

ma yapılabilir. Gerekli olan tek şey, sorular soran bir kafa ve ısrarlı bir çabadır (Hodkinson, 1975).

Yaşlılık uzmanlığını yaşam boyu bir meslek olarak benimsemek için de sağlam pratik nedenler vardır. Eğer diğer ülkelerdeki istatistikler, Türkiye'de şu anda şöyle-böyle görülmeye başlayan olayların alacağı biçimi önceden kestirmek amacıyla kullanılabilirse, yaşlıların genel nüfus içindeki sayı ve oranları önümüzdeki uzun yıllar boyunca artmaya devam edecek demektir.

Türkiye'de de SSYB bu sorunu ele almak yolunda ilk adımları atmaktadır. Fakat, bu programları başarıya ulaştırmak, yeni, yaratıcı yollar geliştirmek görevinin başarıya ulaşabilmesi, bütün alanlardaki kişilerin geleneksel görüşlerden ve önyargılı olumsuz tutumlardan etkilenmeden bir araya gelmelerine bağlıdır. Türk kültürüne uygun olarak yaşlılığı, bezginlik, korku ve ürküntü ile beklenen bir dönem değil, özlenen bir dönem haline sok-

malıyız. Genç bir yetişkin, olgunluk dönemini nasıl zevkli düşüncelerle beklerse, yaşlılığı da öyle beklenen bir dönem haline getirebilmeliyiz.

Çeviren : Dr. Nail ŞAHİN

#### KAYNAKLAR :

Devlet İstatistik Enstitüsü (1975) Turkey Vital Statistics Yearbook. Ankara : Devlet İstatistik Enstitüsü Matbaası. Hodkinson, H.M. (1975) An Outline of Geriatrics. London : Academic Press. Poe, W.D. (1969) The Old Person in Your Home. New York : Scribner.

Puner, M. (1974) To the Good Long Life: What We Know About Growing Old. New York : Universe Books. Sağlık ve Sosyal Yardım Bakanlığı (tarixsiz) YH -DSY Çalışma Yönetmenliği, (Teksin)

Saul, S. (1974) Aging : An Album of People Growing Old. New York : John Wiley and Sons.

## \* Aile Tedavisi

Aile tedavisi, kapasite ve sınırlılığı bakımından modern psikoterapinin psikoanaliz, grup tedavisi ve çocuk tedavisi gibi diğer dalları ile belirli bir şekilde ilgili olan farklı bir yöntemdir.

Ackerman'a göre aile tedavisi her birinin belirli hatalarını kapsamakla beraber, tedavinin yeni gelişen bir şekli olmakla onların önünde yer alır. Ayrıca doğal bir grup kullanılması ile de, bireylerin biraraya getirilmesi veya izole bireyler kullanan tedavi yöntemlerinden avantajlıdır. Kişiliğin çevreye uyumuna, yaşamın yeni bir yolunun meydana getirilmesine yardım eder (1,2,6).

Tedavinin merkezi, doğal bir ünit olan ailedir ve bu ünitenin anne, baba, kardeşler, büyükanne, büyükbaba ve diğer akrabalarından oluşmuştur.

Tedavinin amacı, bir grup gibi olan ailenin, bu gruptaki üyelerin her birinin ruhsal sağlıklarını düzenlemek ve heyecansal bozukluklarını iyileştirmek yollarını arayan kuramsal bir yönelimi yansıtır. Ayrıca aile tedavisinin amaçları şunlar olabilir: 1) Kişiler arası ilişkilerin ışığı altında kaygı ve çatışmaların

giderilmesi ve onarımı 2) Algının artırılması ve diğer duygusal gereksinimler için aile üyeleri ile işbirliğinin kurulması, 3) İç ve dış krizlere karşı ailenin dayanıklılığının artırılması, 4) Nesiller ve cinsler arasındaki ilişkilerin daha uygun rollerle artırılması ve 5) Aile özgürlük ve değerlerine etki edecek gelişme ve sağlığa doğru onların yöneltilmesidir.

Aile tedavisi, bir insanın tedavisine şu üç açıdan yaklaşır ve kaynağını bu üç temelden alır: 1) Bir insanın içinde olup bitenler, 2) Bir insanla onun insan çevresi arasında olup bitenler ve 3) Sosyal çevrenin ne denli sağlıklı ya da sağlıksız olduğudur.

#### Tedavi Yöntemi :

Bugün aile tedavisi henüz deneysel evreindedir. Ackerman, aile tedavisinin on çeşidine değinir. Bunlar: 1) Evlilik rehberliği, 2) Aile rehberliği, 3) Bir veya iki önemli aile üyesinin tedavisini esas alan tedavi, 4) Deneysel tedavi, 5) Aile üyeleri arasında duygusal tedavi değişikliğini esas alan tedavi 6) İletişim örüntülerinin değişikliğine önem veren tedavi 7) Aile krizlerini ele alan tedavi, 8) Aile ilişkilerinde otoriter, manipulatif yaklaşım,

9. Birden fazla ailelere uygulanan yaklaşım ve 10) Egopsikiyatri yaklaşımıdır. Aile terapistleri aldıkları eğitime göre bu tür tedavi yöntemlerini uygularlar.

Tedavi sürecinde şu değişkenler yer alır:

1) Terapistin kişiliği, özel yeteneği ve bunların tedaviye yansması, 2) Terapistin ruhsal ve duygusal sağlığı, aile hakkındaki değer ve tutumları ve genel olarak sosyo-kültürel durumu, 3) Terapistin eğitimi ve kuramsal yönelimi, 4) Ailenin özel gereksinmesine göre tedavinin düzenlenmesi gibi değişkenler nede niyle tedavi farklılık gösterebilir.

Tedavi süreci çeşitli seçimlerle de şekil kazanır. Şöyleki: 1) Tedavi, ailenin iki yada üç üyesini kapsayabilir, çekirdek aile olabilir veya üç nesli de içerebilir. 2) Tedavi ortamı farklılık gösterebilir. Örneğin: Tedavi hastane ortamında olduğu gibi, terapistin özel muayenehanesinde veya hastanın evinde olabilir. 3) Tedavinin amaçlarında farklılık olabilir. Bu amaç bir tüm olarak aile için yeni bir yaşam yaratmaya dek gidebilir. 5) Tek bir terapist veya birden fazla terapist tedaviye katılabilir. 6) Tedavinin kısa ya da uzun süreli olması gibi çeşitli seçimlerle tedavi süreci biçim kazanabilir.

## GİRİŞ VE TANII:

Tüm aile ile hemen ilişkiye başlamak yerine terapist, aile üyelerinden biriyle olan ilişkisinde üyelerin ayrıntılı bir hikayesini alır. Şu sorularla ilgilenir: Üyelerin yaşları, kardeşleri, hasta ile ilişkileri, anne babanın kişilikleri, hangi tip aileden geldikleri, evlilikten beklentileri, birbirlerinin beğendikleri ve beğenmedikleri özellikleri gibi sorularla aile yaşamının atmosferi hakkında bilgi edinmeye çalışır. Aile hikayesinden terapist, ilk ipuçlarını alır, evlilik ilişkilerinin işlevlerine dikkat eder. Burada aile tedavisi bir tür evlilik tedaviside olmaktadır.

## İLK GÖRÜŞME:

Terapist, ailenin çeşitli üyeleri hakkındaki ilk izlenimlerini şekillendirir, aralarındaki etkinlik yollarını ve aile rollerine uyumlarını gözletir. Tedavi odası içinde nasıldır, kim kimin yanında oturur, kim kimden gözlerini kaçırır, kim konuşur, kim dinler, konuşanın ses tonu nasıldır, kim ne istiyordur, kimden istiyordur, krizlere karşı aile nasıl davranıyor, ısrarlı iddiaları varmı, duygularını ifade ediş biçimleri nasıldır, aile kurallarını kim yapar? Bunlara ilaveten terapist, kişinin daha aktif olarak yer aldığı konulara dikkat eder. Jest, mimik mizaç ve dil sürçmelerinin anlamını çözümlenmeye çalışır. Anne baba ile ilk görüş-

mede terapist, ailenin tedaviden beklentisi hakkında bilgi alır. Tedavinin anlamı, işlevi ve amaçları tedavinin başlangıcında tüm aileye açıklanır. Görüşme haftada bir kez, bir-iki saat içinde yapılır. Zaman kesin olarak sınırlandırılmamıştır. Tedavinin uzunluğu iki aydan üç yıla dek değişiklik göstermesine rağmen patolojinin ciddiliği oranında değişir. Tüm aile üyeleri, hem beraber hemde ayrı seanslarda bir tek terapistle tedavi edilir. Ackerman'a göre, aile tedavisinin yöntemi, değişebilen bir tedavi planı olarak tanımlanır ki başvuru çocuk ve ailesini kapsar, kısa yada uzun süreli seanslarla tedavi, tek bir terapist tarafından uygulanır.

V. Satir (9), 4 yaşından küçük çocuklar genellikle iki üç kez toplantılara katılır der. Eger çocuk 4 ya da daha büyük yaşta ise, toplantıların çoğunda bulunur. Tedavide çocuğa oyun olanakları sağlanmalıdır. Oyun, çocuğun tedaviye katılımını kolaylaştırır, tehdit edici ortama karşı kendini savunmasını sağlar ve aile hakkında değerli ipuçları verir. Çocuğa buraya neden geldiğini bilip bilmediği, ve burada olduğuna dair ne düşündüğü sorulur. Annenin veya babanın buraya geliş nede nini kendisine söyleyip söylemediği, her ikisinin yanıtının aynı olup olmadığı öğrenilir. Anne babanın verdiği farklı yanıtlar çocukları şaşırtmakta ve kime inanacakları açısından çatışmaya düşürmektedir. Çocuklara, anne ve babalarının buraya ailede gelişen durumlardan üzüntü duydukları ve herkesin daha mutlu olabilmesi için geldikleri söylenir. Çocuğun anne ve baba ile olan ortak zevkleri ve farklılıkları araştırılır. Sorular sıcak, özel ve konunun gerçek yanından ayrılmadan sorulmalıdır. Andrew Ferber ve Jules Ranz, ilk seansın sonunda her bir aile üyesinden ailenin beğendiği ve beğenmediği yanlarına dair bir kompozisyon yazmasını isterler. İkinci seans ta, yazılan kompozisyondan ailenin birçok üyesinin, daha az çatışma olmasını ve birlikte daha çok şeyi paylaşmak istedikleri sonucu gözlenir.

Terapist aile için amaçlar saptamaz veya onlar için karar vermez. Amaçlarına ulaşmada ve karar vermede onları özgür bırakır. Terapistin görevi, tedavi yapmak, ailenin görevi ise aile sorunlarını çözümlenektir. Terapist tedaviden, aile ise kendi yaşamlarından sorumludur. Bu konu ile ilgili olarak, Andrew Ferber ve J. Ranz ilginç bir örnek vermişlerdir. Bu örnekte aile, uzun bir yolculuğa çıkmış gemiye benzetilir ve terapist de bu geminin üzerinde olan helikopterin içindedir. Yolun ortalarına doğru helikopter, gemiyi denetlemek için aşağı iner ve onlara eşlik eder. Suyun durumunu haritada inceler, gemi seferinin

planını ve geminin hızını denetler. Hep birlikte seyahatin gidişi hakkında bazı değişiklikler yaparlar, Aletler bozulmuşsa, yanlış, ters bir şey olmuşsa, birlikte onu düzeltmeye çalışırlar. Mürettebat arasındaki ilişkileri açığa çıkarırlar ve ilişkilerde bazı değişiklikler yaparlar. Tüm bunlardan sonra helikopterin artık gemide işi kalmamıştır. Bunun üzerine helikopter gemiden ayrılır, ayrılırken de, çözümlenemedikleri bir güçlükleri olduğu zaman telsizle kendisine haber verebilmeleri için adres bırakır. Gemi yoluna devam ederken helikopter de uçup gider.

#### TERAPİSTİN ROL ve TEKNİĞİ:

Aile tedavisinde terapist, hem gözlemci hem de iştirakçidir. Daha çok iştirakçidir, etkindir, açıktır ve samimidir. Fikirlerini gerektiği yerde korkusuzca söyler, etkileşimi alevlendirmek ve enerji kazandırmak için doğrudan aile çatışmasının içine girer. Zaman zaman direkt olarak katılır, zaman zamanda kendini çeker. Aynı zaman sağlıklı ve hasta güçleri tartarak sağlıklı olmayı desteklerken, hastalığın etkisini bozmaya çalışır. Sorumluluklarında çetli ve karışık. Çok esnek ve açık olurken savunucu olmamalıdır. Hastanın kendisine güvenince yardımcı olmalıdır. Gizlenen kişilerarası çatışmaları, kişilerarası etkileşim düzeyine çıkarmalıdır. Ayrıca aile içinde şamar oğlanı olarak görülüp yönetilmesine alışmış kişiye olan suçlama ve hücumları etkisiz hale getirmelidir. Terapist, aile üyeleri için gerçeği test eden kişi olmalıdır. Aile sağlığı ile ilgilenmeli ve aile ilişkilerini sağlıklı bir biçime sokmaya çalışmalıdır. Tedavi şöyle tamamlanır: 1) Aile üyeleri duygularını ve düşüncelerini ifade ediliyorsa, 2) Davranışlarını açıklayabiliyor, düşmanlık duygularını yorumlayabiliyorsa, 3) Aile üyeleri birbirlerine umutlarını, korku ve beklentilerini söyleyebiliyor ve uyumsuzluklarını çözümlenebiliyorsa, 4) Tedavide öğrendiklerini uygulayabiliyorsa, 5) Geçmişin zararlı etkilerinden kendilerini kurtarabiliyor ve 6) Terapistte derinlemesine yorum yapabiliyorsa tedavi tamamlanmış demektir.

#### UYGULAMA ALANLARI:

Aile tedavisi, geniş çapta davranış bozukluğu gösteren kişilere uygulanır. Psikozların, nevrozların ve karakter bozuklukları gösterenlerin tedavisinde yararlı olabilir. Oysa, organize, ilerlemiş bir paranoid durumu olan ya da bir psikopat veya belgeli bir cani olan ebeveynlerin tedavisinde bu yöntem yararlı değildir.

#### KAYNAKLAR

1) ACKERMAN, N.W. Family Process. New - York, London, Basic Books Inc, 1970.

2) ACKERMAN, N.W.; BEATMAN, F.L. SHERMAN, S.N.: Exploring the Base for Family Therapy. Family Service Assisiation, U.S.A, 1962.

3) ARIETI, S.: American Handbook of Psychiatry. 3, 1936, Chapter 14, p: 201.

4) FLECK, S: «The Family and Psychiatry.» Comprehensive Textbook of Psychiatry, KAPLAN, H.I, FREEDMAN, A.M, SADOCK, B.J., The Williams and Wilkins Company, P.S.A, p: 392 - 397, 1975.

5) HARPER, R.A.: Psychoanalysis and Psychotherapy. Prentice Hall Inc, U.S.A. 1954. 135 - 137

6) HALEY, J.: «Family Therapy». In Comprehensive Textbook of Psychiatry, KAPLAN, H.I. FREEDMAN, SADOCK, B.J., The Williams and Wilkins Company, U.S.A, 1881 - 1885 1975.

7) HOWELLS,, J.G.: Theory and Practise of Family Psychiatry, London, Oliver and Boyd, 1968.

8) KAPLAN, H., SAGER, C.S.: Progress in Group and Family Therapy. New - York, London, Bruner, Mayel Publisher, 1972.

9) SATIR, V.: Conjoint Family Therapy Science and Behavior Books, U.S.A, 1967.

10) ZUK, G.H.: «Triadic Based Family Therapy». International Journal or Psychiatry. 8: 539,1969.