

---

Prof. Dr. Serap NAZLI

# **AİLE DANIŞMASI SÜRECİ**

---

# Süreç yönetimi

---

- ❑ Aile danışmanlığı **kompleks** bir süreçtir.
  - ❑ Yapıyı kurma
  - ❑ Yapı ile mücadele
  
  - ❑ Danışma sürecinin yönetimi her evrede farklı beceri gerektirir.
-

# Danışma sürecinin 3 ana evresi

---

Danışma sürecinin evreleri:

- İlk evre
  - Orta evre
  - Son evre
-

# İlk Evre

---

- ❑ İlk oturumlarda öncelikle **raport kurma** ve **terapötik işbirliği** oluşturulmalıdır.
  - ❑ Süreç iletişimin başladığı **ilk telefonla** başlar.
  - ❑ Telefondaki ses tonu karşı tarafı rahatlatmalı, **güven** vermelidir.
  - ❑ İlk bilgiler ile **hipotez** oluşturulmaya başlanılır.
-

# Aile danışması süreci (Bilim adamı bakış açısı)

---

1- Problem tespit edilir

2- Bilgi toplanır

3- **Hipotez kurulur**

4- Amaçlar belirlenir

5- Müdahale:

a) Aile üyeleri arasındaki etkileşim kalıplarını değiştirme.

b) Transaksiyonel çeşitliliği kontrol ederek müdahalenin etkililiğini artırma

6- Dönütler kontrol edilir, gerekirse 2. adıma geri gidilir.

7- Sonlandırma

---

# Hipotez kurma;

---

- Aile yaşam döngüsü,
- Aileden elde edilen bilgiler
- Aile kuramları
- Aile danışmanının tecrübesi.

İki tip hipotez:

1. Ailenin doğrusal (neden-sonuç) hipotezi
  2. Döngüsel/sistemik hipotez
-

# Soru sorma

---

- ❑ Aile hakkında bilgi toplamak, onları belirli konularda düşünmeye sevk etmek vb amaçlı sorular sorulur.
  - ❑ Danışma sürecinin ilk evresinde amaç aileyi tanımaktır.
  - ❑ Orta evrede amaç aileyi dönüştürmektir.
  - ❑ Bu sorular geliştirilen **hipotezlere** dayalıdır.
-

---

Yaygın olarak kullanılan dört tip sorudan bahsedilir:

- 1- **Doğrusal sorular:** Problemi tanımlamaya odaklanır. Doğrusal bir neden sonuç ilişkisinin varlığına dayalı olarak oluşturulur.
  - a.) Açık uçlu
  - b.) Kapalı uçlu
-



---

□ **2- Döngüsel/Sistemik sorular:** Döngüsel nedenselliğe dayanır. Aile üyelerinin bağlılığı, ilişkileri, sürekli tekrar eden yapılarının bir taslağı çizilmiş olur.

Ör: Aranızdaki bu sorunla ilgili gözlemleriniz nelerdir?  
Eşinizle aranızdaki iletişimin kalitesini etkileyen faktörler sizce nelerdir?

---

---

□ **3- Stratejik sorular:** Bu sorular ailedeki işlevsel olmayan yapıları gösterir ve aile üyelerini bu yapıları değiştirmesi için teşvik eder. Bu sorular aileyi değişime yönlendirir.

**Ör:** - Anne-babamı sınımayı ne kadar zamandır planlıyorsun?

- Tartışmalarda sürekli oğlundan yana taraf tuttuğunuzda ailede neler olduğunu gözlemliyorsunuz?

---

- 
- ❑ **DönüŖlü sorular:** Aile üyelerinden kendi davranışlarını düşünmelerini ve ifade etmelerini, yeni seçenekler oluşturmalarını teşvik eder.
  - ❑ Stratejik soruya nazaran dönüŖlü sorularda danışman ailenin özerk yapısına saygı duyar, tarafsızdır ve aile üyelerinin algısına inanır.

Ör: Birbirinizle tartışmaktan başka iletişim yollarınız var mı?

Oğlunuza kırıldığınızda bunu ona göstermenin başka yolu var mı?

---

- 
- **İstisna sorular:** Kavga etmediğiniz zamanlarda neler yapıyorsunuz?
  - **Varsayıma dayalı sorular:** Bu problemi çözdüğünüzü nasıl anlarsınız?
  - **Mucizevi sorular:** Sabah uyandığında ansızın aranızdaki sorunun çözülmüş olduğunu görüyorsunuz. Bu nasıl gerçekleşmiş olabilir sence.
  - **Başa çıkma soruları:** Evde durumun daha kötüye gitmemesi için neler yapıyorsunuz?
  - **Dışsallaştırma soruları:** Ailede öfke tüm üyeleri kontrol ediyor. Öfke nasıl oldu da hepinizi tuzağına düşürdü?
  - **Ölçeklendirme soruları:** Gelecekte 1 ile 10 arasında kendini nerede görmek istersin?
-

## Telefonda bilgi toplama:

---

### Telefondan bilgi alma:

- Problem nedir?
  - Ne zamandan beri sıkıntı yaşanmaktadır?
  - Problem kimleri daha fazla etkilemiştir?
  - Görüşmeye kimlerin gelebileceği ve randevu zamanı kararlaştırılabilir.
  - Size kim yönlendirdi?
- 
- Bu bilgiler ile **ön hipotezler** kurulur.
  - Mümkünse **48 saat** içinde randevu verilir. Neden???
-

- 
- ❑ Her **telefon edene** randevu verilmez, danışman etik olarak kendi sınırlarını çizebilmelidir.
  - ❑ Telefonda yeterli bilgi alınmazsa, **ilk seans ön görüşme** niteliğinde olmalı ve birlikte çalışılıp çalışılmama kararı alınmalıdır.
  - ❑ Ya telefonda detaylı bilgi isteyin ya da ön görüşmeye davet edin.
-

# Telefon konuşması:

---

- **Saat 20.00 de** İnci hanım aradı; "Size nasıl yardımcı olabilirim, X genel olarak bahsetti, sizden de duymak isterim" soruma; İnci hanım hamileliğinin 7. ayını doldurduğunu, doktorlar ilk 4 ayda erkek bebek dediklerinde eşi sorun çıkarmamış; ancak kız olduğu belirlendiği günden itibaren agresifleşmiş, 'O bebeği istemiyorum aldır onu, zaten kızları hiç sevmem, etrafımda hep kız var, o bebeği öldürmek istiyorum kendimi tutamayıp karnına vurabilirim, o doğunca öldürebilirim' demeye başlamış. İnci hanım "Eşim evden uzaklaştı geç vakte kadar arkadaşları ile geziyor, depresyondayım diyor ama kendisine yeni kıyafetler alarak eğlenmeye gidiyor" dedi. İnci hanım başlangıçta buna ses çıkartmamış, eşinin bebeğin cinsiyetine alışmasını istemiş, 'ama artık ben dayanamıyorum' diyor. İnci hanım "Bugün işten çıkınca aşırı midem bulanıyordu eve gidecek gücü kendimde bulamadım eşimi çağırdım, geldi bana baktı 'bende bebek öldü de kurtulduk diye sevinmişim ama hala karnında' deyince çok üzüldüm ve hemen X ablayı aradım, o da size yönlendirdi" dedi.
-

---

Ona "İnci hanım yaşadıklarınız çok üzücü lütfen biraz sakin olun... kaç yıllık evlisiniz? Ne iş yapıyorsunuz? Başka çocuklarınız var mı? Daha önce bu tür sorunlar yaşamış mıydınız?" vb kapalı uçlu sorular yönelterek genel bilgi aldım. İnci hanımdan aldığım yanıtlara göre eşlerin ikisi de doktor; eşi 38, kendisi 34 yaşında; 2008 yılında evlenmişler; eşi bir üniversitesinde doçent, kendisi bir hastanede çalışıyor; 3.5 yaşlarında Neşe adlarında bir kızları var ve baba Bülent bey aynı tepkiyi ilk doğumunda da yapmış. "Eşinizin genel olarak size karşı ve ailenize karşı tutumu nasıl? Son 3 aydır mı tepkisel davranıyor?" diye soruyorum; İnci "Aslında hayır benim eşim hep böyleydi, evli olup da bekar gibi yaşayan tek kişi benim kocamdır derim herkese; eşim aynı tepkiyi Neşe'ye de yaptı ve kızımın yüzüne bakmadı, onunla ilgilenmedi ama şimdi Neşe büyüdü her şeyin farkında babam nerede diye ağlıyor, ben onun üzülmesine dayanamıyorum.

---



---

Eşime psikiyatriden randevu aldım gitmedi, şimdide size gelmek istemiyor, ne yapacağımı bilmiyorum” dedi. Ona "Eşinizin gelmeme nedeni ne olabilir sizce?" diye sordum; "Gitmeme ne gerek var, zaten herkes beni suçluyor hatalı buluyor, neden gideyim diyor" diye yanıtladı. "İnci hanım anladığım kadarı ile evliliğinizin başından itibaren bu konuda sorun yaşamışsınız, sizce eşinizin bu davranışlarının nedeni nedir?" diye sorduğumda sebebinin kayınvalidesi olduğunu söyledi, "evliliğimiz süresince bize hep karıştı bir gün bana oğlumun psikolojisini bozdun, kızını da al anana git biraz dedi" diye yanıtladı.

---

---

Ona "İnci hanım lütfen eşiniz ile bir daha konuşun, aile danışmanlığında kim haklı kim haksız, suçlu-suçsuz ayrımı yapmadığımızı, yargıç olmadığımızı ve buna hakkımız olmadığını iletin. Biz aile danışmanları tarafsız bir duruş sergileriz ve kendi problemlerinizi yine kendinizin çözmesi için sizlere destek oluruz. Lütfen sizde eşinizi yargılamayın, gerekirse kendinizin danışmana gitmeye ihtiyacınızın olduğunu ve onunda gelmesini istediğinizi söyleyin. Sizleri birlikte bekliyorum ancak eşinizi ikna edemezseniz sizi haftaya çarşamba öğle arası bekliyorum sizce de uygunsa" dedim. Tamam diyerek telefonu kapattık.

**HİPOTEZİNİZ NEDİR????**

---

## Yapılandırma (yazılı ve sözlü)

---

- Danışman öncelikle kendini ve uzmanlık alanını sınırlılıklarını ifade etmeli
  - Etik ilkeler ve yasal yükümlülükler
  - Aile danışmasının etik ilkeleri
  - Danışmanın rol ve fonksiyonları
  - Tarafsızlık ve objektif duruş
  - Oturum süresi ve sıklığı
  - Ücret, seanslara katılmama durumu
  - Yazılı onam formu
  - YAZILI ONAM FORMU HAZIRLAYINIZ!!!!**
-

## Aileye Katılma/Raport Kurma

---

- Güven, çalışma ilişkisi ve paylaşılan konuların geliştirdiği bu tür bağların kurulması eylemine **terapötik çalışma uyumu** denir.
  - Aile üyelerine & aileye katılma
  - Haley “sosyal evre”, Minuchin “katılım”
-

# Terapötik işbirliği/ittifak

---

## Terapötik işbirliği 2 Tip:

- ❑ **1. Tip:** Sürecin ilk zamanlarında danışanın psikolojik danışman tarafından sergilenen yardımsever ve destekleyici tutumunu algılaması, değişimin er geç gerçekleşeceğine olan inancı kapsar.
  - ❑ **2. Tip:** Sürecin ilerleyen evrelerinde bağlılığın ve danışanın sorunlarını çözmek için üzerinde anlaşılmiş amaçlar konusunda birlikte çalışabilme kapasitesini kapsar.
-

# İlk Seans

---

□ **Haley**'in ilk oturumunun 5 evresi:

1. Sosyal aşama
  2. Problem aşaması
  3. Etkileşim aşaması
  4. Amaç oluşturma aşaması
  5. Yapılacakları belirleme
-

# Ailenin Beklentisi

---

- Problemin **ne zaman** başladığı, bunun için daha önce neler yapıldığı sorulur.
  - Aile üyelerinin tek tek danışmadan **beklentileri** alınır.
  - Beklentiler üzerinde tartışılır!!!!
  - Aile danışmanı kendi sınırlarını çizer ya **çalışma karar** alır yada ilgili **uzmana havale** eder!!!!
-

# İlk evrede temel amaç aile kalıplarını inceleme/aile sistemini değerlendirme:

---

- Aile kalıpları tekrarlayıcı bir doğaya sahiptir.
  - Danışman **seanslarda gözlem** yapar:
    - Birbirleri ile ilişkili olarak nasıl oturuyorlar?
    - Aile için kim konuşuyor?
    - Tartışmada en çok kim destekleniyor?
    - Tartışmaya kimler katılıyor veya katılmıyor?
-



ALİİİİS..  
HADİ GEL  
TOP OYNAYALIM.

GELEMEM.  
YARIN SINAV VAR.

KÖTÜ NOT ALIRSAM  
BABAM BANA ÇOK  
KIZAR, BAĞIRIR.

ANNEM DE BABAMA  
"NİYE BAĞIRIYORSUN  
EL KADAR ÇOCUĞA?"  
DİYE KIZAR. KAUGA  
ETMEYE BAŞLARLAR.

BABAM MASADAKİLERİN  
HEPSİNİ YERE ATAR,  
KIRAR. KARDEŞİM  
KORKUP AĞLAMAYA  
BAŞLAR. SONRA  
BABAM KAPİYİ "GÜM!"  
DİYE ÇARPIP  
GİDER.

ANNEM "O KADINA  
GİDİYORSUN DI MI?  
HADİ GİT" DİYE  
ARKASINDAN BAĞIRIR.  
SONRA ANNEM BANYOYA  
GİRİP AĞLAR... AĞLAR...  
SONRA HASTA  
OLUR, HEP  
YATAR.

AMA BEŞ DAKİKALIĞINA  
OYNAYABİLİRİZ...

OLMAZ!

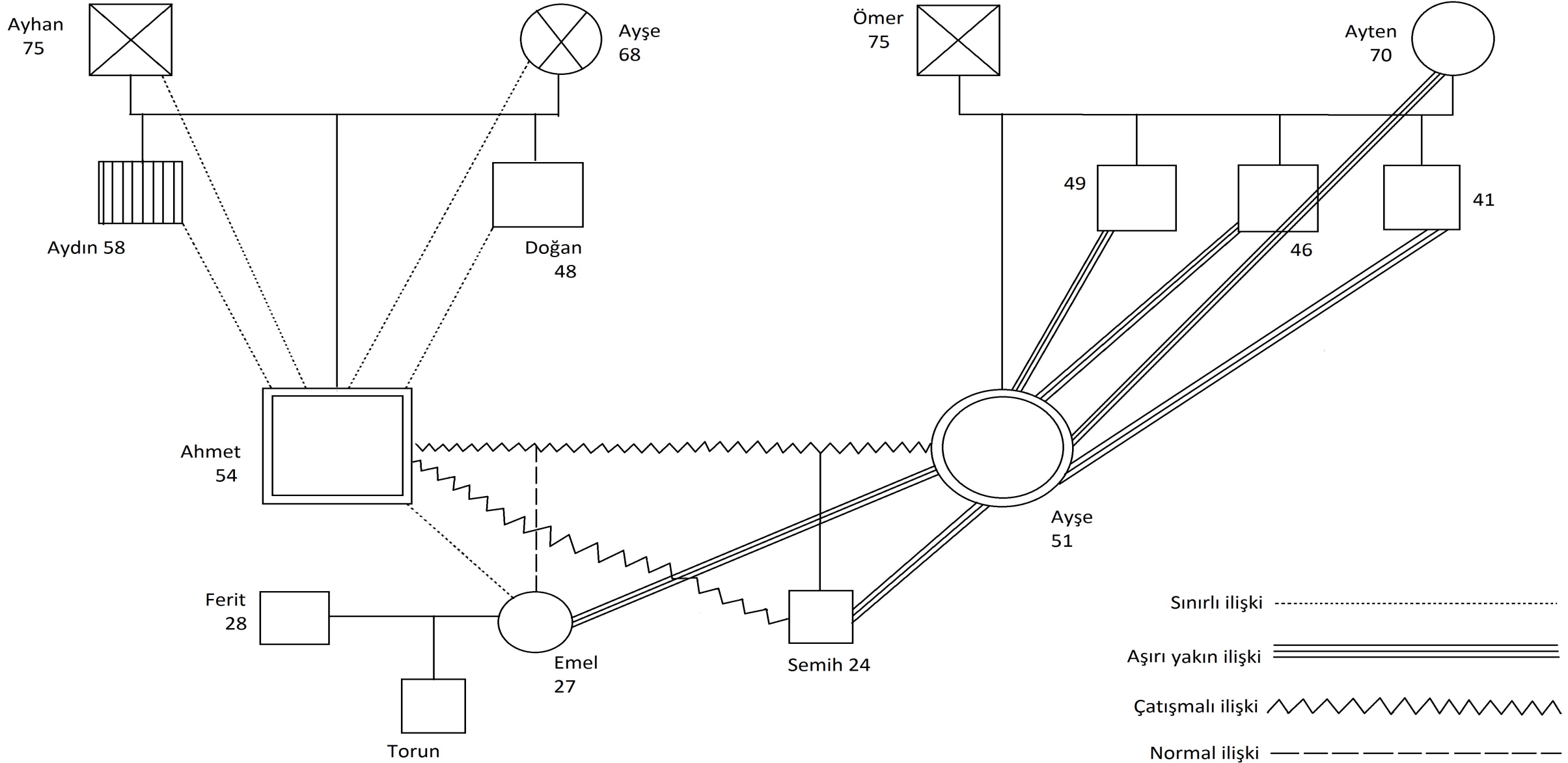


## Araçlar:

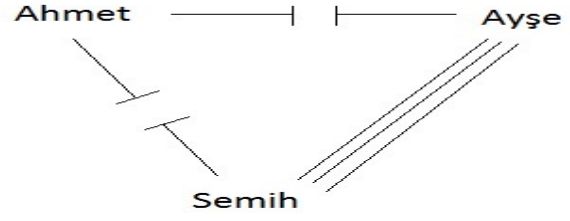
---

- Genogramlar (Bowen)
  - Yapısal aile haritaları (Minuchin)
  - Aile sistemi diyagramı (Satir)
  - Standart araçlar
  - Yapılandırılmış-yarı yapılandırılmış görüşme formları
  - vb
-

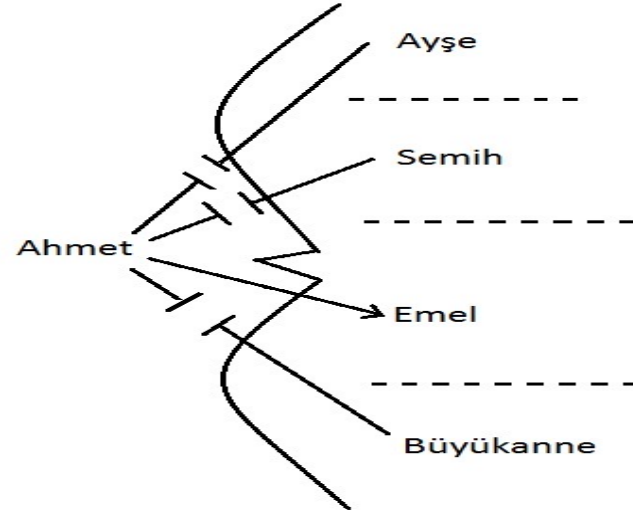
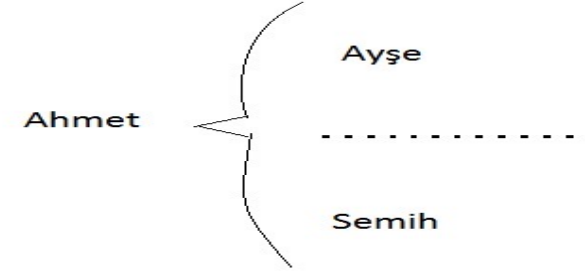
## X Ailesi Genogramı



## Minuchin

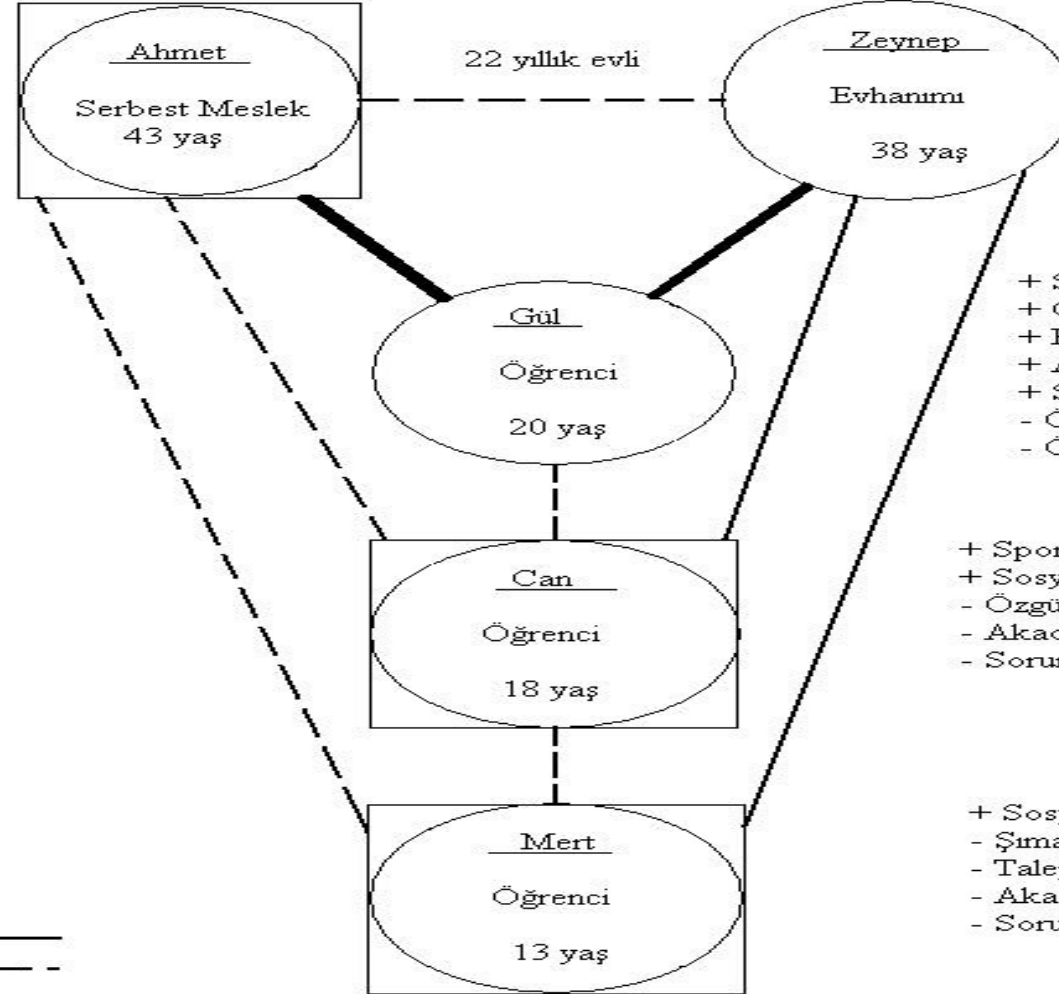


## Aile Haritası



## Zeynep & Ahmet Ailesi

- + Oldukça sosyal
- + Meslekte başarılı
- + Hırslı
- + Çevreye Uyumlu
- Mükemmeliyetçi
- İlgisi ev dışı
- Çevreyi fazla önemsiyor



- + Çocuklarına önem veriyor
- + Güzel yemek yapıyor
- + Sanata eğilimli (resim)
- Antisosyal
- Özgüveni düşük
- Panik atak (10 yıldır)
- Karamsar mizaç
- İntihar eğilimli

- + Sosyal
- + Çocukları seviyor
- + El becerisi yüksek
- + Akademik başarı orta
- + Sorumluluk yüksek
- Özgüveni düşük
- ÖSS sınavı sonrası intihar

- + Spora yatkın
- + Sosyal
- Özgüveni düşük
- Akademik başarı orta
- Sorumluluk az

- + Sosyal
- Şımarık
- Talepkar
- Akademik başarı orta
- Sorumluluk az

Normal İlişki —————  
Mesafeli İlişki - - - - -  
Yoğun İlişki —————

Çocuklara resim çizdirilebilir (Ailede anne-baba ve diğer kişileri 'en çok ne yapıyorlarsa' bunun resmini çizer misin?)



## SEANSTAN KÜÇÜK BİR KESİT

---

Mert'in anne ile ilişkisini merak ediyorum bunun için "Mert diyelim ki bir yıl önce... sen 7. Sınıfta okuyorken, henüz annen baban ve sen aynı evdesiniz. **Bana sıradan hafta içi bir gününüzü ve hafta sonu bir gününüzü nasıl geçirdiğinizi anlatır mısın?** Sizin evde kaçta kalkılır, nasıl kahvaltı edilir, nasıl evden çıkılır gibi bana ayrıntılı bilgi vermeni istesem ne dersin?" soruma Mert biraz düşünerek:

-Babam biz kalkmadan gitmiş olur. Ben sabah 7.00 kalkarım 8.05 de servise binerim.

-Anladım babanın işi evden erken çıkmasını gerektiriyor. Peki annen?

-Annem ben kalktığımda kalkmaz yatar, ben tek başına kahvaltımı yaparım ...çıkarken ben çıkıyorum derim o da tamam der.

---

-Okuldan kaçta gelirsın? Sonra ne yaparsın annenle?

-Ben 16.00 gibi evde olurum, annem o saatte yeni kalkmış olur, benimle ilgilenmez.

-Peki babanla?

-Babam 19.30 gibi gelir, yemek yer babamla oturma odasına gideriz ama annem yanımıza gelmez. Eğer bize abimle yengem gelmişse o zaman annem evde iyi davranır.

-Mert bana genel olarak aileni değerlendir desem ne dersin?

Mert biraz düşünüp "diğer normal aileler gibi değil" diye yanıt verdi

-Mert normal ailelerden farkınız nasıl biraz açar mısın?

-Mesela abimle yengem gibi değil, yengem abime çok iyi davranır.

Ama annem babama ve bana sürekli kızar ilgilenmez, annem bize soğuktur.



## Randevu ayarlama ve ödev verme

---

- Haley'e göre ödev vermenin üç sonucu:
  - 1- Ailelerin farklı hissetmesine ve davranmasına yardımcı olur.
  - 2- Danışman ile aile arasındaki ilişkiyi artırır
  - 3- Aile üyelerinin birbirleriyle nasıl ilgilendiğini görme fırsatı verir.
-

# 1. Seans sonrası ödev:

---

## **Kan kusarım, kızılıık suyu içtim derim...**

Başkalarının gözünden nasıl gözüktüğüm konusunda pek fikrim yok ama beni yakından tanıyan arkadaşlarım; sabırlı, ketum, fazla söylenmeden sessiz sessiz iş başardığımı, dayanıklı olduğumu söylerler. Bence ben ise, sınırları (bu sınırlar bazen duvar haline gelebiliyor) ve kuralları olan, baskıdan hoşlanmayan, adaletli, planlı, programlı, gururlu, sabit fikirli, mesafeli olarak tanımlayabilirim.

Anneme benim yardım alamama konusunda fikir sorduğumda, bana "İnci sen resim kursunda, tablodaki kuğunun kuyruğunu hoca yaptı diye altına kendi adını yazmamıştın" dedi. Zaten kendimi bildim bileli kendi işimi kendim yapmış, hatta, annem babam ayrı olduğu için annesine destek çıkan yardımcı olan bendim. Annem ağabeyimin üzerine gitmez bana ise daha fazla sorumluluk yüklerdi. Okul döneminde karnelerim öğretmen yorumu kısmında hep benzer cümleler olurdu "sorumluluk sahibi, saygılı, karakterli, ağırbaşlı, çalışkan"

---

---

Başkalarından yardım isteme benim için: başkasından medet ummak veya yetememe, engellenmişlik duyguları demek ve yardım istediğim kimsenin sonradan bunu kullanmaya kalkışması veya herhangi bir söz söylemesi bile beni çok kötü hissettirir. Örneğin nöbetlerde annem bakar Neşe'ye, ben sosyal program yaptığımda asla anneme bırakmam. Çünkü nöbette çağırılmaz ama sosyal programda ağlıyor diye bile telefon etse çok rahatsız olurum veya sonra tartışma anında 'ben senin çocuğuna baktım' dese kendi annem bile olsa rahatsız olurum. Aynı şey Bülent için de geçerli ne kadar yakınım olursa olsun bir şey istemek benim için çok zor....

---

---

Peki bugünlerden sonra ne olacak????? Gelecek kaygım çok, çocuklarım hakkında hayallerim var. Gerçekleştirememekten, yetememekten korkuyorum. Doymak için acele acele yemek yemek gibi değil, biraz daha ağız tadı ile keyif için.....gibi olsun istiyorum. Kaygılıyım çünkü Bülent'e güvenmiyorum. İkinci çocuk planlarken de bana yardımı dokunmayacağını, yine sorumluluklarını getirmeyeceğini biliyordum. Ama bu yaşadıklarımız, hem yapmaması hem de beni ve Neşe'yi saçma bir düşünce yüzünden yıpratması beni çok üzdü. Bu evliliği devam ettirebilme konusunda ne ona ne kendime güveniyorum.

**HİPOTEZİNİZ NEDİR????**

---

---

## **İlk evrede her seans sonrası**

- Değişim için ümitlendirme
  - Randevuları ayarlama
  - Ödev verme
  - İzlenimleri kaydetme
-

## ORTA EVRE

---

- Değişimin meydana geldiği evredir.
  - Değişim zordur.
  
  - İki tip değişim:
    1. Birincil değişim
    2. İkincil değişim
-

# Orta evrenin etkililiđi için;

---

1. Aile üyelerini kapsama
  2. Aile üyelerinin birlikteliđi
  3. Kontrat yapma ve karşılıklı ilişkileri güçlendirme
  4. Aile sisteminde bazı değişimleri vurgulama
  5. Yeni davranışları denemek için aile üyelerini pekiştirme
  6. Bir danışman olarak aktif olma
  7. Aileyi dış sisteme bağlama
  8. Sürece odaklanma
  9. Uygun olduğunda şakayı kullanma
  10. Ailedeki değişimin kanıtlarını aramak
-

---

## ORTA EVRE ÖDEV ÖRNEĞİ:

### İlişkiyi 10 puana Yükseltmek için Yapılması Gerekenler

İnci'nin yapması gerekenler:

- İlişkinin düzeleceğine inanmak, olumsuz düşünceleri düşünmemeye çalışmak (ama kendimi biliyorum, üstünü kapatamam bu düşüncelerin kendimi kandırmadan bu olumsuz düşüncelere mantıklı, beni kırmayacak açıklamalar bulmalıyım.
- Eskiye düşünmemek, soru sormamak ve araştırma yapmamak

Bülent'in yapması gerekenler:

- Sevdiğini ispat etmeli
  - Terapiye gitmek
  - Çocuklarına iyi baba olmak (zaman ayırıp ilgilenmek). Melek deme çünkü yarın o büyüyünce nasıl ilgisiz kalacaksın????
  - Artık bakıcımızda geldiğine göre baş başa vakit geçirmemiz mesela
  - Şu sosyal medya olayına çok takılıyorum, dışarıya 'bekar insan' imajını verme ARTIK
  - Ben telefon açınca 'ne oldu' deme
  - İnci'ye zaman ayırmak (özel)
-



## 13. Seans son 5 dk.

---

- **Ben:** Seans sonuna geliyoruz. Tatil dolayısı ile uzun süre görüşemeyeceğiz. Son olarak sormak istiyorum, burada olmak size neler kattı? Seanslar size faydalı oldu mu?
  - **Bülent:** Evet ben bu işlere inanmıyordum, gidip konuşup ne olacak diyordum. Ama öyle değilmiş, keşke daha önce gelseydim. Konuşmak, kendini anlatmak bana iyi geldi.
  - **İnci:** Bana da iyi geldi. Objektif, tarafsız bir uzmanın bulunduğu yerde sorunlarımızı konuşmak çok iyi. yoksa biz debelenip duruyoruz.
  - **Ben:** Peki size iyi tatiller diliyorum. Bir sonraki seans için tarih veremiyorum, bunu İnci hanıma bırakıyorum.
-

## Orta Evrede Aile Danışmanı'nın Rollerı

---

- Danışma sürecinde aileye değişimin **kanıtları** gösterilmesi faydalı olur.
  - Ailede değişim zaman alır ve bilişsel-duyuşsal ve davranışsal boyutta bu değişim gözlemlenmeli ve aileye göstermelidir.
  - Tutulan kayıtlar, izlenim notları vb paylaşılarak ailenin danışma esnasında elde ettiği kazanımlar gösterilmesi **değişimi hızlandırır** motivasyonu artırır.
  - Danışman **içerikte** kaybolmamalı **sürece** odaklanmalıdır.
  - Ev ödevleri ile yeni öğrenmeleri pekiştirmek
-

# Son Evre

---

- ❑ Aile danışmasında daha fazla bağımlılık sorunu oluşabilir.
  - ❑ Sonlandırma sürecinin dört adımı:
    - 1- Yönelim: Danışman'ın ailenin amaçlarına ulaştığını anlamasıyla başlar
    - 2- Özetleme
    - 3- Uzun süreli amaçların tartışılması
    - 4- İzleme
-

### 3 izleme Örneği: 3 ay sonra izleme amaçlı telefon görüşmesi:

İzleme amaçlı her iki eşin (İnci-Bülent) cep telefonuna "Nasılsınız? Her şey yolunda mı?" mesajı attım; mesajıma İnci hanım arayarak cevap verdi. Temmuz'da işlerime yoğunlaştım bir türlü ortak boş zaman bulamadığımız için arayamadım kusura bakmayın; akademik çalışmalarına ağırlık verdim, iki yurt içi bir yurt dışı makalem kabul gördü ve bu beni çok mutlu etti dedi.

-Bunları duyduğuma çok sevindim....Peki Bülent beyle ilişkin nasıl? Bülent beyin kızları ile ilişkisi nasıl?

-Çok iyi her şey yolunda, arada bir sorun oluyor ancak bunları artık doğal karşılıyorum.

-Peki Bülent beyin kızları ile arası nasıl?

-O da çok iyi, Neşe babasına hayran hatta arkadaşlarımızın da dikkatini çekmiş, babasına çok düşkün diyorlar. Melek'te babaya gülüyor ona baba diyor, Bülent ona tepkisel değil. Hatta bu durum böyle giderse seneye Kıbrıs'a gidebiliriz dedim, Bülent çok sevindi.

-Peki sen Kıbrıs'a gitmeyi istiyor musun?

-Evet istiyorum, artık bir şey yaparken önce 'ben bunu gerçekten istiyor muyum?' diye soruyorum, ben erkek çocuk istiyorum biliyorsunuz.

-Evet biliyorum, sen erkek çocuğu kocandan daha fazla istedin ve önemli olan senin üçüncü çocuğu sadece kocan için değil kendin için de istemen, önce olsa kendini değil daha çok karşı tarafı düşünürdün ama şimdi olumlu yönde değiştini anlıyorum.

-Öyle mi? ..... (durakladı, söylediklerimi zihninde tarttı)... Aslında doğru söylüyorsunuz, geçenlerde Melek'i bakıcıya bırakıp, Neşe'yi alıp bir arkadaşım ile buluştuk. Tesadüfen yakında Bülent'te arkadaşı ile oturuyormuş; Neşe'yi ona bıraktım ama Neşe annemi isterim diye tutturmasına rağmen, ben 'Bülent lütfen Neşe'yi bugün sen oyala, ben arkadaşım ile buluştum' dedim, hatta buna arkadaşım da şaşırıldı.

-Elbette çünkü sen değiştin, önce olsa Melek'i dadiya bırakıp çıkmazdın, Neşe'yi babaya bırakmazdın, hatta Melek daha küçüktü sen üç gün kongreye gittin ve tüm bunlar olumlu değişimler, önce ben demeye başlaman çok güzel.

-Evet haklısınız.

## Danışma Sürecinde Önemli Unsurlar

---

- ❑ Danışma sürecinin uzunluğu? (10 seans 6 ay)
- ❑ Seansların uzunluğu? 45-50 dk ya da 90 dk
- ❑ Bütün aile üyelerinin seanslara katılması?

Not: Tek bir eşle yapılırsa dahi aile sistemine odaklanılır.

---

# Etkili Bir Danışma İçin Gereken Beceriler

---

- Etkin dinleme
  - İçerik ve duygu yansıtma
  - Özetleme
  - Kendini açma
  - Yüzleştirme (çelişkileri bildirme)
  - Yorumlama
-

# Danışma Sürecinde Yapılan Hatalar

---

- Yapıyı kuramama/yapılandıramama
  - Dikkat ve ilgiyi göstermede yetersizlik
  - Aile üyelerini terapötik sürece çekememe
  - Aileyi problem üzerine çalışmaya sevk edememe
  - Sözel olmayan aile dinamiklerine dikkat etmeme
  - Detayları aşırı önemseme
  - Herkesi mutlu etmek için uğraşma
  - Sözel ifadeleri aşırı önemseme
  - Çok erken veya çok kolay çözüme ulaşmak isteme
  - Ailenin bir üyesiyle aşırı ilgilenme
-