

**EDITÖRE MEKTUP****Fatma Gökşin Cihan<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Necmettin Erbakan Üniversitesi,  
Meram Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği  
Anabilim Dalı, Türkiye

**Yazışma Adresi:**

Fatma Gökşin Cihan  
Necmettin Erbakan Üniversitesi, Meram  
Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği Anabilim  
Dalı, Türkiye  
mail: goksincihan@yahoo.com

Geliş Tarihi: 22-03-2020  
Kabul Tarihi: 13-04-2020  
DOI: 10.18521/ktd.707499

**Konuralp Tıp Dergisi**

e-ISSN1309-3878  
konuralptipdergi@duzce.edu.tr  
konuralptipdergi@gmail.com  
www.konuralptipdergi.duzce.edu.tr

**Aile Yaşam Döngüsü****ÖZET**

Aile Yaşam Döngüsü (AYD) hem bireyi hem de toplumu etkilemekte olan aileyi ve fonksiyonlarını anlamak için önemli bir araçtır. AYD yaklaşımı aileyi zaman değişkenine göre ele almaktadır. Ailenin toplumsal bir birim olarak yaşamı boyunca geçirdiği aşamalar olarak adlandırılan AYD dönemlerinin belirlenmesi, her bir dönemle çevrede gelişen toplumsal olaylar arasındaki ilişkileri anlamak hem toplumsal hem de bireysel olarak önemlidir. Başka ülkelerdeki yaşam döngüsü aşamaları ile Türkiye'deki farklıdır. Birçok batı ülkesinde 18 yaşına gelen çocuklar artık aileden ayrılırken, ülkemizde aile birlikteliği daha ileri yaşlara kadar sürebilmektedir. Aile bağları Türk toplumunda batılılara göre çok daha güçlüdür. Aile hekimleri tarafından ailenin AYD'nin hangi aşamasında olduğunun tanımlanmış olması, aile ve bireyleri biyopsikososyal açıdan ele alabilmeyi ve aile ihtiyaç duyduğunda psikolojik destek verebilmeyi mümkün kılar. Ailenin gündemini oluşturan problemler dönemsel olarak tanımlanabilir. AYD'nün bir sonraki aşaması öngörülebilir olduğunda, aileleri karşılaşılabilecekleri sıkıntılar konusunda uyarmak ve bu sıkıntıları önleyici adımların atılması mümkün olacaktır. Birinci basamak hekimliğinin ana unsurlarından olan kapsamlı ve bütüncül yaklaşım, toplum sağlığının ve iyilik durumunun da geliştirilmesi ile sonuçlanacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Aile Yaşam Döngüsü, Psikososyal Faktörler, Birincil Bakım, Aile Hekimi, Evlilik

**Family Life Cycle****ABSTRACT**

The Family Life Cycle (FLC) is an important tool to understand the family and its functions that affect both the individual and society. FLC approach handles the family according to time variable. It is important to determine the periods of FLC, which is called the stages that the family has spent as a social unit throughout its life, and to understand the relationship between each period and the social events developing in the environment both socially and individually. Life cycle stages is different in Turkey than in other countries. In many western countries, children who have reached the age of 18 are now leaving the family, while family reunification in our country can continue until later ages. Family ties are much stronger in Turkish society than western societies. If the stage of FLC is defined by the family physicians it will be possible to handle the family and individuals biopsychosocially and to provide psychological support when the family needs it. The problems that make up the family's agenda can be defined periodically. When the next phase of FLC is predictable, it will be possible to warn families about the problems they may encounter and to take steps to prevent these problems. A comprehensive and holistic approach, which is one of the main elements of primary care, will result in the improvement of public health and well-being.

**Keywords:** Family Life Cycle, Psychosocial Factors, Primary Care, Family Physician, Marriage

Sayın Editör,

Birinci basamak hekimi kendisine kayıtlı bireylere ve ailelere bütüncül sağlık hizmeti verebilmeli, klinik ve davranış bilimleri ile birlikte faaliyet göstererek, tüm yaş gruplarını, tüm sistemleri ve hastalıkları değerlendirebilmelidir. Her ailenin bir yaşam döngüsü mevcuttur. Aile hekimi sorumlu olduğu her ailenin sağlık danışmanı olmak durumundadır.

Aile Yaşam Döngüsü (AYD) hem bireyi hem de toplumu etkilemekte olan aileyi ve fonksiyonlarını anlamak için önemli bir araçtır. AYD yaklaşımı aileyi zaman değişkenine göre ele almaktadır. Ailenin toplumsal bir birim olarak yaşamı boyunca geçirdiği aşamalar olarak adlandırılan AYD dönemlerinin belirlenmesi, her bir dönemle çevrede gelişen toplumsal olaylar arasındaki ilişkileri anlamak hem toplumsal hem de bireysel olarak önemlidir. Olaylara bakış açısı her yaş grubunda farklı olabilmektedir. Bu durum ise nesiller arasında bir çatışma doğmasına neden olabilir.

Aile yaşam döngüsü hastayı ve ailenin gelişimsel durumunu hızla değerlendirmek için bir model sağlar. Birinci basamak için aile terapistleri Carter ve Mc Goldrick tarafından tanımlanan aile yaşam döngüsü kullanışlıdır. Bu modele göre evreler şu şekildedir.

- Bekar Genç Yetişkin
- Yeni Evli Çift
- Küçük Çocuklu Aile
- Büyük Çocuklu (Ergen) Aile
- Çocukların Aileden Ayrılması
- İleri Yaşta Aile

Her aile üyesinin bireysel yaşam döngüsü ailenin diğer üyelerinin yaşam döngüleriyle iç içe geçmiştir.

### **Bekar Genç Yetişkin**

Bu dönemde, bireyin, kimliğini ve özerkliğini kazanıp kazanamaması önemlidir. Kişi bu evrede çeşitli sosyal ilişkiler ve mesleki beceriler elde etmekle meşgul olur. Ailesi dışındaki kişilerle de çeşitli ilişkiler kurar. Bu evrede oluşabilecek problemler arasında şunlar sayılabilir:

- Çeşitli sebeplerden ötürü aileden ayrılmakta zorlanma ya da ailenin zorlanması
- Yeni sosyal ilişkiler kurmada ve bu ilişkileri ilerletmede yaşanan problemler
- Evlenme ve aile kurma kararının aileden veya toplumdan gelen baskı ile verilmesi
- Bu evrede aileler arasında yaşanabilecek anlaşmazlıkların, birliktelik ve birey üzerindeki etkileri

### **Yeni Evli Çift**

Bu yeni birliktelik eşlerin hem birbirleriyle olan hem de aile ilişkilerini yeniden düzenler. Kişiler birlikte yaşamayı yavaş yavaş öğrenmeye başlarlar. Bu evrede görülebilecek problemler:

- Birlikte yaşama geçişte ve uyumda yetersiz olma

- Aile düzenine, özel günlere ve toplumsal geleneklere uyum problemleri
- Aile hayatı içerisinde belirlenmiş rollerin keskin çizgilerle belirlenmiş olması ve esnekliğe imkân tanınmaması

### **Küçük Çocuklu Aile**

Bu dönemde ailenin yeni üyesinin de katılımıyla aile sistemi farklı bir yapıya dönüşür. Yeni doğan bebek sebebiyle eşler arasındaki ilişki yeniden şekillenir. Bu evrede karşılaşılabilecek sıkıntılar şunlardır:

- Genç çiftin büyüklerin müdahalelerine karşı koyamamaları
- Ebeveyn olma rolünde karşılaşılan zorluklar
- Çocuğun bakımında yaşanan psikolojik ve maddi güçlükler

### **Büyük (Ergen) Çocuklu Aile**

Bu evrede eşler genellikle orta yaş dönemine girmiştir. Kadında menopoz süreci, erkekte ise andropozdan dolayı oluşan çeşitli ruhsal problemler oluşabilir. Ergen çocuklar ailenin ortak benliğinden ayrı olarak kendi kimliklerini bulmaya başlarlar. Bu evreye özgü ayrıca şu problemlerden bahsedilebilir:

- Çocukla kurulan ilişkilerin dengesiz olması
- Ailenin farklı bireyleri arasında kurulan koalisyonların yarattığı sorunlar
- Bu evreye kadar geçen ömrün muhasebesinin olumsuz etkilerinin kişiye ve ailesine yansması
- Çok çocuklu ailelerde kardeşler arası yaşanan sürtüşmeler ve problemler

### **Çocukların Aileden Ayrılması**

Bu dönemde genellikle bireyler ayrılmaya veya ayrışmaya başlarlar. Çocukların tek tek evi terk etmeleri üzerine eşler yeniden iki kişilik aile sistemine dönerler. Bu evreye özgü zorlukların başında şunlar gelir:

- Çocukların evden ayrılıp kendi düzenlerini kurmada güçlük çekmesi
- Çocukların evden ayrılmasıyla oluşan yeni atmosferde, ertelenen problemlerin su yüzüne çıkması

### **İleri Yaşta Aile**

Bu evrede eşlerin ailedeki belirleyici rolü gitgide azalır. Maddi kazanç elde etmek için gösterilen gayret azalır. Kişiler yaşlılığın getirdiği maddi ve manevi sorunlarla baş etmeye çalışırlar. Torunlarla kurulan ilişkiler önem kazanır. Bu evrede genelde şu sıkıntılar baş gösterir:

- Emekli olmayla gelen hareketsizlik ve boşluğun getirdiği stres
- Çocuklarla ve torunlarla kurulan ilişkilerde kopukluk
- Aile meselelerinin ve kararlarının dışında tutulma
- Yaşlılıkla gelen sağlık problemleri, ölümü huzurla karşılayamama

Başka ülkelerdeki yaşam döngüsü aşamaları ile Türkiye'deki farklıdır. Birçok batı ülkesinde 18 yaşına gelen çocuklar artık aileden ayrılırken, ülkemizde aile birlikteliği daha ileri yaşlara kadar sürebilmektedir. Aile bağları Türk toplumunda batılılara göre çok daha güçlüdür. AYD'yi Türkiye için tanımlarsak;

- 1- Yeni evli çocuksuz aile, 1-4 yıl arasında
- 2- En büyük çocuğu okul öncesi çağda olan aile, ilk çocuğun doğumuna bağlı olarak ailenin kuruluşunun ikinci yılı ile onuncu yılı arasında
- 3- En büyük çocuğu ilköğretim çağında olan aile, ailenin kuruluşunun yedinci yılı ile on yedinci yılı arasında
- 4- Yetişkin çocuklu aile, bu dönem ülkemizde diğer ülkelerden farklı olarak 30 yaş ve üzeri olmasına rağmen ailesiyle yaşayan ve 'çocuk' olarak nitelenen kişilerden oluşabilmektedir.
- 5- Eşlerin çocukları evden gönderdikten sonra başlayan baş başa kalma yılları, bu dönemin

süresi çok değişken olup aile kurucularından birisinin ölmesiyle son bulmaktadır.

6- Kurucu aile üyelerinden birisinin hayatta kaldığı dönemlerdir. Bu dönemin ise 1-15 yıl arasında sürelerde değiştiği söylenebilir.

Aile Hekimleri tarafından ailenin yaşam evresinin tanımlanmış olması, aile ve bireyleri biyopsikososyal açıdan ele alabilmeyi mümkün kılar. Ailenin gündemini oluşturan problemler dönemsel olarak tanımlanabilir. ATY'nün bir sonraki aşaması öngörülebilir olduğunda aileleri karşılaşılabilecekleri sıkıntılara karşısında uyarmak ve bu sıkıntılı durumlar için önleyici adımların atılması mümkün olacaktır. Birinci basamak hekimliğinin ana unsurlarından olan kapsayıcı ve bütüncül yaklaşım, toplum sağlığının ve iyilik durumunun da geliştirilmesi ile sonuçlanacaktır.

Saygılarımla.

#### KAYNAKLAR

1. Özdemir Ş, Vatandaş C, Torlak Ö. Sosyal Problemleri Çözmede Aile Yaşam Döngüsünün (AYD) Önemi. Aile ve Toplum 2009; 4(16);7-18
2. Özdemir Ş, Vatandaş C, Torlak Ö. Aile yaşam döngüsü ve tüketim. Sekam yayınları, 2013
3. Ünal S. Aile Psikolojisi ve Eğitimi. İNUZEM Yayını No 2010-001.5
4. Akademi Araştırma Derneği. Aile hayatının evreleri; Problemler ve beklentiler. <http://blog.crisd.org/2017/07/25/aile-hayatının-evreleri/> Son erişim tarihi: 12/08/2018
5. McDaniel, S.H., Campbell, Th.L., Hepworth, J., Lorenz, A. Family-Oriented Primary Care. Springer Science Business Media 2005 Rochester, ABD.