

# AİLE İÇİ İLİŞKİLER

Doç. Dr. İnci Dođaner

# BU KONFERANSTAKİ YERİ NEDİR?

- Her hasta ve danışana, biyopsikososyal modele uygun bir hizmet verebilmek için aile konusunda bilgilenmek
- Kendi ruhsal sağlığımızı koruyabilmek açısından, yakın ilişkiler içindeki kendimiz ve diğerlerine ilişkin bazı bilgiler edinmek ve bazı sorun çözücü yaklaşımlar tanımak

# İYİ İŞLEYEN AİLE

- Tüm bireyler güvenli ve yeterli hissediyor
- Duygu ve düşüncelerini ifade edebiliyor
- Hayal etme güçlerini kullanabiliyor
- Özerklik ve karşılıklı bağlılık var
- Sorumluluklar ve doyum arasındaki denge yerinde
- Sosyal yapı içinde yer alıyor

# BUNLAR İÇİN GEREKENLER:

- Karşılıklı sevgi, saygı
- Dağılmayı önleyecek kadar yapılanmış, gerekene uyumu sağlayacak kadar da esnek kurallar
- Farklılıkları çözme ve uzlaşma yetileri
- Ebeveynlik gücü, rollerde netlik
- Bireysellik ve sistem sürekliliği için esneklik
- Kuşaklar arasında netleşmiş sınırlar



[www.sinek.com](http://www.sinek.com)



# Koruma ve ilgi

- Yaşamsal gereksinimlerin karşılanması
- Fiziksel ve ruhsal gereksinimleri düşünme ve önemseme
- Olumlu ilgi
- Olumsuz ilgi
- İlgisizlik

# Temel inançlar, değer yargıları, kurallar

- Roller (karı kocalık, ana babalık, vb)
- Zaman değerlendirme
- Para
- Cinsellik
- Çocuk yetiştirme
- Akraba ve arkadaşlarla ilişkiler



# Sorun özme becerileri

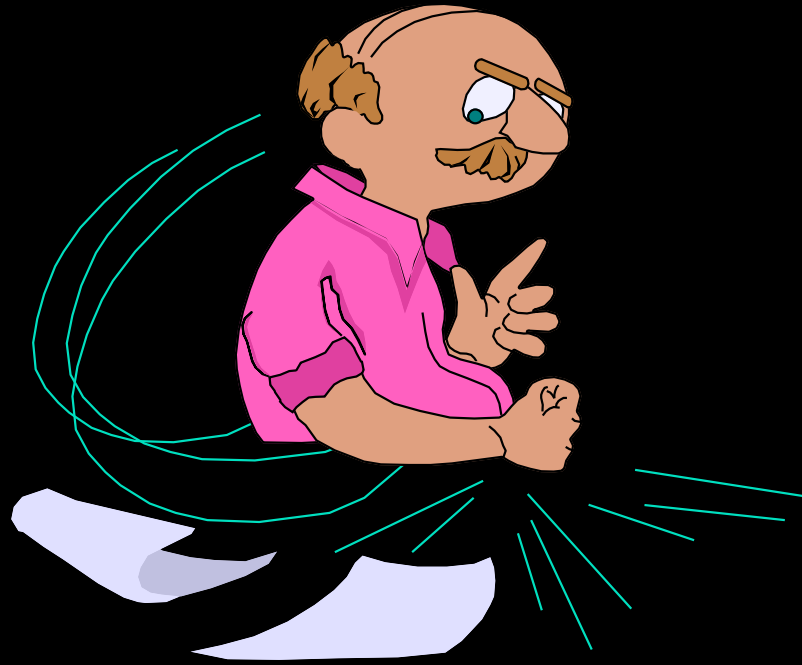
- Duygusal, düşünsel, davranışsal bütünlük



# İLETİŞİM TUTUMLARI: ...bilgisayarlar



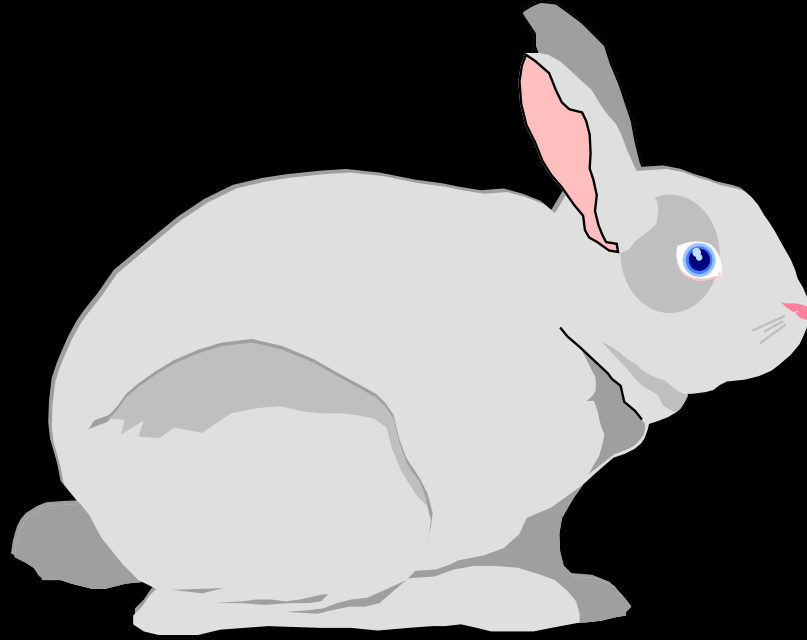
...duygusallar



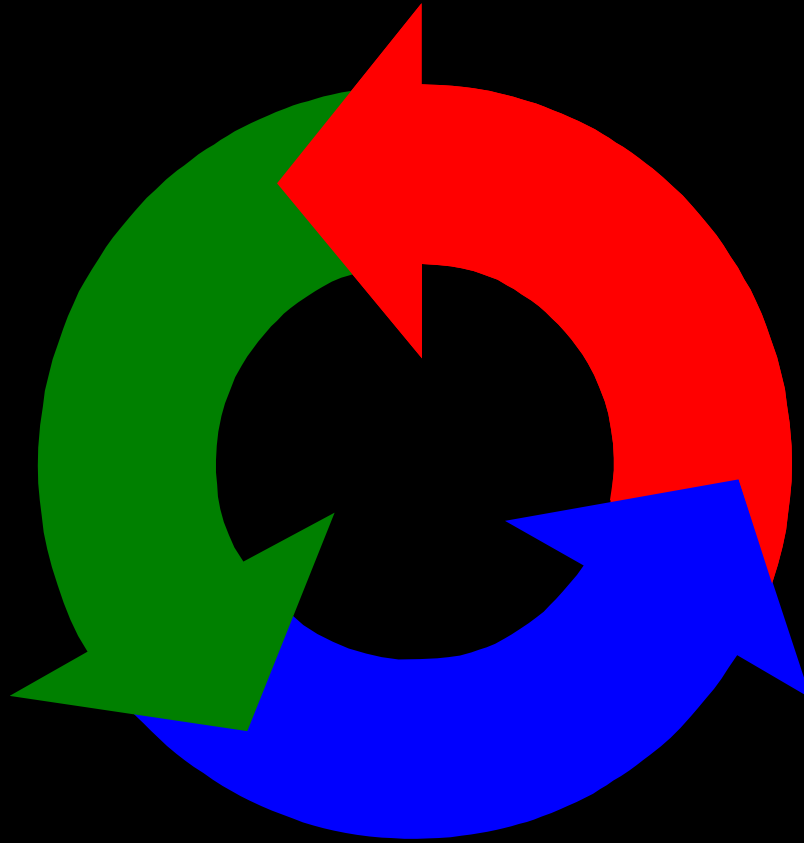
...suçlayıcılar



...boynu bükükler



...seviyeleyiciler



# SORUN ÇÖZME SÜRECİ

- Sorunun tanımlanması (sorunu tanımlayanın bunun kendisi ile ilgili sınırlar koyarak duygusal ve düşünsel boyutlarını verebilmesi önemlidir)
- Çözüm seçenekleri üretmek, değerlendirmek
- Uzlaşarak karar vermek
- Kararın nasıl uygulanacağını belirlemek
- Çözümün uygulanışını izlemek

# SIK GELEN SORUNLAR

- K ken aile/yeni aile (takım psikolojisi)
- Roller (aşırı yüklenme/takipçilik)
- Çocukluk travmalarının tetiklenmesi (aktarımlar; sevgi, eşitlik vb.)
- Cinsellikte kadın erkek farklılıkları
- Karı kocalıktan ana babalığa geçiş dönemi sorunları
-  ocuk merkezcilik



# ÖRNEKLER ÜZERİNDEN BAZI ÇALIŞMALAR: