

AİLE TERAPİSİNİN GELİŞİMİ ve RUH SAĞLIĞI ALANINDAKİ YERİ

The Growth of Family Therapy and its Place in the Mental Health

Aliye Mavili AKTAŞ

Doç. Dr., Hacettepe Üniversitesi
Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Öğretim Üyesi

ÖZET

Bu çalışma aile terapisinin tarihsel ve teorik temellerini sistem yaklaşımı ışığında ele almaktadır. Aile toplumun temel çekirdeği olarak içinde bulunduğu toplumun bütün özelliklerini taşır. Bu doğrultuda toplumun sorunları aileyi de etkiler.

Aile danışmanları ve profesyonellerin aileye yardım sürecinde teorik ve pratik temellerini sürekli olarak geliştirmeleri gerekir. Aile terapisinde genel sistem kuramı bireyi bir sistem içinde karmaşık bir varlık olarak ele alır. Bu yaklaşımda aile danışmanları aile sisteminin bir parçası olarak direkt müdahale edebilir.

Anahtar Sözcükler: aile terapisi, tarihsel gelişim, sistem kuramı

SUMMARY

In this study, historical and theoretical foundations of family therapy are examined on the basis of the system approach. Family, as a basic unit of society, shares many characteristics of the society in which it lives. In

this context, social problems affect the family, too.

Family consultants and professionals should develop their theoretic and practical skills continuously in order to be qualified enough in the family therapy process. General system theory in its approach to family therapy, considers an individual as a complex entity of a system. In this approach, family consultants are expected to intervene more directly as a part of the family system.

Key Words: family therapy, historical development, system theory.

GİRİŞ

Aile terapisi bireysel tedaviden ziyade aile grubunun tedavisidir. Bu tedavi bütün bireysel psikiyatrik hizmetler ve danışmadan oldukça farklıdır. Bireysel tedavinin temel ilgi odağı bireydir ve danışman bireyin içsel çatışma ve sorunlarıyla ilgilenir. Oysa aile terapisi ya da danışmasında aile içindeki bireyler arasındaki iletişim ve bu iletişimde yaşanan sorunlarla ilgilenilir.

Günümüzde toplumsal koşullardaki hızlı değişim aile ve evlilik yapısında da değişiklik getirmiştir. Toplumsal koşulların, toplumun en küçük birimi olan ailenin yapısında önemli değişiklik yaratması kaçınılmazdır. Boşanma, yeniden evlenme gibi ortaya çıkan yeni durumlar, eşler arası iletişim, ebeveyn-çocuk iletişimde farklılaşmalar ve yeni denge durumları, problem alanları ortaya çıkarmıştır.

Birçok aile danışmanı bireyin içsel çatışmalarını danışma sürecinin dışında tutmaktadır. Aile terapistleri yada danışmanları, trafiğin düzenli akışını sağlamakla ilgili olan trafik polisine benzetilebilir. Terapist veya danışmanlara bireylerin içsel yaşantılarıyla ilgilerini, makine mühendisi-

nin arabaların motor dinamikleriyle ilgilenmelerine benzetebiliriz. Ancak bu benzetmenin her zaman yerinde olduğu düşünülmemelidir. Çünkü içindeki bireylerini ve bütünüyle ailenin sınırları trafikteki araçların sınırlarından oldukça farklıdır. Makine mühendisi her bir aracın motor dinamikleriyle ayrı ayrı ilgilenerek, her bir aracın fonksiyonlarını değişikliğe uğratabilir. Oysa aile terapisti ya da danışmanın içsel süreçlerle (eşlerin, çocukların) ilgilenmesi hem bireysel hem de grup terapisi uygulamalarıyla mümkündür.

Aile terapisindeki iki yaklaşım (birey ve aile odaklı) birbirini tamamlamakta ya da bütünlüktedir. Çünkü aile üyelerinden birinin var olan bir sorunu (alkolizm ya da madde bağımlılığı, psikiyatrik sorunu) bütün aileyi etkileyebilir. Bu çerçevede bu üyenin sorununun çözülmesi ya da tedavisi, bütün aileyi ve aile içi ilişkileri olumlu yönde etkiler.

Yaklaşımların birbiriyle bu yakın ilişkisine rağmen, aile terapistleri ya da danışmanları, bireylere ve ailelere yardımda farklı teknikler ve farklı yaklaşımlar benimsemektedirler.

Bu çalışmada bu yaklaşımlardan bir bölümü, tarihsel gelişim süreci dikkate alınarak incelenecektir.

I. Aile Terapisinde Sistem Kuramı ve Diğer Çalışmalar

Aile terapisi, aile sisteminin tedavisi olarak adlandırılabilir. Sistem tedavisi aile üyelerinin aile içindeki rolleri, iletişim ve ilişki kalıpları ile değerlerindeki farklılıklara bağlı olarak ortaya çıkan sorunların aile bütünlüğüne yansımaları ve bunların iyileştirilmesiyle ilgilidir. Sistem tedavisinin oda-

ğında, aile grubunun (bütünlüğünün) fonksiyonelliğini sağlamak vardır.

Sistem terapisi, birlikte faaliyette bulunan, yaşayan ve çalışan her tür grubun tedavisinde kullanılabilir. Birlikte yaşayan aile üyeleri arasında problemler çıktığı gibi, birlikte çalışanlar, sosyal grup faaliyetlerinde bulunanlar arasında da pek çok sorun olabilir. Birlikte yaşam, bir arada olan kişilere belirli görev ve sorumluluklar yükler. Gerçekte aile grubu ya da sistemi yukarıda belirtilen diğer gruplardan (iş ya da dernek grupları gibi) farklı bir birlikteliktir. Her şeyden önce aile, bütün diğer gruplardan en uzun süreli olanıdır ve bireyleri arasında yoğun duygusal ve kan bağları vardır.

Aile sistemi kuramı, aile grubu içindeki bireylerin birbirine nasıl bağlandığının teorik temelini de oluşturmuştur. Daha sonraki bölümde ele alınacak olan bu kuram genel sistem kuramından ortaya çıkmıştır. Kuram, biyolojik ve biyolojik olmayan genel sistemin anlaşılması ve ona yardım esasına dayanmaktadır. Aile terapistleri ve danışmanları aileye bir sistem olarak bakmanın teorik olarak yararlı olduğu gerçeğini vurgulamaktadırlar (Aktaş, 2002)

Aile terapi sistemleri yalnızca çekirdek aileyle (anne-baba ve çocuklar) ilgili değildir. Aileyle ilgili olan, onu etkileyen diğer alt sistemler de (okul, işyeri vb.) bu bütünlük içinde, sistemin bir parçası olarak ele alınır. Aile sistemi kuramı, aile üyelerinin fonksiyonunun ve üyeler arasındaki etkileşimin, sistemin değişimini esas alır. Ailede yer alan alt sistemlerin (anne-baba-çocuklar...) bir işlevi, dolayısıyla bir amacı vardır.

Aile çevresinden çeşitli kaynaklar (girdi) alan, açık bir sistem olarak değerlendirilebilir. Aile çevresinden kendisine aktarılanlardan uygun olanları kabul eder, benimser. Çevreye (dış sisteme) aktardıkları (çıkıtı) kültürel faaliyetlerle, sosyal ilişkileriyle dolaylı olarak kendisine yeniden dönebilir. Toplum içinde yaşayan aile, hem içindeki üyeleri, hem de dışındaki büyük sistemle karşılıklı bağılılıkları, onu bir bütün olarak ayakta tutar. Bu ilişki dış sistemde meydana gelen değişikliklerin aile sistemine de yansımalarına neden olur. Bu çerçevede aileyi kapalı bir sistem olarak değerlendirmek mümkün değildir. Aile, içinde bulunduğu çevreye (topluma ve diğer topluluklara) de katkıda bulunan açık bir sistem olarak değerlendirilmek durumundadır (Johnson, 1995, Aktaran: Aktaş 2002, 6-7)

Gerçekte ailenin içinde bulunduğu toplum da açık bir sistemdir. Açık olması, içinde yaşanan dönemin getirdiği teknolojik gelişmeler (bilgisayar, internet ağı) ve haberleşme sistemindeki yeniliklerin (uydu sistemi) birbirinden kopukluğunu ortadan kaldırmıştır. Toplular arasındaki karşılıklı etkileşim, kültürler arasında benzerlikler ve geçişler oluşturmaktadır. Şema I alt sistemler ve büyük sistemler arasındaki geçişleri göstermektedir.

Aile terapisindeki sistemik yaklaşımlara gelinceye değin bu alandaki gelişmeler tarihsel süreç içinde şu şekilde özetlenebilir.

Aile terapisi İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra gelişmeye başlamıştır. Bundan daha önceleri, aile içindeki bireyler tek tek ele alınarak tedavi danışma hizmeti verilmekteydi. An-

cak klinik tedavide bireysel yaklaşım halen geçerli bir yaklaşım olarak varlığını sürdürmektedir. Aile tedavisinde psiko-analitik ve biyo-psiko-sosyal kuramların önemli bir başlangıç noktası oluşturduğunu söylemek mümkündür.

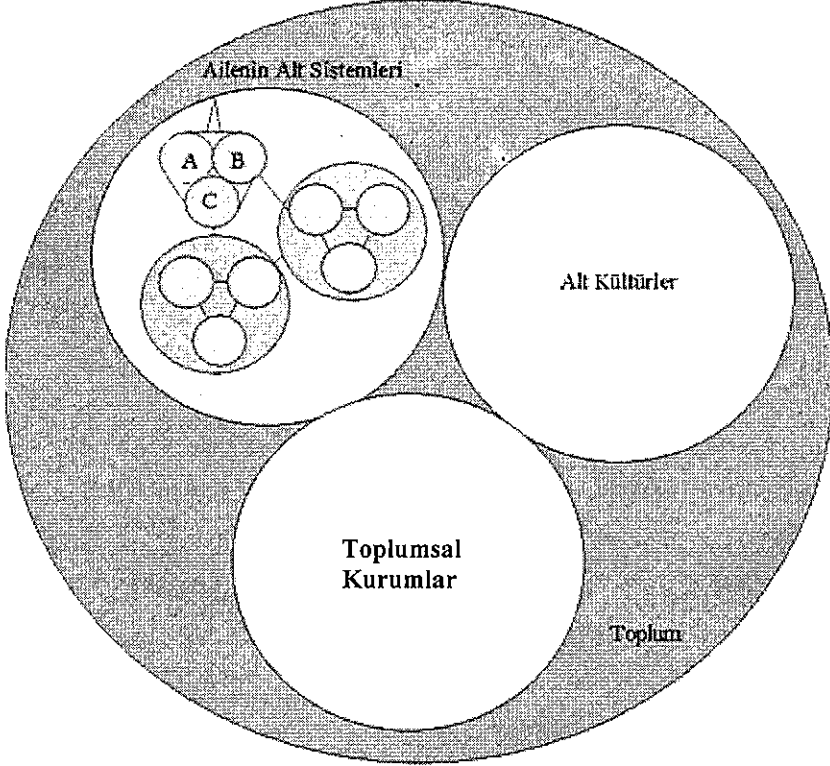
Aile tedavicilerinin öncülerinden biri Ackerman'dır (1958). Ackerman'ın görüşleri bu alandaki klasiklerdendir ve önemli referanslardandır. Ackerman'ın psiko-analitik oryantasyonlu kitabı (Psychodynamics of Family life), bireysel psikoterapide de sıklıkla kullanılan bir kaynaktır. Bu çalışmadan bir yıl önce Midelfort'un (1957), "The Family in Psychotherapy" kitabında ailenin bir tedavi ünitesi olarak ele alınması gerektiği vurgulanmıştır. Midelfort (1957) ailedeki hastaların tedavisinde diğer üyelerin etkisi ve önemini vurgulamaktadır.

Aile terapisinde sistemik yaklaşımın öncülerinden birisi "Hasta Olarak Aile -The Family as Patient", (Richter, 1974) çalışmasıdır. Bu çalışmada aile içinde hasta olan bir bireyin semptomlarının aile fonksiyonlarını ne yönde ve nasıl etkilediği değerlendirilmektedir. Aile tedavicileri, aile fonksiyonunun uygun biçimde değiştirildiğinde aile de ve bireyde yaşanan belirtilerin ne denli azaldığı, hatta yok olduğu gerçeği üzerinde durmaktadır. Bu çalışmada Ackerman'ın ilk ve sonraki çalışmasından oldukça esinlenmiş ve aile üyelerinin desteğini ve işbirliğini sağlamanın yaygınlaştırılmaya başladığı bir döneme girilmiştir.

Ackerman'ın ilk düşüncelerinin değişmesi oldukça uzun bir sürenin geçmesiyle mümkün olabilmektedir. Nitekim güçlük içindeki Aileye müdahale

le—Treating the Troubled Family 1966 adlı çalışmasında ailenin organik bir bütünlük olarak tedavisi üzerinde durmuştur. Birçok vaka çalışmasından örneklerin yer aldığı bu çalışmada eş, çocuk odaklı müdahalelerle aile içindeki günah keçisine

larında psikiyatride Aile Grubu Gelişim Topluluğu” tarafından beşyüz’ün üzerinde aileye soru kağıdı dağıtılmıştır. Bu soru kağıtlarında sorulan sorulardan birisi de “aile terapisinde en iyi bildiğinizin adıdır”. Bu soruya verilen cevaplarda Virginia Satir,



(scapegoat) yardım, gerçeklere döndürme, şizofrenik bir üyesi olan aileye yardım ilkeleri üzerinde durulmaktadır.

Aile tedavisinde Ackerman dışında da birçok bilim adamından söz etmek gerekir. 1950’li yıllarda ABD’de birçok bilim adamı aynı alanda çalışmaya başlamıştır. Don Jackson ve onun arkadaşlarından Murray Bowen, Theodore Litz ve arkadaşlarından söz edebiliriz. 1966-1967 yıl-

Ackerman, Jackson, Bowen, Haley, Lyman Wyne, Gregory Bateson, John Bell. İlk sıralarda yer almaktadır. Bu liste bu alandaki öncüleri de belirlemiştir.

Ackerman’ın ilk kitabının basılmasından bu yana aile terapisiyle ilgili oldukça fazla süreli yayın çıkmaya başlamıştır. Bu süreli yayınlardan birisi Ackerman ve Jackson tarafından çıkarılan “**Family Process**” (Aile süreci) (1961) adlı süreli yayındır. Bu

sürelî yayınlar genel psikiyatri ve çocuk psikiyatrisi içinde olduğu gibi sosyal hizmet, psikoloji ve diğer disiplinlerde de aynı alanla ilgili birçok çalışma yayınlanmaya başlamıştır. The Journal of the American Academy of Child Psychiatry adlı sürelî yayını (1979) bunlardan birisidir.

Aile terapisi yaklaşımları öncelikle Amerika Birleşik Devletlerinde gelişmeye başlamış, Kanada'daki uygulayıcıların katkılarıyla da oldukça önemli ivme kazanmıştır. Avrupa'da İngiltere, Almanya ve İtalya'daki yaygın ve önemli katkılarla zenginleşmiş, yeni yöntem ve yaklaşımlara kavuşmuştur. Ailenin öneminin her zaman gündemde olması, bu alandaki uygulama ve teori boyutundaki gelişmelerin devam etmesini sağlamaktadır. Özellikle psikiyatri ve ruh sağlığı alanında çalışan meslek elemanlarının (psikiyatrist, sosyal hizmet uzmanı, psikolog vb.) günümüzdeki ilgisi de oldukça yoğunudur. Ancak Kaplan ve arkadaşlarının (1980) kapsamlı psikiyatri kitabında (Comprehensive Textbook of Psychiatry) 3365 sayfanın yalnızca 8 sayfasında aile terapisine ağırlık verildiği, çoğunlukla psiko analiz odaklı bireysel tedavi yaklaşımları üzerinde yoğunlaşıldığı dikkati çekmektedir. Benzer şekilde İngiltere'de yayınlanan çocuk psikiyatrisi (Rutter ve Herjov, 1977) kitabında da bu konuyla ilgili bir sayfadan az bir bölüm olduğu görülmektedir. Bu durum aile terapisinin psikiyatri içine henüz yerleşmeye başladığını düşündürmektedir.

Günümüzde ruh sağlığı alanında çalışan uygulayıcıların büyük bir bölümü aile terapisine yönelik yaklaşımlarını yeniden kavramsallaştırmaya

çalışmaktadırlar. Geleneksel ve uzun süredir yerleşmiş kavramların yeniden kavramsallaştırılması sürecinde bazı açık olmayan ya da aile terapisinde henüz benimsenmeyen kavramsallaştırmalar olması kaçınılmazdır.

II. Aile Terapi Okulları

Aile terapisiyle ilgili yaklaşımlar farklı merkezlerde gelişmeye başladığında değişik tedavi yolları ve kuramsal yönelimler içinde oldukları dikkati çekmiştir. Ancak, farklı teorik modellerle uygulamalarını yürüten farklı merkezler arasındaki farklılığın esasta değil, ayrıntıda yada vurgulamada olduğu söylenebilir. Daha önce de vurgulandığı gibi, aile terapisiyle ilgili çalışan uzmanların büyük bir bölümü aileyi açık sistem olarak ele almaktadır. Aileyi açık sistem olarak görenler terapiyi çeşitli yaklaşımlara dayanarak yürütmektedirler. Yapısal (structural) aile terapisi yaklaşımı aileyi alt sistemlerden oluşan fonksiyonel bir sistem olarak değerlendirmektedirler. Bu yaklaşımda aileyi oluşturan her bir alt sistemin güç ilişkileri ve işbirliği boyutu temel ilgi odağıdır.

Stratejik (strategic) terapi de yapısal aile terapisinin bir alt boyutudur (Tomm, 1980). Bu yaklaşımı benimseyenler paradoksal aile iletişimini, aile değerlerini, mitlerini işlemeye çalışmıştır. Tomm (1980)'un Calgary modelinde, düzenleyici sibernetik mekanizması tedavide kullanılmış ve aile üyelerinin uyumsuz davranışlarının fark edilerek, uyumlu davranış biçimine yönelmeleri esas alınmıştır.

Bir grup aile terapisti için aile üyelerinin kendilerine yönelmeleri önemsenmez. Bu gruptaki terapistlerin temel ilgi odağı, aile üyeleri ara-

sında varolan iletişimin yapısal ve içerik analizidir. Aile üyeleri arasındaki iletişimin yeniden yapılandırılmasının birçok problemin çözümünü sağlayacağı vurgulanmaktadır. Sistem yaklaşımı içinde iletişim temel ilgi odağı olarak benimsenmiştir (Satir, 1967).

Aile terapisinde "analitik grup" (group-analytic) yaklaşımı Skynner (1974, 1976) in çalışmalarında yer almıştır. Skynner aile üyelerinin hem gelişimsel, hem de içsel yaşantılarının önemini vurgulamıştır. Ona göre, aile üyelerinin içsel yaşantılarıyla ilgilenmek ailenin fonksiyonelliğinde önemli gelişmeler sağlar.

Murray Bowen (1976) aile terapisinde sistem kuramını kullanan klasiklerdendir. Yapısal (structural) terapist olarak bilinen Bowen ilk çalışmalarında farklılaştırılmamış ego bütünü "undifferentiated ego mass" kavramı üzerinde dururken daha sonraları gerçekleştirdiği çalışmalarında bu kavram yerine "**çekirdek ailenin duygusal sistemi**" (nuclear family emotional system) üzerinde durmuştur. Ona göre ana-baba ve çocuklar arasındaki belirli temel davranış kalıpları kuşaktan kuşağa değişerek aktarılmaktadır. Ailenin var olan yapısındaki değişiklikler geniş aileden çekirdek aileye aktarılırken çıkmaktadır. Bowen bu ilişkileri anlamakta ailenin fonksiyonelliğinde değişiklikler yaratılabileceğini düşünmektedir.

Aile terapisinde sistem kuramını kullanan terapist ve teorisyenler arasında nüanslar vardır. Bu çalışmada bunlar üzerinde durulmamıştır. Ancak temel ilgi alanları ya da odakları ele alınmıştır.

Sistem kuramına dayalı davranışçı ekollerinde olduğu dikkati çekmekte-

dir. Davranışçı modellerin bazıları da sistem kuramını benimseyerek diadic-ikili ve triadic-üçlü davranış modelleriyle sistem kuramını geliştirici yönde etkide bulunmuşlardır (Patterson, 1976) Davranışçılar, aile üyelerinin özellikle çocukların davranışlarını değiştirmede oldukça etkili yöntemler geliştirmişlerdir.

Günümüzde sistem kuramını benimseyen uygulayıcılar ve teorisyenlerin göz önünde bulundurduğu temel noktalar şu şekilde maddeleştirilebilir (Aktaş, 2002)

1. Aileler kendilerini oluşturan unsurların bütününe toplamından daha farklı bir yapılanma özelliği gösterirler.
2. Aile sistemini ve alt sistemlerini ayakta tutan ve yönlendiren kurallar sistemi vardır.
3. Her sistemin onun nasıl bir fonksiyona sahip olduğunu anlamada yardımcı olacak sınırları vardır.
4. Sınırlar bütünüyle geçirmez değil yarı geçirgen (semi permeable) özellik gösterirler.
5. Aile sistemleri göreceli olarak dengeli ve durağan bir yapı içindedirler. Ancak bu durağan yapısı onun gelişip değişmeyeceği anlamına gelmez. Gelişim ve değişim oldukça doğaldır ve değişime neden olan birçok sistem içi ve dışı faktör vardır.
6. Sistemin parçaları arasındaki iletişim ve geri bildirim sistemin fonksiyonelliği için oldukça önemlidir.
7. Aile içindeki bireylerin davranışlarının iç içe geçmiş dairesel bir nedensellik ilişkisi içindedir. Bireyler arasındaki davranışları doğrusal bir nedensellik ilişkisi ile açıklamak yeterli değildir.

8. Aile sistemi de diğer açık sistemler gibi çok sayıda farklı başlangıçlar, benzer sonuçlar (mutluluk, sevinç vb.) yakalayabilirler.

9. Aile sisteminin de diğer açık sistemler gibi amacı vardır.

SONUÇ:

Aile terapisinin gelişimi bireysel terapi alanındaki gelişmelerle paraleldir. Toplumların temel yapı taşlarından birisi olarak aile, gelişmiş ve gelişmekte olan bütün ülkelerde önemini sürdürmektedir.

İçinde bulunduğumuz koşulların olumlu ve olumsuz yanları aile üzerinde etkisini kolayca göstermektedir. Bu kırılğan ve geçirgen özelliği kriz durumlarında aile bütünlüğünü ve içindeki üyelerin ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyebilir. Bu çerçevede aile terapisi alanında çalışan uzmanların hem teorik hem de uygulamacı yanlarını geliştirmeleri gerekir.

Bu çalışmada hem bireysel, hem de aile odaklı sistem yaklaşımları ve okulları tarihsel gelişim süreci içinde özetlenmiştir.

KAYNAKLAR

ACKERMAN, N.W. (1958) *The Psychodynamics of Family Life*. New York: Norton.

ACKERMAN, N.W. (1966) *Treating the Troubled Family*. New York: Basic Books.

AKTAŞ, Mavili A. (2002), "Aile Terapisinde Sosyal Hizmet Yaklaşımı" *Ulusal Aile ve Evlilik Terapileri Kongresi: Basılmış Bildiri Özeti*. Boğaziçi Üniversitesi

BOWEN, M (1976) *Theory in the Practice of Psychotherapy In Family Therapy*. ed. P. Guerin. New York: Gordner Press.

JOHSON, L. (1995) *Social Work Practice: A Generalist Approach*. Allyn and Bacon, Paramaount Communications Com. United States of America.

KAPLAN et al (1980) *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, 4 th. Edition. Battimore Williams and Wilkins.

MIDLEFORT N. (1957) *The Family in Psychotherapy*. New York: Mc Graw Hill.

PATTERSON, G.R. and et al (1976) *Training of Marital Skills Some Problems and Concepts in Handbook of Behaviour Modification Pattern and Therapy*, ed. A. Leinberg, Englewood Cliffs N.J. Prentice Hall.

RICHTER, H. E. (1974) *The Family as Patient*, London Souvenir Press.

RUTTER, M. And Hersov. (1977) *Child Psychiatry Modern Approaches*. Oxford: Blackwell.

SATIR, V. (1967) *Conjoint Family Therapy*. Polo Alto Science and Behaviour Books.

SKYNNER, A.C.R. (1974) *Boundaries Social Work Today*. London Constable.

SKYNNER A.C.R. (1976) *One Flesh: Separate Persons*. London: Constable.

TOMM, K. (1980) *Towards a Cybernetic Systems Approach to Family Therapy At the University of Calgary In Perspective on Family Therapy*. ed. D.S. Freeman Toronts: Butterworth.