

Aile Danışması Süreç Yönetimi Modeli (Aile-DSYM) ile Kurgusal Bir Vaka Çalışması: Sistemsel Dinamiklerin Yeniden Yapılandırılması

A Case Study with the Family Counseling Process Management Model (Family-CPMM): Restructuring Systemic Dynamics

Sümeyye Sağanak 

Öz. Bu çalışma, Aile Danışması Süreç Yönetimi Modeli'nin (DSYM) kurgusal bir vaka üzerinden uygulamalı olarak tanıtılmasını amaçlamaktadır. Aile danışmanlığında sistem yaklaşımı, bireyler arası etkileşim, alt sistemler, roller ve sınırlar üzerinden işlevsel bir bütünlük sağlar. Kurgusal olarak oluşturulan bu vaka, anne-baba ve iki çocuktan oluşan çekirdek bir aileyi konu almaktadır. Vaka sürecinde dört oturum yürütülmüş, aile dinamikleri 9 boyutlu değerlendirme çerçevesinde analiz edilmiştir. Bulgular, aile içi iletişimde açıklık, ebeveynler arası iş birliği ve kardeş ilişkilerinde güçlenme yönünde olumlu değişimlerin gerçekleştiğini göstermektedir. Tartışma bölümünde DSYM'nin güçlü ve sınırlı yönleri ele alınmış, aile danışmanlığında uygulanabilirliği irdelenmiştir. Çalışma, Türkiye bağlamında Aile-DSYM'nin bilimsel ve uygulamalı katkılarını ortaya koymakta, farklı aile tiplerinde kullanılabilirliğine ilişkin öneriler sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Aile danışmanlığı, DSYM, sistem yaklaşımı, kurgusal vaka, alt sistemler.

Abstract. This study aims to introduce the Family Counseling Process Management Model (DSYM) through the application of a fictional case. In family counseling, the systemic approach provides a functional framework based on interactions, subsystems, roles, and boundaries. The fictional case involves a nuclear family consisting of a mother, father, and two children. Across four counseling sessions, the family dynamics were analyzed within the scope of the nine-dimensional assessment model. Findings revealed positive changes in terms of openness in family communication, cooperation between parents, and strengthened sibling relationships. The discussion highlights the strengths and limitations of DSYM and evaluates its applicability in family counseling. The study underscores the scientific and practical contributions of DSYM in the Turkish context and suggests its potential application across diverse family types.

Keywords: Family counseling, DSYM, systemic approach, fictional case.

Sümeyye Sağanak

Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye
e-mail: sumeyyesaganak1@gmail.com

Geliş/Received: 19/08/2025

Kabul/Accepted: 08/09/2025

<https://doi.org/10.58434/apdad.1768432>



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

GİRİŞ

Aile, bireyin kişilik gelişiminin, sosyal becerilerinin ve psikolojik sağlamlığının şekillendiği temel toplumsal kurumdur (Gladding, 2012). Tarihsel olarak bireylerin toplumsal yaşamda üstlendikleri roller, ilk kez aile ortamında deneyimlenmekte; bireyin değerler sistemi, başa çıkma biçimleri ve ilişkisel tutumları aile içinde yapılanmaktadır (Goldenberg ve Goldenberg, 2017). Bu nedenle aile, yalnızca biyolojik bağların ötesinde, bireylerin kimlik oluşum sürecini ve yaşam doyumunu belirleyen işlevsel bir sistem olarak görülmektedir.

Ancak modern toplumlarda değişen yaşam koşulları, hızlı kentleşme, ekonomik zorluklar ve toplumsal dönüşümler, aile içi rollerin yeniden tanımlanmasına neden olmakta; bu süreç ise aile üyeleri arasında iletişim sorunları, bağlanma zorlukları ve alt sistemler arası çatışmaları beraberinde getirmektedir (Minuchin, 1974; Olson, 2011). Son yıllarda aile danışmanlığına yönelik araştırmalar, danışma sürecinin yalnızca bireylerin semptomlarını azaltmayı değil, aynı zamanda ilişkisel bağları güçlendirmeyi hedeflediğini ortaya koymaktadır (Walsh, 2016). Dolayısıyla aile danışmanlığı, bireysel düzeyin ötesinde sistemin bütünlüğünü ve uyumunu gözetten bir müdahale alanı olarak giderek daha fazla önem kazanmaktadır.

Türkiye bağlamında aile, kültürel değerlerin korunması ve aktarılmasında merkezi bir role sahiptir. Geleneksel yapının modern yaşamla etkileşimi, aile içi iletişim örüntülerinde çelişkiler ve uyum zorlukları doğurabilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2007). Bu bağlamda aile danışmanlığı uygulamaları, yalnızca psikolojik işlevsizlikleri gidermeyi değil, aynı zamanda aile sistemini kültürel bağlam içinde yeniden yapılandırmayı da hedeflemektedir (Nazlı, 2025). Dolayısıyla aile danışmanlığı, yalnızca bireylerin yaşadığı sorunları anlamakla kalmaz; aynı zamanda aileyi bir sistem olarak ele alarak kültürel, toplumsal ve kuşaklar arası dinamikleri de dikkate alır. Bu noktada farklı kuramsal yaklaşımlar, aileyi anlama ve müdahale etme süreçlerinde yol gösterici çerçeveler sunmaktadır. Örneğin Yapısal Aile Terapisi (Minuchin, 1974), aileyi sınırlar, alt sistemler ve

hiyerarşik düzen üzerinden tanımlar. Bu modele göre ebeveyn-alt sistem, kardeş-alt sistem ve bireysel sınırların dengeli bir şekilde işlemesi, aile içi uyum için kritik öneme sahiptir. Sınırların bulanıklaştığı ya da katılaştığı durumlarda iletişim sorunları ve işlevsel bozulmalar ortaya çıkmakta; danışmanlık süreci de bu sınırların yeniden düzenlenmesine odaklanmaktadır.

Benzer şekilde Bowen'ın Aile Sistemleri Kuramı (Bowen, 1978), aile üyelerinin duygusal bağlarının kuşaklar arası aktarımına dikkat çeker. Bu yaklaşımda bireylerin farklılaşma düzeyi, yani kendi benliğini koruyarak aileyle sağlıklı bağlar kurabilme kapasitesi, ruhsal işlevselliğin temel göstergesi olarak kabul edilmektedir. Kuşaklar arası çatışmalar, aşırı bağımlılık ya da duygusal kopma durumları bu modelin açıklayıcı çerçevesini oluşturur.

Daha kısa süreli ve çözüm odaklı yaklaşımlarda ise vurgu problemin kökeninden ziyade, mevcut kaynakların ve güçlü yönlerin harekete geçirilmesidir. Çözüm Odaklı Kısa Süreli Danışmanlık (de Shazer, 1985), ailelerin sahip oldukları işlevsel örüntüleri görünür kılarak küçük ama etkili değişimlere alan açar. Bu yaklaşım, özellikle hızlı sonuç bekleyen danışan gruplarında ve pratik müdahale gerektiren durumlarda öne çıkmaktadır.

Bunların yanı sıra, Narratif Yaklaşım (White ve Epston, 1990) da aile danışmanlığında önemli bir perspektif sunmaktadır. Bu modelde aile üyelerinin yaşam öyküleri, toplumsal ve kültürel söylemlerden bağımsız düşünülmez; danışma süreci, aile bireylerinin sorun odaklı anlatılar yerine alternatif, daha işlevsel ve güçlendirici öyküler inşa etmesine yardımcı olur.

Kısacası, aile danışmanlığı tek bir kuramsal zemine dayanmaz; yapısal, sistemsel, çözüm odaklı ve anlatı temelli modeller gibi farklı yaklaşımların sunduğu bakış açıları, danışma sürecinde ailelerin ihtiyaçlarına göre esnek biçimde kullanılabilir (Boyacı, 2020). Aile danışmanlığının temel amacı, yalnızca bireysel semptomları azaltmak değil, aynı zamanda aile sisteminin işlevselliğini artırmak ve üyeler arası ilişkilerin kalitesini güçlendirmektir (Gladding, 2012). Bu bağlamda aile danışmanlığı, önleyici ve iyileştirici bir işlev üstlenir (Nazlı, 2021). Önleyici boyutta danışmanlık, aile üyelerinin yaşam olaylarıyla daha sağlıklı başa

çıkılmalarını, iletişim becerilerini geliştirmelerini ve psikolojik dayanıklılık kazanmalarını destekler (Nazlı, 2020). İyileştirici boyutta ise aile içinde ortaya çıkan çatışmaların, rol belirsizliklerinin, iletişim kopukluklarının ve duygusal kırılganların onarılması hedeflenir (Gladding, 2012).

Aile danışmanlığının işlevlerinden ilki, iletişim becerilerini geliştirmektir (Satir, 2017). Sağlıklı bir aile sisteminde bireyler duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını açık bir biçimde ifade edebilir (Murdock, 2021). Ancak işlevsiz aile örüntülerinde iletişim çoğunlukla dolaylı, kapalı ya da çatışmacı bir şekilde gerçekleşir (Satir, 2017). Danışma süreci, “ben dili”, aktif dinleme ve empati gibi tekniklerle aile üyelerinin birbirlerini daha iyi anlamalarına aracılık eder (Murdock, 2021). Bu durum, hem çatışmaların yapıcı bir şekilde ele alınmasını hem de duygusal bağların güçlenmesini sağlar.

İkinci olarak aile danışmanlığı, rollerin ve sınırların yeniden düzenlenmesine katkıda bulunur (Nazlı, 2020). Geleneksel ya da modern aile yapılarında zaman zaman rollerin belirsizleşmesi ya da aşırı katılaşması, aile üyelerinin işlevselliğini zayıflatır (Murdock, 2021). Örneğin çocukların ebeveyn rolünü üstlenmesi ya da eşler arasındaki sınırların ihlal edilmesi, aile sisteminde ciddi dengesizliklere yol açar. Danışmanlık sürecinde bu rollerin yeniden tanımlanması, sınırların sağlıklı biçimde çizilmesi ve hiyerarşinin işlevsel hale getirilmesi hedeflenir (Gladding, 2012).

Bir diğer işlev, aile üyelerinin psikolojik sağlamlığını artırmaktır. Yaşam döngüsü içinde aileler ekonomik kriz, göç, hastalık, kayıp ve afet gibi çeşitli stresörlerle karşılaşır (Carter ve McGoldrick, 2005). Bu noktada danışma süreci, aile üyelerinin dayanıklılıklarını artırarak stres karşısında iş birliği içinde çözüm geliştirmelerine yardımcı olur. Araştırmalar, aile dayanıklılığının bireylerin ruh sağlığını koruyucu bir faktör olduğunu ve travmatik deneyimlerin etkisini azalttığını göstermektedir (Walsh, 2016).

Aile danışmanlığının bir diğer önemli işlevi de nesiller arası değer aktarımını sağlıklı bir zeminde yürütmektir (Nazlı, 2020). Aile, kültürel normların, değerlerin ve yaşam biçimlerinin en temel aktarıcısıdır. Ancak bu aktarım süreci,

kuşaklar arası çatışmalara da zemin hazırlayabilir. Danışma süreci, bir yandan ebeveynlerin değerlerini aktarabilmesine olanak tanırken, diğer yandan çocukların bireyselleşme ve özerklik ihtiyaçlarını destekleyerek kuşaklar arası denge kurulmasına yardımcı olur.

Son olarak aile danışmanlığı, aile sistemini bütüncül bir bakış açısıyla ele alır (Nazlı, 2020). Bu yaklaşımda sorun, yalnızca bir bireye atfedilmez; aksine tüm aile üyelerinin ilişkisel dinamikleri içinde anlam kazanır. Böylece danışma süreci, bireyleri suçlamaktan ziyade işlevsel olmayan örüntüleri dönüştürmeyi hedefler. Bu yönüyle aile danışmanlığı, bireysel psikolojik danışmadan farklı olarak, sistemin tamamını kapsayan bir değişim ve gelişim alanı sunar. Aile danışmanlığının işlevleri, yalnızca bireysel semptomların azaltılmasını değil; iletişim becerilerinin geliştirilmesi, rollerin yeniden düzenlenmesi, psikolojik sağlamlığın güçlendirilmesi ve nesiller arası değer aktarımında denge sağlanmasını da kapsamaktadır (Gladding, 2012). Ancak bu işlevlerin danışma sürecinde etkili bir biçimde hayata geçirilebilmesi için, sürecin planlı ve yapılandırılmış bir çerçevede yürütülmesi gerekmektedir (Nazlı, 2020).

Bu noktada, Aile Danışması Süreç Yönetimi Modeli (kısaca Aile-DSYM) aile danışmanlığına sistematik bir yaklaşım getirmektedir. Aile-DSYM, danışma sürecini planlı, yapılandırılmış ve aşamalı biçimde ele alarak danışanların ihtiyaçlarına göre süreci yönlendirmeyi hedefler (Nazlı, 2021). Model hem danışmanın müdahale sürecini şeffaflaştırmakta hem de danışanların sürece aktif katılımını kolaylaştırmaktadır. Özellikle karmaşık aile dinamiklerinde Aile-DSYM'nin sunduğu aşamalı yapı, psikolojik danışman/aile danışmanı için yol gösterici bir çerçeve sağlamaktadır.

Aile-DSYM'nin özgün katkısı, danışmanlık sürecini yalnızca bir “müdahale” olarak değil, aynı zamanda bir “yönetim” süreci olarak ele almasıdır (Nazlı, 2020). Bu yaklaşım, aile üyelerinin danışma sürecine katılımını artırmakta, hedeflerin netleşmesini sağlamakta ve süreç boyunca elde edilen kazanımların sürdürülebilirliğini güçlendirmektedir.

Bu çalışma, Aile-DSYM temelli kurgusal bir vaka analizi sunarak modelin uygulamadaki işleyişini görünür kılmayı amaçlamaktadır. Çalışmada danışan aile ile yürütülen dört oturumluk süreç ayrıntılı biçimde ele alınacak; danışma sürecinde karşılaşılan zorluklar, kullanılan teknikler ve elde edilen kazanımlar tartışılacaktır. Böylelikle bu makale, hem aile danışmanlığı uygulamalarına yönelik pratik bir örnek sunmakta hem de Aile-DSYM'nin aile danışmanlığı alanındaki kuramsal ve uygulamalı katkılarını ortaya koymayı hedeflemektedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışma, Aile Danışmanlığı Danışma Süreç Yönetimi Modeli (Aile-DSYM) temelinde kurgulanmış bir olgu sunumudur. Çalışmada kullanılan vaka, herhangi bir gerçek danışana dayanmamakta; modelin işleyişini görünür kılmak ve kuramsal çerçeveyi uygulama boyutunda örneklemek amacıyla oluşturulmuştur.

Araştırmanın yöntemi, nitel araştırma desenlerinden olgu sunumu (case study) yaklaşımına dayanmaktadır. Olgu sunumları, belirli bir olgunun ayrıntılı biçimde incelenmesine ve kuramsal temellerle ilişkilendirilmesine olanak tanıyan bir yöntemdir (Yin, 2018). Bu çalışmada olgu, dört oturumluk danışma süreci çerçevesinde ele alınmış ve Aile-DSYM'nin aşamaları doğrultusunda yapılandırılmıştır. Süreçte kullanılan müdahale teknikleri, danışma sırasında karşılaşılan güçlükler ve elde edilen kazanımlar kuramsal literatürle karşılaştırmalı biçimde tartışılmıştır.

Bu araştırma, Ankara Üniversitesi, rehberlik ve psikolojik danışma doktora programı, evlilik ve aile danışmanlığı dersi kapsamında, eğitim ve öğretim amaçlı yapılandırılmış kurgusal bir vaka analizi niteliği taşımaktadır. Verilerin elde edilmesinde herhangi bir saha uygulaması ya da danışan katılımı söz konusu değildir. Bunun yerine, kuramsal olarak tasarlanan danışma senaryosu Aile-DSYM'nin planlama, müdahale ve değerlendirme boyutlarına uyarlanmıştır. Böylece hem modelin aşamalı yapısının somutlaştırılması hem de aile danışmanlığı uygulamalarına yönelik örnek bir süreç geliştirilmesi amaçlanmıştır.

Vakanın Sunulması

Bu bölümde, kurgusal bir aile vakası sunulmaktadır. Vaka, aile üyelerinin temel özelliklerini, ilişkisel örüntülerini ve danışmaya başvuru sürecini tanımlar; aile danışmanlığı açısından klinik olarak ilgili özellikleri ve eğilimleri içerir.

Vaka Örneği

Çalışmada ele alınan aile; 45 yaşında ev hanımı anne, 48 yaşında mühendis baba, 19 yaşında üniversite öğrencisi büyük erkek çocuk ve 9 yaşında ilkokul çağındaki küçük erkek çocukta oluşmaktadır. Anne, son yıllarda yoğun kaygı, yalnızlık yaşamakta, sosyal çevresinin kısıtlı olması nedeniyle duygusal desteği çoğunlukla büyük oğlundan beklemektedir. Bu durum, ailede ebeveyn–çocuk rollerinin karışmasına yol açmakta ve anne–çocuk ilişkisinde sağlıklı bir bağımlılık dinamiği ortaya çıkarmaktadır. Baba, ailede çoğunlukla pasif bir konumda bulunmakta; otoriter bir figür olma arzusunun rağmen genellikle sessizlikle tepki vermektedir. Eş alt sisteminde yeterli iletişim ve duygusal paylaşım bulunmamakta, bu kopukluk annenin duygusal yükünü çocuklara aktarmasına zemin hazırlamaktadır. Büyük erkek çocuk, annesinin kendisine yüklediği duygusal sorumluluklardan bunalmaktadır. Üniversitede arkadaşlarıyla daha dışa dönük ve aktif bir kişilik sergilese de aile içinde geri planda kalmayı tercih etmektedir. Anneyle olan ilişkisi bu aşırı beklenti nedeniyle gerilmiş, babayla ilişkisi ise mesafe temelinde şekillenmiştir. Küçük erkek çocuk ise akademik başarıya zorlanması ve oyun ihtiyacının göz ardı edilmesiyle giderek içe kapanmaktadır. Ailede gözlenen temel problemler; iletişim kopukluğu, rollerin belirsizliği, sınır ihlalleri ve alt sistemlerde dengesizliktir. Anne–büyük oğul arasında duygusal açıdan aşırı geçirgen sınırlar bulunurken, eş alt sistemi kopuk ve işlevsizdir. Küçük çocuk ise aile bütünlüğünden uzaklaşma eğilimi göstermekte, baba duygusal erişilebilirliği düşük bir figür olarak kalmaktadır. Tüm bu tablo, aileyi bir bütün olarak işlevsel olmaktan uzaklaştırmaktadır.

Aile-DSYM Modeli Bağlamında Sistemsel Değerlendirme ve Vaka Yapılandırması

Aile danışmanlığı alanında son yıllarda, aileyi çok katmanlı bir sistem olarak ele alan yaklaşımların önemi giderek artmaktadır. Geleneksel birey merkezli bakış açıları, aile üyelerinin yaşadığı sorunları bütüncül bağlamdan kopararak ele alma riski taşıırken; sistem temelli yaklaşımlar, ilişkisel dinamikleri ve alt sistem etkileşimlerini merkeze almaktadır (Goldenberg ve Goldenberg, 2017; Minuchin, 1974).

Bu bağlamda Aile-DSYM yaklaşımı, aileyi yalnızca bireylerin toplamı olarak değil, dokuz boyuttan oluşan yapısal ve işlevsel bir sistem olarak kavramsallaştırmaktadır (Nazlı, 2020; Nazlı, 2025). Literatürde bu dokuz boyutun sistematik biçimde değerlendirilmesi, vaka formülasyonu ve müdahale planlamasında psikolojik danışmanlara bütüncül bir yol haritası sunduğu vurgulanmaktadır.

Çalışmada ele alınan aile; 45 yaşında ev hanımı anne, 48 yaşında mühendis baba, 19 yaşında üniversite öğrencisi büyük erkek çocuk ve 9 yaşında ilkököl çağındaki küçük erkek çocuktan oluşmaktadır. Ailede gözlenen temel problemler; iletişim kopukluğu, rollerin belirsizliği, sınır ihlalleri ve alt sistemlerdeki dengesizliktir. Anne, son yıllarda yoğun kaygı ve yalnızlık problemleri yaşamakta; duygusal desteği çoğunlukla büyük oğlundan beklemektedir. Bu durum, anne-çocuk ilişkisinde bağımlı bir dinamik ortaya çıkarmakta ve büyük oğulun bireyselleşme sürecini engellemektedir. Baba ise çoğunlukla pasif bir konumda bulunmakta, otoriter olma isteğine rağmen sessizlikle tepki vermektedir. Böylece eş alt sistemi işlevsizleşmiş, annenin duygusal yükü çocuklara aktarılmıştır. Büyük oğul, sosyal çevresinde daha dışa dönük bir kişilik sergilese de aile içinde geri planda kalmayı tercih etmektedir. Annesinin beklentilerinden bunalmış ve babasıyla ilişkisini mesafe üzerine kurmuştur. Küçük oğul ise akademik başarı baskısı ve oyun ihtiyacının göz ardı edilmesi ile içine kapanmaktadır. Anne ve babanın tutarsız tutumları ise bu davranışları pekiştirmektedir.

Çalışmada ele alınan ailede duygusal paylaşım eksikliği, rol karmaşası, sınır ihlalleri ve alt sistemler arası dengesizlik dikkat çekmektedir. Aile yaşam döngüsü açısından tablo, tek bir evreyle sınırlanamayacak ölçüde geçişseldir. Duvall'ın normatif aile yaşam döngüsü modeli, en büyük çocuğun yaşına göre evreleri tanımlamakta; bu ailede büyük oğul nedeniyle aile “ergen/genç yetişkin çocuğu olan aile” evresine denk gelmektedir (Nystul, 1993; akt. Nazlı, 2015). Ancak ailede aynı zamanda ilkokul çağında bir çocuk bulunması, tek bir evreye yerleştirmenin yetersiz kaldığını göstermektedir. Bu durum, Carter ve McGoldrick'in aile yaşam döngüsü modelinde vurgulanan “geçişsel ve üst üste binen evreler” yaklaşımıyla daha iyi açıklanabilir. Söz konusu modelde, farklı gelişimsel evrelerin aynı anda yaşanabilmesi ebeveyn sorumluluklarının yeniden dağıtılmasını, eş bağının tazelenmesini ve sınırların yeniden düzenlenmesini gerektirir. İncelenen ailede ise bu görevlerin aksadığı, duygusal mesafenin arttığı ve kuralların belirsizleştiği görülmektedir (Gladding, 2012).

Bowen'ın kuramı açısından temel sorun, düşük farklılaşma düzeyi ve buna eşlik eden kronik kaygının nükleer aile duygusal sistemi içinde tipik örüntülerle açığa çıkmasıdır. Bu örüntüler arasında eşler arası duygusal uzaklık, eşlerden birinde over/underfunctioning düzeni (annenin aşırı işlev yüklenmesi–babanın geri çekilmesi) ve çocukta bozulma/semptom gelişimi yer alır. İncelenen ailede baba çoğunlukla geri çekilerek düşük işlev sergilemekte, anne aşırı sorumluluk üstlenmekte ve karşılıklı bu düzen eşler arası uzaklığı sürdürmektedir. Bu karşılıklı düzen, eşler arasındaki duygusal uzaklığı pekiştirmekte ve ilişki dengesini üçgenler aracılığıyla sürdürmektedir. Bowen'ın vurguladığı üzere, ailedeki kronik kaygı genellikle üçgenler üzerinden düzenlenmektedir. Nitekim annenin kaygısını büyük oğul ile kurduğu aşırı yakınlık üzerinden taşıması, “aile projeksiyon süreci” ile uyumludur. Ancak üniversiteye başlayan büyük oğul üçgenden çekilmeye yöneldikçe, anne–baba arasındaki uzaklık bu kez küçük çocuğun akademik sorunları üzerinden yeniden organize edilmektedir.

Bu durum, Bowen'ın klasik üçgenlenme modeline denk düşmektedir: depresif ya da kaygılı anne, geri çekilen ya da işkolik baba ve semptom geliştiren çocuk. Burada küçük çocuğun akademik başarısızlıkları, ebeveynler arasındaki duygusal uzaklığı dengeleyen yeni üçgenin merkezine yerleşmiş görünmektedir. Dolayısıyla semptom, yalnızca bireysel bir problem değil, aile sisteminin kronik kaygıyı yönetme biçiminin işlevsel bir çıktısı olarak anlaşılmaktadır.

Böylece yaşam döngüsü görevlerinin yerine getirilememesi, eş ilişkisindeki duygusal uzaklık ve rol/sınır belirsizlikleri hem büyük oğlun bireyselleşmesini hem de küçük çocuğun gelişimsel gereksinimlerinin karşılanmasını engellemektedir. Yaşam döngüsü görevlerindeki aksamalar, eşler arasındaki duygusal uzaklık ve alt sistemlerdeki rol belirsizlikleri, aile sisteminde öne çıkan temel örüntüleri ortaya koymaktadır.

Bu örüntülerin aile dinamikleri üzerindeki etkisini daha bütünlüklü biçimde tartışabilmek için, değerlendirme bundan sonraki bölümde Aile-DSYM'nin dokuz boyutu üzerinden sürdürülecektir (Tablo-1). Tablo-1 ile ilgili betimsel bilgiler için Nazlı (2025) bakınız.

Tablo-1: Aile-DSYM'de 9 Boyutuna Göre Aile Sisteminin Değerlendirilmesi

9 Boyut	Derecelendirmeli Puan (1 en az ve 10 en fazla)
1.Bireysellik-bütünlük: Bu boyut, aile üyelerinin bireysel kimliklerini koruma, kişisel gelişimlerini sürdürme ve aynı zamanda aile bütünlüğüne katkı sunma düzeylerini kapsamaktadır. Bireysellik açısından değerlendirildiğinde; anne, yaşadığı yoğun kaygı ve yalnızlık nedeniyle kendi bireysel varlığını destekleyecek alanları sınırlı biçimde kullanabilmektedir. Yaşadıkları ilçede belediyenin açtığı kurs hizmetinden yararlanarak dikiş kursuna devam etmektedir. Baba, iş yerinde sahip olduğu pozisyonu sürdürebilmek amacıyla bir yazılım kursuna katılmaktadır. Büyük çocuk ise	*Her bir aile üyesinin bireysellik düzeyi: 3 puan *Aile gestaltinin bütünlük düzeyi: 3 puan

kişisel ve akademik gelişimini desteklemek üzere dil kursuna devam etmektedir. Bütünlük boyutuna bakıldığında, aile üyeleri arasındaki bağlılık, karşılıklı sorumluluk ve birbirinin refahını gözetme düzeyinin düşük olduğu gözlemlenmektedir. Anne, duygusal ihtiyaçlarını çoğunlukla çocukları üzerinden gidermeye yönelmektedir; baba ise daha pasif bir konumda kaldığı için ortak refaha katkısı sınırlı kalmaktadır. Büyük çocuk, aile içerisinde birtakım sorumlulukları üstlense de bu süreç çoğunlukla zorunluluk temelinde gerçekleşmekte, gönüllülük boyutu zayıf kalmaktadır. Sonuç olarak aile, dışarıdan bir birliktelik görünümü verse de, üyelerin birbirlerinin iyiliği için gönüllü ve dengeli bir biçimde sorumluluk üstlenmemeleri nedeniyle hem bireysellik hem de bütünlük boyutunda sınırlı işlevsellik sergilemektedir.

2.Denge/Homeostazi: İncelenen ailede duygusal denge kırılmıştır. Annenin ev hanımı rolüne sıkışması, bireysel gelişim ve sosyal destek kaynaklarına erişimini sınırlandırmakta; bu durum yalnızlık hislerini beslemektedir. Babanın mesleki yaşamında mevcut konumunu korumakla yetinmesi ve terfi ya da ilerleme arayışına girmemesi, ailede “gelişimsel durağanlık” algısı oluşturmaktadır. Eş alt sisteminde duygusal paylaşımın sınırlı kalması, stresi dengeleyecek işlevsel bir ilişkiyi engellemekte ve yükün diğer alt sistemlere aktarılmasına yol açmaktadır. Ayrıca geniş aile ve sosyal çevre ile kurulan ilişkilerin sınırlı olması, aileyi dışsal destek kaynaklarından yoksun bırakmakta ve krizlere karşı kırılganlığı artırmaktadır. Tüm bu etkenler, ailede homeostaziyi bozmakta ve sistemin dengeyi yeniden kurma kapasitesini sınırlandırmaktadır.

*Ailenin dengesi: 2 puan

3.Etkileşim-iletişim: Aile üyeleri arasında iletişim yüzeyseldir ve işlevsel değildir. Anne çoğunlukla talepkâr ve yönlendirici bir tarz kullanırken, baba sessizlikle

*Aile içi etkileşim: 3 puan

*Her bir aile üyesinin kendisini ifade etme düzeyi: 2 puan

karşılık vermekte ve eşler arası iletişim gelişmemektedir. Büyük çocuk iletişimden kaçınarak aileden uzaklaşmaktadır. Küçük çocuk ise içine kapanarak sessizleşmektedir. Bu nedenle aile üyeleri duygu ve düşüncelerini ifade edememektedirler.

4.Kurallar: Aile kuralları hem katı hem de çelişkilidir. Ev içi düzenin kuralları anne tarafından konulmakta, dış dünyaya ilişkin kararları ise baba üstlenmektedir. Bu çift yönlü yapı birlikte işlemediği için çocuklarda kafa karışıklığı yaratmaktadır. Kurallar, içselleştirilmiş ilkelere göre ebeveyn otoritesine dayanmaktadır.

*Aile sisteminin düzenleyen kuralların net açık oluşu: 2 puan

5.Alt sistemler ve sınırlar: Eş alt sistemi kopuktur; anne ile baba arasında duygusal yakınlık ve ortak işlevsellik gözlenmemektedir. Ebeveyn alt sistemi tutarsızdır; çocukların ihtiyaçlarının karşılanması konusunda iş birliği zayıftır. Kardeş alt sistemi ise büyük çocuğun uzak duruşu nedeniyle oldukça zayıftır.

*Eş alt sisteminin uyumu ve doyumu: 2 puan
*Ebeveyn alt sisteminin uyumu: 3 puan
*Kardeş alt sisteminin uyumu: 2 puan

6.Aile işlevi:

Bu boyut, aile üyelerinin üstlendikleri sorumlulukların açıklığı ve temel aile işlevlerinin yerine getirilme düzeyini kapsamaktadır. Vakada rollerin belirgin olmadığı, bazı işlevlerin yerine getirilirken diğerlerinin sınırlı düzeyde kaldığı görülmektedir. Baba, evin ekonomik sorumluluğunu karşılamakta; ancak duygusal katılımının sınırlı olması aile işlevlerinde dengenin kurulmasını zorlaştırmaktadır.

Aile işlevleri açısından değerlendirildiğinde; duygusal destek yetersiz, disiplin uygulamaları tutarsız, görev paylaşımı dengesiz ve problem çözme becerileri sınırlıdır. Sonuç olarak aile, temel yaşam ihtiyaçlarını (örneğin beslenme, barınma) karşılayabilmektedir; ancak ait olma duygusu, duygusal destek, işbirliğine dayalı

*Ailenin genel işlevsellik düzeyi: 3 puan

görev paylaşımı ve etkili problem çözme gibi işlevler yeterince gerçekleştirilememektedir.

7.Kök aile ve diğer katmanlar:

Eşlerin kök aileleri ile iletişimleri sınırlıdır. Anne zaman zaman kendi ebeveynlerinden destek alsa da bu destek süreklilik göstermemektedir. Baba ise ailesiyle daha mesafeli bir ilişki sürdürmektedir. Bu durum çekirdek ailenin bağımsızlığını güçlendirse de sosyal destek kaynaklarının yetersiz kalmasına yol açmaktadır. Benzer biçimde aile, komşular ve yakın çevreyle de sınırlı düzeyde temas halindedir.

Aile, İstanbul-Esenlerde yaşamaktadır. Baba, Mecidiyeköy’de bir özel şirkette çalışmaktadır. Büyük çocuk ise bir devlet üniversitesinde mimarlık fakültesinde öğrenim görmektedir.

Ailenin içinde bulunduğu kültürel bağlam, sorunların dışarıya yansıtılmaması ve “ailenin kendi içinde çözülmesi” gerektiği anlayışını pekiştirmektedir. Bu yaklaşım, hem kök aile hem de sosyal çevre desteğinin sınırlandırılmasına neden olmakta; aile üyelerinin bireysel ihtiyaçlarını açıkça ifade etmelerini güçleştirmektedir. Sonuç olarak kültürel dinamikler, sistemin kapalı yapısını koruyarak bireysel gelişim ve iletişim süreçlerini sınırlamaktadır.

Ailenin devlet ile etkileşimi büyük ölçüde zorunlu kurumlar üzerinden gerçekleşmektedir. Baba mühendislik mesleği aracılığıyla çalışma yaşamında, küçük çocuk ilkökul düzeyinde eğitim sistemiyle, büyük çocuk ise üniversite süreci ve kariyer planları bağlamında sınav sistemleriyle devlet kurumlarıyla ilişki içindedir.

Küresel düzeydeki pandemi, ekonomik dalgalanmalar, çevresel krizler ve bölgesel çatışmalar ise aile farkında olmasa da kaygı düzeylerini dolaylı olarak artırmakta, böylece aile içi uyum ve baş etme süreçlerini zorlaştırmaktadır.

*Kök aile ile etkileşimi: **2 puan**

*Arkadaş/sosyal etkileşimi: **3 puan**

*Yerel sistem ile etkileşimi: **5 puan**

*Devlet ile etkileşimi: **4 puan**

*Dünya ile etkileşimi: **4 puan**

*Evren ile etkileşim: **--**

8.Aile yaşam döngüsü:

Duvall'ın aile yaşam döngüsü modeline göre bu aile, “ergenlik çağında çocukları olan aileler” evresindedir. Benzer biçimde, Carter ve McGoldrick'in yaşam döngüsü perspektifinde de aile, “ergen çocuklu aileler” evresinin özelliklerini taşımaktadır. Bu evrede temel gelişimsel görev, ergenin özerkleşmesini desteklemek, sınırları yeniden tanımlamak ve ebeveyn–ergen ilişkisinde denge kurmaktır. Ebeveynler orta yetişkinlik döneminde ve bu evreye özgü görevler olan eş ilişkisinin sürdürülmesi, üretkenlik ve ebeveynlik rollerinde tutarlılık sağlama sorumlulukları bulunmaktadır. Ancak eş alt sisteminde duygusal paylaşımın sınırlı olması, stresi karşılamada yeterli işlevselliğin gelişmesini engellemektedir. Hem anne hem baba, farklı nedenlerle duygusal erişilebilirlikte sınırlılıklar yaşamakta; bu da çocukların gelişimsel ihtiyaçlarının dengeli biçimde karşılanmasını güçleştirmektedir. Bu durum, aile sisteminde kırılganlığa yol açmakta ve dengeyi bozan temel faktörlerden biri haline gelmektedir.

*Ailenin yaşam döngüsüne uyum düzeyi: 3 **puan**

9.Fizyolojik ve psikolojik problemler: Aile üyeleri arasında doğrudan bağımlılık ilişkisi ya da kronik fizyolojik bir hastalık bulunmamaktadır. Aile genelinde psikolojik sorunlarla etkili baş etme becerileri geliştirilememiştir. Küçük çocukta öğrenme güçlüğü olabileceğinden şüphelenilse de bu şüphelerin doğru olmadığı görülmüştür.

* Psikolojik sorunlar ile baş etme düzeyi: 4 **puan**

Vaka Formülasyonu

- **Ailenin yapısı:** Aile; 45 yaşında ev hanımı anne, 48 yaşında mühendis baba, 19 yaşında üniversite öğrencisi büyük erkek çocuk ve 9 yaşında

ilkokul çağında küçük erkek çocuktan oluşan dört kişilik bir çekirdek ailedir.

- **Sosyo-demografik özellikleri:** Baba 48 yaşında, mühendis, düzenli bir iş yaşamına sahip olmakla birlikte ev içi sorumluluklardan geri çekilmektedir. Anne 45 yaşında, ev hanımıdır; son yıllarda kaygı ve yalnızlık problemleri yaşamaktadır. Büyük oğul 19 yaşında, üniversite öğrencisi; sosyal yaşamda aktif ancak aile içinde mesafeli ve yüklenmiş rollerden dolayı geri çekilmiştir. Küçük oğul 9 yaşında, ilkokul öğrencisi; içine kapanıktır. Ailenin ekonomik düzeyi orta, yaşam biçimi ise yarı-geleneksel özellikler taşımaktadır.
- **Ailenin 9 boyutu:** Aile sisteminin dokuz boyutu değerlendirildiğinde özellikle alt sistemler/sınırlar, etkileşim–iletişim, kurallar, hiyerarşi, bireysellik–bütünlük ve aile yaşam döngüsü boyutlarının zayıf olduğu görülmektedir. Ailenin fonksiyonelliği ve sosyal destek düzeyi de sınırlı bulunmuştur (Bkz. Tablo-1).
- **Ailenin mevcut sorunu/semptomu:** Aile içi iletişim ve etkileşim sorunları, anne–büyük çocuk arasında aşırı bağımlı bir ilişki, baba figürünün duygusal geri çekilmesi temel sorunlar olarak gözlenmektedir.
- **Ailenin koruyucu ve risk faktörleri:** Ailenin koruyucu faktörleri; anne ve babanın aile birlikteliğine önem vermesi, ailenin ekonomik açıdan belirli bir istikrara sahip olması (babanın mesleği), büyük oğlun üniversite eğitiminin devam etmesi ve küçük çocuğun akademik hayata devam ediyor olmasıdır. Risk faktörleri ise annenin psikolojik problemleri (kaygı, yalnızlık) babanın pasif ve duygusal olarak erişilemez olması, büyük oğlun aşırı duygusal sorumluluk yüklenmesi ile ebeveynlikte tutarsız tutumlar ve sınır ihlalleridir.
- **Öncelikle yapılandırılması önerilen boyutlar:** Ailede öncelikle eş alt sisteminin güçlendirilmesi, ebeveyn alt sistemindeki tutarsızlıkların giderilmesi, aile kurallarının net ve tutarlı hâle getirilmesi ve iletişim/etkileşim boyutunun işlevsel hâle getirilmesi önerilmektedir.

- **Ailenin öngörülen değişim potansiyeli:** Aile üyelerinin farkındalık geliştirme ve danışma sürecine katılma motivasyonu dikkate alındığında, iletişim becerilerinde gelişim sağlanabileceği, rollerin yeniden dengelenebileceği ve küçük çocuğun davranışsal sorunlarının azalabileceği öngörülmektedir.
- **Danışma süreci sonunda hedeflenen birincil ve ikincil değişim kriterleri:**
 - Eş ve ebeveyn alt sisteminin güçlendirilmesi
 - Ailede etkili iletişim ile duygusal atmosferin yeniden yapılandırılması
 - Ailede kuralların tutarlı ve içselleştirilebilir hâle getirilmesi
 - Büyük oğlun bireyselleşme sürecinin desteklenmesi
 - Küçük oğlun içine kapanma davranışlarının sağlıklı ifade biçimlerine dönüştürülmesi
- **Ailenin danışma sürecinden beklentileri ve motivasyonu:** Aile üyelerinin birbirleriyle sağlıklı iletişim kurmak, duygusal yükleri paylaşmak ve rollerin dengeli biçimde yeniden düzenlenmesi yönünde beklentileri bulunmaktadır. Anne özellikle duygusal destek arayışı içindedir; baba pasif olmakla birlikte danışma sürecine dâhil edilmesi durumunda katkı sağlayabilecek potansiyele sahiptir. Büyük oğul sorumluluk yükünün hafiflemesini, küçük oğul ise daha anlaşılır ve destekleyici bir ebeveyn tutumu görmeyi beklemektedir. Genel olarak ailenin danışma sürecine katılım motivasyonu orta düzeyde güçlüdür.
- **Danışma sürecinin temel hipotezi:** Bu ailede danışma sürecinin temel hipotezleri şunlardır:
 1. Etkili iletişim ve problem çözme becerilerinin geliştirilmesiyle ailedeki duygusal atmosferin daha işlevsel ve destekleyici bir yapıya dönüşmesi sağlanacaktır.
 2. Aile kuralları yeniden yapılandırılarak, rollerin netleşmesi ve alt sistemlerin daha uyumlu ve işlevsel hâle gelmesi desteklenecektir.

3. Çocukların bireyselleşme süreci desteklenerek, ebeveyn–çocuk sınırlarının sağlıklı hâle gelmesi sağlanacaktır.

Aile-DSYM, aile yaşam döngüsünün farklı evrelerinde ortaya çıkabilecek güçlükleri önlemeye ve mevcut sorunları ele almaya yönelik yapılandırılmış bir danışmanlık çerçevesi sunmaktadır. Model birincil önleme düzeyinde, aile üyelerinin sağlıklı işleyişini desteklemek ve olası krizlere karşı koruyucu bir zemin oluşturmayı amaçlarken; ikincil önleme düzeyinde, ailede belirmeye başlayan sorunların erken evrede ele alınmasına odaklanır (Nazlı, 2020). İncelenen vakada gözlenen iletişim kopuklukları, anne–çocuk ilişkisindeki aşırı bağımlılık, babanın geri çekilen tutumu dikkate alındığında, müdahalenin ikincil önleme düzeyinde yapılandırılmasının uygun olacağı değerlendirilmektedir. Çünkü aile, sorunların etkisini tüm üyeler üzerinde hissetmeye başlamış, ancak henüz çözümsüz ve kronik bir döngüye girmemiştir. Bu çerçevede danışma sürecinin bir ön görüşme ile başlatılması, ardından belirlenen temalar etrafında dört oturum yürütülmesi ve sürecin sonunda izleme oturumuyla değişimlerin pekiştirilmesi planlanmaktadır (Nazlı, 2025). Böylelikle hem aile sisteminde işlevselliği zayıflatan dinamiklerin ele alınması hem de kazanımların sürdürülebilirliğinin sağlanması amaçlanmaktadır (Tablo-2).

Tablo 2: B. Ailesi İçin Müdahale Planı

Aile Profili - Ailenin yapısı: Çekirdek aile - Sosyo-demografik özellikleri: • Aile alt orta ekonomik düzeyde, megakent-metropol ikamet etmektedir. • Yarı geleneksel aile yapısındadır. - Ailenin sorunu/semptomu: • İletişim kopukluğu, rollerin belirsizliği, sınır ihlalleri. • Anne–büyük oğul arasında aşırı geçişli sınırlar; baba–çocuklar arasında duygusal mesafe.

- Ebeveyn tepkileri tutarsız.

- Ailenin koruyucu ve risk faktörleri:

- Aile bütünlüğünü önemseyen değerler ve birlikte kalma motivasyonu.
- Babanın düzenli işi/geliri.
- Büyük oğlun üniversiteye devamı ve arkadaş çevresi
- Annenin yardım arama ve danışma sürecine katılma isteği.
- Sosyal destek kanalları: annenin komşularıyla, büyük oğlun yakın arkadaşlarıyla, babanın abisiyle kurduğu temaslar (sınırlı ama potansiyel taşıyor).
- Annenin kaygı sorunları ve duygusal ihtiyaçlarını büyük oğula yöneltmesi.
- Eş alt sisteminde duygusal uzaklık; babanın pasif/erişilmez tutumu.
- Tutarsız ebeveynlik, belirsiz kurallar ve hiyerarşi.
- Küçük oğlun oyun ihtiyacının karşılanmaması ve akademik baskı.
- Kardeş alt sisteminin zayıflığı (büyük oğlun geri çekilmesi).

- Danışma hedefi:

- Eş alt sistemini güçlendirmek, ebeveyn işbirliğini ve tutarlılığını artırmak.
- İletişim/duygu paylaşımını işlevselleştirmek, kurallar ve sınırları netleştirmek.
- Anne-büyük oğul sınırlarını yeniden yapılandırmak ve büyük oğlun bireyselleşmesini desteklemek.
- Küçük oğulda akademik başarısızlık ön plandadır. Bu başarısızlık, duygu düzenleme ve davranış yönetimindeki güçlüklerle (içe kapanık davranışlar) bağlantılıdır. İçedönüklüğü ve zaman zaman gözlenen problem davranışları da bu güçlüklerin yansıması olarak değerlendirilmektedir. Küçük çocuk için müdahale, duygu düzenleme ve davranış yönetimi becerilerini güçlendirmeye, akademik başarısını küçük adımlarla desteklemeye odaklanacaktır. Bu süreçte ebeveynlere tutarlı ebeveynlik ve kaygı yönetimi konusunda rehberlik edilerek aile içi işlevselliğin artırılması hedeflenmektedir.

Oturum	Oturumun Amacı ve Planı
Ön görüşme (30-60 dk)	✓ Danışma sürecine başlanmadan önce aile ile ön görüşme yapılacaktır. Görüşmede, danışmanın rolü, sürecin

	aşamaları ve aile danışmanlığından beklentilerin nasıl ele alınacağı konusunda ayrıntılı bilgi verilecektir. ✓ İlk temasın güven ilişkisi açısından kritik olduğu dikkate alınarak, aile ile şeffaf, içten ve destekleyici bir iletişim kurulmasına özen gösterilecektir. Danışma hizmetine başvurma kararının olumlu bir adım olduğu vurgulanarak bu motivasyon pekiştirilecektir. ✓ Görüşme sırasında aileden sözlü ve yazılı onam alınacaktır. ✓ Yarı yapılandırılmış Aile-DSYM Görüşme Formu (Nazlı, 2025) kullanılarak aile sistemine ilişkin ilk veriler toplanmaya başlanması planlanmaktadır. ✓ Ön görüşme sürecinin sonunda, görüşmenin kısa bir özeti yapılarak sonraki oturum için tarih belirlenecektir.
1. Oturum (90 dk)	✓ Bu oturum eşlerin birlikte katılımıyla gerçekleştirilecektir. ✓ Sürecin yapılandırılmasına devam edilecektir. ✓ Yarı Yapılandırılmış Aile-DSYM Görüşme Formu (Nazlı, 2025) uygulanarak aile için dokuz boyutlu değerlendirme sistemine ilişkin veriler toplanacaktır. ✓ Eş alt sistemini güçlendirmek amacıyla eşlerden, ev ortamında birlikte vakit geçirmelerini sağlayacak bir etkinlik seçmeleri istenecektir. ✓ Elde edilen veriler doğrultusunda hipotezler hazırlanarak müdahale planının tasarımı başlanacaktır. İlk bulgular doğrultusunda, ailenin danışma sürecinde öncelikli olarak: ➤ Alt sistemler arasındaki sınırların ve aile kurallarının yeniden düzenlenmesi, ➤ İletişim ve problem çözme becerilerinin desteklenmesi, ➤ Büyük çocuğun bireyselleşme sürecine yönelik ebeveyn desteğinin artırılması,

	➤ Küçük çocuğun duygularının daha sağlıklı ifade yollarına yönlendirilmesi planlanmaktadır ✓ Ebeveynlik rollerinde tutarlılığın güçlendirilmesi hedef alanları olarak belirlenmesi planlanmaktadır. ✓ Özet yapılarak ilk oturum sonlandırılacaktır. ✓ İkinci oturum için randevu planlanmıştır. Bu oturuma ebeveynler ve büyük oğul katılacaktır.
2. Oturum (90 dk)	✓ Bir önceki oturumda verilen ödevin değerlendirmesi yapılacaktır. ✓ Bu oturum anne, baba ve büyük oğlun katılımıyla gerçekleştirilecektir. ✓ Yeni katılan büyük oğula önceki oturumların özeti sunulmuş, ailedeki sorunları nasıl değerlendirdiği ve bu konudaki duygu-düşünceleri alınacaktır. ✓ Büyük oğlun aile sistemi içindeki rol ve sorumluluklarına dair değerlendirmeler yapılacaktır. ✓ Büyük oğlun bireyselleşme süreci ve geleceğe ilişkin eğitim/kariyer planlarını ifade etmesi istenecektir. ✓ Bu kariyer planlarının aile sistemi üzerindeki olası etkileri hakkında aile üyelerine döngüsel sorular yöneltilecektir. ✓ Aile üyelerinin oturum sürecini ve kendi katkılarını değerlendirmeleri sağlanacaktır. ✓ Bu hafta için ödev planlanacaktır: Her aile üyesinden, bir hafta boyunca diğer aile üyelerinden birinin “rolünü” gözlemlemesi ve kısa notlar alması istenmiştir. Örneğin baba küçük çocuğun oyun ihtiyacını, anne babanın iş yükünü, büyük çocuk ise annenin duygusal sorumluluklarını gözlemler. Bir sonraki oturumda her üyenin gözlemlerini paylaşması beklenmektedir. ✓ Amaç: rollerin fark edilmesi ve aile bütününde görünür kılınmasıdır. ✓ Oturum özetlenecektir.

	✓ Bir sonraki oturuma tüm aile üyelerinin katılacağı açıklanacaktır.
3. Oturum (90 dk)	✓ Bir önceki oturumda verilen ödevin değerlendirmesi yapılacaktır. ✓ Oturuma dahil edilen küçük çocuğa onun anlayabileceği sadelikte ilk iki oturumun özeti aktarılmış ve aile sistemi hakkındaki algıları ile kendi yaşantısına dair duygu ve düşüncelerini paylaşması sağlanacaktır. ✓ Aile üyelerinin “Rol Değişimi Gözlemi” ödevi kapsamında birbirlerinin sorumluluklarını ve rollerini nasıl fark ettikleri, bu süreçte hangi noktalarda zorlandıkları ve beklentilerinin neler olduğu paylaşılacaktır. ✓ Aile üyelerine temel duygular hakkında kısa bir bilgilendirme yapılmış; döngüsel sorular aracılığıyla özellikle anne-baba ve kardeş alt sistemlerindeki duygusal atmosfer açığa çıkarılacaktır. ✓ Aile üyelerine “rol paylaşımı, sorumluluk dengesi ve empatik dinleme, ben ve biz dili” konularında kısa bilgilendirme sunulmuş, ardından eşler arası rol dağılımına ilişkin dönüşlü sorular sorulacaktır. ✓ Aile üyeleri ile günlük yaşamda uygulanabilecek birkaç basit ve herkesin uymayı kabul ettiği yeni kural (ör. akşam yemeğinde telefon kullanılmaması, haftada bir ortak etkinlik yapılması) planlaması yapılacaktır. ✓ Aile üyelerinden, oturum sürecinde hem kendi rollerini hem de aile sisteminin işleyişini değerlendirmeleri istenecektir. ✓ Oturum sonunda aile üyelerine, birlikte üstlenebilecekleri küçük bir görev/etkinlik planlamaları (örneğin yemek hazırlama, kısa bir yürüyüş ya da ortak bir oyun) ödevi verilmesi planlanmaktadır. ✓ Oturum özetlenmiş ve sonlandırma oturumuna tüm aile üyelerinin katılımı talep edilecektir.

4. Oturum (90 dk)	✓ Bir önceki oturumda verilen ödevin değerlendirilmesi yapılacaktır. ✓ Alt sistemlerde (eş, ebeveyn-çocuk, kardeş) sınırlar tartışılmış, roller netleştirilerek her aile üyesine somut ve ulaşılabilir bir sorumluluk tanımlanması planlanmaktadır. ✓ Ailede “etkili problem çözme” becerisini desteklemek amacıyla kısa bilgilendirme yapılacaktır. ✓ Aileye, yaşadıkları güncel bir sorun üzerinden “etkili problem çözme basamakları” çalıştırılacak; sorunun tanımı yapılacak olup çözüm seçenekleri üretilmesi ve işbirliği içinde karar alma sürecinin deneyimlenmesi planlanmaktadır. ✓ Aile üyelerinin önceki oturumlardan bugüne hangi alanlarda değişim gösterdikleri danışman tarafından vurgulanıp pekiştirilecektir. ✓ Son oturum olduğu için ailede oturumlar boyunca meydana gelen olumlu değişimler psikolojik danışman tarafından ayrıca pekiştirilecektir. ✓ Kapanış: Aile üyelerinden oturum ve kendi katkıları hakkında kısa bir öz değerlendirme yapmaları istenecektir. ✓ Oturum özeti yapılarak oturumlar sonlandırılacaktır. ✓ Bir ay sonra bir izleme oturumu yapılacağı ve bu oturuma tüm aile bireylerinin katılımının beklendiği aileye açıklanacaktır.
İzleme Oturumu (30-60 dk)	✓ Son oturum sonrası deneyimler: Aile üyelerinden, son oturumdan bu yana iletişimlerinde, rollerinde ve sınırlarında nelerin değiştiği ve hangi güçlüklerle karşılaştıklarının paylaşılması istenecektir. ✓ İletişim ve problem çözme becerileri: Aile üyelerinden, son bir ayda yaşadıkları küçük bir çatışma ya da anlaşmazlığı nasıl çözdükleri dinlenerek bu süreçte

	kullanılan beceriler psikolojik danışman tarafından pekiştirilecektir. ✓ Yeni kurallar ve sorumlulukların değerlendirilmesi: Önceki oturumlarda belirlenen kuralların (ör. birlikte etkinlik yapma, sınırların korunması) uygulanıp uygulanmadığı, alt sistemlerde tanımlanan sorumlulukların sürdürülüp sürdürülmediği ele alınacaktır. ✓ Kazanımların sürdürülmesi: Ailenin iletişim, rol paylaşımı ve duygusal farkındalık konularında kazandıkları güçlü yanlar vurgulanarak bunların nasıl devam ettirilebileceği üzerine kısa bir planlama yapılması planlanmaktadır. ✓ Ödevlendirme (izleme sonrası): Aileye, ilerleyen dönemde kendi gelişimlerini sürdürebilmek için ayda bir “aile değerlendirme zamanı” belirlemeleri önerilecektir. Bu zaman diliminde her üyenin kısa bir şekilde kendi duygularını, sorumluluklarını ve beklentilerini paylaşması gerektiği belirtilecektir. ✓ Kapanış: Danışma sürecinde elde edilen kazanımlar özetlenerek aile üyelerinden süreci ve kendi katkılarını değerlendirmeleri istenecektir. ✓ Danışma süreci planlı bir şekilde sonlandırılacaktır.
--	--

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada, ergen çocuklu aile evresinde bulunan bir kurgusal vaka Aile-DSYM çerçevesinde ele alınmış; roller, sınırlar ve iletişim boyutları temelinde müdahaleler uygulanmıştır. Ailede özellikle anne-büyük çocuk arasındaki aşırı geçirgen sınırlar, eş alt sistemindeki kopukluk öne çıkmıştır. Danışma süreci sonunda aile üyeleri birbirlerinin rollerini daha net fark etmiş, empati ve duygusal paylaşımda ilerleme kaydetmişlerdir.

Türkiye’de çekirdek aile yapısı yaygın olmakla birlikte (TÜİK, 2024), ergenlik döneminde sınırların belirsizleşmesi ve ebeveynlerin iletişim kopukluğu yaşaması sık karşılaşılan bir durumdur. Literatür, ergen–ebeveyn ilişkisinde sınırların işlevsizliğinin hem akademik uyumu hem de ruh sağlığını olumsuz etkilediğini göstermektedir (Yılmaz ve Altıparmak, 2022). Bu bağlamda, vakada kullanılan Aile-DSYM temelli müdahalelerin hem bireysel hem de sistem düzeyinde işlevselliği desteklediği söylenebilir.

Ebeveynler açısından bakıldığında, 45–50 yaş arası yetişkinler Erikson’un psikososyal gelişim kuramına göre “üretkenlik vs. durgunluk” evresindedir. Bu evrede bireylerin hem topluma katkı sağlama hem de aile içindeki sorumluluklarını dengeli şekilde sürdürme görevleri vardır. Vakada annenin kaygı ve yalnızlık nedeniyle bireysel gelişim alanlarını ihmal etmesi, babanın ise ekonomik sorumluluklarını yerine getirmesiyle birlikte duygusal katılımda sınırlı kalması, bu evreye özgü gelişimsel görevlerin yerine getirilemediğini göstermektedir. Aile içi dengenin bozulmasında temel etkenlerden biri, eşlerin birbirleriyle kurdukları ilişkinin niteliği kadar, kendi bireysel gelişimlerini sürdürme düzeyleridir. Aile-DSYM’de bu durum “bireysellik–bütünlük” boyutu ile açıklanmaktadır. Model, aile üyelerinin kişisel gelişimlerini desteklemeleri ile aile bütünlüğüne katkıda bulunmaları arasındaki dengeyi merkeze almaktadır (Nazlı, 2020).

Danışma sürecinde; rollerin yeniden tanımlanması, alt sistem sınırlarının netleştirilmesi, duygusal paylaşımın dengelenmesi ve problem çözme becerilerinin desteklenmesi temel hedefler olmuştur. Müdahaleler sonucunda aile üyeleri birbirlerinin sorumluluklarını daha net fark etmiş, anne duygusal yükünü paylaşmayı, baba duygusal erişilebilirliğini artırmayı, büyük çocuk sınırlarını daha net ifade etmeyi öğrenmeye başlamıştır. Aile-DSYM’nin kuramsal çerçevesine göre bu kazanımlar, yalnızca bireysel değişimlerin değil, aile sistemindeki temel işlevsel örüntülerin dönüşümünü göstermektedir. Bireysellik–bütünlük boyutunda aile üyeleri kendi ihtiyaçlarını gözetirken aileye katkı sunmayı öğrenmiş; denge/homeostazi açısından duygusal yükün daha adil paylaşılması ve rollerin netleşmesi krizlere karşı esnekliği artırmıştır. Etkileşim/iletişim boyutunda duyguların daha açık ifade edilmesi aile içi anlaşılma düzeyini

güçlendirmiştir. Alt sistemler/sınırlar açısından eş alt sisteminin canlanması ve anne–çocuk ilişkisindeki aşırı geçirgenliğin azalması sınırların daha sağlıklı işlemesine zemin hazırlamıştır. Ailenin fonksiyon ve görevleri boyutunda ebeveynlerin daha tutarlı rol üstlenmeleri işlevselliği artırırken, üst sistem ve kök aile boyutunda sosyal destek kaynaklarının öneminin fark edilmesi dışsal etkileşimlere açıklığı artırmıştır. Aile yaşam döngüsü boyutunda ergen çocuğun özerkleşmesi ve küçük çocuğun gelişimsel ihtiyaçlarının gözetilmesi bu evreye özgü görevlerin yerine getirilmesine katkı sunmuş, fizyolojik ve psikolojik sıkıntılar boyutunda ise duygusal paylaşımın dengelenmesi belirtilerin hafiflemesini sağlamıştır. Bu tablo, Aile-DSYM'nin kuramsal çerçevesiyle uyumlu olarak, semptomların ötesinde sistemin tüm katmanlarında işlevsel örüntülerin yeniden yapılandığını ortaya koymaktadır (Nazlı, 2025).

Bu kurgusal vaka çalışması, Aile-DSYM'nin ergen çocuklu ailelerde yaşanan sınır, rol ve iletişim sorunlarının anlaşılmasında ve müdahale edilmesinde sunduğu sistematik çerçeveyi göstermektedir. Literatür açısından bakıldığında, ilerleyen çalışmaların Aile-DSYM'nin dokuz boyutunu farklı aile yaşam döngüsü evrelerinde karşılaştırmalı olarak ele alması, modelin kültüre duyarlı esnekliğinin daha kapsamlı biçimde ortaya konmasına katkı sağlayacaktır.

Ek olarak, bu çalışmada kurgusal bir aile öyküsü ile hareket edilmesi, bulguların genellenebilirliğini ve gerçek aile dinamiklerini yansıtmaya gücünü sınırlamaktadır. Bu nedenle ilerleyen çalışmalarda, gerçek vakalardan elde edilen veriler aracılığıyla Aile-DSYM'nin dokuz boyutunun danışma sürecinde nasıl işlediği incelenmelidir. Bu tür geliştirmeler, Aile-DSYM'nin hem kuramsal görünürlüğünü artıracak hem de danışmanlık uygulamalarında daha güçlü bir referans çerçevesi sunacaktır.

KAYNAKÇA

- Carter, B., & McGoldrick, M. (2005). Overview: The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives. In B. Carter & M. McGoldrick (Eds.), *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives* (pp. 1–26). Allyn & Bacon.
- Boyacı, M., (2020). *Aile danışmanlığı kuram uygulama ve araştırma*. Ankara: Pegem
- Gehart, D. (2017). *Aile terapisi yeterliliklerinde uzmanlaşma*. (T. İlhan ve H. Cihan, çev.). Pegem Akademi Yayıncılık
- Gladding, S.T., (2012). *Aile terapisi tarihi, kuram ve uygulamaları*. Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
- Goldenberg, H., Goldenberg, I. (2013). *Family Therapy: An Overview*. USA: Brooks/Cole.Cengage learning.
- Kerr, M. E., Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. New York: W.W. Norton & Company.
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge: Harvard University Press.
- Murdock, N. L. (2021). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları*. (Çev. F. Akkoyun). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Nazlı, S. (2021). *Aile danışmanlığı* (16.bsm), Anı Yayıncılık
- Nazlı, S. (2020). *Aile danışmanlığı uygulamaları*, Anı Yayıncılık
- Nazlı, S. (2025, baskıda). Aile danışmasında vaka formülasyonu ve müdahale planı hazırlama: Aile-DSYM temelli. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*.

Extended Abstract

This study presents a fictional case designed to demonstrate the implementation of the Family Counseling Process Management Model (Family-DSYM) as a structured, phase-based framework for family counseling. Positioning the family as a multi-layered, culturally situated system, the study aims to (a) formulate the case across nine systemic dimensions of Family-DSYM, (b) plan and deliver a brief, structured intervention sequence, and (c) illustrate primary and secondary change indicators relevant to roles, boundaries, communication, and resilience within the Turkish sociocultural context.

Case Formulation

Family structure: A nuclear family of four: a 45-year-old mother (homemaker), a 48-year-old father (engineer), a 19-year-old university student (older son), and a 9-year-old primary-school student (younger son).

Core difficulties: Communication problems, diffuse or rigid boundaries, role ambiguity, inconsistencies in parenting, and emotional distance in the spouse subsystem.

Risk/protective factors: Protective elements include commitment to family unity, stable income, and ongoing education for both children. Risks include the mother's anxiety and loneliness, the father's emotional withdrawal, over-involvement between mother and older son, weak sibling subsystem, and limited external social support.

Nine Family-DSYM dimensions: Relative weaknesses are observed in subsystems/boundaries, interaction/communication, rules/hierarchy, individuality-integrity balance, life-cycle fit, and overall family functioning. Social-ecological ties (extended family, community) are present but underutilized.

Life-cycle context: The family concurrently navigates “adolescent/young-adult child” and “school-age child” tasks, creating transitional strain and uneven distribution of responsibilities.

Method

This is a fictional, educational case study constructed to exemplify Family-DSYM's planning, intervention, and evaluation phases. Data derive from a theoretically scripted scenario rather than field participants. The approach follows document analysis and structured presentation of facts aligned with Family-DSYM's nine dimensions and with

complementary systems perspectives (e.g., structural and intergenerational lenses) to clarify hypotheses and guide intervention design.

Intervention Plan (Family-DSYM)

A brief, phased protocol was planned: one **pre-interview**, **four sessions**, and a **one-month follow-up**.

Pre-interview: Orientation to process and roles; written/oral consent; preliminary nine-dimension screening via the Semi-Structured Family-DSYM Interview Form.

Session 1 (spouses): Comprehensive assessment; contracting on aims/frequency/participants; homework to promote spouse connection; initial hypotheses emphasizing rules/boundaries, communication, and cooperative parenting.

Session 2 (parents + older son): Summary to the new participant; exploration of role load and individuation; career planning and circular questioning regarding systemic impact; observational homework on “role exchange.”

Session 3 (full family): Review of homework; age-appropriate inclusion of younger child; psychoeducation on basic emotions, empathic listening, and “I-messages”; co-creation of two simple family rules (e.g., device-free dinner, weekly shared activity).

Session 4 (full family): Boundary clarification across spouse/parent/sibling subsystems; micro-practice of collaborative problem-solving on a live issue; consolidation and closure; scheduling a **one-month follow-up**.

Follow-up (1 month): Review of communication, rules, and responsibilities; reinforcement of gains; a light maintenance plan (“monthly family check-in”).

Change Hypotheses and Criteria

1. Enhancing communication and problem-solving will transform the emotional climate toward safety and cooperation.
2. Restructuring rules and boundaries will clarify roles and reactivate spouse and parent subsystems.
3. Supporting individuation (older son) and developmentally appropriate expression/regulation (younger son) will reduce symptom-maintenance triangles and improve family balance.

Primary change indicators: strengthened spouse and parent subsystems; clearer rules/hierarchy; more open emotional expression.

Secondary change indicators: progress in the older son’s individuation, reduction in the younger child’s withdrawal, and improved daily collaboration.

Anticipated Findings (Pilot Logic)

Within a brief protocol, families commonly exhibit early, primary-level changes: (a) increased emotional accessibility between spouses; (b) basic rule internalization; (c) improved empathic listening and “I-language”; (d) a shift from mother–older-son over-involvement toward more appropriate boundaries; and (e) initial gains in the younger child’s engagement. Systemically, these map onto Family-DSYM’s individuality–integrity balance, homeostasis, interaction/communication, subsystems/boundaries, and general functioning. Social-ecological awareness (extended family/peers/community) begins to emerge as a supportive scaffold.

Conclusions and Implications

This fictional case illustrates how Family-DSYM operationalizes systemic assessment and phased intervention in a culturally sensitive way. By integrating structure (rules, roles, hierarchy) with relational processes (communication, emotion sharing), Family-DSYM helps translate complex systemic hypotheses into concise, session-level tasks and measurable change criteria. Practically, the model supports preventive aims (skills/resilience) and secondary-prevention aims (early pattern correction) relevant to Turkish family contexts marked by rapid social change. **Limitations** include reliance on a fictional scenario and the absence of empirical outcome measurement; future studies should examine Family-DSYM’s nine dimensions across diverse life-cycle phases using real cases, standardized measures, and follow-up assessments to test durability and cultural adaptability.

Yazarlar Hakkında / About Authors

Yazar. Araştırma Görevlisi, Sümeyye Sağanak.
Research Assistant. Sümeyye Sağanak.

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Yazar tarafından çıkar çatışmasının olmadığı rapor edilmiştir.
It has been reported by the author that there is no conflict of interest.

Fonlama / Funding

Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.
No funding has been received.

ORCID

Sümeyye Sağanak  <https://orcid.org/0009-0002-6781-1142>