

Prof. Dr. Serap NAZLI

AİLE DANIŞMANLIĞI UYGULAMALARI

3. Baskı

ANI yayıncılık

AİLE DANIŞMANLIĞI UYGULAMALARI

Prof. Dr. Serap NAZLI



3. Baskı

Ankara
2020

AİLE DANIŞMANLIĞI UYGULAMALARI

Prof. Dr. Serap NAZLI
ORCID: 0000-0002-8875-7926

1. Baskı 2017
2. Baskı 2018
3. Baskı 2020

©Tüm Hakları Saklıdır. 2020.
Bu kitabın basım, yayın, satış hakları Anı Yayıncılık Eğitim ve Danışmanlık San. Tic. Ltd. Şti.'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri herhangi bir bilgi depolama ve erişim sistemiyle veya mekânik, elektronik, fotokopi, manyetik ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, aktarılamaz veya dağıtılamaz.

Yayıncı Sertifika No	: 16003
Matbaa Sertifika No	: 46586
ISBN	: 978-605-170-247-6
e- ISBN	: 978-605-170-396-1
Mizanpaj	: Kezban KILIÇOĞLU
Baskı	: Sözkesen Matbaası
Adres	: İvedik OSB 1518. Sokak Mat-Sit İş Mrk. No: 2/40 Yenimahalle-ANKARA
Tel	: 0 312 395 21 10

KÜTÜPHANE BİLGİ KARTI

NAZLI, Serap

AİLE DANIŞMANLIĞI UYGULAMALARI
Anı Yayıncılık, 3. Baskı, Ankara/Türkiye
2020, xii + 372 Sf, 13,5x21cm
ISBN : 978-605-170-247-6
e- ISBN : 978-605-170-396-1

Eğitim, Psikoloji
Aile Danışmanlığı, Vaka Örnekleri, Uygulama, Terapi, Aile Terapisi

Anı Yayıncılık
Kızılırmak Sok. 10/A
Bakanlıklar / ANKARA
Tel : 0 312 425 81 50 pbx
Faks : 0 312 425 81 11
e-posta : info@aniyayincilik.com.tr
http:// www.aniyayincilik.com.tr
A harfinin evrimi:



Önsöz

Bu kitabın yazılması öğrencilerimin teşviki ile olmuştur. Yüksek lisans ve doktora derslerimde teorik bilginin yeterli olmadığı, gerçek vaka örneklerine ihtiyaç duyulduğunu fark ettim. Aile danışmanlığı alanında çeviri kitapların bu boşluğu dolduramadığı, özellikle batı-bireyci kültür ağırlıklı ve sanal uygulama örnekleri ile somutlaştırılmış kitapların, derslerde sınırlı kaldığını gözlemledim. Bu nedenle, aile danışmanları adaylarının yetiştirilmesinde; kendi ***kültürümüzde*** yürütülen uygulamaların yazılı hale getirilmesinin gerekli olduğunu düşünüyorum.

Bu ders kitabı, aile danışmanlığı derslerinde yararlanılması için hazırlanmıştır. Öncelikle neden kitaba AİLE DANIŞMANLIĞI UYGULAMALARI adını verdiğimi açıklamak isterim. Aile danışmanlığı terimi ana kavram olup; içinde evlilik danışmanlığı, evlilik öncesi danışmanlık, boşanma süreci danışmanlığı ve ebeveyn danışmanlığı kapsamaktadır. Ayrıca, biz Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) bilim dalı akademisyenleri, "terapi" terimini kullanmayı tercih etmiyoruz. Aile terapisi ve aile terapisti-hasta aile terminolojisi, klinik ortamlarda psikiyatristler ve klinik psikologlar tarafından kullanılmasının uygun olduğuna düşünüyoruz. Aile terapisi ile aile danışmanlığı farklı kulvarlardır.

Aile Danışmanlığı Uygulamaları kitabı, PDR'ci perspektifi ile yazılmıştır. Bunu öncelikle vurgulama gereği duymamın nedeni ise gözlemlerimdir. Biliyorsunuz, son 10 yıldır aile danışmanlığı eğitimleri, sempozyum ve kongreleri (bazıları benim için çok şüpheli olsa da!!!!) moda oldu. Bu moda etkinliklerinin bazılarına katıldım; bu etkinliklerde, adını vermem uygun olmaz, meşhur psikiyatrist kökenli bir akademisyen kendi uygulamalarından örnek veriyor. Onu dinleyenlerin profiline baktığımda çoğunluğu sosyal çalışmacı, sosyolog (çoğu açıköğretim mezunu), çocuk gelişimcisi, daha az sayıda psikoloji, PDR mezunu katılımcı pür dikkat akademisyeni dinleyip, not almaya gayret ediyor. Ama bu 'orta oyunu'nda şunu dile getiren kimse yok; bir

psikiyatrist ve prof düzeyinde bir kişinin uygulamalarını, acaba bu katılımcılar örnek alıp uygulayabilir mi ya da uygulamalı mı?!!

Şunu belirtmekte fayda görüyorum, aile danışmanlığı alanı farklı disiplinlerin katkıları ile yürütülen bir alandır. Bu disiplinlerin başında psikoloji, sosyal çalışmacı ve PDR'ciler gelir. Her disiplinin de, etik olarak kendi kulvarında aileye destek vermesi uygun olur. Örneğin sosyal çalışmacı kökenli bir aile danışmanı uzmanı, sahada sosyal yardıma ihtiyaç duyan ailelerle (örneğin ekonomik düzeyi düşük, bakıma muhtaç yaşlı, engelli, şehit-gazi, göçmen ailelerle vb.) çalışarak destek olan çok önemli bir konumdadır. Ancak bir sosyal çalışmacının ben cinsel terapistim, 'ben ailelerle terapi yapıyorum onları, tedavi ediyorum' diyerek, kendisine yeni kulvar açmamalıdır. Bir PDR'ci olarak farklı disiplinler ile sorunum olduğu anlaşılmasın. Bizim ülkemizde lisans, artı aile sertifikası ya da aile yüksek lisans programı esastır. PDR lisans mezunu, lisans programına ilave olarak alacağı sertifika programı ya da yüksek lisans ile cinsel terapistlik yapamaz. Bunu yapmak için ortaya çıkanlara tepki göstermemek ise, toplumun bize karşı şüphe duymasına ve sahte aile koçlarına gitmesine neden olur.

Literatürde, aile danışmanlarının çalışma tarzları, farklı disiplinlerin kulvarları vb. sınıflandırmaları araştırdım, ancak bulamadım. Bana göre aile danışmanlığında iki temel yaklaşım var:

- *Tanı-tedavi odaklı:* 'Hasta aile - aile terapisti' ilişkisinin olduğu yaklaşımdır. Örneğin hiperaktif çocuk ve ailesi; madde bağımlısı/ kumar bağımlısı, manik depresif, cinsel problemleri vb. üyesi olan aileler ile çalışma 'tedavi' odaklı olup; psikiyatrist ve klinik psikologların kulvarıdır. Tarihsel açıdan bakıldığında aile terapisinin 1950'li yıllarda, klinik ortamlarda şizofren üyesi olan aileler ile başladığı hatırlanmalıdır.

- *Gelişimsel ve önleyici odaklı:* 'Nevrotik aile - aile danışmanı' odaklı çalışma yaklaşımıdır. Gelişimsel-önleyici yaklaşıma, yurt dışında 1980'li yıllarda; ülkemizde ise 2000'li yıllarda gerekliliği hissedilmiştir. Önleyici-gelişimsel odaklı aile danışmanları şu konularda daha etkin olarak çalışabilir:

- Çocuk odaklı: Ebeveyn yetkinliklerini artırma, çocuk-ergen problemleri vb. için aileler ile çalışma. Okul psikolojik danışmanları

okullarda, hem bireysel olarak hem de ebeveyn eğitim programları ile ebeveynlere psikolojik destek vermektedir.

- Eş odaklı: Çift uyumu, evlilik öncesi ve sonrası psikoeğitimler, boşanma öncesi ve sonrası psikolojik destek vb. çalışmalar bu kapsamda yer alır.
- Aile odaklı: Aile içi etkileşimi yapılandırma ve destekleme, engelli & yaşlı vb. üyesi olan aileler, kronik hastalığı (şeker, tansiyon vb.) üyesi olan aileler, yurt dışında-göç eden aileler vb. psikolojik destekler bu kapsamdadır.

Ülkemizde 2000'li yıllardan itibaren toplumsal yapı değişmiş, ailelerin gelişimsel ve önleyici desteklere ihtiyaçları artmıştır. Bu aileler ile aile danışma merkezlerinde, okullarda, üniversite ve benzer kurumların psikolojik danışma merkezlerinde çalışabilecek, yetkin aile danışmanlarına ihtiyaç vardır. Mesleki Yeterlik Kurulu, 2014 yılında aile danışmanını şu şekilde tanımlamıştır (tarih 18.04.2014 ve 28976 sayılı Resmi Gazete):

Aile Danışmanı (Seviye 6): İş sağlığı ve güvenliği, çevre ve kalite sağlamaya ilişkin önlemleri alarak aile danışmanlığı süreçlerinde aile değerlendirme, danışmanlık uygulamalarını planlama ve müdahale süreçlerini yönetme ile mesleki gelişim faaliyetlerini yürütmeye ilişkin bilgi ve becerilere sahip nitelikli kişidir.

Bu kitap, MYK'nın tanımladığı aile danışmanının yetişme sürecini desteklemek için yazılmıştır. Ülkemizde bu boşluğun sahte aile koçlarına bırakılmamasına, toplumsal yapıyı ve ruh sağlığını etkileyebilecek travmalara neden olunmamasına özen gösterilmelidir. Kitap, lisans ve lisans üstü programlarda "aile danışmanlığı" dersinde öğrenciler; Aile Danışma Merkezleri, RAM, okullarda aile ile çalışan PDR, psikoloji ve sosyal çalışmacılar ve aile ile çalışan profesyoneller yararlanabilir.

Bu kitapta, ***kendi tarzımı*** okuyucu ile paylaşıyorum. Biz psikolojik danışmanlar, lisans eğitimimizden itibaren Carl Rogers'in danışan merkezli kuramını temel alarak eğitiliriz. Benimde temel eğitimim bu

doğrultuda olup; sistem perspektifi ile, özellikle geleneksel aile kuramcılarının (Bowen, Minuchin, Satir ve Haley) görüşlerini 'PDR'ci bakış açısı' ile harmanladım.

Tıpkı gelişimsel rehberlik modelini, ülkemin eğitim sistemine uyarlamam gibi; aile danışmanlığı çalışmalarında da 'kes-kopyala yapıştır' tarzına karşıyım. Pozitif psikoloji ekolünü biz PDR'cilerin benimsemesi, gelişimsel-önleyici yaklaşımla ailelerin güçlü yanlarına odaklanarak, aile yaşam kalitelerini artırmaları gerektiğini savunuyorum. Biz PDR'ciler klinik ortamlarda hasta aileler ile değil; danışma ortamlarında nevrotik ailelerin kendi güçlerini yeniden keşfetmelerini, krizlerden güçlenerek çıkmalarına aracılık ediyoruz.

Kitapta beş vakaya yer verilmiştir. İlk üç vaka öğrencilerimin çalışmalarına aittir. Derslerimde, lisans ve lisans üstünde Rogerian modelle eğitim almış öğrencilerime; öncelikle sistem perspektifini ve geleneksel kuramcılardan Bowen, Minuchin, Satir ve Haley'in aileye bakış açısı ve bazı temel tekniklerini, aile danışma süreci becerilerini benim yürüttüğüm vakalar ile somutlaştırarak öğretiyorum. Daha sonra benim kontrolümde, krizde olmayan tam aile (anne-baba ve çocuk/lar) ile 4 oturumluk çalışma yapmalarını istiyorum ve süpervizyon veriyorum. Öğrencilerim ilk defa aile ile çalışacakları için, onlardan krizde olmayan ve aile yaşam kalitelerini artırmak isteyen gönüllü çekirdek aile bulmaları istiyorum. Öğrencilerimin ilk deneyimlerinde süreci yönetebilmeleri için, yapılandırılmış dört oturumluk danışma süreci formatı veriyorum. Bu format, ilk üç rapor incelendiğinde anlaşılacaktır. Ayrıca, öğrencilerimin ailenin sistemini değerlendirmelerine yardımcı olacak ***Yapılandırılmış Görüşme Formu*** (EK-1'de paylaşılmıştır) veriyorum. Formdaki 14 soruyu, aile sistem kuramcılarının görüşlerine dayanarak (özellikle Bowen, Minuchin, Satir ve Haley) ve kendi kültürümüzün özellikleri dikkate alarak geliştirildim. Aile danışmanlığı dersini yürüten meslektaşlarıma da bunu önerebilirim.

İlk vaka üniversitemizde yürüttüğümüz Evlilik ve Aile Danışmanlığı Sertifika programına katılan psikolojik danışman Gamze ÇOŞKUN'a aittir. Gamze PDR lisans mezunu olup, sertifika programında dört aile ile çalışma yapmıştır. Onun vakalarından birini bu kitaba alma nedenim, lisans mezunu bir PDR'cinin eğitim alarak basit düzeyde danışma sürecini yürütebileceğini göstermektir.

Vaka-2 ve Vaka-3 ise doktora programımızda, RPD6002 Evlilik ve Aile Danışmanlığı Uygulamaları dersimi alan psikolojik danışman Derya HALİSDEMİR ve psikolojik danışman Cem DÖNMEZOĞLU tarafından yürütülmüştür. Öğrencilerim vaka raporları, benim süpervizyon notlarım ve mini teorik bilgi ile okuyucuya aktarılmıştır.

Vaka-4 benim boşanma sürecinde, tek eşle sekiz ay süren çalışmama aittir. 26 seans süren boşanma süreci danışmasını yürütürken, danışanımın ruh halinin çok değişken olduğunu ve bu süreçte boşanma modellerinin bana yardımcı olduğunu fark ettim. Vaka ile çalışırken üç boşanma süreci modeli (Wiseman'ın yas süreci boşanma modeli, Bohannan'ın boşanmanın altı istasyonu modeli, Kessler'in psikososyal süreç olarak boşanma modeli) dikkate aldım. Vakanın (Ahmet Bey), 2 yıl 4 ay süren yaşantısının 8 evrede (inkar, gerçeği kabullenme ve çabalama, erozyon, öfke, duygusal-yasal ve ekonomik boşanma, yas ve depresyon, yeniden diriliş, tekrar birleşme) gerçekleştiği belirlendim ve bu evrelerde okuyucuya aktardım.

Vaka-5 yine benim yürüttüğüm bir çalışmaya aittir. Bu çalışmayı burada aktarma nedenim, ilk defa ayrıntılı rapor tutmuş olmaktan kaynaklanmaktadır. İki yıl süren ve 20 seans yaptığım; danışma sürecinin içerik ve süreç analizi raporları, kısa notlar ile okuyucuya aktardım. Bu vaka ile çalışırken, süreçte bir danışman olarak kendimi de gözlemledim ve spontane bir şekilde okuyucu ile paylaştım.

Tüm vakalarda ailenin mahremiyetini korumak için, gizlilik ilkemize uygun olarak vakalarda isim, şehir, meslek, tarih vb. kimlik bilgileri değiştirilmiştir. Bu raporlarda önemli olan ailenin hikayesi değil, danışman'ın süreci nasıl yürüttüğüdür. Bazen derste, doktora düzeyinde bile, öğrencilerim "*Vay be adama bak, 20 yıldır karısı ile ayrı yatmış, hala sultanım diyor*" gibi tepkilerini duyuyorum. Bazen öğrencilerim kendi çalıştıkları vakayı derste sunarken, "*Bu vaka benim arkadaşım olsaydı ona neler söylerdim neler, ama şimdi danışman gibi davranmak durumunda kaldım.*" gibi tepkilerine şahit oluyorum. Derste şaka ile karışık, gıybet yapmıyoruz süreci yönetmeye odaklanalım demek durumunda kalabiliyorum.

Elbette aile danışmanı kimliğini benimsemek kolay değildir. Ancak, temel danışmanlık becerisini özümsemeliyiz ve pek çok ortamda

davranışlarımıza yansıtmalıyız. Yıllar önce Muğla Üniversitesi'nde çalışırken; kat görevlimiz, biraz da sert mizaçlı bir kadın çalışanımız vardı. Bu personelle nerede karşılaşsam hatırını sorar, onun ayak üstü anlattıklarına, samimi içten empatik tepki verirdim. Bir süre sonra bu personelin uzakta bile olsa yolunu değiştirdiğini, benimle konuşmak için çaba harcadığını fark ettim ve bunun nedenini düşünmeye başladım. Daha sonradan fark ettiğim şu oldu, ben fark etmeden temel danışmanlık becerilerini yakın çevremdeki kişiler ile etkileşimimde kullanıyorum. Canım Prof. Dr. Süleyman Doğan hocam, derslerinde bu becerileri öyle aktarmış ki, tıpkı onun gibi, aslında yaşam tarzıma dönüşmüş. Başlangıçta yüzüme bakmadan birkaç kelime ile cevap veren personelimiz ile, altı ay içinde odamda çay içip kısa sohbetler yapmaya başladık. Bir psikolojik danışman, sadece danışma sürecinde becerilerini göstermez. O nedenle, okuyucuların kitaptaki vakalarda aile üyelerine değil, danışmana odaklanmalarını ve '*Ben, benzer aileler ile çalışsam süreci nasıl yürütürdüm?*' sorusuna odaklanmalarını öneriyorum. Kitabı okurken, bir solukta roman okur gibi bitirmeyin; ihtiyaç duyarsanız, Anı Yayınevi'nden basılan teorik kitabım Aile Danışmanlığı'nı okuyunuz. Yine aile danışmanlığının temel kaynak kitaplarını okumanızı öneririm. Bu kaynaklardan mini alıntılar sizin için yapılmıştır.

Bu kitabın yayınlanmasında emeği geçen öğrencilerim psikolojik danışman Derya HALİSDEMİR ve psikolojik danışman Cem DÖNMEZOĞLU; başta Özer DAŞÇAN olmak üzere Anı Yayınevi'nde tüm emeği geçenlere teşekkür ederim. Elbette ki ailem, sevgili eşim Mehmet ve biricik kızım İlayda'ma minnettarım. Neyse ki ev halkı, annesizlik sendromunu çoktan aştı. Kitabın, aile danışmanlığı alanına katkı getirmesi dileğiyle...

Prof. Dr. Serap Nazlı

Şubat, 2017

3. Baskıya Önsöz

Güçleşen ve karmaşık hale gelen toplumsal yaşamda, aileleri güçlendirmek ve psikolojik iyilik hallerini geliştirmek için sanırım her zamankinden daha fazla aile psikolojik danışmanlarına ihtiyaç duyulmaya başlanacak. Özellikle Kovid-19 pandemisinde ailelerin psikolojik iyilik hallerini güçlendirmenin 'zorunlu' hale geldiğini gözlemlesem de; politika yapıcılarında bu farkındalığın yeterince oluşmadığını üzülerek görmekteyim. Ancak hem akademik hem de sahada çalışan meslektaşlarımızın kitaba gösterdiği ilgi, en azından bizlerin ruh sağlığı profesyonelleri olarak göreve hazır olduğumuzun da en önemli göstergesi olarak değerlendirmekteyim.

PDR kökenli aile psikolojik danışmanları olarak birincil ve ikincil önleme düzeyinde okul rehberlik servislerinde ve Rehberlik ve Araştırma Merkezlerinde 40 bini aşkın profesyonelimiz sahada görev yapmaktadır. PDR lisans programlarında temel düzeyde aile danışmanlığı yetkinliğine sahip olan psikolojik danışmanlarımız, temel bilgileri uygulamaya nasıl aktaracaklarına ilişkin örneklere ihtiyaç duymaktadır. Bu kitabın amacı sahada çalışan meslektaşlarımıza ve lisans/lisans üstü öğrencilerimize teorik bilgileri vakalara nasıl uygulayacaklarını somut ve kültüre özgü örnekler ile gösterebilmektir.

Bu kitap PDR, psikoloji ve sosyal hizmet lisans ve lisansüstü derslerde; aile danışmanlığı sertifika programlarında kullanılmak üzere tasarlanmıştır. Aile psikolojik danışmanlığı alanında çalışan profesyonellerimizin uygulama becerilerine katkı sunmak için vaka örnekleri kısa bilgi notları ile desteklenilmiştir.

Kitabın, aile psikolojik danışmanlığı alanına katkı getirmesini diliyorum. Saygılarımla.

Prof. Dr. Serap NAZLI

Ekim, 2020

Kızım

***İlayda NAZLI**'ya*

İÇİNDEKİLER

VAKA-1: Aslan Ailesi 1

VAKA-2: Aydın Ailesi 37

VAKA-3: Başak Ailesi 73

VAKA-4: Boşanma Danışması Sürecinde Danışan Yaşantısı 117

VAKA-5: Özdemir Ailesi 163

VAKA-1
ASLAN AİLESİ

Ailenin Tanıtımı:

Aile üç kişiden oluşan, alt-orta gelir düzeyinde, bir çekirdek ailedir.

Çocuk (bu raporda Selen olarak anılacaktır), 6 yaşındadır. İlkokul 1. sınıfa gitmektedir.

Anne (bu raporda Dilek Hanım olarak anılacaktır), 31 yaşında ve ticaret lisesi mezunudur. Özel bir şirkette muhasebe elemanı olarak çalışmaktadır; bilinen herhangi bir sağlık sorunu yoktur.

Baba (bu raporda Gökhan Bey olarak anılacaktır), 36 yaşında ve lise mezunudur. Bir bankada memur olarak çalışmaktadır; bilinen bir sağlık sorunu yoktur.

Danışma Süreci Öncesi:

Aile ile tanışmam da arkadaşımın yönlendirmesiyle oldu. Görüşmeleri ise Ankara'da diyetisyen olan arkadaşımın Kavaklıdere'deki ofisinin bir odasında yaptım. Görüşme öncesi ofise gittim, bana görüşmelerde kullanmam için verebileceği odayı gösterdi, birlikte gözden geçirdik. Gayet şık ve danışma oturumu için oldukça uygundu ve herhangi bir düzenlemeye gerek olmadan ve ayrıca sekreter desteğinden de yararlanarak görüşmeleri bu ofiste gerçekleştirdim.

Telefon Görüşmesi:

Aile ile ilk temasım telefon yoluyla oldu. Dilek Hanım'la görüştüm. Zaten bana yönlendiren arkadaşım kendisine bilgi vermişti, ben de kendimi tanıttım ve aldığım eğitimden bahsettim ve 4 oturumluk bir çalışma yapacağımızı söyleyerek böyle bir uygulamaya katılmak isteyip istemediklerini sordum. *"Biz eşimle konuştuk ve katılmak istiyoruz"* dedi. Kendileriyle tanışmak için bir ön görüşme yapmak istediğimi söyledim. Bunun üzerine görüşmeleri yapacağımız ofisi tarif ettim, uygun olup olmadığını sordum gelebileceklerini söyledi. Ön görüşme için gün ve saat kararlaştırarak telefon görüşmesini sonlandırdık.

Ön Görüşme:

Ön görüşmeye eşler birlikte ve zamanında geldiler. Güler yüzle ve içten bir karşılamayla danışma odasına aldım çifti. Ofisi kolay bulup bulamadıklarını sorarak başladım. Amacım bir sohbet konusu yaratarak rahatlamalarını sağlayıp sıcak bir atmosfer yaratabilmekti. Ardından kendimi tanıttım, aldığım eğitimden, danışma sürecinden, uygulamalarımızın içeriğinden ve amacımızdan bahsettim. Aileyi motive edebilmek amacıyla sürece katılımları için teşekkür edip "Birlikte faydalı bir çalışma yapacağımıza inanıyorum." dedim. Bu noktada sürecin başarısında eşlerin oturumlara birlikte katılmalarının, mümkün olduğunca açık olmalarının ve ev ödevlerini yapmalarının önemini vurguladım.

Ardından daha önce danışma alıp almadıklarını sordum, ihtiyaçları olduğunu ancak maddi imkansızlıklar nedeniyle alamadıklarını, bu nedenle bu çalışmayı duyduklarında çok mutlu olduklarını, hiç düşünmeden görüşmeyi kabul ettiklerini ifade ettiler. Danışanların sürece karşı gösterdikleri istekli tutum bana birlikte uyumlu bir çalışma sürdürebileceğimizi düşündürdü.

Ardından ilk oturum öncesi ön hazırlık yapabilmek amacıyla aile hakkında biraz daha bilgi edinmek için ailenin demografik bilgilerini aldım. ("Ailenin Tanıtımı" kısmında bu bilgilere yer verdim). Her ikisinin de çalıştığını öğrenince, görüşmelerle ilgili uygun olabilecekleri zamanı konuşarak, randevularımızı ona göre ayarlayabileceğimizi söyledim. Randevuları akşam saat 18.00'de veya Pazar günleri olacak şekilde düzenlemeyi kararlaştırdık. Bu saatler de ofisin de boş olması benim için de avantajlı bir durum oluşturdu. İlk oturum için gün ve saat belirleyerek görüşmeyi sonlandırdık.

Ön görüşme sırasında danışanlarla rapport kurmayı başardığımı özellikle sözsüz mesajlarından anlayabildim. Geldiklerinde hissedilen gerginlikleri ilk 15 dakika içinde kayboldu. Dilek Hanım danışma odasından çıkarken *"İnsanı çok rahatlatan bir havanız var"* dedi ve Gökhan Bey de *"Aynen katılıyorum"* diye eşine katıldığını

belirtti ve bu tepkide bana iyi bir başlangıç yapabildiğimizi düşündürdü.

Ayrıca bilgilerini alırken 6 yaşında bir kız çocukları, olduğunu öğrenince *"Çocuğunuz şu anda nerede ve kiminle birlikte?"* diye sordum. Teyzesiyle birlikte olduğunu söylediler. Görüşmelerimiz boyunca çocuklarını bırakmak ile ilgili sıkıntı yaşarlarsa, telefonla bana ulaşıp bilgilendirdikten sonra yanlarında getirebileceklerini, ofiste sekreter ablasının yanında kalabileceğini söyledim. Görüşmelerde karşılıklılığın esas olduğunu düşündüğüm için mümkün olduğunca danışanları rahatlatıp "onlar için orada olduğumu" hissetmelerini sağlayarak güvenli bir ortam oluşturmaya çalıştım.



Süpervizörün notu:

Gamze, kendisine ofis ayarlamayı başarıyor. Gamze öncelikle mekânı kontrol ediyor, ortamı danışma için hazırlıyor. Daha sonra aile üyeleri ile ön görüşme yapıyor. Her iki eş birlikte ön görüşmeye geliyorlar ve istekli olduklarını belirtiyorlar. Bu ön görüşme, çiftin kendi evliliklerine ve ailelerine önem verdiklerini, daha da iyi olması için sorumluluk almaya hazır olduklarını gösteriyor.

Elbette tüm öğrencilerimizin bu imkanları olmayabilir. Ancak danışma öncesi mekân ayarlama ve ön görüşme, danışma sürecinin başarılı geçmesinde önemli bir etken olduğu unutulmamalıdır.

I. OTURUM:

Oturuma kararlaştırılan yer ve saatte, eşlerin birlikte katılımıyla başladık. İlk görüşmemizin, biraz da çiftlerle yapılan görüşmelerin uzayabileceğini düşündüğüm için Pazar günü olarak düzenlemeye özen gösterdim. Aileyi danışma odasının kapısında karşıladım, yönlendirmede bulunmadan odaya girdikleri andan itibaren bütün davranışlarını gözlemledim. Ön görüşmeden bu yana hayatlarında değişik, paylaşmak istedikleri bir şey olup olmadığını sordum. Gökhan Bey *"İkimizde biraz heyecanlandık ve bir an önce başlamasını istedik"* dedi. Özellikle ön görüşmeden sonra ilk oturum için mümkün olan en yakın zamanı seçerek ailenin motivasyonunu korumayı amaçlamıştım ve Cuma akşamı yapılan ön görüşmenin ardından Pazar günü saat 11.00'da ilk oturumu gerçekleştirdik. Süreçle ilgili ön görüşmede verdiğim bilgileri hatırlattım. Ardından yapılandırmaya geçtim. Kendileriyle 4 görüşme yapacağımızı ve bu görüşmelerin yaklaşık 60 dakika süreceğini belirttim. Danışma oturumlarında, paylaştıkları her şeyin danışma odasında kalacağını, hiç kimseyle paylaşılmayacağını (gizlilik ilkesi) özellikle vurgulayarak, sürece katılımlarının ve mümkün olduğunca açık olmalarının (açıklık ilkesi), kendilerine verilen ödevleri yapmalarının daha kısa zamanda daha çok yol alabilmekle ilgili faydalı olacağından bahsettim. Sormak ya da eklemek istedikleri bir şey olup olmadığını sorarak süreci başlattım.

İlk sorum ile ailenin geliş sorununu ortaya çıkarabilmeyi amaçladım.

"Yaptığımız ön görüşmede, danışmaya ihtiyaç duyduğunuzdan söz etmiştiniz. Sizi rahatsız eden, buraya gelmenize neden olan sorun nedir?" diye sordum.

Dilek Hanım *"Benim boşanmak istemem"* diye cevap verdi.

"Bu ilk boşanma talebiniz mi?"

"Yok, birkaç defa oldu."

"İlk ne zaman oldu?"

"İlk, sanıyorum 1 yıl önce, yok 5 yıl önce."

"Yani ilk olarak 5 yıl önce, ben bunu yapacağım dediniz. Size bunu söyleten ne oldu?"

"O zaman eşimle şiddetli bir tartışma yaşamıştık."

"Sizi boşanma kararı almaya iten bir tartışma yaşamışsınız, peki bu şiddette bir tartışma yaşamanıza neden olan olay neydi? Olayı önce dinleyeyim, sonra bir de sizden dinleyeceğim" diyerek süreci yönettim. Olayla ilgili her ikisini de dinleyeceğimi belirterek, süreçten kopmalarını engellemek istedim. Dilek Hanım eşinin sorumsuz davranışlarından çok şikayetçi olduğunu; kirayı, faturaları ödemediğini ve kendisinin ise bu konuda çok hassas olduğunu, böyle olaylar olunca çok öfkelendiğini ve öfkesini kontrol etmekte zorlandığını anlattı. Dilek Hanım'ı dinleyip ona empatik tepkimi verdikten sonra, Gökhan Bey'e yöneldim:

"Gökhan Bey siz Dilek Hanım'ın anlattıklarıyla ilgili ne düşünüyorsunuz?" diye sordum.

"Dilek çok büyütüyor bazı şeyleri, çok kuralcı, bu o kadar da öfkelenecek bir şey değil bence" dedi.

Bu eşlerin olaylara bakış açılarının birbirlerinden ne kadar farklı olduğunu gösteriyordu. Birini boşanma noktasına getiren konu, diğeri için o kadar da önemli olmayan bir konuydu. Bu kadar farklı yaklaşımları olduğunu görünce, Gökhan Bey'in boşanma talebine yorumunun ne olduğunu öğrenmek istedim, o bu durumu nasıl değerlendiriyordu:

"Size göre Dilek Hanım neden sizden boşanmak istiyor?" diye sordum.

"O çok kuralcı ve çok katı kuralları var, herkes bu kurallara uysun istiyor, boşanmak istemesinin sebebi de benim o kurallara uymamam."

Bunun üzerine *"Siz de boşanmak istiyor musunuz?"* diye sordum.

"Hayır, ben karımı seviyorum ve boşanmak istemiyorum" dedi.