

YENİ YÜZYIL ÜNİVERSİTESİ
SÜREKLİ EĞİTİM MERKEZİ AİLE DANIŞMANLIĞI
SERTİFİKA PROGRAMI
30 OCAK 2020

- Eğitim Süresi** : 450 Saat (300 SAAT TEORİ+SUPERVİZYON)
- Başlama Tarihi** : 30 OCAK 2020
- Sertifika Adı** : Aile Danışmanlığı Sertifikası İlave İki Sertifika:
i) Masal ve Hikaye Anlatıcılığı
ii) Öğrenci Koçluğu
- Ücret** : 2.150 TL KDV Dahil
- Taksit** : 6 Taksit İmkanı
- Telefon** : 0 543 408 8005

YENİ YÜZYIL ÜNİVERSİTESİ

SÜREKLİ EĞİTİM MERKEZİ SERTİFİKA PROGRAMI

Aile Danışmanlığı Yönetmeliği Resmi gazetenin 4 Eylül 2012 tarihli sayısında yayımlandı. Psikoloji, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik, Tıp, Hemşirelik, Sosyoloji, Çocuk Gelişimi gibi farklı dallardan mezunlara da aile danışmanı olma yolu açan yönetmeliğe göre 300 saati teorik, 120 saati uygulamalı eğitim, 30 saati de süpervizyon olmak üzere toplamda 450 saatlik eğitim süresi yönetmelikle belirlenmiştir.

Yeni Yüzyıl Üniversitesi Sürekli Eğitim Merkezi ile açılan Aile Danışmanlığı Sertifika programı Üniversite'nin güçlü kadrosu ve alt yapısı ile yönetmeliğe bağlı olarak hazırlanan program, alanında en iyi program içeriğine sahip.

DERS PROGRAMI

Modül-1	Aile Danışmanlığına Giriş
Modül-1	Aile Danışmanlığında Meslek Etiği
Modül-2	Çocuk İstismarı, Şiddet ve Travma
Modül-2	Çocuk İstismarı, Şiddet ve Travma
Modül-3	Gelişim Psikolojisi
Modül-3	Gelişim Psikolojisi
Modül-4	Aile Hukuku ve Arabuluculuk
Modül-4	Aile Hukuku ve Arabuluculuk
Modül-5	Evlilik Süreçleri
Modül-5	Evlilik Süreçleri
Modül-6	Psikolojik Danışma Becerileri
Modül-6	Psikolojik Danışma Becerileri
Modül-7	Boşanma Süreçleri
Modül-7	Boşanma Süreçleri
Modül-8	Cinsellik Eğitimi
Modül-8	Cinsellik Eğitimi

Modül-9	Ailede İletişim ve Uyum
Modül-9	Ailede İletişim ve Uyum
Modül-10	Aile Danışmanlığı Kuramları
Modül-10	Aile Danışmanlığı Kuramları
Modül-11	Aile ve Çift Terapisi
Modül-11	Aile ve Çift Terapisi
Modül-12	Aldatma Psikolojisi
Modül-12	Ölüm ve Yas Psikolojisi
Modül-13	Ruh Sağlığı ve Psikopatoloji
Modül-13	Ruh Sağlığı ve Psikopatoloji
Modül-14	Uyku Bozuklukları
Modül-14	Yeme Bozuklukları
Modül-15	Aile Danışmanlığında Gözlem ve Görüşme Teknikleri
Modül-15	Aile Danışmanlığında Gözlem ve Görüşme Teknikleri
Modül-16	Süpervizyon Uygulaması
Modül-16	Süpervizyon Uygulaması
Modül-17	Süpervizyon Uygulaması
Modül-17	Süpervizyon Uygulaması
Modül-18	Süpervizyon Uygulaması
Modül-18	Süpervizyon Uygulaması
Modül-19	Süpervizyon Uygulaması
Modül-19	Süpervizyon Uygulaması

Aile Danışmanlığı Nedir?

Aile danışmanlığı, aileyi oluşturan bireylerin bir araya gelmesi ve paylaştıkları sorunları birlikte çözmeye çalışmaları üzerine kurulur ve bu doğrultuda Aile Yasası (Family Law Act) çerçevesinde gerçekleştirilen psikolojik danışmanlık hizmetine denir. Aile, soyut bir kavram ancak kendi başına bütüncül ve canlı bir kurumdur. Sağlıklı ve fonksiyonel olan aile ve o ailede yetişen, yaşayan fert hangi toplumda olursa olsun kolaylıkla çevresine uyum sağlar.

Aile Danışmanlığının İşlevi

Ailenin de, her canlı gibi farklı işlevleri yerine getiren farklı organları, duyuları ve kendi ruhu vardır. Bu işlevsellikler arasında bütünlüğü korumak, günümüzde giderek güçleşmiştir.

Ailenin kendi güç kaynaklarını geliştirmesi - işlevselliğini sağlaması, gerçekçi hedefler edinmelerini, açık iletişim kurmalarını sağlamak, empati kabiliyetlerini geliştirmeye ve kendi yaratıcı çözümlerini ortaya koymaya yönelik hedeflerini gerçekleştirmeye yönelik aile danışmanının desteğine ihtiyaç duyabilmektedirler.

Aile Danışmanlığının Amacı Nedir?

Aile danışmanlığının amacı, aile içinde yaşanan kişiler arası sorunlar olabileceği gibi, tüm aileyi etkileyen ölüm, kronik hastalık, bir aile bireyinin evden ayrılması gibi konularda aile bireyelerine destek vermektir. Aile danışmanlığının belirgin ve açık hedefleri vardır. Amaç, ailenin yaşadığı sorunların çözümünün yanı sıra aile bireyelerinin birbirlerini daha iyi anlamalarını, belirgin ve esnek sınırlar çizebilmelerini sağlamayı kolaylaştıracak yeni beceriler kazandırmaktır.

Aile üyelerinden herhangi birinin yaşadığı sorunun etkisi tüm aileyi kapsar ve çözüm sürecinde ailenin tümü belirleyici bir rol taşır. İlişkiler açısından sorunları olan insanların, evlilik, ayrılık ve boşanma sırasında, çocuklarla ve aile ile ilgili kişisel veya kişiler arasındaki sorunların üstesinden daha rahat bir şekilde gelmelerine yardımcı olur.

Eşlerin arasındaki sorunların çocuğu etkilemesi veya çocuğun yaşadığı fiziksel, psikolojik, eğitim sorunlarının aile içi dinamikleri etkilemesi kaçılmazdır. Yaşanan bu sorunların çözümünde aile bireyelerine psikolojik destek vermek, aile içi iletişimi güçlendirmek, aile bireyelerini birbirlerine duyarlı olmalarını sağlamak aile danışmanlığının amaçlarını oluşturmaktadır.

T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile Danışmanlığı görev ve yetkilerini aşağıdaki gibi belirlemiştir;

- a) Aile sistemi içerisinde işlev bozulmalarına neden olan, aile ve bireylerin, bireysel gelişimlerini ve yetiştirilmelerini olumsuz yönde etkileyen, aile yaşam döngüsü ve gelişimsel farklılıklar ile eşler arasında ilişki ve iletişim sorunlarına yol açan, anne baba olarak rol ve sorumluluklarını sağlıklı bir biçimde yerine getirmelerini güçleştiren ve aile üyelerinin psiko-sosyal yapılarını tehdit eden sorunların çözümlenmesinde birey ve aile ile çalışmak,
- b) Gerektiğinde aile üyelerini ihtiyaçlarına yönelik diğer ruh sağlığı ve hastalıklarına hizmet veren kurum ve kuruluşlara yönlendirmek,
- c) Kişilerin içinde geliştikleri veya işlevlerini yerine getirdikleri aile sistemini veya ilişkide buldukları diğer sosyal çevreyi değerlendirmeye dayanan ve bu anlayıştan yola çıkarak bireylere, çiftlere veya ailelere sorunlarının çözümüne dönük değişim ve gelişime yönelik hizmetler sunmak,
- ç) Aile üyelerinin oturlardaki etkileşim sürecinin içeriğini raporlaştırmak,
- d) Aile üyeleri arasındaki çatışmayı yönlendirmek, çatışmanın temelini öğrenmek için çeşitli tekniklerden faydalanmak,
- e) Aile üyelerinin savunma mekanizmalarından kurtulmalarına yardımcı olmak,
- f) Yorumlama ve yüzleştirme gibi tekniklerle aile üyelerinin olumsuz duygulardan kurtulmaları için yardımcı olmak,
- g) Aile üyeleri arasında etkileşim kalıplarının gelişmesi için yardımda bulunmak,
- ğ) Aile üyelerinin birbirine karşı olumsuz duygu ve düşüncelerini gidermeye çalışmak,
- h) Aile üyeleri arasındaki gizli çatışma odaklarını belirleyerek, etkileşim sürecine akılcılık kazandırmaya çalışmak.
- ı) Aile üyeleri arasındaki rol ilişkilerini yeniden düzenlemek.
- i) Ailenin bozulan psiko-sosyal yapısının yeniden onarılması için katalizör ve sentezci rolü oynamak. Danışma amacına ulaştıktan ve aile dengesini yeniden kurduktan sonra danışmayı sonlandırmak.
- j) Aile kurma niyetinde olan bireylere danışma ve rehberlik hizmetleri vermek.
- k) Boşanmış bireylere çocukların bu durumdan menfi etkilenmemesi için önleyici hizmet vermek.
- l) Tek ebeveynli ailelere danışma destek hizmeti vermek.

Kimler Aile Danışmanı Olabilir?

Aile Danışmanlığı Eğitim Programı sonucunda aşağıda belirtilen alanlardan birinde en az 4 yıl eğitim görüp mezun olmuş katılımcılarımız 'Aile Danışmanı' unvanına sahip olurlar.

- Sosyal Hizmet
- Sosyoloji
- Hemşirelik
- Psikoloji
- PDR (Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik)
- Tıp
- Çocuk Gelişimi

Yüksek Öğretim Kurumu tarafından uygun görülen en az üç yüz saati teorik ve yüz elli saati süpervizyonla uygulamalı olmak üzere toplam dört yüz elli saatlik aile danışmanlığı alanında bir eğitim programını başarıyla tamamlayanlar ve sertifikaya sahip olanlar aile danışmanı olabilir.

Lisans eğitimini tamamladıktan sonra klinik psikoloji ve aile danışmanlığı alanlarından birinde yüksek lisans/doktora eğitimini tamamlamış olanlar ile tıp fakültelerinin çocuk psikiyatrisi ve psikiyatri alanında ihtisas yapmış olanlar aile danışmanı sayılır ve ayrıca bunlardan Merkezlerde çalışmak için sertifika istenmez.

Meslek Elemanı Başvuru Koşulları

Milli Eğitim Bakanlığı, Yükseköğretim Kurulu veya Üniversitelerin, biri tarafından uygun görülen en az seksen saati teorik ve kırk saati uygulamalı olmak üzere toplam yüz yirmi saatlik eğitim programını başarıyla tamamlayanlar ve/veya sertifikaya sahip olanlar meslek elemanı olabilir. Meslek Elemanı Eğitim Programı sonucunda aşağıda belirtilen alanlardan birinde en az 4 yıl eğitim görüp mezun olmuş katılımcılarımız 'Meslek Elemanı' unvanına sahip olurlar.

- Aile ve Tüketici Bilimleri
- Sosyal Hizmet
- Sosyoloji
- Hemşirelik
- Psikoloji
- PDR (Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik)
- Tıp
- Çocuk Gelişimi
- Okul Öncesi Öğretmenliği

YÖNETMELİK

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığında:

**GERÇEK KİŞİLER VE ÖZEL HUKUK TÜZEL KİŞİLERİ İLE KAMU KURUM
VE KURULUŞLARINCA AÇILACAK AİLE DANIŞMA
MERKEZLERİ YÖNETMELİĞİ**

BİRİNCİ BÖLÜM

Amaç, Kapsam, Dayanak ve Tanımlar

Amaç

MADDE 1 – (1) Bu Yönetmeliğin amacı, gerçek kişiler ve özel hukuk tüzel kişileri ile kamu kurum ve kuruluşlarınca açılan aile danışma merkezlerinin personel ve hizmet standardı, etik kuralları, ücret tarifeleri, açılması ve kapatılması işlemleri, faaliyetleri, denetimleri ve diğer hususlara ilişkin usul ve esasları düzenlemektir.

Kapsam

MADDE 2 – (1) Bu Yönetmelik, gerçek kişiler ve özel hukuk tüzel kişileri ile kamu kurum ve kuruluşlarınca açılan aile danışma merkezlerini kapsar.

Dayanak

MADDE 3 – (1) Bu Yönetmelik, 24/5/1983 tarihli ve 2828 sayılı Sosyal Hizmetler Kanununun 4 üncü maddesinin birinci fıkrasının (a) bendi, 34 ve 35 inci maddeleri ile 3/6/2011 tarihli ve 633 sayılı Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığının Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun Hükmünde Kararnamenin 2 nci maddesinin birinci fıkrasının (b), (h) ve (i) bentleri ile 7 nci maddesinin birinci fıkrasının (c) bendine dayanılarak hazırlanmıştır.

Tanımlar

MADDE 4 – (1) Bu Yönetmelikte geçen;

- a) Açılış izin belgesi: Merkezin bu Yönetmeliğe uygun olduğuna ve faaliyet gösterebileceğine dair il müdürlüğü tarafından düzenlenen ve valilik tarafından onaylanan belgeyi,
- b) Aile danışmanı: Merkezde aile danışmanlığı hizmetlerini yürütmek üzere bu Yönetmelikte belirtilen eğitimi tamamlamış personeli,
- c) Aile danışmanlığı: Aile bireylerinin içinde geliştikleri veya işlevlerini yerine getirdikleri aile sistemini veya ilişkide buldukları diğer sosyal çevreleri değerlendirmeye dayanan ve bu anlayıştan yola çıkarak bireylere, çiftlere veya ailelere sorunlarının çözümüne dönük değişim ve gelişime yönelik özel teknik ve stratejileri içeren hizmeti,
- ç) Aile danışma merkezi: Ailenin gelişmesi ve güçlenmesi için; bireylerinin katılımcı, üretken, kendine yeterli hale gelmesi ve sorun çözme kapasitelerinin geliştirilmesi amacıyla koruyucu, önleyici, eğitici, geliştirici, rehberlik ve rehabilite edici hizmetler veren kuruluşları,
- d) Bakan: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanını,
- e) Bakanlık: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığını,
- f) Denetim ve inceleme ekibi: Aile Danışma Merkezlerine açılış izni verilmesinde bu Yönetmelikteki şartları taşıyıp taşımadıklarının, açılış izni verildikten sonra ise faaliyetlerinin bu Yönetmeliğe ve ilgili diğer mevzuat hükümlerine uygun olup olmadığının gerektiğinde incelenmesi ile bunların açılmaları, denetlenmeleri, değerlendirilmeleri ve kapatılmaları ile ilgili tavsiye kararları almak üzere İl Müdürlükleri tarafından oluşturulan ekibi,
- g) Genel Müdür: Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürünü,
- ğ) Genel Müdürlük: Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğünü,
- h) İl müdürlüğü: Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğünü,
- ı) Kamu kurum ve kuruluşları: Bakanlık dışında kalan ve kendi kuruluş kanunlarına göre, Aile Danışma Merkezi açma ve bu hizmeti sunma konusunda görev ve yetkisi bulunan kamu kurum ve kuruluşlarını,
- i) Kurucu: Aile Danışma Merkezi faaliyeti göstermek üzere açılış izin belgesi alan gerçek kişi, kamu ve özel hukuk tüzel kişilerini,
- j) Merkez: Aile Danışma Merkezini,
- k) Merkez Müdürü: Merkezin idari, mali ve teknik tüm işleri ile hizmet sunumundan birinci derecede sorumlu kişiyi,
- l) Meslek Elemanı: Merkezde bu Yönetmelik kapsamında belirtilen nitelikleri taşıyan ve hizmetleri

yürüten personeli,

m) Süpervizyon: Bireyler ve ailelerle uygulama yapan aile danışmanı ve meslek elemanlarının uygulamalarını ve mesleki müdahalelerini daha deneyimli bir aile danışmanı ile işbirliği içinde yönetme sürecini,

ifade eder.

İKİNCİ BÖLÜM

Merkezin Açılışı, Devir, Nakil, Personel Değişikliği, Denetim ve İnceleme Ekibi

Açılış başvurusu

MADDE 5 – (1) Merkez açmak isteyen gerçek kişiler ile özel hukuk tüzel kişileri ve kendi kuruluş kanunlarında merkez açma yetkisi bulunan kamu kurum ve kuruluşları, bu Yönetmelikte istenen belgeleri iki nüsha halinde hazırlayarak yazılı olarak il müdürlüğüne başvurur.

Açılış başvurusunda istenecek belgeler

MADDE 6 – (1) Kurucu olacak gerçek kişiden, kamu ve özel hukuk tüzel kişilerinden aşağıdaki bilgi ve belgeler istenir:

a) Gerçek kişi için T.C. kimlik numarası beyanı, özel hukuk tüzel kişisi için vergi kimlik numarası beyanı,

b) Merkezin adı, adresi ve telefon numarası,

c) Merkezin bu Yönetmeliğe uygun olarak belirlenmiş amacı, merkez müdürü yerine kimin vekalet edeceği, çalışma gün ve saatleri, ilk görüşme, danışmanlık seansları, vaka tartışma toplantıları, meslek elemanlarının yararlanacağı mesleki yönlendirme çalışmaları, personelin nitelik ve görevleri ve belirtilmesi istenen diğer hususları gösteren iç hizmet yönergesi,

ç) Tüzel kişinin sermaye şirketi olması hâlinde göstereceği temsilciden, temsilcinin hissedarlar arasından olduğunu ve şirketi temsile yetkili olduğunu gösterir noterden tasdikli belgenin aslı veya idarece onaylı örneği,

d) Tüzel kişinin dernek veya vakıf olması hâlinde göstereceği temsilciden, dernek yönetim kurulu üyesi veya vakıf mütevelli heyeti üyesi olduğunu ve tüzel kişiliği temsile yetkili olduğunu gösterir belge ve karar örneği, merkezin açılışının vakıf senedi/dernek tüzüğünde yer aldığını gösterir belge,

e) Tüzel kişinin şirket olması hâlinde, şirket ilanının yayımlandığı ve merkezin açılışının faaliyetleri kapsamında olduğunu gösterir ticaret unvanı, ticaret sicil numarası, kayıtlı olduğu ticaret sicil memurluğunun adının beyanı (şirketin kuruluş sözleşmesinin yayımlandığı ticaret sicil gazetesi 1/10/2003 tarihinden önce yayımlanmış ise ticaret sicil gazetesinin aslı veya idarece onaylı örneği) vergi kimlik numarası ile bağlı bulunduğu vergi dairesinin adının beyanı ve imza sirküleri,

f) Kamu/özel hukuk tüzel kişi temsilcisinin, açılış başvurusu yapmaya yetkili olduğuna ilişkin belge,

g) Gerçek kişi için adli sicil kaydına ilişkin yazılı beyan.

(2) Merkezde çalışacak merkez müdürü için aşağıdaki belgeler istenir:

a) T.C. kimlik numarası beyanı,

b) Adli sicil kaydına ilişkin yazılı beyan,

c) Kurucu ile merkez müdürünün aynı kişi olmaması halinde, 22/5/2003 tarihli ve 4857 sayılı İş Kanunu hükümlerine uygun olarak kurucu ile merkez müdürü arasında düzenlenmiş iş sözleşmesi.

(3) Merkezde çalıştırılacak personel için aşağıdaki belgeler istenir:

a) T.C. kimlik numarası beyanı,

b) Kurucu ile personel arasında İş Kanunu hükümlerine uygun olarak düzenlenmiş iş sözleşmesi,

c) Öğrenim durumunu gösterir belgenin aslının ibrazı üzerine il müdürlüğüne onaylanan örneği,

ç) Merkezde çalışacak aile danışmanı ve meslek elemanlarının, 14 ve 15 inci maddelerdeki nitelikleri taşıdığını gösterir belgenin aslının ibrazı üzerine il müdürlüğüne onaylanan örneği,

d) Adli sicil kaydına ilişkin yazılı beyan,

e) Çalışacak kişinin yabancı uyruklu olması halinde Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığından alınan çalışma izni belgesi ile pasaport örneği.

(4) Merkezin hizmet vereceği binaya ait aşağıdaki belgeler istenir:

a) Tapu senedi veya kira sözleşmesi örneği,

b) İskân raporu örneği,

c) Merkezin, bir apartman katında veya toplu konut alanlarındaki müstakil bir binada hizmete açılması halinde yönetim planında belirtilen yetkiye dayanılarak apartman veya toplu konut yöneticilerinden alınacak izin belgesi,

ç) Merkezin tüm yerleşimini ve kullanım amacını gösterir kroki,

d) Yangın güvenliği yönünden yeterli olduğuna ilişkin itfaiye müdürlüğünden alınacak rapor,

e) Binada ve merkezde engellilerin ulaşımını kolaylaştıracak önlemlerin alındığına ilişkin

kurucunun ayrıntılı yazılı beyanı,

f) Deprem güvenliği yönünden ilgili kurum veya kuruluşlardan alınacak rapor.

Kurucu ve sorumlu müdürde aranan genel şartlar

MADDE 7 – (1) Kurucu olacak gerçek kişide ve merkez müdürü olacak kişilerde aşağıdaki şartlar aranır:

a) Türk vatandaşı olmak,

b) Medeni hakları kullanma ehliyetine sahip olmak,

c) 26/9/2004 tarihli ve 5237 sayılı Türk Ceza Kanununun 53 üncü maddesinde belirtilen süreler geçmiş olsa bile; kasten işlenen bir suçtan dolayı bir yıl veya daha fazla süreyle hapis cezasına ya da affa uğramış olsa bile devletin güvenliğine karşı suçlar, Anayasal düzene ve bu düzenin işleyişine karşı suçlar, zimmet, irtikâp, rüşvet, hırsızlık, dolandırıcılık, sahtecilik, güveni kötüye kullanma, hileli iflas, ihaleye fesat karıştırma, edimin ifasına fesat karıştırma, suçtan kaynaklanan malvarlığı değerlerini aklama veya kaçakçılık suçlarından mahkûm olmamak.

Açılış izni

MADDE 8 – (1) İl müdürlüğü başvuru dosyasını beş gün içinde inceler. Dosyada eksiklik veya uygunsuzluk bulunması halinde durum ilgiliye tebliğ edilir.

(2) Başvuru dosyasında eksiklik bulunmaması halinde dosya, denetim ve inceleme ekibine havale edilir. Merkez, denetim ve inceleme ekibi tarafından dosyanın havalesinden itibaren on gün içinde yerinde incelenir ve rapor düzenlenerek il müdürlüğüne teslim edilir.

(3) Yapılan inceleme sonucunda açılmasında bir sakınca bulunmayan merkeze, il müdürlüğünün teklifi valiliğin onayı ile ek-1’de yer alan açılış izin belgesi; merkez müdürü adına ek-2’de yer alan sorumlu müdürlük belgesi düzenlenir. Açılış izin belgesinin ve sorumlu müdürlük belgesinin birer örneği bilgi için Genel Müdürlüğe ve ilgili defterdarlığa gönderilir.

(4) Merkezde yapılan incelemede eksiklik veya uygunsuzluk tespit edilmesi durumunda bunların tamamlanması veya giderilmesi konusunda düzenlenen inceleme raporu sonucu, başvuru sahibine yazılı olarak bildirilir. Eksikliğin veya uygunsuzluğun giderildiğinin başvuru sahibi tarafından, il müdürlüğüne yazılı olarak bildirilmesinden itibaren birinci fıkraya hükümleri uygulanır.

Devir, nakil ve personel değişikliği

MADDE 9 – (1) Aşağıdaki hallerde aranan belgeler iki nüsha olarak hazırlanır ve il müdürlüğüne teslim edilir:

a) Merkezin bir başka kişi ya da kuruluşa devri halinde, özel hukuk tüzel kişileri için 6 ncı maddenin birinci fıkrasının (f) bendinde belirtilen belgelerle birlikte durumlarına göre (ç), (d) veya (e) bentlerinde belirtilen belgeler; gerçek kişiler için (a) ve (g) bentlerinde belirtilen belgeler,

b) Merkezin hizmet binasının değişikliği halinde 6 ncı maddenin dördüncü fıkrasında belirtilen belgeler,

c) Merkez personelinden birinin ayrılması halinde, merkez müdürünce en geç beş işgünü içinde il müdürlüğüne durum bildirilir ve otuz gün içinde yeni alınacak personel için 6 ncı maddenin üçüncü fıkrasında belirtilen belgeler.

(2) Devir ve nakil durumunda 8 inci maddeye göre açılış izin onay belgesi yenilenir.

Merkez müdürüne vekâlet ve merkez müdürünün görevden ayrılması

MADDE 10 – (1) Merkez müdürünün izinli/sağlık izinli olacağı ya da görevden ayrılacağı durumlarda yerine vekâlet edecek meslek elemanı veya aile danışmanı başvuru sırasında verilen iç hizmet yönergesinde belirtilir.

(2) Merkez müdürünün görevden ayrılması halinde en geç on beş iş günü içinde yeni merkez müdürü görevlendirilir ve yeni merkez müdürü için 6 ncı maddenin ikinci fıkrasında belirtilen belgeler il müdürlüğüne teslim edilir.

Denetim ve inceleme ekibi

MADDE 11 – (1) Denetim ve inceleme ekibi; il müdür yardımcısı başkanlığında, psikoloji, psikolojik danışmanlık ve rehberlik, sosyal hizmet, çocuk gelişimi ve eğitimi, sosyoloji, hemşirelik, tıp, öğretmenlik alanlarından birinde asgari dört yıllık lisans eğitimini tamamlamış personel arasından seçilecek üç kişiden oluşur.

(2) Denetim ve inceleme ekibinde yer alan üyelerin, inceleme ve denetimi yapılacak merkezin kurucu ve diğer çalışanları ile üçüncü derece de dâhil olmak üzere kan veya kendisini oluşturan evlilik bağı ortadan kalkmış olsa dahi kayın hısımlığı ilişkisinin olmaması gerekir.

(3) Denetim ve inceleme ekibi, onayda belirtilen üyelerin salt çoğunluğu ile karar alır. Denetim ve inceleme ekibinin kararları, tutanak haline getirilir ve üyelerce imzalanır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Merkez Çalışanları, Çalışanların Eğitimi, Nitelikleri, Görev, Yetki ve Sorumlulukları

Merkez çalışanları

MADDE 12 – (1) Merkez açılabilmesi için, farklı lisans programlarından mezun en az bir aile danışmanı ve bir meslek elemanı ile büro, teknik ve temizlik işlerini yürütecek en az bir personelin bulunması gerekir.

(2) Merkezler, ihtiyaç durumuna göre zorunlu personele ek olarak sağlık, hukuk ve benzeri konularda danışmanlık hizmetlerini yürütecek personel çalıştırabilir veya bu konularda hizmet satın alabilirler.

(3) İl müdürlüğünce onaylanan aile danışmanı dışında, herhangi bir kişi aile danışmanı olarak çalıştırılmaz.

Merkez müdürü

MADDE 13 – (1) Merkezlerde bu maddede tanımlanan görevleri yapmak üzere tam zamanlı olarak çalışan bir merkez müdürü bulunur. Bu kişiler merkez dışında başka bir yerde herhangi bir unvan ya da sıfatla çalışamazlar. Merkez müdürleri meslek elemanlarından veya aile danışmanları arasından

görevlendirilir.

(2) Merkez müdürünün görevleri:

- a) Merkezin açılış ve işleyişi ile ilgili her türlü işlemleri yürütmek,
- b) Merkezde sunulacak tüm hizmetlerin standartlara uygun verilmesini ve sürdürülmesini sağlamak, gerekli iç denetimleri yürütmek,
- c) Merkezde sunulacak tüm hizmetleri planlayarak çalışmalarını düzenlemek,
- ç) Denetim sırasında yetkililere gereken bilgi ve belgeleri sunmak ve denetime yardımcı olmak,
- d) Şirket ortaklarında ve personele ilişkin değişiklikleri on beş gün içinde il müdürlüğüne bildirmek,
- e) Merkezin personele ilişkin işlemleri ile idari, mali ve teknik tüm işlerini ilgili mevzuat doğrultusunda yürütmek,

f) İdari görevlerinin yanı sıra mesleğinin gerektirdiği çalışmaları yapmak.

(3) Merkez müdürü, görevinden ayrılmak istediğinde veya kurucu tarafından iş akdinin feshedilmesi istenildiğinde fesihden önceki on gün içinde bu durum yazılı olarak il müdürlüğüne bildirilir.

Aile danışmanının eğitimi ve nitelikleri

MADDE 14 – (1) Sosyal hizmet, psikoloji, sosyoloji, psikolojik danışmanlık ve rehberlik, tıp, hemşirelik ve çocuk gelişimi alanlarından birinde en az dört yıllık lisans programlarından mezun olanlar, Milli Eğitim Bakanlığı, Yükseköğretim Kurulu veya üniversitelerden, biri tarafından uygun görülen en az üç yüz saati teorik ve en az otuz saati süpervizyon eşliğinde olmak üzere yüz elli saati uygulamalı toplam dört yüz elli saatlik aile danışmanlığı alanında bir eğitim programını başarıyla tamamladıktan sonra sertifika alanlar, aile danışmanı unvanı alabilir.

(2) Sosyal hizmet, psikoloji, sosyoloji, psikolojik danışmanlık ve rehberlik, tıp, hemşirelik ve çocuk gelişimi lisans programlarını tamamladıktan sonra aile danışmanlığı alanında yüksek lisans veya doktora eğitimini tamamlamış olanlar aile danışmanı sayılır ve ayrıca bunlardan merkezlerde çalışmak için sertifika istenmez.

(3) Yükseköğretim kurumları dışında aile danışmanlığı eğitimi sertifika programı açmak isteyen kurum ve kuruluşlar Milli Eğitim Bakanlığından izin alırlar.

(4) Yükseköğretim kurumları dışında aile danışmanlığı sertifika programı eğitimini yürütecek kurum ve kuruluşlarda görev alacak eğitimcilerde ulusal ve uluslararası standartta sertifikaya sahip ve aile danışmanlığı konusunda en az beş yıl çalışmış olmak ya da aile danışmanlığı alanında yüksek lisans veya doktora programlarında eğitimcilik yapmış olma şartı aranır.

Meslek elemanının eğitimi ve nitelikleri

MADDE 15 – (1) Merkezde çalışacak meslek elemanları; tıp, psikolojik danışmanlık ve rehberlik, sosyal hizmet, çocuk gelişimi, okul öncesi öğretmenliği, sosyoloji, aile ve tüketici bilimleri, hemşirelik, psikoloji alanlarından birinde asgari dört yıllık lisans programını tamamlamış olmalıdır.

(2) Milli Eğitim Bakanlığı, Yükseköğretim Kurulu veya üniversitelerin, biri tarafından uygun görülen en az seksen saati teorik ve kırk saati uygulamalı olmak üzere toplam yüz yirmi saatlik eğitim programını başarıyla tamamlayanlar ve/veya sertifikaya sahip olanlar meslek elemanı olabilir.

(3) Psikoloji, tıp, psikolojik danışmanlık ve rehberlik, sosyal hizmet, çocuk gelişimi, okul öncesi öğretmenliği, sosyoloji, aile ve tüketici bilimleri, hemşirelik lisans programını tamamladıktan sonra bu alanların birinde yüksek lisans veya doktora eğitimini tamamlamış olanlar meslek elemanı sayılır ve ayrıca bunlardan merkezlerde çalışmak için sertifika istenmez.

(4) Yükseköğretim kurumları dışında meslek elemanı eğitimi sertifika programı açmak isteyen kurum ve kuruluşlar Milli Eğitim Bakanlığından izin alırlar.

(5) Aile danışmanı niteliklerini haiz olanlar meslek elemanı niteliklerini haiz sayılır.

Aile danışmanının görevleri

MADDE 16 – (1) Aile danışmanının görev ve yetkileri şunlardır:

a) Aile sistemi içerisinde işlev bozulmalarına neden olan, aile ve bireylerin, bireysel gelişimlerini ve yetiştirilmelerini olumsuz yönde etkileyen, aile yaşam döngüsü ve gelişimsel farklılıklar ile eşler arasında ilişki ve iletişim sorunlarına yol açan, anne baba olarak rol ve sorumluluklarını sağlıklı bir biçimde yerine getirmelerini güçleştiren ve aile üyelerinin psiko-sosyal ve ekonomik yapılarını tehdit eden sorunların oluşmadan önce engellenmesi ve ortaya çıkan sorunların çözümlenmesinde birey ve aile ile çalışmak,

b) Kişilerin içinde geliştikleri veya işlevlerini yerine getirdikleri aile sistemini veya ilişkide buldukları diğer sosyal çevreyi değerlendirmeye dayanan ve bu anlayıştan yola çıkarak bireylere, çiftlere veya ailelere sorunlarının çözümüne dönük değişim ve gelişime yönelik hizmetler sunmak,

c) Aile üyelerinin oturma odasındaki etkileşim sürecinin içeriğini raporlaştırmak,

ç) Aile kurma niyetinde olan bireylere rehberlik ve danışma hizmetleri vermek,

d) Anne ve babaların çocuk eğitiminde daha bilgili olması, bu bilgilerini hayata geçirmesi, çocuğuyla ve eşiyle ilişkisini geliştirmesi için anne ve babalara yönelik çalışmalar gerçekleştirmek,

e) Boşanma öncesinde ailelere psiko-sosyal süreç ve dinamikleri de dahil ederek arabuluculuk hizmetleri planlamak ve uygulamak,

f) Boşanmış bireylere ve çocuklarına bu durumdan olumsuz etkilenmemeleri için boşanma sonrası uyum programları planlamak ve uygulamak,

g) Tek ebeveynli ailelere danışmanlık ve destek hizmeti vermek,

- ğ) Aile içi şiddetin önlenmesine yönelik rehberlik ve danışmanlık hizmetlerini vermek,
h) Gerektiğinde aile üyelerini ihtiyaçlarına yönelik olarak ruh sağlığı ve hastalıkları hizmeti veren kurum ve kuruluşlara yönlendirmek.

Meslek elemanlarının görevleri

MADDE 17 – (1) Meslek elemanları mesleğinin gerektirdiği tüm çalışmaları yerine getirmekle yükümlüdür.

(2) Meslek elemanlarının ortak görevleri şunlardır:

- a) Sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif etkinlikler, eğitim çalışmaları ile merkezin tanıtımına yönelik hizmetleri organize etmek,
b) Merkezde yapılacak çalışmaları planlamak,
c) Mesleki çalışmalarına ilişkin kayıtları gizlilik esasına göre düzenli olarak tutmak, değerlendirmek ve saklamak,
ç) Görevlerini diğer meslek elemanları ile ekip çalışması ve süpervizyon esasına göre yürütmek.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Merkezin Fiziki Özellikleri, Çalışma Saatleri, Dış Tabela ve Tanıtımı

Fiziki özellikler

MADDE 18 – (1) Merkezde aşağıda belirtilen bölümler bulunur:

- a) Bekleme salonu: Seans ücretlerini gösteren belge, merkezin açılış onayı ile il müdürlüğünün telefon numaralarını gösteren belge, merkezin bekleme salonunun duvarlarında kolayca okunabilecek konumda asılı olur.
b) Görüşme odası: Merkezde en az iki görüşme odası bulunur, bu odaların bekleme odasına bitişik olmaması ya da ses yalıtımının yapılmış olması zorunludur.
c) Merkezde yönetici odası, çocuk odası, eğitim-toplantı salonu, tuvalet, mutfak, depo, arşiv ve benzeri bölümler bulunur.

Çalışma saatleri

MADDE 19 – (1) Merkezlerin çalışma gün ve saatleri iç hizmet yönergesinde belirtilen şekilde uygulanır.

Dış tabela ve merkezin tanıtımı

MADDE 20 – (1) Merkezlerin tabelaları ile basılı ve elektronik ortam materyallerinde, açılış izni belgesinde kayıtlı merkez ismi dışında başka bir isim kullanılamaz. Merkezlerin tabelalarında, basılı ve elektronik ortam materyallerinde aynı yazı karakterinde olmak şartıyla "özel" ibaresinden sonra açılış izni belgesinde belirtilen kuruluş ismi yazılır. "Özel" ibaresi, merkezin isminde kullanılan yazı ile aynı ebat, punto ve karakterde olur.

(2) Merkezler; açılışı, hizmet alanları ve sundukları hizmetler ile ilgili konularda toplumu bilgilendirmek amacıyla tanıtım yapabilir ve ilan verebilir. Ayrıca aileleri ve bireyleri koruyucu, önleyici ve geliştirici nitelikte bilgilendirme yapabilir. Ancak merkezler, mesleki etik kurallarına aykırı, insanları yanıltan, yanlış yönlendiren, talep oluşturmaya yönelik doğruluğu bilimsel olarak doğrulanmamış veya yerleşik metot haline gelmemiş uygulamalara dayalı tanıtım yapamazlar ve diğer merkezler aleyhine haksız rekabete neden olacak davranışlarda bulunamazlar.

BEŞİNCİ BÖLÜM

Sunulacak Hizmetler, Ücret Tespiti

Sunulacak hizmetler

MADDE 21 – (1) Merkezde ailelere yönelik psiko-sosyal hizmetler ile aile danışmanlığı hizmetlerinin yanı sıra, görev alanıyla ilgili ücretsiz ve katılımı serbest olan seminer, konferans ve benzeri programları farklı aylarda yılda en az dört kez düzenlemek zorundadır. Ayrıca aile haftası gibi hizmet alanı ile ilgili özel gün kutlamalarına uyumlu programlar düzenlerler.

(2) Ücretsiz programlar, her yıl Ocak ayında merkez tarafından planlanarak hangi gün veya günlerde yapılacağı Şubat ayı sonuna kadar il müdürlüğüne yazılı olarak bildirilir. Program tarihinde bir değişiklik yapılması halinde durum il müdürlüğüne on beş gün önceden yazılı olarak bildirilir.

(3) Ücretsiz düzenlenecek programlarda, uygun olması halinde mekân tahsisi konusunda il müdürlüğünün imkânlarından faydalanılabilir.

Ücret tespiti

MADDE 22 – (1) Merkezde uygulanacak ilk görüşme ve seans ücretleri aşağıda belirtilen esaslara göre belirlenir:

a) Merkezde uygulanacak aile ve bireylere yönelik psiko-sosyal hizmetler ve aile danışmanlığında ilk görüşme ve seans ücretleri her mali yılın sonunda bir sonraki yıl için il düzeyinde kurulacak ücret tespit komisyonunca belirlenir.

b) Ücret tespit komisyonu, il müdürü veya il müdür yardımcısının başkanlığında, defterdarlık, il ticaret odası, büyükşehir olan illerde büyükşehir belediye başkanlığı, büyükşehir olmayan illerde ise il

belediye başkanlığı ve il sağlık müdürlüğü temsilcileri ile olması halinde o ildeki merkezlerin içinden il müdürlüğü tarafından seçilen en fazla üç temsilciden oluşur.

c) Ücret tespit komisyonu, başkan dâhil en az beş üye ile toplanır ve kararlarını oy çokluğu ile alır.

ç) Komisyonunda belirlenen ücret tarifesi, valiliğin onayından sonra yürürlüğe girer. Belirlenen tarife, mali yılbaşından itibaren uygulanır.

Ücret belgesi verme zorunluluğu

MADDE 23 – (1) Alınan ücret karşılığında hizmet alanlara, 4/1/1961 tarihli ve 213 sayılı Vergi Usul Kanununun ilgili hükümleri gereğince düzenlenmiş belge verilir.

ALTINCI BÖLÜM

Diğer Hususlar, Denetim ve Kapatma

Diğer hususlar

MADDE 24 – (1) Merkez kurucuları ile sorumlu müdürleri, aşağıda belirtilen hususlara uyarlar:

a) Merkezler açılış izin belgesi almadan faaliyet gösteremezler.

b) Açılış izin belgesine esas merkez binası haricinde, tamamen veya kısmen başka bir yer, aile danışma merkezi veya şubesi olarak kullanılamaz.

c) Açılış izin belgesine esas merkezde kurucu ile iş sözleşmesi imzalamayan meslek elemanı, izin alınmamış stajyer öğrenci ve bu Yönetmelik hükümlerine göre çalışma yetkisi bulunmayan personel çalıştırılmaz.

ç) Özel hukuk tüzel kişileri tarafından açılan merkezlerde bu Yönetmelik kapsamında yer almayan tüzel kişiliğe ait diğer faaliyetler yapılamaz.

d) Meslek elemanları mesleki formasyonu kapsamında sunduğu hizmetler dışında, profesyonel sağlık görevlileri gibi hizmet sunumu yapamaz. Bu tür hizmet sunumundan doğan neticelerden kendisi ile birlikte, sorumlu müdür ve kurucu sorumludur.

e) Merkezde herhangi bir danışmanlık faaliyeti, yetkisi olmayan kişiler tarafından yapılamaz.

Denetim

MADDE 25 – (1) Merkezler, 11 inci maddede yer alan denetim ve inceleme ekibi tarafından denetlenir. Şikâyet, soruşturma veya Bakanlık tarafından yapılacak olağan dışı denetimler hariç olmak üzere, olağan denetimler il müdürlüğünün planlaması ile denetim ve inceleme ekibi tarafından yılda en az bir kez yapılır.

(2) Denetimlerde ek-3'te yer alan denetim formu kullanılır. Denetim ile ilgili tespitler ve sonuçlar, müdürlüğe ait teftiş ve denetim defterine yazılır. Merkezdeki teftiş ve denetim defterine de gerekli kayıtlar düşülür.

(3) İl müdürlüğü, bu denetimlerde tespit edilen eksiklikler veya uygunsuzlukların denetim formunda gösterilen süreler zarfında giderilmesini, merkezin sorumlu müdürüne yazılı olarak bildirir. Verilen süre sonunda yapılacak denetimde, eksikliğin veya uygunsuzluğun giderilmediğinin ve devam ettiğinin tespiti halinde denetim formunda belirtilenlere göre işlem yapılır ve merkez müdürüne yazılı olarak bildirilir.

(4) Merkezde, denetim formundaki birden çok eksikliğin veya uygunsuzluğun bulunduğu aynı denetim sırasında tespit edilirse bunların giderilmesi için tanınacak süre ile giderilmediğinde uygulanacak faaliyet durdurma süresi denetim formunda gösterilen en uzun süredir.

Merkezin kapatılması

MADDE 26 – (1) Merkezlerin kapatılmasında ek-3 denetim formundaki esaslar uygulanır. Merkezin kapatılması, il müdürlüğünün teklifi ve valilik onayı ile gerçekleştirilir. Kapatılan merkezler sosyal güvenlik il müdürlüğüne, defterdarlığa ve Bakanlığa bildirilir.

(2) Merkezin kapatılması için kurucu tarafından bir dilekçe ile başvurulması halinde il müdürlüğünün teklifi ve valiliğin onayı ile kapatılır ve bu durum en geç on gün içinde Bakanlığa bildirilir.

(3) Kurucu, açılışta kendisine verilen ek-1'de yer alan açılış izin belgesi ile merkez müdürü adına ek-2'de yer alan sorumlu müdürlük belgesinin aslını on beş gün içinde il müdürlüğüne teslim etmek zorundadır.

(4) Kapatılan merkezlerin yeniden açılmak istenmesi halinde bu Yönetmelik hükümlerine göre yeni açılış işlemi yapılır.

YEDİNCİ BÖLÜM

Çeşitli ve Son Hükümler

Hizmet teşekkür belgesi

MADDE 27 – (1) Bir takvim yılı içinde merkeze yönelik olarak gerçekleştirilen olağan ve olağanüstü denetimlerde, bu Yönetmelik hükümlerine uygunluğun tam olarak devam ettiğinin veya herhangi bir eksikliğin olmadığını tespit olunması kaydıyla, başarılı çalışmalarını bulunan merkeze, başarılı çalışmalarını teşvik amacıyla valiliğin teklifi ile Bakanlıkça hizmet teşekkür belgesi verilebilir.

Kayıt ve arşiv

MADDE 28 – (1) Merkeze başvuran kişiler için kayıt yapılması ve dosya açılması zorunludur.

(2) Merkezlerde tutulan kişisel bilgi, belge ve raporlar en az beş yıl saklanır.

Gizlilik ilkesi

MADDE 29 – (1) Merkezlerde tutulan kişisel bilgi, belge ve raporlar ile merkezden hizmet alan

kişilerin kimlik bilgileri ile yaşadıkları sorunlar ve öngörülen mesleki çalışmalarla ilgili bilgiler gizlilik ilkesine uygun olarak saklanır ve açıklanamaz. Konu ile ilgili genel hükümler saklıdır. Kayıt sisteminde ve mesleki yönlendirme çalışmalarında gizlilik ilkesine uyulur.

Yürürlükten kaldırılan yönetmelik

MADDE 30 – (1) 25/2/2009 tarihli ve 27152 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanan Gerçek Kişiler ve Özel Hukuk Tüzel Kişileri ile Kamu Kurum ve Kuruluşlarınınca Açılacak Aile Danışma Merkezleri Hakkında Yönetmelik yürürlükten kaldırılmıştır.

Geçiş hükmü

GEÇİCİ MADDE 1 – (1) Daha önce açılmış merkezler, bu Yönetmeliğin yürürlüğe girdiği tarihten itibaren bir yıl içinde bu Yönetmelik hükümlerine uygun hale getirilir.

(2) Daha önce aile danışmanlığı ve meslek elemanlığı sertifikası olanlar, bu Yönetmelikte öngörülen eğitim sürelerini bu Yönetmeliğin yürürlüğe girdiği tarihten itibaren üç yıl içinde tamamlar.

Yürürlük

MADDE 31 – (1) Bu Yönetmelik yayımı tarihinde yürürlüğe girer.

Yürütme

MADDE 32 – (1) Bu Yönetmelik hükümlerini Aile ve Sosyal Politikalar Bakanı yürütür.

AİLE DANIŞMANLIĞI VE AMAÇLARI

Aile Danışmanlığı Nedir?

Aile danışmanlığı, Aile Yasası (Family Law Act) çerçevesinde verilen danışmanlık hizmetine denir. Aile danışmanı, ilişkiler açısından sorunları olan insanların, evlilik, ayrılık ve boşanma sırasında, çocuklarla ve aile ile ilgili kişisel veya kişiler arasındaki sorunların üstesinden daha rahat bir şekilde gelmelerine yardımcı olmaktadır. **Aile danışmanlığı**, incinmiş duygular, siz ve eşiniz arasındaki veya ailedeki diğer bir kişi ile olan sorunlar, yeni yaşam düzenlemeleri ve çocukların bakımı ve mali düzenlemeler konusundaki sorunlarla ilgili olabilir.

Aile danışmanlığında kişiler ailede yaşanan bir problemi, kendi bakış açılarından ortaya koyarlarken danışman, kişilerden her birinin;

- Diğerlerini saygı ile dinlemesine,
- Diğerlerinin bakış açısını da görmesine ve anlamasına,
- Soruna yönelik olarak konuşmasına,
- Diğerlerine karşı duygu ve düşüncelerini daha açık bir dille ifade etmelerine,
- Diğerlerine karşı incitici davranışlarda bulunmamasına,
- Diğerlerini oldukları gibi kabul etmesine,
- Diğerlerinden beklentilerini açıkça ifade etmesine yardımcı olur.

Aile danışmanlığının (**aile danışmanlık**) inceleme konusu aileyi oluşturan bireyler değil; bireyler arasındaki ilişkinin, iletişimin niteliğidir. **Aile danışmanı**, aile üyelerinin birbirleriyle ilişkilerinde aksayan yönleri ortaya çıkarmaya ve aile üyelerinin de bunu görmesini sağlamaya çalışır.

Aile Danışmanlığının Hizmet Alanları Nelerdir?

- Anne - baba ilişki ve iletişim problemleri,
- Anne - baba ile çocuk ilişkileri.
- Çatışmalar,
- Boşanma süreçleri,
- Flört ve aldatma problemleri.

Aile danışmanlığının bireysel terapilerden en önemli farkı, bireyi tek başına ele almak yerine ailenin tümüne bir bütün olarak yaklaşmasıdır. Bu nedenle ailenin bir bütün olarak ele alınması sorunların çözümünü de kolaylaştırmaktadır.

Aile danışmanlığı yaklaşımında bireyin sorunu, içinde bulunduğu aile sisteminden yola çıkılarak değerlendirilir. Birey sorunlu olarak tanımlanmaz, bunun yerine aile sisteminin sorunu tespit edilir.

Bireysel terapide sadece “sorunlu” olduğu düşünülen ya da problem yaşayan birey üzerine yoğunlaşılır. Terapi, sorunu olan birey ve terapisti arasındaki etkileşimle yürütülür. Hedef bireyin değişimidir. Bireyin çevresinin değişimi ise bireyin değişimi ile gerçekleşir.

Aile danışmanlığında (aile terapisi) seanslar tek bir bireyle değil, bireyin tüm aile üyeleri ile birlikte yürütülür. Bazı durumlarda çekirdek aile üyeleri ile birlikte aileye etki eden geniş aile üyeleri de (**Örnek:** anneanne, babaanne, dede, teyze, amca vs.) seanslara davet edilir. Bazı durumlarda ise “sorunlu” birey yerine seanslarda ailedeki başka üyeler, çoğunlukla da anne-baba / karı-koca yer alır.

Aile danışmanlığının işlevi; aile içinde yaşanan bireyler arası sorunlar olabileceği gibi, tüm aileyi etkileyen ölüm, kronik hastalık, bir aile bireyinin evden ayrılması gibi konularda aile bireyelerine destek vermektir. Aile danışmanlığının belirgin ve açık hedefleri vardır. Amacı; ailenin yaşadığı sorunların çözümünün yanı sıra aile bireyelerinin birbirlerini daha iyi anlamalarını, belirgin ve esnek sınırlar çizebilmelerini sağlamayı kolaylaştıracak yeni beceriler kazandırmaktır.

Özetle aile danışmanlığı, rahat ve güven verici bir ortam sağlayarak üyelerin hem kendilerini hem de birbirlerini tanımalarına, birbirleriyle açık ve içten bir iletişim kurarak sorunlarına çözüm bulmalarına yardımcı olmaya çalışır.

Aile terapisinde amaç “hasta” bireyin iyileştirilmesi değil, tüm aileye yardım ederek aileye sağlıklı bir yapı ve işlevsellik kazandırılmasıdır. Bu doğrultuda tek bir bireye değil, tüm aileye yardım edilir, destek verilir. Bireydeki sorunun oluşumuna ve sürekliliğine katkıda bulunan aile etkileşimi ve yapısına ait sorunların çözümüne yardımcı olunur.

Aile terapisi bazen aile içinde yaşanan bir sıkıntının çözümü, bazen de yaşanan değişimlere/streslere bağlı olarak uzun vadede oluşabilecek bireysel ve ailevi olumsuzlukların önlenmesi için uygulanır.

Aile danışmanlığında inceleme konusu aileyi oluşturan bireyler değil; bireyler arasındaki ilişkinin, iletişimin niteliğidir. Aile danışmanı, aile üyelerinin birbirleriyle ilişkilerinde aksayan yönleri ortaya çıkarmaya ve aile üyelerinin de bunu görmesini sağlamaya çalışır.

AİLE ve ÇİFT DANIŞMANLIĞI NEDİR?

AİLE DANIŞMANLIĞI

Aile danışmanlığı aile üyeleri arasında ortaya çıkan sorunların, tüm aile bireyelerinin ya da bir kaç aile bireyinin katılımı ile aile danışmanı eşliğinde çözümlenmesi, var olan sorunların ortadan kaldırılarak aile içindeki iletişim, kurallar, roller, yakınlık, anlayış, güven, otokontrol, problem çözme gibi temel öğelerin geliştirildiği yardım sürecidir. Aile danışmanlığının amacı, aile içinde yaşanan kişiler arası sorunlar olabileceği gibi, tüm aileyi etkileyen ölüm, kronik hastalık, bir aile bireyinin evden ayrılması gibi konularda aile bireyelerine destek vermektir. Aile danışmanlığının belirgin ve açık hedefleri vardır. Amaç ailenin yaşadığı sorunların çözümünün yanı sıra aile bireyelerinin birbirlerini daha iyi anlamalarını, belirgin ve esnek sınırlar çizebilmelerini sağlamayı kolaylaştıracak yeni beceriler kazandırmaktır.

Tüm ailelerin yaşadıkları gelişimsel ve durumsal krizler vardır. Çocuğun okula başlaması ya da çocuklardan birinin evden ayrılması gelişimsel bir krize neden olurken, ölüm ya da aldatma gibi bir olay ailede durumsal bir kriz oluşturur.

Danışmanlık sürecinde yapılan görüşme ve uygulanan psikolojik testlerle ailenin yaşadığı sorun alanları tespit edildikten sonra, ailenin yaşadığı soruna ve ilerleme hızlarına bağlı olarak ortalama 5-10 seans süren danışmanlık hizmeti verilir. Ortalama bir seans yaklaşık olarak 90 dakika sürmektedir. Bunun yanı sıra bazı ailelere 1-2 seanslık danışmanlık hizmeti yeterli olabilmektedir. Basit bir benzetme yapacak olursak nezle olan birinin tedavisi ile zatüre olan birinin ihtiyaç duyacağı tedavi şekli ve süresi farklı olmaktadır.

Aile danışmanlık hizmeti alacağınız uzmanın bu alanda tercihen yüksek lisans (master) yapmış olması ya da aile danışmanlığı ile ilgili özel bir eğitim almış olması gerekmektedir. Bireysel terapide kişinin değerlendirilmesi ve kişiye uygulanan müdahale yöntemleri ile aile için uygulanan yöntemler bir birinden çok farklıdır. Aileyi bir bireyler topluluğu görmenin ötesinde aileyi birbiriyle etkileşim halinde olan kuralları, sınırları, beklentileri bulunan bir sistem olarak değerlendirmek ve bu doğrultuda müdahalelerde bulunmak gerekmektedir

ÇİFT DANIŞMANLIĞI

Son dönemde aile danışmanlığı gerek uzmanlar gerekse de aileler arasında popüler bir alan haline gelirken, evlenmemiş, yalnızca flört eden, birlikte yaşayan kişilerin sayısı da hızla artmaktadır. Her ne kadar aile danışmanlığı ile ortak özellikler taşısa da çift danışmanlığı, aile danışmanlığından farklı bir kavramdır ve farklı uygulamalar ve müdahaleler gerektirir. Bu nedenle çiftlerle çalışan uzmanların aile danışmanlığından farklı bir eğitim almış olması gerekmektedir.

Çift terapisi iki kişi arasında var olan problemlere odaklanır. Fakat bu problemler genelde bireysel problemlere dayalı sorunlardır. Örneğin taraflardan birinin anksiyetik (kaygılı) bir yapıda ya da öfke kontrol sorununa sahip olması eşler arasında sık sık sorunlara yol açabilir.

Çift danışmanlığında, danışman, çift arasında ki çatışma konularını ortaya çıkarıp, her bir bireyin hangi davranışların nasıl değişeceğini tanımlayarak, çiftin daha doyum verici bir ilişki yaşayabilmesi için yardımcı olabilir. Bu değişiklikleri sağlamanın bir çok yolu vardır. Bazen çift arasında ki sorunlara odaklanılması gerekirken bazen de yalnızca taraflardan birinin yaşadığı soruna (örneğin öfke kontrol sorunu) odaklanılabilir. Çift danışmanlığı, bireylere nasıl iletişim kuracakları, birbirlerini nasıl daha etkili dinleyecekleri, rekabetten nasıl uzak duracakları, nasıl ortak amaçlar belirleyecekleri, sorumlulukları nasıl ortak paylaşabilecekleri konusunda yardımcı olur. Danışma süreci bazen bireysel psikoterapi, bazen arbulucu, bazen eğitimsel, benzen de bu üçünün kombinasyonu şeklinde olabilir.

Evlilik Tipleri

Cinsel ilişkilerini geliştirecek becerileri kazanan çift, bunu genel olarak ilişkisine nasıl adapte edeceğini bilmek ister. Geleneksel anlayışa göre, duygusal yakınlık ne kadar çok olursa evlilik o kadar iyi olur. Ancak bu tamamen bir mittir. İşbirliği içinde bir evlilik tarzı yaratabilmek için, otonomi ve yakınlık arasındaki denge iyi sağlanmalıdır, yani bireysellekle çift olmak arasındaki denge. 4 tarz evlilik vardır. Sıklıklarına göre tamamlayıcı, çatışmaları azaltıcı, en yakın arkadaş ve duygusal olarak güçlü. Tabi ki bu tarzlar saf halde değildir, ancak her evlilikte bu tarzlardan biri dominanttır.

1- Tamamlayıcı çift tarzında evlilik. Bu tarz en yaygın olandır. Partnerler birbirlerinin ilişkiye katkılarına saygı duyarlar, her partnerin gücü ve yeterliği vardır, yine her partnerin otonomisi mevcuttur. Bu çiftler çatışmaları çözme becerisine sahiptirler. Tamamlayıcı tarza sahip çiftlerin cinsel ilişkileri de iyidir, cinselliği evliliğin olumlu ve entegre bir parçası olarak görürler. Bu tarz ilişkinin handikabı kolayca rutine ve mekanikliğe düşebilmesidir. Hayattaki diğer önceliklerin yanında cinsellik geri plana düşebilir. Cinsellik işlevseldir, ancak heyecandan yoksundur. Çift geçmişteki cinsel deneyimlerini hatırlar, muhtemelen boşalma kontrolünü sağlarken birlikte çalışmışlardır ve o günlerdeki heyecan ve yakınlığı özlerler. Evlilikteki cinsellik geçmişteki başarılarla avunmaz, çiftin birlikte zaman geçirmesi ve ilişkideki yakınlığa önem vermesi çok önemlidir. Sağlıklı bir cinsellik sürdürülebilmek için, bu çiftlerin kendi cinsel sorumluluklarını üstlenmeleri gereklidir. İdeal olarak, çiftlerin her biri cinsel ilişkiyi başlatma ve istemediğinde hayır deme konusunda özgür olmalı ve iletişim için farklı yollar önerebilmelidir. Geleneksel olarak, cinselliği başlatan erkektir ve cinsellik sanki erkeğin hâkimiyetindeymiş gibi görülür. Tatmin edici bir cinsellik sürdürüldüğü sürece bu kabul edilebilir bir durumdur. Ancak sadece boşalma kontrolünü sağlayabiliyor olmak kadını tatmin etmek için yeterli değildir, ilişkideki yakınlık, içtenlik, açıklık gibi faktörleri görmezden gelmemek gerekir.

2- Çatışmaları azaltıcı çift tarzında evlilik. En istikrarlı olan tarzıdır. Bu tür evlilikler genellikle geleneksel cinsiyet rollerine göre şekillenir, erkek evin revidir, kadın ise evi yapandır. Bu evlilik tarzı, güçlü duygusal

ifadelerden (özellikle de öfkeden) kaçınırlar, yakınlık sınırlıdır ve odak nokta aile, çocuklar ve dini değerlerdir. Güvenlik her şeyden önemlidir. Bu ilişki tarzındaki sınırlı duygusallık, erotik ifadelerin azlığına neden olur. Cinsel sorunlar da görmezden gelinir. Çift cinsel sorunlarla yüzleşmekten kaçınır. Cinselliği başlatmak ve idare etmek erkeğin görevidir. Çiftin ortak olarak zevk almasından ziyade, cinsel birleşmeye odaklanılır. Kadının da erkek gibi bir cinsel ilişkide bir defa orgazm olması beklentisi vardır. Bu tarz evliliğin bazı handikapları da vardır. En önemlisi zamanla cinsellik mekanik ve çok seyrek hale gelir. Cinselliğin az olduğu ya da hiç olmadığı evliliklerdir. Yaşlandıkça erkekte sertleşme sorunları ve cinsel isteksizlik ortaya çıkabilir, çünkü cinsellikteki odak nokta cinsel birleşmedir bu da erkeğin üzerine büyük sorumluluk yükler. Bu çiftler 40'lı, 60'lı ya da 80'li yaşlarda artık cinsel aktivitelerde bulunmayı bıraktıklarında, aslında bu erkeğin sessizce verdiği bir karardır. Erkek cinsel sorunlar nedeniyle utanır ve hayal kırıklığına uğrar ve cinselliğin bu çabaya değer olmadığına karar verir. Çatışma azaltıcı çiftler, çatışmaları aralarındaki yakın ilişkiyi ve paylaşımları geliştirmek için bir fırsat olarak kullanmayı beceremezler.

3- Yakın arkadaş olan çift tarzında evlilik. Bu tarz yakınlığın, kabulün, paylaşımın, sorumluluğun yüksek olduğu bir tarzdır. Bu kültürel olarak ideal bir tarz olsa da, duygusal ve cinsel beklentiler karşılanmadığında ya da çözülemeyen çatışmalar var olduğunda, hayal kırıklığı ve yabancılaşma riski vardır. Bireyler bu evlilik tarzını seçtiklerinde, zamanı ve psikolojik enerjilerini evliliği başarılı kılmak için çabalarlar. Ancak bu tarz çiftlerin çoğu için doğru evlilik tarzı değildir. Beklentiler karşılanmadığı için, bu tarz evliliklerde boşanma oranı yüksektir. Cinsellik olumlu, entegre ve yaşamsal bir kaynaktır. Cinsellik evlilik bağına güçlendirir ve onu özel kılar. Çift yatak odasında ve dışarıda birbirine dokunmaktan keyif alır. Esnek ve her iki partnerin de beklenti ve ihtiyaçlarına cevap verecek bir seks tarzı geliştirilir. Bu evlilik tarzının handikapları nelerdir? İlişki bağlılığı, bireylerin otonomilerini ve bireyselliklerini korumalarını güçleştirebilir. Hayal kırıklıkları ilişkiyi etkileyebilir. Bu çift tarzındaki en büyük cinsel handikap, cinsel isteksizliktir. Bu tarzdaki fazla yakınlık erotik duyguları öldürebilir. Eğer çift duygusal olarak çok yakınsa, cinsel taleplerde bulunmak ya da cinsellikle ilgili olumsuz duygularını paylaşarak birbirlerini incitmekten kaçınabilirler. Yakın arkadaş tarzı çiftler, cinsel sorunlar da da tatminsizlikle baş etme konusunda kendilerine güvenmezler. Birbirlerinin ne düşündüğünü veya ne istediğini açıklama yapmadan bilmelerini isterler. Tek ihtiyacımız olan şeyin sevgi olduğu kültürel bir mittir. Ancak ortada cinsel işlev bozukluğu olduğunda, sevgi yeterli olmaz. Sıcak hisler ve ilgili olmak çok yararlıdır, ancak erken boşalmanın üstesinden gelmek için ya da tatmin edici bir cinsel ilişki için yeterli değildir. Kişisel sorumlulukları üstlenmek ve yakın bir takım gibi çalışmak zorlayıcı olabilir. Kaçınma, birbirlerini zorlama, diğerini başlaması için bekleme döngüsünde sıkışıp kalabilirler. Kaçınmak sorunu büyütür.

4- Duygusal olarak güçlü çift tarzında evlilik. Bu tarz evlilik tarzı en geçici ve istikrarsız, ancak en eğlenceli, keyifli ve erotik olandır. Bu tarzdaki yakınlık tıpkı bir akordeona benzer: kimi zaman çok yakın, kimi zaman çok mesafeli. Duygusal açıdan güçlü tarz çiftler, hem sevgiyi hem de öfkeyi çok yoğun yaşarlar. Bu tarz evlilik iyi gittiğinde, son derece heyecan verici ve hareketlidir. Cinselliği kendiliğinden, macera dolu, eğlenceli ve enerji dolu olarak nitelendirirler. Ne yazık ki bu en istikrarsız evlilik tarzıdır ve çoğunlukla boşanmayla sonuçlanır. Çatışmalar zamanla çok yoğun ve sık hale gelir. Bu tarz çiftler hayal kırıklığı, öfke ve çatışmalarla etkili bir şekilde baş ederler, ancak sınırı geçip kişisel aşağılama ya da saygısızlık için içine girse, evlilik bağı çözülür. Bu evlilik tarzında potansiyel bir takım cinsel sorunlar olabilir. En sağlıksız davranış örüntüsü, cinselliği şiddetli kavgalardan sonra barışmak için kullanmaktır. Fiziksel ya da duygusal kavgaları cinsellikten önce bir ön sevişme gibi kullanmak, çok zararlıdır. Erken boşalma ya da herhangi bir diğer cinsel işlev bozukluğu için aşamalı, adım adım bir yaklaşımın bu çift için uygun olmaması da diğer bir sorundur. Daha doğal ve özgür bir yaklaşım isterler. Eğer cinsel sorun kolayca çözülmezse, demoralize olup birbirlerini suçlayabilirler. Sorunlu cinsel yaşam ilişkinin bitmesine neden olabilir.

Evlilikler, ilişkiler her zaman başladığı gibi coşkulu ve mutlu sürmeyebilir. Bazen çiçekler gibi solup can çekişme noktasına gelebilir.

Bu noktada ilişkiyi sorgulamak tekrar eskisi gibi mutlu bir birlikteliğe döndürmek için karşılıklı emek sarf etmek gerekir.

Evlilik Terapisi eşler arasında yaşanan iletişim sorunları, aldatma, güven yitimi, cinsel sorunlar gibi konularda yapılan bir terapi şeklidir. Bir terapist ve eşlerle birlikte yapılır. Haftada 1 seans(1-1,5 saat) olarak uygulanır. Sorunun durumuna göre kaç hafta süreceği uzmanla birlikte kararlaştırılır.

Evlilik Terapisi eşlerle birlikte ve ayrı yapılan görüşmelerle sürdürülür. Evlilik Terapisi uygulaması içinde gerek görüldüğünde MMPI (Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri), Rorschach Testi uygulanıp sonuçlar eşlerle paylaşılır.

Evlilik terapisi sosyal, emosyonel, cinsel,ekonomik gibi bir veya bir çok parametrelerde birbiriyle çatışan iki kişinin etkileşimlerini psikolojik olarak değiştirmeyi planlayan bir psikoterapi şeklidir.Evlilik terapisinde, eğitilmiş bir kişi, hasta çiftle terapötik bağı sağlar ve iletişim yollarıyla bozukluğu düzeltmeye, uyumsuz davranış modellerini değiştirmeye ya da tersine çevirmeye ve kişilik gelişmesini ve olgunlaşmasını özendirilmeye çalışır.

Evlilik Danışmanlığı sadece özel bir ailevi çatışmayı tartışması nedeniyle evlilik terapisine göre, alanının daha kısıtlı olduğu düşünülebilir. Evlilik danışmanlığı, çocuk yetiştirme gibi, aslında görev yönelimli, dışli bir özel sorunu çözmeye de çalışabilir. Evlilik terapisi, eşler arasındaki etkileşimi yeniden yapılandırmaya ve bazen eşlerin psikodinamiklerini de araştırmaya çalışır.

Terapi ve danışmanlık evli çiftlerin sorunlarla etkin bir şekilde başa çıkmalarında yardımcı olmaya önem verir. En önemlisi, birliğin veya sorun çözme yaklaşımlarının kapsamlı bir şekilde yeniden yapılmasını ya da ikisini de birleştirmeyi kapsayan uygun ve gerçekçi hedeflerin belirlenmesidir.

Evlilik terapisi, hiçbir evliliğin devamını garantiye almaz. Gerçekten bazı olgular, bir arada olmaması gereken ve birliğini sürdüremeyen eşleri gösterebilir. Bu olgularda çift ayrı yaşamanın ve boşanmayı sağlamanın zor sürecinin üstesinden gelmek için terapistle görüşmeye devam edebilir. Bu boşanma terapisi adını almaktadır.

Evlilik bozukluklarında terapisinin hedefleri; evlilik terapisti her iki eşin birlikte ve bireysel olarak emosyonel gerginliğini ve yetersizliğini hafifletmek ve iyilik düzeylerini arttırmaya gayret gösterir. Genel olarak, evlilik terapisti problem çözümünde paylaşılan kaynakları kuvvetlendirerek, patojenik olanların yerine uygun denetim ve savunmaların konmasını özendirerek, hem emosyonel bozulmanın dağıtıcı etkilerine karşı bağımsızlığı ve hem de ilişkinin tamamlanmasını arttırarak ilişki ve her iki eşin gelişimini ilerleterek hedeflere ulaşır.

Terapötik görevin bir bölümü de, her bir eşi evlilikte kişiliğinin psikodinamik yapısını anlama sorumluluğunu ele almaya ikna etmektir. Kişinin kendi yaşamında, eşin yaşamında ve çevredeki diğer kişilerin yaşamlarında davranış etkilerinin sorumluluğu, evlilik uyumsuzluğunu yaratan sorunların anlaşılmasını genellikle kolaylaştırdığından üzerinde durulur.

Evlilik terapisi;

- 1.Evlilik sorunlarını bireysel terapi çözümleyemediğinde,
- 2.Sorunun başlamasında eşlerin bir ya da ikisinin kesinlikle evlilik olayları ile ilişkisi olduğunda,
- 3.Evlilik terapisi çatışan bir çift tarafından istendiğinde,

Uygulanır.

Eşler arasında iletişim sorunları evlilik terapisi için yeterli bir nedendir. Bir eşin diğerince zorlandığı durumlarda, düşünce veya duygularını diğerine söylemeye çalışıldığında sıkıntılı olabilir ve diğerine bilinçdışı beklentilerini yansıtabilir. Evlilik Terapisi, eşlerden her birinin diğerini gerçekçi olarak görmesini sağlayan değişime götürür.

Eşlerin cinsel yaşam gibi bir veya birkaç alandaki çatışmaları, yeterli sosyal, ekonomik, ana baba veya emosyonel rollerin kurulmasında güçlük de tedavi için bir nedendir. Evlilik Terapisti yaygın bir evlilik bozukluğunun bir semptomu olabilecek sadece bir sorunu tedavi etmeye teşebbüs etmeden önce evlilik ilişkisinin tüm özelliklerini değerlendirmelidir

EVLİLİK TERAPİSİ KİMLER İÇİN GEREKLİDİR?

- İletişim Sorunları
- Sadakatsizlik(Aldatma)
- İş-Özel hayat arasındaki dengesizlikler
- Çocukların davranış ve okul sorunları
- Aile bireylerinden birinin kaybı
- Aile-içi çatışmalar
- Çocukluk dönemi travmaları
- Yeniden evlenen çiftler
- Evlatlık alan aileler
- Aile-içi şiddet
- Aile-içi cinsel taciz

Depresyonda Evlilik ve Aile Terapisi

Depresyonda çoğu zaman evlilik ve aile problemleri, hastalıktan önce mevcut olabilir ve patolojik olarak etkileyebilir; bazen yatkınlığı arttırabilir, düzelmeyi yavaşlatabilir.

Eşle güvenli bir ilişkiden yoksun olmak depresyonun ortaya çıkmasına sebep olduğu bilinmektedir. Ebeveyn-çocuk ve kardeş ilişkilerinin de depresyonda önemli bir etken olduğu belirtilmektedir. Depresyonlu birey ve eşin, kişisel ve ortak problemlerle baş etmesi güçtür, bu durumda birbirlerinden uzaklaşmalarına, birbirlerine yardım edememelerini sağlar, artan derecede engellenme ve karşısındaki yabancılaşma yaşamalarına sebep olur.

Depresyon, hastaların çocukları ve ana babaları ile ilişkilerini de önemli ölçüde etkiler. Depresyonlu bireyler, çocuklarıyla başa çıkmada güçlükler yaşar; şefkat ve ilgileri eksiktir, hatta onları bunalımlarının sorumlusu tutarlar. Depresyonlu kadınlar, eş ve annelik rollerinde yetersiz kalırlar. Kişilerarası sürtüşme, iletişim eksikliği, bağımlılık ve cinsel doyum azlığı bu tür evliliklerde siktir.

Aile ve evlilik ilişkilerinde her aile üyesinin kaygıları ve savunmaları diğer aile üyelerini de etkiler veya onlar tarafından paylaşılır. Mutsuz eşler sıklıkla karşısındaki insanı çatışmada sorumlu tutar.

Depresyonlu ailelerde, evliler arasındaki duygusal katılımda azalma söz konusudur. Bu ailelerde, azalmış sevgi ifadesi, artmış eleştiricilik, suçluluk ve provokasyon doğuracak biçimde diğer eşi kontrol etme eğilim sık rastlanan bulgulardır. Bir eş depresyonda iken, iletişim tarzı da bozulmaktadır. Olumsuz rol dağılımı ve aşırı koruyuculuk söz konusudur. Çiftlerde, sıklıkla ebeveynlikte zorlanma, boş zaman faaliyetleri ile ilişkili sorunlar, ev içinde ve dışında görev yapma kapasitesinde azalma ve cinsel sorunlar göze çarpar. Suskunluklar yaygındır.

Çiftlerden her biri, diğerini olumsuzluk odağı olarak görür. Karşılıklı etkileşimler durağan, gelişmemiş ve değişime dirençlidir. Boşanma ya da ayrılmanın tek çözüm olarak görüldüğü kriz durumlarına kolayca girilebilir. Bu ailelerde karşılıklı yansıtma ve suçlama şeklinde savunma mekanizmaları kullanılır. Aile ya da evlilik terapisinin yanısıra bireysel terapi de uygulanmalıdır. Öncelikle terapi de problemlerin ortaya konması sağlanmalıdır. Her bir eşin ilişkideki bireysel ihtiyaç ve isteklerinin açıklanması, uyumsuzluk konusunda kişinin kendi katkısını tanımasını sağlamak, zorlanma ve suçlamanın azaltılması, birlikte problem çözmenin artırılması ve her bir eşin duygularını ifade etmesi ve eşinin de doğru olarak işitme yeteneğinin artırılması sağlanmalıdır.

Terapinin can alıcı noktası, bireylerin kendilerini değiştirme çabalarını desteklerken, diğerini değiştirme çabalarını da durdurmak olmalıdır.

Ayrıca eş ve diğer aile bireylerinin depresyon konusunda eğitilmesi ve bilgilendirilmesi gereklidir.

Evlilik sorunları nedeniyle terapistlere başvuruların arttığı gözlenmektedir. Bu sorunları sadece evlilikte yaşanan sorunlar olarak değil, evlilik öncesi aday eşlerin arasındaki ilişkilerle başlamakta, evliliğe hazırlık ve evlenme süreciyle artmakta, çoğu aile içinde de devam etmektedir. Evlilik danışmanlığının yanısıra eş seçimi konusunda da danışma talepleri artmaktadır.

Özellikle bizim toplumumuzda evliliklerin uyumlu ve huzurlu bir şekilde devam etmesi için çok farklı etmenlerin göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Eşlerin uyumu kadar eşlerin ailelerinin uyumu da önemlidir. Çoğu evliliklerde eşlerin kendi aralarındaki sorunlardan ziyade, ailelerin işe karışmasıyla sorunlar başa çıkılmaz hale gelmektedir. Erkek ya da kadının kendi sorunları karşısında kararlarında bile ailesine bıraktığı ve bağımlı olduğu göze çarpmaktadır. Çok kişinin işe karışması da kadın erkek ilişkilerini daha da karmaşık hale getirmekte ve olumsuz yönde etkilemektedir. Bizim toplumumuzda aileler kız ve erkek çocuklarına farklı davranma eğilimindedirler. Bu ilerde kız ve erkek çocuklardan beklenen şeyleri de farklı kılmaktadır. Kadın ya da erkeğin aile kavramına bakışını etkilemekte ve eşler ile anne babalar arasında kalınmasına sebep olmaktadır.

En önemli evlilik sorunlarından bir diğeri de evlendikten sonra evlenen kişilerin birbirini tapulu malları gibi görmeleridir. Eşlerden biri ötekini ya da ikisi de birbirini değiştirmeye, kendi düşündüğü şekilde kalıba sokmaya çalışmakta, bu olmayınca da ciddi tartışmalar ortaya çıkmaktadır. Eğitimli bireylerde bile bu duruma çok sık rastlanmaktadır.

Eşler arasındaki cinsel uyum da çok önemlidir. Bu uyum yitirilince evliliği devam ettirmek zorlaşmakta, çiftler arasında dışarıda arayışlara girilmekte ve evlilik çekilmez hale gelebilmektedir.

Eşlerin kişilikleri, hayata bakış açıları, gelecekte beklenenleri de evlilik uyumunda dikkat edilmesi gereken şeylerdir. Ayrıca eşler evlenmeden önce birbirlerini tam anlamıyla tanıyamamakta ya da kişiler gerçek kişiliklerini birbirinden saklayabilmektedir. Böyle bir durumda evlendikten sonra kişilerin beklediğini bulamamasına sebep olmaktadır.

Evlilik kadar boşanma da doğal bir şeydir. İki kişi anlaşamıyorsa yapılacak şey boşanmaktır. Böyle bir durumda da kişiler birbirini kırmadan, suçlamadan olmalıdır. Mutsuz ve uyumsuz bir evlilik hem çocuklara, hem de evlilere boşanma olayından daha çok zarar verebilir. Boşanma olayı çocuklara anlayabildikleri bir dille anlatılmalı, çocuk birbirini cezalandırmak için kullanılmamalı, bu olayın onun yüzünden olmadığı belirtilmeli ve eşler çocuğa birbirlerini kötülememelidir.

Evlilik terapilerinde eşlerin birbirlerine ve evliliklerine şans vermek isteyip istememesi önemli bir konudur. Evlilik ilişkisinin düzelmesi emek ve sabır ister. Evlilik terapistleri terapiye gelen eşlere evliliği devam ettirme ya da boşanma konusunda herhangi bir telkinde bulunmamalı, kararı kişilere bırakmalıdır. Evliliğin devamı ve boşanmanın olacağı durumlarda yaşanabilecek şeylerle ilgili kişileri bilgilendirmelidir. Eğer evliliği devam ettirme kararı alındı ise birbirlerini değiştirmekten çok uyumu artıracak tedbirler üzerinde durulmalı, eşler birbirlerinin olumlu özelliklerini ön plana çıkartmalı ve bunları güçlendirmelidirler.

Evlilik öncesi dikkat edilmesi gereken en önemli şey kendini ve eş adayını tanımak, evlilikten ne beklediğini bilmek, seçilen eşle değer yargılarının uyumlu olmasına dikkat etmek ve birbirini değiştirmeye ya da özellikle olumsuz yönlerini bulup onu sürekli eleştirmeye yönelmekten kaçınılmalıdır.

ÇİFTLER NE ZAMAN EVLİLİK DANIŞMANLIĞINA BAŞVURMALIDIR?

Eşlerin evlilik ilişkileri aşağıdaki maddelerin bir kısmını ya da çoğunu kapsar hale dönüştüğünde evlilik için bir uzmana başvurulması gerekebilir:

1. Evlilikteki tek ilişki ve iletişim şekli kavgaya dönüştüyse,
2. Gereğinden fazla, şiddetli ve çözüm bulunamayan kavgalar yaşamaya başladılarsa, diğer bir değişle mutlu ve keyifli anlar kavgalı oldukları anlardan daha az yaşanıyorsa,
3. Evlilik kendi içinde bir keyif olmaktan çıkıp, devam ettirilmesi gereken bir zorunluluk haline dönüştüyse,

4. Kavgaları hep aynı konular (örneğin kıskançlık, cinsellik, çocuklar gibi konular) etrafında dönmesine rağmen, kavgalardan çözüm üretilmiyorsa,
5. Eşler birbiriyle hiç kesişmeyen, paralel hayatlar yaşamaya başladılarsa ve bir araya geldikleri anlarda da ortak hiçbir keyfi paylaşamıyorlarsa,
6. Cinsel yaşam da dâhil olmak üzere evliliğin kadın ve erkeğe dair hiçbir alanında paylaşımlarının kalmadığını hissettiklerinde,
7. Evliliğin daha iyi olacağına dair tüm inançlarını kaybettilerse,
8. Boşanmak ya da ayrı yaşamaktan başka çözüm yolunun olmadığına inanmaya başladılarsa,
9. Evliliklerinden alamadıkları keyfi ve mutluluğu işlerinde, başka kadınlarda/erkeklerde, çocuklarında aramaya başladılarsa,
10. Anlaşılmadıkları, değer verilmedikleri, önemsenmedikleri, istenmedikleri gibi olumsuz düşünce ve duyguların ötesinde evlilikleri ve eşleri olumlu hiçbir şey çağırıştırmadığında,
11. Evliliklerinden kaynaklı olduğunu düşündükleri duygu ve düşünceler nedeniyle güncel yaşamları, üstlenmeleri gereken diğer roller ve sorumluluklar (örneğin iş yaşantıları, anne-babalık rolleri, arkadaşlık ilişkileri ve sosyal yaşantıları) sekteye uğradığında,
12. İçsel ruhsal dünyalarına depresyon, kaygı, panik, öfke, ümitsizlik, çaresizlik ve mutsuzluk gibi olumsuz duygular hâkim olmaya başladığında evlilikleri için bir uzmana başvurmalıdırlar.

EVLİLİK DANIŞMANLIĞI NASIL UYGULANIR?

Yapılan araştırmaların bir kısmında, bireysel problemler için bir danışmana başvuran kişilerin neredeyse %60'ının yardım alma nedenlerini "evlilik veya ilişki problemleri" olarak tanımladıkları tespit edilmektedir. Buna rağmen evlilik danışmanlığı ve buna bağlı yaklaşımlar psikoloji literatürü içinde diğer terapilere göre daha yeni ve gelişmekte olan bir konumdadır.

Evlilik danışmanlığı için uygulamada pek çok kuram, okul, model veya yaklaşım bulunmaktadır. Psikanalitik ya da psikodinamik evlilik terapisi, nesne-ilişkileri evlilik terapisi, sistemik evlilik terapisi, bilişsel-davranışçı evlilik terapileri, duygu-odaklı evlilik terapisi okulları ya da yaklaşımları evlilik terapistleri tarafından uygulamada tercih edilen evlilik terapisi kuramlarından/modellerinden sadece bir kaçıdır.

Evlilikteki problem alanlarına, sorunların derinliğine, çiftlerin terapiden beklentilerine, terapistin uygulamada tercih ettiği yöntemlere ve hangi yaklaşımı benimsediğine bağlı olarak evlilik danışmanlığı uygulamalarında:

- gelen çiftlere nasıl yaklaşılacağı,
- hangi problemlere öncelik ya da ağırlık verileceği,
- ne kadar süreceği,
- danışman ile çift arasındaki ilişkinin ne şekilde kurgulanacağı,
- seansların her iki eşle birlikte mi yoksa ayrı ayrı seanslar şeklinde mi sürdürüleceği gibi konular değişiklik gösterebilmektedir.

Genellikle birçok evlilik danışmanı temelde yakın durduğu bir kurama bağlı kalmakla birlikte, uygulamada çeşitli modelleri birleştirdiği entegretif ya da eklettik bir yaklaşımı tercih etmektedirler.

Genel olarak temel ve gözlenebilir farklılıklar şöyle özetlenebilir:

- Çiftlerin her ikisinin birlikte alındığı seanslarla, çiftlerin ayrı ayrı alındığı seanslarla ya da süreç içerisinde hem çift hem de bireysel seansların yapıldığı şekilde uygulanabilir.
- Sadece evlilikteki semptomların giderildiği kısa süreli bir terapi (8-12 seans) ya da daha derinlemesine bir çalışmayla bireysel veya kuşaklararası ilişkilerin değişiminin de hedeflendiği sonlanışın başlangıçta öngörülemediği uzun süreli bir terapi olabilir.

• Seans içerisinde çeşitli yaşantısal psikoterapi tekniklerinin kullanıldığı, ödevlerin verildiği, psiko-eğitimsel süreçlerin takip edildiği, tamamen konuşmaya dayalı ya da rüyaların gündeme geldiği ve paylaşıldığı seans süreçleri tercih edilebilir.

Çoğunlukla da bu yaklaşımların pek çoğu danışmanlık sürecinde çeşitli şekillerde gündeme gelebilirler.

EVLİLİK DANIŞMANI/TERAPİSTİ SUÇLU ARAMAZ!

Bazı durumlarda eşler suçlanacakları, yargılanacakları, anlaşılmayacakları ya da eşlerinin tarafı tutulacak kaygılarıyla evlilik terapisine başlamayı reddederler. Hâlbuki ilişkiler en az iki kişiden oluşur. İlişkideki iki kişiden birinin problemleri ilişkiyi belli süreliğine olumsuz etkileyebilse de aslında ilişkinin bozulması için bir kişinin olumsuzlukları tek başına yeterli değildir. Yani bir ilişki kötü gidiyorsa bu duruma iki kişinin de katkısı vardır. Evlilik ilişkisi sadece bir kişinin katkısıyla düzelmeyeceği gibi bir kişi ile de bozulmaz. Kişilerin bazen problemin oluşumuna, bazen de problemin sürekli hale gelmesine katkısı olur.

Her şekilde sorunlu giden evlilik ilişkisinde sadece bir kişi değil, iki kişi de mutsuzdur. Dolayısıyla **evlilik terapisinde hedef haklıy-haksızı, suçluysu-suçsuzu, zalimi-mazlumu belirlemek değildir**. Evlilik terapisinde terapistin görevi, çiftlerin “İlişkimizde ne oluyor da, her ikimiz de mutsuz oluyoruz?” sorusuna yanıt bulmalarına ve bu sorunların çözümü için ortak hareket edebilmelerine yardımcı olmaktır. En nihayetinde evlilik terapisinde amaç eşlerden her ikisinin de mutlu olacağı, keyif alacağı, tatmin olacağı yeni bir ilişki şekli kurgulayabilmektir.

EVLİLİK DANIŞMANLIĞI, TEK EŞİN KATILIMIYLA DA YÜRÜTÜLÜR!

Evlilik terapisinde eşlerden ikisinin birden terapiye katılımı, terapi sürecini hızlandıran, olumlu sonuçların miktarını arttıran bir durumdur. Buna rağmen evlilik terapisine eşlerden ikisinin birden katılımı bir zorunluluk değildir. Evlilik terapisi, eşlerden sadece birinin eşlik etmesiyle de uygulanabilir.

Bazen eşlerden biri evlilikteki sorunları ifade eder, diğeri evlilikte sorun olmadığını savunur. Bu durumda sorun olduğunu düşünen eş, evlilik terapisine başvurmak için eşini ikna etmeye çalışır; çoğunlukla da başarısız olur! Hatta sorunu kabul etmeyen eş tarafından “Sorun bende değil, sende. Git sen iyileş!” benzeri suçlamalara maruz kalabilir. Bu durumda ise sorunlarını ifade eden eş için bir çifte-açmaz durumu ortaya çıkar: Evliliğindeki problemler için bir terapist gitse, eşine karşı sorunun kendisinde olduğunu kabul edecektir. Gitmese ise mutsuzluğu devam edecektir. Aynı zamanda, “Bu evliliği kurtarmak için hep ben mi uğraşacağım?” gibi kızgınlık yaşatan bir önyargı da kendi içinde evlilik problemleri için bir terapist başvurmasını geciktirir.

Bazı evlilik problemleri yaşanan gelişimsel dönemle ya da yaşamın kattığı streslerin etkisiyle artış gösterebilir. Bu tip sorunlarda zamanla sıkıntıların azalmasına rastlanır. Ancak bunun dışındaki problemlerde, özellikle de gereğinden fazla uzadıysa, **zaman ilişkilerde düzelmeye değil tam tersine daha farklı, çözümü zor başka problemlerin eklenmesine ve eşlerin birbirlerinden tamamen uzaklaşmasına yol da açabilir**. Bu durumdan da sadece evlilik değil, kişiler ve ailedeki diğer üyeler de çok olumsuz etkilenir.

Bu noktada evliliğindeki sorunlar nedeniyle mutsuz olan kişinin **ÖNCE KENDİNİ VE KENDİ İHTİYAÇLARINI DÜŞÜNEREK** bir evlilik terapistine başvurmasında fayda vardır.

TEK KİŞİNİN KATILIMI EVLİLİK SORUNLARININ ÇÖZÜMÜNE NASIL KATKIDA BULUNUR?

1. Danışmanlık için başvuran eş, sorunlarının çözümsüz olmadığına dair iç görü geliştirir.
2. Evlilikte sorunlar yaşanırken, sorunları tanımlayabilmek de, ifade edebilmek de, bu belirsizlik içinde çözümünü bulabilmek de çok zordur. Danışma sürecine başlayan eş için sorunun adı konulabilir, net bir şekilde tanımlanabilir ve ifade edilebilir hale gelir. Böylece sorunların çözümleri de daha görünür hale gelir.
3. İlişki içindeki kendimizi görmek, ilişkideki ötekini görmekten daha zordur. Çoğunlukla terapiye başlayan eş, sorunların oluşumunda ve sürekliliğinde kendi payını görebilir hale gelir. Kişinin kendi payını görebilmesi, “Senin hatan!” etrafında dönen çözümsüz tartışmalar yerine iki kişinin de ilişkinin çıkmazlarındaki kendi paylarına daha rahat bakabilir olmasına yardımcı olur. En azından, terapiye başlayan

eş kendi üzerine düşen değişimi yapabildiğinde diğerinin de kendi payına bakmasını ve değiştirmesini zorunlu hale getirir.

İLİŞKİ TERAPİSİ

Günümüzde değişen yaşam koşulları ve toplumsal yapı sonucunda karşı cinsler arasında birçok farklı biçimde ilişkiler yaşanmaktadır.

Bu ilişkiler çok düşük düzeyde duygusal ton taşıyan arkadaşlık boyutundan başlayıp aynı evde birlikte yaşama hatta çocuk sahibi olma boyutuna kadar taşınmaktadır. Her türlü insan birlikteliğinde sorunlar yaşanabildiği gibi ilişkilerde de zaman zaman şiddete kadar dönüşebilen sorunlar yaşanabilmektedir. Bu ilişkilere bakıldığında iki tarafında bekâr olduğu bir durum, bir tarafın evli olduğu durumlar ve hatta iki tarafında evli olduğu durumlar görülebilmektedir. Yaşama şekilleri ise farklı evlerde yaşamaktan birlikte aynı evi paylaşmaya kadar farklılıklar görülmektedir.

İlişki Terapisi; yukarıda belirtilen birliktelikten doğan ve insanların ruhsal dengesini bozan ve hatta ileri derecede ruhsal hastalıklara yol açabilen psikolojik sorunların çözümü için uygulanan bir terapi yöntemidir.

İlişki Terapisinde ilişki yaşayan kişiler birlikte ya da ayrı ayrı bir ilişki terapistinden randevu alıp sorunlarını tüm detayları ile görüşüp çözüm yollarını bulabilir. Bu seanslarda ilişkiden kaynaklanan sorunlar tüm detayları ele alınıp farklı kişilik testleri uygulanıp kişilikler arasındaki farklılıklar ortaya konularak gelecekte sağlıklı bir birliktelik olup olamayacağı gibi sonuçlar belirlenmektedir.

Aile İçi İletişim Nasıl Olmalıdır?

Aile İçi İletişim: İletişim, tüm canlılar özellikle de insanlar arasında yüzyıllardan beri süre gelen temel bir olgudur. İnsanlar zaman içinde daha etkili iletişim araçları, yöntemleri becerileri geliştirmektedirler.

Bireyin gelişinde ve eğitiminde birçok görevi ve işlevi olan aile, iletişim bakımından da çok önemli bir kurumdur. Çünkü çocukların iyi bir gelişme gösterebilmeleri için anne-baba çocuklar arasında etkili bir iletişim kurulması gerekmektedir.

Etkili bir iletişim, aile üyelerinin karşılıklı olarak bir birlerini düşüncelerini ve duygularını anlamalarını sağlar, işbirliği, yardımlaşma ve paylaşma davranışlarına yol acar, çocukların gelişmesi için uygun bir ortam oluşmasına neden olur. İyi bir iletişimin gerçekleştiği aile ortamında çocuklar daha özerk ve bağımsız bir kişilik geliştirirler. Düşünme, düşünce ve duygularını açıklama özgürlüğü ve alışkanlığı kazanırlar. Buna karşılık etkili bir iletişimin oluşturulmadığı, iletişim engellerin yer aldığı bir ortamda çocukların gelişim engellenir. Çocuklar özgürce düşünemeyen, düşünce ve duygularını açıkça dile getiremeyen bağımlı bir birey olurlar. İleride çeşitli sorunlarla karşılaşır. Bu nedenle aile bireyleri arasında, özellikle anne-baba ile çocuklar arasında etkili bir iletişimin kurulması çok önemlidir.

İletişim, aile sisteminin işleyişinde ve işbirliği, karar verme gibi işlevler için gereklidir. Aileler ile yapılan çalışmalarda da iyi iletişimin bulunduğu ailelerde, aile ilişkilerinden sağlanan doyumunu daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır. İyi bir iletişim ailede kişilerin birbirlerine daha iyi tanımalarına, kaynakların kullanımda beraberin sağlanmasına, davranışlarda koordinasyona amaçların belirlenmesine, kişilerin kendilerine ve diğer kişilere saygı duymalarına olanak sağlamaktadır. İletişimin aile empati, uyum ve saygı aktarımında çok önemli bir yeri vardır. Aile içinde sevgi, mutluluk, neşe, kızgınlık, üzüntü, korku vb gibi duyguların aktarılması ancak üyeler arası etkileşim ile olur. Karşısında ki ile empati kurma, onu anlama veya onu anlayamama gibi aile işlevlerinin sağlıklı veya sağlıksız olmasında çok önemli yeri olan davranışların temelinde, iletişim vardır.

Ailede Eşler Arası İletişim:

Ailede Eşler Arası İletişim: Ailenin temeli karı-koca arasındaki ilişkidir. Sağlıklı bir ilişki, iki kişinin bilinçli olarak, düşünüp taşınıp, sorumluluk içinde aldığı karara dayanır. Sağlıklı ilişki içine giren bireyler, diğerini değerli ve onurlu görür, onu olduğu gibi kabul eder bu kişiler kendi sınırlarının farkındadırlar, sürekli etkileşim ve dayanışma olmaktan çekinmezler, olgun insanlardır.

Evliliğin yaşaması için, kendi gereksinimleri ile "Yuvanın" gereksinimleri arasında bir denge kurarlar bu disiplin sayesinde eşler uzun vadeli mutlulukları, kısa vadeli geçici doyumlara yeğlerler kendi davranış, düşünce ve duygularından kendilerini sorumlu tutarlar. Doğru bildiklerini söylemekte ısrar ederler ve gerçekçi olmaya özen gösterirler manevi yaşama zenginleştirmeyi, kendi bencil sınırları içine kapanıp kalmamaya özen gösterirler. İki olgun insan anne- baba olmaya karar verdiği zaman, davranışlarıyla olgun insan modelini çocuklarına gösterirler. Bu kişilerin kendilerine ve diğerlerine saygıları vardır. Çocuk yetiştirmeyi dünyanın en sorumlu görevi kabul ederler. Böyle anne-babanın kurduğu aile içinde yetişen çocukların gereksinimleri doğal olarak karşılanır. Çocuklar bu güven ve sevgi ortamı içinde kendi benliklerini bulabilmek için değişik deneyimlere girebilme cesareti gösterirler. Bu aileler de çocuklar, anne-babanın kendi gereksinimlerini gidermek aracı olarak kullanılmazlar.

Sağlıksız ailelerde ki mutsuz anne ve mutsuz baba ise kişisel becerileri ve girişimleri kendi gereksinimlerini karşılayamadıkları için, gereksinimlerini karşılamada çocuklarını araç olarak kullanırlar çocukların kendi gereksinimleri ve kişisel gelişimsel potansiyelleri böyle anne-babalar için önemli değildir. Bu tür ailelerde çocuklar gelişemezler ve kendi kişiliklerini bulamazlar.

Ailede Anne-Baba ve Çocuklar Arası İletişim

Ailede Anne-Baba ve Çocuklar arası iletişim: Anne-Babanın ve aile içindeki diğer bireylerin çocukla olan iletişimi ve etkileşimi çocuğun aile içindeki yerini belirler. Aile çocuğun ilk sosyal deneyimini edindiği yerdir.Çocuğa yöneltilen davranış ve ona karşı takınılan tavır,bu ilk yaşantıların örülmesinde büyük önem taşır.Sosyal uyum üzerindeki çalışmalar,ailenin çocuk üzerindeki ilk etkilerinin son derece önemli olduğunu kanıtlamıştır.Evlerinde yakın bir ilgiye,demokrasinin birleştiğini gören çocuklar,en etkin,özgür ve arkadaşlarıyla ilişkilerinde en başarılı çocuklar olmaktadır.

Buna karşı daha sert bir denetim altında tutulan yada eğitim yöntemleri değişken olan ailelerde büyüyen çocuklar ise karşı çıkma ve saldırganlık gibi yollarla kendilerini kabul ettirmek istemekte ve kendi iç dünyalarını açıklamakta zorluk çekmektedirler. Dengeli, duygusal ve toplumsal etkileşimin güçlü olduğu aile ortamında, yeterli güven, sevi ve sevecenlik içinde büyüyen çocuklar, gelişimleri için gerekli deneyimleri elde edebilirler. Hor gören cezalandıran ya da hem sevip hem de soğuk davranan anne ve babaların çocukları bağımlı bir kişilik yapısına sahip olmaktadır.

Çocuğun aile üyeleri ile olan ilişkileri, diğer bireylere, nesnelere ve tüm yaşama karşı aldığı tavırlar, benimsediği tutum ve davranışların temelini oluşturur. Aile aynı zamanda çocuğa,aile ve toplumun bir üyesi olduğu bilincini aşılır ve uyum biçimlerinin temellerini atar.Anne-Baba-Çocuk ilişkisi,temelde anne ve babanın tutumuna bağlıdır.Çocuklar arasında uyum bozukluğuna yol açan birçok olaya, yeterli ve uygun olmayan ilk anne-baba-çocuk ilişkilerinin neden olduğu saptanmıştır.

Anne ve babanın kendi çocukluk yıllarındaki deneyimi şimdiki tutumlarında etkili olabilir.Çocukluk yıllarında kendi anne babasıyla sağlıklı bir iletişim kuramayan,yeterli sevgi göremeyen bir baba ya da aşırı baskı altında büyümüş bir annenin tutumları bu kötü deneyimler nedeni ile olumsuz olabilir büyüme aşamalarında başarılı olan çocuklar,iyi aile ilişkileri içinde yetişmiş bireylerdir.Aile içinde gerçekleşen başarılı ilişkiler,mutlu,arkadaşça,bunalımdan uzak ve yapıcı bireylerin oluşumunu sağlar.Anne ve babanın sevgi ve ilgisinden yoksun olarak büyüyen çocuklar,büyük bir sevgi açlığı gösterirler,bu açlıkta bir takım davranış ve uyum bozukluklarına neden olabilir.

Çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi olan ergenlik dönemin de gencin, sorunlarını kolaylıkla çözebilmesi ve zorluğa uğramadan aşabilmesi, geçmişteki olumlu aile ilişkilerine bağlıdır.Çocukluk döneminde sevgi ve güven duygusuyla yetiştirilen çocuk,mutlu bir ergen adaydır.Daha o dönemde anne ve babasıyla başarılı bir iletişim kurabilen çocuk,zorlu ergenlik döneminde de aynı arkadaşça ilişkilerini sürdürerek,kişisel sorunlarını kolaylıkla çözebilir

ÇİFTİN TERAPİYE YÖNLENDİRİLMESİ

Bir çiftin evlilik terapisinin tabiatıyla ilgili mitleri (yanlış inanışlar) ve terapistin rolüne ilişkin gerçekçi olmayan beklentileri, terapötik süreci zor bir başlangıca sürükleyebilir. Terapistin görevlerinden biri, **çifte gerçekçi ve gerçekçi olmayan beklentilerle ilgili bilgi vermektir**. Makul beklentiler, çiftin terapistle ilişkisi açısından olumlu bir hava yaratır.

Evlilik terapistinin önemli görevleri şunlardır:

- Çiftin terapiden beklentilerini araştırmak ve gerektiği yerde onları eğitmek;
- Çifti görüşmelerin uzunluğu, gecikmeler, telefon kullanımı, ödemeler, kaçırılmış görüşmeler gibi konularda bilgilendirmek;
- Terapötik süreçten genel beklentileri tartışmak (örneğin, çifte seanslarda nasıl sorumluluk alacaklarıyla ilgili yol göstermek), dengenin öneminden bahsetmek ve çifte, evdeki tartışmalar/kavgalar sırasında terapistten olumsuz bir üslupla alıntılar yapmamaları için tavsiyelerde bulunmak.

Bu meseleler netleştğinde danışanlar terapiden daha fazla yararlanabilirler. Bu bölüm bu görevlerin her birini inceleyecektir.

Gerçekçi Olmayan Beklentiler

Terapist, çiftin terapiye başlama nedenlerini araştırmalı ve olası yanlış kanılarla ilgili onları bilgilendirmelidir. Aşağıdaki yanlış kanılara, başlangıç seansında danışanlarda sıkça rastlanır.

—**“Bize ne yapacağımızı anlatacağı için terapistte gidiyoruz.”** Çoğu durumda, nasıl davranacaklarını ya da sonraki adımda ne yapacaklarını danışanlara öğretmek terapistin görevi değildir. İyi eğitim almış bir terapist, çifte gerileyici davranışlar veya bağımlılık aramaz. Onun yerine, davranış değişikliklerini kolaylaştırmasının yanı sıra, çiftin aktif katılımını teşvik etmesi arzu edilir. Bir terapist, çift ve terapist arasındaki uygun iletişimi tasvir eden imajlar vermelidir. Bu imajlar;

—**çifte, önemli veya geçmişe ait dinamiklerinin farkına varmasını sağlayacak bir rehber,**

—**birlikte kişiler arası ilişkileri keşfedecekleri bir öğretmen,**

—**olası bilişsel çarpıtmalarla ve işlevsiz davranışlarıyla yüzleştiren kişi,**

—**çiftin iletişimde adaleti ve dengeyi koruyacak bir hakem ya da**

—**stres ve depresyon zamanlarında konuşabilecekleri empatik bir insan,** şeklinde sıralanabilir.

Evlilik terapisti için birçok imaj ve rol uygulamak mümkündür. Genellikle uygun olmayan bazı roller de vardır. Çoğu durumda bir evlilik terapisti; bağımlı bir çocuğu yönlendiren anne veya baba, çiftin zekasına güvenmeyen bilmiş bir insan ya da çiftin ilişkisine dair gerçeklikleri sorgulayan bir eleştirmen olmamalıdır. Terapist çift için neyin doğru neyin yanlış olduğuna ilişkin bir tekele sahip olduğunu iddia etmemeli, çok özel bir etik duruş sergilemek için danışanı utandırmamalı, ya da terapötik ortam dışında çiftin ikili rollerini geliştiren bir arkadaş olmamalıdır.

—**“Korkarım biz konuşacağımız her şeyi konuşuyor olacağız ve terapistin söyleyecek hiç bir sözü kalmayacak.”** Sistemik terapistler çoğunlukla etkileşim içinde ve iddialıdır, pasif değildirler. Eğer çift bazı konularda öfkeli hissederek terapiye gelirse ve bir kavga çıkarsa, muhtemelen, özel hayatlarında **defalarca tekrarlanan bir iletişim biçimini** ortaya koyuyor demektir. Böyle bir çift, tekrarlanan bu iletişim döngüsünü kırma ve cesaretsizlik/reddedilme duygularını araştırma ümidiyle terapi istiyor olabilir. Evlilik terapistinin pasif olması daha fazla çift çatışmasına ve ümitsizlik duygusuna neden olabilir, büyük olasılıkla da olacaktır. Pasiflik, çiftin yıkıcı süreçlerini nadiren bozacaktır. **Terapist ve danışanlar arasındaki etkileşimin**

yetersizliği, çiftin terapiyi bırakmasında en temel sebeplerden biridir. Çift, çoğunlukla, ilişkilerinin ilerde daha farklı olabilmesi için, kontrol, düzen, adalet, sınırlar ve güven oluşturacak bir kişi arayışındadır. Bu amaçlara ulaşmak için, terapistin sahip olduğu bazı araçlar; görüsünü paylaşmak, davranışları düzenlemek, süreci değiştirmek, ödevler vermek ve değişime etki etmek için kişiliğini yaratıcı bir şekilde kullanmaktır. Evlilik terapisti, terapisinin başlangıç aşamalarında, etkileşimin işlevsiz olmayacağı, besleneceği ve ileride düzeleceği umudunu artırmak için aktif bir tutum sergilemelidir.

—“**Evlilik ve aile terapistinin bireyle çalışabileceğini düşünmezdim.**” Sistemik meselelere terapiye gelen tüm aile, bir çift veya bir birey bağlamında yaklaşılabılır. Sistemik çerçevede, bireyin davranışlarındaki değişim çiftin veya ailenin etkileşimini direk olarak etkileyebilir. Tam tersi, çiftteki veya ailedeki bir değişim de bireyi direk olarak etkiler. Birçok terapistin yaptığı hatalardan biri, diğer taraf katılmaya razı olmadığında, evliliği üzerine çalışmak için gelen eşe yönelmektir. İlişki içerisinde farklı kalıpların nasıl oluşturulduğunu anlayan eş, bu kalıpları değiştirmede ve onlara dâhil olmadaki rolünü fark etmeye başlayabilir ve nihayetinde evliliğinin kalitesini önemli ölçüde etkileyebilir. Diğer bir deyişle, eş, ilişkisinin sirküler tabiatını anlamaya başlayabilir, yani, **bir tarafın iletişim şeklinin nasıl diğer tarafta bazı tepkiler açığa çıkardığını görebilir**. Öte yandan, terapiye gelen eş terapötik zamanı, ilişkideki problemler için karşı tarafı suçlamaya harcamakta ısrar ederse, terapi muhtemelen verimli olmayacaktır. Bu tarz kişiler, problemleri çizgisel koşullarda değerlendirirler ve bu tarz bir yaklaşımın ters tepeceği terapist tarafından belirtilmesine rağmen, çatışma için eşlerini suçlarlar. Problemin kaynağı bir kişinin hatası olarak görüldüğünde suçlama ve yansıtma görülebilir. Örneğin, bir adam, eşinin onun içmesini ve iyi vakit geçirmesini istemediğini söyleyebilir. Ve kadın eve dönüp onu arkadaşlarıyla takılırken bulduğunda adam hemen evi terk eder. Evden gitmek zorunda kaldığı için adam eşini suçlar çünkü sinirlendiğini görür. Karşı tarafın sinirlenmesinde kendi payını göremez. Terapistin sık yapabileceği hatalardan biri, tek gelen eşi, diğer eşin terapiye gelmesi için yalvarmaya mecbur bırakarak yabancılaştırmaktır. **İsteksiz eşe terapiye katılması için ne kadar çok baskı yapılırsa, mevcut eş ilişkisindeki gücünü o kadar kaybeder**. Uğruna çabalanan her ne ise, bunun için **en az yatırım yapan kişi, ilişkide daha çok güç sahibi olur**. İsteksiz eş sonunda terapiye gelmesi için ikna edilirse, çoğunlukla şöyle bir tutum sergiler: “Benim burada olmaya ihtiyacım yok” ya da “değişmene nasıl yardımcı olabilirim, çünkü benim bir sorunum yok?” Sorumluluğu bu şekilde karşı tarafa yüklemek ve terapi için yeterince istekli olmamak, büyük ihtimalle süreci zayıflatacaktır.

—“**Terapi sürecinin başarısı terapistin yeteneğine bağlıdır.**” Terapistin becerileri ve iç görüşü elbette terapisinin başarısı için kilit unsurlardır. Fakat tecrübeli terapistler, danışanlar verimli olarak çalışmaya çok fazla direnç gösterdiğinde, kendi yetersizliklerini fark edecek ve kabul edecektir. **Danışana, terapi sürecindeki hamlelerin sorumluluğunun bütün katılımcılara bağlı olduğu öğretilmelidir**. Aşırı derecede kaygılı veya güvensiz olan deneyimsiz bir terapist, değişim için gerektiğinden fazla sorumluluk üstlenebilir. Örneğin, ders vermeye kalkabilir veya danışanın gelişimi için çiftten fazla çaba sarf edebilir. Böyle yaparak, istemeden çifte sorumluluk sahibi olmamayı öğretebilir, ilerlemeler ve gelişmeler için danışanlardan çok sorumluluk alabilir. **Çiftin problemin sorumluluğunu kabul etmesini sağlamak sistemik bir terapistin görevidir**. Daha sonra, eğer değişim gerçekleşirse, danışanlar bu değişimi terapistte değil kendilerine atfedebilirler. Gelişmelerden kendinin sorumlu olduğunu iddia eden bir terapist, çifti küçük görmüş ve terapisinin yararlılığını azaltmış olur.

—“**Bayan (veya erkek) bir terapist benim ihtiyaçlarıma daha duyarlı olacaktır.** “Başarılı bir terapist, hangi cinsiyette olursa olsun, iki eşe karşı da tarafsız olmayı ve dengeyi korumayı başarabilir. Dengeyi korumak yüzleştirmeyi, empati kurmayı, her eşle eşit ve adil bir üslupla konuşmayı gerektirir. Kendini sürekli bir cinsin tarafını tutarken bulan bir terapist, kişisel terapiye ihtiyaç duyuyor demektir. Sürekli taraf tutmak, aktarım veya karşı aktarım sorunlarının ifadesi olabilir. Bazen, her girişimin dengeli bir perspektifi korumak için yapılacağını ve karşılıklı sorumluluğun gerekliliğini kelimelere dökmek terapist için faydalı olacaktır. Mesela, danışana *“bayan/erkek olduğum için birinizden birinin tarafında olacağımı düşünüyor musunuz?”* diye sorabilir. Dolaysız sorular sormak ve denge meselelerini işlemek, çiftin cinsiyet açısından, tarafsızlık konularıyla ilgili kaygılarını yatıştırabilir ve terapistin bu endişeleri gördüğünü ve anladığını çiftin fark etmesini sağlar. Terapist, ayrıca, çiftten terapistin cinsiyete dayalı olarak yanlı olduğunu düşünürlerse, birleşik terapi süresince hissettiği endişeleri dile getirmesini isteyebilir. Eğer danışan, hala bayan/erkek bir terapistin bazı konulara karşı daha duyarlı olacağı önyargısına sahipse ve terapiye direnç gösteriyorsa, yönlendirme yapılabilir. Elbette, böyle bir danışana, terapiye minimum oranda önyargıyla başlaması için yardımcı olmak, terapötik süreç açısından daha verimli olacaktır.

—“**Terapötik süreç bir kez başladığı zaman bitmez.**” Danışanlar, bazen, nasıl sonlandıracaklarını ve bırakacaklarını bilmeden terapötik sürece girmekten korkarlar. Bu sürecin onlara yardım etmek amaçlı olduğunu açıklamak terapist için yararlı olur. **Kendi kararlarıyla oraya geldiklerinde sürecin başladığını, sürece ne kadar katkıda bulunacaklarına onların karar vereceğini ve hazır olduklarında sonlandıracaklarını anlatmak gerekir.** Ego tatmini için veya maddi güvenliği için belirli bir danışana ihtiyaç duyan terapist terapi yapmamalıdır. Böyle ihtiyaçlar, sağlam terapötik yargıların hakkını çiğneyebilir. **Aile ve evlilik terapilerinin, her yerde, birkaç seanstan birkaç yıla kadar sürebileceği, terapiye gelen çifte izah edilmelidir.** Eğer eşler terapinin uzunluğuna ve sıklığına karar verme gücünü kendilerinde görürlerse, büyük ihtimalle süreçte daha çok katkıda bulunacaklardır. Terapist danışanlara şöyle söyleyebilir: *“Terapötik sürecin ne kadar süreceğinden emin değilim. Genellikle, sizin hedeflerinize ulaşılan kadar terapi sürer. Birçok değişken bu karara etki edebilir. İlk önce, yararlı olup olmadığını görelim, şayet olmazsa, kararımızı farklı yönde verebiliriz ya da sizi başka bir terapistte yönlendirebilirim.”*

SINIRLARLA İLGİLİ GENEL MESELELER

Çoğu çift, etkili kişiler arası ya da yapısal sınırlar koymakta çektikleri güçlükle terapiye gelirler. Birçok çift, kısmen de olsa, kendi orijinal ailelerinde yaşadıkları sınır problemleri yüzünden ayrılırlar. Eğer terapi ve danışan-terapist arasındaki terapötik ilişki sağlıklı sınırların örneğini teşkil etmezse (katı değil esnek vs.), danışanların işlevsiz sınır problemleri terapist-danışan ilişkisinde ve terapötik sürecin genelinde tekrar kendini gösterebilir. **Terapist terapinin hem içeriğinde hem de sürecinde uygun sınırları korumalıdır.** Aşağıda **5 adet sınır meselesi** ele alınmış ve açıklanmıştır:

1-Seansların Uzunluğu: Çoğu terapist seansları 45 dakika tutar. Danışanlar direk olarak bu sınırlardan haberdar edilmelidir ve mümkünse kontrollerini seanstan önce yazmış olmaları sağlanmalıdır. Terapistle konuşurken bir yandan da kontrol defterini bulmak, yazmak, tarihi hesaplamak, doğru kontrol sayısını not etmek uygunsuz ve faydasız bir zaman periyodu olur. Bir danışan dolu bir seans hakkına, terapistse sonraki terapi saati başlamadan nefes alma hakkına sahiptir. Terapistin zamanı iyi ayarlayamamasının nedenleri çoktur ve çoğunlukla çözümlenmemiş kişisel sorunların ya da yetersiz planlama becerilerinin göstergesidir. Belki de, terapist çiftin gelişiminde çok fazla sorumluluk alıyor ve bir müdahale daha yaptığında fark yaratacağına inanıyor olabilir. Seansın uzunluğuna sınırlar koymamanın en kötü etkilerinden biri; çiftin bunca işle bu kadar kısa sürede uğraşmaya karşı direnişidir. Terapistin zamanında başlayacağını ve duracağını bilen danışanlar daha çabuk hareket edebilirler ve seansın başlarında önemli materyalleri paylaşabilirler.

2-Gecikme: Genellikle, çift terapiye geç kaldığında, eğer terapist ayrılan zamanı aşarak düzenleme yaparsa, çiftin tutumları pekiştirilerek vaktinde hazır olmakla alakalı kaygıları azalır. Terapist sınırlamalar getirmeyerek, istemeden çiftin direnişine ortak olabilir. Kişisel sınırlamalardaki eksiklikler, terapistin saygı görmediğini ve suistimal edildiğini hissetmesine neden olabilir. **Terapist, çifte, geç kaldıkları takdirde sürede değişiklik yapılamayacağını açıklamalıdır,** fakat kendisi geciktiği takdirde 45 dakikalık seans yapılmalıdır. Ayrıca terapist zamanında terapiye gelen eşlerden biriyle görüşmemelidir, bir terapi ancak her iki eş de geldiğinde başlar. **Terapi başlamadan önce eşlerin her birinin gelmesini beklemek, danışanlara açıklanması gereken bir dinamiktir.** Sürekli birlikte terapiye başlama durumu, çift ve terapist arasında yeterli güven ve denge sağlandığında, daha az sorun olacaktır.

3-Kaçırılan Randevular: İlk seansta, kaçırılan randevulara ilişkin temel kuralları koymakta yarar vardır. Eğer terapist hata yapar ve iki çifte aynı saatte randevu verirse, geri çevrilen çift için seansı telafi etmesi ve bu seans için çifti suçlamaması çok önemlidir. Danışanlar iki kez gelmiş fakat sadece bir kez görülmüş olacaklar. **Terapi seansı çift kaçırırsa, terapist o seansın parasını almalıdır,** çünkü o seans çifte aittir ve nasıl kullanacaklarına kendileri karar vermelidir; isterlerse seansa gelip terapi sürecini devam ettirebilirler, isterlerse gelmeyerek neden seansı kaçırdıklarına odaklanırlar, her 2 tutum da tedavi edicidir. Tabi böyle bir durumda terapist danışanları sorumlu bularak görüşme için başka bir zaman ayarlamalıdır. Terapi seansını iptal etmek için en az **24 saat** mühlet gerektiğini açıkça çifte anlatan terapist, uygun sınırları ve kendine güveni göstermiş olur. Bu tarz parametreler oluşturmayan terapistler, kendilerini danışanlar tarafından

suistimal edilmiş olarak bulacaklardır. Zaten danışanlar terapiye gelmekten yorulmuş veya dirençlerinden/isteklerinden dolayı, yapacak daha eğlenceli şeyler bulmuş olabilirler.

4-Telefonlar, Kapıyı Çalma ve Genel Rahatsızlıklar: Birçok çift, çocuklarını, anne babasını, işini ve kişisel hayatını ilgilendiren ve evliliğini korumasına, güçlendirmesine izin verecek olan, etkili sınırları koymayı başaramadığı için terapiye gelir. Terapi, çiftin tanımlarını, güvenliğini, istikrarını ve yakın iletişimlerini geliştirmek için gereken uygun sınırları örneklemelidir. **Terapist, seans sırasında rahatsız edilmeyecekleri konusunda danışanları bilgilendirmelidir.** Terapist telefonlara cevap vermeyecek, kapıya gitmeyecek ya da birincil terapist-danışan ilişkisini bölecek hiçbir şey yapmayacaktır. Karşılık olarak, terapist de danışanın kapalı olan kapıyı çalmamasını, onun yerine, belirlenen bekleme odasında beklemesini istemelidir. Bir danışana, bazı istisnalar dışında, **terapistin sınırlarına saygı göstermesi** ve O'nu evden aramaması gerektiği anlatılmalıdır. Çok az sınırları olan danışanlar, terapistin kişisel zamanına tecavüz edebilir ve bir eşi dışarıda bırakan özel diyaloglara girerek terapinin temeline zarar verebilirler. İstisnalardan biri, terapistin, telefon numarasını ilgi ve alakanın göstergesi olarak vermesi olabilir. Danışanın randevuları değiştirmek veya gerektiğinde diğer seansı beklemeden kaygılarını açıklamak için, belirlenen saatlerde aramasını istemek terapist için daha kolaydır. Genellikle, terapist, danışanın, sınırlarına ve kişisel zamanına saygı duyduğunu ne kadar hissederse, telefon numarasını verme konusunda o kadar rahat olabilir. Eğer terapist yanlış değerlendirir ve gereksiz yere rahatsız edildiğini fark ederse, danışanın telefon kullanımını ve daha fazla rahatsız etmesini etkili bir şekilde kısıtlayabilmesi gerekir.

5-Ödemeler: Sağladığı hizmet konusunda kendine güvenen terapistler, her seansın bitiminde ücreti direk olarak almayı hak ettiklerini hissederler. **Ödemeyi danışandan direk olarak almayan terapistler, terapötik sürece haksızlık etmiş olur. Ödemeyi başka bir çalışana yapan danışan, terapinin veya terapistin değerini düşürebilir. Ödeme yapmayan danışan çalışmaya direnç gösterebilir, terapinin süresini uzatmaya çalışabilir ya da pasif-agresif bir tutumla terapisti öfkelendirebilir.** Dahası, ödemeler konusunda ısrarcı olmayan bir terapist, danışanın borçluluğunu ve sonrasında gelen güç dengesizliğini pekiştirmiş olabilir. Danışan terapistin zamanını ve enerjisini harcadığı için kendini borçlu/minnettar hissettiğinde, suçluluk ve mecburiyet dinamikleri manipüle edilebilir. Örneğin, terapist kişisel zamanı açısından cömertse, çift bunun normal olduğunu hissederek terapiyi bırakmayabilir veya terapist kendinden ödün vermesini ön plana atarak çifti kendi amacı doğrultusunda yönlendirebilir. Sorunlardan biri, terapist kendisi ücreti almadığında, ödenmeyen danışan faturası neredeyse her zaman daha yüksek olur. **Danışanlar ücreti başka bir çalışana ödememeyi terapistte direk ödemekten daha kolay bulur.** Hizmetin karşılığı olan ücretle ilgili yapılan görüşmeler, terapistte danışanla ilgili birçok fikir verir ve danışan da terapistte dair bir iç görü kazanır. Çiftin görüşmedeki yorumları terapinin bir öncelik olmayabileceğini ileri sürdüğünde, terapist çiftin nasıl dirençli olabileceğini anlar. Manipülasyonun ilk örnekleri, çift gelirlerinin gerçek miktarıyla ilgili konuşulurken lafı dolandırırca, ortaya çıkabilir. Detaylı tatil planlarının beraberinde yoksulluktan yakınmak terapistte öfke duygusunu yaratabilir. Tam tersine, daha düşük bir ücret için pazarlık yapmayan veya terapist tarafından belirlenen ücreti kabul eden bir çift, terapiye, kişisel motivasyona ve terapistin zamanının değerine saygı duyduğunu gösterir. Bir danışan, her ücreti düşüren ve ödemeler konusunda ısrarcı davranmayan terapistle ilgili bilinçli veya bilinçdışı olarak, çok olumsuz yargılarda bulunabilir: Belki terapist zamanına değer vermiyor ya da yeteneğine olan itibarı çok yüksek, vb. Ücretle ilgili terapistin görüşme şekli, esneklik derecesi, ses tonu ve kaygı derecesi ümidi ve saygıyı artırabilir, ya da aksine, terapistteki güveni yıpratır. Genellikle, ücretle ilgili görüşmeler, danışanın çabasıyla, direnişleriyle, kontrol ihtiyaçlarıyla ve ne kadar iddialı olduklarıyla ilgili terapistin fikir sahibi olması için iyi bir yoldur. Aynı şekilde, danışan da terapistin profesyonel kimliğiyle ve kendine güveniyle ilgili bilgi sahibi olur. En iyi ihtimalle, ödeme koşullarını çevreleyen dinamikler etkili sınırları ve öz-saygıyı öğretir. En kötü ihtimalle, bu, danışan-terapist ilişkisinin işlevsiz bir yanı olur. Bu nedenle kliniğimizde değerlendirme görüşmelerinden sonra, çiftten 10 seanslık paket ücreti baştan peşin ödemelerini isteriz. Bu ücret ilk 10 seans için geçerlidir, daha sonraki seanslar için de seansa başına bir muayene (seans) ücreti alırız. Çünkü rahmetli **Cenk KORAY**'ın söylediği gibi "hastamızın kutusunu açtığımızda"; bazen çok yoğun bilinçdışı çatışmalar veya kişilik patolojilerinin varlığıyla karşılaşabiliriz. Bu durumu hastalarımızla paylaşır ve terapinin uzayabileceğini söyleriz. Ayrıca ücretin baştan peşin alınması çok tartışılabilir. Ama parayı baştan veren çiftin terapiye bağlılığı, iyileşmeye olan inancı ve terapi sürelerinin kısalığı bu tercihin doğruluğu bize kanıtlamıştır. Son olarak, terapiyi yarıda kesen veya devam

etmeyen hastaların ücretleri geri iade edilmez. Çünkü terapistin randevuları önceden planlanmıştır, her seansın bedeline göre terapist de kendini ayarlamış olabilir.

TERAPÖTİK SÜRECİN GENEL GEREKLİLİKLERİ

-Kişisel Sorumluluklar: *“Bana ne yapacağımı anlat.”* Birçok çift bu ifadeyi direk olarak yaparken, diğerleri dolaylı olarak **terapisti değişim için sorumluluk almaya ikna etmeye çalışır**. Bir seansın içeriği ve duygusal enerjisiyle ilgili sorumluluğu alan terapist, kendini çok sıkı çalışırken bulur ve çoğunlukla seansın bitiminde yorgun düşer. Dahası, **yeterince sorumluluk üstlenmeyen danışan** direnen bir modda arkasına yaslanıp, terapistin neden daha etkili olmadığını merak etme lüksüne sahip olur.

2-Danışanın Seansa Başlamasını Sağlamak: Seanslar arasında, çiftler ilişkileri için uğraşüyor ve iletişim sıkıntılarını, içgörülerini ve kafalarını karıştıran meseleleri terapiye taşımayı planlıyor olmalıdır. Eğer **danışanlar seansın terapist tarafından empoze edilen bir yönergeyle başlayacağını düşünürse, büyük ihtimalle pasif olacak ve sorumlulukları terapistte bırakacaklardır**. Eğer terapi saatinin yönlendirilmesi ve içeriği danışanların girişimine bırakılırsa, çiftlerin seanslar arasında konuşma ve terapiye taşıyacakları konuları planlama ihtimalleri daha yüksektir. **Gelişimlerin sorumluluğunu danışanlara bırakan bir terapist, seansa sessizlikle veya açık uçlu bir soruyla başlar**. Açık uçlu sorular, cevapların içeriğini veya seansın yönünü etkilemez. **Terapi, genellikle, bir bireyin kendini her yönüyle keşfetme yeteneğine dayanır**. Danışan seansa başladığında, bu onu kendisiyle yüzleşmeye zorlar ve saklı direnişlerini ortaya çıkarmasına yardımcı olur. Seansın içeriğini kendi belirleyen ve başlatan bir terapist, danışanların en önemli içgörülerini ve korkularını paylaşmalarını engelleyebilir.

Açık uçlu sorulara örnekler:

—*“Nerden başlamak istersiniz?”*

—*“Bugün nelerden bahsetmeliyiz?”*

—*“Bu zamanı nasıl değerlendirmek istersiniz?”*

Terapistler, kapalı uçlu sorular sorduklarında tüm sorumluluğu danışanlara verdiklerini düşünerek yanılırlar. Aslında, içerik ve süreci neredeyse tümüyle kontrol etmiş olurlar.

Kapalı uçlu sorulara örnekler:

—*“Kendinizi öfkelenmiş hissettiniz mi?”* (Danışan daha sonra başka şeyler yerine öfke duygusundan bahseder.)

—*“Geçen hafta ev ödevlerinizi yaptınız mı?”* (Danışan paylaşmak istediği ya da tartışmaya niyetlendiği duygu ve düşünceleriyle başlayamaz.)

—*“Geçen hafta söylediğiniz şeyle başlamak ister misiniz?”* (Açık bir şekilde, terapist gündemi belirliyor. Bu bilgi, seansın ilerleyen zamanlarında istenebilir, ama tabii çiftin gündemi pahasına değil.)

Sorumlulukların danışandan terapistte aktarılmasına neden olan başka bir etkileşim biçimi de, **soru cevap oyununda danışanların pasifliğini ortaya çıkaran durumların yaratılmasıdır**. Oldukça yorucu ve zor olan bu etkileşime bir örnek aşağıda verilmiştir:

Terapist: “Bugün nasılsınız?”

Çift: “İyi.”

Terapist: “Neyle ilgili konuşmak istersiniz?”

Çift: “Emin değiliz.”

Terapist: “İlişkideki yakınlıkla ilgili konuşmaya ne dersiniz?”

Çift: “Ne gibi?”

Bu tarz bir soru cevap serisi sonsuz olabilir. Böyle bir süreçte, danışan kişisel meselelerini ya da sıkıntılarını keşfetmek için çok az sorumluluk üstlenir ve terapist, içerik olarak neyin anlamlı olacağını sürekli tahmin etmeye çalışır. Bir terapist bu dinamiğin, seanstaki tüm zihinsel enerjisini bir sonraki soruyu belirlemek için harcadığında oluştuğunu anlayacaktır. Etkileşim sürecinde ardından gelecek soruyu düşünerek endişelenen terapistin dikkati dağılacak ve danışanları etkili bir şekilde dinleyemeyecektir. Çift terapi saatinin ilerleyişi ve içeriği için sorumluluk aldığına, terapist bu süreci daha iyi gözlemleyebilir ve yönlendirebilir. Başlangıç seansları sırasındaki soru cevap yöntemi ile ilgili başka bir sıkıntı da; çift için

terapi sürecinin neyi gerektireceği ile ilgili belli standartlar ve/veya beklentiler oluşturmaktır. Bir kere bu mantık oluştuğunda, çiftin sorular soran terapistten seansın içeriği ile ilgili sorumluluk almaya geçiş yapması zordur. Bir başlangıç sadece terapistin sorgulamasını içermemeli, ayrıca çifte girişim ve keşiflerdeki başlıca rolleri hissettirmelidir. Böylece çiftler ilk seanstan itibaren sorumluluğun büyük çoğunluğunun kendilerinde olduğunu öğrenmeye başlarlar. Terapist şöyle bir cümle kurarak danışanın katkılarını ve sorumluluklarını destekleyebilir: **“Önemli gördüğüm birçok soru sorabilirim, fakat ben daha çok sizin fikirlerinize, algılayışlarınıza ve sorularınıza odaklanmayı ve birlikte bunlardan konuşmayı tercih ederim. Uzun süre sessiz kalmayacağım, konulara açıklık getirmek ve ilişkinizdeki zayıflıklar ve güçlü yanlarınızla ilgili sizin düşüncelerinizi anlamak için sorular soracağım.”** Terapistin bu süreçteki becerisi, danışanlar problemdeki kendi sorumluluklarını üstlendikçe ortaya çıkan konular ve duygular aracılığıyla, ilişkiyi çifte birlikte keşfetmektir. Bu yaklaşım, çiftin ilişkisiyle ve aile orijinleriyle ilgili listeden okuyormuşçasına alakasız veya bitmek bilmeyen sorular sormanın tam tersidir. Örneğin, eğer çift ilişkilerindeki uzaklığın arttığını hissettiklerini belirtirse terapist konuyu ilişkiye ve uzaklık fikri çerçevesinde, aile orijinine getirebilir. Çiftin geçmişi, duyguları, orijinleri ve davranışları, uzaklık bir tema olarak kullanılarak keşfedilebilir. Eğer bir kadın terkedilmiş hissettiğini ifade ederse ve adam karşılık olarak boğulmuş hissettiğini söylese, **terkedilmişlik ve boğulmuşluk duygularına** odaklanılabilir ve terapist kaygı ve duyguları aracılığıyla çifti tanıdıkça bu duygular ortaya çıkarılabilir. Danışanlar tarafından sunulan temaları ve duyguları kullanmak, materyallerin ortaya konulmasındaki sorumluluğu terapistin sorularına değil danışanlara verir.

3-Eşler Arasındaki İletişimi Kolaylaştırmak: Evlilik terapisti, çoğunlukla, çiftin evde konuştuğuktan sonra terapiye geleceği ve önemli konuları hem aralarında hem de terapistle tartışmak için hazırlıklı olacağı beklentisini yaratır. Üzerinde beklentiler oluşturmak için, başlangıç seansının bir bölümü çift birbirleriyle konuşurken terapistin gözlem yapmasını içerir. Bu diyalog, iletişimin karşılıklı modelini değerlendirmede yardımcı olur ve daha sonra seansta da işlenmeye başlayabilir.

Terapistin çiftin birbiriyle konuşmasını istemesi fikrini ortaya koymanın en doğal yolu, **diyaloğu terapistten çifte doğru yönlendirmektir.** Çoğunlukla, her eş, **yakın olma korkusundan** dolayı, sıkıntılarını direk olarak terapistle paylaşmaya niyetlenecektir. Terapistin her bireyi dinlemesi ve katılımlarını sağlamak için cevap vermesi önemliyken, eninde sonunda **iyileşmeyi ve uzlaşmayı sağlayacak olan çiftin pozitif iletişimi** olacaktır. Terapistin çiftin iletişiminde ısrarcı olmasıyla, çift terapistin seansları derslerle ve önerilerle doldurmayacağını, daha çok, çiftin terapideki ve dışarıdaki iletişim modelleriyle ilgilendiğini kısa zamanda anlayacaktır.

4-Suçlama ve Yargılarla Yüzleştirmek, Kişisel Sorumluluk Duygusunu Uyandırmak: Terapide en yaygın olarak rastlanılan şey, eşlerin kabahati ve sorumluluğu karşı tarafa yüklemesidir. İki taraf da sıkıntılarının başlıca kaynağı olarak diğerini gördüğü için, her biri kendi düşüncelerini terapistte sıralamaya kalkar. Evlilik terapisti **dengeli ve adil** durarak danışanların kendi katkılarını görmelerine ve belli sorumlulukları üstlenmeye başlamalarına yardım ederek danışanlara yetki vermeye çalışır. Bütün sistemik düşüncelerde esas olan, **danışanların kendilerini değiştirecek güce fazlasıyla sahip oldukları ve karşı tarafı değiştirecek çok az güçleri olduğu** fikridir. İletişim yapıları çoğunlukla suçlama davranışıyla karakterize edilir. Danışanların kişisel sorumluluklarını ve davranış değişikliklerini kabul etmesiyle bu yapılar bozulabilir.

5-Evde Terapistten Alıntılar Yapmaya veya Terapistin İsmi Kullanmaya Karşı Danışanları Uyarmak: Eşlerden, kendilerini diğerine karşı savunabilmek amacıyla, evde, terapistin adını negatif bir şekilde kullanmalarını istemekte bazen fayda vardır. **“Dr dedi ki,”**, şeklinde başlayan cümleler özellikle kötü veya yanlış şekilde aktarılan gerçeklere eklendiğinde, terapiye karşı bir öfke ve memnuniyetsizlik yaratabilir. Görüşme yeterince kızıştığında, her iki eş de terapiste öfkelenebilir ve kabahati ona yükleyebilirler. Eğer danışanlar seansla ilgili bilgi, duygu ve fikirlerini tekrar ederlerse çoğunlukla bunları kendi subjektif deneyimleri olarak anlatmalıdırlar. **“Terapist dedi ki...”** yerine **“bence...”** diye söze başlamak, terapisti tüm görüşmelerin merkezine koymadan, daha sağlıklı bir iletişime yol verecektir. Eğer her iki eş de terapiste karşı mutlak bir saygı besliyorsa ve duyarlı/yansıtmacı bir şekilde kullanmaya niyetliyse, terapistin ismini kullanmak belirli durumlarda yararlı olabilir. **“Dr aramızda konuşmamız gerektiğini söyledi, bu geceye ne dersin?”** ifadesi, çiftin terapistin adını olumlu şekilde niyetlerini kuvvetlendirmek ve daha çok yakın iletişim kurmak için kullanmaya iyi bir örnektir.

Sonuç

Özet olarak, birçok çift terapiye kuşkuyla, gerçekçi olmayan beklentilerle ve danışanın, terapistin ve terapötik sürecin rolleri ve sınırlarıyla ilgili yetersiz bilgiyle gelir. Danışanları yukarıda bahsedilen meselelerle ilgili eğitmek ve terapistte açıkça görünen şeyleri çifte de göstermek, çok sayıda yanlış anlaşılmayı önler ve terapinin daha sağlıklı, verimli biçimde başlamasına yardımcı olur.