Aile ve Çift Danışmanlığında Vaka Formülasyonu Hazırlama

Örnek Vakalarla Kuramdan Uygulamaya

Mehmet BOYACI

PEGEM AKADEMİ

Doç. Dr. Mehmet BOYACI

AİLE VE ÇİFT DANIŞMANLIĞINDA VAKA FORMÜLASYONU HAZIRLAMA
Örnek Vakalarla Kuramdan Uygulamaya

ISBN 978-625-8897-84-5

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarına aittir.

© 2026, 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 yayınevi**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 2000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere http://pegem.net adresinden ulaşılabilmektedir.

1. Baskı: Ekim 2026, Ankara

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

Baskı: Sayfa Basım Sanayi Ticaret Ltd. Şti.
İvedik OSB Matbaacılar Sit. 1514. Cad. No: 23-25
Yenimahalle/ANKARA

Yayıncı Sertifika No: 51818
Matbaa Sertifika No: 77079

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

Doç. Dr. Mehmet BOYACI

Doç. Dr. Mehmet Boyacı, akademik eğitimine Ankara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında başladı. Gaziosmanpaşa Üniversitesindeki yüksek lisans eğitiminin ardından Hacettepe Üniversitesinde doktora eğitimini tamamladı ve 2021 yılında Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında doçent unvanını aldı.

Meslek hayatına Millî Eğitim Bakanlığında psikolojik danışman olarak başlayan Boyacı, burada edindiği saha deneyimini akademik çalışmalarına da taşıdı. Gazi Üniversitesinde başladığı akademik kariyerini İstanbul Medeniyet Üniversitesinde sürdürmektedir. Hâlen İstanbul Medeniyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesinde öğretim üyesi olarak çalışan Dr. Boyacı; Psikolojik Danışma ve Rehberlik ile Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Ana Bilim Dalı başkanlıklarını da yürütmektedir.

Akademik çalışmaları aile ve çift danışmanlığı, psikolojik iyi oluş, umut, psikolojik sağlamlık, kariyer gelişimi ve okul psikolojik danışmanlığı alanlarında yoğunlaşmaktadır. Ulusal ve uluslararası hakemli dergilerde yayımlanmış bilimsel çalışmalarının yanı sıra OECD'nin *Sosyal ve Duygusal Beceriler Araştırması*, Avrupa Birliği destekli projeler ve *Beş Boyutlu Gelecek* gibi çalışmalarda görev almıştır. Son yıllarda aile danışmanlığı uygulamaları, vaka formülasyonu, pozitif psikolojik işlevsellik ve ruh sağlığı alanındaki güncel araştırmalara ağırlık vermektedir.

Bilimsel çalışmalarının yanında psikolojik danışman yetiştirmeyi mesleğinin önemli bir parçası olarak gören Boyacı, lisans ve lisansüstü düzeyde dersler vermekte, tez danışmanlığı ve süpervizyon çalışmaları yürütmektedir. Daha önce yayımlanan *Aile Danışmanlığı Kuramları* adlı kitabında aile danışmanlığının kuramsal temellerini ele alan Boyacı, elinizdeki bu çalışmada kuramsal bilgiyi vaka formülasyonu ve uygulama örnekleriyle buluşturmayı amaçlamaktadır. Birbirini tamamlayan bu iki eserinde, aile danışmanlığı eğitimine katkı sunmayı ve kuramdan uygulamaya geçişi kolaylaştırmayı hedeflemektedir.

ÖN SÖZ

Aile danışmanlığı derslerinde ve süpervizyonlarda öğrencilerden sık duyduğum bir soru var: "Aileyi dinledim, genogramı ya da aile haritasını çizdim, notlarımı aldım. Peki, şimdi ne yapacağım?" Mesleki deneyimime göre bu soru çoğunlukla bilgi eksikliğinden değil, var olan bilgiyi bir araya getirme güçlüğünden kaynaklanıyor. Öğrenciler yapısal, stratejik, kuşaklararası ya da öyküsel yaklaşımın temel kavramlarını biliyor; ancak karşılarında oturan bir ailenin sorununu bu kavramlarla açıklamakta ve bu açıklamadan bir danışma planına geçmekte zorlanıyorlar. Vaka formülasyonu tam da bu ara alanda duruyor. Aile danışmanının işini sistemli ve planlı yürütmesine, başka bir anlatımla kuramsal bilgiyi uygulamaya dönüştürmesine yardım ediyor.

Bu kitabın ilk adımı, yüksek lisans öğrencilerimle birlikte yürüttüğümüz vaka formülasyonu çalışmalarında atıldı. 2024 yılında Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı için, ön görüşmeden sonlandırmaya kadar danışma sürecini adım adım ele alan bir Aile Danışmanlığı Uygulama Rehberi hazırlamıştım. Rehberi hazırlarken iki ihtiyaç belirginleşti. Birincisi, her aile için aynı başlıkların eksiksiz doldurulması beklendiğinde formülasyon kimi zaman bir düşünme işi olmaktan çıkıp bir form doldurma işine dönüşebiliyordu. İkincisi, formülasyonun nasıl yapıldığını baştan sona gösteren Türkçe vaka örneklerine ihtiyaç vardı. Elinizdeki kitap, bu iki ihtiyaca cevap verme çabasının ürünüdür. Temel amacım, aile ve çift danışmanlığında vaka formülasyonunun nasıl yapıldığını sade bir dille ve örnekler üzerinden göstermektir.

Kitap dokuz bölümden oluşuyor. İlk dört bölüm vaka formülasyonunun ne olduğunu, kuramların aileye nereden baktığını, formülasyonun Türkiye bağlamında nasıl düşünüleceğini ve Esnek Formülasyon Modeli'ni anlatıyor. Bu bölümlerdeki örnekler aynı aileden, Demir ailesinden geliyor. Beşinci bölümden sekizinci bölüme kadar dört aile; yapısal, Bowen Kuşaklararası, Satir yaşantısal ve Gottman yaklaşımlarıyla ilk görüşmeden danışma planına kadar ayrıntılı biçimde izleniyor. Dokuzuncu bölüm ise okuru altı kısa vakayla danışmanın yerine koyuyor.

Kitaptaki bütün vakalar mesleki deneyimlerden ve aile danışmanlığı uygulamalarında karşılaşılan durumlardan esinlenerek kurgulandı. Gerçek danışanlardan ya da öğrenci çalışmalarından bire bir alınmadı; kişiler, olaylar ve ayrıntılar bu kitap için yeniden oluşturuldu. Okuyucu bu yüzden kendi çalıştığı ailelerden tanıdık izler bulabilir.

Kitap, psikolojik danışma ve rehberlik, psikoloji ve aileyle ilgili dersleri olan diğer programlardaki lisans ve yüksek lisans öğrencileri için hazırlandı. Bununla birlikte sahada çalışan aile danışmanları, psikolojik danışmanlar ve süpervizyon sağlayan uzmanlar için de yararlı bir kaynak olacağına inanıyorum. Lisans öğrencileri ve alana yeni başlayanlar için önce aile danışmanlığı kuramlarına ilişkin temel okumaları tamamlamak, sonra bu kitabı baştan sona okumak en sağlıklı yoldur. Deneyimli okuyucu ise doğrudan ilgilendiği vakaya geçebilir; her vaka bölümü kendi içinde okunabilecek biçimde yazıldı. Esnek Formülasyon Modeli'nin anlatıldığı dördüncü bölüm, o bölümün sonundaki boş form ve doldurulmuş örnek, vakalar okunurken el altında tutulabilir. Tartışma soruları ve dokuzuncu bölümdeki alıştırmalar ise derslerde ve süpervizyon gruplarında kullanılmak üzere hazırlandı.

Bu kitabın ortaya çıkmasında en büyük pay, sorularıyla beni formülasyon üzerine daha çok düşünmeye yönelten öğrencilerime aittir. Kitabın, aile ve çift danışmanlığı alanında çalışan ve bu alanda yetişen meslektaşlarıma ve alanı merak eden diğer okuyuculara yararlı olmasını dilerim.

İstanbul, Ekim 2026
Doç. Dr. Mehmet Boyacı

İÇİNDEKİLER

Doç. Dr. Mehmet BOYACI iii
Ön Söz iv

1. BÖLÜM
VAKA FORMÜLASYONU NEDİR? NE İŞE YARAR?

Giriş 1
İlk Oturum: Neye Bakacağız? 2
Vaka Formülasyonu Nedir? 3
Formülasyon Ne İşe Yarar? 4
Aile Danışmanlığında Formülasyon, Değerlendirme ve Tanı Nedir? 5
Aile Danışmanlığında Formülasyon Bireysel Formülasyondan Neden Farklıdır? 7
Formülasyon Değişebilir: Dördüncü Oturum 9
Araştırmalar Ne Diyor? 10
İyi Bir Formülasyonun Özellikleri 11
Bölüm Özeti 12
Tartışma Soruları 13
Sonraki Bölüme Geçerken 13

2. BÖLÜM
FARKLI KURAMSAL YAKLAŞIMLAR NEYE BAKAR?

Giriş 14
Kuram Bir Bakış Açısıdır: Neden Diğer Yaklaşımları da Bilmeliyiz? 14
Yapısal Yaklaşım 17
Stratejik Aile Danışmanlığı 18
Milan Sistemik Yaklaşım 20
Bowen Kuşaklararası Yaklaşımı 21
Yaşantısal Yaklaşım: Satir 23
Bilişsel Davranışçı Yaklaşım 24
Çağdaş Çift Danışmanlığı Yaklaşımları 26
    Bağlanma ve Duygu Odaklı Çift Terapisi 26
    Gottman Yöntemi 27
Postmodern Yaklaşımlar: Çözüm Odaklı ve Öyküsel 28
Yaklaşımlar Bir Arada: Karşılaştırma Tablosu 29
Bölüm Özeti 30
Tartışma Soruları 31
Sonraki Bölüme Geçerken 31

3. BÖLÜM
TÜRKİYE BAĞLAMINDA VAKA FORMÜLASYONU

Giriş ... 32
Türkiye'de Aile Yapısındaki Dönüşüm ... 33
Geniş Aile, Akrabalık ve Sınırların Kültürel Anlamı ... 34
Toplumsal Cinsiyet Rolleri ve Aile İçi Güç ... 36
Din, Maneviyat ve Anlam ... 37
Mahremiyet, "El Alem Ne Der" ve Yardım Arama ... 38
Göç, Kentleşme ve Kuşaklar Arası Değer Farkları ... 39
Yasal ve Kurumsal Çerçeve ... 41
Kültürel Alçakgönüllülük: Danışmanın Kendi Konumu ... 43
Bölüm Özeti ... 45
Tartışma Soruları ... 45
Sonraki Bölüme Geçerken ... 45

4. BÖLÜM
ESNEK FORMÜLASYON MODELİ: UYGULAMAYA YÖNELİK PRATİK BİR PLAN

Giriş ... 46
Model Nasıl Çalışır? ... 46
Her Ailede Doldurulan Başlıklar ... 48
Gerektiğinde Eklenen Modüller ... 50
Sentez: Bilgiyi Tek Bir Açıklamada Toplamak ... 51
Bilgi Toplama Araçları ... 53
Formülasyondan Danışma Planına ... 54
Sık Yapılan Hatalar ... 56
Bölüm Özeti ... 56
Tartışma Soruları ... 57
Sonraki Bölüme Geçerken ... 57
Ek-A. Esnek Formülasyon Modeli: Boş Form ... 58
Ek-B. Doldurulmuş Form Örneği: Demir Ailesi ... 61

5. BÖLÜM
YAPISAL AİLE DANIŞMANLIĞINDA VAKA FORMÜLASYONU: KAYA AİLESİ

Giriş ... 64
Kaya Ailesiyle Tanışma ... 65
Birinci Adım: Getirilen Sorunu Açmak ... 67
İkinci Adım: Sorunu Sürdüren Etkileşimi Görmek ... 70
Üçüncü Adım: Geçmişe Kısa ve Odaklı Bir Bakış ... 74
Dördüncü Adım: Yeni İlişki Biçimlerini Aramak ... 77
Doldurulmuş Form: Kaya Ailesi ... 79
Formülasyondan Danışma Planına ... 82

Kültür, Güç ve Etik ... 85
Bu Vakada Sık Yapılan Hatalar ... 86
Bölüm Özeti ... 86
Tartışma Soruları ... 87
Sonraki Bölüme Geçerken ... 87
Ek-A. Kaya Ailesine Benzer Ailelerde Sorulabilecek Sorular ... 88

6. BÖLÜM
BOWEN KUŞAKLARARASI YAKLAŞIMIYLA VAKA FORMÜLASYONU: TEKİN AİLESİ

Giriş ... 89
Tekin Ailesiyle Tanışma ... 90
Birinci Soru: Kaygı Kime Bağlanıyor? ... 92
İkinci Soru: Kim Tepkiyle, Kim Düşünerek Yanıt Veriyor? ... 97
Üçüncü Soru: Bu Örüntü Nereden Geliyor? ... 99
Dördüncü Soru: Değişim Kimden Başlar? ... 101
Doldurulmuş Form: Tekin Ailesi ... 106
Formülasyondan Danışma Planına ... 109
Kültür, Güç, Hukuk ve Etik ... 113
Bu Vakada Sık Yapılan Hatalar ... 114
Bölüm Özeti ... 115
Tartışma Soruları ... 115
Sonraki Bölüme Geçerken ... 116
Ek-A. Boşanma Sonrası Ailelerde Sorulabilecek Süreç Soruları ... 116

7. BÖLÜM
SATİR YAŞANTISAL YAKLAŞIMIYLA VAKA FORMÜLASYONU: BULUT AİLESİ

Giriş ... 118
Bulut Ailesiyle Tanışma ... 119
İlk Oturum: İletişim Duruşlarıyla Bir Okuma ... 120
Ayrı Görüşmeler: Duruşun Ardında Ne Var? ... 122
Formülasyonun İlk Kararı: Ortak Oturum Sürmeli mi? ... 124
Güvenlik Çalışması ... 127
İletişim Duruşları Şimdi Ne Katar? ... 129
Doldurulmuş Form: Bulut Ailesi ... 133
Formülasyondan Danışma Planına ... 136
Kültür, Güç, Hukuk ve Etik ... 138
Bu Vakada Sık Yapılan Hatalar ... 139
Bölüm Özeti ... 140
Tartışma Soruları ... 140
Sonraki Bölüme Geçerken ... 141
Ek-A. Çift Başvurusunda Güvenlik Değerlendirmesi ve Güvenlik Planı ... 141

8. BÖLÜM
GOTTMAN YÖNTEMİYLE VAKA FORMÜLASYONU: AKSOY ÇİFTİ

Giriş ... 143
Aksoy Çiftiyle Tanışma ... 144
İlk Görüşme: Burak Bey Gelmiyor ... 145
Ortak Oturum: Bir Çatışma Konuşmasını İzlemek ... 147
Ayrı Görüşmeler ve Bir Sır ... 150
Sır Ortak Oturuma Geliyor ... 154
Formülasyonu Paylaşmak ... 156
Gottman'ın Araçları Oturumda ... 160
Doldurulmuş Form: Aksoy Çifti ... 163
Formülasyondan Danışma Planına ... 167
Kültür, Güç ve Etik ... 169
Bu Vakada Sık Yapılan Hatalar ... 170
Bölüm Özeti ... 171
Tartışma Soruları ... 172
Sonraki Bölüme Geçerken ... 172
Ek-A. Çift Görüşmelerinde Gözlem Kâğıdı ve Ayrı Görüşmede Gizlilik Konuşması ... 173

9. BÖLÜM
ALTI KISA VAKA: HER YAKLAŞIMLA BİR FORMÜLASYON ALIŞTIRMASI

Giriş ... 175
Şahin Ailesi: Bilişsel Davranışçı Yaklaşım ... 176
Işık Ailesi: Stratejik Yaklaşım ... 178
Özkan–Yalçın Ailesi: Milan Sistemik Yaklaşım ... 180
Çelik Ailesi: Duygu Odaklı Çift Terapisi ... 182
Güneş Ailesi: Öyküsel Yaklaşım ... 184
Erdem Ailesi: Çözüm Odaklı Yaklaşım ... 187
Bölüm Özeti ... 189
Kitabı Bitirirken ... 189
Ek-A. Alıştırmalar İçin Yanıt İpuçları ... 190

Kaynakça ... 193

1. BÖLÜM

VAKA FORMÜLASYONU NEDİR? NE İŞE YARAR?

Giriş

Bir salı akşamı Demir ailesi ilk oturuma gelir. Serkan Bey koltuğun ucuna oturur. Gülay Hanım oğlu Kaan'ın yanına geçer. Kaan kapüşonunu indirmez. Aile danışmanı hoş geldiniz der ve söze baba Serkan Bey girer.

Serkan Bey (Baba): Oğlum okula gitmiyor, sabaha kadar oyun oynuyor. Biz artık ne yapacağımızı bilmiyoruz. Açıkçası okul yönlendirmeseydi gelmezdik.

Gülay Hanım (Anne): Babası çok sert. Çocuk korkudan konuşamaz oldu.

Serkan Bey: Kaan tembel, o kadar. Ben sert olmasam bu evde kimse sabah kalkmaz.

Danışman: Kaan, sen ne dersin?

Kaan (Oğul): (Gözünü telefondan ayırmadan omuz silker.) Bilmem.

Danışma odasında sık yaşanan bir andır bu. Herkes konuşur, herkes kendince haklıdır. Danışmanın önünde ise tek bir soru durur: Bu ailede ne oluyor?

Bu bölümde Demir ailesiyle ilk oturumdan dördüncü oturuma kadar birlikte yürüyeceğiz. Aileyi tanırken bir yandan da bu kitabın temel sorusunu soracağız: Bir ailede ne olduğunu nasıl anlarız ve bu anlayıştan bir danışma planına nasıl geçeriz? Vaka formülasyonu bu sorunun yanıtıdır.

Bu bölümde

- **Örnek aile:** Demir ailesi. On beş yaşındaki Kaan, ablası Duygu üniversite için evden ayrıldıktan sonra okula gitmek istemiyor.
- **Getirilen sorun:** "Oğlum okula gitmiyor, sabaha kadar oyun oynuyor."
- **Öğrenilecek beceri:** Aileden toplanan bilgiyi sınanabilir bir açıklamaya, o açıklamayı da bir danışma planına dönüştürmek.