

OLGU SUNUMU**Kenan Taştan¹**

¹Atatürk Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Dahili Tıp Bilimleri Aile Hekimliği, Erzurum, Türkiye

Corresponding Author:

Kenan Taştan
Atatürk Üniversitesi, Tıp Fakültesi,
Dahili Tıp Bilimleri
Aile Hekimliği, Erzurum, Türkiye
Tel: +90 531 7666860
Email: ktastan2002@yahoo.com

Geliş Tarihi: 26.03.2018
Kabul Tarihi: 30.05.2018
DOI: 10.18521/kt.409710

Konuralp Medical Journal
e-ISSN1309-3878
konuralptipdergi@duzce.edu.tr
konuralptipdergisi@gmail.com
www.konuralptipdergi.duzce.edu.tr

Stratejik Aile Danışmanlığı: Bir Vaka İncelemesi**ÖZET**

Aile Danışmanlığı; bir aileyi oluşturan bireylerden oluşan bir gruba verilen psikolojik danışmanlıktır. Aile danışmanı, evlilik, ayrılık ve boşanma sırasında ilişkiler açısından sorunları olan insanların; çocuklarıyla ilgili sorunlarının ve/veya aile ile ilgili kişisel veya kişiler arasındaki sorunlarının üstesinden daha rahat bir şekilde gelmelerine yardımcı olur.

Aile danışmanlığı, bir bütün olarak aile sistemi üzerine odaklandığı için diğer danışmanlık türlerinden farklıdır. Birey sorunlu olarak tanımlanmaz, bunun yerine aile sisteminin sorunu tespit edilir. Bu tespit edilen sorun aile bireylerinin tamamının dâhil olduğu görüşmelerle çözümlenmeye çalışılırken; aile danışmanı görüşmeleri yönlendiren bir yönetici konumundadır. Aile hekimleri görev tanımları gereği “kişiye yönelik koruyucu sağlık hizmetleri ile birinci basamak teşhis, tedavi ve rehabilite edici sağlık hizmetlerini yaş, cinsiyet ve hastalık ayrımı yapmaksızın, her bireye, kapsamlı ve devamlı olarak vermekle yükümlüdür.” aile danışmanlığı uygulamalarında etkin rol almalıdırlar. Aile danışmanlığı alanında üstlenecekleri görev aile ilişkilerinin işlevselliği ve toplum sağlığı açısından da önemli bir rol olacaktır.

Bu olgu sunumunda aile içinde yaşadıkları sorunları çözmek için Atatürk Üniversitesi Aile Hekimliği ve Aile Danışmanlığı polikliniğimize başvuran bir aile incelenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Aile Sistemi, Aile Yapısı, Yaşam Döngüsü.

Strategic Family Counselling; A Case Examination**ABSTRACT**

Family counselling is a psychological assistance given to a group of family members. It helps to individuals who have problems related to their children and/or their themselves during marriage, disagreement and divorce periods.

Family counselling differs from other forms of counselling as it focuses on family system as a whole. The individuals are not defined for the problem. Instead, the problem of the family system is being determined. During this problem is being solved, by interviews that all of the family members are participated, the family counselor is at a manager position who directs the interviews.

A family physician should provide a comprehensive and continuous preventive health care oriented to the individual and first step diagnostic, therapeutic and rehabilitative health care to all individuals without distinction of age, gender and disease. He should take an active role in family counseling practice. Their task on family counselling will have an important role on the community health and the functionality of family relations.

In this paper, a family who admitted to Family Counselling outpatient clinic of Department of Family Practice due to the problems that they have in their family is examined.

Keywords: Family System, Family Structure, Life Cycle.

GİRİŞ

Aile her kültürde bulunan sosyal bir kurum olup (1), toplumun sahip olduğu değerleri yansıtan küçük bir aynadır (2). Aile danışmanlığı aileye özgün ve değişik yapıda yeni bir sorun çözme sürecini ifade etmek amacıyla 1950'lerden itibaren kullanılmaya başlanmıştır (3,4).

Bireye odaklanan terapilerin aksine, aile danışmanlığında tanımlanan hasta (ailede problem çıkaran aile üyesi), aile içindeki veya belki de aile ve dış toplum arasındaki problemleri etkileşimleri veya sorun çıkaran davranışı ortaya çıkaran kişi olarak görülür. Ailelerin değişmesine yardımcı olmak hem bireylerin hem de ailelerin işlevselliğini ve fonksiyonelliğini artırır (1). Aile hekimliğine başvuran hastaların çoğunluğunun psikososyal problemlerinin olması (5), aile danışmanlığının önemini artırmaktadır.

Aile Yapısı: Aile danışmanlığı sistemine göre dört aile yapısı üzerinde durulmaktadır. Bunlar: kapalı aileler, açık aileler, gelişigüzel aileler ve eşzamanlı aileler. Aile yapısı, aile yaşam döngüsü içerisinde yer alır ve aile içi iletişimi, aile fonksiyonlarını etkileyen ve bunlardan etkilenebilen bir yapıdır (1)

Aile Tipleri: Ailenin büyüklüğüne göre (büyük aile, geniş aile, birleşik aile, küçük aile, çekirdek aile, parçalanmış aile, tamamlanmamış aile) veya ailenin yönetim biçimine göre (ataerkil aile, anaerkil aile, eşitlikçi aile) sınıflandırılabilir (1,6).

Aile Sistemi: Birçok teori ailenin nasıl geliştiğini ve etkileşimde bulunduğunu anlamaya çalışır. Bunlardan biri olan aile sistem teorisi; insanı ve insan davranışlarının sebeplerini, aile içerisindeki bireylerin birbirleriyle etkileşimlerini araştıran kurgusal bir yöntemdir. Aile, sadece bir grup insanın bir araya gelmesi değildir, kendine özgü kuralları, rolleri, dengesi, kültürü ile her ailenin farklı bir kimliği vardır. Bu sistemi oluşturan faktörler; ailenin yapısı, aile fertlerinin birbirleri ile etkileşimi, ailenin fonksiyonları ve ailenin yaşam döngüsüdür (Şekil-1) (1,7).



Şekil 1. Aile sistemi.

Türkçe literatürde sunulmuş aile danışmanlığı vaka sayısı azdır (8). Bu yazıda aile içi iletişim problemleri olan bir ailenin, stratejik aile danışmanlığı yöntemi ile sorunlarının tartışılması amaçlanmıştır.

Olgu:

Aile Üyelerinin Kimlik Bilgileri:

Anne: 39 yaşında, ev hanımı, ortaokul mezunu.

Baba: 41 yaşında, lise mezunu, serbest ticaretle uğraşiyor; kendisine ait bir bakkal dükkânı işletiyor.

Kız çocuk: 17 yaşında, lise öğrencisi.

Erkek çocuk: 15 yaşında, lise öğrencisi.

Babaanne: 65 yaşında. İki yıl önce eşi vefat etmiş ve o zamandan beri aile ile birlikte yaşıyor.

Anne yaşadıkları sorunlar nedeniyle Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği ve Aile Danışmanlığı polikliniğimize başvurdu. Aile sorunları dinlendikten sonra, daha yararlı olacağı düşünüldüğüyle, görüşmeye tüm aile bireylerinin katılımı önerildi ve anne ile bu konuda görüş birliği sağlandı.

Aile ile ilk 3 seansı birer hafta arayla ve son 2 seansı da 10 gün arayla olmak üzere toplam 5 seans görüşüldü. İlk seansta anne ile görüşüldü. İkinci seansta anne ve baba ile görüşüldü. Üçüncü seansa anne, baba ve çocuklar katıldı. Dördüncü seansa aile bireylerinin tamamı katıldı ve beşinci seansta ise anne ve babayla görüşüldü.

1. Görüşme: İlk görüşmede anne ile görüşüldü ve evlilik öyküsünden ve aile içi ilişkilerden bahsetmesi istendi. Bir akrabalarının tavsiyesi üzerine görücü usulüyle evlendiklerini anlattı. Eşini sevdiğini ama eşinin kayınvalidesinin kontrolüyle hareket ettiğini ve kendisinin fikirlerine ve kendisine değer vermediğini (kadın başıyla benim işime karışma, eksik etek değil misiniz hepimiz aynıyız vb.) belirtti. Aslında eşinin de kendisini sevdiğini ama kayınvalidesinden çekindiği için otoriter olmaya çalıştığını anlattı. Eşinin çocukları arasında ayırım yaptığından, erkek çocuğuna daha fazla önem verdiğinden ve bu durumun kızlarını üzdüğünden bahsetti. İlk görüşmede annenin bakış açısıyla ailenin genel bir değerlendirilmesi yapılmış oldu ve anneye ikinci görüşmeye eşinin de gelmesi önerisinde bulunuldu ve anne bu öneriyi kabul etti.

2. Görüşme: Görüşmeye anne ve baba birlikte geldiler ve birinci seansta annenin anlattıkları kısaca babaya özet olarak anlatıldı (bir önceki seansta anneden izin alınarak) ve babanın aile içi iletişimi ve sorunlarını kendi bakış açısına göre anlatması istendi. Baba eşinin annesine ön yargılı davranmasından rahatsız olduğunu belirtti. Annesinin babasının ölümünden sonra daha da duygusallaştığını ve nihayetinde yaşlı bir kadın olduğu için daha çok saygıyı hak ettiğinden bahsetti. Bununla birlikte annesinin ara sıra huysuzluk yaptığını ve basit olaylara büyük tepkiler verebildiğini ve bunun neticesinde de eşine ve

çocuklarına zaman zaman haksız yere kızdığını söyledi. Ama tüm bu yaşananlar karşısında annesini uyardığında “sen kılıbıksın, hiç babana çekmemişsin” diye annesinden azar işittiğini ve bundan hoşlanmadığı için ara sıra eşine ve çocuklarına, annesi kendisinden memnun olsun diye kızabildiğini söyledi. Burada eşi söz aldı ve kendi çocuklarının önünde kocası tarafından çocuk gibi azarlandığı için çok rahatsız olduğunu söyledi. Eşini anladığını ama eşinin yönteminin yanlış olduğunu belirtti. Ayrıca eşinin böyle davranmasının çocuklarını çok üzdüğünü ve böyle devam ederse çocuklarının babaya cephe alacaklarını belirtti. İkinci görüşmede farkındalık oluşturma ve geri bildirim yöntemleri uygulandı ve eşlere birbirleriyle konuşarak birbirlerinin beklenti ve duygularını öğrenme ödevi verildi. Üçüncü görüşmeye çocukların da katılması önerildi ve eşler bu öneriyi kabul ettiler.

3. *Görüşme:* Bu seansa eşler çocuklarıyla birlikte katıldı. Eşlere bir önceki görüşmede verilen ödevi yapıp yapmadıkları soruldu. Eşler ödevi yaptıklarını ve uzun zamandan beri ilk kez yalnız olarak birbirlerinin duygu ve beklentilerini sesleri yükselmeden ve birbirlerine kızmadan dinleyebildiklerini söylediler. Çocuklarla tanışıldı ve daha büyük olan kız çocuğa evdeki problemler hakkındaki görüşleri soruldu. Kız çocuk, babaannesinin evde her şeye müdahale etmesinden rahatsız olduğunu ve babaannesinin babasını doldurmasından şikâyetçi olduğunu anlattı. Ayrıca erkek kardeşi ile yaptıkları hemen her tartışmada babasının daha kendisini dinlemeden erkek kardeşinin tarafını tutmasından şikâyetçi olduğundan bahsetti. Evde kendisinin çok fazla yükü olduğundan (bulaşık, çamaşır, evi toplama, yemek yapma, kardeşinin yatağı dâhil yatakları toplama gibi işlere yardım etmesi), oysa kardeşinin de bir yetişkin olduğu ve bu işlere onunda yardım etmesi gerektiğinden bahsetti.

Erkek çocuk, kendisinin erkek olması dolayısıyla ev işlerini yapma konusunda itiraz etti. Anne erkek çocuğunun böyle düşünmesinin sebebinin babaanne olduğunu ve kendisi ne zaman oğluna bir iş verse “karışmayın torunuma, o erkektir...” diye oğluna laf söyletmediğini ve eşinin de buna müdahale etmediğini söyledi. Baba, aslında oğlunun da en azından kendi yatağını toplaması ve ufak tefek ev işlerine yardım etmesinin doğru olacağını ama annesinden çekindiği için bu konuda ısrarcı olmadığını söyledi.

Danışman bu görüşmede aile bireyleri özellikle de kardeşler arasında iletişim problemleri için empatik bir tutum sergilemeleri için aile bireylerini destekledi. Erkek kardeşin evde nasıl bir sorumluluk alması ile ilgili eşleri ve kardeşleri bilgilendirdi ve bir dahaki görüşmeye çocukların tekrar gelmesi önerisinde bulunuldu. Babaya çocukları arasındaki problemlerde yönetici rolünde değil, yönlendirici rolünde olması ile ilgili önerilerde bulunuldu.

4. *Görüşme:* Eşler tüm aile bireyleri olarak görüşmeye geldiler. Babaanne ile tanışıldı ve danışman bir önceki seansı özetledi ve evdeki iş dağılımı hakkında konuşulanların pratiğe geçip geçmediğini sordu. Aile bireyleri (anne, baba, kız çocuk) evde bazı kararlar almalarına rağmen erkek çocuğun hala ev işlerinde yardımda bulunmaması konusunda direndiğini ve ara ara kendi yatağını topladığını ama başkaca hemen hiçbir şeye yardım etmediğini söylediler. Aile içi iletişim ve aile sorunları ile ilgili babaanneye fikirleri danışıldı. Babaanne eşinin ölümünden sonra kendini yalnız ve korumasız hissettiğinden ve elinden hiç bir şey gelmeyen bir acizmiş gibi görüldüğünden (kendisine evde istemesine rağmen yemek yaptırılmadığı gibi) şikâyetçi olduğunu ve bunu özellikle gelininin yaptığını söyledi. Gelini söz aldı ve sırf kayınvalidesinin yorulmaması için bunu yaptığını ve ayrıca kayınvalidesine yemek yapmak gibi ev işleri yaptırırsa eşi tarafından azarlanacağını ve belki de darp edilebileceğini söyledi.

Ailede her birey birbirleri hakkında duygu ve düşünce paylaşımında bulundu. Anne ev işlerinin yoğunluğundan dolayı kendisine özel zaman ayıramadığından ama aslında Halk Eğitim Merkezi kurslarına katılmak istediğinden bahsetti. Annenin bu önerisi aile fertlerine soruldu. Özellikle babaanne bu durumdan memnun olacağını, gelininin kurslara gitmesi halinde o günler kendisinin yemek yapabileceğini söyledi. Baba, kendisi için bir mahsur olmadığını belirtti. Çocuklar bu öneriden memnun oldular.

Danışman her bir aile ferdinin duygu ve düşüncelerini ifade etmelerinden sonra, her bir bireye ev ödevleri verdi (anne ve babaya; birbirlerine daha fazla zaman ayırmaları ve ilişkilerini kuvvetlendirebilmek için birlikte yapabilecekleri etkinlikler planlamaları, babaanneye evle ilgili sorumluluklar alması, kız çocuğa ev işlerinde anne ve babaanneye yardım etmesi, erkek çocuğa; ev içindeki kendi sorumluluklarını yerine getirmesi vs.) ve bir dahaki görüşmeye birlikte gelmeleri önerildi.

5. *Görüşme:* Bu seansa babaanne soğuk algınlığına yakalandığı için ve çocukların da sınavı olduğu için katılmadılar. Danışman bir önceki görüşmede herkesin beklentilerini özetleyerek başladı. Anne, Halk Eğitim Merkezinde kursa başladığını ve kayınvalidesinin kendisine yemek yapma konusunda yardım ettiğini ve bu konuda memnun olduğunu söyledi. Baba, annesinin evde iş yapmasından memnun olmadığını ama annesinin bunu istediği için müdahale etmediğini belirtti. Eşle eskisine nazaran aralarının daha iyi olduğunu söyledi. Çocukları arasında tartışmaların devam ettiğini ve özellikle annesinin erkek torununu korumacı tavrını sürdürdüğünü söyledi.

DEĞERLENDİRME VE SONUÇ

Aile ile görüşmelerde stratejik aile danışmanlığı (1) yöntemi kullanıldı. Bu yöntemle ilaveten bilgilendirme, farkındalık geliştirme, geri

bildirim, yansıtma, ev ödevleri teknikleri uygulandı. Stratejik aile danışmanlığı teknik odaklı, kısa süreli, spesifik ve pozitif bir yaklaşımdır. Özellikle gelişim ve organizasyon güçlükleri olan aileler için tercih edilebilecek bir yaklaşımdır (9).

Ailenin yapısı aile tipleri açısından incelendiğinde geleneksel temele dayalı, ataerkil özellikler içeren kapalı bir aile yapısına sahip olduğu görüldü. Aile bir “çekirdek aile” izlenimi vermekle birlikte geniş aileden ayrışmadığı da anlaşıldı. Babaannenin aile ile birlikte yaşıyor olmasının çekirdek aile ile geniş aile sınırlarının birbirinden tam olarak ayrışmamasına yol açtığı düşünüldü.

Ailenin yapısına sistemler açısından bakıldığında; sahip olduğu aile sisteminin geleneksel geniş aile üst sisteminden gelen ve çekirdek aile sistemi karakteri göstermekte zorlanan özellikle olduğu görülmektedir.

Anne-baba sistemi oluşmaya başladığından bu yana eşler karı-koca rollerini ikinci plana atmıştır. Bu durum eşler arasında duygusal ve sosyal paylaşımları yok denecek kadar azaltmıştır. Ailede herkes farklı ihtiyaçlara sahipti ve diğer aile bireylerinin davranışlarını değiştirmeye ya da etkilemeye yönelik tutumları bu ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlayacak bir araç olarak kullanılmaktaydı. Danışman herkesin bu ihtiyaçlarını ve tutumlarının bununla bağlantılarını keşfetmelerini, bu anlamda bir iç görüş kazanmalarını hedefleyerek aile üyelerinin bu yönde gelişme göstermeleri için çalıştı. Aile bireylerinin sıkıntılarını grup içerisinde paylaşmaları aslında bir iletişim problemi yaşadıklarını ve bu durumdan da herkesin rahatsız olduğu gerçeğinin anlaşılmasını sağladı.

Bu süreçte sağlanan bir önemli gelişme de başta babaanne üzerinde odaklanmış olan sorun tanımlamasının değişmesi, aile üyelerinin bu yaşananların ailenin ortak sorunu olduğunu anlamaya başlamaları, bunu kabullenmeleri ve buna yönelik düşünmeye başlamaları olmuştur.

Aile üyelerinin sorunları daha esnek biçimde empati yaparak algılayabilmeleri, yeni farkındalıklar kazanmaları ve sorunların çözümüne

yönelik değişimlere hazır hale gelmeleri terapötik sürecin daha işlevsel hale gelmesini sağladı. Bu aşamadan sonra danışman hedeflenen değişimlere yönelik girişimlerde bulundu. Annenin ailedeki konumu itibariyle kendini sıkışmış hissettiği anlaşılmış, onun dikkatini sorun odağından uzaklaştırmak için kişisel doyum ve boşalmalar sağlayabileceği bazı etkinlikler araştırılmaya başlanmış ve halk eğitim merkezinde düzenlenen takı-tasarım kursuna katılması diğer aile üyeleriyle de görüş birliğine varılarak birlikte planlanmıştır. Bu arada annenin bu etkinliği gerçekleştirirken, evdeki bazı işlerle özellikle yemek yapmakta babaannenin bir katkısı olabileceği konusunda da aile görüş birliğine varmıştır. Böylece babaannenin de aile içinde kendini bir işlevi olan, daha değerli bir birey olarak görmesine ve işbirliği duygusu yaşamasına olanak tanınmıştır.

Eşler arasındaki ihmal edilmiş eş rollerinin yeniden işler hale gelmesi amacıyla; baba ve annenin ev dışında birlikte birtakım etkinlikler yapması planlanmıştır.

Özellikle baba ile çocuklar arasındaki iletişim kalitesinin iyi olmaması nedeniyle bu iletişimin sağlanabilmesi için ortak etkinlikler planlanmıştır. Babalarıyla birlikte ortak bir şeyler yapma fikri çocukları başlangıçta biraz tedirgin etse de etkinliklerin planlanmasına dâhil olacaklarından memnun olmuşlardır.

Danışman seanslarda zaman zaman eklektik yaklaşım tarzını benimsemiş ve aile dinamiğine genel olarak analitik bir perspektifle yaklaşmakla birlikte, davranışsal teknikleri de kullanmıştır.

Bu terapötik yaklaşımlar sonucunda ailede olumlu yönde değişimler sağlanmaya başlamıştır. Sağlıksız aile işlevlerinin azalarak aile bireylerinin sağlıklı aile (temel gereksinimleri karşılama, çatışmaya girmeden sorunların çözümü, sorunlarla başa çıkma becerileri kazanma, birlikte zaman geçirme, yapıcı iletişim örüntüleri sergileme) işlevlerini sağlamaya başladığı görülmüştür.

Aile içi problemlerin çözümünde stratejik aile danışmanlığı yöntemi bu konuda eğitim almış sağlık profesyonelleri tarafından güvenle kullanılabilir etkili bir yöntemdir.

KAYNAKLAR

1. Zastrow C. Sosyal hizmete giriş. Özçelik B, yayın yönetmeni. Çiftçi DB, Aykara A, ve ark. çev. editörleri. 2. baskı. Ankara: Nika Yayınevi; 2014; 256-261.
2. Taştan K. Aile Danışmanlığının Temel Prensipleri, 1. Basım, Erzurum: Atatürk Üniversitesi Yayınları; 2016; 24-52.
3. Özgüven İE. Ailede iletişim ve yaşam. Ankara: PDREM Yayınları; 2001; 3-348.
4. Turan N. Sosyal kişisel çalışma: birey ve aile için sosyal hizmet. Duyan V, editör. 2. baskı. Ankara: Aydınlar Mat;1999.
5. Özabacı N, Erkan Z, Aile Danışmanlığı Kuram ve Uygulamalara Genel Bir Bakış, 1. Baskı, Ankara: Pegem Akademi; 2013; 6-7.
6. Raymond J. C, Danny W, Modern Psikoterapiler 1. Basım, İstanbul: Kaknüs Yayınları; 2012; 636-640.
7. Özcan S. Aile Hekimliği Uygulamalarında Sosyal Hizmetlerin Önemi. TJFMPC 2013;7(4):65-68.
8. Demirbilek M. Aile Danışmanlığı: Bir Uygulama Örneği. TJFMPC, 2016;10 (2):109-120.
9. Gladding ST. Aile terapisi: tarihi, kuram ve uygulamaları. Keklik İ, Yıldırım İ, editörler 2. baskı. Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları; 2012; 5-285.