

Aile Danışmanlığı Sürecinde Amaç Oluşturma Basamağının İncelenmesi

Examining of Goal Setting Step in Family Counseling Process

Özgür TÖNBÜL 

Öz. Bireysel psikolojik danışma sürecinde amaç oluşturma basamağı oldukça önemlidir. Psikolojik danışmanlar amaç oluşturma basamağında danışan ile birlikte amaçlar oluşturur ve psikolojik danışman kuram yönelimine uygun tekniklerle bu amaçlara ulaşmaya çalışır. Aile danışmanlığında ise aile danışmanı ailenin getirdiği probleme uygun amaçları kendi kuramsal görüşüne uygun seçer ve ailelere bu amaçları gerçekleştirmek için yönergeler ile davranışsal ödevler sunar. Bu çalışmada, amaç oluşturma basamağının bireysel psikolojik danışma ve aile danışmanlığı sürecinde kullanımı ile kuramsal açıdan değerlendirilmesi ele alınacaktır.

Anahtar Kelimeler. Amaç oluşturma; aile danışmanlığı; psikolojik danışma

Abstract. In the process of individual psychological counseling, goal setting step is very important. The therapists form goals together with the client in the goal setting step and the therapist tries to achieve these goals by techniques appropriate to the theory orientation. In family counseling, the therapist chooses the appropriate purposes for the problem brought by the family in accordance with his own theoretical view, and presents instructions and behavioral tasks to families to achieve these goals. In this study, with the use of individual counseling and family counseling in the process of evaluating the goal setting steps it will be discussed from a theoretical point of view.

Keywords. Goal setting; family counseling; counseling.

Özgür Tönbül

Milli Eğitim Bakanlığı, Kocaeli, Türkiye
e-mail: ozgurtonbul33@gmail.com
<http://orcid.org/0000-0001-5046-3140>

Geliş/Received: 26.12.2018/December, 26,2018

Düzeltilme/Revision: 11.03.2019/March, 11, 2019

Kabul/Accepted: 20.04.2019/April, 20, 2019



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

Psikolojik danışma bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımın altında yatan anlam, sürecin aşamalı olarak ilerlediği ve nihai amaca varmasıyla son bulduğudur (Hackney ve Cormier, 2008, s. 25). Myric'e (2003) göre psikolojik danışma bir süreçtir ve bu süreç düzenli ve mantıklı bir süreç değildir (Akt. Öncü, 2015, s. 392). Danışmanlık için gerekli olan temel şey, danışmanın danışanın amaç belirlemesine yardımcı olma yeteneğidir. Amaç belirleme, hem danışman hem de danışan için danışma ilişkisinin alacağı yönü belirler ve danışmanlık sürecinin merkezi noktasıdır (Childers, 1987, s. 362).

Psikolojik danışma süreci alanyazında çeşitli basamaklara ayrılmış olmasına rağmen özünde aynı süreci içermektedir. Hackney ve Cormier (2008)'e göre psikolojik danışma basamakları beş aşamadan oluşur ve amaç oluşturma üçüncü basamakta yer alır (s. 25). Myric ise psikolojik danışma sürecini sekiz basamağa ayırmış ve amaç oluşturma dördüncü basamakta yer almaktadır (Akt. Öncü, 2015, s. 392).

Amaç belirleme, psikolojik danışma sürecinin başarıya ulaşmasında büyük önem taşır. Psikolojik danışma sürecinin ne kadar iyi işlediğini ve ne zaman sonlandırılması gerektiğini anlamak için amaç belirlenir (Hackney ve Cormier, 2008, s. 30). Egan (2014) ve Young (2013), amaçların danışmanlık için odaklanma ve yön sağladığını belirtmiştir (Akt. McNichols ve ark., 2016). Milton Erickson (1980), danışanların sorunlarını anlamlı ve açık amaçlara dönüştürdüklerinde danışmanlığın yarısının tamamlandığını söylemektedir (Akt. Strong, 2018, s. 3). Locke ve Latham (1984), danışanlar için amaç belirlemenin dört avantajı olduğunu belirtmektedir. İlk olarak, amaç belirleme, danışanların dikkatini ve eylemini odaklar ve danışmanlık ilişkisinde yön verir. İkincisi, amaç belirleme süreci danışanların enerjisini ve çabalarını harekete geçirir. Amaçlar belirlendikten sonra, danışanlar uyuşuk kalmaktan ziyade kişisel amaçlara doğru hareket etmeye başlarlar. Üçüncü olarak, açık ve gerçekçi amaçları olan danışanlar bu amaçlara ulaşmak için gösterdikleri çabalarda ısrarcıdır. Belirsiz amaçları olan ya da hiç amaçları olmayan danışanlar kadar kolay pes etmezler. Son olarak, amaçların belirlenmesi, danışanları, bunları gerçekleştirmek için stratejiler aramaya motive eder (Akt. Childers, 1987, s. 362).

Locke ve Latham (2002)'a göre amaçlar, bir kişinin odağını yönlendirerek daha fazla çaba sarf etmesine, danışanları bir amaca ulaşmak için yeni yolları keşfetmesine öncülük yapar. Bir kişi, bir amaca kendi bilgi, beceri ve kaynaklarını

kullanarak ulaştığı için, gelecekteki amaçlarla başa çıkabilme yeteneğine güvenir (Akt. McNichols ve ark., 2016, s. 2).

Egan (2014) ve Young (2013)'a göre amaçların oluşturulması ve izlenmesi önemli geri bildirimler sağlar, motivasyonu artırır ve umut aşılar. Periyodik olarak terapötik amaçları gözden geçirip değerlendiren danışmanlar, müdahalelerin etkinliği konusunda önemli geri bildirimler alırlar. Strong (2009)'a göre danışanlar için, anlamlı, gözlenebilir amaçlar oluşturmak ve artan değişimi görmek onları terapötik sonuçlara doğru çalışmaya motive eder. Benzer şekilde, terapötik amaçların belirlenmesi, danışanın daha iyi bir geleceği öngörmesini ve değişime yönelik çalışma motivasyonunu artırmasını teşvik etmektedir (Akt. McNichols ve ark., 2016, s. 3)

Psikolojik danışmanlar, danışanların amaç belirlemelerine yardım etmelidirler. Çoğu danışan, sorunlarını belirli yollarla tanımlamayı ve danışmanlık konusunda kendileri için problemle ilgili amaçlar oluşturmayı öğrenmelidir. Krumboltz ve Thoresen (1969), belirli davranış değişikliklerine ulaşmada yardım talebinde bulunan nadir danışan olduğunu belirtmektedir (Akt. Hackney, 1973, s. 177).

Amaçların psikolojik danışma sürecinde dört önemli işlevi vardır: (1) amaçlar güdüleyici bir etkiye sahiptir. Danışan, yaşamında ne gibi değişiklikler istediğini belirlemek için cesaretlendirildiğinde, bunları başarması daha olasıdır, (2) amaçların danışma sürecinde eğitsel işlevi bulunur. Amaçlar, danışanın yeni yaşam tepkileri kazanmasına yardım eder, (3) amaçlar danışmada değerlendirici bir işlev görür. Psikolojik danışmanın uygun danışma müdahalelerini seçmesinde kolaylık sağlar, (4) amaçlar psikolojik danışmada müdahale değerlendirme işlevi sağlar (Hackney ve Cormier, 2008, s. 98-99).

Etkili amaç belirleme ölçütleri şöyledir:

- Amaçlar üzerinde karşılıklı anlaşma hayati önemdedir. İyi belirlenmiş bir hedef gerçekçi olmalıdır.
- Amaç özgüllüğü, hedef başarıyı artırır. İyi belirlenmiş amaçlar özelleşmiş olmalıdır.
- Etkili bir şekilde belirlenen amaçlar ulaşılabilir ve başarıya yöneliktir. İyi belirlenmiş amaçlar eylem odaklı olmalıdır ve zamanlıdır, belirli süreleri vardır.
- Etkin olarak belirlenen amaçlar ölçülebilir olmalıdır.
- Etkili bir şekilde belirlenen amaçlar davranışsal ve gözlenebilirdir.

- Bir danışan bunları anladığında ve bunları net bir şekilde yeniden ifade edebildiğinde, amaçlar etkili bir şekilde yapılandırılmıştır (Dyer ve Vriend, 1974, s. 469-471; Hampl, 2018, s.2-4).

Amaç belirleme, yön vermek, rolleri tanımlamak, motive etmek ve ilerlemeyi ölçmek de dahil olmak üzere birçok önemli amaca hizmet etmektedir. *Yön gösterme*; amaçlar, danışmanlık çalışmalarına yön, amaç ve yapı kazandırmaya yardımcı olur. Dahası, amaçlar, danışmanlara ve danışanlara hangi konu ve etkinliklerin uygun olduğuna karar vermelerine yardımcı olur. *Rolleri tanımlama*; amaçlar rolleri tanımlamak için bir temel sağlar. Amaçlar açık olduğunda, danışmanlar hangi beceri ve tekniklerin uygun olduğunu bilir ve danışanlar kendilerinden ne beklediğini bilirler. *Motivasyon*; amaçlar danışanları motive eder. Amaçlar belirlemek ve bunlara ulaşmak da terapötiktir. Danışanlara enerji verir ve değişim konusunda iyimserlik ve özgüven geliştirmelerine yardımcı olur. *İlerlemenin ölçülmesi*; amaçlar, danışmanlık ilişkisinin ne zaman sona ermesi gerektiğini tanımlamak da dahil olmak üzere, ilerlemenin ölçütlerini sağlamaya yardımcı olur (Shebib, 2011, s. 246).

Amaç belirleme, danışanların çalışmalarından elde etmeyi umdukları şeyleri kesin, ölçülebilir koşullarda tanımlamaları için yardımcı olan bir danışmanlık sürecidir (Shebib, 2011, s. 245). Psikolojik danışma sürecinde iki çeşit amaç söz konusudur. Süreç amaçları, danışanın değişimi için gerekli olan terapötik koşulların sağlanmasıyla ilgilidir. Bunlar terapötik yakınlık kurma, doğru empati gibi genel amaçlardır. Süreç amaçları bütün danışan ilişkisine uygulanabilir ve evrensel amaçlar olarak düşünülebilir. Süreç amaçlarının aksine, sonuç amaçları her danışan için ayrı olacaktır. Sonuç amaçları, danışanın danışma yoluyla hayatında yapmayı umduğu değişikliklerle doğrudan bağlantılı amaçlardır (Hackney ve Cormier, 2008, s. 99-100; Hackney, 1973, s.178; Shebib, 2011, s.245). Süreç hedefleri, sonuç hedeflerine ulaşmak için stratejilerdir. Uygulamada, süreç ve sonuç hedefleri arasında bir miktar örtüşme olabilir. Örneğin, bir süreç hedefi danışmanlık ilişkisine güven geliştirmek olabilir. Bu süreç hedefine ulaşmadaki başarı, danışana aile ve arkadaşlarla iletişimi geliştirmeyi hedefleyen bir sonuç hedefine ulaşmada yardımcı olabilir (Shebib, 2011, s. 245).

Sonuç amaçları süreç amaçlarından farklılıklar içerir. İyi ifade edilmiş bir sonuç amacı, değiştirilecek davranışı, değiştirilmiş davranışın meydana geleceği koşulları ve değişimin miktarını veya düzeyini içerir (Hackney ve Cormier, 2008, s.100-101). Sonuç hedefleri tam olarak belirtildiğinde, hem danışman hem de

danışan neyin başarılacağına dair daha iyi bir anlayışa sahip olurlar. Bu anlayış, danışanın sorunları ile doğrudan daha fazla çalışmasına izin verir veya endişeleri azaltır. Sonuç olarak, danışan hedeflerini daha kısa bir sürede yeniden canlandırabilir (Hackney, 1973, s. 178).

Amaç belirleme sürecinin danışanlar üzerinde de önemli etkileri olmaktadır. Amaçlar sayesinde, danışanın kendisi, istekleri ve ihtiyaçları hakkındaki duygu ve düşünceleri berraklaşır. Amaç belirleme danışanın, yaşamındaki önemli şeyleri önemsizlerden, kayda değer şeyleri ayrıntıdan ayırmasına yardımcı olur (Hackney,2008, s.107). Egan (1986), “danışanlara net ve gerçekçi hedefler koymalarına yardımcı olmanın, yardım sürecinin en yararlı parçalarından biri olduğunu” belirtmiştir. Bununla birlikte, Neil (1975), problem durumlarını tanımlamak ve açıklamak ile hedefin belirlenmesi arasındaki geçiş adımının “tüm yardım sürecinin en zor ve en önemli adımı” olabileceğini konusunda danışmanları uyarmaktadır (Akt. Childers, 1987, s. 362).

Aile Danışmanlığı Süreci ve Amaç Oluşturma

Bireysel psikolojik danışma yaklaşımları bireyin duygu, davranış ve kişilik yapılarını değiştirmeyi amaç olarak görmekte ve sorunların nedenini bireyin bilişsel, duygusal ve kişilik yapısında aramışlardır. Aile danışmanlığı ise sorun çözerken doğrudan aile üyeleri arasındaki etkileşimlerin incelenmesini ve bu etkileşimlerin soruna katkısının değerlendirilmesini öngören bir yaklaşımdır (Demirbilek, 2016, s. 110).

Aile danışmanlığı diğer danışma yaklaşımlarından yapı, teknik ve amaçlar açısından farklılık gösterir. Kuramsal olarak “aile danışmanlığı” psikolojik danışma kuramlarının çoğu ile benzerlik göstermekte ve onların kavramlarından yararlanmaktadır. Psikolojik danışma “bireylere”, “danışan-danışman” ikili ilişkilerine ve “grup” tekniklerine önem vermekte, aile danışmanlığı ise özel bir yapı ve etkileşim sistemi olarak aileyi bir bütün olarak “danışan” gibi kabul etmektedir. Bireyi kendi başına değil, ailenin diğer üyeleri ile olan ilişkileriyle ele almaktadır. Aile danışmanlığında birey ailenin sosyal yapısı içinde ele alınmakta ve danışma 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. Aile danışmanlığında amaç, ailelerin işlevlerinde, aile üyelerinin ruhsal sağlıklarını

düzenlemek, birbirleriyle ilişki ve etkileşimlerini geliştirmek ve aile sisteminin işlevselliğini sağlamaktır (Demirbilek, 2016, s. 110).

Amaç belirleme, herhangi bir eylem planı geliştirmenin ilk adımıdır. Aile merkezli yaklaşımlarda, eylem planı aile öncelikleri ve endişelerine yöneliktir. Amaç belirleme için kullanılan süreç, ailenin önceliklerini açıklığa kavuşturmaya yardımcı olabilir. Amaç ayarı ayrıca zaman içinde değişimi ölçmenin bir yolunu sağlar (Law, Rosenbaum ve ark., 2003, s. 2).

Amaç belirleme ile ilgili özel araştırmalar, aile merkezli hizmet yaklaşımlarının kullanımını destekleyen genel kanıtlara katkıda bulunmaktadır. Alanyazında, açık amaçların motivasyonu artırdığı ve daha olumlu sonuçlara yol açtığına dair kanıtlar bulunmaktadır. Daha özel, işlevsel hedeflerin en iyi sonuçlara yol açtığına dair kanıtlar da vardır. Bu durumda, aileyi ve çocuğu amaç belirleme sürecine dahil etmenin bir ailenin memnuniyetini olumlu yönde etkilemesi ve bir çocuğun sonuçlarını iyileştirmesi şaşırtıcı değildir (Law, Rosenbaum, ve ark., 2003, s. 2-3).

Aile danışmanlığı süreci üç ana bölüme ayrılmıştır: İlk oturum/oturumlar, orta evre ve sona erdirmeye (Nazlı, 2012, s. 63; Gladding, 2017, s. 148). İlk oturumlar aileyle ilk temas ile başlar. İlk görüşmenin amacı raport kurmak olmalıdır ve oturumlar boyunca sürdürülmelidir. Danışman ilk oturumlar boyunca aileye katılmaya ve güven vermeye önem göstermelidir. Bu süreç boyunca aile ile ilgili bilgileri toplamalı, ailenin kalıplarını incelemeli ve ailenin şimdiki fonksiyonlarını iyi değerlendirmelidir. Danışman tarafından aile ile ilgili hipotezler kurulduktan sonra, amaçlar aileyle tartışılmalıdır. Aile danışmanı, ailede nelerin değişmesi gerektiğini değerlendirmelidir, bunu ölçme araçları ile ya da gözlem ve informal yollarla yapabilir (Nazlı, 2012, s. 64; Gladding, 2017, s. 148-149). Terapinin başlangıç aşamasında – çoğu durumda bu ilk seansla üçüncü seans arasında değişir - danışanın kişisel amaçları konuşulur (Gehart, 2017, s. 591). İlk görüşmenin amacı aile bir bağlaşıklık kurmak ve temel sorunu sürdürenin ne olduğu konusunda bir varsayım geliştirmektir (Nichols, 2013, s. 78). Danışmanlara en çok görev, başlangıç aşamasında düşmektedir, çünkü bu aşama danışma sürecinin temellerinin atılmaya başladığı safhadır. Esas olarak tüm kuramlar danışma sürecinin erken safhalarında dört terapötik göreve yer verirler:

- Terapötik ilişkinin kurulması

- Bireysel, ailevi ve sosyal dinamiklerin değerlendirilmesi
- Tedavi amaçlarının belirlenmesi
- Vaka yönetimi

Her kuramsal yaklaşım, bu dört maddeyi gerçekleştirmek için farklı yollar izlese de kuramlar arası benzerlikler aile danışmanlarının, danışma sürecinin bu erken aşamasını formüle etmesini kolaylaştırmaktadır (Gehart, 2017, s. 585).

Orta evreler değişim için bütün aileyi kapsamaktadır. Değişim için adımların atıldığı, yeni davranışları denemek için aile üyelerinin pekiştirildiği evredir (Nazlı, 2012, s.68; Gladding, 2017, s. 153). Danışma kısa süreli ve sorun odaklı değilse, orta evrenin büyük bir bölümünde aile üyelerinin seanslarda birbirleriyle yapıcı bir şekilde ilişki kurması amaçlanır. Bu nedenle orta evrede danışman daha az etkin bir rol oynar ve aile üyelerini birbirleriyle daha fazla etkileşime girmeye teşvik eder (Nichols, 2013, s. 85). Orta evrede danışmanın bazı rolleri vardır, bunlar:

- Danışma sürecinde, aileye değişimin kanıtlarının gösterilmesi
- Ailede değişim zaman alır ve bilişsel-duyuşsal ve davranışsal boyutta bu değişim gözlenmeli ve aileye gösterilmelidir
- Tutulan kayıtlar, izlenim notları vb. paylaşılarak ailenin danışma esnasında elde ettiği kazanımlar gösterilmesi değişimi hızlandırır
- Danışman içerikte kaybolmamalı, sürece odaklanmalıdır (Nazlı, 2017, S. 288)

Eylem aşaması amaçları ile danışanı aile danışmanlığına getiren problemleri ve belirtileri yaratan dinamikler ele alınır. İyi bir eylem aşaması ailenin probleminin özüne inmelidir (Gehart, 2017, s. 591). Eylem aşamasında asıl amaç işleri devam ettirmektir, bu da iki görevi içerir:

1. Çalışma işbirliğini gözlemek: Danışma ilerledikçe danışmanların danışma sürecinin etkililiğini değerlendirmesi gerekir. İşbirliği hala güçlü mü? Danışan/aile belirlenen amaçlara doğru bir gelişme gösteriyor mu?

2. Danışanın gelişimini gözlemek: Danışma ilerledikçe danışanın gelişimi ne yönde olmaktadır? Danışan belirlenen amaçlara ulaşmakta istekli mi? (Gehart, 2017, s. 586).

Sonlandırma evresi, aile değişim amaçlarına ulaştığında hem danışman hem aile üyeleri tarafından birlikte karar alınarak gerçekleştirilir. Sonlandırma evresinde özellikle uzun süreli amaçlar tartışılır. Bunun nedeni ilerideki sıkıntılı durumlardan kaçınmak, onları biçimlendirmektir (Nazlı, 2012, s.70; Gladding, 2017, s. 156). Sonlandırma aşaması amaçları (a) aileyi danışmaya getiren daha geniş, evrensel sorunları ve/veya (b) aileyi, danışmanın kuramsal yaklaşımına göre tanımlanan, daha “sağlıklı” bir duruma doğru yönlendirmeyi içerir (Gehart, 2017, s. 591). Sonlandırma aşamasında başlıca görev danışmanların kendilerini danışanlarının hayatlarında gereksiz kılmalarıdır. Danışma sürecinin bu aşamasında danışman ve danışan danışma sonrası koruyucu bir takım planlar geliştirirler, bunlar (a) gerçekleştirdikleri değişimler için neler yapmış olduklarını, (b) başarılarını nasıl koruyacakları ve (c) gelecekte hayatlarındaki zorluklarla nasıl başa çıkacaklarını belirlemeyi kapsar. Bu aşama iyi bir şekilde yapılırsa, danışanlar hayatlarında ortaya çıkması kaçınılmaz olan problemleri ele almak konusunda kendilerini yeterli hissedecek şekilde aile danışmanlığından ayrılacaklardır (Gehart, 2017, s. 586)

Her aile benzersizdir ve amaç belirleme için farklı bir yaklaşım gerektirir. Bazı aileler amaçlarının tam olarak ne olduğunu bilir ve bunları açıkça ifade edebilir. Diğer ailelerin, ana kaygılarının neler olduğunu, ailelerinin güçlü yönlerini ve / veya neyi başarmayı umduklarını belirlediklerinde daha fazla yapıya veya desteğe ihtiyaçları olacaktır. Amaçlar dinamiklerdir. Değişen aile koşullarına, çocuğun büyüme ve gelişmesine, farklı önceliklere, kaynaklara ve güçlü yönlere göre değişirler. Amaçların hala uygun olduğundan emin olmak için düzenli olarak kontrol edilmelidir (Law, Rosenbaum ve ark., 2003, s. 2).

Aile danışmanlığında danışan amaçları yazmak zor bir iştir ve işin sırrı, amaçları eksiksiz bir vaka formülasyonu ve klinik değerlendirme yaptıktan sonra yazmaktır. İşe yarar danışan amaçları yazmak için adımlar şöyledir:

1. Vaka Formülasyonu ve Klinik Değerlendirme: Ailenin içinde bulunduğu durumu anlamayı ve değerlendirmeyi içerir. Vaka formülasyonu en önemli, en zor ve çoğu yeni danışmanın atlamayı tercih ettiği adımdır. Çünkü önemli ölçüde

yansıtıcı ve eleştirel düşünme gerektirir ve formüle edilebilir değildir (Gehart, 2017, s. 587).

2. Krizler ve Zorlayıcı Konular: Klinik değerlendirme sürecinde ailede var olan kriz durumlarının değerlendirilmesini içerir. Klinik değerlendirmede aile danışmanı şu gibi kriz durumlarını belirlemelidir: (Gehart, 2017, s. 588)

- Kendini veya başkalarını öldürmeye ilişkin tehditler
- Çocuklara başkasına bağımlı yetişkinlere veya yaşlılara yönelik potansiyel, güncel veya geçmişte uygulanmış istismar
- Şimdi veya geçmişte ev içi veya sosyal saldırganlık
- Alkol ve madde kötüye kullanımı sorunları
- Yatılı tedavi gerektiren şiddetli depresif, psikotik dönemler, panik dönemleri veya benzeri ciddi belirtiler

Bu belirtilenlerden herhangi biri söz konusu ise başlangıç aşamasındaki danışan amaçlarında bunlara yer verilmeli; eğer değilse aile danışmanı güncel probleme ilişkin erken-evre amaçları dahil edebilir (Gehart, 2017, s. 588).

3. Tema Belirleme: Kuramsal ve klinik değerlendirme sonuçlarına göre ailenin ihtiyacı olan iki ya da üç temanın belirlenmesini içerir. İlk iki adımın tamamlanmasından sonra aile danışmanı bir süre durmalı ve kendine şu soruları yöneltmelidir:

- Vaka formülasyonunda su yüzüne çıkan/beliren iki veya üç ana örüntü nedir?
- Bunlar klinik değerlendirmeyle örtüşüyor mu, nasıl?
- Kullanacağım kuram hangisi ve söz konusu kuram ana temaları nasıl açıklıyor? (Gehart, 2017, s. 588)

4. Uzun Dönemli Amaçlar: Terapötik modelleri kullanırken aile danışmanları, akıllarında büyük amaçlarla danışmaya başlar ve danışanı, sonlandırma aşaması amaçlara hazırlayacak orta aşama amaçlar tasarlarlar. (Gehart, 2017, s. 588)

5. Amaç Yazma Çalışma Kağıdını Tamamlama: Amaç yazma çalışma kağıdı, (1) getirilen problemi, (2) problemle ilişkisel dinamikleri ve (3) problemin ailedeki belirtilerini bir araya getirmeyi sağlar (Gehart, 2017, s. 588).

Aile Danışmanlığı Kuramlarında Amaç Oluşturma

Aile danışmanlığında kullanılan yaklaşımlar çeşitlilik göstermekle birlikte aile danışmanlığı yaklaşımlarının hemen hepsi problemlerin “aile sistemindeki” uyumsuz etkileşimlerden kaynaklandığını kabul etmektedir. Aile kavramındaki bütünlük ve beraberlik çeşitli aile danışmanlığı yaklaşımlarını birbirlerine yaklaştırmakla birlikte, her yaklaşım kendine özgü görüş açısı ve danışma yöntemleri yönünden bir diğerinden ayrılmaktadır (Demirbilek, 2016, s.110).

Aile danışmanlığı kuramlarında danışma süreci ile ilgili değerlendirmelerde sıklıkla danışanın getirdiği probleme odaklanarak bir amaç geliştirilir. Bu amaçlar kuramın perspektifi ve aile dinamikleriyle uyumlu haldedir. Her aile danışmanlığı kuramı getirilen problemin çözümüne yönelik, kendi bakış açısına uygun amaçlar oluşturmaktadır.

Sistemik ve Stratejik Aile Danışmanlığı

Sistemik aile danışmanları ailelerin net ve ulaşabilir amaçlar belirlemesine yardım eder, böylece danışma sürecinin ne zaman başarıya ulaştığının herkesin farkında olmasını sağlar. Ayrıca sistemik aile danışmanları danışanlarının ulaşılabilir amaçlar belirlemelerini sağlayarak, düş kırıklığı yaratması kaçınılmaz ütopyik özelemlerden kurtulmalarına da yardım eder (Nichols, 2013, s. 186). Sistem terapisinin temel amacı aile bireylerinin kendi aile sistemine sadece tepki göstermeyi değil, aile sistemine cevap vermeyi de öğretmektir (Demirbilek, 2016, s.111). Sistemik ve stratejik aile danışmanları aile üyelerinin kendilerine getirilen problemine odaklanırlar. Bunun dışında başka gündem oluşturmazlar. Aile danışmanları amaç oluşturma sürecinde ailenin etkileşim örüntülerine dikkat ederler. Ailenin sorunu çözmek için yaptığı ancak başaramadığı denenmiş çözümleri keşfederler. Ailenin etkileşim örüntüleri ve denenmiş çözümlerini fark ettikten sonra ailenin getirdiği problem kuramın genel amaçlarıyla uyumlu hale getirilir. Sistemik ve Stratejik Aile danışmanlığının üç amacı vardır; (1) belirtinin olmadığı aile etkileşim örüntülerinin sağlanması yani amaç sorunsuz ya da en azından aynı sorunla tekrar tekrar karşılaşılmayan bir aile dengesi oluşturmaktır;

(2) aile sisteminin, danışman tarafından sisteme girilen düzensizliğe ya da karışıklığa tepki olarak, “işlevsel” yani belirtisiz etkileşim örüntüsünü kendini yeniden düzenleyerek içerisinden çıkmasını sağlamak ve (3) denenmiş çözümlerin keşfedilerek ailenin sistemine yeni davranışsal belirtilerin girilmesi yani soruna farklı bir bakış açısı kazanmalarını sağlamak. Bu yaklaşımda nihai amaç, bir şeyi dayatmadan, zorlama yapmadan ya da ötekine zarar vermeden sevgi duyabilmeleri noktasında ailelere yardımcı olmaktır (Gehart, 2017, s 69-70; Gladding, 2017, s. 280).

Yapısal Aile Danışmanlığı

Yapısal aile danışmanlarına göre sorunların sürme nedeni ailedeki işlevsiz örgütlenmedir. Bu nedenle danışma sürecinin amacı da aile yapısının ailenin yaşadığı sorunları çözmesini sağlayacak şekilde değiştirilmesidir (Nichols, 2013, s. 208). Yapısal aile danışmanları sistemin parçalarının nasıl işlediği, nasıl işlevsiz kalıpların geliştiği vs. ile ilgilenirler (Nazlı, 2012, s. 124). Yapısal aile danışmanlığının en temel iddiası, bir bireydeki belirtilerin en iyi, aile etkileşim örüntüleri bağlamında incelendiğinde anlaşıldığıdır. Bu anlayışa göre, aile içerisindeki belirtilerin giderilmesi için önce ailenin organizasyonunda veya yapısında bir değişim meydana gelmelidir (Gladding, 2017, s. 257). Yapısal aile danışmanları, danışanların bireysel psikolojik belirtilerine ve ilişkisel sorunlarına yardım etmek amacıyla aile yapısının haritasını çıkarır. Danışma sürecinin amacı gelişimi desteklemek ve sorunları çözümleyebilmek için ailenin işlevselliğini değerlendirdikten sonra, aileyi yeniden yapılandırmak ve sınırlar ile hiyerarşiyi yeniden düzenlemektir. Yapısal danışmanlar bütün aileler için benzer amaçları amaçlar; (1) aile üyeleri arasında belirgin sınırlar, (2) evlilik/çift alt sistemi ile ebeveyn alt sistemi arasında ayırım, (3) ebeveyn hiyerarşisi ve (4) aile üyelerinin gelişim ve büyümelerini destekleyen bir aile yapısı oluşturmaktır (Gehart, 2017, s. 133).

Yaşantısal Aile Danışmanlığı

Virginia Satir (1972) aile sisteminde üç şeyi değiştirmeye çalıştığını ifade etmektedir. Birincisi, ailenin bütün üyeleri, kendileri ve diğerleri ile ilgili gördüklerini ve duyduklarını, hissettiklerini ve düşündüklerini yine onların önünde, uyum içinde, bütünüyle ve dürüst bir şekilde dile getirebilmelidir. İkincisi, herkes kendi biricikliği içinde ele alınmalı ve ilişki de böyle kurulmalıdır ki, kararlar güç dengelerine göre değil, araştırma ve uzlaşma yoluyla alınabilsin.

Üçüncüsü, farklılıklar açık bir şekilde kabul edilmeli ve gelişim doğrultusunda kullanılabilirdir (Akt. Nichols, 2013, s. 245). Yaşantısal aile danışmanlığına göre aile üyelerinin kendilerini gerçekleştirme eğilimlerinde özgürlük var ise aile etkili ve tam olarak işlev yapabilir (Nazlı, 2012, s. 148). Yaşantısal aile danışmanları etkileşimlerin duyuşsal ya da duygusal katmanına daha çok odaklanırlar. Değerlendirme ve müdahale sürecinde aile üyeleri ve sunulan problemle ilgili diğer önemli kişiler arasındaki duygusal alışverişler hedeflenir (Gehart,2017, s. 165). Satir'in aile danışmanlığı, aile etkileşimlerini geliştirmenin yanı sıra bireysel gelişimi desteklemeye de odaklanmıştır (Gehart, 2017, s. 166). Satir yaklaşımının özü "insanların potansiyellerini geliştirebileceklerine olan sarsılmaz inancı ve değişim sürecine yardım edecek uzmanların takınmalarını önerdiği saygılı roldü" (Gladding, 2017, s. 216). Yaşantısal aile danışmanlığının en genel düzeydeki amacı dönüşümdür yani bireyin tüm potansiyelini en uygun şekilde hayata geçirmeyi başarmaktır. Satir iki tür amaç belirlemiştir; (1) ilişkisel amaçlar, (2) bireysel amaçlar. İlişkisel amaçların can damarı uyumlu iletişimidir. Bireysel amaç, aile üyelerinin kendini gerçekleştirmesini desteklemektir (Gehart, 2017, s. 175).

Bowen Aile Sistemleri Terapisi

Bowen yaklaşımı danışma sürecini, insanların kendileri ve ilişkileri hakkında daha çok şey öğrenmesi ve böylece kendi sorunlarının sorumluluğunu üstlenebilmesi için fırsat olarak görür (Nichols, 2013, s. 157). Bowen aile sistemleri terapisi, tedavinin temelini, ailedeki ve aile bireylerindeki değişimlerin en iyi biçimde, ailenin kendi geçmişi ve gelişimi bağlamında ele alındığında ortaya çıkabileceğini düşünmektedir (Gladding, 2017, s. 191). Bowen kuramında birbirleriyle etkileşim içinde olan ve insan davranışlarını etkileyen üç sistem belirlemiştir: Heyecansal, duygusal ve zihinsel sistem (Nazlı, 2012, s. 99). Bowen'a göre aileler temelde duygusal sistemlerdir. Bu duygusal sistem içerisinde, ailelerde görülen davranış, inanç, değer ve duygusal tepkiler nesilden nesle aktararak süreklilik kazanır (Kesici ve ark., 2017, s. 5). Bowen, ailelerin endişelerini, değer ve inanç sistemlerini, davranış kalıplarını en az üç kuşak ötelere taşıyabilen duygusal bir sistem olduğunu ileri sürmüştür (Kesici ve ark., 2017, s. 5). Bowen, bireylerin geçmiş kuşaklardan kendilerine geçen örüntüleri incelemedikleri ve düzeltmedikleri sürece, muhtemelen bu davranışları kendi ailelerinde tekrar edeceklerini savunmuştur (Gladding, 2017, s. 202). Danışma sürecinin iki amacı vardır:

- a. Anksiyeteyi azaltma ve semptomları hafifletme
- b. Uyumu sağlayabilmek için her aile üyesinin farklılaşma düzeyini artırma (Nazlı, 2012, s. 109; Gehart, 2017, s. 236; Özabacı ve Erkan, 2017, s. 43).

Bilişsel Davranışçı Aile Danışmanlığı

Davranışçı aile danışmanlığı öğrenme teorileri ve ilkelerinin, uyumsuz davranışlar ya da belirtilerin tedavisi ve değerlendirilmesinde sistematik bir şekilde uygulanmasıdır. Bu yaklaşıma göre ailedeki bir problem aslında yanlış öğrenmelerden kaynaklanır. (Nazlı, 2012, s. 206). Bu kuramın altında yatan varsayım, tüm davranışların öğrenildiği ve aileleri de içeren tüm bireylerin, önceki pekiştirilmelerine göre davrandıklarıdır. Davranışçıların temel çabası, davranışın geçmişine bakmaksızın şimdiki halini değiştirmektir (Gladding, 2017, s. 240). Bilişsel davranışçı aile danışmanlığının amacı, temel sorunu gidermek için belirli davranış örüntülerini değiştirmektir (Nichols, 2013, s. 304). Bilişsel davranışçı aile danışmanları amaç belirlemek için değerlendirme sürecine önem verirler. Değerlendirme sürecinde; (1) problem analiz edilir, (2) davranışın sıklığı, şiddeti ve süresi gibi temel işleyiş kaydedilir, (3) aile şemaları ve temel inançları keşfedilir. Danışmanlar ailelerle çalışırken, her bireye yönelik kabul edilebilir olan amaçları belirlemek için yetkinliğe dayalı rollerini kullanırlar. Amaçlar davranışsal ve ölçülebilir terimlerle ifade edilir. Açık amaçlar konusunda uzlaşılır uzlaşılmaz, danışmanlar da aileden yönergelere uymak ve seans dışı ödevleri yapmak konusunda yazılı bir anlaşma ile taahhüt alır (Gehart, 2017, s. 279-283). Bilişsel davranışçı aile danışmasının aile üyelerine kazandırmayı istedikleri amaçlar kısaca şöyledir:

- Başkalarının ne istediğini açıkça ve direkt olarak sorma
- Benliği yıkıcı davranışları veya düşünceleri fark edebilme ve bunlara meydan okuma
- Suçluluk hissetmeden konuşabilme
- İletişimi ve sosyal becerileri öğrenme
- Ailedeki çeşitli problemlere çözüm getirmek için çatışma çözme stratejilerini öğrenme
- Kendini ve başkalarını suçlamayı azaltma (Özabacı ve Erkan, 2017, s. 101)

Kısa Süreli Çözüm Odaklı Aile Danışmanlığı

Çözüm odaklı aile danışmanlığının amacı, temel sorunları olabildiğince hızlı bir şekilde çözmektir. Çözüm odaklı danışmanın amacı, yalnızca ailelerin hayatlarında neyin değişmesini istekileri ile ilgilidir (Nichols, 2013, s. 385). Kısa süreli çözüm odaklı aile danışmanları adından da anlaşılacağı gibi problem üzerinde konuşmaya çok az zaman harcarlar, danışanı sorunun çözümüne yönlendirmeye odaklanırlar. Danışanın gücünü değerlendirmek çözüm odaklı danışmalarda temel uygulamadır. Çözüm odaklı danışmanlar amaçlarını olumlu gözlenebilir çözüm temelli terimlerle ifade ederler. Olumlu amaç tanımlamaları danışanın ne yapacağına yoğunlaşır. Çözüm odaklı amaçları aynı zamanda şu özellikleri de taşımalıdır; (1) amaçlar danışan için kişisel olarak anlamlı olmalıdır, (2) genel duyguları yansıtmak yerine, diğerleriyle olan etkileşime odaklanmalıdır, (3) durumsal terimlerle ifade edilmelidir, (4) küçük adımlarla tanımlanmalıdır, (5) roller danışan için açıkça ifade edilmelidir, (6) danışan için gerçekçi olmalı ve (7) profesyonel etiğe uygun olmalıdır (Gehart, 2017, s. 339-340).

SONUÇ

Bireysel psikolojik danışma sürecinde amaç oluşturma basamağı oldukça önemlidir. Psikolojik danışmanlar amaç oluşturma basamağında danışan ile birlikte amaçlar oluşturur ve psikolojik danışman kuram yönelimine uygun tekniklerle bu amaçlara ulaşmaya çalışır. Aile danışmanlığında ise danışman ailenin getirdiği probleme uygun amaçları kendi kuramsal görüşüne uygun seçer ve ailelere bu amaçları gerçekleştirmek için yönergeler, davranışsal ödevler sunar. Her aile danışmanlığı kuramının aileye yönelik belirlediği amaçlar vardır ve aile hangi sorun ile gelirse gelsin bu amaçlar gerçekleştirilmeye çalışılır. Örneğin; Bowen aile sistemleri terapisi, ailenin getirdiği problemi anksiyeteyi azaltmak ve benlik farklılaşmasını sağlama hedefleri çerçevesinde ele alır.

Aile danışmanları tek bir kuram kullanmak yerine birçok kuramın müdahale yöntemlerini bir arada kullanır. Aile danışmanları hangi kuramsal ekolden gelirse gelsin aileleri değerlendirirken tüm yaklaşımlara göre değerlendirmeli ve amaçlarını ailenin ihtiyaçlarına en uygun hangi kuramsal çerçeve yardımcı olacak ise ona göre hareket etmelidir. Aile danışmanları etkili amaç oluşturma sürecinde aile ile birlikte hareket etmeli ve amaç oluşturma sürecine aileyi de mutlaka dahil

etmelidir. Sorunların çözümünde aktif olarak katılan ve amaç belirleyen aileler davranışsal ve duygusal değişimleri daha hızlı yaşayacaktır.

Aile danışmanlığında amaçlar ailenin sorunlarını sunmasıyla ilişkilendirilen amaca yönelik bir yaklaşımdır. Aile danışmanlığında amaçlar danışman ve ailenin, danışma sürecinde yaşanan ilişkiler ile sürekli temas halinde olmasına izin verir. Son olarak, ailenin ihtiyaçlarını, danışmanın katkısını ve sonuçta ortaya çıkan ailedeki değişikliği göz önünde bulundurarak danışmanın hesap verebilir olmasını sağlar.

Aile danışmanlığı sürecinde ailenin getirdiği probleme yönelik yapılacak vaka formülasyonu ve kuramsal temellerin, ailenin yaşadığı soruna yönelik kanıt temelli terapi bulgularının değerlendirilmesi amaç belirlemede önemli bir adım olacaktır. Bu ilk aşamadan sonra aile danışmanı hem kuramsal hem de ailenin sorununa yönelik belirlenecek amaçlarda aile ile işbirliği içerisinde amaçları belirlemelidir. Amaç yazma kağıdı ile amaçlar görülebilir ve ölçülebilir şekilde yazılarak, hem danışman hem danışan için anlaşılır olmalıdır. Üçüncü aşamada aile danışmanı belirlenen amaçlara ulaşma konusunda aileyle işbirliği içerisinde ve aileye desteğini sunmalı, ev ödevleri gibi kontrol mekanizmalarını kullanmalıdır. Dördüncü aşamada amaçların ailenin ihtiyaçlarına gerçekten çözüm olup olmadığını danışman değerlendirmeli, terapi sürecini tekrardan gözden geçirmelidir. Beşinci aşamada danışman amaçlara ulaşıp ulaşılmadığını kontrol ederek, ailenin amaçlarına ulaşma konusunda kendi kendilerine yetmelerine izin vermelidir. Tüm bu aşamalar sırasında aile danışmanı, amaçların etkili şekilde sonuca ulaşması için; aile ile ilişkiyi kurarken samimi, içten, empatik olmalı, yapılamayı çok iyi yaparak aile danışmanlığı sürecini aileye anlatmalı, aileye katılarak ve raport kurarak ailenin dinamiklerini anlamalı ve ailenin duygusal süreçlerini göz önünde bulundurmalıdır. Aile danışmanlarının aile ile etkili bir danışma süreci geliştirmesi için ilk birkaç seansta kuracağı ilişki çok önemlidir.

Sonuç olarak aile danışmanlığı süreci, bireysel psikolojik danışma sürecinden farklılıklar göstermesine rağmen kullandığı temel danışmanlık becerileri açısından ortaktır. İyi bir aile danışmanı olmak için temel danışmanlık becerileri ve kuramsal temeli çok iyi öğrenmek ve kullanmak gerekir. Aksi takdirde, ailelere yardım süreci, aile içi yaşanan sorunları derinleştirebilir.

Yazarlar Hakkında / About Authors

Yazarlar. Özgür Tönbül, MEB, Darıca Aslan Çimento İlkokulu
Özgür Tönbül, MEB, Darıca Aslan Çimento İlkokulu

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

“Yazarlar tarafından çıkar çatışmasının olmadığı rapor edilmiştir.”
“No conflict of interest has been reported by the authors”.

Fonlama / Funding

“Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.”
No funding support received

ORCID

Özgür Tönbül  <http://orcid.org/0000-0001-5046-3140>

KAYNAKÇA

Childers, J. H. (1987). *Goal Setting in Counseling: Steps, Strategies, and Roadblocks*. The School Counselor, Vol. 34, No. 5, pp. 362-368.

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

Dyer, W.W., Vriend, J. (1977). *A Goal Setting Checklist for Counselors*. Personal & Guidance Journal, pp 469-471.

Gehart, D. (2017). *Aile Terapisi Yeterliklerinde Uzmanlaşma: Kuramlara ve Klinik Vaka Belgelendirmelerine Uygun Bir Yaklaşım* (T. İlhan, H.Cihan Çev.). Ankara: Pegem Akademi

Gladding, S. T. (2017). *Aile Terapisi, Taribi, Kuram ve Uygulamaları* (İ. Keklik, İ. Yıldırım Çev. Ed.). Ankara: Türk PDR Yayınları.

Hackney, H., Cormier, S. (2008). *Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri: Psikolojik Yardım Süreci El Kitabı* (T. Ergene, S. Aydemir Sevim Çev.). Ankara: Mentis Yayıncılık.

Hackney, H. (1973). *Goal Setting: Maximizing the Reinforcing Effects of Progress*. The School Counselor, Vol. 20, No. 3, pp. 176-181.

Hampl, S.P. (2018). *Developing Goals For Therapy*. 16.11.2018, http://cwrupsychiatry.org/uploads/files/Developing_Goals_for_Therapy_Hampl_copy.pdf.

Kesici, Ş. (2017). *Vaka Örnekleriyle Birlikte Aile Danışma Kuramları ve Teknikleri*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Law, M., Rosenbaum, P ve ark. (2003). *Setting Goals Together*. CanChild Centre for Childhood Disability Research, McMaster University, FCS Sheet#13.

McNichols, C., Zink, K., Witt, K., Neel J. (2016). *Counselors as Agents of Change: Writing Behaviorally Stated Goals and Objectives*. Vistas Online, Aca Knowledge Center. Article 36, pp. 1-12.

Nazlı, S. (2012). *Aile Danışmanlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.

Nazlı, S. (2017). *Aile Danışmanlığı Uygulamaları*. Ankara: Anı Yayıncılık

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

Öncü, H. (2015). *Psikolojik Danışma Müdahalesi Olarak Bireysel Psikolojik Danışma*. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 16, Sayı 1, Sayfa 389-407.

Özabacı, N. ve Erkan, Z. (2017). *Aile Danışmanlığı Kuram ve Uygulamalara Genel Bir Bakış*. Ankara: Pegem Akademi.

Shebib, B. (2011). *Choices Interviewing and Counseling Skills for Canadians*, Four Edition.

Strong, T. (2018). Collaborative Goal-Setting: Negotiating A Counseling Focus. 16.11.2018, https://www.researchgate.net/publication/285392887_Collaborative_goal-setting_Negotiating_a_counselling_focus.

Extended Abstract

Introduction: Individual psychological counseling approaches aimed to change the behavior of the individual and searched the reasons of the problems in the personality structure of the individual. Family counseling is an approach that examines the interactions between family members directly while solving problems and evaluates the contribution of these interactions to the problem. Family therapy differs from other therapies in terms of structure, technique and objectives. In theory, family therapy is similar to most psychotherapy theories and uses their concepts. The most important difference between them is that although other psychotherapies give importance to the individuals, client-therapist bilateral relations and group techniques, family therapy accepts the family as a whole as a special structure and interaction system. In the family therapy, the individual is handled within the social structure of the family and the aim of the therapy process is to change the family system and interpersonal relationships. With the change of family structure, family members are changing and gaining new skills and experiences. The experiences gained by the individual depend on “internal” as well as “external” environmental factors. The purpose of family counseling is to regulate the mental health of family members, to improve their relationships and interactions with each other in the functions of families and to ensure the functioning of the family system. Although the approaches used in family counseling vary widely, almost all of the family therapy approaches recognize that problems arise from discordant interactions in the family system. While the unity in the family concept brings together various family therapy approaches, each approach differs from one another in terms of its unique viewpoint and therapy methods. Family counseling theories regarding the evaluation in the therapeutic process, focusing on the problems brought by the client often developed a purpose. These goals are in line with the perspective of the theory and family dynamics. Each family counseling theory aims at the solution of the problem that is brought to its own perspective.

Discussion & Conclusion: Instead of using a single theory, family counselors use a combination of intervention methods of many theories. Family counselors should assess all approaches in evaluating families, regardless of the theoretical background, and should act according to which theoretical framework best suited to the needs of the family. Family counselors should act together with the family in the process of creating effective goals and must include the family in the process of creating goals. The families who actively participate in the solution of the problems and determine the purpose will experience behavioral and emotional changes faster. The evaluation of the case formulation and theoretical basis for the problem brought by the family during the family counseling process and the evaluation of the evidence-based therapy findings for the family's problem will be an important step in determining the purpose. After this

first phase, the family counselor should determine the goals in cooperation with the family in order to determine the theoretical and family problems. The purpose should be clear to both the consultant and the client, with the objective writing paper being written in a visible and measurable way. In the third stage, the family counselor should cooperate with the family in order to achieve the stated objectives and should provide support to the family and use control mechanisms such as homework. In the fourth stage, the counselor should evaluate the goals of the family, whether the solution is really a solution, the re-evaluation of the therapy process. In the fifth stage, the counselor should check whether the objectives have been achieved and allow the family to be self-sufficient in achieving their goals. During all of these stages, the family counselor will be able to: Relationship with their families when establishing cordial, to be empathetic, do we cannot be explained very well by the family counseling process to the family, joining the family and must understand the dynamics of the family by establishing rapport and should consider the emotional process of the family.