

AİLE SİSTEM YAKLAŞIMI

- Aile sistem yaklaşımı, tüm aileyi bir sistem olarak görür ve aile üyeleri arasındaki etkileşime odaklanır.
- Tedavide de aile yapısında değişiklikler yapmak amaçlanır.

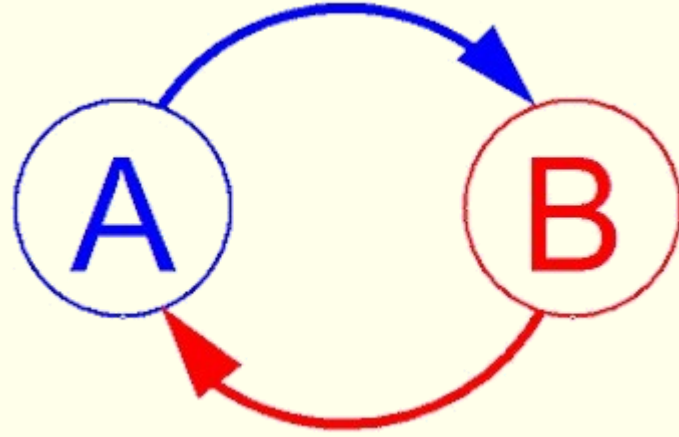
- GSK'nın temel kavramlarını aile terapisine uygulayan çalışmalar, ailelerin ekolojik bir organizmaya benzediğini varsaymışlardır.
- Buna göre, bir üyenin davranışı, diğer tüm üyelerin davranışlarıyla ilişkili ve onlara bağlıdır.

- Her aile, üyelerini koruma, büyüme, gelişme ve üyelerinin bakımını sağlama amacıyla, kendi kendini devam ettiren bir etkileşim biçimi, bir denge kurar ve sürdürür.
- Ailenin işlevlerini sürdürebilmesini sağlayan bu dengeye “**aile homeostasisi**” adı verilir.

TEMEL KAVRAMLAR

Aile Sibernetiđi

- **Sibernetik:** Belli bir amacı olan karmaşık sistemlerin işlevlerini, sistemdeki süreçleri, sistemin elemanları arasındaki geribildirim ve döngüsellikini inceler.
- Bateson, sibernetik kavramlarını genel sistemler kuramı ile birleştirerek, aile içi süreçleri açıklamaya çalışan ilk kişidir.



Sibernetikte, bir bireyin diğzerinin davranışına sebep olduğunu varsaymak yerine, her iki kişinin de dairesel bir etkileşim içinde yer aldığı kabul edilir.

Dođrusal nedensellik: Bir olay diğerine neden olur ama o olaydan etkilenmez. Davranış bir doğrultuda ortaya çıkar.

Döngüsel nedensellik: Problem tek bir kişiden değil, birbirini izleyen bir dizi davranış sonucunda ortaya çıkar. Bir bireyi suçlamak yerine, ilişkideki karşılıklı etkileri anlamaya çalışır.

Pozitif ve Negatif Geribildirim

- Sistem kuramında pozitif ve negatif geribildirim, sistemdeki değişme ya da sistemin sürdürülmesi ile ilişkilidir.
- **Pozitif geribildirim:** Sistemde değişim meydana gelir.
- **Negatif geribildirim:** Varolan denge korunur.

Aile Yaşam Döngüsü

- İnsanların ve diğer canlı sistemlerin olduğu gibi, ailelerin de bir yaşam döngüsü vardır. Bu döngü, “ailenin oluşumu, gelişmesi, olgunlaşması ve yeni aileler doğurarak sonlanmasını” içerir.
- Aile gelişimi farklı aşamalara bölünmüş, her aşama için gelişimsel görevler belirlenmiştir.

BOWEN
AİLE SİSTEM
KURAMI

Murray BOWEN

Ayrışma (Benliğin Farklılaşması)

Ayrışma, duygusal açıdan özerk olarak işlev görebilme kapasitesidir.

- İç ve dış duygusal baskılara otomatik tepki vermeme kapasitesidir.
- Kaygı sözkonusu olduğunda esnek ve akıllıca davranabilme yeteneğidir.

Duygusal açıdan özerk kişiler:

- Sağlam bir kendilik duygusuna sahiptirler.
- Kendiliklerini sağlam şekilde koruyarak, başkalarıyla samimi ilişkiler kurabilirler.
- Kendi ihtiyaçlarını gözardı etmezler. İhtiyaçlarını inkar ederek kendinden uzaklaşmaya 'sahte bağımsız duruş' denir.

Birey ve aileler, ayrışma düzeylerini gösteren bir uzantı üzerinde bir yerde yer alırlar.



Füzyon

(Düşük düzeyde ayrışma)

Duygusal kopma

Üçgenler

- İlişkide üç kişi vardır. Bu üçgende herhangi bir anda, iki kişi grubun 'içinde', üçüncü kişi ise 'dışarıda' kalır.
- Üçgenler aile içinde ya da ilişkideki stres düzeyi arttığında oluşur.
- Kendini düşük düzeyde ayırtmış kişiler, duygusallık düzeyi çok yoğun olduğundan, daha çok üçgen oluşturma eğilimindedirler.

Aile Yansıtma Süreci

- Bu kavram, ebeveynlerin kendi ayrışma eksikliklerini çocuklarına nasıl aktardıklarını ifade eder.

Kuşaklararası Geçiş Süreci

- Bireyler, kendi ayrışma düzeylerine benzeyen ayrışma düzeyine sahip eşler seçerler.
- Her kuşakta, aile füzyonunun etkisi altında kalan çocuk, daha az düzeyde ayrışmaya doğru hareket eder.

Genogram

- Bowen, aile üyelerinin geçmişleriyle ilgili yaptığı çalışmalar sırasında, aile ağaçlarının şematik olarak çizildiği “genogram”lar kullanmıştır.
- Genogramlar yoluyla, aile ilişkileri kuşaklar boyunca görülebilir, uzun süredir devam eden örüntüler fark edilebilir.

Semptomlar...

- Ayrışma düzeyi ve anksiyete kişinin işlevselliğini belirler; burada önemli olan kişinin içinde bulunduğu ilişki sisteminin kronik kaygı düzeyidir.
- Semptomlar, bireyin başa çıkma becerisini aşan stresin sonucudur. Stresle başa çıkma becerisi ise ayrışmanın göstergesidir.