Temel Sistemik Kuramlar-2
Stratejik Aile Terapisi

Prof. Dr. Serap NAZLI

Kuramları öğrenirken;

Bir çekirdek aileyi zihninizde canlandırınız. Ailenin kimlik bilgilerini etik olarak gizleyiniz.

- Anne-baba-çocuk/lardan oluşan çekirdek ailenin;

✓**Kadın-anne:** Kaç yaşında, eğitimi, mesleği, kök ailesi, kaç kardeş ve onlarla etkileşimi, evlilik yılı, kaçıncı evlilik/boşanma/ayrılık, eşi ve çocukları ile ilişkisi vb.

✓**Erkek-baba:** Kaç yaşında, eğitimi, mesleği, kök ailesi, kaç kardeş ve onlarla etkileşimi, evlilik yılı, kaçıncı evlilik/boşanma/ayrılık, eşi ve çocukları ile ilişkisi vb.

✓**Çocuk/lar:** Kaç yaşında, eğitimi, ebeveyn-çocuk etkileşimi, kardeş etkileşimi vb.

✓Hanede yaşayan başka kim/ler var?

Stratejik Aile Terapisi

Bateson, Haley, Jackson, Weakland önemli temsilcileridir.

Stratejik aile terapisi şizofren ailelerin iletişim kalıplarını inceleyen ilk kuramlardan birisidir.

Şizofrenik ailelerde sıkça yaşanan çifte bağ (double bind) iletişimini tanımlamışlardır.

Sibernetik Sistem ve İletişim

Çifte bağ iletişiminde bir aile üyesi diğerine birbiri ile çelişkili/zıt iki mesajı aynı anda göndermektedir.

Mesajın biri sözlü diğeri sözsüz mesajdır.

Bu durumun aile üyelerinde sıkıntıya neden olduğu ve hastalıklı ortamın oluştuğu savunulur.

İletişimde iki mesaj:

Dijital iletişim: Mesajın sadece tek bir anlamı olması, açık-net

Anolojik iletişim: Mesajın çok değişik anlamı vardır. Ses tonu, beden dili mesajın anlamını değiştirir.

- Jay Haley’e göre, iletişimin döngüsel olduğu ve aile üyelerinin birbirini etkilediğini savunur.
- Sağlıklı ailenin iletişim örüntüleri net ve esnektir.
- Aile sibernetik bir sistemdir.
- Ailede her üye diğerini denetlemeye ve yönetmeye çalışır.
- Üyelerin birbirlerini yönetme çabası, diğer bir ifade ile güç savaşı aile ortamını bozar ve psikolojik sorunlara yol açar.

Hiyerarşi

Stratejik aile terapisinde aile hiyerarşisi önemlidir.

Hiyerarşi bu kuramda güç anlamındadır.

Hiyerarşi ailenin kültürüne göre değişir.

Geleneksel olarak güç erkektedir.

Bir ailede hiyerarşi sıkıntıya neden oluyorsa değiştirilmeli, aksi halde karışılmamalıdır.

Fonksiyonel/İşlevsel/
Sağlıklı Aile

Sağlıksız aile yerine sağlıklı aile üzerinde daha çok durmuş; sağlıklı ailenin fonksiyonlarına önem vermiştir.

Sağlıklı aileler, aile yaşam döngüsünün çeşitli evrelerinden geçebilirken, sağlıksız aileler zorlanırlar.

Ailenin gelişimi (aile yaşam döngüsü)

Bir bireyin gelişimi değil ailenin zaman içindeki gelişimine odaklanılır. Haley'e göre bu aşamalar:

- Flört dönemi
- Evliliğin ilk yılları
- Çocuğun dünyaya gelmesi ve çocukla ilgilenme
- Evliliğin orta dönemi
- Ebeveynlerin çocuktan kopması
- Emeklilik ve yaşlılık

Temel varsayımları:

- Semptomlar ailenin sağlıksız olduğunun önemli bir göstergesidir.
- Aile sistemi değişmeden bir bireyin (damgalanmış hasta) değişmesi beklenemez.
- Değişim için içgörü gerekmez.
- Bireysel sıkıntılar ‘aile fonksiyonlarının termometresi’ olarak görülür.
- Bir üyenin normal dışı davranışı bütün ailenin bir sıkıntı içinde olduğunu gösterir.
- Aile hiyerarşisi çok önemlidir. Bir çok problem hiyerarşideki bozukluktan kaynaklanır.
- Sağlıklı ailelerde kendi bağlamına (yani kültürüne) uygun net bir hiyerarşi sistemi vardır.
- Sağlıklı ailenin iletişim örüntüleri net ve esnektir.

Ailede problem 3 biçimde görülür:

Sibernetiktir; aile iletişim ağındaki problem kronik problemlere yol açar.

Yapısaldır; aile hiyerarşisi ve sınırlarındaki bozukluktan kaynaklanır.

Fonksiyoneldir; bireylerin birbirini koruma ve kontrol etmeye çalışmasından kaynaklanır.

Danışma Süreci

- Danışma sürecinin amacı ailenin şu anki problemlerini çözmektir.
- Danışmada ilk görev ailenin çözebilecekleri bir problemi belirlemesine yardımcı olmaktır.
- Bir diğer amaç da, aile üyelerini aile yaşam döngüsünün bir sonraki evresine geçişine destek olmaktır.
- Yaklaşık 10 oturum süren kısa süreli danışma tercih edilir.
- Danışma sürecinde ailenin daha önce denemiş olduğu çareleri değerlendirir, bunlardan farklı çözümler denenir.
- Danışma süreci spesifik amaçlara yöneliktir, problem odaklıdır, ailenin getirdiği problemin çözülmesi hedeflenmektedir.

- Danışmanın başarıyla sonuçlanması için **4 işlemin sağlanması** gerekir :

1. Açıkça ve kısaca problemi belirleme
2. Son zamanlarda denenmiş bütün çözüm yollarını inceleme
3. Başarabilecek açık ve somut değişimi belirleme
4. Değişim için strateji planlama ve yerine getirme

Danışmaya tüm aile üyeleri katılmalı mı?

- Aile terapilerinin önemli sorunsalıdır.
- Stratejik danışmanlar ilk danışma seansında herkesin bulunmasını ister, diğerlerinde tek bir aile üyesi ile de çalışılabilir.
- Ailede tek kişi ile değişim mümkündür ancak bunun için danışmanın becerikli olması gerekir.

Teknikleri:

- Şu anki problemi gidermek ve davranışları somutlaştırmak için ödev verme, yeni beceriler öğretme, tavsiye verme gibi yönlendirici teknikler kullanılır. Bunun dışında:
- Direktifler (yönerge yani ödev)
- Mecaz (metafor)
- Dini Törenler
- Yeniden çerçeveleme

Kuramın güçlü-zayıf yanları:

- + Etkiliği test edilmiştir
- + Belirlenmiş hedefleri vardır
- + Danışma süreci yapılandırılmıştır

- - Geçmişi önemsemez
- - Çok yönlendiricidir
- - Süreç kısadır, ciddi problemlerle ilgilenmez

Stratejik kuramın görüşleri ile incelediğiniz aile sistemini değerlendirin:

- **Ailenizi değerlendiriniz:**

✓Ailede «iletişim» nasıl? Dijital-analojik mi?

✓Aile üyelerinin karşılıklı etkileşimi nasıl? Denetleme-yönetme-güç savaşı var mı?

✓Hiyerarşi geleneksel mi? Güç kimde?

✓Aile işlevsel/fonksiyonel mi? (problem çözme, etkili iletişim, kurallar, roller vb)

✓Aile hangi yaşam döngüsünde?

✓Ailenin problemi sibernetik-yapısal-fonksiyonel mi?

- **Bu kuramı psikoanalitik kuramla karşılaştırınız:**

✓……

✓……