

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ AÇIK VE UZAKTAN EĞİTİM FAKÜLTESİ

SOSYAL HİZMET LİSANS TAMAMLAMA PROGRAMI



AİLE TERAPİSİ

UZM. PSK. DNŞ. BAYRAM AYAZ

SOS. HİZM. UZM. FATİH KILIÇARSLAN



AİLE TERAPİSİ

UZM. PSK. DNŞ. BAYRAM AYAZ

SOS. HİZM. UZM. FATİH KILIÇARSLAN

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ AÇIK VE UZAKTAN EĞİTİM FAKÜLTESİ

SOSYAL HİZMET LİSANS TAMAMLAMA PROGRAMI

ÖNSÖZ

“Aile Terapisi” başlıklı bu çalışma, İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi Sosyal Hizmetler bölümü öğrencileri için hazırlanmıştır. Bu dersin konusu, çocuk ve ebeveyn, ya da kadın, erkekten karı-koca ve meydana gelen ailedir. Bireyler aile kurumu içerisinde örgütlenerek toplumsal ihtiyaçlarını karşılar ve yaşamlarını sürdürürler.

İnsan hayatına yön veren temel bir kurum olarak aile, her kültürde bir değer ifade eder. Koşulsuz beklentilerin, isteklerin, arzuların, güzelliklerin, acıların yaşandığı bir kurumdur. Günümüzde aile kurumu, değişen değerler ve beklentiler, ekonomik sıkıntılar, göçler, artan şiddet, çevresel tehlike ve tehditler, belirsiz gelecek gibi karmaşık sorunlarla baş etme durumundadır. Kentlerin modern yaşamla yeniden yapılanması, aile kurumunu ve özellikle ana babalar üzerindeki baskı oluşturmaktadır. Bu bağlamda yetişkinliğe adım atan gençlerin evlilik ve meslek edinmek gibi süreçlerde sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Anne babaların zamanla değişen ebeveynlik rol tanımlarını yönetme sorunları yaşamaktadırlar. Ailenin bu gibi durumlarda, ihtiyaç duyduklarında danışmanlık alabilecekleri ortamların ve fırsatların sayısı çok kısıtlıdır.

Son verilere göre, dünyada bu konuda uzmanlaşmış, bireylerin bilinçli evlilikler ve bilinçli aile oluşturmaya, ailenin uyum becerileri ve düzeninin sağlanmasında yardımcı ve destek olacak danışmanlara ihtiyaç arttığı gözlenmektedir. Bu çalışma, anne- babalar veya adayların evlilik yaşamında eşler arası ve çocuklarıyla karşılaştıkları iletişim, uyum, davranış sorunlarının nedenleri ve çözüm yöntemlerini ortaya koyan, katılımcılara koruyucu ve önleyici aile rehberliği, danışmanlığı ve terapi uygulamasını içermektedir.

Uzm. Psk. Dnş. Bayram Ayaz

Sos. Hiz.Uzm. Fatih Kılıçarslan

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	I
KISALTMALAR.....	VII
1.KAVRAMSAL ÇERÇEVE	1
1.1. Ailenin Tanımı	7
1.2. Ailenin Fonksiyonu	7
1.3. Ailenin Tipleri	8
1.4. Aile İçi İletişim.....	8
1.4.1. Ailedeki Normal İletişim ve Etkileşimi Engellenen Faktörler:.....	9
1.4.2. Çocukla Sağlıklı İletişim.....	11
1.4.3. Çocuğun Kişilik Gelişimi.....	11
1.4.4. Aile İçi İletişim.....	11
1.4.5. Etkili İletişim Teknikleri	12
1.5. Sağlıklı Ailenin Özellikleri	12
2.AİLE DANIŞMANLIĞI TARİHİ.....	21
2.1. Aile Danışmanlığı Tarihine Giriş	27
2.2. Aile Ve Psikososyal Destek İhtiyacının Doğuşu.....	28
2.3. Aile Danışmanlığının İlk Dönemi	28
2.4. 1950’den Sonraki Gelişim Evresi	29
2.4.1. Aile Danışmanlığında Sistemler Kuramı	30
2.4.2.Yaşam Döngüsü	30
2.5. 1970’den Sonraki Evre.....	30
2.6. Günümüzde Aile Danışmanlığı.....	31
3. AİLE YAŞAM DÖNGÜSÜ	41
3.1. Yetişkinlik Döngüsü.....	48
3.2. Evlilik Döngüsü.....	48
3.3. Küçük Çocuklu Aile Döngüsü	49
3.4. Çocuğu Ergenlik Dönemine Giren Aile Döngüsü.....	49
3.5. Çocuğu Evden Ayrılan Aile Döngüsü.....	50
3.6. Yaşlılık ve Emeklilik Döngüsü	50
4. BİR SİSTEM OLARAK AİLE	58
4.1.Ailenin İşlevleri.....	64
4.2.Sistem Kuramı	65

4.3. Aile Sisteminin Çalışma İlkeleri	65
4.3.1. Bütünsellik, Organizasyon ve Dairesellik	65
4.3.2. İletişim	66
4.3.3. Aile Açık Bir Sistemdir.....	67
4.3.4. Aile Kuralları.....	67
4.4.Sistemik Yaklaşım.....	70
4.5. Aile İçi Denge (Homeostasis)	72
4.6. Aile İçi Şiddet.....	72
5. AİLE DANIŞMANLIĞI VE AİLE TERAPİLERİ	81
5.1. Aile Danışmanlığı ve Bazı Kavramlar	87
5.2. Aile Danışmanlığını Gerektiren Nedenler.....	88
5.2.1. Eşlerin her ikisinin de mesleğinin olması	88
5.2.2. Evlilikte Bozulma.....	89
5.2.3.Tek Ebeveynli Aileler	89
5.2.4. İlaç ve Alkol Bağımlılığı.....	89
5.2.5.Okulla İlgili Sorunlar	90
5.2.6.Çocuğun Yönlendirilmesi İle İlgili Sorunlar.....	90
5.2.7.Ergen Depresyonu ve İntihar.....	90
5.2.8.Evden Ayrılan Yetişkin Çocuklarla İlgili Sorunlar.....	90
5.3.Aile ve Evlilik Danışmanlığında Amaçlar	91
5.3.1. Yöntemleri Ne Olursa Olsun Terapistler, Aile İçin Şu Amaçları Taşırlar.....	91
5.4. Aile Danışmanlığı Kuramları	91
5.5. Aile Danışmanlığında Rol Kavramı	94
5.5.1 Psikodrama	95
6. SİSTEMİK AİLE DANIŞMANLIĞI	102
6.1. Sistemik Aile Danışmanlığı	108
6.1.1. Sistemik Aile Danışmanlığı Temel Prensipleri	108
6.2. Sistemik Aile Danışmanlığı	109
6.2. Danışma Sürecinin Özellikleri	109
6.3. Sistemik Aile Danışmanlığında Görüşme	111
6.3.1. Başlangıç	111
6.3.2. Sorunun Anlaşılması	111
6.3.3.Hedefleri Belirleme ve Değişim.....	112

6.3.4 Sonlandırma	112
7. PSİKOANALİTİK AİLE DANIŞMANLIĞI.....	120
7.1. Psikoanalitik Aile Danışması	126
7.2. Danışma Süreci ve Teknikleri	126
7.2.1. Danışma Sürecinin İlk Aşaması	127
7.2.2. Aile Danışmanları Dört Yolla Açıklama Yaparlar	128
7.2.3. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	128
7.3. Bowen Kuramı	129
7.3.1. Bowen 'in kuramında 8 ana kavram	129
7.3.2. Bowen aile danışmasının dört temel işlevi olduğuna inanır	129
7.3.3. Güçlü ve Sınırlı Yanlar	130
7.4. James Framo.....	130
7.4.1. Framo'nun Kuramının Temel İlkeleri	131
7.4.2. Danışma Sürecinin Üç Evresi Vardır	131
7.4.3. Her Bir Eşle Kurulan Güvenilir Etkileşimden Sonra Danışmanın Odaklandığı Terapötik Amaçlar Şunlardır	131
7.4.4. Aile Menşei Oturumlarının İki Amacı Vardır.....	132
7.4.5. Aile Menşei Danışmasının Özel Amaçları Şunlardır	132
7.4.6. Güçlü ve Sınırlı Yanları	132
8. YAPISAL AİLE DANIŞMANLIĞI.....	140
8.1. Aile Patolojisi	146
8.2. Danışma Süreci ve Teknikleri	147
8.2.1. Yapısal Aile Danışmasında Danışma Süreci Birkaç Adımda Gerçekleşir.....	148
8.2.2. Ailede Değişiklik Sağlayabilmek İçin Genel Olarak Üç Müdahale Tekniği Kullanılır.....	148
8.3. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	150
9. BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI AİLE TERAPİSİ	158
9.1. Kuramsal Yaklaşım	164
9.2. Normal Aile Gelişimi	165
9.3. Davranış Bozukluklarının Gelişimi.....	165
9.4. Terapinin Hedefleri	166
9.5. Davranışçı Anne Baba Eğitimi.....	168
9.5.1. Davranışçı anne baba eğitiminde değerlendirme	168
9.6. Aile Terapisinde Bilişsel Davranışçı Yaklaşım	170
9.6.1. Terapi Kuram Ve Sonuçlarının Değerlendirilmesi	171

10. YAŞANTISAL / İNSANCIL AİLE DANIŞMASI.....	180
10.1. Kuramsal Görüş.....	186
10.1.2. Gestalt Yönelimli Aile Danışması.....	187
10.1.3. Gestalt Yönelimli Aile danışmasının Amaçları	187
10.2. Danışma Süreci ve Teknikleri	188
10.2.1. Danışman Uygulamaları.....	190
10.3. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	191
11. YAŞANTISAL MODELİN İKİ EKOLÜ	200
11.1. Carl Whitaker Modeli.....	206
11.1.1. Danışma Sürecinde Aileler.....	206
11.1.2. Danışma Sürecinde Sağlıklı Aile İşlevleri	206
11.2. Danışma Süreci ve Teknikleri	207
11.2.1. Aile Danışması Evreleri	208
11.2.2. Danışma Süreci	208
11.2.3. Danışmanlık Uygulama Teknikleri	208
11.2.4. İleri Düzeyde Danışmanlık Teknikleri.....	209
11.2.5. Danışmanlık Kuralları	210
11.3. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	210
11.4. Virginia Satir Modeli	211
11.4.1. Danışma Süreci ve Teknikleri	211
11.4.2 Aileyi Yeniden Kurma Tekniğinin Üç Amacı	212
11.4.3. Aile Haritaları.....	212
11.4.4. Yeniden Çerçeveleme	213
11.5. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	214
12. STRATEJİK AİLE DANIŞMANLIĞI.....	222
12.1. Ailede Risk Faktörleri	228
12.1.1. Stratejik Aile Danışmanlığı Fonksiyonelliği.....	229
12.2. Danışma Süreci ve Teknikler	230
12.2.1. Danışma Süreci Aşamaları	230
12.2.2. Dikkat Edilmesi Gereken Kurallar	231
12.3. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	232
13. KADINA YÖNELİK ŞİDDETİN ÖNLENMESİNDE AİLE TERAPİSİNİN ROLÜ	241
13.1. Kadına Yönelik Şiddetin Yaygınlığı	247

13.2. Şiddet Vakalarında Aile Terapisi Yaklaşımı.....	249
13.3. Hümanist ve Varoluşçu Yaklaşım.....	250
13.1. İlk Görüşme	251
13.2. Yapısal Terapistler	251
13.3. Bilişsel-Davranışçı Terapi.....	252
14. MADDE BAĞIMLISI ERGENLERDE AİLE TERAPİLERİ VE BİR OLGU SUNUMU	262
14.1. Çocuk ve Gençlerde Madde Bağımlılığı	268
14.1.1.Madde Kullanmaya Başlamasının Sebepleri Nelerdir?	269
14.1.2. Uyuşturucu Kullanımının Belirtileri Nelerdir?	269
14.1.3. Aile İçi İlişkilerin Madde Kullanımına Etkisi.....	270
14.2. Madde Bağımlısı Ergen Olgusu	270
14.3. Bağımlılık Tedavisinde Aile Terapisi Uygulamaları	273
KAYNAKÇA	282

KISALTMALAR

Akt.: Aktaran

A.g.e. : Adı geçen eser

AUZEf: İstanbul Ü. Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi

Çev.: Çeviren

Ed.: Editör

S.: sayfa

SHU: Sosyal Hizmet Uzmanı

Yay. Haz.: Yayına Hazırlayan

Yay. : Yayınları

1. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde aile yapısını kavramasal olarak açıklamaya çalışarak, ailenin rolü, işlevleri ve aile tipleri hakkında bilgi vereceğiz.

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Ailenin tanımı nedir?

Aile üyelerinin fonksiyonu nelerdir?

Aile içi değişimler, aile yapısını nasıl etkiler?

Stres ve aile içi çatışma aile içi ilişkileri nasıl etkiler?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Ailenin tanımı	Kavramsal düzeyde ailenin tanımı ve aileyi oluşturan üyeler öğrenilmiş olacak.	Aile tanımı ile ilgili kaynak taraması ve bu kaynaklarda konu ile ilgili yapılacak okumalar kazanımları artıracaktır.
Ailenin fonksiyonu	Aileyi oluşturan üyelerin fonksiyonu, rolleri ve aile içi stres faktörlerin aile yapısını nasıl etkilediği öğrenilmiş olacaktır.	Aile fonksiyonu ve aileyi oluşturan üyelerin rolleri ile ilgili literatür okumaları kazanımların artmasını sağlayacaktır.
Ailenin çeşitleri	Aile çeşitleri arasında çekirdek, geniş, ataerkil ve anaerkil aile kavramsal düzeyde açıklamalar getirilecektir.	Aile çeşitleri ile ilgili kaynak araştırması ve uygulama örneklerinin incelenmesi kazanımları artıracaktır.

Anahtar Kavramlar

Ailenin tanımı

Ailenin fonksiyonu

Aile içi iletişim

Sağlıklı aile

Giriş

Doğumundan itibaren anne ya da bakıcısının varlığı, bebeği hayata bağlayan en önemli dayanaktır. Bebeklikte başlayan ve yaşamın sonuna değin süren insan ilişkilerinde, buna benzer dayanışmalara ihtiyaç duyulur. Bireyin psikososyal etkileşimleri ve çevresiyle kurduğu iletişim bazı beklentiler doğurur. Yapıcı, olumlu ve sağlıklı kurulan iletişim kanalları ile birey, hayatın güçlüklerine karşı direnç sağlar. Hayatın her hangi bir döneminde yetersiz ve güvensiz kurulan iletişim bireyin psikososyal bütünlüğünde kırılmalara yol açar.

Aile, bireyin sağlıklı ruhsal ve sosyal ilişkiler gelişmesinde temel yapıyı temsil eder. Her aile bireyi için ailenin temsil ettiği etkileşim düzeyi, bu yapının dışındaki hiçbir kaynağın dolduramayacağı niteliktedir. Aile mikro bir topluluk olarak anne baba ve çocuklardan oluşmaktadır. Her toplumun kültür öğelerini belirleyen dinamikler aile yapısını belirler, ötekiler arasında farkını ortaya koyar. Bu nedenle bir kültürün aile yapısı öteki kültürden farklıdır. Bir kültürde aile içinde çatışmaya neden olan etmen, bir başka kültürde sorun olarak algılanmayabilir.

Kültürlerarası aile modelleri, evlilik biçimleri, aileyi oluşturan kuşaklara göre farklılaşır. Ataerkil, çekirdek ve modern dönemde yeni aile modelleri farklı kültürlerde farklı uygulamalara rastlanmaktadır. Aile yapısı kültür, coğrafya ve tarihi dönemeçlerden etkilenmiş olsa da, birey için ailenin anlamı büyüktür. Çatışma bile bazen bir iletişim biçimidir. Birey, aile içinde, hiçbir organizasyonun elde edemeyeceği ruhsal destek şansına sahiptir.

Ailenin sahip olduğu imkanlar, sağladığı güvenli ortam her zaman varlığını sürdürmez. Aile terapisi, bireyin ve ailenin, zaman zaman kayan yörüngesini rotasına oturtmak için sorumlu, tarihsel rol üstlenmiştir.

1. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Ailenin Tanımı

Türkçe sözlükte **aile** kan bağına dayalı karı, koca, çocuklar ve kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu, toplum içindeki en küçük sosyal birlik olarak tanımlanmaktadır. Literatürde, aile hakkında yapılmış tanımlar incelendiğinde genellikle, aile sosyal yaşamın temel birimlerinde biri olarak kabul edilmekte, birimin niteliği ise sosyal bir grup, birlik, örgüt, topluluk sosyal bir kurum ve yapı gibi biraz farklı şekillerde ifade edildiği görülmektedir. Biraz daha kapsamlı olarak **aile** aynı çatı altında yaşayan, gelirlerini paylaşan, evlilik ve kan bağlarıyla birbirine bağlı, çeşitli rollerle birbirlerini etkileyen bireylerin oluşturduğu, yasal, toplumsal ve ekonomik bir kurum şeklinde tanımlanmaktadır. Ailede, karı-koca yasal evlenme yoluyla, ana-baba ve çocuklar ise kan bağı ile birbirlerine bağlıdır.

Aile üyeleri birlikte, aynı çatı altında yaşarlar, sorumluluklarını iş bölümü halinde yerine getirirler ve gelirlerini paylaşırlar, duygusal bağlarla birbirlerine bağlıdırlar.(Özgüven,2001)

Ailelerin diğer karmaşık sistemlerle ortak özelliklerinden başlıcası, aile yapısındaki değişiminin aşamalı, düzgün bir süreçle gerçekleşmemesi ve kesintili bir süreçte sıçramaların meydana gelmesidir. (Nichols,2013)

1.2. Ailenin Fonksiyonu

Yasal ve törel bağlarla ortaya çıkan ailede, insan ilişkileri en yakın, yoğun olan asıl öge eşler veya karı ve kocadır. **Karı** ve **koca** aile ortamında bütün özgeçmişleri kişisel davranış, alışkanlıkları bireysel nitelikleri ve davranış kalıpları ile birlikte bir araya gelmektedirler. Her ikisi de kendine özgü benzer farklı kişisel geçmişleri ve şimdiki kişilik yapıları ile birbirine sürekli uyum sağlamak durumundadırlar. Birbirini sevme ve sayma yanında, “birbirlerine”, **kendilerine** saygı ve güven duyan birer varlık olarak gelişip yaşamak zorundadırlar. Bu süreç içinde birbirlerinin psiko-sosyal ihtiyaçlarını da karşılamak birbirlerinin kişilik ve bireyselliğini de kabul etmeleri ya da uzlaştırıcı bir yol bulmaları gerekmektedir. İşte evlilikte sürekli uyumun karmaşık oluşu bu durumdan kaynaklanmaktadır.(Özgüven,2000)

Aile, aynı yerde oturan ekonomik beraberliği ya da işbirliği olan, çocuk yetiştirme hakkına sahip bir sosyal kurumdur. Bu kurumda aralarında cinsel ilişki bulunan en az iki kişi ile bir ya da daha fazla sayıda çocuk bulunur.

Aile var olduğu süre içinde tipik değişimler gösterir. Zaman zaman da dengesini kaybeder. Ailedeki bu aşamalar ve geçiş dönemlerindeki bireyler arası “güç” dengesi ve ilişkilerdeki değişimler, çocukta erinlik dönemi gibi krizler ve dışarıdan gelen tüm değişiklikler, semptomların ve sorunların ortaya çıkışında rol oynayan önemli faktörlerdir. Çeşitli nedenlerle stres altında kalan ailede krizler ve semptomlar ortaya çıkar. Stres ve aile çatışmaları ailedeki dengeyi sarsarlar.(Özgüven,2000)

1.3. Ailenin Tipleri

Aile çeşitlerini evlilik yapısında özelliklere göre değişmektedir. Aile çeşitleri arasında; çekirdek aile, geniş aile, ataerkil aile, anaerkil aile olarak yer almaktadır. “Çekirdek aile”; karı-koca ve evlenmemiş çocuklardan kurulu olan sanayileşmemiş, kentleşmemiş toplumlarda oluşan aile biçimidir. “ Geniş aile”; Ana-baba ve evli çocukların, ana ya da babanın yakınlarının ve onların eş ve çocuklarının bir çatı altında yaşadıkları aile biçimidir.(Ozankaya,1995)

Ataerkil aile; Erk ve yetkenin babada ya da erkek başkanda toplandığı, kadın ve çocukların ise astlık durumunda bulunduğu aile biçimidir. “Anaerkil aile”; Erk ve yetkenin anada ya da kadın aile başkanda toplandığı aile biçimidir.(Ozankaya, 1995)

1.4. Aile İçi İletişim

Birey ve toplum için en temel ögeyi aile oluşturur. Aile, bireyin beslenme, bakım, sevgi ihtiyacı, duygusal ve psikolojik gelişim, eğitim, kültürel değerleri kazanma, sağlıklı zekâ gelişimini sürdürme gibi temel ihtiyaçlarını karşıladığı birincil yer ve çevredir. Aile üyeleri arasındaki ilişkiler ve aile ortamı, psikososyal yönden gelişen bireyin en çok etkileşime uğradığı yerdir. Bu ilişkiler, bireyin kendine güvenmesini, kendine ve diğer bireylere sevgi duymasını, kimlik kazanmasını, kişilik gelişimini, sosyal beceriler geliştirmesini ve topluma adaptasyon sürecini olanaklı hale getirir. Aile birliğinde, aileyi oluşturan bireyler birbirinden etkilenir. Bu durumu aynı vücutta bulunan organlara benzetebiliriz.

Hanehalkı üyelerinin düzenli olarak bir araya geldikleri zamanlar (*),%

Sabah kahvaltısında	73,4
Akşam yemeğinde	88,8
Hafta sonlarında	90,2

Tük: Aile Yapısı Araştırması, 2006

Aile, her yönden etkileşim içerisinde olan, yaşayan bir **organizmadır**. Nasıl ki bedenimizdeki bir sorun diğer organların ritmini, işleyişini ve fonksiyonelliğini etkilerse, ailede de durum aynıdır. Ailede iletişim ve bununla beraber etkileşim en önemli konudur. İletişimin olmadığı aile üyeleri içinde yetki paylaşımı vardır.

Aile içinde yetki, bir bireyin ailenin diğer bir bireyinin davranışını değiştirme gücüne sahip olmasıdır. Genelde aile içindeki ihtiyaçları (ailenin maddi ihtiyaçları, sağlık gereksinimleri, sosyal faaliyetler, sevgi gereksinimi vb.) karşılayan üyenin yetki gücü daha fazladır. Bu yetki gücü, kültürel ve toplumsal değerlerin de etkisi altındadır.



Resim1. <http://www.pixabay.com.tr>.

Sağlıklı bir ilişkisi olan ailelerde, aileyi oluşturan bireyler aile adına verilen kararlara katılırlar. Bu durumda herkesin ihtiyaç ve isteklerine makul derecede saygı gösterilmesi çok büyük önem taşır. Bu durum karşılıklı güven ortamının devamını sağlar.

Bireylerin aile içinde duygu ve düşüncelerini rahat bir şekilde ifade etmeleri, ailenin sağlıklı bir yapı taşıdığını gösterir. Bireyler aile içinde duygu ve düşüncelerini rahatlıkla ifade edemiyorlarsa, kendi dünyalarında yaşıyorlarsa, değişik sıkıntılar zamanla oluşmaya başlayacaktır. Bu sıkıntılar arasında depresyon, endişe ve huzursuzluklar, düşmanlık duyguları, suçluluk hisleri gibi duygulara çok sık rastlanır. Sınırları açık ve herkesin rahatça kendini ifade edebildiği ailelerde iyi niyet, karşılıklı anlayış ve işbirliği hâkimdir. Samimiyet içinde yetişen çocuklar geleceğe güvenle bakarlar.

Ailede sağlıklı iletişim ve etkileşim çok önemlidir. İki insan yan yana olduğunda hiç konuşmamanın bile bir anlamı vardır. Yanlış veya yetersiz iletişim ve etkileşim aile sorunlarına yol açan nedenlerin başında gelir. Aile bireyleri birbirleriyle sözlerle, jest ve mimiklerle anlaşılır. Bu durumdaki aksama aileyi çok olumsuz etkiler.

1.4.1. Ailedeki Normal İletişim ve Etkileşimi Engelleyen Faktörler:

İletişim ve etkileşim içinde bulunan ailelerde aile fertleri birbirini rahatsız eder, sert ifadeler takınırlar, birbirleriyle konuşmadıkları veya yalana başvurdıkları gözlenir. Unutulmamalı ki yaşayan her fert; kendine özgü anlayışı, kişiliği, değer yapısı, entelektüel düzeyi, duygu ve düşünceleri, kimlik yapısı, yetiştirme tarzı, sosyokültürel statüsü ile yaşar, hisseder, etkilenir. Konuşulan her söz, verilen her mesaj, her jest ve mimik iyi veya kötü anlamda karşıdaki kişide bir etki yapar.

Ailedeki Normal İletişim ve Etkileşimi Engelleyen Faktörler

Aileyi ve bireyleri ilgilendiren konular üzerinde yüzeysel konuşma.
Aşırı soru sorma, yersiz şüphe ve tereddütler.
Yapay ilgi gösterme.
Konuşma ve izah etme olmadan, karşı tarafın hareketlerini, düşüncelerini yorumlamaya ve tahmin etmeye çalışma.
Geçmişteki üzücü ve tatsız olayların sık sık gündeme getirilmesi.
Sorulan soruları cevapsız bırakma.
Bireylere söz ile baskı kurmaya çalışma.
Abartılı bir şekilde onaylama veya reddetme.
Sık sık öneride bulunma veya kişisel düşünceleri kabule zorlama.
Suçlama, eleştirme, olumsuz değerlendirmeler yapma.
Emir verme, tehdit etme.
Samimiyetten uzak kalma, yalan söyleme.
Alay etme, küçük düşürmeye çalışma, fikirlere değer vermeme.
Olayların olumsuz yönlerini çıkarmaya çalışma.
Küçük hataları çok abartma.
Fedakârlığı devamlı karşı taraftan bekleme.
Ortak faaliyetlere gereken önemi vermeme.
Karşıdakini ifade etme imkânı tanımama.

Aile üyeleri birbirinden aldıkları mesajlarla kendilerini değerli veya değersiz, güvende veya güvensiz hissederler. Bu durum onların psikososyal ve sosyokültürel konumlarını, işlevselliklerini ve ruhsal durumlarını etkiler.

Sonuç olarak sağlıklı birey, sağlıklı ve bütünlüğü ile fonksiyonel aileyi oluşturacak, sağlıklı aile sağlıklı toplumu oluşturacaktır.

1.4.2. Çocukla Sağlıklı İletişim

Aile ve toplumsal hayatımızda ilişki içinde olduğumuz çocuklarımızı tanımalı, psiko-sosyal gelişim özellikleri bilmeli, gelişim sürecinde meydana gelen değişimi izleyebilmeliyiz. Böylece çocuklarımızın kişilik gelişimini destekler, geliştirir ve çocuklarımıza rehberlik ederiz.

1.4.3. Çocuğun Kişilik Gelişimi

Bir çocuk, kişiliğini anne babasının kendisine verdiği terbiye ve davranış biçimiyle yansıtır. Çocuğun kişiliği, içinde yaşadığı toplumla sıkı ilişkilerden ve çok kuvvetli duygusallıktan oluşur. Aile sistemi içerisinde, aile üyelerinin kuşaklar boyu aktararak getirdiği duygu, düşünce ve davranış özellikleri çocuğun normlarını, değerlerini oluşturarak kişilik gelişiminin niteliğini ve özelliğini belirler. O halde kişilik, bir kişinin kendine özgü özelliklerinin meydana getirdiği hal, şahsiyet, kimlik, insana mahsus hareket, insanca davranış, insaniyettir. Ayrıca çocuğun yetenekleri, arkadaşlık ilişkileri kişisel özellikleri olarak tanımlanır. Kişilik çocuk ile çevre arasındaki ilişkinin, iletişimin ve etkileşimin sonucu olarak değerlendirilir.

1.4.4. Aile İçi İletişim

İletişim sevgi temeli üzerine kurulmalıdır.
İletişim güven , saygı ve karşılıklı anlayışa dayanmalıdır.
Ebeveyn çocuğunun kişilik özelliklerini tanıma, davranışlarını anlama çabası içinde olmalıdır.
Ebeveyn çocuğunun düzeyine uygun yaklaşım geliştirebilmelidir.
Çocuğu tanımak, psiko-sosyal gelişim evrelerini bilmek.
Çocukla fiziksel temas kurmak, beden diline dikkat etmek.
Çocuğa sorumluluk vermek, ödül ve cezada denge kurmak.(ödül de; kişiliği değil, davranışları ödüllendirilmelidir. Ceza da; hatasıyla orantılı bedel ödetilmelidir.)
Akıl vermek, eleştirmek, suçlamak, yargılamak ve emir vermekten kaçınılmalıdır.
Arkadaşları tanımalı, arkadaşları içerisinde ilişkiye özen gösterilmelidir.
Çocuğun sorunları karşısında sorun odaklı değil çözüm odaklı yaklaşılmalıdır.
Çocuğun bireyselliğini ve bağımsızlığını desteklemek.

1.4.5. Etkili İletişim Teknikleri

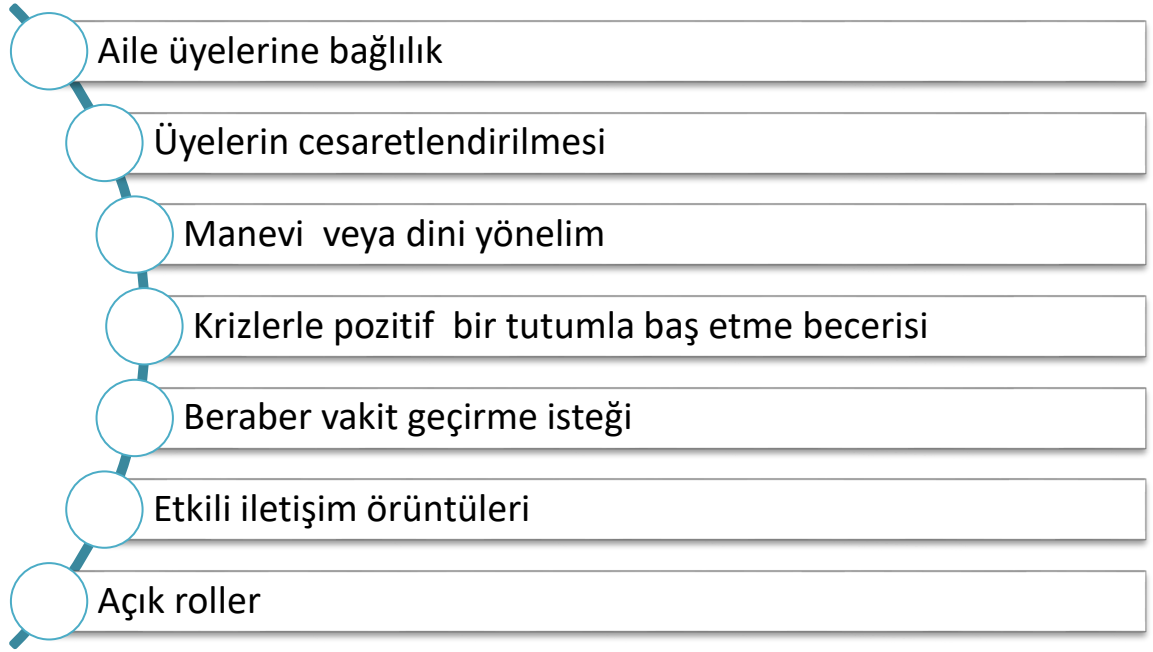
Karşınızdaki kişiyi anlamaya çalışın. Anlayışlı ve hoşgörülü olun.
Dinleme becerisine sahip olun. Açık iletişim sağlayın
Rehber Anne-Baba yaklaşımı, sağlıklı ebeveyn modeli
Öfke ve kızgınlık duygularınızı kontrol edin.
Duygularınızı yöneltme becerisini geliştirin.
Organize olmayın, organize edin.
Karşınızdaki kişinin anlayabileceği düzeyde iletişim kurun.
Karşılıklı konuşurken yüz yüze göz göze iletişime önem verin.
Konferans verir gibi konuşmayın
Karşınızdaki kişinin düşüncelerini ifade etmesine izin verin.

Çocuklar anne ve babayı örnek alırlar!

Birey, çocukluk döneminden itibaren, çevresinde yaşayan insanların davranış ve tutumlarını taklit eder. Bu taklit önce anne ve baba imajı ile başlar. Kişilik doğrudan doğruya anne babanın çocuğu ile karşılıklı kurduğu ilişkiden etkilenir. Ebeveynlerin gerek kendi aralarında gerekse çocuklarıyla kurdukları iletişim biçimi, çocuğun gelecekte tutum ve davranışlarını belirlemektedir. Çocuğun gelecekte anne ya da baba rolünün temelleri ebeveyn-çocuk ilişkilerinde atılır. Kişilik zamanla olgunlaşır, çocuğun fiziki yapısı, zihinsel ve duygusal bakımdan gelişir. Önceleri duygu ve heyecanlarını denetleyemeyen çocuk büyüdükçe duygu ve heyecanlarını nasıl denetleneceğini öğrenir.

1.5. Sağlıklı Ailenin Özellikleri

Sağlıklı kelimesinin içeriğinin kültürden kültüre değişim gösterdiği bilinmektedir. Ailelerde sağlık kavramı, olumlu ilişkileri destekleyen ve üyeler arasındaki alış veriş-paylaşımı dengeleyen etik sorumluluklar içermektedir. Aile yaşam döngüleri boyunca ailelerin çoğu sağlıklı ve sağlıksız etkileşimler yaşayabilir. (Berkun, 2013)



Şekil 1. Sağlıklı Ailenin Özellikleri

Uygulamalar

İçinde yaşadığımız toplumda aileleri gözlemleyerek aile yapıları, özellikleri, aileyi oluşturan üyelerin rol ve fonksiyonları ile ilgili değerlendirmeler yapılmalıdır.

Uygulama Soruları

Aileler hangi çeşit ve özellikleri içermektedir?

Aile özellikleri aile içi ilişkileri nasıl etkilemektedir?

Aileyi oluşturan üyeler rol ve fonksiyonları nelerdir?

Aile içi stres faktörleri, aile yapısında ne tür sorunların kaynağını oluşturur?

Bu Bölümde Neler Öğrendik Özeti?

Aile kan bağına dayana karı, koca, çocuklar ve kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu, toplum içindeki en küçük sosyal birlik olarak tanımlanmaktadır. Ailede, karı-koca yasal evlenme yoluyla, ana-baba ve çocuklar ise kan bağı ile birbirlerine bağlıdır. Aile, aynı yerde oturan ekonomik beraberliği ya da işbirliği olan, çocuk yetiştirme hakkına sahip bir sosyal kurumdur. Aile çeşitlerini evlilik yapısında özelliklere göre değişmektedir. Aile çeşitleri arasında; çekirdek aile, geniş aile, ataerkil aile, anaerkil aile olarak yer almaktadır.

Birey, çocukluk döneminden itibaren, çevresinde yaşayan insanların davranış ve tutumlarını taklit eder. Bu taklit önce anne ve baba imajı ile başlar. Kişilik doğrudan doğruya anne babanın çocuğu ile karşılıklı kurduğu ilişkiden etkilenir. Ebeveynlerin gerek kendi aralarında gerekse çocuklarıyla kurdukları iletişim biçimi, çocuğun gelecekte tutum ve davranışlarını belirlemektedir. Çocuğun gelecekte anne ya da baba rolünün temelleri ebeveyn-çocuk ilişkilerinde atılır. Kişilik zamanla olgunlaşır, çocuğun fiziki yapısı, zihinsel ve duygusal bakımdan gelişir. Önceleri duygu ve heyecanlarını denetleyemeyen çocuk büyüdükçe duygu ve heyecanlarını nasıl denetleneceğini öğrenir.

Aile üyeleri birbirinden aldıkları mesajlarla kendilerini değerli veya değersiz, güvende veya güvensiz hissederler. Bu durum onların psikososyal ve sosyokültürel konumlarını, işlevselliklerini ve ruhsal durumlarını etkiler. Sonuç olarak sağlıklı birey, sağlıklı ve bütünlüğü ile fonksiyonel aileyi oluşturacak, sağlıklı aile sağlıklı toplumu oluşturacaktır.

Bölüm Soruları

1. Yetki rolünün babada ya da erkekte toplandığı aile biçimi dir.
- 2.Eşler arası ilişkilerdesağlıklı ailelerden beklenen özelliklerdendir.
3. Aşağıdakilerden hangisi sağlıklı ailenin özelliklerinden değildir?
 - a Aile üyelerine bağlılık
 - b. Gelir düzeyinin iyi olması
 - c. Açık roller
 - d. Krizlerde pozitif bir tutumla baş etme becerileri
 - e. Beraber vakit geçirme isteği
- 4.Aşağıdakilerden hangisi ailedeki normal iletişim ve etkileşimi engelleyen faktörlerden değildir?
 - a. Ailenin eğitim düzeyi
 - b.Sorulan soruları cevapsız bırakma
 - c. Suçlama, eleştirme, olumsuz değerlendirmeler yapma
 - d. Yapay ilgi gösterme
 - e.Fedakârlığı devamlı karşı taraftan bekleme
5. Etkili iletişim teknikleri arasında aşağıdakilerden hangisi yer almaz?
 - a. Öfke ve kızgınlık duygularınızı kontrol edin
 - b. Açık iletişim
 - c. Karşınızdaki kişinin anlayabileceği düzeyde iletişim kurun.
 - d. Biz bilinci geliştirin
 - e. Duygularınızı yöneltme becerisini geliştirin.
6. Ailedeki normal iletişim ve etkileşimi engelleyen faktörlerden biride ailenin yaşadığı olaylar hakkında sürekli olumsuz yaklaşım göstermektir

() Doğru

() Yanlış

7. Anne babanın çocukla sağlıklı iletişim kurmasında aşağıdakilerden hangisi geçerli bir etken değildir?

- a. Çocukla fiziksel temas kurmak
- b. Çocuğun özerkliği için bilgisayar kullanımında içeriği kontrol etmemek
- c. Çocuğun bağımsızlığını desteklemek
- d. Eşlerin kendi arasında iletişim
- e. Ebeveyn çocuk iletişimi

8. Anaerkil aile için aşağıdakilerden hangisi doğrudur?

- a. Anne baba ve çocuklardan oluşur
- b. Ailede en az iki kadın olmalıdır
- c. Kadın ve çocuklar ast konumdadır
- d. Ailede yetkiler anada ya da önder olan kadında toplanır
- e. Modern toplumların aile yapısıdır

9. Aileyi tanımlayan aşağıdaki ifadelerden hangisi doğru değildir?

- a. Aile olmaksızın kişinin başarılı olması mümkün değildir.
- b. Kan bağına dayanır
- c. Yasal, toplumsal ve ekonomik bir kurumdur.
- c. İnsan yaşamın temel birimlerinden biridir.
- e. Toplum içinde en küçük sosyal birimdir

10. ? “Karı, koca, çocuklar ve kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu, kan bağına dayalı, toplum içindeki en küçük sosyal birlik olarak tanımlanmaktadır.” Aşağıdaki kavramlardan hangisi bu tanıma uymaktadır

- a. Aşiret
- b. Akraba
- c. Toplum
- d. Aile

e. Grup

Cevap Anahtarı

1. Ataerkil aile

2. Karşılıklı sevgi ve saygı

3b

4a

5d

6Doğru

7b

8d

9a

10 d

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Berksun, O. ve H.G.(2013) *Aile ve Eş Terapileri*, Detay Yayıncılık, Ankara

Nichols, M. P. (2013) *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, Kaknüs Yayınları, İstanbul

Ozankaya, Ö., (1995), *Toplumbilime Giriş*, Tekin Yayınları, Ankara

Özgüven, İ.,E.,(2001) *Ailede İletişim ve Yaşam Pdrem Yayınları*

Ruppert, F., (2014) *Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelayonları,Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek*, Kaknüs Yayınları, İstanbul

Solmuş, T.,(2012), *Bağlanma, Evlilik Ve Aile Psikolojisi*,Sistem Yayınları, İstanbul

Weeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), *Evlilik ve Çift Terapisi, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar*, Pusula Yayınları, İstanbul

Yörükoğlu,A.,(1983) *Değişen Toplumda, Aile ve Çocuk*, Aydın Kitabevi Yayınları, Ankara

<http://psikiyatriksosyalhizmet.com/>

<https://pixabay.com/tr>

2.AİLE DANIŞMANLIĞI TARİHİ

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde danışmanlığı tarihi ve gelişim süreci anlatılacak. Aile danışmanlığının doğuş yıllarından itibaren ortaya çıkan ekollar ve kuramcılar ele alınacaktır. Toplumsal yapıdaki hareketlilik ve psikoloji alanındaki gelişmeler paralelinde ilerleyen aile terapisi kuramları betimlenecektir.

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Ailenin danışma öncesi aileye bakışlar ve yaklaşımlar nedir?

Aile danışma ihtiyacını doğuran şartlar nelerdir?

Kuramlara göre gelişim süreci nasıl olmuştur?

Sibernetik ve aile yaşam döngüsü kavramlarını öne çıkaran etkenler nelerdir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Aile danışmanlığı doğuş yılları	Ailenin psikososyal ihtiyaçlarının karşılamada ilk yöntemlerin dayandığı ana fikri anlamak	Aile danışmanlığı tarihini başlatan ekollerin ortaya çıkış nedenlerini araştırmak
Aile danışmanlığı yaklaşımlarının gelişim süreci	Aileyi oluşturan üyelerin fonksiyonu, rolleri ve aile içi stres faktörlerin aile yapısını nasıl etkilediğinin anlaşılması	Yaklaşım ekollerini ortaya çıkaran nedenlerin incelenmesi.
Aile danışmanlığında ekolleşen yaklaşımlar	Yaklaşımları öne çıkaran özelliklerin kavranması ve bunun ışığında aile yardım becerileri geliştirmek	Aile danışmanlığı tarihinin bütünlüğü içinde ekolleri analiz edilerek başlıca sonuçlar çıkarmak

Anahtar Kavramlar

Sistemler Kuramı

Birinci Kuşak Aile Terapileri

İkinci Kuşak Aile Terapileri

Üçüncü Kuşak Aile Terapileri

Palo Alto grubu

Yaşam döngüsü

Sibernetik

Giriş

Aile üyeleri arasında uyumlu birlikteliği sağlayan psikososyal dinamikler vardır. Aileyi bir arada tutan bu dinamikler, kültürarası farklılıklar göstermektedir. Toplumsal değerler, din, örf, eğitim, tarihsel birikim gibi bir çok öge, bir toplumu ötekinden farklı kılmaktadır. Toplumsal farklılıklar ve yeni gelişmeler aile üzerinde etkilili olmaktadır.

Aile üyelerini birbirine bağlayan özelliklerin her dönemde sürdürülebilir olması mümkün değildir. Bazı iç dinamikler ve çevresel etkenler aile sisteminin zamanla bozulmasına neden olur. Örneğin modern toplumsal değişimle ortaya çıkan bireyselleşme aile yapısını etkilemiştir. Kolektif dayanışma içinde gelişen tutumların yerini bireysel tercihler almaya başlamıştır. Savaşlar, sanayileşme ve modernleşme gibi toplumu etkileyen parametreler, aile ve ruhsal destek anlayışında tarihi bir perspektif ortaya çıkarmıştır.

Tarihe yön veren değişimler kadar aile danışmanlığı, kendi güzergahında evreler seçirmiştir. Ailenin toplumsal değişimle evrilmesinin yanı sıra psikoloji alanında yaşanan değişimler de aile terapilerine yön vermiştir.

Aile yapısının tarihsel dönemlerde değişim geçirmesiyle birlikte aileye yönelik psikososyal destekler yeni anlayışlar geliştirilmiştir. Özellikle 1950 yılına kadar dinsel pratikler ve sosyal hizmet eksenli aile danışmanlığı, yerini bilimsel çalışmalara bırakmıştır. Bilimsel çalışmalarda ortaya çıkan farklı yaklaşımların uygulanmasında yetersiz kalan yönler nedeniyle yeni arayışlara girilmiştir. Bu güne değin ortaya çıkan tabloda birçok aile terapisi ekolü vardır. Bu bölümde tarihsel süreç içinde gelişmeler konu edinilmiştir.

2. AİLE DANIŞMANLIĞI TARİHİ

2.1. Aile Danışmanlığı Tarihine Giriş

Aile danışmanlığının kısa tarihine rağmen uzun bir geçmişi uzun döneme yayılır. Aile danışmanlığının kökleri konusunda ağırlıklı görüş, aile terapilerinin din adamlarının öğütlerinin bir uzantısı olduğu yönündedir. Örneğin **Yalom**, din bağlamında verilen öğütlerin aile terapileri olarak niteler. Bu öğütlerin terapötik bir öneme sahip olduğu tezinden yola çıkarak, 1900’lü yılların başında, aile rehberliği hareketinin bir parçası olarak görür.



Resim 2. www.pixabay.com

Yalom ve diğerleri aile rehberliği hareketinin tutarlı ve bütüncül bir kuramsal zemin olmadığına da altını çizmektedirler. Dinlerin bilim içindeki hatırı sayılır gücü, bilim adamların da etkilemektedir. (Nichols, 2013)

Aile danışmanlığı anlayışının yeni yeni gelişmeye başladığı dönemde, terapistler yoğun bir çaba ve istekle işe koyuldular. Aileyi yaşayan bir sistem, organik bir bütün olarak gören yeni bakış açıları doğdu. Bu bağlamda aile üyelerinden birisinin durumunda görülen olumsuzluğun, ailenin genelinde de bir

etkilenmeye yol açtığı gözlemlendi. Böylece bir kişide yaşanan değişimin tüm sistemi değiştirdiği tespit edildi. En sonunda bireyi değiştirmenin en etkili yolunun aileyi değiştirmek olduğu anlaşıldı.

1950’li yıllarda aile danışmanlığının ilk kuramcıları aileyi bir sistem olarak ele aldılar. **Sibernetik** adı verilen bir düzenek aile yapısında bir geri bildirim sistemi olarak kullanıldı. Ailenin işlev bozukluğu böylece iletişim örüntüleri ile çözüm sağlanacağı vurgulandı. Kötü iletişim yanlış geribildirimde neden olur ve bu nedenle de sistem kendini düzeltemez yani oluşmuş kuralları değiştiremez. Ailede geri bildirim etkili kılınırsa bir dengeden sözedilebilir.

Genel sistemler kuramının ve sibernetiğin birinci kuşaktan itibaren tüm aile terapisi modellerinin adeta omurgası haline geldiğini söylemek yanlış olmayacaktır. Birinci ve ikinci aile terapileri arasındaki fark, postmodern dünya görüşünün bu alana yansısıyla ortaya çıkar. Birinci kuşak aile terapilerinde aile içi süreçler, terapötik öncelikler açısından dikkate alınır. Normalilik ve sağlıklılık önemli kavramlardır. İkinci kuşak aile terapilerinde ise modernlik sonrası döneme damgasını vuran otoriteye ve onun belirlediğine karşı oluştun izlerine rastlanır. Bu dönemde otoritenin ve dolayısıyla statükonun önerdiği her şeye karşı bir duruş vardır. Örneğin bu kuşakta damgalayıcı olarak görülen normal ve sağlıklı aile kavramları ile bağdaşık fikirlerden uzaklaşılması, bu fikirlere dayalı terapötik önceliklerin terkedilişi önemlidir. Bu kuşak terapi modellerinde ailenin içinde bulunduğu süreç

önemsizleşmiştir. Normallik ve sağlıklılıkla dolayısıyla otorite ve otoritenin belirledikleri ile ilgili değil, en olumlu ve umut verici sonuçları doğuracak olan değişim süreçleri ile ilgili olmuşlardır. İki kuşak arasındaki fark, teknik ve stratejilerden ziyade felsefi ve düşünsel düzeyde bakış açılarını ve terapötik tutumları belirleyen bir farktır. (Berkun, 2013)

2.2. Aile Ve Psikososyal Destek İhtiyacının Doğuşu

Aile küçük bir sistem olmasına karşın birçok özellikler taşıyan bir yapıdır. Aile iki ve daha çok insanın yaşadığı bir sistem olarak ortak kararların alındığı ve tercihlerin yapıldığı bir kurumdur. Uzun birliktelik sürecinde uyumsuzluk ve farklı bakış açıları sebebiyle büyük zorluklar yaşanır. Bazen ailede yaşam akışı tıkanmaya ve aile bağlarının zayıflaması nedeniyle destek alma ihtiyacı doğar. Bu ihtiyacın ilk örnekleri bilimsel olmamakla birlikte aile için çözüm imkanı sunuyordu.

Aileyi psikososyal desteklemek, onların arasındaki sürtünmeleri azaltmak için yapılabilecek en önemli girişim, eşleri veya aile üyelerini farklı bireyler olarak dikkate almaktır. Onların bağımsız kişiliklerine bireysel farklılıklarına duyarlı olmalıdır. Danışanın bu tutumu sayesinde aile çarkının işleyişindeki sürtünmeler en aza indirilebilir. (Nichols, 2013)

2.3. Aile Danışmanlığının İlk Dönemi

İlk aile danışmaları 1900'lü yıllara girmeden temelleri atılmıştır. Amerika ve Avrupa'da aile ile ilgili çalışmaların yapılmaya başlandığı görülmektedir. O dönemlerde sosyal hizmet nitelikli çalışmalar, evlilik ve aile eğitimleri, evlilik danışmanlığına benzer uygulamalar aile terapilerine zemin hazırlamıştır. Bu çalışmalar toplumun ve insanların bilimsel aile terapilerine olan gereksinimini belirginleştirmiştir. Başlangıçtan itibaren sosyal çalışmacıların aileyi temel yardım birimleri olarak ele aldıklarını görüyoruz. Aile terapilerinin ortaya çıkışında sosyal çalışmacıların rolü çok önemlidir. Bir akım olarak ortaya çıkan evlilik ve aile yaşamı ile ilgili eğitimler o yıllarda, kadınlığa, evliliğe, ebeveynliğe ve aile yaşamlarına ilişkin dersler içermekteydi.

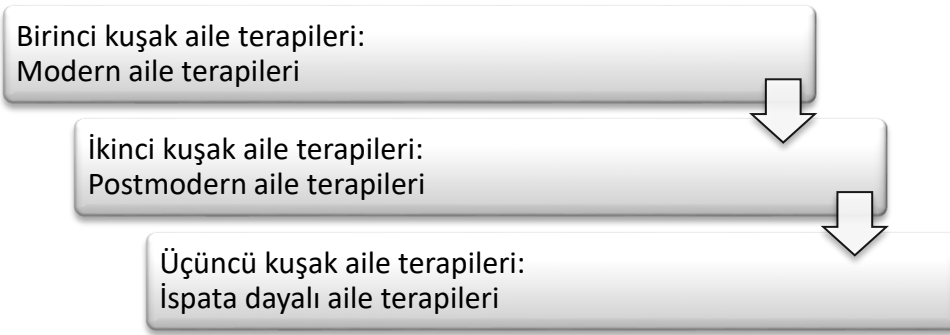
Psikanaliz ekolüne dayalı aile terapisi anlayışı yüzyılın başlarında itibaren yaygınlaşmıştır. Ayrıca aynı dönemde ruhban sınıfının, hekimlerin ve sosyal çalışmacıların aile ilişkilerindeki meseleleri ve evliliğin zenginleştirilmesi üzerine yaptıkları çalışmalarda bilimsel aile ve evlilik terapisinin gereksinimini beslemesi açısından önemli bir rolü olduğu söylenebilir. (Berkun, 2013)

1900'den 1970 yılına kadar geçen sürenin bu değişimin yavaş yavaş yaşandığı süre olduğu söylenebilir. 1970 yılına gelinceye kadar pek çok profesyonel Freud'çu kavram ve görüşlerden giderek uzaklaşmış ilişkisel ve kişilerarası anlamı olan kavram ve görüşlere yaklaşmıştır. Bugün ise **bilişsel davranışçı terapi** kuramının hakimiyetiyle kişiler arası etkileşimler insanın çevre ve toplumla olan etkileşimleri önemini kaybetmiş, birey ruhsal olarak değil bu sefer cinsel işleyiş açısından tekrar odak noktası haline gelmeye başlamıştır. (Berkun, 2013)

Aile danışmalarının gelişimine zemin hazırlayan bir başka çalışma alanı grup ve grup dinamiklerdir. Bu bağlamda 1920'li yıllarda Kurt Lewin yaptığı çalışmalarla bu alanda öncü rolü üstlendi. Lewin, grubun bütünüün parçaların toplamı olmadığını ve daha büyük ve farklı bir şey ifade ettiğini vurguluyordu. Grup tartışmalarına davranış ve düşünceye değişikliklerinde doğrudan konferans verilmesinden çok daha etkili olduğunu ifade ediyor grup içinde öğrenmenin daha kolay olduğuna vurgu yapıyordu. Lewin aile terapisi tarihinde önemli bir kişilik olarak yerini aldı. (Nichols, 2013)

2.4. 1950'den Sonraki Gelişim Evresi

1950'lerin başında aile terapisi batıda birkaç merkezde bağımsız olarak uygulanmaya başlandı. Bilimsel yaklaşımlar bu dönemde başlamıştır. Modern aile/eş terapi ekollerinin ortaya çıkışına zemin hazırlayan genel sistemler kuramı, sibernetik ve yapı kavramı dikkate alındığında 1950'li yıllar milat olarak kabul edilir. Bu dönemden günümüze üç kuşak gelişim dönemi içinde incelenebilir.



Birinci kuşak aile terapileri: Modern aile terapileri
Bu kuşakta şu terapi modelleriler yer alır.
-Psikoanalitik model
-Bowen aile sistemleri modeli (kuşaklar arası aile terapisi modeli)
-Akıl Araştırmaları Enstitüsü modeli
-Stratejik aile terapisi modeli
-Yapısal aile terapisi modeli
-Yaşantısal aile terapisi modeli

(Berkun,Sayar 2013)

Psikolojik sorunları aile bağlamı içerisinde ele alan modern tedavi uygulamaları yani birinci kuşak modeller, 1950'lerin ikinci yarısında ortaya çıkmıştır. Bu dönemde ile terapileri tarihinde önemli bir isim Bertalanffy'dir. Bertalanffy aile terapilerinin yapılanmasında en

güçlü dış etkiye sahip kişidir. İleri sürdüğü kuram olan genel sistemler kuramı **sibernetik** kavramı ile birlikte sonradan aile terapilerinin en önemli bilimsel sistematik dayanak oluşturmıştır. 1950’den hemen önce başladığı aile terapileriyle isminden söz ettiren bir başka uzman **John Bowlby**’dir. Bowlby, Adler gibi bir hekimdir. Geliştirmiş olduğu bağlanma kuramında, çocuk ile anne arasındaki ilişkinin ilginç yönlerine, aile içi etkileşimlere, çocuğun ve erişkinin duygusal gelişimine değindi. (Berkun, Sayar 2013)

2.4.1. Aile Danışmanlığında Sistemler Kuramı

Sistemler kuramı kısaca; aile bireylerinin davranışlarındaki anormallikler, bir sistem olarak aile ilişkilerindeki örüntülerin dengelenmesiyle çözülebilirliğini savunmaktadır. 1960’ yıllarda aile terapisi çalışmalarına damgasını vuran yaklaşım **Palo Alto** grubudur. Bu grubun yaklaşımı sadece aile sorunlarının değil, ruhsal hastalıkların da bu yeni yaklaşımla iyileşebileceği inancı geliştirdi. Palo Alto grubu daha çok anne-çocuk ilişkileri üzerinde duruyordu. Araştırmalarında babalar üzerinde duran Lidz, bu çalışmaların bir bakıma tamamlayıcısı olmuştur. Lidz, psikiyatrik hastalıklarda, özellikle şizofrenlerde babalar üzerinde ciddi bir biçimde eğilen neredeyse ilk çalışmaları başlatandır. Hastalıklarda hep anneler sorumlu tutulurken Lidz ile babaların davranışlarına, dolayısıyla içinde yaşanılan çevredeki tüm insanların önemine dikkat çekilmesi mümkün olmuştur.

Palo Alto grubu çalıştıkları ailelerin birbiriyle ilişkide olan parçalardan meydana gelen bir sistem değil aynı zamanda geribildirimlerle kendi kendini yöneten sibernetik bir sistem özelliği taşıdıklarına tanık olmuşlardı.

Bu yaklaşımda sistem kavramına inanılmaz güçlü bir bağlılık oluşmaya başladı. Mesela bir seansa bir aile üyesi ile gelmediğinde o günkü oturumun iptal edilmesi ve yeni bir oturuma birlikte gelmesinin istenmesi sık rastlanan bir tutum haline geldi. (Berkun, 2013)

2.4.2. Yaşam Döngüsü

Aile yaşam döngüsü terimi zaman içinde aile gelişimsel değişim ve bu değişimler de ortaya çıkan yaşamsal davranışsal eğilimleri tanımlamak üzere kullanılır. Bireysel yaşam döngüsü kavramı bireyin yaşam akışı içindeki değişimlerin tümünü kapsar. Aile yaşam döngüsü kavramı ise ailenin bir bütün olarak yaşam çizgisi üzerinde geçtiği aşamaları betimlemektedir. Yaşam döngüsü 1970’li yıllara kadar bireyin gelişimini tanımlayan bir kavram oldu. Bunun en önemli nedenlerinden biri o yıllara yakın dönemde Erikson’un insan gelişimi üzerine önemli yayınlar yapmasıydı. Erikson ilk insan yaşamını dönemler halinde ele alanların öncüsü konumundaydı. Erikson insan hayatına Freud’dan daha geniş bir pencereden bakma imkanı sunuyordu. (Berkun, 2013)

2.5. 1970’den Sonraki Evre

1970 ve 80’ ler kendine güvenen aile terapistlerinin ve buna bağlı ekollerin ortaya çıktığı bir dönemdir. Bir dönemde Halley ya da Minuchin’in en güncel makalelerini paylaşan terapistler, şu ya da bu ekole bağlılıklarını bildirerek, görev duygusuyla hareket ediyorlardı.

Terapistleri eylemci yaklaşıma iten şey **kesinlik** ve **karizmaydı**. Yapısal aile terapisi en azından uygulamada görüldüğü biçimiyle zorbalık haline gelmeye başlamıştı. Bazıları da stratejik yaklaşımdaki konulardan manipülatif olduğunu söylüyordu. Verilen taktikler akılcıydı ancak motive edici değildi. Aileler inatçı olarak betimleniyor, ailelerle birlikte akıl yürütmenin imkânsız olduğu söyleniyordu. 1970’li yıllarda aile terapileri anlayışında öne çıkan ifade; “neler yapabileceğinize bir bakın” idi. Öncü ekollerin eğitim merkezleri açması ve geliştirdikleri modellerin meyvelerini toplamaya başlamasıyla birlikte 1970 ile 1985 yılları arasındaki dönem ünlü aile terapisti ekollerinin filiz vermesine tanık oldu. 1980’lerde yaygın model stratejik terapi ve bu on yılın kitapları dönemin temel yaklaşımını anlatıyordu.

1970’lerde Salvador Minuchin adı öne çıkmıştı. **Aile terapisi** kitabında açıkladığı basit ancak etkileyici aile modeli 10 yıla damgasını vurmuştu. Aile terapisti olmak isteyenlere aradıkları şeyi sunuyordu; aile örgütlenişinin yalın, ancak anlamlı bir betimlemesi ve tedavide uygulaması için kolay adımlardı bunlar. Bu dönemde bir başka öne çıkan Milton Erickson idi. Erickson problem çözmeye yönelik olan yaklaşımla, ailelerin yaşadıkları sorunlara nasıl takılıp kaldıklarını anlamaya yönelik basit bir çerçeve sunuyordu. Sorunlar, yaşanan sıradan güçlüklerin yanlış yönetilmesinden ve hatalı yorumlamadan kaynaklanır. Bu yanlış yönetim insanların birbirine benzer çözümlere takılıp kalmasına neden olduğunda ilk başta yaşanan sorun böylece devam eder. Eski bir öz değişim yankılanışı gibidir: “İlk denemende başaramazsan, denemeye devam et” (Nichols, 2013)

İkinci kuşak aile terapileri: Postmodern aile terapileri
Bu grupta şu terapiler yer alır:
-Milan sistemik aile terapisi
-Çözüm odaklı aile terapisi
-Öyküsel aile terapisi

(Berkson, 2013)

2.6. Günümüzde Aile Danışmanlığı

Önceki dönemlerdeki köklü deneyimlerden sonra aile terapisi kendi alan yazını, örgütleri ve uygulayıcıları ile yerli yerinde bir alan haline geldi. Tekbir model çerçevesinde örgütlenen, psikanaliz, davranış terapisi gibi yaklaşımların tersine, aile terapisi, farklı ekollerin birden çok ekolün varlığını sürdürdüğü bir girişim oldu. Bunun da ötesinde bu ekollerin her biri de kendi önderleri, metinleri ve terapi yapma biçimleriyle ayrı birer girişimdi. Aile terapisi artık ayrı ekollere belirgin sınırlarla ayrılmış bir durumda değil, uygulayıcılarının hepsinin sistemler kuramına evrensel bir bağlılık duyduğu söylenemez. Aile terapisinde bugün farklı ekoller arasındaki sınırlar o denli belirsizleşmiştir ki günümüzde kendilerini bu öğrenci ya da yapısalçı veya diğer bir şekilde tanımlayan terapistlerin sayısı

gittikçe azalıyor. Ayrımcılığın azalmasının nedenlerinden biri, uygulamacıların deneyim kazandıkça birbirlerinin tekniklerinden yararlanmak için herhangi bir sorun görmemeye başlamasıdır.

Ekoller arasında sınırların belirsizleşmesi karşısında Blow ve Davis 2007'de terapistlerin belirli bir terapi modeline odaklanmak yerine değişen kuramları öğrenmeye çağırdı. Onlara göre terapistlerin danışanların kendilerine özgü sorularına uygulamak üzere birden çok terapi modelini bilmesi gerekiyordu. Öte yandan terapistlerin uygulamalarının aksine, uyguladıkları model ne olursa olsun birbirine benzediği söylenemez. Birçok terapide ortak öğelerin **empati**, teşvik etme, kısır varsayımları sorgulama - yanı sıra belirgin farklılıklarda söz konusudur, Bowen'in izleyicileri aile üyeleri ile bizzat tek tek konuşurken, yapısalcılar aile üyelerini birbirleriyle konuşmaya yöneltir. Birçok ekol temel 'yakınmayı' dikkatli bir şekilde incelerken, çözüm odaklı terapistlere göre bu sorun odaklı düşünmeyi pekiştirmekten başka bir işe yaramaz. Dolayısıyla günümüzde aile terapistleri çeşitli kavramsal modellerden yararlanıyor olsa da farklı kavramsal modeller ve bunların terapi yürütme yaklaşımlarındaki farklılıklar varlıklarını sürdürüyor. Farklı modellerden yararlanmak elbette yararlı olabilir ancak tutarlı bir kuramsal model olmadan çalışmak büyük bir olasılıkla yararlı olmayacaktır.

Sınırların belirsizleşmesinde diğer bir etken de belirli sorun ve kitlelere özgü tekniklere gereksinim büyük olduğunun gittikçe daha fazla kabul görmesidir. Aile terapistleri bir zamanlar uyguladıkları modeli yüceltirdi. Belirli bir aile paradigmaya uymadığında bu ailenin belki de uygun bir tedavi vakası olmadığı düşünülürdü. Günümüzde ise her bedene uygun terapi yaklaşımı artık uygulanabilir görülüyor. (Nichols, 2013)

Üçüncü kuşak aile terapileri: İspata dayalı aile terapileri
-Bilişsel davranışçı aile terapisi
-Multisistemik aile terapisi
-Çok boyutlu aile terapisi
-Emosyonel aile terapisi

(Berksun, 2013)

Uygulamalar

Dünden bugüne evreler geçiren aile terapisinde, kuram bazlı terapi uygulamalarından eklektik modellerin uygulandığı günümüze geldiğimizde, değişime neden olan parametreler tartışılmalıdır.

Uygulama Soruları

Toplumsal değişimler aile sistemini nasıl etkilemektedir?

Aile sisteminin değişimlere karşı direnç gösterme düzeyi nedir?

Çağdaş aile danışmalığı yaklaşımında etkili olan temel etkenler nelerdir?

Bu Bölümde Neler Öğrendik?

Aile danışmalarının kısa geçmişine rağmen insanlığın ilk dönemlerine kadar giden uygulamalar vardır. Ailenin yaşadığı sorunlar çevreden öğütlerle çözüme kavuşabilirdi. 1900 den 1970 yılına kadar geçen sürenin bu değişimin yavaş yavaş yaşandığı süre olduğu söylenebilir 1970 yılına gelinceye kadar pek çok profesyonel Freud'çu kavram ve görüşlerden giderek uzaklaşmış ilişkisel ve kişilerarası anlamı olan kavram ve görüşlere yaklaşmıştır. Modern aile/eş terapi ekollerinin ortaya çıkışına zemin hazırlayan genel sistemler kuramı, sibernetik ve yapı kavramı dikkate alındığında 1950'li yıllar milat olarak kabul edilir.

Bölüm Soruları

1. Tarihi dönemler açısından aile danışmanlığı tarihi kaç kuşağa ayrılabilir?

- a. 2
- b. 3
- c. 4
- d. 5
- e. 6

2. Birinci kuşak aile terapilerine kaynaklık eden temel yaklaşım hangisidir?

- a. Çözüm odaklılık
- b. Sistemler kuramı
- c. Bilişsel davranışçı model
- d. Gelişimsel yaklaşım
- e. Milan ekolü

3. Öyküsel aile terapisi modeli birinci kuşak aile terapileri modelleri arasında yer almaz?

O (D)O (Y)

4. İlk terapi yönelimlerinden Psikoanalizi, aile danışmasına uygulayan bilim adamı aşağıdakilerden hangisidir?

- a. Wiener
- b. Palo Alto
- c. W. Satir
- d. Bowen
- e. Ackerman

5. Bireylere aile yapısı içinde hem kendisiyle hem de diğer aile üyeleriyle daha iyi aile yapısını geliştirmesine yardım etmek, Gestalt yönelimli aile danışmasının amaçlarındandır

O (D)O (Y)

6. ‘Aile terapisi’ kitabıyla, basit ancak etkileyici aile modeli öne süren bilim adamı hangisidir?

- a. Bowen
- b. Whitaker
- c. Minuchin
- d. Ackerman
- e. Satir

7. Aile yaşam döngüsü nedir?

- a. Aile bireylerinin yaşam şartlarını anlatır
- b. Bireysel yaşama biçimleri üzerinde durur
- c. Ailenin toplumsal uyumunu ifade eder
- d. Kuşaklar arası değişimleri açıklar
- e. Ailenin gelişimsel değişim dönemlerini belirler

8. Modern aile danışmanlığı, hangi yaklaşımla dinamik bir döneme girmiştir?

- a. Genel sistemler kuramı
- b. Psikoanalitik model
- c. Hümanistik yaklaşım
- d. Bireysel psikoloji
- e. Çözüm Odaklı yaklaşım

9. Fizikte kullanılan bir mekanizma iken aile danışmanlığında kullanılan yöntem aşağıdakilerden hangisidir?

- a. Koşullanma
- b. Odaklanma
- c. Homeostasis
- d. Sibernetik
- e. Manyetik rezonans

10. Aile danışmanlığı uygulamaları bilimsel çalışmalardan önce aşağıdakilerden hangi ekol ya da harekete dayanır?

- a. Felsefi hareketler
- b. Sosyoloji ekolleri
- c. Din hareketleri
- d. Aydınlanma hareketi
- e. Vakıf çalışmaları

2. Bölüm Cevap Anahtarı

1 b 2 b 3 (D) 4 e 5 (D) 6 c 7 e 8 a 9 d 10 c

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Berkun, O. ve H.G.(2013) Aile ve Eş Terapileri, Detay Yayıncılık, Ankara Nichols, M. P. (2013) Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler, Kaknüs Yayınları, , İstanbul Ruppert, F., (2014) Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelasyonları, Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek, Kaknüs Yayınları, İstanbul

Solmuş, T.,(2012), Bağlanma, Evlilik Ve Aile Psikolojisi,Sistem Yayınları, İstanbul

Weeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), Evlilik ve Çift Terapisi, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar, Pusula Yayınları, İstanbul

<http://psikiyatriksosyalhizmet.com/>

<https://pixabay.com/tr>

3. AİLE YAŞAM DÖNGÜSÜ

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde ailenin ilk yaşam döneminden itibaren geçirdiği evreleri, bu evrelerin özellikleri, aile içi ilişkileri nasıl etkilediği, aile ortaya çıkan değişimlerin nasıl aile içi krizlere yol açtığı hakkında bilgi vereceğiz.

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Aile yaşam döngüsü evreleri nedir?

Aile yaşam döngüsü hangi evrelerden oluşur?

Aile içi değişim, aile üyelerini nasıl etkiler?

Aile içi kriz faktörleri nasıl oluşur?

Aile yaşam döngüsünün ilk evresi yetişkinlik döngüsünün özelliği nedir?

Evlilik döngüsü nasıl başlar?

Evlilikte iletişim ve uyum sorunlarına neden olan davranışlar nelerdir?

Yeni evli çiftler iletişim sorunlarını çözebilmesi için sahip olması gereken iletişim becerileri hangi özellikleri içerir?

Küçük çocuklu aile döngüsü ile içi ilişkilerde meydana getirdiği değişim nedir?

Ergenlik dönemi özellikleri nelerdir?

Çocuğun evden ayrılması aile yapısını nasıl etkiler?

Aile yaşam döngüsü evreleri nasıl son bulması için hangi özellikleri içermelidir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Aile yaşam döngüsü evrelerine kavramsal bakış ve evreleri	Aile yaşam döngüsü evrelerin aile yapısı, aileyi oluşturan üyeler arasında rolleri ve aile içi iletişimi nasıl etkilediğinin ve ortaya çıkan kriz faktörlerin belirlenmesine katkı sağlayacaktır.	Aile yaşam döngüsü ve evreleri ilgili kaynak taraması ve bu kaynaklarda konu ile ilgili yapılacak okumalar kazanımları artıracaktır.
Aile yaşam döngüsü evrelerinin özellikleri	Ailenin yapısal sorunlarını belirlemede, aile içi uyum sorunlarının çözümünde danışmalık uygulamalarına katkı sağlayacaktır.	Aileyi oluşturan her bir evre ile ilgili literatür okumaları kazanımların artmasını sağlayacaktır.
Aile yaşam döngüsü evrelerinde yaşanan kriz faktörleri ve çözüm yöntemleri	Aile içi değişimin eşler arası ve ebeveynlerin çocuklarıyla yaşadığı ilişkiyi etkileyerek ortaya çıkan kriz faktörlerin çözümüne katkı sağlayacaktır.	Aile yaşam döngüsü evreleri ile ilgili kaynak araştırması ve örnek aile olgularının incelenmesi kazanımları artıracaktır.

Anahtar Kavramlar

Aile yaşam döngüsü evreleri

Aile içi değişim

Aile içi kriz faktörleri

Yetişkinlik

Evlilik

Çocuğa sahip olma

Çocukların evden ayrılması

Yaşlılık ve emeklilik

Giriş

Bireyler, çocukluktan itibaren yaşlılık dönemlerine kadar aile içersinde ilişkilerinde, fiziksel durumlarında ve ruhsal süreçlerinde çeşitli aşamalardan geçerler. Nasıl ki bir insan çocukluk, gençlik, yetişkinlik ve yaşlılık gibi yaşam dönemlerinden geçiyorsa, ailelerin de dönemleri vardır. Aile yaşam döngüsü evreleri aileni ilk oluşum sürecinden itibaren ailenin sonlandığı evreye kadar geçirdiği süreçleri tanımlar. Ailedeki yaşam süreci, beraberinde **değişimi** de getirir. Değişim bireylerin duygu, düşünce ve davranış düzeyinde etkilenmelerine yol açar. Değişim karşısında bazı ailelerde uyum sorunları yaşanır. Yeni tutum ve davranış becerileri geliştirme ya da değişimi yönetme konusunda sıkıntılar yaşanır, çatışmalar doğar. Ailenin içinden geçtiği bu evrelere aile yaşam döngüsü denir. Aile yaşam döngüsünün evreleri, Carter ve Mc Goldrick tarafından altı başlıkta tanımlanmaktadır.

Aile yaşam döngüsü aileyi zaman içinde değişen bir sistem olarak kurgular ve ailenin bu değişim süreci içinde geçirdiği evreleri tanımlar. Aile yaşam döngüsü, profesyonel uzman ve danışmanlara aile içi sorunların belirlenmesinde, müdahale teknikleri ve yararlı yaklaşımlar planlanmasında faydalı bir kuramdır. Aile ve çiftlerle çalışan profesyoneller, aile üyelerinin ilişkilerinde yaşanan sorunlarla çalışırken aile içi iletişimde çatışmaya neden olan faktörlerin belirlenmesinde ailenin yaşam evrelerinden yararlanırlar. (Goldenber & Goldenberg 1990) Carter ve Mc Goldrick tarafından altı başlığa ayrılan aile yaşam döngüsünü tek tek ele alalım:

3. AİLE YAŞAM DÖNGÜSÜ



Şekil 4. Aile Yaşam Döngüsü

Aile yaşam döngüsü terimi zaman içinde aile gelişimsel değişim ve bu değişimler de ortaya çıkan yaşamsal davranışsal eğilimleri tanımlamak üzere kullanılır. Bireysel yaşam döngüsü kavramı bireyin yaşam akışı içindeki değişimlerin tümünü kapsar. Aile yaşam döngüsü kavramı ise ailenin bir bütün olarak yaşam çizgisi üzerinde geçtiği aşamaları betimlemektedir. (Berkson, 2013)

İnsanlar hayat boyu belli dönemlerden geçerek sürekli değişimler yaşarlar. Bu değişimler fiziksel, ruhsal olduğu kadar aile ve toplumsal bazında da yaşanır. Aile boyutunda yaşanan değişimler çeşitli evlerler geçirirler. Her dönemin kendine göre karakteristik özellikleri vardır. Dönemsel değişimleri yönetmek, aile için kolay olmaz. Bireylerin yeni durumlarla başedebilmeleri için rehberlik desteği almaları gerekir.

Sosyal bilim literatüründe bu yaşam deneyimleri aile yaşam döngüsü olarak kavramsallaştırılmıştır. Aile yaşam döngüsü aileyi zaman içinde değişen bir sistem olarak kurgular ve ailenin bu değişim süreci içinde geçirdiği evreleri betimler. (Goldenber & Goldenberg 1990).

Aile yaşam döngüsünü, Carter ve Mc Goldrick (1989) beş evre ile tanımlamışlardır. Genç yetişkinlikte bütün toplumsal çevreler içinde yine aile çevresi ağırlığını korur. Gelişimsel açıdan bakılacak olursa, ergenlikten yetişkinliğe geçişte önemli dönüm noktaları aile ile ilgilidir.

Yaşam döngüsü aile içi rollerde geçişler ve dönemlerle belirlenir. Aile döngüsü içinde en önemli dönüm noktaları; evlilik, çocuğa sahip olma, ergenlik yaşında çocuğun olması,

çocukların evden ayrılması, yetişkinlik ve yaşlılıktır. Yaşam döngüsü birtakım evresel etkenler belirlemektedir. Örneğin, evlilik yaşı düne göre daha ilerlemiştir. Bu durum öteki döngüleri etkilemektedir. Yaşam döngüsündeki değişimler toplumsal ve kültürel etkenlerin gölgesinde gerçekleşmektedir. Özellikle çekirdek aile yapısının ortaya çıkmasıyla birlikte, kültür aktarımı zayıflamış, çocuklar, büyük ebeveynleriyle yaşamadıkları için rol model olma gerçekleştirememiştir. Bu değişimlerin bireyin benlik tasarımı üzerinde olumsuz etkileri nedeniyle, aile içinde kuşak çatışmalarına neden olabilmektedir.

3.1. Yetişkinlik Döngüsü

Gençlikten, bağımsızlığını kazanarak yetişkinlik dönemine giren birey, anne babasından duygusal olarak ayrışabilmeli, bağımsız ilişkiler geliştirerek kararlarına yön verebilmelidir. Bu ayrışma, ebeveyni dışsallaştırma değildir. Özgüvenin ortaya konması ve yaşamın sorumluluğunu alabilmektir. Ergenleşme sürecinde ebeveynler çocuklarını geleceğe hazırlamalı, bağımsızlaşma sürecini destekleyici ve geliştirici tutumlar sergilemeli, çocuğun bağımsızlaşma ve güven duygusunu geliştirmelidirler. Böylece genç yetişkin, kendi evlilik karar sürecinde sorumluluk alabilir.

Ebeveynlerinden yeterince ayrışamayan bireyler bağımsız karar alabilme ve sorumluluklarını yerine getirebilmede çeşitli güçlüklerle karşılaşır. Her birey kendi ayakları üzerinde durmayı becerebilmelidir.

3.2. Evlilik Döngüsü

Toplumsal ve kültürel yapımızda aile kurumun meydana gelmesinde genç yetişkin kadın ve erkeğin evlilik kararı vererek aile kurmaları, birlikteliklerini sürdürmeleri günümüzde önemini ve değerini korumaktadır.

Çocuklarıyla ayrışamayan, onların bağımsızlık süreçlerini desteklemeyen ve koruyucu, bağımlı iletişim özelliklerini sürdüren ebeveynler, çocuklar evlendikleri zaman müdahale edici tutumlarını sürdürmekte ve yeni evli çiftlerin iletişim ve uyum tutumlarını güçleştirmektedir.

Özellikle anneler, çocuklarının evden ayrılmasına hazırlıklı olmayabilir. Çocuğu tarafından dışlandığı ya da terk edildiği korkusu taşıyabilirler. Evlilik kararı veren çiftlerin kendi ailelerinden ayrışabilmeleri, kendi bağımsız rol ve tutumlarını uyum, açık iletişim içerisinde belirleyebilmeleri aile kurumunu sağlıklı yapılandırma açısından uygun yaklaşımlardır.

Yeni evli çiftin ilişkisinde, duygusal ilişkilerin yerini yaşamın sorumlulukları alır. Böylece işbirliği, paylaşım ve sorumlulukları yerine getirebilme becerisi ilişkilerde öne çıkar. Evliliklerin ilk yılları uyum, işbirliği ve farklı tutumların geliştirilebilmesi açısından en zor dönemlerdir.

Sosyal, kültürel düzey, eğitim düzeyi kendi aile kuşaklarından aktarılan değerler ve davranışsal inançlar evlenen çiftlerin ilişkisini belirler. Bir aile yapısı oluştururken bu

özelliklerden yararlanırlar. Evle bir çiftin ilişkisi, eşlerin birbirini anlama ve tanınması, kurdukları iletişim biçimlerine bağlıdır.

Eleştirmeden, suçlamadan, akıl vermeden açık ve güven ilişkisi içerisinde birbirlerini dinleme ve anlama çabası içerisinde konuşabilmeleri, farklılıklarının farkında olabilmeleri, sorunlar karşısında birbirlerini suçlamaları yerine çözüm odaklı yaklaşımlar geliştirmeleri evlilik ilişkisinin kalitesi açısından oldukça önemlidir. Çiftlerin, çocuk sahibi olması ile birlikte ailenin yaşam döngüsü yeni bir evreye girmektedir.

3.3. Küçük Çocuklu Aile Döngüsü

Çocuğun dünyaya gelişi ile aile yapısal değişime uğrar. Artık bir eş olmanın ötesinde anne baba rolü, sorumluluğu üstlenilir, iletişim biçiminde ve rollerde değişimler yaşanır. Aileler ve çevre, yeni evli çifti çocuk sahibi olmaları için yönlendirir ve çiftleri etkileyerek karar süreçlerini belirlemektedir.

Çocuk sahibi olmanın toplumda evli çifte ve aileye saygınlık kazandırdığını görebiliriz. Çocuk ailede iletişimi etkileyerek ilgi ve dikkati kendi üzerinde toplar, bu değişim karı koca arasındaki iletişimi etkilemektedir.

Çocuk, kadın için ayrı bir anlam taşır. Çalışan kadın, iş yaşamı sorumluluğu yanında anne sorumluluğu da üstlenmekte, bu değişim aile içi ilişkilerde stres ve kaygı faktörü olarak orta çıkmaktadır.

3.4. Çocuğu Ergenlik Dönemine Giren Aile Döngüsü

Ergenlik dönemi aile yaşam döngüsünün önemli aşamalarındandır. Ergenlik döneminde çocuk bireyselleşme ve bağımsızlaşma arayışlarına girer. İlişkilerindeki yoğunluğu aile içersinden arkadaş çevresine doğru yönlendirir. Ergenlik döneminde çocuk için arkadaş grubu içersinde yer edinmek, arkadaşları tarafından onaylanmak önemlidir. Çocukta meydana gelen değişim, ebeveyn ilişkilerinde sorunlara yol açabilir, anne babanın çocuğa karşı müdahaleci tutumları artabilir. Bu dönemde ergenle yeni bir iletişim biçimi geliştirmek, ergeni dinlemeye ve anlamaya dönük yaklaşımlar içersinde olmak, ayrıca bağımsız karar alabilme yetisi ve özgüven duygusunu geliştirecek yaklaşımlarda olma sorumluluğu ebeveynlere düşmektedir.

3.5. Çocuğu Evden Ayrılan Aile Döngüsü



Aile hayatına adım atan çiftler, çocukları olunca anne baba olmanın sorumluluğunu taşırlar. Bu sorumluluk çocukların evden ayrılmasıyla diğer bir evreye girer. İçinde yaşadığımız toplumda çocuklar genellikle eğitim, iş ve evlilik nedeniyle evden ayrılırlar. Ancak günümüzde çocuğun bağımsız yaşama talepleri de etkili

olmaktadır. Koruyucu ve bağımlı bir ebeveyn çocuk ilişkisinde çocuğun evden ayrılması bir boşluk duygusu oluşturur, stres ve kaygıya yol açar. Ebeveyn, çocuğu tarafından ihmal ya da terk edileceği endişesi taşır. Bu da uyum ve davranış sorunları yaşamasına yol açmaktadır.

3.6. Yaşlılık ve Emeklilik Döngüsü

Yaşlılık ve emeklilik dönemi, çiftlerin ilişkilerinde birbirlerine yakınlaştığı, beraberliklerinin yoğunlaştığı bir dönemdir. Yaşamın telaşları, çocuklarını yaşama hazırlama çabaları yerini sakin, kendileriyle baş başa kaldıkları bir sürece bırakır. Bu dönem kişiler, yakın çevrelerindeki kişilerin yaşamlarını yitirmelerinden ya da sağlık sorunlarından daha fazla etkilenirler. Bu döngüde yaşamdan zevk alma, yaşama bağlanma motivasyonlarında düşüşler gözlenmektedir.

Aile yaşam döngüsü evrelerinde bireylerin duygu, düşünce ve davranışlarında meydana gelen değişimi yönetebilmeleri, ortaya çıkan çeşitli stres faktörleri karşısında uygun tutum ve davranışları ortaya koyabilmeleri, ilişkilerini işbirliği ve paylaşım içinde sürdürebilmeleri halinde çatışmayla başa çıkabilirler; aksi halde yaşamlarında kriz egemen olur. Aileler, kendi yaşamlarında karşılaştıkları güçlükleri çözmede zorluklarla karşılaştıklarında konunun uzmanlarından yardım alacak bilince erişmeye başlamışlardır.

Uygulamalar

Örnek bir aile olgusu ile çalışma yaparak aile ilk evrelerinden itibaren nasıl bir süreçten geçmiştir? Her bir evrede meydana gelen değişimin aile içi ilişkileri nasıl etkilenmiştir? Olası kriz faktörleri belirleyiniz?

Uygulama Soruları

Aile yaşam döngüsü evrelerinin tespitini yapınız?

Her bir yaşam döngüsünde ailede meydana gelen değişimi izleyiniz?

Yaşam döngüsü evrelerinde aile içi ilişkileri, eşler arası rolleri, ebeveynleri çocuklarıyla ilişkilerinde meydana gelen değişimi ortaya koyunuz?

Aile içi değişimin ortaya çıkardığı kriz faktörlerini belirleyiniz?

Aile içi kriz faktörlerin çözümünde aile üyelerine nasıl bir sorumluluk almaları gerektiği hususunu vurgulayınız?

Bu Bölümde Neler Öğrendik?

Evreler, bireylerin yeni ilişki süreçlerle karşı karşıya kalmasına yol açmakta beraberinde uyum sorununu, yeni tutum ve davranış becerileri geliştirmeleri ya da değişimi yönetememesi durumunda çatışma ve kriz ortaya çıkmasına neden olmaktadır.

Aile içinden geçtiği bu evreler, aile yaşam döngüsü olarak kavramsallaştırılmıştır. Aile yaşam döngüsü aileyi zaman içinde değişen bir sistem olarak kurgular ve ailenin bu değişim süreci içinde geçirdiği evreleri tanımlar.

Aile yaşam döngüsü, profesyonel uzman ve danışmanlara aile içi sorunların belirlenmesinde, müdahale tekniklerin ve yararlı yaklaşımlar planlanmasında faydalı bir kuramdır.

Aile ve çiftlerle çalışan profesyoneller, aile üyelerinin ilişkilerinde yaşanan sorunlarla çalışırken aile içi iletişimde çatışmaya neden olan faktörlerin belirlenmesinde ailenin yaşam evrelerinden yararlanırlar.

Aile yaşam döngüsünün evreleri, bu bölümde altı başlık altında ele alındı.

- 1.Yetişkinlik
- 2.Evlilik Aşaması
- 3.Çocuğa sahip olma
- 4.Çocuğun ergenlik dönemine geçişi
- 5.Çocukları evden ayrılması
- 6.Yaşlılık ve emeklilik

Bölüm Soruları

1. Seçeneklerden hangisi **yaşam döngüsü** evrelerinden biri değildir?

- a. Yetişkinlik döngüsü
- b. Gençlik döngüsü
- c. Küçük çocuklu aile döngüsü
- d. Evlilik döngüsü
- e. Çocuğu evden ayrılan aile döngüsü

2 Aşağıdakilerden hangisi çocuğu evden ayrılan ailelerin edinmesi gereken tutumlardan biride yaşamın sorumluluklarını almalarına yardımcı olmaktadır.

O (D)(O) Y

3. Yetişkinlik döngüsünde karşılaşılan güçlüklerden biride, çocukluk yıllarında ebeveyninden yeterince ayrışamayan bireylerdir. Aşağıdakilerden hangisi bu sebepleyaşanacak bir sorun olamaz?

- a. Sosyalleşme
- b. Özguven
- c. Bağımsız karar almak
- d. Girişimcilik
- e. Bir mesleği sürdürme

4. Aşağıdakilerden hangisi çiftlerin evlilik ilişkilerinde sosyal, kültürel düzey öncelikli bir faktör değildir

O (D)(O) Y

5. Hangi dönemde çiftler, birbirine yaklaşmakta ve beraberlikleri yoğunlaşmaktadır?

- a. Yaşlılık ve emeklilik
- b. Çocuğu evden ayrılan aile
- c. Yetişkinlik
- d. Çocuğun evden ayrılması
- e. Evlilik

6. Çocukla iletişimin türünün değişmesi gereken ve onu anlamaya daha çok çaba harcanan dönem hangisidir?

- a. Yetişkinlik
- b. Yaşlılık ve emeklilik
- c. Çocuğun evden ayrılması
- d. Çocuğun ergenlik dönemine geçişi
- e. Küçük çocuklu aile döngüsü

7. Evlilik sürecine olumsuz etkileyen faktör aşağıdakilerden hangisidir?

- a. Koruyucu, bağımlı iletişim özelliklerini sürdüren ebeveynler
- b. İşbirliği, paylaşım
- c. Kişilerin sorumluluk sahibi davranması
- d. Aşırı müdahaleci olmayan aile yapısı
- e. Evli çiftlerin kendi bağımsız rol ve tutumlarını belirlemeleri

8. Çocuğun anne babadan bağımsızlaşma sürecine girdiği dönem hangisidir?

- a. Yaşlılık ve emeklilik
- b. Evlilik döngüsü
- c. Yetişkinlik döngüsü
- d. Çocuğa sahip olma
- e. Çocuğun evden ayrılması

9. Çocuğun değişim dönemleri arasında anne babanın en zorlandığı dönem hangisidir?

- a. Yetişkinlik
- b. Çocuğu evden ayrılan aile
- c. Yaşlılık ve emeklilik
- d. Çocuğa sahip olma
- e. Çocuğun ergenlik dönemine geçişi

10. Aile yaşam döngülerini kategori haline dönüştüren Palo Alto grubudur

O (D)(O) Y

3. Bölüm Cevap Anahtarı

1b

2 (D)

3e

4 (Y)

5 a

6 d

7 a

8 c

9 e

10 (Y)

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Bee H., B.,D.,(2009),*Çocuk Gelişim Psikolojisi*, Kaknüs Yayınları, İstanbul

Berksun, O. ve H.G.(2013) *Aile ve Eş Terapileri*, Detay Yayıncılık, Ankara

Carter A. Elizabeth; Mc Goldrick, Monica (1980). *The Family Life Cycle: A Framework for Family Therapy*. USA: Gardner Pres Inc.

Goldenberg J; Goldenberg.H (1990) *The Expanded Family Life Cycle* , 3rd ed. BOSTON; Allyn and Bacon

Mc Goldrick, Monica; Carter A. Elizabeth (1982). *Family Life Cycle*. In F. Walsh Ed., *Normal family Process USA: The Guilford Press*

Nichols, M. P. (2013) *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, Kaknüs Yayınları, , İstanbul

Ruppert, F., (2014) *Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelasyonları*,Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek, Kaknüs Yayınları, İstanbul

Satir, Virginia (2001). *İnsan Yaratmak*. Çeviri. S. Yeniçeri İstanbul: Beyaz Yayınları.

Weeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), *Evlilik ve Çift Terapisi, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar*, Pusula Yayınları, İstanbul

<http://bianet.org/>

<http://psikiyatriksosyalhizmet.com/>

<https://pixabay.com/tr>

4. BİR SİSTEM OLARAK AİLE

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde aile çevresiyle ve birbirleriyle ilişki ve etkileşim içinde bulunan parçaların oluşturduğu dinamik bir bütün olarak değerlendirilir. Aile içi ilişkilerin ve çevrenin aile üyeleri ve ortaya çıkan aile içi sorunlar üzerindeki etkileri sorunların çözümünde aile içi dengenin yeniden oluşturulmasının önemi ile aile içi şiddet sebepleri ve şiddetin çözüm yaklaşımlarını öğreneceğiz.

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Ailenin içinde bulunduğu sistem ruhsal sorunlara etkisi nedir.

Sistem yaklaşımına göre aile ile ilgili dört temel unsur nelerdir?

Ailenin dört temel unsuru aile içi ilişkileri nasıl etkiler?

Sistem yaklaşımına göre aile içi sorunlar nasıl oluşur?

Aile içi değişim aile üyeleri arasındaki dengeyi nasıl etkiler?

Aile içi şiddete neden olan iletişim yaklaşımları nelerdir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Sistemik yaklaşım	Sistemik yaklaşım aile üyelerinin kendi arasında ve çevreyle ilişkisi ve etkileşimlerin aile içi sorunlarının ve çözüm yöntemlerinin belirlenmesi açısından kazanım sağlayacaktır.	Sistemi aile yaklaşımına ilişkin kaynakların taranması ve bu kaynaklarda konu ile ilgili yapılacak okumalar kazanımları artıracaktır.
Aile içi sorunlar ve denge	Aile içi sorunların ve aile içi değişimin meydana getirdiği ilişkilerdeki denge öğrenilmiş olacaktır.	Aile içi sorunları anlamak ve değişimin meydana getirdiği ilişkilerdeki dengenin anlaşılması için okumalar ve gözlem yapılabilmektedir.
Aile içi şiddet	Aile içi şiddete neden olan iletişim engelleri öğrenilmiş olacaktır.	Konu hakkında tartışmalar daha kavranmasını sağlayacaktır

Anahtar Kavramlar

Sistemik yaklaşım

Aile içi sorunlar

Aile içi denge

Aile içi şiddet

Giriş

Aile, içinde bulunduğu sosyo-kültürel çevreden beslenen yapısıyla açık bir sistemdir. Çevresinden kendisine aktarılanlardan uygun olanları kabul eder, benimser ve dinamik yapısı nedeniyle de çevresini etkiler. Sistem yaklaşımı açısından aile; çevresiyle ve birbirleriyle ilişki ve etkileşim içinde bulunan parçaların oluşturduğu dinamik bir bütün olarak değerlendirilmektedir. Yani toplum içinde yaşayan aile, kendi üyeleri ve dışındaki büyük sistemle karşılıklı bağılılıkları sayesinde bir bütün olarak ayakta kalır. Anne, baba, çocuk gibi alt sistemlerden oluşan her ailenin bir işlevi, amacı vardır ve aile bu amaç etrafında şekillenir. Ancak dış sistemlerden aktarılan olumsuz değerler ya da iç dinamiklerden kaynaklanan işlevsizlikler nedeniyle ailede uyum sorunları ortaya çıkmaktadır (Aktaş, 2004).

4. BİR SİSTEM OLARAK AİLE

1950'li yıllarda terapistler, tedavinin gidişatın da ailenin yön değiştirici gücüne, şaşırtıcı bir gelişme ile tanık oldular. Psikolojik tedavi gören bir hastanın durumu iyileşmeye başladığında, ailede bir başkasının durumunda kötüleşme olduğunu fark ettiler. Adeta ailede çeşitli semptomlar sergileyen birisinin varlığına gerek duyuluyordu. Saklambaç oynuyor gibi birisi ebe olduğunda bu kişinin kim olduğu önemli değildi. Bir vaka örneği bu tezi güçlendirdi. D. Jackson 1954'te depresif bir kadına tedavi uyguladığı bir vaka sürecinde ilginç bir durumla karşılaştı. Kadın, kendisinin iyileşmeye başladığında kocasının durumunun kötüye gittiğinden yakınmaya başlamıştı. Tedaviden bir süre sonra kadının durumu daha da iyiye gidince kocası işini kaybetti. En sonunda kadın bütünüyle iyileştiğinde kocası intihar etti. Öyle görülüyor ki bu adamın durumunu kararlı bir şekilde sürdürebilmesi için karısının hasta kalması gerekiyordu. Bu ve buna benzer vakalar, aileleri tuhaf bir tutkalın bir arada tuttuğunu göstermişti. Aradaki bağın esnese bile asla kopmuyordu. Bazıları doğrudan ailelerdeki kötü niyeti suçladı, ancak bu gözlemlerde altta yatan bir haksızlık payı vardı. Aile terapisinin resmi tarihi aileye saygı gösterilmesini bir ilke olarak kabul eder.

Yukarıdaki tezde vurgulanan, bir vakanın iyileşmesi ile ailede her zaman olumsuz sonuçlara ulaşılmaz. Tedavi gören aile üyesinin yaşadığı değişimin diğer aile üyelerine yayıldığına dair örneklerle daha sık rastlanmaktadır. Önemli olan ailenin bütüncül olarak değerlendirilmesi ve aile ilişkilerinin yapılandırılmasıdır. Çıkarılacak sonuç ailenin bir sistem olması ve bir kişinin değişmesinin sistemi de değiştirebileceğinin bilinmesi gerekir.

4.1.Ailenin İşlevleri

1940'lı yıllarda Amerikalı sosyolog “Kingsley Davis” aileyi aralarında kan bağı sebebiyle birbirine akraba olan bir grup insan olarak tanımlar. Diğer bir sosyolog “Molinowski” aileyi; evlilik, kan bağı ve evlat edinme yoluyla birbirine bağlanmış ve birbirleriyle ailevi rollerine göre ilişki kurmuş olan grup olarak tanımlar. Birde ailenin özüne ilişkin çalışmalarında “Fitzpartrick ve Badzinski” (1985) evrensel aile tipini; kanbağı ile yapılanmış ve temel işlevi yeni doğan çocuklarını beslemek ve toplumsallaştırmak olan sosyal grup olarak tanımlamaktadır. Ailenin anlamı ve işlevi ile ilgili ülkemizde yapılan araştırmalar sonucunda elde edilen bulgular şunlardır:

Tezcan (1990) yaptığı araştırmada şöyle sıralamıştır;

a)Biyolojik: Sosyal ve yasalara uygun olarak uygun yollarla cinsel gereksinimleri karşılama ve üreme.

b)Ekonomik: Üyelerin gereksinimini giderebilecek kadar üretme.

c)Duygusal: Özellikle küçük çocuklara bakım ve sevgi

d)Koruma: Güvenlik, sağlık

e)Toplumsallaşma: Kültürel değerleri ve sosyal kodları çocuklara aktarma

f)Eğitim: Yeni kuşakları eğitime işlevleri.

Tokaç (1994) yaptığı araştırmada ailenin anlamını şöyle sıralar:

a)Neslin devamını sağlamak

b)Bireylerin sevgi ve şefkat gereksinimlerini giderebilecekleri bir ortam sağlamak.

c)Bireylere düzenli bir yaşam sağlamak

d)Bireylerin toplumla sağlıklı ilişkiler kurmasında köprü olmak.

4.2.Sistem Kuramı

Bir sistemin objelerin, objeler arası ilişkiler ve onların nitelikleriyle birlikte oluşturduğu bir bütündür. Bir sistemin iki koşulu vardır. Parçalar, nedensellik ve etkileşim ilişkileri içerisindedir ve her parçanın bir diğeriyle, göreceli olarak durağan olan, etkileşim şekilleri vardır. Sosyal sistemler yalnızca kendi parçaları arasında değil, aynı zamanda dış çevreyle de etkileşim içindedir.

Bu yaklaşım bireye değil ailenin bütününe bakmıştır. Birey içinde yaşadığı psikolojik bağlamla karşılıklı bir etkileşim içindedir; aile içindeki tekrarlanan örüntülerle hem kendi psikolojik yaşamı biçimlenir, hem de kendisi ailenin psikolojik bağlamını biçimlendirir. Yani bireyin psişik dünyası tamamen içsel ve bireysel bir olay değildir. Dolayısıyla bireyin psikolojik dünyasında oluşacak her türlü değişimin aile yapı/sistemi ile doğrudan ve tersinin de doğruluğu düşünülür.

4.3. Aile Sisteminin Çalışma İlkeleri

Aile sistemleri kuramında, aile sürekliliği olan, açık, sosyal bir sistemdir. Broderik (1990)'e göre aile tüm sistemlere uygulanabilecek aşağıda belirtilen prensiplere göre çalışır:

4.3.1. Bütünsellik, Organizasyon ve Dairesellik

1. Sistem içindeki elemanlara değil, sistemin bir bütün olarak özelliklerine odaklanmasıdır. Parçaların özelliklerinin bir araya gelmesinden farklı özelliklere sahiptir.

2. Sistem yaklaşımında öncelikli odaklanma yapıya değil, sürece yapılır. İlerleyen sistemde olgulara ve etkileşimlere odaklanılır.

3. Aile birbirine bağlı bireylerin grubudur. Herhangi bir üyedeki, herhangi bir değişiklik diğer üyeleri ve bir bütün olarak

aileyi etkiler. Bu etkinin geri dönmesiyle birinci üyede etkilenir. Bu dairesellik nedensellik ilkesidir.



Şekil 5. Aile Sisteminin Çalışma İlkeleri

4.3.2. İletişim

Aile sosyal bir sistem olduğundan, üyelerin etkileşimi bir seri iletişimsel olay ya da mesajdan oluşur.

a) Her iletişim bir konu, içerik değişimi oluşturduğu gibi sosyal karşılaşma da yaratır. Her bir iletişim bir bilgi paylaşımı olduğu gibi, aynı zamanda ilişkiyi de tanımlar. Değişimin içerik, konu bölümü mesaj, ilişkisel bölümü ise metamesaj olarak adlandırılır.

b) İki kişinin birbirinin varlığının farkında olup, iletişim kurmamaları mümkün değildir. Sessizlik ya da diğer kişiyi her şeyiyle göz ardı etmek de mesaj ve metamesaj taşır.

c) İletişim sürecinin analizi üç özelliğin ayrı değerlendirilmesi gerekir:

Syntactics (Dizinsel, söz dizimi kurallarına ait), mesajın ve eşlik eden metamesajın doğru olarak taşınmasıyla ilgilenir. Mesajın nasıl kodlandığı ve nasıl çözümlendiği, hangi kanalların kullanıldığı, ne kadar fazlalık içerdiği gibi sorulara cevap arar.

Semantic (anlama ait) anlamla ilgilenir. Mesajla gerçekten ne demek istediği sorusuna cevap arar.

Pragmatics (uygulamacılık) iletişimin davranışlar üzerine etkisiyle ilgilenir. Bir iletişimsel davranış, bir başkasına neden olur.

4.3.3. Aile Açık Bir Sistemdir

Bertalanffy (1988) **Genel Sistem Teorisi'nde** kapalı mekanik sistemlerle, açık, yaşayan sistemleri birbirinden ayırır. Açık sistemler çevreleriyle enerji ve bilgi değişiminde bulunurlar. Bütün sosyal sistemler gibi aile sistemleri de açık bir sistemdir.

Bu sistemin temel özelliklerinde birisi hemen hemen sürekli, yalnızca sistem içinde değil aynı zamanda dış çevreyle de olan alışverişlerdir. (Broderick, 1990)

4.3.4. Aile Kuralları

Aile kurallarla yönetilen bir sistemdir. Her ailenin üyelerinin davranışları ve üyelerin nasıl etkileşeceği konusunda kurallar vardır. Aile üyesi tarafından oynanacak rolleri, izin verilen ve yasaklanan hareketleri ve aile kurallarından sapmada karşılaşılabilecek sonuçlar söylenir. Wash'a göre kurallar bireyin davranışlarını sınırlayarak ve emirlerle sistemin stabillliğini sürdürürler. Aile kendi kurallarının farkında olmaları gerekmez. Sıklıkla da ailenin kendi kurallarının farkında olmadıkları gözlenmiştir.

Aile kuralları üzerinde yapılan çalışmalarda en çok sosyal alan düzenlenmesi, aile kaynaklarının yönetimi ve duygu ifadelerinin yönetimi üzerinde durulmuştur.

A – Sosyal Alanın Düzenlenmesi:

1) Yatay Uzaklık Düzenlenmesi

a-Aile içi etkileşimlerin düzenlenmesi:Yapışıklılık yada bağıllık (mahremiyet yada bağıllık), Tamponlama (Kişisel ve otonomi konuları)

b-Aile sınırları dışındaki etkileşimlerin düzenlenmesi

Köprüleme: Dış sistemlerle bağlantı

Sınırlama: aile özerkliği ve otonomi; aile bağıllığı ve mutabakatı

2) Dikey Mesafe Düzenlenmesi:

a-Aile içi etkileşimlerin düzenlenmesi

Aile üyeleri arasındaki güç ve statü hiyerarşisi ,Aile içindeki gücün birleştirilmesi için koalisyon,Karı-koca koalisyonları,Ters üçgenleşme:Çocuk+ebeveyn 1,ebeveyn 2'ye karşı

b-Aile sınırları dışındaki etkileşimlerin düzenlenmesi:

Toplumdaki güç hiyerarşisi içinde ailenin yeri, Aile sınırları dışındaki koalisyon ve gruplaşmalar, Aile içinde güç ve statünün arttırılması, Toplumda ailenin güç ve statüsünün arttırılması

B-Aile Kaynaklarının Yönetimi:

1) Ailenin maddi kaynaklarının yönetimi	2) Ailenin maddi olmayan kaynaklarının yönetimi
a-İç ve dış alanlar	e-Zaman
b-Ulaşım	f-Enerji
c-Mal sahipliği	g-Dikkat
d-Para ve kredi	h-Cinsellik

C-Duygu İfadelerinin Yönetimi

1)Sevgi, kendine güven ve diğer olumlu duygular

2)Düşmanlık, anksiyete ve diğer negatif duygular

5) Morfogenesis

Walsh'a göre flexibillik, değişikliklere uyabilmede aile için vazgeçilmezdir.Kurallar, değişen koşullara baş edebilmede yetersiz kalırsa, değişen koşullarla baş edebilmek için yeni kurallara ihtiyaç duyulur. Bu **morfogenesis** ilkesidir. Ailenin uym yeteneği ile ilgilidir. Ailenin daha önce yaşanmamış durumlardaki uyarımlara kapsayan kurallar geliştirme yeteneğidir.(Callan ve Noller,1987; Broderick, 1990).

6) Homeostasis

Bütün aile üyeleri aile içindeki örüntülerin stabilliğini korumak ve tansiyonu düşürmek için kooperasyona eğilimlidir. Bu homeostasis ilkesidir.

7) Eş Sonluluk

Farklı aileler aynı falaketi yaşayabilir fakat farklı tepkiler verebilirler. Benzer şekilde farklı aileler aynı sonuca farklı yollardan varabilirler. Bu eş sonluluk prensibidir (Callan ve Noller, 1987).

İlişkilerde Temel İlkeler

İlişkilerde temel ilkeler, bireyin davranışlarını nasıl düzenlediğini açıklayan ilkelere benzetilmektedir. Scroufe ve Fleeson (1990) bu ilkeleri şöyle sıralamaktadır.

- a)İlişkiler Bütündür
- b)İlişkiler Tutarlılık ve Süreklilik Gösterir
- c)Bireyler İlişkileri İçselleştirir
- d)Simgeleştirilmiş İlişkiler İleriye Taşınır

İlişkiler için açıklanan bu dört temel ilke aile gibi daha kompleks sistemler için de uygulanabilir.

1-İlişki sistemleri bütündür. İlişki sistemleri parçaların bir araya gelmesinden farklıdır.

2-İlişki sistemleri sürekliliğe ve tutarlılığa sahiptir.

3-Her bir alt ilişki sistemi, sistemin bütününe yansır. Bir sistem içindeki her ilişki, sistemin total organizasyonunu yansıtır.

a-Total aile sistemindeki hiyerarşik organizasyondan dolayı aile içindeki ilişkiler zorunlu olarak birbirine bağlı gözükür.

b-Her ilişki ve her birey tüm diğer ilişkiler ve bireylerle doğrudan etkileşim yoluyla ilişkidir.

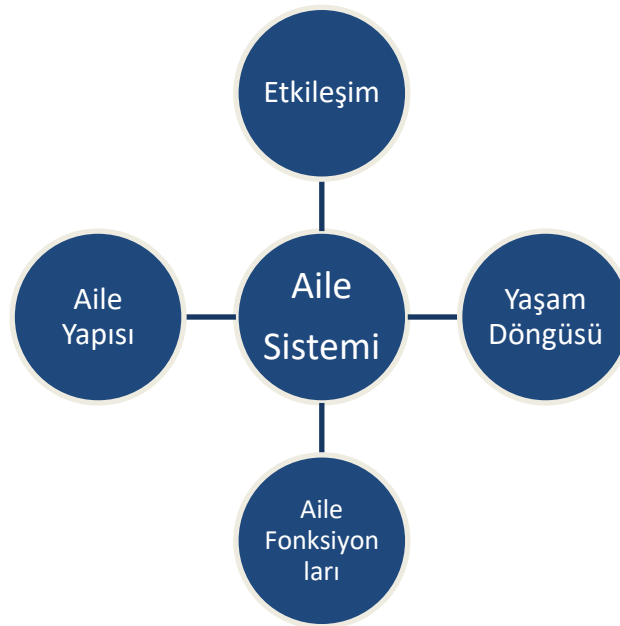
4- Sistem bütün olarak ileriye taşınır



4.4.Sistemik Yaklaşım

Aile, bilgi alış veriş ve aktif bir iletişimin olduğu bir sistem olarak kabul edilir. Ruhsal belirtilerin, kişinin içinde bulunduğu sosyal ortamla olan bağlantısını vurgulayarak, tedavi bu doğrultuda sağlamaya planlanır. Ruhsal sorunlar, bireyin içinde bulunduğu sisteme, sistemdeki kişilerle ilişkilerine mantıklı bir uyum olarak değerlendirilir. Etiyolojiye yaklaşımda semptomlardan sorumlu olan herhangi bir aile bireyi olmayıp, hatta fonksiyonu bozuk ailede olmayıp **aile oyunudur**. Aile kısır bir döngü şeklinde süre giden etkileşim örüntülerine hapis olmuşlardır. Bu yaklaşımda sistemlerin kendi kendine sürekli olarak değiştiği ve geliştiği ancak görünürde stabil olduğu kabul edilir. Sistemik terapistin görevi ailenin değişebilme yeteneğinin değişmesi, değişme potansiyelinin özgürleşmesidir. Ailenin nasıl olması gerektiği konusunda terapistin kendi çözümlerini aileye kabul ettirmeye çalışması yerine ailenin kendi çözümlerini bulmasına yardımcı olmak esastır.

Sistem yaklaşımında aileyle ilgili dört temel unsurun varlığından söz edilmektedir: Aile yapısı, etkileşim, yaşam döngüsü ve aile fonksiyonları. Ailenin yapısal ve fonksiyonel özelliklerinin yapılandırılmış ve esnek olması aile üyeleri arasındaki uyumu arttıran etkiye sahiptir. Katı ve düzensiz bir yapılanma içinde olan ailelerin problemle karşılaşma olasılıkları daha yüksektir. Katı ailelerde roller sert biçimde belirlenir ve aile üyeleri gücü elinde bulunduran otorite figürü tarafından yönetilir. Kuralların belirlenmesinde aile üyelerinin görüşlerine başvurulmaz. Düzensiz ailelerde ise kuralların belirgin olmaması sık sık tartışmalara yol açar ve kararların çok azı ailede onay görür. Esnek ve yapılandırılmış ailelerde, kurallar karşılıklı görüş alış-veriş yapılarak belirlenir ve problemler demokratik bir tarzda tartışılır. Güç tarafsız ve dikkatli bir şekilde kullanılır. Çocukların istekleri ve ihtiyaçları dikkate alınır, anlayışa dayalı disiplin yöntemi uygulanır (Nazlı, 2001, s. 32).



Şekil 3. Aile Sistemi

4.4.Aile İçi Sorunlar

Bir mikrosistem olarak ailenin yaşam döngüsünün evresini ve tüm aile üyelerinin bireysel gelişim evrelerini bilmek önem taşır. Sistemdeki her üyenin diğerlerini ve diğerlerinin de onu etkilemesi anlamına gelen *döngüsellik ilkesi* açısından aileye bakıldığında sorunun bireylerden değil, kişiler arasındaki ilişkilerden kaynaklandığı görülür. Dolayısıyla sorun veya belirti aile, yaşam döngüsündeki geçiş dönemlerine gereken uyarlamayı yapamadığında ortaya çıkar. Bu değişimlere evlilik, çocuk sahibi olma, boşanma, ölüm, göç, okul veya iş değişikliği, hastalık, kaza gibi örnekler verilebilir. Bu gibi değişiklikler yeni kurallar veya aile yapısı ile ilgili yeni anlayışları gerektirebilir (Tüzer & Göka, 2002, s. 113).

Aile içi roller ve ilişkilerde değişimin yaşandığı, her dönemin kendine özgü iletişim biçimi ve çatışmalarının olduğu, evliliğin başlamasından eşlerin ölümüne kadar geçen aşamalı gelişim süreci **aile yaşam döngüsü** (*family life cycle*) olarak adlandırılmaktadır. Döngünün her aşamasında aile çeşitli sorunlarla yüz yüze gelir ve yeni beceriler elde ederek gelişir. Ailenin bu yeni durumlara uyum sağlayamadığı dönemlerde kriz yaşanır (Carr, 2006, s. 5).

Zastrow ve Kirst Ashman (2007) geleneksel aile yaşam döngüsünü altı ana aşama halinde sınıflandırılarak kavramsallaştırmıştır. Her aşama aile üyeleri arasındaki ilişkiler ve bireysel statü değişiklikleri açısından duygusal geçişlerle gerçekleşmektedir. İstisnai durumlar dışında genel olarak her aile, aşağıda belirtilen genel aşamalardan geçerek değerlerini bir sonraki kuşaklara aktarmak suretiyle ömrünü tamamlamaktadır:

1. Erkek ve kadının içinde doğup büyüdüğü aileden ayrılarak bağımsız bir birliktelik olan kendi ailesini oluşturmaya hazırlanması, 2. Evlenme sonucu çift yaşamına geçiş ve bireyselliğe karşı yeni bir kimlik oluşturulması, 3. Çocukların dünyaya gelmesi ve yetiştirilmesi, 4. Bağımsızlık mücadelesi veren ergen çocukların sorunlarıyla uğraşma,

5. Çocukların aile dışında yeni ilişkiler kurması, orta yaş krizi ve yaşın ilerlemesiyle birlikte sağlık sorunlarıyla başa çıkmaya çalışma, 6. Yaşlılığa uyum sağlamaya çalışma ve ölüme hazırlanma (Zastrow & Kirst Ashman, 2007, s. 141).

Tüik'in 2006'da yaptığı bir araştırmada, bütün yaş gruplarının aile ilişkileri hakkında olumsuz bir bakış geliştirdikleri gözlenmektedir. Seçenekler arasında "kötüye gidiyor" şikkına yapılan işaretleme, daha iyi bakışı ifade eden öteki bütün şıkların toplamından daha yüksektir.

TÜRKİYE İSTATİSTİK KURUMU

AİLE YAPISI ARAŞTIRMASI VERİ TABANI				
Yaş	İyiye gidiyor	Kötüye gidiyor	Değişmiyor	Fikrim yok
25 - 34	20,7	58,5	12,6	8,2
35 - 44	22,3	58,4	10,9	8,4
45 - 54	23,5	56,0	12,4	8,2
55 - 64	25,1	54,8	10,6	9,6
65 +	28,0	45,1	10,5	16,4

Tablo 1. Aile İlişkileri Ne Yönde Gidiyor 2006

4.5. Aile İçi Denge (Homeostasis)

Aile sisteminin bir diğer özelliği de dinamik etkileşim süreci içinde bir dengeye (**homeostasis**) sahip olmasıdır. Ailede istikrar aslında değişimden kaynaklanmaktadır. Özellikle hızlı değişimler yaşadığımız günümüzde, aileler kurallarını ve ilişkilerini yeniden düzenleyerek değişime uyum sağlamaya çalışmaktadırlar (Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 84). Her sistemde olduğu gibi aile de kendi kendini düzenleme eğilimi içindedir ve değişimler çoğu zaman dirençle karşılaşır. Dolayısıyla aile içinde sorunlu bir bireyi aileden soyutlayarak değiştirmeye çalıştığınızda, aile içi ilişki örüntüleri değişmeyeceğinden bireyin yeniden eski haline dönmesi kaçınılmaz olur (Murdock, 2012, s. 408).

4.6. Aile İçi Şiddet

Şiddetinin psikolojik bir rahatsızlıktan mı yoksa güç gösterisinden mi kaynaklandığının tespit edilmesi önemlidir. Çünkü şiddetin bir güç gösterisi olarak uygulandığının anlaşılması sonrasında danışmanlık hizmetlerinin yanında hukuki mekanizmaların da devreye girmesi gerekmektedir. Şiddet davranışıyla güç ve kontrolün doğası arasındaki ilişkiyi açıklamak için suçlama, yalanlama ve aşağılama gibi sorumluluğun farklı boyutları üzerinde durulmaktadır. Aile yaşamında sıklıkla aşağılama ve yalanlamayı kullanan kişiler, eşlerine karşı şiddet davranışlarını inkâr etmekte ve bu davranışlarından sorumlu olmadıklarını iddia etmektedirler. Suçlama; şiddet sorumluluğunu kendisinin dışında bir kişiye ve bir şeye yükleme girişimi olarak tanımlanır. “Sen öyle yapmasaydın, bütün bunlar olmayacaktı...” gibi ifadelerle şiddet içeren davranışın nedeni karşı tarafa yüklenmeye çalışılmaktadır. Şiddet gibi yıkıcı davranışları sergileyen bireyler sorumluluğu üstlenme yerine genellikle aile üyelerini, kötü alışkanlıklarını, iş stresini, şeytanı, öfkelerini suçlarlar ve onların kurbanı olduklarını söylerler. Bu nedenle kavramsal olarak suçlama, eş suçlaması (mikro düzeyde), eşten başka bir şey veya başkasını suçlama (mezzo seviyesi) şeklinde ele alınmaktadır (Akın, Gülşen, Aşut, & Akca, 2012, s. 176).

İnsanların acı gerçeklerden kaçınmak için psikolojik bir mekanizma olarak kullandıkları inkâr, bireylerin şiddet içeren davranışlarını ortadan kaldırma girişimi olarak tanımlanmaktadır. Şiddet uygulayan çoğu erkek şiddet nedeniyle üzgün olduğunu belirterek, bir daha tekrarlanmayacağına dair sözler verir. Şiddet mağduru kadın şiddetin biteceğini düşünür ve dengesi bozulmuş aile sistemine geri döner. Şiddetin altında yatan nedenler ortadan kaldırılmadığı için çoğu zaman şiddet döngüsü yaşanmaya devam eder ve kronikleşir. Araştırmalara göre, şiddetin sorumluluğunu inkar eden kişilerin hukuki yaptırımlara ve terapi sürecine direnç gösterdikleri belirlenmiştir (Akın, Gülşen, Aşut, & Akca, 2012, s. 177).

Yeterince değer vermeme, hafife alma veya yaptığı şiddet davranışını önemsememe olarak tanımlanan aşağılama, mağdur kadının şiddeti dile getirmesini engelleyen temel nedenlerinden birisidir. Bazen kadının akraba çevresi de “kocandır, döver de, sever de” anlayışıyla yaklaşarak kadının yaşadığı şiddeti önemsizleştirme girişiminde bulunmaktadır. “Kol kırılır yen içinde kalır” gibi anlayışlar, şiddetin aile içinde gizli kalması gerektiğini öğreten bir değer olarak geleneğe yerleşmiştir.

Uygulamalar

Aile sistemi nasıl işlemektedir. Sistemi dinamik kılan özellikler nelerdir? Bu özelliklerin işlevselliği nasıl engellenmektedir?

Uygulama Soruları

Aile yaşam döngüsünün değışime uğradığı bir dönemde, ailenin bu yeni durumlara uyum sağlayama pratiğı nasıl geliştirilir?

Aile sisteminde içi dengenin sağlanmasında başlıca etkenler nelerdir?

Aile sisteminde iletişimin önemi nedir? İletişimi engelleyen etkenler nelerdir?

Aile sürekliliğı olan, açık, sosyal bir sistemdir. Bu özelliğın mikro bir topluluk olan aile üzerindeki katkıları nelerdir?

Bu Bölümde Neler Öğrendik Özeti?

Aile bir sistem olarak bireyler arası ilişkiler ve onların nitelikleriyle birlikte oluşturduğu bir bütündür. Aile sistemini oluşturan bireylerin bir yandan kendi bütünlüğü içinde homojen bir yapıyı oluştururken öte yandan bu sistemin çevre ile etkileşimi söz konusudur.

Birey içinde yaşadığı psikolojik bağlamla karşılıklı bir etkileşim içindedir; aile içindeki tekrarlanan örüntülerle hem kendi psikolojik yaşamı biçimlenir, hem de kendisi ailenin psikolojik bağlamını biçimlendirir. Yani bireyin psikik dünyası tamamen içsel ve bireysel bir olay değildir. Dolayısıyla bireyin psikolojik dünyasında oluşacak her türlü değişimin aile yapı/sistemi ile doğrudan ve dolaylı olarak etkileşimi esastır.

Bölüm Soruları

1. Tokaç'a göre ailenin anlamlarından biri de bireylerin toplumla sağlıklı ilişkiler kurmasında aracı olmaktır.

O (D)O (Y)

2. Değişen şartlarla başa çıkılamayınca yeni kurallara ihtiyaç duyulmasına ne ad verilir?

a.Yatay uzaklık düzenlemesi

b.Morfogenesis ilkesi

c.Dikey mesafe düzenlemesi

d. Eş sonluluk

e. Homeostasis

3. Ailenin hangi işlevi, kültürel değerleri ve sosyal kodları çocuklara aktarmak anlamındandır?

a.Biyopsikolojik

b. Eğitim

c. Toplumsal

d. Ekonomik

e.Geleneksel

4. Ailedeki üyelerin etkileşimi için aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

a.Konu ve içerik değişimini oluşturur

b.Bilgi paylaşımıdır

c.Sosyal karşılaşma yaratır

d. Mesaj olarak adlandırılır

e.İlişkiyi tanımlar

5. İletişimsel olaylar için dilletişimin "pragmatics" özelliği, davranışlar üzerindeki etkisiyle ilgilenir.

O (D)O (Y)

6. Yatay uzaklık düzenlemesinin bir parçası, aşağıdakilerden hangisi?

- a. Yetenek
- b. Para ve kredi
- c. Ulaşım
- d. Yapışıklılık ya da bağlılık
- e. Güç ve statü hiyerarşisi

7. Aileyi "evlilik, kan bağı ve evlat edinme yoluyla birbirine bağlanmış ve birbiriyle ailevi rollerine göre ilişki kurmuş grup" olarak tanımlayan sosyolog kimdir?

- a. Adler
- b. Molinowski
- c. V. Satir
- d. Ackerman
- e. Bowen

8. Aile yapısı için aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

- a. Sosyo-kültürel çevreden beslenir.
- b. Kapalı bir sistemdir.
- c. Çevresinden kendisine aktarılanlardan uygun olanları kabul eder
- d. Dinamik bir yapıya sahiptir.
- e. Çevresini etkiler

9. Aşağıdakilerden hangisi aileyi tanımlayan bir ifadedir?

- a. Bir üyesindeki değişiklik sadece o üyeyi etkiler
- b. Üyeleri birbirine bağlı değildir
- c. Açık bir sistemdir
- d. Sürekliliği olmayan bir sistemdir
- e. Başka sistemlere bağlı değildir

10. Aile sisteminin dinamik etkileşim sürecinde bir dengeye sahip olmasına ne ad verilir?

- a.Döngüsellik ilkesi
- b.Aile menşei
- c.Homeostasis
- d. Aile yaşam döngüsü
- e.Mikro düzey

Cevap Anahtarı

1 (D) 2 b 3 c 4 d5 (D)6 d 7 b8 b9 c10 c

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Callan V., J., N.,P., (1987) *Marriage and the Family*,Methuen, Australia,Mavili Aktaş, A. (2004). Aile Terapisinde Sosyal Hizmet Yaklaşımı. *Aile ve Toplum*, 2(7), 33-42Nichols, M. P. (2013) Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler, Kaknüs Yayınları, , İstanbulRuppert, F., (2014) Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelayonları,Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek, Kaknüs Yayınları, İstanbulSolmuş, T.,(2012), Bağlanma, Evlilik Ve Aile Psikolojisi,Sistem Yayınları, İstanbul Weeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), Evlilik ve Çift Terapisi, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar, Pusula Yayınları, İstanbul<http://psikiyatriksosyalhizmet.com>/<https://pixabay.com/tr>

5. AİLE DANIŞMANLIĞI VE AİLE TERAPİLERİ

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Aile danışmanlığının kısa tarihçesi, aile danışmanlığına kavramsal bakış, aile danışmanlığını gerektiren nedenler, aile ve evlilik danışmanlığında amaçlar hakkında bilgi öğreneceğiz.

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Aile danışmanlığı hızla gelişmesine yol açan tarihçe nedir?

Aile danışmanlığının gelişmesine etkileyen çalışmalar, kuramlar, araştırmalar nelerdir?

Aile danışmanlığını gerektiren nedenler nelerdir?

Aile ve evlilik danışmanlığı hangi amaçları hedefler?

Aile danışmanlığı kuramları nelerdir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Aile danışmanlığı, kavramlar ve kuramlar	Aile danışmanlığı uygulamalarına belirleyen kavramlar ve kuramlar öğrenilmiş olacaktır.	Aile danışmanlığı kavramları ve kuramlar literatür araştırması ile kavranacaktır.
Aile danışmanlığını gerektiren nedenler	Bireyleri ve aileleri danışmanlığa sevk eden faktörler öğrenilmiş olacaktır.	Bireyleri ve aileleri danışmanlığa sevk eden faktörler tartışma ve araştırma yoluyla kazanımlar artırılabilecektir.
Aile ve evlilik danışmanlığında amaçlar	Aile ve evlilik danışmanlığı uygulamalarında amaçlar öğrenilmiş olacaktır.	Aile ve evlilik danışmanlığı uygulamalarında meslek çalışanlarının bilgisine başvurularak destek alınacaktır.

Anahtar Kavramlar

Aile danışmanlığı ve kavramlar

Aile danışmanlığını gerektiren nedenler

Aile ve evlilik danışmanlığında amaçlar

Giriş

Aile danışmanlığı 2. Dünya Savaşı 'ndan sonra hızlı bir gelişme göstermiştir. Aile dinamikleri hakkında ilk çalışan kişi Freud olurken, ilk kez ayrıntılı inceleyen Alfred Adler'dir. 1950-1959 yılları arasında aile danışmanlığı alanında etkili olan liderlerden bazıları Nathan Ackerman, Gregory Bateson, Murray Bowen ve Cari Whitaker'dir. 1960-1969 yılları arasında aile danışmanlığında çok hızlı bir gelişme görülürken birçok teori ve kavramlar ortaya çıkmıştır. Bu on yılda özellikle Jay Haley, Salvador Minuchin, Virginia Satir, Cari Whitaker, Murray Bowen ve Nathan Ackerman 'in etkili olmuştur. 1970-1979 yılları arasında iki büyük dernek (The American Association For Marriage And Family Therapy ve American Family Therapy Association) kurulmuştur. 1974 'de ilk dergi çıkarılmaya başlamıştır. 1970' lerin başında Avrupa 'da da özellikle İngiltere ve İtalya 'da aile danışmanlığı ile ilgili çalışmalar hız kazanmaya başlamıştı. 1980'li yıllarda özellikle bayan araştırmacılar çalışmalarını yoğunlaştırırken; 1990' larda birçok yeni teori ortaya çıkmıştır.

5. AİLE DANIŞMANLIĞI

Günümüzün aile terapileri, ailenin bir yapı olarak korunması gerektiği noktasında birleşirler. Modern zamanlarda değişen aile anlayışının bir gereği olarak yansız bir pozisyon sergilerler. Tarafsızlık ilkesi, ailenin ve evliliğin dağılmayı gerektiren şartlarına ve bireysel haklara karşı her ne olursa olsun saygı duyulması anlamına gelmektedir. Uzman tarafsızlığı ile aileye, terapi sürecinin boşanmayı veya dağılmayı gerektiren olumsuz şartlarda da ailenin bütünlüğünün korunması yerine, dengeli bir biçimde çiftin seçme hakları olduğu mesajını verir. Bu durum aynı zamanda toplum, kültür ve gelenekleri arasında bireyin haklarının korunmasıyla ilgilidir. Aile bütünlüğü ile bireysel haklar arasında denge elbette çok hassastır. Aile terapisi tarihi terapotik misyonu gereği, aileyi bir bütün ve evlilikleri de ayakta tutmakla yükümlüdür. Terapistin bu misyonu geleneksel anlayış içinde tıpkı bir hekimin hastasını sağlıklı tutma sorumluluğuna sahip olmasına benzetilebilir. Terapide kullanılacak model farklı olsada aile terapisinin misyonu değişmez.

Aile terapisi sürecinin terapistin kuramsal yaklaşımlardan bağımsız olan başka yönleri de vardır. her bir terapi kuramı ve modeli bazı ortak süreçleri takip eder. Hatta ortak teknikleri ritüelleri formatı kullanır. Aile ve evlilik terapisine ait farklı modeller, sunumları ve ambalajları bir yana bırakılırsa, uygulamada son derece benzerdirler. Örneğin terapist hangi modeli kullanıyor olursa olsun eşler ve aile üyeleri arasındaki iletişimi düzeltme, sorunları bir netliğe kavuşturma, dirençlerin üstesinden gelme ve işlevsel olmayan davranışları düzeltmeyi amaçlayan terapotik süreçleri yönetir, sadece tek tek aile üyeleri değil, aile içi ilişkiler ve etkileşim terapisinin ilgi odağıdır. Sonuçta aile ve eş terapistleri farklı kuramsal vurguları olsa da, çok sayıda ortak kaygı ve motivasyona sahiptirler.

Aile danışmanlık sürecinin yararlı etkileri, herhangi bir teknik veya yaklaşımdan çok danışmanın kişilik özellikleri ile ilgili olduğu yönünde güvenilir araştırma sonuçları vardır. uzmanın kişilik yapısı, aktarım, empati, yansıtma, içgörü ve aynalama gibi kavramlarla birlikte düşünülmelidir. Kişilik kadar danışma teknikler de terapistin benliğinde bütünleşmelidir. Terapide işe yarar kişilik için, teknik ve stratejik bir bütünlüğün ve sistematığın terapistin kimliğinde vücut bulması gerekir.(Berkson, Sayar, 2013)

5.1. Aile Danışmanlığı ve Bazı Kavramlar

Evlilik ve aile danışmanlığı 60 yıldan beri gelişmekte olan bir alandır. Alanın gelişmesinde rol oynayan bazı anahtar kavramları Goldenberg ve Goldenberg (1991) şu şekilde sıralamıştır.

Psikoanaliz: N. Ackerman ailelerle çalışmış ve Freud'un kavramlarını aile danışması alanına uyarlamıştır. Ondan önce psikoanaliz bireyler üzerinde çalışmaktaydı.

Genel Sistemler Teorisi: Ludwig Von Bertalanfy genel sistemler teorisini 1940'larda geliştirmiştir. Bu teorinin evlilik ve aile danışmasına önemli bir temel sağladığı söylenebilir.

Şizofreni ile İlgili Yapılan Araştırmalar: 1940'lara kadar aile dinamiği ve şizofreni arasındaki ilişkiyi saptamak üzere birçok araştırma yapılmıştır. Aile dinamiği ile şizofreni arasında tam bir ilişki bulunamamış olmasına rağmen, bu çalışmalar aile danışmasının yeterli bir tedavi modeli olduğuna dikkati çekmiştir.

Evlilik Danışması ve Çocuk Rehberliği: Evlilik danışması ve çocuk rehberliği, problemin hem bireyin kendi içinde hem de kişiler arası ilişkilerden kaynaklandığını göstermesi açısından ilk danışma yaklaşımlarını temsil etmektedir. Kişiler arası yaklaşımın kabul edilmesi, danışmanların anne-baba ve çocukla veya karı-koca ile aynı danışma oturumlarında birlikte olma gereğini ortaya koymuştur.

Grup Danışması: Morino 1940'larda, grupla psikolojik danışmanın danışma sürecindeki yerini araştırmıştır. Grupla danışmadaki bu gelişme evlilik ve aile danışmanlığının gelişmesine katkısı olmuştur. Örneğin, evlilik ve aile danışmanlarının grup liderliği becerilerini nasıl kullanacaklarını, aile üyelerinin etkileşimini anlamak için grup sürecinin ne olduğunu, aileyi değiştirmek için grubun neler içereceği gibi konularda alana katkısı olmuştur.

Aile Yapısı Değişiklikleri: Geleneksel aile yapılarının bozulması ve çok değişik aile yapılarının çoğalması aile ve evlilik danışmasının gelişimine etken olmuştur.

5.2. Aile Danışmanlığını Gerektiren Nedenler

Fenell ve Weinhold (1989), aile ile ilgili en yaygın sorunları ve aile danışmanlığının gelişimini gerektiren nedenleri aşağıda belirtilen bazı başlıklar altında toplamaktadır:

5.2.1. Eşlerin her ikisinin de mesleğinin olması

Günümüzde ekonomik sorunlar her iki eşin çalışmasını gerektirmektedir. Ancak her iki eşin çalışması, bazen sorunlara neden olabilmektedir. Danışma sürecinde genellikle tartışılan sorunlar şunlardır:

Ev işlerinin paylaşılması ile ilgili sorunlar

Çocuk bakımı ile ilgili sorunlar

Evin geçimi ile ilgili sorunlar



Danışma sürecinde tartışılan sorunlar

Her iki eşin de katıldığı danışma sürecinde, onların ihtiyaçlarını ve ilgilerini belirleyen ve bunlara cevap veren yeni kurallar tartışılabilir. Her iki eşin ihtiyaçları dikkate alınırsa uzlaşma, anlaşma ve sürekli değişimin olması mümkün olur.

5.2.2. Evlilikte Bozulma

Eşler ciddi anlaşmazlıklara düşmelerine karşın bunları çözebilmek için gerekli olan sorun çözme ve iletişim becerilerine sahip değildirler.

Eşlerin her ikisi de hem bireysel hem de birlikte danışmaya katılabilmelidir. Yalnızca tek bir eşle yapılan bireysel danışma evlilik ilişkilerini bozabilir. Çünkü bireysel danışma sonucu eşlerden birisi daha çok gelişirse, bu gelişim evlilik ilişkilerinde sorun yaratıcı olabilir ve boşanma ile sonuçlanabilir.

5.2.3. Tek Ebeveynli Aileler

Tek ebeveynli aileler, aileyi etkin bir biçimde geçindirmek için pek çok sorunla karşılaşabilirler. Yalnız kalan ebeveyn (anne veya baba) aşırı stres altında olduğu için ailesini ve belki kendisini kontrol etme duygusunu kaybedebilir. Yapılacak olan danışma ebeveynin, çocuğun gerilim ve stresini azaltabilir. Bununla birlikte çocuğun bakımı, vesayeti onun diğer ebeveyni tarafından ziyaret hakkı ile ilgili konular bu ailede çok belirgin sorunlar olmaktadır. Eşlerin her ikisini de danışma sürecine almadan bu sorunların çözümüne yardımcı olabilmek son derece güçtür.

5.2.4. İlaç ve Alkol Bağımlılığı

Ailenin bir üyesi ilaç ve/veya alkol bağımlısı olduğunda, ailenin diğer üyeleri bundan etkilenebilir. Ayrıca aile üyeleri arasında alkol ve/veya ilaç bağımlılığı davranışını sürdürmeyi destekleyen davranış kalıpları gelişebilir. Örneğin, çocuklar aşırı derecede

sorumlu olabilirler ve anne, babanın görevlerini üstlenebilirler. Alkolik kişinin eşi ortak bağımlı (co-dependent) olarak nitelendirilebilecek bir davranış biçimi geliştirebilir. Bu kavram, bağımlı eşinin davranış bozukluğu ile ciddi bir biçimde mücadele etmeyi göze almayarak, sırf evlilik ilişkisini sürdürmek için büyük bir nevrotik ihtiyaç içinde olan kişiyi tanımlar. Böylece ortak bağımlı, ilaç ve/veya alkol bağımlısının mevcut sorununu devam ettirmesine yardımcı olur.

Alkol ve/veya ilaç bağımlılığı sorunları ile ilgili olarak bağımlı eş ve diğer aile üyeleriyle danışma, son derece önemli bir ihtiyaçtır.

5.2.5.Okulla İlgili Sorunlar

Çocuğun sorunları ailesinden kaynaklanıyorsa, çocukla bireysel danışma yapmak pek etkili olmayabilir. Soruna ilişkin doğru bir değerlendirme yapabilmek için anne, baba, kardeşler ve öğretmenleri danışma sürecine almak gerekebilir. Okul ile ailenin eşgüdümünün sağlanmasında yarar vardır.

5.2.6.Çocuğun Yönlendirilmesi İle İlgili Sorunlar

Çocuğun davranışlarının nasıl disipline edileceği ve yönlendirileceği anne ile baba arasındaki anlaşmazlığı derinleştirebilir. Bu anlaşmazlık, hemen çözümlenemezse aile ve evlilikte stres artar, dengesizlik meydana gelir. Bu durumda aile danışmasından yararlanılabilir. Aile danışması, aile üyeleri tarafından oynanan ve sorunu devam ettirmede etkili olan rolleri doğru bir biçimde teşhis etmede en etkili yoldur. Aile danışması, çocuğun ve diğer aile üyelerinin bozuk etkileşim örüntülerini değiştirmede yardımcı olabilir.

5.2.7.Ergen Depresyonu ve İntihar

Anne ve babalar genellikle ergenlik çağındaki çocuklarından her konuda mükemmel olmalarını beklerler. Ergen bu beklentileri yerine getiremediği zaman depresyon gelişmeye başlayabilir. Depresyon çok yoğun olduğunda ergen intihara kalkışabilir.

Aile danışması depresyon sorunu için etkilidir. Tüm aile üyeleri depresyonun nedeni hakkında duyarlı hale gelir.

5.5.8.Evden Ayrılan Yetişkin Çocuklarla İlgili Sorunlar

Aileler bir yandan çocuklarının bağımsız bir biçimde yetişmesini isterlerken, öte yandan da onların yaşamda ayakları üzerinde durabileceklerinden kuşku duyarlar. Gerçekte aileler, çocuklarının hayatta tek başlarına başarılı olmayacaklarına ilişkin gizli mesajlar vermektedirler. Böyle bir durumda yetişen çocuklar, büyüdüklerinde anne ve babalarının desteği olmadan başarılı olabileceklerinden kuşku duyacaklardır. Çoğunlukla yetişkin kız veya erkek çocuğun evden ayrılma zamanı geldiğinde tüm aile üyelerinin krize girdikleri gözlenmektedir. Aile danışma hizmeti yetişkin çocukların evden ayrılmalarında onlara yardım ettiği gibi, anne ve babalarının da ayrılışı desteklemede etkili bir biçimde davranmalarında yardımcı olur.

5.3.Aile ve Evlilik Danışmanlığında Amaçlar

Günümüzde aile ve evlilik terapisi alanında çok sayıda ekol vardır. Tümünü ortak kılan nokta, aile (ya da ailenin bir alt birimi, örneğin eşler ya da anne-çocuk) ile birey arasındaki ilişkileri ele almalarıdır. Terapistler, aile üyelerini bir araya getirip onların ortak meselelerini belirlemelerini, sorunlarını sıralamalarını, çözümleri için işbirliği yaparak çalışmalarını sağlamaya çalışırlar. Aile terapilerindeki ekollerin tümü bazı amaçlarda ortaktırlar.

5.3.1. Yöntemleri Ne Olursa Olsun Terapistler, Aile İçin Şu Amaçları Taşırlar

1. Bireydeki ruhsal belirtileri ve işlevsel bozuklukları, ilişkiler alanında ele almak ve azaltmak.
2. Aile ve evlilik içi çatışmaları ile ailenin daha geniş çevresi ve toplumla çatışmalarını çözümlemek.
3. Ailedeki yakınmalar için ailenin sorun çözmede kullanabileceği kaynak davranışları belirleme ve kullanma güçlerini harekete geçirmek.
4. Aile üyelerinin duygusal gereksinimlerinin algılanması ve doyurulmasını kolaylaştırmak;
5. Üyelerin ve ailenin zorlayıcı yaşam olayları, tıbbi ve ruhsal hastalıkları karşısında sorun çözme, iletişim kurma becerilerini geliştirmek.
6. Üyelerinin herbirinin özerkliğinin ve iletişim kurma becerilerinin artmasını sağlamak;
7. Cinsler ve kuşaklar arası rol dağılımı konusunda uyuşmanın artmasını sağlamak.
8. Ailenin toplumsal çevre ile bütünleşmesini kolaylaştırmak.

5.4. Aile Danışmanlığı Kuramları

Aile danışmanlığına ihtiyaç duyulduğunda Aile danışmanları; psikolojik danışma kuramlarını, sistem teorilerini ve klinik müdahale tekniklerini birleştirerek danışma merkezlerinde bireylere, çiftlere ve ailelere yardımcı olmaktadır (Ambrose, 1996).

Aile danışmanlığı kuramları, psikolojik danışma kuramlarına benzerlik gösterir ve onların tekniklerinden faydalanır. Ancak, bu tamamen aile danışması kuramlarının psikolojik danışma kuramlarının aynısı olduğu anlamına gelmemektedir. Aile danışması ile diğer yaklaşımların birbirinden bağımsız ilkeleri, ilgi alanları ve güçleri vardır. Danışma kuramları bireyi merkez alır ve değişim için bilinçaltına ve transferansa odaklanır (Holmes, 1993). Aile danışmanı, aile sistemine yer vermektedir.

Psikolojik danışma kuramları tek bir bireye, hastalıklı birime veya gruba odaklanırken; yalnızca aile danışması aile sistemini bir "danışan" olarak görür. Danışma sürecine, birey değil aile katılır. Aile danışması, aile üyelerinin birbirleriyle nasıl etkileşim kurduğu ile ilgilenir, niçin öyle etkileşimde bulunduğu bakmaz. Aile danışması aileyi etkileşimde bulunan bir sistem olarak ele alan bir danışmadır, bireylerle ilgilenmez (Foley, 1989).



Resim 3. <http://www.pixabay.com.tr>

Günümüzde, aile danışmanlığında kullanılan kuramlar çeşitlilik göstermektedir. Geleneksel danışma kuramlarının uyarlaması biçiminde olanların yanında, alanda yepyeni yaklaşımlar ortaya atılmakta ve uygulamaya konulmaktadır. Burada sözü edilecek olan danışma kuramları günümüzde yaygın bir kullanım alanı bulan, denenmiş ve başarıları kanıtlanmış olan yaklaşımlardır. Son yıllarda çeşitli yazarların yapmış olduğu farklı aile danışmanlığı sınıflandırmaları bulunmaktadır.

Bentovrim (1989)'in yaptığı sınıflama şöyledir:

1. Psikodinamik ve birbiriyle ilintili aile danışması
2. İletişim, sistemler ve stratejik aile danışması
3. Davranışsal aile danışması yaklaşımları

Fenell ve Weinhold (1989)'un sınıflandırması şu şekildedir.

1. Psikodinamik aile danışması
2. Kognitif/davranışsal aile danışması
3. Hümanistik/varoluşçu aile danışması
4. Transpersonal aile danışması

Foley (1989), aile danışması kuramları ile ilgili 4 sınıflamadan söz etmektedir:

1. Nesnel İlişkiler: Bu bakış açısı Ronald Fairbairn tarafından geliştirilmiştir ve nesne ilişkileri teorisi ile yakından ilişkilidir. James Framer, Gerald Zuk, Norman ve Betty Paul tarafından bu görüş kullanılmıştır. Bu yaklaşıma göre, ailedeki hasta üye genellikle bölünmüş, ayrılmış olarak görülür ve diğer aile üyeleri tarafından kabul edilemeyecek hareketleri vardır. Danışmada daha çok geçmiş zaman üzerinde durulur.

2. Aile Sistemleri: Aile sistemi, Bowen'in çalışmaları ile başlamıştır. Bowen, aile danışması alanında 1950'lerde çalışmaya başlamış ve zaman içinde önemli kavramlar geliştirmiştir.

3.Yapısal Aile Danışması: Yapısal aile danışması, Salvador Minuchin'in geliştirmiş olduğu bir yaklaşımdır.

4.Stratejik Müdahale: Aile danışması alanında bu yaklaşım Don Jackson ve Jay Haley tarafından geliştirilmiştir.



Şekil 6. Aile danışması kuramları

Barker (1992), daha farklı bir sınıflama yapmıştır:

Psikodinamik aile danışması

Davranışçı aile danışması

Grup danışması yaklaşımları

Yaşantısal aile danışması

Geniş aile sistemleri teorileri

İletişim kuramlarını kullanan aile danışması yaklaşımları

İletişim ve bilinç (Don Jackson)

İletişim ve güç (Jay Haley)

İletişim ve duygulanım (Virginia Satir)

7. Yapısal aile danışması

8. Stratejik aile danışması

9. Sistematik aile danışması

5.5. Aile Danışmanlığında Rol Kavramı

Aile terapileri literatürlerinde ele alınan **rol** kavramı, ailelerin incelenmesinde önemli bir konu olmuştur. Rollerin taşıdığı beklentiler karmaşık sosyal durumlara bir düzen getirir. Genellikle aile üyelerini tek bir rolle tanımlarız; karı ya da koca. Ancak bir eşin aynı zamanda bir anne bir arkadaş ve bir annenin kızı olduğu Hatta şu an için istenilmeyen bir rol de potansiyeli açısından önemlidir. Mutsuz ailelerinin üyeleri az sayıda katı role kısıp kaldıklarında, bu durum kişilerarası iletişimsizliğe ve dolayısıyla aile içinde soğukluğa ve yaşanan birliktelikler körelmeye başlar.

Rollerin daralması, grup ve ailenin tutum repertuarını azaltır. Buna karşın çok fazla rol üstlenmesi beklenen grup üyeleri de aşırı yüklenmeye maruz kalırlar. Örneğin, bir aile içinde potansiyel roller arasında anne babalık, ev idaresi, para kazanma, yemek pişirme ve şoförlük sayılabilir. Bu roller eşler arasında dağıtılabilir. Biri para kazanırken diğeri yemek ve temizlikten sorumlu olur. Kimi zaman iki eş çalışır bu kez her ikisi de ev dışında çalışmaktadır ve gündelik işler bölüştürülür. Çalışan eşin geç biten şirket toplantılarına rağmen eve gidip çocukları futbol çalışmasına götürmesinin beklenmesi rol çatışmasına neden olur.

Çoğu grupta roller **stereotip** olma eğilimindedir ve bu nedenle de grup üyelerinin karakteristik davranış örüntüleri olur. Ailenizde oldukça öngörülebilir bir rol oynadığınızı fark etmiş olabilirsiniz. Bu rol **yardımsever çocuk** da olabilir, huysuz, asi ya da ‘başarılı çocuk’da. Burada sorun, bu tip rolleri bir yana bırakmanın zor olabilmesidir. Söylenenleri usluca yerine getirmek ve onay beklemek iyi çocuk için işe yarayabilir. Ancak bazen kendini ortaya koyan eylemlerde bulunmayı gerektiren meslek hayatında tam tersi olabilir.

Rol kuramlarının aileleri anlamada yararlı olmasının bir nedeni de rollerin karşılıklı ve tamamlayıcı olmasıdır. Örneğin bir anne babayı ele alabiliriz. Her ikisi de çocuklarının yemek masasında terbiyeli davranmasını istemektedir. Babanın sabrı biraz daha sınırlıdır ve çocuklar

masada patırtı çıkarmaya başladıktan beş saniye sonra baba, uslu durmaları söyler. Anne ise yarım dakika bekleyebilir öte yandan ilk müdahale eden her zaman baba olduğunda annenin müdahale etme şansı kalmayabilir. Bunun sonucunda anne baba, biri katı diğeri hoşgörülü olmak üzere, iki tamamlayıcı rolde kutuplaşabilir. Bu tip bir karşılıklı olma durumunun değişmeye dirençli olmasının nedeni ve bu rollerin birbirini pekiştirmesi ve her ikisini de değişimi karşı taraftan beklemesidir.

5.5.1 Psikodrama

Aile ve grup terapilerinde ilk uygulamalardan biri de, Moreno'nun geliştirdiği **psikodramadır**. Danışanlar yaşadıkları çatışmaları tartışmak yerine canlandırırlar. Duygusal dışavurumları harekete geçirme yöntemi olan psikodramada çatışmaları açıklığa kavuşturmaya yönelik teknikler uygulanır. Katılımcılar kendi hayatlarından kesitleri rol yaparak canlandırırlar. Psikodrama yöntemiyle aile üyelerinin çeşitli yaşam durumlarını yansıtıldığı gibi duygular üzerinde çalışılarak içgörü kazanmaları amaçlanır. İlişkilerde ortaya çıkan stres durumlarıyla başa çıkma yöntemleri öğrenilir. Bu teknikle danışanın bilinçdışı çatışmalarıyla yüzleşebildiği ve sahneleme yoluyla bir tür bilinçdışı çözümlemeler yaşaması düşünülür

Psikodrama genellikle üç taraflı bir düzenleme ile yürütülür. Duygusal sorunlarını ve insan ilişkilerini rol yaparak yansıtan danışan, sahnelenen olaydaki önemli rolü olan destek rolleri oynayan bilinçli bir kişi ve sonunda yorumlama seansını yürüten terapist.

Psikodramanın başlıca uğraşı alanı kişiler arası eylemlerdir. Bu nedenle ilişkilerin incelenmesi ve aile sorunlarının çözümünde etkin bir yöntemdir. Aile danışmanlığında rol yapma teknikleri yaygın olarak benimsenmiştir. (Nichols,2013)

Uygulamalar

Aile danışma merkezlerinde görev alan sosyal hizmet uzmanları ile ailelere yönelik danışmanlık hizmeti veren aile danışmanlarının uygulamalarını yerinde gözlemleyiniz.

Uygulama Soruları

Aile danışma merkezlerinde görev alan meslek elemanları kimlerden oluşur?

Meslek elemanlarını rol ve görevleri nelerdir?

Aile danışma merkezlerine aileler hangi sebeplerle başvururlar?

Ailelere yönelik danışmanlık uygulamalarının aşamaları nasıldır?

Aile danışmanlık hizmetinden sonra ailelerde meydana gelen değişim nasıldır?

Bu Bölümde Neler Öğrendik Özeti?

Günümüzde, aile danışmanlığında kullanılan kuramlar çeşitlilik göstermektedir. Geleneksel danışma kuramlarının uyarlaması biçiminde olanların yanında, alanda yepyeni yaklaşımlar ortaya atılmakta ve uygulamaya konulmaktadır. Burada sözü edilen danışma kuramları günümüzde yaygın bir kullanım alanı bulan, denenmiş ve başarıları kanıtlanmış olan yaklaşımlardır.

Evlilik sürecinin bozulmasıyla birlikte eşlerin yardım ve destek alabilmeleri, evliliğin rehabilitasyonu için aile danışmanlığı büyük anlam taşımaktadır.

Tek ebeveynli ailelerin danışmanlık hizmetlerinden yararlanması, ailenin bir üyesi ilaç ve/veya alkol bağımlılarına verilecek hizmet, ailenin çocuğun davranışlarının nasıl disipline edileceği ve yönlendirileceği, anne ile baba arasındaki anlaşmazlık için yapılacak destek hizmetleri aile danışmanlığı kapsamındadır.

Aile (ya da ailenin bir alt birimi, örneğin eşler ya da anne-çocuk) ile birey arasındaki ilişkileri aile danışmanlığının konuları arasındadır. Bu bölümde aile danışmanlığı anlayışının ana konuları ve destek hizmet alanları ele alınmıştır.

Bölüm Soruları

1. 1940'lı yıllarda Morino'nun yaptığı araştırmalar temel olarak aşağıdaki kavramlardan hangisiyle ilişkilidir?

- a.Çocuk rehberliği
- b.Genel sistemler teorisi
- c.Aile yapısı değişiklikleri
- d. Şizofreni ile ilgili yapılan araştırmalar
- e.Grup danışması

2. Amerika'da ilk kez açılan aile terapisi dernekleri hangi döneme rastlar?

- a.1950-1959
- b.1960-1969
- c.1970-1979
- d. 1980-1990
- e.1990-2000

3. Çalışan eşlerin çocuk bakım sorunları aile ilişkilerini olumsuz etkiler.

O (D)O (Y)

4. Aşağıdaki bilim adamlarından hangisi aile dinamiklerini ilk kez ayrıntılı incelemiştir?

- a. Adler
- b.Ackerman
- c.Jung
- d. Gregory Bateson
- e.Freud

5. Aile terapisini gerektiren temel nedenler aşağıdadır. Hangi seçenek bu nedenlerden biri değildir?

- a.Aile çatışmaları

- b. Ergen ve ebeveyn ilişkileri
- c. Çocuğun akademik başarısı
- d. Nevrotik aile bireyi
- e. Madde bağımlılığı

6. Aile danışmanlığının özelliklerinden biride etkileşimin nasıl kurulduğunu gözlemler

O (D)O (Y)

7. Aile terapi ekollerinin bazı ortak yanları vardır. Seçeneklerden hangisi bir ortak özellik değildir?

- a. Aile üyelerinin her birinin özerkliğini artırmak
- b. Aile ve evlilik içi çatışmalara odaklanmak
- c. Aile bireylerinin ilişki kurma becerilerinin artmasını sağlamak
- d. Ailenin toplumsal çevre ile bütünleşmesini kolaylaştırmak
- e. Birey odaklı terapiye dayanmak

8. Dan Jacson ve Jay Halley tarafından geliştirilen aile danışması kuramı nedir?

- a. Nesnel ilişkiler
- b. Stratejik müdahale
- c. Yapısal aile danışması
- d. Kognitif/bilişsel
- e. Aile sistemleri

Bölüm Cevap Anahtarı

1 e, 2 c, 3 (D), 4 a, 5 c, 6 (D), 7 e, 8 b

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Budak, Selçuk, Psikoloji Sözlüğü, Bilim ve Sanat Yayınları, (2000) Ankara

Nazlı S. *Aile Danışmanlığı*. 2. baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım; 2001. p.4-370.

Nichols, M. P. (2013) *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, Kaknüs Yayınları, , İstanbul

Özgüven İE. (2009), *Evlilik ve aile terapisi*. 2. baskı. Ankara: PDREM Yayınları;

Ruppert, F., (2014) *Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelasyonları, Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek*, Kaknüs Yayınları, İstanbul

Solmuş, T.,(2012), *Bağlanma, Evlilik Ve Aile Psikolojisi*, Sistem Yayınları, İstanbul

Weeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), *Evlilik ve Çift Terapisi, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar*, Pusula Yayınları, İstanbul

<http://psikiyatriksosyalhizmet.com/>

<https://pixabay.com/tr>

6. SİSTEMİK AİLE DANIŞMANLIĞI

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde aile danışmanlığı ekolleri arasında sistemik aile danışmanlığı ya da Milan grubu yaklaşımı ile sistemik ekolün terapi sürecinin özellikleri hakkında bilgi vereceğiz

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Sistemik terapi yaklaşımının tarihsel gelişim süreci nedir?

Sistemik terapi ya da Milan grubu yaklaşımının özellikleri neledir?

Sistemik terapi süreci nasıl uygulanır?

Sistemik terapistlerinin rol ve görevleri nelerdir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Sistemik Aile Terapi (Danışmanlığı)	Sistemik Aile terapisi ekoli kavramsal yönüyle öğrenilmiş olacak.	Sistemik aile terapisi ile ilgili kaynak taraması ve bu kaynaklarda konu ile ilgili yapılacak okumalar kazanımları artıracaktır.
Terapi Sürecinin Özellikleri	Sistemik terapi modeline göre çalışan danışmanların uygulama becerileri hakkında bilgi edinilmiş olacaktır.	Sosyal hizmet kuramları ile ilgili literatür okumaları kazanımların artmasını sağlayacaktır.

Anahtar Kavramlar

Sistemik Terapi Modeli

Milan Grubu

Sistemik Terapi Uygulama Özellikleri

Giriş

Sistemik aile terapisi, İtalya'da 1960'lı yılların sonlarında Palazzoli ve ekibi tarafından geliştirilmiştir. 1971'de Palazzoli ve ekibi, aile çalışmaları yürütmek üzere **Milan Center** isimli bir merkez açtılar. Bu ekip aileyi bir bütün olarak ele almakla öne çıktı. Oldukça yeni bir yöntem olan birleşik aile terapisini denediler. Aynı anda birden fazla aile ele alınabiliyordu. Aileler arasında interaktif iletişime ve ilişki biçimlerine ilgi duydular.

Palozzi ve arkadaşları sadece gözlemin bile sistemi farklılaştırdığını fark ettiler. Gözlemcilerin, gözlem etkileri nedeniyle sistem terapisine katılmaları gerekliliğine inandılar.

Milan yaklaşımı sistemik aile terapisinin öncüsü olmuştur. Bu yaklaşımın temel prensibi, ailenin başvuru da dile getirdiği ana belirtinin bir işlevi olduğudur. Bu belirtiler her ne kadar ailenin işlevlerinde bir aksama gibi görünse de bir yandan da aynı sisteminin dengesini korumaktadır. Ailenin yaşadığı sorun aynı zamanda aileyi bir bütün olarak bir arada tutan sistemin sağlayıcısı olabilmektedir.

6. SİSTEMİK AİLE DANIŞMANLIĞI/TERAPİSİ

6.1. Sistemik Aile Danışmanlığı

Sistemik model , sistemli düşünme ve aile sisteminin bir parçası olmaya teşvik eden bir terapi biçimidir. Görüşmede takımın bir kısmının ayna gerisinde bulunur. Olumlu bildirim, seansın sonunda iletişim değerlendirmesi ve ayda bir defa yapılan görüşmeler sistemin bir özelliğidir.

Ailenin başvuruda dile getirdiği ana belirtinin bir işlevi vardır. Bu belirti her ne kadar ailenin işlevlerinde bir aksama gibi görünse de, bir yandan da aile sisteminin **homeostasisini** korumaktadır. Aile zaman içinde deneme yanılma yöntemi ile bazı kurallar oluşturmuş ve bu kurallara göre kendi işleyişini kontrol etmeye çalışan bir sistemdir. Danışman sorunu detaylıca öğrenirken negatif yüklü olan belirti ile ilgili olumlu yanları bulmaya ve bunları aileye göstermeye çalışır.

Sistemik model, aileyi zamansal süreç içinde izlemeyi önerir. Ailenin yaşadığı soruna bir sistem olarak neden ihtiyaç duyduğu ile ilgilenir. Terapist yansız bir konumdadır. Bu modelde sistem içerisinde, değiştirildiğinde ailenin birçok tutumunun değişmesine yol açacak, sistemin işlemlerini bozan patolojik bir düğüm noktası olduğu kabul edilir. Terapide bu düğüm noktasının bulunması amaçlanır.

Sistemik aile danışmanlığını kuramsal yapısını anlamak için aile terapilerinde dönüm noktası olan Bateson'a değinmek gerekir. Bateson, aileleri bireylerden oluşan sistemler olarak görüyordu. Aile her bireyde geribildirim alan ve kendi süreçlerine sahip bir sistemdi. Milan ekibi Bateson'un bu yaklaşımını kendi terapi modellerinde doğrudan uyguladılar. Bu nedenle Milan aile danışmanlığı zaman zaman sibernetik veya Bateson aile terapisti olarak da anıldı.

6.1.1. Sistemik Aile Danışmanlığı Temel Prensipleri

Ailenin başvuruda dile getirdiği sorun ana belirtinin bir işlevidir. Bu belirti her ne kadar ailenin işlevlerinde bir aksama gibi görünse de, bir yandan da aile sisteminin dengesini korumaktadır. Aile zaman içinde deneme yanılma yöntemi ile bazı kurallar oluşturmuş ve bu kurallara göre kendi işleyişini kontrol etmeye çalışan bir sistemdir. Danışman sorunu detaylıca öğrenirken negatif yüklü olan belirti ile ilgili olumlu yanları bulmaya ve bunları aileye göstermeye çalışır. Danışmanın soruları aile bireylerinin birbirlerinin bakış açısını görmelerine ve aile kurallarının yumuşamasına neden olur. Örneğin aile içinde sessiz kalan bir ergen, yaşadığı olumsuz bir durumu anlattığında sorunlu birisi olarak görülüp azarlanabilir. Bu onun daha da sessizleşmesine neden olur. Bu durum terapide paylaşıldığında ve ergenin anne babayı üzmemek için sessiz kaldığı vurgulandığında bu etkileşim ile anne baba tutum değişikliğine gidebilir.

6.2. Sistemik Aile Danışmanlığı

Sistemik terapi terimi öncelikle Milan grubu tarafından kullanılmıştır. Sistemik modelde temel teorik kavramlar genel sistemler teorisi, sibernetik ve enformasyon teorisinden gelişmiştir.

Milan yaklaşımını belirleyen önemli sayıtlılardan biri, aklın sosyal olduğu, mental olgunun sosyal olguyu yansıttığıdır. Yani ruhsal sorunlar intrapsişik değil, kişiler arası sorunları yansıtmaktadır. Olgı ile bunun yer aldığı ortam, organizma ile çevresi arasında sürekli, karşılıklı bir ilişki söz konusudur. Günümüzde psikiyatri hala büyük ölçüde klasik medikal modele dayanmaktadır. Klasik medikal model batı kültüründe yaygın olarak benimsenen doğrusal düşünceye dayanmaktadır. Doğrusal düşünce gözlemciyi olayların oluş sırasına odaklanmaya ve arada tarihsel bir nedensellik kurmaya götürmektedir.

Genel tıpta topluma çok iyi hizmet vermiş olan klasik medikal model, fonksiyonel bozukluklara uygulandığında bir dilemma ortaya çıkmaktadır. Aile çalışmalarında etkileşimlerin gözlenen resiprokal fonksiyonu, döngüsel görüşe geçişe yol açmıştır. A;B;C;D bir sistemin üyeleri olarak kabul edilirlse, her bir üye diğer tüm üyelerin davranışında bir şekilde etkili olur ve her birinin davranışından etkilenir. Bu görüş döngüsel görüş olarak tanımlanmaktadır.

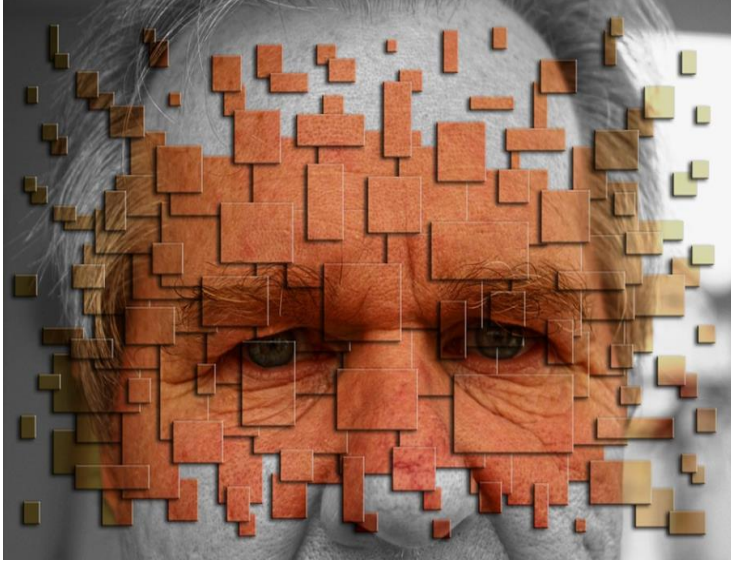
Özetleyecek olursak, aile bireyinde görülen **semptom, sistemin semptomudur**. Sistemik görüşmenin ana amacı semptomun direk olarak ortadan kaldırılması değil, sistemik bağlantılarının bulunması, sistemdeki döngüsel etkileşimlerin kavranması ve semptomun bu durumda geçici olarak var oluşunun zorunluluğunu açıklamaktır.

6.2. Danışma Sürecinin Özellikleri

Aile terapisi genellikle beraber yaşayan aile üyelerinin tümünün bir araya getirilmesi ve terapi ekibi ile birlikte görüşülmesi şeklinde yürütülür. Ancak uygulamada, tüm geniş aileyi (nineler, dedeler, dayılar, amcalar, halalar vb.) bir araya getirmeyi amaçlayarak çalışmayı doğru bulan terapistler olduğu gibi bir tek bireyle de aile terapisi uygulanabileceğini, önemli olanın ilişkileri ele almak olduğunu savunan aile terapistleri de vardır. Evlilik terapisinde, evli (ya da birlikte yaşayan) çift birlikte görüşmelere alınır. Bireysel terapilerin olduğu durumlarda önemli bir sorun, çifti gören terapist yada terapistler ile terapiyi sürdüren terapistlerin işbirliği kurarak çalışabilmeleridir.

Aile terapisini yürütecek olan terapistin özellikleri açısından önemli olan noktalar, geniş bir eşduyum becerisine sahip olabilmek; psikoterapi konusunda bilgili olma; karışıklığa dayanma gücü; terapötik sürece kendi katkısını ve etkisini ele almaya istekli ve yeterli olmasıdır.

Değerlendirme aşamasında, terapist bir geçmişini paylaşan, anıları olan bir grupta konuşmaktadır. Ailenin kendine özgü değerleri ve iletişim diline başarıyla uyum gösterebilmesi gerekir. Bu uyumu sağlamayı kolaylaştırmak için kullanılabilecek teknikler, aynı dili kullanma, ailenin ve tek tek bireylerin değerlerini ve güçlerini vurgulama ve övme, yargı belirtme yerine etkileşimsel (döngüsel) sorgulama (örneğin; karınız öyle yaptığı zaman siz ne yapıyorsunuz? sorusu gibi) tekniklerdir. Değerlendirme sürecinde, her üyeden, sorunu ve sorunun tarihçesini kendi gördüğü açıdan tanımlaması istenir. Bir üyeye sorulan sorunun aynısı diğerlerine de sorulmalıdır. Söylenenlere karşı oluşan etkilenme de her bir üyeden



Resim 4. <http://7www.piabay.com.tr>

alınır. Bireylerden **ben** diliyle konuşmaları istenir. Her birinin çözüm konusundaki öneri ve düşünceleri alınır. Birbirlerine söylediklerinin aynı anlamlarda işitilip işitilmediği araştırılır. Rol değiştirme ve eşleme gibi psikodrama teknikleri kişilerin birbirlerinin davranışlarından nasıl etkilendiklerini anlamalarını sağlamada çok yararlı olabilecek tekniklerdir. Terapist, görüşme odasında bireylerin birbirleri ile

etkileşimlerini gözleyerek, sorunu netleştirme ve

etkileşimlere ilişkin yorumlamalar yapar. Sorun konusunda değişimleri tetikleyen önemli araçlardan biriside, yeniden çerçevelemedir. Bu, genellikle olumsuz etiketlenen davranışı olumlu bir çerçeveye alan, yeni bir bakış açısı getiren, davranışın işlevsel yararına odaklanan bir yorumlamadır. Bu şekilde, olumsuz duygu yükünün azalarak kişilerin anlayış ve değişim gücü kazanmasına yardımcı olan bir tekniktir. Aile terapisinde davranışsal kalıplara odaklanılmaktadır. Aile üyelerinden birinin davranışı diğer üyelerde, etkileşime bağlı davranışlarla sonuçlanır. Değişim süreci de bu davranışsal ardışıklığın farkedilmesi ve değiştirilmesi biçiminde olacaktır.

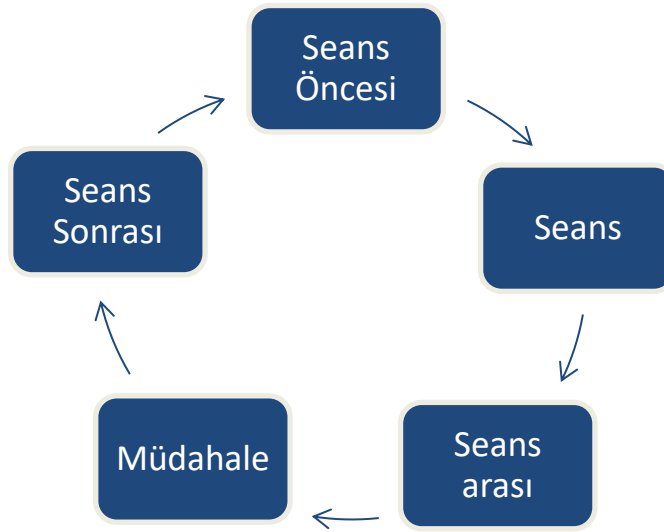
Aile terapistleri genellikle görüşmeler arası sürede ailenin değişimini sağlayacak doğrultuda bireylere ya da aileye ev ödevleri verirler. Bunlar, yakınmaların ve sorunların denetlenebileceğini gösterebilecek ve çözüm doğrultusunu pekiştirecek davranışsal ödevler ve izleme notları şeklindedir.

Aile ile görüşmeler sırasında terapist oldukça etkin ve bazen direktiftir. Örneğin, aile üyelerinin oturma düzeninde değişiklikler önerebilir; iletişim becerileri konusunda etkin bir eğitmen rolü üstlenebilir; aile içi şiddet ya da tartışmaları sınırlayıcı ve yasaklayıcı olabilir. Bu tür durumlarda, tartışmaların belli bir süreye sıkıştırılması önerilerek aileye bu tür durumların aslında onların denetiminde olan durumlar olacağı mesajı verilebilir.

İletişim becerileri aslında davranışsal değişiklikleri sağlamak açısından özellikle önem taşır. Açık ve net iletişim, soru sorabilme yetisi, söylenenlerin karşındakiler tarafından nasıl anlamlandırıldığıının soruşturularak araştırılması becerileri sorunların çözülebilmesini sağlayacak araçlardandır. Terapist, görüşmeler sırasındaki tarzı ve iletişimi ile üyelerin etkileşimsel iletişim konusunda beceri kazanmalarını sağlayabilecek bir örnek oluşturmaktadır.

6.3. Sistemik Aile Danışmanlığında Görüşme

Yapılanlar kayıt altına alınarak bilimsel sonuçlara ulaşmaya imkan tanındı. Bu yaklaşım yoğun beş parçalı bir yapıya sahiptir. Seans öncesi, seans, seans arası, müdahale ve seans sonrası.



6.3.1. Başlangıç

Danışma süreci başladığında kendinizi ve aynanın arkasındaki ekibi tanıtımı yapılır. Tüm süreç boyunca ilgili ve meraklı bir yaklaşım. Öykünün altında yer alanın ne olduğunun anlaşılması. Aile sistemini anlamak için uygun sorular sorulması:

-Siz problemi nasıl değerlendiriyorsunuz? -Bu sorun sizce en çok kimi rahatsız ediyor?-Bu sorun ailenin tümünü nasıl etkiliyor?

6.3.2. Sorunun Anlaşılması

Yaşanan sorunun aileye ne kazandırdığına odaklanmak.

“Eşiniz alkollü iken yakınlarınızdan yardım istediğiniz halinde, onlarla ilişkilerinizde yakınlaşma sağlarmı?”

”Alkol kullandığınız zaman daha rahatlamış hissettiğiniz oluyor mu”

Aile içindeki ilişkilerin dinamiklerini iletişim biçimlerini değerlendirilir.Sorunun aile içinde gösterdiği işlevle ilgili yorumlar yapılabilir.

”Öfkeli olduğunuz için evden uzaklaştığınızı söylüyorsunuz, bu onları korumak için yaptığınız bir şey. Ailenizin iyiliği için bu tip başka önlemler de aldığınız olur mu”

6.3.3.Hedefleri Belirleme ve Değişim

Sistemik aile danışmanlığında uzmanın hedef tespiti gerekmez. Danışman olarak sisteme müdahale edilmeli ve hedefleri ailenin belirlemesi beklenlenmeli. Ancak hedef belirlemeye yönelik bazı sorular sorulabilir.

“Aile yaşantınızı daha iyiye gittiğini nasıl anlayacağız” “Yapacağınız değişiklikler ailenin her bir üyesini nasıl etkileyecektir”

Yakalanan değişim genişletilmelidir. “Geçen ay boyunca her bir aile bireyinin neleri değiştirdiğini bana sayabilir misiniz”

Ailenin problemin pozitif düşünme biçimi ile tekrar değerlendirmesini sistemik biçimde ele alması sağlanmalı.

“Eğer eşiniz bu biçimde daha az alkol alır halde yaşama devam edebilirse sizin açınızdan neler değişir”

Aile bakış açısını değiştirirse bireylerin tutumlarının değişmesi ihtimalinin artacağı unutulmamalı.

”Oğlunuzun daha başka neleri değiştirilmesi ya da değiştirmemesini istersiniz”

6.3.4 Sonlandırma

Danışma seanslarının ne zaman biteceğine aile karar verir. Aile gelmek istedikleri noktaya ulaştığını düşündüğünde terapi sonlandırılır. Son görüşmede ailenin ilk baştaki durumu, sorunun anlamı, aile bireylerinin değiştirdikleri tutumları ve bunun sonuçları konuşulur.

Uygulamalar

Sistemik terapi modeli uygulamaları hakkında aile danışman merkezinde olgu çalışması yapan uzmanlarda bilgi alarak çalışmalarını yerinde gözlemleyiniz.

Uygulama Soruları

Danışma sürecinde belirlenen hedefler nelerdir?

Sistemik aile danışma seanlarının öteki yaklaşımlardan ayıran temel özellik nedir?

Danışan aile terapi sürecine katılımında hangi rol verilmektedir?

Olumsuz tutumların değiştirilmesinde hangi yol izlenmektedir?

Bu Bölümde Neler Öğrendik?

Ailenin başvuruda dile getirdiği ana belirtinin bir işlevi olduğudur. Bu belirti her ne kadar ailenin işlevlerinde bir aksama gibi görünse de, bir yandan da aile sisteminin homeostasisini korumaktadır. Aile zaman içinde deneme yanılma yöntemi ile bazı kurallar oluşturmuş ve bu kurallara göre kendi işleyişini kontrol etmeye çalışan bir sistemdir. Danışman sorunu detaylıca öğrenirken negatif yüklü olan belirti ile ilgili olumlu yanları bulmaya ve bunları aileye göstermeye çalışır.

Sistemik aile terapisi tarihçesi, sistemik terapi modelinin kavramsal düzeyde uygulama ile terapi sürecinin özellikleri ve terapistin rol ve görevleri hakkında bilgi öğrendik.

Bölüm Soruları

1. Sistemik aile danışmanlığında görüşmede Ailenin toplumsal çevre ile bütünleşmesini kolaylaştırmak hedeflerdeb biridir

O (D)O (Y)

2. Sistemik terapi Milan grubu tarafından uygulanmıştır.

O (D)O (Y)

3. Aşağıdakilerden hangisi, sistemik yaklaşımın yoğun beş aşamalarından biri değildir?

a. Bilgi toplama

b.Seans öncesi

c . Seans

d.Seans arası

e. Müdahale

4. Aşağıdaki seçeneklerden hangisi sistemik aile danışmanlığı görüşme sürecinde yer almaz?

a.Problemin olumlu yönlerini açığa çıkarmak

b. Aile içindeki iletişim biçimlerini değerlendirmek

c.Sorunun anlaşılması

d. Yaşanan sorunun aileye ne kazandırdığına odaklanmak

e. Serbest çağrışım yöntemi kullanılır.

5. Aşağıdakilerden hangisi aile danışmanlığının özelliklerinden değildir?

a.Aile sistemine yer verir

b. Etkileşimin nasıl kurulduğunu gözlemler

c.Değişim için bireyleri izler

d. Sistem teorilerini ve psikoloji kuramlarını kullanır

e.Görüşmeler bireysel yapılır

6. Aşağıdaki seçeneklerden hangisi sistemik görüşmenin başlıca amacıdır?

- a. Ailede yeni kurallar koymaktır
- b. Semptomun ortadan kaldırılmasıdır
- c. Ailede dengenin sağlanması
- d. Sistemik bağlantıların bulunmasıdır
- e. Transförens yöntemiyle bireylerin sağaltımı yapılır

7. Hangi seçenek sistemik aile danışmanlığının terapistin sahip olması gereken bir özelliğı değildir?

- a. Geniş bir eşduyum becerisine sahip olabilme
- b. Hipnoterapi becerisine sahip olmak
- c. Karışıklığa dayanma gücüne sahip olmak
- d. Psikoterapi konusunda bilgili olmak
- e. Terapötik süreçte kendi katkısını ele almaya istekli olmak

8. Aşağıdakilerden hangisi danışanın aile ile görüşmesinde uyum sağlayıcı bir özellik değildir?

- a. Aynı dili kullanma
- b. Ailenin ve tek tek bireylerin değerlerini ve güçlerini
- c. Yargı belirtme yerine etkileşimsel bir dil kullanma
- d. Aile bireylerinin önceki yaşamlarının analiz etme
- e. Ailenin sürece katkısını dile getirerek motive etme

9. Aşağıdakilerden hangisi danışma sürecinde, değerlendirme aşamasında yer almamaktadır?

- a. Aile bireyleri görüşme sürecini yapılandırır.
- b. Bir üyeye sorulan soru ötekine de sorulmalıdır.
- c. Süreçten ne kadar etkilendiklerini belirtirler.

d. Görüşmelerde ben dili kullanılır.

e. Her üye sorunun tarihçesini kendi bakışıyla yansıtır.

10. Sistematiik aile danışmasıda değışime yol açan etkili teknik aşağıdakilerden hangisidir ?

a. Rüya analizi

b. Yeniden çerçeveleme

c. Serbest çağrışım

d. Dengeleme

e. Odaklanma

Cevap Anahtarı

1 (D) 2 (D) 3) a, 4) e, 5) e, 6) d, 7) b, 8) d, 9) a, 10) b

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Berkun, O. ve H.G.(2013) *Aile ve Eş Terapileri*, Detay Yayıncılık, Ankara

Corsini., R.,J., W.,D., *Modern Psikoterapiler*, Kaknüs Yayınları, İstanbul

Nichols, M. P. (2013) *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, Kaknüs Yayınları, , İstanbul

Ruppert, F., (2014) *Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelasyonları,Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek*, Kaknüs Yayınları, İstanbul

Solmuş, T.,(2012), *Bağlanma, Evlilik Ve Aile Psikolojisi*,Sistem Yayınları, İstanbul

Weeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), *Evlilik ve Çift Terapisi, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar*, Pusula Yayınları, İstanbul

<http://psikiyatriksosyalhizmet.com/>

<https://pixabay.com/tr>

7. PSİKOANALİTİK AİLE DANIŞMANLIĞI

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde psikoanalitik kuram, psikoanalitik danışma süreci ve teknikleri ile kuramın güçlü ve sınırlı yanları hakkında bilgi vereceğiz

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Psikoanalitik kuram Freud'un hangi etkileşimi ile ilgilenir?

Psikoanalitik aile danışmanın amacı nedir?

Psikoanalitik danışma süreci ve teknikleri nelerdir?

Psikoanalitik danışma sürecinde ilk aşamasında danışman rol ve görevleri nedir?

Psikoanalitik danışma sürecinin aşamaları nedir?

Psikoanalitik danışma sürecinde kullanılan teknikler nedir?

Psikoanalitik kuramın güçlü yönleri nedir?

Psikoanalitik kuramın sınırlı yönleri nedir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Psikoanalitik kuram	Psikoanalitik kuram ve aile danışmasının amacı ve rolü öğrenilmiş olacaktır.	Psikoanalitik kuram ve aile danışması ile ilgili kaynak taraması ve bu kaynaklarda konu ile ilgili yapılacak okumalar kazanımları artıracaktır.
Danışma Süreci ve Teknikleri	Psikoanalitik aile danışmasının süreci, danışmada kullanılan teknikler ve uygulama becerisi hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Psikoanalitik analitik kuram ile ilgili literatür okumaları ve Psikoanalitik aile danışması ile ilgili olgu örneklerinin incelenmesi kazanımların artmasını sağlayacaktır.
Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	Psikoanalitik aile danışmasının uygulamada güçlü yönleri ile sınırlı yönleri hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Psikoanalitik kuram ve aile danışması ile ilgili kaynak araştırması ve uygulama örneklerinin incelenmesi kazanımları artıracaktır.

Anahtar Kavramlar

Psikoanalitik kuram ve aile danışması

Psikoanalitik aile danışma süreci ve teknikleri

Psikoanalitik kuramın güçlü yanları

Psikoanalitik kuramın sınırlı yanları

Giriş

Aile dinamikleri hakkında ilk dikkati çeken kişi Sigmund Freud olmuştur. Ancak Freud aile sistemi üzerine eğilmektense tedavi yaklaşımını bireyde yoğunlaştırmaktadır (Türkçapar, 1991). Freud, aile danışması yapmamıştır. Bireyin kişilik gelişimini aile matrisi ile açıklamış, anne-çocuk ilişkisinin önemini vurgulamıştır (Fenell ve Weinhold, 1989).

Alfred Adler bu konuyu daha ayrıntılı olarak ele alan kişilerin başında gelir. 1920’li yıllarda aile eğitimi merkezlerini kurmuştur (Kuzgun, 1991). Adler’in aile danışmasının temelinde bireysel olarak aile üyeleri olduğu kadar, ailenin tümünü de ele alır. Onun çalışmalarının temel amacı ebeveyn-çocuk ilişkisini geliştirmektir (Nystul, 1993).

Psikoanalitik aile danışması, aileyi analitik bir yaklaşımla anlamaya çalışır. İşlev bozukluğunun ilk çocukluk deneyimlerinden kaynaklandığı kabul edildiğinden, danışma süreci daha çok geçmişe yöneliktir.

Psikoanalistler 1950’lerden önce aileyi bir bütün olarak ele alıp incelememişlerdir. Bu yıllardan sonra Harry S. Sullivan, Erich Fromm ve E. Erikson psikososyal etmenlere dikkati çekmeye başlamışlardır (Fenell ve Weinhold, 1989). Erikson ego psikolojisinin sosyal boyunu açıklamıştır. Fromm, Murray Bowen’in “farklılaşma” kavramından sonra kültürel güçler ve kişilik yapısını açıklamıştır. Sullivan’ın kişiler arası teorisi çocuğa anksiyete aktarmada annenin rolüne dikkati çekmiştir. Sullivan ailelerle çalışmamış olmasına rağmen, şizofren çocuklar hakkında açıklamalar yapmıştır (Nichols ve Schwartz, 1998). Sullivan’ın çalışmaları aile danışmasının ilk temsilcilerinden olan Don Jackson, Virginia Satir ve Murray Bowen’i oldukça etkilemiştir (Nystul, 1993).

7.1. Psikoanalitik Aile Danışması

Psikoanalitik aile danışmasının amacı aile üyelerini bilinç dışının sınırlamasından kurtarmak ve böylece aile üyelerinin birbirleriyle bir bütün olarak etkileşimde bulunmalarına yardım etmektir. Geçmişlerine bağlı olan bireyler yerine şu anki gerçeklerle ilgilenebilen bireyler olmalarına çalışılır. Krizde olan ailenin acil problemleri anlayış ve destekleyici tarzda ele alınır. Kriz çözüme ulaştıktan sonra danışmanlar aile ile uzun süreli danışma yapmak isterler. Ancak bu birçok aile tarafından kabul edilmeyebilir. Eğer danışmanlar amaçlarını yalnızca ailenin acil problemlerini çözüme ulaştırmak olarak algıarlarsa, diğer yaklaşımları benimseyen danışmanlardan hiçbir farkları kalmaz. Psikoanalitik aile danışmanları savunmaları inceleme ve bastırılmış ihtiyaçları ortaya çıkartma yerine savunmaları destekler ve iletişimi açıklamaya çalışırlar. Diğer yaklaşımlarda ailenin davranışlarında değişim yapma (örneğin çocuğun okul fobisini giderme gibi) danışmanın amacı olarak görülürken; psikoanalitik aile danışmasında bunlar yan ürün olarak algılanır. Asıl amaç, altta yatan çatışmaları çözmektir. (Nichols ve Schwartz, 1998).

7.2. Danışma Süreci ve Teknikleri

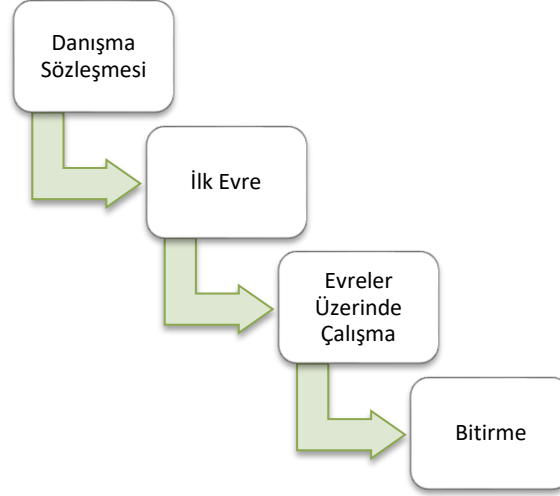
Psikoanalitik aile danışmasında, eşler arasında ve ebeveyn-çocuk arasında etkileşimin kapalı etkileşim olduğu vurgulanır. Psikoanalitik aile danışmasının amacı, aile üyelerini bilinçdışının sınırlamasından kurtarmak ve böylece aile üyelerinin birbirleriyle bir bütün olarak etkileşimde bulunmalarına yardım etmektir. Psikoanalitik danışmanlar, bireylerin bağımsızlık ve duygusal gelişimlerinin en iyi kendi ailesinde, duygusal bağları içerisinde çalışma yaparak gelişebileceğine inanırlar.

Psikoanalitik aile danışması yaklaşımında danışmanın başlıca işlevi yorum yapmaktır. Danışmanlar aile bireylerinin bilinç dışı düşünce ve deneyimleri hakkında kendisi ile olan ilişkileri aracılığı ile bilinçli duruma gelmelerine ve özellikle geçmişteki ve şimdiki davranışları arasında ilintileri değerlendirmelerine yardım etme durumundadır.

Danışma sürecinde aile üyelerinin tek tek geçmişleri ve kişilik yapıları önemli olmakla birlikte, aslında grubun bütün olarak ele alınıp incelenmesi gerekir. Bireysel danışmada kullanılan yorumlama, yüzleştirme, onaylama ve destekleme gibi teknikler, her aileye uyacak biçimde onlara uyarlanarak kullanılmalıdır.

Psikoanalitik süreçte danışman birçok rol üstlenir. Bunlardan birisi öğretmenliktir. Psikoanalitik aile danışmasında, aile üyelerinin geçmişin kendilerini nasıl etkilediğini anlamaları çok önemlidir. Bunun için aile üyelerinin temel psikoanalitik terimleri bilmelidir ve bunları kişisel ve kişiler arası esaslara uygulayacaklarını bilmeleri gerekir. İşte burada aile danışmanı öğretmenlik rolü ile aile üyelerinin öğrenmeleri gereken konuları öğretir. Aile danışmanının ikinci önemli rolü iyi annedir. İyi anne bebeğe sevgi veren ve bakımını üstlenen, böylece onun kendine güven duymasını sağlayan annedir. Danışmanın bu rolü, gelişimlerinin ilk evrelerinde güven duygularını geliştirememiş aile üyelerinin ilk evrelerinde cesaretlendirmek için gerekli olabilir. Böylece danışman aile üyelerinin birbirlerinin

geçmişlerindeki zararlarını gidermeleri için etkilerimde bulunmalarına yardımcı olabilir (Fenell ve Weinhold, 1989; Nichols ve Schwartz, 1998).



Şekil 6. Danışma sürecinin dört aşaması

7.2.1. Danışma Sürecinin İlk Aşaması

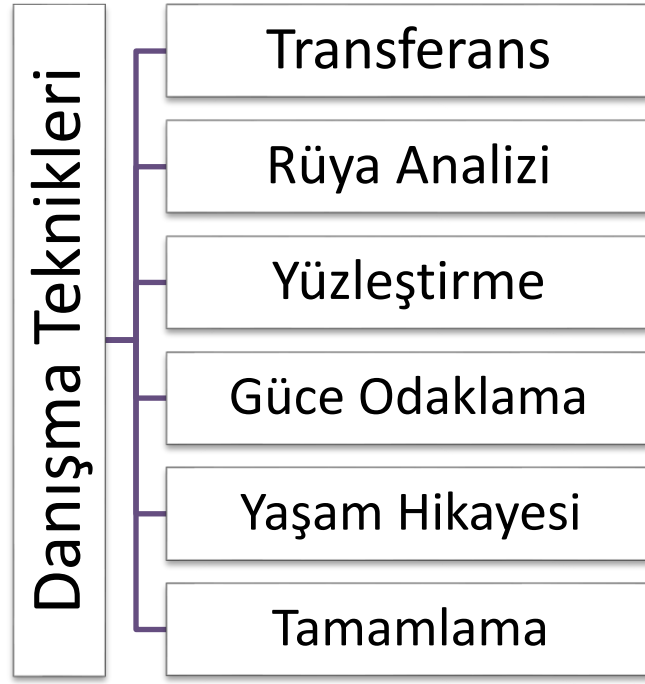
Aile üyelerinin egolarının güçlü ve zayıf yanlarını belirler.

Danışmadaki motivasyonu saptar.

Danışmanın amacını beliler.

Terapötik bir ittifak kurmayı çalışır.

Bu yaklaşımda danışman öğretmen, iyi anne, katalizatör rollerini üstlenir.



7.2.2. Aile Danışmanları Dört Yolla Açıklama Yaparlar

Bunlar:

-İç yaşantılar

-Bu yaşantıların hikayesi

-Eşlerin bu yaşantıya nasıl tahrik edildiği

-Oturumlarda genel durumların nasıl olduğu (Nicholas ve Schwartz,1988).

Danışman, aile üyelerini geçmiş deneyimlerini yorumlar. Bu deneyimler özellikle çocukluk yılları ile ilgilidir. Danışman yorum yapabilmek için kendisine veya diğer aile üyelerine yapılan transfeanslardan bilgi toplar. Danışmanlar dirençle de ilgilenir. Direnci ortaya çıkarmak için yorum yaparlar. Aile danışmasında direnci yorumlama tekniği bireysel danışmadaki kullanımından farklıdır. Bireysel danışmada direnç oluşmadan yorum yapılmaz ve genellikle danışmanı değil danışanın direnci yorumlaması beklenir. Aile danışmasında direnç daha dolaysız ve çabuk yorumlanır. Çünkü aile içinde direnç daha çabuk belli olur. Bu nedenle danışman dirençle daha erken karşılaşır.

7.2.3. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları

En güçlü yönü insan davranışlarına etki eden bilinç dışı güçleri vurgulamasıdır. Danışma süreci sonunda aile üyeleri bu güçlerin kendilerini nasıl etkilediğini fark ederler. Temel savunma mekanizmaları üzerinde durur. Etkileşimin daha anlaşılır olmasına yardım eder. Fonksiyonelsizliğin geçmiş menşesine önem verir.

Sınırlı yanları nedene odaklanması, etkileşime etki yapmamasıdır. Sürecin uzaması, hizmetin pahalıya gelmesine neden olur.

7.3. Bowen Kuramı

1960-1970 'lerde aile danışmanlığına başarıyla uygulayan Murray Bowen 'e göre, aile birbiriyle etkileşim içinde olan bir bütün görünümündedir. Sistemdeki parçalardan birinin değişmesi sistemin temelini etkilemektedir. Amaç, her bir aile üyesinin, tüm aile sisteminin bağımsızlığı ile birlikte kimliğini dengede tutmayı başarmaktır. Sistemdeki sabitlik, durağanlık amaçtır. Eğer bir değişiklik olursa buna uyum sağlamaya çalışır.

7.3.1. Bowen 'in kuramında 8 ana kavram

Benliğe farklılaşma, üçgen,

çekirdek ailenin duygusal sistemi,

Aile yansıtma süreci,

Duygusal yoksunluk,

Kuşaklararası aktarma süreci,

Kardeş konumu.

Toplumsal gerileme

Danışma sürecinin amacı, anksiyeteyi azaltma ve semptomları hafifletme,

her aile üyesinin farklılaşma sürecini artırmaktır. Bunun için aile danışması eşler arasındaki etkileşimi açıklar, duygusal sistemin fonksiyonlarını öğretir, ben dilini kullanarak farklılaşmayı sağlar.

Danışma teknikleri

Genel olarak bu sürecin iki amacı vardır.

1. Anksiyeteyi azaltma ve semptomları hafifletme

2. Uyum sağlamayı sağlamak için her aile üyesinin farklılaşma düzeyini artırmak

7.3.2. Bowen aile danışmasının dört temel işlevi olduğuna inanır

1.Eşler arasındaki etkileşimini belirleme ve açıklama

2.Ailenin duygusal sisteminden kendini çekme

3.Duygusal sistemin fonksiyonlarını öğrenme

4.Danışma oturumlarında ben konumunu kullanarak farklılaşmayı gösterme (Fenel ve Weinhold, 1989).



Şekil 7.Bowen'in yedi tekniği

7.3.3. Güçlü ve Sınırlı Yanlar

Güçlü yanları:

Probleme analitik bir perspektifinden bakılır, bireyler akıl hastası olarak teşhis edilmez veya nitelendirilemez. Duygusal rahatsızlıkların kuşaklar boyu geçen bir süreç olarak kurumsallaştırıldığı için danışanın kendi aile menşinden farklılaşmasına önem verilir. Danışan evrelerinde çiftlerle ilerlemeye, geliştirmeye daha çok önem verildiği için duygusal sürecin tarafsızlığının önemi dikkat çekilir.

Sınırlı yanları:

Aile sisteminde çocukların etkisi dikkate alınmamıştır. Çünkü danışma sürecinin merkezinde evli çiftler vardır, benliğin farklılaşma ölçeği gibi çalışmalar henüz tam gelişmemiştir. Şimdi yerine geçmiş üzerine daha fazla durulmaktadır. Duyguya yeterince önem verilmemektedir. Çok fazla zaman gerekir.

7.4. James Framo

Çiftler ve ailelerle 1958'de çalışmaya başlayan James Framo, bireylerin gelişim yıllarında aileleriyle arasında çıkan sorunları inceleyerek, ailenin önemini vurgulayan bir kuram geliştirmiştir. Nesne ilişkileri kuramlarıyla istikrarlı olarak Framo da, çözülemediği kişilerarası çatışmaların bireyin aile menşei boyunca devam ettiği ve şimdiki eş ve

çocuklarına yansıdığına inanır. Framo, ailedeki bu fenomenleri açıklarken hem dinamik hem de sistemci kavramları kullanır.

7.4.1. Framo'nun Kuramının Temel İlkeleri

İnsanı asıl güdüleyen şey başarılı iletişim kurabilmesidir.

Çocuğun ebeveynle geçirdiği hüsrana ve gerilim çocuğun kişiliği ile birleşir.

Evlene çocuk sahibi olan bu birey samimi etkileşim kurar. Çocukluğundaki gerilimli yaşantıyı bırakmak için oluşturur

Aile menşesinde çözülmemiş çalışmalar iç ruhsal probleme neden olur.

Birey kendi aile menşesinde çözülmemiş çatışmaları yeniden yaşamalarına fırsat sağlayacak kişilerle evlenir.

Geçmişte çözülmemiş sorunlar genellikle çocuklara yansır.

Danışmalarda problem kaynakları ele alınarak çözüme kavuşturulur.

Çözüm için kendi aile menşelerini incelenirse olaylar daha iyi algılanır.

Kendi eş ve çocukları arasındaki ilişkiyi kavrayabilir. (Fennell ve Weinhold, 1989).

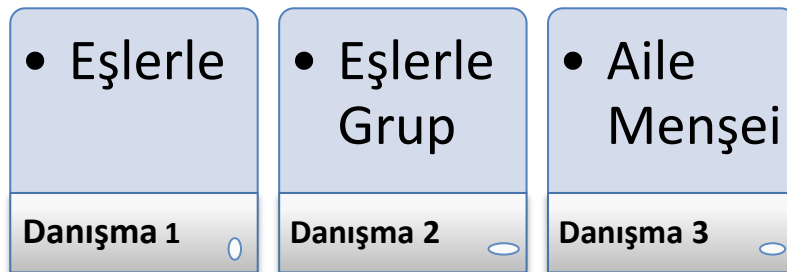
Framo 'ya göre derinlemesine danışma yoluyla evlilik ve aile problemleri çözülebilir. Framo çalışmalarını daha çok aile menşesine göre düzenlemiştir.

7.4.2. Danışma Sürecinin Üç Evresi Vardır

Eşlerle danışma,

Eşlerle grup danışması

Aile menşesi danışması.



7.4.3. Her Bir Eşle Kurulan Güvenilir Etkileşimden Sonra Danışmanın Odaklandığı Terapötik Amaçlar Şunlardır

1-Kocanın amaçları

2-Kadının amaçları

3-Danışmanın amaçları

7.4.4. Aile Menşei Oturumlarının İki Amacı Vardır

1-Aile menşeiilerinden şu andaki aileye yansıyan problemlerin ne olduğunu

2-Aile menşeiileri ile daha uygun yaşantı geçirmelerini sağlamak

7.4.5. Aile Menşei Danışmasının Özel Amaçları Şunlardır

1-Danışan aile menşei ile ilişki kurar. Bunu çocuk yılları ile değil de şimdiki yetişkin hayatı ile yapar.

2-Danışman aile menşeinin danışanın eş ve çocuklarına nasıl yansıdığını keşfetmelidir.

3-Danışanın aile menşei ile farklılaşması artırılmalıdır.

4-Toplantılarda ebeveynler hakkında önemli duygu ve düşünceler paylaşılır.

5-Bu toplantılar danışana kendi ebeveynlerini hatalarından dolayı onları affetme gerçekçi olarak algılama ve ebeveynlerine onları sevdiklerini söyleme fırsatı verir.

7.4.6. Güçlü ve Sınırlı Yanları

Güçlü yanları

Danışanın aile menşei ile ilgili problemlerini doğrudan ailedeki bireylerle yapılan oturumlarda ele alan tek danışma biçimidir. Bu kuram şu andaki ailedeki problemin aile menşeindeki bitirilmemiş işlerin neticesi olarak var olduğunu ve eşlerle yapılan grubun gücünü kabul eder. Eşlerin etkileşimini geliştirmek için bu gücü kullanır.

Sınırlı yanları

Aile menşei çalışması eşler için değildir. Evlilik problemi gibi yoğun bir çalışma gerektirmez. Bazı danışanlar ebeveynlerinin hayatta olmaması veya başka sebeplerden dolayı kendi ailelerine yakınlaşmaya bilirler. Bu yaklaşım şimdiki problemlerin geçmişteki aile menşeinden kaynaklandığı hipoteze dayanır.

Uygulamalar

Psikoanalitik aile terapisi yaklaşımının uygulandığı seanslarda, bireyin ilk çocukluk deneyimlerini aktarma performansını gözleniyiniz.

Uygulama Soruları

Psikoanalitik yöntemin uygulama teknikleri nelerdir?

Psikoanalitik aile danışmanlığı hangi aile tiplerine daha verim sağlanabilir?

Gözlem yaptığınız uygulamada, uzman yöntem içinde kalabilme beceri gösteriyormu?

Aile bireylerinin seansa katılım performansları psikoanalitik yaklaşımın beklentilerini karşılıyormu?

Bu Bölümde Neler Öğrendik Özeti?

Psikoanalitik aile danışmasında uzman, aile üyelerini geçmiş deneyimlerini yorumlar. Bu deneyimler özellikle çocukluk yılları ile ilgilidir. Danışman yorum yapabilmek için kendisine veya diğer aile üyelerine yapılan transfeanslardan bilgi toplar. Danışmanlar dirençle de ilgilenir. Direnci ortaya çıkarmak için yorum yaparlar. Aile danışmasında direnci yorumlama tekniği bireysel danışmadaki kullanımından farklıdır. Bireysel danışmada direnç oluşmadan yorum yapılmaz ve genellikle danışmanı değil danışanın direnci yorumlaması beklenir. Aile danışmasında direnç daha dolaysız ve çabuk yorumlanır. Çünkü aile içinde direnç daha çabuk belli olur. Bu nedenle danışman dirençle daha erken karşılaşır. Bu danışma süreci aşamalarıyla ele alındı.

Bu yöntemi geliştiren Bowen'in danışma sürecinde belirlediği ilkeler açıklandı. Ayrıca Bowen'in çağdaşı olan Framo'nun kurama katkıları ve aile menşesine yaklaşımları ele alındı.

Bölüm Soruları

1 Psikoanalitik danışma süresinde kullanılan tekniklerden arasında aşağıdakilerden hangisi yer almamaktadır?

- a. Yaşam hikayesi
- b. Davranış analizi
- c. Transferans
- d. Güce odaklanma
- e. Yüzleştirme

2 Bowen'ın kuramında bulunan 8 ana kavram arasında aşağıdakilerden hangisi bulunmamaktadır?

- a. Duygusal yoksunluk
- b. Kardeş konumu
- c. Çekirdek ailenin duygusal sistemi
- d. Aile yansıtma süreci
- e. Sibernetik

3 Psikoanalitik danışma süreci beş aşamaya ayırabiliriz

O(D)O(Y)

4- Aşağıdakilerden hangisi psikoanalitik aile danışmasının amaçları bakımından doğrudur?

- a. Aile bireylerinin davranış değişikliğini yönetir.
- b. Dengeleme temel kavramdır
- c. Aile üyelerini kendi sistemlerini yönetmesini sağlar
- d. Çözüm odaklı bir yaklaşımdır
- e. Aile bireylerinin bugününe değil geçmişleri üzerinde çıkarımlarda bulunur

5- Hangi seçenek Psikoanalitik danışma sürecinin ilk aşamasında yer almamaktadır ?

- a. Geçmişe yönelik açılımlar sağlar
- b. Terapötik bir ittifak kurmaya çalışır
- c. Danışmanın amacını belirler.
- d. Danışmadaki motivasyonu saptar.
- e. Aile üyelerinin egolarının güçlü ve zayıf yanlarını belirler.

6-Aşağıdakilerden hangisi Bowen'ın kullandığı tekniklerden biri değildir?

- a. Beden dili.
- b. Örnek yaşantılar
- c. İlişki yaşantıları
- d. Antrenörlük
- e. Genogram

7- Framo'nun kuramının temel ilkeleri arasında seçeneklerden hangisi bulunmamaktadır?

- a. İnsanı güdüleyen şey başarılı iletişimdir
- b. Evlilik, etkin bir etkileşim sağlar
- c. Ailenin varoluşsal anlamı açığa kavuşmalıdır
- d. Geçmişte çözülmemiş sorunlar çocuklara yansır
- e. Çözüm için kendi aile menşeleri incelenmelidir

8. Aşağıdakilerden hangisi Bowen'ın aile danışmasının temel işlevlerinden değildir?

- a. . Ailenin duygusal sisteminden kendini çekme
- b. Duygusal sistemin fonksiyonlarını öğrenme
- c. Aile sisteminin çözümlenmesi
- d. Ben konumunu kullanarak farklılaşmayı gösterme
- e. Eşler arasındaki etkileşimi belirleme

9. Aşağıdakilerden hangisi psikoanalitik danışma sürecinin bir aşaması değildir?

- a. Psikodrama
- b. İlk evre
- c. Evreler üzerinde çalışma
- d. Danışma sözleşmesi
- e. Bitirme

10. Aşağıdakilerden hangisi Psikoanalitik aile danışmasının öteki ekollerden ayrıldığı temel bir anlayıştır ?

- a. Terapötik bir süreç takip eder
- b. Ailede güven oluşturmaya çalışır
- c. Bireysellikleri kazanma sürecidir
- d. Geçmiş yaşantılar üzerinden sonuca gider
- e. Çözüm odaklıdır

Cevap Anahtarı

1 b 2 e 3 (Y)4 e 5 a 6 b 7 c8 c9 a 10 d

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Bee H., B.,D.,(2009),*Çocuk Gelişim Psikolojisi*, Kaknüs Yayınları, İstanbul Berksun, O. ve H.G.(2013) *Aile ve Eş Terapileri*, Detay Yayıncılık, AnkaraNichols, M. P. (2013) *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, Kaknüs Yayınları, , İstanbul Ruppert, F., (2014) *Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelasyonları*,Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek, Kaknüs Yayınları, İstanbulSolmuş, T.,(2012), *Bağlanma, Evlilik Ve Aile Psikolojisi*,Sistem Yayınları, İstanbulWeeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), *Evlilik ve Çift Terapisi, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar*, Pusula Yayınları, İstanbul

<http://bianet.org> <http://psikiyatriksosyalhizmet.com><https://pixabay.com/tr>

8. YAPISAL AİLE DANIŞMANLIĞI

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde yapısal aile danışmanlığı, danışma süreci ve teknikleri ile kuramın güçlü ve sınırlı yanları hakkında bilgi vereceğiz

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Yapısal aile danışmanın amacı nedir?

Yapısal aile danışma süreci ve teknikleri nelerdir?

Yapısal aile danışma sürecinde ilk aşamasında danışman rol ve görevleri nedir?

Yapısal aile danışma sürecinin aşamaları nedir?

Yapısal aile danışma sürecinde kullanılan teknikler nedir?

Yapısal aile danışma kuramının güçlü yönleri nedir?

Yapısal aile danışma kuramının sınırlı yönleri nedir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Yapısal Aile Danışmanlığı	Yapısal aile danışmasının amacı ve rolü öğrenilmiş olacaktır.	Yapısal aile danışması ile ilgili kaynak taraması ve bu kaynaklarda konu ile ilgili yapılacak okumalar kazanımları artıracaktır.
Danışma Süreci ve Teknikleri	Yapısal aile danışmasının süreci, danışmada kullanılan teknikler ve uygulama becerisi hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Yapısal aile danışması ile ilgili literatür okumaları ve ilgili olgu örneklerinin incelenmesi kazanımların artmasını sağlayacaktır.
Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	Psikoanalitik aile danışmasının uygulamada güçlü yönleri ile sınırlı yönleri hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Yapısal aile danışması ile ilgili kaynak araştırması ve uygulama örneklerinin incelenmesi kazanımları artıracaktır.

Anahtar Kavramlar

Yapısal kuram ve aile danışması

Yapısal aile danışma süreci ve teknikleri

Yapısal kuramın güçlü yanları

Yapısal kuramın sınırlı yanları

Giriş

Aile danışmanlığı alanında 1970'lerde Salvador Minuchin tarafından geliştirilen yapısal aile danışmanlığı oldukça popüler olmuştur. Yapısal aile danışmanlığı bir sistemin parçalarının nasıl etkileşime girdiği, dengesini nasıl sağladığı, dönüş mekanizmasını nasıl işlediği, nasıl fonksiyonelsiz iletişim kalıplarını geliştirdiği üzerinde durmaktadır. Özellikle transaksyonel kalıplara çok fazla önem verilir. Çünkü bu kalıplar ailenin yapısı, sınırlarının geçirgenliği, gruplaşma ve koalisyonların varlığı hakkında bilgi verir.

Minuchin (1981)'e göre aile danışmanları ailenin bir sosyal sistem olduğunu fark etmelidir. Ailedeki kalıplarda yineleyen etkileşimler vardır. Örneğin anne oğlunun meyve suyu içmesini ister, oğlu da riayet eder. Yinelenen bu etkileşimler, ailede kalıpları oluşturur ve bu kalıplarda aile sistemini destekler. Aile üyeleri aile kurallarına uyum sağlarlar. Bu kurallar, aile üyelerinin rol ve fonksiyonlarını belirler. Bu kurallar aileden fonksiyonlarının düzenli olmasını, tepkileri önceden sezmeyi, güvenliği, bağlılığı ve uyumu geliştirir. Kurallar aynı zamanda problemleri spontanca ele almayı ve gelişimi destekler (Minuchin, Lee ve Simon, 2006).

8. YAPISAL AİLE DANIŞMANLIĞI

Yapısal aile terapisinin temelleri Salvador Minuchin tarafından atılmıştır. Minuchin'in fakir ve suç işleyen çocukların yatılı devam ettiği okuldaki meslektaşlarıyla olan tecrübelerinden ortaya çıkmıştır. Minuchin 1959'da ilk olarak düşük sosyo-ekonomik düzeydeki siyahi ailelerle çalışmak için üç aşamalı bir yaklaşım geliştirmiştir. Dolayısıyla alt tabaka ailelerle çalışmaya uygun bir yaklaşımdır.

Yapısal Aile Terapisi oldukça pragmatik ve kısa süreli bir yaklaşımdır. Danışmanın öncelikli amacı, transaksiyonel alanlara önem göstererek aile üyeleri arasındaki etkileşim kalıplarına dikkat edilir. Transaksiyonel yaklaşıma göre aile üyeleri arasında alt sistemler yer alır. Ebeveyn, çocuk, anne, kardeş gibi alt sistemler arasındaki sınırların (belirgin, katı, belirsiz) genel durumu hakkında terapist hipotezini kurar ve ilişkileri yeniden yapılandırma yolunu izler. Her ailenin, aile bireylerinin etkileşimlerini düzenleyen, görünmez, işlevsel gereklilikleri barındıran bir yapısı vardır. Terapist bu yapıyı aileye gösterecek ve onların etkili yolu, uyumlu yolu bulmasına destek olacak kişi rolünü üstlenir. (<http://www.newspdr.com>)

Minuchin (1981)'e göre, aile sistemi farklılaşmıştır. Aileler **alt sistemler** yolu ile görevlerini yerine getirirler. Bireyler ailede alt sistemlerdir. Aile üyeleri yoğun insani ilişkilerini karşılayabilmek için farklı alt sistemlere uyum sağlarlar. Alt sistemin üyeleri, kuralların ve sınırların nasıl olacağını belirler. Aile sisteminin yaşamasında sınırların işlevi önemli bir faktördür. Alt sistemlerdeki her üyenin kendi fonksiyonlarını yerine getirebilmesine izin vermesi için bu sınırların çok iyi belirlenmesi gerekir.

Her aile sistemi birkaç alt sistemden oluşur. Çekirdek ailenin en az üç alt sistemi vardır: Eş, ebeveyn ve kardeş alt sistemi. Ailedeki bir birey, aynı zamanda bir alt sistemdir.

Aile içinde eş, ebeveyn ve kardeş alt sistemleri çok önemlidir. Fonksiyonel bir ailede bu üç alt sistemin bütünlük içinde hareket etmesi gerekir. Eş alt sistemin güçlü ve devamlı olması ailenin istikrarında önemlidir. Eşler birbiriyle farklı görüşme yollarını öğrenir, birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılar ve birbirlerinin rollerini tamamlarsa, ailenin devamlılık olasılığı yükselir. Ayrıca bu tip aileler, gelecekteki değişim taleplerine karşı esneklerdir (Goldenberg ve Goldenberg, 1996 Perosa, 1996; Lester, 1997; Gladding, 1998; Nichols ve Schwartz, 1998).

8.1. Aile Patolojisi

Fonksiyonelsiz bir aile üyelerinin gelişimi için yapılması gereken fonksiyonları yerine getiremez. Beş fonksiyonelsiz aile yapısı belirlenmiştir.

1-İç içe aileler

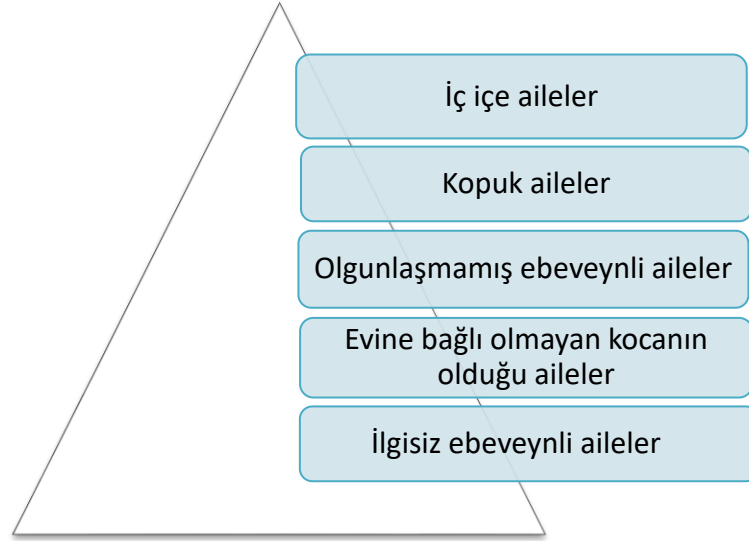
2-Kopuk aileler

3-Evine bağlı olmayan kocanın olduğu aileler

4-Olgunlaşmamış ebeveynli aileler

5-İlgisiz ebeveynli aileler

Minuchin bu beş tip aileyi patolojik olarak adlandırır.



Bu aileler stresli bir durumla karşılaşırlarsa sınırlarını ve transaksiyonel kalıplarını daha çok katılaştırırlar. Normal aileler yaşamın stresleriyle ailenin devamını sağlayacak uyum sağlarlar. Çünkü sağlıklı aileler aile yapısını yeniden yapılayabilecek esnekliğe sahiptirler. (Goldenberg ve Goldenberg,1996).

8.2. Danışma Süreci ve Teknikleri

Aile danışmanlığı alanına çok önemli kavramlar kazandırmış olan yapısal aile danışması, geçmişten çok şimdiki durumla ilgilenen ve belirlenmiş hedeflere yönelik kısa süreli bir destek biçimidir. Bu yaklaşımda, danışman oldukça aktiftir, ailede değişiklik yaratabilmek için yönetici gibi davranabilir.

Yapısal aile danışması, geçmişten çok şimdiki durumla ilgilenen ve belirlenmiş hedeflere yönelik kısa süreli bir yaklaşımdır. Minuchin, tanı ve müdahaleyi birbirinden ayırmaz. Bunları birbirini karşılıklı etkileyen parçalar, süreçler olarak kabul etmektedir. Tanı, danışman uyum sağladıkça ve müdahaleler aile tarafından özüksendikçe değişir. Tanı sürecinde aile danışmanı, ailenin yapısını ve kullandığı transaksiyonel kalıpları belirlemeye çalışır. Bunlardan yararlanılarak ailenin yapısal haritası çıkarılır. Oluşturulan bu yapısal aile haritası, danışman'ın ailenin işleyiş sürecini anlamasına yardımcı olur.

Yapısal aile danışmasında, danışman hem bir araştırmacı hem de uzmandır. Danışman, aile yapısını değiştirmek için aktifçe müdahalelerde bulunur. Bunun için danışman'ın oldukça enerjik olması gerekir. Danışma süreci boyunca danışman'ın rolü değişir. Örneğin, sürecin ilk evresinde danışman aileye katılır ve liderlik pozisyonunu üstlenir. İkinci evrede, ailenin yapısal haritasını çıkarır. Son evrede, danışman aile yapısını değiştirmek için yardımcı olur.

İşlemler sırasında danışman aileyi izler, sonra aile katılır ve terapötik olarak dönüşüm sağlandıktan sonra etkileşim alanından ayrılır. Yapısal aile danışmasında, danışman adeta bir tiyatro yöneticisi gibidir (Gladding, 1998).

8.2.1. Yapısal Aile Danışmasında Danışma Süreci Birkaç Adımda Gerçekleşir

Problem: Danışman oturumlarda görüşme yaparak ailenin problemlerini tesbit etmeye çalışır.

Bilgi: danışman problemlerle ilgili bilgileri toplar ve oturumlarda bunun için yönlendirme yapar

hipotez kurma: danışman topladığı bilgilere dayanarak problemin çözümü için hipotez kurar.

Amaçlar: Hipotez kurulduktan sonra amaçlar belirlenir.

Müdahale: Danışman aşağıda belirtilenleri ortaya çıkartmak için çalışır.

Aile üyeleri ve/ veya üyelerin kendi benlikleri ile olan etkileşim kalıplarını etkileyerek değiştirme

Transaksiyonel çeşitliliği kontrol ederek müdahalenin etkililiğini artırmak

Dönüt: Danışman müdahalelerde aile üyelerinin tepkilerini esas alarak bu döngünün 2. adımına geri dönerek işlemlere tekrar başlar.

Yapısal aile danışmasına göre, aile sisteminin yapısı bozulduğu için sağlıklı hale gelir.

8.2.2. Ailede Değişiklik Sağlayabilmek İçin Genel Olarak Üç Müdahale Tekniği Kullanılır

1.Dâhil olma

Danışman'ın aile üyeleriyle iyi bir çalışma ilişkisi kurması gerekir. Dahil olma, her bir aile üyesiyle iletişim kurma sürecidir. Dahil olma tekniği, yapısal aile danışmasında çok önemli bir tekniktir. Çünkü ancak bu şekilde aile üyeleri ile danışman aile fonksiyonlarını düzeltme için amaç belirleyebilirler, problemin kaynağının nedeni hakkında sık sık değişiklik yapabilirler, problemin nedeni ve problemin çözümü için ne yapılabileceği hakkında birlikte çalışabilirler.

Dahil olmanın üç spesifik biçimi vardır.

İzleme

Benzeme

Bağdaştırma

2.Aile işlem kalıplarını harekete geçirme

Yapısal aile danışmasında, danışman ailenin yapısını bilmeli ve değerlendirmelidir. Bu teknik, danışma sürecinin dahil olma aşamasında danışman'ın kurallara, rollere ve alt sistemlere dikkatmesiyle başlar. Aile yapısının resmi değerlendirmesi, danışman ile aile arasında iletişim kurulduktan sonra başlar.



Danışman, *canlandırma* (enactment) tekniği ile ailenin nasıl yapılandığını öğrenir. Canlandırma, oturumların ev ortamında olduğu zaman yapılır ve danışman'ın ailenin şimdiki yapısını anlamasına izin verir.

3.Aile işlem hareketlerini yeniden yapılandırma

Aile, danışmaya bir üyesi strese veya semptomlu bir şekilde gelir. Danışman aileye dahil olduktan sonra, şimdiki fonksiyonlarının yerini alabilecek yeni kalıplar yaşatma fırsatını sağlar. Ayrıca, ailenin fonksiyonlarının nasıl olduğunu ve bunların yapıyı nasıl desteklediğini belirler. Bundan sonra ailenin yapısını ve fonksiyonlarını değiştirmek mümkün olur. Yapısal aile danışmanlarının ailenin yapısı ve fonksiyonları değiştirmek için kullandığı birkaç tekniği vardır. Bunlar: a. Sistemi yeniden kompoze etme (system recomposition), b. Semptom odaklaşma (symptom focusing), c. Yapısal değişiklik (modification).

Değişim için kullanılan birkaç teknik

Sistemi yeniden kompoze etme

Semptom odaklanma

Yapısal değişiklik

8.3. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları

Güçlü Yanları;

Düşük sosyo ekonomik düzeydeki aileler için geliştirilmiş ve oldukça pragmatiktir. Yalnızca aileler için geliştirilmiş ilk kuramdır. Alt sistemler ve sınırlar gibi özel kavramlar kazandırmıştır. Etkili hareketli müdahaleler kullanılır. Danışman iyi araştırılmış ve sistemlidir. Kısa sürelidir. Danışman ve aileler aktiftir.

Sınırlı yanları;

Şuan üzerimde odaklandığı için oldukça yalındır. Bazı feministler geleneksel ebeveyn rolünü uygulayarak cinsiyetin basmakalıp rollerini artırdığına inanılır. Aile yapısındaki problemleri araştırırken bireysel sıkıntıyı gözardı edebilir. Ayrıca aile dinamiklerini ve gelişimini açıklamakta güçsüz kalır. Kullanılan tekniklerden bazıları samimi olarak görülmeyebilir.

Bir ergen olgusu:

Bir anne telefonda 15 yaşındaki oğlunun davranışlarından yakınıyor. Anne ile ilk seansa kocası, oğlu ve diğer üç oğluyla birlikte gelmesi söyleniyor. Geldiklerinde anne oğlunun birkaç gün yaramazlığından dem vuruyor. Çocuk sözünü kesip annesinin sürekli onunla uğraştığını, ona rahat nefes aldırmadığını söylüyor. Kendiliğinden ortaya çıkan bu söz dalaşı anne ile oğlu arasında yoğun bir müdahale ilişkisi olduğunu, bu yoğunluğun çatışmadan da öte olduğunu gösteriyor. Bu sekans hikayenin yalnızca bir bölümüdür. Çünkü ne baba ne de diğer çocuklar sahneye henüz çıkmamışlardır. Aile yapısındaki rollerini görebilmek için onların da sahneye çıkmasını sağlamak gerekir. Baba karısının tarafını tutarken kaygısız bir tutum sergilerse, annenin oğluya aşırı ilgilenmesinin kocasının kayıtsızlığı ile ilişkili olduğunu düşünebilir. Küçük yaştaki çocuklar annelerine destekler ve ağabeylerinin kötü olduğunu söylerse, bütün çocukların anneye yakın olduğu ve bir noktaya kadar yakın ve söz dinler, bir noktadan sonra ise yakın, ancak söz dinlemez oldukları düşünülebilir.(Nichols, 2013)

Aileler alt sistemleri ayrılır doğal sistemler kişiler arası sınırlarının çizildiği kuşak cinsiyet ve işlev farklılıklarına dayanır. Bu sınırlar başkalarıyla teması düzenleyen görülmez çizgilerdir. Anne baba konuşurken çocukların araya girmesine göz yumulduğunda, kuşakları birbirinden ayıran sınır erozyona uğrar ve çift ilişkisi anne babalık ilişkisine dönüşür. Sınırlar tarafından yeterince korunmayan alt sistemler, ilişki becerilerinin gelişmesini engeller. .(Nichols, 2013)

Uygulamalar

Bir danışma merkezinde, yapısal aile danışmanlığı yöntemiyle danışma desteği alan bir ailenin gelişim sürecini öğreniniz.

Uygulama Soruları

Yapısal aile danışmanlığı yöntemi hangi aşamaları esas almaktadır?

Yapısal aile danışmanlığı bağlamında transaksiyonel analiz yaklaşımından nasıl yararlanılmaktadır?

Yapısal aile danışmanlığı, hangi aile tipleri için daha verimli bir danışma tekniğidir?

Bir danışma merkezinde, yapısal aile danışmanlığı yöntemiyle danışma desteği alan bir ailenin gelişim sürecini öğreniniz.

Bu Bölümde Neler Öğrendik?

Aile danışmanlığı alanına çok önemli kavramlar kazandırmış olan yapısal aile danışması, geçmişten çok şimdiki durumla ilgilenen ve belirlenmiş hedeflere yönelik kısa süreli bir destek biçimidir. Bu yaklaşımda, danışman oldukça aktiftir, ailede değişiklik yaratabilmek için yönetici gibi davranabilir.

Yapısal aile danışmasına göre, aile sisteminin yapısı bozulduğu için sağlıklı hale gelir.

Aile üyeleri ve/ veya üyelerin kendi benlikleri ile olan etkileşim kalıplarını etkileyerek değiştirmeyi öğrenirler

Transaksiyonel çeşitliliği kontrol ederek müdahalenin etkililiğini artırılır

Bölüm Soruları

1. Terapistlerden hangisi yapısal aile terapisinin temelleri atılmıştır?

- a. Minuchin
- b. Adler
- c. Bowen
- d. Bobly
- e. Haley

2)Ailede değişikliği sağlayabilmek için kaç müdahale beş tekniği kullanılır?

O(D)O(Y)

3. Aile işlem hareketlerini yeniden yapılandırma aşamaları arasında hangi seçenek yer almamaktadır?

- a. Gözlemleme
- b. Sistemi yeniden kompoze etme
- c. Semptoma odaklanma
- d. Değişim için kullanılan birkaç teknik
- e Yapısal değişiklik

4. Fonksiyonelsiz aile yapıları arasına yer almayan aile hangisidir?

- a. Kopuk aileler
- b. Olgunlaşmamış ebeveynli aileler
- c. Geleneksel aileler
- d. İç içe aileler
- e. İlgisiz ebeveynli aileler

5. Yapısalcı aile danışmasında düşük sosyo ekonomik düzeydeki aileler için elverişli bir miş aile danışmasıdır.

O(D)O(Y)

6. Yapısal aile danışmasının sınırlı yönleri arasında hangi seçenek yer almamaktadır?

- a. Aile dinamiklerini açıklamakta güçsüz kalınabilir
- b. Aile içgöründe yetersiz kalabilir
- c. Kullanılan tekniklerden bazıları samimi olarak görülmeyebilir.
- d. Ailenin gelişimini açıklamakta yetersiz kalınabilir
- e. Aile yapısı araştırılırken birey gözerdi edilebilir

7. Aşağıdakilerden hangisi yapısal aile danışmasında hedeflenen bir ilkedir?

- a. Bireysel yaşam döngüsünde yardımcı olmak
- b. Ailede dinamik etkileşimle dengeye ulaşmak
- c. Bireyin kendini gerçekleştirmesini sağlamak
- d. Benlik yapılarıyla olan etkileşim kalıplarını değiştirme
- e. Şimdiki probleme yoğunlaşma

8. Aşağıdakilerden hangi danışma ekolünde transaksyonel kalıplara önem verilir?

- a. Stratejik aile danışması
- b. Yaşantısal aile danışması
- c. Yapısal aile danışması
- d. Virginia Satir
- e. Bilişsel davranışsal aile danışması

9. Ailenin esnekliğinin arttığı aile danışması evresi hangisidir?

- a. Başlangıç evresi
- b. İşlem öncesi evre
- c. Orta evre
- d. Gelişim evresi
- e. Son evre

10. Aşağıdakilerden hangisi yapısal aile danışmasının güçlü bir özelliği değildir?

- a. Oldukça pragmatiktir
- b. Düşük sosyo ekonomik düzeydeki aileler için geliştirilmiştir
- c. Aile sistem içinde değerlendirilir
- d. Etkili hareketli müdahaleler kullanılır
- e. Yalnızca aileler için geliştirilmiş ilk kuramdır.

Cevap Anahtarı

1 a 2 (Y)3 a4 c5 (D) 6 b 7 d 8 c9 e 10 c

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Berksun, O. ve H.G.(2013) *Aile ve Eş Terapileri*, Detay Yayıncılık, Ankara

Kınalızade, Ali Efendi, (2013), *Devlet ve Aile Ahlakı*, Tutku Yayınları, Ankara
Nichols, M. P. (2013) *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, Kaknüs Yayınları, ,
İstanbulRuppert, F., (2014) *Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelayonları*,Ruhun Yaralarını
Anlamak ve İyileştirmek, Kaknüs Yayınları, İstanbulSolmuş, T.,(2012), *Bağlanma, Evlilik Ve
Aile Psikolojisi*,Sistem Yayınları, İstanbul Weeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), *Evlilik ve Çift
Terapisi*, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar, Pusula Yayınları,
İstanbul<http://psikiyatriksosyalhizmet.com/>

<https://pixabay.com/tr>

9. BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI AİLE TERAPİSİ

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde bilişsel davranışçı kuram, bilişsel davranışçı aile terapisinin danışma süreci ve teknikleri hakkında bilgi vereceğiz

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Bilişsel davranışçı aile terapisinin danışmanın amacı nedir?

Bilişsel davranışçı aile terapisinin danışma süreci ve teknikleri nelerdir?

Bilişsel davranışçı aile terapisinin danışma sürecinde ilk aşamasında danışman rol ve görevleri nedir?

Bilişsel davranışçı aile terapisinin danışma sürecinin aşamaları nedir?

Bilişsel davranışçı aile terapisinin danışma sürecinde kullanılan teknikler nedir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Bilişsel davranışçı kuram	Bilişsel davranışçı kuram ve aile danışmasının amacı ve rolü öğrenilmiş olacaktır.	Bilişsel davranışçı kuram ve aile danışması ile ilgili kaynak taraması ve bu kaynaklarda konu ile ilgili yapılacak okumalar kazanımları artıracaktır.
Danışma Süreci ve Terapi Teknikleri	Bilişsel davranışçı aile danışmasının süreci, danışmada kullanılan teknikler ve uygulama becerisi hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Bilişsel davranışçı aile terapisi ile ilgili literatür okumaları ve Psikoanalitik aile danışması ile ilgili olgu örneklerinin incelenmesi kazanımların artmasını sağlayacaktır.
Terapi Kuramı Ve Sonuçlarının Değerlendirilmesi	Terapi kuramının hedef davranış işlemsel bakımdan belirlenme süreci değerlendirilir.	Bilişsel davranışçı aile terapisi ile ilgili kaynak araştırması ve örnek aile olgularının incelenmesi kazanımları artıracaktır.

Anahtar Kavramlar

Bilişsel davranışçı

Davranış

Edimsel

Biliş

Pekiştireç

Giriş

Bilişsel davranışçı terapi bilişsel model ve davranışsal modelin birleşimidir. Sosyal öğrenme kuramı ile güçlendirilmiş bir terapi biçimidir. Aile terapisinde kullanılan bilişsel davranışçı terapi yöntemleri, davranış terapisi, davranışçı ebeveyn eğitimi taban çift terapisi, fonksiyonel aile terapisi olarak sıralanabilir.

Bilişsel davranışçı aile terapisi bireyin davranışı üzerinde etki eden davranışları ortaya çıkaran ve sürdüren faktörler üzerinde durur. Klinisyenler bu yaklaşımı davranışların sonuçlarını ortaya koyarak yaparlar. Bu işlevsel analiz veya davranış analizi olarak adlandırılır. Olumlu pekiştireç, uyarılar, cezalandırmalar, ödüller, davranışın ortaya çıkması sürdürülmesi önemlidir. Davranış değişikliği oluşturulmak isteniyorsa davranışları ortaya çıkaran sürdüren faktörleri iyi tespit etmek ve olumlu pekiştireçlerden faydalanmayı bilmek gerekir. (Nichols, 2013)

1960'ların sonlarına doğru pekiştireç kurallarını kullanarak hemen her psikolojik hastalığı tedavi edebileceğine dair iyimser bir hava oluştu. Bilişsel terapisinin öncülerinden Beck'e göre her mental bozukluk kendine has bir dizi yanlış bilişten kaynaklanır. Otomatik düşünceler duyguları tetikler. Örneğin 'ben sevmeye layık değilim beni seven kimse yok' şeklinde düşüncesi olan bir kişi ile karşı karşıya olan aile psikoterapisti, diğer aile bireylere bu durumla ilgili görüşlerini sorabilir. Otomatik düşünceler bilişsel çarpıtmalara ve adaptif olmayan varsayımlara yol açabilir. (Berkson, Sayar,2013)

9.1. Kuramsal Yaklaşım

Davranışçı aile terapisi üzerindeki en büyük etki Skinner edimsel şartlanması olmuştur. Edimsel kavramı istem dışı reflekslere karşılık istemli refleksleri anlatmak için kullanılır. Edimsel tepkilerin sıklığını bunların sonuçları ve belirler. Olumlu pekiştirilmiş tepkilere daha sık tekrarlanır; cezalandırılan ya da görmezden gelinen tepkiler söner.

Bilişsel davranışçı aile terapisinin öncülerinden biri de Petterson'dur. Bilişsel davranışçı terapiyi, evlilik terapilerine 1960'lı yılların başında ilk uygulayan teorisyenlerdendir. Petterson ailelere çocuklarının yetiştirme konusunda verdiği eğitimlerle adını duyurdu. Onun ailelerine yardımcı olmak amacıyla yaptığı uygulamalar ve kullandığı teknikler model olma, time-out ve şartlı ilgi(contingent attention) olarak sayılabilir. Time-out uygulanmasında istenmeyen davranışlar gösteren bir çocuk, kısa süreli olarak izole ediliyordu. Örneğin fiziksel tepkisellik gösteren bir çocuk bir kaç dakika odasında gönderiliyordu. Şartlı ilgi uygulamasında ise çocuk istenilen davranış biçimlerini sergilediğini de ilgi gösteriliyor, hatta ödül veriliyor, istenmeyen davranışlar sergilediğini ise ilgilendirmiyordu. Bunlar aile içindeki davranışçı terapi tekniklerinin uygulanması da birer örnekti. (Berkson, Sayar,2013)

Petterson, gelişen davranış anne baba eğitimindeki en etkili isim olmuştur. Petterson ve meslektaşları, evdeki aile içi etkileşimin örneklemini çıkarmaya yönelik yöntemler geliştirmiştir. Anne-babalara sosyal öğrenme kuramı eğitimini vermiş, programı çalışma kitapları geliştirmiş ve istenmeyen davranışların ortadan kaldırılmasına, bunların yerine istenen davranışların korunmasına yönelik stratejiler üzerinde çalışmıştı.

Davranışçı aile terapisinin temel önermesine göre, davranışın sürmesi sonuçlarına bağlıdır. Davranışa ivme katan sonuçlar pekiştirici, ivmeyi düşüren sonuçlar cezalandırıcı olarak adlandırılır. İnsanlar pekiştirici sonuçların farkında olmadığı için bazı tepkiler edimsel bir şeyi elde etmek için bir şey yapmak olarak görülmeyebilir. Örneğin pekiştirmeyi yapan kişi bunun farkında olmasa da dikkat çekme, genellikle ağlamayı pekiştirir. Aslında yakınma ya da öfke nöbetleri gibi birçok istenmeyen davranış pekiştiren şey dikkat çekmedir.

Bireyden çok aile ilişkileri ile ilgilenmeye başlayan davranış terapistleri, Thibaut ve Kelley(1959) sosyal değiş-tokuş kuramından etkilenmiştir. Bu kurama göre insanlar ilişkilerde en fazla ödüle, en az bedele odaklanır. Başarılı bir ilişkide eşler karşılıklı ödülleri artırmaya çalışır. Buna karşılık başarısız ilişkilerde eşler kendilerini incinmekten korumakla o kadar meşguldür ki, birbirlerini mutlu etmenin yollarını arayamazlar. Tribaut ve Kelley'e göre davranış değiş tokuşları zaman içerisinde karşılıklılık normuna uyar. Böylece bir kişiden gelen itici ya da pozitif uyarıcı, diğer bir kişide buna karşılık gelen davranış doğurma eğilimindedir. Nezaket nezaketi doğurur, kabalıkta kabalığı. Davranışlar aynalama eğilimindedir. (Nichols, 2013)

9.2. Normal Aile Gelişimi

Tüm çiftler zaman içerisinde çatışma yaşar ve dolayısıyla çatışma çözümü, aile uyumunun korunması bakımından önemli bir beceridir. Sağlıklı aileler sorunsuz aileler değil, ortaya çıktıklarında sorunlarla baş edebilme yeteneği gösteren ailelerdir.

İyi bir ilişkide eşler çatışmaları ele alabilir. Konulara odaklanır, bunları bütün olarak ele alabilir ve söz konusu belirle davranışları konuşabilirler. Eleştirip yakınmak yerine kendi duygularını anlatırlar ve karşı tarafın davranışlarını değiştirmesini isterler. “Kendimi yalnız bırakılmış hissediyorum ve seninle dışarıda daha çok şey yapmak istiyorum” ifadesi büyük ihtimalle, “ne istediğim senin umrunda mı sanki sen kendinden başkasına düşünmezsin zaten!” ifadesinden daha olumlu tepkiler oluşturacaktır.

Bazıları, insanlar birbirini sevdiği zaman ortaya iyi ilişkiler çıkacağını inanır. Davranışçılar ise ilişki becerilerinin geliştirilmesi gerektiğini vurgular. Davranışlara göre iyi bir evlilik gökten inmez, etkili başa çıkma davranışlarının öğrenilmesinin sonucudur. Eşler de yüksek ödül oranının korunduğu ilişkiler iyi ilişki olarak tanımlanır. Başarılı çiftler sık sık yeni, pozitif değiş-tokuş alanları edilerek pekiştirme güçlerini artırır. Sınırlı oranda ve çelişki çeşitliliğe pekiştiriciye dayanan eşlerse



doğgunluğu ulaşmanın kötü etkilerine maruz kalır. Bunun sonucunda zamanla etkileşimleri ilk pekiştirici değerini yitirir. Başarılı çiftler bu kaçınılmaz pekiştirici erozyondan kaçınmak için ortak etkinlikleri çeşitlendirir, yeni ortak ilgi alanları bulur ve iletişimlerini birinin ilgisini çekmeye sürdürecek şekilde geliştirir. (Nichols, 2013)

9.3. Davranış Bozukluklarının Gelişimi

.Davranışçılara göre semptomlar öğrenilmiş tepkilerdir. Temeldeki güdüler ile ilgilenmezler ve evlilikteki çatışmanın çocukta sorunlara yol açtığını öne sürmezler. Bunun yerine bizzat semptomlara odaklanarak, sorunlu davranışı pekiştiren tepkileri araştırırlar.

Aile üyelerinin istenmeyen davranışları pekiştirdiği düşüncesi ilk bakışta şaşırtıcı görünebilir. Anne babalar neen öfke nöbetlerini ödüllendirsin ki? Bir kadının neden kocasının mesafeli davranmasını pekiştirsin ki? Bunun cevabı karmaşık bir eziyet çekme gülüşünde gizli değil ve aslında çok basit. İnsanlar genellikle istemeden de olsa tam da kendilerini rahatsızlığa neden olan tepkileri pekiştirirler.

Anne babalar genellikle sorunlu davranışları azarlayarak ya da nasihat ederek tepki verir. Bu tepkiler ceza gibi görünse de aslında pekiştirici olabilir. Çünkü anne baba azarlıyor olsa da dikkat çekmek güçlü bir sosyal pekiştiricidir. Bu görüşü yansıtan akıllıca bir söz var; “kulak asmazsan o da sesini keser.”

Çocukların bazı davranışları devam ettirme nedeni, anne babaların cezayı etkili bir şekilde kullanmamasındandır. Bu anne babalar boş tehditler savurur, olaydan çok sonra cezalandırır, etkisi olmayacak denli hafif cezalar verir ya da öğrenmeden çok kaygı verecek, şiddetli cezalara başvurur. Örneğin bir anne ile kızının markette sergilediği davranışa bakalım. Küçük kız annesinden bir şekerleme satın almasını ister. Annesi ‘hayır’ der. Çocuk ağlamaya yakınmaya başlar. Anne ‘yaygara koparıyorsun diye sana şekerleme alacağımı sanıyorsan yanılıyorsun küçük hanım’ der. Çocuğumu şiddeti durulacağına daha da şiddetlenir. Sonunda bunalan ve utanan annesi teslim olur. ‘Tamam, sesini kesersem kurabiye alırım’ der.

Çocuğun öfke nöbetinin pekiştirilirdiği açıkça görülüyor. Bu denli açık olmasa da, annenin teslim olmasının ‘çocuğun sakinleşmesi yoluyla’ pekiştirilmesi de söz konusudur. Böylece karşılıklı pekiştirme, bir dizi istenmeyen davranışların sürmesine neden olur. İstenmeyen davranışların pekiştirilmesi aile dinamikleri içinde daha karmaşık biçimlerde şartabilir. (Nichols, 2013)

9.4. Terapinin Hedefleri

Bilişsel davranışçı terapinin amacı, sorunu gidermek için belirli davranış örüntülerini değiştirmektir. Ailenin örgütlenişinden ya da ilişkilerin sağlıklı oluşundan çok, davranışa odaklanan bu yaklaşımı nedeniyle bilişsel davranışçı terapi, çoğu sistemik aile terapisine oranla daha teknik bir duruş sağlar. Davranış terapistleri tedaviyi vakaya göre düzenler. Ancak genel eğilim istenmeyen davranış ortadan kaldırmak ve bunun olumlu alternatiflerini pekiştirmektir. Dolayısıyla, örneğin öfke nöbetleri geçiren bir çocuğun anne babasına bu nöbetleri görmezden gelip çocuğun duygularını sözcüklerle anlatmasını ödüllendirmeleri öğretilbilir. Bazen bir ailenin olumsuz davranışlarını azaltma hedefinin pozitif tepkilerin artırılması bakımından yeniden tanımlanması gerekebilir. Örneğin çiftler genellikle hedeflerini kaçınmacı davranışları azaltmak olarak belirlerler(Weiss,1978), ancak davranışçı terapist olumlu davranışları çoğaltarak doyumu artırmalarına yardım edecek bir hedef de çizecektir.

Davranış terapisinde aynı zamanda eğitimsel bir gündem söz konusudur. Belirli davranış sorunlarını ortadan kaldırmak amacıyla öğrenme kuramından yararlanılır. Ancak bunun yanı sıra davranış terapistleri, iletişim sorun çözme ve uzlaşma becerilerini de öğretir. Benzer şekilde bilişsel-davranışçı terapistler danışmanlarının çarpık inançlarını yeniden gözden geçirerek belirli yakınmaları çözmelerine yardım etmekle kalmaz, ailelere gelecekte sorunları çözmek için bilişsel stratejileri nasıl kullanacaklarını da öğretir.

Davranışçı aile terapisinin amacı, hedeflenen aile içi sorunlarda, davranışsal hedefler belirleme, bu hedeflere ulaşmaya yönelik kuramsal teknikleri öğrenme ve bu süreci kolaylaştıracak sosyal pekiştireçler yoluyla çözmektir.(Nichols, 2013)

Aile terapisinde iki önemli nokta;

1. Sorunlu davranışın temel düzey sıklığının belirlenmesi, bu veriler ışığında terapinin yol haritasının ortaya çıkması ve tedavinin başarısı ile ilgili geri bildirim vermesi amacıyla dikkatli bir değerlendirme yapmak.

2. Her bir aileye özgü pekiştirme davranışını değiştirmeye yönelik olarak tasarlanmış stratejilerden yararlanmak.

Terapistin birinci görevi, sorunlu davranışın sıklığı ile birlikte bu davranışın öncesindeki uyarıcı şartları ve davranışı izleyen pekiştirmeyi gözlemlemektir. Böylece terapist vakaya özgü bir tedavi programı tasarlayabilir.

Ofislerinden dışarı çıkıp evlere ve sınıfa girmeleri, davranışçıların çocuklarında saldırganlık üzerine bazı düşüncelerinin yanlış olduğunu görmelerini sağlamıştır. Skinner varsayımlarının aksine, ceza uzun süreli etkiler oluşturur. Veriler; işbirliği ve uyum gibi olumlu davranışların pekiştirilmesinin asosyal davranışlarda azalmaya yol açmadığını gösteriyor. Cezanın (molalar, puan kırma) uygulaması ise asosyal davranışların uzun süreli olarak azalmasını sağlamaktadır.



Ayrıca, davranış terapistleri, ailelerde sorunların pekiştirilme biçimlerinin genellikle karmaşık olduğunu fark ediyor (Fallon, 1991). Belirli bir davranışın hemen sonrasındaki pekiştirici tepkilerin yanı sıra, daha uzun pekiştiricilerinde rol oynadığı görülüyor. Saldırgan davranışların özellikle ailedeki erkekler tarafından gizliden gizliye onaylanmasını genelde bu davranışın model alınması eşlik eder. Kavga eden

çocukları dövmek, bir anne ya da babanın vazgeçirmek istediği davranış içmeni bizzat ortaya koyar. Ayrıca akranların onayladığı davranışların evde değiştirilmesi de- özellikle terapist bu daha geniş bir bağlamı göz önüne alındığında- daha güç olabilir.

Davranışçı aile terapisinde en önemli öğretilerinden biri de, olumsuz davranışların azaltılmasından çok olumlu davranışların artırılmasının, davranışların daha başarılı bir şekilde değiştirilmesini sağladığı yönündedir. Her ne kadar, değindiğimiz gibi, saldırgan çocuklarda asosyal davranışların ortadan kaldırılması için cezalara başvurulması gerekse de, davranış terapistleri genel olarak caydırıcı denetimle zorlamayı en alt düzeyde tutmaya çalışır. En sıkıntılı ailelerde bu yaklaşımın aşırı bir şekilde uygulandığına inanılır. Dolayısıyla davranışçı aile terapisinde yalnızca olumlu pekiştirme yaygın olarak kullanılır. (Nichols, 2013)

9.5. Davranışçı Anne Baba Eğitimi

Çoğu aile terapisti sorunun biriyle olmadığı, ailede olduğu, bu nedenle de sorunun çözülmesi için tüm ailenin görüşmeye gelmesi gerektiği varsayımından yola çıkar. Buna karşılık, davranış terapistleri anne babanın çocuğunun sorunları ile ilgili görüşünü kabul eder. Genellikle bir ebeveyn ve çocukla görüşürler, ancak bazı davranışçılar (Gordon& Davidson,1981) görüşmelere her iki eşin yanı sıra kardeşlerin de dâhil edilmesine önerir.

En yaygın yaklaşım edimsel şartlanmadır ve bu doğrultuda kullanılan pekiştiriciler fiziksel ya da sosyal olabilir. Aslında övgü ve dikkatin para ve şekerleme kadar etkili olabildiği görülmüştür (Bandura1969)

9.5.1. Davranışçı anne baba eğitiminde değerlendirme

Değiştirilecek davranışınız sıklığını, ayrıca davranıştan önceki ve davranışı izleyen olayları gözlemeyi ve kaydetmeyi gerektirir. Genellikle anne ile yapılan görüşmeler, sorunun tanımını ve potansiyel pekiştirici veriyor ortaya çıkarmak üzere tasarlanmıştır. Görüşmeler tek yönlü bir ayna yardımıyla ya da ev ziyaretinde gerçekleştirilebilir. temel düzey veriler terapist ya da aile üyeleri tarafından kaydedilebilir. Tipik olarak, ailelere sorunu davranış ortaya çıkarma, tekrar sıklığını kaydetme ve uyarıcı ve pekiştirici işlevi görüyor olabilecek çeşitli eylemleri not etme eğitimi verilir.

9.5.2. Terapi Teknikleri

Değerlendirme tamamlandıktan sonra terapist hangi davranışların artırılacağını hangilerinin azaltılacağına karar verir. Davranışları çoğaltmak için Premack ilkesi kullanılır. Buna göre, düşük gerçekleşme ihtimalli davranışı pekiştirmek için yüksek ihtimalli (özellikle hoş giden) davranışlar seçilir. Bir zamanlar yetiştiricilerin açlık ya da susuzluk gibi temel bir dürtüyü doyurulması gerektiği düşünülüyordu. Ancak günümüzde geniş bir seçenek yelpazesi içinde daha sık seçilen herhangi bir davranışın seçilme sıklığı daha az olan davranışları pekiştirileceğini biliyoruz.

İstenen davranışları artırmak için çeşitli malzemeler ve sosyal tekstilciler kullanılmıştır. Ancak Premack ilkesinin de ortaya koyduğu gibi, pekiştireçlerin etkili olabilmesi için çocuk açısından gözde şeyler olması gerekir. Para ve şekerleme güçlü ödülleri gibi görünse de bir çocuk için çamurda oynamak fırsatı kadar etkili olmayabilir. Etkili ödülleri seçildikten sonra anne-babalara, nihai hedefe sürekli yaklaşarak pekiştirme yoluyla istenen davranışların şekillendirmesi öğretilir. Anne-babalar pekiştirme ölçülerini aşama aşama yükseltmeyi ve pekiştirici istenen davranışa bağlı olarak hemen sunmayı öğrenir. Çocuk isteyen tepkiyi düzenli olarak sergileme başladığında, pekiştirme yeni davranışın kalıcılığını artırmak için aralıklarla gerçekleştirilir. (Nichols, 2013)

9.5.3. Davranışçı Çift Terapisi

Çiftler genellikle evliliğin ilk aylarında mutlu bir tablo yaşarlar. Bu dönemde eşler arasında sembiyotik bir bağ söz konusudur. sembiyotik birliktelikten sağlanan doyum, evlilikle ilgili önemli konularda fikir ayrılığı yaşanana kadar sürer. Yakaladıkları birlik duygusunu ve yakınlığı bu tür bir kriz durumlarında sürdüremeyen çiftlerin evliliklerinin başarılı olduğu söylenemez.

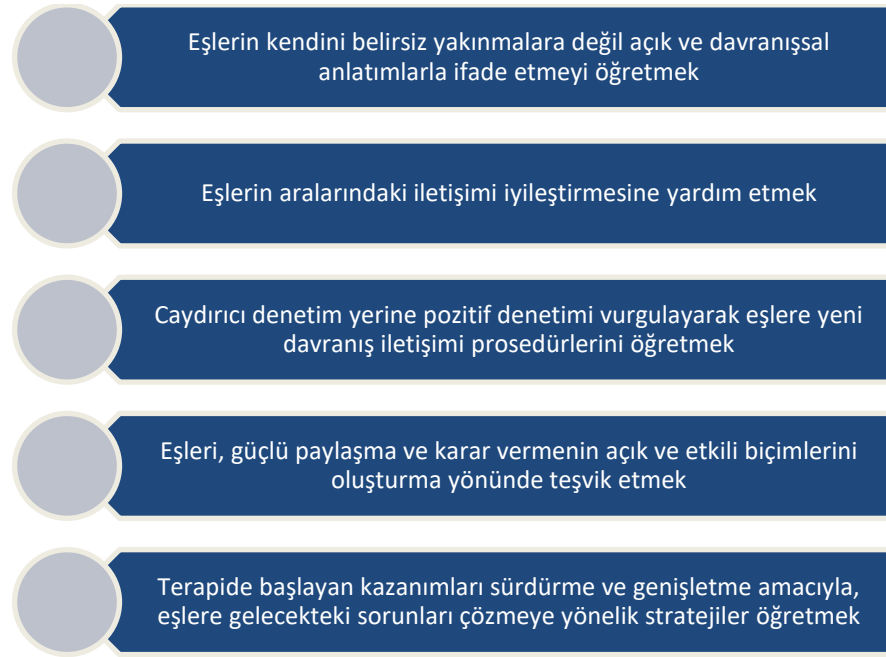
Eşlerden biri büyük bir çaba karşılığında sadece küçük bir fayda sağladığını algılıyorsa ya da fayda algılamıyorsa evliliğin başarısızlığa uğraması ihtimali artar. (Berkun, Sayar,2013)

9.5.4. Değerlendirme

Anne baba eğitimde olduğu gibi davranışçı çift terapisi de titiz ve yapılandırılmış bir değerlendirme ile başlar. Bu süreç genelde klinik görüşmeleri belirleyerek davranışların planlamasını ve evlilikle ilgili soru formlarını içerir. Bunlar arasında en yaygın kullanılan iletişim, cinsellik, sıcaklık, sosyal etkinlikler ve değerler gibi evlilik memnuniyetinin çeşitli gönderin içeren yirmi üç sorudan oluşan Evlilik Uyumu Ölçeği'dir.

Değerlendirmeler, çiftin ilişkisindeki güçlü ve zayıf yanlarının yanı sıra ödül ve cezaların ne şekilde uygulanacağını ortaya çıkarmaya yönelik olarak tasarlanmıştır. Görüşmelerin amacı hedef davranışları belirlemek ve ayrıntılandırmaktır. Ayrıca görüşme sırasında çiftin anlattığı sorunların etiyolojisi de anlaşılmalı çalışılır ve çektiğin değerlendirdikleri dışında beğendikleri dışında kalan diğer sorunlarda gözlemlenir. Bununla birlikte, genel olarak davranış terapistleri yazılı soru formlarına ve çiftin etkileşimlerinin doğrudan gözlenmesine, görüşmelerden daha çok önem verirler.

Stuart(1975) sorunlu evliliklerde davranışçı yaklaşımı özetleyen 5 stratejiden söz eder.



İstenen davranışların sıklığını artırmak için eşlere davranış iletişimi prosedürleri öğretilir. Çiftlere isteklerini belirli bir şekilde ve davranışsal olarak ifade etmeleri önerilir. Bunun tipik yollarından biri çiftten, eşlerinden daha fazla görmek istedikleri üç şeyi belirtmelerini istemektir. Eşler bu şekilde açık iletişim kurarken birbirlerini pozitif ve pekiştirme yoluyla etkilemenin yollarını da içten içe öğrenmiş olur. Diğer bir taktik de çift eşlerin kendilerinden neler yapmalarını istiyor olabileceğini düşünmesini söylemek ve olacakları izlemektir.

Çiftlere sorun çözmeye yarayacak şekilde iletişim kurma öğretildikten sonra, olumsuzluk sözleşmesinin, eşin yaptığı değişikliklere bağlı olarak kendini değişik kendinde değişiklikler yapmayı kabul etmenin ilkeleri anlatılır. Mukabele sözleşmesinde (Knox,1971) eşlerden biri, diğerinin yaptığı değişikliğe karşılık bir değişiklik yapmayı kabul eder. Eşlerden her biri davranışlarda gerçekleşmesini istedikleri bir değişikliği belirtir ve terapistin de yardımıyla sözleşme üzerinde uzlaşırlar. Seansın sonunda yazılı bir liste yapılır ve her eş de altına imza atar. (Nichols, 2013)

9.6. Aile Terapisinde Bilişsel Davranışçı Yaklaşım

Bilişsel aile terapisi de bilişsel çift terapisi ile aynı işleyişi sergilemiş, önce davranışçı yaklaşıma ek olarak uygulanmış, daha sonra daha kapsamlı bir müdahale sistemi olarak kullanılmıştır. (Munson, 1993) çeşitli klinisyenler orada en az onsekiz değişik bilişsel yaklaşımdan söz eder.

Biliş ile davranış dengeli bir şekilde vurgulayan bilişsel-davranışçı yöntem, aile içi etkileşim örüntülerine daha de derinlemesine odaklanarak daha geniş bir ve kapsayıcı yaklaşım benimser. Düşünce ya da bilişler, duygular ve davranışların birbirlerine karşılıklı

etki ettiği kabul edilir. Yani beni bilişsel çıkarım duygu ve davranış ortaya çıkarabilirken, duygu ve davranışlarda biliş etkileyebilir.

Bilişsel davranışçı yaklaşım, sistemler kuramıyla da bağdaşır ve aile üyelerinin eş zamanlı olarak birbirlerini etkilediği ve birbirlerinden etkilendiği görüşünü benimser. Bir aile üyesinin davranışları diğerk üyenin davranış, biliş ve duygularını tetikler ve bu da karşılığında ilk üyede tepkisel biliş, davranış ve duyguları doğurur. bu süreçte aile dinamiklerini de istikrarsızlık artar ve bu da aileyi negatif çatışma girdabına açık hale getirir. Epstein ve Schlesinger (1996) aile üyelerinde biliş, davranış ve duyguların etkileşiminin ve istikrarsızlıkla sonuçlanmasının 4 şekilde geliştiğini değinir.

1. Bireyin aile içi etkileşim ile ilgili kendi biliş, davranış ve duyguları (örneğin kişinin kendini ailesinin geri kalanından çektiğini fark etmesi)

2. Her bir aile üyesinin bu bireye yönelik eylemleri

3. Birkaç aile üyesinin bu bireye gösterdiği ortak (ve her zaman tutarlı olmayan) tepki

4. Diğerk aile üyelerinin arasında ilişkilerin karakteristik özellikleri (örneğin iki aile üyesinin genellikle birbirinin düşüncesini desteklediğinin farkedilmesi) (Nichols, 2013)

9.6.1. Terapi Kuram Ve Sonuçlarının Değerlendirilmesi

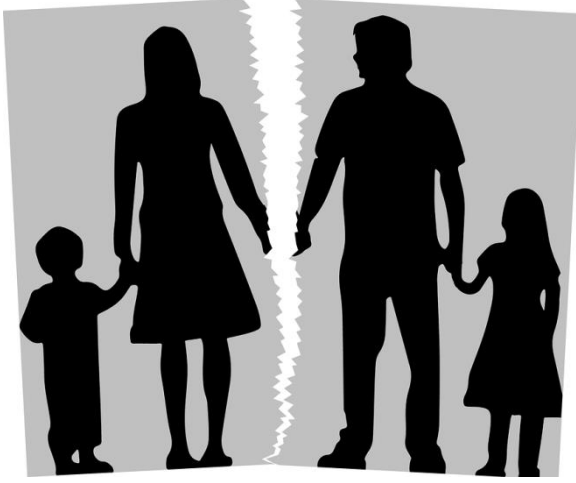
Davranışçı aile terapisinin ayırt edici yöntemleri klasik ve edimsel şartlanma ya ve gittikçe artan bir şekilde bilişsel kurama dayanır. Hedef davranış işlemsel bakımdan kesin olarak belirlenir; daha sonra da değışimi sağlamak için edimsel şartlanma, klasik koşullanma, sosyal öğrenme kuramı ve bilişsel stratejilerden yararlanılır. Davranış terapileri aile sorunları konusunda deneyim kazandıkça, iletişim ve sorun çözme becerilerinin yanısıra terapide bağışıklık, empati gereksinimi ve direnç sorunu gibi geleneksel olarak davranışsal olmayan konuları da ele almaya başlamıştır. Yine de bu gibi ana akım konularla ilgilenmekle birlikte, davranışçılar yönlemsel yaklaşımları ile ayrılır. Davranış terapisinin karakteristik özelliği, diğerk tekniklerin hepsinden daha çok titiz durum tespiti ve değerlendirmeye dayanmaktadır.

Bilsel davranışçı terapi davranışları değıştirmekle işe başlar. Müdahaleler iki genel kategoriye ayrılabilir:

1. Bir caydırıcı denetim yerine pozitif yönetiminin konması

2. Beceri eğitimi

Birinci kategoriye örnek; bilişsel davranışçı terapistinin sıkıntılı birçok çiftte görülen olumsuzluğa seçici dikkat vermenin yerine, eşlerden birbirlerinin yaptığı olumlu bir şeyi her gün not almasını, bu hareketi nedeniyle iltifatta bulunulmasını ya da takdir edilmesini ve üzerinde daha çok konuşmak için bu listenin terapiye getirilmesini istemesidir. (Baucom, Epstein & La Taillade,2002).



mutlu duygulara ve bunların temelindeki varsayımlara gittikçe daha çok dikkat etmektedir.

Bilişsel davranışçı terapisinin bilişsel bileşeni, genellikle, danışanların tutum ve varsayımları olumlu davranış değişimini engellediğinde örneğin aile üyeleri birbirlerinin de yalnızca olumsuz özellikler gördüğünde- işin içine girer. Bilişsel davranışçı terapist, danışanların kendi varsayımlarını bir Sokratik sorgulama sürecinde incelemesine yardım eder. Dolayısıyla bilişsel davranışçı terapi hala davranışa odaklanmakta ve terapistler de hala etkin ve yönlendirici davranmaktadır, ancak

Büyük ihtimalle fark edildiği gibi, bilişsel davranışçı terapi psikolojik tedavi yaklaşımları arasında en yaygın olanlarından biridir. Yapılan bir araştırmada, aile terapistlerinden öncelikle tedavi yaklaşımlarının tanımlamaları istenmiş ve en sık verilen cevabın bilişsel davranışçı terapi olduğu görülmüştür.

Bu popülerliğin nedenlerinden biri de bilişsel davranışçı çift terapistinin diğer tüm terapi yaklaşımlarından daha fazla kontrollü sonuç çalışmasına konu olmasıdır. Baucom ve meslektaşlarının (1998) sonuç çalışmaları üzerine yürüttükleri gözden geçirme çalışması bilişsel davranışçı çift terapisinin, özellikle iletişim eğitimi, sorun çözme eğitimi ve davranışsal sözleşmeler ile birlikte uygulandığında, ilişki sıkıntısının azaltılmasında etkili olduğunu gösteriyor. Şizofreni ve çocuklarda davranım bozuklukları gibi bireysel bozuklukların tedavisinde bilişsel davranışçı terapisinin uygulanması üzerine daha az sayıda çalışma yürütülmüştür.

Sonuç çalışmaları, bu tip bozukluklar söz konusu olduğunda uygulanan davranış yönelimli aile müdahalelerinin etkili olduğunu gösteriyor. (Nichols, 2013)

Uygulamalar

Bir aile danışma merkezinde, bilişsel davranışçı aile danışmanlığı yöntemiyle danışma desteği alan bir ailenin gelişim sürecini öğreniniz.

Uygulam Soruları

Bilişsel davranışçı aile danışmanlığı yöntemi hangi aşamaları esas almaktadır?

Bilişsel davranışçı aile danışmanlığı bağlamında transaksiyonel analiz yaklaşımından nasıl yararlanılmaktadır?

Bilişsel davranışçı aile danışmanlığı, hangi aile tipleri için daha verimli bir danışma tekniğidir?

Bu Bölümde Neler Öğrendik Özeti?

Bilişsel davranışçı aile terapisi bireyin davranışı üzerinde etki eden davranışları ortaya çıkaran ve sürdüren faktörler üzerinde durur. Bu yaklaşımı davranışların sonuçlarını ortaya koyarak yaparlar. Bu işlevsel analiz veya davranış analizi olarak adlandırılır.

Bilişsel davranışçı aile terapisinin temel önermesine göre, davranışın sürmesi sonuçlarına bağlıdır. Davranışa ivme katan sonuçlar pekiştirici, ivmeyi düşüren sonuçlar cezalandırıcı olarak adlandırılır. İnsanlar pekiştirici sonuçların farkında olmadığı için bazı tepkiler edimsel bir şeyi elde etmek için bir şey yapmak olarak görülmeyebilir.

Bölüm Soruları

1. Aşağıdaki seçeneklerden hangisi eşler arasındaki mukabele sözleşmesi ilkelerinden değildir?

- a. Terapistin de yardımıyla sözleşme üzerinde uzlaşırlar
- b. Eşlerden her biri davranışlarda gerçekleşmesini istedikleri bir değişikliği belirtir
- c. Eşler kendi şartlarını terapistte bildirirler
- d. Seansın sonunda yazılı bir liste yapılır
- e. Her eş liste altına imza atar

2. Davranışçı yaklaşımı özetleyen aşağıdaki seçeneklerden hangisi Stuart'ın sorunlu evliliklerde belirlediği 5 stratejiden biri değildir?

- a. Eşlerin aralarındaki iletişimi iyileştirmesine yardım etmek
- b. Caydırıcı denetim yerine pozitif denetimi vurgulayarak eşlere yeni davranış iletişimi prosedürlerini öğretmek
- c. Eşleri, güçlü paylaşma ve karar vermenin açık ve etkili biçimlerini oluşturma yönünde teşvik etmek
- d. Eşlerin kendini belirsiz yakınmalara değil açık ve davranışsal anlatımlarla ifade etmeyi öğretmek
- e. Eşler arasındaki iletişimin sağlıklı yürümesi için çocuklara karşı davranışların gözden geçirilmesi

3. Bilişsel davranışçı aile terapisinde, hedef davranış işlemsel bakımdan kesin olarak belirlendikten sonra, hangi seçenek süreçte yer almaz?

- a. Bilişsel stratejilerden yararlanma
- b. Klasik koşullanma
- c. Yeniden çerçeveleme
- d. Değişimi sağlamak için edimsel şartlanma
- e. Sosyal öğrenme kuramından yararlanma

4. Aşağıdaki seçeneklerden hangisi davranışın ortaya çıkması ve kontrol edilmesinde etkili değildir?

- a. Etiketleme
- b. Pekiştireç
- c. Ödül
- d. Cezalandırma
- e. Uyarı

5. Hangi seçenek bilişsel davranışçı aile terapisinde önemli noktalarından biri değildir?

- a. Geri bildirim vermesi amacıyla dikkatli bir değerlendirme
- b. Aile üyelerinin egolarının güçlü ve zayıf yanlarını belirlemek
- c. Sorunlu davranışın temel düzeyde sıklığının belirlenmesi
- d. Pekiştirme davranışını değiştirmeye yönelik stratejilerden yararlanmak
- e. Davranışın, terapi yol haritasını belirlemesi

6. Hangi seçenek istem dışı reflekslere karşılık istemli refleksleri ifade eder?

- a. Edimsel şartlanma
- b. Bilinçdışı
- c. Tepkissellik
- d. Geri bildirim
- e. Aktarım

7. Aşağıdaki seçeneklerden hangisi bilişsel davranışçı aile terapisinin öncülerinden biridir?

- a. Haley
- b. Fromm
- c. Petterson
- d. Minuchin

e. Jung

8. Bilişsel davranışçı aile terapisinde, aşağıdakilerden hangisine önem verilir?

a. Aile menşei

b. Sibernetik

c. Transaksiyonel analiz

d. Değerlendirme

e. Genogram

9. Terapistin hedefi davranışçı terapide ne olmalıdır?

a. Eşlere bilişsel şemaları tanıtmak

b. Davranışı değiştirmek

c. Uyumsuz davranışı tespit etmek

d. Eş davranışlarına karşı eşlere uyum yolu göstermek

e. Davranış nedenlerini eşlere aktarmak

10. Aşağıdakilerden hangisi bilişsel davranışçı aile terapisinde önemli bir kavramdır?

a. Şizmogenez

b. Fiksasyon

c. Homeostasis

d. Transferans

e. Pekiştireç

Cevap Anahtarı

1 c 2 e3 c4 a 5 b6 a7c8 d9 c 10 e

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Berksun, O. ve H.G.(2013) *Aile ve Eş Terapileri*, Detay Yayıncılık, Ankara

Corsini., R.,J., W.,D., *Modern Psikoterapiler*, Kaknüs Yayınları, İstanbul

Nichols, M. P. (2013) *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, Kaknüs Yayınları, , İstanbul

Ruppert, F., (2014) *Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelasyonları*,Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek, Kaknüs Yayınları, İstanbul

10. YAŞANTISAL / İNSANCIL AİLE DANIŞMASI

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde Yaşantısal/İnsancıl aile danışma süreci ve teknikleri ile kuramın güçlü ve sınırlı yanları hakkında bilgi vereceğiz

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Yaşantısal/İnsancıl aile danışmanın amacı nedir?

Yaşantısal/İnsancıl danışma süreci ve teknikleri nelerdir?

Yaşantısal/İnsancıl danışma sürecinde ilk aşamasında danışman rol ve görevleri nedir?

Yaşantısal/İnsancıl danışma sürecinin aşamaları nedir?

Yaşantısal/İnsancıl danışma sürecinde kullanılan teknikler nedir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Yaşantısal/İnsancıl	Yaşantısal/İnsancıl aile danışmasının amacı ve rolü öğrenilmiş olacaktır.	Yaşantısal/İnsancıl kuram ve aile danışması ile ilgili kaynak taraması ve bu kaynaklarda konu ile ilgili yapılacak okumalar kazanımları artıracaktır.
Danışma Süreci ve Teknikleri	Yaşantısal/İnsancıl aile danışmasının süreci, danışmada kullanılan teknikler ve uygulama becerisi hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Yaşantısal/İnsancıl kuram ile ilgili literatür okumaları ve aile danışması ile ilgili olgu örneklerinin incelenmesi kazanımların artmasını sağlayacaktır.
Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	Yaşantısal/İnsancıl aile danışmasının uygulamada güçlü yönleri ile sınırlı yönleri hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Yaşantısal/İnsancıl kuram ve aile danışması ile ilgili kaynak araştırması ve uygulama örneklerinin incelenmesi kazanımları artıracaktır.

Anahtar Kavramlar

Yaşantısal/İnsancıl kuram ve aile danışması

Yaşantısal/İnsancıl aile danışma süreci ve teknikleri

Yaşantısal/İnsancıl kuramın güçlü yanları

Yaşantısal/İnsancıl kuramın sınırlı yanları

Giriş

Yaşantısal / insancıl aile danışmasının kuramsal kaynağı insancıl / varoluşçu danışma yaklaşımıdır. Carl Rogers, bireysel danışan-merkezli danışmayı aile danışmasına uyarlamıştır. Danışan merkezli yaklaşım etkili, samimi ilişkilerin gelişmesine önem verdiği için aile danışması alanına uygundur. Rogers, danışmanın sağlayacağı uygun ortamla, aile üyelerinin birbirlerine daha fazla güveneceğine inanır.

Yaşantısal model 1980'lerde popülerliğini yitirse de, günümüzde özellikle duygusal odaklı çift terapisinin yenilikçi çalışmalarında ve içsel aile sistemleri yaklaşımında yeniden canlanmaktadır. Aileleri sistemler olarak ele almak bir zamanlar yeni ve tartışmalı bir düşünceydi. Günümüzde ise gelenek haline geldi. Artık sistemler düşüncesi o denli ön planda ki bireyleri ve bireylerin kişisel sevinç ve kederleriyle pek ilgilenileniyor, Hiç kuşkusuz yaşantısal aile terapisinin en önemli katkılarından biri, sistem içinde benliğin gözden kaçırılmaması gerektiğini bize hatırlatmasıdır.

Yaşantısal aile danışmasında yöntem olarak, oyunculuk, sezgiler ve spontanlık, yoğun biçimde kullanılır. Bu yaklaşımda uzmanın ve danışanın, ortak ve motivasyonda birleşmeleri son derece önemlidir. Karşılıklı yarar gözetilerek motivasyonel zemin yakalanmaya çalışılır. Kişilerarası bağlamda ailenin tekrar eden davranışsal/yaşantısal desenleri üzerinde durulur.

10. YAŞANTINSAL/İNSANCIL AİLE DANIŞMANLIĞI

10.1. Kuramsal Görüş

Yaşantısal aile danışması geçmişi değil şimdi ve burada olana odaklanır. Bu yönüyle psikodinamik ekolden ayrılmaktadır. Yaşantısal aile danışmasında etkileşim, süreç, büyüme, doğallık ve eylem terimleri kullanılır. Birçok biçimi olan yaşantısal aile danışmanlığında duygular önemlidir. Farkındalık ve duyguların ifadesi, aile ve bireyi için doyumun göstergesi olarak kabul edilir. Bu yöntem, ebeveynin kendilerini kabul edebilmelerini çok önemser. Ebeveynin suçluluk hissetmeden kendilerini kabul edebilmeleri, iyi bir anne baba olamama algısına takılmadan ileriye bakmaları, danışmanlık sürecinin en önemli niteliğidir. Kendilerini kabul eden anne baba birbirleriyle de yakınlık kurabilirler.(Nichols,2013)

Etkileşim, aile üyelerinin birbirlerini kontrol etmesinin ve yargılamasının bir yolu ve aracı olarak değil kendi seslerini duyurma ve birbirlerini anlama ve kendilerini anlatabilmek için kullanılmalıdır.

Yaşantısal yöntemin temel amacı aile üyelerine ve eşlere, psikodinamik anlamda içgörü kazandırmak değildir. Aile içinde bir değişiklik üretmek için terapi sürecine odaklanılır. Kişiler arası beceriler aile bireylerine doğrudan ve dolaylı yollarla öğretilir. (Berkson,2013)

Yaşantısal aile danışmanlığı, aile üyesinin öznel ihtiyaçlarına odaklanır. Aile içi etkileşimleri kolaylaştırmayı, bu yolla da aile üyelerinin bireyselliklerine ve benlik saygılarına hitap etmeyi amaçlar. Yönteme göre her insanın kendisi olmaya hakkı vardır ancak ailenin ve toplumun gereksinimleri, kişinin bireyselliğini ve kendini ifade özgürlüğünü sınırlar. Halbuki aile, her ferdini, kendi bireysellikleri ve kendini ifade etme biçimleriyle tanımalıdır. Ailenin mimarı olarak kabul edilen ebeveyn, aileye öyle bir yapı kazandırılmalıdır ve gereksinimleri öyle bir biçimde karşılamalıdır ki aile üyelerinin bireyselleşmeleri hızlanabilsin. Buna karşın bir çok ailede benlik saygısı düşük anne-babalar büyük sorun oluştururlar ve kendi düşük benlik saygılarını engelleyici, utandırıcı, eleştirel ve saldırgan tavırlarıyla ortaya koyarlar.

Danışmanlar aileye yönelik empati ve destekle, anne babalar kendi duygusal yaşantılarını kabul ederler. Dolayısıyla çocuklarına daha düşkün bağlı ve özenli hale gelirler. Danışma sürecinde sağlanan, "paylaşılan farkındalık" artışı, aile bireylerinin iletişimini daha kaliteli hale getirmelerini sağlar. Bu da aile üyelerinin benlik saygılarının artması sonucunu doğurur. Aile terapilerinin hepsinde farkındalığın artması önemli kabul edilir. Ancak bu noktada hayati öneme sahip bir ayrıntı atlanır. O da farkındalığın ortaklaşılan ve paylaşılan bir boyutudur. Aile üyelerinden ve eşlerinden birinde farkındalığın artırılmasının, farkındalık taraflarca paylaştığı hale getirilmediği sürece suçlamayı artırarak olumsuz bir etkiye sahip olabileceği de unutulmamalıdır.(Berkson, 2013)

Yaşantısal aile danışmasında önemli olan, sorunların çözümünden çok duygusal rahatlamaya önem verilmesidir. Kişiliğin bütünlüğü ve kendini gerçekleştirme, savunmacılığın ötesine geçildiğinde, kendiliğinden ortaya çıkan ve insanın doğasına özgü yetenekler olarak

görlür. Danışmanlar basma kalıpları sorgulamak ve deneyimi zenginleştirmek için bir dizi ifade tekniğinin yanı sıra kendi renkli kişiliklerini de kullanırlar.

Yaşantısal aile terapisinin önemli bir önermesi, aile sorunlarının kökeninde yatan temel neden aile bireylerinin duygusal bastırma içinde olmalarıdır. Dolayısıyla hedef öncelikle aile içinde bireyin bastırılmış duygularının anlaşılmasıdır.(Nichols,2013)

Danışan merkezli aile danışmasına göre, insanlar başkaları hakkındaki duygu ve düşüncelerini iletemedikleri için duygusal problemler geliştirirler. Çünkü bu kişiler genellikle cezalandırılmaktan korkarlar. Bu korku, çocuklukta tehdit edilince kazanılır. Tehdit edilen çocuklar insanlar ve dünyadan uzak dururlar. Burada danışman'ın rolü uygun koşulları yaratmaktır. Rogers'a göre, danışman model olarak aile üyelerini eğitir. Böylece aile üyeleri potansiyellerini geliştirirler (Fendi ve Weinhold, 1989).

Rogers uygun ortamın temel koşullarını şöyle sıralamıştır:

Samimiyet,

Saygınlık,

Kabul etme,

Olumlu saygı,

İlgilenme,

Duygudaşlık,

Katılımlı dinleme.

10.1.2. Gestalt Yönelimli Aile Danışması

Yaşantısal aile danışması ekolüne bağlı olanların birçoğu Gestalt yöntemini kullanan kişilerdi. Ekolün, şimdi ve burada olana ve ayrıca bireylerin yaşantılarına odaklanması, doğal olarak Gestalt yaklaşımıyla etkileşimi artırdı.

Gestalt yönelimli aile danışması, danışmanın rolünü danışanın kendi kaynaklarını nasıl etkisiz kullandığını fark etmesine yardımcı olmak ve hedeflerine ulaşmayı nasıl engellediklerini göstermek olarak algırlar. Gestaltçı aile danışmanları, danışanın maksimum düzeyde bireyselliklerini kazanmalarına yardım ettikleri kadar, onların başka insanlarla da daha yaşamsal iletişim kurmalarına yardım ederler.

10.1.3. Gestalt Yönelimli Aile danışmasının Amaçları

Bireylere aile yapısı içinde hem kendisiyle hem de diğer aile üyeleriyle daha iyi aile yapısını geliştirmesine yardım etmek, bireylerin bitirilmemiş işlerini tamamlamaları ve eski,

aşına kalıplarını değiştirmeleri için benlik farkındalıklarını daha çok artırmalarına yardım etmektir.

Gestalt yaşantı döngüsü (Gestalt Experience Cycle) olarak adlandırılan model, yaşantının ana unsurlarını ve tamamlanmamış bir yaşantının nasıl tamamlanacağını gösterir. Bu döngü, çocukluğumuzda öğrendiğimiz **duyumlar ve algılar** ile başlar. Bu duyum ve algılar neleri yapamıyacağımızın mesajlarını içerir. Bu yaşantılar nedeniyle duyarlı hale geliriz. Farkındalık, bir şeye odaklaşma veya bir duyuma dikkat etmenin sonucunda ortaya çıkar. Eğer danışan, çocukluğundaki olaylar hakkında karmaşık bir durumdaysa bu duyuma karşı üzüntü oluşturur. Gestalt aile danışmasının merkezinde, farkındalığı artırma ve insanların çocukluklarındaki olayların gerçeklerini anlamalarına yardımcı olma vardır. Danışanın farkındalığı artarsa bedensel hareketleri canlanır. Engellenmiş danışanların bedenleri gergin veya acı çekiyor olabilir.

Bağlantı, bir sonraki ve belki de en önemli döngüsel evredir. İncinmiş insanlar samimi bağlantı kurmaya karşı direnç oluştururlar. Danışman, aile üyelerinin birbirleriyle bağlantı kurmaları için yeni yollar öğrenir. Bu döngünün son evresi geri çekilmedir.

Geri çekilme, yaşantılar tamamlandıktan sonra ortaya çıkar. Danışman, danışanın bir yaşantıyı bırakmasına ve içsel çatışmasını çözmesine yardım eder (Fenell ve Weinhold, 1989; Nichols ve Schwartz, 1998).

10.2. Danışma Süreci ve Teknikleri

Yaşantısal insancıl aile danışması, bireyleri değiştirme yoluyla aileyi değiştirmeye çalışır, danışma sürecinde içsel değişime de odaklanır.

Yaşantısal / insancıl aile danışmasında, danışmanlar teknik kullanımında iki ayrı görüşü benimsemektedirler. Bazı danışmanlar (V. Satir, Pegg Papp, Fred Duhl, Bunny Duhl gibi) oldukça yapılandırılmış teknikler kullanırken; bazıları da (örneğin C. Whitaker) kendi kişiliklerine, yaratıcılıklarına ve spontanlıklarına göre teknikleri kullanmayı tercih ederler. Şu an, yaşantısal / insancıl aile danışmanları bu iki görüşün ortasını benimsemektedirler (Gladding, 1998).

Yaşantısal aile danışmasında, danışma süresini kısaca şöyle özetleyebiliriz:

Etrafında dolaşma: Başlangıçta, aile üyelerinin danışma oturumlarının amacı hakkında bilgileri yoktur ve üyeler karışıklırlar.

Danışmaya direnç: Aile üyeleri, duygu ve davranışlarını paylaşmada direnç gösterirler.

Geçmiş hakkında konuşma: Aile üyeleri, geçmişteki olaylar ve bu olaylar hakkındaki duygu ve düşüncelerini açıklarlar.

Olumsuz duygular: Aile üyeleri birbirlerine veya danışman'a şimdiki olumsuz duygularını paylaşmaya başlarlar.

Kişisel konuları ifade etme ve açıklama: Güven gelişmiştir. ailenin nasıl olması isteniyorsa o yönde değişmek için yardımcı olabilirler.

Şimdi ve buradaki duygularını tamamen ifade etme: o andaki duygularını açıklarlar.

Aile üyelerinin iyileştirici yetenekleri: Güven ve özgürlük atmosferi, kabul ve anlayışın ortaya çıkmasına izin verir.

Kendini kabul etme ve değişme: Aile üyeleri kendilerini oldukları gibi kabul ederler. Üyeler, kendi sorumluluklarını üstlenirler ve davranışlarının değişimini kontrol ederler.

Dış görünüşün yavaş, yavaş zayıflaması: Aile üyeleri arasında gerçek olmayan duygular gelişir ve bunlar bir norm olmaya başlar. Bu duygular az gerçektir veya savunmalardır. Gerçek duygu ve düşüncelerin ortaya çıkmasıyla, bu normlar yok olur.

Dönüt verme: Aile üyeleri birbirlerinden dönüt alır ve verirler. Ailede dönüte ihtiyaç vardır ve bu şekilde gelişebilirler.

Yüzleştirmenin oluşması: Aile üyeleri nezaket, incelik ve korumacılıklarını bırakır diğer savunmalarla yüz yüze gelirler.

Aile gelişimine yardım etme: Üyeler birbirlerine daha istikrarlı yardım ederler.

Aile etkileşimi: Aile kendisini bir birim veya bağımsız üyelerden oluşmuş bir grup olarak görmeye başlar. Ailenin sınırları bütün üyelerin katılımıyla gelişir.

Samimiyetin tamamen ifade edilmesi: Aile üyeleri birbirlerinin duygularını dinlemeyi ve kabul etmeyi öğrenmişlerdir. Bundan sonra ailede çıkacak anlaşmazlıklar çabucak ve kolay çözülür.

Değişmiş aile: birlik ve özerkliklerini yaşarlar. Aile üyeleri bu süreçte değerlerini keşfetmeyi ve belirlemeyi, kararlarını gözden geçirmeyi ve karar vermeyi, sorunları kabul etmeyi öğrenmişlerdir. (Fenell ve Weinhold, 1989).



10.2.1. Danışman Uygulamaları

Semptomları açmak

Aile birliği duygusunu geliştirmek iletişimi artırmak.

Toplum bireyleriyle ve özellikle kültürel gruplarla bağlantıyı artırmak

Aile ve aile sınırlarının beklentilerini anlamak

Aileyi ve üyelerini fonksiyonlarını öğrenmeleri için teşvik etmek

Aileye katılma, ondan ayrılma ve tekrar katılma gibi bir model sağlamak

Bireysellik söylemi ile karşılaştırmak

Aile üyelerini kendileri olmaları için cesaretlendirmek (Carlson, Sperry ve Lewis, 1997).

Aile Portresi

Aile Resmi

Aile Kuklası

Gestalt
Teknikleri

Şekil 8. Yaşantısal Aile Danışmanlığı Teknikleri

Aile potresi 4 adımda gerçekleştirilir:

Tabloyu oluşturma

Rol oynayanları seçme

Bir potre yaşatma

Potre süreci (Gladding, 1998).

Kullanılan Aile Resimleri

Aile kuklası tekniğinde (Irwin ve Malloy) bir aile üyesinin kuklaları kullanarak bir hikaye anlatması istenir. Bu tekniğin orijinali, çocuklarla yapılan oyun terapisinde kullanılır.

Rol oynama tekniği (role playing). Geçmiş olayları anımsatırlar ve arzular veya gelecekteki olaylara karşı duyulan korkular önemsenir. Kempler ebeveynleri rol yapmaları için cesaretlendirir. Eğer oturumlarda herhangi bir üyenin şu ana dikkati çekilmek isteniyorsa, danışman Gestalt yaklaşımının "hemen orada" (there and then) tekniklerini kullanabilir.

Yaşantısal / insancıl aile danışmasında, aşağıdaki tekniklerde sıkça kullanılmaktadır:

- 1.Semptomları yeniden açıklama
- 2.Aile üyelerini hayal güçlerini açıklamaları için teşvik etme
- 3.İç ruhsal problemleri kişiler arası strese dönüştürme
- 4.Bir aile üyesinin sıkıntılarını artırma ve abartma
- 5.Görüşmede çocuklarla oynama
- 6.Bireyleri yüzleştirirken duyguları kullanma
- 7.Eğer ulaşırlarsa birincil sürecin önerilerini spontan paylaşma
- 8.Aile üyelerine kendilerine zıt olan rolleri oynamaları için teşvik etme
- 9.Sevgi ve nefreti birbirlerine zıt duygular olarak değil de bağlı, eş duygular olarak görme (Carlson, Sperry ve Lewis, 1997).

10.3. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları

İnsanların kendi davranışlarının sorumluluklarını almaya sağlar. Evrensel olarak insanı anlamak için taslak oluşturur. Bireylerin kendilerini geliştirmelerine ve potansiyellerini çıkarmalarına yardım eder. Problemleri çözebilme gücüne kavuşmalarına sağlar. Şu ana

odaklandırılır. Farkındalıkları artırılır. Geçmiş üzerinde duran yaklaşımlara göre süreç daha kısadır.

Sınırlı yanları, danışmanların birçok uygulaması sistem yönelimi değildir. Tavsiye yönelimli ve bireyseldir. Birçok teknik ödünç alınmıştır. Danışanlar kavramların dilini anlamakta zorlanır. Krizdeki ailelerle iyi çalışılmaz.

Uygulamalar

Yaşantısal aile danışmanlığı tekniklerine göre bir aile olgusu tasarlayınız. Danışman ve aile üyeleri arasında diyalogları yazarak kurgulayınız.

Uygulama Soruları

Yaşantısal aile danışmasında aile bireylerine temel yaklaşım nasıldır?

Yaşantısal aile danışmasında hangi teknikler kullanılmaktadır?

Yaşantısal aile danışmasında danışma süreci hangi aşamaları kapsamaktadır?

Bu Bölümde Neler Öğrendik Özeti?

Yaşantısal aile danışmanlığı, aile üyesinin öznel ihtiyaçlarına odaklanır. Aile içi etkileşimleri kolaylaştırmayı, bu yolla da aile üyelerinin bireyselliklerine ve benlik saygılarına hitap etmeyi amaçlar. Yönteme göre her insanın kendisi olmaya hakkı vardır ancak ailenin ve toplumun gereksinimleri, kişinin bireyselliğini ve kendini ifade özgürlüğünü sınırlar. Halbuki aile, her ferdini, kendi bireysellikleri ve kendini ifade etme biçimleriyle tanımalıdır.

Ailenin mimarı olarak kabul edilen ebeveyn, aileye öyle bir yapı kazandırılmalıdır ve gereksinimleri öyle bir biçimde karşılamalıdır ki aile üyelerinin bireyselleşmeleri hızlanabilsin. Buna karşın bir çok ailede benlik saygısı düşük anne-babalar büyük sorun oluştururlar ve kendi düşük benlik saygılarını engelleyici, utandırıcı, eleştirel ve saldırgan tavırlarıyla ortaya koyarlar.

Yaşantısal aile danışması ekolüne bağlı olanların birçoğu Gestalt yöntemini kullanan kişilerdi. Ekolün, şimdi ve burada olana ve ayrıca bireylerin yaşantılarına odaklanması, doğal olarak Gestalt yaklaşımıyla etkileşimi artırdı.

Yaşantısal insancıl aile danışması, bireyleri değiştirme yoluyla aileyi değiştirmeye çalışır, danışma sürecinde içsel değişime de odaklanır.

Bölüm Soruları

1- Aşağıdaki seçeneklerden hangisi aile portresi yönteminin bir aşaması değildir?

- a. Değerlendirme
- b. Rol oynayanları seçme
- c. Bir portre yaşatma
- d. Portre süreci
- e. Tabloyu oluşturma

2- Yaşantısal aile danışmasında oyunculuk ve spontan paylaşımlar yöntem olarak kullanılır

O (D)O(Y)

3- Seçeneklerden hangisi Rogers'ın kurallarını belirlediği **uygun ortamın** temel koşullarından biri değildir?

- a. Samimiyet
- b. Pozitif düşünce
- c. Kabul etme
- d. Olumlu saygı
- e. Duygudaşlık

4- Gestalt yönelimli aile danışmasının amaçlarından biri de aileyi yeniden kurmaktır.

O(D)O(Y)

5-Aşağıdakilerden hangisi yaşantısal aile danışmasında, danışma süreci içinde yer almaz?

- a. Olumsuz duyguları paylaşma
- b. Etrafında dolaşma
- c. Serbest çağrışım
- d. Geçmiş hakkında konuşma
- e. Kendini kabul etme ve değişme

6-Yaşantısal aile danışmasında hangi seçenek danışman uygulamaları arasında yer almaz?

- a. Aileyi ve üyelerin fonksiyonlarını öğrenmeleri için teşvik etmek
- b. Ailenin sisteminin farkındalığını sağlamak
- c. Aile üyelerini kendileri olmak için cesaretlendirmek
- d. Toplum bireyleriyle bağlantıyı artırmak
- e. Aile sınırlarının beklentilerini anlamak

7- Hangi seçenek yaşantısal aile danışmanlığı, psikodinamik ekolden temel farklılığını vurgulamaktadır?

- a. Geçmişe değil şimdi ve burada olana odaklanması
- b. Çözüm için kendi aile menşeleri incelenmelidir
- c. Duyguların ifadesine yoğunlaşması
- d. Aile üyeleri kendilerini oldukları gibi kabul ederler.
- e. Üyeler birbirlerine daha istikrarlı yardım ederler.

8-Yaşantısal / insancıl aile danışmasında, aşağıdaki tekniklerden hangisi kullanılmaz?

- a. Semptomları yeniden açıklama
- b. Aile üyelerini hayal güçlerini açıklamaları için teşvik etme
- c. Bireyleri yüzleştirirken duyguları kullanmama
- d. İç ruhsal problemleri kişiler arası strese dönüştürme
- e. Görüşmede çocuklarla oynama

9- Aşağıdakilerden hangisi yaşantısal kuramın güçlü yanlarından biri değildir?

- a. Evrensel olarak insanı anlamak için taslak oluşturur
- b. Problemleri çözebilme gücüne kavuşmalarına sağlar
- c. İnsanların kendi davranışlarının sorumluluklarını almaya sağlar
- d. Bireylerin kendilerini geliştirmelerine ve potansiyellerini çıkarmalarına yardım eder
- e. Danışman etkin müdahalelerde bulunur

10- Sınırlı yanları bakımından yaşantısal kuram için geçerli olmayan seçenek hangisidir?

- a. Danışmanların birçok uygulaması sistem yönelimi değildir
- b. Krizdeki ailelerle iyi çalışılan bir yöntem değildir.
- c. Birçok teknik ödünç alınmıştır.
- d. Geçmiş yaşantılara odaklanmıştır
- e. Danışanlar kavramların dilini anlamakta zorlanır

Cevap Anahtarı

1a 2d 3b 4(Y) 5c 6b 7a 8c 9e 10d

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Berksun, O. ve H.G.(2013) *Aile ve Eş Terapileri*, Detay Yayıncılık, Ankara

Nichols, M. P. (2013) *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, Kaknüs Yayınları, , İstanbul
Ruppert, F., (2014) *Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelasyonları*, Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek, Kaknüs Yayınları, İstanbul
Solmuş, T.,(2012), *Bağlanma, Evlilik Ve Aile Psikolojisi*, Sistem Yayınları, İstanbul
Weeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), *Evlilik ve Çift Terapisi*, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar, Pusula Yayınları, İstanbul
<http://psikiyatriksosyalhizmet.com/>

<https://pixabay.com/tr>

11. YAŞANTISAL MODELİN İKİ EKOLÜ

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde yaşantısal aile terapisi modelinde ekol olan Carl Whitaker ve Virginia Satir'in danışmanlık süreçleri ve teknikleri ile kuramlarının güçlü ve sınırlı yanları hakkında bilgi vereceğiz.

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Carl Whitaker Modeli aile danışmanın amacı nedir?

Carl Whitaker Modeli danışma süreci ve teknikleri nelerdir?

Carl Whitaker Modeli danışma sürecinde ilk aşamasında danışman rol ve görevleri nedir?

Carl Whitaker Modeli danışma sürecinin aşamaları nedir?

Carl Whitaker Modeli danışma sürecinde kullanılan teknikler nedir?

Carl Whitaker Modeli güçlü yönleri nedir?

Carl Whitaker Modeli sınırlı yönleri nedir?

Virginia Satir Modeli aile danışmanın amacı nedir?

Virginia Satir Modeli danışma süreci ve teknikleri nelerdir?

Virginia Satir Modeli danışma sürecinde ilk aşamasında danışman rol ve görevleri nedir?

Virginia Satir Modeli danışma sürecinin aşamaları nedir?

Virginia Satir Modeli danışma sürecinde kullanılan teknikler nedir?

Virginia Satir Modeli kuramın güçlü yönleri nedir?

Virginia Satir Modeli kuramın sınırlı yönleri nedir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Carl Whitaker Modeli	Carl Whitaker Modeli aile danışmasının amacı ve rolü öğrenilmiş olacaktır.	Carl Whitaker Modeli kuram ve aile danışması ile ilgili kaynak taraması ve bu kaynaklarda konu ile ilgili yapılacak okumalar kazanımları artıracaktır.
Danışma Süreci ve Teknikleri	Carl Whitaker ve Virginia Satir Modellerinin aile danışmasının süreci, danışmada kullanılan teknikler ve uygulama becerisi hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Carl Whitaker ve Virginia Satir Modeli ile ilgili literatür okumaları ve aile danışması ile ilgili olgu örneklerinin incelenmesi kazanımların artmasını sağlayacaktır.
Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	Carl Whitaker ve Virginia Satir Modeli aile danışmalarının uygulamada güçlü yönleri ile sınırlı yönleri hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Carl Whitaker ve Virginia Satir Modeli aile danışmaları ile ilgili kaynak araştırması ve uygulama örneklerinin incelenmesi kazanımları artıracaktır.

Anahtar Kavramlar

Carl Whitaker Modeli ve aile danışması

Carl Whitaker Modeli aile danışma süreci ve teknikleri

Carl Whitaker Modeli güçlü yanları

Carl Whitaker Modeli sınırlı yanları

Virginia Satir Modeli ve aile danışması

Virginia Satir Modeli aile danışma süreci ve teknikleri

Virginia Satir Modeli güçlü yanları

Virginia Satir Modeli sınırlı yanları

Giriş

Renkli kişiliği ile yaşantısal aile danışmasının en önemli liderlerinden olan Cari Whitaker'de gelişim ve duygulara önem vermektedir. Whitaker'in amacı, bireylere hem ait olma hem de özgürlük duygularını yaşatmaktır. Sosyal uyuma önem vermeyen Whitaker, ailenin ve bireysel aile üyelerinin yaratıcılıklarını artırmaya önem verir. Ayrıca Whitaker, danışma sürecinde teknikten ziyade yaratıcılık ve spontanlığa önem vermektedir. Whitaker birkaç arkadaşıyla birlikte (David Keith, Augustos Napier ve John Warkentin) sembolik - yaşantısal aile danışmasını geliştirmiştir. Bu yaklaşımı benimseyen danışmanlar, danışmayı kurallar üzerine oturtmayı istemediklerinden, yaklaşımın temel prensiplerini büyük bir titizlikle geliştirilmiştir. Sembolik -yaşantısal aile danışması, sürekli değişime açıktır ve danışmanın sevgisine, ailenin problemini anlamasına bağlıdır. Sağlıklı aileyi betimlerken "Whitaker ve Keith (1981) tarafından yaklaşımın temel prensipleri de belirlenmiştir.

Bir sosyal hizmet uzmanı olan Virginia Satir, bu yaklaşımda en çok tanınan liderlerden birisi olmuştur. Ailenin heyecansal sisteminin, ailenin iletişimde ifade edildiğine inanan Satir, duygularını ortaya çıkartmak için önemli teknikler geliştirmiştir. Ailenin duygusal sistemine önem veren Satir, aile iletişim kalıpları üzerinde durmuştur. Bütün insanların büyüme ve gelişme için çaba harcadığına inanır ve gelişimde ilk yıllara dikkati çekmiştir.

11. YAŞANTISAL MODELİN İKİ EKOLÜ

11.1.Carl Whitaker Modeli

11.1.1. Danışma Sürecinde Aileler

1. Aile sağlığı ömür boyu devam eden bir süreçtir.
2. Sağlıklı aile fonksiyonlarını geliştirmek, düzeltmek için yapıcı olumsuz girdiler kullanılabilir.
3. Sağlıklı bir aile, ayrılma ve özerkliği sağlıklı olarak devam ettiren üç kuşaktan oluşur.
4. Aile rolleri esnektir, aile üyeleri rollerini geliştirmeleri ve farklı aile rollerini keşfetmeleri için cesaretlendirilmelidir.
5. Ailede gücün uygulanması esnektir. Sağlıklı aileler "sözde" bir yapı geliştirirler. Aile hoşgörülü olabildiği ölçüde davranışlarda çok büyük esneklikler vardır.
6. Aile üyeleri, ailede sürekli olarak sapma yaratmayacak şekilde geçici olarak "çılgın" gibi davranabilirler.

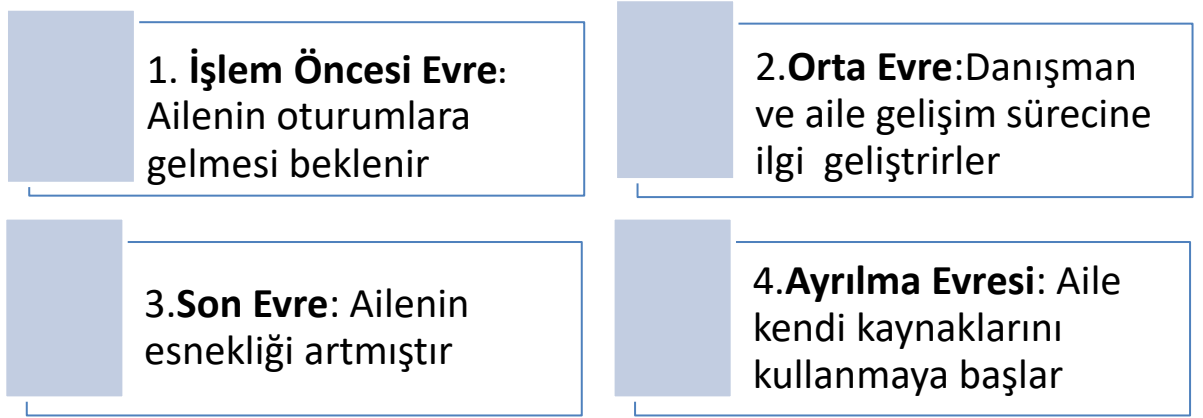
11.1.2. Danışma Sürecinde Sağlıklı Aile İşlevleri

1. Sağlıklı aileler yaşanabilecek sıkıntılara rağmen sürekli olarak gelişirler.
2. Sağlıklı aileler kendileri hakkında fonksiyonel bir gerçeklik geliştirirler.
3. Sağlıklı ailenin semptomları serbest değildir. Tam tersine sağlıklı aileler, ailenin gelişim ve büyümesinin bir parçası gibi semptomlarla ilgilenirler.
4. Çocuklarla yaşanan problemler, ebeveynlerin kendilerine bakmaları ve bununla nasıl baş edecekleri konusunda bir plan yapmaları için fırsatlar yaratır.
5. Sağlıklı aileler, stresi her bir aile üyesinde yaşarlar ve farkındadırlar. Stresin kaynağı sürekli olarak bir üye değildir. Diğer bir deyişle, ailede belirgin bir hasta yoktur, bu bir kişiden diğerine geçer.
6. Sağlıklı aileler kriz karşısında gelişirler.
7. Sağlıklı aileler hem olumlu hem de olumsuz duygularını ifade etmeleri için cesaretlendirilir. Çocuklar ve ebeveynler sevildiklerini ve nefret edildiklerini bilmelidirler.
8. Sağlıklı ailelerde, samimiyet ve özgürlük birliktedir. Üyeler, bireysel ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde davranmakta özgürdürler.
9. Sağlıklı aileler, üyelerinin aile dışı ilişkilerini desteklerler ve cesaret verirler.

Whitaker'e göre danışma sürecinin ilk amacı, geçmiş ve geleceği kaldırarak yalnızca varolmayı öğretmektir. Burada faktör varoluşsal bir yol bulup yapmak ve şu anda olmayı kabul ettirmektir.

11.2. Danışma Süreci ve Teknikleri

Whitaker'in renkli tanımlamasıyla "Aile danışması süreci kör bilgi ile başlar.



Şekil 10. Whitaker Danışma Süreci ve Teknikleri

1. Evre: İşlem öncesi evrede ailenin oturumlara gelmesi beklenir.

2 Evre; Orta evrede, danışmanlar ve aile üyeleri gelişim için gittikçe artan bir ilgi içine girmişlerdir

3. Evre; Son evrede, aileden esneklik artmıştır.

4. Evre; Ayrılma evresinde, aile kendi kaynaklarını daha fazla kullanmaya başlar ve yaşam biçimlerinin sorumluluğunu üstlenirler. Ayrılık ile -"boş yuva"- duygusu yaşanarak haz alınır.boş bir yuva ile sonlanır."

Sembolik - yaşantısal aile danışmanlığının amacı aile üyelerinin "ait olma" duygularını artırma ve aynı zamanda aile üyeleri için aileden ayrı bir birey olma fırsatını yaratmaktır (Fenell ve VVeinhold, 1989).

Whitaker, aileyle birlikte geçirilen yaşantının, onların gelişimi için olduğunu vurgular. Ona göre, aileyle sembolik düzeyde "meta konumda" ilgilenilmelidir. beysbol dilini sıkça kullanır ve kendisini bir koç gibi görür. Şimdiki semptomları bireylerden ayırır ve şimdiki olası evlilik dışı ilişkilere yayar.

11.2.1. Aile Danışması Evreleri

Whitaker ve Keith (1981)'e göre, danışma sürecine bütün aile üyeleri ile birlikte başlamak çok önemlidir. Bu şekilde, bütün aile sistemi içinde değişecek parçalar belirlenir. Eğer bütün aile ile danışmaya başlamak mümkün olmazsa, en kısa zamanda danışmaya gelmeleri için ısrar edilir.

Çocuklar olmadan aile danışmasının odaklanması çok zordur. Çocuklar ebeveynlerinden daha esnek ve daha dürüsttürler. Çocuklar daha kolay etkilenebilir. Danışman, çocuklarla olan davranışlarıyla ebeveynlere model olur (Whitaker ve Keith, 1981). Danışma süreci zamanla sınırlı değildir. Oturumlar genellikle haftada bir kez yapılır. Gerekirse haftada iki veya daha fazla da yapılabilir. Eğer anksiyete çok yoğunsa, her gün görüşülür. (Whitaker ve Keith, 1981).

Ortak danışma, çalışmanın düzenli bir parçasıdır. Genellikle iki danışman oturumlara birlikte katılır. Ancak bunda çeşitli alternatifler de olabilir. Bir danışman tek başına çalışıp, meslekdaşı ile sonradan istişare edebilir. Bu istişare telefonla da yapılabilir.

11.2.2. Danışma Süreci

Whitaker ve Keith (1981) şu şekilde sıralamaktadır:

Ortak danışma takımı daha yaratıcıdır ve fonksiyonelliği sağlar.

Terapötik değişimde iki danışman bulunursa, manevi güç artar.

Ortak danışmada her danışman kendi özelliğini meslekdaşı ile denkleştirir.

Ortak danışma düşünme özgürlüğünü sunar. Bir danışman aile ile aktif çalışırken, diğeri geride kalarak uzaktan onları izler ve farklı düşünceleri izlemeye çalışır.

Ortak danışma, bir aile üyesinin terapötik yardımcılık görevini çalmasını önler.

Ortak danışma dışarının etkisini azaltır.

Ortak danışma, danışmanların bütünlüklerini korumalarına ve amaçlarını geliştirmelerine yardımcı olur.

Ortak danışma, danışman ile danışan arasındaki teke tek ilişkiye izin verir.

11.2.3. Danışmanlık Uygulama Teknikleri

Whitaker'e göre ortak danışman'ın bir diğer yararı da, iki danışman etkileşimi, aile üyelerine sağlıklı bir model oluşturlar. Ortak danışmanlar birbirlerini desteklerle, aynı fikirde olabilirler, karışık olabilirler, birbirlerini eğitebilirler vs. gibi birçok fonksiyonel davranış içine girerler. Bu davranış genellikle aile için yardımcı olur (Fenell ve Weinhold, 1989).

Ortak danışman ile çalışmanın dezavantajları da vardır. Aileler için daha pahalıya neden olur, planlamalarda zorluklar yaşanır (Whitaker ve Keith, 1981).

Whitaker, bireylerle ve ailelerle çalışırken danışmanın canlı, neşeli, hayat dolu olması gerektiğini vurgular. Danışman, ailenin inanç sistemini ve sembolik kelimeleri ortaya çıkartmalı ve spesifik terapötik teknikler yerine bunları kullanmalıdır (Goldenberg ve Goldenberg, 1996).

Danışman, bir koç veya büyük ebeveyn gibidir. Aile, yeni doğmuş bir bebeğe benzetilir. Whitaker ve Keith (1981), ilk görüşmede bir kalıp takip ettiklerini belirtmektedirler. Aileye, her bir üye ile teke tek görüşüp, neler olup bittiği hakkında konuşulacağı söylenir. Psikolojik olarak en soğuk üyeden (genellikle babadan) başlanır. Babadan sonra kardeşler ve en son anne ile görüşülür. Birçok olayda, anne neler olup bittiğini bilir ve bu şekilde semptomları bulmak daha elverişlidir. Görüşme sırasında, bir üye konuşanın sözüne karışırsa danışmanlar ona nazikçe durmasını söyler. Ona, bu görüşmenin amacının ailede olanları ortaya çıkartmak olduğu, daha büyük sebeplerle neden olmak istenmediği söylenir.

Danışmaya Katılma
Danışman, aileye empati kurmalıdır. Whitaker ve Keith (1981), ilk görüşmede aileyi ele geçirmek için çok sıkı çalıştıklarını belirtirler. Eğer danışmanlar baba ile irtibat kurduklarında, danışma sürecinin devam etme şansı artar. Eğer kuramazsa danışma kesilir. Ayrıca, danışman anne ile aşırı ilgilenirse de danışma kesilir.



Resim10. <http://www.pixabar.com.tr>

Bu aşırı ilgi birkaç şekilde olabilir.

Onu damgalanmış birey olarak görme.

Onu kızdırma.

Danışman'ın aile üyeliğini kazanmasının bir başka yolu da, ikili transferans (bilateral transference) tır. Danışman ailenin diline, aksanına veya ritmine uyum sağlar.

Danışman'ın duruşu aile üyelerinden birisine benzeyebilir.

Çocuklarla oynama aileye katılabılmenin bir başka yoludur.

11.2.4. İleri Düzeyde Danışmanlık Teknikleri

1. Gelişimi desteklemek için semptomları yeniden belirleme

- 2.Gerçek davranışlar yerine hayali alternatifle aile üyelerini eğitmek
3.Sembolik - yaşantısal aile danışmasında, danışmanlar için çok kalıplaşmış kurallar geliştirilmiştir.

11.2.5. Danışmanlık Kuralları

Aile içi ilişkileri kullanma

Aile üyelerini rollerini değiştirmeleri

Duygusal yüzleştirmeler

Çocuklarla çocuk gibi davranma

Benliği kullanma

Başkalarınca belirgin olan her şeyi ikinci plana itme.

Nasıl seveceğini öğren. Küçük çocuklarla ilgilen. Üç yaşından küçük çocuklar sizin ilginize kayıtsız kalabilir.

Kendi iç tepkilerinize saygı duyun ve davranışlarınıza şüphe geliştirin.

Arkadaşınla, ortağınla eğlen ve birbirinize çocuk gibi davranın.

Rolünle diğerlerini dilediğin gibi eğlendir, kahkahalarla gü'ld'.

Rolünden geri çekilmeyi ve ileri gitmeyi öğren.

En iyi silahınla, güçsüzlüğünü önle.

Uzun süreli ilişkiler kur. Böylece kin ve nefrete karşı güvende olursun.

Ölünceye kadar gelişmelisin. Kendi yaşamında ve etrafındaki anlamsızlıklara, saçmalıklara karşı müşviklik duygularını geliştir. Böylece yaşantında üstün olmayı öğren.

Yaşamının temellerini geliştir. Güvendiğin birisiyle çılgınlıklarınızı birleştirerek keşfedin. Profesyonel bir grup oluşturun. Böylece, ortağın senden ayrılırsa zarara uğramazsın.

Plato'nun deyiimiyle "ölümü uygula". Bu kurallar danışmana başkalarının ihtiyacını karşılamadan önce, kendi ihtiyaçlarını karşılamada emin olmasını sağlar.

11.3. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları

Güçlü yönleri;

Öncelikle, ailenin fonksiyonelsiz davranış kalıplarını değiştirmek için ortak - danışman takımını gerekli görmesidir. Whitaker ve arkadaşları, danışman'm ne yapması gerektiğine önem

vermişlerdir. Yani, danışma sürecinin nasıl yönlendirileceği konusunda aile değil, danışman'ın görevli olduğuna inanırlar. Diğer yaklaşımlara nazaran, sembolik - yaşantısal aile danışması, aileyi değiştirirken danışman'ın spontan ve yaratıcılığını desteklerler.

Sınırlı yanları;

Sistemli ve teorik yönü zayıftır. Sembolik - yaşantısal aile danışmasında, ortak danışman takımının aile üyelerine karşı dolaysız, acil tepkileri çok önemlidir. Spesifik durumlarda, herhangi bir özel tepki biçimi önerilmemektedir. Bu nedenle, danışmanların bu yaklaşımı uygulama biçimleri şüphe ile karşılaşılır. İkinci sınırlı yanı, etkisiz bir süreç ailelere sürekli zarar verebilir. Üçüncüsü ise, bu yaklaşım hakkında çok şey söylenmiştir, ancak literatürde iddialarını destekleyecek çok az deneysel destek vardır (Fenell ve Weinhold, 1989).

11.4. Virginia Satir Modeli

V.Satir her aile bireyi için bir aile hayatı kronolojisi derleyerek, ailelerin gelişen ilişkilerinin temelini oluşturan ilgili kavramlar hakkında düşünceleri için çabaladı. Basit bir şekilde sadece geçmişe dair olayları bir araya getirmekten fazlasını yapan bu çalışma, insanların aile değerlerinin ve bağlarının aile içinde nasıl oluştuğunu ve mevcut aile işleyişini nasıl etkilediğini anlamasına yardımcı olma çabasını temsil etti. Satir, aile bireylerinin geçmişten gelen işlevsel olmayan örüntüleri keşfedip çözümleme çabasına girmeleri için geçmişlerine dönmelerini sağlayarak ailenin yeniden yapılanmasına dair terapötik bir teknik kullandı.

Satir'in yaklaşımının odağında insanların değişmek için sahip oldukları potansiyele sarsılmaz güveni vardı. Aile bireyleri arasında iletişimi artırarak bağları güçlendirmek, onun temel anlayışı idi. Onun geliştirdiği ekol için 'iletişim-onaylama' terapisi denilebilir.

11.4.1. Danışma Süreci ve Teknikleri

Beş aşaması vardır.

1. Aile ile güven oluşturma
2. Yaşantılara karşı farkındalık geliştirme
3. Aile dinamiklerine karşı artan farkındalıklar ve anlayışlar geliştirme
4. Danışma oturumlarında farklı davranış anlayışlarına karşı yeni anlayışlar ifade etme
5. Aile üyelerinin kazandıkları yeni davranışları terapötik çevrenin dışında da kullanılmalarını sağlama

Ailenin eski algılarını yeniden değerlendirir ve algılar duygular ve inançlar değiştirir.

11.4.2 Aileyi Yeniden Kurma Tekniğinin Üç Amacı

- 1.Aile üyelerine eski öğrenmelerinin kaynağını gösterme
- 2.Kendi ebeveynlerinin kişiliklerine daha gerçekçi bakmalarına yardımcı olma
- 3.Aile üyelerinin kendi kişiliklerini bulmalarına yardımcı olma

11.4.3. Aile Haritaları

Aile genogramma benzeyen bu teknikte, üç kuşağın aile yapısına bakılır.

Satir 3 aile haritasını çizer.

Bunlar:

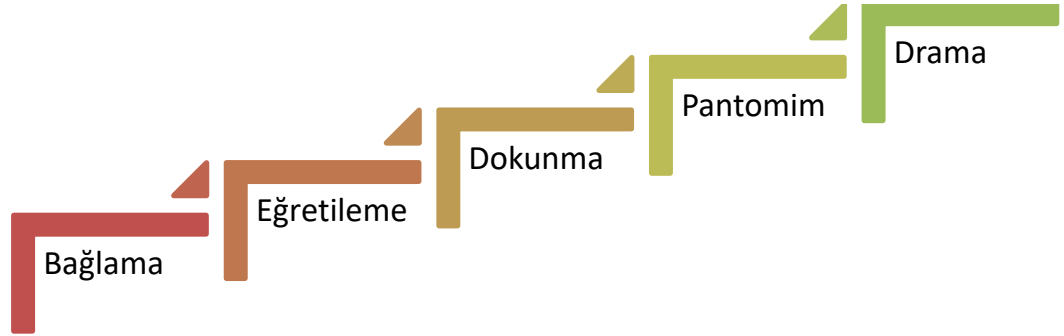
Annenin aile menşei

Babanın aile menşei

Şimdiki aile.

Şu içeriklerden oluşur

- 1.Bağlama 2.Eğretileme 3.Dokunma 4.Pantomim 5.Drama



Şekil 9. Virginia Satir ekolünde gelişim süreci

İnsanların büyüme, değişme ve birbirlerine yakınlık kurabilme kapasitelerine göre bir gelişim süreci belirlemiştir.

Satir'a göre İnsanın büyümesinde özellikle 3 faktör önemlidir.

Değişmeyen genetik özellikler; bunların insanı duygusal ve fiziksel özelliklerini belirler.

Gelişim süreci içinde öğrenme ile kazanılan özellikler.

Sabit akıl beden etkileşimidir.

Olumlu bir benlik saygısı için şu koşulların bireyin ilk yaşamında bulunması gerekir:

Fiziksel ihtiyaçların kazanılması

Başkaları ile sıcak ilişkiler

Başkalarının dünyası üzerinde etkili olma

Değerli ve ayrı bir birey olarak onaylanma

Kadın veya erkek olduğunu kabul etme(Kalk, 1985).

Satir, iletişim biçimlerini sınıflandırmıştır.

Stres altındayken

Sakinleştirici(Yatıştırıcı)

Suçlayıcı

Akılcı

Patavatsız (Goldenberg ve Goldenberg, 1996).

Birçok insan birçok ailede bu iletişim biçimleri çeşitli kombinasyonlar biçiminde bulunur.

Yalnızca uygun iletişimci gerçekleri görür ve samimidir.

11.4.4. Yeniden Çerçeveleme

Problemlili davranış iyi niyeti vurgulayan, daha olumlu bir bakış açısıyla ele alınarak yeniden etiketlenir. Örneğin annesinin özel hayatına karıştığını düşündüğü için kızgın olan ergene; “annen mutluluğun için uğraşıyor ve en iyi nasıl yardımcı olabileceğini bulmuş değil” demek gibi.

Çocuğun annesinin ona güvenmediğini dair algısıyla hemfikir olmak yerine, anneyi oğlu için iyilik yapmaya uğraşan biri olarak etiketlemek, çocuğun annesinin davranışını algıladığı bağlamı değiştirir; böylelikle annesinin davranışına yeni tepkiler verebilir.

Yeniden çerçevelendirme, davranışın kendi gerçeğini değiştirmeden davranışa bağlanan anlamı değiştirir. Öncelikle annesinin davranışına yeni tepkiler verebilir paragraf yeniden çerçevelendirme davranışın kendi gerçeğini değiştirmeden davranışa bağlanan anlamı değiştirir.

Danışman, ailedeki karışık fikirleri ve iyi niyetleri vurgulayarak, suçlama tehdidini azaltmaya çalışır. Böylece, aile üyelerinin algılarında değişiklik yaratır.

Yeniden biçim verme; Şaka, Sözlü Farzetme, Adlandırma, Sağlamlaştırma, Çoklu Aile Danışması, İletişim Duruşu, Ben İletileri gibi teknikler içerir.



11.5. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları

Güçlü Yanları

Danışmanın kişiliğine önem verir. Danışman iyi eğitilmiş teknisyendir. Sıcak, kibar ve empatiktir. Bireylerin duyguları ile ilgilenir. Duyguların belirlenmesi ve açıklanması ile ilgilenir. İletişim becerilerini önemser.

Sınırlı yönleri

Satir'ın olumlu özellikleri çok işe yarıyordu. Ancak bu şekilde danışan tipi yetiştirmek çok zordur. Yaklaşımını diğer danışmanlar tarafından uygulama zorluğu vardır.

Uygulamalar

Carl Whitaker ve V. Satir yöntemlerini uygulayan bir danışmandan sürecin nasıl işlediğini öğreniniz.

Uygulama Soruları

Carl Whitaker danışma tekniğinde aile bireylerine temel yaklaşım nasıldır?

Carl Whitaker danışmasında hangi teknikler kullanılmaktadır?

Carl Whitaker danışmasında danışma süreci hangi aşamaları kapsamaktadır?

Virginia Satir danışma tekniğinde aile bireylerine temel yaklaşım nasıldır?

Virginia Satir danışmasında hangi teknikler kullanılmaktadır?

Virginia Satir danışmasında danışma süreci hangi aşamaları kapsamaktadır?

Bu Bölümde Neler Öğrendik?

Çocuklar olmadan aile danışmasının odaklanması çok zordur. Çocuklar ebeveynlerinden daha esnek ve daha dürüsttürler. Çocuklar daha kolay etkilenebilir. Danışman, çocuklarla olan davranışlarıyla ebeveynlere model olur (Whitaker ve Keith, 1981). Danışma süreci zamanla sınırlı değildir. Oturumlar genellikle haftada bir kez yapılır. Gerekirse haftada iki veya daha fazla da yapılabilir. Eğer anksiyete çok yoğunsa, her gün görüşülür. (Whitaker ve Keth, 1981).

Sağlıklı aileler yaşanabilecek sıkıntılara rağmen sürekli olarak gelişirler. Sağlıklı aileler kendileri hakkında fonksiyonel bir gerçeklik geliştirirler. Sağlıklı ailenin semptomları serbest değildir. Tam tersine sağlıklı aileler, ailenin gelişim ve büyümesinin bir parçası gibi semptomlarla ilgilenirler.

Basit bir şekilde sadece geçmişe dair olayları bir araya getirmekten fazlasını yapan bu çalışma, insanların aile değerlerinin ve bağlarının aile içinde nasıl oluştuğunu ve mevcut aile işleyişini nasıl etkilediğini anlamasına yardımcı olma çabasını temsil etti. Satir, aile bireylerinin geçmişten gelen işlevsel olmayan örüntüleri keşfedip çözümleme çabasına girmeleri için geçmişlerine dönmelerini sağlayarak ailenin yeniden yapılanmasına dair terapötik bir teknik kullandı.

Satir'in yaklaşımının odağında insanların değişmek için sahip oldukları potansiyele sarsılmaz güveni vardı. Aile bireyleri arasında iletişimi artırarak bağları güçlendirmek, onun temel anlayışı idi. Onun geliştirdiği ekol için 'iletişim-onaylama' terapisi denilebilir.

Bölüm Soruları

1. Aşağıdakilerden hangisi “Carl Whitaker modeli danışma sürecinde öngörülen aile rollerini en iyi tanımlar?

- a. Yapısaldır
- b. Sistemiktir
- c. Esnektir
- d. Güçlüdür
- e. Etkindir

2. V. Satir modeli danışma sürecinin aşamaları için hangi seçenek yanlıştır?

- a. Danışma oturumlarında farklı davranış anlayışlarına karşı yeni anlayışlar ifade etme
- b. Aile üyelerinin sorunlara direncini artırmak
- c. Aile ile güven kurma
- d. Aile üyelerinin kazandıkları yeni davranışları terapötik çevrenin dışında da kullanılmalarını sağlama
- e. Yaşantılara karşı farkındalık geliştirme

3. Whitaker ve Keith modeli danışma sürecinde, seçeneklerden hangisi çocukların bulunma nedenlerinden biri değildir?

- a. Çocuklar olmaksızın aile danışmasına odaklanmak zordur
- b. Çocuklar daha kolay etkilenebilir.
- c. Çocuklar ebeveynlerinden daha esnek ve daha dürüsttürler.
- d. Çocuklar danışmaya direnç göstermezler
- e. Danışman, çocuklara karşı davranışlarıyla ebeveynlere model olur.

4. V. Satir'e göre aşağıdakilerden hangisi olumlu bir benlik saygısı için gerekli bir şart değildir?

- a. Saygın bir meslek edinme
- b. Başkaları ile sıcak ilişkiler
- c. Değerli ve ayrı bir birey olarak onaylanma

- d. Fiziksel ihtiyaçların kazanılması
 - e. Başkalarının dünyası üzerinde etkili olma
5. Whitaker aile danışma süreci evrelerinin sıralandığı seçeneklerden hangisi yanlıştır?
- a. İşlem öncesi evrede ailenin oturumlara gelmesi beklenir.
 - b. İlk evrede, aile üyelerinin rolleri tanımlanır
 - c. Orta evrede, danışmanlar ve aile üyeleri gelişim için gittikçe artan bir ilgi içine girmişlerdir
 - d. Ayrılma evresinde, aile kendi kaynaklarını daha fazla kullanmaya
 - e. Son evrede, aileden esneklik artmıştır.
6. Whitaker'ın **danışman** için öngördüğü özelliklerin sıralandığı seçeneklerden hangisi yanlıştır?
- a. Danışman ailenin inanç sistemini ve sembolik kelimeleri ortaya çıkartmalı
 - b. Danışman ailelerle çalışırken danışmanın canlı, neşeli, hayat dolu olmalıdır
 - c. İki danışman etkileşimi, aile üyelerinde sağlıklı bir model oluşturur
 - d. Danışman sistemin semptomundan yararlanır
 - e. Danışman, bir koç veya büyük ebeveyn gibidir.
7. Aşağıdakilerden hangisi Whitaker ve Keith modeli ortak danışma özelliklerinden biri değildir?
- a. Ortak danışma planlama kolaylığı sağlar
 - b. Terapötik değişimde iki danışman bulunursa, manevi güç artar.
 - c. Danışman ile danışan arasındaki teke tek ilişkiye izin verir.
 - d. Ortak danışma dışarının etkisini azaltır.
 - e. Bir aile üyesinin terapötik yardımcılık görevini çalmasını önler.
8. Seçeneklerden hangisi Satir'e göre değişken iletişim biçimlerinden değildir?
- a. Sakinleştirici
 - b. Akılcı

c.Kendisiyle yarışan

d.Patavatsız

e.Suçlayıcı

9. Aşağıdakilerden hangisi Carl Whitaker danışma modelinde, sağlıklı aile işlevlerinden biri değildir?

a. Her bir aile üyesinde stresi yaşarlar ve bunun farkındadırlar.

b. Başarıya odaklıdırlar.

c. Kendileri hakkında fonksiyonel bir gerçeklik geliştirirler.

d. Kriz karşısında gelişirler.

e. Yaşanabilecek sıkıntılara rağmen sürekli olarak gelişirler.

10. Hangi seçenekte Whitaker ve arkadaşlarının geliştirdiği model için yapılan eleştirilerden birini yansıtmaz?

a. Sistemli ve teorik yönü zayıftır.

b. Etkisiz bir süreç ailelere sürekli zarar verebilir.

c. Spesifik durumlarda, herhangi bir özel tepki biçimi önerilmemektedir

d. Ortak danışman maliyeti artmaktadır

e. Danışmanlar kalıp modeller uygularlar

Cevap Anahtarı

1 c 2 b3 d4 a5 b6 d7 a8 c9 b10 e

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Nichols, M. P. (2013) *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, Kaknüs Yayınları, , İstanbul
Ruppert, F., (2014) *Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelasyonları*, Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek, Kaknüs Yayınları, İstanbul
Solmuş, T.,(2012), *Bağlanma, Evlilik Ve Aile Psikolojisi*, Sistem Yayınları, İstanbul
Weeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), *Evlilik ve Çift Terapisi*, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar, Pusula Yayınları, İstanbul

Berksun, O. ve H.G.(2013) *Aile ve Eş Terapileri*, Detay Yayıncılık, Ankara

Corsini., R.,J., W.,D., *Modern Psikoterapiler*, Kaknüs Yayınları, İstanbul

<http://psikiyatriksosyalhizmet.com/>

<https://pixabay.com/tr>

12. STRATEJİK AİLE DANIŞMANLIĞI

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Bu bölümde stratejik aile danışma süreci ve teknikleri hakkında bilgi verilecektir. Stratejik aile kuramının güçlü ve sınırlı yanları hakkında bilgi verilecektir.

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Stratejik aile danışmasının amacı nedir?

Stratejik aile danışma süreci ve teknikleri nelerdir?

Stratejik aile danışma sürecinde ilk aşamasında danışman rol ve görevleri nedir?

Stratejik aile danışma sürecinin aşamaları nedir?

Stratejik aile danışma sürecinde kullanılan teknikler nedir?

Stratejik aile kuramın güçlü yönleri nedir?

Stratejik kuramın sınırlı yönleri nedir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Stratejik aile danışması	Stratejik aile danışmasının amacı ve rolü öğrenilmiş olacaktır.	Stratejik kuram ve aile danışması ile ilgili kaynak taraması ve bu kaynaklarda konu ile ilgili yapılacak okumalar kazanımları artıracaktır.
Danışma Süreci ve Teknikleri	Stratejik aile danışmasının süreci, danışmada kullanılan teknikler ve uygulama becerisi hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Stratejik analitik kuram ile ilgili literatür okumaları ve stratejik aile danışması ile ilgili olgu örneklerinin incelenmesi kazanımların artmasını sağlayacaktır.
Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları	Stratejik aile danışmasının uygulamada güçlü yönleri ile sınırlı yönleri hakkında bilgi öğrenilmiş olacaktır.	Stratejik kuram ve aile danışması ile ilgili kaynak araştırması ve uygulama örneklerinin incelenmesi kazanımları artıracaktır.

Anahtar Kavramlar

Stratejik aile danışması

Stratejik aile danışma süreci ve teknikleri

Stratejik aile danışma kuramın güçlü yanları

Stratejik aile danışma kuramın sınırlı yanları

Giriş

Stratejik aile danışmasının gelişiminde Jay Haley'in yaklaşımı etkili olmuştur. Haley, aile terapisi alanında problem çözme odaklı yaklaşımıyla klasik ekollere karşı yeni bir yaklaşım getirdi. Aile üyelerini sorunun kaynağı gibi görmek, suçlamak anlamına geliyordu ve direnci artırıyordu. Bu nedenle yeni stratejiler kullanarak soruna kaynaklık eden semptomla çözüm bulmak mümkündü.

Milton Erikson stratejik danışmanlığın gelişiminde önemli katkılar sağladı. Erikson semptomları yok etmek için hipnotik teknikler (hypnotic techniques) kullanmıştır. Hastalarla birleşerek ve onlara inanarak güvenlerini kazanır. Böylece eski davranış kalıplarını değiştirmeleri için dolaylı önerilerle hasta cesaretlendirilir. Erickson, etkili danışmanın stratejik olması gerektiğini savunur. Yani ona göre, danışman her bir danışana spesifik teknik planlayabilen, problemini çözebilmesi için yönlendirici biri olmalıdır. Eğer hasta semptomlarını devam ettirmekte direnirse, semptomlarıyla direkt olarak yüzleştirilmez. Hastanın kendi gücü ile semptomlarından vazgeçmesi beklenir. Danışman direkt olarak kişileri yüzleştirmez, aksine onların tekrar istekli olmaları için bekler. Danışan bir kez güvindikten sonra danışmanın yardımıyla değişim süreci başlar. Böylece insanlar kendi kaynakları ile düşünce ve davranışları değiştirirler (Goldenberg ve Goldenberg, 1996).

Haley ve Weakland, Erikson'un çalışmalarını stratejik aile danışmasına uyarlamışlardır. Hızlı değişim ve dirençten yararlanma, stratejik aile danışmasının temel taşlarını oluşturur. Stratejik aile danışmanları sibernetikçilerden (cybernetics) olumlu geribildirim (positive feedback loop) kavramını ödünç almışlar ve problemlili aile etkileşimine uyarlamışlardır. Haley'e göre ailedeki hiyerarşi çok önemlidir, birçok problemin arkasında aile hiyerarşisindeki bozukluk yatar. Haley'e göre de hiyerarşideki bozukluğa direkt müdahaleden aile bireyleri rahatsız olurlar.

Stratejik aile terapisinde Bateson'un katkısı vardır. Şizofrenler için geliştirdiği iletişim kuramı stratejik aile terapisinde kullanılmıştır. Bateson, aileyi bireylerden oluşan sistemler olarak görüyordu. Aile her bireyde geribildirim alan ve kendi süreçlerine sahip bir sistemdi.

12. STRATEJİK AİLE DANIŞMANLIĞI

12.1. Ailede Risk Faktörleri

Haley, aile içinde ebeveynin çocuklara göre daha üst bir hiyerarşik konumda olduklarını düşünüyordu. Eğer anne baba ile çocuklar arasında bu hiyerarşi bozuk ise bunun restore edilmesi gerekiyordu. Bu modele göre yapılacak restorasyonun stratejik olması gerekiyordu. Stratejik modelin öncülerin olan Haley, yeni modeli Cloe Madenas ile birlikte yazdı. Stratejik aile terapistleri aile yapısının aile içinde iletişimin yeniden yapılandırılması için ailenin değişimine odaklandılar. Ailede küçük değişimlerle başlayan sütecin sonunda büyük değişimler yaşanacağını savundular. Haley, tüm insan ilişkilerini güç ve kontrol için potansiyel bir çatışma kaynağı olarak görüyordu. Madenas ise ailede ortaya çıkabilecek problemleri dört grupta sınıflamıştır.

1. Kontrol ve yönetme arzusu
2. Sevilme arzusu
3. Diğerlerini sevme ve koruma arzusu
4. Pişmanlık ve bağışlama arzusu (Berkson, Sayar 2013)

Stratejik modellerde sorunların gelişimi üç şekilde açıklanır. Birincisi sibernetik yaklaşımdır. Bu açıklama biçimine göre yanlış çözümler zorlukları kronik sorunlara dönüştürür. Pozitif geribildirim artışlarına neden olur.

İkinci açıklama yapısalıdır. Sorunların nedeni aykırı hiyerarşilerdir. Aile üyeleri arasında; ebeveyn ve çocuklar arasında ki hiyerarşik yapılanmanın bozulmasıdır.

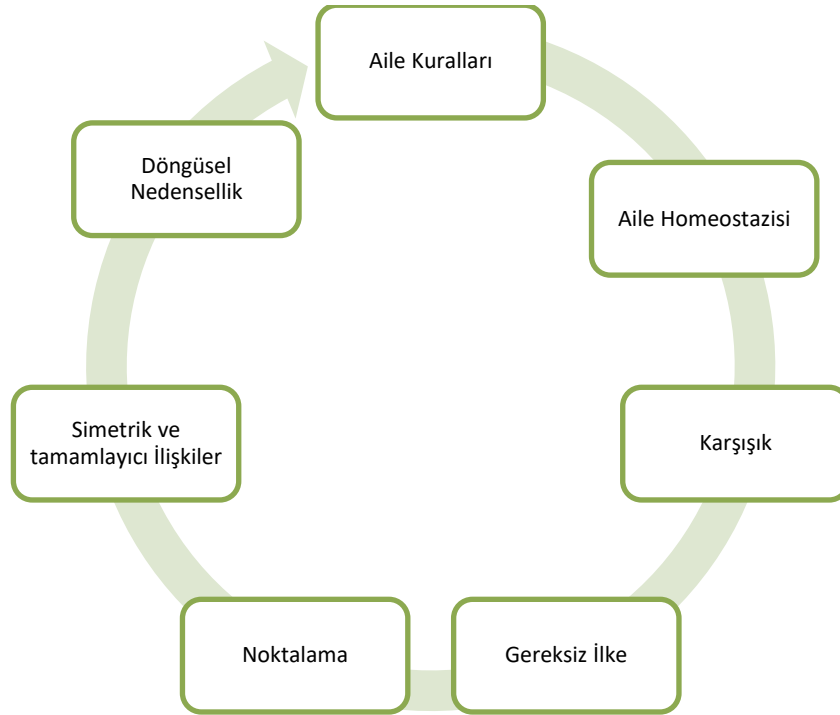
Üçüncü açıklama işlevseldir. Birisi diğerini gizliden gizliye korumaya ya da denetlemeye çalıştığında ortaya sorunlar çıkar. Dolayısıyla sergiledikleri semptomlar sistemde bir işleve hizmet eder.

Stratejik modelde temel anlayış, sorunları genellikle kendine zarar veren davranış örüntülerinin sürdürüyor olmasıdır. Bu büyük oranda davranışsal duruşa yapısal bir boyu katan Haley, bu tip kendine zarar veren örüntülerin işlev bozukluğu olan aile örgütlenmelerinden kaynaklanıyor olabileceğine dikkat çekmiştir. Ailelerde etkin bir hiyerarşi düzeni olmalı ve anne ve babalar idareyi ele alınmalıdır. Ancak bunun yanı sıra yapılarını aile üyelerinin hayatlarındaki değişikliklere uyum sağlayacak şekilde değiştirebilmeleri de gerekir. (Nichols, 2013)

Genelde, stratejik aile danışmanları aşağıdaki boyutları aile yaşamına aktarmıştır. Bu boyutları şöyle sıralayabiliriz (Gladding, 1998)

1. Aile Kuralları

- 2.Aile Homeostazisi
- 3.Karşılık
- 4.Gereksiz İlke
- 5.Noktalama
- 6.Simetrik ve tamamlayıcı ilişkiler
- 7.Döngüsel nedensellik



Şekil 11.Stratejik Aile Danışmanlığı Boyutları

Stratejik aile danışmanları yazılarında, sağlıklı aile yerine, sağlıklı ailenin özellikleri üzerinde daha çok durmuşlardır. Sağlıklı aileler, aile yaşam döngüsünün çeşitli evrelerinden geçebilirken; sağlıklı aileler bunda zorlanırlar.

12.1.1. Stratejik Aile Danışmanlığı Fonksiyonelliği

Semptom” davranış fonksiyonlarının özel bir biçimi olarak görülür, Damgalanmış bir hastanın problemi nerede geliştiği ve hangi fonksiyona hizmet ettiğinden ayrı olarak ele alınmaz,

Aile sistemi değişmeden bir bireyin değişmesi beklenmez,

Değişim için iç görü önemli değildir.

Stratejik danışmanlar, aile sisteminin tepkilerini almak için müdahale ederler. Özellikle etkileşim kalıplarına dikkat edilir. Bu nedenle, danışman aile üyeleri arasındaki etkileşimi teşvik eder.

Stratejik aile danışmanları, şimdi ve buradaki aile fonksiyonları ile ilgilendikleri kadar, aileyi yaşam döngüsü evrelerine alıstırırlar. Genellikle aileyi, yaşamlarında bir üst basamağa geçişine yardımcı olacak değişime yönlendirirler.

Stratejik aile danışmanları probleme özgü müdahaleler geliştirirler. Geçmiş yerine şimdi ile ilgilenirler. Yineleyen yıkıcı davranışlara karşı aileye korumak için yeni stratejiler belirlerler. İlgörü ve yorumlama yerine, problemle veya semptomlu davranışı değiştirmeye çalışırlar. Stratejik açıdan bütün olaylara uyabilecek terapötik müdahaleler tasarlanmaz, her spesifik probleme farklı stratejiler tasarlanır (Goldenberg ve Goldenberg, 1996).

12.2. Danışma Süreci ve Teknikler

Stratejik aile danışmasında, danışmanlar aile fonksiyonları ile çok ilgilenirler. Fonksiyonelsizliğin üstesinden gelmek için çalışırlar. MRI’de, danışma sürecinin büyük kısmında, semptomlar üzerinde odaklanılır ve onlar yok edilmeye çalışılır. Bu yaklaşımın merkezinde aile üyeleri arasındaki iletişim kalıpları vardır ve iç ruhsal olaylar önemsiz görülür. Haley, aile üyeleri arasındaki ilişkinin onların iletişim tarzları belirlenebileceğini söylemiştir (Nystul, 1993).

Danışma sürecinin amacı ailenin şu anki problemlerini çözmektir. Müdahale planını yapma danışman’ın sorumluluğundadır. Bir diğer amaç da, aile üyelerini aile yaşam döngüsünün bir sonraki evresine yardımcı olmanın yanı sıra, aile üyelerinin kendi bireysel yaşam döngülerinde de ilerlemelerine yardımcı olunur. Stratejik aile danışmasının amacı, probleme neden olan davranışları değiştirmektir. Genellikle, stratejik danışmanlar bu fonksiyonelsizliği değiştirmek için ailenin açıkça ifade ettiği amaçları veya hedefleri kullanırlar.”

İlk önce aile ile bağlantı kurulur. Daha sonraki sosyal evrede, danışman problem hakkında bilgi edinmek için aileden bilgi talep eder. Bir diğer evrede, aile üyelerinin birbirleriyle konuşup istenilen değişimin, hedefin ne olduğunu belirlemeleri istenir. Diğer yaklaşımların tersine stratejik aile danışmasında, problem hemen belirlenir ve değişim için aile güdülenir (Stanton,1981).

Stratejik aile danışmasının amacı problemleri çözmektir. Ayrıca, aile yapıcı bir tarzda problemlerini nasıl adlandıracağını öğrenmelidir.

12.2.1. Danışma Süreci Aşamaları

Açıkça ve kısaca problemi belirleme, son zamanlarda denenmiş bütün çözüm yollarını inceleme, başarabilecek açık ve somut değişim belirleme, değişim için strateji planlama ve yerine getirme (Gladding, 1998).

Bu yaklaşımda problemle yakından ilişkili olarak belli hedefler üzerinde durularak, bu hedeflere erişmek için bazı stratejiler belirlenir. Stratejik yaklaşımda ana hedef, danışma sürecine hatalı yapısal ilişkilerden sorumlu her üyenin katılmasını sağlamaktır. Sorunla ilgili olabileceği düşünülen aile, okul, arkadaş grupları da danışma sürecine katılırlar (Bentovim, 1989).

Bu yaklaşım, stratejiyi önerir çünkü temelinde şu anki problemi çözmeye yönelmiştir ve geçmişteki olaylara içgörü geliştirmek için çok az çaba harcar. Şu anki problemi gidermek, davranışları somutlaştırmak için ödev verme, yeni beceriler öğretme ve tavsiye verme gibi yönlendirici teknikler kullanılır.. Semptomları ortaya çıkartmak için mantıksal teknikler kullanılır. Örneğin, eğer karı-koca da birbirine bağırma alışkanlığı varsa, onlara günde on dakika bu alışkanlığı yapmaları söylenebilir. Tavsiye verme ve mantıksal teknikler dikkatli kullanılmalıdır yoksa aileye zarar verebilir (Nystul, 1993).

Danışma, aile üyeleri ile birlikte kararlaştırılan hedefler ve stratejiler doğrultusunda belli aşamalar dahilinde yapılır. Ortaya çıkan sorunun, aile üyelerinin birbirleriyle iletişim bozukluğundan kaynaklandığı varsayıldığından, danışmanın amacı bu iletişimi düzeltmek, düzene koymaktır.



Bu yaklaşımda, danışman'm danışma süreciyle ilgili olarak özellikle aile üyelerinin ilişkilerini değiştirecek yönlendirici direktifler verme gibi önemli bir sorumluluğu vardır. Aile üyeleri tarafından karşı çıkılması amaçlanarak, görüşme sırasında mantık dışı direktiflerde verilir. Ailenin bunlara uyma yerine aralarındaki katı kuralları yıkıp birbirlerine yaklaşımları, değişimleri hedeflenir (Bentovim, 1989).

12.2.2. Dikkat Edilmesi Gereken Kurallar

Danışman birincil karar veren kişi olmalıdır.

Danışmanın hangi aile üyelerini kapsayacağı önceden bilinmelidir.

Stratejik yaklaşımda kullanılan teknikler:

1.

• Yeniden Oluşturma

2.

• Direktifler

3 amacı vardır:

1. Aile üyelerinin davranışlarını değiştirerek onlara yeni yaşantılar sağlamak
2. Direktifler aracılığı ile danışman aile üyesi ilişkisini artırmak
3. Ailenin direktiflere verdiği tepkileri toplayarak onlar hakkında bilgi toplamak

Mecaz

Dini Törenler

Tasarlama Teknikler

Nystul (1993), aile danışmasındaki yaklaşımları 5 sınıfa ayırmaktadır

1. Psikoanalitik aile danışması kuramı
2. Yapısal aile danışması kuramı
3. Yaşantısal / insancıl aile danışması kuramı
4. Stratejik aile danışması kuramı
5. Bilişsel davranışçı aile danışması kuramı

12.3. Kuramın Güçlü ve Sınırlı Yanları

Güçlü Yanları

Çok çeşitli hasta aile ile çalışabilme esnekliğinin olması, bu yaklaşımın en güçlü yönlerindendir. Stratejik aile danışması, fonksiyonelsizlik yüzünden tehdit edilmiş ailelerde, yeme bozuklukları ve madde bağımlılığında başarı ile uygulanır.

Stratejik aile danışmasının yenilik ve yaratıcılığa açık olması; stratejik aile danışmanlarının aile ile sıcak bir ilişki kurmaya çalışmaları, bütün aile üyelerinin oturumlara katılmasına gerek kalmadan istenilen değişimin oluşabilmesi yaklaşımın güçlü yönleri arasındadır (Gladding, 1998; Nichols ve Schwartz, 1998).

Sınırlı Yanları:

Stratejik aile danışmasına yöneltlen eleştirileri şöyle sıralayabiliriz: Stratejik aile danışması oldukça yönlendirici, otoriter ve aileye bir makine gibi bakmakla eleştirilmiştir. Stratejik aile danışmasının teknikleri uygulamak kolay değildir. Bu yaklaşımda ailelerle çalışabilmek için iyi bir eğitim gerekir.

Stratejik aile danışmasının sınırlı yönlerinden diğerleri yaklaşımın zaman ve vurguları ile ilgilidir. Stratejik aile danışmasının oturum sayısı çok azdır. Aileler çalışmak için güdülendikleri halde, buna sınırlı bir zaman ayrılır. Ciddi ve geniş problemlerle yeterince ilgilenmez. Danışmanlar yalnızca bir spesifik problemi ele alıp çözerler. Bu şekilde aileler problem çözme yetenekleri kazanabilirler. Ancak bu bütün aileler için geçerli değildir. Son olarak, stratejik aile danışmanları ailede yeterli bir işbirliği kurmazlar ve tekniklerin gücüne önem verirler (Goldenberg ve Goldenberg, 1996; Gladding, 1998; Nichols ve Schvartz, 1998).

Uygulamalar

Belirlediğiniz bir davranışınızı değiştirme sürecinde ailenizin tutumunu gözlemleyiniz. Stratejik aile danışmanlığı yaklaşımından yararlanınız.

Uygulama Soruları

Stratejik aile danışmanlığında birey ve aile etkileşim süreci nasıl devam etmektedir?

Davranış değişiminde hangi süreçler belirlenmiştir?

Aile üyelerinin davranışlarını değiştirmede amaç nedir?

Danışman aile üyesi ilişkisini artırmak nasıl gerçekleşmektedir?

Bu Bölümde Neler Öğrendik?

Bu yaklaşımda, danışman'm danışma süreciyle ilgili olarak özellikle aile üyelerinin ilişkilerini değiştirecek yönlendirici direktifler verme gibi önemli bir sorumluluğu vardır. Aile üyeleri tarafından karşı çıkılması amaçlanarak, görüşme sırasında mantık dışı direktiflerde verilir. Ailenin bunlara uyma yerine aralarındaki katı kuralları yıkıp birbirlerine yaklaşımları, değişimleri hedeflenir. Danışma, aile üyeleri ile birlikte kararlaştırılan hedefler ve stratejiler doğrultusunda belli aşamalar dahilinde yapılır. Ortaya çıkan sorunun, aile üyelerinin birbirleriyle iletişim bozukluğundan kaynaklandığı varsayıldığından, danışmanın amacı bu iletişimi düzeltmek, düzene koymaktır.

Danışma sürecinin amacı ailenin şu anki problemlerini çözmektir. Müdahale planını yapma danışman'm sorumluluğundadır. Bir diğer amaç da, aile üyelerini aile yaşam döngüsünün bir sonraki evresine yardımcı olmanın yanı sıra, aile üyelerinin kendi bireysel yaşam döngülerinde de ilerlemelerine yardımcı olunur. Stratejik aile danışmasının amacı, probleme neden olan davranışları değiştirmektir. Genellikle, stratejik danışmanlar bu fonksiyonelsizliği değiştirmek için ailenin açıkça ifade ettiği amaçları veya hedefleri kullanırlar.

Bölüm Soruları

1. Hangi seçenek stratejik aile danışmasının bir özelliği değildir?
 - a. Aileyi yaşam döngüsü evrelerine alıstırırlar.
 - b. İlgörü ve yorumlama yerine, problemli davranışı değiştirmeye çalışırlar.
 - c. Geçmiş yerine şimdi ile ilgilenirler.
 - d. Stratejik açıdan bütün olaylara uyabilecek terapötik müdahalelerde bulunurlar.
 - e. Aile sisteminin tepkilerini almak için müdahale ederler.
2. Stratejik modelin danışma aşamaları bakımından aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?
 - a. Açıkça ve kısaca problemi belirleme
 - b. Son zamanlarda denenmiş bütün çözüm yollarını inceleme
 - c. Başarabilecek açık ve somut değişim belirleme
 - d. Değişim için strateji planlama ve yerine getirme
 - e. Sistemik yapı ile aileye yön verme
3. Aşağıdakilerden hangisi stratejik aile danışmanlarının aile yaşamına aktardığı boyutlardan değildir?
 - a. Tamamlayıcı ilişkiler
 - b. Aile Homeostazisi
 - c. Psikodrama
 - d. Döngüsel nedensellik
 - e. Aile Kuralları
4. Stratejik aile danışmasının gelişmesinde katkısı olmayan araştırmacı katkısı olmayan araştırmacıdır?
 - a. Madenas
 - b. Bateson
 - c. Jay Haley
 - d. Erickson

e. Ackerman

5. Stratejik aile danışmasına yapılan eleştiriler arasında hangi seçenek yer almaz?

a.Stratejik aile danışması otoriterdir

b.Stratejik aile danışmasının yeniliğe ve gelişmelere açık değildir

c.Stratejik aile danışmasının teknikleri uygulamak kolay değildir.

d.Stratejik aile danışması oldukça yönlendiricidir

e. Stratejik aile danışmasının oturum sayısı çok azdır.

6. Seçenekler arasında hangisi stratejik aile danışmasının amaçlarından biri değildir?

a.Şu anki problemleri çözmek

b.Probleme neden olan davranışları değiştirmek

c.Aile üyeleri arasındaki iletişimi düzene koymak

d. Aile üyelerinin bireysel yaşam döngülerinde de ilerlemelerine yardımcı olmak

e. Aile menşei oturumları düzenlemek

7. Erikson semptomları yok etmek için nasıl teknikler kullanmıştır?

a. Hipnotik

b. Sibernetik

c. Odaklanma

d. Sistemik

e. Öyküsel

8. Aşağıdaki seçeneklerden hangisi stratejik danışma evrelerinden değildir?

a. Öncelikle her aile bireyi ile ayrı görüşür

b. Önce aile ile bağlantı kurulur

c. Danışman problem hakkında bilgi edinir.

d. Aile üyeleri kendi aralarında konuşarak bir hedef belirlemeleri istenir

e. İstenen değişim için aile üyelerinden konuşmaları istenir

9. Aşağıdakilerden hangisi Madenas'ın ailede ortaya çıkabilecek sınıfladığı problemlerden değildir?

- a. Sevilme arzusu
- b. Diğerlerini sevme ve koruma arzusu
- c. Kendini sevme arzusu
- d. Pişmanlık ve bağışlama arzusu
- e. Kontrol ve yönetme arzusu

10. Sorunların gelişimini açıklayan etmenlerden hangisi 'aykırı hiyerarşi'yi tanımlar?

- a. İşlevsel açıklama
- b. Yapısal açıklama
- c. Bütüncül açıklama
- d. Fonksiyonel açıklama
- e. Sibermetik yaklaşım açıklaması

11. Aile danışmanlığını psikanalitik, yapısal, yaşıntısal, stratejik, bilişsel, davranışçı olmak üzere 5'e ayıran kimdir?

- a.Nystul
- b.Barker
- c.Bentovrim
- d. Foley
- e.Fenell ve Weinhold

Cevap Anahtarı

1 d, 2 e, 3 c, 4 e, 5 b, 6 e, 7 a, 8 a, 9 c, 10 b, 11 a

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Gladding, S. T. (2007). *Family therapy: History, theory and practice* (4th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall.

Nichols, M. P. (2013) *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, Kaknüs Yayınları, , İstanbulRuppert, F., (2014) *Travma, Bağlanma, ve Aile Konstelasyonları*,Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek, Kaknüs Yayınları, İstanbulSolmuş, T.,(2012), *Bağlanma, Evlilik Ve Aile Psikolojisi*,Sistem Yayınları, İstanbul Weeks, G.,R., ve T.,S.,R., (2012), *Evlilik ve Çift Terapisi*, Etkili Bir Uygulama İçin Teknikler ve Yaklaşımlar, Pusula Yayınları, İstanbul<http://psikiyatriksosyalhizmet.com/>

<https://pixabay.com/tr>

13. KADINA YÖNELİK ŞİDDETİN ÖNLENMESİNDE AİLE TERAPİSİNİN ROLÜ

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Kadına yönelik şiddet coğrafi bölge, sosyo-ekonomik statü ve eğitim düzeyine bakılmaksızın tüm dünyada ve kültürlerde son derece yaygın görülen bir olaydır. Bu bölümde kadına yönelik şiddet hakkında aile danışmanlığı uygulamaları üzerinde durulacak.

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Aile içi ilişkilerde iletişim çatışmalarına yol açan etkenler nelerdir?

Kadına yönelik şiddet neden sıkça gündeme gelmektedir?

Kadına yönelik şiddetin azaltılmasında takip edilecek yollar nelerdir?

Kadına yönelik şiddeti önleyici çalışmalar nelerdir?

Aile içi çatışmaları ve kadına yönelik şiddet bağlamında hangi danışma teknikleri uygulanmaktadır?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Kadına yönelik şiddet	Yaygınlaşma nedenleri hakkında farkındalık edinmek	Kadına yönelik şiddetle ilgili kitapların, çalışmaların okunması ve incelenmesi
Aile içi çatışmalar	Aile içi çatışmalarda önleyici bilgiler edinmek	Bireylerin karşılaştıkları sorunların çevre ile beraber değerlendirilmesi ve gözlemlenmesi
Kadına yönelik şiddette danışmanlık	Konu hakkında öne çıkan yaklaşımların öğrenilmesi	Konuyla ilgili temel ve yardımcı kitapların incelenmesi ve olgu analizlerinin yapılması

Anahtar Kavramlar

Kadına Yönelik Şiddet

Aile Terapisi

Şiddetin Önlenmesi

Giriş

Ülkemizde hızlı toplumsal değişim yaşanmaktadır. Her değişim, beraberinde kimlik ve kişilik çatışmasını getirir. Günümüzde kendine yabancılaşmış birey, kimlik ve kişilik erozyonuna uğramış bunalımlı bir insandır. Bireylerin gelişim, kişilik ve uyum sorunları beraberinde sosyal sorunlara neden olur. Sosyal sorunlar toplumsal/kültürel çatışma ve sosyal çözülmeye yol açarak bir yandan refah düzeyi yüksek bir toplum içinde giderek artan problemlili kişiler üretmektedir. Böylece toplumsal yapımızda kendi kendine gelişmekte olduğu "modern alt kültür kavramı" bir sorun olarak ortaya çıkmaktadır.

Modern alt kültür, toplumun genel ve çoğunluktaki kültürel değerlerinden farklı uçta çatışmalı öfkeli yabancılaşmış ve yozlaşmış bir kültürü ifade eder. Farklı değerlerden ziyade değerlerden yoksunluğu belirtir ve günümüzde giderek büyümektedir. Madde ve uyuşturucu bağımlılığı, şiddet, fuhuş, anti- sosyal davranışlar, kural tanımazlık gibi özellikleriyle giderek yaygınlaşan bir modern alt kültür özellikleri oluşturur. (Kılıçarslan, 2010) İç göçle birlikte oluşan yeni şehir merkezleri barınma, eğitim, sağlık ve işsizlik sorunları aile kurumunu olumsuz etkilemiştir. Üretim araçlarında farklılaşma ve karı-koca arasındaki rol paylaşımı değişmesine paralel aile içi çatışmalar artmış beraberinde boşanmalara yol açmıştır.

Aile terapisinin amacı, özel bir grup oluşturan aile üyelerinin, her birinin ruhsal sağlıklarını düzenlemek ve heyecansal bozukluklarını iyileştirmek ve aile sisteminin işlerliğini sağlamaktır. Ülkemizde aile terapisi uygulamaları gelişmekte olup, ailenin tedavi sürecine katılmasıyla uygulanan tedavi uygulamalarında verimlilik artmaktadır. Uygulamada aile yaşam evrelerinde meydana gelen değişim terapistlerle birlikte ele alınarak, aile terapisiyle çiftlere kriz yönetim becerileri geliştirilir, iç görü ve farkındalık kazandırılır. Aile Terapi uygulamasıyla çiftlerin uygun davranışlar belirlemesi, iç görü ve farkındalık'larının arttırılması, eşlerin tedavi sürecine katılımını sağlayarak ailenin tedavi gücü harekete geçirilir. Kadına Şiddetin önlenmesinde ailelere, her yaşam evrelerinde eğitim, danışmalık ve terapi hizmetlerine önem verilmeli, aile kurumunu oluşturan üyeler desteklenmelidir. Aile danışma ve toplum merkezleri yaygınlaştırılmalıdır.

13. KADINA YÖNELİK ŞİDDETİN ÖNLENMESİNDE AİLE DANIŞMANLIĞININ ROLÜ

13.1. Kadına Yönelik Şiddetin Yaygınlığı

Genellikle kadın-erkek ilişkisindeki güç dengesizliği sonucu meydana gelen kadına yönelik şiddet, özel yaşam içinde gerçekleşmesi nedeniyle açığa çıkarılması zor bir toplumsal sorundur. Aile bireylerinin sosyal işlevselliğini ve yaşam kalitesini bozan şiddet, sonuçları itibarıyla bireyde kalıcı etkiler oluşturmaktadır. Yeterli iletişim donanımına sahip olmayan, öfkesini kontrol edemeyen ve dürtüsel hareket eden aile bireyinin kendisinden daha zayıf diğer aile bireylerine uyguladığı her türlü fiziksel, psikolojik, sosyal, ekonomik, cinsel baskı ve zorlama aile içi şiddet olarak tanımlanmaktadır. Aile içinde çoğunlukla kadın ve çocukların şiddete maruz kaldıkları bilinmekle birlikte, yetersizlikleri nedeniyle aileyle birlikte yaşayan yaşlıların ya da engellilerin de şiddete uğradıkları tespit edilmektedir. Şiddetin her türüsü mağdura acı vermekte ve yaralamaktadır. Fiziksel yaralanmaların etkisi kısa sürede iyileşse bile psikolojik incinmenin etkisi bazen bir ömür boyu sürebilmektedir. Özellikle cinsel saldırılarda mağdurun aldığı psikolojik ve sosyal yara bireyi intihara kadar götürebilmektedir.

Kadına yönelik şiddet coğrafi bölge, sosyo-ekonomik statü ve eğitim düzeyine bakılmaksızın tüm dünyada ve kültürlerde son derece yaygın görülen bir olaydır. 2013 yılında Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan kadına yönelik şiddetin küresel ve bölgesel yaygınlığıyla ilgili raporda küresel ölçekte tüm kadınların % 35'inin şiddete maruz kaldığı belirtilmiştir. Kadına yönelik şiddetin yaygın bir küresel sağlık sorunu olduğunun vurgulandığı raporda; hayatını kaybeden kadınların % 38'inin şiddet sonucu yakınları tarafından öldürüldüğü, şiddete uğrayan kadınların % 42'sinin ciddi anlamda yaralandığı tespit edilmiştir. Ayrıca şiddete maruz kalan kadınların şiddet mağduru olmayan kadınlara oranla depresyon yaşama, cinsel hastalığa maruz kalma ve alkol kullanma riskinin 1,5-2 kat daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır (World Health Organization, 2013, s. 31).

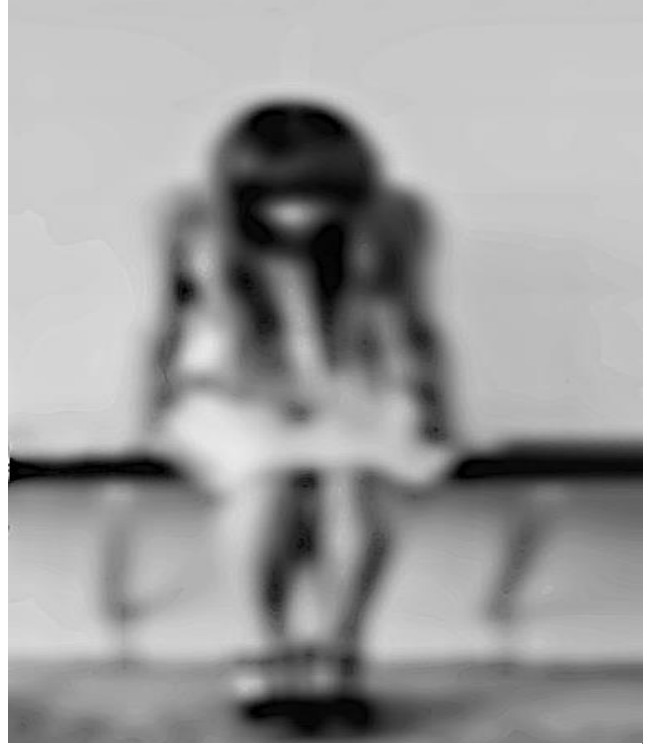
Kadına yönelik şiddet coğrafi bölge, sosyo-ekonomik statü ve eğitim düzeyine bakılmaksızın tüm dünyada ve kültürlerde son derece yaygın görülen bir olaydır. 2013 yılında Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan kadına yönelik şiddetin küresel ve bölgesel yaygınlığıyla ilgili raporda küresel ölçekte tüm kadınların % 35'inin şiddete maruz kaldığı belirtilmiştir. 2008 yılında Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü'nün öncülüğünde gerçekleştirilen “*Türkiye’de Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet Araştırması*”nın bulguları şiddetin türünü, yaygınlığını, etkilerini ve nedenlerini göstermesi açısından önemlidir. Araştırmaya göre; ülkemiz genelinde eşi veya eski eşi tarafından fiziksel şiddete maruz bırakılan kadınların oranı % 39’dur. Hayatının herhangi bir döneminde duygusal şiddet yaşayan kadınların oranı % 43,9’dur. Sadece cinsel şiddete maruz kalan kadınların oranı % 15,3’tür. Fiziksel veya cinsel şiddetin birlikte yaşanma yüzdesi % 41,9’dur. Kentte fiziksel şiddet oranı %38 iken, kırdı % 43’tür. Yaşadıkları fiziksel şiddet sonucunda yaralanan kadınların oranı % 25’tir. En az bir kez fiziksel veya cinsel şiddete maruz kalmış kadınlardan eğitimi olmayanların oranı % 55,7, lise ve üzeri düzeyde eğitim alanların oranı ise % 27’dir. Yaşadıkları şiddeti kimseye anlatamayan kadınların oranı % 48,5’tir. Şiddet yaşayan

kadınların sağlık sorunları yaşama, intihar etmeyi düşünme ya da deneme olasılıkları en az iki kat artmaktadır. Her 10 kadından 1'i gebeliği sırasında fiziksel şiddete maruz kalmıştır. Cinsel şiddet birçok durumda fiziksel şiddet ile birlikte yaşanmaktadır; kadınların % 42'si fiziksel veya cinsel şiddete maruz kaldıklarını belirtmişlerdir. Sadece eğitim düzeyi düşük olan kadınlar şiddete maruz kalmamaktadır. Eğitim düzeyi daha yüksek olan kadınlar arasında bile her 10 kadından 3'ü eşleri tarafından fiziksel veya cinsel şiddete maruz kalmıştır. Evlenmiş kadınların hayatındaki en yaygın şiddet, eşlerinden gördükleri şiddettir. Kadınların % 7'si çocukluklarında (15 yaşından önce) cinsel istismar yaşadıklarını belirtmişlerdir (KSGM, 2010).

Aile içi şiddet sorunu kadının mağdur olması, eşler arası ilişkilere zarar vermesi ve ailenin savunmasız üyeleri olan çocuklar üzerinde olumsuz psikolojik etki bırakması nedeniyle üzerinde çok boyutlu çalışılması gereken bir konudur. Aile üyelerine psikolojik destek verilmesi yanında, bozulan ilişkilerin onarılması için aile oturumları yapılması eğer şiddet tehlikeli boyutta ise kadın ve çocukların hukuki destek almaları önerilmektedir.

Aile İçi İletişim Çatışmaları

Aile içi ilişkilerde uyum ve işbirliği sorunları, sevgiyi, saygıyı ortadan kaldırmakta iletişim çatışmalarına yol açmaktadır. Üretim



Resim 12. <http://pixabay.com.tr>

araçlarında farklılaşma kadın ve koca arasındaki rol paylaşımını değiştirmiş ilişkilerde yaşanan çatışmalar yönetilmediği için krize dönüşerek aileler parçalanmıştır. Ailelerin yapısal sorunlarında en çok çocuklar etkilenerek çocukların temel ihtiyaçlarının karşılanmaması gerekli ilgi sevgi ve şefkat gösterilmemesinin yanı sıra fena muamele, fiziksel ve cinsel istismar çocuklara yönelik şiddet kapsamında yer alır. Çatışma yapısı gereği her iki tarafa zarar vermektedir. Bireylerin duygusal, fiziksel örselenmesine yol açmaktadır. Çatışma ve şiddet, kocanın kadını küçümsemesi, özgüvenini yitirmesine yol açması, aşağılayıcı sözler söylemesi, kadını çocukları konusunda kendini suçlu hissetmesine yol açması, dayak yâda ölümle tehdit etme, terk etme tehdidi aile ya da arkadaşlarıyla görüşmesine izin vermemek şeklinde erkekte kadına yönelik şiddet gözlenebilir. Şiddetin egemen iletişime dönüşmesi kadının erkekte uzaklaşmasına ve içe kapanmasına yol açmaktadır. İlişkilere kendi dünyaları, algıları, düşünceleri ve beklentileri doğrultusunda bakmak kadını hayal kırıklığına sürükleyebilir. Beklentileri erkek tarafından karşılanmaması kadını erkekte uzaklaştırır. Erkeğin tepkisi öfke ve kızgınlık patlamaları şeklinde olabilir. Kendini değersiz ve önemsiz

hissedebilir. Birbirini anlama çabası yerine birbirini yargılama ve suçlama eğilimi içerisinde olabilirler. (Kılıçarslan, 2010)

13.2. Şiddet Vakalarında Aile Terapisi Yaklaşımı

Aile terapisi, ilginin tek bir birim olarak kabul edilen aile üzerine yönlendirilerek, uyum ve fonksiyonelliği artırma adına profesyonel terapist tarafından uygulanan bir müdahale yaklaşımıdır. Aile terapisi yaklaşımı genellikle kişilerin ve kişilerarası ilişki kalıplarının sistem içindeki etkisine ağırlık verir. Aile içi rol ve karşılıklı sorumluluklar açıklığa kavuşturularak uyum davranışları arttırılmaya çalışılır. Terapist sözlü ve sözsüz iletişime dikkat ederek, aile öyküsünden daha çok “şimdi ve burada” anlayışı üzerine yoğunlaşır. İnsanların sorunlarının ilişkisel boyutlarına odaklanan aile terapisi yaklaşımı psikoanalitik, yapısal, yaşantısal, stratejik ve bilişsel-davranışsal temelli kuramlara dayanmaktadır (Barker, 1995, s. 113). Nathan Ackerman’a göre evlilik terapisinin amacı, evlilikle ilgili duygusal sıkıntıyı ve yetersizliği azaltmak ve eşlerin her ikisinin birlikte ve bireysel olarak iyilik hallerini desteklemektir (Akdemir, Karaoğlu, & Karakaş, 2006, s. 128).

Aile içinde eşler arasında iletişim sorunları yaşanması hem ilişki doyumunu azaltmakta hem de şiddeti tetiklemektedir. Evlilik terapisi için başvuran çiftlerle yapılan araştırmalara göre, iletişim çatışmaları en sık karşılaşılan sorunların başında gelmektedir (Litzinger & Gordon, 2005, s. 412). Boşanmaların çoğu aile içi iletişim becerilerinin yetersizliğinden kaynaklanmaktadır. Açık ve yeterli iletişimin olduğu evliliklerde ise eşlerin ruhsal açıdan doyum sağladıkları ve evliliği sürdürmeye daha istekli oldukları görülmektedir (Eskin, 2012, s. 227).

Aile terapisi çalışmaları genellikle ailede sorun olarak görülen bireyi tedavi ettirmek amacıyla diğer üyelerin girişimde bulunması sonucu başlar. Psikolojik danışma kültürünün yaygın olmadığı Ülkemiz açısından bakıldığında aile üyelerinin birlikte terapi alma konusunda ikna edilmesi oldukça zordur. Özellikle aile şiddet durumlarında kadın yardım aramak için ilgili yerlere başvurmakta, çoğu zaman erkeğin görüşme ortamına çekilmesi mümkün olmamaktadır. Bu noktada erkeği terapi ve danışma ortamına katılmaya motive etmek için sosyal inceleme amaçlı ev ziyaretlerinde bulunulması önem taşımaktadır.

Eşler kendilerine özgü yaşam biçimi kalıpları ve ailelerinden getirmiş oldukları farklılaşma düzeyi ile evliliğe adım atarlar ve aile hayatı başlar. Aile, birincil samimi ilişkilerin yaşandığı bir ortam olması nedeniyle evlilik daha çok duygusal ve iç güdüsel güçler tarafından yönlendirilir. Eşlerin farklılaşma düzeyleri birbirlerine olan davranış tarzlarını da etkiler. Farklılaşma düzeyinin düşük olması, gelecekteki problem riskini artırır ve evlilikteki duygusal birleşmeyi (bağımlılık) derinleştirir. Eşlerden biri baskın (dominant) konumda olur ve kararları verir, diğer eş ise koşullara uyum sağlar (Nazlı, 2001, s. 74). Şiddet mağduru kadın erkek egemen aile yapısında yetişmesi nedeniyle eşinin dominant davranışlarına toleranslı yaklaşmaktadır.

TÜRKİYE İSTATİSTİK KURUMU			
KADINA YÖNELİK AİLE İÇİ ŞİDDET İSTATİSTİKLERİ			
Yaş Grubu	Yaşamın herhangi bir döneminde	Son 12 ayda	Evlenmiş Kadın Sayısı
15-24	31.9	17.3	1,194
25-34	36.6	12.5	3,652
35-44	39.7	8.7	3,009
45-59	45.4	4.8	2,943
Türkiye	39.3	9.9	10,798

Tablo 3 Eşi veya birlikte olduğu kişi(ler)den fiziksel şiddet yaşamış kadınların yüzdesi

13.3. Hümanist ve Varoluşçu Yaklaşım

Hümanist ve Varoluşçu Yaklaşım Gerilimle karşılaşan insanların özgüvenlerinin zayıfladığını hissettikleri anda başa çıkmak için dört farklı iletişim kalıbı kullandıklarını belirtmiştir. Bu dört kategori; *suçlayıcı*, *yalvarıcı*, *hesapçı* ve *dağınık* iletişim tarzlarıdır. Bunların hepsi de, düşük kendilik değerinin sonucudur ve kırılganlığı örtmeye çalışmaktadır (Satir, 2001, s. 87; Murdock, 2012, s. 411).

Satir'e göre aile terapisinde danışmanın rolü, kolaylaştırıcı ve araştırmacı kişi olmaktır. Danışman aile üyelerinin kendilerini tanımalarına ve diğer üyeleri anlamalarına yardımcı olur. Aynı zamanda aile üyelerinin kendi potansiyel güçlü yönlerini, yeteneklerini keşfetmelerini sağlayarak açık iletişim kurmaları konusunda rehberlik yapar (Nazlı, 2001, s. 117). Satir'in yaklaşımının temel unsuru *benlik saygısı* ve *kendilik değeridir*. Kendilik değeri, başkalarının fikirleri ne olursa olsun kişinin kendisine verdiği değerin düzeyi olarak tanımlanmaktadır.

Bazı durumlarda aile bireylerinin başa çıkma kapasitesi ve bireylerarası iletişim gücü ve rol performansları yerinde olsa bile, sosyo-ekonomik kaynak yetersizliği ve güçlüğü ailenin temel rollerini yerine getirmesine engel olur. Bu şekilde ekonomik desteğe muhtaç olan ailelere sosyal hizmet müdahalesi ve aile danışmanlığı uygulanmasında yarar vardır. Aileye ayni-nakdi destek sağlamanın yanında, ailenin işlevselliğini arttırmaya yönelik

rehberlik, eğitim ve savunuculuk gibi hizmetlerin de sunulması gerekmektedir (Mavili Aktaş, 2013, s. 104).

Planlı bir değişim süreci olan aile terapisi, aile üyelerinin katılımıyla gerçekleşmekte ve belli aşamaları izlemektedir. Virginia Satir ailelerle yapılan psikolojik danışma oturumları için üç aşama ön görmüştür. Ancak bu aşamaların tekrar tekrar dönüştürülerek yaşandığı belirtilmektedir. Birinci aşama olarak belirtilen *temas* aşamasında, acı içinde terapiye gelen aileler için bir umut ve güven atmosferi oluşturulmalıdır. İkinci aşama olan *kaos* aşamasında aile üyelerinden birisi riskli alana girer ve incinmişliğini, acısını, öfkesini dile getirir. Terapist duyguların açığa çıkmasını kolaylaştırmaya çalışır. Üçüncü aşamada *bütünleşme* yaşanır. Kaosu oluşturan konunun kısmen üstesinden gelinmiş olur ve aile varoluş şekline geçer. Bu aşamada ailenin önemli konuları bakımından bazı sonlandırmalar gerçekleşebilir (Murdock, 2012, s. 417).

13.1. İlk Görüşme

İlk görüşme aile üyelerinin ve terapiye getirilen sorunun değerlendirilmesiyle başlar. Görüşme sürecinde, terapist ile aile üyeleri arasında güvene dayalı terapötik iletişim oluşturulur. Bu sayede aile ilişkilerinin içsel olarak işleyişinin birlikte araştırılması sağlanır (Worden, 2013, s. 17). Aile üyeleriyle ilk karşılaşmada iyi bir terapötik ilişki kurulabilmesi için, oturumda bulunan her bir aile üyesiyle temas kurulmaya çalışılmalıdır. Katılım, düzenleme ya da ilgi gereği terapist her bir aile üyesini açıklık ve sıcaklıkla karşılama sorumluluğu taşımaktadır. Ailenin hissettiği kaygının azaltılması adına bireylere odaklanan ilgi etkili olmaktadır. Aile üyelerinin kendilerini anlatabilmesi ve kaygılarını açıklayabilmesi için terapistin içerikle ilgili ayrıntılara çok fazla takılmaması gerekmektedir. Başlangıçta daha çok “*ne, niye, nerede, ne zaman*” soruları yerine, “*nasıl*” soruları sorularak aile süreci anlaşılmasına çalışılmalıdır (Corey, 2008, s. 479). İlk görüşme sonucunda hedefler belirlenir ve bir müdahale planı oluşturulmaya çalışılır.

İlk oturumda aile üyelerinin girişkenlikleri desteklenmeli ve sorunlarının çözümünde katılımcı rol üstlenmeleri sağlanmalıdır. Bu sayede ailenin sınırları, güç dengesi ve iletişim örüntüleri öğrenilebilecektir. Özellikle aile içi güç dengesini elinde tutmaya çalışan otoriter babanın diğer aile üyelerini kontrol çabası, annede ve ergen çocukta farklı güç odaklarının oluşmasını sağlamış olabilir. Ergen çocuk isyan etme ve ebeveynini dinlememe gücünü kullanabilir. Ne kadar baskı uygularsa uygulasin babanın bu tavrı değiştirme gücü yoktur. Anne ise sessiz kalarak oğlunun babaya karşı isyanını arttırma gücüne sahiptir. Bu nedenle terapist gücün açık ve örtük şekilleri konusunda dikkatli olmalı, aslında her aile üyesinin güç sahibi olduğunun farkına varmalıdır (Worden, 2013, s. 23).

13.2. Yapısal Terapistler

Yapısal terapistler, ilk görüşme sonrasında ailenin yapısını değerlendirmeye çalışırlar. Aile yapısı; “*etkileşim örüntülerine, bu örüntüleri desteklemek üzere ortaya çıkan kurallar ve rollere ve bu kurallar ve rollerin sonucunda oluşan ittifaklara*” denir (Hackney & Cormier, 2008, s. 265). Genogram ya da aile haritasının kullanıldığı bu aşamada annenin aile

kökeni, babanın aile kökeni ve şimdiki aile olmak üzere üç kuşağın aile yapısına bakılır (Nazlı, 2001, s. 128). Şiddetin temel nedenlerinden bir tanesi de *modelleme* olduğuna göre, eğer birey şiddet sergilenen ortamda büyümüşse gelecek yaşantısında da şiddet kullanma olasılığı yüksektir. Sosyal öğrenme kuramına göre, kadınlara uygulanan şiddet strese karşı öğrenilmiş bir tepkidir. Kişi şiddeti bir çeşit stresle başa çıkma yöntemi olarak gözlemleyerek, model alarak, ebeveynleri arasında yaşanan şiddete tanık olarak ya da şiddetin birebir hedefi olarak öğrenir. Anne-baba ilişkisinde yaşanan şiddete maruz kalan çocuk, anneye sürekli şiddet uygulayan ‘saldırgan’ babayla özdeşleşmektedir (Zara Page & İnce, 2008, s. 84)

Terapist aileyle ilk karşılaşmasından itibaren ailenin işleyişiyle ilgili hipotezler oluşturmaktadır. Sonrasında terapist teorik bilgilerini kullanarak ailenin davranışlarını kavramsal kategorilere yerleştirmeye başlar. Klinik verilere dayalı olarak ailenin ihtiyaç ve problemlerine göre aileye özgü müdahale öncelikleri belirlenir. Bu aşamada ailenin üstüne gitme konusunda acele edilmez, aile üyelerinin asıl sorunlarına hemen odaklanılmaz (Worden, 2013, s. 129).

13.3. Bilişsel-Davranışçı Terapi

Bilişsel-davranışçı aile terapisinde danışman eğitici rolünü ön plana çıkararak, kendi ilişkilerini değerlendirmeleri konusunda aileye model olmaya çalışır. Ailede değişimi gerçekleştirmek için bilişsel-davranışçı stratejilerden yararlanır ve ailenin kendi kaynakları harekete geçirilir. Şiddet yaşanan aileyle çalışılırken aşağıdaki hususlar gerçekleştirilmelidir (Nazlı, 2001, s. 170; Carlson, Len, & Judith A., 2005, s. 46):

1. Özellikle şiddete neden olan iletişim sorunlarının ve bunları oluşturan şartların açık bir şekilde tanımlanması,
2. Aile etkileşimini olumsuz etkileyen davranışların sıklığı, süresi, boyutları ve hangi işlevleri engellediğinin belirlenmesi,
3. Şiddet davranışını sürdüren, azaltan veya arttıran etkenlerin ortaya çıkarılması,
4. Şiddet davranışını değiştirebilmek için kullanılabilecek bireysel ve çevresel kaynakların belirlenmesi,
5. Aile üyelerinin danışmaya ilişkin amaçlarının öğrenilmesi,
6. Amaçlara başarılı bir şekilde ulaşabilmek için kolaylaştırıcı ve engelleyici faktörlerin belirlenmesi.

Bilişsel-davranışçı terapide, duygusal ve davranışsal sorunların temelinde bireylerin sahip oldukları mantık dışı düşünce biçimlerinin yattığı düşünülmektedir. Sahip olunan bilişsel süreçler nasıl hissedildiğinin ve nasıl davranıldığının belirleyicisidir. Terapide asıl olarak düşünme, karar verme, soru sorma, yapma ve yeniden karar verme vurgulanarak bilişsel ve davranışsal alan üzerine odaklanılır. Terapi bir öğrenme süreci olarak yeni becerilerin oluşturulduğu ve uygulandığı, yeni düşünme biçimlerinin geliştirildiği, problemle

daha etkili başa çıkma yöntemlerinin kazanıldığı psiko-eğitsel bir yaklaşım olarak nitelendirilebilir (Corey, 2008, s. 509). Terapi sürecinin etkili olabilmesi için danışmanın içeriği yansıtma, duyguları yansıtma, içeriği ve duyguları özetleme, kendini açma, yüzleştirme ve yorumlama gibi bazı becerilere sahip olması gerekmektedir (Nazlı, 2001, s. 209).

Uygulamalar

Ülkemizde kadına yönelik şiddet, yaş ve bölge değişkenlerine göre nasıl bir dağılım göstermektedir? İstatistik ve haber kaynaklarından araştırınız.

Uygulama Soruları

Bölgesel demografik yapıların aile içi çatışmalarda etkisi nedir?

Kadına yönelik şiddette bölgesel, kültürel dinamiklerin rolü nedir?

Kadına yönelik şiddette yaş faktörü verilerinde hangi etkenlerin rolü vardır?

Bu Bölümde Neler Öğrendik?

Aile terapisinin amacı, özel bir grup oluşturan aile üyelerinin, her birinin ruhsal sağlıklarını düzenlemek ve heyecansal bozukluklarını iyileştirmek ve aile sisteminin işlerliğini sağlamaktır. Aile terapisi, ilginin tek bir birim olarak kabul edilen aile üzerine yönlendirilerek, uyum ve fonksiyonelliği arttırma adına profesyonel terapist tarafından uygulanan bir müdahale yaklaşımıdır. Aile terapisi yaklaşımı genellikle kişilerin ve kişilerarası ilişki kalıplarının sistem içindeki etkisine ağırlık verir. Aile içi rol ve karşılıklı sorumluluklar açıklığa kavuşturularak uyum davranışları arttırılmaya çalışılır. Terapist sözlü ve sözsüz iletişimlere dikkat ederek, aile öyküsünden daha çok “şimdi ve burada” anlayışı üzerine yoğunlaşır.

Hümanist ve Varoluşçu Yaklaşım Gerilimle karşılaşan insanların özgüvenlerinin zayıfladığını hissettikleri anda başa çıkmak için dört farklı iletişim kalıbı kullandıklarını belirtmiştir. Bu dört kategori; *suçlayıcı*, *yalvarıcı*, *hesapçı* ve *dağınık* iletişim tarzlarıdır. Bunların hepsi de, düşük kendilik değerinin sonucudur ve kırılganlığı örtmeye çalışmaktadır

Bilişsel-davranışçı aile terapisinde danışman eğitici rolünü ön plana çıkararak, kendi ilişkilerini değerlendirmeleri konusunda aileye model olmaya çalışır. Ailede değişimi gerçekleştirmek için bilişsel-davranışçı stratejilerden yararlanır ve ailenin kendi kaynakları harekete geçirilir. Şiddet yaşanan aileyle çalışılırken aşağıdaki hususlar gerçekleştirilmelidir

Bölüm Soruları

1. Evlilik ve aile terapisinde, temas, kaos ve bütünleşme aşamalarını kazandıran bilim insanı kimdir?

- a. Whitaker
- b. Ackerman
- c. V. Satir
- d. Bobly
- e. Erickson

2. Terapi sürecinin etkili olabilmesi aşağıdakilerden hangisine bağlı değildir?

- a. Danışmanın içeriği yansıtmasına
- b. Danışmanın duyguları yansıtmasına
- c. Danışmanın içeriği ve duyguları özetlemesine
- d. Danışmanın kendini açmasına
- e. Danışmanın yüzleştirme ve yorumlama gibi bazı becerilere sahip olmamasına

3. Bilişsel-davranışçı yaklaşımla şiddet yaşanan aileyle çalışılırken aile etkileşiminiolumsuz etkileyen davranışların sıklığı, süresi, boyutları ve hangi işlevleri engellediğinin belirlenmesi önemlidir.

O(D)O(Y)

4. Aşağıdakilerden hangisi bilişsel-davranışçı terapisinin amacı değildir?

a. Bir öğrenme süreci olarak yeni becerilerin oluşturulması ve uygulanmasıdır. Aile üyelerinin ilişkileri hakkında direktifler vermek

- c. Yeni düşünme biçimlerinin geliştirilmesidir
- d. Problemle daha etkili başa çıkma yöntemlerinin kazanılmasıdır
- e. Psiko-eğitsel bir yaklaşımdır

5. Yapısal terapistlerin yöntemlerinde aşağıdakilerden hangisi geçerli değildir?

- a. Ailenin işleyişiyle ilgili hipotezler oluşturulur
- b. Ailenin davranışlarını kavramsal kategorilere yerleştirmeye başlar

c.Klinik verilere dayalı olarak aileye özgü müdahale öncelikleri belirlenir

d. Aile üyelerinin asıl sorunlarına hemen odaklanılmaz

e.Ailenin sorunları üzerine gitmede acil önlemler alınır

6- 2013 yılında Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan kadına yönelik şiddetin küresel ölçekte gösterilen veri ne kadardır?

a.%50

b.%45

c.%35

d. %20

e.%15

7. Kadına yönelik şiddet ne içerir?

a.İletişimin kesilmesidir.

b.Psikolojik baskıdır.

c.Geçimsizliktir

d. Öfke kontrolsüzlüğüdür

e.Fiziksel, psikolojik, sosyal, ekonomik, cinsel baskı ve zorlamalardır.

8- Aşağıdakilerden hangisi kadına şiddet konusunda bilişsel davranışçı ekol ve

hümanistik ekolün yaklaşım biçimleri çoğunlukla uygulanmaktadır.

O(D)O(Y)

9. “Evlilik terapisinde amaç, evlilikle ilgili duygusal sıkıntıyı ve yetersizliği azaltmaktır” tezini ileri süren bilim adamı kimdir

a. Ackerman

b. Bowen

c.Adler

d. Satir

e. Wiener

10. Şiddet vakalarında aile terapisinde hangisi öncelikli değildir?

- a. Aile öyküsü
- b. Şimdi ve burada yaklaşımı
- c. Aile içi roller
- d. İnsanların sorunlarının ilişkisel boyutları
- e. Duygusal sıkıntıyı ve yetersizliği azaltmak

Cevap Anahtarı

1 c, 2 e, 3 (D), 4 b, 5 e, 6 c, 7 e, 8 (D), 9 a, 10 a

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Ackerman, N.W. (1966) “*Expanding Theory and Practice in family Therapy*” family Service Association of America, New York Akdemir, A. Karaoğlu, A. Karakaş, G. (2006). Çift Terapisi, Psychiatry in Türkiye, Volume 8- Number 2

Akdemir, A., Karaoğlu, A., & Karakaş, G. (2006). *Çift Terapisi*. Türkiye’de Psikiyatri Dergisi, 8(2), 122-128.

Akın, A., Gülşen, M., Aşut, S., & Akca, M. (2012). *Yakın İlişkilerde Şiddet Sorumluluğu Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlilik ve Güvenilirliği*. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12(2), 175-184.

ASAGEM. (2010). *Türkiye’de Aile Değerleri Araştırması*. Ankara: Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü Yayınları.

Barker, R. (1995). *The Social Work Dictionary*. USA: NASW Press.

Carlson, J., Len, S., & Judith A., L. (2005). *Family Therapy Techniquet: İntegration and Tailoring Treatment*. USA, Newyork: Routledge.

Carr, A. (2006). *Family Therapy: Concepts Process and Practice*. England, Chichester: John Wiley & Sons.

Corey, G. (2008). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (T. Ergene, Çev.) Ankara: Mentis Yayıncılık.

Dallos, R., & Draper, R. (2012). *Aile Terapisine Giriş: Sistemik Teori ve Uygulama*. (Ş. Kesici, & C. Kiper, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Eskin, M. (2012). *Evlilik Terapisi için Başvuran Çiftlerin Evlilik Doyumu ve Evlilik Terapisiyle Hakkındaki Görüşleriyle İlişkili Etmenler*. Klinik Psikiyatri, 15(4), 226-237.

Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2008). *Family Therapy: An Overview*. USA: Thomson Brooks/Cole.

Hackney, H., & Cormier, S. (2008). *Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri: Psikolojik Yardım Süreci El Kitabı*. (T. Ergene, & S. Aydemir Sevim, Çev.) Ankara: Mentis Yayıncılık.

Karaoğlu, A. Karakaş, G. (2006). *Çift Terapisi, Psychiatry in Türkiye, Volume 8- Number 2*

Kerimoğlu, Efser, (1996). “*Aile Tedavileri*”, Ankara Üniversitesi Çocuk Psikiyatrisi Bilim Dalı Yayınları, Ankara

Kılıçarslan F, (2010). “*Çocuk ve Aile Sorunlarının Terapi ile Tedavisi*”, Nobel Yayıncılık, Ankara

Kılıçarslan, F. (2007). “*Madde Bağımlısı Ergenlerde Aile Terapileri ve Bir Olgu Sunumu*” Bağımlılık Dergisi; Cilt 8, Sayı 1.

Körükçü, Ö., Öztunalı Kayır, G., & Kukulu, K. (2012). Kadına Yönelik Şiddetin Sonlanmasında Erkek İşbirliği. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(3), 396-413.

KSGM. (2010). *Türkiye’de Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet* (2 b.). Ankara: Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü Yayınları.

Litzinger, S., & Gordon, K. (2005). Exploring Relationships Among Communication, Sexual Satisfaction, and Marital Satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 31(5), 409–424.

Mavili Aktaş, A. (2004). *Aile Terapisinde Sosyal Hizmet Yaklaşımı*. Aile ve Toplum, 2(7), 33-42.

Mavili Aktaş, A. (2013). *Ben ve Ailem*. Konya: Atlas Akademi.

Murdock, N. (2012). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları*. (F. Akkoyun, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Nazlı, S. (2001). *Aile Danışmanlığı*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Özgüven, İ. E. (2000). “*Evlilik ve Aile Terapisi*”, PDREM Yayınları, Ankara

Satir, V. (2001). *İnsan Yaratmak: Aile Terapisinin Başyapıtı*. İstanbul: Beyaz Yayınları

Şenol Durak, E., & Fışıloğlu, H. (2007). Film Analizi Yöntemi ile Virginia Satir Aile Terapisi Yaklaşımına Bir Bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 10(20), 43-62.

Tarhan, N. (2006). *Kadın Psikolojisi*. İstanbul: Nesil Yayınları.

Tüzer, V., & Göka, E. (2002). Aile Terapisinin Klinik Psikiyatriye Katkısı. *Yeni Symposium*, 40(3), 111-117.

Worden, M. (2013). *Aile Terapisi: Temelleri*. (T. Akbaş, Çev.) Adana: Nobel Kitabevi.

World Health Organization. (2013). *Global and Regional Estimates of Violence Against Women: Prevalence and Health Effects of Intimate Partner Violence and Non-partner Sexual Violence*. Geneva, Switzerland: WHO Document Production Services.

Zara Page, A., & İnce, M. (2008). Aile İçi Şiddet Konusunda Bir Derleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(22), 81-94.

Zastrow, C., & Kirst Ashman, K. (2007). *Understanding Human Behavior and the Social Environment* (7 b.). USA: Thomson Brooks Cole.

14. MADDE BAĞIMLISI ERGENLERDE AİLE TERAPİLERİ VE BİR OLGU SUNUMU

Bu Bölümde Neler Öğreneceğiz?

Madde bağımlısı bireylerin bu zararlı alışkanlığa iten nedenler vardır. Madde kullanım verilerine göre başlama yaşının düşük olması, birçok psikososyal etkenin rolüne işaret etmektedir. Ebeveynlerin, çocukluk dönemi gelişim sürecinde olumsuz yanlış yaklaşımlar olduğu, ebeveynlerin tutumların değerlendirilmesi, konuşulması, özellikle çocuğun aile ve topluma kazandırılmasında, anne ve babanın nasıl bir rol alacağı, tutum ve davranışları yeniden nasıl yapılandıracağını hususu çocuk ve ebeveynleriyle yürütülen terapötik yaklaşımlarla belirlenir.

Çevresel etkenler arkadaş edinme gibi nedenler madde kullanımında etkili olmaktadır. Madde kullanan bireylerin bir dönem depresyon geçirdikleri görülmektedir.

Madde kullanan bireylerin rehabilitasyonunda aile danışmanlığı bir yöntem olarak kullanılmaktadır. Ayrıca bireysel hizmetler de verilmektedir. Bireylerin tedavisine yönelik sürdürülen olgulardan bir örnek bölümde yer almaktadır.

Y.Ü. 16 yaşında, erkek, 4-5 yıldır madde kullanan, zaman zaman sokakta yaşayan, okula ve işe gitmeyen bir ergendir. Tedavide farmakoterapi ve bireysel terapi uygulanmış ancak yarar sağlanmamıştır. Diğer tedavilere ek olarak aile terapisi düşünülmüş, 13 seans sistemik aile terapisi modeli uygulanmıştır. ÇEMATEM kliniğinde haftada bir seans gerçekleştirilmiştir. Tüm seanslara aile üyelerinin tamamı katılmasa da anne ve/veya baba katılmıştır.

Bölüm Hakkında İlgi Oluşturan Sorular

Madde kullanımının erken yaşlarda başlama nedenleri nelerdir?

Madde kullanımında sosyo ekonomik faktörlerin rolü nedir?

Madde kullanımında anne baba tutunlarının etkisi nedir?

Madde kullanımında aile içi ilişkilerin madde kullanımına etkisi nedir?

Bölümde Hedeflenen Kazanımlar ve Kazanım Yöntemleri

Konu	Kazanım	Kazanımın nasıl elde edileceği veya geliştirileceği
Ergenlerde madde bağımlılığı	Ergenlerde madde bağımlılığı ile ilgili verilerin öğrenilmesi	Kaynak kitaplar ve literatür taramaları
Madde bağımlılığında aile içi çatışmalar	Madde kullanımına neden olan aile içi çatışmalar hakkında farkındalık kazanmak	Olgu örneklerinden ve verilerden yararlanarak anne baba tutumlarını belirlemek
Madde bağımlılığında danışmanlık hizmetleri	Madde bağımlılığında danışmanlık ve terapi yöntemleri öğrenilecektir	Konuyla ilgili olgu rehabilitasyon sürecinin incelenmesi

Anahtar Kavramlar

Bağımlılık

Madde kullanımı

Rehabilitasyon,

Aile terapisi

ÇEMATEM

Giriş

Ülkemizde meydana gelen değişme toplumsal değişme, kentleşme, sanayileşme, iç göç hızının artması, gecekondulaşma aile kurumunun parçalanmasına ve ebeveyn tutum ve davranışlarında sorunların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Sokak veya sokakta yaşayan çocuklar alanında çalışan uzman personelin aileleriyle terapötik ilişki içerisinde olması, çocukların sorunlarının çözülmesinde ve toplumsal hayata kazandırılmasında ebeveynlerinin sürece katılması gereği ortadadır.

Uyuşturucu ve madde bağımlısı ergenlerde ebeveynlerin, çocukluk dönemi gelişim sürecinde olumsuz yanlış yaklaşımlar olduğu, ebeveynlerin tutumların değerlendirilmesi, konuşulması, özellikle çocuğun aile ve topluma kazandırılmasında, anne ve babanın nasıl bir rol alacağı, tutum ve davranışları yeniden nasıl yapılandıracağını hususu çocuk ve ebeveynleriyle yürütülen terapötik yaklaşımlarla belirlenir. Karı – koca ilişkisi içerisinde olan anne- baba evlilik yaşantısında uyum, ahenk sağlayamaz, olumlu tutum ve davranışlarda bulunmazsa, ailenin ilişki yapısı, çocukların doğumuyla birlikte ortaya çıkan anne ve babalık rolüne de olumsuz bir şekilde yansıyor. Birbiriyle uyumlu olmayan karı-koca, çocuklarının doğmasıyla birlikte olumlu, verimli ve sağlıklı iletişim gerçekleştiremiyorlar. Bunun sonucu olarak çocuklarıyla yaşadıkları kriz ve çatışma, çocukta uyum - davranış bozukluklarına yol açıyor ya da çocuk sokağa yöneliyor, sokağa itiliyor. Çocuk ailede bulamadığı ilgiyi, desteği, sokakta arkadaş grupları içerisinde sağlamaya çalışıyor, arkadaş grupları içinde onay, takdir gören çocuk sokakta yaşamayı alışkanlık haline getirerek kimlik, güç kazanıyor. Bu yaşam sistemi çocuğun ergenlik döneminde bağımsızlaşma, gelişim sürecinde çok iyi gelerek,. aile içinde onay görmeyen, takdir görmeyen, bağımsızlaşma süreci desteklenmeyen çocuk, otoriteyle, baskıyla ya da koruyucu anne-baba tutumları ile bastırılan çocuk, sokakta arkadaş grubu içerisinde , bağımsızlaşarak çocuğun sokakta yaşama, sokağa bağımlı olma sürecini artırıyor. Çocuk, aileden koparak sokak kültürünün bir parçası haline geliyor. Burada her türlü manüplatif etkiler, merak, ilgi, arkadaş ve maddeye alıştırıcı çıkar gruplar çocuğu maddeye yöneltiyor, dolayısıyla çocuk madde bağımlısı haline geliyor.

14. MADDE BAĞIMLISI ERGENLERDE AİLE TERAPİLERİ VE BİR OLGU SUNUMU

Bağımlılık: Bireyin sürekli kullandığı nesneyi birçok kez kullanmama girişimine rağmen başaramaması, ya da kullandığı nesneden uzak kaldığında artan nesne arayışı ve buna bağlı olarak normal yaşamdan kopma, fizyolojik ve psikolojik belirtilerle ortaya çıkan kaygı ve benlikte yaşanan boşluk durumudur. Bağımlı kişiler, zamanlarının büyük bölümünü nesneyi elde etmeye çalıştıkları bilinmektedir.

Madde bağımlılığı ölçütleri APA'nın yayınladığı, Ruhsal Bozuklukların Tanı Kitabı DSM IV de şöyle sıralanmaktadır:

Aşağıda ölçütlerden üçünün bir arada görülen kişilerin bağımlı kategorisine girmektedir;

- a. Kullanılan maddeye tolerans gelişmesi
- b. Madde kesildiğinde ya da azaltıldığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması
- c. Madde kullanımını denetlemek ya da bırakmak için yapılan ama boşa çıkan çabalar
- d. Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için büyük zaman harcama
- e. Madde kullanımı nedeni ile sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin olumsuz etkilenmesi
- f. Maddenin daha uzun ve yüksek miktarlarda alınması
- g. Fiziksel ya da ruhsal sorunların ortaya çıkmasına ya da artmasına rağmen madde kullanımını sürdürmek (Duyan, 2014)

14.1. Çocuk ve Gençlerde Madde Bağımlılığı

Ergen için bu dönemde arkadaşlarının önemi büyüktür. Arkadaşlar, tutum ve davranışları ile birbirlerini etkilerler. Genç arkadaş grupları içinde onay görür, takdir görür. Arkadaşlar arasında gruplar oluşturulur ve bu grupların kendilerine özgü kuralları vardır. Ergen onu en iyi anlayan kişilerin artık arkadaşları olduğunu düşünmektedir. Ergen, kınanma, eleştirilme, beğenilmeme kaygılarından dolayı gruptan çıkmaktan çekinebilir. Sokakta yaşamayı alışkanlık haline getirir. Sokak onun bir parçası olur. Sokakta bir kimlik, güç kazanır. Sokak yaşamında arkadaş, merak, ilgi ve çıkar grupları çocuğu madde kullanmaya yöneltir.

Madde kullanmayı çocuğun modelleme ile ilişkisine bağlayabiliriz. Çocuk ya arkadaşından birini ya da anne babasından birisini model alır. Çocuğun çevresinde ve ailesinde böyle modeller varsa, maddeye yönelme riski çok daha yüksektir.

14.1.1. Madde Kullanmaya Başlamasının Sebepleri Nelerdir?

Madde bağımlılığına başlamanın, merak, arkadaş grubunun yönlendirmesi, çocukların arkadaşlarına hayır diyememesinin birçok nedeni var. Çocuğun arkadaşları tarafından sürekli kullanılması ya da çocuğun örtülü bir depresyon geçirmesi, aile içi sorunlar, aile içerisinde anne ya da babadan birinin madde bağımlısı olması, alkol bağımlısı olması çocuğun madde bağımlılığında bir etkidir. Bu nedenlerin hepsi ya da sadece biri bile çocuğun yönlendirilmesinde etkilidir. Madde kullanmayı özellikle çocuğun modelleme ilişkisine bağlayabiliriz. Çocuk ya arkadaşından birini ya da anne babasından birisini model alır. Çocuğun çevresinde ve ailesinde böyle modeller varsa, maddeye yönelme riski çok daha yüksektir. Ailede sigara içen ebeveynin olması, çocuğu sigara bağımlılığına yatkın hale getiren en etkin sebeplerden birisidir.



Şekil 1 Resim 13. <http://www.pixapay.com.tr>

14.1.2. Uyuşturucu Kullanımının Belirtileri Nelerdir?

Madde ve uyuşturucu kullanan bir çocuğun her şeyden önce tutum, davranış ve psikolojisinde belirgin değişiklikler yaşanır. İçine kapanabileceği gibi, aşırı hareketlilik gözlemlenebilir. Öfke, kızgınlık patlamalarının yanı sıra yalan söyleme gibi uyum ve davranış sorunları baş gösterebilir. Çocuğun ders kalitesinde düşme, sınıfta kalma ya da okulda öğretmenleri tarafından sürekli uyarı cezaları aldığı gözlenir. Bedeninde belirgin değişiklikler ortaya çıkar. Aşırı kilo kaybı, kollarında iğne izleri, sürekli öksürmesi, gözlerinde kızarıklık, uyku düzeninde bozukluk oluşur. Arkadaş grubu değişir, giyim tarzı değişir, kollarında dövme ya da kesikler görülür.

14.1.3. Aile İçi İlişkilerin Madde Kullanımına Etkisi

Madde bağımlısı çocukların anne ve babalarının tutumlarında, çocukluk dönemi gelişim sürecinde ciddi olumsuz, yanlış yaklaşımlar olduğu anlaşıyor. Eşler, evlilik yaşantısında bir ahenk sağlayamazsa, ilişkilerini duygusal anlamda uyumlu yürütemezse, bu durum çocukların doğumuyla birlikte ortaya çıkan anne ve babalık rolüne de olumsuz yansıyor.

Eşlerin ekonomik ve eğitim düzeyi yüksek olsa bile eşler arası iletişim sorunları, boşanmış anne-baba sorunları neticesinde çocuklar psikolojik olarak etkileniyor.

14.2. Madde Bağımlısı Ergen Olgusu

Mart 2003-Haziran 2003 tarihleri arasında ayaktan Çematem polikliğinde haftada bir seans olmak üzere toplam 13 seans sistemik aile terapisi modeli uygulanmıştır.

YÖNTEM VE METOD

Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, ÇEMATEM servisinde uçucu madde kötüye kullanımı tanısıyla tedavi gören Y.Ü'nün ailesine, arasında haftada bir seans olmak üzere toplam 13 seans sistemik aile terapisi modeli uygulanmıştır. Aile terapisi ayaktan tedavi olarak yürütülmüştür. Y.Ü(Ergen); 16 yaşında, erkek, ilköğretim yedinci sınıftan öğrenim hayatını sonlandırmış, işsiz, yaklaşık üç yıldır madde kullanımı var. Umatem servisine altı kez yatarak tedavi görmüş. Anne; 38 yaşında, ev hanımı. Baba; 43 yaşında serbest mobilyacı olarak çalışıyor, zaman zaman işsizlik çekiyor. Alkol bağımlılığı nedeniyle daha önce AMATEM kliniğinde yatarak tedavi görmüş. Halen alkol kullanımı sürmektedir. Abla; 22 yaşında evli, aileden ayrı bir semtte yaşıyor. Seanslara katılmamıştır. Kardeş; 3 yaşında, erkek çocuktur.

AİLE TERAPİSİ SEANSLARI

I. SEANS SÜRECİ

❖ Y.Ü'nün yoğun öfke çıkışları“tiner döker yakarım” “götürürüm bu çocuğu sokağa bir daha bulamazsın” diyerek kardeşini alıp dışarı çıkmıştı. Bu sözlerle anneye yönelerek bağırıyordu. Anneden para istiyor ve gideceğini söylüyordu. “Evi tiner döker yakarım” gibi söylemleri sıkça yoğun kızgınlık ile ifade ediyor, bağırarak/yoğun öfke ve tehdit ile seansı terk ediyor tekrar geliyordu. Y.Ü. kapıdan çıkarken annenin de arkasından çıkma isteği oluyordu. Terapistler sakin kalmaya özen gösterip durduruyordu.

I.seans da bütünlüğü koruyan, çocuğun aileyi organize etmesine izin verilmeyen kısmı oluşturuyordu.Terapi terapistlerin terapiyi bitirmesi ile sonlandırıldı. Aileye bu seansta olduğu gibi Y.Ü'nün onları organize etmesine izin vermemeleri ve Y.Ü gelmese de anne ve babayı mutlaka sonraki seansa beklediğimiz iletili.

II. SEANS SÜRECİ

❖ Y.Ü'nün “bıçakla keserim” tehdidine karşı anne bütün bıçakları saklıyor. Anne korktuğu için odasını kilitledi diye Y.Ü bütün anahtarları alınca anne evdengidiyor. Anne ile baba tehdit ve korku içinde. Y.Ü tiner içmeye devam ediyor. 2-3 gün sonra kendini ölecek gibi hissedince annesini çağırıyor. Tiner kullanımını bırakıyor. Anne eve gelince Y.Ü ye karşı “beni kaybedersin, beni bulamazsın alır başımı giderim.” Baba ancak soru sorulunca cevap veriyordu. Görüşmede aktif değildi. Y.Ü “Beni yatırın” takıntılı bir şekilde bunu tekrar ediyordu. Seansta iletişime geçmiyordu. Göz iletişimi kurmuyordu.

III. SEANS SÜRECİ

Sakin bir seansta Y.Ü seansta konuşulanlarla ilgileniyordu. İşe girdiğini söyledi. Okula devam etmeyeceğini belirtti. Baba geçen seansa göre daha aktifti.

IV. SEANS SÜRECİ

Bu seansta Y.Ü işte sıkıldığını ifade ediyordu. Tiner kullanma isteği vardı.

Anne ise amca oğluna söylerim diyerek onu durdurmaya çalışıyordu.

V. SEANS SÜRECİ

Bu seansta sadece baba gelmişti. Y.Ü iki gün işe gitmediği için bu hafta terapiye gelmek üzere izin alamadıklarını belirtti. Annede küçük kardeş hasta diye gelememişti.

VI. SEANS SÜRECİ

Bu seansta Y.Ü annesine kızgındı, terapiye gelmesini istememişti. Annesi o nedenle gelememişti. Babanın Y.Ü ile beraber bir kez bira kullanımı vardı. Y.Ü'nün baba ile iletişimi artmıştı ve daha yakındı. Anne dışlanmıştı.

VII. SEANS SÜRECİ

Küçük kardeş daha çok babanın kucagındaydı. Y.Ü anne tehdidinden bunalmış, babam ile daha iyi anlaşıyorum diyordu. Anne baba ile Y.Ü yaklaşmasından endişe duyuyordu. Otoriteyi yitirmekten, ailede gücünün azalacağından ve babanın Y.Ü ye alkol alıştıracağından korkuyordu. Anne sık sık “beni kaybedersin, giderim” “amcanın oğluna söylerim” Y.Ü bu kez annenin tehdit konuşmalarını gülerek söylüyordu ve anne gülümseyerek dinliyordu.

VIII. SEANS SÜRECİ

Bu seansta Y.Ü yoktu. İçicem diyerek gittiği söylendi. Model olma, iletişim konuşuldu. Babanın alkol alımı konuşuldu. Baba tekrar alkol alımını sıklaştırmış ve öz bakımı kötüydü. Annenin Y.Ü yü tehdidi artık etkili değildi. Anne ve babanın sözcükleri Y.Ü tarafından kopya edilip aynı konuşma ve davranış sergileniyordu.

IX. SEANS SÜRECİ

Bu seansta Y.Ü yoktu.Babanın öz bakımı kötüydü. Y.Ü geçen hafta madde almamış ancak 2-3 gün sonra madde almış. Amca oğluna dövdürülüyor. Dövme sonrası Y.Ü daha saldırgan oluyor. Anneyi eve kabul etmiyor. 3-4 gün sonra babayı da eve kabul etmiyor. Maddeye başlayınca eski sokak elbiselerini giyiniyor. Y.Ü aile sisteminin dışına çıkmıyor. Sistemin içinde kalıp anne babayı uzaklaştırıyordu. Otoriteyi ele geçiriyordu. "Ben istersem eve gelebilirsiniz"Y.Ü nün madde kullanımı babanın alkol kullanımı için boşluk doğuruyordu. Anne babadan enerjisini alıp Y.Ü ile uğraşıyordu. Baba rahat kalıyordu ve suçluluk duygusu aşağı çekilmiş oluyordu. Evdeki suçlu Y.Ü haline geliyordu.

X. SEANS SÜRECİ

Y.Ü yokBabanın öz bakımı iyi. Y.Ü nün ilgiyi sürekli olumsuz tutumlarla oluşturduğu, ilgiyi nasıl olumlu tutumlara dönüştürülebileceği konuşuldu.

XI. SEANS SÜRECİ

Baba alkol alımını sıklaştırmış. Y.Ü madde almıyor, işe gitmiyordu.

XII. SEANS SÜRECİ

Y.Ü ile anne yakınlaştı. Anne ile iletişim uygun tarzda kurabiliyorlardı. Y.Ü işe gidiyordu.

XIII. SEANS SÜRECİ

Kendisine aldığı saati övünçle gösteriyordu. Ek olarak aldığı konser güvenlik işinde kavga çıkaranları durdurmaya çalıştığını heyecanla anlatıyordu.



SONUÇ ve YORUM

“Y.Ü gelmesede sizleri her hafta mutlaka bekliyoruz.” bu aile tarafından önemsendi. Y.Ü madde kullansa bile aile bir arada olmaya devam etti. Ailenin çözüm kaynakları/tedavi edici gücü harekete geçirildi. Aile içi bütünlüğü sağlandı. Ailedeki üyeler bir arada olmaya başladı. Anne yalnız değildi. Y.Ü’nün seansı organize etmesine izin verilmedi. Döngüsel sorulama ile aile içi iletişim arttırılıyordu. Empati oluşturuluyordu. (Sistemik yaklaşım tekniği) Ailede yeni organizasyon oluşturuldu. Çocuk otoritesi yerine anne baba otoritesi oluşturuldu. (Minuchin yapısal modeline benzer) Y.Ü’nün aileye yakınlaştığı sembolik olarak terapide oturma biçiminde gözlenmiştir. Giderek aile üyelerine yakın oturmuştur. Y.Ü 9 aydır madde kullanmamaktadır. Ailesi ile birlikte yaşamını sürdürebilmekte, öfke duygusunu kontrol edebilmekte, işine devam etmektedir. Seans sonrası terapistlerin ve tedavi ekibinin gözlem düşünceleri

Zaman zaman öfkeden kendimizi arındırmamız zorlaşıyordu. Y.Ü ile iletişim kurmakta güçlük çekiyorduk. Tehditlere dayanabilmek güçleşiyordu. Seanslardan (özellikle ilk seanslar) sarsılarak çıkıyorduk.

14.3. Bağımlılık Tedavisinde Aile Terapisi Uygulamaları

“Aile terapisi”(Family Therapy) , terapistle birlikte anne, baba ve çocukların ve ailedeki diğer kişilerin katıldığı grupça yapılan bir psikoterapi yaklaşımıdır. Aile üyelerinden bir veya bir kaçının tutum ve davranışlarının aile düzenlerini, ilişkilerini, geçimini bozacak ölçülere vardığı durumlarda, danışma ve terapi amacı ile yapılmaktadır.(2)

Aile terapisi, kapsam ve niteliği bakımından grup terapisi ve çocuk terapisi gibi diğer modern psikoterapi dallarına göre, onlardan farklı bir yöntemdir. Ackerman (1958) “aile terapisi”ni, eşlerden her birinin belirli hatalarını kapsaması, ailenin doğal bir grup olarak, aile üyeleri ilişkileri ve sorumlulukları ile bir “sistem” oluşturması gibi nitelikler ile “bireysel terapiden ve rastlantısal olarak bireylerin bir araya getirildiği “grup terapisinden” farklı ve daha avantajlı yaklaşım olduğu belirtilmektedir.(3) Ülkemizde aile terapisi uygulamaları yeni gelişmekte olup, ailenin tedavi sürecine katılmasıyla özellikle madde bağımlısı ergenlere uygulanan tedavi programları verimliliği artmaktadır. Y.Ü.’ aile terapi süreçlerinde, hasta ve aile içi ilişkilerde meydana gelen çatışmalar, iletişim kalıpları, ebeveynlerin yaklaşımları terapistlerle birlikte değerlendirilmektedir. Y.Ü ebeveynlerin uygun tutum , davranışlar belirlemesinde, iç görü ve farkındalık’larının arttırılması ile ebeveynlerin tedavi sürecine katılımını sağlayarak ailenin tedavi gücü harekete geçirilmektedir. Böylece tedavide ailenin rol almasında yardımcı olunarak, aile içi ilişkileri yeniden yapılandırarak ebeveynlerin çözüm kaynakları harekete geçirilip, ergenin ailesinin desteğiyle toplumsal yaşamda tüketen birey konumunda üreten bir değer olarak hayata uyumu ve adaptasyonu geliştirilmesi amaçlanmaktadır. Y.Ü aile terapisi uygulamasında sistemik aile terapisi yöntemi terapistlerce uygulanmıştır. 1967’de Milano’da Aile Çalışmaları Enstitüsü kuruldu. 1972 ve 74 yıllarından itibaren paradox ve karşıt paradox konusundaki görüşlerini geliştirmişlerdir. 75’ten itibaren ise hiyerarşi kavramını reddetmişler, aile ve kişilerin birbirlerine döngüsel bir yapı içerisinde nasıl farklı düzeylerde anlam aktardığını incelemişlerdir. Yapı yerine örüntüler ve bilgilendirme

üzerinde durdular. Bu grup sistemik ya da Milano grubu olarak tanındı. (4)Sistemik yaklaşıma göre (Bloch, 1989), ailede ana-baba alt sisteminin lider konumunda olduğu varsayılır. Alt sistemler arasında, hiçbir fark gözetilmeksizin tüm aile bireyleri birbirine kaynaştığında ya da bunun tersi olarak, her birey kendi alt sistemini oluşturup aile tamamen parçalandığında patolojik bir aile ortaya çıkar. Aile terapisi, birbiriyle uyum içinde çalışan, bağımsız alt sistemlerin gelişebilmesini bunun içinde, ailede yapısal değişikliği amaçlar. Bu değişimlerde bireyler ve alt gruplar arasında iletişimde bazı değişikliklerin yapılmasıyla sağlanır.(5)Aile terapisi olgu sunumunda, Y.Ü.' nün tedavi sürecinde anne ve babasının işbirliği, koalisyon içerisinde yer almaları desteklenmiş, sürece aktif katılan baba, anneyle işbirliği içerisinde terapilere katılmış, sağlıklı rol model olması desteklenmiş, terapi sürecinde aile içi iletişim değerlendirilerek yeniden yapılandırılmış, ebeveynlerin tutum ve davranışlarında değişim meydana gelerek Y.Ü. uygulanan tedavi programı etkinleşmiştir. Tedavide ailenin katılımıyla birlikte Y.Ü toplumsal hayatta rol alarak üreten bir değer olarak madde kullanımından uzaklaşmıştır.

Uygulamalar

Madde bağımlılığında rehabilite edilen bir olgunun öyküsel sürecini ve rehabilitasyonu hakkında verilere ulaşınız. Olgu üzerinde analiz yapınız.

Uygulama Soruları

Madde bağımlısı gençlerin tıbbi tedavinin dışında hangi desteklere ihtiyaçları vardır? Madde bağımlılarına yönelik aile danışmanlığında hangi yöntemler kullanılmaktadır. Madde bağımlıları için hizmet kurumlarında ne tür hizmetler verilmektedir? Madde bağımlılığında aile terapi süreci nasıl işlemektedir?

Bu Bölümde Neler Öğrendik?

Uyuşturucu ve madde bağımlısı ergenlerde ebeveynlerin, çocukluk dönemi gelişim sürecinde olumsuz yanlış yaklaşımlar olduğu, ebeveynlerin tutumların değerlendirilmesi, konuşulması, özellikle çocuğun aile ve topluma kazandırılmasında, anne ve babanın nasıl bir rol alacağı, tutum ve davranışları yeniden nasıl yapılandıracağını hususu çocuk ve ebeveynleriyle yürütülen terapötik yaklaşımlarla belirlenir.

Karı – koca ilişkisi içerisinde olan anne- baba evlilik yaşantısında uyum, ahenk sağlayamaz, olumlu tutum ve davranışlarda bulunmazsa, ailenin ilişki yapısı, çocukların doğumuyla birlikte ortaya çıkan anne ve babalık rolüne de olumsuz bir şekilde yansıyor. Birbiriyle uyumlu olmayan karı-koca, çocuklarının doğmasıyla birlikte olumlu, verimli ve sağlıklı iletişim gerçekleştiremiyorlar. Bunun sonucu olarak çocuklarıyla yaşadıkları kriz ve çatışma, çocukta uyum - davranış bozukluklarına yol açıyor ya da çocuk sokağa yöneliyor, sokağa itiliyor.

Çocuk ailede bulamadığı ilgiyi, desteği, sokakta arkadaş grupları içerisinde sağlamaya çalışıyor, arkadaş grupları içinde onay, takdir gören çocuk sokakta yaşamayı alışkanlık haline getirerek kimlik, güç kazanıyor.

Çocuk, aileden koparak sokak kültürünün bir parçası haline geliyor. Burada her türlü manüplatif etkiler, merak, ilgi, arkadaş ve maddeye alıştıran çıkar gruplar çocuğu maddeye yöneltiyor, dolayısıyla çocuk madde bağımlısı haline geliyor. Aile tedavisi, aile gruplarının tedavisidir. Tedavi ailelerin işleyiş biçimi, aile üyelerinin birbirleriyle ilişkilerini ve iletişimini ele alır. Aile tedavileri yaklaşım biçimleri ve temel aldıkları noktaların neler olduğuna göre farklılıklar gösterir.

Bölüm Soruları

1. Aşağıdakilerden hangisi uyuşturucu kullanımının belirtilerinden değildir?

- a. Aşırı kilo kaybı
- b. Arkadaş grubu değişir,
- c. Bedeninde belirgin değişiklikler ortaya çıkar
- d. Uyku düzeninde bozukluk oluşur.
- e. Bakımlı giyinmek

2. Aile içi ilişkilerin madde kullanımında eşlerin arası iletişim sorunları etkisi olmaktadır.

O(D)O(Y)

3. Bağımlılığı öteki kullanımlardan ayıran belirti hangisidir?

- a. Maddeyi tüketme yoksunluğunda fizyolojik ve psikolojik tepki verme
- b. Maddeyi tüketme yoksunluğunda hobilere yönelme
- c. Maddeyi tüketme yoksunluğunda arkadaşlarla vakit geçirme
- d. Maddeyi tüketme yoksunluğunda para harcama isteği
- e. Maddeyi tüketme yoksunluğunda buluncaya kadar beklemek

4. Madde kullanımında hangisi psikolojik bir etken değildir?

- a. Merak
- b. İlgi
- c. Özenti
- d. Maddeyi kullanan arkadaşını görmesi
- e. Organize grupların baskısı

5. APA'nın yayınladığı, ruhsal bozuklukların tanı kitabında madde bağımlıları için hangi ölçüt yer almaz?

- a. Madde kullanımını denetlemek ya da bırakmak için yapılan ama boşa çıkan çabalar
- b. Maddenin daha uzun ve yüksek miktarlarda alınması

- c. Madde kullanımına anne babayı taklit yoluyla başlanır
 - d. Fiziksel ya da ruhsal sorunların ortaya çıkmasına ya da artmasına rağmen madde kullanımını sürdürmek
 - e. Madde kullanımı nedeni ile sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin olumsuz etkilenmesi
6. Madde bağımlılığında ebeveynlerin, çocukluk dönemi gelişim sürecinde tutarlı yaklaşımları çocuğun korunmasında önemlidir.

O(D) O(Y)

7 Uçucu madde Bağımlılığı Tedavi Merkezleri olarak ifade edilen kurum aşağıdakilerden hangisidir?

- a. ÇEMATEM
- b. AMATEM
- c. Yeşilay Cemiyeti
- d. Darüleceze
- e. Huzurevi

8. Aşağıdakilerden hangisi madde kullanmaya başlanmasının sebeplerinden değildir?

- a. Arkadaş grubunun yönlendirmesi
- b. Çocuğun arkadaşları tarafından sürekli kullanılması
- c. Fizyolojik bir dürtü ile yönelmesi
- d. Madde bağımlılığına başlamanın merak uyandırması
- e. Arkadaşların ısrarına hayır diyememesi

9. Aşağıdakilerden hangisi çocuk ve gençlerde madde bağımlılığı için söylenemez?

- a. Ebeveyniyle uyumlu olmaya başlar
- b. Genç arkadaş grupları içinde onay görür, takdir görür
- c. Ergen için bu dönemde arkadaşlarının önemi büyüktür.
- d. Çocuk ya arkadaşından birini ya da anne babasından birisini model alır.
- e. Arkadaşlar, tutum ve davranışları ile birbirlerini etkilerler.

10. Aşağıdakilerden hangisi bağımlılık sayılabilen veriler arasında değildir?

- a. Kullanılan maddeye tolerans gelişmesi
- b. Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için büyük zaman harcama
- c. Maddenin daha uzun ve yüksek miktarlarda alınması
- d. Madde kullanımı nedeni ile sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin olumsuz etkilenmesi
- e. Maddeyi bulamadığında kullanım isteksizliği

Cevaplar

1 e 2 (D) 3 a 4 e 5 c 6 (D) 7 a 8 c 9 a 10 e

Yararlanılan ve Başvurulabilecek Diğer Kaynaklar

Kerimoğlu, Efser. *Aile Tedavileri*, Ankara Üniversitesi Çocuk Psikiyatrisi Bilim Dalı Yayınları: Ankara;1996.

Özgüven,İbrahim Ethem. *Evlilik ve Aile Terapisi*.PDREM Yayınları; Ankara, 2000

Ackerman,N.W. “*Expanding Theory and Practice in family Therapy*” family Service Ascociation of America, New York 1966.

Kerimoğlu, E. *Aile Tedavileri*. Ankara,1986

Bloch, S.”*Psikoterapilere Giriş*” Çeviren; Engin Eker, Cerrahpaşa yayın Birliği, İstanbul, 1989.

http://www.tuik.gov.tr/VeriTabanlari.do?ust_id=109&vt_id=31

<http://www.pixabay.com.tr>.

KAYNAKÇA

Axline, V. M. (1974). Play therapy. New York: Ballantine Boks Geldart, K. ve Geldart, D. (1999). Councelling Children:A Practical Introduction. London: Sage Pub.

Ankay, A . (1992),Ruh Sağlığı ve Davranış Bozuklukları . Turhan Kitabevi. Ankara

AnaBritannica, (1988)8. cilt. İstanbul: Ana Yayıncılık

Ali Abdulhalim Mahmut, Müslüman Gençliğin Eğitimi, (Terc: Prof. Dr. Bedreddin Çetiner), Uysal Kitabevi, Konya 1997, s. 197.

ADASAL, Rasim, Prof. Dr. Ruh Hastalıkları, 3. Baskı, AÜ Tıp Fak. Yay., 1976

Altınay D.(Psikodrama, Grup Psikoterapisi ve 300 Isınma Oyunu)

Aile Tedavileri, Efser Kerimoğlu; Ankara Üniversitesi Basımevi,1996

AÜTF Çocuk psikiyatrisi Bilim Dalı, Aile Tedavileri, 1996 Ankara

Yurdadoğ, B., "*Çeşitli Yaş Gruplarında Çocuk Kitaplarının Kağıt, Hurufat ve Renk Seçiminde Dikkat Edilecek Hususlar*", 1. Çocuk Edebiyatı Sempozyumu, 23 Nisan Bildiriler ve Tartışmalar, İLESAM, Alıç Ofset, Ankara 1995, s. 52.

Bilgin, B., (1992)"Çocukta Ferdi, Dini ve Milli Duygunun Gelişimi", 1. Çocuk Edebiyatı Sem30. Beşir Ayvazoğlu, İslam Estetiği, Ağaç Yayıncılık, İstanbul, s. 84.pozyumu, 23 Nisan Bildiriler ve Tartışmalar, İLESAM, Alıç Ofset, Ankara 1995, s. 56.

BRUUN, Ruth Dowling-Bertel, Evinizin Doktoru Vücudunuzun Atlası, Milliyet Gazetesi Eki, 1992

Bergh V. D.; Marcoen A., (2003) Anxiety During Pregnancy Affects Child Behavior. Child Development . The Society for Research in Child Development, Inc. Vol. 74, Issue 4

Beckat. Love is Never Enough, NewYork; Harperand Row, 1988.

Boddington SJA, LavenderA. Discussion paper, Treatment modeis for couples therapy: a review of the outcome literature and the Dodo'sverdict, Sexual and Marital Therapy 1995; 69-81.

Barker P. Basic Family Therapy, 4. Baskı London; Blackwell Selence, 1998.

Bolay; Türköne, age., s. 113.

Baydar N., Reid M.J., Webster-Stratton C., (2003) Parent Training for High Risk Mothers. Child Development . The Society for Research in Child Development, Inc. Vol. 74, Issue 5

- Cinuen Tanrıkorur, Biraz da Mzik, Zaman Kitap, İst. 2001, s. 44.
- Clifford T. Morgan, Psikolojiye giriş, Ankara 1981, Meteksan, S:311
- Cüceloğlu Doğan, insan ve davranışı, 13. Basım, Remzi Kitabevi İstanbul Haziran 2004,S:404
- Crowe M, RidleyJ. Therapy with couples: A Behavioural-Systems Approach to Marital and Sexual Problems. Oxford; Blackwell, 1990.
- Gençtan Engin, Psikanaliz ve sonrası, 4. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul 1999 S:203
- Güleç ve Köroğlu, Psikiyatri temel kitabı, Hekimler yayın birliği, 1997 Ankara, S:180-182
- Crowe M. Couple therapy and sexual dysfunction, international Review ofPsychiatry 1995; 7:195-204.
- Crowe M, RidleyJ. The negotiated time table: a new approach to marital conflicts involving male demands and female reluctance for sex, Sexual and Marital Therapy 1986; 1:157-173.
- Crowe M. Couple therapy and sexual dysfunction, international Review ofPsychiatry 1995; 7:195-204.
- Crowe M, RidleyJ. The negotiated time table: a new approach to marital conflicts involving male demands and female reluctance for sex, Sexual and Marital Therapy 1986; 1:157-173.
- Carter A. Elizabeth; Mc Goldrick, Monica (1980). The Family Life Cycle: A Framework for Family Therapy. USA: Gardner Pres Inc.
- ocuğu Tanımak ve Anlamak/prof.dr.Haluk Yavuzer/remzi kitapevi
- Dinkmayer, D. Biz Bir Aileyiz
- Dökmen .(Sosyometri ve Psikodrama, Sistem Yayıncılık Ocak 1995)
- Don Dinkmeyer; Gary McKay, Biz Bir Aileyiz, (ev: Gl net), Yapı Kredi Yay, İstanbul 1997, s. 28.
- Daniell D. Marital therapy, the psychodynamic approach, in: W. Dryden (Ed.) Marital Therapy in Britain. London; Harperand Row, 1985.
- Dryden W. Marital therapy: the rational emotive approach, in: W. Dryden (Ed.) Marital Therapy in Britain. London; Harper and Row, 1985.
- DEMİRSAR, Aydın, Dr., ocuk ve Anne - Baba İlişkileri, Redhouse Yay., İst., 1985

Davranış Bilimleri Enstitüsü, www.dbe.com.tr

Dawson G., Ashman s.b., Panagiotides H., Hessel D., Self J., Yamada E., and Embry L. (2003) Preschool Outcomes of Children of Depressed Mothers. Child Development. The Society for Research in Child Development, Inc. Vol. 74, Issue 4

Ekşi A. “Gençlerimiz ve Sorunları”. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınları. 2790. Mediko Sosyal Yayın No:1, 1982.

Ergenlik Psikolojisi (1995), : Ank. Ü. Eğt. Bil. Fak. E.P.H. Bölümü Ders Notları

Erik H. Erikson, İnsanın sekiz çağı, 1. Baskı, Birey ve toplum Yayınları, Aralık 1984, S:3-5

Engle P.L., Ricciuti H. N., (1995) Psychosocial Aspects of Care and Nutrition. Food and Nutrition Bulletin, 16:356-77

Frankl, V. (1969). The will to meaning. New York: New American Library.

Gordon, T .(1996), Aile İletişim Dili . İstanbul

Gençtan Engin, Psikanaliz ve sonrası, 4. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul 1999 S:203

Güleç ve Köroğlu, Psikiyatri temel kitabı, Hekimler yayın birliği, 1997 Ankara, S:180-182

Gençtan Engin, Çağdaş Yaşam ve normal dışı davranışlar, 7. Basım, İstanbul Remzi Kitabevi 1993.

Gil, E. (1991). The healing power of play. New York: Guilford Press.

Goldenberg J; Goldenberg.H (1990) The Expanded Family Life Cycle , 3rd ed. BOSTON; Allyn and Bacon

Carter A. Elizabeth; Mc Goldrick, Monica (1980). The Family Life Cycle: A Framework for Family Therapy. USA: Gardner Pres Inc.

Gül Gülbahar. Aile ve Evlilik Kurumu. Evlilik Okulu, 2004. Remzi Kitabevi

Haluk Yavuzer, Çocuk Psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul 1992, s. 220.

S. Hüseyin Nasr, Felsefe Edebiyat ve Güzel Sanatlar, Akabe Yay., İst. 1989, s. 111.

Harun Avcı, Sızıntı Dergisi, Ekim 2001 Yıl:23 Sayı:273

Hatun S.,Etiler N., Gonullu E., (2003) Yoksulluk ve Çocuklar Üzerine Etkileri. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, 46:251-260

Hawley T., Gunner M., (2000) Starting Smart: How Early Experiences Affect Brain Development. Ounce of Prevention Fund and Zero to Three.

Islamic Culture, Hyderabad-Decan, Newyork, London 1971, s. 120.

İst.Ünv.Ed.Fak.Psk.Böl. 1992-1993 gelişime giriş der notları

İmam-ı Gazali, İhya u Ulumi'd-din, (Terc: Ahmed Serdaroğlu), cilt: 2, Huzur Yayınevi, İstanbul, s. 688.

İbrahim Canan, Kur'an'da Çocuk Eğitimi, Nesil Yay., İstanbul 1996, s. 21.

İlgar Şengül;Evlilikte Birliğin Bozulması- Boşanma, Evlilik Okulu, 2004, Remzi Kitapevi

Karatepe, H. (1992), Öğrenme Yetersizliği Olan Çocuklar, Karatepe Yayınları

Kulaksızoğlu, A, (1999), Ergenlik Psikolojisi. Remzi Kitabevi . İstanbul

Kuzgun, Y . (2000), Meslek Rehberliği ve Danışmanlığı . Nobel Yayınları

Kuzgun, Y . (1995),Kendini Değerlendirme Envanteri El Kitabı

Kuzgun, Y . Edwars Kişisel Tercih Envanteri El Kitabı

Kuzgun, Y . Akademik Benlik Kavramı Ölçeği El Kitabı

Katip Çelebi, Şark Kasikleri, Mizanü'l-Hak fı İhtiyari'l-Ahak, (Haz: Orhan Şaik Gökyay), MEB Yayınları, İstanbul 1993

Kılıçarslan, Fatih. “Madde Bağımlısı Ergenlerde Aile Terapileri ve Bir Olgu Sunumu”.Bağımlılık Dergisi. 2007;8(1):42-45

Kılıçarslan Fatih; Aile Terapisi Eğitim Notları, 2005, Amerikan Newport Üniversitesi

Labauve, B. J., Watts, R. E. ve Kottman, T. (2001). Approaches to play therapy: A tabular overview. TCA Journal. 29,1, 104-114.

Lantz, J. (2002). Existential psychotherapy: What endures? Voices 38, 28–33.

Lantz, J., & Gregoire, T. (2000A) Existential psychotherapy with Vietnam veteran couples:

A thirty year report. Contemporary Family Therapy, 22, 19–37.

Lantz, J., & Lantz, J. (1991). Franklian treatment with the traumatized family, Journal of Family Psychotherapy, 2, 61–73.

McCallion P.& Toseland, R. W., (1993), "Empowering Families of Adolesents and Adults With Developmental Disabilities", The Journal of Contemporary Human Services. CEU Article no:37 December.

Mutlu Yıldırım, G. /Akbiyık, Y.(1999), Çocuklarda Uyum ve Davranış Bozuklukları (I) Yenimahalle Rehberlik ve Araştırma Merkezi . Ankara

Mirci Erk Selma, Kişilik ve psikoterapi yazıları, 1. Basım, Alan Yayınları, İstanbul Eylül 2000, S:159

Mirci Erk Selma, Kişilik ve psikoterapi yazıları, 1. Basım, Alan Yayınları, İstanbul Eylül 2000, S:165-166

Mustard.J.F. (2002) Early Child Development and the Brain-the Base for Health, Learning and Behavior Throughtut Life. In Young M.E., Eds. From Early Child Development to Human Development, The World Bank, Washington, D.C

Moon, B. (1990). Existential art therapy. Springfield: Charles C Thomas.

Mc Goldrick, Monica; Carter A. Elizabeth (1982). Family Life Cycle. In F. Walsh Ed., Normal family Process USA: The Guilford Press

Nazlı, S. (2000) *Aile Danışması*, Farklı Yayınevi, Ankara .

Norton, H. F. (1976), "Counseling Parents of the Mentally Retarded Children", The School Counseler January.

NAVARO, Leyla, Beni Duyuyor musun?, Ya-Pa Yay., 3. Baskı, İst., 1990

Necdet Tozlu, "Geleneksel Çocuk Oyunlarının Türk Toplumundaki Yeri ve Önemi", 1. Çocuk Edebiyatı Sempozyumu, 23 Nisan Bildiriler ve Tartışmalar, İLESAM, Alış Ofset, Ankara 1995, s. 132.

Ögel, Kültegin. "Egenlerde madde Kullanım Bozuklarına Yaklaşım". IQ yayıncılık,2003.

Ozankaya, Ö. (1979). Toplum Bilimine Giriş. Ankara; Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi

Yayını

Özmenler K.N.(Psikodrama semineri,1994)

Özügürlü Kurban; Ana-baba Okulu, 2004, s.202, Remzi Kitapevi

Özgüven İbrahim Ethem; Ailede İletişim ve Yaşam, Ankara 2001, PDREM Yayınları

Özgüven İbrahim Ethem; Evlilik ve Aile Terapisi, 2000 PDREM Yayınları

Özankaya, Ö. (1995). Toplumbilim Terimler Sözlüğü. İstanbul: Cem Yayınevi.

25. Psikiyatride Yıldızların Parladığı Anlar (Doç. Dr. A. Nahit Babaoğlu, Mayıs 2000, Cihangir İstanbul)

ÖZTÜRK, M.Orhan, Prof. Dr., Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, (Yayınevi yok), Ank., 1988 28. Pierre Lasserre, Nietzsche'nin Müzik Üzerine Düşünceleri, Pan Yayıncılık, İstanbul 1996, s. 24.

Psikoterapiler Elkitabı, Ataman Tangör; Ege Psikiyatri Süreli Yayınları, 1997

Psikoterapiler, Cengiz Güleç; Hekimler Yayın Birliği, 1993

Psikiyatri Temel Kitabı, C. Güleç, E. Köroğlu; Hekimler Yayın Birliği, 1997

Ruhi Esen, Çocuğumuz ve Biz, YAN, 1998, s. 20.

Ramey, C., & Ramey, S. (1998). Early intervention and early experience. American Psychologist, 53, 109-120.

Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, O. Öztürk; Hekimler Yayın Birliği, 2001

Richter, H.E(1985) Hasta Aile: Evlilikte ve ailede çatışmaların doğuşu, yapısı ve tedavisi (çev; Prof.Dr.Günsel Koptagel-ilal) İstanbul Yaprak yayınları;Prof.Dr. Günsel Koptagel-İlal (2000),Davranış Bilimleri.S.231

Selçuk, Z .(2000), Gelişim ve Öğrenme . Nobel Yayın Dağıtım . Ankara

Selahattin Engin, İTÜ Devlet Konservatuvarı, Müzik Eğitimi Yöntemleri, (Yük. Lis.) Ders Notları, İstanbul, 1998, İstanbul Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi Dergisi, Sayı: 2, Yıl: 2000, Çantay Kitabevi, İstanbul 2000, s. 258.

Süleyman Hayri Bolay; Mümtaz'er Türköne, Din Eğitimi Raporu, Ankara Merkez İHL Öğrencileri ve Mezunları Vakfı, Ankara 1995, s. 114.

Süleyman Uludağ, İslam Açısından Musiki ve Sema', Uludağ Yay., Bursa 1992, s. 354.

Segraves RT. Marital Therapy: A Combined Psychodynamic-Behavioural Approach. NewYork; Plenum Medical, 1982.

Spinks SH, Birchier GR. Behavioural-systems marital therapy:dealing with resistance. Family Process 1982; 21: 169-185.

Synopsis of Psychiatry Seventh Edition, Harold I. Kaplan, B.J.Sadock

Satir, Virginia (2001). İnsan Yaratmak. Çeviri. S. Yeniçeri İstanbul: Beyaz Yayınları.

- Skyner ACR. Frameworks for viewing the family as a system. in: Family Therapy: Contemporary Frameworks of Theory and Practice (eds A. Bentovim, A. Cooklin ve J. Gorrell Brnes). London; Academic press, 1982.
- Şizofrenide Psikososyal Tedaviler, Ayla Yazıcı; Parem, 2001
- Tick, E. (2001). The practice of dream healing. Wheaton, IL: Quest Books.
- Tüzer, V., & Göka, E. (2002). Aile Terapisinin Klinik Psikiyatriye Katkısı. Yeni Symposium, 40(3), 111-117.
- Uluğ M./göçebe yay.evi Niçin Oyun?
- Unicef (2000): Poverty Reduction Begins with Children. New York, Unicef
- Unicef (2001): The State of the World Children. Unicef
- S. Uluç 130 Haziran 2005, Cilt 20, Sayı 55
- Ülker ,(1996), Ana- Baba Okulu İstanbul
- With Developmental Disabilities”, The Journal of Contemporary Human Services. CEU Article no:37 December.
- Wickelgren I., (1999) Nurture Helps Mold Able Minds. The American Association for the Advancement of Science.283:1832-1834.
- Worden, M. (2013). *Aile Terapisi: Temelleri*. (T. Akbaş, Çev.) Adana: Nobel Kitabevi.
- World Health Organization (1999) A Critical Link: Interventions for Physical Growth and Psychological Development, Switzerland.
- Weeks G.R. Treating couples, The intersystem Model of the marriage Council of Philadelphia. New York; Brunner/Mazel, 1989.
- Wactel EF. The family psyche over three generations: The genogram revisited. Journal of Marital and Family Therapy 1982;8: 335-343.
- Yavuzer, H .(2000), Okul Çağı Çocuğu . İstanbul
- Yavuzer, H . (1993), Çocuk Psikolojisi . Remzi Kitabevi . İstanbul
- Yavuzer, H . Ana-Baba Okulu
- Yavuzer , H .(1997), Çocuk Eğitimi El Kitabı . İstanbul
- Yalom, I. (1980). Existential psychotherapy. New York: Basic Books.

Yalçın Çetinkaya, Müzik Yazıları, Kaknüs Yayınları, İstanbul 1999, s. 130.

Yurdadoğ, age., s. 44.

Yörükoğlu, Atalay, Prof. Dr, (1978) Çocuk Ruh Sağlığı, İş Bankası Yay., İst.,

Zara Page, A., & İnce, M. (2008). Aile İçi Şiddet Konusunda Bir Derleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(22), 81-94.

Zastrow, C. (2013). Sosyal Hizmete Giriş. (D. Baran Çiftçi, Dü.), Nika Yayınevi, Ankara

İNTERNET KAYNAKLARI

www.cocukdunyasi.net/

www.egitim.com

<http://freud.hypermart.net>

www.historicalsense.com

www.icgoru.com

www.insanbilimleri.com uluslar arası insan bilimleri dergisi

www.kliniksosyalhizmet.com-

www.psikiyatriksosyalhizmet.com