

Kuram ve Uygulamaları ile

# Aile Danışmanlığı

---

**Editörler:**

Turan AKBAŞ

Nilüfer Ş. ÖZABACI

6. Baskı





**Editörler:** Prof. Dr. Turan AKBAŞ - Prof. Dr. Nilüfer Ş. ÖZABACI

## **KURAM VE UYGULAMALARI İLE AİLE DANIŞMANLIĞI**

ISBN 978-605-241-997-7

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2024, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. AŞ'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz ve dağıtılamaz. Bu kitap, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayineimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayinevi**dir. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilir.

1. Baskı: Ekim 2019, Ankara

6. Baskı: Haziran 2024, Ankara

Yayın-Proje: Zeynep Güler

Dizgi-Grafik Tasarım: Tuğba Kaplan

Kapak Tasarım: Pegem Akademi

Baskı: Sonçağ Yayıncılık Matbaacılık Reklam San Tic. Ltd. Şti.

İstanbul Cad. İstanbul Çarşısı 48/48 İskitler/Ankara

Tel: (0312) 341 36 67

Yayıncı Sertifika No: 51818

Matbaa Sertifika No: 47865

### **İletişim**

Macun Mah. 204. Cad. No: 141/A-33 Yenimahalle/ANKARA

Yayınevi: 0312 430 67 50

Dağıtım: 0312 434 54 24

Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60

İnternet: [www.pegem.net](http://www.pegem.net)

E-ileti: [pegem@pegem.net](mailto:pegem@pegem.net)

WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

## ÖN SÖZ

Psikolojik danışma, Psikoterapi gibi bireyin yaşama sağlıklı uyumunu sağlamak için yapılan müdahaleler bireyi ve yaşadıklarını daha iyi anlamak ve çözümlmek için yürütölen derinlemesine çalışmalardır. Bireyin duygusal, bilişsel, sosyal ve davranışsal dünyasını algılamanın en iyi yolu bireyin içinde bulunduğu sistemi anlamak ve çözümlmek ile yakından ilgilidir. Aile, aileye ait yaşantılar, anılar, öğrenmeler bireyin yaşadığı durumu algılaması ve değerlendirmesi sürecinde çok önemli etkenlerdendir. Bireyi bu etkenler ile değerlendirmek en doğru yaklaşımdır.

Birey ve aile gibi kavramlarla çalışırken farklı kuramların ve aile ile ilgili kavramların farklı vaka örnekleri ile tanımlandığı Kuram ve Uygulamalar ile Aile Danışmanlığı kitabı Aile danışmanları, Psikolojik danışmanlar, Psikolog, Psikoterapist ve Eğitimciler için önemli ve destekleyici bir kaynak olacaktır. Aile Danışmanlığı, Aile Terapisi, Psikolojik Danışma, Psikoloji gibi alanlarda bir başvuru kaynağı olarak alandaki önemli bir eksikliği tamamlayacağına inanılmaktadır.

Kitap altı bölümden oluşmaktadır. Editörler: Prof. Dr. Turan AKBAş ve Prof. Dr. Nilüfer ř. ÖZABACI dır. Kitap bölümü ve yazarları şöyledir: 1.Bölüm: Aile Danışmanlığı: Fatoş BULUT; 2. Bölüm: Aile ve Aile Dinamikleri, Ayşen Balkaya ÇETİN; 3. Bölüm: Aile Terapisi ve Aile Terapisi ile İlgili Kuramlar: Egemen HANIMOğLU; 4. Bölüm: Kültüre Duyarlı Aile Danışmanlığı:Çiğdem Keven AKLİMAN ve Mehmet AVCI; 5. Bölüm: Aile Travmaları ve Travma Sonrası Ailede Gelişim: Aile Yılmazlığı; Didem AYDOğAN, 5. Bölüm: Toplumsal Cinsiyet Eşitliği: şule BAşTEMUR tarafından yazılmıştır.

Editör ve bölüm yazarlarının geçmiş eğitim, deneyim ve uygulamalarının bir yansıması olarak bu kitap ortaya çıkmıştır. Bölüm içerikleri aile ve aile ilgili kavramları kapsamakta ve konularla ilgili vakalarla desteklenmiştir. Ayrıca okuyucuların kullanımlarına sunulan her bir bölüme ait power point sunuları da kitapla birlikte okuyuculara sunulacaktır.

Kuram ve Uygulamalar ile Aile Danışmanlığı kitabı güzel bir işbirliğinin ürünü olarak alana katkı sağlayan bir kitap olarak okuyucularına ulaşması amaçlanmıştır.

Keyifli okumalar...

Prof. Dr. Turan AKBAş

ORCID No: 0000-0002-3372-8327

Prof. Dr. Nilüfer ř. ÖZABACI

ORCID No: 0000-0001-6237-1921

## **Bölümler ve Yazarları**

*Editörler:* Prof. Dr. Turan AKBAŞ - Prof. Dr. Nilüfer ÖZABACI

### **1. Bölüm: Aile Danışmanlığı**

*Dr. Öğr. Üyesi Fatoş Bulut ATEŞ, Çukurova Üniversitesi*  
ORCID No: 0000-0002-8606-355X

### **2. Bölüm: Aile Dinamikleri**

*Dr. Öğr. Üyesi Ayşen BALKAYA ÇETİN, Anadolu Üniversitesi*  
ORCID No: 0000-0001-7928-6272

### **3. Bölüm: Aile Terapisi ve Aile Terapisi ile İlgili Kuramlar**

*Doç. Dr. Egemen HANIMOĞLU, Çukurova Üniversitesi*  
ORCID No: 0000-0001-7734-5013

### **4. Bölüm: Kültüre Duyarlı Aile Danışmanlığı**

*Dr. Çiğdem KEVEN AKLİMAN*  
*Beypazarı Rehberlik ve Araştırma Merkezi*  
ORCID No: 0000-0003-4837-9972  
*Dr. Öğr. Üyesi Mehmet AVCI, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi*  
ORCID No: 0000-0002-8298-8985

### **5. Bölüm: Aile Travmaları ve Travma Sonrası Ailede Gelişim: Aile Yılmazlığı**

*Doç. Dr. Didem AYDOĞAN, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi*  
ORCID No: 0000-0002-7163-3003

### **6. Bölüm: Ailede Toplumsal Cinsiyet Eşitliği**

*Doç. Dr. Şule BAŞTEMUR, Ordu Üniversitesi*  
ORCID No: 0000-0003-3940-0565

### **7. Bölüm: Aile Danışmanlığı ve Etik**

*Dr. Psikolojik Danışman Osman ZORBAZ, Adalet Bakanlığı*  
ORCID No: 0000-0002-1744-4711

## İÇİNDEKİLER

Ön Söz.....	iii
Bölümler ve Yazarları.....	iv

### 1. BÖLÜM

#### AİLE DANIŞMANLIĞI

Aile Danışmanlığının Gücü.....	3
Aile Danışmanlığının Tarihçesi.....	4
Aile Danışmanlığının Gelişimini Etkileyen Faktörler.....	4
1950-1960'lı Yıllar.....	6
1970-1980'li Yıllar.....	8
1990'lı Yıllar ve Milenyum Çağı.....	8
Pozitivizm, Yapılandırıcılık ve Sosyal Yapısalcılığın Aile Danışmanlığı Üzerindeki Etkileri.....	9
Aile Danışmanlığı ile İlgili Temel Kavramlar.....	10
Alt Sistemler.....	10
Kurallar.....	11
Aile Homeostazı.....	12
Sınırlar.....	12
Açık ve Kapalı Sistemler.....	13
Aile Danışmanlığı Süreci.....	13
İlk Görüşme Öncesi.....	13
Başlangıç Hipotezleri.....	15
İlk Görüşmenin Basamakları.....	15
İlişki Kurma.....	15
Gizlilik ile İlgili Bilgi Verme.....	16
Ailenin Terapi ile İlgili Beklentilerini Açığa Çıkarma.....	16
Terapiye Yönelik Motivasyonu Arttırma.....	17
Değerlendirme Aşaması.....	18
Konteksi Değerlendirmek.....	19
Aile Yaşam Döngüsünü Değerlendirmek.....	20
Aile Yapısını Değerlendirmek.....	20
Aile İçi İletişimi Değerlendirmek.....	20
Krizleri ve Stresli Yaşam Olaylarını Değerlendirmek.....	21
Alkol ve Madde Kötüye Kullanımını Değerlendirmek.....	21
Aile İçi Şiddet ve Cinsel İstismarı Değerlendirmek.....	21
Çift İlişkinsini Değerlendirmek.....	22
Terapötik Hedef Belirleme Aşaması.....	22

Müdahale Aşaması .....	24
Kuramlardan Yararlanarak Müdahale Planı Oluşturmak .....	24
Müdahale Planının Bileşenleri .....	25
Genogram .....	26
Terapiye Gelme Nedeni (Aile Tarafından İfade Edilen Problem) .....	27
Problemin Geçmişi .....	27
Biyopsikososyal Sistemlerin Değerlendirmesi .....	27
Hipotezler .....	27
Problem/Hedef/Müdahale .....	28
Sonlandırma Aşaması .....	28
Terapötik İlişkiye Ara Verme .....	30
Terapötik Başarısızlık .....	30
Aile Danışmanlığı İçin Gereken Beceriler .....	31
Aile Danışmanlığında Kullanılan Müdahale Yöntemleri .....	32
Kaynaklar .....	35
Sorular .....	37
Çoktan Seçmeli Sorular .....	37

## 2. BÖLÜM

### AİLE DİNAMİKLERİ

Aile Dinamiklerini Etkileyen Faktörler .....	44
Kültür ve Etnik Köken .....	44
Teknoloji ve Medyadaki Gelişmeler ve Küreselleşme .....	46
Aile Yaşam Döngüsü .....	46
Çocuklar .....	47
Ailenin Yapısal Dinamikleri .....	48
Aile Kompozisyonu .....	48
Homeostazi .....	49
Ailenin İşlevsel Dinamikleri .....	50
Aile Uyumu .....	50
Etkili İletişim .....	51
Problem ve Çatışma Çözme .....	53
Birlikte Geçirilen Zamanın Kalitesi .....	55
Hoşgörü .....	56
Roller .....	56
Cinsiyet Rollerini .....	57
Rol Karmaşası .....	57
Rol Çatışması .....	57

Güç .....	59
Bağlanma ve Bağlanma Türleri.....	60
Kaynaklar.....	62
Sorular.....	63
Çoktan Seçmeli Sorular .....	64

### 3. BÖLÜM

#### AİLE TERAPİSİ VE AİLE TERAPİSİ İLE İLGİLİ KURAMLAR

Bowen - Kuşaklararası Geçiş Kuramı .....	69
Temel Kavramlar .....	70
Benliğin Ayrışması .....	70
Üçgenler .....	71
Çekirdek Ailenin Duygusal Süreci .....	73
Aile Yansıtma Süreci .....	73
Çok Kuşaklı Geçiş Süreci .....	73
Duygusal Kesinti .....	74
Kardeş Konumu .....	74
Sosyal Duygusal Süreç .....	75
Terapötik Süreç .....	75
Terapötik Amaçlar .....	75
Terapistin Rolü .....	76
Tedavi Süreci .....	76
Teknikler .....	77
Yapısal Aile Terapisi .....	77
Temel Kavramlar .....	79
Sınırlar .....	79
Aile Alt Sistemleri .....	80
Aile Yapısı .....	81
Güç ve Hiyerarşi .....	81
Gruplaşmalar Koalisyonlar ve Üçgenler .....	82
Terapötik Süreç .....	82
Terapötik Amaçlar .....	83
Terapistin Rolü .....	83
Tedavi Süreci .....	83
Teknikler .....	84
Yapısal Harita .....	85
Sınır Oluşturma .....	85

Satir'in Aile Terapisi Modeli/İnsanı Onaylama Süreç Modeli .....	85
Temel Kavramlar .....	86
Bireysel Büyüme ve Gelişme .....	86
Kendilik Değeri ve Benlik Saygısı .....	86
İletişim .....	87
Terapötik Süreç .....	88
Terapötik Amaçlar .....	89
Terapistin Rolü .....	89
Tedavi Süreci .....	90
Teknikler .....	91
Stratejik Aile Terapisi .....	92
Temel Kavramlar .....	93
Etkileşime Odaklanma .....	93
Koruma .....	94
Birim .....	94
Etkileşim Dizisi .....	95
Hiyerarşi .....	95
Danışan Konumu .....	96
Metafor Olarak Semptomlar .....	96
Terapötik Süreç .....	96
Terapötik Amaçlar .....	97
Terapistin Rolü .....	97
Tedavi Süreci .....	97
Teknikler .....	98
Milano Sistemik Aile Terapisi .....	99
Temel Kavramlar .....	100
Terapötik Süreç .....	101
Terapötik Amaçlar .....	101
Terapistin Rolü .....	101
Tedavi Süreci .....	102
Teknikler .....	102
Bilişsel Davranışçı Aile Terapisi .....	105
Temel Kavramlar .....	106
Terapötik Süreç .....	107
Terapötik Amaçlar .....	108
Terapistin Rolü .....	108
Tedavi Süreci .....	108
Teknikler .....	108



Kaynaklar .....	110
Sorular .....	114
Çoktan Seçmeli Sorular .....	115

## 4. BÖLÜM

### KÜLTÜRE DUYARLI AİLE DANIŞMANLIĞI

Kültüre Duyarlı Aile Danışmanlığı .....	121
Kültür ve Aile .....	121
Aile Perspektifinden Kültürel Kavram ve Yapılar .....	122
Güç Mesafesi .....	122
Hiyerarşi .....	122
Sınırlar .....	123
Bireysellik-Kolektivizm .....	124
İletişim-İlişkiler .....	124
Belirsizlikten Kaçınma.....	125
Din-İnanç .....	125
Maskülenlik-Feminenlik.....	126
Kısa ve Uzun Vadeli Oryantasyon.....	126
Serbestlik-Sınırlanma .....	127
Kültür ve Ailede Normallik/Anormallik.....	127
Kültür ve Aile Terapisi .....	130
Kültüre Duyarlı Aile Terapisinin Temel Unsurları.....	131
Terapide Temel Yapı ve Amaçlar .....	131
Çalışma İşbirliğinin Geliştirilmesi.....	132
Değerlendirme Süreci.....	133
Problem Çözme Stratejileri.....	134
Aile Terapisinde Kültürel Yetkinlik.....	135
Kültürel Olarak Yeterli Danışmanların Özellikleri .....	136
Terapötik Yaklaşım.....	139
İletişim .....	140
Değerler ve Terapi Sürecinde Kullanılması.....	140
Kültüre Duyarlı Terapi Yaklaşımı.....	141
Kültüre Duyarlı Danışma Aşamaları .....	142
Kaynaklar.....	146
Sorular.....	148
Çoktan Seçmeli Sorular .....	149

## 5. BÖLÜM

### AİLE TRAVMALARI VE TRAVMA SONRASI AİLEDE GELİŞİM: AİLE YILMAZLIĞI

Aile Yılmazlığı .....	155
Aile Riskleri ve Koruyucu Faktörler .....	157
Farklı Risk Durumları Karşısında Aile Yılmazlığını Sağlayan Koruyucu Faktörler .....	160
Aile İçinde Yaşanan Kayıplar .....	160
Kronik Bir Hastalığa Sahip Olan Bir Aile Üyesinin Bulunması .....	161
Engelli Çocuğa Sahip Olma .....	162
Aile Üyelerinden Birinin LBGT Olması .....	163
Boşanma .....	164
Aile Yılmazlığını Açıklayan Model ve Yaklaşımlar .....	167
McCubbin'in Aile de Stres, Değişiklik Yapma ve Uyum Sağlamaya İlişkin Yılmazlık Modeli.....	167
Walsh'in Aile Yılmazlık Modeli.....	170
Henry, Morris ve Harrist'in Aile Yılmazlık Modeli.....	174
Aile Yılmazlığını Değerlendirme ve Uygulama .....	176
Kaynaklar.....	180
Sorular.....	182
Çoktan Seçmeli Sorular .....	183

## 6. BÖLÜM

### AİLEDE TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTLİĞİ

Toplumsal Cinsiyete Dair Temel Kavramlar .....	189
Cinsel Yönelim .....	190
Cinsel Kimlik .....	191
Toplumsal Faktörler/Kalıp Yargılar.....	191
Toplumsal Cinsiyet Kuramları.....	192
Psikanalitik Kuram.....	192
Biyolojik Açıklamalar.....	193
Evrin Kuramı .....	193
Sosyal Öğrenme Kuramı.....	194
Sosyal Bilişsel Kuram .....	195
Bilişsel Gelişim Kuramı .....	195
Toplumsal Cinsiyet Şeması Kuramı .....	196
Feminist Kuramlar .....	197
Liberal Feminizm .....	197
Radikal Feminizm .....	197

Sosyalist Feminizm .....	198
Küresel Feminizm .....	198
Ekofeminizm.....	198
Queer Kuramı.....	199
Aile İçerisinde Toplumsal Cinsiyet .....	199
Çocukta Toplumsal Cinsiyetin Oluşumu ve Etkileyen Faktörler.....	199
Çalışan Kadın .....	203
Ev İçi İş Bölümü.....	206
Aile Danışmanlığı Eğitiminde Toplumsal Cinsiyet .....	207
Toplumsal Cinsiyet Temelli Psikolojik Danışma (Gender Aware Therapy) .....	208
Kadınlarla Psikolojik Danışma.....	210
Erkeklerle Psikolojik Danışma .....	211
Aile Danışmanlığı Sürecinde Cinsiyet Rollerini .....	213
Danışmanın Cinsiyet Rollerini.....	213
Danışanın Cinsiyet Rollerini .....	214
Kaynaklar.....	215
Sorular.....	221
Çoktan Seçmeli Sorular .....	221

## 7. BÖLÜM

### AİLE DANIŞMANLIĞI VE ETİK

Evlilik ve Aile Danışmanlığında Etik .....	226
Genel Uygulama Standartları ve Etik Kodlar .....	228
Psikolojik Danışma İlişkisi ve Danışanın Refahı.....	231
Güven ve Gizlilik .....	234
Yetkinlik ve Mesleki Sorumluluklar .....	237
İşbirliği ve Profesyonel İlişkiler .....	240
Ölçme ve Değerlendirme .....	241
Evlilik ve Aile Danışmanı Eğitimi ve Süpervizyon .....	242
Araştırma ve Yayın .....	244
Etik Karar Verme ve Çözüm .....	246
Teknoloji Destekli Evlilik ve Aile Danışmanlığı.....	247
Özel Alanlarla İlgili Etik Kurallar .....	248
Evlilik ve Aile Danışmanlığının Türkiye'deki Durumu ve Yasal Sorunlar .....	249
Kaynaklar.....	251
Sorular .....	252
Çoktan Seçmeli Sorular .....	252
<b>Yazarlar Hakkında.....</b>	<b>257</b>



# 1. BÖLÜM

## AİLE DANIŞMANLIĞI

*Dr. Öğr. Üyesi Fatoş Bulut ATEŞ, Çukurova Üniversitesi*

ORCID No: 0000-0002-8606-355X

Aile Danışmanlığının Gücü

Aile Danışmanlığının Tarihçesi

Aile Danışmanlığının Gelişimini Etkileyen Faktörler

1950-1960'lı Yıllar

1970-1980'li Yıllar

1990'lı Yıllar ve Milenyum Çağı

Aile Danışmanlığı ile İlgili Temel Kavramlar

Alt Sistemler

Kurallar

Aile Homeostazı

Sınırlar

Açık ve Kapalı Sistemler

Aile Danışmanlığı Süreci

İlk Görüşme Öncesi

Değerlendirme Aşaması

Terapötik Hedef Belirleme Aşaması

Müdahale Aşaması

Sonlandırma Aşaması

Aile Danışmanlığı İçin Gereken Beceriler

Etkin Dinleme

Destek Olma

Kendini Açma

Normalleştirme

Aile Danışmanlığında Kullanılan Müdahale Yöntemleri

Odaklanma

Negatif Etkileşim Kalıplarını Tanımlama

Hipotez Oluşturma

Yeniden Çerçeveleme

Genogram

Problemi Dışsallaştırma

Soru Sorma

Aile danışmanlığı, aile sistemindeki tek bir üyeye değil sistemin bütün parçalarına müdahale eden, bireyleri ve aileleri ilişkiler ağı içinde değerlendiren, aynı zamanda ailelerin yaşadıkları zorluklarda problemlerinin işlevleri hakkında içgörü sahibi olmalarına ve başa çıkma becerileri kazanmalarına yardımcı olan bir yaklaşımdır (Nichols, 2012).

## Aile Danışmanlığının Gücü

Aile terapisinin gücü, etkileşimlerini değiştirebilmek için ebeveynleri ve çocukları bir araya getirmesinden gelir. Bireyleri çatışmalarının duygusal kökenlerinden izole etmek yerine, sorunlar kaynağında ele alınmaktadır. İnsanları şaşır-tan şey, kendilerini rahatsız eden sorunlardaki kendi katkılarını görememeleridir. Çoğu insan karşısındaki kişinin yaptıkları (ya da yapmadıkları) ile fazlaca meşgulken, o davranışların kendisi ile (kendi tutumu, davranışları, etkileşim tarzı) bağlantısını görmez. Bu noktada aile terapistinin görevi, onlara uyandırma çağrısı yapmaktır.

1950’lilerde terapistler, ailedeki hasta üye iyileştiğinde, başka bir üyenin kötüleştiğini, neredeyse ailenin semptomatik bir üyeye ihtiyacı olduğunu fark etmeye başladılar.

*Don Jackson depresyon hastası bir kadını tedavi ediyordu. Kadın gelişme kaydettikçe, kocası kendisinin kötüleştiğinden şikayet etmeye başladı. Kadın gelişmeyi devam ettirirken, kocası işini kaybetti. Sonunda, kadın tamamen iyileştiğinde, kocası kendini öldürdü. Görünüşe göre adamın dinamiği hasta bir eşe sahip olmaktı.*

1950’lilerin başlarında terapistlerin bunu fark etmeleri, aile terapisinin bireysel terapiye olan üstünlüğü ile ilgili önemli bir adım oldu.

Anna Karenina kitabında Tolstoy şöyle yazmıştır: “Bütün mutlu aileler birbirine benzer; her mutsuz aile ise kendi tarzında mutsuzdur.” Her mutsuz aile kendi tarzında mutsuz olabilir. Ancak herkes aile hayatındaki benzer zorlukların üstesinden gelmeye çalışır. Bu zorluklar arasında beraber yaşamaya alışmak, zor akrabalarla uğraşmak, çocukların bakımı, ergenlik dönemi zorluklarıyla başa çıkmak vb. sayılabilir. Bu zorlukların üstesinden nasıl gelineceğini öğrenmek büyük bir sır değildir. Bununla birlikte, aileler tarafından kolaylıkla fark edilemeyen şey, yaşamın öngörülebilir ikilemleri içinde başarılı bir şekilde hareket edebilmeyi öğrenmektir. Bunu öğrenmenin en iyi yolu da aile olarak terapide bulunmaktır (Nichols, 2012).