

Aile Dinamikleri ve Ruh Sağlığı

Editör: Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ



Editör: Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ

AİLE DİNAMİKLERİ VE RUH SAĞLIĞI

ISBN 978-625-5704-87-0

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarına aittir.

© 2025, 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 yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayinevidir**. 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 2000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilir.

I. Baskı: Kasım 2025, Ankara

Yayın-Proje: Selcan Durmuş
Dizgi-Grafik Tasarım: Tuğba Kaplan
Kapak Tasarımı: Pegem Akademi

Baskı: Sonçağ Yayıncılık Matbaacılık Reklam San Tic. Ltd. Şti.
İstanbul Cad. İstanbul Çarşısı 48/48 İskitler/Ankara

Yayıncı Sertifika No: 51818
Matbaa Sertifika No: 47865

İletişim

Pegem Akademi: Shira Ticaret Merkezi
Macun Mahallesi 204 Cad. No: 141/33, Yenimahalle/Ankara
Yayınevi: 0312 430 67 50
Dağıtım: 0312 434 54 24
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: www.pegem.net
E-ileti: yayinevi@pegem.net
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

ÖN SÖZ

Aile toplumun en temel yapıtaşıdır. Çiftler, eş olduklarında kendi ailesini kurar. Kök aileleriyle akrabalık bağının getirdiği geniş aile yapısının içinde, kendi çekirdek ailesiyle yer alır. Ebeveyn olma durumuna göre, kendi çekirdek aile yapısı genişler, sorumluluklar çeşitlenir. Aile büyükleri, çocuklar, arkadaşlar, komşular ile ilişkiler, varsa iş çevresi ve ilişkiler, çifti ve oluşturduğu çekirdek aileyi doğrudan ve dolaylı, olumlu ve olumsuz, pek çok şekilde etkiler. Böylece aile içinde ruh sağlığının oluşması, korunması ve sürdürülmesinde, önce birey olarak kendi sağlığı, sonra çift olarak birlikte sağlıkları, ardından çekirdek ailelerindeki sağlıkları, yaşamlarının bütününe yönelik yansımaları, etkileşimler, ilişkiler belirleyicidir.

Aile dinamikleri, fiziksel sağlık, ruhsal sağlık, cinsel sağlık, ilişkisel sağlık içerir. Aileyi çevreleyen sosyal destek önemlidir. Ebeveyn sağlığı, ebeveyn tutumları, patolojileri, ihmal, istismar, şiddet, nörolojik sorunlar, ölüm, yas gibi faktörler aile dinamiklerini çok yönlü etkiler. Bu kitapta Aile Danışmanlığı ve Aile Eğitimi nedir, ailede sağlık ve cinsel sağlık nedir, neler etkiler, sağlıklılık nasıl olur, ebeveyn ruh sağlığı ve patolojilerinin çok yönlü etkileri, güncel ve geleneksel anne baba tutumları, aile içi iletişimi sağlama ve anlaşmazlıkların çözülmesi için yollar, parçalanmış ailenin, çocuk ihmal ve istismarının, ölüm ve yas sürecinin, şiddetin etkileri ve ailenin nasıl korunacağı, nöropsikolojik yetersizlikler ve nasıl üstesinden gelineceği, sonuç olarak bir ailede başarılı kimlik nasıl oluşur ve ailede olması gereken sağlıklı olumlu yapıcı sosyal desteğin önemine yönelik, tamamen bilimsel araştırma sonuçlarına dayalı gerçek ve güncel bilgilerle yer verilmektedir.

Aile Dinamikleri ve Ruh Sağlığı kitabımız, aile kurmayı düşünenlere, ailesinde iyiliği hedefleyenlere, aile içi zorlukların üstesinden nasıl geleceğini düşünen, kendini ve ailesini sağlıklı geliştirmek isteyen halkımıza yönelik olarak, ailelerle, çocuk ve ergenlerle daha etkili çalışmak isteye alan uzmanlarına yönelik olarak “2025 Aile Yılı” kapsamında bir armağandır. Ebeveynler ve halktan okuyucularımız, daha etkili aile içi iletişim kurabilmek, aile sağlığı hakkında çok yönlü bilgi edinebilmek için faydalana-bilirler.

Alan uzmanları eğitimciler, kendilerini geliştirmek ve derslerinde okutmak için faydalanabilirler. Psikolojik danışman, psikolog, çocuk ergen ruh sağlığı uzmanları, aile danışmanları, aile eğitimcileri, çocuk hastalıkları uzmanları, doktorlar, psikiyatristler, sosyal çalışmacılar, hukukçular, çocuk gelişim uzmanları, öğretmen, öğretim üyeleri olan okuyucularımız, ailelerle çalışabilmek için, çocuk ve ergenlerle çalışabilmek için faydalanabilir. Aile Eğitimi ve Danışmanlığı eğitim programlarında ders kitabı olarak okutulabilir. Faydalanmanızı dileriz. İzmir, 2025.

Prof.Dr. Fatma Ebru İkiz

EDİTÖR

BÖLÜMLER VE YAZARLARI

Editör: Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ

1. Bölüm: Aile Danışmanlığı ve Aile Eğitimi

Dr. Öğr. Üyesi Özge SAKARYA ÇINKI

ORCID No: 0000-0003-0035-0302

2. Bölüm: Ailede Sağlık

Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ

ORCID No: 0000-0003-4381-1658

3. Bölüm: Cinsel Sağlık

Yasemin TÜRKOĞLU

ORCID No: 0009-0008-8842-9595

4. Bölüm: Ebeveyn Ruh Sağlığı

Barış ERYILMAZ

ORCID No: 0009-0001-7863-2919

İrem Nur ÇATAL

ORCID No: 0009-0009-9995-7462

5. Bölüm: Anne Baba Tutumları

Meryem AKER

ORCID No: 0009-0007-9742-0456

6. Bölüm: Türkiye’de Aile İçi Çatışmalar: Ebeveyn ve Çocuk İletişimi

Gözde ŞENSOY MURT

ORCID No: 0000-0003-1420-5771

7. Bölüm: Parçalanmış Aile

Ezgi ÖZDEMİR

ORCID No: 0009-0008-5035-6052

Tuğba SAYILIR

ORCID No: 0009-0005-8174-6318

8. Bölüm: Çocuk İhmali ve İstismarı

Gamze KESKİN

ORCID No: 0009-0001-2829-1095

9. Bölüm: Nöropsikolojik Yetersizlikler ve Aile

Mutallim MADATOV

ORCID No: 0009-0005-7949-6233

10. Bölüm: Ölüm Sonrası Yas Döneminde Aile Dinamikleri ve Değişimi

Beril ÖZTÜRK

ORCID No: 0000-0001-8601-9631

11. Bölüm: Başarılı Kimlik Oluşumunda Ailesel ve Çevresel Faktörlerin Etkileri

Fatma KARAGÖZ

ORCID No: 0009-0008-0057-5521

12. Bölüm: Ailede Sosyal Destek

Elif UZUNOĞLULAR

ORCID No: 0009-0009-8621-1653

Gülsüm TÜRK

ORCID No: 009-0002-9495-6937

İÇİNDEKİLER

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

1. BÖLÜM

AİLE DANIŞMANLIĞI VE AİLE EĞİTİMİ

Giriş.....	1
Aile Danışmanlığı.....	2
Okullarda Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Kapsamında Aile Eğitiminin Önemi.....	4
Eğitsel, Mesleki ve Kişisel PDR Hizmetleri.....	4
Psikososyal Müdahale Hizmetleri Kapsamında Risk Gruplarına Yönelik Hizmetler.....	5
Cinsel İstismara Uğrayan Öğrencilere Yönelik PDR Hizmetleri.....	5
İhmal Edilen Öğrencilere Yönelik Hizmetler.....	6
Şiddete Maruz Kalan ve Şiddet Uygulayan Öğrenciler ile Karşılaştığında Yapılması Gerekenler.....	6
Madde Bağımlılığı Konusunda Yapılması Gereken PDR Hizmetleri.....	7
Adli Makamlarca Danışmanlık ve Eğitim Tedbir Kararı Verilen Öğrenciler ile Yürütülecek PDR Hizmetleri.....	8
Aile Eğitimi.....	8
Aile Eğitiminin Faydaları.....	10
Çocuklara Yönelik Psikolojik Danışma Hizmetleri.....	11
Sonuç ve Öneriler.....	12

2. BÖLÜM

AİLEDE SAĞLIK

Giriş.....	14
Sağlık Tanımları ve Sağlığın Boyutları.....	14
Pozitif Açıdan Sağlık Modellerinin İncelenmesi.....	17
Akıl ve Ruh Sağlığı.....	19
Akıl, Ruh ve Fiziki Sağlık İlişkisi.....	20
Benlik ve Sağlık.....	21
Sonuç ve Öneriler.....	22

3. BÖLÜM

CİNSEL SAĞLIK

Giriş.....	23
Cinsellik ve Cinsel Sağlık: Kavramlar ve Tanımlar.....	23
Cinsiyet (Seks).....	24
Toplumsal Cinsiyet (Gender).....	24
Cinsel Kimlik (Gender Identity).....	24
Cinsel Yönelim.....	24
Cinsel Davranışlar.....	25
Cinsel Yakınlık.....	25

Cinsel İlişki.....	25
Sağlıklı Cinsel İlişki.....	25
Çocuklarda Cinsel Gelişim.....	25
Çocukların Cinsellikle İlgili Soruları.....	26
Cinsel İçerikli Oyunlar.....	26
Çocukların Ebeveynlerin Cinsel Yaşamına İlişkin Sorduğu Sorular.....	26
Masturbasyon.....	27
Hijyen.....	27
İstismar.....	27
Çocuklara Öğretilcek Kavramlar.....	28
Cinsel Gelişimdeki Anomaliler.....	28
Yetişkinlikte Sağlıklı Cinsel Yaşam – Cinselliğin Fizyolojisi.....	28
Cinsel Yanıt Döngüsü.....	29
Sağlıklı Cinsel Yaşama Engel Olan Faktörler.....	29
Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar.....	30
Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar Açısından Risk Grupları.....	30
Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıkları ve İstenmeyen Gebelikleri Önleme.....	30
Korunma Yöntemleri.....	31
Sonuç ve Öneriler.....	31

4. BÖLÜM

EBEVEYN RUH SAĞLIĞI

Giriş.....	32
Aile Kavramı.....	33
Psikopatoloji Nedir?.....	34
Yetişkinlerin Kendi Çocukluk Travmalarını Algılamaları.....	34
Ebeveynlerin Çocukluk Travmalarının, Çocuklarına Aktarımı.....	36
Anne Depresyonu.....	37
Ebeveyn Kaygısı.....	38
Bipolar.....	39
Tikler.....	41
Kekemelik.....	42
İntihar.....	44
Cinsel İşlev Bozuklukları.....	45
Ebeveyn Boşanması.....	47
Madde Bağımlılığı ve Etkisi.....	47
DSM-5'e Göre Madde Kullanım Bozukluğu Kriterleri.....	49
Madde Kullanım Bozukluklarının Şiddeti.....	49
Madde ve İlaç Kaynaklı Ruhsal Bozukluklar.....	50
Bağımlılıkta Sosyal Destek.....	51
Sonuç ve Öneriler.....	52
Ebeveyn Psikopatolojisinin Çocuğa Etkisi.....	52

5. BÖLÜM

ANNE BABA TUTUMLARI

Giriş.....	54
Eş Seçimi.....	55
Eş Seçiminde Etkili Faktörler.....	56
Eş Seçim Kuramları.....	58
Evlilik ve Evlilik ile Değişen Roller.....	60
Doğum ile Anne Baba Olarak Değişen Roller.....	61
Anne Baba Tutumlarını Etkileyen Faktörler.....	62
Anne Baba Tutumları ve Anne Baba Tutumlarının Çocuğun Davranışlarına Etkisi.....	62
Güncel Anne Baba Tutumları.....	68
Koşulsuz Ebeveynlik.....	68
Doğal Ebeveynlik.....	69
İnatlaşmadan Ebeveynlik.....	69
Pozitif Ebeveynlik.....	70
Dijital Ebeveynlik.....	70
Çim Biçme Makinesi Ebeveynlik.....	70
Helikopter Ebeveynlik.....	71
Evlât Edinilmiş Çocuklara Anne Baba Tutumları.....	71
Sonuç ve Öneriler.....	72
Önleyici ve Müdahale Edici Stratejiler.....	72

6. BÖLÜM

TÜRKİYE’DE AİLE İÇİ ÇATIŞMALAR: EBEVEYN VE ÇOCUK İLETİŞİMİ

Giriş.....	75
Türkiye’de Çocuğun Önemi ve Aile Yapısı.....	76
Partnerlikten Ebeveynliğe Geçiş.....	77
Romantik İlişkilerden Evliliğe Yönelme.....	77
Evlilik Öncesi Süreçler ve İletişim Becerileri.....	78
Bakımveren Roller ve Aile Yapısında Yaşanan Değişimler.....	79
Anne-Baba Rollerinin Tarihsel ve Kültürel Dönüşümü.....	79
Geniş Aile ve Çekirdek Aile Dinamikleri.....	80
Bakımveren-Çocuk İletişimi.....	82
Sonuç ve Öneriler.....	83

7. BÖLÜM

PARÇALANMIŞ AİLE

Giriş.....	84
Parçalanmış Aile.....	85
Ailede Parçalanma Şekilleri.....	85
Boşanmaya Neden Olan Faktörler.....	87
Boşanmanın Eşler Üzerindeki Etkisi.....	88
Ailenin Parçalanmasının Çocuklara Etkisi.....	90
Boşanmanın Erken Çocukluk Dönemindeki Çocuklara Etkisi.....	90
Parçalanmış Aileye Sahip Erken Çocukluk Dönemindeki Çocuklara Destek Önerileri.....	92

Boşanmanın Okul Çağı Dönemindeki Çocuklara Etkisi.....	95
Parçalanmış Aileye Sahip Okul Çağı Dönemindeki Çocuklara Destek Önerileri.....	96
Boşanmanın Ergenlik Dönemindeki Çocuklara Etkisi.....	97
Parçalanmış Aileye Sahip Ergenlik Dönemindeki Çocuklara Destek Önerileri.....	99
Parçalanmış Ailenin Yetişkinlik Dönemindeki Bireylere Etkisi	100
Sonuç ve Öneriler	101

8. BÖLÜM

ÇOCUK İHMALİ VE İSTİSMARI

Giriş.....	104
Çocuk İhmali	105
Fiziksel İhmal.....	106
Duygusal İhmal.....	106
Eğitim İhmali	107
Sosyal İhmal.....	107
Çocuk İstismarı	108
Fiziksel İstismar	109
Duygusal İstismar.....	110
Cinsel İstismar	111
Ekonomik İstismar	112
Aile İçi Şiddet.....	112
Şiddet Nedir?	112
Çocuğa Karşı Aile İçi Şiddet	114
Aile İçi Şiddetin Çocuğun Ruh Sağlığına Etkileri.....	114
İhmal ve İstismarın Belirtileri.....	116
Fiziksel Belirtiler.....	116
Davranışsal ve Duygusal Belirtiler	116
Cinsel İstismarın Belirtileri	117
İhmalin Belirtileri.....	117
Çocuğun Söyledikleri ve Davranışları	118
İhmal ve İstismarı Önleme.....	118
Eğitim ve Farkındalık Yaratma	119
Erken Müdahale ve Destek Hizmetleri.....	120
Yasal Düzenlemeler ve İzleme.....	120
Aile Destek Programları	120
Çocukların Güvenliği İçin Fiziksel Çevreyi İyileştirme	120
İstismar Durumlarını Ciddiye Almak ve Uygulamak	121
Sonuç ve Öneriler	121
İhmal ve İstismar Konusunda Çocuğu Bilgilendirme	121

9. BÖLÜM

NÖROPSİKOLOJİK YETERSİZLİKLER VE AİLE

Giriş.....	125
Nöropsikoloji Nedir?.....	126
Nöropsikolojinin Tanımı ve Kapsamı.....	127
Nöropsikolojinin Tarihçesi.....	128
Nöropsikolojinin Uygulama Alanları	129
Etiyoloji	130
Genetik Faktörlerin Rolü.....	130
Beyin Yapısı ve İşlevleri	131
Çevresel Faktörler.....	132
Nörolojik Yetersizlikler Nedir?	133
Nöropsikolojik Yetersizlikler Nedir ve Genel Özellikleri.....	133
Ailede Önemi.....	133
Nöropsikolojik Yetersizliklerden DEHB ve Otizm	134
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB).....	134
DEHB Nedir?	134
DEHB'nin Belirtileri ve Tanı Kriterleri.....	134
Etiyolojisi	135
Aile Üzerindeki Etkileri.....	135
Ailede Sağlığın Korunması.....	138
Tarihçesi.....	138
Günlük Hayatta Nasıl Karşımıza Çıkar	139
Otizm Sprektrum Bozukluğu	141
OSB Nedir?.....	141
OSB Belirtileri ve Tanı Kriterleri	141
Etiyolojisi	141
Aile Üzerindeki Etkileri.....	142
Ailede Sağlığın Korunması.....	143
Sonuç ve Öneriler	145
Ailelere Yönelik Öneriler	146
Uzmanlara Yönelik Öneriler	146

10. BÖLÜM

ÖLÜM SONRASI YAS DÖNEMİNDE AİLE DİNAMİKLERİ VE DEĞİŞİMİ

Giriş.....	148
Yas Süreci: Genel Bakış	149
Yas Teorileri Üzerine	149
Aile Dinamiklerinin Yas Sürecindeki Rolü	152
Yas Sonrası Aile Dinamiklerindeki Değişimler	153
Uyum Süreci ve Ruh Sağlığı Çalışanlarına Düşen Görevler	156
Sonuç ve Öneriler	157

11. BÖLÜM

BAŞARILI KİMLİK OLUŞUMUNDA AİLESEL VE ÇEVRESEL FAKTÖRLERİN ETKİLERİ

Giriş	158
Kimlik Statüleri Nelerdir?	159
Başarılı Kimlik	159
İpotekli Kimlik	159
Moratoryum Kimlik	160
Dağınık Kimlik	160
Kimlik Oluşumunda Genetik Faktörler	160
Birlikte – Ayrı Aileler	161
Kimlik Oluşumunda Aile İçi İşlevsellik	163
Ailenin Rolü ve Etkisi	163
İşlevsel ve İşlevsiz Aile Yapılarının Etkisi	163
Aile Dinamiklerinin Kimlik Keşfine Etkisi	164
Kimlik Oluşumunda Akranların Etkisi	166
Kimlik Oluşumunda Eğitim Kurumlarının Etkisi	168
Kimlik Oluşumunda Sosyal Medyanın Etkisi	169
Beliren Yetişkinlik Döneminde Kimlik Oluşumu	171
Sonuç ve Öneriler	173

12. BÖLÜM

AİLEDE SOSYAL DESTEK

Giriş	175
Sosyal Destek Nedir?	176
Ailede Sosyal Destek	177
Eşler Arasındaki Sosyal Destek	177
Çocuklarda Sosyal Destek	179
Kardeşler Arasındaki Sosyal Destek	180
Kriz Durumlarında Ailede Sosyal Destek	181
Kriz Nedir?	181
Ölüm ve Yas Sürecinde Aile Desteği	182
Doğal Afetlerde Aile Desteği	183
İhmal ve İstismar Durumlarında Aile Desteği	184
Madde Bağımlılığında Aile Desteği	184
Sonuç ve Öneriler	185

Kaynakça	187
-----------------------	------------

1. BÖLÜM

AİLE DANIŞMANLIĞI VE AİLE EĞİTİMİ

Dr. Öğr. Üyesi Özge SAKARYA ÇINKI

ORCID No: 0000-0003-0035-0302

GİRİŞ

İnsanın bütüncül bir iyi oluşıa sahip olabilmesi için fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarının giderilmesi önemlidir. Bu ihtiyaçların giderilip giderilmemesinde kişinin kendi aile ortamı büyük rol oynar. Ailelerin sahip oldukları ilişkisel örüntüler, ailenin sağlıklı/sağlıksız olma durumunu ortaya koyar. Kır (2011) sağlıklı ailelerin taşıdığı nitelikleri; aile üyelerinin karşılıklı duygularını anlamaları ve rahat bir şekilde birbirlerine ifade edebilmeleri, her üyenin sahip olduğu bireysel farklara koşulsuz kabulle yaklaştıkları, aile içinde yaşanan her duruma mizahi yaklaşım sergileyebilmeleri, birbirlerine karşı ilgili, sevgi dolu ve saygılı davranmaları ve etkili bir iletişim dilinin olması, zorlukların üstesinden birlikte gelebilmeleri, birlikte vakit geçirmekten zevk almaları, her durumda birbirlerine destekçi olduklarını hissettirebilmeleri olarak sıralamaktadır.

Aile yapılanması ne tür olursa olsun, ailelerin sağlıklılık durumu farklı dönemlerde değişiklikler gösterebilir. Kısaca sağlıklı bir aile yapısına sahip olmak bunun devamlılık göstereceğinin bir garanti değildir (Carlson ve Fullmer, 1992; Carter ve McGoldrick, 1999; Gladding, 2012). Bu aynı insan sağlığına benzer. Bugün sağlıklı olmamız yarın hasta olmayacağımız anlamına gelmemektedir.

Konu çocuk eğitimi olunca öncelikle ailemizin sahip olduğu değerleri, yaşam tarzımızı, ebeveynler olarak sahip olduğumuz kişilik özelliklerimizi gözden geçirmek ve bu yapılarıdaki kaçaklar için gerekli tamirat işlerine odaklanmak gerekir. Çünkü bu çocukla birlikte değişecek hayatın yenilenme sürecinin bir parçasıdır. Bu süreçte zorluk yaşayan ebeveynler için ise en doğru adres bir ruh sağlığı uzmanından alacakları uzman yardımı olacaktır. Kısaca çocuk eğitiminden önce anne-baba eğitimi gelmektedir. Uzman yardımına ihtiyaç duyan her anne-babanın isteği sağlıklı bir aileye sahip olmaktır. Fakat unutulmaması gereken sağlıklı aile yapılanmasının kısa sürede ve tek seferde kazanılıp devam etmeyeceğidir.

AİLE DANIŞMANLIĞI

Aile Danışmanlığı, aile üyeleriyle bireysel ve grup uygulamalarını içeren, aile bireyleri arasında iletişimi ve ilişkileri geliştirmek, çatışmaları çözmek, ruh sağlığını desteklemek kısaca sağlıklı dinamikleri olan, uyumlu bir aile ortamının oluşumunu sağlamak amacıyla bu alanda uzman bir ruh sağlığı çalışanı tarafından verilen danışmanlık hizmeti olarak ifade edilmektedir (Aktaş, 2015). Kısaca, ailenin yapısı, gelişimi ve işlevselliği bağlamında sağlıklı bir aile ortamının oluşması için verilen profesyonel bir psikolojik yardım hizmetidir (ASAGEM, 2008).

Aile danışmanlığı, danışma sürecinde ele aldığı sorunlar ve hitap ettiği danışan grubu açısından bireysel ve grupla psikolojik danışmaya göre farklılık gösterir (Hines, 1988; Trotzer; akt. Gladding, 2012). Aile danışmanlığında bireysel ve grupla psikolojik danışmadan farklı olarak amaç, aile sisteminde bütüncül bir değişime odaklanmaktır. Kısaca hem her bir aile üyesinin iç dünyasına hem de aile üyeleri arasındaki ve sistemin tümünü ilgilendiren sorun alanları üzerinde çalışılır. Ebeveynlerin yaşadığı zorluklar, evlilik çatışmaları, davranış sorunları, bağımlılık, ruh sağlığı sorunları veya travma gibi sorunları ele almak için tüm aile veya belirli üyelerle çalışan eğitilmiş bir aile danışmanının olması süreç için gereklidir. Terapist, aile üyelerinin birbirlerinin bakış açılarını anlamalarına, iletişim becerilerini geliştirmelerine ve daha sağlıklı etkileşim yolları geliştirmelerine yardımcı olmalıdır. Amaç, ailedeki herkes için destekleyici ve olumlu bir ortam yaratmak ve karşılaşılabilecekleri devam eden zorlukları çözmelerine yardımcı olmaktır (Broderick ve Weston, 2009; akt. Gladding, 2012).

Aile danışmanlığı süreci, aile üyelerinden birinin danışmanlık hizmeti almak için talebiyle başlamış olur. Danışma için başvuran ailelerde öncelikle incelenmesi gereken konu ailenin yapısıdır. Dünya genelinde değişen teknolojik, ekonomik, sosyal yaşam unsurlarından Türk aile yapısı da nasibini almıştır (Örneğin; geniş aile yapılanmasından çekirdek aile yapılanmasına, görücü usulü evliliklerden, aşk evliliklerine, erkek otoritesinin olduğu bir yapıdan eşitlikçi bir yapıya geçiş vb.). Bu yapı tek tek aile üyelerinin kişisel özelliklerini, benimsedikleri gelenek-görneklerini, yaşam tarzlarını ve ideolojik görüşlerini içine alır. Bu yüzden danışmaya başvuran ebeveynlerde öncelikle bu yapının hem anne hem de baba için ayrı ayrı bir haritası çıkarılmalıdır.

Anne- babaya verilecek olan danışma sürecinde sağlıklı bir aile yapısı oluşturma yanısıra değişen koşullara karşın ortaya çıkan çeşitli stresörlerle de baş etme becerisine odaklanmak gerekmektedir. Stres her aile yaşamını etkileyen unsurlardan biridir. Carter ve McGoldrick (1999), aile stresörlerini dikey ve yatay olarak iki kategoride ele alır. Dikey stresörler, bireysel, çekirdek aile, geniş aile,