

# BİR BİRİM OLARAK AİLE TEDAVİLERİ İLE ETKİLEŞİM GRUPLARININ TEDAVİ EDİCİ YARAR YÖNÜNDEN KARŞILAŞTIRILMASI

Psk. Dr. İlkay Kasatura\*

**Özet:** Bu yazıda, ailenin bir birim olarak ele alınması ile, etkileşim grupları arasındaki farklar tedavi edici yarar yönünden karşılaştırılmıştır.

**Summary:** In this paper, we've tried to show the differences among the family oriented, therapies and interaction group techniques from the view point of therapeutic benefit.

Çocuk davranışları ve heyecan bozukluklarında değişik tedavi edici yaklaşımların başarı oranı konusunda son yıllarda değerlendirci araştırmalar başlamıştır. Ancak bu araştırmalar oldukça bölük börtük olup farklı yorumlara tabidirler. Örneğin heyecansal bozuklukların sadece iç pişik nedenlere dayandığını kabul edenler olduğu gibi kişiler arası ilişki ve iletişim bozukluklarına dayandığı gibi görüşler çok yaygındır. Bu değişik görüşlerin ışığında daha kısa tedavi yöntemlerine eğilim, bilinçli çalışmalara ve o sıradaki çevresel baskıya daha fazla önem verme, çocuğu bir birey olarak tedavi etme yerine aileyi, etkileşen bireyler grubu olarak tedavinin kat merkezi olarak almaya doğru bir eğilim başlamıştır. Bu değişik yaklaşımların ışığında Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesinden görevli olarak gönderdiğim Beşiktaş Gündüz Hastanesi'ne, 1979-1981 yılları arasında getirilen ergenlere, problemlerinin içeriğine göre değişik psikolojik yöntemler denerken, bu yöntemlerden hangisinin daha etkili olabileceğini öğrenmek için bir ön çalışma yapmak istedik.

Bireysel psikolojik yaklaşım gerektiren bir vak'ada, iki tedavi yaklaşımının etkinlik derecesini, vak'aların özellikleri nedeniyle birbirleriyle kıyaslayamayız. Ancak, vak'alara etki yapabilecek değişkenleri eşitlemeye çalışarak, benzer problemlere iki değişik yöntem uygulamak, bize bu tekniklerin tedavi etkinliği hakkında bir fikir verebilir. Bunu bir başka şekilde söylesek sadece bireysel tedaviden yararlanabilecek bir vak'a ile, grup terapilerinden yararlanabilecek vak'aları bir-biri ile karşılaştırmaya kalkmadık. Ancak iletişimlerdeki aksaklık nedeni ile, gruplardanya-

rarlanabilecek vak'aları seçerek, grup yöntemlerini karşılaştırmak istedik.

Tedavi grubumuz, 12-15 yaş arasında, davranış ve heyecansal bozukluklar gösteren, sosyo-ekonomik koşulları eşitlenerek iki eşit gruba ayrılan, 1979-1982 yılları arasında Gündüz Hastanesi'ne başvuranlar arasında seçilmiş 24 ergen ve anne-babalarıdır.

Biz, heyecansal bozukluklar ve davranış bozuklukları gösteren ergenlerin, yaşlarının özelliği sayılabilecek uyumsuzlukların ötesinde toplumsal etkileşime bağlı bir davranış kusurusöz konusu olduğunda, aile iletişimi ve ilişkilerinin yardımcı olabileceği vakaları özellikle seçtik. Sorun okulda veya diğer çocuklarla olan ilişkisinde ise, benzer sorunları olan bir çocuk, grubunun bir üyesi olacak şekilde başka bir gruba aktardığımız için, araştırma gruplarımıza almadık. Araştırma grubumuzun odak noktasını, ailenin etken olduğu iletişim aksaklıkları oluşturmaktadır. Vaka sayımız 24 ergen ve anne babaları ve üç vakada da büyük ebeveynlerdir.

Son yıllarda iletişim grupları kadar sistem analizine dayanan ve bir birim olarak aile tedavilerinin değişik iletişim kalıplarını denemeleri, bize, benzer problemleri bir ünite olarak aile tedavisinde ele almakla iletişim gruplarında ele almak arasındaki etkinlik farklarını araştırmaya yöneltti.

Bu araştırmaya almak için, aile bireyleri arasında, elle tutulur hissi bağlar bulmadan vakaları seçmedik. Çünkü aile tedavisinde kızgınlık ve dargınlık, kırgınlık gibi hislerle uğraşmak mümkündür ama telafi edici sıcaklık olmaksızın, sadece hostilite ve reddetme hislerinin hüküm sürdüğü bir durum bizim kuramsal yaklaşımımız için, uygun örnekler değildir diye düşündük. Aile bireylerinin bir arada kalmayı istemeleri veya gerekleri bulunmalıdır. Eğer ana baba boşanmak üzere ise, birlikte aile tedavisi veya iletişim grubu, pek uygun bir yol değildir düşüncesi ile bu kişileri de gruplara almadık. Gruplarımızı oluştururken kendimize sordüğümüz soru şu oldu bana dam-

\* Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Alkol ve Uyuşturucu Madde Bağımlıları Tedavi ve Araştırma Merkezi Psikoterapisti

şan kimdir veya kimlerdir? baş vuran bir ailede problemi olan kişi bir veya iki ya da daha fazla olabilir. Büyük bir olasılıkla, danışan, problemin sahibidir, veya anlatılan süreci işlemeye en fazla motivasyonu olanıdır. Burada yine sorulması gereken sorular danışan aile gerçekten yardım istiyor mu? motivasyona hazır mı? tedaviden yararlanacak yetenekte mi? karakter yapılanması ve savunma işlevleri fazla değişmesine uygun mu değil mi? bize baş vurma nedenleri olan semptom nevrotik savunmaların ötesinde psikotik bir sınıra gelir durumunda mı? bu soruların yanıtını vermek üzere yaptığımız görüşmelerle birlikte, aile ilişkileri testinden de çok yararlandık. Burada kişilerin savunma mekanizmaları, semptomlarının derinliği, aile içi iletişimlerinde nasıl bir yol izledikleri, bizi, gerek grupları oluştururken, gerekse gruplar arasında grup iletişim içeriğini değerlendirmemizde yönlendirici olmuştur. Testinde doğruladığı, psikotik psikopatik ve ağır davranış bozukluğu gösterenleri almadık.

Bir ünite olarak aileyi ele alırken, tek bir yöntem ve kuramsal görüşe bağlı kalmaksızın, sistem analizi kuramına giren birimsel tedavilerin çocuğunun yöntem ve tekniklerinden yararlanacak şekilde, esnek davrandık. Ailelerin iletişim biçimleri ve içeriklerine göre, bazen Ackerman, bazen Sater, bazan Mummchin görüşleri önem kazandı.

Konuşmamızın başında 24 ergeni eşit iki gruba ayırarak, birinci gruptaki 12 ergeni, ana babaları ile birimsel aile tedavisine aldığımızı belirtmiştik. Bunların 9 u çekirdek aile olarak, ana baba ile birlikte alınmışlar, birisi beraber oturduğu ve aile iletişimini etkiledikleri düşüncesi ile, anne babanın yanı sıra anneyle diğeri ana babasıyla birlikte babaanne ve dede, üçüncüsü ise çekirdek aileye ilaveten hala ile birlikte gruba alınmıştır.

Diğer grup ise, 12 ergenin anne babalarından meydana gelen iletişim grubudur. Bu büyük grupta, 8 er kişilik üç altı gruba ayrılarak, diğer birimsel aile tedavileri gibi haftada iki gün toplanmıştır. Zwetscke ve Frenfell daha sonra Fulma ve Bernarda ile gruba danışması adı altında geliştirdikleri üç veya dört aileyi, tek bir gruba toplayarak yaptıkları grup tedavisi, bize bu konuda ilham verdi. Bu üç altı gruba haftada iki gün devam ederken, ergenleri de bireysel olarak haftada iki gün birer saat süre ile bireysel tedaviye aldık.

4 er ailelik grupların kompozisyonunda sessiz anne babaları harekete geçirmeleri bakımından, anne iki aktif, bir sessiz, bir de ikisi arası aile seçilmiş-

dir. Ergenleri kendi yaşlarına has problemlerin daha çok kuvvetlendirdiği veya patoloji sınırına getirdiği davranış problemlerini çözümleme, acaba ilk grupta yaptığımız gibi, bütün aileyi birlikte ele almak mı, yoksa ergene bireysel olarak yardımcı olurken, anne, babaya aynı olarak iletişim gruplarında destek olmak mı, daha yararlı sonuçlar vermektir? Bu grupların psikodinamik içeriğinden, acaba bazı aile tipolojilerine gidebilir miyiz? ailelerin psikoloji çatışmaları çözmeyle karşı tavrılan, hangi aile yapılarında nasıl bir mahiyet arz ediyor? aile içi iletişimde anne baba anne çocuk, baba çocuk iletişimlerinin patolojiye yol açabilecek karakteristik biçimleri var mı? 4 ay süren bu küçük araştırma ile bu soruların yanıtını vermeye çalıştık. Her iki grupta da hedefimiz bütün tedavi gruplarında olduğu gibi, bireyin semptomlarından kurularak patolojik savunmalarının farkına varması ve daha etkili iletişim yolları ile gerçekçi çözümler bulabilmelidir. Bir ailede bireylerin temelde aynı türde kişiler oldukları düşünülebilir. Aile bireyleri bir çok müşterek şeye sahiptirler ve aynı yaşama tarzını paylaşırlar. Bu beraberlik açısından bakıldığında, ailenin içindeki bireyler arasında hiç bir ön yargı olmayacağı ve dışarıya karşı ön yargı birikimi olması beklenebilir. Ancak durum hiç de öyle değildir. Aynı ailenin bireyleri arasında benzerlikler olduğu kadar dış görünüş, tavır alışlar, huylar, hedefler, amaçlar ve değerler yönünden farklar vardır. Her ailenin kendine özgü duygusal yapısına bağlı olarak bireyler arası bu farklara sembolik anlamlar atfedilir böylece bu farklar ailenin bir bölümünce bariz bir tehlike olarak görülür. Farklılık gösteren aile bireyi, grubun diğer üyelerinin emniyet, ihtiyaç ve değerlerini tehdit eden tehlikeli bir yabancı olarak algılanır. Bu tehdit duygusunu paylaşan bireyler, bunu yaratan kaynağa saldırmak üzere birleşirler. Ailenin iç yaşantısında, böylesi bir ön yargı çeşitli farklılıklar etrafında organize olur.

- 1- Cinsler arası mücadele,
- 2- Kadın erkek mücadeleleri,
- 3- Nesil farklılıkları,
- 4- Para ve güçlğe karşı sakin bir yaşam.

İşte bu tip bir ön yargı ile karşılaştığımız zaman bunlar belirli bir aile tipinin duygusal organizasyonu ve işleyişi hakkında ipucu verir. Belirli bir ailenin yaşam hikayesinde, ön yargısal mahkumiyetin özel rolü nedir? böyle bir ailede, saldıran, saldırılan ve arabulucu olan kişilerin rol işlevleri nasıl organize olmaktadır? ailenin ve bireylerin duygusal sağlığı açısından bu süre içinde anlamlılık derecelerini incelemek için kendimizi

bazen bir aile arabulucusu rolünde bularak saldıranların yıkıcı etki ve gücü nötralize eden, bir anlamda kurban kurtarmaya çalıştık. Bu da aile bireylerine, verdikleri ve aldıkları mesajların arasındaki mesajları değerlendirebilmelerine yardımcı etmekle oldu.

Konuşmamızın başında belirttiğimiz gibi bu görevi üstlenebilmem tek bir görüş yerine, problemin özelliğine hitap edecek değişik yöntemlerden yararlanmakla mümkün oldu. Örneğin, iletişimin sözsüz cephesinden de yararlanırken, bir kişi makul davranmıyorsa, duygusallığın buna uygun düştüğünü, kendisi anlatıyorsa, başkalarına da kendilerini anlatmaları için olanak sağladığını, bir şeyin gerçekte kabul etmiyorsa, sözel olarak ifade etmese de, duygusal mesajın kabahat bulma ve saldırma gibi anlamlar taşıdığını örneklerle gördük. Aynı şekilde Minuchin'de, aile üyeleri arasında belirgin bir iletişim bozukluğuna dikkati çekmekte ve ortaya çıkan semptomun, bu iletişim boşluğunu doldurmaya yönelik olduğunu söylemektedir. Çatışma çözme modelleri, kişinin rijid tavrı, frustration hoşgörüsünün olmayışı (Over protection) gibi mekanizmalarda, psikosomatik bir semptom oluşturarak, kişinin fizikiyliğini feda etme pahasına bir denge sağlamaktadır.

Ailenin bu konudaki vurdumduymazlığı, bizim birim olarak ele aldığımız ailelerin çoğunda davranışları ile vurgulanmıştır. Örneğin, çoğunda çocukların bir "birey" olmaya hakları olduğu unutulmaktadır. Aile görüşmelerinde, çocuk görmezlikten gelinmektedir. Çocukların davranışları ile ilgili görüşleri kendi idraklerinin dışında fazla bir şey yansıtmamaktadır. Çocukların davranışları ancak bir semptom haline geldiğinde aileler telaşlanmakta ve bunun çözümünü araştırmaktadırlar. Bu tip aileler, aile üyeleri arasındaki iletişimin ne kadar etkili olduğunu kendileri anlama ve etkin iletişim için yolları kendi bulabilir duruma gelebilmektedirler. Ancak, çatışmayı daha yapıcı yollarla çözmeden önce, ortaya çıkan devre, durumu kabullenmek için duygusal güçlükler ve saldırganlıktır. Kendisi özel yaşantısında tatmin olmadığı için çocuğunu ulaşmaya çağı yüksekliklerde başarı zorlamalarına iten bir anne baba, önce kendi yetersizliklerini kabul etmelidirler, kendilerini anlama noktasına gelmiş olmaları, başkalarının anlamış olmalarına da yardımcı olacaktır.

Lise 2 de başarısız bir karne getirdiği zaman annesi babası tarafından çok istediği bir seyahatten yoksun bırakılma cezası verilen ve bu cezadan sonra da içe kapanık belirtileri artarak hasta-

nemize getirilen 16 yaşındaki bir kız öğrenci aile ilişkileri testinde anne baba figürünü temsil eden resimlerin yanına kendisini temsil edecek resmi karalayarak bir terazi resmi çizdi terazinin bir kefesine de bir tavşan resmi oturttu diğer kefeyi de içine bir havuç çizerek tavşanın erişmeyeceği kadar uzak bir mesafeye belirtti bunun anlamını bize açıklamasını istediğimiz zaman (Bakın, şu terazinin yanındaki kişi babamdır. Terazideki deney tavşanı da ben. Babamın kimyager olduğunu biliyorsunuz bütün yaşantıyı bir formülle açıklamak, ölçüp biçmek istediğinden ben de onun deney tavşanıyım. Her akşam teraziye oturtularak kaç gram aldığı kontrol edilen...çünkü terazinin şu tarafındaki kişi de annemdir.

Deney tavşanı güzel olmalı bir gram bile vücudunda fazla yağı bulunmamamı, tıpkı benim gençliğimdeki gibi güzel olmalı der. Yani ben, annesi için dünya güzeli, babası için de dünya başarılı olması gereken bir laboratuvar tavşanıyım. Tavşanın erişebileceği havuç bana vaadedilen seyahat, şuradaki labirent de mutlaka başarmak zorunda olduğum şeyler. Bu düzen ve denetime uymadığım için bu tavşana çok kızacaklar şimdi. Biraz sonra da iki deneyci birbirlerini eleştirmeye, suçlamaya girişecekler. Ben bunları neye benzetiyorum biliyor musunuz? cebinizde ancak çok uçuz bir yerde bir giysi alabilecek kadar paranız varken en lüks bir mağazanın önünde durup bu para bunları satın almaya yeter diye mağazaya girip gülmeye. Benim kafamın içindeki akıl ve benim eğilimlerim o kadar plan ve program için yeterli değildir. Neden alabileceğim kadarını almama izin vermiyorlar) Bu haklı yakınmalardan sonra birimsel olarak yaptığımız aile tedavisinde, aileye çocuklarını gerçekçi olarak geleceğe hazırlamadıkları vurgulanarak anne baba arasındaki görüş farklılıkları da bir uzlaşma noktasına getirilerek, gencinde kendisine daha iyi ifade edebilmesine olayları daha gerçekçi değerlendirebilecek bir ego güçlüğü kazanmasına yardım edildi. Ancak bunu yaparken, ailenin aşırı mükemmeliçi olmak gibi savunmalarını kırarak, kendi görüşlerimizi empoze etmedik. Semptoma saygı göstererek ailenin duyduğu anksieteyi empati ile paylaşarak aile üyelerinin kendilerini anlatma noktasına gelmelerini sağlamaya çalıştık. Bu noktada, böyle bir sonucun nasıl ortaya çıktığını, aile üyeleri de anlayabilen bir hale geldiler. Ancak, kendi kendimizle rekabete girmeden sonuca ulaşmak ve daha iyi bir gelişim için gerekir olduğunu öğrendiler. Birimsel aile tedavilerinde, ergenin güvence ve özgürlüğüne yardımcı olurken, bu özgürlüğün getireceği bazı rizikoları da kabul et-

mede, anne babaya yardımcı olmalıdır. Grupların başlangıç seanslarında, çocuklarına karşı otoriter tavrını bırakmadan çocuğum itaatkarlık rolüne devam etmesini isteyen anne babalar daha sonraları aileye ve bize karşı bir kırgınlık duygusu geliştirmeye başlamışlar, ancak gözlemcilik ve içe bakış yetenekleri arttıkça bunu realize etmeye başarısızlığa uğraşdığı zaman, sevgiyi, kişisel duyguları tatmin etmekte ve baskı yapıcı bir faktör olarak kullanmak ve içlerinden taşan heyecanların hepsini, çocuğa boşaltarak aynı zamanda onun sevgisi ile beslenmek, genci heyecansal bir oyuncak gibi kullanmak ve daha fazla olgunluk kazanmasına izin vermemek. Birimsel aile etmeye başarısızlığa uğradığı zaman, sevgiyi, klanından biri, babanın kızını ihmal etmiş olduğu hallerin aşağılık duygusuna ve genç kıza, özlediği babaca tavrı verecek bir kişiyi aramasına yol açabilmesidir. Baş kaldıracı bir agresivite ve itaatkar olma isteği arasında bir çatışma olmaktadır. Bu dinamik örneklerin, kişinin yaşantısında nasıl bir yeri olduğunu anlamak, anne baba ve çocuğun yaşantısında bir yere oturtmak. İki tarafta aile üyeleri arasındaki mekanizmada yanlış ve doğru yanlarını göstermeye çalışmayı kendi görüşlerimiz arasında saydık.

**Birimsel grupların karakteristik özellikleri.**

Babanın çok zayıf olması ve sorumlulukları almaya yetenekli olmaması erkek çocuğu özgürlüğe daha kolay kavuşturduğu için, okuldaki başarısızlıklarında, bu yalnız baba özdeşimini bir mazeret olarak kullanmaktadırlar. Anne daha kuvvetli ise, sadece sevgi ve otoriteyi temsil etmekle kalmıyor, aynı zamanda çocuk için bağımsızlığı gerçekleştirmeyi daha güçleştirmiş oluyorlar. Bu tip annelerin çocuklarının bazı durumlarda, kadın kuvvetinden korktuklarını veya kadınların kuvvetini inkar etmek için onların değerini aşağılamaya çalıştıklarını gördük. Annenin makul olmaması ve erkeklerden hep bir kötülük gelebilirmiş duygusunu vermesi de, kız çocuklarda erkek arkadaşlarına karşı aynı duygular meydana getirmektedir.

**İletişim Grupları:**

Bireysel olarak ele aldığımız ergenler ile, anne babaların meydana getirdiği iletişim gruplarına gelince, anne babaların iletişim grupları içinde kendileri ile benzer durumlarda olan anne babalarla terapötik yönden çok yararlı etkileşimleri doğabilmektedir. Örneğin: A, önceleri çatışmalı bir konuya girdiği zaman, bu konu, daha önceden başka bir anne baba tarafından anlatıldığı için aralarında bir anlaşma meydana gelir. A ailesi B ailesini kendilerini daha çok açığa vurmaya özendiriyor, onun için önce A ailesi kendilerini anlatıyor ve bu böylece devam ediyor. Bu şekilde itilmiş bazı duygularında ortaya çıkması sağlanıyor. Bu süreçte ailelerde bin nevi terapöt görevi alıyorlar, karşılıklı anlaşma ve işbirliği sonucunda, grup üyelerinin çocuklarını etkilediği çok önemli karakter özellikleri ortaya çıkıyor. Grup iyi bütünleşmiş ve aktif bir işlevde bulunuyorsa elde ettiğimiz verilerin de güvenilir olduğunu söyleyebiliriz.

İşlevsel iletişimi özetlersek: Örneğin koca, karısına çocukları cezalandırmada sert olduğunu söylediği zaman, "Şöyle şöyle söylediğinde şu şunu mu söylemek istedin?" veya "çocukları cezalandırmakta çok sert olduğumu söylediğin zaman, Ayşe'yi cezalandırmak için tatlı vermediğimi mi söylemek istiyorsun?" diye net olmak zorundadır. Durumu böyle net olarak ortaya koymak genelleme yapılmasını belirsiz ve tam olmayan mesajlar oluşmasını engeller. Mesajların önemi şurdadır ki? biz iletişimde bulunduğumuz zaman sadece birşeyi ortaya koymakla kalmayız? aynı zamanda sözel olarak anlatılan şeyin arkasında duygusal olarak da neleri ifade etmek istediğimizi açıklamış oluruz: İletişim gruplarının amacı kişiler arasında zaman zaman kopan ya da üstü örtülü bir biçimde ortaya çıkan kırgınlık ve kızgınlık gibi duygularımızda bir içgörü kazandırarak, sözel veya davranışla ifadelerimize bir netlik sağlamaktır. Kişiler kendilerini ifade etmekte netleştikleri zaman, çoğunlukla silik ve belirsiz olmaktan kaynaklanan problemler de ortadan kalkmış olur.