

# AİLE SİSTEMİNİN TEMEL KAVRAMLARI

---

Prof. Dr. Serap NAZLI

- Ailenin kompleks bir yapısı vardır.
- Aile sistemi bir gestaltdir.
- Bütünlük aile sistemindeki öğelerin birbirine bağlılığını ifade eder.
- Bir öğe tek başına değil bağlantıda olduğu sistemin bütünlüğü içerisinde anlaşılır.

# 1. Bütünlük

- Her sistemin içinde mutlaka iletişim vardır.
- 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 etkileşimi önemlidir:
- Eşler arasında bağıllık var mı?
- Eşler birbirlerinin gereksinimlerini karşılayabiliyorlar mı?
- Eşler arasında ilişki simetrik mi yoksa tamamlayıcı mı?
- Eş ilişkisi tüm sistemi nasıl etkiliyor?

## 2. İlişki/iletişim:

- Sistem yaşayan bir yapıdır.
- Zaman sürekli akar ve ailede değişim kaçınılmazdır.
- 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.

### 3. Eşit Ereklik

- Ailenin her üyesi bilinçli ya da bilinçsiz dengeyi sağlamaya çalışır.
- Ailede durağanlık bozulduğunda aile üyeleri onu restore etmeye çalışır.
- Aile dengesini yeniden oluşturamazsa 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.

## 4.Denge & Homeostazi



- Stres, aile yaşamının bir parçasıdır ve dengenin bozulmasına neden olur.

- Stres nedenlerinden bazıları:

1. Ekonomik
2. Çocukların olumsuz davranışları
3. Eş ilişkisindeki sıkıntılar
4. Kök aile ve dış sistem
5. Mekan değişimi
6. Tesadüfler (miras, piyango, şöhret vb)
7. Hastalık
8. vb

- 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.
- **Sizce ülkemizde ailelerin kırmızı çizgileri var mı? Varsa nasıl?**
- Kuşak çatışması fazla kapalı sistemlerde olur.
- Çok açık sistemde ailenin devamlılığı zordur.
- Günümüz çekirdek ailesi ile dış sistem ilişkisi nasıl?
- TV ve internet aileyi nasıl etkiler?

## 5. Açık-Kapalı Sistem:

- Aile bütündür, gestalttir.
- Bu bütün alt sistemlerden oluşmuştur.
- Çekirdek ailede en az 3 alt sistem vardır: Eş, 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.
- Eş alt sistemi temeldir.
- Ebeveyn alt sistemi çocuk doğumu ile başlar.
- Her alt sistemin bir sınırı vardır.

## 6. Alt Sistemler ve Sınırlar:



- 
- Sınır bir anlamda mekansaldır. Sınır **kapı**dır.
  - Bazı kapılar sensörlüdür , kapı çalınmadan içeri girilir.
  - Bazı kapılar kale kapısı gibidir, içeri girmek çok zordur.
  - **Evdeki kapı nasıl olmalıdır?**
  - Sınırlar belirsiz, belirgin ve katı olabilir.
  - Sınırdaki denge 'belirgin' sınırdır.
  - Sınırlar sürekli belirsiz üyeler ise 'iç içe'; katı ise 'kopuk' olur.
  - **Hangi durumlarda belirsiz ve katı sınır gereklidir?**


- 
- Ailede **genellikle** sınırlar belirgin olmalı ama zaman zaman duruma göre esnek olmalıdır.
  - Sınırları en net kurallar belirler.
  - Kurallar davranışlarımızı ve sınırlarımızı belirler.
  - Kültürel değerler de bunu etkiler.
- 
- Bizim kültürümüzde sınır kötü algılanır.
  - Neden?

- 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.**

## 7.Kurallar:

- Sosyal sistemler **iç-dış dönütlere** duyarlıdır.
- Sosyal sistemler sürekli değişim, yenileşme, revizyon, yeniden yapılanma, güncellenme içindedir.
- Bilgi alış verişı bütün sistemlerde temeldir.
- Sisteme **yeterli bilgi giriyorsa** aile açıktır, girmiyorsa kapalıdır.
- Sistem geribildirim üzerine yapılandırılmış sibernetik yapıdadır.
- Her öğe bir diğerine dönüt verir, bu şekilde kontrol sağlanır.
- Ailede her üye bir diğerini etkiler. Herhangi bir eylem hem tepki hem de tepkiye yanıtır.

## 8. Dönüt/Bilgi Süreci:



# AİLE YAŞAM DÖNGÜSÜ

- Bireysel gelişim evresi gibi ailenin de gelişim evreleri vardır.
- Aile yaşam döngüsü 'zaman' içinde ailenin gelişimini betimlemek için kullanılır.
- Sistem kuramları ile birlikte sıkça kullanılır.
- Duvall önce 4 evre sonra 8 evreli modelini geliştirmiştir.
- Döngü evlilik ile başlar ölümle biter.

# 1.DÖNEM: Genç Yetişkinler- Eviden Ayrılma:

- Bu evrede bireylerin evden ayrılıp bağımsız bir kimlik geliştirmeleri gerekiyor. Bu 'duygusal olgunluk' gerektirir.
- Gençleri yeni aileye hazırlayan faktörler neler?

## 2.DÖNEM: Yeni Evli Çiftler:

- Evlilik ile yeni bir aile sistemi kurulur ve eş alt karşılıklı destek, uyum, birliktelik ve bağlılık oluşması gerekir.
- Boşanma riskinin en fazla olduğu dönemdir.
- **Neden???**

## 3.DÖNEM: Küçük Çocuklu Aileler:

- Çocukla birlikte eş alt sistemine 'ebeveyn' alt sistemi eklenir. Eş alt sisteminde uyum olmadan ebeveyn alt sistemi uyumlu olmaz.
- Çocuk olmadan eş uyumu, mesleki konuma dikkat edilmeli
- Her iki eşin de çocuğu istemesi ve hazır olması gerekir.



## 4.DÖNEM: Ergen Çocuklu Aileler

- Eşler orta yaşa girmiş, eş ilişkisinde ve mesleklerinde belli düzeye ulaşmış ya da her ikisi de doyumsuz olabilir.
- İlk 3 dönemi iyi kötü atlatabilen çiftlerde ortak dil/ uyum daha iyidir.
- **Ancak boşanma riskinin olduğu dönemdir?**
- **Ergen çocuk aile sistemini nasıl etkiler?**

## 5. DÖNEM: Çocukların Eviden Ayrılması:

- Bu evre çocukların ergenlikten çıkıp genç yetişkinlik dönemine girdikleri, meslek edinip kazanca dönüştürdükleri, başka sosyal ilişkiler geliştirip yuvadan uçmaya hazırlandıkları dönem
- Karı-koca mesleklerinde emeklilik sürecine girerler.

## 6.DÖNEM: Yaşlılık Dönemi

- Emekli olunmuş, pasif yaşama geçilmiştir.
- Evli çocuklarla beraber gelin-damat, torun ve dünürlere ilişkiler başlar
- Azalan sağlık sorunları ile uğraşılır
- Ölüme hazırlık dönemidir
- Eş ölümü, yalnızlık, çocukların yanına sığınma-huzurevi
- Din ile yoğun uğraşı başlar