

SOSYAL HİZMET UYGULAMASINDA BOWEN'IN AİLE SİSTEMLERİ YAKLAŞIMI

Buğra YILDIRIM¹

Öz

Aile kurumunun nitelikleri, sorunları ve ihtiyaçları, içinde bulunduğu toplumun sosyal yapısına göre farklılıklar göstermektedir. Aile hayatını sağlıklı kılan temel ilke ve değerler, insanın hayatını da sağlıklı ve anlamlı kılar. Sistem yaklaşımına göre aile bir geçmişi paylaşan, duygusal bağı olan, bireysel aile üyelerinin ve ailenin bütününe ihtiyaçlarını karşılamak için stratejiler planlayan bireylerden oluşmuş karmaşık bir yapı olarak tanımlanır. Ailenin sahip olduğu etkileşim örüntüsünü, diğer sistemleri ve alt sistemleri güçlendirmek amacıyla sosyal hizmet uygulamalarında aile danışmanlığı konusu önemli bir başlık olarak ele alınmaya başlamıştır. Sonraki yıllarda aile danışmanlığında özellikle Jay Haley, Salvador Minuchin, Virginia Satir, Cari Whitaker, Murray Bowen ve Nathan Ackerman etkili olmuştur. Günümüzde, sosyal hizmet uygulamaları kapsamında aile danışmanlığında kullanılan kuram ve yaklaşımlar çeşitlilik göstermektedir. Aile ile çalışmanın hassasiyeti göz önüne alındığında bu derleme günümüzde yaygın bir kullanım alanı bulan ve güçlü yönleri kanıtlanan "Bowen'in Aile Sistemleri Yaklaşımını" temel bileşenleri ile hatırlatarak sosyal hizmet uygulamasındaki yerini ve önemini açıklama amacı taşımaktadır. Ek olarak, çalışmada sosyal hizmet uygulamaları kapsamında "Bowen'in Aile Sistemleri Yaklaşımı'nın" seçilmesinin de birkaç nedeni bulunur. Öncelikle bu yaklaşım; ailemizde öğrendiğimiz bağlanma kalıplarını açıklamamıza yardım eder. Ailemizden ayrıldıktan sonra yanımızda taşıdığımız alışkanlıkları ortaya koyar. Yaklaşım; ailenin duygusal iklimini kolaylıkla betimler. İçsel gelişim ve ailenin davranış kalıplarını anlamaya yöneliktir. Esneklik barındırır ve ailenin kendisini anlamasını sağlar. Bowen'in aile danışmanlığına iki önemli katkısı bulunur. İlk katkısı ile Bowen "Aile Grup Danışmanlığı" ilk uygulayan kişi olarak anılacaktır. Diğer katkısı ile Bowen ailenin tarihçesine vurgu yaparak daha çok kuşaklararası konulara bakarken sorunlara şimdiki zamanda müdahale edebilmeyi başaracaktır. Bowen, kendi geçmişindeki olaylardan, özellikle ailesiyle olan zorluklar sebebiyle etkilenmiştir. Bu nedenle, yaklaşımı üzerinde kendi kişisel durumunun büyük etkisi olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Aile, Sosyal Hizmet Uygulamaları, Aile Danışmanlığı, Bowen, Bowen'in Aile Sistemleri Yaklaşımı.

¹ Dr. Öğr. Üyesi Buğra Yıldırım, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bil. Fak. Sosyal Hizmet Bölümü, e-posta: bugrayildirim58@gmail.com, ORCID: 0000-0002-2840-3624

Yıldırım, B. (2020). Sosyal Hizmet Uygulamasında Bowen'in Aile Sistemleri Yaklaşımı. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 20(47), 287-312. DOI: 10.21560/spcd.vi.508699

BOWEN'S FAMILY SYSTEMS APPROACH IN SOCIAL WORK PRACTICE

Abstract

The characteristics, problems, and needs of the family institution vary according to the social structure of the society. The basic principles and values that make family life healthy also make human life healthy and meaningful. According to the systems approach, the family is defined as a complex structure composed of individuals who share a common past, have emotional ties, and plan strategies to meet the needs of individual family members and the whole family. In order to strengthen the family's interaction pattern, other systems and sub-systems, family counselling in social work practices started to be addressed as an important topic. In the following years, Jay Haley, Salvador Minuchin, Virginia Satir, Cari Whitaker, Murray Bowen, and Nathan Ackerman were particularly effective in family counselling. Nowadays, the theories and approaches used in family counselling within the scope of social work practices vary. Considering the sensitivity of studying the family, this review aims to explanation the place and importance of in the social work practice by recalling "Bowen's Family Systems Approach," which is widely used nowadays and of which strong aspects have been proved, with its basic components. In addition, there are a few reasons why Bowen's Family Systems Approach should be chosen within the scope of social work practices. First of all, this approach; it helps us explain the attachment patterns we have learned in our family. It shows the habits we carry with us after we leave our family. Approach; easily describe the emotional climate of the family. It is aimed to understand internal development and family behavior patterns. It has flexibility and allows the family to understand itself. Bowen has two important contributions to family counselling. With his first contribution, Bowen is referred to as the first person to implement "*Family Group Counselling*." With his other contribution, Bowen manages to intervene in problems at the present time while focusing on more intergenerational issues with an emphasis on the family's history. Bowen has been influenced by events in his own past, especially because of the difficulties he had in his family. Therefore, his personal situation has had a great influence on his approach.

Key Words: *Family, Social Work Paractices, Family Counselling, Bowen, Bowen's Family Systems Approach.*

Giriş

İnsan onuruna yakışır medeniyet oluşturmak için bireylerin sosyal yaşantısını düzene koymak gerekir. İnsanın sosyal yaşamını biçimlendirme de ise aile kurumu etkin bir rol oynamaktadır. Aile, boyutları ve içeriği günün koşullarına göre değişime uğramakla birlikte insanlık tarihi boyunca evrenselliğini ve toplumun temel birimi olma özelliğini korumuştur.

Aile kurumunun nitelikleri, sorunları ve ihtiyaçları, içinde bulunduğu toplumun sosyal yapısına göre farklılıklar göstermektedir. Hangi toplumsal yapı örüntüsü içerisinde bulunursa bulunsun aile hayatını sağlıklı kılan temel ilke ve değerler, insanın hayatını da sağlıklı ve anlamlı kılar. Bu durumun başlıca nedeni ise, insanların temel ihtiyaçlarının büyük bir bölümünü kendi ailelerinden karşılamasıdır. Yukarıdaki açıklamalara ek olarak, karşılıklı etkileşimin ve faydaların bulunduğu bir yapının sistem olarak değerlendirilmesi ise aile özel örneğinde kaçınılmazdır.

Sistem yaklaşımına göre aile; bir geçmişi paylaşan, duygusal bağı olan, bireysel aile üyelerinin ve ailenin bütününe ihtiyaçlarını karşılamak için stratejiler planlayan bireylerden oluşmuş karmaşık bir yapı olarak tanımlanır. Aile sistemi öğelerden oluşmuş bir takımdır. Öğeler arasında etkileşim vardır.

Etkileşim, sistemdeki öğelerin özelliklerinden etkilenir ve sosyal hizmet uygulaması bu etkileşimlere odaklanır. Sosyal hizmet uygulaması her aile sisteminin kendine özgü sosyal, ekonomik, psikolojik ve kültürel dinamikleri içerisinde etkileşim örüntülerinin bulunduğunu kabul eder. Böylece ailenin sahip olduğu etkileşim örüntüsünü, diğer sistemleri ve alt sistemleri güçlendirmek amacıyla sosyal hizmet uygulamalarında aile danışmanlığı konusu önemli bir başlık olarak ele alınmaya başlamıştır.

Aile danışmanlığı İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra hızlı bir gelişme göstermiştir. Aile dinamikleri hakkında ilk çalışan kişi Freud olurken, ilk kez ayrıntılı inceleyen Alfred Adler'dir. 1950 – 1959 yılları arasında aile danışmanlığı alanında etkili olan liderlerden bazıları Nathan Ackerman, Gregory Bateson, Murray Bowen ve Cari Whitaker'dir. 1960 – 1969 yılları arasında aile danışmanlığında çok hızlı bir gelişme görülürken birçok teori ve kavram ortaya çıkmıştır. Sonraki yıllarda aile danışmanlığında özellikle Jay Haley, Salvador Minuchin, Virginia Satir, Cari Whitaker, Murray Bowen ve Nathan Ackerman etkili olmuştur (Meriç, 2018).

Aile danışmanlığında etkili olan isimlerden Haley çalışmalarında büyük usta Milton Erikson'u örnek almıştır ve Haley, stratejik aile danışmanlığının önde gelen temsilcidir. Stratejik aile danışmanlığı, müracaatçıların gösterdikleri semptomları anlamlandırmak için ailenin içindeki gücü anlamayı önemli görür (Murdock, 2012). Stratejik danışmanlar diğer danışmanlara göre aile içinde tekrarlanan iletişim örüntülerine ve davranışlara daha çok dikkat ederler (Haley ve Madanes, 1981). Haley 10 yılı aşkın süre Minuchin ile birlikte çalışmıştır.

Salvador Minuchin yapısal aile danışmanlığı ile en çok ilişkilendirilen isimdir. Ona göre aile yapısı aile üyelerinin birbirleriyle nasıl iletişim kuracağını düzenleyen ve görülmeyen işlevsel taleplerden oluşur (Minuchin, 1974). Aile içinde kimin kimle oynayacağı, konuşacağı, ilgileneceği gibi pek çok şeyi içeren kurallar dizisi bulunur. Aile üyeleri birbirleriyle ortaklıklar kurabilir (Murdock, 2012). Yapısal aile danışmanlarına göre bir tartışmada, kimin hangi aile üyesi tarafında olacağı çok önemlidir (Minuchin vd., 2007).

Diğer taraftan Satir ise çalışmalarını yaşantısal aile danışmanlığı üzerine sürdürmüştür. Yaşantısal aile danışmanlığının diğer önemli temsilcisi, uyumu önemsemeyen, Whitaker'dır ancak Satir daha ön plandadır. İnsanın varlığını onaylama süreci olarak ta adlandırdığı bakış açısında sevginin iyileştirici bir güç olduğu inancını Satir defalarca vurgulamıştır (Murdock, 2012). Bu nedenle özellik Minuchin tarafından ciddi şekilde eleştirilmiştir.

Satir'in düşünceleri diğer aile danışmanlarına göre çok daha fazla hümanisttir. Uygulamaları duygusal ve fiziksel deneyimlerden etkilenir (Murdock, 2012). İnsanın biricikliğini savunmuş ve insanın diğerleriyle iletişiminin ne kadar ulvi bir değer olduğunu ele almıştır (Haber, 2002). Son olarak Nathan Ackerman da Freudyan kavramları ve bakış açısını aile danışmanlığı alanına uyarlamıştır. Ackerman'dan önce psikanaliz birey odaklıdır ve aile psikanalizde ele alınmamıştır (Meriç, 2018).

1970 – 1979 yılları arasında iki büyük dernek -The American Association For Marriage And Family Therapy ve American Family Therapy Association- kurulmuştur. 1974'de ilk dergi çıkarılmaya başlamıştır. 1970'lerin başında Avrupa'da özellikle İngiltere ve İtalya'da aile danışmanlığı ile ilgili çalışmalar hız kazanmaya başlamıştır. 1980'li yıllarda kadın araştırmacılar çalışmalarını yoğunlaştırırken; 1990'larda birçok yeni teori ortaya çıkmıştır (Meriç, 2018).

Aile danışmanlığının yayılma süreci devam ederken psikanaliz, genel sistem teorisi ve şizofreni ile ilgili yapılan çalışmalar da bu alanın gelişmesine katkıda bulunmuştur. 90'lı yıllara gelindiğinde ekonomik sorunlar nedeniyle eşlerin her ikisinin de meslek edinmeye çalışması, bu süreçte eşlerin ciddi anlaşmazlıklara düşmelerine karşın o çatışmaları çözebilmek için gerekli olan sorun çözme ve iletişim becerilerine sahip olamamasıyla birlikte evlilikte bozulma ve tek ebeveynli ailelerin ortaya çıkmaya başlaması aile danışmanlığını gerektiren nedenlerin başında gelmektedir. Aile danışmanlığına ihtiyaç duyulmasında rol oynayan diğer faktörler ise; ilaç ve alkol bağımlılığının artması, çocukların eğitim yaşantısı ve yönlendirilmesi ile ilgili sorunlar, ergen depresyonları ve intiharları ile evden ayrılan yetişkin çocuklarla ilgili sorunlardır (Haefner, 2014; Meriç, 2018).

Günümüzde, sosyal hizmet uygulamaları kapsamında aile danışmanlığında kullanılan kuram ve yaklaşımlar çeşitlilik göstermektedir. Psikanalitik, varoluşçu, birey merkezli, bilişsel davranışçı aile yaklaşımlardan çözüm odaklı, anlatı, stratejik, yapısal ve yaşantısal aile terapilerine kadar sosyal hizmet uygulamaları geniş bir yelpazede varlığını sürdürmektedir. Aile ile çalışmanın hassasiyeti göz önüne alındığında bu derleme günümüzde yaygın bir kullanım alanı bulan ve güçlü yönleri kanıtlanan “Bowen’ın Aile Sistemleri Yaklaşımını” temel bileşenleri ile hatırlatarak sosyal hizmet uygulamasındaki yerini ve önemini açıklama amacı taşımaktadır.

Yaklaşımın Mimarı: Bowen

Beş çocuğun en büyüğü olan Bowen (1913 – 1990), ailesinin birkaç kuşağının da yaşadığı Pennsylvania’nın küçük bir kasabasında doğmuştur. Büyüdükten sonra ailesinden uzağa taşınmış ve her zaman ailesi ile arasındaki biçimsel uzaklığı korumuştur. Kendisi bir psikiyatristtir. Kuramsal çalışmalarına şizofreni hastaları ile Menninger Kliniği’nde başlamıştır (1946 – 1954). Menninger Kliniği’nden sonra 1954 – 1959 yılları arasında National Institute of Mental Health (NIMH)’de görev yapmış ve oradan da Georgetown Üniversitesi’ne geçmiştir (Murdock, 2012, s. 442).

Georgetown Üniversitesi’ne geçtikten sonra Bowen, yaklaşımının kavramsal çerçevesini şekillendirmeye devam etmiş ve 1975 yılında Georgetown Aile

Merkezi'ni kurmuştur (Haefner, 2014).Tasarladığı yaklaşımın, aile sistemleri yaklaşımları arasında en şık ve kapsamlı kuramsal yapıya sahip olduğu yaygın bir şekilde kabul edilmektedir (Gurman ve Kniskern, 1981; Nichols, 2013, s. 146). Ek olarak, çalışmada sosyal hizmet uygulamaları kapsamında “Bowen’ın Aile Sistemleri Yaklaşımının” seçilmesinin de birkaç nedeni bulunur.

Öncelikle bu yaklaşım; ailemizde öğrendiğimiz bağlanma kalıplarını açıklamamıza yardım eder. Ailemizden ayrıldıktan sonra yanımızda taşıdığımız alışkanlıkları ortaya koyar. Yaklaşım; ailenin duygusal iklimini kolaylıkla betimler. İçsel gelişim ve ailenin davranış kalıplarını anlamaya yöneliktir. Esneklik barındırır ve ailenin kendisini anlamasını sağlar.

Bowen’ın aile danışmanlığına iki önemli katkısı bulunur. İlki, NIMH’de çalıştığı yıllarda hastaneye getirilen şizofren hastalarını, var olan aile etkileşimlerini gözlemleyebilmek için aileleri ile birlikte kliniğe yatırmasıdır. Bu ailelerde yaşanan duygusal süreçlerin çok yoğun olduğunu gözlemiştir. Ailenin yapısı üzerinden tedavisini iletirken aile içi dinamiklerin hastanın yaşadığı ataklara etkisi olduğunu fark etmiştir (Corsini ve Wedding, 2012, s. 649).

İkincisi ise, kendi başından geçen bir yaşantıyla, öz ailesinden kendisini ayırttırmaya çalışmasıdır (Bowen, 1978). Böylelikle ilk kez bir terapist, kendi ailesi üzerinde uzun yıllar çalışarak yaklaşımını geliştirmiştir (Murdock, 2012, s. 442). İlk katkısı ile Bowen, Kerr’in daha sonra açıkladığı “*Aile Grup Danışmanlığı*” ilk uygulayan kişi olarak anılacaktır (Kerr, 1981, s. 230). Diğer katkısı ile Bowen ailenin tarihçesine vurgu yaparak daha çok kuşaklararası konulara bakarken sorunlara şimdiki zamanda müdahale edebilmeyi başaracaktır (Murdock, 2007; Murdock, 2012, s. 442). Bu nedenle Bowen’ın Aile Sistemleri Yaklaşımı’na *Kuşaktan Kuşağa Aktarılan Aile Yaklaşımı* da (Transgenerational Family Approach) denilmektedir (Murdock, 2012; Nichols, 2013).

Yaklaşımın Temel Kavramları, Uygulama Süreci ve Amaçları ile Teknikleri

Her yaklaşımda olduğu gibi Bowen'ın tasarımı da belirli kavramlar üzerine inşa edilmiştir. Bowen'ın yaklaşımında kullandığı kilit kavramlar aşağıda özetlenerek verilmeye çalışılmıştır.

Temel Kavramlar

Kendini Ayırt Etme/Farklılaştırma: Kişinin kendini ailesinden ayırmasıdır. Hem birey hem de aile ile ilgilidir. Her bireyin ayırma düzeyi kendine göredir. Ancak kişinin kendi ailesinin ayırma düzeyi, o kişinin kendi ayırma düzeyini de belirlemektedir. Düşük düzey ayırışanlar; tepkiseldirler, pseudo yani sözde ayırma yaşarlar, duygusal hareket ederler, objektif tepki verirler. Üst düzey ayırışanlar ise sağlam kendilik duygusuna sahiptirler, samimi ilişkiler kurarlar, bu kişilerde duygu ve düşüncelerini ayırt edebilme bir başka deyişle duygusal özerklik yetisi gelişmiştir. Kendi ilkeleri ve gördükleri doğrultusunda hareket ederler. Burada Pseudo kavramını biraz daha açmakta yarar vardır. Pseudo, bağımsız duruş anlamına gelmektedir ve Bowen tarafından inkâr yöntemine başvurarak ailelerinden uzaklaştığını zanneden bireyleri tasvir etmek için kullanılmaktadır. Düşük düzeyde ayırma, eriyip kaynaşmaya (füzyon oluşumuna) neden olmaktadır (Bowen, 1978; Brown, 1999; Murdock, 2012, s. 444).

Kerr ve Bowen (1988) füzyonu tanımlarken kuvvetli bir simbiyoz ürettiğini ve bebeklerin hayatta kalma şansını garantilediğini ifade etmişlerdir (MacKay, 2012). Ancak füzyon kavramının aile sistemi içerisinde olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Füzyon, bireyde duygusal kütlük yaratır. Bu kütlük halinin sürdürülebilmesi ise pek mümkün değildir. Füzyonun oluşumuna sebep olan birey yada bireyler ilişkide dominant olurken, füzyona uğrayan bireyler psikiyatrik semptom geliştirebilirler (Murdock, 2012, s. 445). Özetle, bireylerin kendi benliklerini başkalarıyla ortak bir benlik içerisinde kaynaştırma eğilimidir. Son olarak Bowen, İnsanların kendileri ile aynı derecede ayırma düzeyine sahip olan bireylerle evlenmek istediğini ısrarla savunur.

Haefner (2014)'e göre ayırma kavramında sosyal gruplar önemli olmakla birlikte aile, benlik duygusunun gelişmesinde öncül etkiye sahiptir. Düşük ayırma düzeyi bireyde başkalarının söylem, eylem ve düşüncelerini kabul

etmeyi gerektirir. Yüksek ayrışma düzeyi ailenin ve sosyal grupların önemini kabul ederken, bireyin kendi kök ailesinden duygusal ve entelektüel olarak farklılaşabilmesini, ret ve eleştiri yapabilmesini sağlar (Bowen, 1978). Bu iki düzey arasındaki farklılık füzyon ve ayrışma derecesidir. Ayrışma düzeyi düşük olan bireyler, başkalarına duygusal anlamda daha fazla bağımlı ve daha az esneklerdir.

Kronik Kaygı: Ailenin zihninde yarattığı bir tehdide karşı verilen tepkidir. Okul kaygısı gibi gerçek bir tehdide karşı verilen tepki ise akut kaygıdır. MacKay (2012) kaygının; çatışma, hoşnutsuzluk, reddetme ve bireylerin vermiş oldukları kendini ayırıştırma mücadelesi tarafından tetiklenebilir olduğuna dikkat çekmektedir. Ayrıca ayrışma seviyesi yüksek olan ailelerde bile, genç bireylerin geleceği ve kendini yönetme becerileri hakkında verdikleri kararlara saygı duymak yerine ebeveynlerin hayal kırıklıklarını ifade etmeyi seçtiklerini belirtir. Kronik kaygı, psikolojik bozukluğu anlamak için önemlidir. Çünkü şizofreniden kansere, anoreksiyadan doğum kusurlarına kadar tüm semptomların öncül tetikleyicisidir. Bunun panzehri ise kendini ayırıştırma (Brown, 1999; Murdock, 2012, s. 445).

Üçgenler: İnsan ilişkilerindeki en temel öğedir. İnsanları bir arada tutar. Aile içinde veya bir ilişkide stres düzeyi arttıkça üçgenler oluşur. Bir üçgenin oluşturulabilmesi için üç kişiye ihtiyaç vardır. Üçgenin her köşesine geçen bireylerden herhangi ikisi koalisyon (ortaklık) kurarlar, üçüncü kişiye füzyon oluştururlar ve bu kişinin aile sistemi içerisinde eriyerek kaynaşmasına neden olurlar (Bowen, 1978; Brown, 1999).

Üçgenin meydana gelmesi, üç kişinin stabilize olmasına bağlıdır. Üçgenler altında stabilize olan bireylerin arasından bir ya da iki kişinin yaşadığı stresli ilişkiyi temsil eder. Stresin ve kaygının değerlendirilmesi Bowen'ın yaklaşımında esas noktadır. İki kişi arasında gerilim arttığında, üçüncü bir kişi ilişkiye dâhil edilerek kaygı ya da stres o kişi üzerinden sindirilir. Ortaya çıkan gerilim hem üçgeni oluşturmaya, hem de gerilimi sindiren üçüncü kişiyi dışlamaya olanak sağlar. Bowen'a göre üçüncü kişi çiftlerin ya da diğer iki kişinin arasında ileri ve geri hareket ederken, üçgen içerisindeki duygusal güçler sürekli hareket halindedir. Bowen en yaygın üçgenin baba – anne – çocuk arasında kurulduğuna, ebeveynler arasında gerilim olduğuna

ve babanın dışlandığına inanmaktadır. Bu şekilde gerilim, aile sisteminde yayılırken gerilimin kaynağı ise çözümlenemez (Bowen, 1978; Haefner, 2014).

Dışarıda kalan kişi ise bu durumda rahatlayabilir veya bu durumdan rahatsızlık duyabilir. Kendini düşük düzeyde ayırtmış kişiler, duygusallık düzeyi çok yüksek olduklarından dolayı daha çok üçgen oluşturma eğilimindedir (Murdock, 2012, s. 446). Eğer aile içerisinde tekrarlanan hareketler varsa, bir üçgenin kullanıldığını anlaşılabilir.

Duygusal Uzaklık: Duygusal kopma biçiminde de adlandırılan kavram, aile üyelerinden uzaklaşma durumudur. Kopma kaygıyı azalttığı için iyi olabileceği gibi kişiyi aile desteğinden mahrum bırakabileceği için de kötü olabilir. Görece üst düzey ayırışmaya sahip olan insanlar aile içindeki birisinden uzakta durmayı tercih ettikleri için kopma yaşarlar. Görece alt düzeyde ayırışmaya sahip insanlar ise kendileri için önemli olan ailelerinden aile sistemi içerisinde kopma yaşamayı tercih ediyorlarsa bir ilişki içinde olmanın getirdiği kaygıya tahammül edememektedirler. Bu nedenle füzyonları kabul ederler (Kerr ve Bowen, 1988; Murdock, 2012, s. 446).

Kardeş Sıralaması: Bowen, “Hiçbir bilgi parçasının, kişinin şu anda kendi kardeş sıralamasını ve geçmiş kuşaklardakilerini bilmesi kadar değerli olduğuna inanmıyorum” diyerek kardeş sıralamasının önemini vurgular. Böylece beklentinin dışında bir doğum sırasında dünyaya gelmenin, ailenin işleyişi ve ayırıştırma derecesi ile ilgili bilgiler sağladığını düşünmektedir (Murdock, 2012, s. 446).

Cook (2007) ise kardeş sıralamasının, aile içinde bireylerin tuttuğu pozisyonu belirlediğini ve Bowen'ın yaklaşımındaki tartışmalı faktörlerden biri olduğunu açıklamaktadır. Örneğin; bir evdeki en büyük çocuğun davranışları “aynen” evin büyük çocuğundan beklenenler şeklinde ise, o zaman ev içerisinde bir üçgen oluşmuş ve büyük çocuğa ebeveynler tarafından füzyon oluşturulmuştur. Böylece büyük çocuk düşük ayırışma örüntüsü sergilemektedir. Çünkü ebeveynlerinin isteklerine göre davranmaktadır.

Kardeş sıralamasına etki eden diğer faktör ise kardeşler arasındaki cinsiyet kompozisyonudur. Yani, üç kız kardeşin en küçüğü olmak ile üç erkek kardeşin en küçüğü olmak aynı şey değildir. Kardeş sıralaması ayrıca bir çiftin fonksiyonlarını nasıl yerine getirdiklerini de etkiler. Örneğin; ikisi de

kendi ailelerinin en büyük çocukları ise, ilişkilerinde yönetimin kimde olacağı konusunda kavga edebilirler. Oysa birisi evin büyüğü, diğeri evin küçüğü ise bu konuda aralarında pek fazla anlaşmazlık çıkmayacak, biri yönetirken diğeri itaat edecektir (Murdock, 2012, s. 447).

Uygulama Süreci ve Amaçlar

Bowen (1978) aile üyelerinin; düşünme, hissetme ve davranış konusunda aile sistemine bağlı olduğunu bu yüzden bireysel problemlerin ortaya çıktığını ve bunların yakın üyelerle olan ilişkilerde sürdürüldüğünü savunur. Ailesiyle çok güçlü duygusal bağları (birleşme) olan bireyler, aile stresine verilen kişisel duygusal tepkilerde en kırılğan olanlarıdır. Aileden bağımsız bireyselleşmiş, ayrı kendilik anlayışının oluştuğu nokta, ailedeki duygusal tepkisellik tarafından ezilmeye karşı koyma yeteneği ile ilişkilidir. Ayrışma arttıkça, bireyin kişisel gelişim bozukluğuna maruz kalma ihtimali azalır (Corsini ve Wedding, 2012, s. 65).

Bowen'ın yaklaşımının amacı, müracaatçının beklentilerine, dikkatine, sıkıntılarına ve diğerlerinin onayına olan hassasiyetini azaltmaktır (Kerr, 2008; MacKay, 2012). Böylece bireylerin ailelerinden kendilerini ayırıştırmasına yardımcı olunur. Danışman konumunda olan sosyal hizmet uzmanı ya da profesyonel, kendisine danışan ailenin üçgenindeki duygusal süreçlerden danışmanlık esnasında uzak durur. Objektifliğini korumaya çalışır. Üçgenin bozulması için ne olduğuyla ilgilenmek gerektiğine vurgu yapar. Eğer sosyal hizmet uzmanı ya da profesyonel müracaatçılara karşı öfke, kızgınlık, yakınlık gibi bazı duyguları yaşamaya başlarsa kendisinin de bir üçgen oluşturduğunu kabul etmek zorunda kalır.

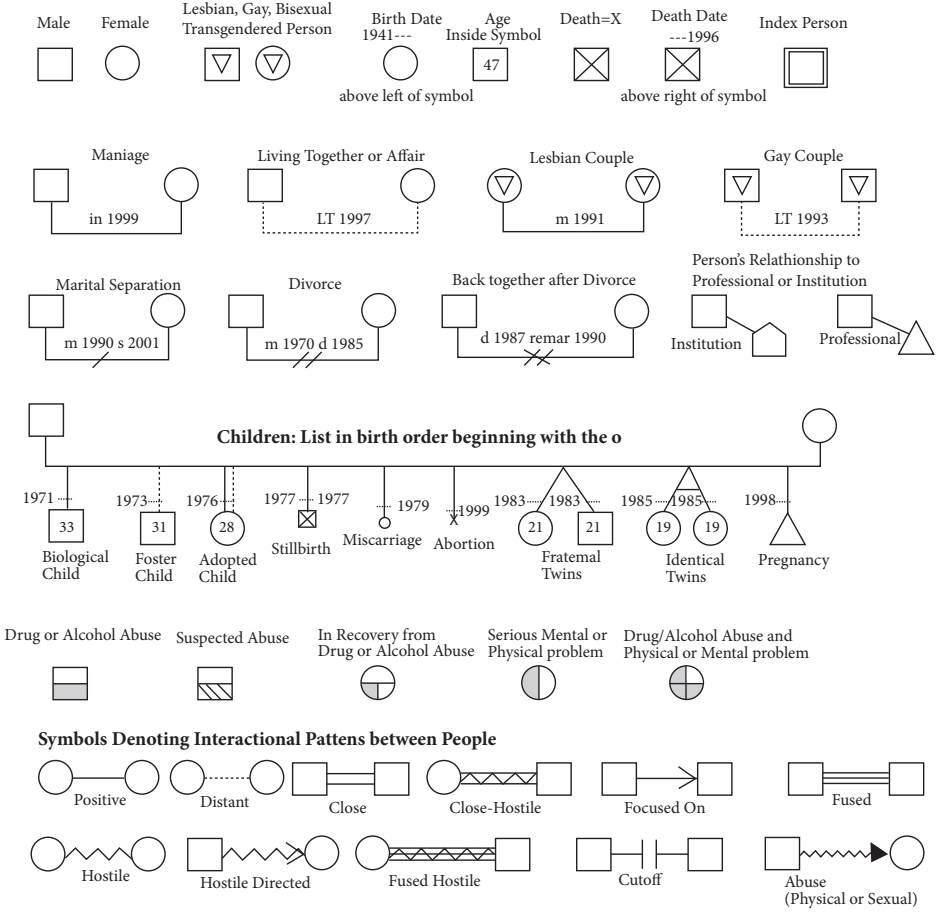
Bowen (1978)'in aile sistemleri yaklaşımı ile başlayan danışmanlık seansı, iç görü kazandırmaya çalışır. İç görü kazandırmak için bireylere ebeveynlerinin evlerini ziyaret etmeleri ve aile içerisindeki etkileşim kalıplarını gözlemlemeleri önerilir. Müracaatçı kendi aile sisteminin nasıl işlediğini sosyal hizmet uzmanı ya da profesyonelden öğrenirken uygulamasını ebeveynlerinin bulunduğu ailesinden alır. Bu süreçten sonra müracaatçının hem kendi ailesi hem de ebeveynlerinin bulunduğu ailesi ile olan etkileşimini değiştirmesi beklenir.

Teknikleri

Bowen (1978)'in aile sistemleri yaklaşımında kullanılan belli başlı teknikler; genogram oluşturma, benliğinde farklılaşma, süreç soruları sorma, ilişki deneyleri, aile koçluğu, üçgeni bozma, ben dilinin kullanımı, kişiden kişiye ilişki, danışmanla konuşma ve üçgenin dışına atmadır. Bu teknikler arasında kullanımı en yaygın olanlar ise aşağıda açıklanmıştır.

Genogram: Yaklaşımında değerlendirme için kullanılan en temel yöntemdir. Aile üyelerinin her birini gösteren, aile soy ağacına benzeyen diyagramlardır (Ziegler, 2005). Carr (2000) genogramların, aile ilişkilerini keşfetme, mevcut sorunlar hakkında çıkarımda bulunma ve nesiller boyunca süregelen ilişki kalıplarını belirlemek için bireylerin en az üç kuşak aile jenerasyonunun yapısını kapsayan şemalar olduğunu belirtmektedir. Diğer taraftan genogramlar doğumlar, ölümler, boşanmalar, evlenmeler, alkolizm, madde kullanımı, duygusal kopmalar gibi önemli olaylar, belirgin eğitim, mesleki ve tıbbi sağlık öyküsü vb. temel olayları içerir (Brown, 1999; Kesici vd., 2013, s. 35-36). Aşağıdaki şekilde genogram da yer alan semboller açıkça gösterilmeye çalışılmıştır.

Standards Symbols for Genograms



Şekil – 1. Standart Genogram Sembolleri² (Kesici vd., 2013, s. 41)

İlişki Deneyleri: Ailenin stres durumlarında daha farklı tepkiler denemelerine yönelik önerilerdir. Bu deneyler sorunu çözmekten öte, aile üyelerinin duygusal süreçlerinin nasıl oluştuğunu anlamaya yöneliktir. Aile üyelerini yeni davranışlar denemeye teşvik ederken, süreç içerisindeki rollerin farkına varmalarını sağlayan sosyal hizmet uzmanı ya da profesyonel tarafından verilen ödevlerdir (Brown, 1999; Kesici vd., 2013, s. 49). Sosyal hizmet uzmanı, önce vereceği ödevi uygulayabileceğine inandığı aile üyelerinden biriyle tek

² “Standart Genogram Sembollerinin” Türkçe versiyonu makalenin sonunda Ek-1 kısmında paylaşılmıştır.

başına görüşür. Ona ödevini verir ve aile içinde uygulamasını ister. Diğer aile üyeleri ödevin sosyal hizmet uzmanı tarafından verildiğini genellikle bilmez. Ödevi uygulamak zorunda olan ve ödev fikrini ortaya atan aile üyesinin teşviki ile istenen uygulama yapıldıktan sonra aile ve sosyal hizmet uzmanı tarafından ödev sorgulanır.

Süreç Soruları Sorma: Danışmanlık sürecinde sosyal hizmet uzmanı ya da profesyonel için en tehlikeli durumlardan biri ailenin sorunlarının içine girmesi ve tartışmalarda taraf tutmasıdır. Sosyal hizmet uzmanının taraflardan biriyle sempati (duygudaşlık) kurup diğerine sinirlenmesini önlemek ve sosyal hizmet uzmanı ile aile üyeleri arasında bir üçgenin kurulmaması için kullanılan tekniktir. Çözmek istedikleri sorunu neyin yarattığı ve geliştirdiği konusunda bireylerin fikirleri, neden şimdi yardıma başvurdukları ve çalışmanın sonunda nasıl beklentileri olduğu gibi sorular süreç sorularına birkaç örnektir. Bu sorular; aile üyelerinin sakinleşmesini sağlar, sorunu nasıl algıladığını anlamaları için aile üyelerine gerekli bilgiye ulaşması konusunda da yardımcı olur (Bowen, 1978; Goldenberg ve Goldenberg, 2012; Kerr, 1981; Kesici vd., 2013, s. 48-49).

Aile Koçluğu: Bowen (1978) kendi yaklaşımını diğer yaklaşımlardan ayırt etmek için “koçluk yapma ya da tek bir aile üyesi ile psikoterapi” terimini kullanır. Koçluk yapma, başkalarına aşırı duyarlılık ihtiyacını azaltarak, bireylerin daha olgun duygusal tepki kapasitesini arttırmaya odaklanmıştır (MacKay, 2012). Bu teknik sayesinde bireyler kendi ailelerinde tekrar eden üçgenler hakkında bilgi sağlar, kendi ailelerini gözlemler ve nesiller boyunca devam eden ailenin duygusal iklimini anlama şansı yakalar (Lebow, 2005). Sosyal hizmet uzmanı ya da profesyonel, müracaatçılarının kendisini ailesinden ya da sorundan ayıştırmaya çalışmasında ona koçluk yapar, yardımcı olur. Sosyal hizmet uzmanı aile koçluğu yaparken sürecin sorumluluğunu almaz ve insanlara ne yapmaları gerektiğini söylemez (Kesici vd., 2013, s. 51). Koçluk esnasında sosyal hizmet uzmanı, ailenin süreci fark etmesi için sorular sorar. Koçluk süreci şu şekilde işler; eşler arasındaki ilişkiyi tanımlama ve belirleme (üç nesle ait genogram oluşturma), sosyal hizmet uzmanının kendisinden danışmanlık alan ailenin üçgenlerinden uzak durması, aile sistemleri yaklaşımının diğer tekniklerini kullanmaya başlaması, ayrışmaların neden gerekli olduğunu göstermeye çalışma ve duygusal geri çekilmeleri çözümlenme.

Üçgeni Fark Etme – Bozma – Dışına Atma: Aile üyeleri arasında oluşan üçgeni bozabilmek ve var olan füzyon durumlarını ortadan kaldıracılabilmek için üçgenin oluşumunu anlamak gerekir. Daha sonra, füzyonlar tespit edilir ve aile danışmanlığı süreci başlar. Aşağıda bir vaka ile söz konusu durum örneklenmektedir.

Vaka (Kesici vd., 2013, s. 53):

“Ahmet ilkokul ve ortaokulda sınıfta çok başarılı bir öğrenciydi. Derslerini zamanında yapar, zayıf notu olmazdı. Ne olduysa liseye başladığı zaman oldu. Lise birinci sınıf öğrencisi olmasına rağmen okuldaki tüm öğretmenleri bıktırmıştı. Sigara kullanmaya başlamıştı. Devamsızlığı daha birinci dönemin ilk ayı olmasına rağmen on günü geçmişti. Okuldaki rehber öğretmen, Ahmet’in ailesini okula davet etti. Ebeveynlere durumu anlattı. Ancak sanki ebeveynlerde bir sorun varmış gibi hissetti. Bundan dolayı aileyi bir danışmana yönlendirdi.

Aile danışmanı: Sizi buraya getiren sorun nedir? Kim tanımlamak ister?

Baba: Biz aslında Ahmet’in okulda yaşadığı sıkıntılar ile ilgili okula gitmiştik. Rehber öğretmen buraya gönderdi.

Anne: Ben sana söylemişim. Sen içmesen bu durumda olamayacaktık. İçmeye başladığından beri ben Ahmet ile daha fazla yakınlaşmaya çalıştım, ancak Ahmet bizden uzaklaştı. Sonuçta okul sorunları başladı.

Aslında anne, babaya karşı Ahmet ile üçgen kurarak füzyon oluşturmuştu. Ahmet ise aileyi bu şekilde ayakta tutabileceğini düşünmekteydi. Oysaki baba işlerinin bozulması nedeniyle kendini alkole vermişti ve bu durumu aile üyelerinden gizlemekteydi.”

Üçgenin dışına atma ise; sosyal hizmet uzmanının saldırgan olmadan ya da aile üyelerini aşağılamadan kendi düşünce ve hislerini paylaşmak zorunda olmasıdır (Kesici vd., 2013, s. 56). Sosyal hizmet uzmanı diğer aile üyeleri tarafından gösterilen reaksiyonlara tepki verirken sakin olmalıdır.

“Örneğin sizler yaşamızı başınızı almış kişilersiniz. Olmadık şeylerden kavga ediyorsunuz. Yaşına bak ta utan yerine; Şu an yaşadıklarınızdan çok etkilenmiş gözüküyorsunuz. Bu da size acı veriyor, sizi anlıyorum şeklinde bir ifade her zaman tercih edilir” (Kesici vd., 2013, s. 56).

Bowen'ın Yaklaşımını Destekleyen Araştırmalar

Bowen'ın kuramı ile ilgili yapılan akademik çalışmalar umut vericidir. Miller vd. (2004)'nin çalışmasında; ayrışma – anksiyete – ilişki doyumu ve psikolojik fonksiyon bozukluğu arasında pozitif ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Murdock ve Gore (2004)'ye göre ayrışma ve stres seviyesi, etkileşim sırasındaki psikolojik semptomları tetiklemektedir. Yani; ayrışma düzeyi düşük olanlar, üst düzeydeki bir stres durumunda yüksek düzeyde ayrışma becerisine sahip olan bireylere göre daha fazla psikolojik semptom göstermişlerdir. Stres düzeyi düşük olduğunda ise ayrışma düzeyi düşük ve yüksek olanlar eşit derecede psikolojik semptom göstermişlerdir. Murdock ve Gore (2004) stresin ayrışma düzeyine arabuluculuk yaptığını gözlemlerken (stres artarsa ayrışma düşer - stres azalır ise ayrışma yükselir), Knauth vd. (2006)'ne göre ise stres, ayrışma ve sıkıntı arasındaki ilişkiyi düzenlemektedir.

Johson ve Buboltz (2000) ayrışma ile psikolojik tepki arasında pozitif bir korelasyon hesaplarırken, Tuason ve Frindlander (2000) Bowen'ın aile sistemleri yaklaşımını Filipinler'de uyguladıkları çalışmalarında, en azından bu ülkede ayrışma kavramının kültürel olarak kullanılabileceğini belirtmişlerdir. Harvey vd. (1991) kuşaklararası aktarım hipotezini destekleyebilmek için yaptıkları araştırmada, ailedeki bireysellik ve samimiyet düzeyi ile çocuklarının başarı düzeyi arasında doğrudan bir ilişkinin olduğunu saptamışlardır.

Bowen insanların kendi ayrışma derecelerine benzer eşler seçtiklerini tahmin etmektedir. Literatürde bu hipotezi destekleyen araştırmalara (Day vd., 1997; Greene ve Mabee, 1992; Kosek, 1998; Miller vd., 2004; Murdock, 2012) rastlanır. Ayrıca Friedlander (2001), uyuşturucu kullanımında ve çocuktaki psikolojik bozukluklarda, Perosa ve Perosa (1993)'da ailedeki ergenlerin akademik yaşantılarında başarılı olması ile ailenin kuşakları arasındaki ittifakların çok az olmasında pozitif ilişkiler olduğunu vurgulamışlardır.

Cook (2007)'un bağımlı bireylerin aile modellerini incelediği çalışmasında çatışma, duygusal uzaklık ve üçgenleme desenlerinin bu bireylerin aile yaşantısında sıklıkla meydana geldiği açıklanmıştır. İlaç bağımlı bireyleri belirleyen en önemli risk faktörünün ise kardeş pozisyonu olduğu vurgulanmıştır. İlaç bağımlılığı ve madde kullanımının kuşaklar boyunca aile soy ağacı içerisinde aktarılan bir örüntü olduğu gözlemlenmiştir. Chen vd. (2003) tarafından astımlı çocuklar üzerine yapılan başka bir çalışmada,

ailedeki stres ile astım nedeniyle çocukların hastaneye yatma sıklığı arasında kayda değer bir ilişki bulunmuştur. Müslüman çiftlerin değerlerine, geçmişine ve umutlarına uygun şekilde tasarlanan ve “Bowen Aile Sistemleri Yaklaşımı” üzerinden danışmanlık sürecini anlatan bir vaka çalışmasında (Sauerheber vd., 2014), uygulamaların aile içi geçimsizlik, eşlerden birinde fonksiyon bozukluğu ve sorunların çocukların üzerine yayılması konularında etkili olduğu kanaatine varılmıştır.

Öte yandan son yıllarda Türkiye’de yapılan bazı çalışmalarda (Kalkan ve Aydoğan, 2018; Karababa vd., 2018; Mert ve Çetiner, 2018; Mert ve Gülmez, 2018; Mert ve Topal, 2018; Polat ve İlhan, 2018) Bowen’ın yaklaşımı sıklıkla kullanılırken araştırmacıların ana odağı benlik farklılaşması / ayrımlaşması üzerine olmuştur. Bir çalışmada (Polat ve İlhan, 2018) benliğin farklılaşmasının evli bireylerde çift uyumunu, depresyonu, kaygıyı ve stresi anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Başka bir çalışmada (Kalkan ve Aydoğan, 2018) evlilik ilişki kalitesi, benliğin farklılaşması ve ilişkiyel özgünlük arasında anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Ülkemizde üniversite öğrencileri arasında yapılan çalışmalarda (Karababa vd., 2018; Mert ve Çetiner, 2018; Mert ve Gülmez, 2018; Mert ve Topal, 2018) benlik ayrımlaşmasının psikolojik iyi oluş düzeyinde pozitif yönlü etkisinin olduğunu, özgecilik (elseverlik) ile arasında derin bağlar bulunduğu, manevi yönelimle benlik ayrımlaşması arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptandığını, öğrencilerin benlik ayrımlaşma düzeyi arttıkça üniversite yaşamına uyum düzeylerinin arttığını söylemek mümkündür.

Bowen’ın yaklaşımını ele alan veya uygulamada kullanan pek çok farklı çalışmaya ulusal ve uluslararası literatür incelendiğinde ulaşmak mümkündür (Ecke vd., 2006; Harrigan, 2003; Isserman vd., 2014; Jankowski ve Hooper, 2012; Kalkan ve Aydoğan, 2018; Karababa vd., 2018; Mert ve Çetiner, 2018; Mert ve Gülmez, 2018; Mert ve Topal, 2018; Murray vd., 2007; Papero, 2014; Polat ve İlhan, 2018; Rootes vd., 2010; Walsh ve Knauth, 2003; Wright, 2009). Bowen’ın aile sistemleri yaklaşımı üzerine olan düşüncelerini ailelerin sorunlarına başarı ile yansıtabilmesi, literatürde sıklıkla başvuru olan bir referans noktası olması bu yaklaşımın ne kadar kabul gördüğü ile açıklanabilir. Her ne kadar Bowen’ın takipçileri tarafından “Aile Sistemleri Yaklaşımı” işlevsellik açısından savunulsa da, Bowen ve tasarımına yöneltilen eleştiriler de mevcuttur.

Yaklaşım İlgili Eleştiriler

Bowen, kendi geçmişindeki olaylardan, özellikle ailesiyle olan zorluklar sebebiyle etkilenmiştir. Bu nedenle, yaklaşımı üzerinde kendi kişisel durumunun büyük etkisi olmuştur. Bowen insan ilişkilerini, yaşamı dengede tutan iki gücün yönettiğini iddia eder: Bireysellik ve birliktelik. Herkesin yoldaşlığa ve bir derece de bağımsızlığa gerek duyduğunu açıklar. Yaşamımızı ilginç ve hoş kılan şeyin gereksinimlerimizin ayrı kutuplarda bulunma eğilimi olduğunu savunur. Kendi yaşantımızda ise tamamlanmayı bekleyen en önemli işin, ebeveynlerimize karşı duygusal tepkiselliğin çözülmesi olduğunu söyler (Nichols, 2013, s. 145).

Bu açıklamalara temel olarak Bowen, kendi yaklaşımında bireyselliği ele almış ve geçmiş kuşaklardan gelen örüntüleri düzenleyerek aile sistemleri yaklaşımını ifade etmiştir. Aile üyeleri duygusal olarak birbirlerinden kopmuşlarsa, kişilerarası ilişkilerdeki tekrarlanan belli davranışlar yaşanır. Bu açıklamadan da anlaşılabilir gibi Bowen, ailenin duygusal sistemi ile de ilgilenmiştir. Bowen aile sistemleri yaklaşımının anahtar ögesi; hayatınızın tamamında kronik bir kaygı varsa, bu hayat biçiminizin hamurundan geliyordur öğretisidir. Bu kaygı hem fiziksel hem de duygusaldır. Bazı bireyler ailelerinde önceki kuşaklardan aktarım olduğu için bu kaygıyı diğerlerine oranla çok daha fazla yaşarlar. Eğer kaygı kalıntıları az ise insanlar ve aileler için de sorunlar daha az olacaktır.

Bowen aile sistemleri yaklaşımı; kendi doğasında sistematik, kontrol odaklı, uygulamada bilişseldir. Bu suretle klinisyen ve danışanlarına somut değerlendirme süreci için bir yol verir. Diğer aile yaklaşımlarından farklı olarak, Bowen aile sistemleri yaklaşımı eşler ve bireylerle kapsamlı bir şekilde kullanılabilir. Aile sistemleri bakış açısından bireysel işlevselliği anlatan en kapsamlı yaklaşımdır. Ailenin stili yaşanan kaygıyı ilişkiye aktarmak şeklinde ise, stresin yüksek olduğu dönemlerde çiftler ve aile üyeleri tartışmaya başlayacaklardır. Eğer ailenin stili üyelerden birisinin fonksiyonunu yerine getirmemek şeklinde ise çocuk ya da ebeveynlerden birisi fiziksel veya psikolojik olarak hasta olacaktır. Ayrışma düzeyi yüksek olan ailelerde psikiyatrik semptomlar pek oluşmaz. Ancak yüksek ayrışma düzeyine sahip olan bir aile dahi olsa, uzun süreli aşırı strese (kronik kaygıya) maruz kalmak fonksiyon bozukluğuna neden olabilir.

Bu yaklaşımda profesyonelin güçlü bir uzman rolünü oynaması ve müracaatçıların edilgen konumu sıklıkla sorgulanmaktadır. Post modern ve yapısalcı kuramcılar, gerçeklikleri insanlar inşa ettiği için Bowen'ın aile sistemleri yaklaşımını kullanan uzmanların da bildiği mutlak bir gerçeklik olamayacağını iddia ederler. Bowen aile sistemleri yaklaşımı, feminist danışmanlara ters düşmektedir. Feministler, aile içi şiddete örneğin çocukların ebeveynleri tarafından dövülmesine bu yaklaşım ve türevlerinin açıklama getiremediğini savunurlar. Ayrıca feministler aile ile ilgili yaklaşımların ve danışmanların erkeklerin gücünü öne çıkaran ataerkil modele dayandığını belirtirler. Aile sistemleri yaklaşımına son eleştiri ise, aile danışmanlığı sürecinde heteroseksüel olmayan çiftlere pek önem verilmediği yönündedir (Brown, 1999; Carr, 2000; Isserman vd., 2014; MacKay, 2012; Murdock, 2012; Papero, 2014).

Sonuç Yerine

İnsanın toplumsal varoluşunu şekillendirmede aile etkin ve başat bir rol oynamaktadır. Aile algısı, yapısı ve formatı; günün koşullarına ve insanın ihtiyaçlarına göre değişirken ailenin toplumun en temel birimi olma özelliği yani evrenselliği halen devam etmektedir. Bu noktada aile; hem bireysel hem de toplumsal açıdan birçok işlevi bulunan, söz konusu işlevleri ise yerine getirebildiği ölçüde varlığını sürdüren en küçük toplumsal kurumdur. Ailenin sahip olduğu işlevler zaman içinde ve toplumdan topluma farklılık göstermektedir. Ancak, gerek toplumun, gerekse aileye hizmet sunan profesyonellerin beklentisi, ailenin bu işlevlerini sağlıklı bir biçimde karşılamasıdır (Polat Uluocak ve Bulut, 2011).

Farklı toplumları inceleysek dahi aile güçlendiği zaman toplumsal yaşamın daha sağlıklı ilerlediğini dolayısıyla insani değerlerin daha anlamlı bir hal aldığını görürüz. Dahası Türkiye gibi aile kurumunu önemseyen ülkelerde bir kamu politikası olarak aile ile çalışma sosyal hizmet uygulamalarının önemli saç ayaklarından birini oluşturur. Aile ile sosyal hizmet uygulamalarında aile danışmanlığı başvurulan önemli araçlar arasındadır çünkü Avrupada Aile Terapisi Akreditasyon Standartları (*European Family Therapy Accreditation Standards/EFPA, 2019*)'na göre aile danışmanlığı eğitimi için genel bir klinik lisans eğitimi (klinik psikoloji, psikiyatri, sosyal hizmet vs.), temel aile

danışmanlığı eğitimi ve aile danışmanlığında uzmanlaşma eğitimi gereklidir (Korkut, 2007). Nitekim sosyal hizmet uzmanları potansiyel aile danışmanları arasındadır.

Aile danışmanı sosyal hizmet uzmanlarının amacı, ailenin yaşam döngüsünde memnuniyet verici ilişkiler sürdürmeyi kolaylaştırmaktır. *Bowen'ın Aile Sistemleri Yaklaşımı*'ni kullanan sosyal hizmet uygulaması ile sosyal hizmet uzmanı ailede sistemli değişim sağlar. Sistem olarak aile; içinde bulunduğu kültürel yapının, topluluğun bir alt sistemidir. Dolayısıyla aile üyeleri de, kendine has özellik ve bütünlükleri ile birbirinden bağımsız, ayrı sistemik yapılardır. Aktaş (2004) sosyal hizmet uygulama alanının aile sisteminin yaşam içindeki doğal sürecini anlayarak aile terapisine katıldığını vurgular. Aile sistemi içindeki bütün sistemlerle ilişkiye geçmek, onların kapasitelerini anlamak ve kendilerinde var olan kaynakları harekete geçirmek üzere iş birliği yapmak ve uygun değişiklikleri kendi özgür seçimleriyle yapmalarını desteklemek, kolaylaştırmak temel hedeftir. Bu tarz sosyal hizmet uygulamasında iyileştirme olduğu kadar önlemenin de varlığı söz konusudur (Aktaş, 2004).

Bowen'ın Aile Sistemleri Yaklaşımı kullanılarak başlayan danışmanlık sürecinde sosyal hizmet uzmanı, ailenin ne kadar fonksiyonel olduğunu, ailede nelerin yanlış gittiğini ve yanlış giden durumların nasıl değişmesi gerektiği yönünde neler yapılabileceğini belirlemelidir. Aile üyelerinin kişilik yapısı, karakteri, hayata bakış açısı ve duygusal tonunu anlamalıdır. Bu tespitler sosyal hizmet uzmanı açısından aile üyelerinin birbirlerine nasıl bağlandıklarını ve aile içi ilişkilerin karmaşasını tanımlamak amacıyla kullanılmalıdır. Ayrıca sosyal hizmet uzmanının aile üyelerinin kişisel savunma mekanizmalarını kavraması, aile içinde başvuru savunma stratejilerinin ortaya konması açısından önemlidir. *Bowen'ın Aile Sistemleri Yaklaşımı* aileyi, çevresiyle ve birbirleriyle ilişki ve etkileşim içinde bulunan parçaların oluşturduğu dinamik bir bütün olarak ele alır. Çoğu çalışma (Aktaş, 2004; Chambers, 2009; Didericksen vd., 2015; Isserman vd., 2014; Jankowski ve Hooper, 2012; Nichols, 2013)'ya göre bu durumun sebebi; ailelerin kendini oluşturan unsurların bütününe toplamından daha farklı bir yapılanma özelliği göstermesi, aileyi ve alt sistemlerini ayakta tutan, yönlendiren kurallar sisteminin bulunması, ailedeki her unsuru anlamaya yardımcı olacak etkileşimlerin var olmasıdır.

Aile yapısı içinde sorunun ne olduğunun ve çözümündeki güçlüklerin değerlendirilmesi, sorunlardan ailenin nasıl etkilendiğinin belirlenmesi, sorunların çözüm yollarının aile üyelerinin istek ve önerileri doğrultusunda formüle edilmesi, üyelerin ailedeki sorunları çözmeye yardımcı olan düşünce ve davranışlarının desteklenmesi, sorunların çözümü için aile üyelerinin çaba sarf etmesinin teşvik edilmesi (Turan, 2012) için Bowen'ın yaklaşımını sosyal hizmet uzmanları uygulamalarında kullanmalıdır. O halde *Bowen'ın Aile Sistemleri Yaklaşımı'nın* sosyal hizmet uygulamasında hak ettiği yeri alması önemlidir.

Sosyal hizmet uzmanları ailede ortaya çıkan soruna ya da sorun çıkartan bireylerin yapısına odaklandığı zaman insanın düşünce dünyasının nasıl kurgulandığı ile ilgilenir. Ancak sorunun ya da bireyin davranışlarının etkilerine odaklandıklarında ise ailenin diğer üyelerinin ve diğer sistemlerin bu soruna ya da bireyin davranışlarına nasıl tepki verdiğini gündemlerine alırlar. Bu, kişiler arası ilişkileri ve ailedeki etkileşimi değerlendirme şansını sosyal hizmet uzmanının yakaladığı anlamına gelir ve alt yapısında *Bowen'ın Aile Sistemleri Yaklaşımı* bulunur.

Diğer taraftan aileyi konu alan sosyolojik çalışmalar (Can, 2013, s. 221; Giddens, 2000, s. 162; Macionis, 2012, ss. 475-476) bile ailenin olabildiğince çeşitlenerek parçalandığını, tamamlanamadığını ve tek ebeveynli gibi şekiller aldığını, tek anne-babalı ailelerin sayısı giderek arttığını da göstermiştir. Dolayısıyla toplumlarda yükselen bireycilik, başarının evliliğin dışında aranması, ailede kronik kaygının sürekli artması, füzyonların çözümlenememesi, ayrışma ve birleşme kavramlarının yeterince aile üyeleri tarafından anlaşılabilmesi gibi nedenler, aileyi derinden etkilemektedir.

Aile yaşamını etkileyen değişimler, dolaylı olarak aile üyeleri arasındaki bağları da zayıflatabilen bir niteliğe sahiptir. Bireylerin sosyal alandaki tatminsizliği ya da mutsuzluğu, aile yaşantısındaki dengeyi bozabilmekte; bu zayıflama bir kopuşa doğru gidebilmektedir (Polat Uluocak ve Bulut, 2011). Bu noktada ailenin desteklenmesine yönelik sosyal hizmet uygulamaları ise aile sistemine aile bireylerinin tecrübe ettiği güncel sorunlar üzerinden vurgu yapan *Bowen'ın Aile Sistemleri Yaklaşımı* sayesinde önemli bir katkı sunmaktadır.

Kaynakça

- Aktaş, A. M. (2004). Aile terapisinde sosyal hizmet yaklaşımı. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 7(7), 1-10.
- Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. New York: Jason Aronson.
- Brown, J. (1999). Bowen family systems theory and practice: Illustration and critique. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 20(2), 94-103.
- Can, İ. (2013). Tarih, toplum ve kültür bağlamında aile ve kadın. İçinde: M. Aydın (Ed.). *Sistematik Aile Sosyolojisi* (ss. 215-248). Konya: Çizgi Kitabevi.
- Carr, A. (2000). *Family Therapy: Concepts, Process and Practice*. New York: Wiley.
- Chambers, M. F. (2009). Nothing is as practical as a good theory: Bowen theory and the workplace – a personal application. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 30(4), 235-246.
- Chen, E., Bloomberg, G. R., Fisher Jr, E. B., Strunk, R. C. (2003). Predictors of repeat hospitalization in children with asthma: The role of psychosocial and socioenvironmental factors. *Health Psychology*, 22(1), 12-18.
- Cook, L. (2007). CE FEATURE: Perceived Conflict, Sibling Position, Cut-Off, and Multigenerational Transmission in the Family of Origin of Chemically Dependent Persons: An Application of Bowen Family Systems Theory. *Journal of Addictions Nursing*, 18(3), 131-140.
- Corsini, J. R., Wedding, D. (2012). *Modern Psikoterapiler* (Birinci basım). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Day, H. D., St Clair, S. A., Marshall, D. D. (1997). Do people who marry really have the same level of differentiation of self?. *Journal of Family Psychology*, 11(1), 131-135.
- Didericksen, K. W., Edwards, A. E., Wetchler, J. L., Walker, J. A. (2015). Maternal well-being: Health, differentiation, and relationship satisfaction. *The Family Journal*, 23(1), 56-64.
- Ecke, Y., Chope, R. C., Emmelkamp, P. M. (2006). Bowlby and Bowen: Attachment Theory and Family Therapy. *Counseling & Clinical Psychology Journal*, 3(2), 81-108.
- EFPA (2019). *European Family Therapy Accreditation standards*. 20 Haziran 2019 tarihinde <http://www.europeanfamilytherapy.eu/> web adresinden erişildi.

- Friedlander, M. L. (2001). Family therapy research: Science into practice, practice into science. İçinde: M. P. Nichols ve R. C. Schwartz (Eds.). *Family Therapy: Concepts and Methods* (ss. 485-521). Boston: Ally & Bacon.
- Giddens, A. (2000), *Sosyoloji* (H. Özel ve C. Güzel, Çev.). Ankara: Ayrıç Yayınevi.
- Goldenberg, H., Goldenberg, I. (2012). *Family Therapy: An Overview*. USA: Brooks/Cole Cengage learning.
- Greene, G. J., Mabee, T. F. (1992). Differentation of self and martial adjustment of clinical and nonclinical spouses. İçinde: B. J. Brothers (Ed.). *Couples Therapy Multiple Perspectives: In Search of Universal Threads* (ss. 133-151). New York: Haworth Press.
- Gurman, A. S., Kniskern, D. P. (1981). *Handbook of Family Therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Haber, R. (2002). Virginia Satir: An integrated, humanistic approach. *Comtemporary Family Therapy*, 24(1), 23-34.
- Haefner, J. (2014). An application of Bowen family systems theory. *Issues in Mental Health Nursing*, 35(11), 835-841.
- Haley, J., Madanes, C. (1981). Dimension of family therapy. İçinde: C. Madanes (Ed.). *Strategic Family Therapy* (ss. 1-18). San Francisco: Jossey-Bass.
- Harvey, D. M., Curry, C. J., Bray, J. H. (1991). Individuation and intimacy in intergenerational relationships and health: Patterns across two generations. *Journal of Family Psychology*, 5(2), 204-236.
- Isserman, N., Greene, R. R., Bowen, S. P., Hollander-Goldfein, B., Cohen, H. (2014). Intergenerational families of Holocaust survivors: Designing and piloting a family resilience template. *Journal of Evidence-Based Social Work*, 11(3), 256-268.
- Jankowski, P. J., Hooper, L. M. (2012). Differentiation of self: A validation study of the Bowen theory construct. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 1(3), 226-243.
- Johnson, P., Buboltz, W. C. (2000). Differentiation of self and psychological reactance. *Contemporary Family Therapy*, 22(1), 91-102.
- Kalkan, E., Aydoğan, D. (2018). Evlilik ilişki kalitesini benlik açısından değerlendirme: Benliğin farklılaşması ve ilişkişel özgünlük. *OMÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 38(1), 174-189.

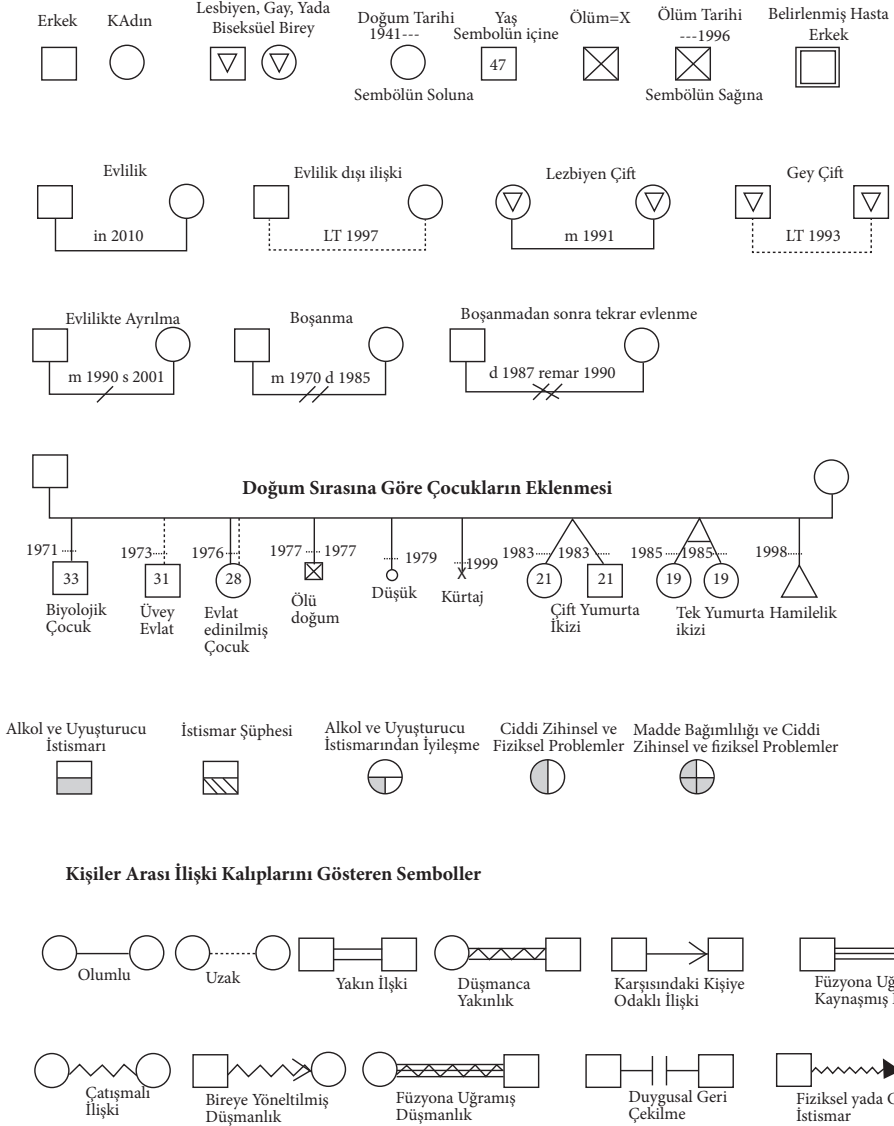
- Karababa, A., Mert, A., Çetiner, P. (2018). Üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi olmanın bir yordayıcısı olarak benlik ayırılması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 1235-1248.
- Kerr, M. E. (1981). Family system theory and therapy. İçinde: A. S. Gurman, D. P. Kniskern (Eds.). *Handbook of Family Therapy* (ss. 226-264). New York: Brunner/Mazel.
- Kerr, M. E. (2008). Why do siblings often turn out very differently? In A. Fogel, B. J. King, S. G. Shanker (Eds.). *Human Development in the Twenty First Century* (ss. 206-215). London: Cambridge University Press.
- Kerr, M. E., Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. New York: W.W. Norton & Company.
- Kesici, Ş., İlgün, E., Mert, A., Büyükbayraktar, C. G. (2013). *Aile Terapisinde Kullanılan Teknikler*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık.
- Knauth, D. G. (2003). Family secrets: An illustrative clinical case study guided by Bowen family systems theory. *Journal of Family Nursing*, 9(3), 331-344.
- Knauth, D. G., Skowron, E. A., Escobar, M. (2006). Effect of differentiation of self on adolescent risk behavior: Test of the theoretical model. *Nursing Research*, 55(5), 336-345.
- Korkut, Y. (2007). Türkiye'de aile terapisi ve terapistlerinin durumu. *Psikoloji Çalışmaları/ Studies in Psychology*, 27, 13-30.
- Kosek, R. B. (1998). Self-differentiation within couples. *Psychological Reports*, 83(1), 275-279.
- Lebow, J. L. (Ed.). (2005). *Handbook of Clinical Family Therapy*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Macionis, J. J. (2012). *Sosyoloji* (V. Akan, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- MacKay, L. (2012). Trauma and Bowen family systems theory: Working with adults who were abused as children. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 33(3), 232-241.
- Meriç, N. (2018). *Evlilik ve aile danışmanlığı kuramları*. 19 Haziran 2019 tarihinde http://psikiyatriksosyalhizmet.com/wpcontent/uploads/2010/02/aile_danismanligi_kuramlari.pdf web adresinden erişildi.
- Mert, A., Çetiner, P. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Üniversite Yaşamına Uyum ile

- Benlik Ayrımlaşması Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 8(3), 190-204.
- Mert, A., Gülmez, E. (2018). Özgeçicilik ile benlik ayrımlaşması arasındaki yordayıcı ilişkinin bazı değişkenlerle incelenmesi. *Turkish Studies Educational Sciences*, 13(11), 961-989.
- Mert, A., Topal, İ. (2018). Benlik ayrımlaşmasının manevi yönelimine etkisinin bazı değişkenlerle incelenmesi. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(14), 68-91.
- Miller, R. B., Anderson, S., Keals, D. K. (2004). Is Bowen theory valid? A review of basic research. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(4), 453-466.
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge: Harvard University Press.
- Minuchin, S., Nichols, M. P., Lee, W. (2007). *Assessing families and couples: From symptom to system*. Boston: Allyn & Bacon.
- Murdock, N. L. (2007). Family system theory. İçinde: A. B. Rochlen (Ed.). *Applying Counselling Theories: An Online Case Based Approach* (ss. 209-224). New Jersey: Prentice Hall.
- Murdock, N. L. (2012). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları: Olgu Sunumu Yaklaşımıyla* (2. Basımdan çeviri - F. Akkoyun, Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık.
- Murdock, N. L., Gore, P. A. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: A test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy*, 26(3), 319-335.
- Murray Jr, T. L., Murray, C. E., Daniels, M. H. (2007). Stress and family relationship functioning as indicators of the severity of fibromyalgia symptoms: A regression analysis. *Stress and Health*, 23(1), 3-8.
- Nichols, M. P. (2013). *Aile Terapisi: Kavramlar ve Yöntemler* (Birinci basımdan Çeviri - O. Gündüz, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Papero, D. V. (2014). Assisting the two-person system: An approach based on the Bowen theory. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 35(4), 386-397.
- Perosa, S. L., Perosa, L. M. (1993). Relationships among Minuchin's structural family model, identity achievement, and coping style. *Journal of Counseling Psychology*, 40(4), 479-489.

- Polat, K., İlhan, T. (2018). Evli bireylerde çift uyumu ve bazı psikolojik belirtilerin benliğin farklılaşması açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(50), 87-115.
- Polat Uluocak, G., Bulut, I. (2011). Aile terapilerinin feminist teori açısından incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 7(24), 9-24.
- Rootes, K. M. H., Jankowski, P. J., Sandage, S. J. (2010). Bowen family systems theory and spirituality: Exploring the relationship between triangulation and religious questing. *Contemporary Family Therapy*, 32(2), 89-101.
- Sauerheber, J. D., Nims, D., Carter, D. J. (2014). Counseling Muslim couples from a Bowen family systems perspective. *The Family Journal*, 22(2), 231-239.
- Tuason, M. T., Friedlander, M. L. (2000). Do parents' differentiation levels predict those of their adult children? and other tests of Bowen theory in a Philippine sample. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 27-35.
- Turan, N. (2012). *Birey ve aileler ile sosyal hizmet*. Ankara: Öz Baran Ofset Matbaacılık.
- Walsh, J., Harrigan, M. (2003). The termination stage in bowen's family systems theory. *Clinical Social Work Journal*, 31(4), 383-394.
- Wright, J. (2009). Self-soothing – a recursive intrapsychic and relational process: The contribution of the Bowen theory to the process of self-soothing. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 30(1), 29-41.
- Ziegler, S. M. (Ed.). (2005). *Theory-Directed Nursing Practice* (2nd edition). New York: Springer Publishing Company.

EK-1:

STANDART GENOGRAM SEMBOLLERİ



Şekil - 1. Standart Genogram Sembolleri Türkçe Versiyonu Kesici vd., 2013, s.41'den alıntıdır.