

**Travmatik Yaşantılarla Başa Çıkmada Dinamik Yönelimli Kısa Acil Psikoterapinin (BEP)
Etkililiği: Bir Vaka Çalışması**

***Effectiveness of Dynamic Oriented Brief Emergency Psychotherapy (BEP) in Coping with
Traumatic Experiences: A Case Study***

Dr. Öğr. Üyesi Oğuzhan YILDIRIM

Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Bölümü, Kahramanmaraş, Türkiye

Kahramanmaraş Sütçü İmam University, Faculty of Education, Department of Guidance and
Psychological Counseling, Kahramanmaraş, Türkiye

ORCID: 0000-0002-8174-9640 | E-mail: dr.oguzhanyildirim1@gmail.com

Makale Bilgisi / Article Information

Cite as/Atıf: Yıldırım, O. (2025). Travmatik yaşantılarla başa çıkmada dinamik yönelimli kısa acil psikoterapinin (BEP) etkililiği: bir vaka çalışması. *Siirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(1), 18-34. DOI: 10.53586/susbid.1640694

Makale Türü / Article Types: Araştırma Makalesi / Research Article

Geliş Tarihi / Received: 15/02/2025 **Kabul Tarihi / Accepted:** 18/06/2025

Yayın Tarihi / Published: 30/06/2025

Yayın Sezonu / Pub Date Season: Haziran/June

Cilt/ Volume: 13 Sayı/ Issue: 1

Sayfa / Pages: 18-34

İntihal / Plagiarism: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelenmiş ve intihal içermediği tespit edilmiştir. / This article was reviewed by at least two referees and found to be plagiarism free.

Yayıncı / Published by: Siirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü / Siirt University Institute of Social Sciences

Etik Beyan / Ethical Statement: Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur (Oğuzhan YILDIRIM). It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited.

* Bu araştırma, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 12.03.2024 tarihli, 05 no'lu oturumunda alınan 01-51 sayılı kararıyla etik açıdan uygun bulunmuş ve gerekli izin alınmıştır. / This research was approved by the Ethics Committee for Social and Human Sciences Research of Tokat Gaziosmanpaşa University with the decision dated 12.03.2024, session no: 05, decision no: 01-51.

Öz

Ergenlik dönemi gelişimsel krizler ve travmatik yaşantılar konusunda kritik bir dönemdir. Travmatik deneyimlerle başa çıkmada ise dinamik yönelimli Kısa-Acil-Psikoterapi (Brief Emergency Psychotherapy [BEP]) etkili ve işlevsel bir yaklaşım olarak kabul edilmektedir. Travmatik aile yaşantıları deneyimleyen 15 yaşındaki bir ergenin incelendiği bu araştırma vaka inceleme modeli ile yürütülmüştür. Nitel araştırma yöntemlerinden biri olan vaka incelemede herhangi bir vaka görsel veya işitsel materyaller ile detaylı biçimde ele alınır. Araştırmanın bulgular kısmında terapötik süreç ayrıntılı şekilde alıntılarla birlikte sunulmuştur. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında danışanın terapötik süreçte kişilerarası ilişki örüntülerini taşıdığı görülmüştür. Ayrıca danışanın yoğun negatif transferans yaşadığı ve direnç gösterdiği belirlenmiştir. Bunun yanında danışanın aile ve arkadaş ilişkilerinde, duygu kontrolünde ve sorun çözme becerilerinde desteğe ihtiyacı olduğu görülmüştür. İkisi anamnez alma oturumu olmak üzere toplamda sekiz oturumluk terapötik süreç yürütülmüştür. Sonuç olarak danışanın nitelikli ilişkiler geliştirmeye, duygularını kontrol edebilmeye ve problemleriyle daha güçlü baş edebilmeye başladığı görülmüştür. Özetle BEP'in travmatik yaşantılarla baş etmede etkili ve işlevsel bir terapötik yaklaşım olduğu gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik dönemi, travmatik yaşantı, vaka inceleme, kısa acil psikoterapi.

Abstract

Adolescence is a critical period for developmental crises and traumatic experiences. Dynamic-oriented Brief Emergency Psychotherapy (BEP) is a practical and functional approach to coping with traumatic experiences. This research, which examined a 15-year-old adolescent who experienced traumatic family experiences, was conducted with the case study model. The case study examines visual or audio materials in detail. The therapeutic process is presented in detail with direct quotations in the findings section of the research. When the study's results were examined, it was seen that the client carried interpersonal relationship patterns into the therapeutic process. It was also determined that the client experienced intense negative transference and resistance. Additionally, the client required support in family and friend relationships, emotional control, and problem-solving skills. Eight therapeutic sessions were conducted, two of which were anamnesis sessions. As a result, the client began to develop quality relationships, control her emotions, and cope with her problems more strongly. In summary, BEP was found to be effective and functional in dealing with traumatic experiences.

Keywords: Adolescence, traumatic experience, case study, brief emergency psychotherapy.

Extended Abstract

Adolescence is a difficult period during which changes in career choices, roles and identity development occur. Adolescents who cannot perceive support and positive role models may not have a healthy identity development process. In addition, depression, violence, suicide, substance abuse and teenage pregnancy may occur (Kararımak et al., 2016). Psychological problems may recur for adolescents. Psychological interventions for adolescents can support them in reaching adulthood and having a happy future life. Various studies are needed to determine which therapeutic approaches are beneficial for adolescent clients (Ulberg et al., 2012).

The number of short-term dynamic psychotherapy studies is fewer than those for other therapeutic approaches. Therefore, dynamic psychotherapies are still considered an alternative rather than the primary choice. Consequently, there is a need for studies examining the effectiveness of short-term dynamic psychotherapies in children and adolescents (Mensi et al., 2021). Additionally, the number of empirical, case study, and compilation studies on this topic remains limited. In this context, it can be said that the current research has an original aspect within the psychotherapy model. The aim of this study was to assess the effectiveness of the dynamic-oriented BEP intervention on an adolescent client who experienced trauma. Because past traumatic experiences triggered the client's anger, trust issues, and relationship problems, the therapeutic process focused on the client's emotional, social, and spiritual development. Given that short-term psychotherapy approaches have been shown to provide effective support for adolescents (Sklare, 2012) and that the psychodynamic approach is effective in adolescents (Midgley et al., 2021), it is hypothesized that the BEP process used in this study will be effective for adolescent clients.

This study aims to assess the effectiveness of dynamic-oriented Brief-Emergency Psychotherapy (BEP) with an adolescent client who has experienced trauma. The research question is: How does dynamic-oriented Brief-Emergency Psychotherapy (BEP) work when conducted with an adolescent who has undergone traumatic experiences?

This study used a case study design, which is a qualitative research method. The subject is an adolescent client involved in psychotherapy. A case study involves examining visual and auditory materials in detail over a specific period (Creswell, 2013). Its goal is to analyze theoretical issues within the process and context. Cases cannot be separated from their context, and how behaviors are influenced by this context is revealed. These

studies often explore different, informal, and hidden issues, allowing the researcher to manage sensitive and complex processes in a planned and opportunistic way (Hartley, 2004).

Brief dynamic psychotherapies for adolescents are effective when the therapeutic process is defined with clear boundaries and a high level of cooperation (Fiorini et al., 2024). Dynamic brief psychotherapies, which are addressed in three stages—initial, middle, and termination—differ significantly from the open-ended and intensive structure of traditional psychoanalysis. The number of sessions and the length of the therapy are flexible (Gatta et al., 2019). However, dynamic-oriented Brief-Emergency-Psychotherapy (BEP) typically consists of around seven sessions. The first one or two sessions are the anamnesis phase, where in-depth information about the client is collected. Then, the in-depth work phase begins. The sixth session serves as the termination session, and a follow-up session is conducted one month after the therapy ends (Doğan, 2015; Yıldırım, 2020).

At the start of the study, consent forms were obtained from the participant and her guardian. Ethical approval (12.03.2024) was granted by the Tokat Gaziosmanpaşa University Social and Human Sciences Research Ethics Committee. All research procedures involving human participants adhere to the ethical standards of the 1964 Helsinki Declaration. Additionally, the author did not receive any financial support during the research and publication of this article.

In this study, the effectiveness of a developmentally oriented BEP lasting eight sessions, two of which were anamnesis sessions, was examined with an adolescent who experienced traumatic events. It was found that the client, who was thoroughly assessed regarding the therapeutic process, made significant progress in terms of better coping skills, developing healthy relationships, and managing her emotions by the end of the treatment. When reviewing the relevant literature, the functionality of different theories and approaches in treating psychopathological conditions caused by trauma was explored. It is noted that the EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) psychotherapy method is effective for children and adolescents who have experienced traumatic events (Merdan-Yıldız et al., 2021). Similarly, the trauma-focused Cognitive Behavioral Therapy (CBT) model is recognized as effective for children and adolescents with trauma histories (Karakaya, 2014). However, it is also stated that psychoeducation practices not tailored to the traumatic needs of the client may be ineffective (Özen, 2017). Based on this, it can be concluded that the content and structure of the psychotherapy model play a crucial role when working with children and adolescents who have experienced trauma.

Giriş

Ergenlik terimi ilk olarak on beşinci yüzyılda kullanılmıştır. Ancak bu kullanımdan 1500 yıl sonra Aristoteles ve Platon yaşam dönemlerine ilişkin modeller ortaya koymuştur. Özellikle Aristoteles yaşam dönemi modeline gençlik evresini eklemiş ve yetişkinlikten önceki üç yılın dâhil olduğu yedi yıllık bir süreçten bahsetmiştir (Lerner ve Steinberg, 2004, s. 3). Ergenlik dönemi meslek seçimi, roller ve kimlik gelişimi gibi değişimlerin yaşandığı kritik ve zorlu bir dönemdir. Küreselleşen dünyada ergenlerin psikolojik ve sosyal gereksinimleri de çeşitlenmektedir. Bu dönemde destek ve olumlu rol model algılayamayan ergenler sağlıklı kimlik gelişim sürecine sahip olamayabilir. Bunun yanında depresyon, şiddet, intihar, madde bağımlılığı ve ergen hamileliğine de rastlanabilmektedir (Kararı vd., 2016). Ergenler için ruhsal sorunlar tekrarlayabilir. Ergenlere yönelik ruhsal müdahaleler ise onların yetişkinlik dönemine ve mutlu bir gelecek yaşamına sahip olmalarına destek olabilir. Bu danışanlara hangi terapötik yaklaşımların faydalı olduğunu belirlemek için ise çeşitli araştırmalara ihtiyaç bulunmaktadır (Ulberg vd., 2012).

Ergenlik dönemini bütüncül ve ayrıntılı biçimde ele alan kuramlardan biri de Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı'dır. Erikson'un çalışmalarının üzerinden belli bir zaman geçmesine rağmen ergen psikososyal gelişimine ilişkin teorileri hala önemli ve geçerlidir (Benson ve Bundick, 2015). Bu kurama göre her yaşam döneminin spesifik bir kriz süreci bulunmaktadır. Örneğin yaşamın başlarında temel güven duygusu ve özerklik duygusuna ait krizlerin ortaya çıkması ve sağlıklı olarak çözülmesi beklenir. Bunun sonucunda büyüme ve farkındalık gelişir. Kriz aslında bir felaket tehdidi değil, yüksek potansiyel için kritik bir süreci ifade etmektedir. Tüm bu krizler gibi kimlik krizi de aslında ergenliğin psikososyal gelişiminin bir parçası olarak kabul edilmektedir (Erikson, 1968).

Ergenlik döneminde meydana gelen psikopatolojik problemler şaşırtıcı değildir. Bunun sebebi büyüme ve gelişmenin yoğun olduğu ergenlik dönemindeki ani duygusal değişimlerdir. İçsel karmaşalar, ruh halindeki hızlı değişimler, depresif duygular ve hatta intihar girişimleri yaşanabilmektedir. Ulusal ruh sağlığı hizmetleri kapsamında ergenler için kısa süreli dinamik müdahaleler oldukça kritik bir öneme sahiptir (Christogiorgos vd., 2011). Psikodinamik teorisyenler gelişimsel zorluklar içeren ergenler için psikoterapi aracılığıyla büyüme, gelişim ve değişim için bir yöntem ortaya koymuşlardır. Bu terapötik müdahale, semptomları azaltmayı değil psikolojik kapasiteyi ve kaynakları güçlendirmeyi amaçlar. Dinamik psikoterapinin amacı ergenlerin tatmin edici ilişkilere sahip olmasını, yeteneklerini etkin şekilde kullanmasını, sağlıklı bir benlik duygusuna sahip olmasını ve yaşamın zorluklarıyla mücadele etmesini sağlamaktır (Atzil-Slonim, 2019).

Dinamik psikoterapilerde danışan ile terapist arasındaki terapötik ilişki oldukça önemlidir. Bu terapötik ilişki sürecin başından itibaren işlemeye başlar. Danışan ile terapist arasındaki etkileşimin ve terapistin empatik becerisinin yetersiz kalması danışanın kendisini yardım görmemiş, tatmin olmamış olarak algılamasına ve hayal kırıklığına uğrayarak süreci planlanandan erken bırakmasına neden olabilir. "Dropout" yani danışanın düşmesi olarak kavramsallaştırılan bu sürece kısa süreli dinamik psikoterapide büyük önem verilir (Fredum vd., 2021). Bu durum terapötik sürecin başarısızlıkla sonuçlanması anlamına gelmektedir. Bununla birlikte kısa süreli dinamik psikoterapiler çeşitli özelliklere sahip danışanlar için oldukça etkili olduğu ifade edilmektedir (Abbass vd., 2012). Hatta psikotrik ilaç kullanan danışanların bile ruhsal hastalıklarıyla mücadelede kısa süreli yoğun dinamik psikoterapiler etkin sonuçlar ortaya koymaktadır (Caldiroli vd., 2020). Ayrıca bu psikoterapi yaklaşımının ergenlerde klinik semptomları azaltmada başarılı olduğunu ortaya koyan araştırmalar da bulunmaktadır (Abbasi ve Manavipour, 2023).

Gelişimsel krizler içerisinde ailevi sorunların yoğun olarak yaşandığı (Yıldırım vd., 2015) ve bu dezavantajlı ergenlerin risk altında oldukları (Bektaş ve Özkoçak, 2018) görüldüğünden bu çalışmanın yürütülmesi önemli görülmektedir. Ebeveyn boşanmasının ise travmatik etkilere neden olabileceği vurgulanmaktadır (Romadhon ve Sanyata, 2019; Şikel ve Harmancı, 2022). Ergenlerin psikososyal ve gelişimsel sorunlarıyla çalışmak için geliştirilen ergen kısa süreli dinamik psikoterapi savunmasız ve karmaşık durumdaki ergenler için temel bir müdahale yöntemidir (Briggs vd., 2015). Ayrıca dinamik yönelimli Kısa-Acil-Psikoterapinin (Brief Emergency Psychotherapy [BEP]) travmatik yaşantılar deneyimleyen ergenlerin sorunlarının çözümüne yönelik etkili olabileceği kabul edilmektedir (Çitil, 2016; Kaya ve Yıldırım, 2021). Psikanalize dayalı olan BEP ego psikolojisi, nesne ilişkileri, genel sistemler ve öğrenme teorilerinden faydalanarak oluşturulmuştur (Bellak ve Siegel,

1983). Bu kuram yaşamın ilk yıllarında oluşan uyumsuz ilişki örüntülerini vurgulayan bir terapötik süreç tasarlar ve ilişki ve duygular üzerinde çalışmayı içerir (Levenson, 2018).

Kısa süreli dinamik psikoterapinin etkililiğinin incelendiği araştırmaların sayısı bilişsel davranışçı terapi yaklaşımlarına nazaran daha az sayıdadır. Bu nedenle dinamik psikoterapiler halen ilk tercih olarak değil alternatif tercih olarak değerlendirilmektedir. Buradan hareketle kısa süreli dinamik psikoterapilerin çocuk ve ergenlerde etkililiğinin incelendiği araştırmalara gereksinim bulunmaktadır (Mensi vd., 2021). Ayrıca bu konuda yürütülen ampirik, vaka incelemesi ve derleme gibi çalışmaların sayıca sınırlı olduğu görülmektedir. Bu bağlamda mevcut araştırmanın psikoterapi modeli bağlamında özgün bir yönü bulunduğu ifade edilebilir. Buradan hareketle mevcut araştırmada dinamik yönelimli BEP müdahalesinin travmatik deneyimleri bulunan ergenlik dönemindeki bir danışan üzerindeki etkililiğinin test edilmesi amaçlanmıştır. Geçmiş travmatik yaşantılar danışanın öfke, güven ve ilişki problemlerini tetiklediği için terapötik süreç danışanın duygusal, sosyal ve ruhsal gelişimi üzerine odaklanmıştır. Kısa süreli psikoterapi ekollerinin ergenlere etkin şekilde destek sunduğu (Sklare, 2012) ve psikodinamik yaklaşımın ergenlerde etkili olduğu (Midgley vd., 2021) görüldüğünden mevcut araştırmada yürütülen BEP sürecinin ergen danışanda etkili olacağı öngörülmüştür.

1. Problem Cümlesi

Bu araştırmada travmatik deneyimleri bulunan ergenlik dönemindeki bireyle yürütülen dinamik yönelimli Kısa-Acil-Psikoterapi (BEP) uygulamasının etkililiğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada aşağıda sunulan araştırma sorusuna cevap aranmaktadır:

- Travmatik yaşantılar deneyimleyen ergenlik dönemindeki bir bireyle yürütülen dinamik yönelimli Kısa-Acil-Psikoterapi (BEP) uygulaması nasıl işlemektedir?

2. Yöntem

2.1. Araştırma Deseni

Nitel araştırma yöntemlerinden vaka inceleme (case study) deseni ile yürütülen bu araştırmada, vakası incelenen denek psikoterapi sürecindeki danışandır. Vaka inceleme, sınırlı bir vakanın belli bir zaman içerisinde görsel ve işitsel materyaller ile ayrıntılı biçimde keşfedildiği bir desendir (Creswell, 2013). Burada amaç teorik konuları süreç ve bağlam içinde analiz etmektir. Olgular bağlamdan ayrı şekilde değerlendirilemez ve davranışların bağlamdan nasıl etkilendiği ortaya konulur. Farklı, gayri resmi ve gizli konuların da incelendiği bu çalışmalarda araştırmacı planlı ve fırsatçı bir şekilde hassas ve karmaşık süreçleri de ele alabilir (Hartley, 2004).

Tek bir vaka hakkında veri toplamayı içeren bu araştırmalar olgunun daha iyi incelenmesine yardımcı olur (Heale ve Twycross, 2018). Belirli bir vakayı derinlemesine ele alan bu araştırmalar mantıklı bir araştırma stratejisi olarak kabul edilebilir (Tight, 2010). Vaka incelemelerinin teoriye genelleme ve sonuçların deneysel olarak genellenebilirliğini değerlendirme açısından nicel araştırma yöntemlerine göre üstünlükleri bile bulunmaktadır (Tsang, 2014). Vaka inceleme araştırmalarında elde edilen bulgular sayılar ve istatistikî verilerden ziyade betimsel izlenimler aracılığıyla aktarılır (Burger, 2008). Mevcut çalışmada terapötik sürecin ve vakanın daha iyi anlaşılması için danışana ait ifadeler, alıntılara ve terapötik süreçteki danışan-terapist diyaloglarına yer verilmiştir. Ayrıca danışanın ismi ve kişisel bilgileri gizlilik kapsamında değiştirilmiştir.

2.2. Katılımcı

Araştırmada danışana ait kişisel bilgiler etik nedenlerden ötürü anonimleştirilmiştir. Defne 15 yaşındadır ve lise birinci sınıfta öğrenim görmektedir. Kardeşi olmayan Defne evin tek çocuğudur. Anne ve babası henüz 4 yaşındayken boşanan Defne bu durumu “*ben kendimi bildim bileli annem babam ayrı, birlikte aynı evin içinde yaşadıklarını bile hiç hatırlamıyorum*” diye ifade etmektedir. Yaşadığı problemlerin temel nedenini bu boşanma olarak gördüğünü belirten Defne annesi ve anneannesiyle birlikte yaşamakta ve babasıyla nadiren görüşmektedir. Bu görüşme normal zamanlarda telefonla, bayram ve mezuniyet gibi önemli günlerde ise yüz yüze olmaktadır. Defne kendisini “*sessiz, öfkeli, uyumsuz ancak yaşına göre aşırı olgun*” olarak tanımlamaktadır. Annesini yapı ve mizaç olarak kendisine çok benzeten Defne annesinin de duygularını yoğun ve ani yaşadığını dile getirmiştir. Defne

ayrıca annesi ve anneannesiyle inişli çıkışlı bir ilişkiye sahip olduğunu belirtmiştir. Babasını “anlayışsız, nezaketsiz ve sevgisiz biri” olarak tanımlayan Defne’nin babasına yönelik yoğun bir öfkeye sahip olduğu görülmüştür. Defne psikolojik destek alma nedenini “yaşadığı duygusal zorlukların üstesinden gelememe ve anne babasının boşanma sürecinden etkilenme” şeklinde açıklamaktadır. Defne hiç arkadaşının olmadığından, yalnız kaldığından, babasının kendisini hiç arayıp sormamasından, görüştikleri zaman ise sürekli telefonla ilgilenip kendisiyle nitelikli vakit geçirmediğinden yakınmıştır. Daha önce psikolojik danışma hizmeti almadığını söyleyen Defne ile anamnez alma görüşmesinin ardından çıkarılan formülasyon neticesinde BEP sürecinin başlamasına karar verilmiştir.

2.3. Müdahale Programı

Ergenlere yönelik uygulanan kısa süreli dinamik psikoterapiler, terapötik sürecin net sınırlar ile belirlenmesiyle ve yüksek düzeyde işbirliği kurulmasıyla etkili olur (Fiorini vd., 2024). Başlangıç, orta ve sonlandırma aşamaları olmak üzere üç boyutta ele alınan dinamik kısa süreli psikoterapiler klasik psikanalizin açık uçlu ve yoğun yapısından önemli ölçüde farklıdır. Terapötik sürece ait seans sayısı ve uzunluğu konusunda esneklik bulunmaktadır (Gatta vd., 2019). Bununla beraber dinamik yönelimli Kısa-Acil-Psikoterapi (BEP) ortalama yedi oturumdan oluşmaktadır. İlk bir veya iki oturum danışana ait derinlemesine bilgi toplandığı anamnez alma aşamasıdır. Ardından derinlemesine çalışma evresine doğru geçiş yapılır. Altıncı oturum sonlandırma oturumu iken sürecin bitiminin ardından bir ay sonra izleme oturumu yürütülür (Doğan, 2015; Yıldırım, 2020). Mevcut araştırmada yürütülen dinamik yönelimli BEP sürecine ilişkin seanslar Tablo 1’de özetlenerek sunulmuştur:

Tablo 1.
Dinamik Yönelimli Kısa Acil Psikoterapi (BEP) Süreci

Seans	Süreç
Anamnez (İki oturum)	Derinlemesine öykü alma
Birinci Seans	Yapılandırma oturumu, hedeflerin belirlenmesi
İkinci Seans	Geçiş/derinlemesine çalışma evresi
Üçüncü Seans	Derinlemesine çalışma evresi
Dördüncü Seans	Derinlemesine çalışma evresi
Beşinci Seans	Sonlandırma oturumu
Altıncı Seans	İzleme oturumu

2.4. Uygulama Süreci

BEP’te ilk seans anamnez alma (öykü alma) şeklinde tasarlanmıştır. Danışana iki oturumdan oluşan anamnez alma süreci ile devamındaki yedi oturum hakkında bilgi verilmiştir. Sonlandırma aşaması hakkında danışan dinamik psikoterapinin bir özelliği olarak bilgilendirilmiştir. Danışanın geçmiş yaşantıları ayrıntılı biçimde incelenmiş ve deneyimleri hakkında veri toplanmıştır. Özellikle ilk bakım verenler/önemli diğerleri (ebeveynler) hakkında deneyimler üzerine konuşulmuştur. Danışanın ego fonksiyon işlevlerinin niteliği üzerine ayrıntılı biçimde bilgi toplanması amaçlanmıştır. Bunun yanı sıra süperego temsilleri üzerine konuşulmuştur. Psikoseksüel gelişim dönemleri açısından pregenital evre yaşantıları üzerine sorular yöneltilmiş ve ödipal kompleksi çerçevesinde değerlendirmeler yapılmıştır. Ayrıca danışanın direnç gösterme ve transferans yaşama durumuna dikkat çekilmiştir.

Anamnez alma seansının ardından terapötik sürecin birinci oturumuna başlanmıştır. Anamnez oturumundan farklı şekilde bir sürece girileceğine dair yapılandırma yapılmıştır. Özetleme ve bağlama becerisinin sıklıkla kullanıldığı bu oturumda danışanın yaşantılar, duygular, düşünceler, ilişkiler arasında ilişki kurabilme becerisinin oluşmasına yönelik temellerin atılması amaçlanmıştır. Dinamik psikoterapinin işleyişi ve danışan-terapist rollerine ilişkin bilgi vermek amacıyla “Banliyö Treni” isimli metaforik öykü anlatılmıştır. Buradan hareketle danışanın terapötik sürece dair kısa ve uzun vadeli hedefleri belirlenmiştir. Süreç boyunca danışanın ambivalans duygularının ve savunma mekanizmalarının ortaya çıkarılması amaçlanmıştır. Ancak bunların gündeme getirilip üzerinde çalışılması derinlemesine çalışma oturumuna saklanmıştır.

İkinci oturuma her seansta yapıldığı üzere özetleme ve bağlama becerisi ile başlanmıştır. Bu seansta danışanın negatif transferans yaşantıları ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır. Bu oturumun en kritik

müdahalelerinden biri kişilerarası ilişki örüntüsünü/maladaptif döngüsünü/ilişki motifini belirlemek amaçlanmıştır.

Üçüncü seansın başlangıcında benzer şekilde önceki oturumda konuşulanlar üzerine bir özetleme yapılmıştır. Ancak bu kez özetlemeyi danışana yaptırmak amaçlanmış ve böylece danışana kendi yaşamı üzerine sorumluluk alabilme becerisini oluşturmak/desteklemek hedeflenmiştir. Danışanın kişilerarası ilişki örüntüsünü terapötik sürece getirmesi amaçlanmış ve böylece danışma sürecinin dış dünyanın mikrokozmu olma özelliğinin aktif hale getirilmesi hedeflenmiştir. Geçmiş yaşantıların bugün üzerindeki etkililiği üzerine bir farkındalık/içgörü geliştirmek amaçlanmıştır. “Şimdi ve Burada”ya ilişkin terapötik teknikler kullanılarak eski deneyimleri üzerinde çalışılmıştır.

Dördüncü oturum üçüncü oturumun danışan tarafından özetlenmesiyle başlamıştır. Olası bir ayrılık kaygısının çalışılması beklenen bu oturumda danışana sonlandırma aşamasının yaklaştığı hatırlatılmıştır. Danışanın geçmiş yaşantılarının bugünü ve geleceği üzerindeki ipotek koyma potansiyeli ve kişilerarası ilişki örüntüsü hakkında içgörü kazandırmaya ve güncel tutum ve yaklaşımların revize edilmesine yönelik destekleyici bir tutuma devam edilmiştir.

Beşinci oturumda danışandan yalnızca önceki seansın değil şimdiye kadarki tüm terapötik sürecin özetlenmesi ve değerlendirilmesi istenmiştir. Terapist bu oturumda danışan ile ilişkisini profesyonellikten eşitler ilişkisine yaklaştırmıştır. Terapötik sürecin başlangıcında ortaya konulan hedeflerin ne düzeyde tamamlandığı üzerine konuşulmuştur. Danışanın sahip olduğu egonun işlevselliği desteklenmeye, benlik değerini güçlendirmeye ve sorun çözme işlevlerini aktifleştirmeye devam edilmiştir. Terminasyon sürecine yönelik danışanın hazır olma düzeyine hakkında konuşulmuş ve bir ay sonraki izleme oturumunda görüşmek üzere süreç sonlandırılmıştır.

İzleme oturumu şeklinde isimlendirilen altıncı seansta tüm süreç boyunca edinilen terapötik kazanımların niteliğinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Ardından geçen bir aylık sürecin nelerden oluştuğuna dair sorular sorulmuştur. Danışanın tüm kazanımları pozitif biçimde desteklenerek sahip olduğu potansiyel gücü ve sosyal destek kaynakları vurgulanmıştır. Motive edilen danışan ile toplamda sekiz oturum süren terapötik süreç pozitif duygular ile sonlandırılmıştır.

Mevcut araştırmada bir lisede öğrenim gören travmatik deneyimleri olan bir ergen ile terapötik süreç yürütülmüştür. Sene başında okulun risk haritası oluşturulmuştur. Bu risk haritasında araştırmaya dâhil edilen öğrencinin ebeveynlerinin boşandığı ve geçmişten bugüne aile ortamında krizlerin yaşandığı belirlenmiştir. Öğrenci okul psikolojik danışmanı/araştırmacı/uygulayıcı tarafından çağrılmış ve görüşmek için gönüllü olup olmadığı sorulmuştur. Öğrenci görüşme, terapötik süreç ve araştırma için bilgilendirildikten sonra gönüllü şekilde sürece dâhil olmuştur. Hem öğrenciden hem de yasal varisinden gönüllü onam formu alınmıştır. Öğrenciye araştırmanın ve terapötik sürecin içeriğine dair bilgi verilmiştir. Araştırmanın ve psikolojik destek sürecinin tamamen gönüllülüğe dayalı olduğu, öğrenciye dair her türlü bilginin gizli tutulacağı ve sürecin bilimsel bir araştırma amacıyla kullanılacağına yönelik bilgilendirmeler yapılmıştır. Ayrıca terapist aynı zamanda araştırmacı olduğuna ilişkin danışanı bilgilendirmiştir. Bu bağlamda danışanın özerkliğini korumak ve özgürlüğüne saygı göstermek amaçlanmıştır. Ardından öğrencinin onayı ile birlikte Her biri yaklaşık 40 dakika süren toplam 8 seans, okul ortamında bire bir görüşmeler şeklinde yürütülmüştür.

2.5. Müdahale Öncesi Değerlendirme (Dinamik Formülasyon)

Danışanın yakınmaları, kişisel bilgileri, aile üyeleri, anıları, rüyaları, geçmiş yaşantıları ve benlik değerine ilişkin ayrıntılı bilgi toplamak amacıyla iki oturumluk anamnez alma oturumu yürütülmüştür. Elde edilen veriler doğrultusunda dinamik formülasyon oluşturulmuş ve terapötik sürecin haritası belirlenmiştir. Danışan ana yakınmasını ebeveyn boşanmasının olumsuz etkileri, babasına yönelik yoğun olumsuz duyguları ve yaşadığı duygusal zorluklar olarak ifade etmiştir. Arkadaşının olmadığını, yalnız hissettiğini, annesi tarafından kendisine yaşına uygun olmayan sorumluluklar verildiğini de dile getirmiştir. Bu sorumlulukların ne olduğu sorulduğunda kuzenlerine ablalık yapmak ve onlarla ilgilenmek görevinin olduğunu söylemiştir.

Babasının kendisini neredeyse hiç arayıp sormadığını, nadir olan yüz yüze görüşmelerinde ise ihtiyacı olan ilgi, sevgi ve şefkati göstermediğini ifade etmiştir. Annesi ve anneannesiyle yaşadığı ve onlarla da çok nitelikli ilişkilere sahip olmadığı anlaşılmıştır. Anne babasının boşanma sürecinden çok etkilendiğini ve evin içinde yıllardır aynı konuların konuşulduğunu söylemiştir. Küçüklüğünden beri

evde hep bu boşanmadan kaynaklı bir kargaşaya maruz kaldığını ve huzursuz bir aile ortamına sahip olduğunu ifade etmiştir.

Danışan ebeveynlerinin kendisinden sürekli olgun davranmasını beklediklerini ve hata yapma lüksünün olmadığını dile getirmiştir. Buradan hareketle danışanın potansiyel katı süperegoya sahip olabileceği düşünülmüştür. Babasına yönelik duyduğu yoğun öfke duygusu ise Freud'un Psikoseksüel Kuramındaki ödipal kompleksi çerçevesinde değerlendirilmiştir. Nitekim Freud ödipal kompleksinin 3-6 yaş arasındaki Fallik dönemde yaşandığını dile getirmektedir. Danışanın ise anne babası henüz 4 yaşındayken boşanmıştır. Bu dönemde babasından ayrılan ve annesi ile yaşamaya başlayan danışan babasının eksikliğini hissetmiş olabilir. Bu görüşe uygun ve tutarlı ifadeleri bulunan danışan babasından her bahsedisinde kekelemekte, sesi titremekte ve katarsis yaşamaktadır.

Geçmişte unutmadığı anların da babasıyla ve anne babasının boşanmasıyla ilgili olması dikkat çekmiştir. İlkokuldayken çok yakın bir arkadaşının anne babası boşandığı için kendisine iyi gözle bakılmadığını söylemesini hiç unutmamıştır.

2.6. Etik Onay ve Onam

Araştırmanın başlangıcında katılımcıdan ve velisinden onam formları alınmıştır. Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan etik izin (12.03.2024) alınmıştır. İnsan katılımcıları içeren araştırmalarda bulunan tüm prosedürler 1964 Helsinki Bildirgesinin etik standartlarına uygundur. Ayrıca yazar bu makalenin araştırma ve yayınlanma sürecinde hiçbir finansal destek almamıştır.

2.7. Geçerlik ve Güvenirlik

Nitel araştırmalarda araştırmacının önyargısı ve standart ölçme aracından elde edilen verilerin bulunmaması nedeniyle geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının önemi daha fazla ortaya çıkmaktadır. Bu doğrultuda vaka çalışması stratejisiyle yürütülen bu araştırmada geçerlik ve güvenirlik tedbirleri alınmıştır. Öncelikle araştırmacı/uygulayıcı tarafından araştırmanın temelini oluşturan kavramlara ilişkin bir alan yazını taraması yapılmıştır. Ergenlik dönemine, gelişimsel sorunlara/krizlere, travmatik deneyimlere ve kısa süreli dinamik psikoterapiye dair tarama çalışması yapılmıştır. Verilere kanıt olarak birden fazla kaynak kullanılmış ve danışanın sözel ifadeleri, duygu ifade biçimleri ve davranışları nitel veri olarak toplanıp sunulmuştur. Bunun yanında araştırmacı katılımcıya ilişkin alıntılara yer vermiştir. Terapötik sürece ve seans içeriklerine dair ayrıntılı bilgiler sunulmuştur. Ayrıca uygulayıcı terapötik süreç boyunca meslektaşlarından konsültasyon, daha deneyimli uzmanlardan ise süpervizyon desteği alarak danışana yüksek düzeyde katkı sunmayı amaçlamıştır. Terapötik süreçte danışanın ifadeleri içerik ve duygu yansıtmaları ve somutlaştırma becerileri ile dolaylı olarak teyit edilmiş ve verilerin daha güvenilir şekilde toplanması sağlanmıştır. Elde edilen tüm bu veriler raporlaştırılırken tutarlı, güçlü ve ikna edici bir dil kullanılmıştır. Tüm bunlar mevcut araştırmanın geçerlik ve güvenirlik tedbirlerini almaya yöneliktir (Creswell, 2013; Yin, 2018).

3. Bulgular

3.1. Birinci Oturum

Terapist birinci oturumun başında terapötik sürece dair bir yapılandırma yapmıştır. Bundan sonraki sürecin önceki iki oturumdan farklı olacağını hatırlatmıştır. Anamnez alma oturumlarına ilişkin genel bir özetleme yapmış ve bağlama becerisini kullanmıştır. Bu becerinin amacı BEP uygulamasının temel amacıyla örtüşmektedir. Oturumlar, anlatılanlar ve yaşantılar arasında kurulan bağlantı bireyin ruhsal durumunun geçmiş-şimdi-gelecek düzleminde değerlendirilmesi gerektiği mesajını taşımaktadır. Terapist hem terapötik süreci somutlaştırmak hem de transferansı pozitif yöne çekmek amacıyla BEP'in işlevsel metaforlarından *Banliyö Treni* metaforunu kullanmıştır.

T: Merhaba Defne hoş geldin.

D: Hoş bulduk hocam.

T: Geçtiğimiz iki hafta sana seni tanımaya yönelik çeşitli sorular sordum. Ama bundan sonraki süreç daha farklı olacak. Seninle bir yolculuğa çıkacağız. Süreci anlatmak için sana bir öykü anlatmak istiyorum. Ne dersin?

D: Tabi hocam dinliyorum.

T: “Genç bir yolcu bir banliyö trenine biner. Trende oturduğu koltuğun yanında yaşlı bir adam oturur. Genç yolcu yaşlı adamın kör olduğunu fark eder. Genç yolcu bu trene ilk kez biner, ancak yaşlı adam bu yolculuğu sürekli yapmaktadır. İki tanıştıktan sonra yaşlı ve kör adam genç yolcuya tren yolculuğunun ortalama 40 dakika süreceğini söyler. Bu yolculuk esnasında keyifli vakit geçirmek için bir oyun oynama teklifinde bulunur. Genç yolcu bu teklifi kabul eder. Yaşlı adam gözlerinin görmediğini söyler. Yolculuk esnasında dışarıda gördüğü her şeyi kendisine söylemesini genç yolcudan rica eder. Böylece yaşlı adam dışarıda başka nelerin olduğunu söyleyeceğini taahhüt eder. Genç yolcu şaşırır ama başlamak için heyecanlanır. Yolculuk başlar. Genç yolcu dışarıda gördüğü her şeyi yaşlı adama anlatmaya çalışır. Yaşlı adam ise gencin görmediği şeyleri ona söylemeye başlar. Genç yolcu her seferinde oldukça şaşırır. İleride bir tünele girerler ve genç adam susar. Bir süre sessizlik oluşur. Tren tünelden çıktıktan sonra genç yolcu gördüklerini anlatmaya, yaşlı adam ise gencin görmedikleri söylemeye devam eder. Belli bir zaman ilerledikten sonra genç yolcu yaşlı adama bir yeri tanımlarken hata yaptığını söyler. Yaşlı adam genç yolcuya bir şeyleri eksik söyleyip söylemediğini sorar. Genç yolcu ise gördüklerini söylemeye devam eder ve eksik söylediğini fark eder. Yaşlı adam gencin kendisine her şeyi eksiksiz söylemesi gerektiğini ifade eder. Aksi takdirde kendisinin de tam bilemeyeceğini belirtir.”Defne sence bu öyküdeki genç yolcu ikimizin arasında kim olabilir?

D: Benim hocam. Yaşlı adam da sizsiniz.

T: Evet doğru. Peki, bu öyküden nasıl bir anlam çıkardın?

D: Ben size yaşantımı anlatacağım, siz de bana görmediğim noktaları göstereceksiniz.

T: Harika! Haydi, başlayalım öyleyse.

Danışan hayatındaki zorlukların yıllar önce kendisi daha ilkokuldayken başladığını söylemiştir. Babasının annesiyle barışabilmek için kendisine hediyeler aldığı ve kendisini kullandığını anlatmıştır. Terapist duygularını yaşaması için danışanı ‘şimdi ve burada’ya çekmeye çalışmıştır. Sesi titreyen ve öfkeli olduğu her halinden belli olan danışan babasına yönelik yoğun nefret ve öfke duygusu yaşadığını dile getirmiştir. Bunun yanında babasına duyduğu özlemi de ifade eden danışanın yoğun ambivalans duygular taşıdığı anlaşılmıştır.

D: Keşke ben de arkadaşlarım gibi babamla beraber büyüseydim. O zaman her şey daha iyi olurdu.

T: Defne, baban yanında olmadan bu yaşa gelmek senin için gerçekten zor olmalı.

Danışan yaşantılarını açmaya istekli olsa da olgun ve güçlü durmaya yönelik yoğun çaba sarf ettiği dikkat çekmiştir. Her ne kadar katarsis yaşasa da güçlü olduğunu ve kimsenin kendisini üzemeyeceğini vurgulaması bir savunma mekanizması olarak değerlendirilmiştir. Terapist danışana bu tutumunu göstermek için oldukça güçlü ve olgun biri olduğunu, zorlukların onu daha sağlam hale getirdiğini ancak ağlamanın, üzülmenin ve kırılmanın güçsüzlük anlamına gelmediğini dile getirmiştir. Terapist danışanı derinlemesine çalışma evresine çekmek için belli bir altyapı hazırlamaya başlamış ve ilerleyen oturumlarda yorumlama ve yüzleştirme tekniği ile içgörü ve farkındalığını geliştirmeyi amaçlamıştır.

3.2. İkinci Oturum

İkinci oturuma başlarken terapist danışanı önceki oturumu özetlemesi için teşvik etmiştir. Danışan yoğun olarak babasından ve anne babasının boşanmasından konuştuklarını anlatmıştır. Ayrıca anamnez alma oturumunda konuştukları ilkokul arkadaşının kendisi hakkında söylediklerini bir kez daha hatırlatmıştır.

T: İkokuldayken arkadaşının sana unutamadığın bu cümleyi söylemesi seni çok etkilemiş gibi görünüyor. Şimdi bir kez daha dile getirdin.

D: Evet çok.

T: Şu anda da hiç arkadaşının olmadığını söylüyorsun. Bu duruma geçmişte yaşadığın o an neden olmuş olabilir mi?

D: Belki de, olabilir.

Danışanın terapistte yönelik negatif transferans yaşadığı fark edilmiştir. Danışan anne ve babasının yanında terapistte de eleştirici ve yargılayıcı bir tutum sergilemeye başlamıştır. Bazı yanıtlarında direnç göstermekte ve terapistte yönelik öfke duygusu yansıtmaya başlamıştır. Hatta terapistin sorduğu bir sorudan sonra aşağıdaki yanıtı vermiştir:

D: Bu soruya benzer bir soru daha önce de sordunuz hocam, tekrar tekrar aynı şeyi sormadaki amacınız ne?

Bu durumu fark eden terapist ise danışanı destekleyerek, onu terapötik sürece başladığı için överek ve ona güvendiğini dile getirerek transferansı pozitif tutmaya çabalamıştır. Bunun yanında yorumlama becerisini kullanarak danışanın ilişki örüntüsü hakkında içgörü kazanmasını amaçlamıştır. Terapist danışanın kişilerarası ilişki örüntüsü üzerine çalışmaya başlamıştır. İnsanların ve kendisinin hata yapabileceğini ve hata yapmanın çok normal olduğunu ifade etmiştir. Bu esnek olmayan tavrının nedeni olarak çocukluğundan beri bir güç, kuvvet kaynağı olarak görülen babasının yanında olmaması ve çocukluğunda bu boşanma nedeniyle maruz kaldığı zorluklar olabileceğine yönelik yorumlama yapmıştır. Buradan hareketle ailesiyle, arkadaşlarıyla ve kendisiyle olan ilişkisinde daha esnek ve sakin bir iletişim kurması yönünde terapötik süreç aracılığıyla farkındalık ve düzeltici duygusal deneyim kazanması amaçlanmıştır.

3.3. Üçüncü Oturum

Terapist danışandan önceki oturumu özetlemesini rica etmiştir. Danışan ailesiyle, arkadaşlarıyla ve terapistle olan ilişkisi üzerine konuştuklarına yönelik bir özetleme yapmıştır. Ancak danışanın sert mizacı ve eleştirel tutumunun halen devam ettiği dikkat çekmiştir.

T: İstersen camı kapatabilirim Defne.

D: Madem kapatacaktınız neden açtınız ki?

Bu cevap üzerine çalışmaya karar veren terapist danışanın bu tutumunu diğer sosyal ilişkilerdeki tutumlarıyla karşılaştırmıştır. Geçen oturumda olduğu gibi ilişki örüntüleri hakkında danışana farkındalık kazandırmak hedeflenmiştir.

D: Evet sanırım hep böyleyim.

T: İnsan ilişkilerinde bu tutum seni diğerlerinden koruyan bir kalkan görevi mi görüyor?

D: Sanırım evet.

T: Peki nasıl?

D: Annemle babam ben 4 yaşımıdayken boşanmışlar. İlkokula kadar hep sessiz sakin bir çocuktum. Ama 3.sınıfta bir volkan gibi patladım. Kuzenime saldırdım. İşte o andan itibaren baya değiştim. Hem fiziksel olarak da değiştim. Saçlarımı da kâkül yaptırmıştım. Sınıf arkadaşlarım beni tanıyamamıştı.

T: Peki o dönem başka neler oldu Defne?

D: Başka net bir şey olmadı. Hep içime ata ata birikmiş ve o an patladı. İyi ki patladı. Ondan sonra ne kuzenlerim ne arkadaşlarım canımı sıkamadılar.

T: Geçmişte yaşadıklarımız bugünü ve geleceği etkileyebilir. Hatta bugünü tamamen işlevsiz hale bile getirebilir. Aynı bankanın arabamıza ipotek koyması gibi. Bu durumda araba bizim olsa da banka onu kullanmamıza engel olur. Geçmişteki bazı yaşantıların bugünü mutlu yaşamamıza engel olması gibi. Anladığım kadarıyla senin o dönem verdiğin tepki yani bir volkan gibi patlaman seni dışarıdan gelebilecek tehlikelere karşı koruyan bir çelik yelek görevi görmüş. İnsanlara sert biçimde davranarak sana zarar vermelerini engellemiş oluyorsun. Doğru mu anladım Defne? Yanlış anladıysam lütfen beni düzelt.

D: Evet sanırım doğru. Hocam bir şey söyleyebilir miyim?

T: Tabii ki.

D: Sanırım bunun nedeni babama olan güvenimin boşa çıkmasıydı. Büyüklere de o yüzden güvenim yok. Ben o beni seviyor zannettim, benimle sık görüşecek sık arayacak zannettim ama o bunları yapmadı ve beni hayal kırıklığına uğrattı.

T: Ne zaman?

D: İşte küçüklüğümden beri.

T: Harika bir tespit yaptın. Bir başka danışanla belki 10 oturumda ortaya çıkarabileceğimiz bir durumu senin içgörün ve zekân sayesinde birkaç oturumda gün yüzüne çıkardık. Demek ki ilişkilerinde olan bu güvensizlik, bu önyargı veya bu sert tutum babana karşı kaybettiğin güvenden kaynaklanıyor. İşte bunu fark edip bunun üzerinden konuşuyor olmamız çok kıymetli.

D: Evet hocam umarım bunu değiştirebilirim.

Tam bu aşamada terapist, danışanın babasıyla ilgili tamamlanmamış işlerin çalışılması ve bastırılmış duyguların yaşanması için 'şimdi ve burada' olacak şekilde boş sandalye tekniğinin uygulanmasına karar vermiştir. Danışanın karşısına boş bir sandalye konulmuş ve orada babasının oturduğunu hayal etmesi istenmiştir. Danışandan babasına söylemek isteyip söyleyemediği cümleleri ve paylaşmak isteyip paylaşmadığı duyguları aktarması istenmiştir. Danışan başlangıçta zorlansa da tekniğe katılım göstermiş ve katarsis yaşayarak kendini açmayı başarmıştır. Terapist bu tekniğin uygulanması sırasında gösterdiği özveri ve çaba için danışanı tebrik etmiştir. Dinamik kuramın görüşüne göre tamamlanmamış işler bireyin hayatını etkilemeye hem şimdi hem gelecekte devam etmektedir. Ayrıca bu sayede danışanın yaşamındaki zorlukların zeigarnik etkisini hafifletmek de amaçlanmıştır. Bunun için terapötik ortamdaki en işlevsel yollardan biri danışanı 'şimdi ve burada'ya çekerek düzeltici duygusal deneyimler aracılığıyla yaşantıda bulunmasını sağlamaktır.

T: Defne ben sana göre bir yabancıydım ve senden yaşça büyüğüm. Ama sen bana gelip birçok özelden bahsettin. Duygularını, yaşanmışlıklarını ve düşüncelerini anlattın. Demek ki bana güvündün.

D: Ama hocam siz profesyonelsiniz. Herkese anlatmazdım tabii ki. Size güveniyorum çünkü.

T: O zaman şöyle diyebilir miyiz? Sen herkese başlangıçta tamamen güvenmiyorsun ki bu da gayet normal. Ama zamanla kime güvenip güvenemeyeceğinin ayrımını yapacak önseziye ve zekâyâ sahipsin. Bu kişi senden yaşça büyük de olsa, erkek de olsa ve daha önce hiç tanımadığın bir kişi de olsa. Yani ben.

D: Evet hocam haklısınız.

T: İlkokula gittiğin dönemlerde insanlardan ve sorunlardan kendini korumak için geliştirdiğin bu strateji kimi zaman işe yaramış ama sana da zararı dokunmuş gibi görünüyor. Fakat artık benim karşımda ilkokula giden savunmasız küçük bir kız yok. Benim karşımda olayları iyi analiz edebilen, doğru-yanlış, fayda-zarar, güven-güvenmemeyi iyi ayırt edebilen 15 yaşında zeki bir Defne duruyor.

D: Hocam buradan ne çıkarmalıyım?

T: Tehlikenin ne olduğunu ve kendini tehlikelere karşı korumak için volkan gibi patlamak dışında neler yapılabileceğini düşünebilirsin.

3.4. Dördüncü Oturum

Dördüncü oturum üçüncü oturumun danışan tarafından özetlenmesiyle başlamıştır. Terapist özetlemeye ek olarak danışanın önceki oturumda kişilerarası ilişkiler konusundaki farkındalığını belirtmiş ve bunun önemli bir gelişme olduğunu vurgulamıştır. Dördüncü oturum ile birlikte sonlandırmaya yaklaştıkları hatırlatılmıştır. Böylece olası bir ayrılık kaygısının gündeme gelmesi ve çalışılması amaçlanmıştır.

D: Hocam size bir şeyden bahsetmek istiyorum.

T: Tabii lütfen.

D: Kaç senedir doğum günüm hiç kutlanmıyor biliyor musunuz? Hediye almayı geçtim ama kimsenin bana pasta aldığını bile hatırlamıyorum.

T: Peki kimlerden bekledin doğum gününü kutlamasını Defne?

D: Hocam annem, anneannem... Hmm Betül ve Aysima'dan da (kuzenleri) beklerdim açıkçası.

T: Peki bu saydığın isimler senin için ne ifade ediyor?

D: Benim için çok değerliler, önemliler. Onları seviyorum.

T: Peki sen onlar için ne ifade ediyorsun sence?

D: Onlar da beni seviyordur herhalde.

T: Harika, peki seni başka seven kimler var?

D: Teyzelerim, dayım ve babaannem de beni seviyordur.

T: Bu kadar çok seveninin olmasına sevindim. Ama bu sayıya şaşırmadım doğrusu.

D: Hocam, teşekkür ederim.

T: Rica ederim.

...

D: Hocam siz ne kadar sakinsiniz ya. Sizi öfkeliyken hayal bile edemiyorum.

T: İnan bana Defne öfkeli olduğum zamanlar oluyor. Ağladığım, üzüldüğüm, korktuğum, kaygılandığım, pişman olduğum. Senin gibi, herkes gibi, hepimiz gibi. Hayatta sadece olumlu duyguların gerekli olmadığına inanıyorum. Okuduğum kitaplar, yaptığım meslek bana bunu öğretti. Bazen sinirlenmek, üzülme, hayal kırıklığına uğramak, mutluluk ve neşe kadar bizi geliştirebilir.

Danışanın sosyal ilişkilere bakış açısının bir hayli değiştiği ve terapist ile kurduğu iletişimde daha sakin ve sağduyulu hareket ettiği fark edilmiştir. Hem sevdiği kişileri söylemesi hem de onlar tarafından sevildiğini düşünmesi önemli kazanımlar olarak görülmüştür.

3.5. Beşinci Oturum

Terapist danışanla çıkılan yolculuğu, en başından şimdiye kadar geçen süreci genel olarak özetlemiştir. Ardından danışandan da kendi sözleriyle özetlemesini istemiştir. Terapist bu oturumda danışan ile eşitler ilişkisine dayalı bir süreç yürütmüştür. Danışan genel olarak kişilerarası ilişkilere, annesi ve anneannesiyle olan iletişime ve babasına yönelik yoğun duygularının azalmasına ilişkin bir özetleme yapmıştır. Kendisini sürecin başında belirlediği hedeflere bir hayli yaklaşmış olarak gördüğünü söylemiştir. Bunun yanında sınıfından birkaç kişiyle iletişim kurmaya başladığını dile getirmiştir. Terapötik sürecin en önemli kazanımlarından biri de danışanın diğer kişilere, kendisine ve olaylara yönelik daha esnek bir tutum sergilemeye başlamasıdır. Geçmişte yaşadığı travmaların sorumlusunun kendisi olmadığını ve artık bunlarla baş edebilecek içgörüye, zekâya ve güce sahip olduğunu belli bir düzeye kadar fark etmiştir. Beşinci oturumun bitimiyle birlikte terapötik süreç bir ay sonra izleme görüşmesine kadar sonlandırılmıştır.

3.6. Altıncı Oturum

Beşinci oturumun bitiminin ardından izleme görüşmesi adı verilen altıncı oturum yapılmıştır. Bu oturumda asıl amaç terapötik kazanımların niteliğini incelemektir. Terapist ile danışan geçen yedi oturumu özetlemiş ve edinilen kazanımlar (sosyal beceriler, esneklik, duygu kontrolü) hakkında konuşmuşlardır. Terapist danışana bir ayın nasıl geçtiğini sormuştur. Danışan ise özetle sorunlarıyla daha iyi başa çıktığından ve daha fazla arkadaşının olduğundan bahsetmiştir. Ardından danışan geçirdiği gelişim, değişim ve dönüşüm bağlamında pozitif ifadelerle desteklenmiştir. Ayrıca bundan sonraki yaşantısında karşılaşılabilecek güçlüklerin sahip olduğu kaynaklar aracılığıyla çözebileceği yönünde cesaretlendirilmiştir. Terapötik süreç pozitif duygularla sonlandırılmıştır.

Tartışma ve Sonuç

Bu araştırmada travmatik yaşantılar deneyimleyen ergenlik dönemindeki birey ile iki oturumu anamnez alma süreci olmak üzere toplamda sekiz oturum süren dinamik yönelimli BEP uygulamasının etkililiği incelenmiştir. Terapötik sürece ilişkin derinlemesine inceleme yürütülen danışanın süreç sonunda sorunlarıyla daha güçlü baş etme, sağlıklı ilişkiler geliştirme ve duygularını kontrol etme açısından kritik kazanımlar elde ettiği belirlenmiştir. İlgili alan yazını incelendiğinde travmanın neden olduğu psikopatolojik durumlarda çeşitli kuram ve uygulamaların işlevselliği incelenmiştir. Travmatik yaşantı geçiren çocuk ve ergenlerde EMDR (Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme-Eye Movement Desensitization and Reprocessing) psikoterapi yönteminin etkili olduğu belirtilmektedir (Merdan-Yıldız vd., 2021). Benzer şekilde travma odaklı Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) modelinin travmatik deneyime sahip çocuk ve ergenlerde etkili olduğu ifade edilmektedir (Karakaya, 2014). Bununla beraber danışanın travmatik gereksinimlerine uyarlanmayan psikoeğitim uygulamalarının ise başarısız olabileceği dile getirilmektedir (Özen, 2017). Buradan hareketle travmatik deneyimi bulunan çocuk ve ergenlerle çalışırken referans alınan/benimsenen psikoterapi modelinin içeriği, yapısı ve uyarlanması bağlamında kritik bir role sahip olduğu söylenebilir.

Mevcut çalışmadaki vaka/ergen henüz dört yaşındayken ayrılan anne babasının boşanma sürecinden önemli ölçüde etkilendiğini bildirmiştir. Aile içindeki çatışmalar ve ebeveyn boşanması ergenler için travmatik bir deneyim olarak kabul edilebilir (Yanar ve İlhan, 2022). Mevcut araştırmada incelenen ergen danışan terapötik süreç boyunca annesi ile iyi anlaşamadığından, babasına yönelik büyük öfke duyduğundan ve kaliteli sosyal ilişkilere sahip olamadığından yakınmaktadır. Nitekim ergenlerin gelişimleri üzerinde ebeveynlerinin özellikleri ve tutumları oldukça etkilidir (Schofield vd., 2012).

Geçmişten bugüne aile içinde sürekli çatışmalar yaşadığını belirten danışanın ciddi duygusal, sosyal ve ruhsal problemlere sahip olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca danışanın kişilerarası ilişkilerinde öfkesini kontrol edemediği fark edilmektedir. Alan yazını incelendiğinde ebeveyn boşanması nedeniyle travmatik yaşantıları bulunan ergenlerin kaygı, öfke (Salahian vd., 2021), depresyon (Hadžikapetanović vd., 2017), yalnızlık (Çivitçi, 2009), intihar girişimi (Auersperga vd., 2019), psikiyatrik bozukluk ve madde kullanımı (Tebeka vd., 2016) düzeylerinin diğer ergenlerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Danışanın öfke ve güvensizliğe dayanan kişilerarası ilişki örüntüsünün terapötik ortamda terapistle karşı da yansıdığı ve transferans yaşandığı dikkat çekmiştir. Bunun sebebi danışanın yaşadığı baba figürüne ilişkin yoksunluk olabilir. Hatta terapistle babasına duyduğu öfkeyi yansıtması da muhtemeldir. Ebeveyni boşanmış çocuklarla çalışan Drakulić (2014), bu çocukların yeni bir nesne ilişkisine ihtiyaç duyduğu için hayatındaki önemli yetişkinlere (öğretmeni gibi) yönelik transferans geliştirebileceğini ifade etmiştir. Bu durumu fark edip görmezden gelen yetişkin ise bu çocukları hayal kırıklığına uğratmaktadır. Mevcut araştırmada terapist bu durumun farkına varıp negatif transferansı pozitif çevirmek için belli tedbirler almıştır. Bunun için koşulsuz kabul ve empatik becerileri kullanarak danışanın güçlü yanlarını ve ego işlevini desteklemeye çabalamıştır.

Danışanın en büyük problemlerinden biri babasına yönelik ambivalans duygular yaşaması olarak dikkat çekmiştir. Babasına yönelik yoğun öfke duyan danışan aynı zamanda ona büyük bir özlem hissetmektedir. Hendekci ve Gök-Uğur (2021) tarafından yapılan araştırmada kız ergenlerin babalarıyla ilişkilerinde duyarlılık boyutu erkek ergenlerden daha yüksek çıkmıştır. Bu kız ergenlerin bazı konularda babalarıyla özel bir ilişkiye sahip olabileceğini ortaya koymaktadır. Aynı zamanda Psikanaliz kuramında Freud kız çocuklarının babalarına yönelik yoğun bir ilgi duyduğunu ifade etmektedir (Freud, 1924, s. 419). Her çocuğun fallik dönemde (3-6 yaş) Oedipus kompleksi yaşadığı belirtilmektedir (Geçtan, 2002; Özşahin, 2019). Bu bağlamda danışanın travmatik deneyiminin tam fallik döneme (dört yaşında) denk geldiği görülmektedir. Babasından bu dönem ayrılmak zorunda kalan danışanın ciddi potansiyel sorunlar yaşaması muhtemeldir. Terapist danışanın babasına yönelik tamamlanmamış işleri, ambivalans duyguları, ifade edilmeyen düşüncelerini çalışmak için boş sandalye tekniği uygulamaya karar vermiştir. Bu sayede danışanı 'şimdi ve burada'ya çekmeyi amaçlamıştır. Danışan bu teknik esnasında babasına daha önce paylaşmadığı duygularını ifade etmiş ve önemli bir aşama olan katarsis yaşanmıştır. Katarsis psikoterapide başlı başına bir amaç olmasa da terapötik hedefe giden yolda önemli bir aşama olarak değerlendirilir. Nitekim boş sandalye tekniğinin temel amaçlarından biri danışana çözülememiş duygularını ifade etme ve yaşamındaki önemli diğerlerine hitap edebilme fırsatı sağlamasıdır (Korkmaz, 2022). Derinlemesine çalışma oturumundan itibaren terapist danışanın kişilerarası ilişki örüntüleri ve sorunlarının temelinde yatan baba ilişkisi

konusunda farkındalık ve içgörü kazandırmak için yorumlama, yüzleştirme ve düzeltici duygusal deneyim tekniklerini uygulamıştır. Terapist danışan ile kurduğu ilişki sayesinde danışanın ilişki konusunda deneyimde bulunmasını sağlamış ve terapötik süreçte bu ilişki üzerinde çalışmıştır. Sonuç olarak danışanın sosyal becerilerinin geliştiği, direncinin azaldığı, terapistle yönelik negatif transferansın sonlandığı, edindiği içgörü ve farkındalık neticesinde sorunlarının temelinde bulunan sebepleri daha net görmeye başladığı ve baş etme becerisinin geliştiği görülmüştür.

Öneriler

Bu çalışmada BEP uygulamasının travmatik yaşantılar deneyimleyen ergenlik dönemindeki birey için etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buradan hareketle ruh sağlığı uzmanları gelişimsel kriz ve travma geçmişi olan ergenlerin ruh sağlığını iyileştirmek amacıyla BEP uygulaması gerçekleştirebilir. Bu çalışmada travmatik deneyim aile çatışması ve ebeveyn boşanması kriterleri ile tanımlanmıştır. Gelecek çalışmalarda farklı travmatik deneyimlere (doğal afet, kaza, istismar, yakının vefatı vb.) sahip çocuk ve ergenlerle vaka incelemesi veya ampirik desende araştırmalar yürütülebilir. Bunun yanında travma geçmişi olan ergenlere yönelik sunulacak güncel terapötik müdahalelerin (ilişkisel-kültürel kuram, duygu odaklı terapi, farkındalık temelli bilişsel terapi, diyalektik davranışçı terapi vb.) BEP ile karşılaştırılmasına yönelik çalışmalar yapılabilir. Ayrıca mevcut çalışma vaka incelemesi yöntemiyle yürütülmüştür. Gelecekteki çalışmalarda benzer olgular (travma, travmatik deneyim, ergenlik dönemi vb.) farklı araştırma yöntemleri (nitel/nicel/karma) aracılığıyla ele alınıp BEP'in etkililiği test edilebilir. Bununla birlikte mevcut çalışmada derinlemesine incelenen vaka ergenlik dönemindeki bir bireydir. İlgili araştırmacılar travmatik yaşantısı bulunan farklı gelişimsel dönemdeki birey/bireylere yönelik (çocukluk, genç yetişkinlik, yetişkinlik, yaşlılık vb.) BEP'in etkililiğine ilişkin vaka incelemesi çalışması yürütebilirler.

Kaynakça

- Abbass, A., Town, J., & Driessen, E. (2012). Intensive short-term dynamic psychotherapy: a systematic review and meta-analysis of outcome research. *Harvard review of psychiatry*, 20(2), 97-108.
- Abbasi, M., N., & Manavipour, D. (2023). The Effectiveness of intensive short term dynamic psychotherapy on clinical symptoms and academic performance in adolescents with oppositional defiant disorders. *Iranian Evolutionary Educational Psychology Journal*, 5(2), 134-144.
- Atzil-Slonim, D. (2019). Psychodynamic psychotherapy for adolescents. In *Contemporary psychodynamic psychotherapy* (pp. 253-266). Academic Press.
- Auersperg, F., Vlasak, T., Ponocny, I., & Barth, A. (2019). Long-term effects of parental divorce on mental health—A meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, 119, 107-115.
- Bektaş, İ., & Özkoçak, V. (2018). Ergenlik döneminde bulunan dezavantajlı çocukların suçla sürüklenmelerinin önlenmesi. *Avrasya Sanat ve Medeniyet Dergisi*, 10, 13-22.
- Bellak, L. & Siegel, H. (1983). *Handbook of intensive brief and emergency psychotherapy (B.E.P.)*. USA: C.P.S. INC.
- Benson, P., & Bundick, M. (2015). Erikson and adolescent development: Contemporary views on an enduring legacy. *Journal of Child and Youth Care Work*, 25, 195-205.
- Briggs, S., Maxwell, M., & Keenan, A. (2015). Working with the complexities of adolescent mental health problems: Applying time-limited adolescent psychodynamic psychotherapy (TAPP). *Psychoanalytic Psychotherapy*, 29(4), 314-329.
- Burger, J. M. (2008). *Personality* (7th Ed.). Thomson Wadsworth.
- Caldirolì, A., Capuzzi, E., Riva, I., Russo, S., Clerici, M., Roustayan, C., & Buoli, M. (2020). Efficacy of intensive short-term dynamic psychotherapy in mood disorders: A critical review. *Journal of Affective Disorders*, 273, 375-379.
- Christogiorgos, S., Stavrou, E., Widdershoven, M. A., & Tsiantis, J. (2011). Brief psychodynamic psychotherapy in adolescent depression: two case studies. J. Trowell & G. Miles (Ed.) *Childhood depression: A place for psychotherapy*. Karnac.
- Civitci, N., Civitci, A., & Fiyakali, N. C. (2009). Loneliness and life satisfaction in adolescents with divorced and non-divorced parents. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 9(2), 513-525.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches* (3rd Ed.). SAGE Publications.
- Çitil, C. (2016). *Lise öğrencilerinin travmatik sorunlarını çözüme dinamik yönelimli Kısa-Yoğun-Acil psikolojik danışma uygulaması* (Tez No: 436948) [Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Doğan, B. Y. (2015). *Kısa acil psikoterapi (BEP)* (2. baskı). Kurgu Kültür Merkezi Yayınları.
- Drakulić, A. M. (2014). A psychoanalytic approach to education and raising school children of divorced parents. *Croatian Journal of Education*. 16(2), 111-124.
- Erikson, E. (1968). *Identity youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Fiorini, G., Bai, Y., Fonagy, P., Impact Consortium, & Midgley, N. (2024). Short-term psychoanalytic psychotherapy with depressed adolescents: Comparing in-session interactions in good and poor outcome cases. *Psychotherapy Research*, 34(7), 991-1004.
- Fredum, H. G., Rost, F., Ulberg, R., Midgley, N., Thorén, A., Aker, J. F. D., & Dahl, H. S. J. (2021). Psychotherapy dropout: using the adolescent psychotherapy Q-Set to explore the early In-Session process of short-term psychodynamic psychotherapy. *Frontiers in Psychology*, 12, 708401.

- Freud, S. (1924). The passing of the Oedipus complex. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 5, 419.
- Gatta, M., Miscioscia, M., Svanellini, L., Spoto, A., Difronzo, M., De Sauma, M., & Ferruzza, E. (2019). Effectiveness of brief psychodynamic therapy with children and adolescents: an outcome study. *Frontiers in Pediatrics*, 7, 501.
- Geçtan, E. (2002). *Psikanaliz ve sonrası*. Remzi Kitabevi.
- Hadžikapetanović, H., Babić, T., & Bjelošević, E. (2017). Depression and intimate relationships of adolescents from divorced families. *Medicinski Glasnik*, 14(1), 132-138.
- Hartley, J. (2004). Case study research. C. Cassell, & G. Symon (Eds.) *Essential guide to qualitative methods in organizational research*. SAGE Publications.
- Heale, R., & Twycross, A. (2018). What is a case study?. *Evidence-based Nursing*, 21(1), 7-8.
- Hendekci, A., & Gök-Uğur, H. (2021). Ergenlik dönemi öğrencilerinin riskli sağlık davranışları, anne baba ergen ilişkileri ve etkileyen etmenler. *Balikesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(2), 134-146.
- Kararımak, Ö., Özeke Kocabaş, E., & Toker, N. (2016). Ergenlerde olumsuz kimlik gelişiminin önlenmesine yönelik aile rehberlik programı. *Yaşadıkça Eğitim*, 30(2), 1-20.
- Karakaya, I. (2014). Çocukluk çağı travmalarında travma odaklı bilişsel davranışçı tedavi modeli. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15(4), 350-357.
- Kaya, M. S., & Yıldırım, T. (2021). Gelişimsel krize müdahalede kısa-yoğun-acil psikoterapinin kullanımı: Bir olgu sunumu. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 8(2), 312-341.
- Korkmaz, E. (2022). Duygu odaklı terapide yeme bozukluklarına kapsamlı bir bakış. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 4(8), 14-27.
- Lerner, R. M., & Steinberg, L. (2004). *The scientific study of adolescent development: Past, present, and future* (p.1-15). Handbook of adolescent psychology (Eds. R. M. Lerner & L. Steinberg). John Wiley & Sons.
- Levenson, H. (2018). *Kısa dinamik terapi*. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Mensi, M. M., Orlandi, M., Rogantini, C., Borgatti, R., & Chiappedi, M. (2021). Effectiveness of short-term psychodynamic psychotherapy in preadolescents and adolescents affected by psychiatric disorders. *Psychiatry Investigation*, 18(10), 923.
- Merdan-Yıldız, E. D., Kumpasoğlu, G. B., Eltan, S., & Tutarel-Kışlak, Ş. (2021). Çocuk ve ergenlerde EMDR: Travma sonrası stres bozukluğu tedavisindeki etkililiği üzerine bir derleme. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(2), 213-228.
- Midgley, N., Mortimer, R., Cirasola, A., Batra, P., & Kennedy, E. (2021). The evidence-base for psychodynamic psychotherapy with children and adolescents: A narrative synthesis. *Frontiers in Psychology*, 12, 662671.
- Özen, Y. (2017). İntihar etmiyorsak yaşayalım bari!!! (Travma terapisi ve travmada psikoeğitim). *Al-Farabi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(3), 463-486.
- Özşahin, S. (2019). Bir Freud masalı: Çocuk masumluluğu. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(6), 129-137.
- Romadhon, A. F., & Sanyata, S. (2020, Ağustos). Implementation of gestalt therapy in counseling to overcome parental divorce trauma in adolescents. In *2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019)* (pp. 171-177). Atlantis Press.
- Salahian, A., Rahimyan, S., & Gharibi, H. (2021). Comparison of aggression, anxiety, stress and depression between normal and divorce teenagers. *Journal of Divorce & Remarriage*, 62(3), 165-178.
- Schofield, T. J., Conger, R. D., Donnellan, M. B., Jochem, R., Widaman, K. F., & Conger, K. J. (2012). Parent personality and positive parenting as predictors of positive adolescent

- personality development over time. *Merrill-Palmer Quarterly (Wayne State University Press)*, 58(2), 255-283.
- Sklare, G.B. (2012). *Okul danışmanları için çözüm odaklı kısa süreli psikolojik danışma*. D. M. Siyez (Çev.). Pegem Akademi.
- Şikel, Ç., & Harmancı, H. (2022). Ebeveynin boşanması çocuğun kimlik gelişimini etkiler mi?. *Karatay Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8, 123-146.
- Tebeka, S., Hoertel, N., Dubertret, C., & Le Strat, Y. (2016). Parental divorce or death during childhood and adolescence and its association with mental health. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 204(9), 678-685.
- Tight, M. (2010). The curious case of case study: A viewpoint. *International Journal of Social Research Methodology*, 13(4), 329-339.
- Tsang, E. W. (2014). Generalizing from research findings: The merits of case studies. *International Journal of Management Reviews*, 16(4), 369-383.
- Ulberg, R., Hersoug, A. G., & Høglend, P. (2012). Treatment of adolescents with depression: the effect of transference interventions in a randomized controlled study of dynamic psychotherapy. *Trials*, 13, 1-10.
- Yanar, K., & İlhan, T. (2022). Boşanmış aile çocuklarında boşanmanın etkileri ve travma sonrası büyüme: nitel bir çalışma. *Disiplinlerarası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(12), 172-186.
- Yıldırım, T., Şad, S. N., Çırak, Y., Atli, A., Kaya, A. G. M., Çitil, C. (2015, Haziran). *Lise öğrencilerinin yaşadıkları gelişimsel ve travmatik sorunlar*. IInd International Eurasian Educational Research Congress, Ankara.
- Yıldırım, T. (2020). *Bir ergenin kişilik yapılanması üzerine dinamik yönelimli Kısa-Yoğun-Acil psikoterapi (BEP)*. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Yim, R. K. (2018). *Case study research and applications* (6th Ed.). SAGE Publications.

Yazarların Makaleye Katkı Oranları

Makale tek yazarlı olarak hazırlanmıştır.

Çıkar Beyanı

Yazarın çıkar çatışması olmamıştır.

Etik Kurul İzni

Bu araştırma, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 12.03.2024 tarihli, 05 no'lu oturumunda alınan 01-51 sayılı kararıyla etik açıdan uygun bulunmuş ve gerekli izin alınmıştır. / This research was approved by the Ethics Committee for Social and Human Sciences Research of Tokat Gaziosmanpaşa University with the decision dated 12.03.2024, session no: 05, decision no: 01-51.