

Aile Danışmanlığı: Bir Uygulama Örneği

Family Counseling: A Pattern of Practice

Melahat Demirbilek^{1*}

ABSTRACT

As a social system the family has a great place in an individual's life and the society because of providing support functions to the members. One of the aims of social work is improving problem solving skills of individuals. When a problem occurs in a family, social work tries to solve the problem using family counseling techniques. Therefore an intervention with family of S. Which has problems about domestic communication and continuing the marriage has been conducted. In the scope of the study, 9 interviews are conducted with the family. The initial interview was conducted with the female member of the family M.S. and she was asked about her marriage history and marriage problems. In order to solve the problem, the decision was taken to interview other members of the family. In that respect, daughter-in-law was included in the second interview and the daughter was included in the third interview. The sixth interview was conducted with the male member of the family. The rest of the interviews (7th, 8th, 9th) were conducted in the family home. Informing, creating awareness, feedback, reflection and homework techniques helped improving the family's communication patterns. At the end of the study, their healthy functions have increased and the couple decided to continue their marriage.

Key words: Family counseling, social work

ÖZET

Bir toplumsal kurum olarak aile, üyelerine sağladığı destek fonksiyonları nedeniyle bireyin yaşamında ve toplumda büyük bir yere sahiptir. Sosyal hizmetin amaçlarından biri bireylerin sorun çözme becerilerini geliştirmektir. Ailede bir sorun olduğunda sosyal hizmet, aile tedavisi yöntemleriyle sorunu gidermeye çalışır. Bu kapsamda aile içi iletişim ve evliliğin devamı konusunda sorunlar yaşayan S. Ailesi ile uygulama yapılmıştır. İlk görüşme ailenin kadın üyesi M.S. ile yapılmış; evlilik öyküsü ve sorunları ile ilgili bilgi alınmıştır. Sorunun çözümü için ailedeki diğer üyelerle de görüşme kararı alınmıştır. İkinci görüşmeye ailenin gelini, üçüncü görüşmeye ailenin kızı dâhil edilmiştir. Altıncı görüşme ailenin erkek üyesiyle yapılmıştır. Yedi, 8 ve 9. görüşmeler ailenin yaşadığı evde gerçekleştirilmiştir. Bilgilendirme, farkındalık geliştirme, geri bildirim, yansıtma, ev ödevleri teknikleri uygulanarak ailenin iletişim örüntüleri olumlu yönde geliştirilmiştir. Uygulamanın sonunda aile işlevleri sağlıklı bir şekilde artmış ve çift evliliklerini devam ettirme kararı almıştır.

Anahtar kelimeler: Aile danışmanlığı, sosyal hizmet

Received / Geliş tarihi: 02.11.2015, Accepted / Kabul tarihi: 17.12. 2015

¹Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü, Ankara, *Address for Correspondence / Yazışma Adresi: Melahat Demirbilek, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü, Ankara-TÜRKİYE, E-mail: melahatdemirbilek@hotmail.com

Demirbilek M. Aile Danışmanlığı: Bir Uygulama Örneği. TJFM&PC, 2016;10 (2):109-120.

DOI: 10.5455/tjfm.205930



GİRİŞ

Aile her kültürde bulunan sosyal bir kurumdur.¹ ‘Aile’ tanımında farklılıklar olmakla birlikte “biyolojik ve psikolojik bağları olan; aralarında tarihsel, duygusal, ekonomik bir birliktelik olan ve kendilerini aynı evin üyeleri olarak hisseden bireylerin oluşturduğu birliktelik” olarak aileyi tanımlamak kapsayıcı olacaktır.² Günümüz toplumlarında ailenin işlevleri nüfusun yeniden üretimi, çocuk bakımı, yeni bireylerin sosyalleşmesi, cinsel davranışların düzenlenmesi, kadın ve erkek arasındaki ekonomik işbirliği, sevgi ve şefkat kaynağı olarak ifade edilmektedir.^{1,3} Ailelerin işlevlerini yerine getirmedeki beceri düzeyleri sağlıklı aile olup olmadıklarını belirlemektedir. Araştırmalar hemen her kültürde sağlıklı ailelerin değişime uyum sağladığını, uygun sınırlar koyduğunu, ilişkilerini açık iletişim üzerine kurduğunu, sorumluluk almayı desteklediğini, eşlerin kendilerine ve çocuklarına güven verdiğini ve gelecek hakkında iyimser olduğunu göstermektedir. Sağlıklı aileler şu özellikleri gösterirler: Duyguları paylaşma ve anlama, bireysel farklılıkların kabul edilmesi, ilgi ve sevgi duygusunun iletilmesi, işbirliği, mizah duygusu, temel gereksinimleri karşılama, çatışmaya girmeden sorunların çözümü, karşılıklı takdir duygularının sağlanması, sorunlarla başa çıkma becerileri kazanmış olmak, aile bireylerine ve aileye bağlılık, karşılıklı kıymet bilme ve yakınlık, birlikte zaman geçirmeye istekli olma, etkili iletişim örüntüleri, yüksek düzeyde dini/tinsel uyum, kriz durumlarıyla baş edebilme yetisi, aile bireylerini destekleme/cesaretlendirme, açık-seçik roller.^{2,4}

Ancak teknolojinin gelişmesi toplum yaşamını etkileyerek aile yapısının değişmesine yol açmaktadır. Günümüzün değişen ve gelişen ailesi, üyeleri arasındaki uyumlu birlikteliği sağlamada zorlanmaktadır. Özellikle aile üyelerinin kentli ana-baba, çalışan anne olma gibi hızla değişen rollerine uyum sağlayamamaları, aile içindeki iletişim ve etkileşimi bozmaktadır. Aile üyelerinde sıkıntıya yol açan bu tür engellemeler genelde ailenin varlığını korumasını güçleştirirken, özelde aile üyelerinin sosyal ve ruhsal varlığını bozmaktadır.⁵ Bu nedenlerden dolayı modern topluma geçiş sürecinde, toplumsal yaşamda yalnız kalan ailelere destek sağlamak üzere geliştirilen hizmetlerden biri de aile danışmanlığıdır. Bu çalışmada aile danışmanlığı ve kullanılan yaklaşımlardan bazılarını değinilerek, sosyal hizmette aile danışmanlığının yeri belirtildikten sonra uygulama örneğine yer verilip değerlendirilecektir.

AİLE DANIŞMANLIĞI

Nathan Ackerman, Ivan Murray Bowen, Dan Jackson, Salvador Minuchin, Virginia Satir, Jay Hayley gibi öncü isimlerin katkıları ile aile danışmanlığı kavramı, geleneksel psikoterapiden ayrılarak aileye özgün ve değişik yapıda yeni bir sorun çözme sürecini ifade etmek amacıyla 1950’lerden itibaren kullanılmaya başlanmıştır.^{3,6} Sorun

çözme sürecine tüm aileyi katmayı amaçlayan yeni bir yaklaşımdır. Daha önceki yaklaşımlar hedef olarak bireyin davranışlarını değiştirmeyi hedef almış ve sorunların nedenini bireyin kişilik yapısında aramışlardır. Aile danışmanlığı ise sorun çözerken doğrudan aile üyeleri arasındaki etkileşimlerin incelenmesini ve bu etkileşimlerin soruna katkısının değerlendirilmesini öngören bir yaklaşımdır.⁶ Hizmetin ağırlığını organik hastalıklar dışında “duygusal” ve “sosyal” sorunlar da oluşturmaktadır. Tıp alanı uzun süredir hizmetin ağırlığını organik hastalıklara verdiği ve duygusal rahatsızlıkları belli ölçüde ihmal etmiş olduğu veya bunu ikinci alan olarak gördüğü için; bu boşluğu psikolog, psikolojik danışman, sosyal hizmet uzmanı gibi meslek grupları doldurmuşlardır.^{3,4}

Aile terapisi diğer terapilerden yapı, teknik ve hedefler açısından farklılık gösterir. Kuramsal olarak “aile terapisi” psikoterapi kuramlarının çoğu ile benzerlik göstermekte ve onların kavramlarından yararlanmaktadır. Aralarındaki en önemli farkı ise diğer psikoterapiler “bireylere”, “danışan-terapist” ikili ilişkilerine ve “grup” tekniklerine önem vermelerine karşın, aile terapisi özel bir yapı ve etkileşim sistemi olarak aileyi bir bütün olarak “danışan” gibi kabul etmesidir. Bireyi kendi başına değil, ailenin diğer üyeleri ile olan ilişkileriyle ele almaktadır. Aile terapisinde birey ailenin sosyal yapısı içinde ele alınmakta ve terapi sürecinin amacı aile sistemini, kişiler arası ilişkileri değiştirmeye yönelik olmaktadır. Aile yapısının değişmesi ile aile bireyleri de değişmekte yeni beceriler ve deneyimler kazanmaktadır. Bireyin kazandığı deneyimler “içsel” olduğu kadar “dışsal” çevresel etmenlere de bağlı olmaktadır.^{3,4} Aile danışmanlığında amaç, ailelerin işlevlerinde, aile üyelerinin ruhsal sağlıklarını düzenlemek, birbirleriyle ilişki ve etkileşimlerini geliştirmek ve aile sisteminin işlevselliğini sağlamaktır.³

Aile danışmanlığı sınırlarının geniş olması nedeniyle bir danışmanlık sürecinde disiplinler arası bilgi birikiminden yararlanarak birden çok yaklaşım bir arada kullanılabilir. Aşağıda bu yaklaşımlardan en yaygın olarak kullanılanlara yer verilecektir.

AİLE DANIŞMANLIĞINDA BAZI YAKLAŞIMLAR

Aile danışmanlığında kullanılan yaklaşımlar (kuramlar) çeşitlilik göstermekle⁵ birlikte aile terapisi yaklaşımlarının hemen hepsi problemlerin “aile sistemindeki” uyumsuz etkileşimlerden kaynaklandığını kabul etmektedir. Aile kavramındaki bütünlük ve beraberlik çeşitli aile terapisi yaklaşımlarını birbirlerine yaklaştırmakla birlikte, her yaklaşım kendine özgü görüş açısı ve terapi yöntemleri yönünden bir diğerinden ayrılmaktadır. Birçok aile terapisi yaklaşımı birbirine zıt olan “psikanaliz” ve “sistem” kuramlarından etkilenmişlerdir.⁴ Bu çalışmada yaygın olarak kullanılan bazı yaklaşımlara yer verildikten sonra aile danışmanlığı özelinde sosyal hizmete değinilecek ve bir uygulama örneği ele alınacaktır.

Psikanalitik (Psikodinamik) Yaklaşım

Psikodinamik aile terapisi yaklaşımının öncüsü Ackerman'dır. Psikodinamik aile terapisi Sigmund Freud'un klasik çalışmalarına dayanır.² Psikanalitik aile danışması, analistlerin aileler üzerine yaptıkları uzun süreli araştırmaları sentezleyen ve aile grubunu bütünlüğü içinde ele alan, sözlü (verbal) bir tedavi yöntemidir.⁵

Psikanalitik aile terapisi yaklaşımında terapist; aile bireylerinin "bilinçdışı" düşünce ve deneyimlerini kendi yaşantısı ve ilişkileri aracılığı ile "bilinçli" duruma getirmek ve özellikle kişinin geçmiş yaşantısı ile şimdiki davranışları arasındaki soruna ilişkin bir iç görü ve bütünleşme sağlamasına yardım etmektedir.⁷ Psikanalitik aile terapisi, aile grubunu "bütünlüğü" içinde ele alır. Çekirdek ailenin tüm üyeleri ve birlikte oturuyorlarsa geniş aile üyeleri de oturma davet edilir.^{4,5} Psikanalitik kuramda terapist aile sisteminin dışında bir gözlemci değildir, terapötik yaklaşımın tam merkezinde yer alır.⁴

Psikanalitik terapide transferans, rüya ve düş analizi, yüzleştirme, güçlü yanlara odaklanma, aile geçmişi, birbirini tamamlayıcılık, yorum, dinleme, empati, analitik tarafsızlık gibi teknikler uygulanır.^{2,7} Psikanalitik aile terapistleri grup ve grup etkileşimlerinden çok, bireylere ve bireylerin duygularına odaklanır.⁷

Psikodinamik aile terapisinin başlıca amacı aile üyelerini bilinçdışı sınırlamalardan kurtarmaktır.² Terapötik ilişkinin odağında aile üyelerinin bilinçdışı ve iç dünyasını vurgulayan temel fikirler yer alır.⁸ Birçok aile terapisinin aksine psikodinamik yönelimli aile terapisi daha doğrusaldır, neden-sonuç ilişkisine odaklanır. Zaman ve finansal konular dikkate alındığında ise masraflıdır. Ortalamadan daha fazla entelektüel kapasite gerektirir. Durumları ele almada somut bir anlayış sergileyen ve soyut kavramlara sabrı olmayan aileler için uygun olmayabilir. Ampirik (görgül) araştırmalara değil vaka çalışmaları gibi nicel olmayan araştırmalara dayanır.²

Sistem Kuramı

Sistemik aile terapisi bireyin psikolojik durumu ile başlamak yerine, bireylerin ilişkileri bağlamında değerlendirme yapar. Çizgisel/doğrusal neden-sonuç ilişkisi yerine dairesel neden-sonuç ilişkilerine vurgu yapar. Sistem teorisi ailelerde ve diğer ilişkilerde hareketin/davranışın karşılıklı bağımlılığa dayalı olduğunun altını çizer. Ailedeki her bir birey diğerlerini etkilerken kendisi de diğerlerinden etkilenir.⁸

Birey, aile, grup, toplum gibi birimler bir sistemin parçalarıdır. Bu sistemler de birçok alt sistemden oluşmuştur. Aile içindeki her bir birey özel bir alt sistemdir. Her alt sistem, parçası olduğu bir üst sistemden belirli ölçüde bağımsızdır. Bir sistem olarak ailenin uyum ve ahengi aile bireylerinin "değişerek varlığını sürdürme" çabasına bağlıdır. Koşullar değiştikçe sistem de değişir.

Geçmişe bağlı olmamak ve değişerek var olmak kavramları aile terapisi için önemlidir. Çünkü aile terapisinde izlenen "şimdi ve burada" yaklaşımı bu temele dayanmaktadır. Ailedeki sorunun kaynağı ne olursa olsun herhangi bir zamanda sistemde değişiklik yapmak suretiyle problem ortadan kaldırılabılır. Sistem terapisinin temel amacı aile bireylerinin kendi aile sistemine sadece tepki göstermeyi değil, aile sistemine cevap vermeyi de öğretmektir. Açık bir sistem olan aile terapisinde sistem, üçgenler ve geri bildirim olmak üzere üç temel kavram önemli görülmektedir.⁴

Yapısal Aile Terapisi Yaklaşımı

Yapısal aile terapisi Minuchin tarafından geliştirilmiştir. Yapısal aile terapisi denilmesinin nedeni, aile sistemindeki yapısal "birleşme" ve "kopmaları" değiştirmeyi amaçlamasıdır. Yapısal aile terapisi kişiyi kendi yaşadığı sosyal çevre içinde inceleyen bir yaklaşım olarak ailenin alt sistemleri, özellikle ana-baba ve çocuklar arasındaki ilişkiler üzerine yoğunlaşır.⁴ Yapısal aile terapisi aile üyeleri ve alt sistemler arasında açık sınırlar olduğu düşüncesini içerir. Çoğu aile ebeveyn/eş alt sistemi, kardeş alt sistemi, büyük anne büyük baba alt sistemi ve diğer geniş aile üyelerinden oluşan birçok alt sistem içerir. Aile sisteminin kuralları değiştiği zaman davranışlar da değişecektir. Terapötik yönlendirmenin altında yatan şey "sağlıklı" aile işleyişi konusundaki varsayımlardır. Aile organizasyonlarının belli formları işlevsel değildir ve bu durum problemlere yol açar. Değişim bir ailenin tüm üyelerini kapsadığı için ortak ve uzlaşmacı bir şekilde karar vermeye ihtiyaç duyulur.⁸

Yapısal aile terapisi şimdi ve geleceğe odaklanır. Belirlenmiş hedeflere yönelik kısa süreli bir tedavi biçimidir. Bu yaklaşıma göre ailenin şimdiki zamandaki davranışları geçmişi yansıtır bu nedenle müdahalede "şimdi ve burada" üzerine odaklanılır. İnsanla sistem arasında karşılıklı neden-sonuç ilişkisi vardır. İnsan sistemden etkilendiği gibi, sistemi de etkiler.^{4,5,9} Yapısal aile terapisini diğer terapilerden ayıran iki temel özellik: 1) Normal sayılmayan uyumsuz davranışlar ve bunların devamını sağlayan etmenler üzerinde durulurken danışan tarafından belirtilen nedenler üzerinde durulmaz. 2) Psikolojik temellere dayalı deneysel bir yaklaşımdır. Terapistin görevi aile sistemi ve alt sistemler arasındaki ilişkilerin ahenkli işleyişini sağlamaktır.^{4,5} Yapısal aile terapisi kuramının temel bileşenleri yapı, alt sistemler ve sınırlardır. Aileler alt sistemlere ayrılır. Bu alt sistemler kişiler arası sınırların çizdiği kuşak, cinsiyet ve işlev farklılıklarına dayanır. Sağlıklı ailelerde sınırlar bağımsızlığı koruyacak kadar net, karşılıklı desteğe izin verecek denli esneklerdir. Kişiler arası sınırlar katıdan dağınık olana farklılık gösterir.⁷

Yapısal terapistlere göre sorunların sürme nedeni ailedeki işlevsiz örgütlenmedir. Bu nedenle terapisinin amacı da aile yapısının, ailenin yaşadığı sorunları ve işlevsel olmayan davranış kalıplarını kırarak çözmesini sağlayacak

şekilde değiştirilmesi, sorunların çözümü ve aile sistemleri ile alt sistemlerin yapısında değişiklik meydana getirilmesidir.^{4,7,9} Aile yapısında değişiklik yapıldığında, üyeler ailedeki problemi çözmüş olurlar. Yapısal aile terapisi iç görüye/anlayışa yönelik eylemler üzerinde durur. Eylemler oturumlarda gerçekleşir. Oturumlarda aile işleyişini yeniden yapılandırarak, terapist aile yapısını etkiler, ev ödevleri vererek ailenin eylemlerinde değişim sağlamaya devam eder.⁹ Terapist sorunları çözmez, bu ailenin işidir. Terapist ailenin işleyişinin değiştirilmesine, böylece aile üyelerinin kendi sorunlarını çözmesine yardım eder.⁷ Bu yaklaşımda katılım, hızmet, izleme, yeniden yapılandırma, canlandırma, stresi artırma, yeniden çerçevlendirme gibi teknikler kullanılır.⁹

Bilişsel/Davranışçı Yaklaşım

Davranışçılık yardım mesleklerinde en eski yaklaşımlardan birisidir ve kaynağını ebeveyn eğitimi çalışmalarından almıştır. Davranışçılık akımı 1970'lerde bilişselcilerden etkilenmiş ve bu akımla birleşerek bilişsel davranışçı danışma ortaya çıkmıştır.⁵ Bu yaklaşım Ivan Pavlov, John B. Watson ve B.F. Skinner'in araştırmalarına ve çalışmalarına dayanarak geliştirilmiştir.^{2,7} Öğrenme kuramına dayanır ve tedavi kısa sürelidir.² Davranışçı ve bilişsel davranışçı yaklaşım doğrusaldır.⁹ Bu modelde ailenin problemi tüm aile sisteminin yapı ve fonksiyonuna göre değerlendirilir. Yaklaşım; sunulan şikâyete dolaysız olarak bir çözüm bulma çabasıdır.¹⁰

Davranışçı aile terapisi başta klasik ve edimsel koşullanma olmak üzere temelde davranışçı terapinin kuramsal yapısı üzerine dayandırılmıştır. Bu kuramın altında yatan varsayımlar: (1) Tüm davranışlar öğrenilir ve aileleri de içeren tüm bireyler önceki pekiştirilmelerine göre davranırlar. (2) İşlevsel olmayan davranışa ve bu davranışın altında yatan nedenlere odaklanır. Davranışın geçmişine bakmaksızın şimdiki halini değiştirmeye odaklanır. (3) Değişimin gerçekleşmesi için ailedeki herkesin tedaviye dâhil edilmesi gerekli değildir.²

Psikanalitik ve sistem yaklaşımlarında olduğu gibi problemin derinine inerek nedenlerin bulunması ve tedavi edilmesi yaklaşımlarının gereksiz olduğunu, bireyin sergilediği belirtilerin asıl problem olduğunu ve terapide doğrudan bunların giderilmesi gerektiğine inanır.⁴ Ailenin örgütlenişinden ya da ilişkilerin sağlıklılığından çok davranışa odaklanır.⁷ Bilişsel davranışçı terapinin amaçları aşağıda belirtilmiştir:

- Ailenin şimdiki davranışlarını değerlendirmek, davranışlarını ve düşüncelerini nasıl değerlendirmeleri gerektiğini öğretmek.
- Aileye; iletişim becerileri, problem çözme, yeterlilik, davranış değişimi, kural ve rol görüşmeleri, çatışma yönetimi gibi yeni davranış kalıplarını öğretmek.
- Uygun olmayan davranışları zayıflatmak veya azaltmak.

- Karşılıklı işbirliği sağlayacak güçlendirici davranış kalıpları geliştirmek.⁹

Terapistin, aileye ilişkilerini değerlendirme ve güçlendirme stratejilerini öğreten eğitici bir roldür. Bu gerekli bir eğiten ve öğreten modeldir.⁹ Terapi süreci içinde değiştirilmesi gereken davranışlar genelde kişiler arası iletişim hataları olarak nitelendirilebilecek davranışlardır. Terapist oturumlarının sonunda aile bireyleri ile birlikte bir sonraki oturuma kadar yürütülecek davranışları ve ödevleri belirler. Bu ödevler uygun davranışları öğrenme ve pekiştirmeye yöneliktir.⁴ Davranışçı aile terapisi öğrenme kuramlarına dayalı olarak geliştirilen bir yaklaşım olarak temelde şu teknikleri kullanır: Eğitim ve bilgilendirme, pozitif pekiştirme, sembolik ödüllendirme, değişken pekiştirici kullanma, cezalandırma, sistematik duyarsızlaştırma, tepkiyi şekillendirme, davranış kontrol altına alma ve ortadan kaldırma, edimsel koşullanma, kontrat (sözleşme) yapma, klasik koşullanma, premack ilkesi.^{2,4,10}

Davranışçı yaklaşım aile sistemine odaklanmaktan çok kişilerin davranışlarına odaklanır. Bazı davranışçı aile terapistleri duygular gibi davranışın duyuşsal bileşenlerine odaklanmazlar. Öncelikli olarak davranışlara bakarlar, ikincil olarak düşünceler gelir.²

Stratejik Aile Terapisi

Stratejik aile terapileri teknik odaklı, kısa süreli, spesifik ve pozitif bir yaklaşımlardır. Milton Erickson'un çalışmalarına dayanır. Erickson'un tedavideki amacı değişime öncülük etmek olup, danışanlarının kaynaklarını kullanmaya ve her spesifik problem için strateji geliştirmesidir. Özellikle gelişim ve organizasyon güçlükleri olan aileler için tercih edilebilecek bir yaklaşımdır.² Stratejik aile danışması 1980'lerde aile danışmasının merkezine yerleşmiştir. Bu yaklaşımın ana özelliği danışmanın hastanın sorunlarını çözmek için strateji tasarlamasıdır. Spesifik problemi yok etmek için amaçlar açıkça oluşturulur, danışma evrelerinde bu amaçlara ulaşabilmek için dikkatlice planlama yapılır.⁵

Stratejik aile terapisi modeli, ailelerin kural yönelimli sistemler olduğu anlayışına dayanır. Dolayısıyla ortaya konulan problem ailenin sorunun önemini fark etmesine hizmet eder. Semptomlar sistemle ilgilidir ve devam eden iletişim döngüsündeki tahribatlar ailenin temel amaçlarına ulaşmasını önler. Aile yaşam döngüsündeki gelişim basamaklarında anlayış ve düşüncelilik muhafaza etmelidir çünkü durdurulan gelişim basamağı problemi erteler. Stratejik aile tedavisinde *odak* "şimdi"dir. Problemin nedeni ailenin davranış ve fonksiyonlarında değişim yaratmaktan daha az önemlidir.⁹ Tedavinin bir amacı ailenin ortaya koyduğu problemi çözmek, bir amacı da aile üyelerinin bireysel yaşamlarında olduğu gibi aile yaşam döngüsünde de bir sonraki faza geçmelerine yardım etmektir.^{2,9}

Terapi aile üyeleriyle birlikte kararlaştırılan hedefler ve stratejiler doğrultusunda belli aşamalar biçiminde yürütülür. Terapist aktif ve değişken bir rolü benimser. Yönlendirici rolü daha çok elinde bulundurmaktadır.⁴ Bu yaklaşımda kullanılan başlıca teknikler şunlardır: Yeniden çerçeveleme, yönerge, paradoksal yönerge, zora koşma, "...mış gibi yapma" tekniği, yerleştirme, çerçeveleme, değişimi kısıtlama.^{2,9} Bu yaklaşım çok sayıda aileyle çalışmaya uygun esnekliktedir. Yaklaşımın önemli bir özelliği tek bir probleme yoğunlaşmasıdır. Temel olarak terapist tek bir probleme odaklanır.²

İletişim Modeli

İletişim Modelinin öncüsü Virginia Satir'in çalışmasının temeli kişiler arası sistemdeki değişimi sağlamak için ailedeki bireylerin öz saygılarının öne çıkarılmasıdır. Satir, öz saygı ve iletişim arasında direkt bir ilişki bulmuştur. Düşük öz saygı, zayıf iletişimle bağlantılıdır. Aileyi bütüncül bir sistem olarak görür. Roller, kuralları ve iletişim süreçlerini etkilemek suretiyle ailenin işlevlerinde etkili olmaktadır. Aile üyeleri oturumlarda ne deneyimlediklerinin farkına vardıklarında, birey ve aile olarak olgunlaşırlar.⁹

En yaygın şekilde kullanılan yapılandırılmış terapötik etkiler Virginia Satir tarafından geliştirilmiş olup farklı teknikleri kapsamaktadır. Bu teknikler sıklıkla aile üyelerinin farkındalığını artırmak ve aile üyelerinin ilişkilerini değiştirmek üzere kullanılır. Bu tekniklerden bazıları:

'Etkili iletişim modelinde ben mesajlarını kullanma': Sağlıksız olan ailelerde üyeler sıklıkla birinci çoğul kişiyi konuşurlar (örn. "biz"); belirsiz ve genel mesajlar verirler ve monologlarla diğerlerine tepki verme eğilimi gösterirler. Etkili olmayan ve dolaylı iletişim örüntüleri ile mücadele etmek için, aile üyelerinin duygularını ifade ederken "ben" dili kullanmaları önerilir. "Ben" ifadeleri duyguların kişisel ve sorumlu bir biçimde ifadesini içerir ve başkalarını da duygularını ifade etmek için teşvik eder. Bu tip iletişim aynı zamanda konuşmada hizalamaya, saydam iletişime öncülük eder. Hizalama ve saydamlık oluştuğunda iletişim artar, kalıp yargılar azalır, öz saygı ve benlik değerlerinde iyileşme olur. Saydam iletişim (eşit düzey/hizalama) oluşmadığında Satir insanların dört farklı rol edindiklerini ifade eder: Suçlayıcı, alttan alan, alakasız, süper mantıklı (ya da mantıkla irdeleyen). Bu dört rol insanların çoğu tarafından kullanılır. Sürekli kullanıldıklarında, yani etkileşim bunlardan ibaret hale geldiğinde bu roller sağlıksız ve problemlili hale gelir. Bu rollere kısaca değinilirse,

Suçlayıcı: Suçlayıcı kişi olup bitenler karşısında diğerlerine odaklanır ve sorumluluk almaz. Sıklıkla tepeden bakan bir tutum sergiler, yüksek sesli ve acımasızdır. Örneğin "gördün mü bak bana neler yaptırıyorsun?" gibi.²

Altan Alan: Kişi kendi onuru pahasına çatışmadan kaçır. Bu tutum kendi kendini önemsizleştirici ve fazla

tevazu içerir. Utangaçlıktan ve başkalarını memnun etme gayretinden kaynaklanır.²

Alakasız: Kişi durumla ilgisi olmayan ifadeler kullanır. Dikkati tartışılmakta olan konudan başka bir yöne yöneltmeye çalışır. Cevap vermektan kaçınmaya çalışır ve anlaşılmazdır, hiçbir şeyle ilgili görünmez.²

Süper Mantıklı (Mantıkla İrdeleyen): Akılcı, sadece bilişsel veya entelektüel düzeyde iletişim kurar ve oldukça akılcı yol içinde hareket eder. Duygusal olmaktan kaçınır.²

Bu yaklaşımda kullanılan bazı teknikler şunlardır: Aile soy ağacı, aile haritası, benzetme, dokunma, heykel, drama, yeniden yapılandırma, çerçeveleme, mizah, varsayımları ifade etme, iletişim duruşu, "ben" dili.⁹

Satir üç iletişim düzeyi tanımlamaktadır ki bunlar: Anlam düzeyi (sözel iletişim/kelimeler, anlamları), çağrışım düzeyi (vücut ve ses iletişimi) ve çevre düzeyi (iletişimin gerçekleştiği yer ve zaman). Bunların dışında iki iletişim şekli daha vardır: (a) Uygun iletişim: Söz, vücut ve çevre birbirine uygundur, (b) Uygun olmayan iletişim: Söz, vücut ve çevre birbirine uygun değildir.¹¹ İletişim teorisyeni olarak Satir, sorunlu ailelerdeki belirsiz ve dolaylı iletişim kalıplarının açıklanması üzerinde durmuştur. Eşler ihtiyaç ve arzuları ile ilgili olarak birbirleriyle konuşmaktan kaçınmaktadır veya çocukları aracılığı ile konuşmaktadırlar. Ebeveynler arasında çocuklar için rekabetçi atmosfer vardır. Zorlanmalı ilişkilerde eşler genellikle açık ifadeler kullanmaktan kaçınırlar. Çünkü diğerinin uzaklaşmasını istemezler, istedikleri sadece istek ve ihtiyaçlarını dolaylı ifade etmektir. Maskeli mesajda sözsüz iletişim sözlü iletişimin karşısındadır. Örneğin bir kişi sözsüz iletişimde yumruğunu sıkıdığı veya sert baktığı halde sınırlı olmadığını ifade edebilir. Bazı yazarlar bu tip mesajı çifte mesajın bir ürünü olarak ifade etmektedirler.¹²

Aile bireylerinin kendilerini ifade edebilmelerinde aile içi iletişim önemli bir yer tutar. Aile içi iletişim bozuklukları ailedeki bireylerin kendilerini doğrudan ifade edemediği durumlarda yadsımak, söyleyememek, yerine başka bir şey koymak ya da yadsıdıklarını tutarsız bir şekilde ortaya koymak şeklinde kendini göstermektedir. Aile içi iletişim eşlerin birbirleri arasında, annenin çocuğuyla/çocuklarıyla, babanın çocuğuyla/çocuklarıyla, kardeşlerin birbirleriyle kurduğu iletişim olarak tanımlanabilir. İletişim engelleri bireyin duygularının önemsiz olduğu, isteklerine saygı duyulmadığı, sorunlarını kendi kendine çözme yeteneği olmadığı mesajını vermektedir. Bu mesajlar bireyin kendini değersiz veya önemsiz hissetmesine, benlik saygısının düşmesine ve özgüvenini kaybetmesine neden olmaktadır.¹³

Yukarıda bazı yaklaşımlara değinilmiştir. Uygulama örneğine geçmeden önce aile danışmanlığında sosyal hizmetin ve aile hekimliğinin rolüne ve işlevlerine yer verilmektedir.

AİLE DANIŞMANLIĞI VE SOSYAL HİZMET

Sosyal hizmet alanında aile hizmetleri olarak tanımlanan aile tedavisi, aile danışmanlığı sürekli değişen ve gelişen sosyal politikalara ve çevre koşullarına uyum sağlamakta zorlanan aileye sorunlarının çözümünde destek olmak üzere sunulan hizmet türleridir.¹⁴ Aile alanı koruyucu ve tedavi edici sağlık hizmetleri için çalışma alanı olarak sosyal hizmet uygulamasının sorumluluğu altındadır.

İnsanların yaşamları boyuca karşılaştıkları sorunların büyük bir bölümü üyesi olduğu aile yaşamından doğrudan etkilenir. Aile üyelerinden herhangi birinde meydana gelen değişim diğer aile üyelerini de etkiler. Bu nedenle sosyal hizmet uygulamalarının önemli bir odağı, üyeleri arasında etkileşim yaşayan ve bağımsız bir sistem olan ailedir.¹⁵

Ailelerle sosyal hizmet risk altındaki ailelerle çalışma için bir şemsiye kavramdır. Ailelerle sosyal hizmetin temel amacı aile üyelerinin gelişimsel ve duygusal gereksinimlerini yetkin bir şekilde karşılamayı öğrenebilmesi için ailelere yardımcı olmaktır. Ailelerle sosyal hizmet değişim ya da müdahale için ailenin güçlerini pekiştirir, etkin bir şekilde işlev görebilmesi için destek sağlar ve günlük yaşamını doyurucu bir şekilde sürdürebilmesi için aile işlevselliğinde somut değişiklikler gerçekleştirir. Ailelerle sosyal hizmet müdahalesinde genel olarak aşamalı yaklaşım benimsenmektedir. Genelci sosyal hizmet uygulaması ailelerle sosyal hizmeti yedi aşamada ele almaktadır. Bunlar:

- (1) *Tanışma/Bağlantı Kurma*: Sosyal Hizmet Uzmanı (SHU) ve ailenin bir araya geldiği aşamadır.
- (2) *Ön Değerlendirme*: Ailenin değerlendirilmesinde ailenin yapısı ve süreçleri ile gelişimsel ve durumsal stresin aile üzerindeki etkileri gibi farklı boyutların anlaşılması gereklidir.
- (3) *Planlama*: Planlama; değerlendirme ve müdahale arasında bir köprüdür.
- (4) *Uygulama*: Ailelerin karşılaştığı sorunlar farklılık gösterdiğinden, kullanılacak teknik ve yaklaşımlar da farklılık gösterir.
- (5) *Son değerlendirme*: Son değerlendirme uygulamanın amaca ulaşmış olup olmadığını ortaya koymak için yapılır ve amaçlara ulaşmak için kullanılan araçları da gözden geçirmeyi içerir.
- (6) *Sonlandırma ve izleme*: Aile sorunlarını tek başına çözecek duruma geldiğinde çalışma sonlandırılır. Aileye müdahale sonlandırıldıktan sonra müdahale amaçlarıyla ilişkili olarak ailenin işlevsellik düzeyi hakkında bilgi toplanır.¹⁵

Aileyle çalışma, sosyal hizmet alanındaki birey ve grup çalışmasına benzerlikleri ve farklılıkları olan bir çalışmadır. Aile görüşmesi bireysel görüşmeden daha karmaşık ve çok boyutlu bir süreçtir. Aile çalışması sosyal hizmet alanında sıklıkla kuruma başvuran kişiyle (genellikle kadın)

yürütülür. Bu süreçte aile üyelerinden önemli olan diğer kişiler de görüşmeye çağrılır veya işyeri ve ev ziyareti ile sürece katılmaya teşvik edilir. Aileyle ilgili bilgilenme ve aileyi tanıma başlangıçta görüşme yapılan kişinin ailenin içinde bulunduğu durumu anlatması yoluyla elde edilir. Süreç ilerledikçe elde edilen bilgilerde veya diğer üyelerle yapılan görüşmelerde yeni ve önemli bilgiler elde edilebilir. Özellikle diğer aile üyelerinin problemin tanımlanması ve çözümüne ilişkin katılımlarına yer verildiğinde uzmanın belirlediği ihtiyaçlar değişebilir.¹⁶

Aileyi bir arada görmenin en az üç temel avantajı vardır. Birincisi, aile dinamiklerini anlamak, aile üyeleri arasındaki etkileşimi anlayabilmek için anlayış ve bilgi kazandırır. İkincisi, uzmanın aile üyelerine karşı adil ve objektif olmasını sağlar. Üçüncüsü aile içi iletişim kalıplarını anlayabilmeyi sağlar.¹⁷

Aile sistemine müdahalede üç temel amaç vardır. Birincisi, uzman aile iletişiminin açık bir fotoğrafını çeker ve sorunu ortaya çıkaran iletişim kalıbı görülmeye çalışılır. İkincisi ailenin tedavi sürecine katılımı için onayın alınması gerekir. Üçüncüsü ailenin değişim sürecini oluşturmaktır.¹⁷

AİLE DANIŞMANLIĞI VE AİLE HEKİMLİĞİ

Sağlıklı toplumun temelinde yer alan ailenin işlevlerini sağlıklı olarak yerine getirebilmesi için “kişiye yönelik koruyucu sağlık hizmetleri ile birinci basamak teşhis, tedavi ve rehabilite edici sağlık hizmetlerini yaş, cinsiyet ve hastalık ayrımı yapmaksızın, her kişiye kapsamlı ve devamlı olarak belirli bir mekânda vermekle yükümlüdür.” şeklinde tanımlanan aile hekimleri de aile danışmanlığı uygulamalarında etkin rol üstlenebilirler.¹⁸ İşlevsel aile ilişkileri aynı zamanda toplum sağlığı açısından da önemli bir yere sahiptir. Aile danışmanlığının ailenin sağlıklı işlev kalıplarında meydana gelen aksaklıkların giderilmesi ve ailenin işlevliliğinin yeniden kazandırılması amacı yönünde aile hekimleri önemli bir yere sahiptir. Bunda birinci basamakta hizmet veren aile hekimliğine başvuran hastaların çoğunluğunun psikososyal problemlerinin olmasının etkisi de vardır.¹⁹

Bir sistem olarak aile öğeleri /alt sistemleri (üyeleri) arasında karşılıklı etkileşim vardır ve sistemdeki parçalar birbirine bağlıdır. Bir alt sistemde (aile üyelerinden birinde) ortaya çıkan sorun, öğeler arasındaki etkileşim nedeniyle diğer alt sistemleri (aile üyelerini) ve üst sistemi de (aileyi) etkiler.²⁰ Bu anlamda bir ailenin alt sistemi (üyesi) olan hastaların psikososyal sorunlarının ailedeki diğer üyeleri de etkileyeceği düşünüldüğünde; kişilere aileleri, toplumları, kültürleri bağlamında ve yaşam süreleri boyunca kapsamlı bakım sunan aile hekimleri, hem disiplinin temel özellikleri gereği hem de insanlarla en sık, en yakın ve en uzun süreli ilişki kuran sağlık çalışanı olmalarından dolayı aile danışmanlığına yönlendirilecek psikososyal sorunların saptanmasında ve yönetiminde uygun konumdadırlar.¹⁹

Hastaları ile uzun süreli ve yakın ilişkiler kuran birinci basamak hekimleri hastalarını biyolojik, sosyal, psikolojik açılardan değerlendirme olanağına sahiptirler. Bu değerlendirmenin önemli bir boyutu ailenin değerlendirilmesidir.²⁰ Aile hekimlerinin bu işlevleri aynı zamanda biyopsikososyal (BPS) yaklaşıma da uygundur. Bu yaklaşımda sağlığın biyolojik, psikolojik ve sosyal etmenlerden etkilendiğini, bu nedenle, kişiyi değerlendirirken biyolojik, ruhsal ve sosyal olarak değerlendirmenin gerekliliği ortaya konulmuştur. Aile ilişkileri bazı hastalıkların tedavisini zorlaştırır, uygun iletişim becerileri kullanıldığında bazen de önemli bir yardımcı ve destek kaynağı olur. Aile bağları güçlü ise, aile hekimi rahatsızlığın yönetiminde güçlü bir destek sağlayabilir. Özellikle psiko-somatik hastalıklarda aile içi ilişkiler önemli rol oynamaktadır.²⁰ Buradan hareketle aile hekiminin aile danışmanlığındaki rolü ve işlevlerini şu şekilde belirlemek mümkündür:

- Birincil bakımda aile hekimi bir aile terapisti olmamakla birlikte sistemik yaklaşımla hasta ve ailesi ile oluşturduğu güven ilişkisi ile birey ve aileyi daha iyi değerlendirme olanağına sahip olacaktır.²⁰
- Aile danışmanlığına ihtiyacı olduğunu tespit ettiği hasta/hastaları ilgili kurum veya bu alanda eğitim almış psikolog, sosyal hizmet uzmanı gibi meslek elemanlarına havale edebilir.
- Aile hekimlerinin çoğunun psikososyal sorunların değerlendirilmesinde, yönetiminde ve desteklenmesinde desteğe ihtiyaçları olduğu belirtilmektedir. Bu problemlerin etkin olarak çözülmesinde ikinci ve üçüncü basamak hastanelerde görev yapan sosyal hizmet uzmanlarının birinci basamak ekibine dâhil edilmesi yönünde çalışmalar yapılabilir.¹⁹ Bu doğrultuda aile hekimi, birinci basamaktaki diğer sağlık çalışanlarının ve diğer disiplin uzmanlarının sunduğu sağlık hizmetini koordine edebilme işlevini yerine getirmelidir.²¹
- Aile danışmanlığı ile ilgili eğitim alan aile hekimleri birinci basamakta tedaviye gelen hastaların aile işlevlerindeki bozulan yönlerin yeniden kazandırılması yönünde doğrudan rol üstlenebilirler. Özellikle psiko-somatik hastalıklarda aile içi ilişkilerin önemli rol oynadığı düşünüldüğünde bütüncül yaklaşımla hastanın sağaltımındaki başarı oranını yükselmesini sağlayıcı işlev sağlayabilir.²⁰
- Aile hekimleri hastalarını ailenin yaşam döngüsünün her evresinde görürler. Ailenin tümünü, nesilleri ve toplumu etkileyebilen aile hekimliği disiplininin “bireye, ailesine ve topluma yönelik birey-merkezli yaklaşım geliştirme” özelliği son derece önemlidir. Aile hekimleri sahip oldukları çekirdek yeterlilikleri nedeniyle aile danışmanlığı konusunda etkili bir role sahiptirler.²¹

Aile danışmanlığında SHU’ları ve aile hekimleri ekip üyesi olarak birbirini destekleyici ve tamamlayıcı rol üstlenerek daha etkin ve işlevsel olabilirler. Bu işbirliği toplumsal yapı içindeki ailelerin sağlıklı işlevlerinin artmasında ve genelde toplumun iyilik hali ve psikososyal refahının yükselmesinde etkili olabilir.

UYGULAMA ÖRNEĞİ

Sosyal hizmetin aile alanındaki uygulamalarından olan aile danışmanlığı kapsamında S. Ailesi ile uygulama yapılmış olup süreçle ilgili bilgilere aşağıda yer verilmiştir.

Aile Üyelerine İlişkin Bilgiler

M.S. (Kadın): 49 yaşında, ev hanımı, ilkokul mezunu, ikinci evliliği.

C.S. (Erkek): 69 yaşında, emekli, ilkokul mezunu, ikinci evliliği.

G. (Kız çocuğu): M.S.’in ilk evliliğinden olan kızı, 13 yaşında, ilköğretim yedinci sınıf öğrencisi.

Evliliklerine devam edip etmeme konusunda sorunlar yaşayan S. ailesinin sorun çözme becerisi geliştirmelerinde yardımcı olmak amacıyla dokuz görüşme yapılmıştır. Görüşme ailedeki kadın eşin talebiyle başlamıştır. Ailedeki kadın eş olan M.S. ile beş kez, erkek eş olan C.S. ile bir kez görüşme yapıldıktan sonra üç kez de eşlerle bir arada görüşme yapılmıştır. M.S. ile yapılan görüşmelere, bir kez kızı G, bir kez eşinin gelini G.H. ve bir kez de ablası M. katılmıştır. Görüşmeler sosyal hizmetin müdahale aşamaları olan tanışma, ön değerlendirme, planlama, uygulama, son değerlendirme süreçlerini içermektedir. Aile danışması uygulamasında, önce üyelerle tek tek görüşülmüş ve üyelerle bir arada görüşme sürecine geçildiğinde çalışmalar evde gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerin kısa özeti şöyledir:

1. Görüşme: İlk görüşmede ailedeki kadın eş M.S. ile tanışılmıştır. Evlilik öyküsü ve evlilikle ilgili sorunlarından bahsetmesi istenmiştir. M.S. duygusal yoğunluk içinde kronolojik olarak evlilik öncesi süreç, başlangıç dönemleri ve ileri aşamalardan bahsetmiştir. Kendisinin de eşinin de ikinci evlilikleri olduğunu, eşinin kendisinden 20 yaş büyük olduğunu, kendisine ait bir geliri olmadığından kızının ve kendisinin geleceği için bu evliliği gerçekleştirdiğini belirtmiştir. Eşinin kendisine değer vermediğini, sürekli aşağılayıp, hakaretlerde bulunduğunu (sen de kimsin, ben kadınlara hiç değer vermedim ki sana değer vereyim vb.), üç yıldır yatak odalarının ayrı olduğunu, üç ay önce kendisine yumruk atarak fiziksel şiddette bulunduğunu, o tarihten sonra iletişimlerinin tamamen koptuğunu, kahvaltı ve yemeklerini ayrı yediklerini, zorunlu iletişimlerini kızı G. aracılığı ile sağladıklarını, hiç konuşmadıklarını ifade etmiştir. Tartışmalar sonucunda eşinin kendisini evden kovduğunu, geliri olmadığı için evden ayrılmadığını ifade etmiştir. Ayrıca günlük ekmek ve haftalık pazar parası dışında para bırakmadığını, kızının okul masraflarını ve diğer ihtiyaçlarını ailesinin gönderdiği harçlıklarla karşıladığını belirtmiştir. Eşinin, kızına kendisinden daha

iyi davrandığını, ancak kızının eşiyle aralarında yaşananlardan dolayı çok üzüldüğünü, eşinin kendisine fiziksel şiddet uygulamasından sonra, kızına kendisinin kadın sığınma evine başvurup, kızını da yetiştirme yurduna verme önerisinde bulunduğunu ancak kızının “intihtar ederim” uyarısından sonra vazgeçtiğini anlatmıştır. Sorunların çözümü için neler yaptığı sorulduğunda, tekrar hakaretlere maruz kalmak istemediğinden eşiyle konuşmayı denemediğini belirtmiştir. Eşinin ailedeki diğer üyelerle ilişkisi ve etkileşimi sorulmuştur. Aileye dışarıdan objektif olarak değerlendirebilecek biri olup olmadığı sorulmuştur. Eşinin gelini G. ile ilişkisinin oğlundan daha güçlü olduğu ve G.S.’nin tarafsız olarak değerlendirme yapabileceği belirtilmiştir. Sorunların çözümüne yardımcı olmak ve aile ilişkilerini doğal ortamında gözlemlemek amacıyla eşi, kızı ve ailedeki diğer üyelerle görüşme yapılması önerilmiştir. M.S. öneriyi kabul etmiş ancak görüşmeye katılacaklarından emin olamadığını ifade etmiştir. İkinci görüşmeye C.S.’yi eşi M.S.’den daha uzun süredir tanıyan gelini G. S. davet edilmiş ve davet kabul edilmiştir.

2. *Görüşme:* Gelin G.S.’den kayınpederinin evlilik ilişkisini anlatması istenmiştir. G.S. kayınpeder-gelin ilişkisi dışına çıkarak objektif olmaya çalışacağını ifade ederek, kayınpederinin davranışlarında yetiştiği Sivas’ın ataerkil kırsal değerlerinin etkili olduğunu ve bu toplumsal yapıda kadınlara değer verilmediğini belirtmiştir. Ölen ilk eşine daha kötü davrandığını, onun ölümünden sonra 10 yıl yalnız yaşadığını yeniden evlenmeye karar verdiğinde, Sivas’ta insanların esmer tenli olması nedeniyle beyaz tenli, güzel, kent giyimli ancak Türk kültürel değerlerini taşıyan, çocuksuz birini aradığını, M. S.’nin bu özellikleri taşıdığını duyunca ilk eşinden çocuğu olmasına rağmen bu durumu kabullenerek evlendiğini anlatmıştır. Kayınpederi ailenin en büyüğü olduğu için çevresindekilerin onun istediği gibi davrandığını belirtmiştir. G.S.’den sonra M.S. ile görüşülmüştür. Eşinin kendisini inciten davranışları sonucunda bugüne kadar hiç konuşmayı denemediğini, eşinin yetişkin biri olarak davranışlarının farkında olması ve ne yaptığını bilmesi gerektiğini, kendisinin öğretici olamayacağını, konuşsa da bir şeylerin değişeceğine inanmadığını ve konuştuğunda da eşinin öfkelenmesinden korktuğunu ifade etmiştir. Kendisine, evliliğinde yaşadığı bu iletişim kopukluğu sorununun çözümü için eşiyle konuşması önerildiğinde bunu yapabileceğini ifade etmiştir. Eşiyle evlenmeden önce evlilikten neler beklediğini, bu beklentilerinin ne kadarının gerçekleştiğini, hangilerinde hayal kırıklığı yaşadığını yazılı olarak ifade etmesi istenmiş ancak yazı yazma konusundaki sıkıntısı nedeniyle bunu kesin bir dille reddetmiştir. Bir hafta sonraki görüşmeye kadar eşiyle konuşması, bu konuşma sürecinde hem eşinin davranışları karşısında kendisinin kırılganlığını, duygularını, hissettiklerini açıklaması; hem de eşinin beklentilerini ve duygularını öğrenmeye çalışması konusunda ödev verilmiştir. Sonraki görüşmeye kızıyla gelmesi istenerek görüşme sonlandırılmıştır.

3. *Görüşme:* M.S.’ye bir önceki görüşmede verilen eşiyle konuşarak eşinin beklenti ve duygularını öğrenme ödevini yerine getirip getirmediği sorulmuştur. M.S. uygun

ortam bulamadığını ve yeterli istek duymadığından ödevi gerçekleştiremediğini belirtmiştir. Önceki görüşmede yazılı olarak ifade etmeyi reddettiği evlilik beklentilerinin neler olduğunu sözel olarak ifade etmesi istendiğinde; duygusal olarak hiçbir beklentisi olmadığını sadece kendisi ve kızının ihtiyaçlarını karşılamak üzere evlendiğini ancak eşinin kendisine davranışlarından da çok rahatsız olduğunu belirtmiştir. Eşinin kendisinden evlilik beklentisinin ne olduğunu bilmediğini belirtmiştir. Daha sonra 13 yaşındaki kızı G. görüşmeye katılmıştır. G. giriş sorularından sonra üvey babasının kendisine davranışlarından memnun olduğunu, öz babasıyla yaşamayı tercih etmediğini, anne-babasının konuşmadıklarının ve kendisini aracı olarak kullanmalarından rahatsızlık duyduğunu belirtmiştir. Annesinin, babasının istemediği, yapma dediği şeyleri yaptığını bu nedenle de babasının öfkelenmediğini ifade etmiş ve her ikisinin de eşit derecede sorumlu olduğunu eklemiştir. Annesiyle birçok şeyi konuşabildiğini ancak babasıyla aynı derecede yakın olmadığını ancak kendisinin ihtiyaçlarını karşıladığını ve babasından memnun olduğunu belirtmiştir. Bu konuşmalar sırasında ağlayarak evdeki huzursuz ortamdan çok etkilendiğini, huzurlu bir ev istediğini ifade etmiştir. G’den sonra annesi M.S. tekrar görüşmeye alınmıştır. Kendisine evde ergenlik döneminde bir kızı olduğu, bu yaş dönemindeki gençlerin hassas oldukları, eşiyle ilişkilerinde kızının varlığını da dikkate alması gerektiği hatırlatılmıştır. M.S. kızının eşiyle olumsuz ilişkilerinden etkilenmiş olabileceğini şimdiye kadar fark etmediğini belirtmiştir. Kendisine ev ödevi verilerek bir sonraki görüşmeye kadar eşiyle konuşmayı tekrar denemesi ve kızının duygularını öğrenmek üzere konuşma yapması kararlaştırılarak görüşme sonlandırılmıştır.

4. *Görüşme:* Görüşmede M.S.’ye ödevlerini yerine getirip getirmediği sorulduğunda, M.S. eşiyle ilişkilerinde hiçbir değişiklik olmadığını, eşiyle de kızıyla da konuşmayı denemediğini ifade etmiştir. Kendisine evliliğin devamını isteyip istemediği sorulduğunda, geliri olmadığından dolayı evliliğine devam etmek zorunda olduğu yanıtını vermiştir. Bu şekilde devam etmesinin çok zor olduğunu, şimdiye kadar hep kendisinin alttan aldığı biraz da eşinin gayret etmesi gerektiğini belirtmiştir. M.S.’in eşiyle iletişime direnç gösterdiği tespit edilmiştir. M.S.’in ablasının doğum günü kutlaması için gelmesi sonucu M.S.’nin izni alınarak ablası ile görüşülmüştür. Abla, evliliğin bu şekilde yürümesinin çok güç olduğunu, eşler arasındaki inatlaşmanın anlamsız olduğunu, kardeşinin inadını da anlamsız bulduğunu ve ilişkilerinde kızlarını da dikkate almaları gerektiğini ifade etmiştir. M.S.’nin evin en küçük çocuğu olması nedeni ile çok nazlı büyüdüğünü, her isteğinin gerçekleştirildiğini, oldukça duygusal bir yapısı olduğunu, her şeye zahmetsiz bir şekilde sahip olduğu için mücadele gücü olmadığını belirtmiştir. Abladan sonra M.S. ile görüşme devam etmiş tekrar eşi ve kızıyla görüşmesi için ev ödevi verilmiştir.

5. *Görüşme:* M.S. eşiyle ve kızıyla görüşmemiştir. M.S.’nin eşi ile ilişkilerinde kızının etkilenme derecesinde farkındalık geliştirmesi ve kızıyla iletişimini güçlendirmesi

amacıyla kızının içinde bulunduğu ergenlik döneminin özellikleri ve kızına nasıl davranması gerektiği hakkında eğitici bilgiler verilmiştir. M.S.'ye sorunun çözümü amacı ile eşi ile görüşme yapmanın gerekli olduğu ifade edilmiştir. Kendisinin buna itiraz etmeyeceğini ancak eşinin görüşmeyi kabul edeceğinden umutlu olmadığını belirtmiştir.

6.Görüşme: M.S.'nin eşi C.S.'ye ulaşarak görüşmeye davet edilmiş kendisi daveti kabul etmiştir. C.S. rahat ve sakin bir şekilde konuşmuş ve eşi M. S.'nin ilk başlarda çok halim selim anlayışlı görüldüğünü ama tanıdıkça öyle olmadığını anladığını ifade etmiştir. Eşinin, kendisini yaralayan en önemli davranışının, akrabalar arasında kesin ayırım yapması olduğunu oysa kendisinin eşinin yakınlarına oldukça ilgili davrandığını belirtmiştir. Ayrıca eşinin çamaşırlarını yıkamada, söküklerini dikmede ve ütülemede özenli olmadığını, yemek konusunda çok iyi olduğunu ancak kendisine özel yemek hazırlamadığını, kahvaltısını bile hazırlamadığını eklemiştir. Eşinin kendisine ve sinirlendiğinde kızına da küfürlü konuştuğunu, sürekli kendisini örneğin televizyondaki bir programı kullanarak iğnelediğini eklemiştir. Yenidoğan semtinde doğup büyüyen eşinden başka davranış beklemediğini belirtmiştir. Eşiyle sorunların çözümü için konuşmayı deneyip denemediği sorulmuştur. Eşinin kendisini rahatsız eden davranışları ile ilgili olarak konuştuğunu ama hiçbir şeyin değişmediğini ifade etmiştir. Eşi ile altı ay veya bir yıldır konuşmadığını, zorunlu ihtiyaçlar için kızlarını kullandıklarını, bundan çok rahatsız olduğunu, kızın ise çok akıllı olduğunu dile getirmiştir. Eşinin kızını da kendisi gibi yetiştirdiğini, eşinin çocuk yetiştirme tarzını beğenmediğini ancak babası olmadığı için sorumluluk alıp, karışmak istemediğini belirtmiştir. Eşinin namus konusunda çok güvenilir olduğunu ancak evliliğin devamı için bu özelliğin tek başına yeterli olmadığını, davranışlarından dolayı eşinden tiksindiğini, eşinin kendisi ile konuşmak istediği halde buna izin vermediğini, bütün gün saygısızca kavgaya ettikten sonra akşam hiç bir şey olmamış gibi davranamayacağını bu nedenle boşanma kararı aldığını, ancak çocuğun derslerini etkilememesi için okulların kapanmasını beklediğini söylemiştir. Görüşme sonlandırılırken eşiyle ilişkilerini gözlemleyebilmek amacıyla ev ortamında eşiyle bir arada görüşme isteğinde bulunulmuştur. C.S. evde görüşmeyi çocuğun evde olmadığı okul saatlerinde yapılması koşuluyla kabul etmiştir.

7.Görüşme: Görüşmede çiftten evlilikleri ile ilgili yaşadıkları sorunları tanımlamaları, gerçekleşen ve gerçekleşmeyen beklentilerini aktarmaları istenmiştir. Bu konuda önceki görüşmelerde M.S.'ye verilen ev ödevlerini yerine getirmede direnç gösterdiğinden eşiyle birlikte bulunduğu ev ortamında bu bilgilerin çift taraflı olarak elde edilmesi amaçlanmıştır. Bu şekilde soruna objektif bakabilme hedeflenmiştir. Çift görüşmede uzunca bir süre, geçmişten bugüne kadar yaşanan sorunlarla ilgili birbirini karşılıklı olarak suçlamıştır. Suçlamalarda somut örnekler verilerek kimin hangi kelime ve cümleleri kullandığı, mimik ve ses tonunun ne olduğu yansıtılmıştır. Bu esnada,

çiftlerden biri diğerini suçlarken o sırada neler hissettiği sorulmuştur. İkisi de “ gücüme gitti, rahatsız oldum, küçük düştüm, zoruma gitti “ gibi kelimelerle duygularını ifade etmişlerdir. Birbirlerine yönelik konuşmalarından, kocanın kendisinin de hataları olabileceğini ifade etmesine karşın, karısının kendisinde hiçbir hata olmadığına inandığı gözlemlenmiştir. C. S.'nin daha sakin, daha kontrollü, cümlelerini düşünerek kurmaya çalıştığı; buna karşılık M.S.'nin sürekli ağladığı, ses tonunun daha öfkeli olduğu, mimikleriyle öfkesini yansıttığı, daha duygusal olduğu gözlenmiştir. C.S. eşinin küfürlü konuşmasından, kendi akrabalarına ilgi göstermemesinden, eşinin ablasının evliliklerine direkt müdahale bulunmasından ve sadece kendisini suçlamasından rahatsız olduğunu dile getirmiştir. Ayrıca emekli olarak sınırlı bir gelire sahip olduğu halde eşinin direkt olmasa da dolaylı olarak ve iğneleyerek sürekli maddi taleplerde bulunmasından, yemek dışında eşinin kendisine hizmet etmekte isteksiz olmasından ve ihmal etmesinden son derece rahatsız olduğunu ilave etmiştir. Buna karşılık M.S. ise eşinin bir eş ve kadın olarak kendisine hiç değer vermemesinden, onu adam yerine koymamasından, ona hakaretlerde bulunmasından, hasta ziyareti, düğün gibi sosyal olaylarda kendisini hep yalnız bırakmasından, öfkeli olması ve sürekli bağırmasından çok rahatsız olduğunu belirtmiştir. Evlilik yaşamlarında bundan sonra nasıl bir süreç istedikleri sorulmuştur. C.S. evliliğinin devam etmesini tercih edeceğini çünkü ev işlerinin yapılmasının işine geleceğini ancak bunun için eşinin küfürlü konuşmaması, akrabalar arasında ayırım yapmaması, kendi bakımı için hizmetlerde bulunması gibi belli koşulların yerine getirilmesi gerektiğini ifade etmiştir. M.S. de huzurlu bir ortam sağlandığı takdirde evliliğin devam edebileceğini ancak eşinin kendisine değer vermesini, ilgili davranması ve kendisini yalnız bırakmamasını beklediğini ifade etmiştir.

M.S.'nin önceki görüşme oranla direnci daha azalmış ve ilk kez bir davranışının hatalı olduğunu kabul etmiştir. Çifte, birbirlerine duygu, düşünce, istek ve beklentilerini ifade ederken kullanabilecekleri iletişim kalıpları ile ilgili eğitici bilgiler verilmiştir. Bu kapsamda “sen” dili yerine “ben” dili kullanmaları, suçlayıcı/yıkıcı eleştiri yerine yapıcı eleştiride bulunmaları örneklerle anlatılmıştır. S. çiftine bu örneklerden sonra evlilikleri ile ilgili kararlarını vermeleri için yardımcı olunmuştur. Bunun için birbirlerini rahatsız eden davranışları ve birbirlerinden beklentileri özetlenmiştir. Eşlerin her ikisi de iletişim kurma ve yapıcı iletişim kurma konularında çaba göstereceklerini, evliliğin devamı için kendilerine şans tanıyacaklarını ifade etmişlerdir. Bu görüşme sonucunda günlük yaşam alışkanlıklarına uygun olarak birlikte pazar alışverişine çıkmaları, C.S.'nin kanser hastası olan akrabasını birlikte ziyarete gitmeleri, akşam özenli bir sofraya hazırlanarak birlikte yemek yemeleri, birlikte yürüyüşe çıkmaları ve birbirleriyle iletişim kurmak için kızları G.'yi kullanmamaları, direkt iletişim kurmaları ödevleri verilmiştir. Bununla birlikte C.S. kendi hataları da olabileceğini, orta yol bulmak için çaba gösterebileceğini barişe hazır olduğunu ancak bunu eşinin de istemesi

gerektiğini, iki tarafın da özveride bulunması gerektiğini tekrarlamıştır. Buna karşılık M.S. sessiz kalmayı tercih etmiştir. Bu sessizlik, istediği huzur ortamının sağlanmasında sadece eşini sorumlu gördüğü, kendi davranışlarını değerlendirme konusunda dirençli olduğu şeklinde yorumlanmıştır. M.S.'nin gösterdiği direnç nedeni ile özel bir görüşme yapılması planlanmıştır. Çiftlerden, gerçekleştirilen görüşmede birbirlerini suçlamak için bile olsa kurdukları diyalogu devam ettirmeleri konusunda çaba göstermeleri ve konuşulanları yeniden değerlendirmeleri istenmiştir.

8. Görüşme: Evde yapılan bu görüşmede karı-koca önceleri birbirlerini suçlamaya başlasalar da, önceki görüşmeye göre daha ılımlı bir atmosfer oluşmuştur. Çift, görüşmeci tarafından yapılan konuşmalar, eğitici bilgiler ve yansıtımlarla birbirlerini rahatsız eden davranışlarının farkına varmaya başlamıştır. Bundan sonraki davranışlarında birbirlerini daha çok dikkate alacaklarını ifade ederek evliliğin devamı için deneme yapmaya karar vermişlerdir. Her ikisi de yalnız yaşamak yerine evli olmanın avantajlı olduğunu ifade etmişlerdir.

9. Görüşme: Evde yapılan son görüşmede çift verilen ev ödevleri sonucu pazar alışverişine birlikte gittiklerini, C.S.'nin kanser hastası akrabasını birlikte ziyarete gittiklerini ve kızları aracılığı ile değil direkt iletişime geçtiklerini belirtmişlerdir. Konuşmalarında birbirlerini suçlamamaya gayret ettiklerini, bunun işe yaradığını ve evliliğe devam etme konusunda çok daha kararlı olduklarını ifade etmişlerdir. Ailedeki iletişim örüntülerinin yeniden yapılandırılması sonucunda ailenin işlevlerinin daha sağlıklı hale gelmesi ve evliliğin devam edeceğinin anlaşılmasıyla çalışma sonlandırılmıştır.

Sorun: Görüşmelerle elde edilen bilgiler ve yapılan gözlem ışığında ailedeki sorunla ilgili şu saptamalarda bulunulmuştur:

Eşlerin her ikisinin de ikinci evliliğidir. Erkek eş C.S. kadın eş M.S.'den 20 yaş daha büyüktür ve Sivas'ta kırsal kesimde, ataerkil yapıda doğmuş ve büyümüştür. C.S.'nin ilk evliliği eşinin ölümü nedeniyle sonlanmıştır ve ilk evliliğinden olan evli kendisinden ayrı yaşayan bir oğlu bulunmaktadır.

Kadın eş M.S. Ankara'da memur bir ailenin çocuğu olarak dünyaya gelmiştir. Ev hanımı olup, herhangi bir geliri yoktur. İlk eşinden alkol sorunu nedeniyle boşanarak ayrılmıştır, ilk eşinden bir kızı vardır ve birlikte yaşamaktadırlar. C.S. ile kızı ve kendisi için sosyal güvence sağlamak amacıyla evlenmiştir.

Farklı toplumsal ve kültürel yapının özelliklerini taşımalarından dolayı evlilikten beklentilerinde, uygunluktan çok farklılıklar oluşmuştur. Bu farklılıklar davranışlarına yansımış ve çift giderek artan bir iletişimsizlik sürecine girmiştir. İletişim kurma çabaları tartışma, öfke ve son olarak fiziksel şiddetle sonuçlanmıştır. İletişim kurma çabalarının başarısızlıkla sonuçlanması

çiftin iletişim kurmaktan kaçınmasına yol açmıştır. Çift yemeklerini ayrı yemekte, ayrı odalarda uyumakta ve zorunlu iletişimlerini dolaylı olarak M.S.'nin kızı G. aracılığı ile kurmaktadırlar. Aileyi kişiler arası etkileşimle oluşan bir sistem olarak kabul eden Satir'in iletişim modelindeki tanımlamalarla S. çifti arasında uygun olmayan, suçlayıcı ve zorlanmalı iletişim vardır.

M.S.'yi en fazla rahatsız eden davranış eşinin kendisine değer vermemesi, kendisini yalnız bırakması iken C.S. için eşinin küfürlü konuşması, kişisel bakımı ile ilgili ihtiyaçlarını karşılamaması, kendisine özen göstermemesi ve akrabalar arasında ayırım yapmasıdır. Bu durum Satir'in ailede yanlış iletişim gelişmesinin nedenlerinden biri olarak gördüğü eşlerin evlilik amacı ile ele alınabilir. Satir'e göre eşler, duygusal, seksüel ve ekonomik ihtiyaçlarını karşılamak amacı ile evlenirler.¹² Evlenen eş ihtiyaçların karşılanmasından yükümlü olarak görülür. Bu kişiler eşleri kendilerini algılamada ya da ihtiyaçlarını karşılamada başarısız olduklarında sinirli, öfkeli ve gergin olurlar. Ayrıca yapısal aile terapisi yaklaşımı çerçevesinde sağlıklı aile işleyişinde sorunlar olduğu, karı-koca alt sistemindeki ilişkilerin ahenkli işlemediği ve ailede işlevsiz örgütlenme olduğu ifade edilebilir⁹. Başka bir anlatımla aile yapısındaki sistem ve alt sistemlerin fonksiyonları üzerinde yoğunlaşan Minuchin'in yaklaşımı çerçevesinde S. çifti arasında fonksiyonel olmayan karı-koca alt sistemi olduğu söylenebilir. Çünkü karı-kocanın arkadaşlık, duygusal, seksüel görevleri ve ekonomik destek beklentileri karşılanmamaktadır. Ayrıca çocuğa karşı anne-baba alt sistemi sağlıklı olarak işlev görmemektedir. Baba, eşinin kızı için yemek yaptığını düşünmekte ve çocuk yetiştirme konusunda görüş ayrılığı yaşamaktadırlar. Ayrıca kızlarını kullanarak iletişimlerini gerçekleştirmektedirler. Ek olarak karı ve koca arasında katı sınırlar vardır. Eşler birbirlerine yardımcı olmamaktadırlar.

Özetle S. ailesindeki sorunlar karı-koca alt sistemindeki iletişim kopukluğu ve yanlış, suçlayıcı iletişimden kaynaklanmaktadır. Aile yapısındaki sistemler ve karı-koca alt sistemindeki işlev bozukluğu ile sınırlar arasında geçirgensiz, katı bir yapı vardır.

DEĞERLENDİRME ve SONUÇ

S. ailesi ile “şimdi” ve “burada” yaklaşımıyla yapılan çalışmalarda, ailede yaşanan sorunun karı-koca alt sisteminden kaynaklandığı, dolayısıyla bu sistemde gerçekleştirilecek olumlu davranış değişikliğinin ailenin sorununu çözmede etkili olacağı saptaması yapılmıştır.

Çiftle yapılan tek tek görüşmelerde M.S.'nin sorunun çözümüne katkıda bulunma konusunda daha ılımlı bir tavır sergilediği, C.S.'nin daha katı bir tutum sergilediği düşünülmüş olmakla birlikte, çiftle bir arada yapılan görüşmelerde M.S.'nin çözüm konusunda daha dirençli, C.S.'nin daha ılımlı bir yaklaşıma sahip olduğu anlaşılmıştır.

S. ailesindeki sorunların çözümüne yönelik olarak eklettik yaklaşımla; aile danışmanlığı yaklaşımları içinde yer alan ve çalışılan ailedeki sorunların çözümü için uygun olduğu düşünülen Satir'in İletişim Modeli, Yapısal Aile Danışmanlığı Yaklaşımı, Sistem Yaklaşımı ve Bilişsel Davranışçı Aile Danışmanlığı Yaklaşımları kullanılarak aşağıda belirtilen tekniklerden yararlanılmıştır.

Yapısal aile danışmanlığı ve sistem yaklaşımının bilgilerden yararlanılarak şimdi ve burada üzerinde durulmuş, karı-koca alt sistemi ile anne-baba alt sisteminin yeniden yapılandırılarak uygun fonksiyonların yerine getirilmesine ve karı-koca arasındaki kopukluğun giderilmesine, sistemler arası ahenkli işleyişi sağlamaya ve bu şekilde işlevsel olmayan davranış kalıplarının değiştirilerek sağlıklı aile işleyişinin kazandırılmasına dönük çalışmalar yapılmıştır.^{4,5,11,12} Ek olarak karı ve koca arasındaki katı sınırların geçirgenliğinin artırılması ve esnetilmesi yönünde çalışmalar yapılmıştır. Bunu gerçekleştirebilmek amacıyla işlevsel olmayan ve sorunlara yol açan karı-koca formunun değiştirilerek işlevsel hale getirilmesi için karşılıklı saygı, anlayış ve hoşgörü sınırlarının genişletilmesi için çalışılmıştır.⁸ Bu şekilde aile sistemi ve karı-koca alt sistemi arasındaki ilişkilerin ahenkli işleyişini sağlama hedeflenmiştir.⁴ Çalışma süresince bu hedefe büyük ölçüde ulaşılmıştır.

Satir'in algı-iletişim modeli ve bilişsel davranışçı yaklaşım çerçevesinde "burada" ve "şimdi" yaklaşımı ile ailedeki uyumsuz iletişim davranışı üzerine odaklanılmıştır.^{2,5,12} S. ailesinde, üyelerin açık iletişim örneklerini kullanarak, kendi ihtiyaç ve isteklerini ifade etmeyi öğrenmeleri, dolaylı anlatımdan kaçınmaları ve iletişim aracı olarak kızlarını kullanmaktan vazgeçmeleri ve birbirleriyle doğrudan iletişim kurmalarını sağlamaya yönelik eğitici rol üstlenilerek ilişkilerini güçlendirme stratejilerini öğrenmeleri için bilgilendirmelerde bulunulmuştur.

Satir'in etkili iletişim modeli çerçevesinde eşlerin etkili olmayan dolaylı iletişim örüntüleri ve suçlayıcı iletişimden /yıkıcı eleştiriden kaçınarak "sen" dili yerine "ben" dili kullanarak² duygu-düşünce, istek ve beklentilerini aktarmalarının yapıcı özelliği ile ilgili farkındalık geliştirmelerini sağlamak üzere eğitici bilgilendirmelerde bulunulmuştur. Çünkü bu tip iletişim konuşmalarda saydam iletişime öncülük eder. Saydamlık oluştuğunda iletişim artar, kalıp yargılar azalır, öz saygı ve benlik değerlerinde iyileşme olur.² Bu şekilde M.S'deki "değer verilmeme, yalnız bırakılma" duygusunun ve C.S'deki "ihmal edilme" duygularının hafifletilmesi amaçlanmıştır. Saydam iletişim (eşit düzey) oluşmadığında suçlayıcı iletişim gerçekleşir. Bu doğrultuda esas olanın ne söylendiğinden çok, nasıl söylendiği olduğunun altı çizilmiştir. Eşlerin mevcut iletişim kalıplarının/davranışlarının değiştirilmesi, yıkıcı, suçlayıcı, dolaylı ve kopuk iletişim davranışının, mümkün olduğunca

yapıcı, kabul edici ve açık iletişime dönüştürülmesine çalışılmıştır. Bunu sağlamak üzere Satir'in iletişim modelinden yararlanılmış, iletişim eğitimi tekniği kullanılarak çiftin eğitilmesine/bilgilendirilmesine dönük çalışmalar yapılmıştır. İletişim hatalarını fark edebilmeleri ve aralarındaki kopukluğun giderilmesi amacıyla iletişim davranışları ile ilgili geri bildirimlerde bulunulmuş, yansıtma yapılmıştır. Olumlu iletişim ve sorun çözme becerileri geliştirmelerine yönelik olarak ev ödevleri verilmiştir.

Ancak S. çifti ile birlikte yapılan ilk görüşmelerde ev ödevlerinin zamanında yerine getirilmediği görülmüştür. Bunda çiftin birbirlerine duydukları güven ve inanç duygularının oldukça hasar görmesi etkili olmuştur. Ödevleri yerine getirip iletişime geçtiklerinde geçmişteki sorunlarla yüz yüze gelecekleri korkusu ağır basmış ve bu duygunun ödevleri yerine getirmelerinde engelleyici olduğu belirlenmiştir. Ancak görüşmelerin ortalarında ev ödevlerinin gecikmeli olarak yerine getirilmeye başlandığı, görüşmenin sonlarına doğru ise ev ödevlerini yerine getirmede belirlenen zaman çizelgesine daha çok uyulduğu gözlemlenmiştir.

Çalışmada eşlerin birbirleri ile empati kurmaları ve rol tekniği kullanılarak birbirlerinin yerine oynamalarının sağlanması hedeflenmiştir. Ancak, çift denemelerde bulunmuş olmakla birlikte arzu edilen sonuca tam anlamıyla erişilememiştir.

İlişkilerinin yalnızca olumsuz yönleri değil, pozitif pekiştirme yöntemiyle olumlu yanlarının da belirginleştirilmesi ve vurgulanması üzerinde durulmuş, ancak olumsuz duyguların, korkuların ve güvensizlik duygusunun çok yoğun olması nedeniyle çiftin ilişkisinin güzel ve doyumlu yanlarını görmelerinde zorluklar yaşadığı gözlemlenmiştir.^{2,4,10} Etkileşim modeli kullanılarak sorunun tek tek eşlerin davranışlarından değil, eşler arasındaki ilişkinin kendisinden (iletişimsizlik, yetersiz iletişim, iletişim hatalarından) ve birlikte sorun çözme yöntemlerinin yetersizliğinden kaynaklandığı üzerinde durulmuştur.²² Başka bir ifade ile eşler tek tek değil bir sistem olarak ele alınmıştır. Bu yaklaşım, eşlerin yaşadıkları sorunlarda sorumluluk üstlenmeyip sadece karşı tarafı suçlama eğiliminden uzak durup, kendilerini de sistemin içinde ve bir parçası olarak görmelerini sağlamıştır.

Eşlerin yakınmalarının karşılıklı dileklere, karşılıklı dileklerin ise karşılıklı yürütülecek ödevlere dönüştürülmesi sağlanmaya çalışılmıştır.²² İlk görüşmelere oranla çift çok daha ılımlı ve yapıcı olmaya yakın iletişim kurmaya başlamıştır. Karşılıklı suçlamalarda giderek artan bir azalma gözlenmiştir.

S. çiftinin sorunları ile ilgili hedeflerini belirlemelerine (evliliğe devam edip etmeyecekleri, devam edecekse ilişki niteliği ve kalitesinin ne olacağı) yardımcı olunmuş ve bunun sonucunda görüşmelerde vurgulanan

konular ışığında evliliklerini devam ettirme yönünde karar vermişlerdir.

Çalışmanın sonunda ailede karı-koca sisteminden kaynaklanan sorunun çözümüne yönelik olumlu gelişmeler yaşandığı, direkt iletişime geçerek, kızlarını aracı olarak kullanmaktan vazgeçtikleri ve birlikte ev gezmeleri gibi sosyal etkinliklere katılmaya başladıkları gözlemlenmiştir. Sağlıksız aile işlevlerinin azalarak çiftin sağlıklı aile (temel gereksinimleri karşılama, çatışmaya girmeden sorunların çözümü, sorunlarla başa çıkma becerisi kazanma, birlikte zaman geçirme, yapıcı iletişim örüntüleri sergileme) işlevlerini sağlamaya başladığı görülmüştür.²

KAYNAKLAR

1. Zastrow C. Sosyal hizmete giriş. Özçelik B, yayın yönetmeni. Çiftçi DB, Aykara A, ve ark. çev. editörleri. 2. baskı. Ankara: Nika Yayınevi; 2014. p.256-261.
2. Gladding ST. Aile terapisi: tarihi, kuram ve uygulamaları. Keklik İ, Yıldırım İ, editörler. 2. baskı. Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları; 2012. p.5-285.
3. Özgüven İE. Ailede iletişim ve yaşam. Ankara: PDREM Yayınları; 2001. p.3-348.
4. Özgüven İE. Evlilik ve aile terapisi. 2. baskı. Ankara: PDREM Yayınları; 2009. p.15-308.
5. Nazlı S. Aile Danışmanlığı. 2. baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım; 2001. p.4-370.
6. Turan N. Sosyal kişisel çalışma: birey ve aile için sosyal hizmet. Duyan V, editör. 2. baskı. Ankara: Aydınlar Mat;1999.
7. Nichols MP. Aile terapisi kavramlar ve yöntemler. İstanbul: Kaknüs Yayınları; 2013. p.209-387.
8. Dallos R, Draper R. An Introduction to family therapy: systemic theory and practice. 1st Published. New York-Glasgow: Open University Press; 2005. p.25-151.
9. Carlson J, Sperry L, Lewis JA. Family therapy techniques: intergrating and tailoring treatment. New York and Hove: Routledge; 2005. p.25-46
10. Ersevım İ. Aile tedavisi: örnekleriyle türleri, felsefesi ve terapisi. 1. baskı. İstanbul: Özgür Yayınları; 2008. p.344.
11. Fışlıoğlu H. Virginia Satir: Aile içi algı-iletişim. Kerimođlu E, yayın sorumlusu. Aile Tedavileri. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi; 1996. p.29-148.
12. Zastroww C. Social work with groups. Chicago: Nelson-Hall Publishers; 1985. p 368-370.
13. Şahin S, Aral N. Aile içi iletişim, communication within the family. Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi 2012;1(3), 56-66.
14. Duyan V, Sayar Ö, Özbulut M. Sosyal hizmeti tanımak ve anlamak: sosyal hizmet uzmanları ve sosyal hizmet alanında çalışanlar için bir rehber. 1. baskı. Ankara: Öncü Basımevi; 2008. p.86.
15. Duyan V. Sosyal hizmet: temelleri, yaklaşımları, müdahale yöntemleri. Ankara: Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği Yayın No: 20; 2012. p.263-290.
16. Mavili Aktaş A. Aile danışmanlığı ve hizmet yaklaşımı. Acar H, Negiz N, Akman E, yayına hazırlayanlar. Sosyal Politika ve Kamu Yönetimi Bileşenleriyle Sosyal Hizmet, Temelleri ve Uygulama Alanları. Ankara: Maya Akademi; 2013. p.181-194.
17. Mavili Aktaş A, Ben ve ailem. 1. baskı. Konya: Atlas Akademi; 2013, p. 115-117.
18. Aile hekimliği uygulama yönetmeliği (Madde 3/1-a). 25.01.2013 tarih ve 28539 sayılı Resmi Gazete.
19. Özcan S. Aile hekimliği uygulamalarında sosyal hizmetlerin önemi. Turkish Journal of Medicine and Primary Care 2013 December;7(4):65-68.
20. Yaman H, Akdeniz M. Sistemik aile hekimliği. Türk Aile Hekimliği Dergisi 2011;15(2):77-80. doi:10.2399/tahkd.11.77.
21. İncecik Y, Kurdak H, Özcan S, Akpınar E, Saatçi E, Bozdemir N. Eş şiddeti ve aile hekimliği. Turkish Journal of Medicine and Primary Care 2009 Mart;3(1):1-8
22. Sungur MZ. Davranışçı sistemik evlilik tedavileri. Kerimođlu E, yayın sorumlusu. Aile Tedavileri. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi; 1996. p. 61-72.