

Sistemik Yaklaşımın İlkeleri ve Temel Kavramları

Prof. Dr. Serap NAZLI

Sistem perspektifinin 4 temel ilkesi

1. Bireyin sorunlu davranışı ailenin işleyişine karşı geliştirilmiş bir işlevi ya da amacı olabilir.
2. Sorunlu davranış belki de ailenin sürecini işletiyor olabilir.
3. Sorun davranış ailenin yeterli işlevde bulunmaması sonucu ortaya çıkmış olabilir.
4. İstenmeyen davranış kuşaktan kuşağa aktarılmış bir işlev bozukluğu örüntüsü olabilir.

Bu ilkeler «sorun» odaklı bakış açısını sergiliyor. Neden???

İlkelere örnek verelim 😊

1. Bütünlük

- Ailenin kompleks bir yapısı vardır.
- Aile sistemi bir gestaltdir.
- Bütünlük, aile sistemindeki öğelerin birbirine bağıllığını ifade eder.
- **Bağıllık ile bağımlılık farklı mıdır?**
- Bir öğe tek başına değil bağlantıda olduğu sistemin bütünlüğü içerisinde anlaşılır.

Son maddeyi «bireysel» danışma/terapi ile tartışalım 😊

2. İlişki/iletişim:

- Aile sosyal bir sistemdir. Üyeleri arasında karşılıklı ilişki, iletişim vardır.
- Aile üyelerinin birbirlerine düşünce ve duygularını açıkça ifade edebilmesi önemlidir.
- Ailede etkileşim örüntüleri önemlidir.
- Bunun için:
 - ✓ **Ne sorusu** neden/niçin sorusundan daha önemlidir.
 - ✓ **Ailede neler oluyor?**
- Sözlü-sözsüz tüm davranışlar iletişimin önemli yönleridir.
- Eşler ailenin “mimarı” olarak algılanır. O nedenle eşlerin iletişimi/etkileşimi önemlidir:
- Eşler arasında bağlılık var mı?
- Eşler birbirlerinin gereksinimlerini karşılayabiliyorlar mı?
- Eşler arasında ilişki simetrik mi yoksa tamamlayıcı mı?
- Eş ilişkisi aile sistemi nasıl etkiliyor?

3. Eşit Ereklik

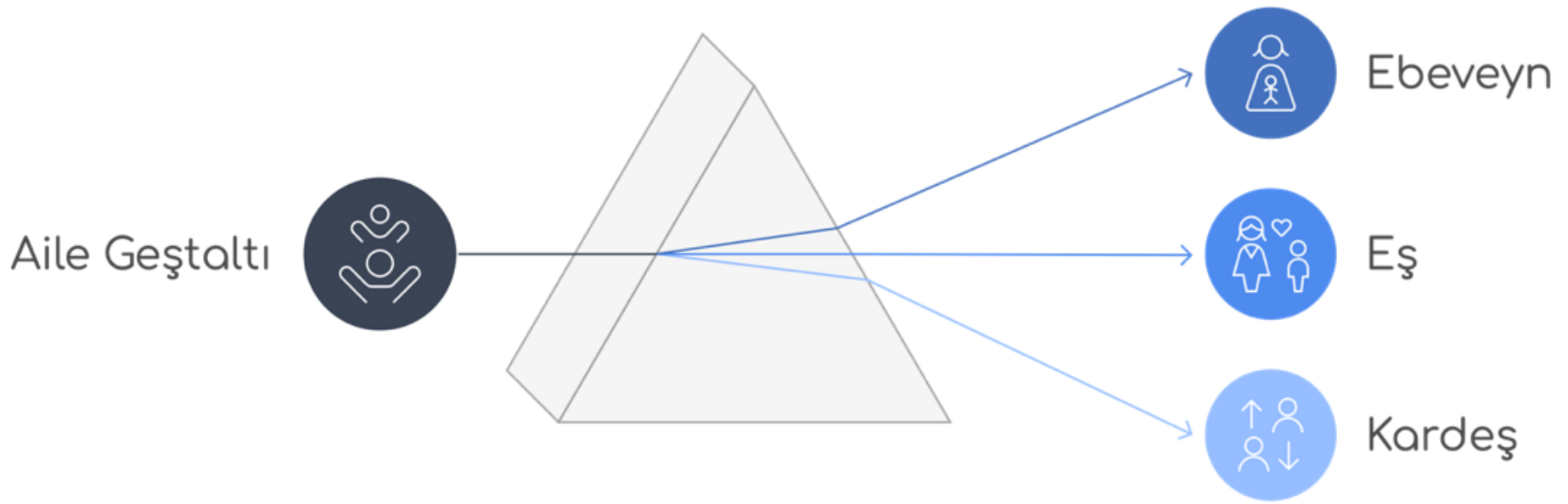
- Sistem yaşayan bir yapıdır.
- Her sistem «zaman» içinde değişir, dönüşür.
- Yavaş/hızlı değişim kaçınılmazdır.
- Aileler 'açık' sistemlerdir.
- Aile danışmasında geçmişin önemi inkar edilmez ancak aile sistemindeki problemler 'şimdi'ki etkileşim kalıplarından dolayı devam eder.
- **Aile yaşam döngüsü** evreleri, ailenin zaman içindeki doğal değişimine odaklanır.

4.Denge & Homeostazi

- Ailenin istikrarı için «denge» önemlidir.
- Ailenin her üyesi bilinçli ya da bilinçsiz dengeyi sağlamaya çalışır.
- Ailede durağanlık bozulduğunda aile üyeleri onu restore etmeye çalışır.
- Aile dengesini yeniden oluşturmazsa yardım arar.
- **Ailenin dengesi nasıl bozulur?**
- Aile yatay ve dikey pek çok problemle karşılaşır:
- **Yatay:** Gelişimsel (yaşam döngüsü geçişleri) ve ani (savaş, ekonomik kriz, deprem, kronik hastalık vb.)
- **Dikey:** Kuşaktan kuşağa aktarılan doğuştan miras, toplumsal beklentiler, mitler, sorunlar vb.

5. Açık-Kapalı Sistem:

- Aile toplumun en küçük birimidir.
- Aile birimi toplumla karşılıklı etkileşim halindedir.
- Aile sistemi **dış sisteme** ne tamamen açık ne de kapalıdır.
- Her ailenin kırmızı çizgilerinin olması gerekir.
- Sağlıklı bir ailenin açık-kapalı arasında dengesi olması lazım.
- Kuşak çatışması fazla kapalı sistemlerde olur.
- Çok açık sistemde ailenin devamlılığı zordur.
- Günümüzde ailelerin dış sistem ilişkisi nasıl?
- Bilişim teknolojileri (sosyal medya) aileyi nasıl etkiler?



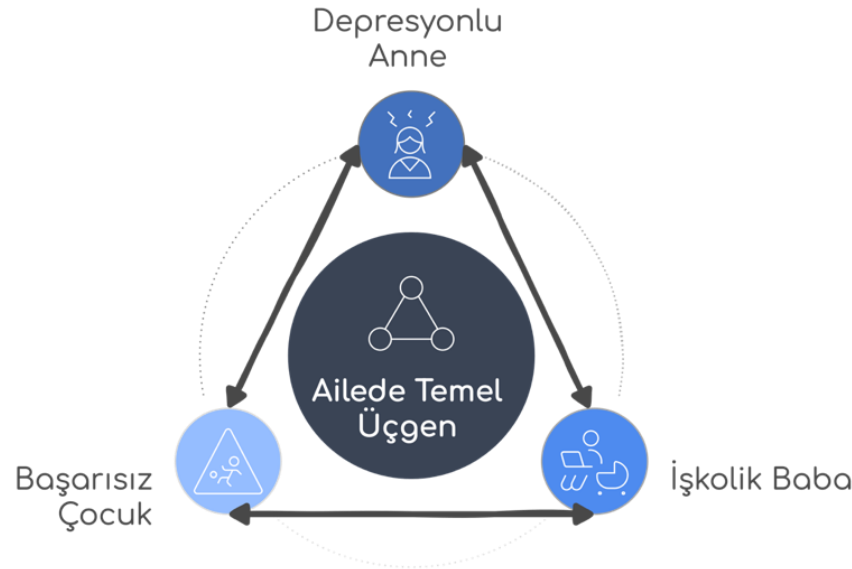
6.Alt Sistemler ve Sınırlar:

- Aile bütündür, gestalttir.
- Bu bütün alt sistemlerden oluşmuştur.
- Çekirdek ailede en az 3 alt sistem vardır: Eř, ebeveyn, kardeş/çocuk
- Bir aile üyesi birden fazla alt sistemin üyesidir.
- Alt sistemler yaşa, cinsiyete, ilgiye vb. değişebilir.
- Her alt sistemin rolleri ve buna bağlı görevleri vardır.
- Her alt sistemin bir sınırı vardır.

7.Kurallar:

- Aile kurallarla yönetilen bir sistemdir.
- Kurallar ailenin davranış kalıplarını ve rollerini belirler.
- **Ailede kurallar nasıl belirlenir?**
- Katı (sınırı) olan ailelerde belirgin-değişmez kurallar vardır, belirsiz ailelerde kural çok azdır.
- Katı ailelerde kurallar emredicidir, otorite kuralları koyar diğer üyeler uyarlar.
- **Sağlıklı ailelerde kurallar duruma göre esnetilir, kurallar ortak alınır, açık ve nettir.**

8. Döngüsel nedensellik



- Aile sistemi karşılıklı-döngüsel-sistemik etkileşim örüntüsüne sahiptir.
- İlke: Sistem içindeki etkileşim kalıpları doğrusal değil döngüseldir.
- Her üye birbirini etkiler ve etkilenir.
- Ailede sistemde neden-sonuç yoktur.
- Aile bir Geşalttır ve tüm üyeler karşılıklı etkileşim halindedir.

GÖNÜLLÜ FİNAL ÖDEVİ-1: Aile temalı roman/film/dizi temel kavramlara göre inceleyelim:

- 1.Ailenin bütünlüğü nasıl? Sizce bu ailenin kimliği en iyi nasıl betimlenir?
- 2.Ailenin dengesini bozan iç ve dış faktörler neler? Aile dengesini nasıl koruyor?
- 3.Temel alt sistemler (eş, ebeveyn, kardeş/çocuk) işlevsel mi?
- 4.Ailenin düzeni için hangi kurallar var? Kurallar nasıl alınıyor?
- 5.Aile üyeleri arasında etkileşim ve iletişim nasıl? Duygu ve düşünceler ifade edilebiliyor mu?
- 6.Ailenin dış sistem ile etkileşimi nasıl? Açıklık-kapalılık dengesi nasıl?
- 7.Döngüsel nedensellik örüntüleri nasıl? Örnek?
- 8.Ailenin YEDİ KATMANLI YAŞAM SİSTEMİ nasıl?

GÖNÜLLÜ FINAL ÖDEVİ- 2:

-Suça sürüklenen
çocukların aile
sistemlerinin genel
özellikleri nelerdir?

skandal mektup... Aslanlar gibi yatıp çıkacaklarmış

Güncelleme Tarihi: Ekim 04, 2025 07:30

#İstanbul

#Mattia Ahmet Minguzzi

#Andrea M



Aziz Özen

azizozen@hurriyet.com.tr

Oluşturulma Tarihi: Ekim 04, 2025 07:00