

Aile Psikolojik Danışması Süreci

Prof. Dr. Serap NAZLI

Aile ile çalışma zor ve kompleks bir süreç

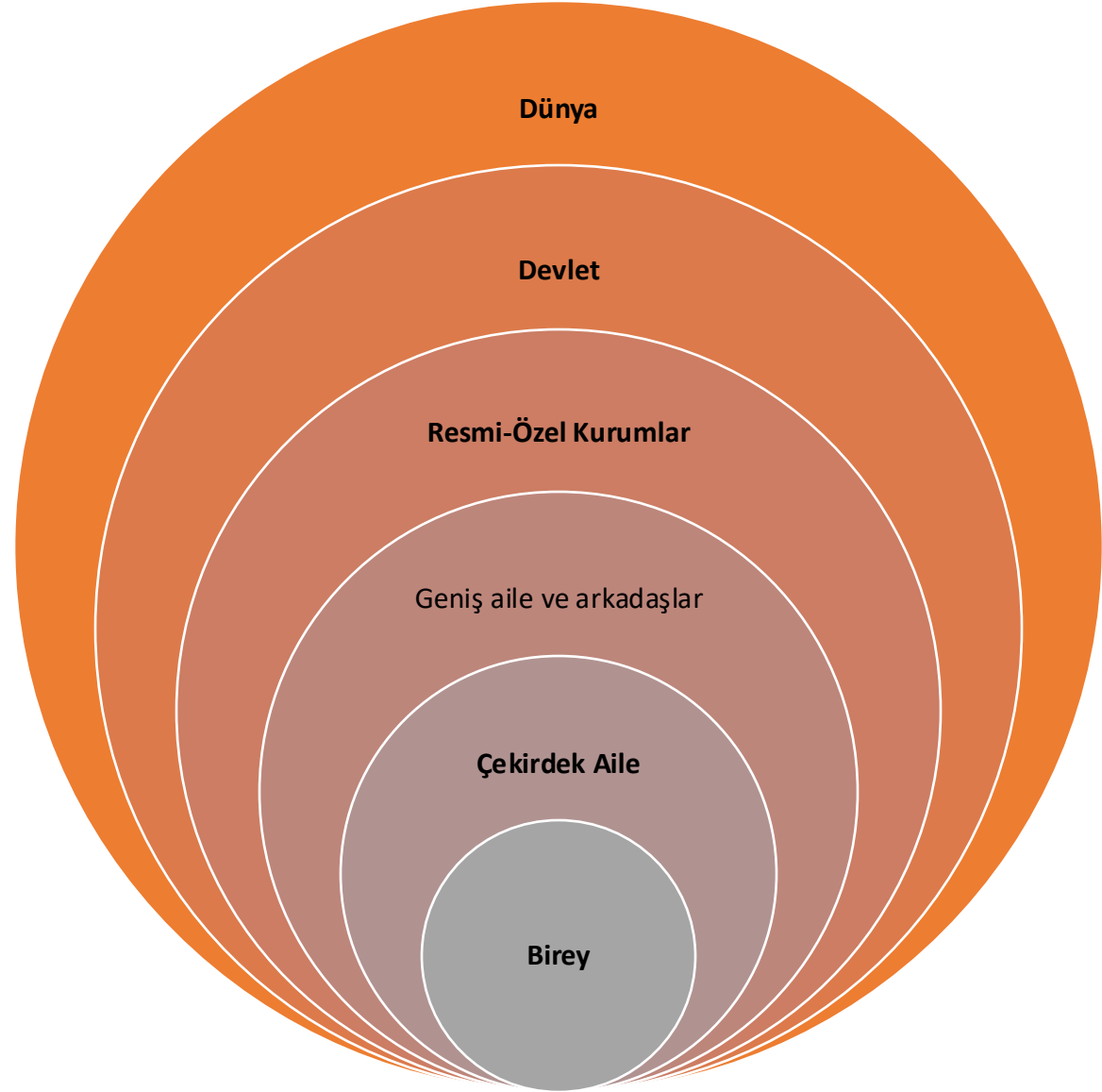
✓ *Ailenin karmaşık bileşenlerinin olması:*

- İç dinamikleri (üçgen, kurallar, koalisyon, güç, gruplaşma, hiyerarşi, alt sistemler, sınırlar vb)
- Dış dinamikler (geniş aile, komşular, okul, iş yeri, ekonomik kriz, pandemi, gelenek-görenekler, yasal mevzuatlar vb)

✓ Kapsamlı çalışma alanının olması:

- Evlilik öncesi
- Eş odaklı
- Çocuk odaklı
- Boşanma

Ekolojik Yaşam Sistemi



Aile Danışması Süreç Yönetimi Modeli (Aile-DSYM)

Tasarlayan= Serap NAZLI



Aile-DSYM

1. Aşama

1.Aşama: Danışma Sürecine Hazırlık

-Profesyonel gelişim için araştırma yapın.

-Danışma ortamınızın fiziki düzenlemesini yapın.

-Veri toplama araçlarını hazırlayın.

-Çalışma çizelgesi oluşturun.

-Merkezin kimliğini belirleyin ve ilgili platformlarda ilan edin.

-Özel çalışılıyorsa seans ücretlerini belirleyin.

-Sözlü ve yazılı **onamınızı** hazırlayın.

Aile-DSYM

2. Aşama

2.Aşama: İlk Evre

-Web sayfanızı düzenleyin; telefon ve e-postaları kim ve nasıl yanıt verecek ayarlayın.

-Yüz yüze ve telefonda nasıl ön görüşme yapılacağını belirleyin.

-**Hipotez/ler** oluşturun.

-İlk oturumu **Haley'in beş basamağına** göre yapılandırın.

-Problemi belirleyin ve birincil değişim amaçlarını saptayın.

-Aile sistemini **dokuz boyutta** değerlendirin.

Aile danışmasında hipotez (Minuchin)

- **Hipotez oluşturmada** yararlanılan kaynaklardan birisi de ailenin içinde bulunduğu **yaşam döngüsüdür**.
- Hipotezler aileden elde edilen **bilgilerden**, mevcut **kuramlardan** ve danışmanın **deneyimlerinden** oluşturulur.
- Ailenin **hipotezi doğrusaldır**. Danışman ise tüm aile sistemini dikkate alarak **döngüsel-sistemik** hipotez kurar.

İlk Seans

Haley'in ilk oturumunun 5 evresi:

Sosyal aşama

Problem aşaması

Etkileşim aşaması

Amaç oluşturma aşaması

Yapılacakları belirleme

Sistemik değerlendirmenin 9 boyutu:

1. Bireysellik-bütünlük (ben-biz dengesi)
2. Denge (homeostazi) (gelişimsel-ani)
3. Etkileşim-iletişim
4. Kurallar ve hiyerarşi
5. Alt sistemler ve sınırlar
6. Fonksiyon ve görevler
7. Üst sistem ve kök aile
8. Aile yaşam döngüsü
9. Fizyolojik ve psikolojik problemler

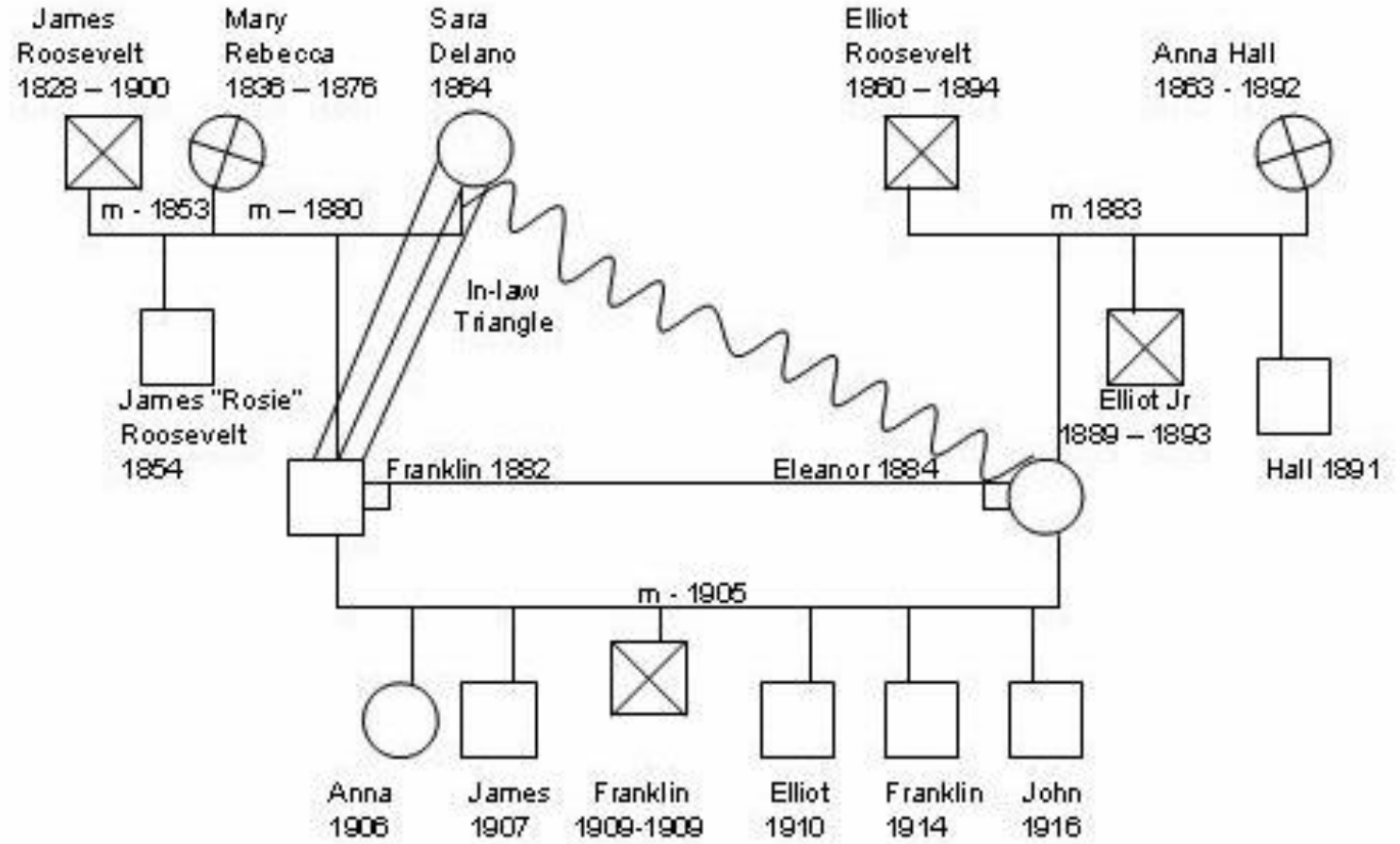


Değerlendirme araçları

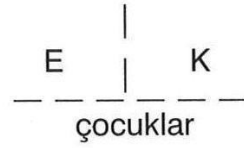
- Bowen= Genogram
- Minuchin= Aile haritası
- Satir= Aile diagramı
- Kültüre uygun standart ölçekler
- Yarı yapılandırılmış görüşme soruları
- Ödevler



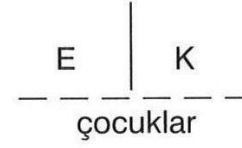
Genogram=
3 kuşuğun
şeması



Aile Haritası (Minuchin)



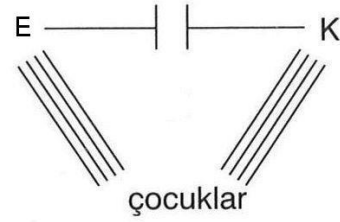
(a) Sınırları açık/belirgin aile



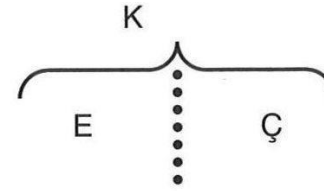
(b) Birbirinden kopuk eşler



(c) Sınırları belirsiz aile



(d) Birbirleriyle çatışmaları olan ve çocuklarının yaşam alanlarına aşırı karışan ebeveynler



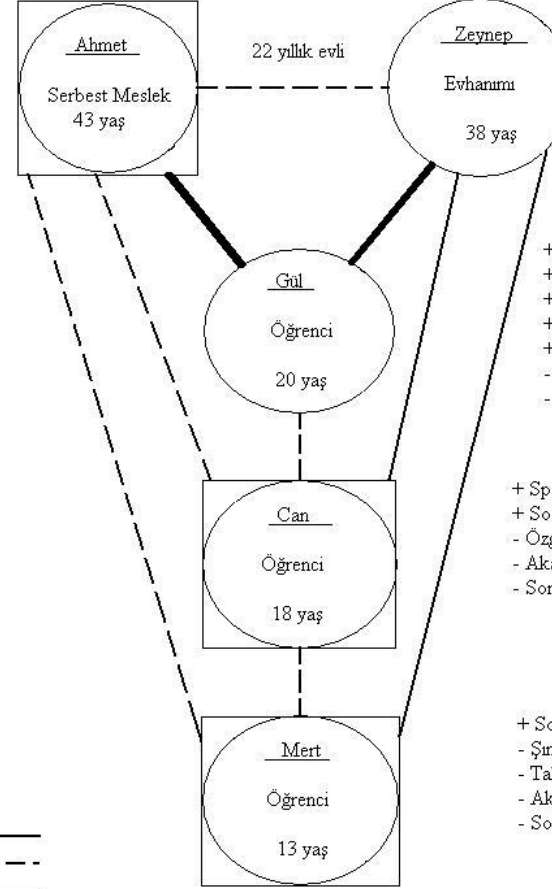
(e) Bir ebeveyn ve çocuk arasında kuşaklararası ittifak teşkil eden koalisyon

Aile sınırlarının çeşitleri

Aile diagramı (Satir)

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 ————

Çocuktan al
haberi 😊



Aile-DSYM

3. Aşama

3.Aşama: Orta Evre

-Aile sistemini değerlendirdiğiniz verilere odaklanın.

-Danışma hedefini gerekirse revize edin.

-Ailenin değişim potansiyelini öngörün.

-Aile üyelerinin sorumluluklarını almaya teşvik edin.

-Sorular ile yeni davranış kalıplarının olabileceğini kavratın.

-Ödevler ile yeni davranışları deneme fırsatı verin.

-Alt sistemleri yapılandırın.

Soru tipi

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?

Soru tipi

- **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-babanı sınımayı ne kadar zamandır planlıyorsun?

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

- **Dönüştürücü sorular:** Aile üyelerinden kendi davranışlarını düşüncelerini ve ifade etmelerini, yeni seçenekler oluşturmalarını teşvik eder.
- Stratejik soruya nazaran dönüştürücü 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?

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.

Aile-DSYM

4. Aşama

4.Aşama: Son Evre

-Birincil deęişimi hedefleyin.

-Sonlandırma sürecini öngörün.

-Son oturumu yapılandırın.

- İzleme seanslarını ayarlayın

Aile-DYSM Uygularken

- Seans sayı ve süresi= 1 + 4/6 + 2 (ön görüşme, 5/6 seans, 2 izleme)
- Rogerian tutum
- Empati ile sempatiyi karıştırmama
- Geçmişe değil geleceğe odaklanma
- Ailenin sosyo-ekonomik düzeyini dikkate alma
- Kültürel değerleri dikkate alma





Kaynak:

- Nazlı, S. (2020). Aile Danışmanlığı Süreci. ***Evlilik ve Aile Psikolojik Danışmanlığı***, 1. Baskı. Editör S. Nazlı, s. 110-134, Ankara: Anı Yayınevi.

Özel çocuklu aileler için Aile-DSYM temelli aile danışmanlığı programı

- MEB'te AİLE DANIŞMANLIĞI programları yayımlanmaya başladı 😊
- SAHA MEB= Okul temelli aile psikolojik danışmanlığı

MEB ÖRGM

Genel Müdürümüze & Rehberlik Hizmetleri Daire Başkanımıza Teşekkürler 😊

