



**ÇÖZÜM ODAKLI KISA TERAPİ YAKLAŞIMINA  
DAYALI SOSYAL HİZMET MÜDAHALESİNİN  
GEÇİCİ KORUMA STATÜSÜNDEKİ  
ÇOCUKLARIN ZİHİNSEL DAYANIKLILIK VE  
SOSYAL DESTEK DEĞERLENDİRMELERİNE  
ETKİSİ**

**2023  
YÜKSEK LİSANS TEZİ  
SOSYAL HİZMET**

**Merve Elifnur GÜLBÜZ**

**Tez Danışmanı  
Doç. Dr. Oğuzhan ZENGİN**

**ÇÖZÜM ODAKLI KISA TERAPİ YAKLAŞIMINA DAYALI SOSYAL  
HİZMET MÜDAHALESİNİN GEÇİCİ KORUMA STATÜSÜNDEKİ  
ÇOCUKLARIN ZİHİNSEL DAYANIKLILIK VE SOSYAL DESTEK  
DEĞERLENDİRMELERİNE ETKİSİ**

**Merve Elifnur GÜLBÜZ**

**Tez Danışmanı**

**Doç. Dr. Oğuzhan ZENGİN**

**T.C.**

**Karabük Üniversitesi**

**Lisansüstü Eğitim Enstitüsü**

**Sosyal Hizmet Anabilim Dalında**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Olarak Hazırlanmıştır**

**KARABÜK**

**Nisan 2023**

## İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER.....	1
TEZ ONAY SAYFASI.....	4
DOĞRULUK BEYANI .....	5
ÖNSÖZ .....	6
ÖZ .....	7
ABSTRACT.....	8
ARŞİV KAYIT BİLGİLERİ .....	9
KISALTMALAR .....	11
ARAŞTIRMANIN KONUSU .....	12
ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ.....	13
KAPSAM VE SINIRLILIKLARI.....	13
ARAŞTIRMANIN SAYILTI LARI.....	13
TANIMLAR .....	14
1. KURAMSAL ÇERÇEVE .....	16
1.1. Mülteci, Sığınmacı, Uluslararası Koruma, Geçici Koruma ve İkincil Koruma .....	16
1.2. Göçle Gelen Çocukların Sorunları.....	17
1.2.1. Barınma ve Güvenlik Sorunları.....	18
1.2.2. Sağlık Sorunları.....	18
1.2.3. Eğitim Sorunları.....	19
1.2.4. İstihdam Sorunları ve Çocuk İşçiliği.....	20
1.3. Zihinsel Dayanıklılık.....	21
1.4. Sosyal Destek.....	23
1.5. Göçle Gelen Çocukların Zihinsel Dayanıklılıkları ve Sosyal Destek Sistemleri.....	24

1.6.	Yapılan Uygulamalar ve Faydaları.....	25
1.7.	Göçle Gelen Çocuklar Hakkında Yapılan Araştırmalar .....	25
2.	<b>ÇÖZÜM ODAKLI KISA TERAPİ .....</b>	<b>28</b>
2.1.	Çözüm Odaklı Kısa Terapi .....	28
2.2.	Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Tarihçesi ve Gelişimi.....	28
2.3.	Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Kuramsal Çerçevesi .....	29
2.4.	Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Temel Felsefesi .....	30
2.5.	Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Amaçları.....	31
2.6.	Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Varsayımları.....	31
2.7.	Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Danışan ve Terapist Rollerini.....	32
2.8.	Çözüm Odaklı Kısa Terapi Teknikleri .....	33
2.8.1.	Mucize Soru .....	33
2.8.2.	Derecelendirme Soruları .....	34
2.8.3.	Ödev Verme .....	35
2.8.4.	Övgü .....	36
2.8.5.	Kabus Sorusu.....	36
2.8.6.	Kestirme Görevi .....	36
2.8.7.	İleriye Dönük Sorular .....	37
2.8.8.	Problemin Ne Olduğunu Bulma .....	37
2.8.9.	Yeniden Çerçeveleme.....	37
2.8.10.	İstisnaların Keşfi .....	38
2.9.	Çözüm Odaklı Kısa Terapi Süreci .....	38
2.10.	Çözüm Odaklı Kısa Terapi Avantajları ve Dezavantajları .....	40
2.11.	Çözüm Odaklı Kısa Terapi ile İlgili Yapılan Araştırmalar .....	40
3.	<b>YÖNTEM.....</b>	<b>44</b>
3.1.	Araştırmanın Yöntemi .....	44
3.2.	Araştırmanın Hipotezleri .....	44
3.3.	Müdahale Öncesi Hazırlık .....	45
3.4.	Evren ve Örneklem.....	45
3.5.	Müdahale Süreci .....	49
3.6.	Veri Toplama Araçları .....	52
3.6.1.	Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği .....	52
3.6.2.	Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği .....	53

3.7. Verilerin Analizi.....	53
4. BULGULAR .....	54
4.1. Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeğine İlişkin Bulgular.....	54
4.1.1. Müdahale Öncesi EİZDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular .....	54
4.1.2. Müdahale Sonrası EİZDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular .....	55
4.1.3. Müdahale Grubunun EİZDÖ'ye ait Müdahale Öncesi ve Sonrası Sonuçlarının Karşılaştırılması .....	56
4.1.4. Kontrol Grubunun EİZDÖ'ye ait Müdahale Öncesi ve Sonrası Sonuçlarının Karşılaştırılması .....	57
4.2. Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeğine İlişkin Bulgular.....	58
4.2.1. Müdahale Öncesi Ç-SDDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular.....	58
4.2.2. Müdahale Sonrası Ç-SDDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular.....	59
4.2.3. Müdahale Grubunun Ç-SDDÖ'ye ait Müdahale Öncesi ve Sonrası Sonuçlarının Karşılaştırılması .....	60
4.2.4. Kontrol Grubunun Ç-SDDÖ'ye ait Müdahale Öncesi ve Sonrası Sonuçlarının Karşılaştırılması .....	61
4.3. Müdahale ve Kontrol Grubunun EİZDÖ ve Ç-SDDÖ'den Aldıkları Puanlara Göre Yapılan İki Yönlü Varyans Analizi Sonuçları .....	62
4.4. EİZDÖ ve Ç-SDDÖ Korelasyon Analizi.....	63
5. TARTIŞMA .....	65
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	68
KAYNAKÇA.....	70
TABLolar LİSTESİ .....	77
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	78
EKLER .....	79
Ek 1: Katılımcı Bilgi Formu.....	79
Ek 2: Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği.....	81
Ek 3: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği.....	83
Ek 4: Aydınlatılmış Onam Formu (Katılımcı) .....	84
Ek 5: Aydınlatılmış Onam Formu (Katılımcının Ailesi) .....	86
Ek 6: Çözüm Odaklı Kısa Terapiye Dayalı Sosyal Hizmet Müdahalesi Örnek Görüşme .....	88
Ek 7: Çözüm Odaklı Kısa Terapiye Dayalı Sosyal Hizmet Müdahalesi Görüşme Özetleri .....	122
ÖZGEÇMİŞ .....	136

## TEZ ONAY SAYFASI

Merve Elifnur GÜLBÜZ tarafından hazırlanan “ÇÖZÜM ODAKLI KISA TERAPİ YAKLAŞIMINA DAYALI SOSYAL HİZMET MÜDAHALESİNİN GEÇİCİ KORUMA STATÜSÜNDEKİ ÇOCUKLARIN ZİHİNSEL DAYANIKLILIK VE SOSYAL DESTEK DEĞERLENDİRMELERİNE ETKİSİ” başlıklı bu tezin Yüksek Lisans Tezi olarak uygun olduğunu onaylarım.

Doç. Dr. Oğuzhan ZENGİN

.....

Tez Danışmanı, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı

Bu çalışma jürimiz tarafından Oy Birliği ile Sosyal Hizmet Anabilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir. 25/04/2023

Ünvanı, Adı SOYADI (Kurumu)

İmzası

Başkan: Doç. Dr. Mehmet KIRLIOĞLU (KBÜ)

.....

Üye : Doç. Dr. Oğuzhan ZENGİN (KBÜ)

.....

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Melih SEVER (SDÜ)

ONLİNE

KBÜ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu, bu tez ile, Yüksek Lisans Tezi derecesini onamıştır.

Prof. Dr. Müslüm KUZU

.....

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

## **DOĞRULUK BEYANI**

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum bu çalışmayı, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı dűşecek bir yol ve yardıma başvurmaksızın yazdığımı, yararlandığım eserlerin kaynakçada gűsterilenlerden oluştuğunu ve bu eserleri her kullanımında alıntı yaparak yararlandığımı belirtir; bunu onurumla doğrularım.

Enstitű tarafından belli bir zamana bağlı olmaksızın, tezimle ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tűm ahlaki ve hukuki sonuçlara katlanacağımı bildiririm.

**Adı Soyadı:** Merve Elifnur GűLBűZ

**İmza:**

## ÖNSÖZ

Yüksek lisans tez çalışmam boyunca bilgi ve tecrübeleriyle beni yönlendiren, desteğini daima hissettiren saygıdeğer tez danışmanım Sayın Doç. Dr. Oğuzhan ZENGİN'e, tez jürimde bulunarak değerli görüş ve önerileriyle tezimin daha iyi olması için katkı sağlayan Doç. Dr. Mehmet KIRLIOĞLU ve Dr. Öğr. Üyesi Melih SEVER'e, tez çalışmam boyunca beni motive eden ve tezimi bitirebilmem adına desteklerini esirgemeyen anneme ve babama, tezimin her aşamasında destekçim olan sevgili eşime ve bizi varlığıyla mutlu eden sadece altı aydır hayatta olan biricik oğluma sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.



## ÖZ

Göç sonrasında insanlar yeni yaşam alanlarında uyum sorunları ve çevreden soyutlanma gibi zorluklarla karşılaşabilirler. Bu durum özellikle çocukları olumsuz etkilemektedir. Dezavantajlı durumda olan göçmenler için birçok disiplin çalışmaları yürütmekte ve sosyal hizmet disiplinine de bu kapsamda ihtiyaç duyulmaktadır. Çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına dayalı sosyal hizmet müdahalesinin, geçici koruma statüsündeki çocukların zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmelerine etkisinin olup olmadığının ortaya konulmasını amaçlayan bu araştırma, kontrol gruplu, öntest-sontest modeline dayanan yarı deneysel bir çalışmadır. Altı müdahale grubunda, altı kontrol grubunda olmak üzere toplam 12 Suriye uyruklu çocuk araştırmaya dahil edilmiştir. 02.11.2022 ile 12.12.2022 tarihleri arasında müdahale grubunda yer alan altı çocuk ile altı hafta görüşülmüş ve toplamda 36 görüşme gerçekleştirilmiştir. Kontrol grubunda yer alan katılımcılara yönelik herhangi bir müdahale gerçekleştirilmemiştir. Müdahale öncesi ve sonrasında ‘Çocuklar ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği (Ç-SDDÖ)’ ve ‘Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (EİZDÖ)’ kullanılmıştır. Veriler, Mann Whitney U ve Wilcoxon testi ile analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda EİZDÖ’nün kişilerarası yeteneklere güvenme ve Ç-SSDÖ’de aileden alınan destek alt boyutunda anlamlı farklılığın bulunduğu, ölçeklerin diğer alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılığın bulunmadığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Göç; Göç Sonrası Sorunlar; Göçle Gelen Çocukların Sorunları; Geçici Koruma Statüsü; Çözüm Odaklı Kısa Terapi; Sosyal Hizmet Müdahalesi; Zihinsel Dayanıklılık; Sosyal Destek

## **ABSTRACT**

After migration, people may encounter difficulties such as adaptation problems and isolation from the environment in their new living spaces. This situation especially affects children negatively. Many disciplines are working for the disadvantaged immigrants and social work discipline is also needed in this context. This research, which aims to reveal whether social work intervention based on solution-focused brief therapy approach has an effect on mental resilience and social support assessments of children in temporary protection status, is a quasi-experimental study with a control group, based on pretest-posttest model. A total of 12 Syrian children, six in the intervention group and six in the control group, were included in the study. Between 02.11.2022 and 12.12.2022, six children in the intervention group were interviewed for six weeks and a total of 36 interviews were conducted. No intervention was carried out for the participants in the control group. Before and after the intervention, the 'Social Support Assessment Scale for Children and Adolescents (C-SSS)' and the 'Mental Resilience Scale for Adolescents (CISS)' were used. Data were analyzed with Mann Whitney U and Wilcoxon tests. As a result of the research, it was concluded that there was a significant difference in the sub-dimension of trust in interpersonal abilities of ARS-A and the support received from the family in CS-SSS, but there was no significant difference in the other sub-dimensions of the scales.

**Keywords:** Migration; Post-Immigration Problems; Problems of Immigrant Children; Temporary Protection Status; Solution-Focused Short Therapy; Social Work Intervention; Mental Resilience; Social Support

## ARŞİV KAYIT BİLGİLERİ

<b>Tezin Adı</b>	Çözüm Odaklı Kısa Terapi Yaklaşımına Dayalı Sosyal Hizmet Müdahalesinin Geçici Koruma Statüsündeki Çocukların Zihinsel Dayanıklılık ve Sosyal Destek Değerlendirmelerine Etkisi
<b>Tezin Yazarı</b>	Merve Elifnur GÜLBÜZ
<b>Tezin Danışmanı</b>	Doç. Dr. Oğuzhan ZENGİN
<b>Tezin Derecesi</b>	Yüksek Lisans Tezi
<b>Tezin Tarihi</b>	25/04/2023
<b>Tezin Alanı</b>	Sosyal Hizmet Anabilim Dalı
<b>Tezin Yeri</b>	KBÜ/LEE
<b>Tezin Sayfa Sayısı</b>	136
<b>Anahtar Kelimeler</b>	Göç; Göç Sonrası Sorunlar; Göçle Gelen Çocukların Sorunları; Geçici Koruma Statüsü; Çözüm Odaklı Kısa Terapi; Sosyal Hizmet Müdahalesi; Zihinsel Dayanıklılık; Sosyal Destek

## ARCHIVE RECORD INFORMATION

<b>Name of Thesis</b>	The Effect of Social Work Intervention Based on Solution-Focused Brief Therapy Approach on Mental Resilience and Social Support Assessments of Children in Temporary Protection Status
<b>Author of the Thesis</b>	Merve Elifnur GÜLBÜZ
<b>Advisor of the Thesis</b>	Assoc. Prof. Dr. Oğuzhan ZENGİN
<b>Status of the Thesis</b>	Master Thesis
<b>Date of the Thesis</b>	25/04/2023
<b>Field of the Thesis</b>	Social Work
<b>Place of the Thesis</b>	UNIKA/IGP
<b>Total Page Number</b>	136
<b>Keywords</b>	Migration; Post-Immigration Problems; Problems of Immigrant Children; Temporary Protection Status; Solution-Focused Short Therapy; Social Work Intervention; Mental Resilience; Social Support

## **KISALTMALAR**

**Ç-SDDÖ** : Çocuklar ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği

**EİZDÖ** : Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

## ARAŞTIRMANIN KONUSU

Göç, insanlık tarihi boyunca süregelen mekânsal hareketlilik olarak adlandırılan ve sosyo-kültürel yapıda değişimlere sebep olan bir olgudur (Cengiz, 2015). Türk Dil Kurumu göç kavramını“ ekonomik, toplumsal, siyasi sebeplerle bireylerin veya toplulukların bir ülkeden başka bir ülkeye, bir yerleşim yerinden başka bir yerleşim yerine gitme işi, taşınma, hicret, muhaceret” olarak tanımlamıştır. Göç, sosyo-ekonomik kaygılar gibi kişilerin-toplumların istekleri ya da savaş, baskı gibi zorunlu sebeplerden kaynaklı olarak gerçekleşebilmektedir. Göç, başlı başına bir sorun olarak algılanmaktadır ancak yaşanan bir sorunun çözümü olarak ortaya çıktığı göz ardı edilmektedir. Hayatımızda karşılaştığımız, seçtiğimiz yollar gibi göç olgusu da kişilerin-toplumların hayatında hem olumlu hem olumsuz sonuçlar getirmektedir (Cengiz, 2015).

Türkiye, güvenilir ülke olarak anılması, sınır olarak yakın bir ülke olması sebepleriyle son yıllarda Suriye, Afganistan gibi çeşitli ülkelere göç almaktadır (Özkarslı, 2015; Ergün,2018). Her ne kadar güvenilir bir ülke olarak da algılsa, göç sonrasında kişileri zorlu bir yaşam mücadelesi beklemektedir. Daha güzel şartlarda yaşama hatta hayatta kalma arzusu sebebiyle gerçekleşen bu umut yolculuğu, yeni yaşam alanlarında farklı zorluklarla karşılaştıklarında, çevreden soyutlandıklarında ya da yeni yaşam alanlarına uyum sağlayamadıklarında son bulmaktadır.

Göçle birlikte karşılaşılan zorluklarla mücadele etme noktasında birey ve toplumların ihtiyaçları çeşitlilik göstermektedir. Bu sebeple birçok disiplinin bir arada çalışmasını gerektiren bir alan haline gelmektedir. Sosyal hizmet disiplini, dezavantajlı bireylerle yaptığı çalışmalar kapsamında göç alanında özellikle son yıllarda daha fazla olmak üzere çalışmalar yürütmekte olup bireylerin yeni yaşam alanlarına uyum sağlamaları için mücadele etmektedir. Bu açıklamalardan yola çıkarak araştırmanın ana konusu göçle Türkiye’ye gelerek çeşitli uyum sorunları yaşayan çocukların zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmelerinin çözüm odaklı kısa terapi yöntemi ile artırılmasıdır.

Birinci bölümde ilk olarak mülteci, sığınmacı, uluslararası koruma, geçici koruma ve ikincil koruma kavramlarına yer verilmiştir. Daha sonra göçle gelen çocukların sorunları, zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek kavramları, göçle gelen çocukların zihinsel dayanıklılıkları ve sosyal destek sistemleri, göçle ilgili yapılan uygulamalar ve faydaları, göçle gelen çocuklar hakkında yapılan araştırmalara

değınılmıştir. İkinci bölümde çözüm odaklı kısa terapi hakkında bilgi verilmiştir. Sırasıyla çözüm odaklı kısa terapinin kuramsal çerçevesi, temel felsefesi, amaçları, varsayımları, danışan ve terapist rolleri, teknikleri, süreci, avantajları ve dezavantajları, son olarak da çözüm odaklı kısa terapi ile ilgili yapılan araştırmalara değınılmıştir. Araştırma bulguları, tartışma, sonuç ve öneriler kısımları ile de çalışma tamamlanmıştır.

## **ARAşTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ**

Bu araştırma, geçici koruma statüsündeki çocukların zihinsel dayanıklılık düzeyleri ve sosyal destek değerlendirmelerine çözüm odaklı kısa terapi yaklaşıma dayalı sosyal hizmet müdahalesinin etkisinin olup olmadığını inceleyerek göç sonrasında karşılaşılan uyum sorunları başta olmak üzere birçok sorunun çözümüne yönelik literatürde yer almayan bir müdahale planı olması açısından önem arz etmektedir.

Bu araştırmada, özgün teknikleriyle ve kullanışlı yapısıyla ülkemizde de son zamanlarda sıklıkla tercih edilen çözüm odaklı kısa terapinin göç ile ülkemize gelen çocukların zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmelerine etkilerinin değerlendirilmesi gerektiği düşünölmüştür. Bu doğrultuda araştırmanın temel amacı çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına dayalı sosyal hizmet müdahalesinin geçici koruma statüsündeki çocukların zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmelerine etkisinin incelenmesidir.

## **KAPSAM VE SINIRLILIKLARI**

Araştırmadan elde edilen bulgular, bu araştırmaya katılan çocuklarla sınırlıdır ve genelleme özelliği taşımamaktadır.

## **ARAşTIRMANIN SAYILTILARI**

1. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının (Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği, Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği) zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmelerini ölçebilecek yeterlilikte ve nitelikte bir araç olduğu,

2. Araştırmaya dahil olan çocukların veri toplama araçlarında bulunan sorulara samimi ve gerçekçi olarak yanıtladıkları.

3. Araştırmaya dahil olan çocukların uygulanan sosyal hizmet müdahalesinin dışında çocukların zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmelerini artıracak herhangi bir etkenin bulunmadığı varsayılmaktadır.

## TANIMLAR

**Göç:** Çeşitli sebeplerle buldukları yerleşim yerinden ayrılarak farklı bir ülkeye gitmeyi,

**Sosyal Hizmet Müdahalesi:** Müdahale grubunda yer alan çocuklara yönelik olarak uygulanan çözüm odaklı kısa terapiye dayalı bireyle sosyal hizmet müdahalesini,

**Çocuk:** 18 yaşını doldurmamış bireyleri,

**Geçici Koruma Statüsü:** Çeşitli sebeplerle ülkelerinden ayrılarak ülkemiz sınırları içerisine girmiş olan ve haklarında uluslararası koruma statüsü belirleme işlemi yapılamayan yabancıları,

**Zihinsel Dayanıklılık:** Bir kişinin içerisinde bulunduğu zor koşullardan kendine olan güvenini kaybetmeden başa çıkabilmesini,

**Sosyal Destek Değerlendirmeleri:** Bir kişinin karşılıklı sorumluluklarının bulunduğu, değer verdiği ve kabul gördüğü bir sosyal ağ içerisinde bulunduğuna olan inancını,

**Arkadaşlardan Alınan Destek:** Geçici koruma statüsündeki çocukların Ç-SDDÖ'nin arkadaşlardan alınan destek alt ölçeği aracılığıyla ölçülen desteği,

**Aileden Alınan Destek:** Geçici koruma statüsündeki çocukların Ç-SDDÖ'nin aileden alınan destek alt ölçeği aracılığıyla ölçülen desteği,

**Öğretmenlerden Alınan Destek:** Geçici koruma statüsündeki çocukların Ç-SDDÖ'nin öğretmenlerden alınan destek alt ölçeği aracılığıyla ölçülen desteği,

**Zorluklarla Mücadele Etme:** Geçici koruma statüsündeki çocukların EİZDÖ'nin zorluklarla mücadele etme alt ölçeği aracılığıyla ölçülen değeri,



Kişilerarası Yeteneklere Güvenme: Geçici koruma statüsündeki çocukların EİZDÖ'nin zorluklarla mücadele etme alt ölçeği aracılığıyla ölçülen değeri, Bireysel Yeteneklere Güvenme: Geçici koruma statüsündeki çocukların EİZDÖ'nin zorluklarla mücadele etme alt ölçeği aracılığıyla ölçülen değeri,

Duyguları Kontrol Etme: Geçici koruma statüsündeki çocukların EİZDÖ'nin zorluklarla mücadele etme alt ölçeği aracılığıyla ölçülen değeri,

Yaşamı Kontrol Etme: Geçici koruma statüsündeki çocukların EİZDÖ'nin zorluklarla mücadele etme alt ölçeği aracılığıyla ölçülen değeri,

Kendini Açma: Geçici koruma statüsündeki çocukların EİZDÖ'nin zorluklarla mücadele etme alt ölçeği aracılığıyla ölçülen değeri ifade etmektedir.

# 1. KURAMSAL ÇERÇEVE

## 1.1. Mülteci, Sığınmacı, Uluslararası Koruma, Geçici Koruma ve İkincil Koruma

İnsan Hakları Evrensel Bildirgesi (1948)'nin 14. Maddesinde yer alan “Herkesin zulüm altında başka ülkelere sığınma ve sığınma olanaklarından yararlanma hakkı vardır” ifadesi sığınmanın insan hakkı olduğunu göstermektedir. Bu sebeple ülke sınırlarından yasal yollar dışında da gelirse, bir kişinin sığınmak amacıyla geldiği andan itibaren ilgili bildiği kapsamında sığınılan ülkenin korumaya alması gerekmektedir. Bu kapsamda aralarında anlam yakınlığı olan ancak bazı şartlar sebebiyle birbirinden ayrılan sığınmacı, mülteci, şartlı mülteci ve geçici koruma statüsü kavramlarına değinmek gerekmektedir. Bu kavramların hepsinin temelinde uluslararası korumayı talep etmek bulunmaktadır. Uluslararası koruma, “devletlerin kendi vatandaşlarını koruma yükümlülüklerini yerine getiremediği durumlarda başka ülkelere sığınma talebinde bulunan insanların güvenliğe ulaşmaları, tehlikeli olan yerlere gönderilmemeleri ve temel insan haklarından yararlanabilmeleri” anlamına gelmektedir (UNHCR, 2020). Sığınmacı, henüz uluslararası koruma talebinde bulunmamış kişileri ifade etmekte olup mülteci, şartlı mülteci ve geçici koruma statüsüne sahip kişiler talepleri kabul edilmiş, statüleri onaylanmış kişilerdir (Buz, 2002). Türkiye’de mülteci kavramı sadece Avrupa’dan gelen kişileri kapsamakta olup aynı şartlara sahip olan diğer ülkelere (Somali, Afganistan, İran, vb.) gelen kişiler şartlı mülteci sayılmaktadır. Şartlı mülteci, 2013 Tarihli 6458 Sayılı Yabancılar ve Uluslararası Koruma Kanunu (YUKK)’nin 62. maddesinde ‘Üçüncü bir ülkeye yerleştirilme şartıyla Türkiye’de yaşamalarına izin verilen kişiler’ olarak tanımlanmaktadır. Şartlı mültecilerin ülke içi hareketliliği bakanlık tarafından sınırlandırılmaktadır (Kahya Nizam, 2017). 1951 yılında imzalanan Cenevre Sözleşmesinde mülteci kavramı tanımlanmış olup Türkiye, coğrafi çekinceleri (güvenlik kaygısı, kamu düzeninin bozulması, sosyal altyapı, işsizlik, barınma masrafları) sebebiyle sadece Avrupa’dan gelen kişilere mülteci statüsü tanımaktadır. Bu sebeple Türkiye’nin uygulamış olduğu politika katı olarak nitelendirilmektedir (Çakran ve Eren, 2017).

Geçici koruma ise Geçici Koruma Yönetmeliği’nin 7. Maddesinin 1. Fıkrasında ‘ülkesinden ayrılmaya zorlanmış, ayrıldığı ülkeye geri dönemeyen, acil ve geçici

koruma bulmak amacıyla kitlesel veya bu kitlesel akım döneminde bireysel olarak sınırlarımıza gelen veya sınırlarımızı geçen yabancılardan haklarında bireysel olarak uluslararası koruma statüsü belirleme işlemi yapılamayan yabancılara uygulanır 'olarak tanımlanmıştır. Türkiye’de bu statüye sadece Suriyeli mültecileri dahil etmektedir. Geçici koruma statüsünde bulunan kişilerin üçüncü bir ülkeye yerleşimleri esas değildir ve sadece başvuru yapanların değerlendirildiği bir süreçtir. “Mülteci veya şartlı mülteci olarak nitelendirilemeyen, ancak menşe ülkesine veya ikamet ülkesine geri gönderildiği takdirde; ölüm cezasına mahkûm olacak veya ölüm cezası infaz edilecek, işkenceye, insanlık dışı ya da onur kırıcı ceza veya muameleye maruz kalacak, uluslararası veya ülke genelindeki silahlı çatışma durumlarında, ayırım gözetmeyen şiddet hareketleri nedeniyle şahsına yönelik ciddi tehditle karşılaşacak olması nedeniyle menşe ülkesinin veya ikamet ülkesinin korumasından yararlanamayan veya söz konusu tehdit nedeniyle yararlanmak istemeyen yabancı ya da vatansız kişiye, statü belirleme işlemleri sonrasında ikincil koruma statüsü verilir” (YUKK, Madde 63; Kahya Nizam, 2017; Ergün, 2018).

2022 yılında Türkiye’de yaşayan yabancı uyruklu kişilere (Mülteci, sığınmacı, geçici koruma vb.) ait tablo aşağıda sunulmuştur (UNHCR, 2022):

**Tablo 1:** Türkiye’deki Yabancı Uyruklu Kişi Sayısı 2022 Yılı Verileri

	<b>Toplam kişi sayısı</b>
<b>Suriye</b>	3.648.983
<b>Irak</b>	132.166
<b>Afganistan</b>	135.445
<b>İran</b>	15.135
<b>Diğ.</b>	11.332

## **1.2. Göçle Gelen Çocukların Sorunları**

Göçle birlikte kişiler tüm varlıklarını, evlerini bırakarak çoğu zaman birkaç kişisel eşya ve yiyecek ile yer değiştirmektedir. Bu kapsamda yeni yerleştikleri ülkelerde başta barınma ihtiyaçlarını karşılama ve güvenliklerini sağlama olmak üzere istihdam, eğitim ve sağlık gibi çeşitli ihtiyaçlarını karşılayamadıkları için dezavantajlı birey konumuna düşmektedirler (Aydın, Şahin ve Akay, 2017).

### **1.2.1. Barınma ve Güvenlik Sorunları**

Göç ile ülkelerinden ayrılan bireylerin öncelikle sığınma noktalarının geçici barınma merkezlerinin çadır kentler olduğu bilinmektedir. Bunun yanı sıra göçle gelen kişiler için çeşitli konutlar da ayarlanabilmektedir. Ancak yerleşilen yerin ekonomisiyle orantılı olması ve konutların giderlerinin, kira bedellerinin karşılanmasının güç olması sebebiyle çok fazla tercih edilmemektedir. Aynı zamanda yerleştirilen konutların da genel itibariyle çok sağlıklı yapıda bulunmadığı ve hijyen koşullarının da uygun olmadığı belirtilmektedir. Bunun yanı sıra bazı belediyelerin de göçle gelen kişilere kira yardımı yaptığı ifade edilmektedir. Yine konut yetersizliği durumunda kullanılmayan boş işyerleri ve evlerin de göçle gelen kişiler tarafından kullanıldığı ifade edilmektedir. Bireylerin yaşamı açısından uygun olmayan yerlerde barınma ihtiyacının giderilmeye çalışılması, başta sağlık olmak üzere çeşitli problemleri de getireceği düşünülmektedir. Bu sebeple kamu kurum ve kuruluşlarının denetiminde olarak bireylerin yerleştirilmesi ya da bu kapsamda denetimlerin yapılması önem arz etmektedir (Özçürümez, Hoxha ve Akdemir Kurfalı, 2021).

### **1.2.2. Sağlık Sorunları**

Göç eden toplumlarda ekonomik durumun yetersiz olması, beslenme bozukluğu, uygun olmayan hijyen koşulları ve yetersiz altyapı olanakları, göçmenlerin bulaşıcı hastalıklara yakalanmalarını kolaylaştırmaktadır. Sosyal güvencenin bulunmaması, tedaviye ulaşmada güçlük, farklı dil olmasından kaynaklı iletişim sorunları ve ekonomik yetersizlik hem bulaşıcı hastalıkların tedavisini geciktirmekte hem de diğerleri için risk faktörü oluşturmaktadır (Türkay, 2016). Yeterli barınma ve beslenme gereksiniminin karşılanamaması ise bedensel-zihinsel gelişimi olumsuz etkilemekte, gelişim geriliği ve kronik hastalıklara sebep olmaktadır (Şener ve Ocakçı, 2014). Savunmasız, hayatta kalmak için ebeveynlerine bağımlı olan çocukların fiziksel, ruhsal ve sosyal gelişimlerinin etkilenmesi, beraberinde de çeşitli sağlık sorunlarının oluşması beklenmektedir (Aydın, Şahin ve Akay, 2017). Simonnot ve Chauvin (2018), göç ile gelen çocukların yasal haklarının olduğunu ancak uygulama noktasında eksikliklerin olduğunu, birçoğunun tehlikeli durumlarla karşı karşıya kaldığını, haklarının savunulmasının toplumsal bir sorumluluk olduğunu vurgulamakta olup maruz kaldıkları durumlardan dolayı çeşitli sağlık sorunları yaşadıklarını, sağlık hizmetlerine

ulaşmalarında en büyük engelin ulusal yasalar olduğunu, bu kapsamda bir rapor yayınlandığını, bu rapor sayesinde sağlık hizmetlerinde iyileştirmelerin olabileceğini belirtmektedir. Aikaterini (2019), mültecilerin sınır dışı edilme korkusuyla sadece acil durumlarda sağlık hizmetlerine başvurduklarını, beslenme ve kötü yaşam koşulları sebebiyle sağlık hizmeti ihtiyaçlarının fazla olduğunu, özellikle refakatsiz mülteci çocukların daha çok risk altında bulunduğunu belirtmekte olup çocuklar için okula uyum çalışmalarının artırılmasının hem gelişimlerine katkı sağlaması hem de sosyal entegrasyonun sağlanabilmesi açısından önem arz ettiğini vurgulamaktadır.

### **1.2.3. Eğitim Sorunları**

Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Sözleşmesine göre her çocuğun hayatta kalma, gelişme, katılma ve korunma hakkı bulunmaktadır ve bu hakların din, dil, ırk, etnik kökene bakılmaksızın, tüm çocukların yararlanmasını temel olarak ayrımcılığı yasaklanmaktadır (UNICEF, 2007). Geçiici koruma statüsündeki çocuklar, eğitim hakkından mahrum kalmakta ve ailelerinin yaşam mücadelesine ortak olmaktadır. Çocuklar kırsalda tarlalarda, bahçelerde, kentlerde ise atölyelerde ve sokakta çalıştırılmaktadır. Çocuklar yetişkinler için bile tehlikeli kabul edilen işlerde çalışmak zorunda kalmaktadır (Akpınar, 2017). Eğitim hakkından faydalanamayan çocukların daha çok ihmal-istismar mağduru olduğu, fiziksel ve psikolojik gelişimlerinin olumsuz etkilendiği literatürde yer almaktadır (Polat, 2007). Eğitimine devam eden çocukların ise dil, kültür ve eğitim sistemindeki farklılık sebepleriyle okula uyum sorunları yaşadıkları, soyutlanmaya maruz kaldıkları görölmektedir. Okula uyumun güçleşmesi, beraberinde okul başarısında düşme, okula devamın azalması, davranış ve uyum problemlerine sebep olmaktadır (Uluocak, 2009; Topsakal, Merey ve Keçe, 2013; Sarıtaş, şahin ve Çatalbaş, 2016; Takır ve Özerem, 2019). Dolapçioğlu ve Bolat (2021), vaka çalışması yöntemini kullanarak öğretmenlerle görüşme yaparak göçle Türkiye'ye gelen çocukların eğitimde karşılaştıkları sorunları araştırmış olup çocukların dil anlamada güçlük çektiklerini, anlama ve ifade edebilme durumunun olmamasından kaynaklı olarak da uyum sağlamada problem yaşadıklarını belirtmektedir. Türkçe anlama ve ifade etmede olan geriliğin saldırganlık ya da yaşitlarına teslim olma, akademik performansın düşmesi, akran zorbalığına maruz kalma gibi sorunları beraberinde getirdiğini; uyum sağlamada yaşanılan problemlerin dil anlamının yanı sıra

kültürel farklılıklardan da kaynaklandığını, eğitim sisteminin çok kültürlü olarak düzenlenmesi gerektiğini belirtmektedir.

#### **1.2.4. İstihdam Sorunları ve Çocuk İşçiliği**

Tüik verilerinden ülkemize göç eden bireylerin %27,4'ünü 19 yaş ve altı, %12,2'sini 20-24 yaş arası, %13,3'ünü 25-29 yaş, %11,6'sını 30-34 yaş, %9,6'sı 35-39 yaş, %7,7'si 40-44 yaş ve %18,4'ünü 45 yaş üstü bireylerin oluşturduğu bilgileri edinilmiştir (Erişim Tarihi: 08.01.2023). Göç eden bireyler arasında çocuk nüfusunun fazla olması, terör – savaş gibi sebeple hanede baba kayıplarının yaşanması ya da ailenin ekonomisine katkı sağlaması açısından çocukları çalışmaya sürüklemektedir. Çocuklar, ailesinin yükünü sırtlanmakta, çocuk yaşlarda çalışma hayatına atılmaktadırlar. Çocukların çalışması, okul hayatına devam edememeleri, onları yaşlılarına oranla daha erken yetişkin yapmaktadır. Bu kapsamda göç sürecinden çocukların daha çok etkilendikleri düşünülmekte olup çocuk işçiliğinde büyük bir bölümün de göç eden kitleye ait olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır.

Çocukların ucuz işçilik ile çalışıyor olmaları ve güvence olarak yüksek beklentiler ile işveren karşısına çıkmamaları sebebiyle onları çoğu işte tercih edilen bir konuma getirmektedir. Ataerkil aile yapısından kaynaklı kadınların çalışma yaşantısına çok fazla dahil olmaması, ev halkının kalabalık olması sebebiyle sadece bir kişinin çalışmasının ailenin temel ihtiyaçlarını karşılayabilme noktasında yetersiz kalması, refakatsiz olarak gelen çocukların tek başına hayatta kalma mücadelesi içerisinde bulunması sebepleri de çocuk işçiliğinde artışa sebep olmaktadır. Bu durumun sonucunda çocuklar, kötü koşullar altında çalışmakta, istismara maruz kalmakta ve sömürüye açık hale gelmektedir (Dedeoğlu, 2016; ÇSGB, 2017: 14; Akbaş ve Ünlütürk Ulutaş, 2018; Sallan Gül, Türkmen ve Kahya Nizam, 2019).

İnsan hakları ve özellikle çocuk hakları düşünüldüğünde, sosyal adalet kapsamında çocuk işçiliğinin önüne geçilmesi, 18 yaş altı her bireyin bakım ihtiyacının bulunduğu, temel ihtiyaçlarının karşılanması için özel ilgi gerektiği düşünülmektedir. Yine göçle gelen bireylerin insan vakarına yakışır bir hayat sürdürebilmeleri için en temel ihtiyaç olan barınma, güvenlik, yiyecek ve sağlık ihtiyaçlarının karşılanması, sosyal uyumlarının gerçekleştirilmesine katkı sunulması gerekmektedir.

### 1.3. Zihinsel Dayanıklılık

Zihinsel dayanıklılık, zorluklarla baş edebilme, stresle başa çıkabilme, yeni bir durumla karşılaşıldığında uyum sağlayabilme, yenilikleri avantaja çevirebilme, sorumluluklarını yerine getirebilme ve organizmayı korumak için stratejiler geliştirebilme olarak tanımlanabilmektedir (Gucciardi, Gordon ve Dimmock, 2009; Jin ve Wang, 2018). Bu tanım kapsamında psikolojik dayanıklılık ile benzerlik göstermekle birlikte Papageorgiou, Wong ve Clough (2017), zihinsel dayanıklılığın azim, öz-yeterlik, özgüven ve motivasyon gibi birçok yapıyı da kapsadığını belirtmektedir. Sağkal (2019), yapmış olduğu araştırma sonucunda lise öğrencilerinin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin yüksek olmasının okul katılımına katkı sağladığını belirtmektedir. Bireylerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin güçlendirilmesinin psikolojik uyumlarını koruyucu ve güçlendirici nitelikte olduğu düşünülmektedir. Bu sebeple kişilik gelişiminin büyük ölçüde tamamlandığı ergenlik döneminde bireylerin zihinsel dayanıklılık düzeylerini güçlendirmek adına çalışmalar yapılması gelişimlerini sağlıklı bir şekilde tamamlayabilmeleri açısından önem arz etmektedir (Santrock, 2012).

Zihinsel dayanıklılığın azim, özgüven ve motivasyon gibi özelliklerle ilişkilendirilmesi sebebiyle literatürde spor psikolojisi alanında çok sık kullanıldığı görülmektedir. Bireyin karşılaştığı zorlukların üstesinden gelebilmesi ve uzun vadede performans düzenleyebilmesi açısından zihinsel dayanıklılık kavramının önemli olduğu bilinmektedir. Jones (2002), bir sporcunun başarıyı yakalayabilmesi ve hedeflerine ulaşabilmesi için zorluklarla mücadele edebilecek özgüvene sahip olmasının zihinsel dayanıklılık ile mümkün olabileceğini savunmaktadır. Gucciardi, Lines, Ducker, Peeling, ve Chapman (2021), birçok alanda zihinsel dayanıklılığın, davranışsal olarak kararlılığının yordayıcısı olduğunu ifade etmektedir.

Zihinsel dayanıklılık, özdisiplinli olmayı, hedefe odaklanmayı, karşılaşılan zorlukları aşmak için beceri geliştirmeyi içeren bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Sporcuların yarışma öncesinde stresle başa çıkması, daha iyi odaklanmaları, motivasyonlarını korumaları için spor alanında; zorlu görevlerle başa çıkmak, yoğun çalışma sistemine ayak uydurmak adına çalışma yaşantısında; akademik hedeflere ulaşabilmek ve motivasyonu korumak adına eğitim yaşantısında kullanılabilir. Psikolojik dayanıklılık ise karşılaşılan zorluklar karşısında kişinin kendi duygusal sağlığını koruyabilmesi ve yeni durumlara uyum sağlayabilmesini içeren

bir süreç olarak karşımıza çıkmakta olup stres yönetimi, sağlık ve kişisel gelişim alanlarında kullanılmaktadır. İki kavram birbirine benzeyen ve birbirini tamamlayan beceriler olarak literatürde yer almaktadır. Zihinsel dayanıklılık, psikolojik dayanıklılığın içerisinde yer alan bir kavramdır.

Zihinsel dayanıklılık, bireylerin zor durumlarla başa çıkma yeteneği ile ilişkili olması sebebiyle bireylerin kendi potansiyellerini keşfederek hedeflerine yönelik motisyona sahip olmalarını gerektirmektedir. Bu kapsamda bireylerin güçlendirilmelerini içermektedir. Güçlendirme, bireylerin kendilerini tanımalarını, güçlü yönlerini farketmelerini, özgüvenlerini artırarak problemlerini çözme motivasyonuna ulaşmalarını sağlamaktadır. Bu kapsamda bireylerin zihinsel dayanıklılığının artırılmasında güçlendirme yaklaşımı kullanılabilir.

McGeown, Putwain, St. Clair-Thompson ve Clough (2017), eğitimde ergenlerin zihinsel dayanıklılığına ilişkin algılarını öğrenmek amaçlı 54 öğrenci ile grup büyüklüğü 3-4 olan odak grup görüşmeleri gerçekleştirmiş olup yapılan görüşmeler sonucunda bireysel farklılıkların eğitim içerisinde çok fazla gözlemlenebildiğini ve eğitsel başarının sağlanabilmesi için bu farklılıkları göz önüne almak gerektiğini belirtmektedir. Ayrıca yapılan bu çalışma ile ergenlerle çalışan öğretmenlerin, öğrencilerin nelere ihtiyacı olduğunu anlamaları ve eğitsel içgörü sağlayabilmeleri açısından önemli olduğu vurgulanmaktadır. McGeown, St. Clair-Thompson ve Putwain (2018), bu kapsamda zihinsel dayanıklılık kavramının zorluklarla mücadele etme, kişilerarası yeteneklere güvenme, bireysel yeteneklere güvenme, duyguları kontrol etme, yaşamı kontrol etme ve kendini açma olarak altı alt boyuttan oluştuğunu belirtmektedir. Zorluklarla mücadele etme, bireylerin karşılaştıkları problemleri çözebilmelerini, yeni stratejiler geliştirebilmelerini içermektedir. Kişilerarası yeteneklere güvenme, bireylerin diğer insanlarla iletişim kurabilmesini, işbirliği yapabilmesini ve problemlerinin çözümü için diğerlerinden destek arayabilmesini içermektedir. Bireysel yeteneklere güvenme, bireylerin yeteneklerinin farkında olarak problem çözümlerinde yeteneklerini kullanabilmelerini, öz-yeterliliğe sahip olmalarını içermektedir. Duyguları kontrol etme, bireylerin olumlu duygularını artırarak olumsuz duygularını azaltmaya yönelik zihinsel denge kurmasını içermektedir. Yaşamı kontrol etme, bireylerin kendi hayatını yönetebilmesini, kararlar alabilmesini içermektedir. Kendini açma, bireylerin kendilerini tanıyarak diğerlerine duygu ve düşüncelerini ifade etmesini, sosyal ilişkilerini geliştirmesini içermektedir.



#### 1.4. Sosyal Destek

Sosyal destek, kişinin sevdiğine, değer verdiği, önemseydiğine ve karşılıklı yükümlülüklerinin olduğu bir sosyal ağın üyesi olduğuna inanmasını sağlayan bilgi şeklinde tanımlanmaktadır (Cobb, 1976). İnsanlar, doğdukları andan itibaren çevreye, kendisine destek olan ve ihtiyaçlarını karşılayabilen birilerine ihtiyaç duymaktadırlar. Bowlby (1971), bağlanma kuramında bebeklerin yaşamın ilk yıllarında kurdukları güvenli bağın yaşamının kalan sürecinde de kuracağı ilişkilerin niteliklerini belirlediğini savunmaktadır. İnsan sosyal bir varlıktır. Bu sebeple sosyal, psikolojik, bilişsel ve fiziksel gelişimini sağlıklı bir şekilde tamamlayabilmesi için sosyal çevreye, sosyal desteğe ihtiyaç duymaktadır.

Sosyal destek, bireylerin sosyal ağlarında bulunan kaynakları kullanmalarını içermektedir. Cohen ve Wills (1985), bilgi, saygı, işlevsel ve sosyal arkadaşlık olmak üzere sosyal desteğin dört türde olabileceğini belirtmektedir. Sosyal destek, aile bireylerinden olabileceği gibi arkadaşlar ya da bireyle ilgisi olan diğer kaynak kişilerden de oluşabilmektedir.

Literatürde psikolojik sağlığı artırmaya yönelik araştırmalar yapılmış ve yapılmaya devam etmekte olup sosyal desteğin de psikolojik iyi oluşu artırdığı düşünülmektedir (Rak ve Patterson 1996; Cheung 1995, Demaray ve Malecki 2003).

Ölüm-yaşam arasında sıkışıp kalan sığınmacı/mülteci aileler, evlerinden ayrılıp bilmedikleri bölgelere göç etmektedirler. Yapılan göçlerde çoğunlukla kadın ve çocukların göç ettiği, erkeklerin ise verilen mücadelede hayatlarını kaybettikleri ya da halen ülkelerinde olduğu bilinmektedir. Bu sebeple çocuklara büyük iş düşmektedir. Çocuklar, ailesinin yükünü sırtlanmakta, çocuk yaşlarda çalışma hayatına atılmaktadırlar. Çocukların çalışması, okul hayatına devam edememeleri, onları yaşlarına oranla daha erken yetişkin yapmaktadır. Bu kapsamda psiko-sosyal gelişimlerinin diğer çocuklardan farklı olduğu düşünülmektedir. Yaşadıkları travmaları atlatmadan olgunlaşmaları beklenmektedir. Yaşamlarının ilerleyen süreçlerinde çocukların kriz yaşamalarını önlemek ve daha büyük sorunlarla karşılaştıklarında kendilerine ait başa çıkma stratejileri geliştirebilmeleri için zihinsel dayanıklılıklarının bulunması gerekmektedir. Zihinsel dayanıklılık düzeylerine etki eden birçok faktör bulunmaktadır. Sosyal desteğin de zihinsel dayanıklılık düzeylerine etki ettiği

bilinmekle birlikte risk durumlarında bireyi koruyucu bir etkiye sahip olduğu belirtilmektedir (Gökler, 2007).

### **1.5. Göçle Gelen Çocukların Zihinsel Dayanıklılıkları ve Sosyal Destek Sistemleri**

Gucciardi, Gordon ve Dimmock (2009), bireylerin stresle başa çıkabilme, yeni durumlara uyum sağlayabilme, karşılaşılan yeni bir olayı kendi lehine çevirebilmesini zihinsel dayanıklılık kavramı ile açıklamaktadır. Bu kapsamda psikolojik dayanıklılık kavramı ile de yakın anlamlarda kullanılabilir. Göç ile ülkelerinden ayrılarak farklı bir ülkeye yerleşen bireylerin zihinsel ve psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olması beklenmekte aksi halde yerleştikleri yeni ülkeye uyum sağlayamayacakları düşünülmektedir. Bireylerin uyum sürecinin uzaması beraberinde sosyal sorunları da getirmektedir. Bu sebeple göç sonrasında yapılan uyum çalışmalarının bu sürecin hem bireyler hem de toplum adına sancılı geçirilmesinin önüne geçeceği düşünülmektedir. Çalhan (2018) bireylerin karşılaştıkları zorluklardan sonra toparlanabilme süreci için gerekli olan kaynaklara ulaşmayı dayanıklılık kavramı ile açıklamaktadır. Sayan (2021), zorunlu göçmenlerin psikolojik dayanıklılıklarının kişilik özellikleri, başa çıkma yöntemleri, sosyal destek sistemleri ile güçlendiğini ancak ayrımcılık, yaşam koşulları ve travmatik deneyimleri ile kısıtlandığını belirtmektedir.

Bireylerin zorlu yaşam deneyimlerinden sonra toparlanma hızı psikolojik dayanıklılığına işaret etmektedir. Toparlanması hızlı olan bireylerin daha anlamlı yaşam hedeflerinin olduğu, kendisini yeni döneme adapte edebilecek ve hayatına devam etmesini sağlayabilecek sosyal çevreye sahip olduğu düşünülmektedir. Terzi (2008), psikolojik dayanıklılık ve sosyal destek kavramlarının bireylerin toparlanma gücünün en önemli göstergeleri olduğunu belirtmektedir. Sosyal destek kavramı, kişiye maddi, zihinsel veya duygusal olarak aile, arkadaş, akraba, komşu ya da kendisine yakın hissettiği kişilerden aldığı her türlü kaynağı içermektedir (Sorias, 1988). Kılıç (2021), sığınmacı ve mültecilerin sosyal destek sistemlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerini etkilediğini belirtmektedir. Bu kapsamda yeterli sosyal destek sistemine sahip olan bireylerin zorluklar karşısında mücadele edebilecek ve toparlanabilecek güce sahip olduğu, zihinsel ve psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olduğu düşünülmektedir.

Zihinsel dayanıklılığı yüksek olan insanlar çeşitli kaynakları kullanarak karşılaştıkları zorluklarla mücadele etmeye çalışmaktadırlar. Sosyal destek de kişilerin zorluklarla karşılaştıklarında başvurdukları kaynakların başında gelmektedir. Zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek kavramları içiçe ve birbirinin gelişimini etkileyen, besleyen bir döngü halinde çalışmaktadır.

## **1.6. Yapılan Uygulamalar ve Faydaları**

Göçle gelen bireylerin temel ihtiyaçlarının giderilmesi amacıyla özellikle çadır kentlerinde hizmetler sunulmakta, sosyal uyumlarını artırmak adına da kamu kurum ve kuruluşları, STK'ler tarafından etkinlikler düzenlenmektedir. Bunun yanı sıra çeşitli dernekler ve yardım kuruluşları da göç kapsamında çalışmalar yürütmektedir. Çocuk işçiliği ile mücadele, çocukların eğitime dahil edilmesi mücadele edilen en temel konulardan olarak görülmekte olup ülkemizde 2018 yılının 'Çocuk İşçiliği ile Mücadele Yılı' olarak ilan edildiği bilinmektedir (ÇSGB, 2017: 11). Göçle gelen bireylerle iletişimin kolaylaştırılması amacıyla yoğun olarak yaşadıkları bölgelerde tercüman sayısının artırıldığı, yine çocukların eğitim kapsamındaki kayıplarını azaltmak adına Arapça, Farsça dillerini bilen öğretmenlerin görevlendirildiği geçici eğitim merkezlerinin oluşturulduğu bilinmektedir.

## **1.7. Göçle Gelen Çocuklar Hakkında Yapılan Araştırmalar**

Atasü Topçuoğlu (2014), göçle gelen çocukların kötü beslenme, hijyenik olmayan ortamda barınma, ebeveyn kaybı, yalnızlık, insan ticaretine maruz kalma, çocuk işçiliği, eğitimde aksamalar, sağlık ihtiyaçlarının giderilmesinde yetersizlik, psikolojik sorunlar, haklarını bilmeme, alı koyulma gibi sorunlarının bulunduğunu belirtmektedir. Sosyal hizmet açısından göç olgusu değerlendirildiğinde hak temelli ve bütüncül çalışmaların yapılması, koruyucu-önleyici hizmetlerin yaygınlaştırılması gerektiğini ifade etmektedir.

Sarıtaş, Şahin ve Çatalbaş (2016), Denizli'de yabancı uyruklu öğrencilerin bulunduğu okullarda öğretmenler ve yöneticiler ile görüşme gerçekleştirmiş olup yapmış olduğu çalışma kapsamında okullarda yaşanan sorunların dil-iletişim, davranış

ve uyum, Milli Eğitim-okul işbirliği, okul-aile işbirliği ve eğitim-öğretim sürecinde yaşanan sorunlar olarak beş başlık kapsamında ele alınabildiğini belirtmektedir.

Çelik (2018), göçle gelen çocukların eğitimde yaşadıkları sorunlar kapsamında yapmış olduğu araştırmada çocukların okullarda en çok iletişim sorunları yaşadıklarını, Türkçe dilini bilmedikleri için dersleri anlamakta güçlük çektiklerini, bu kapsamda çocuklarda yetersizlik, aşağılık duygusu ve depresyon gibi süreçlerin yaşanabileceğini belirtmektedir. Dil sorunlarının yanı sıra göçle gelen bireylerin uyum sorunu yaşadıkları, kendi kültürel değerlerini kaybetmeden sosyal entegrasyonun sağlanabilmesi, çok kültürlü bir bakış açısıyla eğitim programlarının yeniden tasarlanması gerektiğine de vurgu yapmaktadır.

Çalhan (2019), Suriyeli çocukların dayanıklılıklarını eğitim sistemi içerisinde incelemiş olup 13-18 yaş aralığındaki çocuklarla görüşme gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda çocukların dayanıklılıklarının yüksek olduğunu belirtmektedir.

Yıldırım, Aykaç ve Okçu (2019), Suriye'den Türkiye'ye göç ile gelen kişilere karşı olumsuz stereotiplerin bulunduğunu, kültürlerarası duyarlılığı artırmaya yönelik çalışmaların yapılması gerektiğini belirtmiş olup çocuklarla gerçekleştirdikleri yaratıcı drama ve resimli çocuk kitapları ile uygulamalar kapsamında kültürlerarası duyarlılığın arttığını belirtmektedir.

Başay ve Güngör Aytar (2021), zorunlu göçe maruz kalan çocukların psikolojik iyi oluş hallerinin, yaşam doyumu kavramı bağlamında incelenmesini amaçladığı araştırması sonucunda yaşam doyumu düşük çıkan çocukların süregelen hastalığa sahip olma, içinde yaşadıkları mahallenin şartları, arkadaş ilişkileri, gelişimsel risk yaşama ve olumsuz yaşam değerlendirmeleri alt boyutlarında ortaya çıktığı sonucuna ulaşılmış olup çocukların sosyal uyumlarına yönelik etkinliklerin ve gerekli düzenlemelerin yapılması gerektiğini ifade etmektedir.

Kılıç (2021), 190 kişiyi dahil ettiği araştırmasında sığınmacı ve mültecilerin psikolojik dayanıklılıkları üzerinde sosyal desteğin etkisi incelemiş olup araştırma sonucunda kişilerin psikolojik dayanıklılıkları üzerinde arkadaş ve özel kişilerin etkisinin olduğunu belirtmektedir.

Pala (2021), göç ile gelen çocukların eğitim sorunlarına yönelik öğretmenlerle yapmış olduğu yarı yapılandırılmış görüşme sonucunda öğrencilerin maddi, akademik,

ailevi ve davranış problemlerinin bulunduğu sonucuna ulaşmış olup bu problemler çerçevesinde çeşitli politikalar, projeler ve okul içi-dışı gerçekleştirilebilecek etkinliklerle bu problemlerin önüne geçilebileceğini ifade etmektedir.

Sayan (2021), zorunlu göç deneyimi ile psikolojik dayanıklılık ilişkisini incelediği araştırmasında Irak'tan zorunlu göç ile Türkiye'ye gelen yedi kişi ile yarı-yapılandırılmış görüşme yapmış olup görüşmeler sonucunda kişilerin zorluklar karşısında içsel ve dışsal başatme motivasyonuna sahip olduklarını, psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olduğunu belirtmektedir.

Yetim (2021), gerçekleştirdiği araştırmasında 12-18 yaş aralığında 1070 Suriyeli göçmen ergen ile görüşmeler gerçekleştirmiş olup araştırma sonucunda stresli yaşam olayları ile travmatik stres tepkisi ve depresyon arasındaki ilişkide psikolojik dayanıklılığın düzenleyici rol üstlendiğini, stresli yaşam olayları ile anksiyete ve dışsallaştırma arasındaki ilişkide herhangi bir etkisinin bulunmadığını belirtmektedir.

Sağlam Şener ve Arlıoğlu (2022), göç olayları sonucunda kronik hastalığı bulunan çocukların tedavi ve bakım sürecinin aksadığını, salgın hastalıklara maruz kaldıklarını, sosyal uyumun sağlanmasında güçlük yaşandığını, sosyal destek algısının yetersiz kaldığını ve bu durumlara bağlı olarak çeşitli psikolojik sorunların da görüldüğünü ifade etmektedir.

Literatürde yer alan çalışmalarda genel itibariyle göç sonrasında oluşan sosyal, ekonomik ve psikolojik sorunlarla birlikte bireylerin sağlık problemleri, eğitimde ve iletişimde yaşanan zorluklar hakkında betimsel araştırmaların yoğunlukta olduğu görülmektedir. Bu nedenle, deneysel çalışmaların yapılması, topluma yararlı bilgiler sunacak ve yeni politikaların geliştirilmesine olanak sağlayacak çalışmaların da yapılabilmesi için önem arz etmektedir.

## 2. ÇÖZÜM ODAKLI KISA TERAPİ

### 2.1. Çözüm Odaklı Kısa Terapi

Karşılaşılan güçlüklerle baş etmeye çalışırken çoğunlukla problem üzerine odaklanıldığı, olumsuzluklara dikkat verildiği görülmektedir. Ancak olumsuz yapılan vurgu, yaşamımızı da olumsuz çevirerek bizi patalojiye sürüklemektedir (Şahin, 2001). Çözüm odaklı terapistler, kişilere ruhsal tanılar konulmasının sadece etiketlemeye sebep olduğunu savunmaktadırlar. Bu durum, Martin Seligman'ın 'Normal hayatları iyileştirmenin ne demek olduğunu unuttuk. 'sözü ile özetlenebilmektedir. Shazer, Çözüm odaklı yaklaşımın temellerini olumsuz olan vurguya karşı durarak sergilemektedir. Geleneksel kuramların savunduğu etkin bir tedavi süreci için sorunun nedeninin bilinmesi, yaşanan güçlüklerin sebeplerine odaklanma düşüncesini reddetmektedir (Yağcı ve Duyan, 2020). Çözüm odaklı kısa terapi bireylerin sadece içerisinde var olduğu duygu, düşünce ve durum kapsamında bireylere olduğu yerden olmak istediği yere kadar eşlik etmektir.

### 2.2. Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Tarihçesi ve Gelişimi

Don Jackson tarafından 1959 yılında kurulan Kaliforniya Palo Alto'daki Ruhsal Araştırma Enstitüsü (MRI)'nde etkileşimli stratejik yaklaşımının öncüsü John Weakland ve aile terapisinin öncülerinden sibernetik teorisyeni Bradford Keeney çalışmaktaydı. 1969 yılında MRI bünyesinde aile terapisi yaklaşımı benimseyen kısa süreli terapi merkezi kuruldu. Steve de Shazer ve Insoo Kim Berg, MRI'de çalıştıkları zamanlarda MRI'nin kısa süreli terapi modelini kullanmaya karar vererek çözüm odaklı kısa terapinin ilk şeklini verdikleri bilinmektedir. Kısa Süreli Aile Terapisi Merkezi (BFTC)'nin 1978 yılında Winconson eyaletinin Milwaukee şehrinde Shazer, Berg ve meslektaşları (özellikle Elam Nunnally ve Marwin Wiener) tarafından kurulduğu bilinmektedir. Bu grubun ilk seanslarını John Weakland aracılığıyla evlenen Shazer ve Berg'in oturma odasında gerçekleştirdikleri, daha sonra uluslararası olarak tanınan bir kurum haline geldiği ifade edilmektedir (Murdock, 2013; Yağcı ve Duyan, 2020; Nunnally ve ark, 1986).

### 2.3. Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Kuramsal Çerçevesi

Çözüm odaklı kısa terapi, sistem kuramı ve Milton Ericson'ın çalışmalarına dayanmaktadır. Sistem kuramının, bireyin içerisinde buldukları sistem içerisinde değerlendirilmesi gerektiği düşüncesini benimsemektedir. Shazer, Ericson'ın kullandığı teknik ve yöntemlere, dili kullanmasına, hipnozu kullanma şekline ve danışanın güçlü yanlarına odaklanmasına hayranlık duymakta olup Ericson'ın çalışmalarını kuram olarak adlandırmamasına anlam veremediğini belirtmektedir. Ancak kuramın tek bir yönü olmadığını, vakaya göre yorumlanabilmesi özelliği sebebiyle bir çerçevesinin bulunmadığını anladığında Ericson'ın teorilerinin kuram olamayacak kadar geniş bir yelpazesinin olduğunu ifade etmektedir. Ericsson'ın kullandığı kristal küre tekniği sayesinde arzulanan gelecek algısının beklentileri artırabildiği, danışanların terapiye getirdikleri yetkinlik alanlarını kullanarak ise problemlerin çözümün bir parçası olarak kullanabildiği ifade edilmektedir (Murdock, 2013; Yağcı ve Duyan, 2020). Kristal küre tekniği, problemin var olmadığı durumu düşünmeye teşvik ederek çözümlere sistematik olarak odaklanmanın çözüme öncü olacağını ifade etmektedir. Bu teknik çözüm odaklı terapide 'istisna durumlar' olarak varlığını sürdürmektedir (Molnar ve Shazer, 1987). Kısa terapi modelinde esas danışanların anlattıklarını fikir yürütmeden, sorunları anlamaya çalışmak yerine danışanı etkin dinlemeye, danışanın dilini anlamaya odaklanmaktadır. BFTC grubunu MRI'dan ayıran en belirgin özellik ise sorunun ortaya çıkmadığı istisnai durumları tanımlayarak bu istisnaların sıklığını artırmayı hedeflemektedir. Shazer ve Berg, gerçekleştirdikleri birçok seans ardından danışanda olumlu değişimleri sağlayan yöntem ve teknikleri kavramsallaştırarak Çözüm odaklı kısa terapinin büyük çoğunluğu ile son şeklini vermişlerdir (Yağcı ve Duyan, 2020). Ericsoncu hipnoterapide olduğu gibi çözüm odaklı terapide de danışanın problemlerden çözümlere geçme yeteneğini harekete geçirmede önemli olduğunu belirtmektedir. Yine Ericsoncu hipnoterapide yer alan öz farkındalığa yardımcı olmanın, gelecekte kullanılacak çözümlerde bireylerin potansiyellerinin farkında olmasına katkı sağladığı ifade edilmektedir (BoVee-Akyurek, Erolin ve Chenail, 2020).

Çözüm odaklı kısa terapinin temelinde bireylerin sorun çözme becerisini kazanmasının bulunması sebebiyle güçlendirme yaklaşımını da içeren bir süreçten söz edilmektedir. Güçlendirme yaklaşımının, sosyal hizmet disiplininde ilk olarak Barbara Solomon tarafından kullanıldığı bilinmektedir. Solomon, azınlık grup için mücadele

etmek yerine onlarla birlikte hareket edilmesi gerektiğini; bunu yaparken kişilerarası ilişkilerin geliştirilerek sosyal rollerde başarı elde edilmesini hedeflemektedir. Güçlendirme, kişilerin potansiyel güçlerini keşfederek karşılaştıkları zorlukların üstesinden gelebilmeleri, sorunları çözebilmeleri, özgüven kazanabilmeleri, hedeflerine yönelik karar verebilmeleri ve bu kapsamda hareket edebilmeleri süreçlerini içermektedir (Tuncay, 2009; Zengin, 2015). Güçlendirme, bireylerin kendi yaşamlarının patronu olmalarını savunmaktadır. Bireylerin var olan kaynaklarını en verimli şekilde kullanarak istenilen gerçeğe ulaşmalarını sağlamaktadır. Bu yönde bireylerin hem davranışsal hem de psikolojik olarak motivasyonunu sağlamaya yönelik eylemlerde bulunmaktadır. Bazı sosyal hizmet yazarları (Staudt ve diğ., 2001; De Jong ve Miller, 1995) güçlendirme yaklaşımını, sosyal hizmet müdahalesi sürecinde herhangi bir somut teknik önerisinde bulunmaması nedeniyle soyut bulmakta ve oldukça yapılandırılmış bir uygulama modeli olan çözüm odaklı kısa terapinin güçlendirme yaklaşımını somuta indirgediğini belirtmektedir.

#### **2.4. Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Temel Felsefesi**

Çözüm odaklı terapistler insanın iyi olduğunu ve mutlak doğrunun bulunmadığını düşünmektedir. İnsanların kendi gerçeklerini oluşturabilecekleri, problem durumunda ise yapıcı bir şekilde durumun yeniden düzenlenebileceğini savunmaktadırlar. Her danışanın sorunlarını çözebilecek kapasiteye sahip olduğu, çözümünü kendi bünyesinde barındırdığı düşüncesi sayesinde danışanları sorunlarının çözümü için motive etmektedirler. Danışanların güçlü yönlerine odaklanarak onların yaratıcı düşünmesini harekete geçirmekte ve potansiyelini ortaya koyabileceği bir etkileşim ortamı oluşturabilmektedirler. Çözüm odaklı kısa terapide asıl amaç, terapistin düşünce ve görüşlerini danışma ortamına dahil etmeden danışanın kendisinin üreteceği çözümleri hayata geçirmesine fırsat sağlamaktır. Geleneksel yaklaşımların benimsediği değişimin zor olduğu fikrinin aksine çözüm odaklı kısa terapi, değişimin sürekli olarak gerçekleşebildiğini savunmaktadır (Murdock, 2013; Zengin, 2021; Yağcı ve Duyan, 2020).



## **2.5. Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Amaçları**

Shazer ve Berg (2004), çözüm odaklı kısa terapinin, danışanın ne istediğini bulmasıyla başladığını belirtmektedir. Terapide ulaşılabilir ve somut amaçların oluşturulması gerektiği belirtilmektedir. En ufak değişimin bile büyük değişimleri getireceği bilinmekte olup danışan için anlamlı en küçük değişimin ne olduğunun bulunması önem arz etmektedir (akt. Murdock, 2013). O'hanlon ve Weiner-Dawis (1989), çözüm odaklı kısa terapide birinci amacın problem durumunda yapıları değiştirmek, ikinci amacın yaşanan duruma ait bakış açısını değiştirmek ve son amacın ise mevcut kaynakları, güçlü yanları ve çözümleri harekete geçirmek olduğunu belirtmektedir. Çözüm odaklı amaçlar; pozitif, negatif, zarar verici ve bilinmeyen olmak üzere dört farklı şekilde karşımıza çıkmaktadır. Gözlenebilen ve ölçülebilen davranışlar pozitif amaçla, olması istenmeyen durum negatif amaçla, kendine zarar vermeyi hedefleyen yıkıcı davranışlar zarar verici amaçla ve başkalarının yönlendirmesi ile danışmaya gelmesi sebebiyle henüz bir hedefinin bulunmaması bilinmeyen amaçla ifade edilmektedir (Zengin, 2021).

## **2.6. Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Varsayımları**

George, Iveson ve Ratner (2000), çözüm odaklı kısa terapinin varsayımlarını şu şekilde özetlemektedir:

1. Bir problemin nedenini anlamaya çalışmak, çözüme atılan bir adım olarak görülmemektedir.
2. Terapinin başarılı olabilmesi için danışanın hedeflerini bilmek gerekmektedir.
3. Danışanların çözüm oluşturdukları zamanlar bulunmaktadır.
4. Bireylerin sorunlarının bulunması bir ruhsal rahatsızlığın belirtisi değildir.
5. Büyük değişimler için küçük adımlar gereklidir.
6. Danışan-terapist arasında işbirliğinin olması gerekmektedir (akt. Lethem, 2002).

## 2.7. Çözüm Odaklı Kısa Terapinin Danışan ve Terapist Rollerini

Çözüm odaklı kısa terapi, danışan ve terapist arasında işbirliği içeren bir süreci savunmaktadır. Terapi sürecinin samimi ve saygılı olarak sürdürülmesi önem arz etmektedir. Terapist, danışanın söylediklerine yorum yapmaktan kaçınmakta ve danışanın seçeneklerini sınırlandırmak yerine seçeneklerinin artırılması için çabalamaktadır. Terapist, danışanı sürece dahil etmek için öncelikle onun kullandığı dille hareket etmekte ve sonrasında çözüm odaklı bir dil benimsemesi için sürece katkı sunmaktadır. Terapi sürecinde direncin danışanın doğal tepkisi olduğu düşünülmektedir. Terapistin uzman olduğu görüşü reddedilmekte olup terapistin danışanla aynı yöne bakan, bir adım geride bulunarak farklı bir açıdan bakabilmesi için yönlendiren konumda olduğu belirtilmektedir (Murdock, 2013; Zengin, 2021; Yağcı ve Duyan, 2020). Shazer (1988), ziyaretçi, şikayetçi ve müşteri olmak üzere üç çeşit danışanın olduğunu belirtmektedir. Ziyaretçi danışanlar, terapiye bir kişinin ya da kurumun aracılığı ile gelmiş olup kendisinin herhangi bir sorun yaşamadığına inanmaktadır. Şikayetçi danışanlar, sorunlarının olduğunu farkındadırlar, terapi sonrası bir değişim beklemektedirler ancak sorunun kendisinden kaynaklı olmadığını, bu sebeple de çözümünün kendisinde olmadığını düşünmektedirler. Müşteri danışanlar ise sorunların farkındadırlar ve çözümleri için harekete geçmeye isteklidirler. İşbirliğine açıktırlar. Bu sebeple ideal danışan tipi müşteri danışanlardır. Etkili bir danışma süreci için şikayetçi ve ziyaretçi danışanların müşteri danışanlara dönüştürülmesi gerekmektedir. Müşteri danışanlara çevirebilmek için danışanların zorlanmaması gerektiği, konuşmaları sorunlardan uzak tutarak çözümlere ve olumlu yönlere vurgu yapıldığında danışanların motive olacakları çözüm odaklı kısa terapinin gereklilikleri içerisinde bulunmaktadır. Davranış değişikliğini benimseyen birçok terapide olduğu gibi çözüm odaklı kısa terapide de ev ödevleri söz konusu olmakla birlikte danışan türleri ödevlerin şeklini belirlemektedir. Ziyaretçi danışanlara ödev verilmemesi, şikayetçi danışanlara sadece gözlemsel ödevler verilmesi, müşteri danışanlara ise hem gözlemsel hem de davranışsal ödevler verilmesi önerilmektedir (Murdock, 2013; Yağcı ve Duyan, 2020). Yağcı ve Duyan (2020), çözüm odaklı kısa terapiyi uygulamayı beceri, pratik ve sabır gerektirdiği için yeni bir dil öğrenmeye benzetmektedir.

## 2.8. Çözüm Odaklı Kısa Terapi Teknikleri

Çözüm odaklı kısa terapi teknikleri de terapinin yapı ve işlevine uygun olarak danışanlara davranış kazandırmayı amaçlayan, danışanların kendi sorunlarının çözümü için yöntem sunan teknikleri içermektedir. Sorun kelimesinin yer almadığı, geçmiş ifadelerinin yerine geleceği ve çözümleri içerisinde barındırdıkları görülmektedir. Çözümün kendimizde olduğunu, sorunlarımızla başedebilmek için gerekli güce sahip olduğumuzu belirtmekte olup gerekli motivasyonu sağlayarak sorunlarla başa çıkma becerimizin artırılmasını hedeflemektedir.

### 2.8.1. Mucize Soru

Danışanların terapiye geldiklerinde sorunlarını netleştirebilmek, terapiden ne istediklerini anlamalarına yardımcı olmak adına çözüm odaklı kısa terapiye özgü bir teknik olarak 'mucize soru' tekniği kullanılmaktadır. Berg'in kendisini tüm yaşamı mahvolmuş olarak tanımlayan bir danışanına yaşamında ne olmasını istediği konusunda yönelttiği bir soruya danışanın vermiş olduğu "Çok fazla sorunum var. Bir mucize işe yarar" cevabı mucize soru tekniğinin ortaya çıkmasını sağladığı bilinmektedir. Bu kapsamda "Farzet ki bir gece sen uyurken bir mucize oldu ve problem çözüldü. Bunun olduğunu nereden anlardın? Ne farklı olurdu?" sorusu ile formüle edilen mucize soru tekniği sayesinde danışanın terapiden belediklerinin yanı sıra kırgınlıkları, hayalleri, istekleri, umutları, mücadelesi, hedefleri, zayıf ve güçlü yanları ortaya çıkmaktadır. Mucize soru tekniği, danışanın farkındalığını artırarak terapide hedef belirlemeyi kolaylaştırmakta ve çözüme ulaşmayı da yaklaştırmaktadır. Mucize soru tekniği kullanılırken terapistin, soru sormaktan, yorum yapmaktan, öneride bulunmaktan kaçınması; danışanını yönlendirici, sorgulayıcı, eleştirici bir tavırdan uzak kalması tekniğinin etkililiğini artırmaktadır. Mucize soru tekniği kullanıldıktan sonra alınan yanıt doğrultusunda istisnaların aranması ve hedeflerin oluşturulması gerekmektedir. Hedeflerin net olarak ortaya konulmuş olması, danışanın sorunlarının çözümünü net bir şekilde gerçek dünyada test etmesine de olanak sağlamaktadır. Danışanın yaşamında değiştirmek ve yapmak istediklerini prova etmesine katkı sunmaktadır (Murdock, 2013; Zengin, 2021; Yağcı ve Duyan, 2020).

Mucize sorulara danışanlar, şaşırma, anlamama ya da saçma bulma gibi tepkiler verebilmektedir. Mucizelere inanmadıklarını ifade edebilmektedirler. Mucize soru kalıbında ufak değişiklikler yaparak ‘Sorunlarının yarın kaybolduğunu düşün’ şeklinde ya da danışanın anlayabileceği şekliyle sorularak yanıt beklenmektedir. Danışanın yanıtlarının şimdiki zamana vurgu yapması önem arz etmekte olup diğer zaman kalıplarında kullanılan ifadelerin şimdiki zamana dönüştürülmesi gerekmektedir (Murdock, 2013; Yağcı ve Duyan, 2020).

Mucize soru, danışanın sorunun olmadığı bir gelecek tasarlamasına ve sorun olmadığı yaşantısına ilerleme noktasında motive olmasına olanak sağlamaktadır. Çözüme ulaşabilmek için davranışsal değişikliklerin mümkün olduğu, somut hedefler sayesinde olumlu bir geleceğe ulaşılacağı danışanı geçmiş sorunlardan çözüme ulaştırmaktadır (Yağcı ve Duyan, 2020).

### **2.8.2. Derecelendirme Soruları**

Danışanın terapi sürecinden beklentilerini somutlaştırmak, hedeflerini belirlemek, kendi gelişimini değerlendirmesini sağlamak, terapi sürecinde ilerleyişini resmetmek ve süreç içerisinde verilen ev ödevlerine yön vermek amacıyla derecelendirme soruları kullanılmaktadır. 0’dan 10’a kadar derecelendirilmiş bir ölçek üzerinde 0 en kötü durum, 10 problemin tamamen çözülmüş olduğu durum olmak üzere, danışanın kendini o an nerede gördüğü ve bu ölçekte nerede olmak istediği sorularak terapi sürecinden beklenen hedef ortaya konulabilmektedir. Danışan ölçek üzerinde yerini belirledikten sonra danışana ‘Ne yaparsan ölçekteki yerin iki puan daha yukarı çıkabilir?’ sorusu yöneltilerek problemin çözümüne yönelik adımlar atılmaya başlanmaktadır (Murdock, 2013; Zengin, 2021).

Derecelendirme soruları, güven oluşturma amacıyla da kullanılabilir. Danışanın o an kendini nerede gördüğü ve problemin tamamıyla çözülmüş olduğu duruma verdiği puan arasındaki mesafe danışma sürecine olan güvenini de göstermektedir.

Danışanın danışma sürecinden beklentilerini, hedeflerini belirleyebilmek yanında hedefine ulaşabilmek için danışanı alt hedefler belirlemeye yönlendirmesi, danışanın problemi çözebileceğine olan inancını da artırmaktadır. Küçük adımlarla

hedefe ulaşması, kolay uygulanabilir olması ve danışanın diğer sorunlarına da uygulayabileceği nitelikte olması danışanların terapi sürecine dahil olmasını da kolaylaştırmaktadır.

Derecelendirme soruları, hem danışanın hedefini belirleme noktasında, hem de her seansta kaydettiği ilerlemeyi belirleme noktasında kullanılabilir. Danışana kendini değerlendirme fırsatı sunmak, terapi sürecinde danışanın sorumluluğunu üst seviyelere çıkarmakta ve problemlerini çözebilme noktasında kendine güvenmesini sağlamaktadır. Aynı zamanda hedeflerinin somutlaştırılmasını sağlayarak belirli adımları, ilerlemeyi de net olarak gözlemleyebilme fırsatı sunmaktadır. Danışan her bir puan ilerlediğinde kendini daha iyi hissetmekte ve problemi çözebileceğine olan inancını, umudunu artırmaktadır. Terapist, danışanın her bir puan ilerlediğinde yaptığı davranışını onaylar ve işe yarayan davranışını daha çok yapmasını teşvik eder (Zengin, 2021; Yağcı ve Duyan, 2020).

### **2.8.3. Ödev Verme**

Ödevler, danışanın deneyimlediği sorunlarla ilgili çözüm yolları geliştirmesi için önemli bir araçtır. Ancak, ödevlerin belirlenmesi danışanla birlikte yapılmalıdır, çünkü danışan kendi yaşamının uzmanıdır ve sorunun çözümüne dair en iyi fikirler kendisinde olabilir. Ödevlerin belirlenmesi için, örneğin "Eşinizle yaşadığınız sorunları nasıl çözebilirsiniz?" gibi sorular danışanla birlikte cevaplanabilir (Zengin, 2023).

Her seansın sonunda belirlenen ödevler bir sonraki seansa kadar tamamlanması için danışana verilir. Ödevlerin işe yarayıp yaramadığı değerlendirilir ve ödevlerin değiştirilmesi gerekiyorsa yeni çözüm yolları keşfedilir.

Ödevler, müdahalenin amaçlarına uygun ve danışanın gerçekleştirilmesi imkansız zorlukta olmamalıdır. Ödevler, düşünsel ya da eylemsel nitelikte olabilir. Örneğin, danışanın sosyal destek kaynakları üzerine düşünmesi veya doğa yürüyüşü yapması gibi. Ayrıca, ödevlerin akademik yaşamı olumsuz etkileyen danışanlar için gerginlik kaynağı olabileceği unutulmamalıdır. Bu durumlarda, ödev yerine gelişimsel görev kavramı kullanılabilir (Watzlawick, 1987, Akt. Henden, 2008; Macdonald, 2011).

Özetle, ödevler danışanın sorunlarına çözüm yolları geliştirmesine yardımcı olabilir. Ancak, ödevlerin danışanla birlikte belirlenmesi ve uygun bir şekilde seçilmesi önemlidir.

#### **2.8.4. Övgü**

İnsanlar, psikososyal yardım aradıklarında genellikle kendilerini yetersiz ve başarısız hissederler. Bu durumda, güçlü yönlerini fark etmekte zorlanabilirler. Bu nedenle övgü, danışanların güçlü yönlerini fark etmelerine ve sorunlarla başa çıkmalarına yardımcı olabilir. Örneğin, bir engelli çocuğu olan bir anne, nasıl başarılı bir şekilde bu süreci yönettiği ya da bize gelme cesaretini nasıl gösterdiği konusunda övülebilir (Zengin, 2023).

Ayrıca, davranış değişikliği için adım atmak, ciddi bir motivasyon gerektirir ve övgü bu motivasyonu sağlama konusunda önemli bir araçtır. Danışanların çözüm odaklı girişimleri övgüyle takdir edildiğinde, danışanlar sorunlarını çözme konusunda daha fazla motive olurlar ve girişimlerini sürdürürler. Shazer (1985), çözüm odaklı kısa terapide en az üç kez övgüde bulunmanın faydalı olduğunu belirtmektedir.

#### **2.8.5. Kabus Sorusu**

Çözüm odaklı kısa terapi, çözümlere ve olumlu duygulara odaklanmaktadır ancak kabus soru tekniği ile danışanın en kötü durumu hayal etmesi istenmektedir. Kabus soru, mucize soruya cevap veremeyen ya da ölçek sorusunda kendisini 1 puanda gören danışanlara yöneltilmektedir. Bu soru sayesinde danışanın kabusun olmaması için ya da kabusu önleyebilmek için ne yapması gerektiği konusunda düşünmeye sevk etmektedir. Bu sayede danışanın hedefini belirleyebileceği ve değişim yönünde harekete geçmesi sağlanmaktadır (Danış ve Büber, 2018; Yağcı ve Duyan, 2020).

#### **2.8.6. Kestirme Görevi**

Probleme ilişkin istisnaların çok yoğun olmadığı zamanlarda kullanılmaktadır. Danışanlardan güne başlamadan ya da günün herhangi bir zamanında problemin yaşanıp yaşanmayacağı, istisna bir durumla karşılaşılıp karşılaşılmayacağı konusunda tahminde

bulunmaları istenmektedir. Sonrasında ise bu tahminlerinin ne kadar gerçekleştiğinin kontrol edilmesi sağlanmaktadır (Murdock, 2013).

### **2.8.7. İleriye Dönük Sorular**

Danışanların istisnai durumları düşünemedikleri zaman, terapist tarafından danışana problemin olmayacağı bir durumu tasarlamasını isteme olarak karşımıza çıkmaktadır. Bir tasarlama istenilmesinden dolayı danışana bu durumu düşünebileceği kadar vakit vermek ve çeşitli sorular sorarak da tasarısını derinleştirmeye katkı sunmak gerekmektedir (Murdock, 2013).

### **2.8.8. Problemin Ne Olduğunu Bulma**

Danışanların istisnai durumları düşünemedikleri zaman kullanılmaktadır. Terapist, problemin ne olduğunu danışana buldurmak adına problemi oluşturan yapının ayrıntılı ve eksiksiz olarak oluş sırasına göre sorular sormaktadır. Bu teknikteki amaç değişimin oluşması için öncelikle küçük değişikliklerden başlanması, bu sebeple de problemin basamaklarının belirlenmesi gerekmektedir. Problemin aşamalarının belirlenmesinin çözüm için önemli bir adım olduğu düşünülmektedir (Murdock, 2013; Yağcı ve Duyan, 2020).

### **2.8.9. Yeniden Çerçeveleme**

Bu teknik çözüm odaklı kısa terapinin felsefesi gereği olumsuz olandan ziyade olumlu olana odaklanmayı, negatif düşünmemeyi ve çözüm odaklı düşünmeyi amaçlamaktadır. Örneğin, "Eşimle sürekli tartışıyoruz. Artık onunla tartışmak istemiyorum" gibi bir ifade, çözüm odaklı kısa terapi için uygun bir ifade değildir. Bu nedenle, bu ifadenin yeniden çerçevesi ve olumlu bir şekilde ifade edilmesi gerekmektedir. Önceki örnek ifadede yola çıkarak, çözüm odaklı kısa terapi için daha uygun bir yanıt "İfadelerinizden aslında eşinizle daha kaliteli bir iletişim kurmak istediğinizi anlıyorum. Bu nedenle, amacınız görüşmelerimizde eşinizle daha kaliteli bir iletişim kurmak olabilir mi?" şeklinde olabilir (Zengin, 2023).

### **2.8.10. İstisnaların Keşfi**

Bu teknik, herhangi bir sorunun, danışanlar tarafından haftanın yedi günü veya günün 24 saati aynı yoğunlukta yaşanmadığını kabul eder. Bu nedenle, sorunun daha az hissedildiği zamanları keşfetmek ve bu zamanları artırmak teknikte önemlidir. Bu teknik, daha açıklayıcı olması için, annesini travmatik bir şekilde kaybetmiş 9 yaşındaki bir çocuğu ele alalım. Bu olaydan sonra, çocuk regresif davranışlar sergilemeye başlar ve geceleri altını ıslatmaya başlar. Uzman, istisnaları keşfetmek için sorular sormaya başlar ve çocuğun haftada bir gün anneannesinde kaldığını ve bu günlerde altını ıslatmadığını öğrenir. Bu durumda, uzman, çocuğun anneannesinde geçirdiği zamanı artırmaya çalışır (Zengin, 2023).

### **2.9. Çözüm Odaklı Kısa Terapi Süreci**

Çözüm odaklı kısa terapide ilk seans, terapi sürecinin seyrini belirleyeceğinden önem arz etmektedir. Terapi süresi genellikle 50-90 dk olarak ortalama 5-6 oturumu kapsamaktadır. Seanslar arası süre esnek olmakla birlikte genellikle bir haftadır. Terapi sürecinde ilerleme kaydedilmediği durumlarda seanslar arası süre bir aya kadar uzatılabilmektedir.

İlk oturumda terapinin sürecini etkileyeceği için terapist ve danışan arasında bulunan ilişkinin niteliğine dikkat edilmesi gerekmektedir. Terapistin üzerine düşen sorumlulukları yerine getirmesi, danışanı dikkatle empatik olarak dinlemesi, danışanın düşüncelerine saygı duyması ve koşulsuz kabul ilkesini benimseyerek terapötik bir bağ kurması, danışanın kendini açmasını kolaylaştırmaktadır. İlk oturumda ilişki kurulmasından sonra ulaşılabilir ve somut hedeflerin oluşturulması gerekmektedir. Hedeflerin belirlenmesi terapinin yönünü belirleyen önemli bir noktada bulunmaktadır. Hedeflerin ilk oturumda olduğu gibi ilk birkaç oturumda da oluşturulabilmektedir. Danışanın beklentilerini ifade etmesi ve hedeflerini belirlemesi sonrasında hedefleri küçük adımlara bölmek, davranışsal terimlerle ifade etmek, olumlu ve gerçekçi şekilde tanımlamak gerekmektedir. İlk oturum sürecinde hedef belirlemeyi kolaylaştırabilmek, yaşadığı problemlerin hayatında ne derece var olduğu görebilmek ve danışanın iç görü kazanmasını sağlamak adına mucize soru, istisna soruları, derecelendirme soruları, değişim soruları ve başa çıkma soruları kullanılabilir. Hedef belirlemenin



ardından çözüm oluşturma süreci başlamaktadır. Çözüm odaklı kısa terapinin kısa bir terapi ekolü olması sebebiyle her oturuma son oturum gibi bakılması gerekmektedir (Yağcı ve Duyan, 2020). İlk oturumun sonunda danışana geri dönütte bulunabilmek, danışana bir mesaj-mektup hazırlayabilmek amacıyla görüşmeye ara verilmektedir. Bu on dakikalık sürecin hem terapistin düşüncelerini danışana aktarabilmesi için pozitif cümleler kurmasına olanak sağlamakta, oturumu toparlayabilmesi için zaman kazandırmakta hem de danışanın oturumu gözden geçirmesine, sormak istediği sorular varsa düşünmesine fırsat sunmaktadır (Sklare, 1997'den akt. Uysal, 2014; Yağcı ve Duyan, 2020).

Çözüm odaklı kısa terapinin ikinci ve sonraki seanslarında ilk olarak bir önceki seansın özetini yaparak danışan ile konuştuklarına vurgu yapmaktadır. Bir önceki seanstan sonra danışanın neler yaptığı sorulmakta, danışanın yaşantısında gelişmeler varsa bunların farkında olması sağlanmakta ve ev ödevi verilmişse kontrolü yapılmaktadır. Eğer ilk seansta somut ve ulaşılabilir bir hedef belirlenmemişse hedef belirlemeye yönelik çalışmaların yapılması gerekmektedir. Belirlenen hedefler çerçevesinde varsa yeni hedefler de dahil edilerek teknik ve yöntemler aracılığıyla çözümlere yönelik etkinlikler yapılmaktadır. Berg, danışana sorulacak olan soruları ortaya çıkar (danışana daha iyi olan şeyler sorulur), güçlendir (Daha iyi olan şeylerin ayrıntıları ve farkları sorulur), pekiştir (Danışanın çabası ve değişimine övgü yapılır) ve tekrar başlat (Durumlar var olandan da iyi olduğunda bulunan olasılıklar konuşulur) olmak üzere dört başlık altında toplamaktadır (akt. Yağcı ve Duyan, 2020).

Çözüm odaklı kısa terapi, bireylerin tüm sorunlarını çözmek yerine, bireylere sorunları nasıl çözebilecekleri konusunda kendi kaynakları kullanmayı, yeterliliklerinin farkına varmasını sağlamaktadır. Bu sebeple terapinin ilk oturumlarında belirlenen somut hedeflere ulaşılması ve karşılaşılan ya da karşılaşılabilecek olan diğer problemlerde de buna benzer başa çıkma stratejilerinin belirlenebilmesi konusunda danışanlara rehberlik edeceği düşünülmektedir. Terapi sürecinde hedefe yönelik ilerleme kaydedildiğinde danışanla bu konuda planlama yapmak ve ek seanslara ihtiyaç olup olmadığı konusunda birlikte düşünmek gerekmektedir. Terapi sürecine birden son vermek yerine seanslar arası zamanların artırılması da danışanı terapinin sonlandırılmasına hazırlamaktadır (Uysal, 2014; Yağcı ve Duyan, 2020).

## **2.10. Çözüm Odaklı Kısa Terapi Avantajları ve Dezavantajları**

Çözüm odaklı kısa terapinin avantajları içerisinde en büyük yüzdeliği geleneksel yaklaşımlara oranla daha kısa süreli bir terapi modeli olması kapsamaktadır. Özellikle çocuklar ve ergenlerle çalışırken uzun süreli terapilerde yaşanan zorlukların önüne geçileceği düşünülmektedir. Terapi sürecinde danışanların güçlü yönlerine dikkat çekmekte, danışan ve problemin geçmişi yerine sadece çözümlere odaklanmakta, değişime vurgu yapmaktadır. Olumlu ve işe yarayan çözümlere yönelerek bireylerin karamsarlığa düşmesinin önüne geçilmeye çalışılmakta bireylerin problemlerini çözmeleri konusunda motivasyonlarının artmasını sağlamaktadır (Uysal, 2014). Lethem (2002), çözüm odaklı kısa terapinin somut bir dilinin bulunması sebebiyle küçük çocukların bile kolay anlayabileceğini, ayrıca çocukların yaptıkları davranışların sebeplerini açıklama konusunda çekingen tavırlarda bulduklarını, çözümlere odaklanmanın eğlenceli olarak görülebileceğini, olumsuz sözler yerine olumlu ifadelerle konuşmanın çocuk ve ergenlerde iyileştirici olabileceğini, bundan dolayı çocuklar ve ergenlerde uygulanmasının diğer terapi ekollerine göre daha kolay olduğunu belirtmektedir. Çözüm odaklı kısa terapinin yaratıcı düşünme becerisini de geliştirdiği düşünülmektedir.

Her bireyin kendi problemlerine çözümler sunabilecek yetide olmadığı varsayımı çözüm odaklı kısa terapinin dezavantajı olarak değerlendirilmektedir. Problemlerin sebepleri ile çalışılmamasının, sadece çözümlere odaklanmanın kalıcı çözüm oluşturmayacağı düşüncesi de yine terapinin eleştirilen yönlerindedir (Uysal, 2014).

## **2.11. Çözüm Odaklı Kısa Terapi ile İlgili Yapılan Araştırmalar**

De Castro ve Guterman (2008), üç farklı intihar vakasına uygulanmış olan çözüm odaklı kısa terapi seanslarından hareketle aile bireylerinden birini intihar sebebiyle kaybeden kişilerde depresyon riskinin fazla olduğunu ancak çözüm odaklı kısa terapinin ailelerin dayanıklılığına vurgu yaparak kontrol altına alabildiklerini belirtmektedir. Bazı çözüm odaklı terapistlerin duyguları ihmal ettiği, ancak danışanlara nasıl tepki verileceğine dair farkındalık olduğu sürece duygular ile de çalışılabileceğini vurgulamaktadır.

George (2008), 12 yaşında sosyal fobisi olan bir çocuk ile gerçekleştirdiği seanslar sonucunda çocukta bulunan sosyofobik davranışlarda azalma gözlemlendiğini, arkadaş ortamlarında kendisini ifade etmeye başladığını, göz teması kurabildiğini, iletişim başlatabildiğini belirterek sosyal fobisi bulunan çocuklarda uygulanabilecek bir terapi olduğunu vurgulamaktadır. Aynı zamanda çözüm odaklı kısa terapi sürecinde ailenin de katılımının önemli olduğunu belirtmektedir.

Li ve arkadaşları (2018), doğuştan kalp rahatsızlığı bulunan ve hastanede yatılı tedavi görmekte olan 40 çocuğun ebeveynlerinin içerisinde buldukları psikolojik durumların giderilmesine yönelik çözüm odaklı kısa terapi seansları düzenlenmiş olup araştırma sonucunda ebeveynlerin umut seviyelerinde ve duygu durumlarında yükselmeler gözlemlendiği belirtilmektedir.

González Suitt ve arkadaşları (2019), Şili’de dilbilimsel olarak uyarlanmış çözüm odaklı kısa terapi ile alkol bağımlılığına etkisini incelemek adına pilot uygulama gerçekleştirmiş olup araştırma sonucunda bireylerde alkol kullanımında azalma gözlemlendiği, bireylerin kendilerini daha iyi hissettiklerinin ifade edildiği ve depresyon düzeylerinde azalmanın gerçekleştiğini belirtmektedir.

Siyez ve Tan Tuna (2014), lise öğrencilerinin öfke kontrolü ve iletişim becerileri düzeylerine yönelik 10 oturumluk çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma dayalı bir psiko-eğitim programı düzenlemiş olup araştırma sonucunda öfke kontrolü düzeylerinde artış gözlemlendiğini, sürekli öfke ve öfkeyi içte tutma – dışa vurma düzeylerinde anlamlı bir düşmenin görüldüğünü ancak iletişim becerilerinde anlamlı bir farklılık bulunmadığını belirtmektedir.

Uysal (2014), ergenlerde risk alma – tehlikeye atılma davranışına çözüm odaklı kısa süreli yaklaşımın etkilerini incelemek amacıyla ortaokul son sınıf öğrencileri ile 6 haftalık bir müdahale planı düzenlemiş olup araştırma sonucunda araştırmaya katılan öğrencilerin risk alma düzeylerinde anlamlı bir düşüş olduğu ve bu durumun izleme ölçümlerinde de devam ettiği bulgularına ulaştığını belirtmektedir.

Zengin (2015), hemodiyaliz tedavisi görmekte olan kronik böbrek yetmezliği tanısı olan altı hastanın psikososyal uyum düzeylerine 5-6 oturumdan oluşan çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına dayalı sosyal hizmet müdahalesinde bulunmuş olup sosyal çevre, meslek / iş çevresi, sağlık bakımına uyum ve genel psikososyal uyum düzeyi boyutları kapsamında anlamlı düzeyde farklılık bulunduğunu belirtmektedir.

Arslan ve Akın (2016), lise öğrencilerinin akran zorbalığına çözüm odaklı kısa süreli grup terapisinin etkisini araştırdığı altı oturumluk bir grupta danışma sonucunda öğrencilerin akran zorbalığı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olduğunu, izleme ölçümlerinde de bu durumun korunabildiğini belirtmektedir. Benzer olarak Öztürk Çopur (2019) da sekizinci sınıf öğrencileri ile sekiz oturum süren bir çözüm odaklı kısa süreli terapi uygulamış olup araştırma sonucunda zorbalık ve mağdurluk test sonuçlarında anlamlı bir düşme meydana geldiğini belirtmektedir.

Şanal Karahan (2016), çözüm odaklı düşünmenin üniversite öğrencilerinin depresyon, anksiyete, stres ve psikolojik iyi oluş düzeylerine etkisini araştırmıştır. Yapılan araştırma sonucunda çözüm odaklı düşüncenin psikolojik iyi oluş ile pozitif yönde; depresyon, anksiyete ve stres ile negatif yönde anlamlı olduğunu belirtmektedir.

Rose ve Ishak (2019), anksiyete ve depresyon gibi psikolojik rahatsızlıkları bulunan altı çalışan kadın ile çözüm odaklı kısa terapi modeline dayalı görüşmeler yapmış olup müdahalenin öncesinde ve sonrasında kadınların başa çıkma tarzlarında değişikliklerin oluştuğunu, olumlu duyguları deneyimledikten sonra kendilerini daha iyi hissettiklerini ifade etmektedir.

Zubaroglu Yanardağ ve Özmete (2020), üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve stres düzeylerine olan etkisini incelemek amacıyla deney ve kontrol grubu olmak üzere 24 öğrenci ile 4-8 seanstan oluşan çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına dayalı sosyal hizmet müdahalesi oturumları gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda edinilen bulgular kapsamında deney grubunun ölçek sonuçlarında anlamlı bir farklılık görüldüğü, çözüm odaklı kısa terapinin üniversite öğrencileri için etkili bir yöntem olduğu ifade edilmektedir.

Şahin (2021), çözüm odaklı grupta çalışmanın mülteci çocukların sosyal uyum ve benlik saygılarına olan etkisini incelemeyi amaçladığı 16 deney 16 kontrol grubu olmak üzere 32 öğrencinin dahil olduğu çalışmada sekiz oturum süren sosyal hizmet müdahalesi gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda çözüm odaklı sosyal hizmet müdahale programının mülteci öğrencilerin sosyal uyumunu ve benlik saygısını anlamlı bir şekilde arttırdığı bulgularına ulaştığını belirtmektedir.

Sağar, (2022), üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlığı üzerine 11'i deney 11'i kontrol grubunda olmak üzere 22 üniversite öğrencisini araştırma kapsamına dahil etmiş olup deney grubunda bulunan 11 öğrenci ile altı oturumdan oluşan çözüm odaklı grup

düzeyinde çalışma gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda deney grubunda bulunan öğrencilerin psikolojik sağlamlığının arttığı, çözüm odaklı grup düzeyinde gerçekleştirilen çalışmanın bu kapsamda etkili olduğu bulgularına ulaştığını ifade etmektedir.

Çözüm odaklı kısa terapi, birçok disiplinde kullanılmaya başlanmış olup sosyal uyum, anksiyete, akran zorbalığı, öfke kontrolü, bağımlılık, yas gibi konulardaki araştırmalarda sıklıkla karşımıza çıkmaktadır. Yapılan araştırmalar kapsamında çocuk ve ergenler için işlevsel bir terapi ekolü olduğu bilinmektedir. Ancak literatürde göç kapsamında çözüm odaklı müdahale çalışması bulunmadığı görülmekte olup yabancı uyruklu bireylerin sosyal entegrasyonunu sağlamak, yaşadıkları zorlu yaşam deneyimlerini hafifletebilmek, psikolojik dayanıklılıklarını güçlendirmek adına bir müdahale oluşturulmasının hem literatüre hem de bireylere katkı sunacağı düşünülmektedir.

## 3. YÖNTEM

### 3.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma, geçici koruma statüsündeki çocukların zihinsel dayanıklılık düzeyleri ve sosyal destek değerlendirmelerine çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına dayalı sosyal hizmet müdahalesinin etkisini ortaya koymayı amaçlayan öntest sontest modeline dayalı kontrol gruplu yarı deneysel bir çalışmadır. Araştırmanın bağımsız değişkeni, geçici koruma statüsündeki çocukların zihinsel dayanıklılık düzeyleri ve sosyal destek değerlendirmelerini artırmayı amaçlayan çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına dayalı sosyal hizmet müdahalesi, bağımlı değişkeni ise çocukların zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirme düzeyleridir.

### 3.2. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın amacı kapsamında aşağıda verilen sorulara yanıt aranmıştır. 1. Çözüm odaklı kısa terapinin geçici koruma statüsündeki çocukların zorluklara mücadele etme düzeylerine etkisi nedir?2. Çözüm odaklı kısa terapinin geçici koruma statüsündeki çocukların kişilerarası yeteneklere güvenme düzeylerine etkisi nedir?3. Çözüm odaklı kısa terapinin geçici koruma statüsündeki çocukların bireysel yeteneklere güvenme düzeylerine etkisi nedir?4. Çözüm odaklı kısa terapinin geçici koruma statüsündeki çocukların duyguları kontrol etme düzeylerine etkisi nedir?5. Çözüm odaklı kısa terapinin geçici koruma statüsündeki çocukların yaşamı kontrol etme düzeylerine etkisi nedir?6. Çözüm odaklı kısa terapinin geçici koruma statüsündeki çocukların kendini açma düzeylerine etkisi nedir?7. Çözüm odaklı kısa terapinin geçici koruma statüsündeki çocukların arkadaşlardan alınan destek düzeylerine etkisi nedir?8. Çözüm odaklı kısa terapinin geçici koruma statüsündeki çocukların aileden alınan destek düzeylerine etkisi nedir?9. Çözüm odaklı kısa terapinin geçici koruma statüsündeki çocukların öğretmenlerden alınan destek düzeylerine etkisi nedir?

### 3.3. Müdahale Öncesi Hazırlık

Araştırmanın etik açıdan uygunluğu 25.03.2021 tarihinde Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu tarafından alınan onay ile belgelenmiştir. Göçle gelen çocukların sorunları, göç olgusu hakkında yapılmış olan müdahale çalışmaları incelenmiş olup ilgili literatürde bulunan kaynaklar taranmıştır. Araştırmaya gündelik hayat içerisinde çeşitli işler yaparak ailesinin geçimine katkı sunan ya da ailesinin geçimini sağlayan çocukların dahil edilmesi sebebiyle örnekleme ulaşmakta yine çocukların desteği alınarak kendileri gibi çalışmakta olan kişilerle temas kurulması sağlanmıştır. İlk olarak çocukların aileleri ile görüşülmüş olup ailelerden izinleri alınmış ve müdahale sürecine başlanmıştır.

### 3.4. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Karabük ilinde ikamet eden, geçici koruma statüsünde olan, Suriye uyruklu çalışan çocuklar oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise 12-18 yaş aralığında olan çocuklar oluşturmaktadır. Örneklem seçiminde kartopu örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Kartopu örnekleme yönteminde konu ile ilgili referans bir kişi seçilerek diğer kişilere ulaşma konusunda referans kişinin desteği alınmaktadır (Biernacki ve Waldorf, 1981). Araştırmaya dahil edilen çocukların belirlenmesinde:

1. 12-18 yaş aralığında olmak,2. Geçici koruma statüsünde bulunmak,3. Okula örgün olarak devam ediyor olmak,4. İletişim kurabilecek düzeyde Türkçe'ye hakim olmak,

5. Gündelik yaşamda ailesinin geçimine katkı sağlamak ya da ailesinin geçimini üstlenecek işlerde çalışıyor olmak,6. Psikiyatrik bir tanı almamış olmak,7. Araştırmaya katılmada gönüllü olmak ölçüt olarak belirlenmiştir.

Araştırma kapsamında müdahale ve kontrol grubunda yer alacak çocukların belirlenmesi amacıyla araştırmaya katılmakta gönüllü olan 24 katılımcıya 'Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği 'ile 'Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği 'uygulanmıştır. Her iki ölçeğin sonuçlarına bakılarak ayrı ayrı en düşük puan alan 12 kişi işaretlenmiştir. Öntest uygulandıktan sonra iki katılımcı, sonteste katılmayı istemediklerini belirtmesi üzerine listeden çıkartılmıştır. Katılımcıların Türkçe iletişim

kurabilecek düzeye sahip olmaları ön koşul olmak üzere görüşmelerin evde yapılacak olması sebebiyle ev ortamları görüşmeye uygun olan altı katılımcı müdahale grubuna, seçilen diğer altı kişi kontrol grubuna dahil edilmiştir. Müdahale ve kontrol grupları oluşturulurken ölçek puanları açısından birbirine yakın değerlerde olan ve demografik olarak da benzer özelliklere sahip katılımcılar seçilmiştir. Müdahale ve kontrol grubuna dahil edilen katılımcılara dair zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirme puanlarına bulgular ve yorum bölümünde yer verilmiştir. Tablo 2’de müdahale grubu ve Tablo 3’te kontrol grubunda bulunan katılımcıların demografik bilgileri ve katılımcı bilgi formunda katılımcılara yöneltilen sorular yer almaktadır.

**Tablo 2:** Müdahale Grubunda Yer Alan Katılımcılara Ait Tanıtıcı Bilgiler

	<b>M1</b>	<b>M2</b>	<b>M3</b>	<b>M4</b>	<b>M5</b>	<b>M6</b>
<b>Cinsiyet</b>	Erkek	Erkek	Erkek	Kız	Kız	Kız
<b>Yaş</b>	14	12	15	13	16	13
<b>Sınıf</b>	7	6	8	7	10	6
<b>Ne kadar süredir Türkiye’de yaşıyor</b>	2 yıl	1,5 yıl	1 yıl	3 yıl	8 ay	4 ay
<b>Aile Tipi</b>	Çekirdek Aile	Çekirdek Aile	Geniş Aile	Çekirdek Aile	Çekirdek Aile	Geniş Aile
<b>Evde çalışan sayısı</b>	2	2	3	2	1	4
<b>Katılımcının işi</b>	Pazarda çalışıyor	Berberde çalışıyor	Sanayide çalışıyor	Kuaförde çalışıyor	Pastanede çalışıyor	Terzinin yanında çalışıyor
<b>Hanenin aylık ortalama geliri</b>	1750 TL	2500 TL	4500 TL	4100 TL	3500 TL	4000 TL
<b>Evde sağlık problemi olan var mı</b>	-	-	-	Var	-	-
<b>Alınan yardımlar</b>	SYDV, Kızılay	SYDV, Kızılay	SYDV, Kızılay	SYDV, Kızılay	SYDV, Kızılay	SYDV, Kızılay
<b>Uyum sağladığını düşünüyor mu?</b>	Evet	Evet	Evet	Evet	Evet	Hayır
<b>Türkçe konuşmasını nasıl değerlendiriyor</b>	Orta	İyi	Orta	İyi	Orta	Orta
<b>Türkçe yazmasını nasıl değerlendiriyor</b>	Kötü	Orta	Kötü	İyi	Kötü	Kötü
<b>Aile ile ilişkilerini nasıl değerlendiriyor</b>	İyi	Çok iyi	İyi	İyi	Çok iyi	Orta
<b>Arkadaşları ile ilişkilerini nasıl değerlendiriyor</b>	Orta	Kötü	Orta	Kötü	Kötü	Kötü
<b>Öğretmenleri ile ilişkilerini nasıl değerlendiriyor</b>	Orta	Orta	Orta	Orta	Kötü	Orta



**Tablo 3: Kontrol Grubunda Yer Alan Katılımcılara Ait Tanıtıcı Bilgiler**

	<b>M7</b>	<b>M8</b>	<b>M9</b>	<b>M10</b>	<b>M11</b>	<b>M12</b>
<b>Cinsiyet</b>	Erkek	Erkek	Erkek	Kız	Kız	Kız
<b>Yaş</b>	13	13	14	12	16	15
<b>Sınıf</b>	7	6	7	6	10	8
<b>Ne kadar süredir Türkiye’de yaşıyor</b>	1 yıl	2 yıl	2 yıl	1,5 yıl	7 ay	1 yıl
<b>Aile Tipi</b>	Geniş Aile	Çekirdek Aile	Geniş Aile	Çekirdek Aile	Çekirdek Aile	Geniş Aile
<b>Evde çalışan sayısı</b>	3	1	2	2	2	4
<b>Katılımcının işi</b>	Pazarda çalışıyor	Sanayide çalışıyor	Tercüm anlık yapıyor	Tercümanlık yapıyor	Kafede çalışıyor	Kuaförde çalışıyor
<b>Hanenin aylık ortalama geliri</b>	5000 TL	2500 TL	4000 TL	4000 TL	3500 TL	6000 TL
<b>Evde sağlık problemi olan varmı</b>	Var	Var	-	-	-	-
<b>Alınan yardımlar</b>	SYDV, Kızılay	SYDV, Kızılay	SYDV, Kızılay	SYDV, Kızılay	SYDV, Kızılay	SYDV, Kızılay
<b>Uyum sağladığını düşünüyor mu?</b>	Evet	Evet	Evet	Evet	Evet	Evet
<b>Türkçe konuşmasını nasıl değerlendiriyor</b>	Orta	İyi	İyi	İyi	İyi	Orta
<b>Türkçe yazmasını nasıl değerlendiriyor</b>	Orta	Orta	Orta	İyi	Orta	Orta
<b>Aile ile ilişkilerini nasıl değerlendiriyor</b>	İyi	Çok iyi	İyi	İyi	Çok iyi	Orta
<b>Arkadaşları ile ilişkilerini nasıl değerlendiriyor</b>	Kötü	Orta	Orta	Orta	Kötü	Kötü
<b>Öğretmenleri ile ilişkilerini nasıl değerlendiriyor</b>	İyi	Orta	İyi	İyi	Orta	Orta

Müdahale ve kontrol grubunda yer alan katılımcılara dair demografik bilgilere Tablo 1 ve Tablo 2’de yer verilmiştir. Müdahale grubunda da kontrol grubunda da yer alan katılımcıların üçü erkek, üçü kızdır. Her iki gruptaki katılımcıların yaşları 12-16 yaş aralığında olup yaş ortalamaları 13.8’dir. Her iki grupta yer alan katılımcıların beşi ortaokul, biri lise öğrenimine örgün olarak devam etmektedir.

Müdahale grubunda yer alan katılımcıların ikisi bir yıldan az süredir, dördü 1-3 yıl aralığında Türkiye’de ikamet etmektedir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların

biri bir yıldan az süredir, beşi 1-3 yıl aralığında Türkiye’de ikamet etmektedir. Müdahale grubunda yer alan katılımcıların ortalama hane halkı sayısı 6.1 olup dördü çekirdek aile, ikisi geniş aile yapısına sahiptir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların ortalama hane halkı sayısı altı olup üçü çekirdek aile, üçü geniş aile yapısına sahiptir.

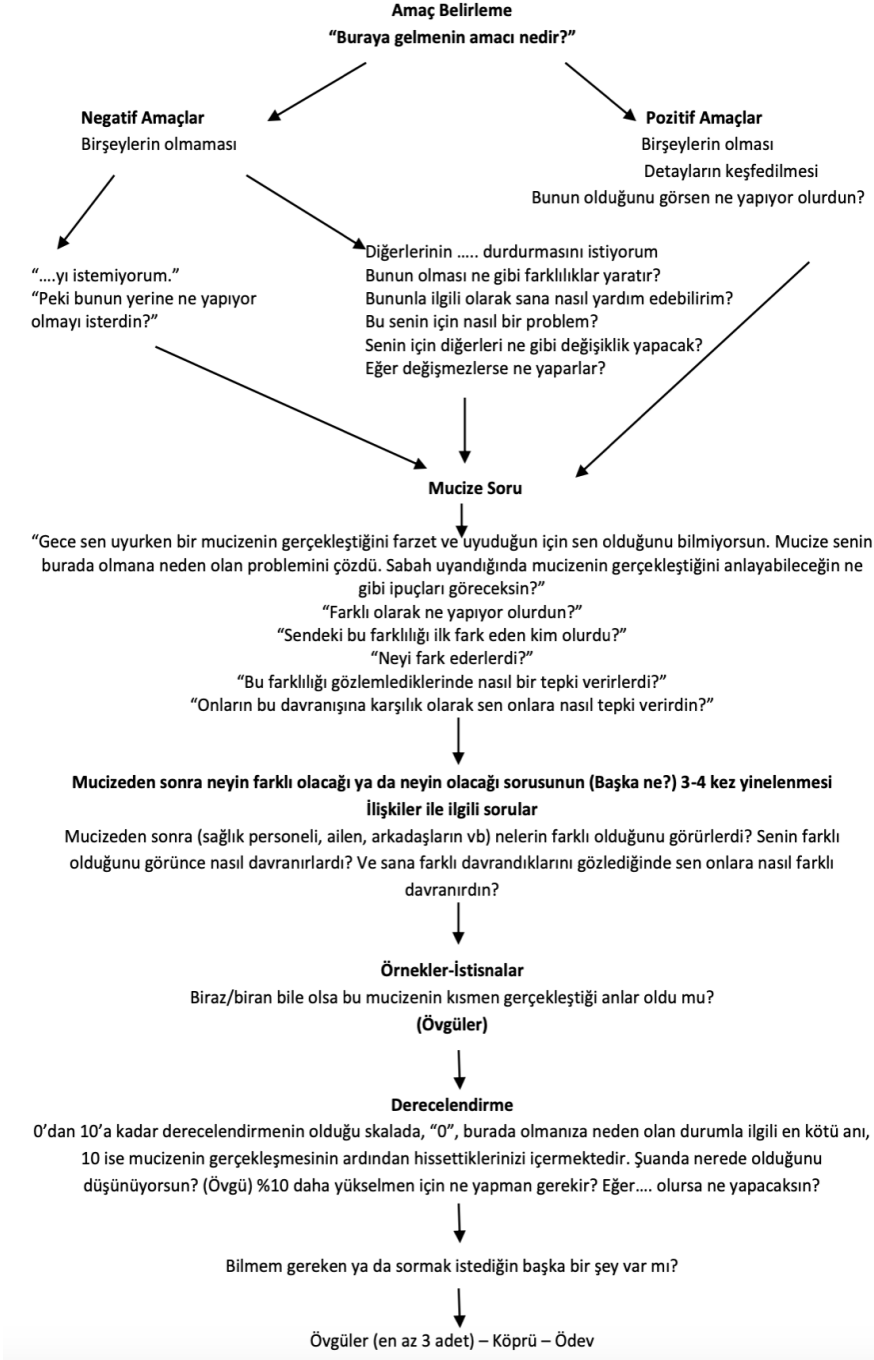
Hem müdahale hem kontrol grubunda yer alan katılımcıların birinin yaşadığı hanede bir kişi, üçünün yaşadığı hanede iki kişi, birinin yaşadığı hanede üç kişi ve birinin yaşadığı hanede dört kişi gelir getirici bir işte çalışmaktadır. Araştırmamıza dahil olan katılımcıların çeşitli işlerde çalıştığı bilinmekte olup müdahale grubunda yer alan katılımcıların her biri farklı bir işte çalışmakta olup pazarda, berberde, sanayide, kuaförde, pastanede ve terzide çalıştıkları bilinmektedir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların müdahale grubundaki katılımcılarla benzer iş kollarında çalıştığı görülmekte olup katılımcıların ikisi tercümanlık yapmakta, diğerleri pazar, sanayi, kafe ve kuaförde çalışmaktadır. Müdahale grubunda yer alan katılımcıların ikisinin aylık ortalama hane geliri 3000 TL’den az, dördünün 3000-5000 TL aralığındadır. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların birinin aylık ortalama hane geliri 3000 TL’den az, dördünün 3000-5000 TL aralığında ve birinin 5000 TL üzerindedir. Müdahale grubunda yer alan katılımcıların birinin ailesinde engel durumundan kaynaklı sağlık problemi bulunan birey bulunmakta olup diğer beşinin ailesinde gündelik yaşamlarını olumsuz etkileyecek bir sağlık problemi olan birey bulunmamaktadır. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların ikisinin ailesinde engel durumundan kaynaklı sağlık problemi bulunan birey bulunmakta olup diğer dördünün ailesinde gündelik yaşamlarını olumsuz etkileyecek bir sağlık problemi olan birey bulunmamaktadır. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan katılımcıların her ikisi de Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfının eğitim, aile ve kömür desteğinden faydalanmakta olup Kızılayın da sosyal uyum yardımı ile desteklenmektedirler.

Müdahale grubunda yer alan katılımcılardan beşi Türkiye’de yaşamaya uyum sağladığını, biri henüz uyum sağlayamadığını ifade etmiştir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların altısı da Türkiye’de yaşamaya uyum sağladığını belirtmiştir. Müdahale grubunda yer alan katılımcılardan dördü orta düzeyde, ikisi iyi düzeyde Türkçe konuşabildiğini ifade etmiştir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların ikisi orta düzeyde, dördü iyi düzeyde Türkçe konuşabildiğini ifade etmiştir. Müdahale grubunda yer alan katılımcıların biri iyi, biri orta, dördü kötü düzeyde Türkçe yazabildiğini ifade etmiştir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların biri iyi, beşi orta düzeyde Türkçe

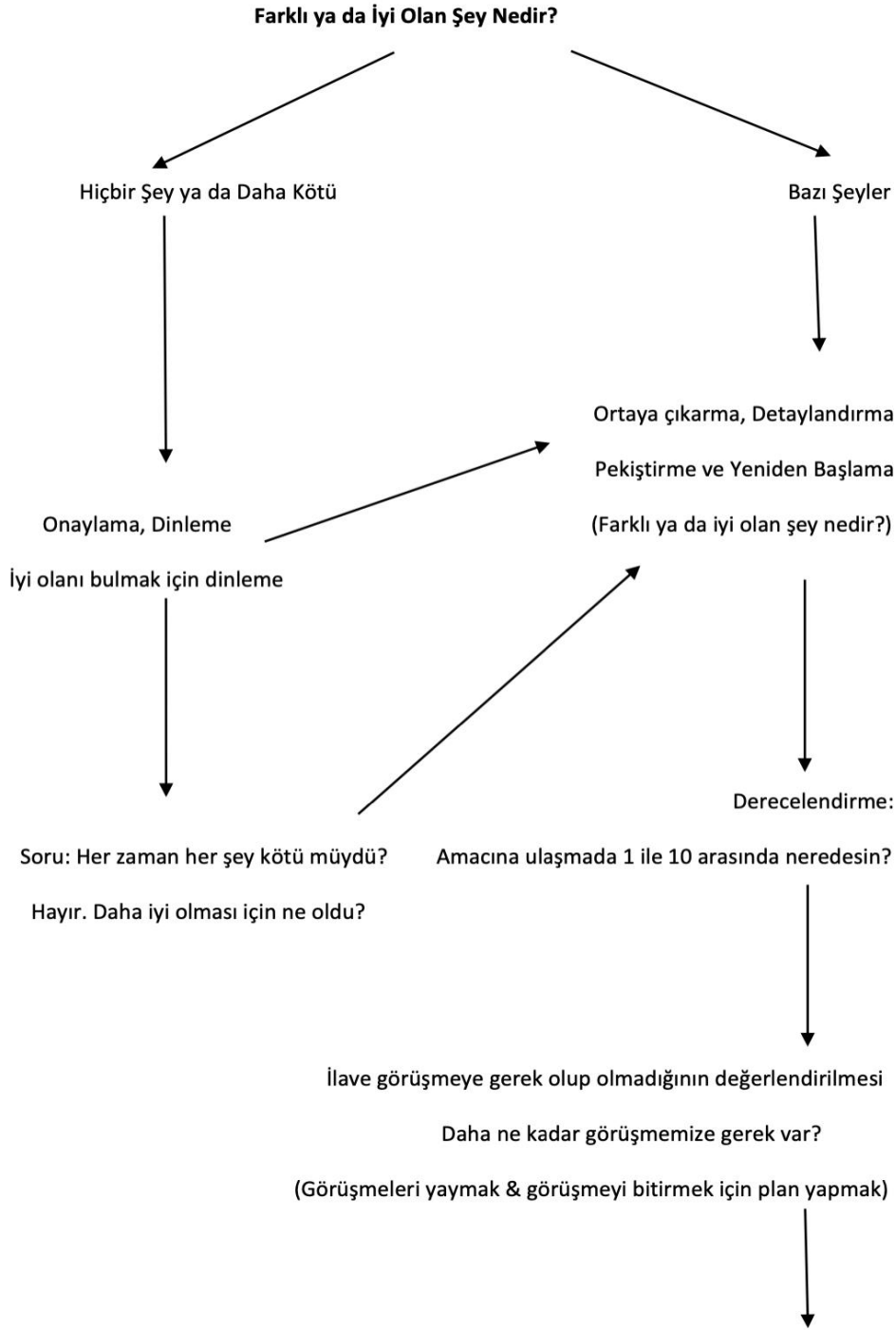
yazabildiğini ifade etmiştir. Müdahale grubunda yer alan katılımcıların ikisi ailesi ile olan ilişkilerinin çok iyi, üçü iyi, biri orta düzeyde olduğunu ifade etmiştir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların ikisi ailesi olan ilişkilerinin çok iyi, üçü iyi, biri orta düzeyde olduğunu ifade etmiştir. Müdahale grubunda yer alan katılımcıların ikisi arkadaşları ile olan ilişkilerinin orta, dördü kötü düzeyde olduğunu ifade etmiştir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların üçü arkadaşları olan ilişkilerinin orta, üçü kötü düzeyde olduğunu ifade etmiştir. Müdahale grubunda yer alan katılımcıların beşi öğretmenleri ile olan ilişkilerinin orta, biri kötü düzeyde olduğunu ifade etmiştir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların üçü öğretmenleri olan ilişkilerinin iyi, üçü orta düzeyde olduğunu ifade etmiştir.

### **3.5. Müdahale Süreci**

Çözüm odaklı kısa terapi müdahalesi uygulamak için belirlenen katılımcıların haftasonları çalışması ve hafta içi günlerinde ise saat 16:00'ya kadar okula gidiyor olmaları sebebiyle zamanı planlayabilmek adına yapılacak olan görüşmelerin katılımcıların evlerinde görüşmeye uygun ortam oluşturularak gerçekleştirilmesi kararı katılımcıların aileleri ile ortak olarak alınmıştır. Müdahale sürecine 02.11.2022 tarihinde başlanmış olup son görüşme 12.12.2022 tarihinde gerçekleştirilerek tamamlanmıştır. Altı katılımcı ile görüşme gerçekleştirilmiş olup her katılımcı ile altı görüşme tamamlanmıştır. Görüşmeler 7-9 günde bir gerçekleştirilmiş olup her görüşme ortalama 20 dk sürmüştür. Görüşmeler, ses kayıt cihazı aracılığıyla kaydedilerek her görüşme sonrasında yazıya geçirilmiştir. Gizlilik ilkesi sebebiyle katılımcıların isimleri gizli tutulmuş olup katılımcılar, 1 ile 12 arasında sayılarla isimlendirilmiş (Müracaatçı 1 vb.) ve tüm süreç boyunca katılımcılar aynı isimlerle değerlendirilmiştir. Müdahale sürecinde uygulanan yönerge aşağıda yer alan tabloda belirtilmiştir (Sklare, 2013'den akt. Zengin 2015):



**Şekil 1: Çözüm Odaklı Kısa Terapide İlk Görüşme**



**Şekil 2:** Çözüm Odaklı Kısa Terapide İkinci ve Diğer Görüşmeler

Araştırma kapsamında belirlenen müdahale ve kontrol grubundaki katılımcılara uygulanan deneysel işlemin süreci aşağıda verilen tabloda yer almaktadır.

**Tablo 4:** Müdahale ve Kontrol Grubuna Uygulanan Deneysel İşlem

Araştırma Grupları	Öntest	İşlem	Sontest
Müdahale Grubu	Ç-SDDÖ Uygulaması	Altı hafta süreyle çözüm odaklı kısa	Son görüşmeden sonra
	EİZDÖ Uygulaması	terapiye dayalı sosyal hizmet müdahalesi	Ç-SDDÖ Uygulaması
Kontrol Grubu	Ç-SDDÖ Uygulaması		EİZDÖ Uygulaması
	EİZDÖ Uygulaması	İşlem Yok	Ç-SDDÖ Uygulaması

### 3.6. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplamak için katılımcı bilgi formu, Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği (Ç-SDDÖ) ve Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (EİZDÖ) kullanılmıştır. Araştırmacı tarafından geliştirilen katılımcı bilgi formunda sosyo-demografik özellikler (cinsiyet, yaş, sınıf, aile yapısı, hanede çalışan sayısı, aylık ortalama gelir, çalışılan işin niteliği, alınan yardımlar), Türkiye’deki yaşam koşulları (ne zamandır Türkiye’de yaşadığı, uyum düzeyi, Türkçe konuşma düzeyi, Türkçe yazma düzeyi) ve sosyal ilişkileri (aile ile ilişki düzeyi, arkadaşlar ile ilişki düzeyi, öğretmenler ile ilişki düzeyi) soruları bulunmaktadır.

#### 3.6.1. Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği

Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği (Ç-SDDÖ), Dubow ve Ullman tarafından 1989 yılında çocukların değerlendirdikleri sosyal destek yapılarını ölçmek amacıyla geliştirilen, 41 maddeden oluşan, üç alt boyutu bulunan beşli likert tipi bir ölçektir. 1: hiçbir zaman, 2: nadiren, 3: bazen, 4: çoğu zaman ve 5: her zaman şeklinde kodlanmaktadır. Ölçeğin 19 maddeden oluşan arkadaşlardan alınan destek alt boyutu (1-10 ve 23-31 arası maddeler), 12 maddeden oluşan aileden alınan destek alt boyutu (11-22 arası maddeler) ve 10 maddeden oluşan öğretmenlerden alınan destek alt boyutu (32-41 arası maddeler) olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Ölçekte alınabilecek en düşük puan 41, en yüksek puan 205tir. Arkadaşlardan alınan destek alt boyutunda alınabilecek en düşük puan 19, en yüksek puan 95; aileden alınan destek alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan 60; öğretmenlerden alınan destek alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 50’dir. Ç-

SDDÖ'nün geçerlik ve güvenirlik çalışması Gökler tarafından 2007 yılında gerçekleştirilmiş olup ölçeğin tamamına ait Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .93, alt boyutlara göre ise sırasıyla .89, .86 ve .88 olarak saptanmıştır (Gökler, 2007).

### **3.6.2. Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği**

Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (EİZDÖ), McGeown ve diğerleri tarafından 2018 yılında geliştirilen, ergenlerdeki zihinsel dayanıklılığın ölçülmesini sağlayan, altı alt boyut olmak üzere toplamda 18 maddeden oluşan uzun formu ve altı maddeden oluşan kısa formu bulunmakta olup dördümlü likert tipi bir ölçektir. 1: kesinlikle katılmıyorum, 2: katılmıyorum, 3: katılıyorum, 4: kesinlikle katılıyorum şeklinde kodlanmaktadır. Ölçeğin 6 alt boyutu bulunmakta ve ölçekte her bir alt boyut için 3'er madde yer almaktadır. 1, 9 ve 15. maddeler zorluklarla mücadele etme, 5, 13 ve 18. maddeler kişilerarası yeteneklere güvenme, 4, 12 ve 17. maddeler bireysel yeteneklere güvenme, 2, 10 ve 16. maddeler duyguları kontrol etme, 3, 7 ve 11. maddeler yaşamı kontrol etme ve 6, 8 ve 14. maddeler kendini açma alt boyutlarına ait maddeleri temsil etmektedir. Her bir alt boyuttan alınabilecek en düşük puan 3, en yüksek puan 12'dir. Ölçeğin genelinde ise en düşük puan 18, en yüksek puan 72'dir. 11-18 yaş ergenler için oluşturulmuş bir ölçektir.

EİZDÖ'nün Türk kültürüne uyarılama çalışması Soylu, Sağkal ve Özdemir tarafından 2019 yılında gerçekleştirilmiş olup ölçeğin uzun ve kısa formuna ait Cronbach alfa katsayıları sırasıyla .85 ve .72 olarak saptanmıştır. Zorluklarla mücadele etme alt boyutu için .61, kişilerarası yeteneklere güvenme alt boyutu için .67, bireysel yeteneklere güvenme alt boyutu için .88, duyguları kontrol etme alt boyutu için .68, yaşamı kontrol etme alt boyutu için .60 ve kendini açma alt boyutu için .76 olarak hesaplanmıştır (Soylu, Sağkal ve Özdemir, 2019).

### **3.7. Verilerin Analizi**

Bu araştırmada elde edilen veriler SPSS Paket Programı ile analiz edilmiştir. Verilerin analizinde Mann Whitney U, Wilcoxon, iki faktörlü varyans analizi ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Yapılan analizde anlamlılık düzeyi 0.05 olarak ele alınmıştır.

## 4. BULGULAR

Bu bölümde müdahale ve kontrol grubunda yer alan çocukların ‘*Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık*’ ve ‘*Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirmeleri*’ ölçeklerine ilişkin müdahale öncesi - sonrası bulguları ile bulguların yorumlarına yer verilmiştir.

### 4.1. Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeğine İlişkin Bulgular

#### 4.1.1. Müdahale Öncesi EİZDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamında müdahale öncesinde müdahale ve kontrol gruplarına EİZDÖ uygulanmış olup sonuçlar Mann Whitney U testi ile test edilmiştir. Uygulama ve test sonuçları Tablo 5’te yer almaktadır.

**Tablo 5:** Müdahale Öncesi EİZDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular

		Ortanca	Ort.	SS	SH	U	z	P
<b>Zorluklarla Mücadele</b>	Kontrol G	7	6,83	0,752	0,307	16.000	-.341	.733
	Müdahale G	7	7	0,894	0,365			
<b>Kişilerarası Yeteneklere Güvenme</b>	Kontrol G	6,5	6	1,264	0,516	13.000	-.843	.399
	Müdahale G	5	5,5	1,378	0,562			
<b>Duyguları Kontrol Etme</b>	Kontrol G	8	7,33	1,505	0,614	3.000	-2.472	.013
	Müdahale G	5	4,83	0,752	0,307			
<b>Kendini Açma</b>	Kontrol G	7	7	0,894	0,365	16.000	-.359	.720
	Müdahale G	7	7,33	1,032	0,421			
<b>Bireysel Yeteneklere Güvenme</b>	Kontrol G	8	8	0,894	0,365	13.500	-.763	.445
	Müdahale G	8	7,83	1,169	0,477			
<b>Yaşamı Kontrol Etme</b>	Kontrol G	7	7,33	0,816	0,333	16.000	-.359	.720
	Müdahale G	8	7,5	0,836	0,341			
<b>Test Toplam</b>	Kontrol G	41	42,5	2,664	1,087	9.500	-1.376	.771
	Müdahale G	39	40	2,280	0,930			

Uygulanan ölçek sonuçlarına göre zorluklarla mücadele, kişilerarası yeteneklere güvenme, kendini açma, bireysel yeteneklere güvenme ve yaşamı kontrol etme alt boyutlarında müdahale ile kontrol grubunun istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmadığı görülmektedir. Ancak duyguları kontrol etme alt boyutunun müdahale ve kontrol grubunun istatistiklerine göre anlamlı farklılık görülmektedir ( $p < .05$ ).



Kontrol grubu ve müdahale grubunun öntest ortalamalarına bakıldığında duyguları kontrol etme alt boyutu dışında diğer alt boyutlarda yakın değerlerde buldukları görülmektedir. Duyguları kontrol etme alt boyutunda kontrol grubu ortalamalarının yüksek çıkmasının sebebinin kişilerin ölçek maddelerinde bulunan soruları yeterince anlamamış olması, yanlış yanıtlamaları ya da olumlu bir imaj vermek adına asıl cevabı gizlemelerinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

#### 4.1.2. Müdahale Sonrası EİZDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamında müdahale sonrasında müdahale ve kontrol gruplarına EİZDÖ uygulanmış olup sonuçlar Mann Whitney U testi ile test edilmiştir. Uygulama ve test sonuçları Tablo 6'da yer almaktadır.

**Tablo 6:** Müdahale Sonrası EİZDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular

		Ortanca	Ort.	SS	SH	U	z	P
<b>Zorluklarla Mücadele</b>	Kontrol G	7	7	0,894	0,365	9.000	-1.526	.127
	Müdahale G	8	7,83	0,752	0,307			
<b>Kişilerarası Yeteneklere Güvenme</b>	Kontrol G	6	6,5	0,547	0,223	3.000	-2.529	.011
	Müdahale G	9	8,66	1,366	0,557			
<b>Duyguları Kontrol Etme</b>	Kontrol G	8	7,66	1,032	0,421	13.000	-.863	.388
	Müdahale G	7	7,16	0,983	0,401			
<b>Kendini Açma</b>	Kontrol G	7	8	1,264	0,401	16.000	-.336	.737
	Müdahale G	8	8,33	1,032	0,421			
<b>Bireysel Yeteneklere Güvenme</b>	Kontrol G	8	8,16	0,983	0,401	16.500	-.274	.784
	Müdahale G	8	8,5	0,547	0,223			
<b>Yaşamı Kontrol Etme</b>	Kontrol G	7	7,5	0,547	0,223	15.500	-.433	.665
	Müdahale G	7	7,66	0,816	0,33			
<b>Test</b>	Kontrol G	41	44,83	3,188	1,301	7.000	-1.768	.692
<b>Toplam</b>	<b>Müdahale G</b>	<b>47</b>	<b>48,16</b>	<b>2,639</b>	<b>1,077</b>			

Uygulanan ölçek sonuçlarına göre zorluklarla mücadele, duyguları kontrol etme, kendini açma, bireysel yeteneklere güvenme ve yaşamı kontrol etme alt boyutlarında müdahale ile kontrol grubunun istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmadığı görülmektedir. Ancak kişilerarası yeteneklere güvenme alt boyutunun müdahale ve kontrol grubunun istatistiklerine göre anlamlı farklılık görülmektedir ( $p < .05$ ). Müdahale öncesinde duyguları kontrol etme alt boyutuna ait sonuçlarda müdahale

grubunun ortalaması 4,83 iken müdahale sonrasında bu ortalamanın 7,16'ya yükseldiği; kontrol grubunun duyguları kontrol etme alt boyutuna müdahale öncesinde 7,33 iken müdahale sonrasında 7,66 olduğu görülmektedir. Duyguları kontrol etme alt boyutunda müdahale sonrasında anlamlı farklılık görülmesi de müdahale grubu ortalamalarının yükseldiği görülmektedir.

Müdahale grubu ile yapılan görüşmeler sonrasında katılımcıların kendilerini ifade edebilme, iletişim kurabilme, duygu ve düşüncelerini karşıdaki kişiye aktarabilme becerilerinin gelişmesi ile birlikte kişilerarası yeteneklere güvenme alt boyutunun diğer alt boyutlara oranla doğrudan etkilendiği ve anlamlı farklılık oluştuğu düşünülmektedir. Diener ve Seligman (2002), kişilerarası yeteneklere güvenen kişilerin daha geniş sosyal ağa sahip olduklarını belirtmektedir. Araştırma sonuçlarına baktığımızda da katılımcıların çevreleri ile etkileşimi arttığında kişilerarası yeteneklere güvenmelerinin artması bu durumu kanıtlar niteliktedir.

#### 4.1.3. Müdahale Grubunun EİZDÖ'ye ait Müdahale Öncesi ve Sonrası Sonuçlarının Karşılaştırılması

Araştırma kapsamında müdahale öncesinde ve sonrasında müdahale grubuna uygulanan EİZDÖ'ye ait sonuçlar Wilcoxon testi ile test edilmiştir. Uygulama ve analiz sonuçları Tablo 7'de yer almaktadır.

**Tablo 7:** Müdahale Grubuna Ait EİZDÖ Öntest-Sontest Sonuçlarına İlişkin Bulgular

		Ortanca	Ort.	SS	SH	z	P
<b>Zorluklarla Mücadele</b>	Öntest	7	7	0,894	0,365	-1.512	.255
	Sontest	8	7,83	0,752	0,307		
<b>Kişilerarası Yeteneklere Güvenme</b>	Öntest	5	5,5	1,378	0,562	-2.032	.062
	Sontest	9	8,66	1,366	0,557		
<b>Duyguları Kontrol Etme</b>	Öntest	5	4,83	0,752	0,307	-2.232	.033
	Sontest	7	7,16	0,983	0,401		
<b>Kendini Açma</b>	Öntest	7	7,33	1,032	0,421	-1.604	.248
	Sontest	8	8,33	1,032	0,421		
<b>Bireysel Yeteneklere Güvenme</b>	Öntest	8	7,83	1,169	0,477	-1.069	.495
	Sontest	8	8,5	0,547	0,223		
<b>Yaşamı Kontrol Etme</b>	Öntest	8	7,5	0,836	0,341	.000	1.000
	Sontest	7	7,66	0,816	0,33		
<b>Test Toplam</b>	Öntest	39	40	2,280	0,930	-2.226	.031
	Sontest	47	48,16	2,639	1,077		

Müdahale grubunun öntest sontest sonuçlarına göre yapılan analiz sonucunda zorluklarla mücadele, kişilerarası yeteneklere güvenme, bireysel yeteneklere güvenme, yaşamı kontrol etme ve kendini açma alt boyutlarında anlamlı fark görülmediği, duyguları kontrol etme alt boyutunda ve testin toplam puanında ise anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir ( $p < .05$ ).

Yapılan görüşmeler sonucunda müdahale grubunun ölçek ortalamalarının arttığı görülmektedir. Yapılan araştırma kapsamında müdahale grubundaki katılımcılar ile aile, iş ve okul yaşatısı hakkında paylaşımlarda bulunulmuştur. Katılımcıların aile, okul ve iş yaşatısının herhangi birinde oluşan problemin diğer yaşantılarını da olumsuz etkilediği görülmüş olup birinde gerçekleşen iyilik halinin diğerlerini de olumlu etkilediği gözlemlenmiştir. Katılımcıların zihinsel dayanıklılıklarını koruyarak yeni yerleşim yerlerine uyum sağlamaya çalıştıkları bilinmektedir. Ancak birçok faktörle mücadele etmeye çalıştıkları için zihinsel dayanıklılıklarını korumanın kolay olmadığı düşünülmektedir. Zihinsel dayanıklılığın stresle mücadele etmede önemli bir faktör olduğu bilinmektedir. Fredrickson ve arkadaşları (2003), olumsuz bir olayın ardından zihinsel dayanıklılığı yüksek olan bireylerin daha hızlı toparlandığını ve olumlu duygulara daha çabuk ulaştıklarını ifade etmektedir. Berking, Meier ve Wupperman (2010), araştırmaları sonucunda elde ettikleri bulgular kapsamında duyguları kontrol etme becerileri yüksek olan kişilerin psikolojik iyilik hallerinin daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Kato (2015), araştırması sonucunda duyguları kontrol etme becerisi yüksek olan kişilerin iş yerinde yaşadığı stresin daha az olduğunu ve iş doyumunun daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Yapılan araştırma ve literatür taraması ışığında katılımcıların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin bireylerin iyilik halini etkilediği, sosyal etkileşiminin artmasını sağladığı, stresle başa çıkabilmelerini kolaylaştırdığı görülmektedir. Katılımcılar ile gerçekleştirilen çözüm odaklı kısa terapinin bireylerin zihinsel dayanıklılık düzeylerini arttırmada etkili olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

#### **4.1.4. Kontrol Grubunun EİZDÖ'ye ait Müdahale Öncesi ve Sonrası Sonuçlarının Karşılaştırılması**

Araştırma kapsamında müdahale öncesinde ve sonrasında kontrol grubuna uygulanan EİZDÖ'ye ait sonuçlar Wilcoxon testi ile test edilmiştir. Uygulama ve analiz sonuçları Tablo 8'de yer almaktadır.

**Tablo 8:** Kontrol Grubuna Ait EİZDÖ Öntest-Sontest Sonuçlarına İlişkin Bulgular

		<b>Ortanca</b>	<b>Ort.</b>	<b>SS</b>	<b>SH</b>	<b>z</b>	<b>P</b>
<b>Zorluklarla Mücadele</b>	Öntest	7	6,83	0,752	0,307	-.577	1.000
	Sontest	7	7	0,894	0,365		
<b>Kişilerarası Yeteneklere Güvenme</b>	Öntest	6,5	6	1,264	0,516	-.966	.441
	Sontest	6	6,5	0,547	0,223		
<b>Duyguları Kontrol Etme</b>	Öntest	8	7,33	1,505	0,614	-1.000	.628
	Sontest	8	7,66	1,032	0,421		
<b>Kendini Açma</b>	Öntest	7	7	0,894	0,365	-1.730	.160
	Sontest	7	8	1,264	0,401		
<b>Bireysel Yeteneklere Güvenme</b>	Öntest	8	8	8	0,894	-1.000	1.000
	Sontest	8	8,16	0,983	0,401		
<b>Yaşamı Kontrol Etme</b>	Öntest	7	7,5	0,547	0,223	-.577	1.000
	Sontest	7	7,66	0,816	0,33		
<b>Test Toplam</b>	Öntest	41	42,5	2,664	1,087	-2.032	.058
	Sontest	41	44,83	3,188	1,301		

Kontrol grubunun öntest sontest sonuçlarına göre yapılan analiz sonucunda anlamlı farkın bulunmadığı görülmektedir ( $p > .05$ ). Kontrol grubunun sontest ortalamalarında da büyük değişikliklerin bulunmadığı ancak bireylerin sosyal çevre içerisinde aktif olarak yaşamlarına devam etmeleri sebebiyle ortalamalarda bulunan artışların normal kabul edilebileceği düşünülmektedir.

## 4.2. Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeğine İlişkin Bulgular

### 4.2.1. Müdahale Öncesi Ç-SDDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamında müdahale öncesinde müdahale ve kontrol gruplarına Ç-SDDÖ uygulanmış olup sonuçlar Mann Whitney U testi ile test edilmiştir. Uygulama ve test sonuçları Tablo 9'da yer almaktadır.

**Tablo 9: Müdahale Öncesi Ç-SDDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular**

		Ortanca	Ort.	SS	SH	U	z	P
<b>Arkadaşlardan Alınan Destek</b>	Kontrol G	42	47,83	9,60	3,919	6.500	-1.848	.065
	Müdahale G	39	44	7,483	3,055			
<b>Aileden Alınan Destek</b>	Kontrol G	47	48	4,979	2,033	4.500	-2.173	.030
	Müdahale G	52	51,66	4,457	1,819			
<b>Öğretmenlerden Alınan Destek</b>	Kontrol G	32	33,16	3,060	1,249	11.000	-1.141	.254
	Müdahale G	31	30	4	1,632			
<b>Test Toplam</b>	Kontrol G	124	129,83	12,624	5,153	15.000	-.482	.630
	Müdahale G	121	125,66	9,542	3,895			

Uygulanan ölçek sonuçlarına göre arkadaşlardan alınan destek ve öğretmenlerden alınan destek alt boyutlarında müdahale ile kontrol grubunun istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmadığı görülmektedir. Ancak aileden alınan destek alt boyutunun müdahale ve kontrol grubunun istatistiklerine göre anlamlı farklılık görülmektedir ( $p < .05$ ).

#### 4.2.2. Müdahale Sonrası Ç-SDDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamında müdahale sonrasında müdahale ve kontrol gruplarına Ç-SDDÖ uygulanmış olup sonuçlar Mann Whitney U testi ile test edilmiştir. Uygulama ve test sonuçları Tablo 10'da yer almaktadır.

**Tablo 10: Müdahale Sonrası Ç-SDDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular**

		Ortanca	Ort.	SS	SH	U	z	P
<b>Arkadaşlardan Alınan Destek</b>	Kontrol G	52	54,5	9,628	3,930	16.500	-.241	.810
	Müdahale G	60	60,83	6,968	2,845			
<b>Aileden Alınan Destek</b>	Kontrol G	49	50,166	3,371	1,376	.500	-2.812	.005
	Müdahale G	53	53,66	1,751	0,714			
<b>Öğretmenlerden Alınan Destek</b>	Kontrol G	32	33,66	3,265	1,33	13.500	-.728	.466
	Müdahale G	34	33,66	2,503	1,021			
<b>Test Toplam</b>	Kontrol G	133	138,33	12,420	5,070	8.500	-1.527	.127
	Müdahale G	149	148,166	6,765	2,761			

Uygulanan ölçek sonuçlarına göre arkadaşlardan alınan destek ve öğretmenlerden alınan destek alt boyutlarında müdahale ile kontrol grubunun istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmadığı görülmektedir. Ancak aileden alınan destek alt boyutunun müdahale ve kontrol grubunun istatistiklerine göre anlamlı farklılık görülmektedir ( $p < .05$ ).

Katılımcılar ile yapılan görüşmelerde aileleri hakkında paylaşımlarda bulunulmuştur. Genel olarak katılımcıların aile ilişkilerini iyi olarak tanımladıkları ancak görüşmelerde sıklıkla iletişim engellerinden söz ettikleri farkedilmiştir. Bireylerin en çok iletişim kurdukları, görüşmeler süresince öğrendikleri yöntemleri deneyimledikleri en temel kişilerin aile bireyleri olduğu bilinmektedir. Bu kapsamda çözüm odaklı kısa terapinin bireylerin aileden alınan sosyal destek değerlendirmelerini etkilediği düşünülmektedir. Yıldız, Özmaden ve Dokuzoğlu (2022), özel yetenek sınavına giren üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal desteğin zihinsel dayanıklılık düzeylerine etkisini incelediği araştırmasında aile desteğinin öğrencilerin zihinsel dayanıklılıklarını etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Yapılan literatür taramasından da hareketle zihinsel dayanıklılık ve sosyal desteğin birbirini etkilediği düşünülmektedir.

#### 4.2.3. Müdahale Grubunun Ç-SDDÖ'ye ait Müdahale Öncesi ve Sonrası Sonuçlarının Karşılaştırılması

Araştırma kapsamında müdahale grubuna uygulanan Ç-SDDÖ'ye ait sonuçlar Wilcoxon testi ile test edilmiştir. Uygulama ve analiz sonuçları Tablo 11'de yer almaktadır.

**Tablo 11:** Müdahale Grubuna Ait Ç-SDDÖ Öntest-Sontest Sonuçlarına İlişkin Bulgular

		Ortanca	Ort.	SS	SH	z	P
Arkadaşlardan Alınan Destek	Öntest	39	44	7,483	3,055	-2.201	.035
	Sontest	60	60,83	6,968	2,845		
Aileden Alınan Destek	Öntest	52	51,66	4,457	1,819	-1.625	.191
	Sontest	53	53,66	1,751	0,714		
Öğretmenlerden Alınan Destek	Öntest	31	30	4	1,632	-2.226	.028
	Sontest	34	33,66	2,503	1,021		
Test Toplam	Öntest	121	125,66	9,542	3,895	-2.201	.035
	Sontest	149	148,166	6,765	2,761		

Müdahale grubunun öntest sontest sonuçlarına göre yapılan analiz sonucunda aileden alınan destek alt boyutunda anlamlı farkın bulunmadığı; arkadaşlardan alınan destek, öğretmenlerden alınan destek alt boyutlarında ve testin toplam puanında anlamlı farkın bulunduğu görülmektedir ( $p < .05$ ).

Yapılan araştırma sonucunda müdahale grubunun ortalamalarında artışların olduğu görülmektedir. Arkadaşlardan alınan destek alt boyutundan alınabilecek en yüksek puanının 95, aileden alınan destek alt boyutundan 60 ve öğretmenlerden alınan destek alt boyutundan 50 olduğu bilinmektedir. Aileden alınan destek alt boyutunun öntest sonuçlarının düşük olmadığı bu sebeple öntest-sontest arasında yapılan karşılaştırmanın çok belirgin olmadığı düşünülmektedir. Yapılan görüşmelerin katılımcıların aile ilişkilerinde iyileşmeyi sağladığı hem katılımcılar hem de katılımcıların aileleri tarafından ifade edilmiştir. Yapılan araştırma sonucunda arkadaşlardan alınan destek, öğretmenlerden alınan destek ve testin toplam puanında anlamlı farklılığın bulunduğu görülmüş olup çözüm odaklı kısa terapinin bireylerin sosyal destek değerlendirmelerini etkilediği sonuçlarına ulaşılmıştır.

#### 4.2.4. Kontrol Grubunun Ç-SDDÖ'ye ait Müdahale Öncesi ve Sonrası Sonuçlarının Karşılaştırılması

Araştırma kapsamında kontrol grubuna uygulanan Ç-SDDÖ'ye ait sonuçlar Wilcoxon testi ile test edilmiştir. Uygulama ve analiz sonuçları Tablo 12'de yer almaktadır.

**Tablo 12:** Konrol Grubuna Ait Ç-SDDÖ Öntest-Sontest Sonuçlarına İlişkin Bulgular

		Ortanca	Ort.	SS	SH	z	P
Arkadaşlardan Alınan Destek	Öntest	42	47,83	9,60	3,919	-2.201	.033
	Sontest	52	54,5	9,628	3,930		
Aileden Alınan Destek	Öntest	47	48	4,979	2,033	-1.682	.122
	Sontest	49	50,166	3,371	1,376		
Öğretmenlerden Alınan Destek	Öntest	32	33,16	3,060	1,249	-.406	.758
	Sontest	32	33,66	3,265	1,33		
Test Toplam	Öntest	124	129,83	12,624	5,153	-.577	.033
	Sontest	133	138,33	12,420	5,070		

Kontrol grubunun öntest sontest sonuçlarına göre yapılan analiz sonucunda aileden alınan destek ve öğretmenlerden alınan destek alt boyutlarında anlamlı farkın bulunmadığı; arkadaşlardan alınan destek alt boyutunda ve testin toplam puanında anlamlı farkın bulunduğu görülmektedir ( $p < .05$ ).

Kontrol grubunun arkadaşlardan alınan destek ve aileden alınan destek sontest ortalamalarında artışın bulunduğu görülmektedir. Kontrol grubunda bulunan bireylerin sosyal çevre içerisinde aktif olarak yaşamlarına devam etmeleri sebebiyle ortalamalarda artışların gözlemlendiği düşünülmektedir. Kontrol grubu ortalamalarının yüksek çıkmasının diğer sebeplerinin ise kişilerin yanlış yanıtlamaları ya da olumlu bir imaj vermek adına asıl cevabı gizlemelerinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

### 4.3. Müdahale ve Kontrol Grubunun EİZDÖ ve Ç-SDDÖ'den Aldıkları Puanlara Göre Yapılan İki Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

**Tablo 13:** Müdahale ve Kontrol Grubunun EİZDÖ ve Ç-SDDÖ'den Aldıkları Puanlara Göre Yapılan İki Yönlü Varyans Analizi

	Müdahale	Kontrol	Grup İçi		Gruplar Arası	
	Grubu	Grubu	F	p	F	p
	(ort-sd)	(ort-sd)				
<b>Zorluklarla Mücadele Etme Öntest</b>	7 0.894	6.833 0.753	1.143	.310	1.915	.197
<b>Zorluklarla Mücadele Etme Sontest</b>	7.833 0.753	7 0.894				
<b>Kişilerarası Yeteneklere Güvenme Öntest</b>	5.5 1.378	6 1.264	6.214	.032	2.909	.119
<b>Kişilerarası Yeteneklere Güvenme Sontest</b>	8.66 1.366	6.5 0.547				
<b>Duyguları Kontrol Etme Öntest</b>	4.833 0.753	7.333 1.506	18.000	.002	6.429	.030
<b>Duyguları Kontrol Etme Sontest</b>	7.167 0.983	7.667 1.033				
<b>Kendini Açma Öntest</b>	7.33 1.032	7 0.894	2.139	1.000	0.109	.748
<b>Kendini Açma Sontest</b>	8.33 1.032	8 1.264				
<b>Bireysel Yeteneklere Güvenme Öntest</b>	7.833 1.167	8 0.894	0.616	.451	0.413	.535
<b>Bireysel Yeteneklere Güvenme Sontest</b>	8.5 0.547	8.16 0.983				



<b>Yaşamı Kontrol Etme Öntest</b>	7.5	7.33	4.887	1.000	0.204	.661
	0.836	0.816				
<b>Yaşamı Kontrol Etme Sontest</b>	7.667	7.5				
	0.816	0.547				
<b>EİZDÖ Öntest</b>	40	42.5	14.549	.003	0.093	.767
	2.280	2.664				
<b>EİZDÖ Sontest</b>	48.167	44.833				
	2.639	3.189				
<b>Arkadaşlardan Alınan Destek Öntest</b>	44	47,83	7.567	.020	0.600	.045
	7.483	9.60				
<b>Arkadaşlardan Alınan Destek Sontest</b>	60.83	54.5				
	6.968	9.628				
<b>Aileden Alınan Destek Öntest</b>	51.667	48	0.012	.916	10.863	.615
	4.457	4.979				
<b>Aileden Alınan Destek Sontest</b>	53.667	50.166				
	1.751	3.371				
<b>Öğretmenlerden Alınan Destek Öntest</b>	30	33.16	5.694	0.038	0.786	.396
	4	3.060				
<b>Öğretmenlerden Alınan Destek Sontest</b>	33.66	33.66				
	2.503	3.265				
<b>Ç-SDDÖ Öntest</b>	125.667	129.833	10.991	.008	0.243	.633
	9.542	12.624				
<b>Ç-SDDÖ Sontest</b>	148.167	138.333				
	6.765	12.420				

Araştırma kapsamında müdahale grubuna yapılan uygulamanın EİZDÖ'nün duyguları kontrol etme alt boyutlarında müdahale grubu üzerinde anlamlı etkisinin bulunduğunu ( $p < .05$ ) göstermektedir. Yine yapılan araştırma kapsamında müdahale grubuna yapılan uygulamanın Ç-SDDÖ'nün arkadaşlardan alınan destek alt boyutunda müdahale grubu üzerinde anlamlı etkisinin bulunduğunu ( $p < .05$ ) göstermektedir.

Sonuç olarak, çalışmada elde edilen bulgular, uygulamanın kapsamlı ve genellenebilir bir etkiye sahip olmadığını; etkisinin sadece belirli alt ölçeklerle sınırlı kaldığını göstermektedir.

#### 4.4. EİZDÖ ve Ç-SDDÖ Korelasyon Analizi

Araştırma kapsamında uygulanan EİZDÖ ve Ç-SDDÖ arasındaki ilişkiyi saptamak için sonuçlar Pearson Korelasyon Analizi ile test edilmiştir. Uygulama ve analiz sonuçları Tablo 14'te yer almaktadır.

**Tablo 14:** EİZDÖ ve Ç-SDDÖ Pearson Korelasyon Analizi

<b>Pearson</b>	<b>Korelasyon</b>	<b>Arkadaşlardan</b>	<b>Aileden</b>	<b>Alınan</b>	<b>Öğretmenlerden</b>	<b>Ç-SDDÖ</b>
<b>Katsayısı (r)</b>		<b>Alınan Destek</b>	<b>Destek</b>		<b>Alınan Destek</b>	
<b>Zorluklarla Mücadele</b>		.509*	.159		.173	.450*
<b>Kişilerarası</b>		.526**	.309		.478*	.559**
<b>Yeteneklere Güvenme</b>						
<b>Duyguları</b>	<b>Kontrol</b>	.438*	.115		.174	.391
<b>Etme</b>						
<b>Yaşamı Kontrol Etme</b>		.327	.338		.175	.381
<b>Bireysel</b>	<b>Yeteneklere</b>	.311	-.120		.080	.210
<b>Güvenme</b>						
<b>Kendini Açma</b>		.380	.103		.485*	.409*
<b>EİZDÖ</b>		.654**	.305		.436*	.651**

\*\* p <.01 \* p <.05

Araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek adına öncelikle Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği ve Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirmeleri Ölçeği arasında Pearson korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Yapılan analiz sonucunda zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmeleri arasındaki ilişkinin  $r = .651^{**}$  olduğu görülmüştür. Korelasyon analizi sonucuna göre zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değişkenlerinin  $p < .01$  düzeyinde pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bireylerin zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmeleri arasında anlamlı ilişkisi bulunması, zihinsel dayanıklılıkları arttıkça sosyal destek değerlendirmelerinin de artacağını göstermektedir.

## 5. TARTIŞMA

Bu bölümde çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına dayalı sosyal hizmet müdahalesinin 12-18 yaş aralığındaki geçici koruma statüsündeki çalışan çocukların zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmelerine etkisini araştırmak amacıyla yapılan çalışmadan elde edilen sonuçlar literatür bilgileri ışığında tartışılmıştır.

Ergenler için zihinsel dayanıklılık ölçeğine ilişkin bulgulara bakıldığında çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına dayalı sosyal hizmet müdahalesinin geçici koruma statüsündeki çocukların kişilerarası yeteneklere güvenmesini etkilediği görülmüştür. Zorluklarla mücadele, duyguları kontrol etme, kendini açma, bireysel yeteneklere güvenme ve yaşamı kontrol etme alt boyutlarında müdahale ile kontrol grubunun istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmasa da sonest ortalamalarında artış gözlemlenmiştir. Çalhan (2018), eğitim sistemine dahil olan Suriyeli çocukların aldıkları eğitim ve sosyal ilişkilerinin gelişmesi sebebiyle zihinsel dayanıklılıklarının daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Bu kapsamda zihinsel dayanıklılığın hem içsel hem dışsal olarak gerçekleştiği, sosyal etkileşim ve yaşantı arttıkça zihinsel dayanıklılığın da artacağı düşünülmektedir. Kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunulmamış da olsa okul, iş ve aile yaşantılarının devam etmesi sebebiyle müdahale ve kontrol gruplarının anlamlı olarak farklılaşmadıkları düşünülmektedir. Sayan (2021), yapmış olduğu araştırmasında zorunlu göç deneyimi ve psikolojik dayanıklılık ilişkisini incelemiş olup göçmenlerin içsel ve dışsal başetme yöntemlerini kullandıkları, psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olduğu, sosyal destekleri ile de bunu güçlendirdikleri sonuçlarına ulaşmıştır. Benzer olarak Terzi (2008), bireylerin zorluklar karşısında toparlanma gücünün psikolojik dayanıklılık ve sosyal destek kavramlarından etkilendiğini belirtmektedir.

Çocuklar için sosyal destek değerlendirme ölçeğine ilişkin bulgulara bakıldığında ise çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına dayalı sosyal hizmet müdahalesinin geçici koruma statüsündeki çocukların aileden alınan destek değerlendirmesine etkisinin olduğu görülmüştür. Arkadaşlardan alınan destek ve öğretmenlerden alınan destek alt boyutlarında müdahale ile kontrol grubunun istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmasa da sonest ortalamalarında artış gözlemlenmiştir. Ölçek sonuçlarının çok düşük düzeyde olmadığı, katılımcıların Türkiye'ye hızlı bir şekilde uyum sağladıkları, yapılan görüşmeler sonucunda

katılımcıların istedikleri düzeye ulaştıkları görülmüştür. Şahin (2021), mülteci öğrencilerle gerçekleştirdiği çözüm odaklı grupla çalışması ile mülteci öğrencilerin sosyal uyumunun ve benlik saygısının anlamlı bir şekilde arttırdığını belirtmektedir. Yapılan çalışmalardan hareketle çözüm odaklı kısa terapinin hem bireysel hem grup çalışmalarında sosyal uyumu kolaylaştırıcı etkisinin olduğu düşünülmektedir.

Yapılan korelasyon analizi sonuçları ile de zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek kavramlarının ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Zihinsel dayanıklılık, insanların stresli durumlarla başa çıkma becerisi olarak tanımlanır. Sosyal destek ise, kişilerin çeşitli kaynaklardan aldığı duygusal, bilgi verici veya maddi yardım ile stresle başa çıkma yeteneğini arttıran bir faktördür. Soylu, Sağkal ve Özdemir (2022), yapmış oldukları araştırma ile öğrencilerin okul refahı için ebeveynlerinden ve sınıf arkadaşlarından aldıkları sosyal desteğin önemini ve bu süreçte zihinsel dayanıklılığın aracı rolünü ortaya koymuşlardır. Yıldız, Özmaden ve Dokuzoğlu (2022), özel yetenek sınavına giren üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal desteğin zihinsel dayanıklılık düzeylerine etkisini incelediği araştırmasında aile desteğinin öğrencilerin zihinsel dayanıklılıklarını etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Yapılan araştırmalar, zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir.

Literatüre bakıldığında Ç-SDDÖ'nün çözüm odaklı kısa terapi ile daha önce kullanılmadığı görülmüştür. Çözüm odaklı kısa terapinin ergenler ile yapılan çalışmalarda sıklıkla kullanıldığı, bireysel danışmadan çok özellikle grupla danışma şeklinde uygulandığı görülmüştür. Özbay (2017), sanal zorbalığa maruz kalan ergenlere uyguladığı 8 oturumluk psikoeğitim programı sonucunda ergenlerde psikolojik belirtilerin ve sanal mağduriyetin azaldığı bulgularına ulaşmıştır. Benzer olarak yapılan görüşmelerde katılımcıların daha çok arkadaşlık ilişkilerinde soyutlanma ve az iletişim kurma hakkında konuştukları ancak görüşmelerin son oturumlarında arkadaşlık ilişkilerinin gelişmesine yönelik adımların atıldığı ve katılımcıların istedikleri noktaya geldikleri görülmüş olup ergenlerde çözüm odaklı kısa terapinin faydalı bir yöntem olduğu görülmüştür.

Adaptasyon sürecinin kısalığı, hem fiziksel hem psikolojik iyilik halinin sağlanması açısından önem arz etmektedir. Yeni çevreye hızlı uyum sağlayamayan bireyler, kaygı, depresyon ve travma gibi sorunlar yaşama riski ile karşı karşıya kalabilir. Son dönemde yaşanan yoğun göç dalgası, göç eden toplumun göç konusundaki

farkındalığını ve hazırlıklı olmasını zorunlu kılmıştır. Toplumun bu konudaki olumlu tutumu, göçmenlerin yeni yerleşim yerlerine adaptasyon süreçlerini kolaylaştırmış olabilir. Araştırma sonuçlarına bakıldığında müdahale grubunun sönest ortalamalarında daha yüksek artış olsa dahi kontrol grubunda da artış gözlenmiştir. Ancak, kontrol grubunun da toplumsal gerçeklikte var olmaya devam etmesi, onların göç deneyimiyle baş etme becerilerini, zihinsel dayanıklılık düzeylerini ve sosyal destek değerlendirmelerini etkilediği düşünülmektedir. Bu durum, gruplar arasındaki farkın gerçek boyutunu etkilemiş olabileceğini akla getirmektedir. Daha kapsamlı sonuçlara ulaşabilmek için, ileri analizlerin yapılması gerekmektedir. Göçmenlerin yeni yerleşim yerlerine adapte olma süreçlerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi, alınabilecek önlemlerin belirlenmesine ışık tutacaktır. Karşılaştırmalı çalışmalar ile farklı müdahalelerin etkililiği değerlendirilebilir.

Kontrol grubunda yer alan kişilerin yaşam deneyimleri, eğitim seviyesi, kültürel arka planı, aile yapısı, kişilik özellikleri, stresle başa çıkma becerilerinin de zihinsel dayanıklılık düzeylerinde ve sosyal destek değerlendirmelerinde etkisinin olduğu düşünülmektedir. Kontrol grubunda gerçekleşen artışın bir diğer sebebinin ise iki ölçek arasında geçen zamanın kısa olması ve bireylerin ölçek sorularını hatırlayarak sosyal kabul edilebilirliklerini arttırmak amacıyla olumlu yanıtlar vermeye çalıştıkları düşünülmektedir. Araştırma kapsamında örneklem seçimi yapılırken kartopu örnekleme yöntemi kullanılmış olup müdahale ve kontrol grubunda olan katılımcıların bazılarının birbirini tanıyor olması ve yapılan görüşmelerdeki deneyimlerini birbirleri ile paylaşıyor olmaları da kontrol grubunun sonuçlarında artışa sebep olduğu düşünülmektedir.

Bunların yanı sıra katılımcılar ve aileleri ile kurulan iletişimin ev ortamında gerçekleşmesi ve onların yaşamının içerisine dahil olunmasının da kişilerde olumlu etkisinin gözlemlendiği; hem araştırmacı hem katılımcılar adına farklı bir deneyim oluştuğu görülmüştür. Görüşmelerin katılımcıların evinde olmasının ilk başta dezavantaj olabileceği ihtimali düşünülmüş ancak görüşme sürecinde katılımcıların kendilerini ev ortamında rahat ifade ettikleri görülmüş ve bu durum avantaj hale gelmiştir. Katılımcıların ve ailelerin alışık olmadıkları bir ortamda alışıldık bir gülümseme arayışlarını, herbirinin sevgisini ve minnetini gösterme çabasını, hem yardım etmek hem yardım edilmek adına çıkılan bir yolculukta bulunan huzuru, iple çekilen haftaları görmezden gelmek mümkün değildir. Yapılan araştırmanın sadece bulgulardan ibaret olmadığı, dokunulan kalplerin araştırmanın en güzel sonucu olduğu düşünülmektedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada, geçici koruma statüsünde bulunan çocukların zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmelerini geliştirmek için çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına dayalı sosyal hizmet müdahalesinin etkisinin olup olmadığı ortaya konmaya çalışılmıştır. Bu kapsamda kriterlere uygun olan çocuklara EİZDÖ ve Ç-SDDÖ uygulanmış, birbirine benzer demografik özelliklere ve ölçek sonuçlarına sahip olan Suriye uyruklu 12 çocuk araştırma kapsamına dahil edilmiştir.

Müdahale grubuna dahil edilen altı katılımcı ile 02.11.2022 – 12.12.2022 tarihleri arasında 7-9 günde bir ortalama 20 dk süren görüşmeler gerçekleştirilmiş olup kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Katılımcılara alfabetik sıraya göre isimler verilerek gizlilik ilkesinin korunması sağlanmıştır. Yapılan görüşmelerde çözüm odaklı kısa terapi yaklaşımına bağlı kalınmıştır. Görüşmelerde katılımcıların belirlediği konular üzerinden konuşulmuş herhangi bir yönlendirmede bulunulmamıştır.

Görüşmeler tamamlandıktan sonra EİZDÖ ve Ç-SDDÖ yeniden 12 katılımcıya uygulanmış olup müdahale sürecinin değerlendirilmesi sağlanmıştır. Müdahale sonrası elde edilen bulgulara göre EİZDÖ'nün kişilerarası yeteneklere güvenme alt boyutunda anlamlı farkın görüldüğü, diğer alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılığın bulunmadığı ancak öntest-sontest puanları kıyaslandığında sontest değerlerinin ortalamalarında artışların bulunduğu görülmüştür. Ç-SDDÖ sonuçlarında ise aileden alınan destek alt boyutunda anlamlı farkın görüldüğü, diğer alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılığın bulunmadığı ancak öntest-sontest puanları kıyaslandığında sontest değerlerinin ortalamalarında artışların bulunduğu görülmüştür.

Araştırma sonuçlarına göre genel olarak anlamlı bir farklılık bulunmasa da müdahale sürecinde yapılan gözlemler sonucunda katılımcıların sosyal ilişkilerinde daha aktif hale geldikleri, iletişim diline daha hakim oldukları ve karşılaştıkları sorunlar için daha kolay çözüm yolları ürettikleri görülmüştür. Görüşmenin başında hedeflenen değerlere katılımcıların ulaştıkları gözlemlenmiştir. Kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunmasa bile kişilerin okul, iş ve aile yaşantılarının devam ettiği göz önünde bulundurularak ölçek puanlarında artışların gözlenmesi ve bu şekilde kontrol-müdahale grupları arasında anlamlı farklılıkların çıkmadığı düşünülmektedir.

Araştırma konusu belirlenirken göç konusunda yapılan çalışmaların daha çok yaşanan sorunların ne olduğuna dair olduğu, uygulamaya yönelik çalışmaların azınlıkta olduğu farkedilmiştir. Yapılan bu çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı, göç alanında uygulamaya yönelik deneysel çalışmalara da ışık tutacağı öngörülmektedir.

Katılımcılar ile yapılan görüşmelerde kapsam kişilerin görüşmeye getirdiği sorunlarla sınırlı kalmıştır. Aynı zamanda katılımcıların Türkçe iletişim kurabilecek düzeyde Türkçe bilmelerine rağmen, görüşmenin bazı zamanlarında söylenenlerin farklı şekillerde tekrar ifade edilmesi gerekmiştir. Bundan sonra göç konusu ile ilgili yapılacak çalışmalarda bu durumun göz önünde bulundurularak değerlendirilmesi de önem arz etmektedir.

Uyum ve iletişim çalışması yapılırken bireysel görüşmelerden çok grup çalışmasının yapılmasının daha faydalı olabileceği düşünülmektedir. Özellikle örgün eğitime devam eden çocuklar için okullarda oryantasyon programlarının düzenlenmesi göç konusunun ilerleyen süreçlerde sosyal risk oluşturmaması açısından önem arz etmektedir.

Göç sonrasında yaşanan sorunların sosyal risk taşıması sebebiyle göç ile gelerek yeni yerleşim alanlarına uyum sağlamaya çalışan kişilere multidisipliner bir destek sağlanması gerekmektedir. Yerel ve toplumsal düzeyde göç konusunda çeşitli çalışmaların yapılması, sorunların çözülmesi önem arz etmektedir. Özellikle de çocuk haklarının savunularak çocuk işçiliğinin önlenmesine yönelik politikalar geliştirilmesi gerekmektedir. Bu kapsamda sosyal hizmet uzmanlarının savunuculuk, danışmanlık ve aracılık rollerini üstlenmeleri, yapılacak olan hizmetlerle bireylerin buluşturulmasında katkı sağlamaları gerekmektedir.

## KAYNAKÇA

- Aikaterini, F. (2019). Living Conditions and Health Problems of Immigrants. *American Journal of Biomedical Science & Research*, 5 (1), 1-4.
- Akbaş, S. ve Ünlütürk Ulutaş, Ç. (2018). “Küresel Fabrika Kentinin Görünmeyenİşçileri: Denizli İşgücü Piyasasında Suriyeli Göçmenler”. *Çalışma ve Toplum*, 2018 (1), 167-192.
- Akpınar, T. (2017). Türkiye’deki Suriyeli Mülteci Çocukların ve Kadınların Sosyal Politika Bağlamında Yaşadıkları Sorunlar. *Balkan ve Yakın Doğu SosyalBilimler Dergisi*, 3 (3), 16-29.
- Arslan, N. ve Akın, A. (2016). Çözüm Odaklı Kısa Süreli Grupla Psikolojik Danışmanın Lise Öğrencilerinin Akran Zorbalığına Etkisi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6 (1), 72-84.
- Atasü Topçuoğlu, R. (2014). Hayatı Değiştirmek İçin Yola Çıkanlar – Yola Çıkınca Değişen Hayatlar: Bir Müracaatçı Grubu Olarak Göçmen Çocuklar. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 25 (1), 89-107.
- Aydın, D., Şahin, N. ve Akay, B. (2017). Göç Olayının Çocuk Sağlığı Üzerine Etkileri. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hast. Dergisi*, 7 (1), 8-14.
- Başay, A. C., ve Güngör Aytar, A. (2021). Zorunlu Göçe Maruz Kalan Çocukların Psikolojik İyilik Hallerinin İncelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 9 (1), 98-119.
- Biernacki, P. ve Waldorf, D. (1981). Snowball Sampling: Problems and Techniques of Chain Referral Sampling. *Sociological methods & research*, 10 (2), 141-63.
- Berking, M., Meier, C., & Wupperman, P. (2010). Enhancing emotion-regulation skills in police officers: Results of a pilot controlled study. *Behavior Therapy*, 41 (3), 329-339.
- BoVee-Akyurek, A., Erolin, K. ve Chenail, R. (2020). Ericksonian Hypnotherapy Resemblances in Solution Focused Brief Therapy. *Contemporary FamilyTherapy*, 42 (4), 408-421.
- Buz, S. (2002). *Türkiye’deki Sığınmacıların Üçüncü Bir Ülkeye Gidiş İçin Bekleme Sürecinde Karşılaştıkları Sorunlar*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.



- Cengiz, D. (2015). Zorunlu Göçün Mekânsal Etkileri ve Yerel Halkın Algısı: Kilis Örneği. *International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10 (2), 101-122.
- Cohen, S. ve Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98 (2), 310-357.
- Çakran, Ş. ve Eren, V. (2017). Mülteci Politikası: Avrupa Birliği ve Türkiye Karşılaştırması. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14 (39), 1-30.
- Çalhan, M. (2018). Suriyeli Çocukların Eğitim Ekosistemi İçindeki Dayanıklılık İmkanları: Darıca Örneği. Doktora Tezi, Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Çelik, Y. (2018). Türkiye’de Suriyeli Çocuklara Yönelik Uygulanan Eğitim Politikalarının İncelenmesi: Tespitler, Sorunlar ve Öneriler. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- ÇSGB (2017). Çocuk İşçiliği ile Mücadele Ulusal Programı 2017-2023. TC. Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı, Ankara: Ayrıntı Basımevi.
- Danış, M. Z. ve Büber, Ö. (2018). Sosyal Hizmet Müdahalesinde Çözüm Odaklı Yaklaşım. *Kesit Akademi Dergisi*. 4 (14), 31-49.
- Dedeoğlu, S. (2016). Türkiye’de Mevsimlik Tarımsal Üretimde Yabancı Göçmen İşçiler Mevcut Durum Raporu: Yoksulluk Nöbetinden Yoksulların Rekabetine, Mevsimlik Tarım Göçü Programı (1. bs.). Ankara: Altan Matbaası.
- De Castro, S. ve Guterman, J. T. (2008). Solution-Focused Therapy for Families Coping with Suicide. *Journal of Marital and Family Therapy*, 34 (1), 93-106.
- De Jong, P., & Miller, S. D. (1995). How to Interview for Client Strengths. *Social Work*, 40 (6), 729-736.
- De Shazer, S. (1985). *Keys to Solution in Brief Therapy*. New York: W. W. Norton.
- De Shazer, S., Berg, I. K., Lipchik, E. V. E., Nunnally, E., Molnar, A., Gingerich, W. ve Weiner-Davis, M. (1986). Brief Therapy: Focused Solution Development. *Family process*, 25 (2), 207-221.
- De Shazer, S. (1988). *Clues: Investigating solutions in brief therapy*. New York: W. W. Norton & Co.
- Diener, E. ve Seligman, M. E. P. (2002). Very Happy People. *Psychological Science*, 13 (1), 81-84.
- Dolapçioğlu, S. ve Bolat, Y. (2021). The Education Issues of Syrian Students Under Temporary Protection Status. *Research in Education*, 109 (1), 1-17.

- Ergün, Ö. R. (2018). *Geçici Koruma Statüsündeki Suriyeli Çocukların Eğitim Sürecindeki Toplumsal Uyum Sorunları: Burdur Örneği*, Yüksek Lisans Tezi. Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- George, C. M. (2008). Solution-Focused Therapy: Strength-Based Counseling for Children With Social Phobia. *The Journal of Humanistic Counseling*, 47 (2), 144-156.
- González Suitt, K., Geraldo, P., Estay, M. ve Franklin, C. (2019). Solution-Focused Brief Therapy for Individuals with Alcohol Use Disorders in Chile. *Research on Social Work Practice*. 29 (1), 19-35.
- Gökler, I. (2007). Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği Türkçe Formunun Uyarlama Çalışması: Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliliği. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 14 (2), 90-99.
- Gucciardi, D. F., Gordon, S., & Dimmock, J. A. (2009). Advancing Mental Toughness Research and Theory Using Personal Construct Psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2 (1), 54-72.
- Gucciardi, D. F., Lines, R. L. J., Ducker, K. J., Peeling, P. ve Chapman, M. T. (2021). Mental Toughness as a Psychological Determinant of Behavioral Perseverance in Special Forces Selection. *Sport, Exercise and Performance Psychology*, 10 (1), 164-175.
- Henden, J. (2008). *Preventing Suicide: The Solution Focused Approach*. Chichester: Wiley.
- Jin, L., & Wang, C. D. (2018). International Students 'Attachment and Psychological Well-Being: The Mediation Role of Mental Toughness. *Counselling Psychology Quarterly*, 31 (1), 59-78.
- Jones, G. (2002). What Is This Thing Called Mental Toughness? An Investigation of Elite Sport Performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14 (3), 205-218.
- Kahya Nizam, Ö. (2017). Türkiye’de Dezavantajlılığın Mülteci Halleri: Haklardan Uzak “Hakk”a Bırakılmış Yaşamlar. *Toplum ve Demokrasi*. 11 (24), 185-200.
- Kato, T. (2015). Frequently Used Coping Scales: A Meta-Analysis. *Stress and Health*. 31 (4), 315-323.
- Kılıç, C. (2021). Sığınmacı ve Mültecilerde Psikolojik Dayanıklılık Üzerinde Sosyal Desteğin Etkisi. *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi Dergisi*. 56 (2), 1006-1020.
- Lethem, J. (2002). Brief Solution Focused Therapy. *Child and Adolescent Mental Health*. 7(4), 189-192.

- Li, Y., Solomon, P., Zhang, A., Franklin, C. ve Ji, Q. (2018). Efficacy of Solution-Focused Brief Therapy for Distress Among Parents of Children With Congenital Heart Disease in China. *Health & Social Work*. 43 (1), 30-39.
- Macdonald, A. (2011). *Solution-Focused Therapy: Theory, Research & Practice*. Los Angeles, CA: Sage.
- McGeown, S., Putwain, D., St. Clair-Thompson, H. ve Clough, P. (2017). Understanding and Supporting Adolescents' Mental Toughness in an Education Context. *Psychology in the Schools*, 54 (2), 196-209.
- McGeown, S., St. Clair-Thompson, H. ve Putwain, D. (2018). The Development and Validation of a Mental Toughness Scale for Adolescents. *Journal of Psychoeducational assessment*, 36 (2), 148-161.
- Molnar, A. ve Shazer, S. (1987). Solution-Focused Therapy: Toward the Identification of Therapeutic Tasks. *Journal of Marital and Family Therapy*. 13 (4), 349-358.
- Murdock, N. L. (2013). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları* (2. bs). Çev. Füsün AKKOYUN. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- O'Hanlon, W. H. ve Weiner-Davis, M. (2003). *Solution Oriented Therapy for Chronic and Severe Mental Illness*. New York: Norton.
- Özbay, A. (2017). *Sanal Zorbalığa Maruz Kalan Ergenlerin Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi Yönelimli Psikoeğitim Programının Psikolojik Belirtiler ve Sanal Mağduriyete Etkisi*. Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Özçürümez, S., Hoxha, J. ve Akdemir Kurfalı, M. (2021). Toplumsal Bütünleşme ile Yerleşke Dönüşümü İlişkisi: Türkiye'ye Zorunlu Göçle Gelenler ve Barınma Deneyimi. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 76 (1), 129 – 164
- Öztürk Çopur, E. (2019). *Çözüm Odaklı Kısa Süreli Yaklaşımın Akran Zorbalığı ile Baş Etme Becerileri Üzerine Etkisinin Belirlenmesi*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Pala, F. (2021). Göç ile Gelen Öğrencilerin Eğitim Sorunlarına İlişkin Öğretmen Görüşleri. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (AUJEF)*, 5 (4), 347-365.
- Papageorgiou, K. A., Wong, B., ve Clough, P. J. (2017). Beyond Good and Evil: Exploring the Mediating Role of Mental Toughness on the Dark Triad of Personality Traits. *Personality and Individual Differences*, 119, 19-23.
- Polat, G. (2007). İç Göçün Çocuk Ruh Sağlığına Etkisi ve Sosyal Hizmet Müdahalesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 18 (1), 89-106.

- Rose, N. N. ve Ishak, A. S. (2019). Emotional Coping Through Solution Focused Counselling Therapy: Case Study Of Psychological Distressed Women. *Asian Social Work Journal*, 4 (3), 23-34.
- Sağar, M. E. (2022). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığı Üzerinde Çözüm Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Etkisi. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 13 (1), 103-117.
- Sağlam Şener, T. ve Arlıoğlu H. (2022). Sosyal Afet Olarak Göç Olayının Çocuk Sağlığı Üzerine Etkileri. *Hastane Öncesi Dergisi*, 7 (1), 95-107.
- Sağkal, A. S. (2019). Direct and Indirect Effects of Strength-Based Parenting on Adolescents 'School Outcomes: Exploring the Role of Mental Toughness. *Journal of Adolescence*, 76, 20-29.
- Sallan Gül, S., Türkmen, E. ve Kahya Nizam, Ö. (2019). Türkiye'de Emeğin En Savunmasız Hali: Şanlıurfa'da Suriyeli Mülteci Çocuk İşçi Olmak. *Çalışma ve Toplum*. 2 (61), 917-940.
- Santrock, J. W. (2012). *Yaşam Boyu Gelişim*. Çev. Galip YÜKSEL. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Sarıtaş, E., Şahin, Ü. ve Çatalbaş, G. (2016). İlkokullarda Yabancı Uyruklu Öğrencilerle Karşılaşılan Sorunlar. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25 (1), 208-229.
- Sayan, K. (2021). *Zorunlu Göç Deneyimi ve Psikolojik Dayanıklılık İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Simonnot, N. ve Chauvin, P. (2018). Health Problems in Migrating Children. *Padiatrie and Padologie*. 53 (1), 11-16.
- Siyez, D. M. ve Tan Tuna, D. (2014). Lise Öğrencilerinin Öfke Kontrolü ve İletişim Becerilerinde Çözüm Odaklı Psiko-Eğitim Programının Etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 5 (41), 11-22.
- Sorias, O. (1988). Sosyal Destek Kavramı. *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 27 (1), 353-357.
- Soylu, Y., Sağkal, A.S. ve Özdemir, Y. (2019). Ergenler için Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği: Türkçe Uzun ve Kısa Formun Psikometrik Özellikleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 20 (1), 322-334.
- Soylu, Y.; Sağkal, A. S. ve Özdemir, Y. (2022). The Effects of Parent-Classmate-Teacher Support on Early Adolescents' School Mental Health: The Mediating Role of Mental Toughness. *Contemporary School Psychology*, 26 (2), 225-234.

- Staudt, M., Howard, M. O., ve Drake, B. (2001). The Operationalization, Implementation, and Effectiveness of the Strengths Perspective: A Review of Empirical Studies. *Journal of Social Work Research*, 27 (3), 1-21.
- Şahin, F. (2001). Sosyal Hizmette Güçler Perspektifi ve Çözüm Odaklı Mülakat. *Aile ve Toplum*, 4 (1), 59-72.
- Şahin, Y. (2021). *Çözüm Odaklı Grupla Çalışmanın Mülteci Öğrencilerin Sosyal Uyum ve Benlik Saygısı Düzeylerine Etkisi*. Doktora Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Şanal Karahan, F. (2016). *Üniversite Öğrencilerinde Çözüm Odaklı Düşünmenin Depresyon, Anksiyete, Stres ve Psikolojik İyi Oluş ile İlişkisi*. Doktora Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Şener, D. ve Ocakçı, A. (2014). Yoksulluğun Çocuk Sağlığı Üzerine Çok Boyutlu Etkileri. *Ankara Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 1, 57- 68.
- Takır, A. ve Özerem, A. (2019). Göçle Gelen Yabancı Uyruklu Öğrencilerin Okul Ortamında Karşılaştıkları Sorunlar. *Folklor/Edebiyat Dergisi*, 25 (97-1), 659-678.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3 (29), 1-11.
- Topsakal, C., Merey, T. ve Keçe, M. (2013). Göçle Gelen Ailelerin Çocuklarının Eğitim-Öğrenim Hakkı ve Sorunları Üzerine Nitel Bir Çalışma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 6 (27), 539-553.
- Tuncay, T. (2009). *Genç Kanser Hastalarının Hastalık Deneyimlerinin Güçlendirme Yaklaşımı Temelinde Analizi: Bir Model Önerisi*. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Türkay, M. (2016). *Çocukların Sorunları*. Ankara: Savaş, Göç ve Sağlık, Türk Tabipleri Birliği Yayınları.
- Uluocak, G. P. (2009). İç Göç Yaşamış ve Yaşamamış Çocukların Okulda Uyumunu. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26, 35-44.
- UNHCR (2022). Mülteci Veri Bulucu. Erişim Tarihi: 08.01.2023 <https://www.unhcr.org/refugee-statistics/download/?url=DKz5E6>.
- UNICEF. (2007). Çocuk Hakları ve Gazetecilik Uygulamaları Hak Temelli Perspektif. *Unicef Dublin Teknoloji Enstitüsü*.

- Uysal, R. (2014). *Çözüm Odaklı Kısa Süreli Yaklaşımına Dayalı Bir Müdahale Programının Ergenlerde Risk Alma Davranışına Etkisi*. Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Yağcı, S. ve Duyan, V. (2020). *Çözüm Odaklı Terapi*. Ankara: Pusula Yayınevi.
- Yetim, O. (2021). *Suriyeli Göçmen Ergenlerde Travma, Benlik Saygısı, Psikolojik Dayanıklılık ve Psikiyatrik Belirti İlişkisinin Değerlendirilmesi*. Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniversitesi: Ankara.
- Yıldırım, K., Aykaç N. ve Okçu, S. T. (2019). Yaratıcı Drama ve Resimli Çocuk Kitapları: Kültürlerarası Duyarlılığı Geliştirmek için Örnek Bir Uygulama. *Yaratıcı Drama Dergisi*, 14 (1), 55-72.
- Yıldız, Y.; Özmaden, M. ve Dokuzoğlu, G. (2022). Özel Yetenek Sınavına Giren Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Desteğin Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerine Etkisi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5 (4), 823-833.
- Zengin, O. (2015). *Çözüm Odaklı Kısa Terapi Yaklaşımına Dayalı Sosyal Hizmet Müdahalesinin Kronik Böbrek Yetmezliği Hastalarının Psikososyal Uyum Düzeylerine Etkisi*. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Zengin, O. (2021). *Felsefesi, Teknikleri ve Uygulama Örnekleriyle Çözüm Odaklı Kısa Terapi*. İstanbul: Efe Akademi Yayınları.
- Zengin, O. (2023). Çözüm Odaklı Kısa Terapi. Zengin, O. & Oral, M. (Eds.). Vaka Örnekleriyle Sosyal Hizmet Uygulama Modelleri (pp. 79-92). Nobel Yayınları.
- Zubaroglu Yanardağ, M. ve Özmete E. (2020). Çözüm Odaklı Sosyal Hizmet Müdahalesinin Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluk ve Stres Düzeylerine Etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7 (1), 42-66.

## TABLÖLAR LİSTESİ

<b>Tablo 1:</b> Türkiye’deki Yabancı Uyruklu Kişi Sayısı 2022 Yılı Verileri .....	17
<b>Tablo 2:</b> Müdahale Grubunda Yer Alan Katılımcılara Ait Tanıtıcı Bilgiler .....	46
<b>Tablo 3:</b> Kontrol Grubunda Yer Alan Katılımcılara Ait Tanıtıcı Bilgiler.....	47
<b>Tablo 4:</b> Müdahale ve Kontrol Grubuna Uygulanan Deneysel İşlem .....	52
<b>Tablo 5:</b> Müdahale Öncesi EİZDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular.....	54
<b>Tablo 6:</b> Müdahale Sonrası EİZDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular.....	55
<b>Tablo 7:</b> Müdahale Grubuna Ait EİZDÖ Öntest-Sontest Sonuçlarına İlişkin Bulgular .....	56
<b>Tablo 8:</b> Kontrol Grubuna Ait EİZDÖ Öntest-Sontest Sonuçlarına İlişkin Bulgular	58
<b>Tablo 9:</b> Müdahale Öncesi Ç-SDDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular.....	59
<b>Tablo 10:</b> Müdahale Sonrası Ç-SDDÖ Sonuçlarına İlişkin Bulgular .....	59
<b>Tablo 11:</b> Müdahale Grubuna Ait Ç-SDDÖ Öntest-Sontest Sonuçlarına İlişkin Bulgular .....	60
<b>Tablo 12:</b> Kontrol Grubuna Ait Ç-SDDÖ Öntest-Sontest Sonuçlarına İlişkin Bulgular .....	61
<b>Tablo 13:</b> Müdahale ve Kontrol Grubunun EİZDÖ ve Ç-SDDÖ’den Aldıkları Puanlara Göre Yapılan İki Yönlü Varyans Analizi.....	62
<b>Tablo 14:</b> EİZDÖ ve Ç-SDDÖ Pearson Korelasyon Analizi.....	64

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Çözüm Odaklı Kısa Terapide İlk Görüşme.....	50
Şekil 2: Çözüm Odaklı Kısa Terapide İkinci ve Diğer Görüşmeler.....	51



## EKLER

### Ek 1: Katılımcı Bilgi Formu

#### KATILIMCI BİLGİ FORMU

Bu araştırma Karabük Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalında gerçekleştirilmekte olan yüksek lisans çalışması kapsamında yürütülmektedir. Araştırmaya katılım zorunlu olmamakla birlikte çocukların göç sonrasında yaşadıkları uyum sorunlarının en aza indirgenmesini sağlamak açısından katılımınız önem arz etmektedir. Aşağıda yer alan sorulara size en uygun cevapları vermeniz gerekmektedir. Vereceğiniz bilgiler sadece bilimsel amaçlı kullanılacaktır.

Merve Elifnur GÜLBÜZ

Ad Soyad:Tarih:

1. Cinsiyetiniz nedir?	( ) Kız ( ) Erkek
2. Yaşınız nedir?	
3. Kaçınıcı sınıfta eğitim görüyorsunuz?	
4. Ne zamandan beri Türkiye’desiniz?	.....Ay ..... Yıl
5. Kimlerle birlikte yaşıyorsunuz?	
6. Yaşadığınız evde kimler çalışıyor?	
7.Ne iş yaparak ailenizin geçimini destekliyorsunuz/sağlıyorsunuz?	
8. Aylık ortalama geliriniz ne kadar?	
9. Yaşadığınız evde sağlık problemi olan bireyler var mı?	( ) Var ( ) Yok Varsa Kimler? Belirtiniz..... ..... .....
10. Herhangi bir yardım alıyor musunuz? Cevabınız ‘Evet’ ise nereden yardım alıyorsunuz?	( ) Evet ( ) Hayır ( ) Komşu ( ) Akraba ( ) STK ( ) Belediye ( ) SYDV

	Diğer (Belirtiniz)..... ..... .....
11. Türkiye'ye uyum sağlayabildiğinizi düşünüyor musunuz? Cevabınız 'Hayır' ise sebebini açıklar mısınız?	( ) Evet ( ) Hayır ..... ..... ..... .....
12. Türkçe konuşmanı nasıl değerlendirirsin?	( ) Çok iyi ( ) İyi ( ) Orta ( ) Kötü ( ) Çok kötü ( ) Konuşamıyorum
13. Türkçe yazmanı nasıl değerlendirirsin?	( ) Çok iyi ( ) İyi ( ) Orta ( ) Kötü ( ) Çok kötü ( ) Yazamıyorum
14. Aileniz ile ilişkilerinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?	( ) Çok iyi ( ) İyi ( ) Orta ( ) Kötü ( ) Çok kötü
15. Arkadaşlarınız ile ilişkilerinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?	( ) Çok iyi ( ) İyi ( ) Orta ( ) Kötü ( ) Çok kötü
16. Öğretmenleriniz ile ilişkilerinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?	( ) Çok iyi ( ) İyi ( ) Orta ( ) Kötü ( ) Çok kötü

## Ek 2: Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği

### Çocuk Ve Ergenler İçin Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği

1: hiçbir zaman, 2: nadiren, 3: bazen, 4: çoğu zaman, 5: her zaman

	1	2	3	4	5
1. Arkadaşların tarafından dışlandığını hisseder misin?					
2. Arkadaşların tarafından sevilir misin?					
3. Arkadaşların sana satışı ya da takırlar mı?					
4. Arkadaşların seninle alay ederler mi?					
5. Arkadaşların senin düşüncelerini dinlemekten hoşlanır mı?					
6. Sen ve arkadaşların birbiriniz için çok şey yapar mısınız?					
7. Kendini arkadaşlarına çok yakın hisseder misin?					
8. Sorunların olduğunda yardım ya da öneri almak için arkadaşlarına güvenir misin?					
9. Sence, arkadaşların sana önem verir mi?					
10. Arkadaşların kendini kötü hissetmene neden olur mu?					
11. Sorunların olduğunda yardım ya da öneri almak için ailenle güvenir misin?					
12. Sen ve ailen birbiriniz için çok şey yapar mısınız?					
13. Ailen, kendini kötü hissetmene neden olur mu?					
14. Ailenle çok şey paylaşır mısınız?					
15. Ailenle konuşmakta zorluk çeker misin?					
16. Onlara ihtiyacın olduğunda, ailenin senin yanında olduğunu hisseder misin?					
17. Ailen tarafından dışlandığını hisseder misin?					
18. Ailen, senin düşüncelerini görmezden gelir mi?					
19. Kendi ailen içinde önemli bir yere sahip misin?					
20. Sence, ailen sana önem verir mi?					
21. Kendini ailenin bir parçası gibi hisseder misin?					
22. Ailenin sana kötü davrandığını düşünür müsün?					
23. Kendini sınıfının bir parçası gibi hissediyor					
24. Sınıfın tarafından dışlandığını hisseder misin?					
25. Sınıfında hiç kimsenin sana değer vermediğini hisseder misin?					
26. Sınıf arkadaşların tarafından çok sevilir misin?					
27. Sınıfında, çocuklar birbirleri için çok şey yaparlar mı?					
28. Sınıf arkadaşların, seninle alay ederler mi?					

29. Sınıf arkadaşların, sorunların olduğunda sana yardım ederler mi?					
30. Sınıf arkadaşların sana satışı ya da takılırlar mı?					
31. Sınıf arkadaşların kendini kötü hissetmene neden olur mu?					
32. Kendini öğretmenlerine çok yakın hisseder misin?					
33. Öğretmenlerin, kendini yetersiz hissetmene neden olur mu?					
34. Öğretmenlerinle konuşmakta zorluk çeker misin?*					
35. Öğretmenlerin sana önem verir mi?					
36. Senin öğretmenlerinden, herhangi bir sorun olduğunda, rahatlıkla yardım ya da öneri istenebilir					
37. Öğretmenlerin sana karşı kötü davranır mı?					
38. Öğretmenlerin sana kendini önemli hissettirir mi?					
39. Öğretmenlerin, senin kendini kötü hissetmene neden olur mu?					
40. Öğretmenlerin sana özel görevler verirler mi?					
41. Öğretmenlerin, senin kendini tedirgin (huzursuz) hissetmene neden olurlar mı?					

### Ek 3: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık leği

#### Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık leği

1: kesinlikle katılmıyorum, 2: katılmıyorum, 3: katılıyorum, 4: kesinlikle katılıyorum

	1	2	3	4
1. Zorlayıcı Şeyleri denemek her zaman iyidir.				
2. Yeni ve zorlayıcı görevleri denemekten mutlu olurum.				
3. Zorluklar potansiyelimi açığa çıkarır.				
4. Tanımadığım insanlarla bir aradayken gergin olurum.				
5. Sosyal ortamlarda kendime güvenirim.				
6. Başka insanların önünde konuşurken kendime güvenirim.				
7. Yeteneklerime güvenirim.				
8. Genellikle, yeteneklerime güvenmem.				
9. Genellikle, yeteneklerime güvenirim.				
10. Bazen duygularım (rneğin; öfke, üzüntü, endiŐe) beni kontrol altına alır.				
11. Öfkemi/üzüntümü/stresimi durdurmak benim için zordur.				
12. Olumsuz duyguları yönetmekte iyiyimdir (rneğin; öfke, üzüntü, endiŐe).				
13. Eğer çok çalışırsam, geleceğim nasıl olmasını istiyorsam öyle olabilir.				
14. Gelecek yaŐantımda ne olacağını kontrol edemem.				
15. YaŐamımda olan her Őeyin benim kontrolmde olduğunu hissederim.				
16. Baskı altında olduğumda pes ederim.				
17. Çoğu Őeyi yarım bırakırım.				
18. Zorluklarla karŐılaŐtıđımda, genellikle vazgeçerim.				

## **Ek 4: Aydınlatılmış Onam Formu (Katılımcı)**

### **“Çözüm Odaklı Kısa Terapi Yaklaşımına Dayalı Sosyal Hizmet Müdahalesinin Geçici Koruma Statüsündeki Çocukların Zihinsel Dayanıklılık ve Sosyal Destek Değerlendirmelerine Etkisi” Başlıklı Araştırma İçin Aydınlatılmış Onam Formu**

#### **Araştırmacının Açıklaması**

“Çözüm Odaklı Kısa Terapi Yaklaşımına Dayalı Sosyal Hizmet Müdahalesinin Geçici Koruma Statüsündeki Çocukların Zihinsel Dayanıklılık ve Sosyal Destek Değerlendirmelerine Etkisi” adlı bir araştırma yapmaktayız. Sizin bu araştırmaya katılmanız ve verdiğiniz yanıtlar bizim için önemli ve değerlidir. Ancak bu araştırmaya katılıp katılmamakta serbestsiniz. Araştırmaya katılmanız konusunda anne ya da babanızdan da izin alınacaktır. Anne ve babanız araştırmaya katılmanız konusunda izin verseler bile siz araştırmaya katılmak istemediğiniz takdirde araştırmaya alınmayacaksınız. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Araştırma esnasında toplanan bilgiler kesinlikle bir başkasıyla paylaşılmayacak olup, araştırma sonuçları sadece eğitim ve bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Araştırmaya katılmayı reddetmeniz eğitim ve çalışma hayatınıza herhangi bir zarar vermeyecektir. Kararınızdan önce araştırma hakkında sizi bilgilendirmek istiyoruz. Bu bilgileri okuyup anladıktan sonra araştırmaya katılmak isterseniz formun altında yer alan “Araştırmaya katılmak istiyorum” kutucuğunu işaretleyiniz. Bu araştırmayı yapmak istememizin nedeni, yaşadığımız ülkeden başka bir yere yerleştiğinizde karşılaştığınız zorlukları anlayarak uyum sağlamanızı kolaylaştırma noktasında çözüm yollarını incelemektir. Ailenizin geçimini sağlamak ya da onlara destek olmak için çalışmak zorunda olduğunuzu biliyoruz. Bu çalışma süreci aynı zamanda eğitiminize devam ediyor olmanız uyum sağlamanızı zorlaştırıyor olabilir. Yüklendiğiniz bu sorumlulukların içinde bazen çıkış yolları bulmakta güçlük çekiyor olabilirsiniz. Bu çalışmada sorumluluklarınızı birlikte yüklenip içinden çıkamadığınız durumları konuşarak nasıl başedebileceğimiz hakkında görüşmeler yapacağız. Bu nedenle bu çalışmaya katılımınız araştırmanın başarısı için önemlidir.

Araştırmaya katılmayı kabul ederseniz araştırmacı Merve Elifnur GÜLBÜZ tarafından yanıtlanmanız için size bir adet bilgi formu ve iki adet ölçek formu verilecektir. Bilgi formunda yaşıңыз, ne kadar süre önce Türkiye'ye geldiğiniz, kimlerle birlikte yaşadığınız, kaçınıcı sınıfta eğitim gördüğünüz gibi sorular yer almaktadır. Ölçek formlarında ise zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmelerinize ilişkin sorular bulunmaktadır. Araştırmayı kabul ettiğiniz takdirde sizden bu anket ve ölçek formlarını doldurmanız ve 6 hafta sürecek görüşmelere katılmanız istenecektir. Bu görüşmeler bireysel olarak gerçekleştirilecektir. Görüşmeler haftada bir gün ve 45 dakika sürecek toplam 6 görüşme olarak yapılacaktır. Görüşmenin yapılacağı gün ve saate siz ve araştırmacı tarafından ortak olarak belirlenecektir. Bu çalışmaya katılmanız için sizden herhangi bir ek ücret istenmeyecektir. Çalışmaya katılmanız için size ek bir ödeme de yapılmayacaktır. Bu çalışmaya katılmayı reddedebilirsiniz. Bu araştırmaya katılmak tamamen isteğe bağlıdır.

#### **Katılımcının Beyanı:**

Sayın Merve Elifnur GÜLBÜZ tarafından bir araştırma yapılacağı belirtilerek bu araştırma ile ilgili yukarıdaki bilgiler bana aktarıldı. Bu bilgilerden sonra böyle bir araştırmaya “katılımcı” olarak davet edildim. Bu araştırmaya katılırsam araştırmacı ile aramda kalması gereken bana ait bilgilerin gizliliğine bu araştırma sırasında da büyük özen ve saygı ile yaklaşılacağına inanıyorum. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Araştırma için yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir sorumluluk altına girmiyorum. Bana da araştırmaya katıldığım için ek bir ödeme yapılmayacaktır. Bu araştırmaya katılmak zorunda değilim ve katılmayabilirim. Araştırmaya katılmam konusunda zorlayıcı bir davranışla karşılaşmış değilim. Eğer katılmayı reddedersem, bu durumun eğitim hayatıma ve çalışma hayatıma herhangi bir zarar getirmeyeceğini de biliyorum. Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Kendi başıma belli bir düşünme süresi sonunda adı geçen bu araştırma projesinde “katılımcı” olarak yer alma kararını aldım. Bu konuda yapılan daveti büyük bir memnuniyet ve gönüllülük içerisinde kabul ediyorum.

İmzalı bu form kâğıdının bir kopyası bana verilecektir.

**Araştırmaya katılmak istiyorum. ( )**

## **Ek 5: Aydınlatılmış Onam Formu (Katılımcının Ailesi)**

### **“Çözüm Odaklı Kısa Terapi Yaklaşımına Dayalı Sosyal Hizmet Müdahalesinin Geçici Koruma Statüsündeki Çocukların Zihinsel Dayanıklılık ve Sosyal Destek Değerlendirmelerine Etkisi” Başlıklı Araştırma İçin Aydınlatılmış Onam Formu**

#### **Araştırmacının Açıklaması**

“Çözüm Odaklı Kısa Terapi Yaklaşımına Dayalı Sosyal Hizmet Müdahalesinin Geçici Koruma Statüsündeki Çocukların Zihinsel Dayanıklılık ve Sosyal Destek Değerlendirmelerine Etkisi” adlı bir araştırma yapmaktayız. Çocuğunuzun bu araştırmaya katılması ve verdiği yanıtlar bizim için önemli ve değerlidir. Ancak bu araştırmaya katılıp katılmama konusunda serbesttir. Araştırmaya katılması konusunda çocuğunuzdan da izin alınacaktır. Çocuğunuz araştırmaya katılma konusunda gönüllü olsa bile siz izin vermediğiniz takdirde araştırmaya alınmayacaktır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Araştırma esnasında toplanan bilgiler kesinlikle bir başkasıyla paylaşılmayacak olup, araştırma sonuçları sadece eğitim ve bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Araştırmaya katılmayı reddetmeniz çocuğunuzun eğitim hayatınıza ve çalışma hayatına herhangi bir zarar vermeyecektir. Kararınızdan önce araştırma hakkında sizi bilgilendirmek istiyoruz. Bu bilgileri okuyup anladıktan sonra çocuğunuzun araştırmaya katılmasına izin vermek isterseniz formun altında “Çocuğum araştırmaya katılmasında bir sakınca yoktur” kutucuğunu işaretleyiniz. Bu araştırmayı yapmak istememizin nedeni, yaşadığımız ülkeden başka bir yere yerleştiğinizde karşılaştığımız zorlukları anlayarak çocuğunuzun uyum sağlamanızı kolaylaştırma noktasında çözüm yollarını incelemektir. Ailenizin geçimini sağlamak ya da ailenize destek olmak için çocuklarınızın çalışmak zorunda olduğunuzu biliyoruz. Bu çalışma süreci aynı zamanda eğitimlerine devam ediyor olmaları çocuğunuzun uyum sağlamasını zorlaştırıyor olabilir. Yüklendikleri bu sorumlulukların içinde bazen çıkış yolları bulmakta güçlük çekiyor olabilirler. Bu çalışmada çocukların sorumluluklarını birlikte yüklenip içinden çıkamadıkları durumları konuşarak nasıl başedebilecekleri hakkında görüşmeler yapacağız. Bu nedenle bu çalışmaya çocuğunuzun katılımı araştırmanın başarı için önemlidir.



Çocuğunuzun araştırmaya katılmasını kabul ederseniz araştırmacı Merve Elifnur GÜLBÜZ tarafından yanıtlanması için bir adet bilgi formu ve iki adet ölçek formu verilecektir. Bilgi formunda yaş, ne kadar süre önce Türkiye'ye geldiği, kimlerle birlikte yaşadığı, kaçınıcı sınıfta eğitim gördüğü gibi sorular yer almaktadır. Ölçek formlarında ise zihinsel dayanıklılık ve sosyal destek değerlendirmelerinize ilişkin sorular bulunmaktadır. Araştırmayı kabul ettiğiniz takdirde çocuğunuzun bu anket ve ölçek formlarını doldurması ve 6 hafta sürecek bu görüşmeler bireysel olarak gerçekleştirilecektir. Görüşmeler haftada bir gün ve 45 dakika sürecek toplam 6 görüşme olarak yapılacaktır. Görüşmenin yapılacağı gün ve saat çocuğunuz ve araştırmacı tarafından ortak olarak belirlenecektir. Bu çalışmaya çocuğunuzun katılması için sizden herhangi bir ek ücret istenmeyecektir. Çalışmaya katılması için size ek bir ödeme de yapılmayacaktır. Bu çalışmaya çocuğunuzun katılmasını reddedebilirsiniz. Bu araştırmaya katılmak tamamen isteğe bağlıdır. Katılımcının Beyanı:

Sayın Merve Elifnur GÜLBÜZ tarafından bir araştırma yapılacağı belirtilerek bu araştırma ile ilgili yukarıdaki bilgiler bana aktarıldı. Bu bilgilerden sonra böyle bir araştırmaya “çocuğum katılımcı” olarak davet edildi. Bu araştırmaya çocuğum katılırsa araştırmacı ile arasında kalması gereken çocuğuma ait bilgilerin gizliliğine bu araştırma sırasında da büyük özen ve saygı ile yaklaşılabacağına inanıyorum. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında çocuğumun kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Araştırma için yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir sorumluluk altına girmiyorum. Bana da bir ödeme yapılmayacaktır. Çocuğum bu araştırmaya katılmak zorunda değil ve katılmayabilir. Çocuğumun araştırmaya katılması konusunda zorlayıcı bir davranışla karşılaşmış değilim. Eğer çocuğumun araştırmaya katılmasını reddedersem, bu durumun çocuğumun eğitim hayatına ve çalışma hayatına herhangi bir zarar getirmeyeceğini de biliyorum. Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Kendi başıma belli bir düşünme süresi sonunda adı geçen bu araştırma projesinde “çocuğumun katılımcı” olarak yer alma kararını aldım. Bu konuda yapılan daveti büyük bir memnuniyet ve gönüllülük içerisinde kabul ediyorum.

Bu form kâğıdının bir kopyası bana verilecektir.

**Çocuğumun araştırmaya katılmasında bir sakınca yoktur. ( )**

## Ek 6: Çözüm Odaklı Kısa Terapiye Dayalı Sosyal Hizmet Müdahalesi Örnek Görüşme

Müracaatçının Adı: Müracaatçı 5

Görüşme No: 1

Tarih: 02.11.2022

Görüşme Süresi: 18 dakika

Müracaatçı Hakkında Kısa Bilgi: 16 yaşında lise 2. Sınıf öğrencisidir. Annesi ile akrabalarının aracılığı ile 8 ay önce Suriye’den Türkiye’ye gelmiştir. Babası, bomba patlaması sonucu 4 yıl önce vefat etmiştir. Tek çocuk olduğunu, çoğu akrabasının farklı ülkelere gittiklerini, bu sebeple kendilerinin de Türkiye’ye yerleştiklerini ifade etmiştir. Sosyal uyum yardımı, eğitim, aile ve kumanya yardımından faydalandıklarını, akrabalarından da düzenli olarak her ay 100 dolar destek aldıklarını ifade etmiştir. Yazın bir pastanede haftanın 6 günü çalıştığını, halen aynı pastanede hafta sonları yoğun olan saatlerde saati 20 TL karşılığında çalıştığını, annesinin evde ekmek yapıp sattığını ifade etmiştir. Türkiye’ye uyum düzeyini orta düzeyde, Türkçe konuşmasını orta düzeyde, Türkçe yazmasını kötü düzeyde, aile ilişkilerini çok iyi düzeyde, arkadaş ilişkilerini kötü düzeyde ve öğretmenleri ile ilişkilerini kötü düzeyde olarak değerlendirmiştir.

Müracaatçı 5’e müdahale öncesi Ç-SDDÖ ve EİZDÖ uygulanmış olup ölçek sonuçlarına dair puanlar aşağıda bulunan tabloda yer almaktadır.

Uygulanan Ölçek	Alt Boyutu	Ölçekten Alınan Puan
Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği (SDDÖ)	Arkadaş Desteği	39
	Aile Desteği	56
	Öğretmen Desteği	22
	<b>SDDÖ Genel Puan</b>	<b>117</b>
Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (EİZDÖ)	Zorluklarla Mücadele	8
	Kişilerarası Yeteneklere Güvenme	4
	Bireysel Yeteneklere Güvenme	9
	Duyguları Kontrol Etme	6
	Yaşamı Kontrol	8
	Kendini Açma	7
	<b>EİZDÖ Genel Puan</b>	<b>42</b>

Görüşme Planı: Çözüm odaklı kısa terapi, çözüme kısa sürede ulaşmayı hedeflemesi sebebiyle her seans son seans gibi düşünülmektedir. İlk seansta terapötik bir iletişim kurularak tüm seanslar boyunca terapötik iş birliğinin canlı tutulması sağlanmalıdır. Müracaatçı 5 ile yapılan ilk görüşmede öncelikle yaşanan sorunların ifade edilmesi üzerine çalışma yapılacaktır. Daha sonra Müracaatçı 5'in terapi sürecinden beledikleri hakkında konuşulacak ve terapi hedefi oluşturulacaktır. Terapi hedefi oluşturulurken:

-Hedefi küçük adımlara bölme,

-Hedefi davranışsal terimlerle ifade etme,

-Hedefi olumlu ifadelerle tanımlama,

-Hedefi gerçekçi bir şekilde tanımlama aşamaları kullanılacaktır. Bu şekilde çözüm oluşturma süreci başlatılacaktır. Çözüm oluşturma sürecinde ise:

-Mucize soru kullanılarak Elif'in terapi hedefini netleştirmesi ve gelecek ile ilgili isteklerini keşfetmesi, motive olması,

-İstisna soru kullanılarak sorunun olmadığı zamandaki farklılıkların belirlenmesi,

-Çözüme ulaşmak için küçük ilerlemeleri belirlemek ve çözüme ulaşmanın imkânsız olmadığını gösterebilmek adına derecelendirme sorularının kullanılması,

-Problemlerle bir durum ile karşılaştığında bununla nasıl başa çıktığı sorularla güçlü yönlerine odaklanması ve bu kapsamda övgüde bulunulması,

-Bir sonraki seans için hedef oluşturulması ve bu kapsamda gerçekleştirebileceği ödevler verilmesi hedeflenmektedir.

SÜREÇ	TEKNİK
<p><b>Uzman:</b> Bu görüşmede sizce ne hakkında konuşmamız yararlı olur?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Türkiye ye taşınmamız olabilir.</p> <p><b>Uzman:</b> Türkiye ye taşınma konusunda peki neyi konuşmak sizi mutlu eder?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Sekiz aydır buradayım hala tam olarak alışamadım. Evimi çok özleyorum. Türkiye ye alışmak istiyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Türkiye ye alıştığınızı nasıl anlarsınız?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Türkçe yi çok iyi konuştuğumda olabilir. Arkadaşlarım olduğunda.</p> <p><b>Uzman:</b> Başka?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> İnsanların bana farklı bakmadığında olabilir.</p> <p><b>Uzman:</b> Farklı derken?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Konuşmuyorlar benimle.</p> <p><b>Uzman:</b> Konuşmayanlar kim peki? Okuldan mı, çalıştığın pastaneden mi komşulardan mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Hepsi ama en çok okuldaki arkadaşlarım.</p> <p><b>Uzman:</b> Şimdi size bir soru soracağım. Bir sabah uyandınız ve mucize olmuş. Hayatınızda her şey istediğiniz gibi ve çok mutlusunuz. Bu mucizeyi ilk nasıl farkederdiniz, hayatınızda ne değiştirdi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Bir mucize olsaydı babamın hayatta olmasını isterdim. Eski evimde, eski arkadaşlarımla olurdu.</p> <p><b>Uzman:</b> Babanızı ve evinizi, eski yaşantınızı özleyorsunuz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet hem de çok.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki şu anki yaşantınıza odaklanalım. Şimdi yaşadığınız evde, Türkiye de bu mucize olsa neler değiştirdi? Mucizeyi size ne gösterirdi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Arkadaşlarım olurdu. Okula giderken mutlu olurdu. Şimdi öyle değil.</p> <p><b>Uzman:</b> Başka neler olurdu?</p>	<p>Görüşme amacının belirlenmesi</p> <p>Mucize soru kullanımı</p>

<p><b>Müracaatçı:</b> Çalıştığım pastanede çoğunu seviyorum. Ama hepsi benden büyük. Mutfakta çalışıyorum. Çalışmak zorundayım çünkü paramız yok. Annem hiç Türkçe bilmiyor. Sadece o çalışsa biz Türkiye de yaşayamayız. Çalışmak zorunda kalmadan sadece okula gitmek isterdim.</p> <p><b>Uzman:</b> Okula giderken mutlu değilsiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yani aslında okula gittiğim için mutluyum. Ama sıra arkadaşım var ismi Mehtap. Onun dışında konuştuğum çok kimse yok.</p> <p><b>Uzman:</b> Daha fazla arkadaş edinmek için neler yapabilirsiniz peki?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Türkçem daha iyi olabilir.</p> <p><b>Uzman:</b> Başka ne olabilir?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Çok konuşkan değilim. Daha çok konuşabilirim.</p> <p><b>Uzman:</b> Bu görüşmelerimizde hedeflediğimiz bazı noktalar olacak. Bunlara ulaşmak için de birlikte çalışacağız. Şimdi size bir soru soracağım. Şu an mevcut arkadaşlarınızı düşünerek cevap vermenizi istiyorum. 1 en düşük 10 en yüksek olmak üzere şu anki arkadaşlarınıza, arkadaşlık ilişkilerinize sayısal bir değer verecek olsanız kaç derdiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Kaç arkadaşım var gibi mi?</p> <p><b>Uzman:</b> Arkadaşlık ilişkilerinize dair mutluluk düzeyiniz diyelim. Arkadaşlık ilişkilerimde çok mutluyum 10, mutlu değilim 1 gibi düşünürsek. 1 ile 10 arasında hangi sayı sizi en iyi tanımlar?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Anladım. 2 derim o zaman.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki görüşmelerimiz sonunda bu değerın yine 10 üzerinden kaçta olması sizin için yeterli olacağını ve mutlu hissetmenize yeteceğini düşünüyorsunuz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yani şimdi 1 arkadaşım var. 2 dedim. Sanırım 5 olsa mutlu olurum.</p> <p><b>Uzman:</b> Arkadaşlarınızla birlikte neler yapmak isterdiniz? Birlikte nasıl vakit geçirmek sizi mutlu ederdi?</p>	Derecelendirme sorusunun kullanımı
---	------------------------------------

<p><b>Müracaatçı:</b> Gezmek isterdim. Sinemaya gitmek isterdim. Evimize gelmelerini isterdim. Birlikte ders çalışmak da isterdim. Derslerim pek iyi değil.</p> <p><b>Uzman:</b> Mehtap ile bunları yapıyor musunuz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Bir iki kez dışarıda gezmiştik.</p> <p><b>Uzman:</b> Nasıl hissetmiştiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Mutlu olmuştum.</p> <p><b>Uzman:</b> Bu şekilde mutlu hissettiğiniz başka zamanlar oluyor mu hiç?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Pastanede yemek molasında oradakilerle konuşurken de mutlu hissediyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Başka?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Bir de burada birkaç tanıdığımız var. Sonradan tanıştığımız da var. Bazen bize geliyorlar biz de onlara gidiyoruz. O zaman da mutlu oluyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> İnsanlarla iletişim kurduğunuzda mutlu hissediyorsunuz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Yalnız olmayı hiç sevmiyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Ne sıklıkla görüşüyorsunuz peki tanıdıklarınızla? En son ne zaman görüştünüz onlarla?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Çok fazla değil. En son hafta sonu gelmişti Feyza ablalar. Cumartesi günüydü.</p> <p><b>Uzman:</b> Daha sık görüşmek ister miydiniz tanıdıklarınızla da arkadaşlarınızla da?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Aslında çok vaktimiz de yok. Haftasonları çalışıyorum. Okuldan sonra eve gidiyorum ve anneme yardım ediyorum. Annem ekmeği Feyza abla ile birlikte yapıp satıyor. O yüzden en çok onunla görüşüyoruz.</p> <p><b>Uzman:</b> Her hafta sonu çalışıyor musunuz? Günde kaç saat çalışıyorsunuz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet her hafta çalıştım. Sabah 8de gidiyorum. Saat 3 e kadar çalışıyorum. Bu işi de Feyza ablanın kızı buldu bana. O daha önce burada çalışmış.</p>	<p>İstisna sorusunun kullanımı</p>
---	------------------------------------

<p><b>Uzman:</b> Hem okula gitmek hem çalışmak oldukça yorucu olmalı. Bununla başa çıkmayı nasıl başarıyorsunuz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Bilmiyorum. Evet yorucu ama eğlenceli de. Daha kolay alışıyorum Türkiye'ye. Özellikle yaz tatilinde çalışmak benim için iyiydi.</p> <p><b>Uzman:</b> Çalışmanın sizi mutlu ettiğini görebiliyorum. Hem çalışkan, hem sosyal birisiniz. Ve bu şekilde olduğunuzda her şey yolunda gibi değil mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Öyle olmak istiyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Yeni bir ortama alışmak, yıllardır içinde yaşadığımız çevreden uzaklaşmak herkesin cesaret edebileceği bir durum değil. Sekiz ayda Türkçe'yi bu kadar güzel konuşmanız da sizin ne kadar azimli olduğunuzu gösteriyor aslında.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Teşekkür ederim.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki sizi rahatsız eden durumlardan bahsettiniz. Bunlar özellikle okulda gerçekleşen durumlar anladığım kadarıyla. Yeterince arkadaşına sahip olmamanız. Bu konuda kendinizi yalnız hissediyor olmanız gibi.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Bunları aşabilmek için neler yapabiliriz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Konuşabilirim sınıf arkadaşlarımla. Ama utanıyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Arkadaşlarınızla konuşurken konuşmaya ilk kim başlar?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Onlar.</p> <p><b>Uzman:</b> Sizin hiç konuşma başlattığınız zaman oldu mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Oldu ama onlar daha çok.</p> <p><b>Uzman:</b> Konuşma başlattığınızda nasıl hissetmişsiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Utanmıştım.</p> <p><b>Uzman:</b> Utandığınız için konuşma başlatmak size zor geliyor.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki bunu gerçekleştirmenizin önündeki engel ne olabilir?</p>	<p>Başa çıkma sorusunun kullanımı</p> <p>Övgü kullanımı</p> <p>Müracaatçının kendi çözümlerini üretmesine yönelik sorular</p>
---	---

	Mayın tarlasını temizleme
<p><b>Müracaatçı:</b> Yanlış bir şey söylemekten korkuyorum. Bana gülmelerinden.</p> <p><b>Uzman:</b> Bir şey söylediğinizde arkadaşlarınızın güldüğü zamanlar oldu mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Olmadı. Yine de yapamıyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Bu sadece okul arkadaşlarınızla mı bu şekilde? Çalıştığımız yerde konuşmayı kim başlatır?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Orada iş yaparken konuşuyorum. İşten başka daha çok onlar başlatıyor. Orada daha iyiyim.</p> <p><b>Uzman:</b> Hı hı.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki anneniz ile ilişkileriniz konuşmalarınız nasıldır?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Annemle iyiyim. Konuşabiliyoruz onunla.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki görüştüğünüz komşu ve tanıdıklarınızla?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Onlarla iyiyim.</p> <p><b>Uzman:</b> Bu sebeple onlarla görüşmek de sizi iyi hissettiriyor.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Tanımadığımız alışkın olmadığımız kişilerle konuşmak her zaman kolay olmayabilir. Nasıl bir tepki ile karşılaşacağımız konusunda tedirgin olabiliriz. Ben de ilk tanıştığım kişilerle sohbet ederken güçlük çekerim. Zaman geçtikçe, kişileri tanıdıkça iletişim artar.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Bu aslında çoğu insanın yaşadığı bir durum. Siz, sosyal biri olduğunuz için bu durumdan daha fazla etkilenmeniz de çok normal. Bunun üstesinden gelebilecek potansiyel sizde mevcut. Düşüncelerinizi çok güzel ifade ediyorsunuz ve ne istediğinizi de biliyorsunuz. Sadece harekete geçmek için zaman geçmesini bekliyorsunuz. Çevrenizdekileri biraz daha tanımak için belki.</p>	



<p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Kimseyi tanımıyorum ve ne düşüneceklerini bilmiyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Bunların zamanla ve biraz çaba ile gerçekleşeceğinin farkındayız öyle değil mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Görüşmelerimiz boyunca bu kapsamda çalışmalar yapacağız. Aslında asıl amacımız Türkiye'ye alışabilmeniz. Ve buna ulaşmak için de gerek okulda gerek iş yaşantınızda iletişimi artırmak adına çalışmamız gerekiyor. Hedefimize adım adım ilerleyeceğiz. İlk adım olarak bir sonraki görüşmemize kadar bir şeyler yapmanızı isteyeceğim.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ne yapacağım?</p> <p><b>Uzman:</b> Buna birlikte karar vereceğiz? İletişimi artırmak için neler yapabilirsiniz bu hafta?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Okulda mı işte mi?</p> <p><b>Uzman:</b> Bu bizim için ilk adım. Hangisinde bunu daha kolay yapabilirsek oradan başlayalım. İkisinde de yapabiliriz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam.</p> <p><b>Uzman:</b> İşyerinde ve okulda iletişimi artırmak için neler yapabilirsiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Konuşma başlatabilirim.</p> <p><b>Uzman:</b> Elbette. Bu harika olur.</p> <p><b>Uzman:</b> Bir de sonraki görüşmemize kadar aile içinde, tanıdıklarınızla, arkadaşlarınızla iletişiminizde mutlu olduğunuz, devam etmesini istediğiniz şeyleri gözlemlemenizi istiyorum. Bunları bir kağıda da not edebilirsiniz. Bir sonraki görüşmemizde bunlar üzerine de konuşalım olur mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Olur.</p> <p><b>Uzman:</b> Sizinle sohbet etmek güzeldi. Bir sonraki hafta yeniden görüşmek üzere.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Görüşürüz.</p>	Ödev verilmesi

Değerlendirme: Müracaatçı ile yapılan ilk görüşmede müracaatçının Türkiye'ye sekiz ay önce gelmesi sebebiyle uyum sürecinde yaşadığı sosyal yetersizlikler hakkında paylaşımlarda bulunulmuştur. Çözüm odaklı kısa terapi yöntem ve teknikleri kapsamında görüşme gerçekleştirilmiştir.

Müracaatçının Türkiye'ye uyum sağlamasında güçlük yaşama sebepleri ve nasıl daha iyi uyum sağlayabileceği hakkında konuşulmuş olup mucize soru kullanılarak terapi amacımızın belirlenmesi sağlanmıştır. Müracaatçı, Türkçe'ye çok iyi hakim olmadığını, bu sebeple yeteri kadar arkadaşının da olmadığını ifade etmiştir. Mucize soru kullanıldığında vefat eden babasının hayatta olmasını istediğini söylemiş ancak müracaatçıdan olması muhtemel şimdiki yaşantısını düşünerek bir şey söylemesi istenmiştir. Böylelikle daha gerçekçi olarak arkadaşlarının olması cevabı alınmıştır. Müracaatçı, arkadaş edinememe durumunu daha çok okul ortamında yaşadığını, diğer sosyal çevresinde bu sorunla çok fazla karşılaşmadığını ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak da müracaatçının sorunu kapsamında nerede olduğu ve ulaşmak istediği nokta sayısal olarak ifadelendirilmiştir. Daha sonra arkadaşları ile neler yapmak istediği sorulmuş, müracaatçının bahsettiği arkadaşı ile vakit geçirip geçirmediği sorulmuştur. Müracaatçı birkaç kez arkadaşı ile vakit geçirdiğini ve o zaman mutlu olduğunu dile getirmiştir. Müracaatçıya mutlu hissettiği başka zamanların olup olmadığı sorularak istisna durumların tespit edilmesi sağlanmıştır.

Müracaatçıya 'Hem okula gitmek hem çalışmak oldukça yorucu olmalı. Bununla başa çıkmayı nasıl başarıyorsunuz?' başa çıkma sorusu yöneltilerek ise müracaatçının kendindeki gücü farkederek içinde bulunduğu durumun üstesinden gelebileceği belirtilmiştir. Bu kapsamda çalışkan olduğu, Türkçe'yi hızlı bir şekilde öğrenmesi konusunda azimli olduğu ve yeni bir ülkeye taşınarak uyum sağlama sürecinin oldukça hızlı gerçekleşmesi konusunda da cesareti müracaatçıya ifade edilerek övgü kullanılmıştır. Yağcı ve Duyan (2020), başa çıkma sorularının müracaatçıyı kendi yaşamını yönlendirme sorumluluğunu üstlenme konusunda motivasyon sağlayacağını ifade etmiştir.

Müracaatçının kendi çözümlerini üretebilmesi adına soru yöneltilmiş olup müracaatçı 'Arkadaşlarımla konuşabilirim ama utanıyorum' yanıtını vermiştir. Bunun üzerine mayın tarlasını temizleme tekniği kullanılmış, müracaatçı yanlış ifadeler kullanmaktan ve arkadaşlarının kendisine gülmesinden çekindiğini belirtmiştir.

Bir sonraki görüşmeye kadar iletişimi artırma konusunda müracaatçının belirlediği bir ödev verilmiş ve hafta boyunca iletişim kurduğunda mutlu olduğu, devam etmesini istediği şeyleri gözlemleyip not etmesi istenmiştir.

Yararlanılan Kaynaklar:

Yağcı, S. ve Duyan, V. (2020). *Çözüm Odaklı Terapi*. Ankara: Pusula Yayınevi.

Görüşme No: 2

Tarih: 11.11.2022

Görüşme Süresi: 25 dakika

Görüşme Planı: İlk görüşmede verilen ödevlerin kontrol edilmesi, ilk görüşmeden sonra hayatında bir değişikliğin olup olmadığı sorulması, olumlu bir gelişme varsa bunun üzerinde konuşularak motivasyonunun artırılması ve kendindeki gücün farkına varması sağlanması, derecelendirme sorusunun sorulması, hedefe ulaşmak için küçük adımların belirlenmesi ve gerçekleştirebileceği basamakların ödev olarak verilmesi bu görüşmenin planıdır.

SÜREÇ	TEKNİK
<p><b>Uzman:</b> Yeniden merhaba Elif. <b>Müracaatçı:</b> Merhaba. <b>Uzman:</b> Nasılsınız? Görüşmediğimiz bu hafta nasıl geçti? <b>Müracaatçı:</b> İyiyim. Güzeldi. <b>Uzman:</b> İlk görüşmemizde konuşmuştuk. Birkaç görevimiz vardı bu hafta. Yapabildiniz mi? <b>Müracaatçı:</b> Evet yaptım. <b>Uzman:</b> Okulda ve işyerinde konuşma başlatacaktınız. Bunun hakkında konuşalım mı? <b>Müracaatçı:</b> Olur. <b>Uzman:</b> Kiminle veya kimlerle konuştunuz? Ne söylediniz? <b>Müracaatçı:</b> Okulda bir öğretmen derse gelmedi. Hastaydı. Mehtap ile birlikte diğer arkadaşlarımla yanına gittik. Büşra, Beren ve Açelya'nın. <b>Uzman:</b> Sizin fikriniz miydi? <b>Müracaatçı:</b> Ben söyledim.</p>	<p>Ödevlerin kontrol edilmesi</p>

<p><b>Uzman:</b> Harika. Peki ne konuştunuz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ödevimiz vardı. Ödevi yaptınız mı diye sordum. Ben de yapmıştım. Sonra sınavlarımız hakkında konuştuk. Başka bişey konuşmadık. Mehtap ile sonra dışarı çıktık biz.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki nasıl hissettiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Güzeldi. Konuşmam sanmıştım ama konuştum. Sonra daha rahat hissettim kendimi.</p> <p><b>Uzman:</b> Başka konuşma fırsatınız oldu mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Aslında olmadı.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Aaa bir de cuma günü okul çıkışında konuştuk Büşra ile. Ben eve yürüyerek geliyorum. O da çarşıya gidiyordu. Birlikte yürüdük biraz.</p> <p><b>Uzman:</b> Güzel tesadüf olmuş. Nasıl hissettirdi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Mutlu oldum. O benim yanıma geldi.</p> <p><b>Uzman:</b> Konuştukça daha rahat hissettiğinizi söylemişsiniz. Büşra ile bundan sonra daha rahat mı konuşursunuz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet sanırım.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki işyeri nasıldı? Orada da konuşma başlatabildiniz mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Cumartesi günü gittim işe. Sadece günaydın, iyi akşamlar, afiyet olsun dedim. Başka konuşamadım.</p> <p><b>Uzman:</b> Konuşmadığınız kişilere de söylediniz mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Hepsine değil.</p> <p><b>Uzman:</b> Tepkileri nasıl oldu? Siz nasıl hissettiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Onlar da bana söyledi. İyi hissettim.</p>	
<p><b>Uzman:</b> Bir de sizden not tutmanızı istemiştim. İletişim kurduğunuzda mutlu olduğunuz, devam ettirmek istediklerinizi not edecektiniz. Yapabildiniz mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Kağıda yazmadım ama.</p> <p><b>Uzman:</b> Olsun. Aklınızda olanları söyleyebilirsiniz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Okulda öğretmen bana bir şiir verdi. Okudum. Beni tebrik etti. Türkçe güzel okudum. Bu vardı aklımda.</p> <p><b>Uzman:</b> Buna çok sevindim. Kısa sürede çok güzel işler başardınız.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Teşekkür ederim.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Abla (Bileklik uzattı).</p> <p><b>Uzman:</b> Bu nedir?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ben yaptım. Senin için.</p>	<p>Övgü kullanımı</p>

**Uzman:** Çok teşekkür ederim. Bu çok güzel. Benim için böyle bir hediye hazırlaman çok değerli.

**Müracaatçı:** Beğendin mi gerçekten?

**Uzman:** Elbette. Ben de yapardım önceden. Yaparken mutlu oluyordum. Sizin gibi tanıdıklarına hediye verirdim. Hiç arkadaşlarınıza da yaptınız mı?

**Müracaatçı:** Yapmadım ama yapmak istiyorum.

**Uzman:** Anlatmak istediğiniz başka bişey oldu mu? Evde olabilir.

**Müracaatçı:** Annemle konuştum. Ama normal şeyler.

**Uzman:** Bu hafta yaşadıklarınız sizi oldukça mutlu etmiş gibi görünüyor.

**Müracaatçı:** Evet. Daha çok alıştığımı hissettim.

**Uzman:** Geçen hafta bir puanlama yapmıştık hatırlıyor musunuz?

**Müracaatçı:** Evet hatırlıyorum.

**Uzman:** Şu anki arkadaşlık ilişkilerinizi düşündüğünüzde 1 ile 10 arasında bir puanlama yapmanızı istemiştim. 1 en düşük 10 en yüksekti. Siz 2 puan demiştiniz. Bu haftayı düşünerek tekrar bir değerlendirme yapacak olursak kaç puan dersiniz?

**Müracaatçı:** Kaç derim?

**Uzman:** Hala arkadaşlık ilişkilerinizden mutluluk düzeyiniz 2 mi, yoksa arttı mı? Düşmüş de olabilir.

**Müracaatçı:** Arttı.

**Uzman:** Kaç oldu? 3, 4, 5 ya da daha fazla?

**Müracaatçı:** 3 oldu.

**Uzman:** Bir haftada bu artışı hissettiğinizi söylemeniz beni mutlu etti. Belirlemiş olduğunuz, mutlu hissedeceğinizi söylediğiniz puan 5ti. Hedefimize bir adım yaklaştık. Peki, bu puanımızı 4'e çıkarmak için ne yapabiliriz?

**Müracaatçı:** İşyerindeki arkadaşlarımla konuşmamıştım. Onlarla konuşabilirim.

**Uzman:** Evet. Başka neler olabilir? Okulda mesela?

**Müracaatçı:** Okulda daha fazla konuşabilirim.

**Uzman:** Tabi ki. Ama bunun yanında okuldaki arkadaşlarınızla iletişiminizi bir ileriye taşımak için ne yapabiliriz? Kendinizi buna hazır hissediyor musunuz ya da?

**Müracaatçı:** Ne yapacağımı bilmiyorum.

Derecelendirme sorusunun kullanımı

<p><b>Uzman:</b> Düşünelim biraz. Arkadaşlarınızla neler yapmak isterdiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Sinemaya gitmek, dışarıda gezmek olabilir.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki bunları yapabilir miyiz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Bilmiyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Deneyelim mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Olur. Deneyebilirim.</p> <p><b>Uzman:</b> O zaman bir sonraki görüşmemize kadar arkadaşlarınızla vakit geçirmeyi ödev olarak kabul ediyoruz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki bu hafta evinize tanıdıklarınız geldi mi ya da siz gittiniz mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet gittik. Bir kez biz gittik annemle. İki kere de bize geldiler.</p> <p><b>Uzman:</b> Nasıldı peki? Sizi mutlu eden ya da üzen bir durum oldu mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Güzel sohbet ettik. Mutlu oldum. Annemle yemek hazırladık.</p> <p><b>Uzman:</b> Siz de yemek yapabiliyor musunuz? Sever misiniz yemek yapmayı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet severim. Anneme yardım ettim. Ama salatayı tek ben yaptım. Güzel yaptım. Herkes beğendi.</p> <p><b>Uzman:</b> Herkesin beğenmesi nasıl hissettirdi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Mutlu oldum. Aslında tatlıyı da ben yaptım. Annem sadece malzemeleri kattı. O da güzel oldu.</p> <p><b>Uzman:</b> Sizi tanıdıkça daha farklı yönlerinizi farkediyorum. Mutfakta da oldukça yeteneklisiniz anladığım kadarıyla.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Biliyorum bazı yemekleri. Hepsini değil ama. Öğrenmeyi seviyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> İnsan isterse herşeyi yapabilir. Ama herkes sizin gibi önce istemeli. Sizde bu gücü hissediyorum.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Teşekkür ederim.</p> <p><b>Uzman:</b> Başka konuşmak istediğiniz, sizi mutlu eden, üzen durumlar var mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Aklıma gelmedi.</p> <p><b>Uzman:</b> O halde bir sonraki görüşmemize kadar yine sizi mutlu eden, üzen durumları not etmenizi istiyorum. Yani kağıda yazmak zorunda değilsiniz. Aklınızda tutabilirsiniz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam.</p>	<p>Bir sonraki görüşme için hedef belirleme</p> <p>Övgü kullanımı</p> <p>Ödev verilmesi</p> <p>Ödev verilmesi</p>
--	---

**Uzman:** Bir de arkadaşlarınızla birlikte vakit geçirmenizi ödev olarak veriyoruz. Gezebilirsiniz, sinemaya gidebilirsiniz. Onu size bırakıyorum.

**Müracaatçı:** Tamam.

**Uzman:** Bir sonraki hafta tekrar görüşmek üzere o zaman.

**Müracaatçı:** Görüşürüz abla.

Değerlendirme: Müracaatçı ile yapılan ikinci görüşmede, müracaatçının daha güler yüzlü olduğu ve kendini ifade ederken heyecanlı bir şekilde konuştuğu gözlemlenmiştir. Görüşmenin başında ilk olarak verilen ödevlerin yapılıp yapılmadığı sorulmuştur. Okulda arkadaşlarının yanına giderek konuştuğunu, konuşma sürecinin güzel ilerlediğini, okul çıkışında bir arkadaşı ile birlikte yürüdüğünü, bu deneyimden de çok hoşlandığını ifade etmiştir. İşyerinde de basit çaplı olarak konuştuğunu ancak sohbet etme fırsatının olmadığını belirtmiştir. Bunların yanı sıra çözüm odaklı terapinin ilkelerinden biri olan 'İşe yarıyorsa daha fazlasını yap' ifadesi sebebiyle müracaatçıdan iletişim kurduğu zaman mutlu olduğu, devam ettirmek istediği şeyleri düşünerek not etmesi istenmişti. Müracaatçı, not tutmadığını ama anlatmak istediği bir olayın olduğunu belirtmiştir. Okulda öğretmenin kendisine şiir okutturduğunu, güzel bir şekilde şiiri okuduğunu ve bundan dolayı mutlu olduğunu ifade etmiştir.

Müracaatçı, uzman için boncuklardan yapmış olduğu bir bilekliği hediye etmiştir. Müracaatçının görüşmelere istekli olarak geldiği, uzmana güven duyduğu anlaşılmiş olup terapötik bir ilişkinin kurulduğu gözlemlenmiştir.

Müracaatçı ile yapılan ilk görüşmede görüşmelerin hedefini belirlemek ve müracaatçının hedefinin neresinde olduğunu görebilmesi adına derecelendirme sorusu kullanılmıştı. Müracaatçı, mevcut arkadaşlık ilişkilerini düşünerek 10 üzerinden 2 puanda olduğu ve bu değer 5 olduğunda mutlu olacağını düşündüğünü ifade etmişti. İlk görüşmeden sonra geçen bu bir haftalık süreci düşünerek kendisini yeniden değerlendirmesi istenmiş olup müracaatçı arkadaşlık ilişkileri konusunda memnuniyet düzeyinin arttığını, şu an 3 puanda hissettiğini ifade etmiştir. Yeni hedef belirlemek için bu puanı 4'e yükseltebilmek adına neler yapabileceğimiz sorulmuştur. Müracaatçı, 'Okulda ve işyerinde arkadaşlarımla konuşabilirim' demiştir. Ancak bir önceki görüşmeden belirlenen hedefin bu olması sebebiyle yapabilirse eğer müracaatçıdan bir adım daha ileri gitmesi istenmiştir. Müracaatçı, arkadaşları ile vakit geçirmek olarak bu hedefi değiştirmiştir. Müracaatçıya ailesi ve tanıdıkları ile bu haftanın nasıl geçtiği,

anlatmak istediği bir Őeyin olup olmadığı sorulmuştur. Müracaatçı, güzel bir hafta geçirdiğini, tanıdıkları misafirliğe geldiğini, yaptığı salata ve tatlının beğenilmesinden dolayı mutlu olduğunu ifade etmiştir. Bunun üzerine müracaatçı tebrik edilmiş ve müracaatçının yetenekleri konusunda övgü kullanılmıştır. Müracaatçıya bir sonraki görüşmeye kadar arkadaşları ile vakit geçirmesi ve iletişim kurduğu zamanlarda mutlu olduğu, devam ettirmek istediği Őeylere dikkat ederek not tutması ödev olarak verilerek görüşme sonlandırılmıştır.

Görüşme No: 3

Tarih: 18.11.2022

Görüşme Süresi: 22 dakika

Görüşme Planı: İkinci görüşmede verilen ödevlerin kontrol edilmesi, ikinci görüşmeden sonra hayatında bir değişikliğin olup olmadığı sorulması, olumlu bir gelişme varsa bunun üzerinde konuşularak motivasyonunun artırılması, terapi sürecine karşı olumlu bir bağlılık geliştirmesi, sorunlarının üstesinden gelebileceğine dair özgüven geliştirmesi ve kendindeki gücün farkına varması sağlanması, sonucu iyi olan davranışların daha fazla ve sık tekrarlanması, iyi olmayanların bırakılması, herhangi bir ilerleme kaydedilemeyen durumda yeni bir yaklaşım geliştirilmesi, derecelendirme sorusunun sorulması, hedefe ulaşmak için küçük adımların belirlenmesi ve gerçekleştirebileceği basamakların ödev olarak verilmesi bu görüşmenin planıdır.

SÜREÇ	TEKNİK
<p><b>Uzman:</b> Eveet merhaba Elif. <b>Müracaatçı:</b> Merhaba abla. <b>Uzman:</b> Nasıl geçti bu haftanız? Nasılsınız? <b>Müracaatçı:</b> İyiyim. Güzel ama zor bir hafta oldu. <b>Uzman:</b> Zor derken? <b>Müracaatçı:</b> Sınavlarım vardı. Çok iyi değildi. <b>Uzman:</b> İyi geçen sınavlarınız da oldu mu peki? Hepsini mi kötüydü? <b>Müracaatçı:</b> En iyi dersim İngilizce. O güzeldi. Türkçe iyiydi. Matematik biraz. Diğerleri pek değil.</p>	



<p><b>Uzman:</b> İngilizce dersinde de iyisiniz öyleyse. Türkçe’yi de kolay öğrenmiştiniz. Dil öğrenme konusunda yeteneklisiniz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet. İngilizce biraz biliyordum. O yüzden sınav da kolay geldi bana.</p> <p><b>Uzman:</b> Derslerde zorlanmanız da çok normal. Bir yandan Türkçe öğrenmeye çalışırken bir yandan okul derslerinde başarılı olmak gerçekten zaman istiyor. Elinizden geleni yapıyorsunuz bunun farkındayım.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki sınavlar dışında bu haftanız nasıldı? Ödevlerimiz vardı yapabildik mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Arkadaşlarımla vakit geçirdim.</p> <p><b>Uzman:</b> Sınavlarınıza rağmen görüşmelerimiz için de çabaladığınız için teşekkür ederim.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Sınavlarım olduğu için az görüşebildim.</p> <p><b>Uzman:</b> Nasıldı neler yaptınız? Bahsetmek ister misiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Biraz yoruldu. Ev, okul, iş, sınav. Sınav olunca yoruluyorum. Kış için mont alacaktım. Mehtap ile birlikte mont bakmaya gittik. Sonra bir kafede oturduk.</p> <p><b>Uzman:</b> Nasıl hissettiniz? Bu yoğun hafta içinde ödevimiz için vakit ayırmışsınız.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet ama güzeldi benim için. Keşke her gün böyle olsaydı.</p> <p><b>Uzman:</b> Hoş vakit geçirmenize sevindim. İşyerinde gelişmeler var mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yok. Çok yoğun. İki hafta daha çalışacağım. Kış olduğu için gitmeyeceğim işe.</p> <p><b>Uzman:</b> Yazın tekrar gidecek misiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ararız dediler. Ararlarsa gideceğim. Kışın iş olmuyormuş.</p> <p><b>Uzman:</b> Başka bir iş düşünüyor musunuz peki?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Belki.</p> <p><b>Uzman:</b> Anladım. Peki bu hafta sizi mutlu eden, kurmuş olduğunuz iletişimlerde devam etmesini istediğiniz şeyler varsa not tutmanızı istemiştin. Ya da aklınızda tutmanızı. Yapabildiniz mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Mehtap ile arkadaşlığı seviyorum. Bunun devam etmesini istiyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Güzel. Başka?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Başka. Diğer arkadaşlarım da artık benimle konuşuyor o olabilir.</p> <p><b>Uzman:</b> Öyle mi?</p>	<p>Övgü kullanımı</p> <p>Ödevlerin kontrol edilmesi</p> <p>Derecelendirme sorusunun kullanımı</p>
---	---

<p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Ama azıcık.</p> <p><b>Uzman:</b> Bir puanlamamız vardı. Arkadaşlık ilişkilerinizi 1 ile 10 arasında değerlendirecek olursak şu an kaçtasınız? Geçen hafta 3 demiştiniz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> 4 oldu.</p> <p><b>Uzman:</b> Harika. Hedefimiz 5'ti. Çok yaklaştık o zaman.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Kendimi daha iyi hissediyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki bu puanımızı 5 yapmak için neler yapabiliriz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Biraz daha fazla arkadaşım olabilir.</p> <p><b>Uzman:</b> Mehtap dışında vakit geçirebileceğiniz değil mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki daha fazla arkadaş ile vakit geçirmeyi hedef olarak belirlesek olur mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yapmak isterim.</p> <p><b>Uzman:</b> Tamamdır. Yine nasıl bir fırsat olursa, ne şekilde olursa diyelim. Net bir etkinlik belirlemeyelim.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam.</p> <p><b>Uzman:</b> Arkadaşlarımızla iletişimi geliştirmek için selam verebiliriz, nasıl olduklarını sorabiliriz, aklımıza takılan bir konu hakkında fikir sorabiliriz, onlarda gördüğümüz farketmediğimiz bir özelliğini sorabiliriz, yaptıkları bir şeyden dolayı tebrik edebiliriz, teşekkür edebiliriz. Dışarıda vakit geçirmek tabii ki biraz sınırlı. Özellikle de sizin yaşınızda biri için.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Ben burayı da çok bilmiyorum. Sadece ev, okul, bir de çarşığı biliyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Yine arkadaşlarla vakit geçirmek dediğimizde, yapılabilecek etkinlikler seçmenizi, etkinlik olmasa da biraz önce saydığım gibi ufak tefek şeyler yapmanızı öneririm. Hep ne diyoruz hedefe ulaşmak için küçük adımlar gerekiyor. Büyük büyük adımlar olması şart değil.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Hı hı.</p> <p><b>Uzman:</b> İşyerine giderseniz de bir gelişme olursa haftaya kadar bunu görüşmemizde konuşuruz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam.</p> <p><b>Uzman:</b> Burada sizinle konuşurken içinde bulunduğunuz, günlük çektiğiniz zamanlar hakkında konuştuk. Ama bu konuşmalarımızın içerisinde aslında ne kadar çalışkan olduğunuzu, mutfağa ilginizin olduğunu, -takılar yapıyorsunuz- el becerinizin olduğunu, sosyal biri olduğunuzu öğrendim. Yeni bir dil öğrenme konusunda da yetenekli olduğunuzu biliyorum. Her hafta farklı bir özelliğinizi</p>	<p>Bir sonraki görüşme için hedef belirleme</p> <p>Övgü kullanımı</p>
--	---

<p>keşfediyorum. Bunların dışında iyi olduğunu düşündüğünüz bir özelliğiniz, güçlü bir yönünüz var mı?</p>	
<p><b>Müracaatçı:</b> Şarkı söylüyorum.  <b>Uzman:</b> Aa süper.  <b>Müracaatçı:</b> Ama sesim çok güzel değil. Öyle evde falan söylüyorum.  <b>Uzman:</b> Şarkı söylerken kendini nasıl hissediyorsun?  <b>Müracaatçı:</b> Mutlu oluyorum. Evde sürekli müzik dinliyorum.  <b>Uzman:</b> Bunları ifade ederken bile yüzünüz gülüyor.  <b>Müracaatçı:</b> Evet.  <b>Uzman:</b> O zaman bizi mutlu eden etkinlikleri yapmaya devam. Başka var mı?  <b>Müracaatçı:</b> Aklıma gelmiyor.  <b>Uzman:</b> Mutlu olmadığınız zamanlarda da peki daha çok neler yaparsınız?  <b>Müracaatçı:</b> Arkadaşlarıma anlatırım ama burda anlatacağım biri yok.  <b>Uzman:</b> Burada neler yaparsınız?  <b>Müracaatçı:</b> Müzik dinlerim.  <b>Uzman:</b> Müzik dinlemek sizi rahatlatıyor.  <b>Müracaatçı:</b> Evet.  <b>Uzman:</b> Başka var mı?  <b>Müracaatçı:</b> Resim yapmayı da seviyorum. Ama sürekli yapmıyorum.  <b>Uzman:</b> Ne sıklıkla yaparsınız.  <b>Müracaatçı:</b> Resim dersinde yapıyorum. Bir de ders çalışırken sıkılıyorum. Defterime çiziyorum.  <b>Uzman:</b> Anladım. Sıkıldığımız zamanlarda yapabileceğimiz etkinlikler hem o işi daha uzun süre yapabilmemizi sağlıyor hem de bizi mutlu ediyor.  <b>Müracaatçı:</b> Evet.  <b>Uzman:</b> Benim şarkı söylemek gibi bir yeteneğim yok. Ben de ders çalışırken sıkıldığımda fotoğraf çekerdim. Sonra tekrar devam ederdim çalışmaya. Herkesin zorluklarla baş etme stratejisi farklı.  <b>Uzman:</b> Peki, ileride hayal ettiğiniz gelecek nasıl? Nerede olmak isterdiniz?  <b>Müracaatçı:</b> Ben Japonya'da olmak isterdim.  <b>Uzman:</b> Orada olmak için planlarınız neler? Düşündünüz mü hiç?  <b>Müracaatçı:</b> Japonca öğreneceğim. Liseyi bitirince gitmek isterim.</p>	<p>Açık uçlu sorunun kullanımı</p> <p>Övgü kullanımı</p>

<p><b>Uzman:</b> Orada hiç tanıdığınız var mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yok hayır. Almanya’da var. Amerika’da var. Japonya’da yok.</p> <p><b>Uzman:</b> Yeni bir ülke. Yeni bir hayat. Yeni bir dil.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Yeni bir yere yerleşmek oraya uyum sağlamak oldukça zor bir süreç. Ama siz bu süreçle baş edebilecek güce sahipsiniz. Yeni bir yer, farklı bir yaşam düşüncesi sizi nasıl hissettiriyor?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yani zor evet. Ama Japonya’yı ben çocukken beri istiyordum.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki nasıl hissettiriyor? Korku? Heyecan? Mutluluk? Umut?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Gidersem korkarım ama şimdi heyecanlanıyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Türkiye’ye uyum sağlarken de karşılaştığınız zorluklar elbette oldu. Başka yere gittiğinizde yine olacak. Ama önemli olan bunları yapabilecek gücü kendinizde hissetmeniz. Bu çok önemli.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet. Zor olacak.</p> <p><b>Uzman:</b> Yapabilirim diyorsunuz ama değil mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yapabilirim.</p> <p><b>Uzman:</b> Bunu duyduğum için çok mutlu oldum.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ben de mutlu oldum.</p> <p><b>Uzman:</b> Hadi tekrarlayalım o zaman. Yapabilir misiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yapabilirim.</p> <p><b>Uzman:</b> Bunu görüşmelerimizin ilerleyen günlerinde yine tekrarlayalım.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam.</p> <p><b>Uzman:</b> Bir sonraki görüşmemize kadar hayal ettiğiniz gelecekte, yaşamınızdaki tüm sorunlarınızı çözdüğünüzü düşünmenizi istiyorum. Bunu Japanyo’da olarak da düşünebilirsiniz. Ne isterseniz. Önce sorunlar, sonra çözüm şekliniz, sonra değişiklik. Ayrıntılı olarak yazın. Haftaya bu konu hakkında konuşalım olur mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam yazarım.</p> <p><b>Uzman:</b> İsterseniz bunu şarkı sözü haline getirip seslendirebilirsiniz de.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Hahah. Onu yapamam sanırım. Utanırım abla.</p> <p><b>Uzman:</b> Bu konuda zorlamıyorum. Ama utanmanıza gerek yok. Burada herşey sizin için. Yapmak isterseniz zevkle dinlerim.</p>	<p>Ödev verilmesi (Geleceği oku teknigi)</p>
--	--

<p><b>Müracaatçı:</b> Teşekkür ederim.</p> <p><b>Uzman:</b> Başka paylaşmak istediğiniz, konuşalım dediğiniz bir şey var mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Aklımda yok.</p> <p><b>Uzman:</b> Tamam. Bu haftayı da bu şekilde sonlandıralım o zaman.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam. Görüşürüz abla.</p> <p><b>Uzman:</b> Görüşürüz.</p>	
--	--

Değerlendirme: Müracaatçı ile yapılan üçüncü görüşmede, ilk olarak müracaatçı sınavlarının olmasından bahsetmiştir. İngilizce dersinin iyi olduğunu belirtmiş olup müracaatçının dil öğrenme konusunda yeteneğine dair övgü kullanılmıştır. Daha sonra bir önceki hafta verilen ödevlerin kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, bir arkadaşı ile çarşıya gittiğini ve bu deneyimden mutlu olduğunu dile getirmiştir. Bunun dışında işyerinde ödevini gerçekleştiremediğini, işyerinin yoğun olduğunu ve iki hafta sonra kış olması sebebiyle işten ayrılacağını dile getirmiştir. Müracaatçıyı mutlu eden, kurmuş olduğu iletişimlerde devam etmesini istediği şeyleri not etmesi ödev olarak verilmiş olup müracaatçı Mehtap ile arkadaşlığının devam etmesini istediğini, bunun dışında sınıftaki diğer arkadaşlarının da kendisi ile konuştukları, bu durumdan mutlu olduğunu ifade etmiştir. Daha sonra müracaatçıya derecelendirme sorusu sorulmuş olup geçen hafta arkadaşlık ilişkilerinde kendisini 3 puanda hissettiğini, bu haftanın durumuna göre kendisini hangi puanda hissettiği sorulmuştur. Müracaatçı, 4 puan olduğunu ifade etmiştir. Müracaatçının puanını 5'e çıkarabilmek için neler yapabileceği sorulmuş olup bir sonraki görüşme için hedef belirlenmesi sağlanmıştır. Müracaatçının arkadaşları ile yapabileceği etkinlikler hakkında konuşulmuş ve ödev olarak verilmiştir. Müracaatçıya yetenekleri konusunda övgüde bulunulmuş moralinin bozuk olduğu zamanlarda yaptığı etkinlikler sorularak müracaatçının başat stratejisi ile yüzleşmesi sağlanmıştır.

Müracaatçının geleceğine yönelik hayalleri, nerede olmak istediği sorulmuş; müracaatçı Japonya'da yaşamak istediğini, küçüklüğünden beri hayalinin olduğunu söylemiştir. Müracaatçıya Türkiye'ye geldiği zaman uyum sorunları yaşadığı halde farklı bir ülkeye gidebilecek cesaretinin olması ve dil öğrenme konusunda yetenekli ve istekli olması konusunda övgüde bulunulmuştur. Son olarak müracaatçının şu an yaşamış olduğu sorunlarını, çözüm yollarını ve çözülmüş haldeki durumlarını düşünerek ayrıntılı bir şekilde not tutması ödev olarak verilmiş olup görüşme sonlandırılmıştır.

Görüşme No: 4

Tarih: 25.11.2022

Görüşme Süresi: 23 dakika

Görüşme Planı: Bir önceki görüşmede verilen ödevlerin kontrol edilmesi, bir önceki görüşmeden sonra hayatında bir değişikliğin olup olmadığı sorulması, olumlu bir gelişme varsa bunun üzerinde konuşularak motivasyonunun artırılması, terapi sürecine karşı olumlu bir bağlılık geliştirmesi, sorunlarının üstesinden gelebileceğine dair özgüven geliştirmesi ve kendindeki gücün farkına varması sağlanması, sonucu iyi olan davranışların daha fazla ve sık tekrarlanması, iyi olmayanların bırakılması, herhangi bir ilerleme kaydedilemeyen durumda yeni bir yaklaşım geliştirilmesi, derecelendirme sorusunun sorulması, hedefe ulaşmak için küçük adımların belirlenmesi ve gerçekleştirebileceği basamakların ödev olarak verilmesi bu görüşmenin planıdır.

SÜREÇ	TEKNİK
<p><b>Uzman:</b> Merhaba Elif. <b>Müracaatçı:</b> Merhaba abla. <b>Uzman:</b> Nasılsınız? Bu hafta nasıl geçti? <b>Müracaatçı:</b> Ben iyiyim. Bu hafta da güzeldi. Sınavlarım bitti. Sen nasılsın abla? <b>Uzman:</b> Ben de iyiyim teşekkür ederim. Nasıldı peki sınavlar? Sonuçları açıklanan oldu mu? <b>Müracaatçı:</b> Oldu. Hepsi iyi değil. <b>Uzman:</b> İyi olanları konuşalım mı? <b>Müracaatçı:</b> İyi olanlar mı İngilizce, Din Kültürü. Felsefe, Matematik açıklanmadı ama sınav iyiydi. Diğerleri kötü. <b>Uzman:</b> Umarım kötü dediklerinizi de bir sonraki sınavda düzeltebilirsiniz. <b>Müracaatçı:</b> Çalışacağım abla. <b>Uzman:</b> Harika. Peki ödevlerimiz yapıldı mı? <b>Müracaatçı:</b> Geleceğimi yazacaktım. Şarkı yazmadım ama ödevi yazdım. <b>Uzman:</b> Bakalım. Birlikte değerlendirelim. <b>Müracaatçı:</b> Tamam. Kağıdı getireyim mi? <b>Uzman:</b> Olur.</p>	<p>Ödevlerin kontrol edilmesi</p>

<p><b>Uzman:</b> Hıh ver bakalım. Madde madde yazmışsınız düzenli olmuş. Bir, az paramızın olması. Çözüm, işe başlamak. Hayalim, bir ofiste çalışmak. İki, evimizin kötü olması. Çözüm, ev değiştirmek. Hayalim, havuzlu, iki katlı bir evde yaşamak. Üç, az arkadaşımın olması. Çözüm, arkadaşlarımla vakit geçirmek. Hayalim, çevremde çok fazla arkadaşım var.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet</p> <p><b>Uzman:</b> Yaşadığımız sorunlar, bizi üzen durumlar mutlaka var. Ancak önemli olan bunları çözebilmek için adım atmakta. Siz bu adımları da atma konusunda oldukça isteklisiniz. Kağıda yazmış olduğunuz üç sorunun biri üzerinde şu an çalışma yapıyoruz. Ve çok da güzel yol katettik.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Diğer sorunların çözümü için neler yapabiliriz? O hayallerinin gerçekleşmesinin önündeki engeller neler?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Çalışırsam olabilir.</p> <p><b>Uzman:</b> Çalışırsanız hem paranızın olacağını hem evinizi değiştireceğinizi düşünüyorsunuz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Şu an zaten çalışıyorsunuz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Pastane değil. Güzel bir iş. Liseyi bitirdikten sonra istiyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Lise bittikten sonra peki güzel bir iş yapmanız önünde engel var mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yok.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki diğer ödevimizi yaptık mı? Arkadaşlarınızla vakit geçirebildiniz mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Bir ödevimiz vardı. Okulda. Grup ödevi. Altı kişi benim grup arkadaşım var. Onlarla ödev için çalıştık birlikte.</p> <p><b>Uzman:</b> Bizim ödevimiz için de güzel fırsat olmuş.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Neler yaptınız peki? Ne ödeviydi.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Coğrafya dersi. İç Anadolu Bölgesinin yer şekillerini bulup anlatacağız sınıfta. Araştırma yaptık. Ödev hazırlıyoruz.</p> <p><b>Uzman:</b> Grup ödevi olması iş birliği ve iletişiminizin gelişmesi açısından çok iyi olmuş. Grup arkadaşlarıyla iletişiminiz nasıl?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Güzel. Çok tanımadığım kişiler var. Onlar daha iyi araştırma yapıyor. Ben de fikirler verdim.</p>	<p>Müracaatçının kendi çözümlerini üretmesine yönelik sorular</p> <p>Ödevlerin kontrol edilmesi</p> <p>Derecelendirme sorusunun kullanımı</p>
---	---

**Uzman:** Mehtap peki? Aynı grupta değil misiniz?  
**Müracaatçı:** Hayır değiliz.  
**Uzman:** Farklı gruplarda olmanız belki de diğer arkadaşlarınızla da iletişime geçmenize fırsat vermiştir.  
**Müracaatçı:** Evet. Şimdi sınıfta daha çok kişi ile konuşuyorum.  
**Uzman:** Peki grup ödevi dışında arkadaşlarınızla vakit geçirebildiniz mi?  
**Müracaatçı:** Dört arkadaşıma bileklik yaptım.  
**Uzman:** Harika. Bunu çok iyi düşünmüşsünüz.  
**Müracaatçı:** Evet.  
**Uzman:** Hediye vermek sizi nasıl hissettirdi? Onlar nasıldı?  
**Müracaatçı:** Hepsi çok beğendi. Hepsine farklı renkten yaptım. Onlar beğendi diye mutlu oldum.  
**Uzman:** Arkadaşlığınızın sembolü oldu diyebiliriz o halde.  
**Müracaatçı:** Evet.  
**Uzman:** Peki bunun dışında neler yaptınız?  
**Müracaatçı:** Başka bir şey yapmadım.  
**Uzman:** Bir puanlama sorumuz vardı. Arkadaşlık ilişkilerinizi 1 ile 10 arasında puanlamıştık. Geçen hafta 4 puanda olduğunuzu söylemiştiniz. Bu haftayı değerlendirecek olursak kaç puandayız? Arttı mı azaldı mı?  
**Müracaatçı:** Arttı.  
**Uzman:** Kaç puandayız o zaman?  
**Müracaatçı:** 5 diyelim.  
**Uzman:** Görüşmelerimizin en başında bu puanın 5 olmasının sizin için yeterli olacağını söylemiştiniz. Şu an 5 puandayız.  
**Müracaatçı:** Evet 5 olduk.  
**Uzman:** Peki ne hissediyorsunuz? Bu süreç sizde neleri değiştirdi, size neler kattı?  
**Müracaatçı:** Biraz utanıyordum. Konuşamıyordum. Hep diğerleri konuşsun diye bekliyordum. Şimdi ben de konuşabiliyorum.  
**Uzman:** Kendinizde bu değişikliği farketmeniz görüşmelerimizden fayda sağladığınızı gösteriyor. Bundan dolayı çok mutlu oldum.  
**Müracaatçı:** Ben de mutluyum.  
**Uzman:** Peki arkadaşlarınız ya da çevrenizdeki diğer kişiler sizde bu değişikliği fark etti mi?  
**Müracaatçı:** Annem son günlerde daha çok güldüğümü söylüyor.



<p><b>Uzman:</b> Peki hedefimiz 5'ti. Hedefimizi tamamladık burada bırakalım mı yoksa devam edelim mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Nasıl yani?</p> <p><b>Uzman:</b> Yani bu 5 puanımızı arttırmak için etkinlik yapmaya, görüşmeye devam edelim mi? Farklı bir konuda da konuşabiliriz. Ya da görüşmeyi bitirebiliriz. Ne yapalım?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Devam edelim.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki o zaman bu 5 puanımızı 6 yapabilmek için sizce ne yapabiliriz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Arkadaşlarımı bize çağırabilirim.</p> <p><b>Uzman:</b> Bu arkadaşlık ilişkilerinizi geliştirmek için güzel bir fikir.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Hem artık işe gitmeyeceğim. Onlar için pasta yaparım.</p> <p><b>Uzman:</b> Evet bu çok güzel olur. Bir sonraki görüşmeye kadar bu ödevimiz olsun o halde.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam.</p> <p><b>Uzman:</b> Başka neler yapabiliriz? Grup ödeviniz henüz bitmedi değil mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Bitmedi. İki hafta sonra sunum yapacağız.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki grup içerisinde sizin göreviniz nedir? Görev paylaşımı yaptınız mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Herkes araştırma yapıyor. Salı günü tekrar grup arkadaşlarımla görüşeceğiz. Ödevi yazmaya başlayacağız. İki hafta sonra derste anlatacağız.</p> <p><b>Uzman:</b> Anladım. Peki grup içerisinde belki konuyu anlatma konusunda gönüllü olabilir misiniz? Ya da ödev ile alakalı bir sorumluluğu siz tek başınıza alabilir misiniz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Bilmiyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Okuldaki sürecinizle alakalı yanınızda olmadığım ve ödeviniz konusunda bilgiye sahip olmadığım için sizi yönlendiremem. Ama grup içerisinde haftaya yapacağımız görüşmeye kadar bir konuda sorumluluk almanızı istesem? Tek başınıza.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ne yapabilirim?</p> <p><b>Uzman:</b> Ödevin bir bölümünü tek başınıza yazabilirsiniz. Ya da derste konuyu siz anlatabilirsiniz. Olabilir mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tam bilmiyorum. Ama arkadaşlarım ile konuşurum.</p> <p><b>Uzman:</b> Tamam. Bu da bir sonraki haftaya kadar ödevlerimizden biri olsun o zaman.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam.</p>	<p>Bir sonraki görüşme için hedef belirleme</p>
--	---

<p><b>Uzman:</b> Bunların dışında konuşmak istediğiniz, paylaşmak istediğiniz bir şey var mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yok.</p> <p><b>Uzman:</b> O zaman bu hafta da görüşmemizi sonlandıralım mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Olur.</p> <p><b>Uzman:</b> Bugünkü paylaşımlarınız için de çok teşekkür ederim. Haftaya görüşmek üzere o zaman.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Görüşürüz.</p>	Ödev verilmesi
--	----------------

Değerlendirme: Müracaatçı ile yapılan dördüncü görüşmede ilk olarak ödevlerin kontrolü sağlanmıştır. Mevcut durumdaki sorunlarını, çözüm yolunu ve gelecekte sorunun çözülmüş halini müracaatçının not tutması istenmiştir. Bu şekilde müracaatçının mevcut sorunlarını çözebileceği ve kendi çözüm yollarını keşfedebilmesi için düşünmesine fırsat tanınmıştır. Daha sonra derecelendirme sorusu kullanılmış ve müracaatçının arkadaşlık ilişkilerini düşünerek kaç puanda hissettiği sorulmuştur. Müracaatçı, 5 puanda olduğunu, görüşmelere devam etmek istediğini ifade etmiştir. Görüşmelerin başında hedeflenen puanın 5 olması sebebiyle, müracaatçıya kendisinde değişiklik hissedip hissetmediği sorulmuştur. Müracaatçı, önceden hep diğerlerinin konuşmasını beklediğini, artık kendisinin de konuşabildiğini ifade etmiştir. Kendisinde olan bu değişiklikleri çevresindekilerden fark edenin olup olmadığı sorulmuştur. Müracaatçı, annesinin kendisine son zamanlarda daha çok güldüğünü söylediğini ifade etmiştir. Haftaya yapılacak görüşmede hedef belirlemek için müracaatçının hissettiği 5 puanın 6 puana çıkarılması için neler yapılabileceği sorulmuştur. Müracaatçı, arkadaşlarını evlerine çağırabileceğini söylemiştir. Bunun yanı sıra müracaatçının iki hafta daha grup ödevi için çalışacağı öğrenilmiş ve grup içinde bireysel olarak da sorumluluk alması söylenerek görüşme sonlandırılmıştır.

Görüşme No: 5

Tarih: 02.12.2022

Görüşme Süresi: 17 dakika

Görüşme Planı: Bir önceki görüşmede verilen ödevlerin kontrol edilmesi, bir önceki görüşmeden sonra hayatında bir değişikliğin olup olmadığı sorulması, olumlu bir

gelişme varsa bunun üzerinde konuşularak motivasyonunun artırılması, terapi sürecine karşı olumlu bir bağlılık geliştirmesi, sorunlarının üstesinden gelebileceğine dair özgüven geliştirmesi ve kendindeki gücün farkına varması sağlanması, sonucu iyi olan davranışların daha fazla ve sık tekrarlanması, iyi olmayanların bırakılması, herhangi bir ilerleme kaydedilemeyen durumda yeni bir yaklaşım geliştirilmesi, derecelendirme sorusunun sorulması, hedefe ulaşmak için küçük adımların belirlenmesi ve gerçekleştirebileceği basamakların ödev olarak verilmesi bu görüşmenin planıdır.

SÜREÇ	TEKNİK
<p><b>Uzman:</b> Merhaba Elif. Çok güzel görünüyorsun.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Merhaba abla. Teşekkür ederim. Annem aldı.</p> <p><b>Uzman:</b> Çok yakışmış.</p> <p><b>Uzman:</b> Nasılsınız? Bu hafta nasıl geçti?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Kolay bir haftaydı.</p> <p><b>Uzman:</b> Sınavlar bitti. İşe gitmiyorsunuz değil mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Yorucu değildi o zaman.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet değildi.</p> <p><b>Uzman:</b> Ödevlerimizi yapabildiniz mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Arkadaşlarım bize pazar günü gelecek.</p> <p><b>Uzman:</b> Aa çok güzel. Davet ettiniz demek.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Kimler geliyor? Mehtap?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet Mehtap geliyor. Büşra, Elif ve Açelya geliyor. Bir de Açelya'nın kardeşi gelecek.</p> <p><b>Uzman:</b> Neler yapacaksınız? Plan yaptınız mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet annemle birlikte hazırlık yapacağız. Tatlı, salata, kek yaparız.</p> <p><b>Uzman:</b> Güzel fikir. Eğlenceli bir gün olur.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Arkadaşlarınızın size gelecek olması sizi nasıl hissettirdi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Heyecanlandım. Mutlu oldum tamam dediklerinde.</p> <p><b>Uzman:</b> Bunun dışında bu hafta sizi mutlu eden heyecanlandıran başka olaylar oldu mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Daha çok konuştuk arkadaşlarımla.</p> <p><b>Uzman:</b> Aklınızda kalan bir olay yaşadınız mı? Benimle paylaşmak istediğiniz?</p>	<p>Ödevlerin kontrol edilmesi</p>

<p><b>Müracaatçı:</b> Hımm</p> <p><b>Uzman:</b> Düşünebiliriz biraz vaktimiz var.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Grup ödevimiz için iki gün okulda çalışma yaptık.</p> <p><b>Uzman:</b> Aa evet grup ödeviniz vardı.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Neler yaptınız? Grup içerisinde iş bölümünüz, ödev süreciniz ne durumda?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Az kaldı yapıyoruz ödevi. Herkese bir bölüm verildi. Yazıyoruz. Haftaya derste anlatacağız.</p> <p><b>Uzman:</b> Size verilen bölüm dışında bir görev aldınız mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yok almadım. Sadece güzel resim yaptığım için Türkiye haritasını ben çizdim.</p> <p><b>Uzman:</b> Bu çok iyi olmuş. Resim yeteneğinizi ödevde kullanabilmeniz sizi nasıl hissettirdi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ben çizerim dedim herkes bana baktı. Mutlu oldum. Severek çizdim.</p> <p><b>Uzman:</b> Sorumluluk üstlenmek ve arkadaşlarınızın buna şahit olması sizin grup içerisinde daha istekli çalışmanızı sağlamış.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Ve bildiğim kadarıyla gruptaki arkadaşlarınız daha önce çok fazla muhabbet kurduğunuz kişiler değildi.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Onların yanında kendinizi ifade ederken nasıl hissediyorsunuz? Rahat mısınız?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet iyiyim. Rahatım.</p> <p><b>Uzman:</b> Aslında sekiz aydır tanıdığımız kişiler. Ama bu bir aylık süreçte çok iyi ilerlediniz. Grup ödevinizin de olması bu sürecimizi çok güzel canlandırdı. Göstermiş olduğunuz özveriden, çabadan dolayı hem tebrik ediyorum hem de teşekkür ediyorum.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ben sana teşekkür ederim abla.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki her hafta bahsettiğimiz bir puanlamamız var. 1 ile 10 arasında arkadaşlık ilişkilerinizi puanlayacak olsak şu an hangi puandasınız? Geçen hafta 5 demiştik.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> 6 oldu.</p> <p><b>Uzman:</b> Her hafta bir basamak ilerliyoruz. Çok güzel.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki bu 6 puanımızı arttıralım mı yoksa bu kadarı yeterli mi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Nasıl?</p> <p><b>Uzman:</b> Yani şu an içinde olduğunuz arkadaşlık ilişkilerinizden, iletişimlerinize memnun musunuz?</p>	<p>Derecelendirme sorusunun kullanımı</p> <p>Bir sonraki görüşme için hedef belirleme</p>
---	---

**Müracaatçı:** Daha iyiyim. Memnunum.

**Uzman:** Peki 6 puanımızı arttıralım mı? Yoksa benim için bu kadar yeterli mi diyorsunuz?

**Müracaatçı:** Sen bilirsin abla.

**Uzman:** Bu sizinle görüştüğümüz 5. haftamız. Görüşmelerimizi 6 hafta olarak planlamıştık. Bu plana göre haftaya son görüşmemiz. Bu son görüşmemizde peki 6 olan puanımız kaç çıkarsın? Sizin için bu puanın kaç olması yeterli?

**Müracaatçı:** 7 olsun.

**Uzman:** Tamam. 6 olan puanımızı 7 yapmak için neler yapabiliriz?

**Müracaatçı:** Pazar günü arkadaşlarım bize gelecek.

**Uzman:** Evet. Bu çok güzel bir gelişme. Başka neler yapabiliriz?

**Müracaatçı:** Başka?

**Uzman:** Düşünebiliriz biraz. Okul içinde ya da dışında olabilir.

**Müracaatçı:** Okuldan sonra arkadaşlarımla yürüyebilirim. Bazen yürüyoruz.

**Uzman:** Evet bu iletişiminizi artırabilir. Bir de grup ödeviniz vardı. Belki grup içerisinde de bir şeyler olabilir.

**Müracaatçı:** Evet. Ne yapabilirim?

**Uzman:** Ne zaman anlatacaktınız?

**Müracaatçı:** Perşembe günü.

**Uzman:** O zamana kadar yine grup arkadaşlarınızla görüşecek misiniz?

**Müracaatçı:** Kimin anlatacağına karar vereceğiz. Belki herkes yazdığı yeri anlatır. Onu bilmiyorum.

**Uzman:** Öyle olursa siz de anlatacaksınız.

**Müracaatçı:** Evet.

**Uzman:** Daha önce hiç sınıfta bir konu anlattınız mı?

**Müracaatçı:** Hayır anlatmadım. Bazen öğretmen soru soruyor cevaplıyorum. O kadar.

**Uzman:** Konuyu siz anlatmak ister misiniz peki?

**Müracaatçı:** Yok istemem.

**Uzman:** Peki sebebi nedir?

**Müracaatçı:** Unutabiliyorum. Ama kendi yazdığım yeri anlatabilirim.

**Uzman:** Hı hı. Yani sınıf içerisinde konuşmaktan değil, konuyu unutmaktan çekiniyorsunuz değil mi?

**Müracaatçı:** Evet.

<p><b>Uzman:</b> Sizi tanıyalı bir ay oldu. Görüştüğümüz ilk zamanlar sorsam bu soruyu, konuşamam derdiniz. Şimdi farklı bir yerdeyiz. Sizdeki bu değişimi hissetmek beni çok mutlu ediyor. Hayatınızın her alanında her zaman bir mücadele vermişsiniz. Ve bunların da üstesinden her zaman gelmişsiniz. Ben bu yaşta bu kadar güçlü çok az insan tanıdım.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Sağol abla.</p> <p><b>Uzman:</b> Sizinle bu görüşmelerimiz sona erecek. Peki, tekrar aynı durumları yaşasanız, sorun yaşamayı önlemek için neler yaparsınız?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ne yapabilirim diye düşünürüm.</p> <p><b>Uzman:</b> Çok güzel. Puanlama yapmıştık ya. Kendinize bir hedef koyup sürekli hedefin neresinde olduğunuzu görebilirsiniz. Bu hem hedefe ulaşmak için basamaklar oluşturmanızı sağlar, hem de bu basamaklarda ilerlediğinizde sizi hedefe ulaşmak için motive eder. İsteğinizi artırır.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Deneyeceğim.</p> <p><b>Uzman:</b> Bunlar dışında konuşmak istediğiniz, anlatmak istediğiniz bir olay yaşadınız mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Yok.</p> <p><b>Uzman:</b> Pazar günü arkadaşlarınız size gelecek. Bir sonraki görüşmemizde bunun hakkında konuşuruz. Yine grup ödevinizle alakalı da gelişmeleri merak ediyorum. Grup içerisinde sorumluluk alırsanız benimle lütfen paylaşın. Bunları da değerlendirelim.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ben de merak ediyorum. Heyecanlıyım.</p> <p><b>Uzman:</b> Ödevi en güzel şekilde bitireceğinizden eminim. Ne kadar yetenekli, başarılı biri olduğunuzu biliyorum.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Elimden geleni yapacağım. Teşekkür ederim.</p> <p><b>Uzman:</b> Başka konuşacağımız bir şey yoksa bugün de burada bitirelim. Olur mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Olur.</p> <p><b>Uzman:</b> Haftaya görüşürüz o zaman.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Görüşürüz.</p>	Övgü kullanımı
---	----------------

Değerlendirme: Müracaatçı ile yapılan beşinci görüşmede ilk olarak ödevlerin kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, pazar günü arkadaşlarını evinde misafir edeceğini, bundan dolayı heyecanlı ve mutlu olduğunu dile getirmiştir. Müracaatçı, arkadaşlarının yanında artık kendisini daha rahat ifade ettiğini dile getirmiş; müracaatçıya göstermiş

olduğu özveri ve çabadan dolayı tebrik edilmiştir. Geçen hafta kendisini 5 puanda hisseden müracaatçıya bu hafta kaçta hissettiği sorulmuştur. Müracaatçı 6 puanda hissettiğini ifade etmiştir. Bunun üzerine bu puanın 7 olması için neler yapabileceği sorulmuştur. Müracaatçı, pazar günü arkadaşlarının geleceğini, bunun dışında okul çıkışında arkadaşları ile birlikte yürüyebileceğini ifade etmiştir. Müracaatçının okulda grup arkadaşları ile ödevinin olması sebebiyle grup içerisinde sorumluluk alırsa haftaya bunu anlatması istenmiştir. Müracaatçıya ödevi sınıfta kendisinin anlatıp anlatmayacağı sorulmuş olup müracaatçıdan anlatabileceği ama konuyu unutacağı sebebiyle anlatmak istemediğini ifade etmiştir. Müracaatçıya görüştüğümüz ilk zamanlar bu soru sorulsa konuşmam utanırım diyeceği ama şu an konuyu unutabileceği sebebiyle anlatmak istemediği söylenmiş olup süreç içerisinde gelişimini görmesi sağlanmıştır. Çaba göstermesi ve güçlü olması, zorluklarla mücadele etmesi konusunda müracaatçıya övgüde bulunularak görüşme sonlandırılmıştır.

Görüşme No: 6

Tarih: 09.12.2022

Görüşme Süresi: 15 dakika

Görüşme Planı: Bir önceki görüşmede verilen ödevlerin kontrol edilmesi, bir önceki görüşmeden sonra hayatında bir değişikliğin olup olmadığı sorulması, olumlu bir gelişme varsa bunun üzerinde konuşularak motivasyonunun artırılması, terapi sürecine karşı olumlu bir bağlılık geliştirmesi, sorunlarının üstesinden gelebileceğine dair özgüven geliştirmesi ve kendindeki gücün farkına varması sağlanması, sonucu iyi olan davranışların daha fazla ve sık tekrarlanması, iyi olmayanların bırakılması, herhangi bir ilerleme kaydedilemeyen durumda yeni bir yaklaşım geliştirilmesi, derecelendirme sorusunun sorulması, belirlenen terapi hedefinin gerçekleştirilip gerçekleştirilemediğinin belirlenmesi, hedefin gerçekleştirilmiş olması ve görüşmelerin devam etmesinin gerekliliğinin ortadan kalkması durumunda sürecin sonlandırılması bu görüşmenin planıdır. Sürecin sonlandırılması ardından son test uygulanacaktır.

SÜREÇ	TEKNİK
<b>Uzman:</b> Yeniden merhaba Elif. <b>Müracaatçı:</b> Merhaba abla.	

<p><b>Uzman:</b> Nasılsınız? Nasıl geçti bu hafta?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> İyiydi.</p> <p><b>Uzman:</b> Pazar günü geldi mi arkadaşlarınız?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet geldiler. Çok eğlendim.</p> <p><b>Uzman:</b> Harika. Neler yaptınız?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Hepimiz eğlendik. Güzel vakit geçirdik. Sohbet ettik, çay içtik, şarkı söyledik.</p> <p><b>Uzman:</b> Sizi en çok ne mutlu etti?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Haftaya da Açelya'nın evine gitcez. Annem de izin verdi.</p> <p><b>Uzman:</b> Görüşmeye devam edeceksiniz yani.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki onlarla iletişim kurarken nasıldınız? Rahat konuştunuz mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet rahattım.</p> <p><b>Uzman:</b> Grup ödevinizi ne yaptınız, bitti mi? Derste sunumu yaptınız mı?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet bitti. Öğretmen ödevimizi beğendi. Sunumu ben yapmadım.</p> <p><b>Uzman:</b> Öğretmenin beğenmesine sevindim. Grup içerisinde sizi mutlu eden, üzen ya da paylaşmak istediğiniz herhangi bir şey oldu mu?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Olmadı. Bir kez görüştük dersten önce. Normal konuştuk. Ödevi biri anlatmak istedi. O anlattı.</p> <p><b>Uzman:</b> Peki bir puan sorumuz vardı. Her hafta nerede olduğumuzu bu şekilde görüyorduk. Geçen hafta 6 puanda olduğunuzu söylemişsiniz. Bu haftayı değerlendirecek olursak arkadaşlık ilişkilerinizde 1-10 arası puanlamada şu an kaç puandasınız?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> 7.</p> <p><b>Uzman:</b> 2 puandan başladık ve görüştüğümüz her hafta bir puan yukarı çıktık. Şu an 7 puandayız. Tanıştığımız ilk günden bugüne ne değişti?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Arkadaşlarım arttı.</p> <p><b>Uzman:</b> Bunu nasıl anladınız?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Daha çok kişi ile konuşuyorum. Evime geldiler. Ben de onlara gideceğim.</p> <p><b>Uzman:</b> Hı hı. Onlarla konuşurken nasıl hissediyorsunuz?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> İyi. Rahat konuşabiliyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Yanlış bir şey söylemekten korkuyordunuz. Şimdi?</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Korkmuyorum. Sınıfta da konuşuyorum.</p> <p><b>Uzman:</b> Kendinizde bu değişimleri gördüğünüz için mutlu oldum. Sizinle görüşmeye ilk başladığımızda benimle konuşurken daha çok sessiz kalıyordunuz. Yine kendinizi çok güzel ifade</p>	<p>Ödevlerin kontrol edilmesi</p> <p>Derecelendirme sorusu</p>
---	--



ediyordunuz. Ama şimdi yaşadığınız olayları anlatırken gözlerinizin içi gülüyor. Sizi mutlu görmek beni de mutlu ediyor.

**Müracaatçı:** Evet mutluyum.

**Uzman:** Arkadaşlarınız da farkettiler mi sizdeki bu değişimi?

**Müracaatçı:** Evet. Önceden çok konuşmazdık. Konuştuğumuzda da kısa konuşurduk. Şimdi öyle değil. Birlikte konuşurken onlar da mutlu oluyor.

**Uzman:** Arkadaşlık ilişkilerinizin geliştiğini, güzelleştiğini düşünüyorsunuz.

**Müracaatçı:** Evet.

**Uzman:** Yeni bir ortama gerseniz, yeniden arkadaşlık ilişkilerinizde problemler yaşadığınızı hissetseniz neler yaparsınız? Diğer kişilerle konuşurken zorluk çeker misiniz?

**Müracaatçı:** İlk tanışınca konuşamam. Ama sonra konuşurum.

**Uzman:** Çaba gösterir misiniz peki? Konuşmak, diğer kişileri tanımak için bir şeyler yapar mısınız?

**Müracaatçı:** Evet yaparım.

**Uzman:** Neler yaparsınız?

**Müracaatçı:** İlk olarak güneydin, iyi akşamlar, afiyet olsun falan derim.

**Uzman:** Hı hı. Başka?

**Müracaatçı:** Nasılsın derim. Birlikte bir şeyler yapmak isterim.

**Uzman:** Evet. İlk konuştuğumuzda arkadaşlarınızın size gülmelerinden korktuğunuzu söylemişsiniz. Ama daha önce size gülen birilerinin de olmadığını konuşmuştuk.

**Müracaatçı:** Evet.

**Uzman:** Bunlar sadece kendi içimizde büyüttüğümüz korkular aslında. Bunlarla yüzleşmek, aslında var olmadıklarını deneyerek görmek size nasıl hissettirdi?

**Müracaatçı:** Kendimi üzmüşüm.

**Uzman:** Evet kesinlikle. Peki şimdi?

**Müracaatçı:** Şimdi üzülmiyorum. Konuşuyorum. Ve kimse gülmüyor.

**Uzman:** Harika. Bu durumun üstesinden geldik diyebilir miyiz?

**Müracaatçı:** Evet. Geldik.

**Uzman:** Peki, bu durum okula gitme isteğinizi de artırdı mı?

**Müracaatçı:** Evet. Mutlu gidiyorum okula.

**Uzman:** Türkiye'ye alışabilmenizi etkiledi mi?

**Müracaatçı:** Evet. Buraya geldik. Zorunluyduk. Arkadaşlarımı çok özledim. Ama şimdi burada da arkadaşım var.

**Uzman:** Hı hı.

**Uzman:** Güzel bir yol katettik. Görüşmelerimizin başındaki hedefimize görüşmeler bitmeden ulaştık. Ve hedefimizin üzerine çıktık. Bu süreçte çok çaba gösterdiniz. Kendinizi çok iyi

<p>taniyorsunuz ve çok güzel ifade ediyorsunuz. Bundan sonraki süreçte de daha güzel adımlar atacağımızdan eminim.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Teşekkür ederim abla.</p> <p><b>Uzman:</b> Bu çalışmaya da gönüllü oldunuz. Ben sizinle sohbet ederken çok güzel, yetenekli, cesur, çalışkan, azimli bir insan tanıdım. Bunları daha da artırabilirim. Hedefe bu kadar kolay ulaşabilmemiz de sizin sayenizdeydi. İstemeseydiniz hiçbir şey yapamazdık.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Evet abla.</p> <p><b>Uzman:</b> Bu planlamış olduğumuz son görüşmemiz. Ama yine içerisinden çıkamayacağınız bir durumla karşılaşırsanız, sizi üzen bir şey olursa ben her zaman buradayım.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Sağol abla. Ben seni çok sevdim. Beni dinledin. Bana yardım ettin.</p> <p><b>Uzman:</b> Çözüm sizde. Karşılaştığınız her zorluğun üstesinden gelebilecek güce sahipsiniz. Sadece içinizdeki size kulak verin. Kendinize güvenin.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Tamam abla.</p> <p><b>Uzman:</b> Çok memnun oldum. Görüşmelerimizi burada sonlandırıyoruz. Ama biliyorsunuz ki her zaman konuşabiliriz.</p> <p><b>Müracaatçı:</b> Ben de çok memnun oldum.</p>	
---	--

Değerlendirme: Müracaatçı ile yapılan altıncı ve son görüşmede ilk olarak ödevlerin kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, arkadaşlarının kendi evine geldiklerini, güzel vakit geçirdiklerini, görüşmeye devam edeceklerini ifade etmiştir. Bu görüşmeden mutlu olduğunu, arkadaşlarının varlığını hissettiğini belirtmiştir. Müracaatçıya derecelendirme sorusu yöneltilmiş olup arkadaşlık ilişkilerinde 1-10 arası puanlama kendisini nerede gördüğü sorulmuştur. Geçen hafta 6 puan diyen müracaatçı, bu hafta 7 puanda hissettiğini belirtmiştir. İlk görüşmeden bu yana kendisinde hissettiği değişiklikler üzerine konuşulmuştur. Ve bundan sonra yeniden böyle zorluklarla karşılaşır mı neler yapacağı sorularak kendi yöntemini keşfetmesi sağlanmıştır. Ayrıca görüşme süresince öğrendikleri gözden geçirilmiştir. Müracaatçının özellikleri konusunda ve görüşmelerde gösterdiği çaba konusunda övgüde bulunulmuş ve son test uygulanarak görüşme sonlandırılmıştır. Son test sonuçları aşağıda bulunan tabloda gösterilmiştir.

Uygulanan Ölçek	Alt Boyutu	Ölçekten Alınan Puan
Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği (SDDÖ)	Arkadaş Desteği	69
	Aile Desteği	55
	Öğretmen Desteği	29
	<b>SDDÖ Genel Puan</b>	<b>153</b>
Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (EİZDÖ)	Zorluklarla Mücadele	8
	Kişilerarası Yeteneklere Güvenme	9
	Bireysel Yeteneklere Güvenme	9
	Duyguları Kontrol Etme	7
	Yaşamı Kontrol	8
	Kendini Açma	8
	<b>EİZDÖ Genel Puan</b>	<b>49</b>

## **Ek 7: Çözüm Odaklı Kısa Terapiye Dayalı Sosyal Hizmet Müdahalesi Görüşme Özetleri**

Müracaatçının Adı: Müracaatçı 1

Müracaatçı Hakkında Kısa Bilgi: 14 yaşında ortaokul 3. Sınıf öğrencisidir. İki yıl önce akrabaları ile birlikte Türkiye'ye geldiklerini ifade etmiştir. Annesi ve üç kardeşi ile birlikte yaşamaktadır. Babasının vefat ettiğini ifade etmiştir. Haftada iki gün pazarda kasa taşıyarak günde 75 TL karşılığında çalışarak geçimlerine katkı sağladığını, kendi gibi bir kardeşinin daha çalıştığını ifade etmiştir. Sosyal uyum yardımı, eğitim, kömür ve aile yardımlarından faydalandıklarını, bunların dışında bir gelirlerinin bulunmadığını ifade etmiştir.

Türkiye'ye uyum sağladığını, Türkçe konuşmasını orta düzeyde, Türkçe yazmasını kötü düzeyde, aile ilişkilerini iyi düzeyde, arkadaş ilişkilerini orta düzeyde ve öğretmenleri ile ilişkilerini orta düzeyde olarak değerlendirmiştir.

Müracaatçı ile yapılan ilk görüşmede müracaatçının okul durumu, dersleri hakkında paylaşımında bulunulmuştur. Çözüm odaklı kısa terapi yöntem ve teknikleri kapsamında görüşme gerçekleştirilmiştir. Yapılan görüşme süresince müracaatçının derslerinin kötü olması dışındaki diğer konularda konuşmak istemediği gözlemlenmiş; terapi amacının belirlenebilmesi için mucize soru ile 'Bir sabah uyandığınızda bu sorununun ortadan kalktığını, derslerinizin hepsinin iyi olduğunu gördünüz diyelim. Bunu nasıl anladınız? Hayatınızda neler değişirdi? Ne hissederdiniz?' soruları kullanılmıştır. Müracaatçıdan herkesin kendisine saygı duyacağından ve güzel bir lisede eğitim göreceğinden anlayacağı yanıtları alınmıştır. Bunun üzerine bu değişimi ilk kimin farkedeceği sorulmuş ve müracaatçı annesinin farkedeceğini ifade etmiştir. Müracaatçıya kendisine en çok kimlerin saygı duyacağı sorulduğunda ise okul arkadaşlarının saygı duyacağını ifade etmiştir. Müracaatçıya okul arkadaşlarının kendisine saygı duyduğu zamanların olup olmadığı, bunu farkedip etmediği sorulmuş ve bazı derslerden yüksek not aldığında bunu hissettiğini ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak da müracaatçının sorunu kapsamında nerede olduğu ve ulaşmak istediği nokta sayısal olarak ifadelendirilmiştir. Müracaatçı şu an 1 puanda olduğunu, hedefinin 8 olduğunu ifade etmiştir. Müracaatçıya bu hafta kendisine saygı duyulduğunu hissettiği ve hissetmediği zamanları not etmesi, bunların karşısında verdiği tepkileri, başa çıkma durumlarını kaydetmesi istenerek ilk görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı

ile yapılan ikinci görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, arkadaşlarının kendisine saygı duyduğunu düşündüğü 1 olay, saygı duymadıklarını düşündüğü 7 olay kaydetmiştir. Bu 7 olayın içerisinde kendisini görmezden geldikleri, bir şey söylediğinde güldükleri, dalga geçtikleri, pazarda çalışmasından dolayı da kendisine güldüklerini not ettiği; karşılığında hiç tepki vermediği, onlarla konuşmadığını ifade ettiği görülmüştür. Bunun üzerine müracaatçı ile okul içerisinde ya da dışında iyi anlaşığı arkadaşları ve onlarla olan iletişim şekli hakkında konuşulmuştur. Müracaatçı kendisi ile dalga geçen arkadaşlarının 4-5 kişi olduğunu, diğerleri ile böyle sorunlarının olmadığını ifade etmiştir. Müracaatçıya arkadaşları ile kurduğu iletişim konusunda övgüde bulunulmuş, kendisine olumsuz davranışlar sergileyen arkadaşlarını da olgunlukla karşılaması, onların dilinden konuşmadığı için övgüde bulunulmuştur. Müracaatçıya verdiği tepkilerden kendisine iyi gelenleri, kendini mutlu edenleri yapması; pişman olduğu davranışlarını tekrar etmemesi söylenmiş olup bu hafta bunları not etmesi söylenerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan üçüncü görüşmede ilk olarak ödevlerin kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, kendisine iyi gelen davranışları tekrarladığını ve bunları sıklaştırdığını ifade etmiştir. Müracaatçıya, kendisine iyi gelenleri tekrarladığında ne hissettiği sorulmuş ve mutlu olduğunu düşündüğü yanıtı alınmıştır. Müracaatçıya derecelendirme sorusu sorulmuş, kendisini şu an hangi puanda hissettiği sorulmuş olup müracaatçı 1 olan puanının 2'ye yükseldiğini söylemiştir. Müracaatçı ile güçlü yanları hakkında konuşulmuş ve bu hafta güçlü yanlarını fark ettiği, arkadaşlarının da bu davranışları sergilediğinde verdikleri tepkileri not etmesi istemiştir. Müracaatçı ile yapılan dördüncü görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçının daha çok kendisi ile dalga geçen arkadaşlarının davranışlarını kaydettiği ve bundan mutlu olduğu görülmüştür. Onları rahatsız etmeden ve onlar gibi de dalga geçmeden bu davranışlarını sürdürebileceği konusunda rehberlik yapılmıştır. Müracaatçı daha çok onların dalga geçtiği yönlerini kendisinin ifade ettiğini, pazara gittiğinde başından geçen maceraları anlattığını ve sınıfta diğer arkadaşlarının bunlara güldüğünü, kendisinin de mutlu olduğunu ifade etmiştir. Müracaatçıya derecelendirme sorusu sorulmuş olup müracaatçının kendisini 4 puanda hissettiği yanıtı alınmıştır. Müracaatçı ile yapılan beşinci görüşmede müracaatçının dersleri, yazılı notları hakkında konuşulmuş olup müracaatçının başarılı bir öğrenci olduğu ancak başarı algısının biraz düşük olduğu gözlemlenmiştir. Müracaatçının ders çalışma yöntemleri, hedefleri, iyi dersleri, başarıları hakkında

konusulmuş ve övgüde bulunulmuştur. Hedeflerine ulaşmasının önündeki engeller ve bunların üstesinden nasıl gelebileceği hakkında paylaşımlarda bulunulmuştur. Derecelendirme sorusu kullanılmış ve müracaatçının kendisini 5 puanda hissettiği yanıtı alınmıştır. Müracaatçıya gelecekte planladığı hayatını anlatan bir metin yazması ödev olarak verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan altıncı ve son görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçının planladığı bu hayata ulaşabilmek için yapabilecekleri hakkında konuşulmuş, karşılaşılabileceği zorluklarından üstesinden gelebilmesi için övgüde bulunarak motivasyonunu artırması sağlanmıştır. Arkadaşları ve kendisine yönelik gösterdikleri davranışlar, verdiği tepkiler gözden geçirilmiş ve derecelendirme sorusu kullanılmıştır. Müracaatçı, kendisini 6 puanda hissettiğini, bu puanın kendisi için yeterli olduğunu ifade etmiştir. Müracaatçıya yeniden bu sorunlar ile karşılaşsa neler yapabileceği sorulmuş ve görüşme süresince gösterdiği çabadan dolayı övgüde bulunarak görüşme sonlandırılmıştır.

Müracaatçı 1'e müdahale öncesi ve sonrası Ç-SDDÖ ve EİZDÖ uygulanmış olup ölçek sonuçlarına dair puanlar aşağıda bulunan tabloda yer almaktadır.

Uygulanan Ölçek	Alt Boyutu	Ölçekten Alınan Puan Ön-Test	Ölçekten Alınan Puan Son-Test
Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği (SDDÖ)	Arkadaş Desteği	52	65
	Aile Desteği	52	53
	Öğretmen Desteği	31	35
	<b>SDDÖ Genel Puan</b>	<b>135</b>	<b>153</b>
Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (EİZDÖ)	Zorluklarla Mücadele	6	8
	Kişilerarası Yeteneklere Güvenme	7	7
	Bireysel Yeteneklere Güvenme	6	9
	Duyguları Kontrol Etme	4	6
	Yaşamı Kontrol	8	7
	Kendini Açma	6	8
	<b>EİZDÖ Genel Puan</b>	<b>37</b>	<b>45</b>

## Müracaatçının Adı: Müracaatçı 2

Müracaatçı Hakkında Kısa Bilgi: 12 yaşında ortaokul 2. Sınıf öğrencisidir. Annesi, babası ve iki kardeşi ile birlikte Türkiye'ye 1,5 yıl önce taşındıklarını ifade etmiştir. Babasının hamallık yaparak ve boya yaparak geçimlerini sağladığını; kendisinin ise ara sıra tercümanlık yaptığını, yaz tatilinde de berber yanında çalıştığını ifade etmiştir. Sosyal uyum yardımı, eğitim, aile ve kumanya yardımından faydalandıklarını ifade etmiştir. Türkiye'ye uyum sağladığını, Türkçe konuşmasını iyi düzeyde, Türkçe yazmasını orta düzeyde, aile ilişkilerini çok iyi düzeyde, arkadaş ilişkilerini kötü düzeyde ve öğretmenleri ile ilişkilerini orta düzeyde olarak değerlendirmiştir.

Müracaatçı ile yapılan ilk görüşmede müracaatçının aile ve arkadaş ilişkileri, okul durumu ve dersleri hakkında paylaşımda bulunulmuştur. Çözüm odaklı kısa terapi yöntem ve teknikleri kapsamında görüşme gerçekleştirilmiştir. Müracaatçı, fiziksel görünümünden rahatsız olduğunu, başta okuldaki arkadaşları olmak üzere çevreden kendisi ile dalga geçen kişilerin olduğunu, bu durumdan rahatsız olduğunu, okula gitmek istemediğini ifade etmiştir. Terapi amacının belirlenebilmesi için mucize soru ile 'Bir sabah uyandığınızda bu sorununun ortadan kalktığını düşünün. Bunu nasıl anladınız? Hayatınızda neler değişirdi? Ne hissederdiniz?' soruları kullanılmıştır. Müracaatçı, fiziksel olarak daha iyi görüldüğünde, herkesin kendisini beğendiğini düşündüğünde anlayacağını; evden çıkarken utanmayacağını ifade etmiştir. Müracaatçıya istisna soru yöneltilerek kendisini iyi hissettiği, utanmadığı bir ortamın olup olmadığı sorulmuş; müracaatçı aile içerisinde öyle hissetmediğini ifade etmiştir. Müracaatçıya bu hafta iyi hissettiği, mutlu olduğu zamanları not etmesi söylenerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan ikinci görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, farklı ortamlarda ve zamanlarda mutlu olduğu zamanları kaydetmiştir. Müracaatçıya iletişim konusunda güçlü olması, aile içerisinde de önemli roller üstlenmesi sebebiyle övgüde bulunulmuştur. Müracaatçıya sorun hissettiği, kendini rahat hissetmediği zamanlarda nasıl tepki verdiğini not etmesi konusunda ödev verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan üçüncü görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, kendisine verilen ödev dahilinde utandığı zamanları, kendisine bakan insanların bakışlarındaki dalga geçme hissini not etmiştir. Bu zamanlarda bakışlarını kaçırma, kafasını öne eğerek yürüme davranışlarında bulunduğunu, kendisini herkesten soyutladığını ifade etmiştir. Müracaatçıya

çevresindekilerinin bakışlarına rağmen evden çıktığı ve okula devam ettiği için övgüde bulunulmuştur. Çevresinde kendisine bu şekilde bakan kişilerin başka insanlara da böyle davranıp davranmadığı sorulmuş ve genelde bu insanların herkese baktığını ve kötü sözler söylediklerini ifade etmiştir. Müracaatçıya bu durumun kendi görünüşünden kaynaklı olmadığını, o kişilerin herkes hakkında aynı şeyleri düşünebilecekleri söylenerek sorunun dışsallaştırılması sağlanmıştır. Müracaatçıya insanlarla göz teması kurması, kendisine bu şekilde bakan kişiler olduğunda kafasını öne eğmemesi ve bunu kaç kez yaptığını not etmesi ödev olarak verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan dördüncü görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, hafta sonu evden çıkmadığını, diğer dört günü not ettiğini, ilk iki gün kendisine 6 kişinin bakışını farketmediğini ilk başta kafasını yine öne eğdiğini ama sonraki bakışları farketmediğinde bir daha kafasını öne eğmediğini ifade etmiştir. Müracaatçı, diğer üç gün ise kendisine bakan kişiler ile göz teması kurduğunu belirtmiştir. Müracaatçıya bunu yaptığında nasıl hissettiği ve o kişilerin herhangi bir tepki verip vermedikleri sorulmuştur. Müracaatçı, kendini güçlü hissettiğini, herhangi bir tepki vermediklerini ifade etmiştir. Bu davranışının kendisini iyi hissettirdiyse yapmaya devam etmesi söylenmiştir. Müracaatçı ile yapılan beşinci görüşmede ilk olarak haftanın nasıl geçtiği sorulmuştur. Müracaatçı kendisini daha iyi hissettiğini, bazen yine yüzlerine bakmadığını ama genel olarak göz teması kurduğunu ve bu durumdan mutlu olduğunu ifade etmiştir. Müracaatçıya gösterdiği çabadan dolayı övgüde bulunulmuştur. Müracaatçıya fiziksel görünümünde neleri değiştirmek istediği sorulmuş; müracaatçı, yüzündeki lekenin olmasını istemediğini, gözlük takmak istemediğini ve kilo almak istediğini söylemiştir. ‘Bunun önünde herhangi bir engel var mı, bunları çözebilmek için neler yapılabilir?’ soruları müracaatçıya yöneltilmiş ve müracaatçının kendi çözüm yollarını bulması sağlanmıştır. Müracaatçı, doktora giderek bu sorunlarından kurtulabileceğini söylemiş ve bu konuda motive olmuştur. Müracaatçı ile yapılan altıncı ve son görüşmede görüşmelerin genel bir değerlendirmesi yapılmıştır. Müracaatçı doktora gitmek için randevu alacağını, fiziksel görünümünü değiştireceğini, kendisine bakan kişileri eskisi kadar önemsemediğini, evde kendisi spor yapmaya başladığını belirtmiştir. Müracaatçıya kısa zamanda güzel yol katettiği, sorumluluk sahibi biri olduğu, sorunlarını çözebilecek güce sahip olduğu konusunda övgüde bulunularak görüşme sonlandırılmıştır.



Müracaatçı 2'ye müdahale öncesi ve sonrası Ç-SDDÖ ve EİZDÖ uygulanmış olup ölçek sonuçlarına dair puanlar aşağıda bulunan tabloda yer almaktadır.

Uygulanan Ölçek	Alt Boyutu	Ölçekten Alınan Puan Ön-Test	Ölçekten Alınan Puan Son-Test
Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği (SDDÖ)	Arkadaş Desteği	39	58
	Aile Desteği	56	56
	Öğretmen Desteği	31	34
	<b>SDDÖ Genel Puan</b>	<b>126</b>	<b>148</b>
Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (EİZDÖ)	Zorluklarla Mücadele	6	8
	Kişilerarası Yeteneklere Güvenme	5	7
	Bireysel Yeteneklere Güvenme	7	9
	Duyguları Kontrol Etme	5	8
	Yaşamı Kontrol	8	7
	Kendini Açma	8	8
	<b>EİZDÖ Genel Puan</b>	<b>39</b>	<b>47</b>

Müracaatçının Adı: Müracaatçı 3

Müracaatçı Hakkında Kısa Bilgi: 15 yaşında ortaokul 4. Sınıf öğrencisidir. Annesi, dayısı, teyzesi ve bir kardeşi ile birlikte yaşamaktadır. Türkiye'ye 1 yıl önce ailesi ile birlikte taşındığını ifade etmiştir. Kendisinin haftasonları sanayide günde 70 TL ücret karşılığında çalıştığını, dayısının bir telefoncuda, teyzesinin bir terzide çalıştığını ifade etmiştir. Sosyal uyum yardımı, eğitim, aile ve kumanya yardımından faydalandıklarını ifade etmiştir. Türkiye'ye uyum sağladığını, Türkçe konuşmasını orta düzeyde, Türkçe yazmasını kötü düzeyde, aile ilişkilerini iyi düzeyde, arkadaş ilişkilerini orta düzeyde ve öğretmenleri ile ilişkilerini orta düzeyde olarak değerlendirmiştir.

Müracaatçı ile yapılan ilk görüşmede müracaatçının okul, aile ve iş yaşantısı hakkında paylaşımında bulunulmuştur. Çözüm odaklı kısa terapi yöntem ve teknikleri kapsamında görüşme gerçekleştirilmiştir. Müracaatçının ev içerisinde daha çok dayısı ile tartışma yaşadığı, okul derslerinin pek iyi olmadığı ancak işyerinde olmayı sevdiği ifadelerine rastlanmıştır. Terapi amacının belirlenebilmesi için mucize soru ile 'Bir sabah uyandığınızda yaşadığınız sorunların ortadan kalktığını düşünün. Bunu nasıl anladınız? Hayatınızda neler değişirdi? Ne hissederdiniz?' soruları kullanılmıştır. Müracaatçı, dayısının evlenip evden ayrıldığında anlayacağını, çok mutlu hissedeceğini ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak müracaatçının aile içerisindeki

memnuniyetini 1-10 arasında puanlaması istenmiş olup müracaatçı 3 puanda olduğunu ifade etmiştir. Bunun üzerine müracaatçıya 3 puanı 4'e çıkarmak için neler yapabileceği sorulmuştur. Müracaatçı, ailesinin kendisini anlamasını istediğini, bu olursa 4 puan olabileceğini ifade etmiştir. Müracaatçıya kendisinin ne yapabileceği sorularak gerçekçi bir hedef oluşturması istenmiştir. Müracaatçı, kendisini anlamadığını düşündüklerinde bunu ifade etmek olabileceğini söylemiştir. Bu hafta boyunca anlaşılmadığını düşündüğünde bunu ailesine ifade etmesi ve her bunu yaptığında not etmesi ödev olarak verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan ikinci görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, ailesinin kendisini anlamadığı zamanları ve anlaşılmadığını düşündüğü noktaları ifade ettiği zamanları not etmiştir. Kendisini nasıl hissettiği sorulduğunda sürekli kendini açıklamaktan yorulduğunu, ancak ailesinin kendisini daha iyi anladığını düşündüğünü ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak kendisini kaç puanda hissettiği sorulmuş ve 4 yanıt alınmıştır. 4 olan puanını 5'e çıkarabilmek için neler yapabileceği sorulmuş ancak yanıt alınamamıştır. Müracaatçıya dayısı ile vakit geçirmesi, sohbet etmesi, bir yere birlikte gitmeleri ödev olarak verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan üçüncü görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçının hasta olması sebebiyle görüşme kısa tutulmuştur. Müracaatçı, dayısı ile birlikte bir yerde oturup sohbet ettiklerini, birlikte geçirdikleri bu vakitten memnun olduğunu ancak yine de dayısının kendisini anlamadığını ifade etmiştir. Müracaatçıya dayısına olan duyguları bir mektup şeklinde yazması ödev olarak verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan dördüncü görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, dayısına olan duygularını bir kağıda yazmış olup bunu dayısı ile de paylaştığını söylemiştir. Dayısını aslında çok sevdiğini ama sadece kendisine karıştığı zamanlarda tartıştıklarını, haklı olduğu zamanların da olduğunu ifade etmiştir. Dayısının evde bulunmadığı istisna durumların olup olmadığı sorulmuş; müracaatçı, bir süre dayısının farklı bir ilde çalıştığı için orada yaşadığını, o süreçte de maddi sıkıntılar yaşadıklarını, şu an daha iyi olduklarını ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak kendisini kaç puanda hissettiği sorulmuş ve 5 yanıt alınmıştır. 5 olan puanını 6'ya çıkarabilmek için neler yapabileceği sorulmuş olup müracaatçı dayısının sözlerine hemen kızmadığında 6 olabileceğini söylemiştir. Müracaatçıya dayısının sözlerini, kendi düşüncelerini ve tepkilerini not etmesi ödev verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan beşinci görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı aslında ödevini

yaptığını ama sonra okuduğunda dayısına hak verdiğini ve görüşmeye yazdığı kağıdı getirmek istemediği için yırtıp attığını ifade etmiştir. Müracaatçının adil davrandığı, aralarındaki iletişimin sorumluluğunu sadece dayısına yüklediği için övgüde bulunulmuştur. Müracaatçıya bu hafta dayısına güzel sözler söylemesi, onu sevdiğini söylemesi, birlikte vakit geçirmeleri ödev verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan altıncı ve son görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, dayısı ile aralarının geçen haftaya göre daha iyi olduğunu ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak kendisini kaç puanda hissettiği sorulmuş ve 7 yanıt alınmıştır. Müracaatçı şu anki puanından memnun olduğunu ancak dayısı ile görüşme yapılırsa bu puanın 10 olabileceğini ifade etmiştir. Müracaatçı ile görüşme süreci gözden geçirilmiş olup bu sorunla bir daha karşılaşılrsa neler yapabileceği konusunda paylaşımlarda bulunularak görüşme sonlandırılmıştır.

Müracaatçı 3'e müdahale öncesi ve sonrası Ç-SDDÖ ve EİZDÖ uygulanmış olup ölçek sonuçlarına dair puanlar aşağıda bulunan tabloda yer almaktadır.

Uygulanan Ölçek	Alt Boyutu	Ölçekten Alınan Puan Ön-Test	Ölçekten Alınan Puan Son-Test
Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği (SDDÖ)	Arkadaş Desteği	55	64
	Aile Desteği	52	54
	Öğretmen Desteği	32	33
	<b>SDDÖ Genel Puan</b>	<b>139</b>	<b>151</b>
Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (EİZDÖ)	Zorluklarla Mücadele	7	7
	Kişilerarası Yeteneklere Güvenme	7	9
	Bireysel Yeteneklere Güvenme	9	8
	Duyguları Kontrol Etme	5	8
	Yaşamı Kontrol	7	7
	Kendini Açma	7	7
	<b>EİZDÖ Genel Puan</b>	<b>42</b>	<b>46</b>

Müracaatçının Adı: Müracaatçı 4

Müracaatçı Hakkında Kısa Bilgi: 13 yaşında ortaokul 3. Sınıf öğrencisidir. Annesi, babası ve iki kardeşi ile birlikte yaşamaktadır. Türkiye'ye üç yıl önce gelmiştir. Babasının fiziksel engelinin bulunması sebebiyle çalışmadığını, abisinin sanayide çalıştığını, kendisinin bir kuaförün yanında çalıştığını, bazen de tercümanlık yaptığını ifade etmiştir. Her gün çalışmadığını, yaz tatilinde ve hafta sonları çalıştığını, gittiği günlerde 80 TL ücret aldığını ifade etmiştir. Türkiye'ye uyum sağladığını, Türkçe

konusmasını iyi düzeyde, Türkçe yazmasını iyi düzeyde, aile ilişkilerini iyi düzeyde, arkadaş ilişkilerini kötü düzeyde ve öğretmenleri ile ilişkilerini orta düzeyde olarak değerlendirmiştir.

Müracaatçı ile yapılan ilk görüşmede müracaatçının okul, aile ve iş yaşantısı hakkında paylaşımda bulunulmuştur. Çözüm odaklı kısa terapi yöntem ve teknikleri kapsamında görüşme gerçekleştirilmiştir.

Müracaatçı, babasının sağlık problemleri sebebiyle kendisinin de çalışmak zorunda olduğunu, yaşlılarının okula gittiğini, birlikte vakit geçirdiklerini ancak kendisinin bir arkadaş ortamının olmadığını, hiçbir zaman da olmayacağını düşündüğünü ifade etmiştir. Terapi amacının belirlenebilmesi için mucize soru ile 'Bir sabah uyandığınızda yaşadığınız sorunların ortadan kalktığını düşünün. Bunu nasıl anladınız? Hayatınızda neler değişirdi? Ne hissederdiniz?' soruları kullanılmıştır. Müracaatçı, babasının iyileştiği ve çalıştığı, kendisinin çalışmadığı, sadece okula gittiği zaman anlayacağını ifade etmiştir. Babasının iyileşme ihtimalinin olup olmadığı sorulduğunda ise babasının ellerinde bir problem olmadığını, yürüyemediğini, ayaklarını kullanmadan bir iş yapabileceğini ifade etmiştir. Müracaatçı, annesinin de iş yapabileceğini ancak dört yaşında bir kardeşinin olduğunu, onunla ilgilenebilecek kimse olmadığı için şu an çalışmayı düşünmediğini ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak müracaatçının arkadaşlık ilişkilerinden memnuniyetini 1-10 arasında puanlaması istenmiş olup müracaatçı 3 puanda olduğunu ifade etmiştir. Bunun üzerine müracaatçıya 3 puanı 4'e çıkarmak için neler yapabileceği sorulmuştur. Müracaatçı, arkadaşları ile vakit geçirebilirse çıkacağını söylemiştir. En son ne zaman arkadaşları ile birlikte vakit geçirdiği sorulmuş ve bir-iki ay önce yanıtı alınmıştır. İstisna sorusu kullanılarak arkadaşları ile görüştüğünde ne hissettiği sorulmuş ve müracaatçı mutlu olduğunu, kendisinin çocuk olduğunu farkettiğini ifade etmiştir. Müracaatçı ile boş vakitleri, çalışma saatleri günleri hakkında paylaşımlarda bulunulmuştur. Bu hafta yaşantısını değerlendirmesi, boş vakitlerini, arkadaşları ile görüşebileceği vaktin olup olmadığını değerlendirmesi için gözlem yapması ödev verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan ikinci görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, boş zamanlarını günlere göre çizelge halinde not tutmuş ve boş zamanlarını nasıl değerlendirdiği hakkında paylaşımda bulunulmuştur. Müracaatçıya bu hafta boş zamanlarından birinde arkadaşları ile evde ya da dışarıda vakit geçirmesi ödev olarak verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan

üçüncü görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, bir gün okul çıkışında arkadaşları ile sinemaya gittiğini, güzel vakit geçirdiğini ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak müracaatçının arkadaşlık ilişkilerinden memnuniyetini şu an tekrar 1-10 arasında puanlaması istenmiş olup müracaatçı 4 puanda olduğunu ifade etmiştir. Bunun üzerine müracaatçıya 4 puanı 5'e çıkarmak için neler yapabileceği sorulmuştur. Müracaatçı, bir hafta sonu işe gitmeden önce eve kahvaltıya çağırabileceğini söylemiştir. Bu hafta arkadaşlarını kahvaltıya davet etmesi ödev olarak verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan dördüncü görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, pazar günü arkadaşlarının kahvaltıya geldiğini, çarşamba günü okul çıkışında da dışarıda gezdiklerini ifade etmiştir. Müracaatçı, boş vaktinin olduğunu farkettiğini, günlerinin daha iyi geçtiğini ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak müracaatçının arkadaşlık ilişkilerinden memnuniyetini şu an tekrar 1-10 arasında puanlaması istenmiş olup müracaatçı 5 puanda olduğunu ifade etmiştir. Bunun üzerine müracaatçıya 5 puanı 6'ya çıkarmak için neler yapabileceği sorulmuştur. Müracaatçı, her zaman bu şekilde görüşürse kendisi için yeterli olacağını, başka ne yapabileceğini bilmediğini ifade etmiştir. Bu hafta da yine arkadaşları ile vakit geçirmesi ve bu hafta içinde mutlu olduğu her anını not etmesi ödev olarak verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan beşinci görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, bu hafta arkadaşları ile görüşemediğini ama mutlu olduğu zamanları kaydettiğini ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak müracaatçının arkadaşlık ilişkilerinden memnuniyetini şu an tekrar 1-10 arasında puanlaması istenmiş olup müracaatçı arkadaşları ile görüşmediği için 5 puanda olduğunu ifade etmiştir. Müracaatçı ile mutlu olduğu zamanlar hakkında paylaşımlarda bulunulmuş arkadaşları ile buluşmadığında da mutlu geçirdiği birçok vaktin olduğu vurgulanmıştır. Okul ve işi aynı anda yürütebildiği, çalışkan ve azimli olduğu için övgüde bulunulmuş ve görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan altıncı ve son görüşmede haftanın bir değerlendirmesi yapılmış olup müracaatçının zaman yönetimi hakkında paylaşımda bulunulmuştur. Kendisini iyi hissettiği aktivitelerini ve davranışlarını devam ettirmesi; kendisine iyi gelmeyenleri sonlandırması konusunda rehberlik yapılmıştır. Müracaatçı ile görüşme süreci gözden geçirilmiş olup bu sorunla bir daha karşılaşarsa neler yapabileceği konusunda paylaşımlarda bulunularak görüşme sonlandırılmıştır.

Müracaatçı 4'e müdahale öncesi ve sonrası Ç-SDDÖ ve EİZDÖ uygulanmış olup ölçek sonuçlarına dair puanlar aşağıda bulunan tabloda yer almaktadır.

Uygulanan Ölçek	Alt Boyutu	Ölçekten Alınan Puan Ön-Test	Ölçekten Alınan Puan Son-Test
Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği (SDDÖ)	Arkadaş Desteği	38	60
	Aile Desteği	50	53
	Öğretmen Desteği	33	36
	<b>SDDÖ Genel Puan</b>	<b>121</b>	<b>149</b>
Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (EİZDÖ)	Zorluklarla Mücadele	7	9
	Kişilerarası Yeteneklere Güvenme	6	10
	Bireysel Yeteneklere Güvenme	8	8
	Duyguları Kontrol Etme	4	6
	Yaşamı Kontrol	8	8
	Kendini Açma	9	9
	<b>EİZDÖ Genel Puan</b>	<b>42</b>	<b>50</b>

Müracaatçının Adı: Müracaatçı 6

Müracaatçı Hakkında Kısa Bilgi: 13 yaşında ortaokul 2. Sınıf öğrencisidir. 4 ay önce akrabaları ile birlikte Türkiye'ye gelmiştir. Annesi, babası, iki kardeşi, amcası, yengesi, iki kuzeni ve babaannesi ile birlikte yaşamaktadır. Babasının ve amcasının hamallık yaptığını, annesi ve yengesinin evde örgü, dikiş işleri ile uğraştıklarını hem bir terziye iş yaptıklarını hem de kendileri satış yaptıklarını, kendisinin de onlarla birlikte çalıştığını belirtmiştir. Sosyal uyum yardımı, eğitim, aile ve kumanya yardımından faydalandıklarını ifade etmiştir. Türkiye'ye henüz uyum sağlayamadığını, Türkçe konuşmasını orta düzeyde, Türkçe yazmasını kötü düzeyde, aile ilişkilerini orta düzeyde, arkadaş ilişkilerini kötü düzeyde ve öğretmenleri ile ilişkilerini orta düzeyde olarak değerlendirmiştir.

Müracaatçı ile yapılan ilk görüşmede müracaatçının okul ve aile yaşantısı hakkında paylaşımda bulunulmuştur. Çözüm odaklı kısa terapi yöntem ve teknikleri kapsamında görüşme gerçekleştirilmiştir. Müracaatçı, amcası ve amcasının ailesinin Türkiye'de yaşadığını, dört ay önce onların evine taşındıklarını, Türkçe'yi Türkiye'ye gelmeden öğrendiğini ifade etmiştir. Müracaatçı, yengesinin kendilerini yanlarında istemediğini ancak maddi sebeplerden dolayı birlikte yaşadıklarını ifade etmiştir. Terapi

amacının belirlenebilmesi için mucize soru ile ‘Bir sabah uyandıığımızda yaşadığımız sorunların ortadan kalktığını düşünün. Bunu nasıl anladınız? Hayatınızda neler değişirdi? Ne hissederdiniz?’ soruları kullanılmıştır. Müracaatçı, farklı bir evde yaşadıklarında çok mutlu hissedeceğini ifade etmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak müracaatçının şu anki yaşam alanından memnuniyetini 1-10 arasında puanlaması istenmiş olup müracaatçı 4 puanda olduğunu ifade etmiştir. Bunun üzerine müracaatçıya 4 puanı 5’e çıkarmak için neler yapabileceği sorulmuştur. Müracaatçı, yengesinin kendisine kızmadığında olabileceğini söylemiştir. İstisna sorusu kullanılarak yengesinin kızdığı zamanlar hakkında paylaşımda bulunulmuştur. Müracaatçı o zamanlarda iyi hissettiğini ifade etmiştir. Müracaatçıya bu hafta boyunca yengesinin kızdığı zamanları ve kendisinin duygularını, tepkilerini not etmesi istenmiştir. Aynı zamanda mutlu olduğu zamanları da kaydetmesi istenerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan ikinci görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçının kendisinin yaşadığı olaylardan çok annesinin üzüntüsünü kaydettiği görülmüştür. Müracaatçıya bir sonraki hafta için kendi duygularını kaydetmesi istenmiştir. Ödev olarak verilen mutlu zamanları kaydetmede ise aile içerisinde yedi olay kaydedilmiştir. Bu zamanlar hakkında paylaşımlarda bulunulmuş olup müracaatçının olumluya odaklanması sağlanmıştır. Derecelendirme sorusu kullanılarak kendisini kaç puanda hissettiği sorulmuş ve hiçbir şey değişmediği için yine 4 yanıt alınmıştır.

Müracaatçı ile yapılan üçüncü görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, yengesi ile çok sorun yaşamadıklarını, ara sıra kendisine kızdığını, bu sebeple not tutmak istemediğini söylemiştir. Bunun üzerine yengesi ile iyi anlaştığı, bu evde yaşarken kendisini mutlu eden olaylar hakkında konuşulmuştur. Müracaatçı, birlikte güzel zamanlar da geçirdiklerini, kuzenleri ile iyi anlaştığını ifade etmiştir. Müracaatçı ile okul yaşantısı hakkında da paylaşımlarda bulunulmuş ancak Türkiye’ye yeni gelmeleri ve okulun henüz ilk dönemi olması sebebiyle okula alışmadığını, kendisine kötü davranan kimsenin bulunmadığını ifade etmiştir. Müracaatçıya gelecekte planladığı hayatını anlatan bir metin yazması ödev olarak verilerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan dördüncü görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, güzel bir ev hayalini olduğunu, öğretmen olmak istediğini belirten bir metin yazmıştır. Müracaatçı ile bu hayallerini gerçekleştirmek için neler yapabileceği, önünde ne gibi engeller olabileceği ve çözüm yolları hakkında paylaşımda

bulunulmuştur. Derecelendirme sorusu kullanılarak kendisini kaç puanda hissettiği sorulmuş ve 5 yanıtı alınmıştır. 5 olan puanını 6'ya çıkarabilmek için neler yapabileceği sorulmuş olup müracaatçı yine bu soruyu yanıtı bırakmıştır. İletişim kurarken yanlış anlaşılmalardan olabileceği, kendimizi iyi ifade edemediğimizde ya da karşımızdakini anlayamadığımızda bunu açıklamanın iletişimi güçlendirebileceği hakkında paylaşımlarda bulunulmuştur. Müracaatçıya bu hafta aile içerisinde yanlış anlaşıldığını düşündüğü dialogları kaydetmesi ya da karşısındakinin tavırlarından dolayı kendisinin üzüldüğü zamanları kaydetmesi istenerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan beşinci görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçının kaydettiği dialogların olduğu görülmüş ve ödev hakkında paylaşımda bulunulmuştur. Bu yanlış anlamaların üzerinden nasıl gelebileceği müracaatçıya sorulmuş ve kendisini farklı şekilde ifade ettiğinde bunun düzelebileceğini ifade etmiştir. Bu hafta aile içerisinde iletişim kurarken yanlış anlaşıldığında farklı şekilde ifade etmesi ve bu dialogları kaydetmesi istenerek görüşme sonlandırılmıştır. Müracaatçı ile yapılan altıncı ve son görüşmede ilk olarak ödev kontrolü sağlanmıştır. Müracaatçı, yanlış anlaşıldığını hissettiğinde kendisini farklı şekilde ifade ettiğini, bazı zamanlarda işe yaradığını ancak bazı zamanlarda yine olmadığını ifade etmiştir. Müracaatçıya, işe yarayan ifadelerini kullanmaya devam etmesi söylenmiştir. Derecelendirme sorusu kullanılarak kendisini kaç puanda hissettiği sorulmuş ve 6 yanıtı alınmıştır. Müracaatçı, puanının 10 olduğunda daha mutlu olacağını ancak 6 puanın da kendisini biraz iyi hissettirdiğini, iletişim ile alakalı ifadelerine dikkat edeceğini ifade etmiştir. Müracaatçıya, iletişim dilini kısa zamanda değiştirdiği, sosyal zekasının güçlü olduğu, pratik çözümler bulabildiği konusunda övgüde bulunulmuştur. Müracaatçı ile görüşme süreci gözden geçirilmiş olup bu sorunla bir daha karşılaşarsa neler yapabileceği konusunda paylaşımlarda bulunularak görüşme sonlandırılmıştır.

Müracaatçı 6'ya müdahale öncesi ve sonrası Ç-SDDÖ ve EİZDÖ uygulanmış olup ölçek sonuçlarına dair puanlar aşağıda bulunan tabloda yer almaktadır.

Uygulanan Ölçek	Alt Boyutu	Ölçekten Alınan Puan Ön-Test	Ölçekten Alınan Puan Son-Test
	Arkadaş Desteği	41	49
	Aile Desteği	44	51



Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği (SDDÖ)	Öğretmen Desteği	31	35
	<b>SDDÖ Genel Puan</b>	<b>116</b>	<b>135</b>
Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (EİZDÖ)	Zorluklarla Mücadele	8	7
	Kişilerarası Yeteneklere Güvenme	4	10
	Bireysel Yeteneklere Güvenme	8	8
	Duyguları Kontrol Etme	5	8
	Yaşamı Kontrol	6	9
	Kendini Açma	7	10
	<b>EİZDÖ Genel Puan</b>	<b>38</b>	<b>52</b>

### Görüşme Takip Tablosu

	1. Görüşme	2. Görüşme	3. Görüşme	4. Görüşme	5. Görüşme	6. Görüşme
M1	02.11.2022 Saat: 16:30	11.11.2022 Saat: 18:00	18.11.2022 Saat: 12:45	25.11.2022 Saat: 18:45	02.12.2022 Saat: 18:45	09.12.2022 Saat: 18:45
M2	02.11.2022 Saat: 17:15	11.11.2022 Saat: 17:00	18.11.2022 Saat: 12:00	25.11.2022 Saat: 16:30	02.12.2022 Saat: 16:30	09.12.2022 Saat: 16:30
M3	03.11.2022 Saat: 17:00	12.11.2022 Saat: 17:15	21.11.2022 Saat: 16:15	28.11.2022 Saat: 16:15	05.12.2022 Saat: 16:15	12.12.2022 Saat: 16:15
M4	04.11.2022 Saat: 17:00	12.11.2022 Saat: 18:15	21.11.2022 Saat: 17:15	28.11.2022 Saat: 17:00	05.12.2022 Saat: 17:00	12.12.2022 Saat: 17:00
M5	02.11.2022 Saat: 19:00	11.11.2022 Saat: 18:45	18.11.2022 Saat: 13:30	25.11.2022 Saat: 17:15	02.12.2022 Saat: 17:15	09.12.2022 Saat: 17:15
M6	04.11.2022 Saat: 18:00	11.11.2022 Saat: 19:30	18.11.2022 Saat: 14:15	25.11.2022 Saat: 18:00	02.12.2022 Saat: 18:00	09.12.2022 Saat: 18:00

## ÖZGEÇMİŞ

Merve Elifnur GÜLBÜZ, 2011 yılında liseden mezun oldu. Aynı yıl Gazi Üniversitesi'nde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünü okumaya başladı. 2015 yılında mezun olduktan sonra bir özel eğitim merkezinde psikolojik danışman olarak çalıştı. 2017 yılından itibaren Karabük Sosyal Hizmet Merkezi Müdürlüğünde çalışmaya başladı ve halen devam etmekte. Aynı zamanda 2018 yılı itibariyle de satranç hakemi olarak Türkiye Satranç Federasyonunda görev almakta. 2017 yılında aile danışmanlığı ve oyun terapisi eğitimi, 2018 yılında çocuk değerlendirme testleri eğitimi, 2020 yılında çözüm odaklı terapi eğitimini tamamladı. 'Ersoy, A.F. ve Gülbüz, M.E. (2020). Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeye Sahip Boşanmış Kadınlarda Psikolojik Dayanıklılık. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8 (110), 1-17' ve 'Ersoy, A.F. ve Gülbüz, M.E. (2021). Mülteci Çocukların Okul Algısının Resim Aracılığıyla Analizi. *ATLAS Journal International Refereed Journal on Social Sciences*, 7 (39), 1507-1514' olmak üzere yayınlanmış iki makalesi bulunmakta.