



JSES

Journal of Sustainable Educational Studies



Geliş/Received: 16.01.2022 Kabul/Accepted: 09.02.2022

## LİSE ÖĞRENCİLERİYLE ÇÖZÜM ODAKLI KISA SÜRELİ YAKLAŞIMA DAYALI OLARAK YÜRÜTÜLEN TEZLERİN İNCELENMESİ<sup>1</sup>

Cemre OKYAY<sup>2</sup>

Tuğba YILMAZ BİNGÖL<sup>3</sup>

### Özet

Ergenlik kimi kuramlarda fırtına ve stres dönemi olarak belirtilen, değişimlerin hızlı yaşandığı ve bu değişime uyum sağlamanın önemini arttığı bir gelişim dönemidir. İnsanın kendisini tanıma, yaşamı anlamlandırma ve geleceğine ilişkin hedefler oluşturma ihtiyacı özellikle ergenlik dönemindeki bireylerde daha çok ön plana çıkmaktadır. Ergenlik barındırdığı karmaşalardan dolayı riskli davranışların görülme ihtimalinin arttığı bir dönemdir. Bu nedenle, ergenlerle yürütülen çalışmaların önemli olduğu düşünülmektedir. Ergenlerin yoğun olarak liselerde öğrenim görmesinden dolayı bu araştırmada Türkiye’de yer alan liselerde öğrenim gören öğrencilerle yapılan çalışmalar ele alınacaktır. Okullarda öğrenci sayısının fazla olması zamanın etkili kullanımını zorunlu hale getirmektedir. Bu sebeple kısa süreli yaklaşımların ve tekniklerin okullarda kullanımı önem kazanmaktadır. Bu araştırma makalesinde, kısa süreli çözüm odaklı yaklaşıma dayalı liseli öğrencilerle yapılan ulusal tez çalışmalarının derlenmesi amaçlanmaktadır. Sonuç olarak, yapılan çalışmaların çözüm odaklı yaklaşımın temel felsefesine uygun bir şekilde lise öğrencilerinin ihtiyacı olan değişimleri ortaya çıkarma konusunda başarılı olduğu görülmektedir.

**Anahtar Sözcükler:** Lise öğrencileri; ergenlik; çözüm odaklı yaklaşım

## AN EXAMINATION OF THE THESES CONDUCTED BASED ON A SOLUTION ORIENTED SHORT-TERM APPROACH WITH HIGH SCHOOL STUDENTS

### Abstract

People need to know themselves, make sense of life and create goals for their future and also the issue is more prominent especially in adolescents. Considering the existing examination system in Turkey, the basic requirement that directly affects the future years and gives people a professional role is to achieve success from the university exam for most students. This exam period which includes a long preparation process, brings along some psychological problems in high school students and nowadays the importance of guidance services and school psychological counseling in schools is increasing. Considering the school environment, time must be used effectively because of the large number of students. For this reason, the use of short-term therapy approaches and techniques in schools is gaining importance. In this research article, it is aimed to compile national studies (theses) with high school students based on a short-term solution-oriented approach. As a result, it has been concluded that the studies carried out with a short term solution oriented approach are successful about meeting the needs of high school students.

**Key Words:** High school students; adolescence; solution focused approach

Makale Türü (Article Type): Araştırma Makalesi/Research Article

<sup>1</sup> Bu çalışma 18-19 Aralık 2021 tarihlerinde FSMVU Eğitimde Mükemmeliyet Araştırmaları Kongresi’nde (EMAK-2021) sunulan sözlü bildirin genişletilmiş hâlidir.

<sup>2</sup> Yüksek Lisans Öğrencisi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı, İstanbul-Türkiye, cemre.posta35750@gmail.com, ORCID: 0000-0002-8745-144X

<sup>3</sup> Doç. Dr., Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, İstanbul-Türkiye, tbingol@fsm.edu.tr, ORCID: 0000-0002-1104-2244

**Kaynakça Gösterimi:** Okay, C., & Yılmaz Bingöl, T. (2022). Lise öğrencileriyle çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma dayalı olarak yürütülen tezlerin incelenmesi. *Journal of Sustainable Educational Studies (JSES)*, (Ö1), 88-96.

## 1. GİRİŞ

Ülkemizde ergenlik dönemi genel olarak lise sürecini kapsamaktadır. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, ergenlik dönemi içerisinde yer alan lise öğrencilerinin; bilişsel, fiziksel, cinsel, sosyal ve psikolojik değişimlerle başa çıkmaları gerekmektedir. Lise öğrencilerinden beklenen temel gelişim görevleri; cinsel kimliğini kabul edip bu role uygun davranışlar geliştirmesi, kendi başına kararlar alması ve uygulaması, akran grubu tarafından kabul görmesi, kendine hitap eden bir hayat felsefesi benimsemesi, mesleki tercihi için gerekli çalışmaları yaparak bir mesleğe yönelmesi ve oluşturduğu kimliği içselleştirebilmesi şeklinde sıralanabilir (Yüksel, 2008).

Literatürde ergenlik olarak adlandırılan gelişim evresi, çocukluktan yetişkinliğe geçiş ve hazırlık aşamasıdır. Genç birey bu evrede fizyolojik değişimin yanı sıra duygusal ve psikolojik değişimler de yaşamaktadır. Alan yazın incelendiğinde, ergenlik çağındaki liseli öğrencilerde genellikle depresyon, anksiyete, somatizasyon, düşmanlık, olumsuz benlik algısı boyutlarının incelendiği göze çarpmaktadır (Yerlikaya, 2020). Ergenlik dönemine psikanalitik kuram açısından bakıldığında; bu dönemde geçici bir rol kararsızlığı durumunun hâkim olduğu görülmektedir. Ergen, kararlı bir bağımsızlık ile çocuksu bir bağımsızlık arasında gider gelir. Bu dönem içerisinde çözüm yolu bulunamayan problemler, hayatın diğer dönemlerinde bireyin yaşamına ‘kimlik problemi’ olarak yansır (Geçtan, 1995). Kimliğini oluşturma çabasında olan liseli öğrencilerde ani duygu değişimleri, geleceğe yönelik kaygılar, öfke, içe kapanıklık ile coşkulu duygulanım arasında hızlı geçişler sıklıkla gözlemlenebilir.

Sosyal açıdan bakılacak olursa; toplum, liseli gençlerden kendi gelecekleriyle ilgili amaçlar oluşturmalarını ve bu amaçlar doğrultusunda hazırlık yapmalarını beklemektedir. Bu beklentilerin yerine getirilebilmesi veya getirilememesi gençlerin kendilik algısını etkilemektedir. Bu konuda bireyin sahip olduğu farkındalık seviyesi, problem çözme becerilerini kullanma ve stresle başa çıkmayı etkilediği için psikolojik problem yaşama ihtimalini de belirlemektedir (Dinçel, 2006). Ergenlik çağındaki liseli öğrencilere getirdiği bütün bu zorluklar düşünüldüğünde, okullardaki rehberlik hizmetlerinin etkili şekilde yürütülmesi büyük önem kazanmaktadır. Lise kademesinde okuyan öğrenci sayısı fazla olmakla beraber rehber öğretmenlerin öğrencilere ayırabilecekleri zaman sınırlıdır. Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım, az zamanda çözüme ulaştırmayı hedeflediği için liselerde kullanımının işlevsel olacağı düşünülmektedir. Bu nedenle literatür incelendiğinde, lise öğrencilerinin örneklem olduğu çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma dayalı çalışmalar olduğu görülmektedir. Bu çalışmada 2021 Kasım ayına kadar geçen sürede kısa süreli çözüm odaklı yaklaşıma dayalı lise öğrencileriyle yapılan ulusal tezlerin derlenmesi amaçlanmaktadır.

### 1.1. Çözüm Odaklı Kısa Süreli Yaklaşım ve Teknikleri

Geçmişten günümüze kadar geçerliliğini koruyan ve yaygın olarak kullanılan terapi yaklaşımlarına bakıldığında, genellikle geçmiş yaşantılara, erken çocukluk deneyimlerine veya işlevsel olmayan baş etme mekanizmalarının çözümlenmesine odaklanıldığı bilinmektedir. Çözüm odaklı kısa süreli terapi (ÇOKST) ise bu tür terapi yaklaşımlarından pek çok noktada ayrılmaktadır. Postmodern yaklaşımı benimseyen çözüm odaklı kısa süreli terapi; Milwaukee şehrinde yer alan Zihinsel Araştırmalar Enstitüsünde (MRI) yürütülen araştırmalar sonucunda Steve de Shazer, Insoo Kim Berg ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Yılmaz Bingöl, 2015). Çözüm odaklı terapide sıkça kullanılan teknikler aşağıda belirtilmiştir.

**1.1.1. Terapi öncesi değişim:** Değişimin, danışanın terapiye karar vermesi ve bunun için randevu alması ile başladığına inanılır. Bu nedenle ilk oturuma gelene kadar nelerin değiştiği danışana sorulur (Sağar, 2020).

**1.1.2. İstisna soru:** Yaşanan her problemin içinde bir parça çözüm barındırdığına inanılır ve danışma sürecinde bahsedilen sorunun yaşanmadığı zamanlar ortaya çıkarılmaya çalışılır. Bu soru ile danışanın kendi potansiyel çözümlerini bulması amaçlanır. “Belirttiğiniz sorunu yaşamadığınız anlar var mı? Neler farklı oluyor da bu sorunu yaşamıyorsunuz?” (Akgül Gündoğdu, 2015).

**1.1.3. Derecelendirme sorusu:** 0’dan 10’a kadar sayıların (0 ve 10 da dahil) yazılı olduğu bir sayı doğrusu çizilir. “0 bu sorunu hiç yaşamadığımız 10 ise bu problemi en üst seviyede yaşadığınız durumu sembolize ediyor. Kendinizi şu an nerede görüyorsunuz?” Derecelendirmenin ardından danışanın yakın ve uzak hedefleri üzerine

konusulur. Ayrıca derecelendirme tekniği sayesinde danışanın ilerleme düzeyi hakkında bilgi sahibi olunur (Ayar, 2018).

**1.1.4. Mucize soru:** Danışana gece uyurken bir mucize yaşandığı ve sorununun tamamen çözüldüğü hayal ettirilir. Bu durumu ilk olarak nasıl fark edeceği, hayatında ne gibi değişimler olacağı sorulur. Mucize soru tekniği, danışanın beklentilerinin ortaya koyulmasını ve daha somut hedefler belirlenmesini kolaylaştırır (Şahin, 2021).

**1.1.5. İlk oturum görevinin formülasyonu:** İkinci oturuma kadar danışanın yapmasının istendiği bir ödevdir. Geleceğe dair olumlu düşünceler geliştirmeye ve amacın belirlenmesine yardımcı olur. “Yaşamınızı gözlemlemenizi istiyorum, 2. oturumda sizin hayatınızda olan ve devam etmesini arzuladığınız şeyler hakkında paylaşımda bulunabilirsiniz.” (Doğasal ve Karakartal, 2021).

**1.1.6. Geleceği okuma tekniği:** Problem ortadan kalktığı zaman yaşamında nasıl değişimler olacağı danışana düşündürülür (Çavuş Bekce, 2019).

**1.1.7. Övgü:** Samimi olarak danışmanın danışana söylediği olumlu geribildirimlerde bulunmasını ve danışanın pozitif özelliklerini açığa çıkarmasını içeren tekniktir. Danışanın cesaretinin artmasında ve terapötik ilişkinin gelişerek iş birliğinin artmasında etkilidir (Koç, 2016).

Okullarda öğrenci sayısının fazla olması, zamanın verimli kullanımını zorunlu hale getirmektedir. Kısıtlı olan zamanın etkili kullanılmasında çözüm odaklı yaklaşımın faydalı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca bu yaklaşım, kimlik arayışında olan ergenlik dönemindeki liseli öğrencilerin kendi güçlü yanlarının ve kaynaklarının farkına varmaları noktasında da yarar sağlayabilir. Bu sebeple kısa süreli çözüm odaklı yaklaşımların ve tekniklerinin okullarda kullanımı önem kazanmaktadır.

## 1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, kısa süreli çözüm odaklı yaklaşıma dayalı liseli öğrencilerle yapılan ulusal tez çalışmalarının incelenmesi amaçlanmaktadır.

## 2. YÖNTEM

Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden derleme çalışması kullanılmıştır. Doküman analizi bu araştırmanın veri toplama aracıdır. Nitel araştırmalar, nitel veri toplama yöntemlerinin kullanıldığı (görüşme, gözlem ve doküman analizi), olayların ve konuyla ilgili algıların doğal ortamda daha gerçekçi ve bütüncül şekilde ortaya konması amacı ile yürütülen araştırma türleridir (Aydın, 2018). Derleme çalışmalarında; belirlenen konu çerçevesinde daha önce yapılan çalışmalara ulaşılır, bilgiler incelenir, eldeki veriler planlı ve düzenli bir şekilde bir araya getirilerek bilimsel yazı oluşturulur (Güzeldemir, 2018). Doküman analizinde, araştırmanın başında ifade edilen sınırlar içerisindeki tüm yazılı belgeler dikkatli ve sistematik şekilde incelenir. İncelenen bulgular analiz edilerek bir bütün haline getirilerek okuyucuya sunulur (Kıral, 2020).

## 3. BULGULAR

Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşımın lise öğrencileriyle çalışıldığı ulusal tezler incelendiğinde ruminasyon, öğrenilmiş çaresizlik, sanal zorbalık, akran zorbalığı, özgüven, problemlerle internet kullanımı ve öfke yönetimi konu başlıklarının ele alındığı görülmektedir.

Tuna (2012), İzmir’in Seferihisar ilçesindeki bir Anadolu Lisesinde okuyan 9. sınıf öğrencileri ile bir araştırma gerçekleştirmiştir. Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım esas alınarak hazırlanan öfke kontrolü eğitim programı deney grubuna uygulanarak bu eğitim programının öfke kontrolü ve iletişim becerileri düzeylerine etkisinin olup olmadığı anlaşılmaya çalışılmıştır. Araştırmada, deney grubunu, kontrol grubunu ve plasebo grubunu içeren 3x2’lik karışık desen kullanılmıştır. Belirlenen gruplara “İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği” uygulanmıştır. Deney grubundaki öğrencilere, 10 oturumu içeren 45’er dakikalık çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma dayalı öfke kontrolü psiko-eğitim çalışması uygulanmıştır. Eş zamanlı olarak plasebo grubuyla 10 oturumdan 45’er dakikalık mesleklerin tanıtımı ve üniversite sınavı hakkında bilgilendirme çalışması gerçekleştirilmiştir. Kontrol grubunda hiçbir uygulama yapılmamıştır. Elde edilen verilerin analiz kısmında tek yönlü ANOVA, iki faktörlü ANOVA ve Tukey testi kullanılmıştır. Ön-test son-test kontrol gruplu deneme modelinin kullanıldığı bu çalışmanın bağımsız değişkeni, öfke kontrolüne yönelik psiko-eğitim programı olarak belirlenmiştir. Çalışmaya dahil edilen liseli öğrencilerin öfke kontrol düzeyi, öfkeyi dışa vurma düzeyi, sürekli öfke düzeyi, öfkeyi içte tutma düzeyi ve iletişim becerileri düzeyi ise araştırmanın bağımlı

değişkenleri olarak belirlenmiştir. Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma dayalı öfke kontrolü eğitim programı ilk 5 oturumda çözüm odaklı yaklaşımı tanımaya yönelik etkinlikleri içerirken son 5 oturumda öfke kontrolünde farklı yolları keşfedilmesine, hayata geçirilmesine ve iletişim becerileri hakkında bilgi sahibi olarak bu bilgilerin öfke kontrolü açısından öneminin fark edilmesine yönelik uygulamaları içermektedir. Deney grubuna uygulanan 10 oturumluk süreçte çözüm odaklı terapi yaklaşımının tekniklerinden; istisna durumlar, geleceği okuma, başa çıkma soruları, mucize soru, iltifat etme kullanılmıştır. Sonuç olarak, psiko-eğitim programına katılımın sürekli öfke, öfkeyi dışa vurma ve öfkeyi içte tutma bağımlı değişkenlerinde azalmaya, öfke kontrolünde anlamlı bir artışı meydana getirdiği görülmüştür. İletişim becerisinde ise anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Çitemel (2014), çözüm odaklı kısa süreli yaklaşımın felsefesini içeren grupla psikolojik danışma programı hazırlayarak liseli öğrenciler arasındaki akran zorbalığını azaltmayı amaçlayan bir çalışma gerçekleştirmiştir. Araştırma, 2012-2013 eğitim-öğretim sürecinde Sakarya'nın Hendek ilçesinde okuyan 24 lise öğrencisiyle gerçekleştirilmiştir. Bu araştırma için deneysel desen kullanılmıştır. Deney grubunda da kontrol grubunda da 6'sı kız, 6'sı erkek olmak üzere 12 öğrenci bulunmaktadır. Deney grubuna araştırmacının geliştirdiği yaklaşık 60 dakikadan oluşan, 6 oturumluk çözüm odaklı kısa süreli grupla psikolojik danışma uygulanırken kontrol grubuna hiçbir uygulamada bulunulmamıştır. 6 oturumu içeren psikolojik danışma uygulamasında, zorba davranışlara sahip öğrencilerin bu davranışlara yönelik duyarlılık kazanmaları, bu tarz davranışların meydana getireceği sonuçları fark etmeleri, hem başkalarının hem de kendi duygularını fark etmeleri ve sosyal ilişkilerini olumlu biçimde geliştirmeleri amaçlanmıştır. 1. oturumda, psikolojik danışma sürecine katılan öğrencilerle tanışma, onları yapılacak çalışma hakkında bilgilendirme, grup için kurallar oluşturma ve bireysel amaçlar belirleme hedeflenmiştir. 2. oturumda, zorbalık kavramını yorumlama, zorbalığa uğrayan kişilerle empati kurma ve zorba davranışların negatif sonuçlarını fark etme kazanımları için çalışılmıştır. 3. oturumda; gruptaki üyelerin, zorbalıkla ilgili problemleri yaşamadığı istisna zamanları fark etmeleri ve başarılmak istenilen hedeflerin hangi noktasında olduklarını tespit etmeleri amaçlanmıştır. 4. oturumda, bu konuda işe yarayan kişisel çözümleri ve kendi kaynaklarını, güçlü yanlarını fark etmeleri üzerine çalışmalar yapılmıştır. 5. oturumda, olumlu yönde gerçekleşen değişimlerine odaklanma ve başkalarının hayatına pozitif olarak etki etmeye yönelik süreç oluşturulmuştur. Son oturum, 6 oturumluk grup çalışması hakkında üyelerin düşünceleri ve duygularını belirtmelerine ve vedalaşmaya ayrılmıştır. Deney ve kontrol gruplarında ön-test, son-test, izleme ölçümleri incelendiğinde, elde edilen puanların ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir fark olduğu görülmektedir. Bu durum, öğrencilere uygulanan çözüm odaklı kısa süreli psikolojik danışmanın etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırmanın bulgularına göre, deney grubundaki bireylerin akran zorbalığı düzeylerinin düştüğü görülmüştür. Bu durumun uzun süreli gerçekleşmiş olması, sonucun deneysel uygulamadan kaynaklanması anlamına gelmektedir. Akran zorbalığı konusunda; araştırmanın alt hipotezlerinin de doğrulandığı göz önüne alınarak, çözüm odaklı kısa süreli grupla psikolojik danışmanın akran zorbalığının azalmasında etkili bir yaklaşım olabileceği vurgulanmıştır.

Bilgin (2016), çözüm odaklı kısa süreli grupla psikolojik danışmanın ergenlerin özgüven düzeyi üzerindeki etkisini araştırmıştır. Araştırma 2014-2015 eğitim-öğretim yılında MEB'e bağlı bir lisede okuyan 9., 10. ve 11. sınıf 48 öğrenci ile bu çalışma yürütülmüştür. Özgüven düzeyi düşük çıkan öğrenciler için deney ve kontrol, ortalama özgüven düzeyine sahip öğrenciler için deney ve kontrol olmak üzere 6'şar kişiden oluşan 4 grupla çalışılmıştır. Deney grubundaki öğrencilerle her biri yaklaşık 70 dakika süren, 6 oturum gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, çözüm odaklı kısa süreli grupla psikolojik danışmanlık uygulaması gerçekleştirilen deney grubundaki düşük özgüvene sahip liseli öğrencilerin özgüven düzeylerinde artış olduğu ve bu artışın iki ay sonra yapılan izleme ölçümlerinde de devam ettiği saptanmıştır. Kontrol grubunda bulunan liseli gençlerin özgüven düzeylerinde ise anlamlı bir değer değişiminin olmadığı görülmektedir. Araştırmanın bulgularından hareketle çözüm odaklı kısa süreli yaklaşımın, lise kademesindeki ergenlerde, özgüven artışı konusunda etkili olduğu ortaya koyulmuştur.

Şermet Kaya (2017), Nevşehir il merkezindeki 13 okuldan 2 tanesi seçilerek 9. ve 10 sınıfta okuyan (14-16 yaş) deney ve kontrol gruplarına 22'şer tane öğrenci alınmıştır. Deney grubu ile ön görüşme de dahil olmak üzere 8 oturumluk çözüm odaklı yaklaşımın kullanıldığı bireysel görüşmeler yapılmıştır. Ön görüşme aşamasında; tanışma, yapılacak çalışma, uyku ve internet kullanımı hakkında bilgilendirme, araştırmaya katılım için onam alınması gerçekleştirilmiştir. 1. oturumda öğrencinin iç ve dış kaynaklarını keşfetmesi, sorunun yeniden çerçevelenmesi, somut amaçlar belirlemesi ve olumlu davranışların pekiştirilerek kalıcı hale getirilmesi amaçlanmıştır. 2. oturumda; derecelendirme yöntemi ile öğrencinin kendisini gördüğü yeri belirlemesi, sorunun çözümüne dair yapabileceklerini keşfetmesi amaçlanarak hazırlanmıştır. 3. oturumda öğrencinin interneti

kullanmadığı istisna zamanları düşünmesi, kullandığı baş etme yöntemlerinin açığa çıkarılması ve olumlu davranışlarını verilen ev ödevleriyle kalıcı hale getirmesi hedeflenmiştir. 4., 5. ve 6. oturumlarda övgü tekniğinin kullanılarak öğrencinin motivasyonunun artırılması, çözümün hayal ettirilmesi, gözlem ve davranışa dayalı ödevlere yer verilmesi önemsenmiştir. Ön görüşmeden itibaren gerçekleştirilen tüm sürecin değerlendirilmesi, derecelendirmede kendisine verdiği en son puanı sürdürme kararının alınması ve bir buçuk ay sonra telefonla görüşmek üzere oturumların sonlandırılması 7. oturumda ele alınmıştır. Uygulanan envanterlerin analizi yapıldığında, ergenlik dönemindeki lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının azalmasında uygulanan programın etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. 6 aylık izlem sonrasındaki veriler de dikkate alınarak bu sonuca ulaşılmıştır. Bu çalışmada problemleri internet kullanımının olduğu ergenlerde çözüm odaklı yaklaşımın dolaylı etkisinin incelendiği iki değişkenden biri uyku kalitesi, diğeri ise okul başarısıdır. Uygulanan programın okul başarısında anlamlı bir fark oluşturmadığı saptanmıştır. Uyku kalitesi ve problemleri internet kullanımını arasında ise orta seviyede pozitif yönlü bir ilişki olduğu ve çözüm odaklı yaklaşıma dayalı uygulanan programın uyku kalitesini arttırmada etkisinin olduğu görülmüştür.

Özbay (2017), sanal zorbalığa maruz kalan ergenlerin psikolojik belirtiler ve sanal mağduriyet ile başa çıkmalarında çözüm odaklı kısa süreli terapi yönelimli psiko-eğitim programının etkisini incelemeye yönelik deneysel bir çalışma gerçekleştirmiştir. Bu çalışmada, 2015–2016 eğitim-öğretim yılında İstanbul’da bulunan bir liseden 14 kız ve 14 erkek olmak üzere toplamda 28 lise öğrencisi örneklem olarak seçilmiştir ve hem deney hem de kontrol grubunda 7’si kız, 7’si erkek olmak üzere 14’er öğrenci yer almıştır. 8 oturum, her oturum 90 dakika olacak şekilde tasarlanmıştır. İlk oturumda tanışma, grup kurallarını belirleme ve yapılacak olan etkinlikler hakkında bilgilendirme amaçlanmıştır. İkinci oturumda teknolojinin insan davranışları üzerindeki etkisi, sanal zorbalık ve sanal mağduriyet konuları hakkında bilgi verilmesi, üyelerin yaşadıkları sanal mağduriyet hakkında farkındalık kazanmaları hedeflenmiştir. Üçüncü oturumda bu mağduriyetle ilgili psikolojik belirtilerin öğrenilmesi ve mevcut psikolojik belirtilerle başa çıkmaya yardımcı olacak güçlü yanları ortaya çıkarmak oturumun amacı olarak belirtilmiştir. Dördüncü oturumun amaçları, sanal mağduriyetin meydana getirdiği psikolojik belirtilerin hayatı ne yönde etkilediği konusunda konuşulması ve şu anki durumla ilgili öğrencilerin nasıl bir mutlu sona ulaşmak istediklerini belirlemeleridir. Beşinci oturumda grup üyeleri, ortaya çıkan psikolojik belirtilerin azaltması için ihtiyaçlarını fark etmeye ve ifade etmeye yönlendirilmiştir. Altıncı oturumda üyelerin, ulaşmayı arzuladıkları sona doğru ilerlerken önlerine çıkabilecek olan potansiyel engelleri fark ederek baş etme mekanizmalarını keşfetmeleri hedeflenmiştir. Eylem planlarının geliştirilmesi ve değerlendirilmesi yedinci oturumda uygulanmıştır. Son oturumda, süreç hakkında grup üyelerinden geri bildirim alınarak, olumlu duygularla sürecin sonlandırılması amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular incelendiğinde, kontrol grubundaki lise öğrencilerinin psikolojik belirtiler ve sanal mağduriyet düzeylerinde anlamlı bir değişim gerçekleşmezken deney grubunda olan liseli öğrencilerin psikolojik belirtileri ve sanal mağduriyet düzeylerinde azalma olduğu görülmektedir. Yapılan son-test ve izleme testi de değerlendirmeye alındığında daha önce elde edilen sonuçlarla anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Bu sebeple, uygulanan çözüm odaklı kısa süreli terapi yönelimli psiko-eğitim programının, psikolojik belirtileri ve sanal mağduriyeti azaltmadaki etkisinin kalıcı olduğu tespit edilmiştir.

Ünal (2020), lise öğrencilerinin ruminasyon ve öğrenilmiş çaresizlik düzeyleri üzerinde çözüm odaklı grupla psikolojik danışmanın etkili olup olmadığını anlamaya yönelik yarı deneysel bir çalışma gerçekleştirmiştir. Araştırmada 3x3’lük karışık desen kullanılmıştır. Kontrol, deney ve plasebo grupları için Balıkesir ilinde Altıeylül ilçesinde yer alan dört Anadolu Lisesinden kura yöntemiyle belirlenmiştir. Ruminasyon Ölçeği ve Öğrenilmiş Çaresizlik Ölçeği 10. ve 11. sınıfa devam eden deney grubu olarak seçilen lisedeki 10 gönüllü öğrenciye uygulanmıştır. Hawthorne etkisi göz önünde bulundurulduğu için bu deneysel çalışmada plasebo grubu yer almaktadır. Hawthorne etkisi; seçilen deneklerin, kendilerinde olumlu yönde davranış değişikliği olacağına ilişkin beklentilerinden dolayı bazı değişimlerin gözlemlenmesini içerir. Deney grubuna çözüm odaklı yaklaşıma dayalı program uygulanırken plasebo grubundaki 10 öğrenciye mesleki rehberlik etkinlikleri yaptırılmıştır. Kontrol grubundaki 10 öğrenciye yönelik herhangi bir uygulamada bulunulmamıştır. Süreç tamamlandıktan sonra bu gruplarda yer alan öğrencilerin ruminasyon ve öğrenilmiş çaresizlik ölçeğinden elde edilen ön-test, son-test ve izleme testi puanları karşılaştırılmıştır. MANOVA ve Shapiro-Wilk testleri kullanılarak yapılan analizlerin sonucunda lise öğrencilerinin hem ruminasyon hem de öğrenilmiş çaresizlik düzeylerinin azalmasında çözüm odaklı yaklaşıma dayalı grupla psikolojik danışma uygulamalarının etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca bu çalışma, ruminatif düşünceleri çok fazla olan ve öğrenilmiş çaresizlik duygularını sık yaşayan liseli öğrencilerde ortaya çıkma ihtimali yüksek problemlerden; depresyon, arkadaşlık ilişkilerinde bozulma, anksiyete,

akademik başarıda düşme, zayıf problem çözme becerileri, düşük yaşam doyumu gibi sorunların yaşanmasının da önüne geçilebilmesi açısından oldukça önemli görülmektedir.

Akbaş (2021), yaptığı araştırmayı İstanbul'un Silivri ilçesindeki Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nden seçilen 10. ve 11. sınıfa devam eden öğrenciler ile grup çalışması şeklinde yürütmüştür. Araştırmadaki temel amaç çözüm odaklı yaklaşımın öfke yönetimi ve şiddet davranışının üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Basit randomizasyon yöntemi kullanılarak 24'er kişilik deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. Bu gruplar oluşturulurken ölçüt, öfke ve şiddete eğilim puanları yüksek ve öfke kontrol puanlarını düşük olan öğrenciler olmasıdır. Deneyin izleme aşamasında 20 deney, 20 kontrol grubundan öğrenci ile çalışma yürütülerek analiz yapılmıştır. Toplamda 7 oturum gerçekleştirilmiştir. Oturumlar 55 dakika olacak şekilde ayarlanmıştır. Çözüm odaklı yaklaşım uygulamasının bağımsız değişken; sürekli öfke düzeyi, öfke kontrol düzeyi, öfkeyi dışa vurma düzeyi, öfkeyi içte tutma düzeyi ve şiddet eğilim düzeyinin bağımlı değişken olarak belirlendiği görülmektedir. 1. oturumun başlıca hedefleri; grup üyelerinin tanışması, terapötik ilişki kurulması, süreç hakkında bilgi verilmesi ve grup kurallarının belirlenmesidir. 2. oturumda; üyelerin kişisel ve pozitif amaçlarının belirlenmesi, bu amaçların gerçekçi, uygulanabilir ve ölçülebilir nitelikte amaçlara dönüştürülmesi, sihirli küre tekniğinin kullanılması, derecelendirme yapılması hedeflenmiştir. Grup üyelerinin şiddet ve öfke kavramlarını duyguları ve düşüncelerini ifade edecek şekilde yorumlamaları, empatinin kazanımı, şiddetin olmadığı ortamların pozitif yönlerinin fark edilmesi, oturum öncesi değişimlerin konuşulması, mucize soru tekniği kullanılarak değişimin detaylıca aktarılması, geleceği okuma tekniği sayesinde değişimle beraber gerçekleşecek durumlara odaklanılması ve derecelendirme yapılması 3. oturumun amaçlarındandır. 4. oturumda; gruptaki üyelerin motivasyon düzeylerinin artırılması, güçlü özelliklerinin ortaya konulması, geçmişte başarılı olunan durumların hatırlatılarak başa çıkma becerilerinin tespit edilmesi, sorunun yaşanmadığı durumlara odaklanarak istisnaların belirlenmesi, başarıların övülmesi, çözümlerin keşfedilmesi ve derecelendirme yapılması hedef olarak belirtilmiştir. 5. oturumda; şiddet davranışıyla ilgili bilgi verilmesi, olumsuz düşüncelerin davranışlara olan etkilerinin ortaya konulması, amigoluk tekniği kullanarak davranışlarda meydana gelen değişikliklerin güçlendirilmesi ve derecelendirmenin uygulanması amaçlanmıştır. Üyelerin kendilerine fayda sağlayan çözümleri bulmaları, tespit edilen çözüm yollarının farklı sorunlarda da uygulanması, karşılaşılabilecek olan muhtemel engellerin üstesinden gelinmesi için yöntemler geliştirilmesi, belirlenen amacı gerçekleştirme konusunda zorlukların farkına varılması ve derecelendirme uygulamasının yapılması 6. oturumun hedefleridir. Son olarak 7. oturumda; çözüm odaklı yaklaşıma yönelik duygu ve düşüncelerin paylaşımı, oturumlarla ilgili genel değerlendirme yapılması, kazanımların konuşulması, pozitif değişime odaklanılması ve sürecin olumlu duygularla sonlandırılması hedef olarak belirlenmiştir. Çözüm odaklı yaklaşımın liseli öğrencilerin öfke yönetimine ve şiddet davranışına etkisinin incelendiği bu araştırmada ön test, son test ve izleme ölçümlerinin analizi sonucunda; deney grubundaki öğrencilerin sürekli öfke ve öfkeyi ifade tarzı puanları kontrol grubuna göre anlamlı farklılık gösterirken, deney grubunun şiddete eğilim puan ortalamalarında da kontrol grubuna göre anlamlı bir azalmanın olduğu ve bunun 1 ay sonrasında bile sürekliliğini koruduğu belirlenmiştir. Düşük bir maliyetle pozitif etki oluşturan çözüm odaklı yaklaşımın, şiddet davranışının ortaya çıkardığı problemlerin çözümünde ve öfkenin kontrolünün sağlanmasında etkili bir yöntem olarak liselerde uygulanabileceği ortaya konulmuştur.

İncelenen tezler; Dokuz Eylül Üniversitesi ( $f=2$ ), Sakarya Üniversitesi ( $f=3$ ), Erciyes Üniversitesi ( $f=1$ ) ve Pamukkale Üniversitesi ( $f=1$ ) bünyesinde yürütülmüştür. Tezlerin yıllara göre dağılımı şu şekildedir: 2012 ( $f=1$ ), 2014 ( $f=1$ ), 2016 ( $f=1$ ), 2017 ( $f=2$ ), 2020 ( $f=1$ ), 2021 ( $f=1$ ). Ele alınan bu tezlerin tümünde, araştırma türü açısından nicel araştırma yöntemi ve deneysel desen kullanılmıştır. Bu çalışmaların 1 tanesi yüksek lisans, 6 tanesi doktora tezidir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde; liseye devam eden öğrencilerle çözüm odaklı yaklaşıma dayalı yürütülen tezlerde ele alınan konuların ruminasyon, öğrenilmiş çaresizlik, sanal mağduriyet, sanal zorbalık, akran zorbalığı, öfke yönetimi, iletişim becerisi, özgüven, problemlerle internet kullanımı, uyku kalitesi ve okul başarısı olduğu görülmektedir. Uygulanan programların çoğunlukla 6-10 oturum olacak şekilde yürütüldüğü ve oturumların içerisinde geleceği okuma, övgü, derecelendirme, mucize soru ve istisna soru gibi çözüm odaklı teknikler sıklıkla kullanılmıştır. Bu tez çalışmalarında uygulanan istatistikler; t-testi, Tukey testi, tek yönlü ve iki faktörlü ANOVA ( $f=3$ ), Mann Whitney-U testi ( $f=2$ ), Shapiro-Wilk testi ( $f=4$ ), Levene testi ( $f=2$ ), Bonferroni testi ( $f=1$ ), MANOVA ( $f=1$ ), Kruskal Wallis Testi ( $f=1$ ), Wilcoxon T testi ( $f=1$ ), Friedman testi ( $f=1$ ) ve Spearman korelasyon analizi ( $f=1$ ) şeklindedir. Son olarak; yapılan çalışmalarda ele alınan ruminasyon, öğrenilmiş çaresizlik, sanal mağduriyet, sanal zorbalık, akran zorbalığı, öfke yönetimi, özgüven, problemlerle internet kullanımı ve uyku kalitesi konularında, çözüm odaklı yaklaşımın lise öğrencilerinin ihtiyacı olan değişimler ortaya çıkarma konusunda başarılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öte yandan, uygulanan

oturumların iletişim becerisi ve okul başarısı değişkenlerine dair anlamlı bir fark meydana getirmediği görülmektedir.

#### 4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma makalesinde, kısa süreli çözüm odaklı yaklaşıma dayalı liseli öğrencilerle yapılan ulusal tez çalışmalarının derlenmesi amaçlanmıştır. 2021 Kasım ayına kadar olan süreçte, çözüm odaklı yaklaşımın lise kademesinde öğrenim görmekte olan öğrencilerle ele alındığı toplamda 7 tez çalışması olduğu görülmektedir.

Çözüm odaklı yaklaşıma göre, her bireyin kendisine özgü oluşturduğu bir gerçeklik algısı ve güçlü yanlarını içeren kaynakları bulunmaktadır. Bireyi danışmaya getiren problemler, bu kaynaklar keşfedilip açığa çıkarıldığında danışan için daha kolay başa çıkılabilen durumlara dönüşür. Dolayısıyla, kısa bir zaman içerisinde problemlerin çözüme ulaşması sağlanır (Yıldırım, 2019). Bu makale kapsamında incelenen çalışmaların sonuçları da göz önünde bulundurulduğunda; çözüm odaklı yaklaşımın, zamanı etkili kullanmanın gerekli olduğu okul rehberlik servislerinde kullanılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Bu bağlamda değerlendirildiğinde, tespit edilen sonuçlar doğrultusunda alanda yapılabilecek çalışmalara yönelik sunlar önerilebilir:

1. Liselerde çözüm odaklı yaklaşıma dayalı yürütülen ulusal tezlerin az sayıda olduğu ve bir tez dışında hepsinin grup çalışması şeklinde deneysel desen kullanılarak gerçekleştirildiği görülmektedir. Grup çalışmasına dahil olmakta zorlanan öğrencilere yönelik sosyal fobi, çekingenlik veya sosyal uyum problemleri konularında çözüm odaklı psikolojik danışmayı esas alan bireysel çalışmalar yürütülebilir.
2. İncelenen araştırmaların örneklemini yalnızca öğrenciler oluşturmaktadır. Bir insanın duygu ve düşünce dünyasında ebeveynlerin etkisi göz önünde bulundurulurken, öğrenciler ve veliler ile ayrı ayrı fakat paralel yürütülecek şekilde grup çalışmaları gerçekleştirilerek çözüm odaklı yaklaşımın etkililiğinde artış olup olmayacağı araştırılabilir.
3. Psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinde; gelişimsel rehberlik yaklaşımı kapsamında, okulda çalışan öğretmenlere çözüm odaklı yaklaşımla ilgili uygulama odaklı eğitsel programlar düzenlenebilir.
4. Üniversite sınavına hazırlanan liseli öğrenciler stres, umutsuzluk, sınav kaygısı, zaman yönetimi ve motivasyon eksikliği problemlerini sıklıkla yaşamaktadır. Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım uygulamalarının bu problem başlıklarıyla da çalışılması düşünülebilir.
5. Okuldaki öğrencilere yönelik ihtiyaç analizi yapıldıktan sonra ortaya çıkan konular önleyici rehberlik kapsamında ve çözüm odaklı kısa süreli yaklaşım temel alınarak uygulanabilir. Yaşanabilecek muhtemel sorunların azalması ve başa çıkmanın kolaylaşması açısından bu uygulamanın önemli olduğu düşünülmektedir.

#### 5. KAYNAKÇA

- Akbaş, E. (2021). *Çözüm odaklı yaklaşımın adölesanlarda öfke yönetimine ve şiddet davranışına etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Akgül Gündoğdu, N. (2015). *Çözüm odaklı yaklaşımın fazla kilolu ve obez ergenlerin beslenme- egzersiz tutum ve davranışlarına etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Arslan, Ü., & Gümüşçağlayan, G. (2018). Çözüm odaklı kısa süreli terapiye kısa bir bakış. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (47), 491-507. doi: 10.21764/maeuefd.396228
- Ayar, D. (2018). *Çözüm odaklı yaklaşımın depresif bireylerin intihar olasılığı ve sosyal işlevsellik düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Aydın, N. (2018). Nitel araştırma yöntemleri: Etnoloji, *Uluslararası Beşeri ve Sosyal Bilimler İnceleme Dergisi, International Humanities and Social Science Review (IHSSR)*, 2(2), 60-71.
- Bilgin, O. (2016). *Çözüm odaklı kısa süreli grupla psikolojik danışmanın ergenlerin özgüven düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

- Çavuş Bekce, F. Ö. (2019). *Yıkıcı davranışlar gösteren ilkokul öğrencilerine yönelik çözüm odaklı yaklaşıma dayalı grupla okul sosyal hizmet müdahalesi etkililiğinin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çitemel, N. (2014). *Çözüm odaklı kısa süreli grupla psikolojik danışmanın lise öğrencilerinin akran zorbalığına etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Dinçel, E. (2006). *Ergenlik dönemi gelişimsel ödevleri ve psikolojik problemler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Doğasal, O., & Karakartal, D. (2021). Çözüm odaklı kısa süreli terapiye kuramsal bir bakış. *International Journal of Humanities and Education*, 7(15), 130-142.
- Geçtan, E. (1995). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Güzeldemir, E. (2018). *Bilimsel yazı nasıl yazılmalı*. İstanbul: Logos Yayıncılık.
- Kıral, B. (2020). Nitel bir veri analizi yöntemi olarak doküman analizi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi [Journal of Social Sciences Institute]*, (15), 170-189.
- Koç, H. (2016). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası problem çözme yaklaşımlarının çözüm odaklı yaklaşım ve mizah tarzları açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Özbay, A. (2017). *Sanal zorbalığa maruz kalan ergenlerin çözüm odaklı kısa süreli terapi yönelimli psiko eğitim programının psikolojik belirtiler ve sanal mağduriyete etkisi*. Yayınlanmış doktora tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Sağar, M. E. (2020). *Üniversite öğrencilerinin sağlıklı internet kullanımını arttırmaya yönelik çözüm odaklı grupla psikolojik danışma programı ile grup rehberliği programının etkililiğinin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Şahin, Y. (2021) *Çözüm odaklı grupla çalışmanın mülteci öğrencilerin sosyal uyum ve benlik saygısı düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şermet Kaya, Ş. (2017). *Ergenlerde çözüm odaklı yaklaşımın problemleri internet kullanımı, uyku kalitesi ve okul başarısına etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Tuna, D. (2012). *Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma dayalı öfke kontrolü eğitim programının lise öğrencilerinin öfke kontrolü ve iletişim becerileri düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ünal, M. (2020). *Çözüm odaklı psikolojik danışma yaklaşımına dayalı grupla psikolojik danışmanın ruminasyon ve öğrenilmiş çaresizlik üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yerlikaya, İ. (2020). Ergenlerde psikolojik belirtilerin incelenmesi: Adıyaman ili örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 533-556. doi: 10.21764/maeuefd.591324
- Yıldırım, H. (2019). *Beslenme davranış bozukluğu olan bireylerde çözüm odaklı yaklaşım temelli grup danışmanlığının kaygı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarına etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Yılmaz Bingöl, T. (2015). *Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma dayalı grup rehberliği programının öz-yeterlik inancına etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Yüksel Şahin, F. (2008). Ortaöğretimdeki öğrenci görüşlerine göre psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin değerlendirilmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(2), 1-26.

## 6. EXTENDED ABSTRACT

In our country, process of adolescence comprise the high school years. High school students in adolescence; they need to cope with cognitive, physical, sexual, social and psychological changes. At the same time, the developmental stage called adolescence in literature, is the transition and preparation stage from childhood to adulthood. The society expects high school students to set goals for their own future and to make preparations in



line with these goals. Although the number of students at the high school level is high, but the time is limited. Solution-oriented short-term approach aims to reach a solution in a short time. Therefore, it is considered that the approach can be functional in schools. Solution-focused short-term therapy was developed by Steve de Shazer, Insoo Kim Berg, and their colleagues as a result of research conducted at the Mental Research Institute (MRI) in Milwaukee.<sup>7</sup> These were examined in this review article. When the national theses in which the solution oriented short-term approach was studied with high school students, it was seen that the topics of rumination, learned helplessness, cyber bullying, peer bullying, self-confidence, problematic internet use and anger management are discussed. Tuna (2012) conducted a research with 9th grade students studying at a high school in Seferihisar, İzmir. The anger control training program, which was prepared on the basis of a solution-oriented short-term approach, was applied to the experimental group and it was tried to understand whether this training program had an effect on anger control and communication skills. Anger control level, anger expression level, trait anger level, anger retention level and communication skills level of high school students included in the study were determined as the dependent variables of the study. As a result, it was observed that participation in the psycho-education program caused a decrease in the dependent variables of trait anger, anger-out and anger-holding, and a significant increase in anger control. No significant difference was found in communication skills. Bilgin (2016) investigated the effect of solution-oriented short-term group counseling on the self-confidence level of adolescents. When the findings were examined, it was seen that there was an increase in the self-confidence levels of high school students with low self-confidence in the experimental group, in which solution-focused short-term group psychological counseling was applied. Şermet Kaya (2017) carried out her research with 22 high school students. Individual interviews were conducted with the experimental group. When the applied inventories were analyzed, it was concluded that the program applied was effective in reducing the problematic internet use of high school students in adolescence. Özbay (2017) conducted an experimental study to examine the effect of a solution-focused short-term therapy-oriented psychoeducation program on the coping with psychological symptoms and cyber victimization of adolescents exposed to cyberbullying. When the findings are examined at the end of the research, it is seen that there is no significant change in the psychological symptoms and virtual victimization levels of the high school students in the control group, while there is a decrease in the psychological symptoms and virtual victimization levels of the high school students in the experimental group. Ünal (2020) conducted a quasi-experimental study to understand whether solution-focused group counseling is effective on high school students' rumination and learned helplessness levels. It was concluded that group counseling practices based on solution-oriented approach were effective in reducing both rumination and learned helplessness levels of high school students. Akbaş (2021) carried out her research as a group study with 10th and 11th grade students selected from a high school. It has been demonstrated that the solution-oriented approach, which creates a positive effect, so it can be applied in high schools as an effective method in solving the problems caused by violent behavior and in controlling anger. In conclusion, in this review article is aimed to compile national thesis studies with high school students based on a short-term solution-oriented approach. In the process until November 2021, it is seen that there were 7 thesis studies in total, in which the solution-oriented approach was discussed with students studying at the high school level. One of these studies is a master's thesis, and six of them are doctoral dissertations. When the findings obtained as a result of the research are examined; it is seen that the topics covered in the theses based on solution-oriented approach with high school students are rumination, learned helplessness, cyber victimization, cyber bullying, peer bullying, anger management, communication skills, self-confidence, problematic internet use, sleep quality and school success. As a result, it has been concluded that the studies carried out with a short term solution oriented approach are successful about meeting the needs of high school students.