

YAPISAL AİLE TERAPİSİ MODELİ ve BİR VAKA

Yrd. Doç. Dr. Hürol FIŞILOĞLU
A.Ü.Psikoloji Bölümü

ÖZET

Bu makale iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, Minuchin tarafından geliştirilen "Yapısal Aile Terapisi" modeli tanıtılmaktadır. Bireyi yaşadığı sosyal çevre içinde ele alan modelin sistem, alt sistemler, sınırlar gibi temel kavramları, tanı aşaması, terapi amacı ve süreci ve müdahale teknikleri açıklanmaktadır. İkinci bölümde ise modelin Gülhane Askeri Tıp Akademisi Psikiyatri Anabilim Dalında terapiye alınan bir aile ile yapılan uygulaması sunulmaktadır.

I. Bölüm : Yapısal Aile Terapisi

Kavramlar : Minuchin tarafından geliştirilen yapısal aile terapisi yaklaşımı temelde insanların birbirinden ayrı olarak yaşamadıkları görüşüne dayanmaktadır. Her birey var olan sosyal grupların etki ve tepkide bulunan bir üyesidir (Minuchin, 1974; 1984). Diğer bir deyişle yapısal aile terapisi bireye bulunduğu sosyal çevre içinde yaklaşan bir modeldir. Bu modele göre aile, bireylerin toplamından daha büyük bir birim oluşturmaktadır (Minuchin ve Fishman, 1981).

Minuchin aileyi kişiler arası davranış örüntüleri ile işlevini yürüten bir sistem olarak kabul etmektedir. Bu sistemin üç belirli özelliği söz konusudur; 1) Aile yapısı sosyokültürel sistem olarak devamlı bir değişim içindedir. 2) Aile bir gelişim süreci içinde yeniden yapılanmayı gerektiren değişik dönemlerden geçer. 3) Aile, bireylerinin psikososyal gelişimlerini arttırmak için değişen durumlara uyum sağlar (Hansen ve L'Abate, 1982).

Aile yapısı Minuchin (1974) tarafından aile bireylerinin birbirleri ile olan ilişkilerini düzenleyen ve ancak aile bireylerinin birbirleriyle etkileşim halinde olduğu zaman görülebilen işlevsel istekler bütünü olarak tanımlanmaktadır. Ailenin var olan yapısı bireylerin oluşturduğu alt sistemlerle işlevini yerine getirmektedir. Alt sistemler kuşak, cinsiyet, ilgi veya işlevlere göre oluşabilir. Ailede belirgin olarak üç alt sistemden söz edilebilir. Birincisi karı - kocanın oluşturduğu anne - baba alt sistemi. İkincisi anne - baba rollerinin üstlenildiği anne-baba alt sistemi. Üçüncüsü de çocukların oluşturduğu kardeşler alt sistemi. Her alt sistemin ayrı işlevi ve bireylere yüklediği sorumluluklar vardır.

Bütün var olan alt sistem ve sistemlerin bir sınırı vardır. Bu sınırlar bir kişiden diğerine veya bir alt sistemden öbürüne ne kadar duygu ve bilginin aktarılacağını, kimin kiminle ve nasıl bir ilişkiye gireceğini belirler. Genelde sınırların işlevi, sistemlerin ve alt sistemlerin farklılığını korumaktır. Uygun aile işlevinde alt sistemler arasındaki sınır "belirgin" olmalıdır. Bu sınır özelliğine sahip ailelerde bireyler birbirlerinden kopmadan fakat bireyselliklerini de koruyabildikleri bir birlikteliği başarabilir. Eğer sınır geçirgen değil ve çok katı ise kişiler ve alt sistemler birbirinden ayrı kalır, birbirinden öğrenemez veya birbirine yardımcı olamaz. Eğer sınır belirsiz (çok ince ve çok geçirgen) ise bir tür iç içe geçmişlik söz konusu olur ve birey veya alt sistemler bireyselliklerini, farklılıklarını koruyamaz (Minuchin, Rosman ve Baker, 1978).

Belirgin sınır dışındaki sınırlar aşırı ölçüde kullanıldığında ailede sıkıntılara, sorunlara yani işlev bozukluğuna yol açar. Ailede işlev bozukluğunun ortaya çıktığı diğer bir durum da ailenin değişik şartlarda yeniden o şartlara uygun yapılanmayı başaramadığı ve o şartlara uyum sağlayamadığı durumlardır (Minuchin, 1974).

Tanı : Minuchin tanı ve müdaleyi birbirinden ayrılmaz ve birbirini karşılıklı etkileyen parçalar - süreçler olarak kabul etmektedir. Tanı terapist aileye uyum sağladıkça, müdahaleler aile tarafından özümzendikçe değişir. Tanı sürecinde aile terapisti ailenin yapısını ve kullandığı davranış örüntülerini belirlemeye çalışır. Bu davranış örüntülerini kullanarak grafik halinde ailenin yapısal haritasını çıkartır. Oluşturulan yapısal aile haritası da terapistin ailenin işleyiş sürecini anlamasına yardımcı olur. Altsistemler, sınır özellikleri (belirgin/belirsiz/katı), yakın ilişki, aşırı ilgi, anlaşmazlık, koalisyon boyutları tanıda üzerinde durulan boyutlardır. Örneğin terapistin, bu aşamada yanıt aradığı sorulardan bazıları şunlardır; Ailenin sözcüsü kim? Bu ne anlama gelir? Bu sorumluluğu ona kim veya kimler neden vermiştir? Sözel iletişim ailenin gözlemlenen davranışlarıyla paralellik gösteriyor mu? (Elizur ve Minuchin, 1989; Minuchin, 1974).

Terapi Amacı ve Süreci : Yapısal Modele dayanan terapinin amacı ailenin var olan yapısında değişiklik yapmaktır. Aile grubunun var olan yapısı yeni bir şekil aldığı anda ailedeki üyelerin konumları buna bağlı olarak da bireysel yaşantılarında değişiklik olacaktır. Diğer bir deyişle aile işlevi açısından daha uygun bir yapılanmanın sağlanması ile stres ve semptomların iyileştirilmesi sağlanacaktır (Minuchin, 1965).

Bu amaca yönelik terapi süreci iki aşamayı içerir. İlk aşama, hipotezlerin oluşturulması olarak görülen tanı aşamasıdır. Bu aşamada terapist ailenin hangi davranış örüntülerinin işlevsel olduğu hangilerinin olmadığı yönünde hipotezler oluşturur. İkinci aşamada ise oluşturduğu hipotezler doğrultusunda terapist aile bireyleri arasındaki davranış örüntülerini değiştirecek, yeniden yapılanmayı sağlayacak müdahalelerde bulunmaya başlar (Hensen ve L'Abate, 1982).

Müdahale Teknikleri : Minuchin iki genel müdahale stratejisinden bahsetmektedir; "sistem girme - dahil olma" (accommodation or joining) ve "yeniden yapılandırma" (restructuring).

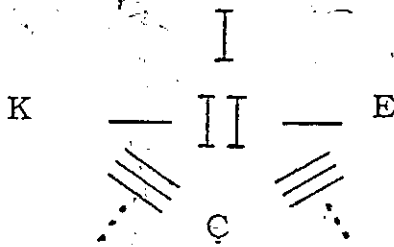
Aile ve terapisti birbirine bağlayan ve yeniden yapılandırma operasyonları olmadan önce terapi için gerekli bir süreç olarak kabul edilen sisteme girmenin üç tekniği vardı; "korumak" (maintenance) (aile üyelerinin buldukları durumda desteklenmesi ve güçlerinin pekiştirilmesi), "izlemek" (tracking) (ilgili sorular sorarak, dinleyerek ve konulara açıklık getirerek aileye ilgi göstermek), "benzeme" (mimesis) (terapistin aile bireyleriyle olan benzerliklerine ağırlık vermesi). İki ana müdahale stratejisinin ikincisi olan yeniden yapılandırma ise 7 teknik ile sağlanabilir. 1) Aile davranış örüntülerinin gerçekleştirilmesi (Actualizing family transactional patterns). Aile tipik davranış örüntülerini seansta yeniden gösterirken terapist aileyi gözler. 2) Sınırların belirlenmesi (Marking boundaries): Terapist ailenin bireysel ve altsistem sınırlarını görme ve oluşturmalarına yardımcı olur. 3) Stresi arttırmak (Escalating stress): Tipik davranış örüntülerinin engellenmesi, aile üyeleri arasındaki farklılıkları ön plana çıkararak ve bir üye ile diğerlerine karşı ittifak oluşturarak sağlanabilir. 4) Görev vermek (Assigning tasks) : Seans sırasında veya ev ödevleri şeklinde aileye çeşitli ödevler verilebilir. 5) Semptomlardan yararlanmak (Making use of the symptoms): Semptoma ağırlık vermek, önemini arttırmak veya önemini azaltmak için semptomun yeniden isimlendirilmesi, başka bir semptoma geçiş veya semptomun etkilerinin değiştirilmesi şeklinde yapılabilir. 6) Ailenin duygusal ortamında değişiklik yapmak (Manipulating mood). 7) Ailenin desteklenmesi, onlara yol gösterilmesi ve eğitilmeleri (Minuchin ve Fishman, 1981).

Özet : Aileyi bir sistem olarak tanımlayan Minuchin, bu sistemin işlevini bireylerin oluşturduğu altsistemlerle yerine getirdiğini belirtmektedir. Altsistem ve sistemlerin var olan sınır şekilleri (belirgin/belirsiz/katı) ise aile yaşantısının özelliklerini oluşturmaktadır. Bir süreç olarak kabul edilen tanı ile başlayan yapısal aile terapisinde amaç çeşitli tekniklerden de faydalanarak ailenin var olan yapısında değişiklik yapmaktır.

II. Bölüm : Bir Vaka

Vaka Öyküsü: Gülhane Askeri Tıp Akademisi Psikiyatri Ana Bilim Dalında aile terapisine alınan T ailesinde K (Kadın) ve E (Erkek) 8 yıllık evliler ve 6 yaşında bir kız çocukları (Ç) var. K 27 yaşında, ilk evliliği ve 6 yıldır sekreter olarak çalışıyor. E 41 yaşında, 2. evliliği ve silahlı kuvvetler personeli. K, son üç yılda çeşitli zamanlarda ayrılma düşüncelerinin gündeme geldiği evliliğinde eşi ile iletişimin olmadığı, beklentilerinin gerçekleşmediği, paylaşmanın olmadığı, eşinin kendisi ile ilgilenmediği ve yaşanmamış bir evlilikleri olduğunu ifade etmekteydi. E ise evliliklerini K'ye göre daha olumlu görmekte ve sırf K'ye yardımcı olmak, onun kendisini daha iyi hissetmesini sağlamak için terapiye geldiğini belirtmekteydi.

Değerlendirme : Terapistin yapılan görüşmelerden ve seansta gerçekleştirilen aile davranış örüntülerinden (Örnek : Normal bir akşam yaşantıları seansta, işten geldikten sonra K'nin, yemek hazırlığı ile uğraştığı, E'nin televizyon seyredip Ç ile ilgilendiği fakat K ve E'nin birbirleriyle konuşmadıkları, yemekte de Ç ile konuşma dışında E ve E'nin birbirleriyle konuşmadıkları, var olan az sayıda iletişim de suçlama şeklinde olduğu yeniden yaşandı) oluşturduğu aile haritası (Bkz. Şekil 1) K ile E'nin birbirlerinden



Şekil 1 Aile Haritası I: katı sınır, : belirsiz sınır, ≡ : aşırı ilgi, - II - : çatışma).

kopuk, iletişimsiz, anlaşmazlık içinde olduklarını (aralarındaki sınırın katı olduğunu) Ç ile ise her ikisinin de aşırı ilgili olduklarını (aralarındaki sınırın belirsiz olduğunu) göstermekteydi.

Altsistemler açısından değerlendirildiğinde aile haritası karı - koca ve anne - baba altsistemlerindeki sorunu yansıtmaktaydı; K ve E'nin karı - koca altsistemleri tam anlamı ile oluşturulamamış ve anne - baba ve kardeşler altsistemleri açısından da kendileri ile Ç'nin altsistemlerinin ayrışması sağlanamamıştı.

Terapinin Amacı ve Süreci: Terapinin amacı ailenin va olan yapısında değişiklik yapmaktı. Amaçlanan değişim genel hatları ile şu şekilde tanımlandı; K ve E'yi birbirlerine yaklaştırarak (aralarındaki katı sınırı belirgin sınır haline getirmek) karı - koca altsistemlerinin oluşturulması, karı - koca altsistemi etrafındaki sınırın oluşturulması ve tanımlanması (karı - koca ile anne - baba altsistemlerinin farklılığının belirlenmesi ve anne- baba altsisteminin karı koca altsistemine müdahalesini önlemek ile Ç ile olan aşırı ilgilenmeyi azaltmak (kardeşler altsisteminin anne - baba ve karı - koca altsistemlerine müdahalesini önlemek).

Terapist aile ile çalışmaya sistem yaklaşımının genel prensiplerini ve çalışma şeklini açıklayarak başladı. Yapılan ilk görüşmede özellikle, sistem yaklaşımına paralel olarak tek bir problemlili kişi (K) ve problemi olmayan ve ona yardımcı olmak isteyen eş (E) gibi bir yaklaşım yerine ailenin ortak bir sıkıntı yaşadığı ve aile üyelerinin tümünün bu sıkıntıdan etkilendiği görüşü üzerinde duruldu.

Terapist aile sistemi ile çalışmaya başladığında sistem içinde kaybolmadan ve birim içindeki rolünü kaybetmeden aile sistemine girmeye çalışırken "izleme" (örnek: Her bireyi dikkatle dinleyerek, açıklamalara netlik getirerek.) "benzeme" (Örnek : Terapist - "Böyle bir sıkıntının olduğu bir ailede kim olursa olsun sizden farklı davranamazdı. Kendimi böyle bir aile yaşantısı içinde düşününce ben de bu sıkıntıları hissedirdim.") ve "korumak" (Örnek: Terapist - "Böyle bir sıkıntıdan rahatsız olup bunu gidermek için buraya gelmiş

olmanız birbirinize ve ailenize olan sevginizi ve ona verdiğiniz önemi gösteriyor.") tekniklerinden yararlandı. Yeniden yapılanma sürecinde amaç "aile davranış örüntülerinin gerçekleştirilmesinden" yararlanmak ve iletişim kanallarının yeniden kurulmasıydı. Aile bireylerinin sorunu kendi açılarından anlatmaları sırasında K ve E arasında iletişim kanallarının kapalı olduğu, birbirleriyle dolaysız iletişime girmediklerini, birbirlerine bakmadıklarını, birbirlerinden uzak ve değişik yönlerde oturdukları gözleniyordu. Bu gözlem aile üyelerinin normal bir akşam yaşantısını seansta yeniden yaşadıklarında ortaya çıkan durumla da destekleniyordu. Bunun üzerine çalışmada iletişim kanallarının yeniden kurulmasına ağırlık verildi. Örneğin, terapist üzerinden konuşmak yerine bireylerin birbirleri ile dolaysız iletişim kurmaları, oturma şekillerini değiştirmeleri, konuşurken birbirlerini dinlemeleri ve anladıklarını test etmeleri çalışıldı.

Karı - koca ve anne - baba altsistemlerinin tam olarak oluşturulması için sistemin sınırları ile ilgili çalışmalarda bireysel sınırların oluşturulmasını içeren herkesin kendi adına konuşması üzerinde duruldu. Örneğin K'nin E'nin ne düşündüğünü söylemesi, onu suçlaması yerine kendinin ne düşündüğünü ifade etmeye yönelmesi sağlandı. Aynı şekilde devamlı Ç'nin yerine konuşan K ve E'ye Ç'nin kendini ifade edebileceği belirtilerek Ç'nin kendi ifadelerine olanak tanındı.

Karı - koca altsistemlerinin oluşturulması için amaç eşlerin birbirleri ile olan ilişkilerini arttırmak ve diğer sistem ve altsistemlerin bu altsisteme müdahalelerini önlemektir. K ve E'nin evlilikleri süresince yaşadıkları mutlu anları birbirleriyle paylaşmaları ve beraber yapmaktan zevk alacakları uğraşılarda bulunmaları gibi ev ödevleri bu amaca yönelik olarak verildi. Ç'nin doğumundan sonra ilk defa beraberce sinemaya gittiklerini, kendileri için zaman ayırdıklarını söyleyen K ve E bu şekilde anne - baba rolleri ile karı - koca rollerinin birinden ayrı roller olduğu ve her ikisinin de ayrı ayrı yerine getirilebileceği ve getirilmesi gerektiği yönünde ilk adımı attılar. Yani, Ç'nin doğumundan sonra anne - baba altsistemi içinde yok olan karı - koca altsistemi yeniden

yapılanmaya, kendi sınırlarını belirlemeye başladı. K ve E'nin bir sıkıntuları da kendi aile sistemleri dışında yatıya gelen misafirlerin (diğer sistemlerin) kendi yaşantılarını yaşamalarına olanak tanınamasıydı. Bu konuda da kendi sistemlerini etkileyen dış faktörlere (sistemlere) karşı sınırlarını katılaştırmaları gerekliliğini görmeye başladılar. Evliliklerindeki mutlu anları hatırlayıp, paylaşmaları ev ödevlerinin bir amacı da ailenin yaşadığı duygusal ortamda değişiklik yapmaktır. Devamlı olumsuzluklara ağırlık veren, onun etkisinde kalan K ve E evliliklerinde yaşadıkları birçok olumlu olayı göremiyor, yeterince değerlendiremiyor.

K ve E'nin karı - koca altsistemini yeniden yapılanmasında üzerinde durulan bir nokta da bireysel sınırların ihlal edilmemesini öğrenmektir. Bireysel farklılıklarını kabul etmeye ve birbirlerinin hayatlarını kontrol altında tutmamayı öğrenmeye yönelik çalışmalar bu amaç doğrultusunda yapıldı. Kendilerinin ve eşlerinin olumlu - olumsuz yönleri, birbirlerinden beklentileri, rolleri, sorumlulukları üzerine yaptıkları egzersizler bireyselliklerini ve karı - koca altsistemini yeniden yapılandırmalarına yardımcı oldu.

Değerlendirme : Her seansın 1.5 saat olduğu K, E ve Ç'nin oluşturduğu T ailesinin 22 seans süren terapisi sonunda amaçlanan terapötik hedeflere ulaşıldı. K ve E kendi bireyselliklerini kabul ederek ve konuşarak karı - koca altsistemini oluşturdu. Anne - baba altsistemi ile karı - koca altsistemini farklılığını anlayarak, her ikisini de yaşamaya başladılar. Ayrıca Ç'nin ve diğer aile dışı sistemlerin kendi sistemlerini etkilemesini önleme yönünde olumlu adımlar atıldılar.

KAYNAKLAR

Elizer, J., & Minuchin, S. (1989). **Institutionalized madness**. New York: Basic Books Inc.

Hansen, J. C., & L'Abate, L. (1982). **Approaches to family therapy**. New York: Macmillan Publishing Co., Inc.

- Minuchin, S. (1965). Conflict resolution family therapy. **Psychiatry**. 28, 278 - 286.
- Minuchin, S. (1974). **Families and family therapy**. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Minuchin, S. (1984). **Family kaleidoscope**. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- Minuchin, S., & Fishman, H. C. (1981). **Family therapy techniques**. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- Minuchin, S., Rosman, B., & Baker, L. (1978). **Psychosomatic families: Anorexia nervosa in context**. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.