

YAPISAL AİLE DANIŞMANLIĞI VE BİR OLGU ÖRNEĞİ

Uzm. Çocuk Gelişimci Alev Üstündağ¹

Öz

İçinde yaşadığımız toplumun, bireysel gereksinimlerin ve beklentilerin gün geçtikçe değişmesi nedeniyle son yıllarda psikolojik danışmanlığa olan ihtiyaç giderek artmıştır. Psikolojik danışma, bireyin yaşantısını gözden geçirmesi ve hayatıyla ilgili kararlarını değerlendirmesi açısından da önemli bir yere sahiptir.

Aile danışmanlığı yöntemleri arasında yapısal aile danışmanlığı yöntemi oldukça sık kullanılmaktadır. Bu çalışmanın amacı, yapısal aile danışmanlığı yönteminin incelenmesi ve bir yapısal aile danışmanlığı olgusunun aktarılmasıdır. Çalışmada yapısal aile danışmanlığının tanımı, yaklaşımın kuramsal temelleri, yapısal aile danışmanlığının aşamaları, yapısal aile danışmanlığını organize ederken ve yapılandırırken dikkate alınması gereken faktörler, psikolojik danışmanın rolü, güçlü ve zayıf yönleri açıklanmakta ve bir olgu örneği sunulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: psikolojik danışma, yapısal aile danışmanlığı, olgu örneği.

¹ Hacettepe Üniversitesi Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Bölümü'nden 2006 yılında mezun oldu. Ankara Üniversitesi Okul Öncesi Eğitim Bölümü'nde yüksek lisans eğitimini tamamladı. Hacettepe Üniversitesi Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Bölümü'nde doktora eğitimine devam etmektedir. 2007 yılında Sağlık Bakanlığı'na atandı. Karabük Devlet Hastanesi, Eskişehir Yunus Emre Devlet Hastanesi, Eskişehir Gençlik Danışma ve Sağlık Hizmetleri Merkezi'nde görev yaptı. 2013 yılından itibaren de Türkiye Halk Sağlığı Kurumu Başkanlığı Ruh Sağlığı Programları Daire Başkanlığı'nda Çocuk Gelişimi Uzmanı olarak görevine devam etmektedir. alev.ustundag@saglik.gov.tr

Structural Family Counselling and a Case Example

Abstract

The society we live in, our individual needs and our expectations change over time, thus, our need of counselling has increased recently comparing to the past. Psychological counselling has an important part in terms of individual's review of their life and assessment of their decisions in their lifetime.

Among family counselling methods, structural family counselling methods are used quite often. In this study, structural family counselling method has been examined and the purpose is to transfer a case report of structural family counselling. Definition, approaches, phases, necessary factors to organize and structure, the role of consultants, strengths and weaknesses of structural family counselling are explained and a case report is offered.

Keywords: counselling, structural family counselling, case example.

Giriş

İçinde yaşadığımız çağın gerekleri sonucu, aile yapısında değişimler söz konusudur. Aile yapıları geniş ailelerden, anne-baba ve çocuklardan oluşan çekirdek aileye dönüşmüş, hatta tek ebeveynli aileler giderek yaygınlaşmıştır. Yetişkinlerin hayatında da çeşitli değişikliklerle gelen zorluklar bulunmaktadır. Çocukların yaşadığı kriz anlarını yönetebilme becerisi geliştirme sürecinde ailelere daha fazla yük binmektedir: Hızla gelişen teknolojiye ayak uydurma, çocukların arkadaşlarıyla daha fazla vakit geçirmek istemeleri ve ebeveynler tarafından kontrol etme güçlüklerinin yaşanması, sınavlar, çocukların aile bireyleri ve arkadaşlarıyla yaşadıkları sorunlar... Aileler tüm bu gibi sorunlarla baş etme çabası içindeyken profesyonel bir desteğe ihtiyaç duyabilmektedir. Bu aşamada danışmanlık hizmeti devreye girmekte ve ailelerin ihtiyaçlarının giderilmesi için yol gösterici olmaktadır.

Aile danışmanlığı, aile bireyleri arasında sağlıklı bir iletişim ortamının sağlanması için aile bireylerine yapılan psikolojik bir yardımdır (Kuzgun, 1991). Aile danışmanlığı, özne olarak aileyi ele alan ve ailede bozuk ya da sıkıntı yaratan ilişkileri düzeltmeyi, böylelikle aile üyelerine daha işlevsel, yeni iletişim ve etkileşim yöntemleri kazandırmayı amaçlayan bir iyileştirme sürecidir. Ailelerle çalışmada temel amaç, ailelerin kendi kendilerine yeterli hâle gelmelerini sağlamaktır (Fenell ve Weinhold, 1989).

Aile danışmanlığı, ailelerin yaşadıkları sorunlarla ilgili karar verilmesine yardımcı olunan süreci ifade etmektedir. Sadece bireylerle çalışmak yerine, ailenin tümü ile bütün olarak çalışmanın çok sayıda avantajı bulunmaktadır. Bu

avantajlardan en önemlisi de aile danışmanlığının bireysel danışmadan daha az zaman almasıdır (Fishman, 1998).

Ailelerle çalışılan yaklaşımlarda kişilerin içsel dünyası ile çalışmak yerine, öncelikle kişiler arası ilişkiye odaklanılmaktadır. Bu tip bir fark, ağaçları görmek yerine ormanı görmeye benzetilmektedir. Problemlili davranışa aile danışmanlığı ile geniş çapta bakıldığında, uygulayıcıların sorunları belirlemelerini sağlayan özel yöntemler bulunmaktadır. Aile danışmanlığı, ailenin tüm üyelerine doğal bir şekilde aynı mesajı vermektedir. Tüm aile bireyleri sorunla, birlikte çalışarak başa çıkmaya çalışırlar. Bu yaklaşım aile içindeki sınırları eler ve özellikle sorunların üzerinden tamamen geçilmesini sağlar. Sonuçta da ailede karşılıklı iletişim ve bireysel açıklık artar. Aile üyelerinin içinde buldukları durum ile ilgili farkındalıkları arttıkça, çözüm için onlara neyin daha fazla yardımcı olabileceğini rahatlıkla bulmalarını sağlar (Glading, 2002).

Aile danışmanlığının bireysel ve grup danışmanlığından farklı olarak üzerinde durduğu nokta *danışandır*. Aile danışmanlığı tüm yaşam sistemini değiştirmeye odaklanırken bireysel ve grupla danışma kişisel veya kişiler arası değişikliklerin seçimine odaklanır (Hines, 1988; Trotzer, 1988). Aile danışmanları; psikolojik danışma kuramlarını, sistem teorilerini ve klinik müdahale tekniklerini birleştirerek danışma merkezlerinde bireylere, çiftlere ve ailelere yardımcı olmaktadır (Carr, 2006).

Aile danışmanlığı kuramları, psikolojik danışma kuramlarına benzerlik göstermekte ve onların tekniklerinden faydalanmaktadır. Ancak bu tamamen aile danışmanlığı kuramlarının psikolojik danışma kuramlarının aynısı olduğu anlamına gelmemektedir. Aile danışmanlığı ile diğer yaklaşımların birbirinden bağımsız ilkeleri, ilgi alanları ve güçleri bulunmaktadır (Liles, 2007). Oysa aile danışmanlığı, aile sistemine yer vermektedir. Psikolojik danışma kuramları tek bir bireye, hastalıklı birime veya gruba odaklanırken özellikle yapısal aile danışmanlığı aile sistemini bir “danışan” olarak görmektedir. Danışma sürecine birey değil, aile katılmaktadır. Yapısal aile danışmanlığı, aile üyelerinin birbirleriyle nasıl etkileşim kurduğu ile ilgilenmekte, niçin öyle etkileşimde bulunduğu bakmamaktadır. Yapısal aile danışmanlığı, aileyi etkileşimde bulunan bir sistem olarak ele alan bir danışmanlık türüdür, bireylerle ilgilenmemektedir (Demmitt, 1998).

Bu noktadan hareketle bu çalışmada yapısal aile danışmanlığı yönteminin aile bireyleri arasında yaşanan sorunların çözümündeki etkisini tartışmak ve bir olgu örneğini bu çerçevede değerlendirmek amaçlanmıştır.

Yapısal Aile Danışmanlığı

Yapısal aile danışmanlığı 1960'lı yıllarda Minuchin tarafından geliştirilmiştir. Minuchin, aile yapısını anlamak için aile üyeleri arasındaki etkileşim örüntülerine bakmanın gerekliliğini vurgulamıştır. Yapısal aile danışmanları, aile üyelerinin nasıl, ne zaman ve kiminle iletişim kurduğuna dikkat etmektedirler. Bu yaklaşımda, bireylerin semptomlarını anlamının en iyi yolu, aile içindeki etkileşim örüntülerine bakmaktır. Terapötik değişim ise aile üyelerinin ilişkilerini yeniden yapılandırılmalarıyla oluşmaktadır. Bu yaklaşımın en ayırt edici özelliği ise danışmanlığın ilk amacı olarak aile yapısındaki değişimin önemli görülmesi ve aileyi yeniden yapılandırma sürecinde danışmanın aktif rolüne önem verilmesidir (Minuchin, 1974).

Minuchin (1974), yapısal aile danışmanlığını New York'ta fakir ailelerin suçlu çocukları ile yaptığı çalışmalar sırasında geliştirmiştir. Minuchin ve Colapinto'ya (1998) göre aile yapısı, "Görünmez işlevsel kuralları ve talepleri aracılığı ile aile bireylerinin birbirleriyle olan bağlarını ve ilişkilerini organize eden şey"dir. Aile, insanın en temel sistemi olarak değerlendirilip aile sisteminin alt sistemleri birçok kategoriye ayrılmaktadır. Örneğin; eş alt sistemi, ebeveyn alt sistemi, kardeşler alt sistemi, akrabalar alt sistemi gibi.

Yapısal aile danışmanlığının en temel esaslarından biri ebeveyn alt sistemi ile çocuk alt sisteminin uygun bir şekilde birbirinden ayrılmasıdır. Her bir bireyin, ailenin ve aile alt sisteminin bütünlüğünü koruyan ve genişleten duygusal bariyerler "sınır" olarak ifade edilmektedir. Bu kişiler arası sınırlar katıdan etkisiz doğru giden bir derecelendirme doğrusu üzerinde en iyi şekilde kavramsallaştırılmaktadır. Bu derecelendirme doğrusunun ortası en sağlıklı ve dengeli olan sınırı ifade etmektedir. Derecelendirme doğrusunun uçları ise en sağlıksız olan sınırları ifade etmektedir (Vetere, 2001).

Aile işlevlerinin ortaya çıkarılabilmesi için alt sistem sınırlarının net ve açık olarak belirlenmesi gerekmektedir. Sınırların gücü, yapısal aile sistem haritasında kesik, noktalı ve düz çizgiler olarak tanımlanmaktadır. 3 temel sınır mevcuttur: *Açık ve Net Sınırlar* (kesik çizgilerle ifade edilmektedir. Örneğin; - - - - -), *Katı Sınırlar* (düz çizgi ile ifade edilmektedir. Örneğin; _____) ve *Belirsiz Sınırlar* (noktalı çizgi ile ifade edilmektedir. Örneğin;) (Özabacı ve Erkan, 2013).

Anne-baba ve çocuklar arasında sağlıklı olan sınır, açık ve net sınır olarak kabul edilmektedir. Belirgin sınırları olan bir ailede “Sınırlarım var, ama şefkatim de var” durumu söz konusudur. Katı sınırları olan bir ailede şefkat eksiktir. Belirsiz sınırları olan bir ailede ise çocuklar daha çok güç kazanmış ve daha baskın durumdadır. Böyle bir ailede anne-baba arkadaşlık rolünü üstlenmişlerdir (Özabacı ve Erkan, 2013).

Minuchin danışmanlık sırasında aile yapısını gösteren bir haritalandırma tekniği kullanmaktadır. Bu haritalandırma tekniği sayesinde aile bireyleri arasında var olan ilişkilere ait transaksiyonel stiller “var” veya “yok” olarak tarif edilebilmektedir. Yeniden canlandırma tekniğinde ise aile bireylerinden aile içinde yaşadıkları sorun ya da tartışma durumlarını danışma odasında yeniden rol alarak canlandırmaları istenmektedir. Bu uygulama tekniği danışmanın aile yapısı ve aile bireyleri hakkında bilgi edinmesini sağlamaktadır. Böylece danışman var olan ve olmayan davranış kalıplarını bloke etme şansı yakalamış olmaktadır. Bu sayede aileler işlevsel olmayan kurallar ve kalıplar yerine, daha işlevsel kural ve kalıpları benimsemeleri konusunda cesaretlendirilmiş olmaktadır. Bazen danışman, danışanın problemleri hakkında farklı yorum ya da aydınlanmaya ulaşabilmesi için yeniden çerçeveleme tekniğini kullanmaktadır. Böylece danışmana sunulan ilk problem farklı bir şekilde anlamlandırılmış olduğundan asıl problemin kaynağı belirlenmiş olmaktadır (Vetere, 2001; Nichols, 2010).

Yapısal aile danışmanlığı; bir sistemin parçalarının nasıl etkileşime girdiği, dengesini nasıl sağladığı, dönüş mekanizmasını nasıl işlediği ve nasıl fonksiyonsuz iletişim kalıplarını geliştirdiği üzerinde durmaktadır. Özellikle transaksiyonel kalıplara çok fazla önem verilmektedir. Çünkü bu kalıplar ailenin yapısı, sınırlarının geçirgenliği, gruplaşma ve koalisyonların varlığı hakkında bilgi vermektedir. Yapısal aile danışmanlığı bakış açısına göre, bir aile bireyinin davranışları tüm diğer aile bireylerini etkilemekte ve ailenin davranışları da bireyi etkilemektedir. Bu durum kavramsal yer değiştirme (conceptual shift) olarak isimlendirilmektedir (Adelman, D., Farwell, L. ve Saathoff, A., 2014).

Yapısal aile danışmanlığı, diğer aile danışmanlığı yaklaşımları gibi bireyin yaşadığı problem ve problemin çözümüne odaklanmaktansa bağlantılı olan unsurlarla ilgilenmektedir. Bu yaklaşımı diğerlerinden ayıran özellik, problemi ve çözümleri tanımlarken mekânsal ve grupta ilgili metaforların kullanılması ve danışanın aktif hâle gelmesidir (Özabacı ve Erkan, 2013).

Yapısal aile danışmanlığında bütün ve parçaların ancak parçalar arasındaki ilişkiler üzerinden anlaşılabilceği üzerinde durulmaktadır. Ailenin iyi ya da kötü işlevinin olması yapısal özellikleri aracılığıyla anlaşılabilir. Kişilerin işlevlerini sürdürebilmeleri için birbirleriyle kurdukları ilişkiler ve bunları düzenleyen kurallar asıl aile yapısını oluşturmaktadır (Özabacı ve Erkan, 2013).

Minuchin (1974), aile yapılarını nitelendirirken fonksiyonel ve fonksiyonel olmayan aileler ifadelerini kullanmaktadır. Fonksiyonel aile; kendinden beklenen görevleri yerine getiren, sağlıklı aile türünü ifade etmektedir. Fonksiyonel olmayan aile ise üyelerinin gelişimi için yapılması gereken fonksiyonları yerine getiremeyen aile tipini anlatmaktadır. Beş fonksiyonel olmayan aile yapısı belirlenmiştir. Bunlar; iç içe aileler, kopuk aileler, evine bağlı olmayan kocanın olduğu aileler, olgunlaşmamış ebeveynli aileler ve ilgisiz ebeveynli ailelerdir. Minuchin, bu beş tip aileyi patolojik olarak adlandırmaktadır. Bu aileler stresli bir durumla karşılaştığı zaman sınırlarını ve transaksiyonel kalıplarını daha çok katılaştırmaktadırlar. Normal aileler, yaşamın stresleriyle baş ederek aile bütünlüğünün devamını sağlayacak uyumu geliştirebilmektedir. Çünkü sağlıklı aileler, aile yapısını yeniden yapılabilecek esnekliğe sahiptirler (Goldenberg, 1992).

Danışma Süreci ve Teknikler

Yapısal aile danışmanlığında danışman/aile danışmanı, hem iyi bir gözlemci hem de ailenin belirgin özelliklerinin ortaya çıkmasını sağlayan ve ailede değişimi gerçekleştiren uzman olarak ifade edilmektedir. İyi bir yapısal aile danışmanının, hassas zamanlama özelliğine ve yüksek enerjili kişilik yapısına sahip olması gerekmektedir. Danışmanın rolü danışma süresince farklılık gösterebilmektedir. Örneğin; terapinin başlangıcında danışman, aileye dâhil olmaya çalışmakta ve liderlik rolünü üstlenmektedir. İkinci aşamada danışman, ailenin yapısal özelliklerini haritalandırma tekniğini kullanarak çizime dökmektedir. Son aşamada ise ailenin kendi yapısını değiştirmesine yardımcı olmaktadır. Danışmanlık süresince danışman ailenin dansını izlemekte, onlara katılmakta ve değişimlerini sağlamaları için etkileşim alanlarında onları yalnız bırakmaktadır. Danışman, amacına ulaşmak için birçok teknik deneyerek, tekniklerden hangisi ailenin yapılanmasına ve değişimine destek olmuşsa o tekniği kullanarak terapi sürecini devam ettirmektedir (Özabacı ve Erkan, 2013).

Aile danışmanlığı alanına çok önemli kavramlar kazandırmış olan yapısal aile danışmanlığı, geçmişten çok şimdiki durumla ilgilenen ve belirlenmiş hedeflere yönelik kısa süreli bir tedavi biçimidir. Bu yaklaşımda, danışman oldukça aktif olup ailede değişiklik yaratabilmek için yönetici gibi davrandığı zamanlar da olmaktadır (Nazlı, 2000).

Yapısal aile danışmanlığında danışma süreci birkaç adımda gerçekleşmektedir:

- *Problem:* Danışman oturumlarda görüşme yaparak ailenin problemlerini tespit etmeye çalışmaktadır.
- *Bilgi:* Danışman problem/problemlerle ilgili bilgi toplamaya çalışmakta ve oturumlarda bu amacı gerçekleştirmek için yönlendirme yapmaktadır.
- *Hipotez Kurma:* Danışman topladığı bilgilere dayanarak problemin çözümü için hipotez kurmaktadır.
- *Amaçlar:* Hipotez kurulduktan sonra amaçlar belirlenmektedir.
- *Müdahale:* Danışman aşağıda belirtilen durumları ortaya çıkarmak için çalışmaktadır:
 - Aile üyeleri ve/veya üyelerin kendi benlikleri ile olan etkileşim kalıplarını etkileyerek değiştirmek,
 - Transaksiyonel çeşitliliği kontrol ederek müdahalenin etkililiğini arttırmak.
- *Dönüt:* Danışman müdahalelerle aile üyelerinin tepkilerini esas alarak, bu döngünün ikinci adımına geri dönerek işlemlere tekrar başlamaktadır (Nazlı, 2000).

Yapısal aile danışmanlığına göre, aile sisteminin yapısı bozulduğu için aileler sağlıksız hâle gelmektedir. Aile içinde değişikliğin oluşabilmesi ve ailenin yeniden bir araya gelebilmesi için genel olarak üç müdahale tekniği kullanılmaktadır (Nazlı, 2000):

1. Dâhil Olma: Dâhil olmanın dört spesifik biçimi aşağıda belirtilmektedir.

İzleme: Bu, danışmanın ailenin yaşamıyla ilgili bilgi topladığı aşamadır. Örneğin; danışman, danışanı olan kadına şöyle söyleyebilir: “Geçen mayıs ayında evlendiniz ve hemen geçtiğimiz mart ayında oğlunuz dünyaya geldi. Artık eşinizle birlikte yeteri kadar zaman geçiremiyorsunuz.” Danışman ailenin

durumunu kendi sözcükleriyle ifade ederek sorunun aile bireyleri tarafından da fark edilmesini sağlamaktadır.

Danışman, aileye geri bildirim verdiği zaman izleme çalışması aile için daha etkili sonuç vermektedir. Böylelikle aile bireylerinin de sorunun gerçek sebebini görmeleri amaçlanmaktadır. İzleme esnasında danışman yargılayıcı olmamalı, açık uçlu sorularla ailenin yaşantısını ve ilgi alanlarını araştırmalıdır. Sorun ile ilgili geri bildirim de vermesi gereklidir.

Benzeme: Danışman bu aşamada aile üyelerinden biri gibi davranmakta ve konuşmaktadır. Örneğin; şakacı bir aileyle şakalaşarak, yavaş konuşan bir aileyle yavaş konuşarak onlara benzer özellikler sergilemektedir.

Onay: Bu aşama, aile bireyleri tarafından söylenmiş ya da söylenmemiş ama beden dili ile ifade edilmiş olan duyguların etkili kelimelerle karşı tarafa aktarılmasıdır. Bu aşamada da danışman tarafından aile bireylerinin davranışlarının yargılayıcı olmayan şekilde ifade edilmesi gerekmektedir.

Bağdaştırma: Bu aşamada danışman, terapötik ittifak sağlamak için kişisel ayarlamalar yapmaktadır. Örneğin; aile, danışma seansına gömlekle gelmişse danışman da ceketini çıkarır ve gömlekle görüşme yapmaya devam eder.

2. Aile İşlem Kalıplarını Harekete Geçirme: Yapısal aile danışmanlığında, danışman ailenin yapısını bilmeli ve değerlendirmelidir. Bu teknik, danışma sürecinin dâhil olma aşamasında danışmanın kurallara, rollere ve alt sistemlere dikkat etmesiyle başlamaktadır. Aile yapısını resmî anlamda değerlendirmesi, danışman ile aile arasında iletişim kurulduktan sonra başlamaktadır. Danışman, canlandırma (enactment) tekniği ile ailenin nasıl yapılandırıldığını öğrenmektedir. Canlandırma, oturumların ev ortamında olduğu zamanlarda yapılmakta ve danışmanın ailenin şimdiki yapısını anlamasını sağlamaktadır.

3. Aile İşlem Hareketlerini Yeniden Yapılandırma: Aile, danışma oturumuna bir üyesi stresli veya semptomlu bir şekilde gelebilmektedir. Danışman aileye dâhil olduktan sonra şimdiki sağlıklı fonksiyonlarının yerini alabilecek, daha sağlıklı yeni kalıplar oluşturma fırsatını elde edebilmektedir. Ayrıca ailenin fonksiyonlarının nasıl olduğunu ve bunların yapıyı nasıl desteklediğini belirleyebilmesi için de ortam sağlanmış olmaktadır. Bundan sonra ailenin yapısını ve fonksiyonlarını değiştirmek mümkün olabilecektir.

Yapısal aile danışmanlarının ailenin yapısı ve fonksiyonları değiştirmek için kullandığı birkaç teknik vardır. Bunlar:

1. Sistemi Yeniden Kompoze Etme (system recomposition),
2. Semptoma Odaklanma (symptom focusing),
3. Yapısal Değişiklik (modification) teknikleridir (Nazlı, 2000).

Danışman, aileyi yeniden yapılandırma sürecinde bu teknikleri kullanmaktadır. Böylece aile sistemi daha sağlıklı hâle getirilmeye çalışılmakta ve aile bireylerinin sorunlarını çözerek yeni yapılar oluşturmaları kolaylaşmaktadır.

Her danışmanlık yönteminde olduğu gibi yapısal aile danışmanlığında da güçlü ve sınırlı yönler bulunmaktadır. Düşük sosyoekonomik düzeydeki aileler için geliştirilmiş ve oldukça pragmatik bir yöntemdir. Yalnızca aileler için geliştirilmiş ilk danışmanlık kuramıdır. Aile danışmanlığı literatürüne alt sistemler ve sınırlar gibi özel kavramlar kazandırmıştır. Danışmanın iyi organize olduğu, sistemli çalıştığı ve danışmanlık sırasında etkili müdahale tekniklerinin kullanıldığı bir yöntemdir. Danışmanlığın süresi kısa olmakla birlikte danışman ve aileler sürecinde aktif yer almaktadırlar (Nichols ve Schwartz, 1997).

Yapısal aile danışmanlığının belirtilen güçlü yanlarının yanı sıra bazı sınırlı yanları da bulunmaktadır. Bunlar; şu an üzerine odaklandığı için oldukça yalın olabildiği, bazı toplumsal cinsiyet rolleri üzerinde çok fazla durulduğu için geleneksel ebeveyn rollerinde basmakalıp davranışları arttırabildiği, aile yapısındaki problemleri araştırırken bireysel sıkıntının göz ardı edilebildiği, kullanılan tekniklerden bazılarının samimi görülmediği ve ayrıca aile dinamiklerini ve gelişimini açıklamakta güçsüz kaldığı şeklinde özetlenebilmektedir (Nichols ve Schwartz, 1997).

Yapısal Aile Danışmanlığında Değerlendirme

Yapısal aile danışmanlığında, danışmanlığın etkili olabilmesi için aile grubu ile yeni bir sisteme ihtiyaç duyulduğu varsayılmaktadır. Bunu gerçekleştirmek amacı ile danışman, uzlaşma ve katılma tekniklerini kullanmaktadır. *Uzlaşma*, aile üyelerinin danışmanlığa uyum sağlama sürecini ifade etmekte ve şunları içermektedir:

1. Aile yapısı için planlı destek. Örneğin; iyi giden durumlar için destek sunma ve iyi çalışan yapılarda yaratıcı değişiklikler olması için yardım etme
2. Aile etkileşiminin yapısı ve içeriğini dikkatli izleme

3. Aynalama çalışması ile aile üyelerinin yapısı ve alanında uzlaşma sağlama (Vetere, 2001).

Danışman bu davranışlara *katılmakla*, aile üyeleriyle ilişki kurmayı amaçlamaktadır. Danışman görüşme sırasında kendi tarafına geçildiğinin farkında olmalı ve çatışma olduğu zamanlarda destek sunmalıdır. Terapötik ilişkinin önemindeki bu vurgu, terapötik değişim için bir araç potansiyeli taşımaktadır. Yapısal danışman; güçlü ve esnek, esnemeye uygun ve değişebilen alanları (örneğin; alt sistemler, sınırlar, işlevler, ilişkiler, dış ilişkiler ve sosyal destek) belirleyebilmek için ailenin yapısını değerlendirmektedir.

Yapılan bu değerlendirme sayesinde ailenin yeniden yapılanabilecek alanları da belirlenmiş olacaktır. Değerlendirme aşamasında göz ardı edilmemesi gereken durumlar söz konusudur. Bunların özenle dikkate alınması gerekmektedir. Örneğin, aile üyeleri sorunun çözümünde ulaşabilir alternatifleri ve işlem kalıplarını tercih etmektedirler. Daha çok sorunun çözümü, yani sonuç odaklı bir yaklaşım sergilemektedirler. Danışman, ailenin bu gereksiniminin farkında olmalı ve süreci buna göre yapılandırmalıdır. Ayrıca aile üyelerinin tamamının ve her bir üyenin ayrı ayrı ihtiyaçları, davranışları ve beklentileri bulunmaktadır. Danışmanın, bu beklentilerin bireylerin gelişim özellikleri ve gelişimsel görevleri ile tutarlı olup olmadığını değerlendirmesi gerekmektedir. Aile bireylerinde semptomatik davranışların bulunması durumunda ise danışman bu davranışları anlamlandırmalı ve yaşanan sorunla ilişkisinin önemini belirlemelidir. Süreç içerisinde aileyi stresten uzaklaştırmalı ve onlara karşı sosyal destek sağlayacağı konusunda güven sağlamalıdır.

Değerlendirme aşamasında; aile üyeleri ve değişen aile sistemlerinin gelişimsel yapısını görmezden gelme, bazı aile sistemlerini görmezden gelme ve sadece bir aile sistemini destekleyerek katılma gibi durumlar söz konusu olabilmekte ve bu durumlar yapılanma süreci içinde sıkıntı yaşanmasına neden olabilmektedir. Değişim, danışman ile kurulan güvenli ilişki sonrasında oluşmaktadır (Vetere, 2001). Bu nedenle danışman, süreç boyunca sistemli olmalı ve kendinden beklenen performansı sergileme konusunda çaba sarf etmelidir.

Bir Yapısal Aile Danışmanlığı Örneği¹

10 yaşında ilkokul 4. sınıf öğrencisi erkek danışan, okul rehber öğretmeninin danışmanla görüşmesinin uygun olacağını belirtmesi nedeni ile ailesi tarafından danışma merkezine getirildi. Son zamanlarda okul başarısında belirgin düşüş, sınıf arkadaşlarıyla kavga ve kız arkadaşlarına kötü sözler söyleme gibi davranışlarının olduğu ifade ediliyordu. Çocuğun daha önce hiç psikolojik danışmanlık hizmeti almadığı, kronik bir hastalığının bulunmadığı, genellikle arkadaşlarıyla iyi geçindiği ve derslerinde de orta hâlli bir öğrenci olduğu ifade ediliyordu. Aile; anne, baba ve 10 yaşındaki oğullarından oluşmaktaydı. Kendinden 8 yaş büyük olan ağabeyi yaklaşık üç ay önce üniversite okumak için farklı bir şehre taşınmıştı.

Yapılan görüşme sonucunda son zamanlarda canının ders çalışmak istemediği, kimseyle konuşmak istemediği ve kendini mutsuz hissettiği fark edildi. Fiziksel görünüşünde de mutsuz ve keyifsiz hâli belirgindi.

Ön görüşme değerlendirmesinin ardından danışman, çocuk ile en az 4 seans görüşme yapması gerektiğini; çocuklarının yaşadığı bu olumsuz durumlara sebep olan durumun tespit edilmesi ve bu sorunlardan kurtulması için ona destek olmak amacıyla aile üyelerinin tamamının danışma sürecine katılması gerektiğini belirtti.

Başlangıçta çocuğu mutsuz eden durumlar üzerine danışmanlık hizmeti yürütüldü. Okulda yaşanan bu sıkıntılardan önce aile içerisinde değişen durumlar, aile üyelerinin rolleri, beklentileri ve davranışları üzerine odaklanıldı. Çalışmalar sonucunda çocuğun ağabeyini çok özlediği sonucuna varıldı.

İlk seansta, danışman görüşmenin amacını, görüşmeye katılan aile üyelerinin (ana-baba ve çocuklar) sorumluluklarını (birbirlerini dinleme, göz kontağı kurarak birbirlerine hitap etmeleri gibi) belirtmiştir. Bu seansta grup dinamikleri üzerinde durulmuştur. Çözülmesi gereken durumun bireysel değil, ailenin tümü ile çözülmesi gerektiği; bu nedenle sürekli iletişim ve etkileşim hâlinde olan diğer aile bireylerinin de aile görüşmesinde bulunmasının önemi açıklanmıştır.

İkinci seansta çocuk; uzun zamandır ailesinin herhangi bir konuda nasıl hissettiğini, işleriyle ilgili ne düşündüklerini, onların hayatları, birbirleri ve kendisi hakkında ne düşündüklerini bilmediğini söyledi. Çocuğun annesi, onu üzen konular hakkında hiçbir şey bilmediğini tereddütlü bir şekilde belirtti. Neden

¹ Örnek olarak verilen bu vakada, vakanın sunumunun yapılacağı konusunda aile bilgilendirildi ve aileden onam formu alındı.

bu kadar mutsuz olduğunu, ona nasıl yardımcı olabileceğini ve neden sürekli aile bireylerine karşı öfkeli davranışlar sergilediğini anlamadığını, artık oğlunu tanıyamadığını belirtti. Çocuk annesini dikkatli bir şekilde dinledi. Ağabeyi çocuğa baktı. Derin bir nefes aldı ve kardeşi ile konuşmak istediğini söyledi. Bu noktada danışman, iki kardeşe bu konuşmayı ailelerinin önünde yapmak istemezlerse kendi aralarında da sürdürebileceklerini söyledi. Ağabeyi çocuğun yanına oturdu, duruşu samimi ve destekleyici görünmekteydi. Kolunu kardeşinin omzuna attı. Konuşmalarını, iki kardeşin birbirleriyle ilişkilerinin önemi hakkında konuşarak sürdürdüler. Ağabeyi onu çok sevdiğini ve ne kadar uzakta olursa olsun istediği her an onu arayabileceğini ve ihtiyacı olan her durumda da yanına geleceğini söyledi. Farklı bir şehirde olmasının ona olan sevgisini asla azaltmayacağını, tatillerde yine eskisi gibi birlikte vakit geçireceklerini hevesle anlattı. Ama tüm bu süre içerisinde ondan yaptığı olumsuz davranışları bırakmasını istediğini, eskisi gibi arkadaşlarıyla iyi geçinmesinin onun için çok önemli olduğunu söyledi. Ona güvenip güvenemeyeceğini sordu. Birbirlerine baktılar. Birbirlerine güvenmeyi istediler. Birbirlerini desteklemek istediler. İkisinin ilişkisinin kardeşini nasıl etkilediğini anlamaya çalıştılar. Çocuk ağabeyine çok düşküdü ve onun uzakta olmasına alışmadığı için sorunlu davranışlar sergilemeye başlamıştı. Çocuk danışmanın yönergelerine uydu ve danışman, aile üyeleri arasında bağları yeniden kurdu.

Ayrıca bu aşamada, anne-baba ortak karar vererek ev ve okul kuralları koydular. Daha sonra çocuğun olumsuz davranışlardan uzak durması, onlarla birlikte yaşamını sürdürmesi için yardımcı olmaya çalıştılar. Danışman, kuralların kimin fikri olduğu ve çocuğun bu konuda ne düşündüğü hakkında görüşme yaptı. Çocuk danışmanına kurallar listesini kabul ettiğini ve bu kurallara uyacağını söyledi. Bir başka açıdan da çocuğun istekli olması ailesi için çok önemliydi. Çocuk, kurallar listesini babasından aldı ve birkaç tanesini danışmanına okudu. İlk madde “Vaktini planla” idi. Danışman bunun ne anlama geldiğini sordu. Çocuk durdu ve düşünceli göründü. Başını kaldırdı, herkese teker teker baktı. “Bunun anlamı zamanımı iyi değerlendirmeli ve bir ders çalışma planı yapmalıyım” dedi. Bu oluşturulan durumla çocuğun yaptığı tanımlama babasından övgü almasını sağladı. Çocuk babasının övgüsünün önemli olduğunu düşünüyordu.

Daha sonra yapılan görüşmelerde, çocuğun annesinin üç çocuklu bir ailede, otoriter bir baba ile ve 30’lu yaşlarının ortasına kadar babasından baskı görek büyüdüğü ortaya çıktı. Evlenene kadar bu baskı altındaki hayatının devam ettiğini, hatta babası izin vermediği için liseden sonra eğitim hayatına devam edemediğini

belirtti. Bazen öfkesine yenik düşüp küçük oğluna şiddet uyguladığını da itiraf etti. Okuldaki şiddet içeren durumların yaşanmasında payı olduğu için vicdan azabı yaşadığını da ifade etti. Bu bağlamda; kuşaklar, onların aile hayatları, yetiştirilme tarzları, gelişimsel geçişleri ve ilişki değişimleri çocuk ve onun anne-babası arasında başka bir köprü oluşturulmasına sebep oldu.

Sonuç

Günümüz gelişen ve değişen ailesi, üyeleri arasındaki uyumlu birlikteliği sağlamakta zorluklar yaşamaktadır. Aile bireylerinin hızla değişen rollerine uyum sağlayamamaları aile içindeki iletişim ve etkileşimi bozmakta, kuşaklar arası çatışmaları arttırmaktadır. Aile üyelerinde sıkıntıya yol açan bu tür engellemeler genelde ailenin varlığını korumasını güçleştirmekte, toplumsal sistem içinde hasta bir kurum niteliği kazandırabilmektedir (Nazlı, 2000).

Bu küçük Yapısal Aile Danışmanlığı örneği, aile çalışmalarının ne kadar karmaşık olabileceğini göstermektedir. Danışmanlık, aile rollerine odaklanma, iletişim, ilişkiler, aile üyelerinin birbirlerinden ve çocuklarından beklentileri bir bütün olarak bireyin yaşantısını etkilemekte ve bireyi tamamlamaktadır.

Hayatımızla ilgili karşılaştığımız sorunların çözüm sürecinde -özellikle çocukluk döneminde- sorunu oluşturan gizli sebepler olabilmektedir. Bu nedenle soruna bütüncül yaklaşım sergileyerek gerçek sebebin ne olduğunun fark edilmesi önem arz etmektedir. Bu süreçte yapısal aile danışmanlığı, bireye değil bütüne odaklanması, kişiyi tüm ilişki kurduğu alt sistemlerde değerlendirmesi ve ilişkilerini belirlemek için oluşturduğu haritalandırma tekniği ile aile yapısını belirlemesi açısından önemli bir yere sahiptir. Belirtilen sorunun gerçek sebebini ortaya çıkarabilmesi ve sorunun temel sebebinin giderilmesiyle başka problem durumlarının yaşanmasının önüne geçilmeye çalışılması yapısal aile danışmanlığı yönteminin bir diğer avantajı olarak ifade edilebilir. Öğretilen yapılandırma teknikleri ile ailenin çözüm aşamasında sorunlarını çözmelerinde lider konumda olmaları da onları cesaretlendirmektedir.

Sonuç olarak danışmanlık sürecinde bireylere yardımcı olunabilmesi için ailenin bütünü ile çalışmak daha verimli olmaktadır. Tek başına kişiden davranışlarını değiştirmesini beklemek bireyi belirli bir noktaya kadar getirebilir, ancak ailesi tarafından da desteklendiğini bilen bireyler için ilerleme çok daha kolay olabilmektedir.

Kaynakça

- Adelman, D., Farwell, L. ve Saathoff, A. (22 Eylül 2011). *Yapısal aile terapisi-aile sistemi terapisi yaklaşımı*. (Cinsel Sağlık-Evlilik ve Aile Danışmanlığı Derneği [CİSEAD], Çev.) Erişim tarihi: 6 Mart 2014, <http://www.cisead.org/videolar/yapısal-aile-terapisi-aile-sistemi-terapisi-yaklasimi.html>.
- Carr, A. (2006). *Family therapy. Concept, process and practice (Second Edition)*. England: John Wiley&Sons Ltd.
- Demmitt, A. D. (1998). Using literature to teach the art of diagnosis. *The Family of Journal*, 6, ss. 147-149.
- Fenell, D. L. ve Weinhold, B. (1989). *Counseling families: an introduction to marriage and family therapy*. Denver: Love Publishing Co.
- Fishman, H. (1998). *Treating troubled adolescents*. New York: Basic Books.
- Glading, S. T. (2002). *Family therapy history, theory and practice*. New Jersey: Merrill Prentice Hall.
- Goldenberg, L. R. (1992). The development of markers for the big-five factor structure. *Psychological Assessment*, 59, ss. 1216-1229.
- Hines, M. (1988). Similarities and differences in group work. *Journal for Specialist in Group Work*, 13(4), ss. 173-179.
- Kuzgun, Y. (1991). *Rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: ÖSYM Yayınları.
- Liles, R. E. (2007). The use of feature films as teaching tools in social work education. *Journal of Teaching in Social Work*, 27(3/4), ss. 45-60.
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. USA: Harvard University Press.
- Minuchin, S. ve Colapinto, J. (1998). *Working with families of the poor*. New York: Guilford.
- Nazlı, S. (2000). *Aile danışmanlığı*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Nichols, M. P. ve Schwartz, R. C., (1997). *Family therapy*. Boston: Needham Heights MA: Allyn and Bacon.
- Nichols, M. P. (2010). *Family therapy, concept and methods*. Belmont CA: Prentice Hall.
- Özabacı, N. ve Erkan, Z. (2013). *Aile danışmanlığı kuram ve uygulamalara genel bir bakış*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Trotzer, J. E. (1988). Family theory as a group resource. *Journal for Specialist in Group Work*, 13(4), ss. 180-185.
- Vetere, A. (2001). Structural family therapy. *Child Psychology and Psychiatry Review*, 6(3), ss. 133-139.