, 2021; Özer ve Dişsiz, 2024). İki kontrol grubuna uygulanan müdahaleler ise rutin eğitim olarak tanımlanmıştır (Saraç, 2021; Çiçek Gümüş ve Öncel, 2023). Müdahale programlarının özelliklerine dair tüm kriterler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Çalışmalarda Kullanılan Ölçüm Araçları

Çalışmalarda değişimlenmesi hedeflenen duygu, düşünce veya davranışların değerlendirilmesinde öz bildirime dayalı nicel ölçekler kullanılmıştır. Kullanılan ölçekler KKT'ye ilişkin değişimlerin gözlenmesi amacıyla kullanılan ölçekler ve çalışmaların hedeflerine özgü olarak kullanılan bağımsız ölçekler olarak iki boyutta değerlendirilebilir. KKT odaklı kullanılan ölçekler; Psikolojik Esneklik Ölçeği *(Psychological Flexibility Scale)*, Kabul ve Eylem Formu-2 *(Acceptance and Action Questionnaire II)*, Değer Verme Ölçeği *(Valuing Questionnaire)* şeklindedir. Dahil edilen çalışmaların çalışmaya özgü amaçları doğrultusunda kullanılan diğer ölçekler ise; Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği *(The Brief Psychological Resilience Scale)*, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu *(A Brief Version of the Fear of Negative Evaluation Scale)*, Öfkeye İlişkin Derin Düşünme Ölçeği *(Anger Rumination Scale)*, Barratt Dürtüsellik Ölçeği *(Barratt Impulsiveness Scale-11)*, Şizofreni Hastalarında İşlevsel İyileşme Ölçeği *(Functional Remission of General Schizophrenia Scale)*, Yaşamın Anlamı Envanteri *(The Meaning in Life Questionnaire)*, Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği *(Depression Anxiety Stress Scale [DASS 21])*, Öz Şefkat Ölçeği *(Self-Compassion Scale)*, Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği *(Positive and Negative Syndrome Scale)*, Toplumsal İşlevselliği Değerlendirme Ölçeği *(Social Functioning Assessment Scale)*, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği *(Social Appearance Anxiety Scale)*, Temel Empati Ölçeği *(The Basic Empathy Scale)*, Öz Duyarlılık Ölçeği *(The Self-Compassion Scale)*, Etkili Psikolojik Danışman Niteliklerini Değerlendirme Ölçeği *(Effective Counselor Characteristics Assessment Scale)* olarak sıralanmıştır.

Çalışmaların Bulguları

Çalışmaların örneklem büyüklükleri, uygulanan müdahale programlarının süresi, uygulanış sıklığı, kullanılan ölçekler ve çalışmaların sonuçları Tablo 1'de belirtilmiştir. Değerli ve Odacı tarafından (2024) gerçekleştirilen müdahale programındaki empati düzeyleri ve etkili danışman beceri düzeylerindeki değişim hariç tüm çalışmalarda değişkenler üzerindeki hedeflenen artışın ve azalmanın sağlandığı görülmektedir. Çalışmalar yıl olarak en eskiden yeniye olacak şekilde sıralanmıştır.

TARTIŞMA

Mevcut çalışmanın amacı, Türkiye örneklemindeki 2020-2025 yılları arasında uygulanmış, deney ve kontrol gruplu, araştırma makalesi türündeki KKT grup müdahalelerini incelemektir. Grup müdahalelerin değerlendirilmesinde, veri tabanlarındaki KKT etkililik çalışmalarının grup formatında sistematik olarak incelenmeye bilimsel kriterler açısından daha uygun olması ve etkililik çalışması açısından bireysel müdahale programlarına göre daha fazla ter-

Tablo 1. Sistematik Gözden Geçirme Çalışmasına Dahil Edilen Araştırmaların Özellikleri ve Sonuçları

Yazar ve yıl	Örneklem	Araştırma Deseni	Müdahale	Süre ve Sıklık	Ölçekler	Sonuçlar
Uğur ve Koç (2021)	Deney = 13 Kontrol = 13 Üniversite öğrencileri	2x3'lük (deney/ kontrol grupları) x (ön-test/son test/izleme testi) split plot desen. 3 aylık izlem*Bekleme listesi kontrol grubu	Olumsuz değerlendirilme korkusuna yönelik olarak 8 hafta boyunca 90 dakika süren psikoeğitimler gerçekleştirilmiştir. Farkındalık, bilişsel esneklik ve başa çıkma becerilerinin güçlendirilmesi hedeflenmiştir. Her oturumda bilinçli farkındalık artırılmaya çalışılmıştır. KKT'nin insan doğasına bakışı açıklanmıştır. Bilişsel duygusal ve fiziksel yönleriyle olumsuz değerlendirilme korkusu tanıtılmıştır. Bu korkuyla başa çıkmada kişisel değerlerin önemi fark ettirilmiştir. Katılımcıların kabul stratejilerine ilişkin uygulamaları olası olumsuz senaryolar karşısında kullanabilme becerileri geliştirilmiştir.	8 oturum 90 dakika Haftalık	Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-(ODKÖ)	Olumsuz değerlendirilme korkusunun değişimlenmeye çalışıldığı programın etkili olduğu, izlem süresi sonunda da bu değişimin etkisinin sürdüğü gözlenmiştir. Kontrol grubunda ise farklılık yaşanmamıştır.
Polat ve Asi Karakaş (2021)	Deney = 26 Kontrol = 26 Yüksek güvenlikli adli psikiyatri hastanesi hastaları	Randomize kontrollü deneysel araştırma*Rutin tedavi kontrol grubu.	Foret (2014) tarafından geliştirilen "Kabul Kararlılık Terapisi Öfke Grubu" müdahale programı uyarlanmış ve haftada 1 defa olmak üzere 8 oturum gerçekleştirilmiştir. 15 dakika arayla 30'ar dakika süren görüşmelerde öfke kontrol problemi, iletişim, problem çözme becerileri, başa çıkma becerileri hedef alınmıştır. Programın içeriğinde öfke duygusunun fark edilmesi, problem çözme ve iletişim becerileri ve affedebilme becerilerinin geliştirilmesi hedeflenmektedir. Bu amaçlar doğrultusunda değer, kabul ve bilinçli farkındalık odaklı nefes egzersizleri, beden tarama, düşüncelerin bilinçli şekilde gözlemlenmesi, bilinçli yeme etkinlikleri gerçekleştirilmiştir.	8 oturum 60-75 dakika Haftalık	Bilgilendirilmiş Onam Formu Öfkeye İlişkin Derin Düşünme Ölçeği (ÖİDDÖ) Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ)	KKT yönelimli öfke kontrolü protokolü uygulanan hastaların öfkeye ilişkin düşüncelerinde ve dürtüsel davranışlarında kontrol grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir azalma gözlenmiştir.
Yıldız ve Aylaz (2021)	Deney = 36 Kontrol = 51 Toplum Ruh Sağlığı Merkezlerinde destek almakta olan şizofreni tanısı almış danışanlar	Kontrol gruplu yarı deneysel ön-test, son-test*Rutin tedavi kontrol grubu	Toplum ruh sağlığı merkezinde, haftada bir, yaklaşık 70 dakika süren 8 seans gerçekleştirilmiş. İlk iki seansta motivasyonel görüşme gerçekleştirilip 3-8 arası KKT'nin değerler, bilişsel ayrışma ve kabul gibi altı temel ilkesine dayanan KKT protokolü uygulanmış. İlk iki oturumda katılımcıların yaşadıkları güçlüklerin tespit edilmesi, çözümlenebilmesi ve bağlılığın artırılabilmesi amacıyla motivasyonel görüşme teknikleri kullanılmıştır. Bu sayede katılımcıların değişim arzuları güçlendirilmiştir. 3. oturum itibariyle KKT grup müdahalesine geçilmiştir. KKT'ye bağlı 6 temel ilke şimdi ve burada olma, bilişsel ayrışma, kabul, bağlamsal benlik, değerler ve adanmış	8 oturum 70 dakika Haftalık	Bilgilendirilmiş Onam Formu Şizofreni Hastalarında İşlevsel İyileşme Ölçeği (ŞİLÖ)	Şizofreni tanısı almış kişilerde uygulanan İşlevsel İyileşme Ölçeği puanlarında deney grubunda kontrol grubuna göre anlamlı derecede yükselme yaşanmış ve işlevselliğin arttığı gözlenmiştir.

			davranışlar nefes ve beden farkındalığı egzersizleri ile birleştirilmiştir. Nefes egzersizleri, bir önceki oturumum kazanımlarının tekrar edilmesi, basit müdahaleler ve ev ödevleri oturum akışını şekillendirmiştir.			
Demirci Seyrek ve Ersanlı (2021)	Deney 1 = 9 Deney 2 = 9 Kontrol 1 = 9 Kontrol 2 = 9 Üniversite öğrencileri	Solomon Dört Grup Deneysel Modeli, Seçkisiz atama 2 aylık izlem*Bekleme listesi kontrol grubu	8 hafta boyunca KKT'nin 6 ilkesine bağlı olarak özgürlük, seçim ve yaşamın anlamı konularında eğitim verilmiştir. Katılımcıların yaşamdaki anlam düzeyinin değişimlenmesinin hedeflendiği bu programda oturumlar psikolojik katılığın etkisi göz önünde bulundurularak hazırlanmıştır. KKT'nin altı temel ilkesi baz alınarak yaşamın anlamı, özgürlük, seçim ve sorumluluk kavramları incelenmiştir.	8 oturum Süre bilgisi verilmemiştir. Haftalık	Kişisel Bilgi Formu Yaşamın Anlamı Envanteri (YAE)	Müdahale programı sonucunda katılımcıların mevcut anlam düzeyinin arttığı, aranan anlam düzeyinin ise azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. İlgili değişim izlem sürecinin sonunda da devam etmiştir.
Saraç (2021)	Deney = 17 Kontrol = 17 Üniversite öğrencileri	Ön test- son test kontrol gruplu desen*Rutin eğitim kontrol grubu	Oturum süreleri ve sıklığı hakkında bilgi verilmemiş olup deney grubundaki katılımcıların değerleri tespit edebilmeleri, bunların anlamlarını hatırlayabilmeleri için "değer kartları", "80. Doğum günü" ve "boğa gözü" etkinlikleri gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların değer odaklı yaşamalarını destekleyen oturumlar planlanmıştır. Her oturumda katılımcıların yaşamın anlamı ve değer odaklı hareket edebilmek için ne şekilde davranabileceklerini düşünmeleri teşvik edilmiştir.	Oturum sayısı belirtilmemiş. Süre bilgisi verilmemiştir. Sıklık bilgisi verilmemiştir.	Değer Verme Ölçeği	Değer odaklı yaşama davranışlarındaki değişimin incelendiği çalışmada programa maruz kalan katılımcıların değer odaklı yaşama davranışlarında artış gözlenmiştir.
Takmaz Adiloğlu ve Yıldırım Kurtuluş (2023)	Deney = 11 Kontrol = 11 İlk okul öğrencisi çocuğu olan anneler	2x3'lük (deney/ kontrol grupları x ön-test/son test/izleme testi) split plot desen 2 aylık izlem*Bekleme listesi kontrol grubu	KKT'nin temel ilkelerine dayalı olarak ebeveynlerin psikolojik esneklik ve yılmazlık becerilerinin artırılması amaçlı, 90 dakika süren 8 oturum gerçekleştirilmiştir. Stres verici duygu ve düşünceler ile başa çıkma becerilerinin geliştirilmesi, değerlerin saptanması, değerlere uygun davranışların geliştirilmesi hedeflenmiştir. Katılımcıların rahatsız edici duygu ve düşünceleri fark edip bu duygu ve düşünceler ile savaşmak ve kontrol etmek yerine onların varlığını kabul edip ana odaklanmalarını sağlayıcı şekilde tasarlanmıştır. "Kendinle arkadaş olmak", "Kötümser Papağan" metaforları kullanılmıştır.	8 oturum 90 dakika Haftalık	Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ) Psikolojik Esneklik Ölçeği (PEÖ)	Çalışma sonucunda müdahale programı etkili olup ilkokul çağında çocuğu olan annelerin psikolojik dayanıklılık ve psikolojik esneklik seviyeleri anlamlı şekilde artmıştır; izleme testi sonuçları etkilerin kalıcı olduğunu göstermiştir.
Çiçek Gümüş ve Öncel (2023)	Deney = 30 Kontrol = 30 Özel gereksinimli çocukların ebeveynleri	2x3'lük (deney/ kontrol grupları x ön-test/son test/izleme testi) split plot desen 3 aylık izlem*Rutin eğitim kontrol grubu	Yüz yüze, 6 haftalık, haftada bir 60 ve üzeri dakika süren görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Psikolojik esneklik modeline bağlı protokol oluşturulmuştur.	6 oturum 60 dakika ve üzeri Haftalık	Bilgilendirilmiş Onam Formu Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASÖ-21) Kabul ve Eylem Formu-2	Çalışma çıktıları KKT müdahalesinin ebeveynlerde psikolojik esnekliği artırdığını; depresyon, anksiyete, stres düzeylerini ve bakım veren yükünü anlamlı seviyede azalttığını göstermiştir. Takip ölçümleri etkilerin kalıcılığına işaret etmektedir.

Yetiz ve Çetinkaya Yıldız (2023)	Deney = 8 Kontrol = 8 Üniversite öğrencileri	2x3'lük (deney/ kontrol grupları x ön-test/son test/izleme testi) 1 aylık izlem*Bekleme listesi kontrol grubu	60-90 dakika süren KKT'nin temel bileşenlerine dayalı, sekiz çevrimiçi oturumdan oluşmaktadır. Oturumlarda öz eleştirinin zararlarına ilişkin farkındalık kazandırılması, düşünce duyguların kontrol etme girişimlerinin olumsuz yansımaları, kendine karşı şefkatli olabilme becerilerinin geliştirilmesi, hoşa gitmeyen duygu ve düşüncelere açık olabilme ve değerlere yönelik hareket edebilme becerilerinin geliştirilmesi hedeflenmektedir.	8 oturum 60-90 dakika Haftalık	Kişisel Bilgi Formu Öz Şefkat Ölçeği (ÖŞÖ)	Müdahale programı sonrasında deney grubundaki katılımcıların öz şefkat düzeyi ölçek skorlarında kontrol grubuna göre anlamlı artış gözlenmiştir. Kontrol grubunda değişim yaşanmamıştır.
Özer ve Dişsiz (2024)	Deney = 26 Kontrol = 27 Şizofreni ve psikotik bozukluk tanısı almış danışanlar	2x3'lük (deney/ kontrol grupları x ön-test/son test/izleme testi) 3 aylık izlem*Rutin tedavi kontrol grubu	4 hafta süren, 8 oturumluk müdahaleler 60-90 dakika uygulanmıştır. Görüşmeler çevrimiçi olarak grup müdahalesi şeklinde uygulanmıştır. Tanışma, ilişki kurma, değerler, bilişsel ayrışma temaları işlenmiştir. Psikotik semptomların azaltılması ve gündelik yaşamdaki işlevselliğin artırılmasının hedeflendiği çalışmada şimdi ve burada algısının güçlendirilmesi, gerçek ve işlevsiz düşünceler duyumlar arasındaki farkların anlaşılabilmesi, kişisel değerlerin ve hedeflerin oluşturulabilmesi planlanmıştır.	8 oturum 60-90 dakika Haftada 2	Kişisel Bilgi Formu Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği (PANAS) Toplumsal İşlevselliği Değerlendirme Ölçeği (TİDÖ)	Erken psikozlu bireylerde KKT müdahalesinin psikotik belirtileri azalttığı; işlevsellik düzeylerini artırdığı bulgulanmıştır. Bununla birlikte müdahale alan grupta hastaneye daha az yatış oranlarının olduğu görülmüştür.
Karaaziz ve ark. (2024)	Deney = 22 Kontrol = 17 Üniversite öğrencisi	2x3'lük (deney/ kontrol grupları x ön-test/son test/izleme testi) 3 haftalık izlem*Bekleme listesi kontrol grubu	8 haftalık, 60-80 dakika arası görüşmeler gerçekleştirilmiş olup ilk araştırmacı uygulayıcı, ikinci ise destekleyici rolündedir. Sosyal görünüş kaygısının azaltılmasına yönelik olarak katılımcıların bilinçli farkındalık düzeylerinin artırılması, etkisiz başa çıkma stratejilerinin tanıtılması, düşüncelerin gerçeklik yerine düşünce olduğunun fark edilmesi ve anlamlı bir hayat için değer yargılarının oluşturulması sağlanmıştır. Oturumlar atölye uygulaması şeklinde düzenlenmiş ve etkinlik sonunda katılımcıların deneyimlerini paylaşabilecekleri alanlar oluşturulmuştur.	8 oturum 60-80 dakika Haftalık	Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ) Kabul ve Eylem Formu 2	Çalışmada müdahale grubundaki katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanları belirgin biçimde azalmış; üç hafta sonra yapılan izleme testinde de bu etkinin devamlılığı gözlenmiştir. Bununla birlikte KKT müdahalesinin deneyimsel kaçınmayı eğilim düzeyinde azalttığı ancak istatistiksel açıdan anlamlı sonuçlara ulaşılmadığı raporlanmıştır.
Değerli ve Odacı (2024)	Deney = 16, Kontrol = 16 Psikolojik danışmanlık 3. ve 4. sınıf öğrencileri	2x4'lük (deney/ kontrol grupları x ön-test/son test/izleme testi) 3 aylık ve 9 aylık izlem*Bekleme listesi kontrol grubu	KKT'nin 6 ilkesine dayanan yüz yüze, 10 haftalık ve yaklaşık 100 dakika süren görüşmeler gerçekleştirilerek psikolojik esneklik becerilerinin artırılması hedeflenmiştir. Psikolojik danışmanların öz şefkat, psikolojik esneklik ve empati düzeyi gibi mesleki katkı sağlayabilecek bazı özelliklerinin değişimlenmeye çalışıldığı araştırmada müdahale programı KKT'nin temel ilkelerinden oluşmaktadır.	10 oturum 100 dakika Haftalık	Kişisel Bilgi Formu Kabul ve Eylem Formu 2 Temel Empati Ölçeği Etkili Psikolojik Danışman Niteliklerini Değerlendirme Ölçeği (EPNİDÖ) Öz-Duyarlılık Ölçeği	KKT temelli müdahalenin psikolojik danışman adaylarının psikolojik esneklik ve öz-şefkat gibi kişisel özelliklerinde olumlu, belirgin ve istikrarlı sonuçlar oluşturduğu bulgulanmıştır. Ancak empati düzeyleri ve etkili danışman özelliklerinde anlamlı bir değişime yol açmadığı görülmüştür.

cih edilmesi etkili olmuştur. Son 5 yıla odaklanarak güncel çalışmaların incelenmesi, farklı gruplara ve hedef değişkenlere yönelik hazırlanabilecek yeni grup müdahale programları için erişimde kolaylık sağlaması açısından önemlidir. Mevcut çalışmaya dahil edilen araştırmalarda değişim hedeflenen temalar "olumsuz değerlendirilme korkusu, öfke kontrol problemleri, şizofreni tanısı almış bireylerin günlük işlevsellik düzeyleri, hayatın anlamı, değerler odaklı bir yaşam sürülmesi, psikolojik esneklik ve yılmazlık becerileri, öz şefkat düzeyi, psikotik belirtiler ve sosyal görünüş kaygısı" olarak sıralanmaktadır. Scent ve Boes'e göre (2014) KKT, gündelik yaşamdaki zorlantılardan psikopatolojilere kadar geniş bir yelpazede davranış değişikliğini öngörmektedir. İlgili temalar ele alındığında KKT'nin bu ilkesinin farklı yetişkin örneklemlerinde test edilmiş olması ve araştırmaya dahil edilen çalışmaların neredeyse tamamında hedef davranışa ilişkin ölçek puanlarında anlamlı bir değişim olması önem arz etmektedir. Benzer başarının Dursun ve Akkaya tarafından (2022) yapılan çalışmada, ergenler ve genç yetişkin örnekleminde KKT uygulamalarının sınav kaygısını azaltma, akran zorbalığıyla baş etme, karar verme becerilerinin ve psikolojik esnekliğin geliştirilmesi gibi değişkenler açısından da desteklendiği görülmektedir.

Çalışmaya dahil edilen araştırmaların güçlü yanları değerlendirildiğinde araştırmaların hedef kitlelerinin üniversite öğrencilerinden ebeveynler ve psikolojik/psikiyatrik tanısı bulunan bireylere kadar geniş bir çerçevede değerlendirildiği görülmektedir. Öğrencilerin olumsuz değerlendirilme korkusunun (Uğur ve Koç, 2021) ve sosyal görünüş kaygısının azalırken (Karaaziz ve ark., 2024), öz şefkat düzeylerinin artması (Yetiz ve Çetinkaya Yıldız, 2023); özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esnekliği artarken, depresyon ve stres düzeylerinin azalması (Çiçek Gümüş ve Öncel, 2023) bu değişimlere örnektir. Sonuçlar değerlendirildiğinde, KKT'nin etkili olduğu örneklem özellikleri ve değişkenler açısından ilgili çeşitlilik farklı çalışmalarla desteklenmektedir. Savaş gazileri, kronik rahatsızlığı bulunanlar ve yeme davranışı örüntülerinde problem yaşayan bireyler üzerinden yapılan değerlendirmelerde de KKT grup müdahalelerinin etkili olduğu gözlenmektedir (Chew ve ark., 2023; Karlin ve ark., 2013, Kemani ve ark., 2015).

Üç haftadan dokuz aya kadar çeşitlilik gösteren izlem süreleri de ilgili değişimlerin kalıcılığı konusunda önemli bir dayanak sunmaktadır. Takmaz Adiloğlu ve Yıldırım Kurtuluş (2023) tarafından yürütülen araştırmada ilkokulda çocuğu bulunan ebeveynlere KKT grup müdahalesi uygulanması sonucunda artan psikolojik esneklik ve yılmazlık becerilerinin iki aylık izlem sürecinin sonunda da sürdüğü görülmüştür. Benzer şekilde Değerli ve Odacı (2024), KKT müdahalesi sonucunda empati düzeyi ve mesleki yetenekler açısından olmasa da psikolojik esneklik ve öz şefkat becerilerinin üç ay ve dokuz aylık izlem sonucunda da kalıcılığına dikkat çekmişlerdir. Araştırmaya dahil edilen çalışmalar olumlu yönde seyretmekle birlikte KKT grup müdahalelerinin uzun süreli etkilerinin değerlendirilmesinde daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir. (Latella ve ark., 2025; Sinclair ve ark., 2023). Bununla birlikte araştırmaya dahil edilen çalışmaların üçünde müdahale programları katılımcılara çevrimiçi olarak uygulanmıştır (Takmaz Adiloğlu ve Yıldırım Kurtuluş, 2023; Yetiz ve Çetinkaya Yıldız, 2023; Özer ve Dişsiz, 2024). 10 araştırmanın dahil edildiği sistematik gözden geçirme ve meta-analiz çalışmasında internet tabanlı KKT uygulamalarının özellikle depresyon belirtilerinin azaltılmasında etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Brown ve ark., 2016). Bu durum benzer etkilerin yüz yüze ve çevrimiçi ortam fark etmeksizin bilişsel veya davranışsal olarak değişikliğin sağlanabilmesi açısından önem arz etmektedir. Gelecek çalışmalarda fiziksel koşulların sağlanamadığı durumlarda temel KKT ilkeleri ve uygulanan müdahale programları baz alınarak gerçekleştirilebilecek çevrimiçi çalışmalar açısından umut vadetmektedir.

Çalışmaların süresi ve sıklığı ele alındığında ise uygulanan müdahale programlarının 6-8 hafta arasında yığıldığı görülmektedir. Birkaç aylık zaman dilimi olarak değerlendirildiğinde kısa süre içerisinde ölçek puanlarındaki değişimin sağlanması kıymetlidir. KKT'nin "şimdi ve burada"ya odaklanan "anda olma" ilkesinin (Hayes ve ark., 2013) problemlere ilişkin gelişimi ve değişimi geçmiş yaşantılarda aramaması ve güncel bağlam üzerinden değerlendirmesinin bu kısa süreli değişimde etkisi olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda çalışmaların çıktıları değerlendirildiğinde müdahale programları sonucundaki değişimlerin şaşırtıcı olmadığı görülmektedir. Pek çok araştırma KKT müdahaleleri sonucunda oluşan davranış değişikliklerini veya psikopatoloji düzeylerindeki azalmayı destekler niteliktedir. Thompson ve arkadaşlarına göre (2011) bilinçli farkındalık uygulamaları içeren KKT uygulamaları travmatik deneyime sahip kişilerin bozukluk geliştirmesinde önleyici rol oynayabilmektedir. KKT uygulamaları ile psikolojik yılmazlık *(resilience)* becerilerinin geliştirilmesi, yaşanılan olayın yargılanmadan değerlendirilmesinin sağlanması, içsel ve dışsal deneyimlerden kaçınmanın önlenmesi ve sıkıntıya katlanabilme becerilerinin geliştirilmesi buna yardımcı olabilmektedir. Benzer şekilde kronik ağrı için 28 araştırma üzerinden KKT uygulamalarını değerlendirdikleri meta-analiz çalışmasında Veehof ve arkadaşları da (2016) özellikle uzun vadede kazanılan gelişime değinmişlerdir. Mevcut çalışmanın tasarısına uygun olarak Coto-Lesmes ve arkadaşları (2020) tarafından, KKT grup müdahalelerinin depresyon ve kaygı bozuklukları üzerindeki etkisinin incelendiği çalışmanın da benzer sonuçlar verdiği görülmektedir. 15 araştırmanın dahil edildiği sistematik derlemede KKT grup müdahalelerinin katılımcıların duygudurumlarının düzenlenmesinde ve psikolojik esneklerinin geliştirilmesinde katkısına dikkat çekilmiştir. Son olarak, Gloster ve arkadaşları (2020) KKT uygulamalarının etkililiğine ilişkin 20 meta-analizdeki 133 çalışmayı derledikleri araştırmalarında, KKT'nin kronik ağrıdan çeşitli psikolojik bozukluklara kadar geniş ölçüde etkili olduğunu ifade etmektedirler.

Mevcut araştırmada dahil etme kriterlerine uygun olarak tüm çalışmalar kontrol grubu içermektedir. Müdahale programlarının içeriğinde aktarıldığı üzere, altı çalışmada kontrol grubu katılımcıları bekleme listesinde yer almış ve herhangi bir müdahaleye maruz kalmamışlardır (Demirci Seyrek ve Ersanlı, 2021; Değerli ve Odacı, 2024; Karaaziz ve ark., 2024; Takmaz Adiloğlu ve Yıldırım Kurtuluş, 2023; Uğur ve Koç, 2021; Yetiz ve Çetinkaya Yıldız, 2023). Değerli ve Odacı (2024) tarafından katılımcıların

psikolojik esneklik, öz-şefkat, empati düzeyleri ve etkili danışman becerileri özelliklerinin incelendiği çalışmada empati düzeyleri ve etkili danışman becerileri özellikleri hariç tüm çalışmalarda değişkenler açısından deney ve kontrol grupları arasında anlamlı fark gözlenmiştir. Araştırmacılara göre empati becerilerinin KKT grup müdahalesi sonucunda değişmemesinin nedeni katılımcıların diğer kişiler yerine kendi içsel değerlerine odaklanmaları ve müdahale programlarının özellikle empati yeteneklerini geliştirici bileşenler açısından kısıtlı olması olabilir (Değerli ve Odacı, 2024). Bu doğrultuda grup müdahaleleri tasarlanırken birbirinden farklı çeşitli özelliklerde değişim hedeflenmesi yerine ilişkili olabilecek özelliklere ilişkin daha yoğun bir program hazırlanmasının faydalı olabileceği düşünülmektedir. Üç araştırmada ise (Polat ve Asi Karakaş, 2021; Yıldız ve Aylaz, 2021; Özer ve Dişsiz, 2024) katılımcılar bulundukları sağlık kuruluşundaki rutin tedavi programlarının haricinde KKT grup müdahalelerini takip etmişlerdir. Her üç çalışmada da hedeflenen değişkenlerde kontrol grubuna göre anlamlı fark gözlenmiştir. Bu durum KKT müdahalelerinin çeşitli kurum ve kuruluşlarda sunulan hizmetlere eklenmesine zemin hazırlayabilir. İki araştırmada ise müdahale programı rutin uygulanan bilgilendirme çalışmaları nedeniyle rutin eğitim olarak tanımlanmıştır (Saraç, 2021; Çiçek Gümüş ve Öncel, 2023). Her iki araştırmada da KKT grup müdahalesi uygulaması sonrası deney ve kontrol grupları arasında anlamlı farka ulaşılmıştır.

KKT grup müdahalelerinin etkisinin değerlendirilmesinde, bu yöntemlerin sınırlarının da dikkate alınması ve genellemelerden kaçınılması önemlidir. Araştırmamızda güncel çalışmalar derlenmiş olmakla birlikte 11 çalışma incelenmiştir. Daha kapsamlı sonuçlar için farklı dahil etme kriterleri doğrultusunda çalışmanın örneklemine daha fazla araştırma dahil edilebilir. Sistematik gözden geçirme çalışmalarında yöntemsel açıdan ve çalışmaların derlenmesi sırasında birtakım yanlılıklar *(bias)* bulunabilmektedir. Olası yanlılıkların değerlendirilebilmesi amacıyla çeşitli ölçme araçları kullanılabilmektedir (Whiting ve ark., 2016). Mevcut araştırmayı oluşturan makalelerin objektif şekilde dahil edilmesine özen gösterilip titizlikle seçilmiş ve incelemeleri gerçekleştirilmiştir. Fakat mevcut çalışmada yanlılık değerlendirmesine yer verilmemesi çalışmanın sınırlılıkları arasındadır. Dolayısıyla, mevcut çalışmada yöntemsel kalite değerlendirmesi yerine, alanyazına katkı sağlayacak içeriksel çıkarımlara odaklanmak hedeflenmiştir.

Ayrıca ulusal (Yapan ve ark., 2021) ve uluslararası (Arch ve ark., 2012) alanyazında KKT ve diğer psikoterapi ekollerinin etkililiğine ilişkin çeşitli araştırmaların sayısının gün geçtikçe arttığı gözlemlenmektedir. Tüm çalışmalarda kontrol grubu bulunmasına karşın bu gruplarda farklı bir terapi ekolüne ilişkin grup müdahalesi gerçekleştirilmemiştir. Benzer örneklemlerde ve hedef çıktılar doğrultusunda KKT'nin bilişsel davranışçı terapi veya şema terapi gibi farklı psikoterapi kuramlarının grup uygulamaları karşısında da test edilmesi, değişimin KKT'nin güçlü kuramsal yapısından mı yoksa bir psikoterapi müdahalesinin uygulanmış olmasının kendisinden mi kaynaklandığının anlaşılmasında fayda görülmektedir. Ülkemizde KKT uygulamaları ve farklı ekollerin kıyaslandığı çalışma sayısı oldukça sınırlıdır. Bu nedenle de KKT etkililik düzeyinin anlaşılmasında diğer ekollerin rolünün anlaşılması katkı sağlayabilir. Ayrıca ülkemizdeki KKT grup müdahaleleri değerlendirildiğinde net yapılandırılmış ve kabul görmüş bir protokol ile karşılaşılmamıştır. Araştırmaya dahil edilen çalışmalarda araştırmacılar orijinal çalışmalarında aktardıkları bilimsel okumaları ve aldıkları eğitimleri doğrultusunda KKT ve Psikolojik Esneklik Modeli ilkelerine bağlı kalarak kendi müdahalelerini tasarlamışlardır. KKT temelli hedef davranış değişikliği için özel yapılandırılmış programların oluşturulması önemli bir açığı gidermeye yardımcı olabilir.

Sonuç ve Öneriler

Ülkemizde KKT grup müdahalelerinin değerlendirilmesinde sistematik gözden geçirme ve meta-analiz türündeki çalışmaların oldukça sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Mevcut çalışmada bu eksikliğin giderilmesi noktasında son beş yıl içerisindeki, deney ve kontrol gruplu, hakemli dergide yayınlanmış, yetişkin örneklemindeki KKT grup müdahaleleri incelenmiştir. KKT grup müdahalelerinin etkililiğine ilişkin güncel araştırmalar bir arada değerlendirilmiştir. Böylelikle birbirinden bağımsız çalışmalar örneklem, yöntem, müdahale programı gibi çeşitli özellikler açısından kıyaslanabilir nitelik kazanmıştır. Grup müdahalesi uygulamak veya yeni bir müdahale programı tasarlamak isteyen araştırmacılar için bu birikimin kolaylık ve avantaj sağlayacağı düşünülmektedir.

Kabul Kararlılık Terapisi grup müdahalelerinin farklı bağlamlarda da uygulanabilir, kısa süreli ve etkili uygulamalar olduğu sonucuna varılmıştır. Öz şefkat düzeyinin, psikolojik esneklik ve yılmazlık becerilerinin artırılması ve kaygı, depresyon, psikotik belirtiler ve stres düzeylerinin azaltılması bu değişimlere örnek verilebilir. Bununla birlikte, gelecek çalışmalarda KKT grup müdahalelerinde değişimi ortaya çıkaran özgül etmenlerin belirlenmesi ve araştırmalardaki özellikle ortak özelliklerin incelenmesi, KKT'nin alanyazındaki yerinin ve diğer psikoterapi ekollerinden farklılaşan yönlerinin netleştirilmesine önemli katkılar sağlayabilir. KKT uygulamaları açısından değerlendirildiğinde ise güncel müdahale protokollerindeki tekniklerin yapılandırılarak bir araya getirilmesi, danışanlar ve katılımcılar açısından daha kapsamlı ve farklı örneklemlere rahatlıkla uyarlanabilir kuramsal yapısı güçlü eklektik bir programın geliştirilmesini sağlayabilir.

BEYANLAR

Etik Kurul Onayı: Etik onay gerektirmeyen, sistematik gözden geçirme çalışmasıdır

Çıkar Çatışması Beyanı: Bu makalenin tüm yazarları, makaleye ilişkin herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan ederler.

Onam Formu: Çalışma türüne uygun değildir.

Proje/Ödenek Bilgisi: Bu çalışma herhangi bir proje kapsamında gerçekleştirilmemiştir, fon ve ödenek desteği bulunmamaktadır.

Data Paylaşımı/Uygunluğu: Çalışmada katılımcı verisi toplanmamıştır.

Yazar(lar)ın Katkısı: Yazarlar eşit derecede katkı sunmuşlardır.

Yapay Zekâ Kullanımı: Çalışmanın herhangi bir bölümünde

yapay zekâ araçları kullanılmamıştır.

KAYNAKLAR

Arch, J. J., Eifert, G. H., Davies, C., Vilardaga, J. C. P., Rose, R. D. ve Craske, M. G. (2012). Randomized clinical trial of cognitive behavioral therapy (CBT) versus acceptance and commitment therapy (ACT) for mixed anxiety disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 80*(5), 750-765. [CrossRef]

Bai, Z., Luo, S., Zhang, L., Wu, S. ve Chi, I. (2020). Acceptance and commitment therapy (ACT) to reduce depression: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders, 260,* 728-737. [CrossRef]

Baş, S. ve Dirik, G. (2019). Kanser tanısı olan kişilerde kabul ve kararlılık terapisi uygulamaları: Sistematik bir derleme. *Studies in Psychology, 39*(2), 459-485. [CrossRef]

Brown, M., Glendenning, A., Hoon, A. E. ve John, A. (2016). Effectiveness of web-delivered acceptance and commitment therapy in relation to mental health and well-being: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Medical Internet Research, 18*(8), e221. [CrossRef]

Chew, H. S. J., Chng, S., Rajasegaran, N. N., Choy, K. H. ve Chong, Y. Y. (2023). Effectiveness of acceptance and commitment therapy on weight, eating behaviours and psychological outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, *28*(1), 6. [CrossRef]

Coto-Lesmes, R., Fernández-Rodríguez, C. ve González-Fernández, S. (2020). Acceptance and commitment therapy in group format for anxiety and depression. *A Systematic Review. Journal of Affective Disorders, 263*, 107-120. [CrossRef]

Çiçek Gümüş, E. ve Öncel, S. (2023). Effects of acceptance and commitment therapy-based interventions on the mental states of parents with special needs children: Randomized controlled trial. *Current Psychology, 42*(23), 19429-19442. [CrossRef]

Demirci Seyrek, Ö. D. ve Ersanlı, K. (2021). The effect of acceptance and commitment therapy-based psychoeducation program on university students' meaning of life levels. *Sakarya University Journal of Education, 11*(1), 1-27. [CrossRef]

Değerli, F. İ. ve Odacı, H. (2024). Effects of an acceptance and commitment-based psychoeducation program on prospective psychological counselors' some personal and professional qualifications. *Current Psychology, 43*(1), 248-260. [CrossRef]

Dursun, A. ve Akkaya, M. (2022). Kabul ve kararlılık terapisi odaklı deneysel araştırmalar: Sistematik bir gözden geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 14*(3), 340-352. [CrossRef]

Eilenberg, T., Fink, P., Jensen, J. S., Rief, W. ve Frostholm, L. (2016). Acceptance and commitment group therapy (ACT-G) for health anxiety: A randomized controlled trial. *Psychological Medicine, 46*(1), 103-115. [CrossRef]

Feliu-Soler, A., Montesinos, F., Gutiérrez-Martínez, O., Scott, W., McCracken, L. M. ve Luciano, J. V. (2018). Current status of acceptance and commitment therapy for chronic pain: A narrative review. *Journal of Pain Research, 11*, 2145-2159. [CrossRef]

Ferreira, M. G., Mariano, L. I., de Rezende, J. V., Caramelli, P. ve Kishita, N. (2022). Effects of group acceptance and commitment therapy (ACT) on anxiety and depressive symptoms in adults: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders, 309*, 297-308. [CrossRef]

Foret, M. M. (2014). Acceptance and Commitment Therapy Anger Group. *Created December 2014. Accessed November 4, 2019*.

Gloster, A. T., Walder, N., Levin, M. E., Twohig, M. P. ve Karekla, M. (2020). The empirical status of acceptance and commitment therapy: A review of meta-analyses. *Journal of Contextual Behavioral Science, 18*, 181-192. [CrossRef]

Hayes, S. C. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior Therapy, 35*(4), 639-665. [CrossRef]

Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A. ve Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy, 44*(1), 1-25. [CrossRef]

Hayes, S. C., Pistorello, J. ve Levin, M. E. (2012). Acceptance and commitment therapy as a unified model of behavior change. *The Counseling Psychologist, 40*(7), 976-1002. [CrossRef]

Hayes, S. C., Levin, M. E., Plumb-Vilardaga, J., Villatte, J. L. ve Pistorello, J. (2013). Acceptance and commitment therapy and contextual behavioral science: Examining the progress of a distinctive model of behavioral and cognitive therapy. *Behavior Therapy, 44*(2), 180-198. [CrossRef]

Hofmann, S. G. ve Asmundson, G. J. (2008). Acceptance and mindfulness-based therapy: New wave or old hat? *Clinical Psychology Review*, *28*(1), 1-16. [CrossRef]

Karaaziz, M., Razzaghi, P., Keskindag, B. ve Güney, H. (2024). Brief report: A feasibility study of acceptance and commitment therapy in group format for social appearance anxiety. *Current Psychology, 43*(5), 4798-4802. [CrossRef]

Karlin, B. E., Walser, R. D., Yesavage, J., Zhang, A., Trockel, M. ve Taylor, C. B. (2013). Effectiveness of acceptance and commitment therapy for depression: Comparison among older and younger veterans. *Aging & Mental Health, 17*(5), 555-563. [CrossRef]

Kemani, M. K., Olsson, G. L., Lekander, M., Hesser, H., Andersson, E. ve Wicksell, R. K. (2015). Efficacy and cost-effectiveness of acceptance and commitment therapy and applied relaxation for longstanding pain: A randomized controlled trial. *The Clinical Journal of Pain, 31*(11), 1004-1016. [CrossRef]

Kul, A. ve Türk, F. (2020). Kabul ve adanmışlık terapisi (ACT) üzerine bir derleme çalışması. *Opus International Journal of Society Researches, 16*(29 Ekim Özel Sayısı), 3773-3805. [CrossRef]

Latella, D., Marafioti, G., Formica, C., Calderone, A., La Fauci, E., Foti, A., Calabrò, R. S. ve Filippello, G. (2025). The role of acceptance and commitment therapy in improving social functioning among psychiatric patients: A systematic review. *Healthcare*, *13*(13), 1587. [CrossRef]

Özer, D. ve Dişsiz, M. (2024). The effect of online group based acceptance and commitment therapy on psychotic symptoms and functioning levels of individuals with early psychosis. *Schizophrenia Research, 267*, 55-64. [CrossRef]

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., . . . Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *Bmj, 372*, n71. [CrossRef]

Polat, H. ve Asi Karakaş, S. (2021). The effect of acceptance and commitment therapy orientated anger management training on anger ruminations and impulsivity levels in forensic psychiatric patients: A randomized controlled trial. *Perspectives in Psychiatric Care, 57*(4), 1616-1627. [CrossRef]

Ruiz, F. J. (2012). Acceptance and commitment therapy versus traditional cognitive behavioral therapy: A systematic review and meta-analysis of current empirical evidence. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 12*(3), 333-358.

Saraç, A. (2021). Değer temelli grupla psikolojik danışma uygula-

maları: Deneysel bir çalışma. *Opus International Journal of Society Researches, 18*(44), 7616-7637. [CrossRef]

Scent, C. L. ve Boes, S. R. (2014). Acceptance and commitment training: A brief intervention to reduce procrastination among college students. *Journal of College Student Psychotherapy, 28*(2), 144-156. [CrossRef]

Schardt, C., Adams, M. B., Owens, T., Keitz, S. ve Fontelo, P. (2007). Utilization of the PICO framework to improve searching PubMed for clinical questions. *Bmc Medical Informatics and Decision Making, 7*(1), 16. [CrossRef]

Sinclair, F., Gillanders, D., Rooney, N., Bonathan, C., Hendry, K., McLoone, P. ve Hewitt, C. (2023). Real-world evaluation of an acceptance and commitment therapy–based group programme for breast cancer survivors with fear of cancer recurrence. *Supportive Care in Cancer, 31*(12), 700. [CrossRef]

Takmaz Adiloğlu, Z. ve Yıldırım Kurtuluş, H. (2023). Effectiveness of the acceptance and commitment therapy-based intervention program for mothers. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 13*(69), 240-255. [CrossRef]

Thompson, R. W., Arnkoff, D. B. ve Glass, C. R. (2011). Conceptualizing mindfulness and acceptance as components of psychological resilience to trauma. *Trauma, Violence, & Abuse*, *12*(4), 220-235. [CrossRef]

Uğur, E. ve Koç, M. (2021). The effectiveness of acceptance and commitment therapy based psychoeducation program in reducing fear of negative evaluation. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 11*(60), 101-110.

Veehof, M. M., Trompetter, H. R., Bohlmeijer, E. T. ve Schreurs, K. (2016). Acceptance-and mindfulness-based interventions for the treatment of chronic pain: A meta-analytic review. *Cognitive Behaviour Therapy, 45*(1), 5-31. [Cross Ref]

Whiting, P., Savović, J., Higgins, J. P., Caldwell, D. M., Reeves, B. C., Shea, B. ve Churchill, R. (2016). ROBIS: A new tool to assess risk of bias in systematic reviews was developed. *Journal of Clinical Epidemiology, 69*, 225-234. [CrossRef]

Wilson, K. G. ve Roberts, M. (2002). Core principles in acceptance and commitment therapy: An application to anorexia. *Cognitive and Behavioral Practice, 9*(3), 237-243. [Cross Ref]

Yapan, S., Murat, M. ve Yavuz, K. F. (2021). Kabul ve kararlılık terapisi ve bilişsel davranışçı terapi temelli psikoeğitim programlarının sınav kaygısına etkisi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi, 10*(2), 194-208. [CrossRef]

Yavuz, K. F. (2015). Kabul ve kararlılık terapisi (ACT): Genel bir bakış. *Turkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics, 8*(2), 21-27.

Yetiz, G. ve Çetinkaya Yıldız, E. (2023). KKT temelli psikoeğitim programının pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin öz şefkat düzeyleri üzerindeki etkisi. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 24*(3), 1651-1680. [CrossRef]

Yıldız, E. ve Aylaz, R. (2021). How counseling based on acceptance and commitment therapy and supported with motivational interviewing affects the perceptions of treatment motivation in patients diagnosed with schizophrenia: A qualitative study. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association, 27*(5), 390-404. [CrossRef]

Journal of Clinical Psychology Research · *(2026), 10(3), 357–372*
Doi: 10.57127/kpd.26024438.1741374

SYSTEMATIC REVIEW | EXTENDED ABSTRACT

A systematic review of group-based Acceptance and Commitment Therapy applications in Türkiye

Oğulcan Akkoç*[1], Özden Yalçınkaya-Alkar[2]

[1] Ankara Yıldırım Beyazıt University, Department of Psychology, Division of Clinical Psychology, Ankara, Türkiye
[2] Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Human and Social Sciences, Department of Psychology, Ankara, Türkiye

Abstract
Acceptance and Commitment Therapy (ACT) is a therapeutic approach that belongs to the third generation of cognitive behavioral therapy theories. This therapeutic approach has gained significant interest due to its extensive range of applications. The efficacy of this theoretical framework is evidenced by its wide-ranging applications across contexts, including psychosis and daily living challenges, provided that psychological flexibility is a contributing factor. ACT has recently been applied in Türkiye in similar ways across different contexts and samples. The objective of this study is to examine ACT group interventions applied to adult samples in Türkiye. In this regard, the present study evaluated the applications of acceptance and commitment therapy groups in Türkiye between 2020 and 2025 according to the PRISMA criteria. The evaluation encompassed various aspects, including sample characteristics, intervention methods, duration, frequency, measurement tools, and changes. As a result of searching Scopus, Web of Science, PsycArticles, and TrDizin databases, 11 research articles were included in the study. Psychological resilience, psychological flexibility, impulsivity, fear of negative evaluation, social appearance anxiety, and self-compassion level are among the variables targeted for change in the intervention programs in the studies. It is observed that the sample characteristics of the groups included in the study are not limited to university students but also parents and individuals with psychiatric diagnoses. Despite differences in content and implementation, it is seen that group interventions based on the basic principles of acceptance and commitment therapy are effective in different adult samples. The current study provides an opportunity to evaluate and compare current acceptance and commitment therapy group practices implemented in different contexts in Türkiye. Evaluating intervention programs together may provide researchers with temporal and economic advantages in designing future intervention programs.

Keywords: acceptance and commitment therapy, psychological flexibility, intervention, systematic review

INTRODUCTION

Popular culture tends to define certain emotions and thoughts as positive, assuming they will lead to positive behaviors, while dismissing the view that some emotions and thoughts are negative and therefore cause negative behaviors (Wilson & Roberts, 2002). Consequently, pursuing positive emotions and constantly striving to feel good has become one of the most fundamental goals of people today (Kul & Türk, 2020). Acceptance and Commitment Therapy (ACT) aims to enable individuals to choose actions in line with their own values and apply them to their lives, even when experiencing unwanted and unpleasant emotions and thoughts (Scent & Boes, 2014; Yavuz, 2015). The ACT approach aims to implement functional behavioral changes for everyone, from psychosis to everyday difficulties, across an unusually wide range, to reduce avoidance behaviors in order to increase the capacity for a richer and more meaningful life (Hayes et al., 2006; Scent & Boes, 2014). The philosophical basis of ACT is rooted in functional contextualism theory, while its theoretical basis is grounded in relational frame theory (Hayes et al., 2012; Yavuz, 2015).

In ACT therapy applications, regardless of how reasonable and logical the client's thoughts may seem, if they are harmful to the person and non-functional, they are not accepted as correct. Therefore, the criterion for evaluation here is not the reality of the thought, but its functionality (Hayes, 2004). When the client questions the accuracy and reality of their thoughts, what is important from the therapist's perspective is the functionality of the current thought (Hayes et al., 2012).

Humans and some animal species can classify objects based on color and shape and establish relationships between them. However, due to their advanced cognitive and linguistic capacities, humans are able to move beyond the realm of physical objects and form relationships between abstract concepts, thereby making complex inferences and attributing evaluative qualities such as good, bad, or ugly to these relationships (Yavuz, 2015). Therefore, according to Hayes (2004), while a non-human creature can protect itself by moving away from an environment that caused it pain in the past, this is not so easy for humans.

Research on relational framework theory (RFT) allows for the examination of individuals' behaviors in a deep and broad context. However, because this approach does not provide clinicians with a structure they can use directly, RFT theorists have developed a framework for evaluating behaviors based on the components of acceptance, cognitive defusion, self as context, being present, values, and committed action (Hayes et al., 2013).

Numerous experimental and correlational studies over the past 30 years have also demonstrated the effectiveness of ACT across various samples and target variables (Hayes et al., 2006). However, it is evident that studies examining ACT interventions in Türkiye are relatively new, despite the growing interest in recent years. The present study

*Corresponding Author. **E-mail:** 235226113@aybu.edu.tr

Received: Jul 13, 2025 · **Revised:** Aug 29/Sep 27, 2025 · **Accepted:** Oct 10, 2025 · **Published Online:** Mar 10, 2026
Association of Clinical Psychology Research 2026

aims to systematically review group intervention studies based on ACT, conducted in an adult sample in Türkiye between 2020 and 2025, involving experimental and control groups, published in a scientific journal, and in the form of research articles. Evaluating the last five years is valuable in terms of increasing the timeliness, scientific validity, and reliability of the findings. Since peer-reviewed publications are monitored in terms of methodology and reporting standards, the existing data are comparable and synthesizable. Focusing specifically on the adult population is expected to reveal an original area not covered by previous reviews. In this regard, considering the studies from a broad perspective can provide significant advantages in terms of time and cost to researchers seeking to develop a new ACT group intervention program, by providing them with the latest and cumulatively developed programs.

METHODS

This study examined experimental studies with experimental and control groups conducted in Türkiye over the past 5 years in the field of acceptance and commitment therapy, applied as group interventions with adult samples, and published in scientific journals, as well as the results of these studies. Scopus, Web of Science, PsycArticles, and TRDizin databases were searched between January 2025 and March 2025. During the search, the keywords "Acceptance and Commitment Therapy" OR "Kabul ve Kararlılık Terapisi" OR "Kabul Kararlılık Terapisi" were used as single or multiple word clusters. The Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guideline was followed in the research flow (Page et al., 2021).

The PICOTT system presented by Schardt et al. (2007) was followed in defining the inclusion criteria. Based on the question of what the characteristics and outcomes of ACT group intervention programs implemented in Türkiye are, the inclusion criteria were determined according to the sample, intervention method, groups compared, and type of research. a) Studies with adult samples located in Türkiye, b) between 2020 and 2025, c) where ACT intervention was implemented as a group application, d) including both experimental and control groups, e) written in English or Turkish, and f) research articles published in a scientific journal were included in the study. The following were excluded as exclusion criteria: a) master's theses and doctoral dissertations, b) studies using qualitative data methods, c) review studies, conference presentations, and poster presentations, d) unpublished studies in the early access phase, and e) experimental designs without both experimental and control groups and correlational studies.

A total of 345 studies were identified through the examination of databases (Scopus: 42, Web of Science: 40, PsycArticles: 193, and TrDizin: 70). After excluding studies not published between 2020 and 2025, duplicates, and studies that did not meet the sampling criteria, the remaining texts were reviewed in full based on their titles and abstracts, and 11 studies were included in the systematic review.

RESULTS

All studies comprising the sample of the current research included participants aged 18 years and older. Although various groups were present, the sample of 6 out of 11 studies (Değerli & Odacı, 2024; Demirci Seyrek & Ersanlı, 2021; Karaaziz et al., 2024; Uğur & Koç, 2021; Saraç, 2021; Yetiz & Çetinkaya Yıldız, 2023) consisted of university students. The samples of two of the studies consisted of patients diagnosed with psychosis according to DSM criteria (Yıldız & Aylaz, 2021; Özer & Dişsiz, 2024). In addition, although the diagnosis category is not specified, the sample of the study conducted by Polat and Asi Karakaş (2021) consists of individuals in a high-security forensic psychiatric hospital. The sample for both studies consists of parents (Takmaz Adiloğlu & Yıldırım Kurtuluş, 2023; Çiçek Gümüş & Öncel, 2023).

When experimental and control groups are evaluated in terms of intervention programs, it is observed that in six studies, the control groups consisted of waiting lists and did not receive any intervention (Değerli & Odacı, 2024; Demirci Seyrek & Ersanlı, 2021; Karaaziz et al., 2024; Uğur & Koç, 2021; Takmaz Adiloğlu & Yıldırım Kurtuluş, 2023; Yetiz & Çetinkaya Yıldız, 2023). In three studies, participants in the control group continued their routine treatment processes according to their psychological/psychiatric diagnoses without being exposed to ACT group applications prepared by the researchers (Yıldız & Aylaz, 2021; Özer & Dişsiz, 2024; Polat & Asi Karakaş, 2021). The interventions applied to the two control groups were defined as routine education (Saraç, 2021; Çiçek Gümüş & Öncel, 2023).

DISCUSSION

The themes targeted for change in the studies included in the current work are listed as "fear of negative evaluation, anger control problems, daily functioning levels of individuals diagnosed with schizophrenia, meaning of life, living a values-oriented life, psychological flexibility and resilience skills, level of self-compassion, psychotic symptoms, and social appearance anxiety." When considering the relevant themes, it is important that this principle of ACT has been tested in different adult samples and that there was a significant change in scale scores related to the target behavior in almost all of the studies included in the research. When the results are evaluated, the diversity of sample characteristics and variables for which ACT group interventions are effective is supported by various studies. Evaluations conducted on war veterans, individuals with chronic conditions, and individuals experiencing problems with eating behavior patterns also show that ACT group interventions are effective (Chew et al., 2023; Karlin et al., 2013; Kemani et al., 2015).

In three of the studies included in the research, intervention programs were administered to participants online (Özer and Dişsiz, 2024; Takmaz Adiloğlu & Yıldırım Kurtuluş, 2023; Yetiz & Çetinkaya Yıldız, 2023). A systematic review and meta-analysis study including 10 studies concluded that internet-based cognitive behavioral

therapy (CBT) applications are particularly effective in reducing symptoms of depression (Brown et al., 2016). This situation is important in terms of achieving cognitive or behavioral change, regardless of whether it is face-to-face or online.

When evaluating the impact of ACT group interventions, it is important to consider the limitations of these methods and avoid generalizations. While our study compiles recent research, only 11 studies were examined. For more comprehensive results, additional studies could be included in the sample based on different inclusion criteria.

Additionally, it has been observed that the number of studies on the effectiveness of ACT and other psychotherapy schools in the national (Yapan et al., 2021) and international (Arch et al., 2012) literature is increasing day by day. Although all studies included a control group, no group intervention related to a different therapy school was implemented in these groups. Testing ACT against group applications of different psychotherapy theories, such as cognitive behavioral therapy or schema therapy, in similar samples and in line with target outcomes would be beneficial in understanding whether the change stems from ACT's strong theoretical structure or from the application of a psychotherapy intervention itself.

In Türkiye, there are few systematic reviews and meta-analyses evaluating ACT group interventions. The present study addressed this gap by examining ACT group interventions in adult samples published in peer-reviewed journals over the past five years, which included experimental and control groups. It has been concluded that group interventions can be applied in different contexts and are short-term and effective applications. Current research on the effectiveness of ACT group interventions has been evaluated collectively. Thus, independent studies have become comparable in terms of various characteristics such as sample, method, and intervention program. It is believed that this accumulation of knowledge will provide convenience and advantages for researchers who wish to implement group interventions or design new intervention programs.

DECLARATIONS

Ethics Committee Approval: This systematic review study does not require ethical approval.

Conflict of Interest: All authors of this article declare that they have no conflict of interest regarding the article.

Informed Consent: Not suitable for the type of research.

Project/Funding: This study was not conducted as part of any project and received no funding or financial support.

Data Sharing/Availability: No participant data was collected in the study.

Authors' Contributions: All authors contributed equally to this work.

Use of Artificial Intelligence: No artificial intelligence tools were used in this study.

REFERENCES

Arch, J. J., Eifert, G. H., Davies, C., Vilardaga, J. C. P., Rose, R. D., & Craske, M. G. (2012). Randomized clinical trial of cognitive behavioral therapy (CBT) versus acceptance and commitment therapy (ACT) for mixed anxiety disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 80*(5), 750-765. [CrossRef]

Brown, M., Glendenning, A., Hoon, A. E., & John, A. (2016). Effectiveness of web-delivered acceptance and commitment therapy in relation to mental health and well-being: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Medical Internet Research, 18*(8), e221. [CrossRef]

Chew, H. S. J., Chng, S., Rajasegaran, N. N., Choy, K. H., & Chong, Y. Y. (2023). Effectiveness of acceptance and commitment therapy on weight, eating behaviours and psychological outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, 28*(1), 6. [CrossRef]

Çiçek Gümüş, E., & Öncel, S. (2023). Effects of acceptance and commitment therapy-based interventions on the mental states of parents with special needs children: Randomized controlled trial. *Current Psychology, 42*(23), 19429-19442. [CrossRef]

Demirci Seyrek, Ö. D., & Ersanlı, K. (2021). The effect of acceptance and commitment therapy-based psychoeducation program on university students' meaning of life levels. *Sakarya University Journal of Education, 11*(1), 1-27. [CrossRef]

Değerli, F. İ., & Odacı, H. (2024). Effects of an acceptance and commitment-based psychoeducation program on prospective psychological counselors' some personal and professional qualifications. *Current Psychology, 43*(1), 248-260. [CrossRef]

Hayes, S. C. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior Therapy, 35*(4), 639-665. [CrossRef]

Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy, 44*(1), 1-25. [CrossRef]

Hayes, S. C., Pistorello, J., & Levin, M. E. (2012). Acceptance and commitment therapy as a unified model of behavior change. *The Counseling Psychologist, 40*(7), 976-1002. [CrossRef]

Hayes, S. C., Levin, M. E., Plumb-Vilardaga, J., Villatte, J. L., & Pistorello, J. (2013). Acceptance and commitment therapy and contextual behavioral science: Examining the progress of a distinctive model of behavioral and cognitive therapy. *Behavior Therapy, 44*(2), 180-198. [CrossRef]

Karaaziz, M., Razzaghi, P., Keskindag, B., & Güney, H. (2024). Brief report: A feasibility study of acceptance and commitment therapy in group format for social appearance anxiety. *Current Psychology, 43*(5), 4798-4802. [CrossRef]

Karlin, B. E., Walser, R. D., Yesavage, J., Zhang, A., Trockel, M., & Taylor, C. B. (2013). Effectiveness of acceptance and commitment therapy for depression: Comparison among older and younger veterans. *Aging & Mental Health, 17*(5), 555-563. [CrossRef]

Kemani, M. K., Olsson, G. L., Lekander, M., Hesser, H., Andersson, E., & Wicksell, R. K. (2015). Efficacy and cost-effectiveness of acceptance and commitment therapy and applied relaxation for longstanding pain: A randomized controlled trial. *The Clinical Journal of Pain, 31*(11), 1004-1016. [CrossRef]

Kul, A., & Türk, F. (2020). A review on acceptance and commitment therapy (ACT). *OPUS International Journal of Society Researches, 16*(Special Issue), 3773-3805. [CrossRef]

Özer, D., & Dişsiz, M. (2024). The effect of online group-based acceptance and commitment therapy on psychotic symptoms and functioning levels of individuals with early psychosis. *Schizophrenia Research, 267*, 55-64. [CrossRef]

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., . . . Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ, 372*, n71. [CrossRef]

Polat, H., & Asi Karakaş, S. (2021). The effect of acceptance and commitment therapy orientated anger management training on anger ruminations and impulsivity levels in forensic psychiatric patients: A randomized controlled trial. *Perspectives in Psychiatric Care, 57*(4), 1616-1627. [CrossRef]

Saraç, A. (2021). Values-based group counseling practices: An experimental study. *OPUS International Journal of Society Researches, 18*(44), 7616-7637. [CrossRef]

Scent, C. L., & Boes, S. R. (2014). Acceptance and commitment training: A brief intervention to reduce procrastination among college students. *Journal of College Student Psychotherapy, 28*(2), 144-156. [CrossRef]

Schardt, C., Adams, M. B., Owens, T., Keitz, S., & Fontelo, P. (2007). Utilization of the PICO framework to improve searching PubMed for clinical questions. *BMC Medical Informatics and Decision Making, 7*(1), 16. [CrossRef]

Takmaz Adiloğlu, Z., & Yıldırım Kurtuluş, H. (2023). Effectiveness of the acceptance and commitment therapy-based intervention program for mothers. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 13*(69), 240-255. [CrossRef]

Uğur, E., & Koç, M. (2021). The effectiveness of acceptance and commitment therapy-based psychoeducation program in reducing fear of negative evaluation. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 11*(60), 101-110.

Wilson, K. G., & Roberts, M. (2002). Core principles in acceptance and commitment therapy: An application to anorexia. *Cognitive and Behavioral Practice, 9*(3), 237-243. [Cross Ref]

Yapan, S., Murat, M., & Yavuz, K. F. (2021). Effects of acceptance and commitment therapy and cognitive behavioral therapy based psychoeducation programs on high school senior students' test anxiety level. *Journal of Cognitive-behavioral Psychotherapy and Research, 10*(2), 194-208. [CrossRef]

Yavuz, K. F. (2015). Acceptance and commitment therapy (ACT): An overview. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics, 8*(2), 21-27.

Yetiz, G., & Çetinkaya Yıldız, E. Ç. (2023). The effect of ACT-based psychoeducation program on university students' levels of self-compassion during the pandemic. *Journal of Kirsehir Education Faculty, 24*(3), 1651-1680. [CrossRef]

Yıldız, E., & Aylaz, R. (2021). How counseling based on acceptance and commitment therapy and supported with motivational interviewing affects the perceptions of treatment motivation in patients diagnosed with schizophrenia: A qualitative study. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association, 27*(5), 390-404. [CrossRef]