T.C
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ BİLİM DALI

MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞI: YAŞANTISAL AİLE DANIŞMANLIĞI ÇERÇEVESİNDE BİR MODEL ÖNERİSİ

Doktora Tezi

HATİCE KILINÇER

İstanbul, 2021

T.C
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ BİLİM DALI

MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞI: YAŞANTISAL AİLE DANIŞMANLIĞI ÇERÇEVESİNDE BİR MODEL ÖNERİSİ

Doktora Tezi

HATİCE KILINÇER

Danışmanı
Prof. Dr. ALİ AYTEN

İstanbul, 2021

GENEL BİLGİLER

İsim ve Soyadı : Hatice Kılınçer

Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri

Bilim Dalı : Din Psikolojisi

Tez Danışmanı : Prof. Dr. Ali Ayten

Tez Türü ve Tarihi : Doktora - Haziran 2021

Anahtar Kelimeler : Aile Danışmanlığı, Evlilik, Maneviyat, Din, Evlilik doyumu, Problem Çözme Becerileri, Yaşantısal Aile Terapisi, Satir Aile Terapisi

ÖZET

MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞI: YAŞANTISAL AİLE DANIŞMANLIĞI ÇERÇEVESİNDE BİR MODEL ÖNERİSİ

Bu araştırmanın amacı, maneviyatın aile terapisine entegre edildiği bir model geliştirilerek modelin etkili olup olmadığını ortaya koymaktır. Bu bağlamda Yaşantısal Aile Terapilerinden olan Satir aile terapisine İslam'daki dini-manevi değerler entegre edilerek yarı yapılandırılmış manevi yönelimli aile danışmanlığı modeli geliştirilmiştir. Bu modelin çiftlerin evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve aile ortamına olan etkisi değerlendirilmiş ve çiftlerin maneviyat boyutunun aile terapisinde yer alması hakkındaki görüş ve değerlendirmelerine yer verilmiştir. Çalışma, aile danışmanlığına maneviyat boyutunun entegre edildiği ilk deneysel çalışma olması ve daha sonra yapılacak çalışmalara örnek teşkil etmesi bakımından önemlidir.

Açıklayıcı sıralı karma desen olan çalışma deneysel bir model olarak tasarlanmıştır. Çalışma grubunda en az 2 yıllık evli, çocuk sahibi, daha önce aile danışmanlığı almamış 26 çift (13 deney-13 kontrol) yer almıştır. Geliştirilen modelin etkililiğini belirlemek amacıyla deney ve kontrol grubuna çalışmanın başında ve sonunda (öntest-sontest) Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ), Problem Çözme Envanteri

(PÇE) ve Aile Ortamı Ölçeği (AOÖ) uygulanmıştır. Deneysel modelde kontrol grubuna herhangi bir işlem uygulanmazken deney grubuna 8 seanstan oluşan maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modeli uygulanmıştır. Seansların bitimden sonra deney grubuyla yarı yapılandırılmış mülakat ve 2 ay sonra ilgili ölçeklerle izleme testi yapılmıştır.

Araştırmanın nicel bulgularının analizinde non-parametrik testlerden olan Mann-Whitney U ve Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları testi kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda evlilik doyumu, aile ortamı ve problem çözme becerilerinde deney grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farkın aile ortamı toplam puanı hariç izleme ölçümlerinde de kalıcı olduğu görülmüştür. Kontrol grubu öntest-sontest analizlerinde ilgili ölçeklerde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Deney-kontrol grubu analizleri sonucunda deney grubunun evlilik doyumu, problem çözme becerilerinin kontrol grubundan anlamlı şekilde farklılaştığı gözlenmiştir. Analiz sonucunda deney ve kontrol grupları arasında aile ortamı ve denetim boyutu arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiş, bununla beraber deney ve kontrol grubu birlik-beraberlik alt boyutu arasında anlamlı bir farklılık ortaya konmuştur.

Araştırmanın nitel bulguları betimsel analizle çözümlenmiştir. Katılımcılar maneviyat boyutunun aile danışmanlığında yer almasını faydalı bulduklarını, kendilerini güvende hissettiklerini, şükür ve dua ödevleriyle farkındalık ve umutlarının arttığını, davranışlarının anlam kazandığını, manevi hassasiyetlerinin arttığı ve bununda evliliklerine olumlu yansıdığını söylemişlerdir. Katılımcılar terapiyle birlikte yaşamış oldukları değişimleri umut ve sabırlarının artması, öfke kontrolü, sağlıklı iletişim becerilerini öğrenme, eşe karşı daha anlayışlı olma ve problem çözme becerilerinde olumlu yönde değişim ve farkındalık yaşadıkları şeklinde ifade etmişlerdir. Bu araştırmanın sonucunda, çalışmanın amacına uygun bir şekilde; geliştirilen manevi yönelimli aile danışmanlığının etkili olduğu nicel ve nitel analizler ışığında deneysel bir yöntemle ortaya konmuştur.

GENERAL KNOWLEDGE

Name and Surename	: Hatice Kılınçer
Department	: Philosophy and Religious Sciences
Field	: Psychology of Religion
Supervisor	: Prof. Dr. Ali Ayten
Degree Awarded and Date	: Doctorate – June 2021

Keywords : Family Therapy, Marriage, Spirituality, Religion, Marital Satisfaction, Problem Solving Skills, Experiental Family Therapy, Satir Family Therapy

ABSTRACT

SPIRITUAITY ORIENTED FAMILY THERAPY: A SUGGESTION OF MODEL WITHIN FRAMEWORK OF EXPERIENTAL FAMILY THERAPY

The aim of this research is to develop a model in which spirituality is integrated into family therapy and to reveal whether the model is effective. In this context, a semi-structured spiritual-oriented family counselling model has been developed by integrating religious-spiritual values in Islam into Satir family therapy, which is one of the Experiential Family Therapies. The effect of this model on couples' marital satisfaction, problem-solving ability and family environment was evaluated and couples' views and evaluations about the involvement of spirituality dimension in family therapy were included. The study is important in that it is the first experimental study in which the dimension of spirituality is integrated into family counselling and serves as an example of subsequent studies.

This study, which is an explanatory sequential mixed design, was designed as an experimental model. The study group included 26 couples (13 experiments-13 controls) who were married for at least 2 years, had children, and had not previously received family counselling. In order to determine the effectiveness of the developed model, at the beginning and end of the study (pre-test/post-test), The Marital Satisfaction Scale (MSS), Problem Solving inventory (PSI) and Family Environment Questionnaire (FEQ) were applied to the experimental and control groups. In the

experimental model, while no action was applied to the control group, the spirituality-oriented family counselling model consisting of 8 sessions was applied to the experimental group. After the end of the sessions, a semi-structured interview was conducted with the experimental group and a follow-up test was conducted with the relevant scales 2 months later.

Mann-Whitney U and Wilcoxon Signed Rank tests, which are non-parametric tests, were used in the analysis of the quantitative findings of the study. As a result of the analysis, it was found that there was a significant difference in marital satisfaction, family environment and problem-solving skills in favour of the experimental group, and this difference was also permanent in follow-up measurements, except for the total score of the family environment. No significant differences in the relevant scales were found in the control group pre-test and post-test analysis. As a result of experimental-control group analyses, it was observed that the marital satisfaction and problem-solving skills of the experimental group differed significantly from the control group. As a result of the analysis, there was no significant difference between the family environment and the control dimension between the experimental and control groups, however, a significant difference between the unity and togetherness sub-dimension of the experiment and the control group was revealed.

The qualitative findings of the research were analysed by descriptive analysis. Participants stated that they found it useful to take part the spirituality dimension in family counselling, felt safe, their awareness and hopes increased with gratitude and prayer assignments, their behaviours gained meaning, their spiritual sensitivities increased, and this reflected positively on their marriage. Participants expressed the changes they experienced with the therapy as increased hope and patience, anger control, learning healthy communication skills, being more understanding towards their spouse, and experiencing positive changes and awareness in their problem-solving skills. As a result of this research, in accordance with the purpose of the study; the effectiveness of spiritually oriented family counselling developed has been demonstrated with an experimental method in the light of quantitative and qualitative analyses.

ÖNSÖZ

Bu çalışma evlilik ve ailenin kutsallığına inanıp, çocuklarını ve yuvalarını korumak için çabalayan çiftleri desteklemek amacıyla yapılmıştır. Yaşadıkları bütün zorluklara rağmen ailelerini korumak adına yardım arayan çiftlere destek olmanın vicdani ve toplumsal bir borç olduğuna inanıyorum. Hem destek arayan ailelerin elinden tutma fırsatı yakalamış olmak hem de ülkemizde az sayıdaki araştırmada ele alınan bir konu üzerinde çalışmış olmaktan dolayı mutluluk duyuyorum. Öncelikle bana güvenen ve büyük bir titizlikle çalışmanın başından sonuna gönüllü olarak yer alan kıymetli ailelerimize teşekkür ediyorum.

Yüksek lisans sürecinde olduğu gibi doktora sürecimde de kendisiyle çalışmaktan büyük onur ve mutluluk duyduğum, beni cesaretlendiren, sabır, anlayış ve akademik vizyonuyla yoluma ışık tutan kıymetli hocam Prof. Dr. Ali Ayten'e teşekkürlerimi sunarım.

Satir aile terapisiyle tanışmama vesile olup destek arayan ailelerin kalbine dokunmayı öğreten, zorlandığım noktalarda bilgi, emek ve özverisini benimle paylaşıp cesaretlendiren değerli hocam ve süpervizörüm Uzm. Lisanslı Evlilik ve Aile Terapisti, Onaylı Süpervizör Sibel Usluer Erenel'e teşekkür ediyorum.

Tezimin her aşamasında değerli fikirleri, sabrı ve özverileriyle beni yönlendiren, varlıklarını her daim yanımda hissettiğim kıymetli hocalarım sayın Prof. Dr. Ali Ulvi Mehmedoğlu, Doç. Dr. Gülüşan Göcen, Doç. Dr. Sevde Düzgüner, Prof. Dr. Ümit Horozcu, Doç. Dr. Zuhal Ağılkaya Şahin'e teşekkürlerimi sunuyorum.

Tezimi yazarken bana rehberlik edip cesaretlendiren, yorgunluğumu omuzlayan, desteğini, dostluğunu hep yanımda hissettiğim kıymetli meslektaşım Dr. Öğr. Üyesi Tuba Yazıcıoğlu Ercan'a, çalışmaya katılacak olan ailelerimize ulaşmak ve bir terapi merkezi oluşturabilmek için benimle birlikte koşturan ve yorulan değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Habibe Temizsu'ya sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Yine, başta Felsefe ve Din Bilimleri alanından Dr. Öğr. Üyesi Süleyman Taşkın, Dr. Öğr. Üyesi Nimet Ferah, Dr. Fatımatüz Zehra Yaşar, Gülistan Sucu ve Melek

Mollaibrahimoğlu olmak üzere Bingöl Üniversitesi İlahiyat Fakültesindeki bütün kıymetli hocalarıma teşekkür ediyorum.

İyi ki yollarımız kesişmiş dediğim, bilgisi, vefası ve dostluğuyla her adımda benimle olan ve çalışmanın yükünü hafifleten sevgili dostum Uzm. Psikolog Feyza Topçu, yorgunluğu ve umudu paylaşan, nazımı çeken kıymetli dostum Şeyma Hande Sürücü, bana güç veren, desteğini ve dostluğunu her daim yanımda hissettiğim, Şeyma Sultan Aslan, Uzm. Psikolojik Danışman Mine Sayın, akademinin bana kazandırdığı ve birlikte yol almaktan güç bulduğum dostlarım Dr. Sema Karagöz, Dr. Aysun Özkan ve Bahar Özkan'a sonsuz teşekkür ediyorum.

Son olarak, eğitim hayatımın her aşamasında bana güvenen, her daim sevgi, ilgi ve dualarıyla yanımda olan, sürecin bütün zorluklarını benimle birlikte omuzlayan, varlıkları şükür sebebim olan babam Lütfi, annem Mihriban, ablam İlknur, Abilerim Muhammed ve Ahmet Selçuk, kardeşim Muhammed Veyis Kılınçer, yeğenlerim, yengem Nursen ve Eniştem Akın Göral'a teşekkür ediyorum. Bu tezi, bana her zaman inanan ve seven, stresli anlarımda sükûnet ve sevinç kaynağım olan sevgili yeğenlerim Suden Dilay ve Esmanur Göral'a armağan etmek istiyorum.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

TABLO LİSTESİ ..... **ix**
ŞEKİL LİSTESİ ..... **Xİİİ**
KISALTMALAR ..... **XİV**

GİRİŞ **1**

1. Araştırmanın Konusu ve Kapsamı 4
2. Araştırmanın Önemi 7
3. Araştırmanın Amacı ve Problemleri 10
    3.1. Nicel Araştırma Hipotezleri 10
    3.2. Nitel Araştırma Soruları 12
4. Araştırmanın Ön Kabul ve Sınırlılıkları 12

1. KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE **14**

1.1. EVLİLİK VE AİLE 14
1.2. AİLE DANIŞMANLIĞI TARİHİ, KURAM, KAVRAM ve TEKNİKLERİ 36
    1.2.1. Aile Danışmanlığı/Terapisinin Kısa Tarihçesi 36
    1.2.2. Türkiye'de Aile Danışmanlığı 40
    1.2.3. Aile Danışmanlığının Bireysel Terapiden Farkları 43
    1.2.4. Aile Terapisinde Temel Yaklaşımlar/Kuramlar 46
    1.2.5. Aile ve Çift Terapisinde Kullanılan Temel Teknikler 60
    1.2.6. Aile ve Çift Terapisinde Temel Kavramlar 65
    1.2.7. Aile Danışmanlığı/Terapisine Duyulan İhtiyaç 71
1.3. DİN ve MANEVİYATIN AİLE ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ 75
    1.3.1. Din ve Aile Arasındaki İlişki 75
    1.3.2. Dinlerin Evlilik ve Aileye Bakışı 76
        1.3.2.1 İslam'da Aile 77
        1.3.2.2. Diğer Dinlerde Aile 87
    1.3.3. Maneviyat 89
        1.3.3.1. Din ve Maneviyatın Evlilik ve Aile Üzerindeki Etkileri 92
        1.3.3.2. Aileye Yönelik Dini/Manevi Uygulamalar: Aile ve Dini Rehberlik Büroları 94

2. MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞI MODELİ **97**

2.1. MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞININ ÖNEMİ VE GEREKLİLİĞİ 97
2.2. MANEVİİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞININ KURAMSAL YAPISI 101
    2.2.1. Satir Dönüşümsel Sistemik Aile Terapisi 101
    2.3. MANEVİ YÖNELİM ÇERÇEVESİNDE KULLANILAN KAYNAK VE TEKNİKLER 129

2.3.1. Manevi Yönelim Çerçevesinde Kullanılan Teknikler 130
2.3.2. Dini-Manevi Kaynaklar 136
2.3.3. Dini Yanlış Algıların Düzeltilmesi 154

3. YÖNTEM 172

3. 1. ARAŞTIRMA DESENİ 172
3.2.1. Nicel Araştırma Veri Toplama Araçları 175
3.2.2. Nicel Verilerin Çözümlenmesi ve İstatiksel Analizi 178
3.3. NİTEL ARAŞTIRMA MODELİ 179
3.3.1. Nitel Veri Toplama Aracının Oluşturulması 180
3.3.2. Nitel Araştırma Verilerin Çözümlenmesi ve Analizi 180
3.3.3. Nitel Araştırmada Verilerin Geçerliliği 182
3.3.4. Nitel Araştırma Verilerinin Güvenilirliği 184
3.5. ARAŞTIRMAYA KATILANLARIN NİTELİKLERİ 186

4. BULGULAR VE YORUMLAR 193
4.1. MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞI: NİCEL BULGULAR 193
4.1.1.Deney ve Kontrol Grubu Öntest Hipotezlerinin Test Edilmesi 193
4.1.2.Deney Grubu Öntest-Sontest Hipotezlerinin Test Edilmesi 195
4.1.3.Deney Grubu Sontest-İzleme Testi Hipotezinin Test Edilmesi 204
4.1.4.Kontrol Grubu Öntest-Sontest Hipotezlerinin Test Edilmesi 212
4.1.5. Deney ve Kontrol Grubu Sontest Hipotezinin Test Edilmesi 213
4.2. MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞI NİTEL BULGULAR. 217
4.2.1. Aile Danışmanlığının Maneviyat Boyutuna Ait Üst Te 217
4.2.2. Terapide Etkili Bulunan Müdahaleler, Kazanılan Farkındalık ve Değişime Ait Üst Tema 230
4.2.3. Manevi Yönelimli Aile Danışmanlığı Genel Değerlendirmelerine Ait Üst Tema 240

5. SONUÇ VE ÖNERİLER 259

KAYNAKÇA 267

EKLER 327

TABLO LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1: Terapinin Genel Çerçevesi ve Kullanılan Kaynak ve Teknikler 165

Tablo 2: Manevi Yönelimli Aile Terapisi Akış Çizelgesi 174

Tablo 3: Nicel Araştırma Modeli 175

Tablo 4: Nitel Araştırma Verileri Temaları 181

Tablo 5: Katılımcılara Ait Genel Sosyo-Demografik Bilgiler 186

Tablo 6: Aile ile İlgili Demografik Bilgiler 188

Tablo 7: Katılımcıların Dini-Manevi Özellikleri/Değerlendirmeleri 190

Tablo 8: Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) ve Alt Boyutlarının Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları 194

Tablo 9: Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri (PÇE) ve Alt Boyutlarının Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları 194

Tablo 10: Deney ve Kontrol Gruplarının Aile Ortamı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları 195

Tablo 11: Deney Grubu EDÖ'den Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 195

Tablo 12: Deney Grubu EDÖ Birinci Alt Boyutu "Evlilik Uyumu" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 196

Tablo 13: Deney Grubu EDÖ İkinci Alt Boyutu "Öfke" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 196

Tablo 14: Deney Grubu EDÖ Üçüncü Alt Boyutu "Eşin Ailesiyle İletişim" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 197

Tablo 15: Deney Grubu EDÖ Dördüncü Alt Boyutu "Ekonomik Anlayış" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 198

Tablo 16: Deney Grubu EDÖ Beşinci Alt Boyutu "Ebeveynlik Anlayışı" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 198

Tablo 17: Deney Grubu PÇE Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 199

Tablo 18: Deney Grubu PÇE Birinci Alt Boyutu "Aceleci Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 199

Tablo 19: Deney Grubu PÇE İkinci Alt Boyutu "Düşünen Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 200

Tablo 20: Deney Grubu PÇE Üçüncü Alt Boyutu "Kaçıngan Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 200

Tablo 21: Deney Grubu PÇE Dördüncü Alt Boyutu "Değerlendirici Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 201

Tablo 22: Deney Grubu PÇE Beşinci Alt Boyutu "Kendine Güvenli Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 201

Tablo 23: Deney Grubu PÇE Altıncı Alt Boyutu "Planlı Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 202

Tablo 24: Deney Grubu Aile Ortamı Ölçeğinden (AOÖ) Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları . 202

Tablo 25: Deney Grubu AOÖ Birinci Alt Boyutu "Birlik-Beraberlik" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 203

Tablo 26: Deney Grubu AOÖ İkinci Alt Boyutu "Denetim" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 203

Tablo 27: Deney Grubu EDÖ'den Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 204

Tablo 28: Deney Grubu EDÖ Birinci Alt Boyutu "Evlilik Uyumu" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 204

Tablo 29: Deney Grubu EDÖ İkinci Alt Boyutu "Öfke" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 205

Tablo 30: Deney Grubu EDÖ Üçüncü Alt Boyutu "Eşin Ailesiyle İletişim" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 205

Tablo 31: Deney Grubu EDÖ Dördüncü Alt Boyutu "Ekonomik Anlayış" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 206

Tablo 32: Deney Grubu EDÖ Beşinci Alt Boyutu "Ebeveynlik Anlayışı" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 206

Tablo 33: Deney Grubu PÇE'den Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 207

Tablo 34: Deney Grubu PÇE'nin Birinci Alt Boyutu "Aceleci Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 207

Tablo 35: Deney Grubu PÇE'nin İkinci Alt Boyutu "Düşünen Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 208

Tablo 36: Deney Grubu PÇE'nin Üçüncü Alt Boyutu "Kaçıngan Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 208

Tablo 37: Deney Grubu PÇE'nin Dördüncü Alt Boyutu "Değerlendirici Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 209

Tablo 38: Deney Grubu PÇE'nin Beşinci Alt Boyutu "Kendine Güvenli Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 209

Tablo 39: Deney Grubu PÇE Altıncı Alt Boyutu "Planlı Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 210

Tablo 40: Deney Grubu AOÖ'den Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 210

Tablo 41: Deney Grubu AOÖ Birinci Alt Boyutu "Birlik-Beraberlik" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 211

Tablo 42: Deney Grubu AOÖ İkinci Alt Boyutu "Denetim" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 211

Tablo 43: Kontrol Grubu EDÖ ve Alt Boyutlarının Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 212

Tablo 44: Kontrol Grubu PÇE ve Alt Boyutlarının Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları 212

Tablo 45: Kontrol Grubu Aile Ortamı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş 213

Tablo 46: Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) Sontest..... 214

Tablo 47: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ Birinci Alt Boyut "Evlilik Uyumu" .. 214

Tablo 48: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ Beşinci Alt Boyut "Ebeveynlik..... 215

Tablo 49: Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri (PÇE) Son Test Toplam Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları..... 215

Tablo 50: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Birinci Alt Boyut "Aceleci Yaklaşım"Son Test Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları 216

Tablo 51: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Üçüncü Alt Boyutu "Kaçıngan 216

Tablo 52: Deney ve Kontrol Gruplarının AOÖ Birinci Alt Boyutu "Birlik-Beraberlik" Son Test Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları 216

ŞEKİL LİSTESİ

Sayfa No.

Şekil 1: Satir Buzdağı Metaforu 123

Şekil 2: Betimsel Analiz Aşamaları 181

KISALTMALAR

akt. : Aktaran
ADRB : Aile ve Dini Rehberlik Bürosu
AOÖ : Aile Ortamı Ölçeği
Bkz. : Bakınız
Çev. : Çeviren
DİB : Diyanet İşleri Başkanlığı
diğ. : Diğerleri
Ed . : Editör
EDÖ : Evlilik Doyum Ölçeği
Krş. : Karşılaştırınız
M : Ortalama puan
MDR : Manevi Danışmanlık ve Rehberlik
N : Katılımcı sayısı
PÇE : Problem Çözme Envanteri
s. : Sayfa
sd. : Standart Sapma
SHÇEK : Sosyal Hizmetler Çocuk Esirgeme Kurumu
ss. : Sayfa Sayısı
TPD : Türk Psikologlar Derneği
vb. : ve benzeri
vd. : ve diğerleri
WHO : Dünya Sağlık Örgütü

GİRİŞ

Aile, önemini hiçbir zaman yitirmeden günümüze kadar varlığını sürdürmüştür. Bütün medeniyetler, hukuk sistemi ve dinler aileyi toplumun en önemli parçası kabul etmiş, ailenin korunması ve devam ettirilmesine büyük önem vermiştir (Kıvılcım Kavak, 2018, s. 3; Aluş, 2016, s. 30). Aile, hem bireyler hem toplum için oldukça önemlidir. Aile bireylerin barınma, yakın ve samimi ilişki, sevgi, kabul görme, güven duyma, sosyal ve ekonomik destek gibi pek çok ihtiyaçlarının karşılandığı birincil ve vazgeçilmez ortamdır. Aile, bireysel ihtiyaçlarla birlikte toplumsal değerler, inanç ve kültürün aktarılmasında da kilit bir role sahiptir (Kağıtçıbaşı, 2010, s. 75). Bireylerin bu ihtiyaçlarını yeterli şekilde karşılanabilmesi için sevgi ve saygı çerçevesinde ilişki kurulabilen, problem çözme becerileri gelişmiş, birbirine güvenebilen, sağlıklı iletişimin olduğu bir aileye sahip olması gerekmektedir (Pehlivan, 2017, s. 10; Kılıç, 2013, s. 26; Canel, 2007, s. 37).

Modernleşme süreci sosyal, kültürel, ekonomik ve daha birçok alanda olduğu gibi aile yapısı, rol ve işlevlerinin de değişip dönüşmesine neden olmuştur. Aileler geleneksel yapıdan çekirdek aile yapısına, güç ve otorite bakımından ise ataerkil yapıdan eşitlikçi yapıya doğru evirilmiştir. Bireylerin zamanlarının büyük kısmını aile dışında geçirmeye başlaması, aile mahremiyetinde yaşanan dönüşüm, kadın- erkek eşitliği düşüncesinin rağbet görmesi, özgürlük, demokrasi, insan hakları ailenin değişiminde etkili olmuştur. Bu değişimler kişisel alanda da bireylerin aileye bakış açısını etkilemiştir. Evliliğe alternatif yaşam biçimlerinin ortaya çıkması, özgürce eş seçebilme, kadının da aile içinde karar mercii olması, cinsel özgürlük anlayışındaki genişleme, çocuğa odaklı anne baba tutumları günümüzde aileyi etkileyen temel yönelimler arasında sayılabilir (Tekin Epik, vd., 2017; Özbay, s. 2015, s. 32; Aybey, 2015, s. 152; s. 45; Can, 2013, s. 85; Yıldız, 2011, s. 1). Yaşanan bu değişimlerden ailenin ne kadar etkilediği ve varlığının devam edip etmeyeceği tartışmaların odağı haline gelmiştir.

Aileyle ilgili göze çarpan diğer bir değişim de boşanma oranlarında yaşanan artıştır. Batı'ya oranla az olsa da Türkiye'de de boşanma oranları her geçen yıl artış göstermektedir. Başta şiddetli geçimsizlik olmak üzere, aldatma, şiddet, evliliğe dönük

gerçekçi olmayan beklentiler, rol dağılımı, cinsiyet farklılıkları, ekonomik ve cinsel problemler, iletişim, ebeveynlik anlayışındaki farklılıklar, din-mezhep, politik görüş farklılıkları, madde bağımlılığı, akrabalardan kaynaklı problemler evliliklerde çatışmaya neden olmaktadır. Evlilik doyumu düşen ve sürekli çatışma halinde olan çiftler boşanmaya karar verebilmektedir (Ferah, 2019, s. 39; Canel, 2012a, s. 57; Alptekin, 2011, s. 47; Hawkins vd, 2012, s. 462; Şen, 2010, s. 26; Lowenstein, 2005, s. 155;).

Aileler yaşadıkları problemler karşısında aile danışmanlığına ihtiyaç duymaktadır. Ailelerin uzman desteğine ihtiyaç duyduğu temel konular geleneksel aile yapısının bozulmasından kaynaklı sorunlar, ekonomik nedenlerden dolayı ortaya çıkan çatışmalar, ailedeki güç dengesinin değişmesi, iletişim problemleri, tek ebeveynli ailelerin karşılaştığı zorluklar, madde kullanımı, ebeveyn-çocuk ilişkisinden kaynaklı sorunlar, kardeş kıskançlığı, sorumluluk ve rollerin paylaşımı, çocukların evden ayrılması, kök aileyle ilgili yaşanan problemler, eşin ailesiyle yaşanan problemlerdir (Tamer, 2017, s. 179; Gladding, 2015, s. 88; Arslan ve Balkıs, 2014, s. 21; Özkan ve Kılıç, 2014, s. 399; Şener ve Terzioğlu, 2008, s. 18; Öztop, vd., 2008, s. 45; Kültür, vd., 2006, s. 8).

Aile terapisi, aileyi bütün olarak ele alıp, yaşadıkları problemler karşısında aile bireylerinin iç görü kazanma ve başa çıkmalarına yardımcı olan yaklaşımdır (Ateş, 2019b, s. 3). Ortaya çıktığı tarihten günümüze psikodinamik aile terapisi, bilişsel davranışçı aile terapisi, yapısal aile terapisi, stratejik aile terapisi, çözüm odaklı aile terapisi, öyküsel aile terapisi, yaşantısal aile terapisi ve yaşantısal aile terapilerinden olan Satir aile terapisi gibi pek çok aile terapisi ekolünden söz etmek mümkündür (Lebow, 2019, s. 105; Hanımoğlu, 2019, s. 92; Nazlı, 2018, s. 66-68; Gladding, 2015, s. 237; Nichols, 2013, s. 209; Kerr, 2011, s. 151-153). Aile danışmanlığının/terapisinin amacı aile üyelerinin problemlerini çözmesine yardım ederek aileyi daha sağlıklı bir hale getirmek, krizler karşısında ailenin dayanıklılığını arttırmak, aile içerisindeki işbirliğini güçlendirmektir (Özgüven, 2017, s. 6).

Din, ailenin sağlıklı bir şekilde kurulması, sürdürülmesi ve boşanma oranlarında yaşanan artışın azalmasıyla ilgili son dönemlerde daha sık gündeme gelen ve önem verilen araştırma konularındandır. Din, ailenin sağlıklı olması ve devamlılığının sağlanması noktasında koruyucu olmuş, aileyle ilgili çeşitli düzenlemeler yaparak aileyi toplumsal yapının temeline oturtmuştur. Eş seçimi, düğün töreni, aileye yeni bir üyenin katılması, doğurganlık, yas, boşanma gibi aileyle ilgili birçok konu dinle yakından ilgilidir. Bireyler bu süreçleri dini yaşantı ve anlayışlarına göre yönetmektedir. Yine aile bütün inanç sistemlerinde kutsal kabul edilmiş, neslin devamı ve dinin aktarımı için önemli görülmüştür (Karan, 2020, s. 126; Adak, 2015, s. 46).

Din evliliğe zarar verici tutum ve davranışları engellemiş, evlilik ilişkisine olumlu bakmaya yönlendirmiş, ortaya koyduğu değer ve normlarla ailenin sağlıklı bir şekilde devamına katkıda bulunmuştur. Dinin, evlilik ve aileyi hem doğrudan hem de dolaylı olarak etkilediğinden söz etmek mümkündür. Birlikte yapılan ibadetler, çiftin birbirine dua etmesi, öfkeyle başa çıkma ve affetmenin dini kaynaklarda teşvik edilmesi aileleri olumlu yönde etkilemektedir (Mahoney ve Tarakeshwar, 2013, s. 361; Wolfinger ve Wilkon, 2008, s. 1; Alshugairi, 2010, s. 268). Dinin aile içi şiddet, bağımlılık, suç ve yalnızlığın azalması, sağlıklı ve düzenli aile hayatı, güçlü evlilik ve ahlaklı çocuk yetiştirmeyle ilişkili olduğunu ortaya koyan araştırmalar vardır (Fagan, 2016, s. 1). Yine dini inançları birbirine benzer olan çiftlerin ayrı olanlara kıyasla daha fazla bireysel iyi oluş ve evlilik doyumuyla daha az çatışma ve boşanma oranına sahip oldukları ortaya konmuştur (Walsh, 2010, s. 334; Nelson, 2008, s. 32). Dindarlığın evlilik uyumunun en güçlü göstergelerinden olduğu, evlilikte bağlılık ve istikrarı, aile dayanıklılığını arttırdığı, yaşanan krizlerin aşılmasını kolaylaştırdığı, ergenlikteki uyumsuz davranışları ise azalttığı görülmüşütür (Chung, 2013, s.3; Hodge, 2000, s. 217).

Mahoney (2010, s. 18) yaptığı çalışmada 1999-2009 yılları arasında evlilik, aile, din ve maneviyatla ilgili yapılan 184 bilimsel araştırmayı incelemiş ve din ve maneviyatın evlilik ve ebeveyn-çocuk ilişkisini olumlu-olumsuz yönde nasıl etkilediğini analiz etmiştir. İlişkisel süreçte maneviyatın evliliğin oluşumu, sürdürülmesi ve ilişkilerdeki dönüşüm noktasında etkili olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmalar

maneviyatın ailenin oluşumu, doğurganlık, evlilik doyumu, çatışma, boşanma, şiddet, aldatma, ergenlik dönemi, hamilelik ve ailenin problemlerle başa çıkma becerileri noktasında etkili olduğunu göstermektedir.

Aile, din ve maneviyat arasındaki yakın ve karşılıklı ilişki aile danışmanlığı alanında çalışan uzmanların da ilgisini çekmiş, aile danışmanlığında maneviyat ve din boyutunun ele alınıp alınamayacağı tartışılmıştır. Aile danışmanlarının din ve maneviyatın aile hayatını nasıl etkilediğini fark etmesi, terapide doğru müdahale yöntemlerini seçebilmesi noktasında önemlidir (Daneshpour, 1998, s. 366). Terapide, kendilerini dindar olarak tanımlayan danışanların var olan problemi algılayışı, aile yapısı ve değişim noktasında arzu ettiği yönün dini inanç ve kültürden güçlü bir şekilde etkilendiği göz önüne alınmalıdır (Daneshpour, 2015, s. 133).

Aile danışmanlığında maneviyat ve dinle ilgili çalışmalar 80-90'lı yıllarından sonra artış göstermiştir. Maneviyatın aile danışmanlığına nasıl entegre edileceği, terapistin kendi manevi kaynaklarını terapide kullanması, entegre edilirken dikkate alınması gereken etik ilkeler, oluşabilecek olası zarar, din ve maneviyat kavramları arasındaki farklılık araştırılan konular arasındadır. 2000'li yallardan sonra aile danışmanlığına maneviyat boyutunun entegre edilmesine dair tartışmaların azaldığı ve bu noktada büyük ölçüde fikir birliğine varıldığı görülmektedir. Son dönemde yapılan çalışmalarda en çok dikkat çeken konular aile terapisi modellerine maneviyat boyutunun nasıl entegre edileceği, pratik öneri, teknik ve müdahalelerdir (Helmeke ve Bischof, 2007, s. 170; Carlson,vd., 2002, s. 157; Thomas ve Cornwal, 1990, s. 990).

1. Araştırmanın Konusu ve Kapsamı

Çalışmanın temel konusu, maneviyatın aile terapisine entegre edildiği bir model geliştirerek modelin etkili olup olmadığını ortaya koymaktır. Yukarıda değinildiği gibi aileler son dönemlerde aile danışmanlığından daha fazla yardım talep etmekte ve aile danışmanlığında maneviyatın kullanılmasıyla ilgili özellikle Batı'da yapılan çalışmalar artmaktadır. Türkiye'de aile danışmanlığında maneviyat boyutunun yer almasıyla ilgili herhangi bir deneysel çalışma yapılmamış olması nedeniyle yapılan çalışmanın teorik alt yapısının sağlam bir şekilde oluşturulması önemlidir. Bu bağlamda öncelikle Türkiye

başta olmak üzere alanyazında yer alan aile danışmanlığı, maneviyat, aile danışmanlığında maneviyat uygulamaları, manevi danışmanlık, Aile ve Dini Rehberlik Bürosu, Satir aile danışmanlığıyla alakalı literatür kapsamlı bir şekilde taranmış kavramsal ve kuramsal çerçeve ilgili literatür eşliğinde dört alt başlık halinde ele alınmıştır.

Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modeli oluşturulurken öncelikle kavramsal ve kuramsal çerçevede çalışmanın temel kavramlarından olan evlilik ve aileye değinilmiştir. Bu bağlamda ilk başlık altında evlilik kavramı, eş seçimi, evlilik türleri, evlilik doyumu gibi konular işlenmiştir. Daha sonra çalışma kapsamında aile kavramıyla birlikte ailenin tarihsel süreç içinde yaşadığı dönüşüm, aile tipleri, ailelerin yaşadığı sıkıntılar ve boşanma konusu ele alınmıştır. Evlilik ve aile kavramının tanımlanması çalışmanın kavramsal ve kuramsal alt yapısını oluşturmak için önemli görülmüştür.

Evlilik ve aile hayatında yaşanan problemler aile danışmanlığına olan ihtiyacı arttırmıştır. Bu bağlamda çalışmamızın ikinci başlığı altında aile danışmanlığının tanımı, tarihi ve aile danışmanlığını ortaya çıkaran sebepler ele alınmıştır. Yine aynı başlık altında günümüzde öne çıkan aile danışmanlığı kuramları, aile danışmanlığında kullanılan temel kavram ve teknikler, aile danışmanlığına başvurma nedenleri konu kapsamında irdelenmiştir. Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinin daha iyi anlaşılması için aile danışmanlığıyla ilgili genel bir çerçeve çizilmiştir.

Aile ve din arasındaki karşılıklı ilişki, ailelerin aldığı kararlarda dini ve manevi yönelimlerinin etkili olması üstünde durulması gereken diğer bir konudur. Yapılan araştırmalar dinin aile üzerinde genel anlamda olumlu etkileri olduğunu ortaya koymaktadır. Din ve maneviyat bireylerin evlilik öncesi tercihleri, evlilik süresinde eş ve aileleriyle olan ilişkileri, eş ve aileleriyle yaşadıkları problemleri çözme yöntemleri, duygu, düşünce, davranış ve tutumlarını etkilemektedir (Yapıcı, 2019, s. 83; Belen, 2014, s. 200; Walsh, 2010, s. 3). Bu etki genel anlamda olumlu olmakla birlikte dini inançlardan kaynaklanan farklılıklar aile bireyleri için sorun olmaktadır. Din ve maneviyat eşler arasındaki problemlerin çözümünde, eşe karşı olan tutum ve davranışlarda, eşle iletişimde bireyi etkileyen önemli bir faktördür (Hünler, 2002, s.

132). Yine dindarlık ve maneviyatın karşılaşılan problemlerle başa çıkma becerileri, affetme, aile bireyleriyle olan ilişkinin sağlıklı olmasında olumlu bir rol oynadığı ortaya konmuştur (Ağırbaş, 2017; Karabacak, 2015; Bayer, 2013a; Lambert ve Dollahite, 2006; Valiante, 2003). Alanyazında genel olarak maneviyat ve dinin aile bütünlüğü, evlilik doyumu ve ilişkilerini olumlu yönde etkilediğine dair araştırmalar olmakla birlikte az sayıda da olsa yanlış/farklı maneviyat-din algısı ve dini yaşama biçimindeki farklılıkların eşler arasında çeşitli problemlere neden olduğunu ortaya koyan çalışmalarda mevcuttur. Yanlış dini algılar, dini bilgideki eksiklik, dini yaşayıştaki ve dindarlık algılarındaki farklılıklar zaman zaman eşler arasında sorun oluşturabilmektedir (Yapıcı, 2019, s. 106; Şirin, 2018, s. 704; Belen, 2014, s. 226). Bu durum eşlerde olumsuz davranış ve uyum problemlerine neden olmakta, eşlerin evlilik doyumunu azaltmaktadır. Çalışmamızda bu bağlamda evlilik, aile, maneviyat ve din arasındaki ilişki ve etki ele alınmıştır. Din, maneviyat ve aile arasındaki ilişki, dinlerin ve özelde İslam'ın aileye bakış açısı, maneviyat kavramı ve Türkiye'de aileye yönelik dini ve manevi uygulamalar bu başlık altında değerlendirilmiştir.

Evlilik ve aile kavramı, aile danışmanlığı, aile ve din arasındaki ilişki çalışma kapsamında ele alındıktan sonra kuramsal ve kavramsal çerçevenin son alt başlığı olarak manevi yönelimli aile danışmanlığı modeli tanıtılmıştır. Son yıllarda yapılan çalışmalarla birlikte maneviyat boyutunun aile danışmanlığında ele alınması gerektiğine dair genel bir kanaat oluştuğu söylenebilir. Batı'da konuya ilgili çalışmalar olmasına karşın ülkemizde konuyla ilgili az sayıda çalışma (Büyük, 2019; Geçioğlu ve Kayıklık, 2019; Şirin, 2019; Aynacı, 2018; Şirin, 2018; Balcı Arvas, 2017; Selman, 2017;) yapılmıştır. Türkiye'de yapılan çalışmalar arasında aile danışmanlığına maneviyat boyutunun entegre edilmesiyle alakalı herhangi bir deneysel çalışma bulunmamaktadır. Bu doğrultuda çalışmada ilk olarak manevi yönelimli aile danışmanlığının önem ve gerekliliği ele alınmıştır. Daha sonra manevi yönelimli aile danışmanlığının kuramsal alt yapısını oluşturan ve yaşantısal aile terapisi modellerinden olan Satir dönüşümsel sistemik aile terapisi tanıtılmış, Satir terapisinde yer alan maneviyatın felsefi, teorik ve pratik alt yapısına değinilmiştir. Yine oluşturulan modele entegre edilen manevi ve dini kaynaklar tanıtılarak terapide örnek kullanımlarına yer verilmiştir.

Kavramsal ve kuramsal çerçevede son olarak maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinin içeriği ve yapısına değinilmiştir. Araştırmacı tarafından Satir Aile Terapisiyle dini-manevi kaynak ve metotlar bir araya getirilerek *Manevi Yönelimli Aile Danışmanlığı Modeli* geliştirilmiştir. Çalışmamızdaki model, buz dağı metaforu, aile haritası, başa çıkış duruşları gibi Satir Aile Terapisi yöntem ve metotlarıyla birlikte İslam'da yer alan sevgi, şükür, dua, affetme vb. kaynak ve uygulamalar çerçevesinde şekillendirilmiştir. Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinin deneysel uygulama aşaması ve bu çerçevede elde edilen bilgiler ışığında modelin etkisi tartışılmıştır. Bu bağlamda çalışma özetle aşağıdaki başlıkları konu edinmektedir:

- Manevi yönelimli aile danışmanlığı modeli kuramsal-kavramsal çerçevesi ve uygulanması
- Manevi yönelimli aile danışmanlığı modelinin evlilik doyumu, aile ortamı ve problem çözme becerileri üzerindeki etkili olup olmadığı
- Maneviyat boyutunun terapide yer almasının etkili olup olmadığı
- Şükür, dua, sevgi gibi manevi kaynakların terapide kullanımı ve etkili olup olmadığı

2. Araştırmanın Önemi

Aileler, yaşadıkları sorunlar karşısında aile danışmanlığından yardım alma ihtiyacı duymaktadır. Göç (2006, s. 136), çalışmasında ailelerin çok yönlü, tekrar eden ve birbirini etkileyen sorunlar yaşadıklarını ve danışmanlık almaya istekli olduklarını, en sık dile getirilen problem ise iletişim problemleri olduğunu ortaya koymuştur. Yılmaz (2016, s. 117), çiftlerin evliliğin ilk yıllarında en çok köken ailelerle ilgili sorun yaşadıklarını, sonraki yıllarda ise en çok ev ve çocuklarla ilgili iş bölümü, iletişim problemleri, eşlerin ailelerinin özel hayata müdahale etmesinden dolayı sorun yaşadıklarını belirtmiştir. Çiftlerin, aile danışmanlığından en fazla yardım almak istedikleri beş konu: ebeveyn-çocuk iletişim problemleri, çocuklarla ilgili sorunlar,

ergenlik dönemiyle ilgili sorunlar, stresle başa çıkma, eşin ailesiyle iletişim problemlerdir.

Dindar aile bireyleri ise genel olarak yaşamış oldukları problemler karşısında dini kaynaklardan çözüm bulmaya çalışmaktadır (Mürsel ve Onur, 2020; Kocaoğlu, 2016; Özdemir, 2013; Çiftkat, 2011; Yıldız, 2011; Şen, 2010; Şahin, 2010). Daha önce de değinmiş olduğumuz gibi din ve maneviyat birçok kişi için oldukça önemlidir ve bireyin kendisi, başkaları ve aile üyeleriyle nasıl bir ilişki kuracağı noktasında belirleyici olmaktadır (Rusu ve Turliuc, 2011, s. 83). Belen (2010,s. 224), çalışmasında eş seçiminde kişinin dindarlık algısının önemli bir rol oynadığı ve İslam'da eş seçerken dikkat edilmesi gereken denkliğin evlilik beklentilerini etkilediğini ortaya koymuştur. Din ve maneviyatın aile üzerindeki etkileri doğrudan ya da dolaylı yollarla meydana gelmektedir. Din ve maneviyat aynı öz etrafında buluşma, eşler arası bağın güçlenmesi, iletişim kurulan alanların artması, birlikte dini aktivitelere katılma ve sosyalleşme, problemler karşısında ailenin psikolojik sağlamlığının artması, evliliği ve aileyi bir arada tutması gibi pek çok alanda evlilik ve aileye katkı sunmaktadır (Glidden, 2016, s. 111).

Kendilerini dindar/manevi yönü güçlü olarak tanımlayan çiftlerin eş ve aileleriyle olan ilişkilerinde dindarlık ve maneviyatın belirleyici bir faktör olması aile danışmanlığı, maneviyat ve din ilişkisini ele alacak çalışmaların önemini açıkça ortaya koymaktadır. Aileyle ilgili dergilerde 1990-2003 yılları arasında yayınlanan bilimsel çalışmaların içerik analizi yapılmış ve en çok işlenen konuların sırayla, ailenin işlevselliği ve din arasındaki ilişki, inançlar arası flört ve evlilik, aile sağlığıyla din-maneviyat arasında ilişki olduğu görülmüştür. Maneviyat, aile danışmanlığında her şey demek olmasa da çok şeydir ve önemlidir (Mask, 2004, s. 128; Coffey, 2001, s. 180). Coffey'in (2001, s. 178), yaptığı çalışmada aile terapisti ve danışanlar, din ve maneviyat boyutunun terapiye dâhil edilmesini faydalı bulduklarını, maneviyat lensinin de kullanıldığı bir terapiden faydalandıklarını ifade etmişlerdir. Terapide örtük ya da açık bir şekilde yer alan maneviyatın terapötik süreci ve sonuçları olumlu manada etkilediği belirlenmiştir. Bu nedenle aile danışmanlığı sürecinde kültüre duyarlı bir terapist

uygulamalarında danışanların manevi boyutunu daha bir dikkatli ele almalı ve değerlendirmelidir (Mask, 2004, s. 131).

Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinin kuramsal temelinde yer alan Virginia Satir, maneviyatın aile terapisi sürecinde yer alması gerektiğini vurgulayan ilk aile terapistidir. Satir, terapilerini bu doğrultuda şekillendirmiş, maneviyatın olmadığı bir terapide bütünlüğün sağlanamayacağını dile getirmiştir. Satir, maneviyatı "en derindeki özle bağlantımız, ben, self" olarak tanımlamıştır. Maneviyat, kâinatla bağlantımız, varlığımızın temelidir (Bentheim, 2005, s. 10; Innes, 2002, s. 49; Mook, 1997, s. 181). Satir yaşadığı dönemde maneviyat boyutunun terapilerde yer alması gerektiğini vurgulasa da maneviyat boyutunun terapiye dahil edilmesi, terapi sırasında gündeme gelmesi ve konuşulması alanda çalışan terapistleri oldukça zorlayan konulardan biridir. Maneviyatın dahil edilip edilmemesi ve dahil edilecekse bile bunun nasıl yapılması gerektiği konusu netlik kazanmamıştır. Bu nedenle maneviyat terapi sürecinde görünür olduğunda terapistler zaman zaman ne yapmaları gerektiğini bilememektedir. Terapistler, maneviyat konularına değinmekten kaçınmakta hatta ölümden daha çok tabu olarak görmektedir (Çetintaş ve Ekşi, 2020a, s. 8).

Türkiye'de aile danışmanlığıyla ilgili az sayıda çalışma (Avcılar, 2020, s. 139-140; Aynacı, 2018, s. 56; Öter, 2018, s. 41; Demirbilek, 2016, Çekiç, 2015, s. 122; Şirin, 2013, s. 143; Taycan ve Kuruoğlu, 2013, s. 7; Canel, 2007, s. 9; s. 119) bulunmakla birlikte, aile terapisi sürecinde maneviyat ve dindarlığın nasıl ele alınması gerektiği, hangi yöntem ve metotlarla çalışılabileceği ve etkisinin ne olacağını ortaya koyan deneysel bir çalışma tespit edilmemiştir. Bu bağlamda çalışmamız Türkiye'de hem Satir aile terapisiyle ilgili yapılacak ilk deneysel çalışması olması hem de aile terapisinde maneviyatın yer aldığı bir model olması bakımından ilk olma özelliğini taşımaktadır. Çalışmamız, konuyla ilgili kapsamlı bir teorik alt yapı ortaya koymanın yanı sıra pratik olarak uygulanabilecek bir model oluşturulması ve oluşturulacak olan modelin aile ve evlilik yaşantısında hangi alanları ne şekilde etkilediğinin ortaya konması noktasında önem taşımaktadır.

3. Araştırmanın Amacı ve Problemleri

Çalışmanın temel amacı, araştırmacı tarafından geliştirilen maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinin çiftlerin evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve aile ortamına olan etkisini değerlendirmektir. Çalışmanın diğer bir amacı ise katılımcıların maneviyat boyutunun terapide yer almasıyla ilgili görüş ve değerlendirmelerini ortaya koymaktır. Bu bağlamda çalışmanın temel soruları aşağıda olduğu gibi ifade edilebilir:

- Manevi yönelimli aile danışmanlığı, çiftlerin evlilik doyumunu ne yönde etkilemektedir?
- Manevi yönelimli aile danışmanlığı çiftlerin problem çözme becerilerini ne yönde etkilemektedir?
- Manevi yönelimli aile danışmanlığı çiftlerin aile ortamını ne yönde etkilemektedir?
- Maneviyat boyutunun aile danışmanlığında yer almasıyla ilgili çiftlerin görüş ve değerlendirmeleri nedir?
- Manevi yönelimli aile danışmanlığı çiftlerde nasıl bir değişim sağlamıştır?

3.1. Nicel Araştırma Hipotezleri

Manevi yönelimli aile danışmanlığı modelinin etkililiğini test eden çalışmada yer alan temel hipotezler aşağıda sunulmuştur.

1. Çalışma öncesinde deney ve kontrol grubu arasında evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve aile ortamı açısından herhangi bir farklılık olmayacaktır, gruplar birbirine denktir.
2. Deney grubu öntest Evlilik Doyum Ölçeği puanlarıyla sontest Evlilik Doyum Ölçeği puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır.
3. Deney grubu öntest Problem Çözme Envanteriyle sontest Problem Çözme Envanteri puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır.

4. Deney grubu öntest Aile Ortamı Ölçeğiyle sontest Aile Ortamı Ölçeği puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır.

5. Deney grubu sontest Evlilik Doyum Ölçeği puanlarıyla izleme testi Evlilik Doyum Ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır.

6. Deney grubu sontest Problem Çözme Envanteriyle izleme testi Problem Çözme Envanteri puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır.

7. Deney grubu sontest Aile Ortamı Ölçeğiyle izleme testi Aile Ortamı Ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır.

8. Kontrol grubunun Evlilik Doyum Ölçeğinin ölçtüğü alt boyutlar kapsamında öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır.

9. Deney grubu sontest Evlilik Doyum Ölçeği puanlarıyla kontrol grubu sontest Evlilik Doyum Ölçeği puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır.

10. Deney grubu sontest Problem Çözme Envanteri puanlarıyla, kontrol grubu sontest Problem Çözme Envanteri puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır.

11. Deney grubu sontest Aile Ortamı Ölçeği puanlarıyla, kontrol grubu sontest Aile Ortamı Ölçeği puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır.

12. Kontrol grubunun Problem Çözme Envanteri ölçtüğü boyutlar kapsamında öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır.

13. Kontrol grubunun Aile Ortamı Ölçeğinin ölçtüğü alt boyutlar kapsamında öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır.

3.2. Nitel Araştırma Soruları

Çalışmaya katılan deney grubunun "Manevi Yönelimli Aile Danışmanlığı Modeli" ile ilgili görüş ve değerlendirmeleri, terapinin etkililiği ve faydaları hakkında bilgi sahibi olabilmek için aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1. Deney grubunun katılmış oldukları manevi yönelimli aile terapisi ile ilgili genel değerlendirmeleri nelerdir?

2. Deney grubunun terapide yer alan maneviyat boyutuyla ilgili değerlendirmeleri nelerdir?

3. Deney grubunun terapi sürecinde yaşadığı farkındalık, değişim ve etkili bulunan uygulamalar nelerdir?

4. Araştırmanın Ön Kabul ve Sınırlılıkları

Araştırmada ülkemizde ilk kez deneysel olarak yapılan kapsamlı ve boyutlu bir konu ele alınmıştır. Daha geçerli ve genellenebilir sonuçlara ulaşılabilmesi için araştırmanın doğru bir zeminde çalışılması oldukça önemlidir. Bu nedenle çalışma süresince bir takım ön kabul ve sınırlılıklar içinde hareket edilmiştir. Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı çalışması aşağıda belirtilen ön kabul ve sınırlılıklar içerisinde gerçekleştirilmiştir.

a. Araştırmanın Ön Kabulleri

- Araştırmada deney ve kontrol grubunu oluşturan katılımcıların kendilerine sunulan ölçekleri içtenlikle ve doğru olarak cevaplandırdıkları kabul edilmiştir

- Deney grubuyla çalışma sonunda kendileriyle yapılan mülakatta gönüllü, içten ve objektif cevaplar verdiği kabul edilmiştir.

- Deney ve kontrol grubundan oluşan örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.

- Araştırmada kullanılan ölçekler ve ölçtükleri boyutlar bakımından geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

b. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma bulguları üzerinden yapılan genelleme ve değerlendirmeler aşağıda belirtilen sınırlılıklar içerisinde geçerli kabul edilmiştir.

- Araştırma, Bingöl Üniversitesi Kadın Sorunları Araştırma Merkezine başvurarak çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden çift ve ailelerle sınırlıdır.

- Araştırmada elde edilen nitel bulgular kişisel bilgi formu ve mülakatlardan elde edilen verilerle sınırlıdır.

- Araştırma sonucunda elde edilen bulgular yarı yapılandırılmış 8 seanstan elde edilen bulgularla sınırlıdır.

- Araştırmada sonucunda elde edilen bulgular nicel bulgular kullanılan ölçeklerin ölçme kapasitesi/ölçtüğü boyutlar ile sınırlıdır.

- Araştırma kesitsel bir özelliğe sahip olup boylamsal bir çalışma olmadığından yapıldığı zamanla sınırlıdır.

BİRİNCİ BÖLÜM

1. KAVRAMSAL ve KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. EVLİLİK VE AİLE

Çalışmamızın kavramsal ve kuramsal çerçevesi dört alt başlıktan oluşmaktadır. Birinci başlıkta evlilik kavramı, evlilik tercihi, evlilik doyumu ele alınmıştır. Daha sonra aile kavramı, ailenin tarihsel serüveni, aile tipleri ve Türk ailesinin özelliklerinden bahsedilerek, evlilik ve ailedeki temel problemlerle boşanmaya çalışmamızdaki çerçeveye uygun olarak yer verilmiştir. İkinci başlıkta ise aile danışmanlığı/terapisinin kısa tarihi, aile danışmanlığı kuramları, kullanılan teknikler ve aile danışmanlığına duyulan ihtiyaç ele alınmıştır. Kuramsal çerçevenin üçüncü bölümünde maneviyat kavramının tanımı, aile, evlilik ve maneviyat ilişkisi, dinlerde –özelde İslam'da- aile ve aileye yönelik dini-manevi uygulamalar ele alınmıştır. Son olarak, manevi yönelimli aile danışmanlığına duyulan ihtiyaç, Satir aile terapisi ve maneviyat, maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinde kullanılan kaynaklar ve terapi bağlamında nasıl kullanıldığına yer verilerek kuramsal çerçeve sonlandırılmıştır.

1.1.1. Evlilik

Evlilik, tanımı ve yapısı itibariyle kültüre ve zamana göre değişense de tarihten bu yana bütün kültürlerde var olması evrensel oluşunun göstergelerindendir. Evlilik, ailenin kurulmasındaki en temel ilişki, yeni nesillerin yetiştirilmesini sağlayan kurum, iki yetişkinin yaşamlarını yasalar çerçevesinde birleştirmesi olarak tanımlanmıştır. Devletin kontrol, hak ve yetki iddiasında bulunabildiği, çift (karı-koca) ve çocuklara belli bir statü sağlayan kurumdur. Çiftlerin birlikte yaşamak, ortak bir hayatı paylaşmak, çocuk sahibi olmak gibi amaçlarla yaptığı sözleşmedir. Evlilik ilişkisinde eş ve çocukların sorumlulukları başta yasalar olmak üzere toplumsal kurallar, gelenek ve inançlar tarafından belirlenmiştir (Kavak, 2018, s. 9; Gül, 2017, s. 21-22).

Başka bir tanıma göre evlilik, birbirini seven ve hayatı paylaşmayı göze alan insanların birlikteliklerini toplum ve yasalar önünde resmi hale dönüştürmesidir. İlişkinin hem kanun, hem de toplum önünde belgelendirilmesi, "*Ben, senle beni koruyarak ve seni yok etmeden biz olmak istiyorum*" demesidir. Duygusal, fiziksel ve sosyal gereksinimler bireyleri evliliğe yönlendirmektedir (Yazıcı ve Demirli, 2020, s. 297; Özgen, 2019, s. 25; Keçe, 2017, s. 139; Mandaloğlu, 2013, s. 137).

Tarih boyunca farklı coğrafya ve kültürlerde var olan evlilik önemini korumaya devam etmektedir. Eski Türkler evlilik ve aileye oldukça önem vermiş, ailenin oluşması ve korunması noktasında töre adı verilen hukuki kuralları benimsemişlerdir. Örf, adet, gelenek-görenek ve bütününü içine alan *töre* ailenin en sağlam teminatı olarak kabul edilmiştir (Mandaloğlu, 2013, s. 155). Türkçede "evlenme-evlendirme" kavramı erkek ve kadının baba ocağından ayrılıp yeni bir aile oluşturmasını ifade etmektedir. Uygurlar evliliği "kavuşmak" olarak adlandırmışlardır. Bu ifade evliliğin hukuki boyutundan ziyade duygu yönüne vurgu yapmaktadır (Mandaloğlu, 2013, s. 139).

Alanyazına bakıldığında evliliği tanımlamak için farklı ölçütler esas alınarak sınıflandırmalar yapıldığı görülmektedir. Grup esasına dayalı yapılan sınıflandırmada, grup içinden yapılan evlilikler *endogami*, grup dışından yapılan evlilikler ise *egzogami* olarak adlandırılmıştır. Batı ülkelerinde grup dışından evlenme yaygın iken çoğu Müslüman topluluklar ve Türk toplumunda grup içinden evlenme görülmektedir (Aydın, 2016, s. 70; Yıldırım, 2016a, s. 66; Güneş, 2011, s. 32;).

Evlilik sınıflandırmasının bir diğer şeklide eş sayısına göre yapılan sınıflandırmadır. *Poligami* kadın ya da erkeğin birden fazla eşle evlenmesini ifade etmektedir. *Poliandri* kadının birden çok erkekle, *Polijini* ise erkeğin birden çok kadınla evlenmesidir. ABD'de Mormonlar topluluğu ve Tunus, Fas, Mısır, Kuveyt, Türkiye gibi bazı Müslüman toplumlarda polijini görülmektedir. Kadın ve erkeğin tek eşle yaptığı evliliğe ise *Monogami* denmektedir. Modern toplumlarda yaygın olan evlilik tarzı monogamidir. Tek eşlilikle yapılan evlilikler günümüzde kültürel, dini ve yasal olarak desteklenmektedir. Polijini İslam'ın mutlak yapılmasını istediği bir davranış olarak görmek yanlıştır. İslam'ın idealize ettiği evlilik türü tek eşlilik (*monogami*)'tir (Yıldırım, 2016a, s. 70).

Türkiye'de yukarıda değinilen evlilik türlerinin yanı sıra bazı geleneksel evlilik türlerine de rastlamak mümkündür. Taygeldi evliliği (Tacoğlu, 2011, s. 119; Sezen, 2005, s.188;), levirat evliliği (Mandaloğlu, 2013, s. 140; Tacoğlu, 2011, s. 119), berder/berdel evliliği (Tacoğlu, 2011, s. 120; Gemi,2009, s. 12;), kan bedeli evliliği, (Tacoğlu, 2011, s. 119), beşik kertmesi yoluyla evlilik (Ertem, 2003, s. 48; Tezcan, 1980, s. 240;) bu evlilik türlerindendir.

1.1.2.1. Evlilik Tercihi

Evlilik ilişkisi kültürlerarası farklılık gösterse de tüm toplumlarda geleneksel olarak var olan ve meşru olarak kabul edilmiş tek birliktelik şeklidir. Evliliğin kuruluşu ve devam ettirilmesinde gelenek, görenek ve dini değerler oldukça önemlidir. Evlilik uyumu eş seçiminin iyi yapılmasıyla yakından ilgilidir. Uyumun yakalandığı bir evlilik ailedeki diğer bireylerin uyum içinde olması noktasında oldukça etkilidir. İnsan hayatındaki en önemli kararlardan biri eş seçimidir. Eş seçimiyle birlikte kişi yaşamının geri kalan kısmını kiminle geçireceği, kimden çocuk sahibi olacağı, ebeveynliği kiminle paylaşacağı, kiminle birlikte yol olacağına karar vermiş olur (Nazlı, 2018, s. 402; Ekşi, vd., 2017, s. 93).

Sağlıklı bir evlilik kararı almadaki ilk adımı kişinin kendini tanıması oluşturur. Birey, kendini ve ihtiyaçlarını tanıdığında karşısındaki kişinin hangi özellikleri sahip olması ya da olmaması gerektiğini daha iyi değerlendirir (Tarhan, 2010b, s. 29). İkinci adım ise evlenmeyi düşündüğü kişinin özelliklerini tanımaktır. Bu noktada birey, kendisine uygun olacak kişiyi bulacak kadar seçici, fakat bütün taleplerini karşılayacak birini asla bulamayacağını bilecek kadar da esnek olabilmelidir (Şenel, 2017, s. 65; Öztunç ve Şener, 2015, s. 147). Üçüncü adım ise evlenmeyi düşündüğü kişi de olmasını ya da olmamasını istediği özellikleri değerlendirebilmektir. Yapılan araştırmada boşanmış bireyler, evlenmeden önce birbirini yeterince tanımadıkları ve evlenirken beklentilerinin net olmadığını bildirmişlerdir (Şenel, 2017, s. 68,69; ASPB, 2014, s. 122;).

Evlilik ve eş seçimi kararlarının alınmasında farklı nedenler etkili olmaktadır. Bireylerin birbirini çekici bulması son derece önemlidir. Çiftlerin arasındaki çekimi açıklayan farklı görüşler mevcuttur. Yakın özellikte bireylerin (homogami) daha mutlu bir evlilik yaşayacağını söyleyen görüşlerin yanında birbirine zıt özellikler (heterogami) taşıyan bireylerin daha mutlu olacağını iddia eden görüşler vardır. Bu görüşe göre kendisinde olmayan özelliği eşinde bulan bireylerin evliliği daha başarılı olacaktır. Bu görüşlerin yanı sıra fiziksel çekicilik, eşin varlığından maddi ya da manevi kazanımlar elde etme inancı, kendine yakın görme, benzerlik-farklılık, sahip olunamayacak kişiler, beklentiler, karşısındaki kişiye davranış şekli eş tercihini etkileyen faktörler arasındadır. Görüldüğü gibi birçok faktörün etkili olduğu eş seçimi oldukça karışık bir süreçtir. Yapılan araştırmalar kadınların ekonomik güç ve sosyal statü, erkeklerin ise dini yaşayış ve fiziksel özelliklere daha fazla önem verdiğini ortaya koymuştur (Kaçar, 2018, s. 118; Sevim, 2018, s. 608; Şenel, 2017, s. 62; Altuntaş ve Atlı, 2015, s. 125; Efe, 2013, s. 22;).

Evlenme kararı yıllar içinde kültürden kültüre değişiklikler gösterse de bazı öncelikler her zaman, her kültürde önemini korumaya devam etmektedir. Türkiye'de eş seçiminde etkili olan faktörler şu şekilde sıralanabilir. Evlenilecek kişiye karşı hissedilen ve düşünülenler, fiziksel özellikler, kişilik özellikler, sosyo-ekonomik özelliklerdeki uygunluk, benzer eğitim düzeyine sahip olma, yaşın uygun olması, kişilik özelliklerinde uyum sağlanması, ekonomik bağımsızlığa sahip olması, dini inanç, siyasi görüş, evlilik kararıyla ilgili ailelerin onayının olup olmadığı alınacak karar ve yapılacak olan evliliğin sağlıklı olması noktasında oldukça önemlidir (Nazlı, 2018, s. 402; Şenel, 2017, s. 73; Bacanlı, 2007, s. 8). ASPB'nin (2015, s. 19, 24) yaptığı araştırmaya göre erkekler, kadınlarda öncelikle evlenecekleri kişinin ilk kez evlenecek olması, aile yapılarının benzer olması, kadının dindar olmasını önemserken, kadınlar erkekte bir işinin olması, ilk kez evlenecek olması ve aile yapılarının benzer olmasını önemsediklerini dile getirmişlerdir (ASPB, 2015, s. 19, 24).

Evlilik tercihinde önemli olan bir diğer konu ise kişinin evlilikten beklentisinin ne olduğudur. Günümüz de evliliklerin çoğu yüksek beklentilerle başlamaktadır. Aile, zaman içerisinde değişim yaşamış ve ailede ki rol ve sorumluluk alanları da bu

değişimlerle birlikte farklılaşmıştır. Doğduğu aile içerisinde bireyin öğrendiği evlilik, evlilikle alakalı seçim, tutum ve davranışlar evlilik tercihleri ve beklentilerin şekillenmesinde etkili olmaktadır. Kendi kök ailelerinde var olan evlilik modelini onaylamayan pek çok kişi kendi evlilik tercihleri ve evliliklerinde benzer kalıpları kullanma eğiliminde olmuşlardır. Bunun yanı sıra bireyler karşı cinsle kurdukları ilişkide yaşadıkları problemleri evlilik hayatında da yaşayabilmektedir. Karşı cinsle kurulan ilişki hem eş seçimini hem de evlilik ilişkisini etkilemektedir (Sevim, 2018, s. 607; Haskan, 2014, s. 281).

Evlilikten beklentileri etkileyen bir diğer faktör ise kadın ve erkek arasındaki farklılıktır. Kadın ve erkek birbirine benzer parçalara sahip olmakla birlikte birbirinden farklıdırlar. Bu farklılık hem çekici hem de gereklidir. Kadın ve erkek arasındaki bakış açısından kaynaklanan farklar duygu, düşünce, davranış, ihtiyaç, bedensel duyumlar, seçim, söylem, öncelik, beklenti ve ilgi alanlarını doğrudan etkilemektedir (Keçe, 2017, s. 18). Bu durum bireylerin evlilikten beklentilerini şekillendirmektedir.

Evlilikte beklentilerinin karşılanmaması bireyleri hayal kırıklığına uğratmaktadır. Erken yaştaki bireyler evlilikle ilgili hazırlıksızdırlar ve gerçek dışı beklentilere sahiptirler. Evlilik hayatında mevcut beklentileri karşılanmadığında ise hayal kırıklığı, üzüntü ve çatışma yaşarlar. Evlilik öncesinde ortaya çıkan sorun ve çatışmalar çoğu zaman evlilik sonrasında ortaya çıkacak sorunların habercisi olmaktadır (Kalkan ve Kaya, 2007, s. 36).

Günümüzde eşle tanışma ortamı, evlenme kararı ve evlenilen kişi ve evlenme yaşında değişimler olduğu görülmektedir. Önceki yıllarda evlilik görücü usulü ve büyüklerin aldığı kararıyla yapılırken günümüzde bireysel tercihler ön plana çıkmıştır (ASPB, 2015, s. 25; Bacanlı, 2001, s. 7). Eğitimi tamamlama isteği, işsizlik, evliliğe hazırlanmak için gereken finansal olanağın hazırlanması evlilik yaşının yükselmesine neden olmuştur (Wani vd., 2017, s. 1). Türkiye'de de benzer şekilde eğitimin yaygınlaşması ve süresinin uzaması, toplumsal bazı değişimler yaşanması nedeniyle evlenme yaşı geçmiş yıllara göre gecikmiştir.

2018 yılı aile araştırmasına göre Türkiye'de hem kadın hem de erkeklerde evlenme yaşında gecikme görülmüştür. 1950'li yıllarda 16-19 olan evlenme yaşı 2012-2016 arasında 24-28'e yükselmiştir. Yine kadınların erken yaşta evlenme yaşında çarpıcı bir azalma vardır. 1950'li yıllarda 10 kadından 7'si 18 yaşından önce evlenirken 2012-2016 döneminde 10 kadından yalnızca birinin 18 yaşından önce evlendiği görülmektedir. Diğer önemli sonuç ise 15 yaşından önce evlenmenin son yıllarda büyük oranda ortadan kalkmasıdır (Koç ve Saraç, 2018, s. 126).

Evliliğin kuruluşunda yer alan başlık parası, aile kararıyla evlenme, yakın akrabalarla evlenmenin kademeli olarak azaldığı ortaya konmuştur. Son 60 yılda başlık parasıyla evlenme oranında %69, yakın akraba ile evlilikte %43, aile kararıyla yapılan evliliklerde ise %51 azalma yaşanmıştır. Eşlerin tanışma ortamında da bir değişim gözlenmektedir. Aile/akraba/mahalle/komşu çevresinden tanışanların oranı %97 den % 55 gerilemiş, okul/iş/arkadaş çevresinden evlenenlerin oranı ise %2,8'den %45'e yükselmiştir (Koç ve Saraç, 2018, s. 127).

Sağlıklı bir evlilik iyi bir eş seçimi yapmakla yakından ilgilidir. Evlenmeden önce bireyin kendini ve evleneceği kişiyi tanıması sağlıklı bir tercih yapması için önemlidir. Evlik tercihi ve evlilikten beklentileri etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Günümüze gelindiğinde evlenilen kişi, evlenme yaşı, tanışma ortamında geçmiş yıllara göre değişimlerin yaşandığı görülmektedir. Evlilikte üzerinde durulması gereken diğer bir konu evlilik doyumudur.

1.1.2.3.Evlilik Doyumu

Eşler arasındaki evlilik doyumu son dönemde aile danışmanlığında ilgiyle çalışılan konular arasında yer almaktadır. Araştırmalar evlilikteki mutluluğun, bireylerin yaşam doyumu ve mutluluğuyla yakından ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Mutluluk yakınlar ve özellikle eşle derin, güçlü, nitelikli ve tatmin edici ilişki içinde olmakla yakından ilişkilidir. Bunun yanı sıra evlilikte yaşanan sıkıntılar bireylerin psikolojik ve fiziksel sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir (Yanık, 2016, s. 18; Koydemir, vd., 2005, s. 65;).

Evlilik doyumu evli insanların evlilikleriyle ilgili hissettikleri duygu, ilişkinin ne derece eşlere özgü olduğu, evlilik ilişkisindeki ihtiyaçları karşılama derecesi, evlilikten hissedilen genel doyum, eşlerin evlilikte çevresel (kazanç, çalışma, sorunları paylaşma) ve kişisel (sevgi, saygı, iletişim, cinsel doyum) tatmini olarak tanımlanmıştır. Araştırmalar evlilik doyumunun eşlerin genel iyi oluş halini etkilediğini ortaya koymuştur. Evlilik doyumu bireylerin evlilik birliği içerisinde istek, ihtiyaç ve beklentierini ne derece tatmin edebildikleri ve evliliğe ilişkin memnuniyetlerini ifade eder. Bu bağlamda evlilik doyumu, bireyin eşiyle ilişkisindeki uyuma ilişkin olumlu ya da olumsuz tutumu olarak tanımlanabilir (Yıldız ve Baytemir, 2016, s. 72; Sarı, 2012, s. 21-22; Üncü, 2007, s. 38;).

Evlilikte doyumu yaşayamayan çiftlerin evlilikleri boşanmayla sonuçlanabilmektedir. Evlilik doyumunu arttıran ve azaltan faktörlerin neler olduğunu belirlemek bu nedenle oldukça önemlidir. Araştırmalar, çiftlerin evlilikte mutlu olmalarını sağlayan faktörleri mercek altına almışlardır. Eşler arasında sağlıklı iletişimin varlığı evlilik doyumunu etkilemektedir. Uygun mesajların kullanıldığı açık bir iletişimin olması, çiftlerin birbirini anlaması ve varolan sorunlara ortak çözüm yolu bulabilmeleri için gereklidir (Üncü, 2007, s. 38-39).

Hatipoğlu (1993, s. 73), yaptığı çalışmada evlilik çatışmasıyla evlilik doyumu arasında negatif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Eğitim düzeyinin, kadınların evlilik doyumunu açıklayan değişkenlerden olduğu görülmektedir. Evlilik doyumu ve yaşam doyumu arasında doğrudan olumlu bir ilişki olduğu ve benlik saygısının, evlilik doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracı rolü istatistiksel açıdan önemli bulunmuştur (Yıldız ve Baytemir, 2016, s. 76). Eş desteği alma ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu Kabasakal ve Soylu'nun (2016, s. 208) çalışmasında ortaya konmuştur. Yine cinsel yaşam, algılanan eş desteği, eğitim düzeyi ve evlilik doyumu arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür (Çağ ve Yıldırım, 2013, s. 18). Evlilik doyumunu arttırmaya yönelik çalışmalar çiftler arasındaki çatışma ve boşanma oranlarının azalması için önemlidir. Askari vd., (2012, s. 190) yaptıkları deneysel çalışmada, İranlı 54 çifte iletişim becerileri ve problem çözme eğitimi vermiş

ve bu eğitimi alanların almayanlara oranla evlilik doyumlarında anlamlı bir yükseliş olduğunu ortaya koymuştur.

Özetle, evlilik bütün kültürlerde hem din hem de toplum taratafından desteklenmiş, meşru kabul edilmiştir. Doğru bir evlilik tercihi yapmak, evliliğin devamı için oldukça önemlidir. Çalışmalar, evlilik tercihini etkileyen pek çok faktör olduğunu ortaya koymaktadır. Sağlıklı bir evlilik tercihi kurulan evliliğin sağlıklı olması ve evlilikteki doyumla yakından ilişkilidir. Evlilik doyumu ve evlilik doyumunu etkileyen faktörler son dönem araştırmacıları tarafından mercek altına alınmıştır. Evlilik, aile birliğininde temelini oluşturmaktadır.

1.1.2. Aile

Toplumsal yaşamın en önemli görünümlerinden biri olarak kabul edilen aile, birçok birey için yaşamda en fazla değer verdiği şeylerin başında gelir. İnsanların büyük çoğunluğu aile içerisinde dünyaya gelir, çocukluğunu ve gençliğini orada geçirir ve kendisi de bir aile kurmak ister. Farklılıklar, güç, hiyerarşi, ait olma ilk olarak aile içinde deneyimlenir (Adak, 2015, s. 26). Aile içinde bulunduğu toplumun değer yargılarını, inançlarını, beğenilerini kısacası kültürünü yansıtır. Aile bireyleri arasındaki ilişki farklı boyut ve yoğunlukta olsa da kesintiye uğramadan devam eder (Erkan, 2010, s. 3).

Aile kavramı çok sık kullanılsa da ne halk arasında ne de akademik çevre arasında tanıma dair görüş birliği yoktur. Ailenin ne olduğu, nasıl oluşması gerektiği, tanımı kültürden kültüre değişim göstermektir. Aile tanımını kapsamlı bir şekilde yapabilmek için, tanımın dışında kalması ve içine girmesi gereken unsurlara değinmek gerekir (Nazlı, 2018, s. 17; Gladding, 2015, s. 5). Bazı kültürlerde aile birbirine kan bağıyla bağlı kişilerden oluşan çekirdek aile kavramı (anne, baba, çocuklar) ile tanımlanırken, bazı kültürler ise geniş akrabalık ve topluluk bağlarının bir araya gelmesiyle tanımlanmaktadır. Bu tanımlamalarda psikolojik bağlarla bağlı uzun dönem arkadaşlıklar da aile kavramının içine dâhil edilmiştir (Özabacı ve Erkan, 2013, s. 1; Duyan, 2003, s. 41;).

Aile, pek çok anlamı ihtiva eden geniş bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Türk Dil Kurumu (TDK) Arapça kökenli olan *aile* kelimesinin altı farklı tanımını yapmıştır. Bu tanımlara göre aile; "*Evlilik ve kan bağına dayanan, karı, koca, çocuklar, kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu toplum içindeki en küçük birlik, aynı soydan gelen veya aralarında akrabalık ilişkileri bulunan kimselerin tümü, birlikte oturan hısım ve yakınların tümü, (halk ağzında) eş, karı, aynı gaye üzerinde anlaşan ve birlikte çalışan kimselerin bütünü*" ve son olarak da "*temel niteliği bir olan dil, hayvan veya bitki topluluğu, familya*" olarak tanımlanmıştır (TDK, 2020, Aile).

Türk Aile Yapısı Özel İhtisas Komisyonu'nuna göre ise "*Aile kan bağlılığı, evlilik ve diğer yasal yollardan aralarında akrabalık ilişkisi bulunan ve çoğunlukla aynı evde yaşayan bireylerden oluşan, bireylerin cinsel, psikolojik, sosyal ve ekonomik ihtiyaçlarının karşılandığı topluma uyum ve katılımların sağlandığı ve düzenlendiği temel bir birim*" olarak tanımlamaktadır (akt. Nazlı, 2018, s. 18). Birlikte yaşama, evlilik, kadın erkek arasındaki güç ilişkileri, akrabalık, toplumsal cinsiyet, otorite, hizmet tanımları, ekonomik ilişkiler, cinsellik, doğum, annelik, babalık ve kardeş ilişkileri gibi olguların hepsi ailenin tanımı noktasında önemli bir yer tutmaktadır (Dündar, 2012, s. 41).

Aileyle ilgili yapılan tanımlar dikkate alındığında en geniş tanımıyla aile, aralarında doğum, evlilik, kan bağı, evlat edinme nedeniyle bağ olan iki ya da daha fazla kişiden oluşup aynı hanede yaşayan bireyleri ifade etmektedir. Tanım evlenmemiş kişiler, evlenip çocuk sahibi olmayan, evlilikleri boşanma ya da ölümden dolayı biten, gay-lezbiyen çiftler, yakın arkadaşların oluşturduğu birliktelikler ve geleneksel olmayan yollarla bir araya gelen bireyleri içermekte ve bireyin içinde büyüdüğü aileyi (family of origin) resmetmektedir. Bu tanımdan hareketle ailenin biyolojik, psikolojik bağlarla bir araya gelen ve aralarında tarihsel, duygusal, ekonomik birliktelik olan ve kendilerini aynı evin üyeleri olarak gören bireylerin oluşturduğu birlik olduğu söylenebilir. Başka bir tanıma göre ise aile ortak soy, evlilik ya da evlat edinme yoluyla oluşan akrabalıktır (Topses, 2016, s. 108; Gladding, 2015, s. 6; Özbacı ve Erkan, 2013, s. 1; Erkan, 2010, s. 4).

Aile, ortak fiziksel ortam ve duygusal yaşamı paylaşan kişilerin bir arada olmasından çok fazla anlam ifade etmektedir. İnsanların ve ulusların gelişmesinde önemli bir role sahip olan aile, pek çok değişim geçirmesine rağmen çok önemli fonksiyonlar üstlenmeye devam etmektedir. Aile, çocuğun doğma, büyüme, sosyalleşme ve yaşama hazırlanması, aile üyelerinin duygusal doyumu, desteklenme, sevgi, eğlenme, ait olma, yakınlık, güven ihtiyaçlarının karşılandığı birincil ve vazgeçilmez ortamdır (Usta, 2019, s. 13; Özbacı ve Erkan, 2013, s. 1;).

Bireyin aile içerisinde doğup büyüdüğü ve öldüğü düşünüldüğünde kültürel değerlerin korunması ve aktarılması, bireylerin sosyalleşmesi noktasında aile oldukça etkilidir. En derin, köklü ve organik niteliklere sahip olan aile, ortak sorumluluklara sahip üyelerin ortak organizasyonudur (Dündar, 2012, s. 40; Kabaklı Çimen, 2008, s. 22). Birçok sosyal bilimci aileyi mikro toplum olarak tanımlamaktadır. Bu bağlamda aile kan, yasal bağ ya da cinsel ilişki yoluyla birbirine bağlı olan mahrem ilişkilerle örtülü, çok esnek toplumsal bir birim olarak tanımlanabilir (Göka, 2015a, s. 29; Subaşı, 2014, s. 102). Toplumsal değerler, inanç ve kültürün aktarılması büyük ölçüde aile aracılığıyla gerçekleşmektedir (Akın, 2014, s. 219; Kağıtçıbaşı, 2010, s. 75).

Genellikle anne baba ve çocuklardan oluşan bir birim olarak ifade edilen ailenin evrensel tanımını yapmak oldukça zordur. Tanım yapmanın güçlüğü nedeniyle aile tanımları belirli özellikleri açıklayan tanımlar olarak karşımıza çıkmakta ve her bir tanım aileyi farklı bir kategori içerisine yerleştirilmektedir. Farklı aile tanımları olmasına rağmen ailenin kendine has bazı karakteristik özelliklerinden söz etmek mümkündür. Ailenin evrensel olması, duygusal bir temele dayanması, şekillendirme özelliği, kapsamının sınırlılığı, sosyal yapıda çekirdek özelliği taşıması, üyelerinin sorumlulukları, sosyal kurallarla çevrili olması ailenin karakteristik özellikleri arasında sayılabilir (Dündar, 2012, s. 40-41).

Tarihsel süreçte değişime uğrayan aile varlığını ve önemini günümüzde de korumaya devam etmektedir. Esnek yapısıyla her topluma uyum sağlayarak dönüşebilen aile, farklı biçimler altında günümüzde kadar varlığını sürdürmüştür. Tarih boyunca dünyada ailenin olmadığı hiçbir toplum olmaması, ailenin evrenselliğine işaret etmektedir (Dündar, 2012, s. 40; Erkan, 2010, s.3). Günümüze kadar varlığını ve

önemini kaybetmeden gelen aileyi daha iyi anlamak için tarihsel süreçte yaşadığı değişimlere bakmak gerekir.

1.2.1. Tarihsel Süreçte Aile

Yaşanan yapısal ve ekonomik değişime bağlı olarak ailenin yapı ve işlevleri, değerleri, üye sayısı, topluma katılımı, üretim ve ilişkilerinde köklü değişimler yaşanmıştır (Topses, 2016, s. 109; Yıldırım, 2016b, s.121; Bayer, 2013b, s. 103). Nüfus, toprağa yerleşme, iş bölümü, artan ihtiyaçlar, coğrafi keşif ve icatlar, bilim, teknoloji, sanayileşme, sanayi sonrası toplumlarda görülen hürriyet, eşitlik, bağımsızlaşma sorunları ailenin dönüşümüne neden olan sosyal olgulardan başlıcalarıdır (Can, 2013, s. 72). Aileyi ele alan antropolojik ve sosyolojik yaklaşıma göre aile yapısı, sırasıyla anaerkil, babaerkil ve eşitlikçi dönemlerden geçmiştir. Anaerkil yapının hakim olduğu dönemde güç kadına aittir. Önce toplayıcılık yapan kadın, tarımsal üretime geçilmesiyle birlikte aile merkezli bir rol üstlenmiştir. Tarımsal üretimin başlamasıyla birlikte artık ürünün ortaya çıkışı gücü erkeğin eline geçirmiş ve ataerkil dönem başlamıştır. Günümüzde ise kadının iş hayatına katılması ve değişen koşullarla birlikte eşitlikçi dönem hakim olmuştur (Aydın, 2016, s. 58). Ailenin yaşadığı değişimleri ilkel toplum, sanayi öncesi dönem, sanayi dönemi ve sanayi sonrası olmak üzere dört dönem halinde ele almak mümkündür.

İlkel toplumlarda aile hakkında yazının icadından önce net bir bilgi bulunmamakta, aile hakkında ortaya konulan teoriler arkeoloji biliminin önermelerine dayanmaktadır. Avcılık ve toplayıcılıkla geçinen insanların oluşturduğu ilk toplumlarda kadınlar toplayıcılık, erkekler ise avcılık görevini üstlenmiştir. Kadının üretimde üstlendiği önemli roller anaerkil toplum yapısını meydana getirmiş, soy anneye bağlı olarak belirlenmiştir (Tekin Epik, vd., 2017, s. 40; Can, 2013, s. 73; Köse, 2012, s. 16).

Sanayi öncesi dönemde yerleşik yaşama geçilmesi ve üretim araçlarındaki gelişmeler tarıma dayalı biçimin doğmasına yol açmıştır. Tarihte ilk defa "*artık ürünün*" elde edilmesiyle sınıflar ve özel mülkiyet ortaya çıkmıştır. Servetin ve gücün erkeğin eline geçtiği ataerkil toplum yapısı meydana gelmiş, kadın toplumda ikinci plana itilmiştir (Can, 2013, s. 75; Köse, 2012, s. 16). İşgücü gereksiniminden dolayı çocuk

sahibi olmak önemli olduğundan geniş/büyük aileler yaygındır ve baba ailenin geçimiyle yükümlüdür (Turğut, 2017, s. 10; Göka, 2015b, s. 19; Can, 2013, s. 75).

Tarım toplumundan modern sanayi dönemine geçilmesi, aile yapısında da pek çok değişime neden olmuştur. Sanayileşme üretimi aile dışına çıkararak, aile bireylerinin her birini ayrı iş kollarına kanalize etmiş, evle iş yaşamı birbirinden ayrılmıştır (Erkan, 2010, s. 9). Çekirdek aile daha belirgin hale gelmiş, ataerkil aile yapısı varlığını sürdürmüştür (Köse, 2012, s. 16). Kadının iş hayatına girmesi, kadın-erkek eşitliği düşüncesinin rağbet görmesi, özgürlükler, insan hakları ve demokrasi anlayışı ailenin değişiminde etkili olmuştur (Turğut, 2017, s. 106; Can, 2013, s. 78;).

Sanayi toplumunda üretimin merkezi fabrikalar ve makineler iken sanayi sonrası dönemde üretim, bilgisayar ve elektronik araçlarla yapılmaktadır. Meydana gelen bu dönüşüm aileyi de etkilemiştir. Günümüzde erkeğin aile içindeki otoritesinin sarsıldığı ileri sürülmektedir. Aile içi ilişkiler, güç ve otorite bakımından daha eşitlikçi bir hale gelmiştir. Bununla birlikte kişisel alanda yaşanan dönüşümler aile ve evlilik yönelik algılarda da değişime neden olmuştur. Aile ve evliliğe alternatif yaşam biçimleri geleneksel aileler dışında yeni aile türlerini ortaya çıkarmıştır. Geniş aile ve akraba etkisinin azalması, eşin özgürce seçimi, aile içinde alınan kararlarda kadının da karar mercii haline gelmesi, cinsel özgürlük düzeyinin genişlemesi, çocuğa odaklı anne baba tutumlarının önemli olması bu temel yönelimler arasında sayılabilir (Tekin Epik, vd., 2017, s. 45; Can, 2013, s. 85; Köse, 2012, s. 16;).

Kısacası, tarihsel süreç içinde yaşanan değişimlerle birlikte ailenin anaerkil aile yapıdan eşitlikçi yapıya, geniş aile tipinden çekirdek aile yapısına doğru evrildiği görülmektedir. Bu değişim aile yapısı kadar aile bireylerinin güç ve rol dağılımını da etkilemiştir. Benzer şekilde tarihsel süreç içerisinde Türk ailesinin yaşadığı değişimleri ele almak gerekmektedir.

1.3.Türk Ailesi Tarihi ve Özellikleri

Türkler, tarihin her döneminde aileye çok önem vermiş ve aileyi korumaya çalışmışlardır. Türk ailesinin tarihi ve özelliklerini birkaç dönem halinde ele almak mümkündür.

Eski Türk toplumlarında aileye büyük önem verilmiştir. Devletin ve toplumsal hayatın esası aile düzenine dayanmaktadır. Türkçede "*evlenmek*" ev-bark sahibi olmak şeklinde ifade edilmektedir. "*Bark*" kelimesinin Orhun Kitabelerindeki karşılığı mabettir. Ev mabedin güven, saygınlık, huzur ve sükûnetini çağrıştırmaktadır. Gök kubbe devletin, çadır ise ailenin örtüsü ve kubbesi olarak kabul edilmiştir. Farklı coğrafyalara dağılmış olsalar da aile birliğini devam ettirmeleri, diğer dillerden farklı olarak akrabalıkla alakalı zengin ifade biçimlerinin olması, Türklerin aileye verdiği önemin göstergelerindendir. İslamiyetten önce Türk ailesi, kendine has bir hukuk anlayışı ve töreye sahiptir (Canatan, 2016b, s. 55; Özkiraz ve Baş, 2016, s. 89; Yaşar Ekici, 2014, s. 213).

Türkler, İslami kabul ettikten sonra aile yapılanmasında pek çok İslami kuralı benimsemişlerdir. Bu bağlamda Eski Türk ve İslam anlayışları harmanlanmıştır. İslami Türk aile yapısına düşünülenin aksine tek eşlilik hâkimdir. Osmanlı aile yapısında kadın ve çocuk korunması gereken unsurlar olarak görülmüş, evlilik dışı cinsel hayata meşruiyet tanınmamıştır (Ulutaş ve Özpınar, 2013, s. 389; Yoloğlu, 1999, s. 8). Türklerde İslamiyetin aile üzerindeki etkisinin en yoğun hissedildiği dönem Osmanlı Devletidir. Osmanlı Devletinin sınırlarının genişliği ve çok çeşitli kültürleri içinde barındırması sebebiyle çok çeşitli aile yapıları ortaya çıkmıştır. Osmanlıda genel olarak aile ataerkil, geniş ve geleneksel yapıya sahiptir (Özkiraz ve Baş, 2016, s. 89; Yaşar Ekici, 2014, s. 215; Zafer, 2013, s. 123). Geniş aile üç kuşağın bir arada yaşadığı yakın akraba ve kardeşleri de içeren birleşik bir topluluğun içerisinde yer alır. Ailenin ikamet ettiği ev mimari bakımdan genel olarak kapalı bir avlu çevresinde müstakil odalar halindedir. Osmanlı ailesi çekirdek ve geniş aile bileşkesinde bir aile tipi olarak değerlendirilebilir (Özkiraz ve Baş, 2016, s. 89; Erten, 2014, s. 425; Ulutaş ve Özpınar, 2013, s. 390; Duben, 2012, s. 112; Eyce, 2000, s. 235).

Cumhuriyet döneminin başlarında sosyal düzenlemelerin en belirgin alanlarından birisi aile olmuştur. 1926 tarihinde yürürlüğe giren Medeni Kanun aileyle ilgili düzenlemeler getirmiştir. Kadına miras hakkı, çok evliliğin yasaklanması ve evlilik antlaşması yasaların güvencesi altına alınmıştır (Adak, 2015, s. 53; Ulutaş ve Özpınar, 2013, s. 390; Zafer, 2013, s. 129). Günümüzde aile ilişkileri hiyerarşik yapıdan eşitlikçi bir yapıya doğru yol almaktadır. Modern dönemde aile, eski Türk İslami ve modern anlayışların bileşkesinde oluşmuş ve kendine has sorunları bulunan bir yapıya sahiptir. Bazı bölgelerde İslami, bazı bölgelerde ise modern aile yapısı görülmektedir (Ulutaş ve Özpınar, 2013, s. 394). Bütün farklılıklara rağmen Türk toplumun evlilik ve aile konusunda değişmeyen temel fikri Türk halkının aileye gösterdiği olumlu tutumdur. Türk toplumu ailede yaşanan yapısal değişimlere rağmen aileye verdiği önemi devam ettirmektedir (Canatan, 2016a, s. 118; Bilgin, 1998, s. 412;).

1.4. Aile Tipleri

Aile içinde var olduğu topluma, kültür ve ekonomisine göre şekillenebilen esnek bir yapıya sahiptir. Aile üye sayısı, yaşadığı mekân, sosyal statü ve aile bağlarına göre farklı yapılar arz eder (Adak, 2015 s. 34). Günümüzde birçok farklı aile yaşam tarzı ortaya çıkmıştır. Bu nedenle aileden söz ederken aile yapılanmalarından da söz etmek gerekmektedir. Literatürde aile tipleriyle ilgili sosyo-ekonomik aşamalara göre aile, büyüklüğüne göre aile, güç ve otoritenin dağılımına göre aile, soyun izlemesine göre aile, yerleşim yerlerine göre aile, mirasın geçişine göre aile, yerleşme esasına göre aile, geleceğe yönelik aile gibi farklı sınıflandırmlar yapılmıştır (Aydın, 2016, s. 62; Adak, 2015, s. 34-40; Göka, 2015a, s. 30; Dündar, 2012, s. 45-49; Güngör, 2012, s. 41; Erkan, 2010, s. 7). Çalışmamızın konusu gereği yapılan sınıflandırmalar genel hatlarıyla sunulup, öne çıkan aile türlerine kısaca değinilecektir. Birçok aile yapılanması arasında en sık rastlananlar şunlardır:

Çekirdek aile anne, baba ve evlenmemiş çocuklardan meydana gelen aile yapılanmasıdır. Çekirdek aile çocukların sosyalleşmesi, kültürün aktarılıp korunmasında kilit bir rol üstlenmektedir. Sanayi sonrası toplumda oldukça görünür hale gelmiştir. Geniş aileden hem üye sayısı hem de işlevlerinin daha az olması nedeniyle farklılaşmaktadır. Çekirdek aile yapısında eş seçimi, ikamet yeri, aile planlaması gibi

konularda aile bireyleri kendi kararlarını alabilmektedir. Geleneksel aileye oranla çekirdek aile daha eşitlikçi bir yapıya sahiptir (Aydın, 2016, s. 63; Adak, 2015, s. 34; Dündar, 2012, s. 51; Erkan, 2010, s. 8).

Tek ebeveynli aile, biyolojik yollardan ya da evlat edinme yoluyla edinilmiş çocukların sorumluluğunu tek başına üstlenen bir ebeveynin bulunduğu ailedir. Günümüzde hızla yaygınlaşan bir aile türü olarak karşımıza çıkmaktadır. Artan boşanma oranları, eşlerden birinin ölümü, evlilik dışı birlikteliklerden çocuk sahibi olma, evlilik sorumluluğundan kaçma isteği tek ebeveynli ailelerin sayısının artmasında etkili olmuştur. Anne ve çocuklardan oluşan tek ebeveynli ailelerin sayısı daha fazladır (Özbek ve Köşk, 2018, s. 271; Özabacı ve Erkan, 2013, s. 2; Dündar, 2012, s. 53).

Geleneksel geniş aile/ çok kuşaklı aile çocuk, ebeveyn, büyük baba ve büyükannenin yer aldığı aile yapısıdır. Geniş ailede üç kuşak bir arada yaşamaktadır ve ortak mülkiyet vardır. Sanayi öncesi toplumlarda ve kırsal yörelerde görülen geniş aile, geniş ve güçlü akrabalık bağlarına sahiptir. Çocuklar evlendikten sonra bile aile bağlarının korunması için kök aileleriyle birlikte yaşamaya devam etmektedirler (Aydın, 2016, s. 62; Adak, 2015, s. 34; Dündar, 2012, s. 50)

*Tekrar evlilikle oluşan birleşik aile/ yeni geniş aile/üvey aile, e*n az bir eşin tekrar evlenmiş olduğu ve en az bir eşin çocuğunun olduğu yeniden evlenmeyle oluşan aile türüdür. Yeni geniş aile, boşanma sonrasında yeniden evlenen çiftlerin oluşturduğu aile yapısıdır. Boşanma oranında artış olmasıyla birlikte, boşandıktan sonra yeniden evlenen çiftlerin sayısında da artış yaşanmıştır (Çapçıoğlu, 2018, s. 26; Özabacı ve Erkan, 2013, s. 2; Dündar, 2012, s. 53;).

Çocuksuz aile, çocuk sahibi olmamak için sürekli olarak çabalayan tıbbi ya da yaş sebebiyle çocuk sahibi olmayan aile yapılanmasıdır. Bu tarz ailelerin sayısı gün geçtikte artmaktadır. Çocuksuz aileler yaşamlarında daha az stres, daha fazla para ve kendilerine dönük daha fazla aktivite yapacak zamana sahiptirler. Fakat bir yandan da bu yapıya sahip ailelerin toplum tarafından baskı görme ve damgalanma riskleri vardır (Gladding 2015, s. 7; Özabacı ve Erkan, 2013, s. 2).

Gey/Lezbiyen aile, aynı cinsten partnerlerin olduğu, hiç çocuğu olmayan, önceki ilişkilerinden veya suni döllenme yoluyla çocuk sahibi olan ailedir (Gladding, 2015, s. 7). Dünya genelinde pek çok ülkede bu tarz evlilikler yasal olmadığından bu ailelerde evlilik ilişkisi karşılıklı adanmışlığa ve güvene dayanmaktadır. Bu tarz ailelerde partnerler aynı cinsten olduğu için eşitsizlik ve güç dengesizlikleri daha az görülmektedir (Özbek ve Köşk, 2018, s. 275; Dündar, 2012, s. 56).

Özetle, aile zaman içerisinde kurulma şekli ve yapısından değişimler yaşanmış, bu değişimler farklı aile tiplerinin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Araştırmacılar, odaklandıkları noktadan hareketle çeşitli sınıflandırmalar (büyüklük, evlilik bağı, güç ilişkisi, fonksiyonlar vb.) yapmışlardır.

1.5. Sağlıklı-Sağlıksız Aile

Aile ile ilgili araştırmacıların üzerinde durduğu diğer bir nokta ise "ideal aile"nin ne olduğudur. Alanyazında ideal ailenin ne olduğuna dair fikir birliği olduğundan söz etmek mümkün değildir. İdeal aileyi tanımlamak için kullanılan "sağlık" kelimesi üzerinde de anlaşma sağlanamamıştır. Bu başlık altında ideal aileyi tanımlamak için kullanılan sağlıklı-sağlıksız aile kavramlarına değinilecektir.

Fonksiyonlarını iyi bir şekilde yerine getiren aileler sağlıklı ailelerdir. Stresle baş edebilen sağlıklı aileler, gelişimsel değişimlere iyi bir şekilde uyum sağlar. Bu tür aileler, yaşanan krizler karşısında çabuk toparlanır. Aile bireyleri kişisel özelliklerini korur, kendi bedenlerine yönelik algıları olumludur, yaratıcı ve üretkendirler. Aile bireyleri problemlerini çözebilir, yaşamlarını değer ve amaçları doğrultusunda yönlendirebilirler (Nazlı, 2018, s. 24; Yıldız, 2017, s. 213; Bulut, 1993, s. 9). Esnek olan aile kuralları aile bireylerinin özgürlükleri ve kendini geliştirmelerine fırsat tanır. Roller açık ve esnektir. Üyelerden birinin rolünü yerine getirmediği durumlarda diğer aile üyeleri onun rolünü üstlenirler. Bu tarz rol değişimlerinde uyuşmazlık yaşanmaz. Cinsiyet rollerinin farklı olduğu bu tarz ailelerde bir üstünlük söz konusu değildir. Aile üyeleri birbiriyle yarış halinde değildir. Çiftler evlilik rolleriyle uyum içindedir. Aile üyeleri arasında ortak amaç ve değerler mevcuttur (Nazlı, 2018, s. 25; Yıldız, 2017, s. 213).

Sağlıksız aile, aile fonksiyonlarından birkaçını yerine getiremeyen aileleri ifade eder. Ailede genel olarak çatışma hâkimdir. Ailedeki iletişim düzensizdir. Çift iletişiminde yaşanan stres yükü, doyumsuzluk ve mutsuzluk aileye stres olarak yansır (Canel 2007, s. 59; Bulut, 1993, s. 9). Bu tür aile üyelerinde fiziksel ve psikolojik sorunlar görülebilir. Aile üyeleri ya birbirine fazlaca yakın iç içe ya da tam tersi birbirinden kopuk haldedir. Aile üyeleri ne kendi ihtiyaçlarını ne de aile bireylerinin ihtiyaçlarını karşılayamazlar. Ailenin bir arada kalması üyeleri birbirine fayda sağladığı için değil daha iyi bir alternatifleri olmadığı içindir. Bu tür ailelerde pek çok davranış problemi görülme olasılığı yüksektir (Nazlı 2018, s. 28; Yavuzer 2017, s. 83).

Kısacası, ideal aileyi tanımlamak için kullanılan sağlıklı aile karşılaşılan problemlerle başa çıkabilen fonksiyonel aileyi anlatmak için kullanılırken, sağlıksız aile ise problemlerle başaçıkmakta zorlanan ve fonksiyonlarını yerine getiremeyen aileleri tanımlamak için kullanılmaktadır. Bu bağlamda ailelerin yaşam boyunca karşılaşabilecekleri temel problemlerin neler olabileceğine bakmak yararlı olacaktır.

1.1.3. Evlilik ve Ailede Temel Problemler

Evlilik ve aile hayatında zaman zaman çatışmaların olması beklenen bir durumdur. Çatışmanın sağlıklı bir şekilde çözülememesi çift ve aileler için en büyük problem alanlarından birini oluşturmaktadır. Aile içinde yaşanan kayıplar, kronik bir hastalığı olan aile üyesi, engelli bir çocuğa sahip olma, maddi sıkıntılar, sözel ve fiziksel istismar, eşitsizlik, aldatma, güç problemleri, madde kullanımı, kıskançlık, cinsel problemler, kök ailelerle yaşanan problemler, farklı değer yargılarına sahip olma, kişilik özellikleri, iş kaybı, doğal afetler, yaşam koşulları çatışma çıkmasına neden olmaktadır (Aydoğan, 2019, s. 154; Kahveci, 2016, s. 26). Evlilik ve ailede çatışma, kırgınlık ve strese yol açan temel problemler genel hatlarıyla şu şekilde sıralanabilir:

İletişimin sağlıksız olması eş ve aile bireyleri arasındaki temel problem alanlarından biridir. İletişimi yetersiz olan ailelerde çok sık olarak önemsiz nedenlerle çatışma çıkmaktadır. Çiftler arka planda yatan sorunu görmek yerine önemsiz konularla uğraşırlar (Ergin, 2017 s. 189). Malkoç, (2001, s. 64) yaptığı araştırmada evlilik uyumu

yüksek bireylerin evlilik uyumu düşük olan bireylere daha az yıkıcı iletişim kullandıklarını, yapıcı bir iletişimi tercih ettiklerini ortaya koymuştur.

Diğer problem alanı ise aile bireylerinin birbirine ne kadar zaman ayırdığıdır. Eşin kendisi, çocukları, arkadaş ve akrabalarına ne kadar zaman ayırdığı ve geçirilen zamanın kalitesi sorun olmaktadır. Çiftler konuşamadıkları, konuşacak bir şey bulamadıkları, birlikte zaman geçiremedikleri noktasında yakınmaktadır. Yeni ebeveyn olmak çiftlerin birbirine ayırdığı zamanı olumsuz anlamda etkilemekte, boş zaman etkinlikleri ve arkadaşlıklarda bir azalma olmaktadır (Kılıçarslan, 2017, s. 158).

Ebeveynlik anlayışındaki farklılıklar, çocukların nasıl yetiştirileceği, eğitimleri, bakımı, nasıl disiplin edileceği çiftler arasında soruna neden olmaktadır. Eşlerden biri çocuk eğitimi konusunda kendini daha yetkin gördüğü ya da çocuk bakımının tamamen bir eşin sorumluluğu altında olduğu zamanlarda bu tarz sorunlara daha sık rastlanılmaktadır (Akın, 2018, s. 21).Yine çocuğun aileye katılmasıyla birlikte aile içindeki sorumluluk ve görev paylaşımında yaşanan dengesizlikler çatışmaya neden olmaktadır (Akıl, 2019, s. 10).

Türkiye'de en çok yaşanan temel problemlerden biri de kök ailelerle yaşanan sorunlardır. Eşlerden birinin kök ailesiyle birlikte oturmak istemesi, kök ailesiyle sıkça görüşmesi tartışılan konular arasındadır. Eşler birbirlerini anne babalarının sözünden çıkmamak, kendi anne babasını daha ön planda tutmak ve değer vermek noktasında suçlamaktadır. Yine uzun bir süre aileyle birlikte oturduktan sonra çekirdek aile olarak birlikte yaşamaya başlamak, kök ailenin ailenin yaşam dinamiklerine müdahale etmesi bir başka sorun alanı olarak karşımıza çıkmaktadır (Altuğ, 2019, s. 191; Nazlı, 2018, s. 414; Tüfekçi Hoşgör, 2013, s. 170).

Çiftler arasında cinsel ilişkinin ne sıklıkta ve nasıl olması gerektiği ve cinsellik anlayışının farklı olmasından kaynaklanan çatışmalar eşler arasında problem olan alanlardan bir diğeridir (Özabacı ve Erkan, s. 33). Hof (2017, s. 50) çalışmasında, çiftlerin %50'nin cinsel işlev bozukluğu yaşadığı ya da cinsel hayatlarına dair bazı şikâyetleri olduğunu ortaya koymuştur. Cinsellikle alakalı mitler, eşlerin bu problemleri

açıkça konuşmayı tercih etmemesi problemlerin büyümesi ve çözümsüz kalmasına neden olmaktadır (Şahbaz, 2017, s.80).

Fiziksel, psikolojik, ekonomik pek çok şiddet aile için çözüme kavuşturulması gereken en büyük problemlerden biridir. Eşler, kendilerini ifade edemedikleri, anlaşılmadıklarını düşündüğünde, diğer eş üzerinde güç ve iktidar sağlamak, manipüle etmek, yıldırmak amacıyla zaman zaman şiddete başvurmaktadır. Şiddetten en çok etkilenen aile bireyleri kadın ve çocuklardır (Nichols, 2013, s. 105). Şiddete maruz kalan kadınlarda kaygı bozukluğu, distimi, depresyon, fobi, psikoaktif ilaç bağımlılığı, intihar riski, TSSB gibi psikolojik problemler görülmesinin yanı sıra fiziksel olarak da ciddi bir şekilde zarar görmektedirler. Şiddete maruz kalan ya da sadece tanık olan çocuklarda bile şiddetin ciddi olumsuz etkileri görülmektedir (Özsoy Cemgil, 2020, s. 23).

Cinsel ve duygusal anlamda yaşanan tatminsizlik, evlilik ilişkisi içerisinde değersiz hissetme, heyecan arayışı, psikiyatrik sorunlar, evlilik doyum ve uyumunun düşük olması, ilişkide mutsuzluk ve çatışma, cazibeli alternatiflerin olması aldatmaya neden olmaktadır. Aldatma sonrasında, eşe ve ilişkileye olan güven sarsılır ve eşte özel olma duygusunun kaybı, kendilik saygısının kaybı, kendine ve eşine yönelik öfke ve suçluluk, düşünce süreçleri üzerinde kontrol kaybı, adalet ve kontrol duygusunun, eşle kurulan bağın kaybı gibi birçok sorun ortaya çıkmaktadır (Demiray, 2019, s. 40; Sungur, 2017, s. 210; Şatıroğlu, 2017, s. 25).

Aileler, sevdikleri birinin kaybı sonrasında adaptasyon süreciyle karşı karşıya kalmaktadırlar. Kaybın gerçekliğiyle yüzleşme, yaşanan kaybın etkilerini paylaşma, yapısal değişikliklere ayak uydurma ailelerin yaşadığı temel zorluklardandır (Erol, 2020, s. 127). Kayıp gibi travma da eş ve aileler için temel problem alanlarından biridir. Yapılan araştırmalarda travma yaşayan bireylerin ilişkisel sınırları koruma ve başkalarına güvenme noktasında zorluk yaşadıkları görülmüştür. Bu bireylerde, evliliklerinde daha fazla çatışma, yakın ilişki kurmada zorluk, cinsellikte azalma, saldırganlık gibi pek çok problem ortaya çıkmaktadır (Benli, 2020, s. 197).

Ekonomik sıkıntı eşler arasındaki birlikteliği tehtit eden bir diğer sorundur. Paranın kazanılması ve nasıl harcanması gerektiği, başkalarına maddi destek sağlanıp sağlanamayacağı çiftler arasında sorunlara yol açmaktadır. Eşlerden biri kendi kök ailesine mali destek sağlamak istemesi ya da paranın nereye harcanacağı noktasında anlaşmazlık çıkmaktadır (Alptekin, 2011, s. 47).

1.1.4. Boşanma

Boşanma, mahkeme kararı yoluyla evlilik birliğinin sona ermesi olarak tanımlanmaktadır. Son yıllarda hem dünya genelinde hem de ülkemizde boşanma oranlarında yükseliş yaşanmaktadır. Endüstrileşme, teknolojik gelişmeler, kent yaşamı, boşanmaya dair algıda yaşanan değişimler, maddi zorluklar, bireyselliğin ön plana çıkması boşanmaya etki eden nedenler arasında sayılabilir (Polat, 2012, s. 15). Stevenson ve Wolfers (2007, s. 1) son 150 yılda çeşitli ülkelerdeki boşanma süreçlerini inceledikleri çalışmada boşanma oranları artarken evlenme oranlarının azaldığını ortaya koymuştur. Evlenme yaşının ve boşanmadan sonra tekrar evlenme oranlarının yükselmesi, eşler arasındaki yaş farkının gittikçe kapanması araştırmada ortaya çıkan diğer çarpıcı bulgulardır.

Eşler ve aile bireyleri arasında çıkan çatışmalar, depresif semptomlar, madde ve içki kullanımı, yetersiz ebeveynlik boşanmaya sebep olabilir (Fincham, 2003, s. 1). Ferah, (2019, s. 39) yaptığı çalışmada boşanma nedenlerini bireysel, çevresel, ilişkisel, ekonomik ve olgusal nedenler başlığı altında incelemiştir. Kişilik özellikleri ve bireylerin sahip olduğu psikolojik sorunlar, genetik yapı, cinsiyet farklılıkları ve cinsiyet rollerinden kaynaklı çatışmalar, erken ya da geç yaşta yapılan evlilikler bireysel nedenler içinde yer almaktadır. Çevresel nedenler arasında kültürel aktarımlar, toplumsal değişim, yakın çevre ve akrabalarla olan ilişki, medya sayılabilir. Ailenin gelir düzeyi, maddi kaynakların yönetimi, işsizlik, refah seviyesi ekonomik nedenler arasındadır. Aile içinde ilişkisel çatışma, evlilik doyumu ve süresi, cinsellik, çocuk boşanmaya etki eden ilişkisel nedenlerdendir. Bunların yanı sıra şiddet, aldatma ve şiddetli geçimsizlik evliliği sarsan olgusal nedenler arasında yer almaktadır.

Boylamsal araştırmalar aile içi şiddet, çatışmadaki sıklık, sadakatsizlik, ilişki problemleri, evliliğe olan zayıf bağlılık, sevgi ve güvende yaşanan azalmanın evliliklerin boşanmayla sonuçlanmasında oldukça etkili olduğunu ortaya koymuştur (Cohen ve Dotton, 2012, s. 583; Hawkins vd, 2012, s. 462). Boşanan bireyler yaşadıkları süreci –bireysel bir kriz- olarak tanımlamaktadır. Süreç boşanma düşüncesi ile başlar, boşanmayla somut hale gelir ve yeni bir hayata adapte olmak çabasıyla devam eder. Evlilikte, boşanma aşaması öncelikle duygusal boyutta gerçekleşmektedir. Daha sonrasında hukuki yollarla resmi olarak boşanan çiftler psikolojik, sosyal, ekonomik bazı sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır (Polat, 2012, s. 15; Uyar, 1999, s. 16).

Ayrılan çiftler bir arada kalan çiftlerden pek çok açıdan farklıdır. Ayrılan çiftler daha az mutludurlar, daha az çelişki içindedirler ve sosyo-ekonomik bakımdan farklılaşırlar. Boşanma sonrasında çiftler ve çocuklar etkilenebilir, yaşam şartları boşanma öncesi dönemden daha kötüye gidebilir. Bütün bunlara rağmen mutsuz evliliklerini sonlandıranların yaşam doyumu mutsuz evliliğe devam edenlerden daha yüksektir. Boşanma oranlarının artışı ve boşanmanın anlık bir durum olmayıp bir sürece yayılması nedeniyle araştırmacılar boşanmaya neden olan faktörleri, boşanma süreci ve sonrasını mercek altına almışlardır. Boşanmayla birlikte üzüntü ve kayıp duygularına rağmen evlilikten ayrılmak isteyen kişi için bir rahatlama olabilir (Harkönen, 2013, s. 17).

Boşanma ve boşanma sonrasında yaşanan sürecin eş ve aile bireyleri üzerindeki etkisine dair pek çok çalışma yapılmıştır. Evlik birlikteliğinin sona ermesi eş ve çocuklar üzerinde olumsuz sonuçlar doğurmaktadır. Kayıp, depresyon, sorun çözme becerileninin yetersiz kalması, kendilik duygusunun yara alması görülen etkilerdendir. Başta ekonomik sorunlar olmak üzere boşanma kadınlar üzerinde daha fazla olumsuz etki bırakmaktadır. Kadınlar, boşanma sürecinde erkeklere oranla daha fazla depresif semptom göstermektedir. Kadınlar boşanma sonrasında iç sıkıntısı, dikkatini toplamada güçlük, bitkinlik yaşadıklarını ve kendilerini daha yalnız hissettiklerini dile getirmişlerdir (Polat, 2012, s. 20; Uyar, 1999, s. 57).

Kertsen, (1988, s.157) yaptığı araştırmada evlilikte yaşanan sorunların üç farklı aşamadan geçtiğini söylemiştir. İlk aşamada karşılanmayan beklentiler nedeniyle eşler hayal kırıklığı yaşar ve birbirlerine dair olumsuz değerlendirmeler başlar. Bu aşamada eşi hoşnut etme ve probleme çözüm bulma arayışları devam etmektedir. İkinci aşamada çiftler ilişkilerindeki kazanç ve kayıpları değerlendirmeye başlar. Ayrılma ve kalma düşünceleri arasında gidip gelirler. Evliliğe dair umut var olsa da ayrılık düşüncesi zaman zaman gelmektedir. Üçüncü ve son aşamada ise evliliğin devam etmeyeceği inancı fazlalaşır. Eşten duygusal ve fiziksel olarak uzak durma gibi davranışlar görülmeye başlar. Bu noktada olan çiftler için uzman yardımı almak problemin çözümü için oldukça önemlidir.

Bohannas, (Uyar, 1999, s. 20; akt. Goetting, 1982, s. 217) Boşanmanın altı istasyonu modelinde boşanma aşamalarını: duygusal boşanma, hukuki boşanma, ekonomik boşanma, ebeveyn olarak boşanma, toplumsal boşanma ve ruhsal boşanma olarak tasnif etmiştir. Duygusal boşanma evliliğin çözülmeye başladığı evredir ve eşlerden birinde geri çekilme ve umursamama vardır. Hukuki boşanma süreciyle birlikte evlilik ilişkisi resmi olarak bitirilir. Evlilik ilişkisinin bitirilmesiyle birlikte mülkiyet eşler arasında bölünür. Çocukların varlığı halinde, kimin velayetinde kalacağına karar verilir. Yine bu süreçte çiftler, evli iken var olan arkadaş ve çevrelerinden de kopuş yaşar ve toplumsal boşanmayı gerçekleştirirler. Ruhsal boşanma aşaması ise tüm bu aşamaların tamamlanıp eşlerin yeni hayatlarına ve sürece adapte oldukları, eski eş ve evlilik ilişkisinde ayrıştıkları dönemi ifade etmektedir. Ruhsal boşanma aşaması bazı bireyler için zorlu geçebilmekte ve uzun sürmektedir. Psişik boşanma güç olmasına karşın çiftlerin kişilik gelişimi ve ayrışması için büyük olanaklar içermektedir.

Lowenstein, (2005, s. 155) Amerika, İngiltere, Hollanda, Çin, Avusturya, Suudi Arabistan, Finlandiya, İsveç, İsrail, Japonya, İrlanda, İsviçre de boşanma nedenleriyle alakalı araştırmalarla yaptığı meta analiz sonucunda boşanmanın nedenlerini şu şekilde özetlemiştir: kadınların ekonomik bağımsızlığı, çok erken evlilik ve görücü usulü evlilikler, ekonomik faktörler, zayıf entelektüel, eğitimsel ve sosyal beceriler, liberal boşanma yasaları, cinsel uyumsuzluk, rol çatışmaları, alkolizm ve

madde bağımlılığı, risk alma davranışı, partnerler arasındaki farklılıklar, boşanmaya dair tutum ve dini faktörler en sık görülen boşanma nedenlerindendir.

Türkiye'de evlilik hala varlığını ve önemini korumaya devam etse de evliliğin sürdürülmesine ilişkin inanış ve kabullerde değişim yaşanmaktadır. Evlilikte yaşanan problemlerin çözümünde aile büyüklerinden yardım alma sıklığı geçmiş yıllardaki kadar yüksek değildir. Aile büyüklerinden yeterince destek alamayan boşanma aşamasındaki çiftler arabuluculardan, Sosyal Hizmet Merkezleri ve uzmanlardan da yeteri kadar destek alamamakta bu da boşanma oranlarında artışa neden olmaktadır (Ercan, 2017, s. 1). Ülkemizde boşanma kararı en çok evliliğin ilk beş yılı içerisinde alınmaktadır Boşanma kararı alanlar, büyük çoğunlukla iletişim ve beklenti problemi yaşadıklarını dile getirmiştir. Geçimsizlik ve aldatma yine boşanma kararı almada etkili olmuştur (Ercan, 2017, s. 78, 83).

1.2. AİLE DANIŞMANLIĞI TARİHİ, KURAM, KAVRAM ve TEKNİKLERİ

Çalışmanın bu kısmında öncelikle aile danışmanlığının nasıl ortaya çıktığıyla ilgili bilgi verilecek, ayrıca Türkiye'de aile danışmanlığının ne zaman başladığı ve nasıl bir seyir izlediği üzerine durulacaktır. Daha sonra aile kuramlarından öne çıkan kuramlar kısaca tanıtılacak, aile terapisi alanındaki temel kavram ve tekniklere yer verilecektir. Bu kısımda, aile danışanlığıyla ilgili bütün bilgi ve kuramlara yer verilmemiş, çalışmanın anlaşılması için gerekli olan temel çerçeve çizilerek, çalışmayla ilgili olan kısımlar ele alınmıştır.

1.2.1. Aile Danışmanlığı/Terapisinin Kısa Tarihçesi

Tarih boyunca aileler, aile bireyleri arasında çıkan sorunları yaşlı insanlara danışarak çözmeyi çalışmıştır. Yetişkinler, küçük çocuklar ve yaşlı bireylerin bakımından sorumlu olmuştur. Sağlıklı bireyin kendi kendine yetmesi gerektiği düşüncesinin hakim olduğu 1940 öncesi dönemlerde, aile içinde yaşanan sorunlar için ruh sağlığı uzmanları yerine din adamları, avukat ve doktorlara gidilmiştir. Yine o dönemlerde yaygın olan psikanaliz ve davranışçılık kuramının birden fazla kişiyle aynı anda çalışmayı doğru bulmamış, terapistler uzun yıllar boyunca terapide mahremiyeti koruma ve terapötik müdahaleyi bozmama adına aile bireyleriyle görüşmeyi

istememişlerdir. Dönemin ruh sağlığı uzmanlarının bu tutumu aile danışmanlığının bireysel danışmanlıktan daha sonra oluşmasına neden olmuş, aile danışmanlığının ortaya çıkışını geciktiren etkenler arasında yer almıştır (Gladding, 2015, s. 118; Nichols, 2013, s. 73).

Aile terapisinin kısa tarihine karşılık uzun bir geçmişi olduğundan söylemek mümkündür. II. Dünya Savaşı'ndan sonra pek çok ailenin desteğe ihtiyaç duyması, üniversite hayatına giren kadınların aileyle ilgili ders talep etmeleri, aileyle ilgili dergi yayınlanması aile danışmanlığının ortaya çıkışını hızlandırmıştır. Aile ve çiftlere yönelik danışmanlık yapan dernekler kurulmuş ve şizofren bireye sahip ailelerle yapılan çalışmalar aile danışmanlığının ortaya çıkışında etkili olmuştur (Nazlı, 2018, s. 2).

Aile dinamikleriyle ilgili çalışma yapan Freud, bilinç dışındaki aileyle ilgilenmiş gerçek aileyi terapi içerisine dahil etmemiştir. Adler ise aileyle ilgili çalışmaları derinleştirmiş, aileye ait detaylı araştırmalar yapmıştır (Nichols, 2013, s. 73). Aile danışmanlığına dair ilk ciddi çalışmalar 1950-59 yılları arasında yapılmıştır. Aileyle ilgili yapılan bireysel çalışmaların yoğun olduğu bu dönemde aile danışmanlığı doğmuştur. N. Ackerman, G. Baterson, M. Ericson, C. Whitaker aile danışmanlığında disiplinler arası anlayışın oluşmasına katkı sağlamışlardır (Algan, 2016 s. 2211). İlk çift terapileri zamanın baskın yaklaşımları olan psikanalizden etkilenmiş ve aile bağlamına uyarlanmıştır (Lebow, 2019, s. 19).

1950'li yıllar aile danışmanlığının ortaya çıktığı dönem olarak kabul edilir. Bu dönemde aileyle ilgili kurulan dernekler ve yapılan çalışmalar daha çok bireysel çabaların eseridir. Ackerman ailelerle çalışmanın önemine vurgu yapmış, aile dinamiklerinin, ortaya çıkan problemleri anlamakta değil, problemlerin çözümünde de etkili olduğunu ortaya koymuştur (akt. Ateş, 2019b, s. 6). Bateson ve Jackson şizofreni ailelerin ilişki dinamikleriyle ilgili çalışmalar yapmış, Satir ve Watzlawick'i ekibe dahil etmiştir. Bu çabaların sonucunda aile terapisinde "kısa süreli yaklaşım" geliştirilmiştir (Gladding, 2015, s. 120 McGeorge,. vd., 2015, s. 9).

1950'li yıllarda aileyi yaşayan bir sistem, organik bir bütün olarak kabul eden bir bakış açısı ortaya çıkmıştır. Psikiyatristler hasta olan kişi iyileştiğinde ailedeki diğer bireyin durumunun kötüleştiğini fark etmiş ve bu durumun nedenleriyle ilgili araştırmalar yapılmıştır. Araştırmalar, yaşanan değişimin bütün aile sistemi üzerinde etkisi olduğunu göstermiş en etkili yolun bütün aileyle çalışmak olduğu anlaşılmıştır (Nichols, 2013, s. 73).

1960-70 yılları arasında aile danışmanlığı hızlı bir şekilde gelişmiştir. Aile bireyleriyle çalışma fikri bu dönemde pek çok uzman tarafından kabul görmeye başlamıştır. Bu yıllarda geliştirilen sistem kuramı geniş yankı uyandırmıştır (Lebow, 2019, s. 13). Aile terapisi için eğitim merkezleri açılmış ve akademik programlar düzenlenmeye başlamıştır. İlk süreli dergi yayın hayatında yer almış ve aileyle alakalı lisansüstü ders verilmeye başlanmıştır. Jay Haley, Salvador Minuchin, Virginia Satir, Carl Withtaker bu dönemin önemli isimleri arasındadır (Kaslow, 2007, s. 438).

Milton Erickson o dönemde yaptığı çalışmalarla öne çıkan başka bir isimdir. Bilinçdışına odaklanma, doğrudan ve dolaylı telkinlerde bulunurken kullandığı yöntemlerle sonraki yıllarda üne kavuşmuştur (Ateş, 2019b, s. 6). Bowen, şizofren ailelerle yaptığı çalışmalarda aile üyeleriyle birlikte terapi yapmıştır. Haley, kendi stratejik aile terapisini geliştirmiş, aile bireylerinin güç kazanması ve gücün korunması gerektiğini vurgulamıştır. Terapide iç görü kazandırmanın yanı sıra danışanlara yönerge vermiş, yönlendirmeler yapmıştır. Minuchin, suça karışan çocuklar ve aileleriyle çeşitli çalışmalar yürütmüştür.Varoş ailelerle yapılan bu çalışmalar alana farklı bir bakış açısı kazandırmıştır (Gladding, 2015, s. 122; McGeorge, vd., 2015, s. 24; Nichols, 2013, s. 68).

1960'lı yıllarda öne çıkan isimlerden biri de Virginia Satir'dir. Satir aile terapisine insancıl ve özgün bir yaklaşım kazandırmıştır. Satir'i öne çıkaran bir diğer özellikde o dönemde çalışma yapan ilk kadın terapist olmasıdır. Satir'in insanlara ilişkin sınırsız bir iyimserliği ve eşsiz bir empati yeteneği olması, danışanlarına şefkatle yaklaşması, merhametin ve duyguların içten ifadesi onu özgün bir terapist haline getirmiştir (Nichols, 2013, s. 60; Innes, 2002, s. 36; Lee, 2001, s. 28). Yine o dönemde terapiye eşleri ve çocukları dâhil eden Whitaker, aile terapisi alanında birçok ders

vermiştir. Bu alanda çalışan kişileri birleştirici bir rolü olması açısından alanın gelişmesine katkı sağlamıştır (Gladding, 2015, s. 122; Wetchler, ve Hecker, 2014, s. 235).

1970'li yıllara gelindiğinde *Amerikan Evlilik ve Aile Terapisi Derneğine* (AAMFT) çok sayıda üye dâhil olmuş, *Amerikan Aile Terapisi Akademisi* (AFTA) kurulmuştur. 60'lı yıllarda temeli atılan pek çok aile danışmanlığı kuramı bu dönemde netlik kazanarak ayrışmaya başlamışlardır. Aile terapisi alanında farklı görüşler ve metotlar arasında rekabet oluşmuştur. Aile danışmanlığında kullanılacak birçok metot geliştirilmiş ve aile terapisi alanına feminist yaklaşım katılmıştır (Ateş, 2019b, s. 8; Lebow, 2019, s. 14; Gladding, 2015, s. 122;). Feminist aile terapisi bir model olmaktan ziyade, toplumsal cinsiyet anlayışının aile üyeleri üzerinde etkisini ifade eden bir düşünce biçimidir. Feministler, ailede birçok boyutunun yanı sıra "birbirini tamamlayıcılık, döngüsellik, tarafsızlık" gibi kavramların terapide kadınlara haksızlık olacak şekilde sunulup sunulmadığını sorgulamışlardır. 70 ve 80'li yıllar aile terapisinin altın çağı olarak görülmüştür (Gladding, 2015, s. 128; Nichols, 2013, s. 71).

1980- 90 yılları arasında alanda öncü sayılabilecek isimler emekli olmuş veya ölmüş, onların yetiştirdiği uzmanlar sahneye çıkmıştır. 80'li yıllarda aile terapisinin bir meslek dalı olarak kabulü oldukça artmıştır. Alana duyulan ilgi ve alanda çalışan uzmanların psikolog unvanlarını koruma arzularının bir sonucu olarak 1984 yılında Amerikan Psikoloji Derneğinin (APA) 43. kolu olarak "*Aile Psikolojisi*" kurulmuştur (Gladding, 2015, s. 129). Bu dönemde aileyle çalışan uzmanların ve meslek kuruluşlarının çoğalmasıyla birlikte, alanda yapılan yayın sayısında da artış olmuştur. Bu yıllarda aile danışmanlığı ABD'de dört temel ruh sağlığı alanından biri olarak kabul edilmiştir. Monica Mc Goldrick, Peggy Pap, Betty Carter, Fromma Walsh gibi kadın araştırmacılar alanda etkili olmuştur (Nazlı, 2018, s. 9).

1990-1999 yılları arasında aile terapisi dünya çapında tanınır ve uygulanır olmuştur. Bu alanda yeni kurallar ve uzmanlık alanları ortaya çıkmıştır. Çözüm odaklı terapi ve öyküsel aile terapisi popüler hale gelmiştir. Mesleğe dair akreditasyon ve mesleki lisans/ehliyet çalışmaları daha da artmıştır. Bu dönemde aile terapisi, araştırma

sahası ve terapi modelleriyle kendisine ayrı bir kimlik oluşturmuştur (Lebow, 2019, s. 14; Nazlı, 2018, s. 9; Gladding, 2015, s. 133).

2000'li yıllara gelindiğinde aile terapisi alanı dünya çapında oldukça genişlemiş, önemli bir takım gelişmeler yaşanmıştır. Pek çok ülkede aile danışmanlığıyla alakalı meslek kuruluşları, yayınlar ve dernekler kurmuştur. Aile terapisi alanındaki meslek birlikleri AAMFT, IAMFC, AFTA ve APA'nın 43. kolu günümüzde de yayınları, eğitimleri ve hizmetleriyle alana büyük katkı sağlamaya devam etmektedir. Son yıllarda yaşanan bu gelişmelerin yanı sıra kültüre duyarlığı aile danışmanlığının nasıl olması ve hangi metotlar kullanılması gerektiği üzerine yapılan çalışmaların sayısı artmıştır. Aile terapisine, tek ebeveynli aile, evlenmeden birlikte yaşama, gay ve lezbiyen aileler gibi yeni kavramlar eklenmiştir (Ateş, 2019b, s. 9; Gladding, 2015, s. 134; Kaslow, 2007, s. 448). Ortaya çıktığı ilk dönemden günümüze kadar pek çok aşama kaydeden ve gelişen aile danışmanlığı önü açık olan bir meslek olarak görülmektedir.

1.2.2. Türkiye'de Aile Danışmanlığı

Türkiye'de 1980 yılından bu yana çift ve ailelerle klinik çalışmalar yapılmış olsa da aile danışmanlığının bir meslek dalı olarak tanınması, eğitimi ve uygulamayla ilgili standardizasyon çalışması son yıllarda yapılmaya başlanmıştır. Önceki yıllarda çift ve aile terapisi, klinik psikoloji ve psikolojik danışmanlık ve rehberlik yüksek lisans programları içerisinde ders olarak okutulmaya başlamıştır (Korkut, 2007, s,18). Daha sonra bazı özel merkezler, aile danışmanlığıyla ilgili eğitim ve sertifika programı açmıştır. Günümüzde ise bazı üniversitelerde çift ve aile terapisiyle ilgili tezli-tezsiz yüksek lisans eğitimi verilmektedir. Bu gelişmelerle birlikte aile terapisi, kısa süreli eğitimler de verilen bir ders ya da öğrenilen birkaç teknik olmaktan çıkmış başlı başına bir alan olmuştur (Şabanova, 2017, s, 90).

2007 yılında Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğü kendi bünyesinde, 2009 yılında ise bünyesi dışında kurulacak olan aile danışmanlığı merkezleriyle ilgili yönetmelik yayınlanmıştır. 2012 yılında Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı özel aile danışma merkezleriyle ilgili olan yönetmelikte bazı değişiklikler

yapıp yeniden yayınlamıştır. Son yıllarda artan taleple birlikte ülkemizde pek çok aile danışmanlığı sertifika programı ve aile danışmanlığı merkezi açılmıştır (Aykıl.,vd, 2015, s, 59). Yapılan son düzenlemelerle aile danışmanlığı eğitimi 150 saatten 450 saate çıkarılmıştır. Fakat eğitime kimlerin katılacağı, eğitimin içeriği, eğitim verenlerin nitelikleri, klinik deneyimleriyle ilgili herhangi bir standardizasyon yapılmaması sonucunda ülkemizde kontrolsüz şekilde aile danışmanlığı eğitim ve sertifika programları açılmıştır. Aile danışmanlığıyla ilgili belli standartların getirilmesi, mesleki yeterlilik ve sunulan hizmetin kalitesinin iyileştirilmesi üzerinde durulması gereken bir konudur (Aykıl.,vd, 2015, s, 60; Korkut, 2007, s, 28) Günümüzde, sosyal hizmet, PDR, psikoloji, sosyoloji, hemşirelik ve tıp alanlarında 4 yıllık lisans eğitimi alanlar aile danışmanlığı eğitimi ve sertifika programlarına katılabilmektedir (Şabanova, 2017, s, 90).

Karalı (2019, s. 131), yaptığı çalışmada aile danışmanlarının en çok zorlandıkları alanların iletişim, aldatma, direnç, eşlerden birinin danışmayı reddetmesi olduğu belirlemiştir. Başka bir çalışmada meslek deneyimi daha az olan aile danışmanlarının ailenin bütününü terapiye katma noktasında zorlandıklarını ortaya konmuştur (Şabanova, 2017, s. 91). Aile danışmanlığı eğitimi alan adaylarla (18 deney, 14 kontrol grubu) deneysel bir çalışma yapan Gürgan ve Sezer, (2017, s. 94) aile danışmanlığı eğitiminin sonunda, eğitime katılanların katılmayanlara oranla fonksiyonel olmayan tutumlarının olumlu yönde değiştiğini gözlemlemiştir. Yine Taştan, vd. (2016, s. 140), yaptıkları çalışmada aile hekimlerinin aile danışmanlığıyla ilgili eğitim eksikliği olduğunu ortaya koymuştur.

Türkiye'de görev yapan aile danışmanlarının durumu, eğitim standartları, yönelimleri, çalışma şekilleri ve eğitim ihtiyaçlarının ne olduğuyla ilgili betimleyici bir çalışma yapılmıştır. Katılımcıların büyük çoğunlukla eklektik model kullandıkları, yurtdışındakine benzer standartları olan aile danışmanlığı eğitimi almadıkları, katılımcıların büyük bir kısmının aile danışmanlığı eğitimi almak istedikleri, aile terapisi noktasında kapsamlı ve sistemli eğitimlere ihtiyaç duydukları belirlenmiştir (Korkut, 2007, s. 13; Korkut, 2000, s. 130). Aykıl vd. (2015, s. 75-77), Korkut'tan 10 yıl sonra tekrarladıkları çalışmada eğitim standartlarının net olmadığı, aile

danışmanlarının belirli bir ekol kullanmamakla beraber sistemik kuramın yaygınlaşmaya başladığı, eğitim noktasında standartların oluşturulması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Aile danışmanlığıyla ilgili literatür incelendiğinde çalışmaların son yıllarda artmakla beraber Türkiye'deki çalışmaların Batıdaki çalışmalara oranla daha az olduğu görünmektedir (Erdoğan, 2019, s. 106). Ülkemizde aile danışmanlığının yeni bir alan olması nedeniyle Batı ülkelerine kıyasla alanda çalışanlar genç ve daha az deneyim sahibidir. 2001 yılından bu yana tekrarlanan benzer çalışmalarda alanda çalışanların büyük çoğunluğunun 40 yaşın altında kadınlar oldukları ve ortalama 5 yıldır aile danışmanlığı yaptıkları sonucuna ulaşılmıştır. Aile danışmanları; aile üyelerinin bütününü seansa katma, direnç, eşlerden birinin terapiyi reddetmesi, iletişim ve aldatmayla ilgili konularda zorlandıklarını dile getirmişlerdir (Çevik, 2020, s. 98; Karalı, 2019; Şabanova, 2017, s. 90; s. 131; Aykıl, 2015; Korkut, 2007; Korkut, 2001).

1998 yılında Aile ve Evlilik Terapileri (AETD) eğitim programları ve düzenlemiş oldukları kongrelerle alana büyük katkı sağlamışlardır. 2012'de kurulan Çift ve Aile Terapisi Derneği (ÇATED) günümüzde de çift ve aile terapisinin geliştirilmesi ve tanınmasıyla alakalı çalışmalar yürütmektedir (Aykıl., vd, 2015, s. 60). Baltacı (2010, s. 95) evli kadınlarla yaptığı araştırmada kadınların büyük çoğunluğunun aile danışmanlığı hizmetinden yararlanmak istediği ve %70'nin devlet tarafından ücretsiz olarak sunulan aile danışmanlığı hizmetinden haberdar olmadıklarını ortaya koymuştur. Yine araştırmalara göre aile yaşam memnuniyeti, çözülmemiş meseleler, maddi sıkıntılardan kaynaklı sorunlar, iletişim sorunları ve cinsel problemler, boşanma, kök aileden kaynaklı sorunlar, şiddet ve öfke problemleri yardım almak istedikleri başlıca konulardır (Çevik, 2020, s. 99; Karalı, 2019, s. 131; Göç, 2006, s. 136;). Türkiye'de Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı başta olmak üzere İl Özel İdareleri, yerel yönetimler ve vakıflar aileye hizmet vermektedir. Bu kurumlar ailelere eğitim, danışmanlık ve rehberlik, maddi, psikolojik ve sosyal yardım sağlamaktadır (Çevik, 2020, s. 64).

1.2.3. Aile Danışmanlığının Bireysel Terapiden Farkları

Aile terapisi ve aile danışmanlığı alan yazında aileye yönelik klinik yaklaşımları tanımlamak için birbiri yerine kullanılmaktadır. Aile danışmanlığının daha kısa vadeli ve nispeten daha sağlıklı ailelere yönelik bir hizmet olduğu, eğitim ve yönlendirme kısmının daha baskın olduğu, uzmanların almış olduğu eğitim ve yeterlilik açısından farklılıklar olduğu söylenebilir (Korkut, 2011, s. 115). Ülkemizde ailelere yönelik yapılan psikolojik yardım aile danışmanlığı, aile terapisi, çift ve aile terapisi, çift danışmanlığı gibi isimlerle sunulmaktadır. Kavramlar arasında belirgin farklılıkların olmaması nedeniyle çalışmamızda aile danışmanlığı ve aile terapisi kavramları birbiri yerine kullanılmıştır.

Aile terapisi, ailedeki tek bir aile üyesine değil, ailedeki sistemin bütün parçalarına müdahale eden, birey ve aileyi bütün olarak ele alan ailelerin yaşadıkları problemler karşısında iç görü kazanma ve başa çıkmalarına yardımcı olan yaklaşımdır (Ateş, 2019b, s. 3). Meslek Yeterlilik Kurumu, aile danışmanlığını "*Aile içindeki ilişki ve iletişim sorunları dâhilindeki zorlu yaşam olayları ve krizle baş etme, ebeveyn çocuk ilişkilerinin güçlendirilmesi, evlilik öncesi süreci ve sonrasında rehberlik ve danışmanlık, psiko-sosyal sorunların etkileriyle baş etme ve çözümüne destek olma, sosyal çevre ilişkilerinin güçlendirilmesi için ilişkisel yaklaşımla bireylere, çiftlere, ailelere ve gruplara yönelik*" hizmet olarak tanımlamıştır (Meslek Yeterlilik Kurumu, 2014, s. 5).

Aile danışmanlığı sağlıklı iletişim ortamını sağlamak için aile üyelerinin bütününü içine alan psikolojik yardım hizmetidir (Algan, 2016, s. 2210). Başka bir tanıma göre aile danışmanlığı aile bireyleri arasında sağlıklı iletişimi sağlamak için yapılan psikolojik yardımdır. Aile bir bütün olarak ele alınır ve aile üyelerinin çatışma ve problemlerin kaynağını görmeleri sağlanır (Nazlı, 2018, s. 3).

Aile danışmanlığının amacı aile üyelerinin her birinin psikolojik sağlığını iyileştirmek ve aile sistemindeki işlevselliği sağlıklı hale getirmektir. Aile danışmanlığı, aile bireylerini aile ortamı ve çevreyle uyumlu bir yaşam sürmesi için destekler. Yine, kişilerarası ilişkilerde yaşanan problemlerin çözümü, aile üyeleri arasındaki ilişki ve

işbirliğinin güçlenmesi, krizler karşısında ailenin dayanıklılığının artırılması, aile sisteminde özgürlük, sorumluluk ve değerler arasında denge sağlanması aile terapisinin amaçlarındandır (Özgüven, 2017, s. 6). Birey, aile bağlamı içinde ele alınmalıdır. Hem bireysel, hem de aile içi problemlerde aile de çözümün bir parçası olmalıdır. Aile terapisi, ailelerin problemlerini kendilerinin çözebileceği ve çözmesi gerektiğini vurgular (Lebow, 2019, s. 9). Aile terapisi gücünü anne-baba ve çocukları bir araya getirerek aralarındaki etkileşimi değiştirmesinden almaktadır (Nichols, 2013, s. 34).

Bireysel danışmanlık bireye odaklanırken, aile danışmanlığında, aile sistemi ve ilişki danışan olarak kabul edilmektedir. Danışma sürecine yalnızca problemi olan birey değil, bütün aile ya da sorunun çözümünü ilgilendiren bütün aile bireyleri katılır. Aile danışmanlığı aile üyelerinin birbiriyle nasıl etkileşimde bulundukları üzerine odaklanır (Nazlı, 2018, s. 268). Aile danışmanlığı, aileyi birbiriyle etkileşimi olan bir sistem olarak kabul ettiği için yalnızca bireyle ilgilenmez. Aile Danışmanı bireyde gözlemlediği kaygı, korku ve davranış bozukluklarını yalnızca o bireye ait bir durum olarak değil bütün aile bireylerinin özelliği ve davranışı olarak ele alır (Özgüven, 2017, s. 4).

Bireysel terapi, danışanların kendi korkuları ve sorunlarıyla yüzleşmelerine yardım eden, kendileri olabilmesi için danışanları destekleyen bir bakış açısı sunmaktadır. Bireysel terapistler, kişiliğin şekillenmesinde ailenin etkisini kabul etmekle beraber tedaviyi birey odaklı sürdürürler. Aile terapistleri ise bireyin yaşadığı sorunları kendisi dışında ailesiyle olan ilişkilerinden de etkilendiğine inanır. Bu nedenle terapide aile sisteminin değiştirilmesi ve iyileştirilmesi hedeflenir. Bireysel terapi bireyin değişmesi üzerine odaklanırken aile terapisi bütünüyle aileyi değiştirmeye çalışır. Terapide, yalnızca terapiye gelen/getirilen bireyin değil ailenin her bir üyesinin değişimi hedeflenir. Çocuklar, evlilik, yakın ilişkilerle ilgili problemler, aile içi iletişimde yaşanan sıkıntılar aile danışmanlığı yaklaşımıyla çalışmaya daha uygundur. Bireyin kendisiyle ilgili bir şeyleri değiştirmek için çabaladığı durumlarda ise bireysel terapi yararlı olabilir (Nichols, 2013, s. 32).

Aile danışmanlığı öncelikle bireylerin aile bireyleriyle olan ilişkisine odaklanır. Bu yaklaşım, ağacı görmek yerine ormanı görmeye benzetilebilir. Problemli davranış birey bazında değil daha geniş çapta bütün aile üzerinde araştırılır. Terapist aileyi sürece dahil ederek, problemi bir aile üyesinin yaşadığı sorun olmaktan çıkartıp aile meselesi haline getirir. Ailenin, problemi daha geniş bir şekilde görmesi ve birlikte çözüm üretmesini kolaylaştırır. Aile terapisti bütün aile üyelerine eşit mesafededir ve aynı mesajı verir (Özabacı ve Erkan, 2013, s. 26).

Aile terapistleri danışanın sorunlarına bireysel terapiden daha farklı bir çerçeveden bakar, danışanı bireysel olarak ele almaktansa aile sistemiyle birlikte değerlendirirler. Ailelerin, mevcut problemleri birlikte çözebileceğine, çözmesi gerektiğine vurgu yaparlar. Aile sistemi görüşüne göre, aile terapisi yalnızca evlilikte yaşanan zorluklar, ebeveyn-çocuk gibi ilişkisel problemleri değil aile bireylerinin bireysel problemleri içinde çözüm sunar. Sistem kuramına göre aile bireyleri birbirinin davranışından etkilenir. Aile sistemi, en zayıf aile üyesi kadar güçlüdür. Terapistler, hem ilişkisel problemler hem de aile bireylerinin sahip olduğun bireysel problemlerle çalışılır. Terapide hem aile, hem birey önemlidir ve yaşanan bireysel sorunlar aile bağlamı içinde ele alınmalıdır. Bireysel terapi de danışanlar kendilerine bakabilmeyi öğrenir, bireysel sorunlarına çözüm arar, güçlenir, hayatı hakkında karar alabilmeyi öğrenir. Danışanın bireysel olarak güçlenmesi aile bireyleriyle olan ilişkilerini olumlu etkilemektedir (Lebow, 2019,s. 9; Gladding, 2015, s. 124).

Bireysel danışmanlıkta terapi hedefleri danışanla birlikte belirlenir. Aile danışmanlığında ise terapist ailenin getirdiği probleme uygun hedefler belirler ve aile üyelerinin bu hedeflere ulaşması için çalışır. Aile danışmanlığında bireysel terapiden farklı olarak aile için ortak bir hedef belirler (Tönbül, 2019, s. 89).

Aile terapisi diğer terapi yaklaşımlarından yapı teknik ve hedefler açısından farklılık göstermektedir. Diğer yaklaşımlar bireye ve terapist-danışan ilişkisine odaklanırken aile terapisi kendine has yapısıyla aileyi bütün olarak danışan kabul etmektedir. Bireyi tek başına değil ailenin bir bütünü olarak ele alır ve terapi hedeflerini de ona göre belirler. Terapi hedefi aile sistemi ve aile üyeleri arasındaki ilişkileri değiştirmeye yöneliktir (Demirbilek, 2016, s. 110).

Aile terapisi birden fazla kişiyle yapıldığı için grup terapisi olarak sınıflandırılsa da terapi hedefleri açısından grup terapisinden ayrılır. Grup terapisinde amaç bireyin problemlerini grup içinde çözüme kavuşturmaktır, aile terapisi ise ailenin bütününün sağaltımını esas alır. Aile üyesinin bireysel problemleri bu süreçte ele alınıp çözülse de asıl amaç ailenin probleminin çözüme kavuşmasıdır (Samancı ve Ekici, 1998, s. 45).

1.2.4. Aile Terapisinde Temel Yaklaşımlar/Kuramlar

Bu başlık altında aile danışmanlığının ilk ortaya çıktığı günden günümüze kadar öne çıkan bazı kuramlara genel hatlarıyla değinilecektir. Kuramın aileyi ele alışı, kullandığı yöntemler, kuramın güçlü ve özgün yanları ve terapistin yaklaşımından kısaca söz edilecektir. Bu bağlamda sırasıyla Psikodinamik Aile Terapisi, Bilişsel Davranışçı Aile Terapisi, Stratejik Aile Terapisi, Çözüm Odaklı Aile Terapisi, Öyküsel Aile Terapisi ve Yaşantısal aile terapisi ele alınmıştır.

a) Psikodinamik Aile Terapisi

Psikodinamik aile terapisinin temelleri Freud'un aileyle ilgili çalışmalarına dayanmaktadır. Freud, çalışmalarında aile dinamiklerine dikkat çekmekle birlikte, aile sistemi üzerinde yoğunlaşmamış, tedavi yaklaşımını birey odaklı sürdürmüştür. Freud, kişilik yapısının gelişiminde ailenin çok önemli olduğunu vurgulamış, aileyi nevrotik korkuların öğrenildiği bir yer olarak görmüştür (Nazlı, 2018, s. 66-68; Nichols, 2013, s. 268).

Psikanalistler, 1950 yılına kadar aileyi bütün olarak ele almamışlardır. Psikanalitik kurama çalışmalarında yoğun bir şekilde yer veren Nathan Ackerman psikodinamik aile terapisi yaklaşımının öncüsü kabul edilmektedir. Ackerman, aile bireylerinin hepsini terapiye dahil ederek çalışmış ve terapilerinde psikoanalitik ilkelleri uygulamıştır (Gladding, 2015, s. 192). Yine, psikanaliz eğitimi alan ve kendi tecrübelerini psikanalizle birleştirerek geliştirdiği yaklaşımı aileler ve çiftlerle başarılı bir şekilde uygulayan Murray Bowen, çalışmalarında kişiliğe odaklanmıştır. Bowen'a göre problemli aileler, duyguyla gerçeği ayırt edemediği için duygularıyla hareket eden

aile üyelerinin var olduğu ailelerdir. Aile üyeleri duygusallıktan kurtulup mantıklarıyla hareket etmeyi başardıklarında problem ortadan kalkacaktır (Canel, 2012b, s. 148).

Günümüzde ise psikanalitik aile danışmanlığı daha çok nesne ilişkileri kuramına dayanmaktadır. Freud'un iç ruhsal ve dürtü yönelimli kuramından farklı olarak çocukluk döneminde sevgi ve bağlılığın önemli bir ihtiyaç olduğu vurgulanmaktadır. Kuramda bu ihtiyaç çerçevesinde içselleştirilen nesneler analiz edilir. Günümüz çift ve aile terapisinde nesne ilişkileri önemli bir yere sahip olmuştur (Lebow, 2019, s. 102; Nazlı, 2018, s. 67).

İlk ortaya çıktığı dönemden günümüze kadar psikodinamik aile yaklaşımları ortak bir zeminde yer almışlardır. Bu yaklaşımlar genel olarak bireylerin içsel süreçleri/ çatışmalarını çözmeleri yoluyla aile üyeleri arasında yaşanan çatışmaların çözülmesini amaçlar. Aile bireylerinin çocukluk deneyimleri ve bu deneyimlerinin içinde bulundukları aile bireyleriyle ilişkilerini nasıl etkilediğine odaklanmışlardır. Ailenin dinamiği büyük oranda aile üyelerinin erken gelişimleri tarafından belirlenir. Günümüzde tamamen psikodinamik yönelimli aile terapileri az olsa da psikodinamik terapinin birçok kavram ve stratejileri aile ve çift terapilerinde yer almaktadır (Lebow, 2019, s. 102).

Analitik terapistler bireylerin ve aile üyelerinin bilinçaltı süreçlerine odaklanmış ve aile içi konuşmaların ötesinde bireylerin kendilerine özgü korku ve özlemlerini araştırmışlardır. Terapinin amacı, aile üyelerini bilinçdışı sınırlamalardan kurtararak birbirleriyle sağlıklı iletişim kurmalarını sağlamaktır. Bireylerin geçmişe bağlı olmaktan kurtarıp şu anki gerçeklerle ilgilenen bireyler olmalarına yardım edilir. Diğer terapi ekollerinde davranış değişikliği hedeflenirken analitik terapide hedef davranış değişikliğinden öte temelde yatan problemlerin çözülmesidir. Davranış değişikliği bu sürecin bir yan ürünü olarak ortaya çıkmaktadır (Nichols, 2013, s. 268, 281)

Aileyi analitik bir yaklaşımla ele alan psikanalitik aile danışmasında transferans ve aile üyelerinin gösterdiği direnç çok önemlidir. Danışmanın başlıca işlevi, aile bireylerinin bilinçaltı düşünce ve deneyimlerden kurtararak bilinçli duruma

gelmeleri ve geçmişle şu anki davranışları arasındaki bağı fark etmelerine yardım etmektir. Danışman, terapide geçmişin onları nasıl etkilediğini anlamaları noktasında öğretmen, erken çocukluk döneminde güven duygularını geliştirememiş olan danışanlar için şefkatli bir anne, aile içindeki etkileşimi canlandıran bir katalizör görevi üstlenir. Psikanalitik aile danışmasında başlıca transferans, rüya analizi, yüzleştirme, güce odaklanma, yaşam hikâyesi, tamamlama teknikleri kullanılır (Nazlı, 2018, s. 73).

b) Bilişsel Davranışçı Aile Terapisi

Davranışçı aile terapisi kaynağını Geralt Paterson'un ebeveyn eğitimi çalışmalarından alan oldukça yeni bir yaklaşımdır (Nazlı, 2018, s. 204). İlk davranışçı yaklaşımlarda ebeveyn eğitimde çocukların davranışlarının ebeveynleri tarafından değiştirilmesi hedeflenmiştir. Daha sonraki çalışmalarda Bandura'nın -yeni davranışı model almanın önemini vurgulayan- Sosyal Öğrenme ve Thibaut ve Kelley'in aile ilişkilerinde maliyet ve ödülleri vurgulayan Sosyal Takas/Alışveriş Kuramı terapiye dâhil edilmiştir(Gladding, 2015, s. 237).

Bilişsel teoriler 90'lı yıllarda yapılandırılmış olan davranışçı çift ve aile terapileriyle bütünleşmeye başlanmıştır. Bilişsel Terapiler işlevsiz ve mantıksız düşünce süreçlerinin değiştirilmesini hedefler. Bilişsel ve Davranışçı Terapilerin bir araya getirilmesiyle *Bilişsel-Davranışçı Aile Terapisi* modeli ortaya çıkmıştır. İlk Bilişsel-Davranışçı Aile Terapisi yaklaşımları öncelikli olarak davranışçılığın ilkelerini uygulamaya odaklansa da son zamanlarda sistem anlayışı ve stratejilerini de terapiye taşımışlardır (Lebow, 2019, s. 95). Özetle, Bilişsel-Davranışçı Aile Terapisi; davranışçı ilkeler, klasik ve edimsel koşullanmanın yanı sıra Sosyal Öğrenme ve Sosyal Takas Kuramına dayanmaktadır (Hanımoğlu, 2019, s. 105; Lebow, 2019, s. 94; Nichols, 2013, s. 300). Terapinin önde gelen savunucuları arasında Aaron Beck, Frank Dattilio, Albert Ellis ve Norman Ebstein sayılabilir (Gladding, 2015, s. 238).

Davranışçı ve Bilişsel-Davranışçı Aile Terapilerinin yaygın olarak kullanılan dört çeşidi vardır. Bunlar: Davranışçı Ebeveyn Eğitimi, İşlevsel/Fonksiyonel Aile Terapisi, Cinsel İşlev Bozukluklarının Davranışçı Tedavisi ve Bilişsel-Davranışçı Aile Terapisidir. İşlevsel /Fonksiyonel Aile Terapisi hariç diğer terapi yaklaşımları doğrusal

bir bakış açısına dayanır ve aile bireylerinin ilişkileri üzerine dururlar (Gladding, 2015, s. 244, 254).

Bilişsel-Davranışçı terapiye göre aileler ve çiftler çevrelerinden etkilenirler. Terapide öğrenilen mevcut davranış kalıpları değerlendirilir. İşlevsiz olanlar belirlenip yeni kalıplarla değiştirilir. Terapistler özel teknikler kullanarak aile üyelerini, benimsedikleri irrasyonel düşüncelerle yüzleştirir. Aile ilişkilerinde biliş, davranış ve duyguların birbirleri üzerinde karşılıklı bir etkiye sahip olduğuna inanılmaktadır. Aile bireyleri arasında işlevsel olmayan biliş, davranış ve duygular çatışmaya neden olabilir (Hanımoğlu, 2019, ss. 105-106).

Bireysel-Davranışçı Aile Terapisi, birey ve ailede var olan işlevsiz düşünce ve inançları değiştirme başka bir deyişle "şemaları" değiştirmeye dayanır. Ailedeki işlevsel olmayan yerleşik düşünce ve inançları işlevsel olanlarla değiştirmek son derece önemlidir. Terapinin vurguladığı nokta, aile üyelerine kendilerine yararlı olacak şekilde nasıl düşünebilecekleri ve ihtiyaç halinde nasıl farklı davranabileceklerini öğretmektir (Gladding, 2015, s. 244; Leahy, 2007, s. 426).

Bilişsel-Davranışçı Aile Terapisi diğer terapi yaklaşımlarına göre birbirlerine daha fazla benzerler. Ayrıca bu terapi modeli, üzerinde en çok araştırma yapılan terapi modeli olması açısından da öne çıkmaktadır. Diğer terapi metotlarına kıyasla terapi sırası ve sonrasındaki etkiyle ilgili en güçlü görgül bulgulara sahiptir (Lebow, 2019, s. 96, 99).

Bilişsel-Davranışçı Aile Terapisi, ailedeki her bireyin terapiye katılımını zorunlu kılmaz. Terapi ailede değişimin gerçekleşmesi için gerekli olan aile bireylerini içerir. Terapistler, pozitif etkileşimi artırmak için aile içerisindeki spesifik problemleri belirlemeye çalışır. Belirlenen problemlerin çözümü için değişiklikler önerir, sonrasında ise danışanlar pozitif değişimi korumak için eğitilir. Terapist bu noktada yönlendiricidir ve sık sık ailenin kullanması gereken yeni etkileşim yöntemleri için ödevler verir. Terapist işlevsel olmayan inançları belirlemek ve işlevsel olanları inşa etmek için danışanlarıyla birlikte çalışır (Hanımoğlu, 2019, s. 107).

Son yıllarda Bilişsel-Davranışçı Terapi, davranış ve düşüncelerin yanı sıra kabullenme ve duygu üzerine de odaklanmıştır. Terapi boyunca davranışların izlenmesi çiftlerin kendi davranışlarını objektif bir biçimde görmelerine yardımcı olmaktadır (Lebow, 2019, s. 97). Bilişsel-Davranışçı Aile Terapisi değişimi başlatmak ve desteklemek için birçok müdahalede bulunur ve bu müdahaleler sırasında pek çok teknik kullanır. Operant şartlanma, klasik şartlanma, söndürme, olumlu pekiştirme, sistematik duyarsızlaşmanın yanı sıra, bilişsel yeniden yapılandırma, iletişim ve karar verme becerileri eğitimi, premack ilkesi, kontrat yapma, mantıksız düşünceleri tartışma, ilgi günleri, tamamlanmamış cümleler, koçluk yapma, mola, çizelge yapma bu teknikler arasında sayılabilir (Nazlı, 2018, s. 244; Kesici, vd., 2017, s. 17).

Bilişsel-Davranışçı Aile Terapisinde terapist, düşünceler, duygular, davranışlar ve bunların aile yaşamı üzerindeki etkisine odaklanır. Terapist antrenör gibi aktif ve yönlendiricidir. Bir uzman, öğretmen, işbirlikçi ve koçtur. Danışanların, ailede işlevsel olmayan davranış ve düşünceleri tanımaları için yardım eder. Belirlenmiş olan davranış kalıplarını değiştirmek için özel teknikler kullanarak ailelerle çalışır. Terapist, özel stratejiler tasarlar ve danışma sürecinde ailenin değişimde aktif olarak rol alır (Nazlı, 2018, s. 244).

c) Yapısal Aile Terapisi

Salvador Minuchin'in aile yapısı üzerine yaptığı çalışmalar ve geliştirdiği kuram aile terapisinde belirleyici keşiflerden biri olmuştur. Yapısal Aile Terapisi ortaya çıktığı günden bu yana kabul gören, kullanımı gittikçe yaygınlaşan bir yaklaşım olmuştur. En temel iddiası bireydeki problemin en iyi aile etkileşim örüntüleri bağlamında ele alındığında anlaşıldığıdır. Diğer kuramların aksine probleme değil problemin ortaya çıktığı bağlama odaklanır. Yapısal aile kuramının temel bileşenleri: yapı, alt sistem ve sınırlardır (Hanımoğlu, 2019, s. 78; Lebow, 2019, s. 89; Gladding, 2015, s. 257; Nichols, 2013, s. 209).

Aile yapısı; ailedeki gücü, kalıpları ve organizasyonu temsil etmektedir. Aile yapısını anlayabilmek için etkileşimlerin ötesine, bunların ortaya çıktığı bağlama bakmak ve bunların da aileyi nasıl etkilediğini gözden kaçırmamak gerekir. Aile yapısı

kısmen evrensel kısmen de kendine özgü kısıtlamalar tarafından şekillendirilir. Ailede alt sistemler vardır. Bu sistemler kişiler arası sınırların çizildiği kuşak, cinsiyet ve işlev farklılıklarından oluşur. Kişiler arası sınırlar katıdan dağınığa farklılık sergiler. Katı sınırlar kısıtlayıcıdır ve kopukluk oluşturur. Düğümlenmiş alt sistemler yakınlık ve destek olanağı verir ancak bireyler bağımsız değillerdir. Kendi başlarına hareket edemezler (Hanımoğlu, 2019, s. 81; Nichols, 2013, s. 212).

Yapısal Aile Terapisine göre bütün aile yapısını göz önüne almayan ve yalnızca tek bir alt sisteme müdahale eden yaklaşımların kalıcı değişimler oluşturması çok mümkün değildir. Ailedeki tek bir bireyi içeren ve o bireydeki değişimi hedefleyen terapi modelleri ailede temel bir değişim oluşturamaz (Nichols, 2013, s. 236). Sorunların belirlenmesi ve çözümü için aile üyelerinin hepsinin değerlendirilmesi önemlidir. Bazen bu değerlendirme için ailenin bütünü bile yeterli olmayabilir. Temel sorunları ortadan kaldırmak için durumla ilgili bağlam ele alınmalıdır. Problem bireyin kendisinde değil içinde bulunduğu sosyal bağlam ya da bu ikisi arasındaki geri bildirimdedir (Nazlı, 2018 s. 122; Nichols, 2013, s. 218). Yapısal Kurama göre aile çeşitli alt sistemlerden (eş, ebeveyn, kardeş alt sistemi) oluşur. Aileler alt sistemler aracılığıyla görevlerini yerine getirirler. Aile sisteminin yeniden yapılandırılması ailedeki tüm bireylerin ve ailenin daha güçlü hale gelmesini sağlar (Nazlı, 2018, s. 108; Gladding, 2015, s. 260;).

Yapısalcı yaklaşıma göre sorunların nedeni ailedeki işlevsiz örgütlenmedir. Terapi aile yapısının, ailenin yaşadığı sorunların çözülmesini sağlayacak şekilde değiştirilmesini amaçlar. Aile içerisindeki sorunların giderilebilmesi için öncelikle ailenin yapısında bir değişim meydana gelmelidir (Gladding, 2015, s. 258). Değerlendirme yapılırken ailenin yaşadığı sorunların, ailenin örgütlenme biçiminden kaynaklandığına inanılır. Örgütlenmede ki değişiklik çözümü de beraberinde getirecektir (Nichols, 2013, s. 222).

Sorunlar ailenin stres karşısında geliştirdiği ve her çatışma yaşandığında değiştirilmeden tekrar eden işlevsel olmayan kalıplardan ortaya çıkar. Sorunların çözümü için kullanılan terapi teknikleri arasında katılma, izleme, uyum sağlama, canlandırma, yeniden çerçeveleme, yapısal harita çıkarma, etkileşimlere odaklanma ve

bunları değiştirme, dengeleri değiştirme/bozma, yeterlilikleri biçimlendirme, bilişsel yeniden yapılandırma, sınır oluşturma, vurgulama ve ilişki günlüğü tutma sayılabilir (Hanımoğlu, 2019, s. 84; Kesici, vd., 2017, s. 59; Nichols, 2013, s. 224).

Terapistin rolü terapi süreci boyunca değişim gösterir. Öncelikle aileye katılır ve liderlik görevini üstlenir. İkinci olarak aile yapısını zihinsel olarak haritalandırır. Son aşamada ise aile yapısının değişmesine yardım eder (Gladding, 2015, s. 267). Terapist, bu süreçte bir tiyatro yönetmeni gibi hem aktif bir uzman hem de iyi bir gözlemcidir. Kimin kiminle konuşması/konuşmaması veya oturması gerektiğini belirler. Aile yapısının gözlemler ve değişimini sağlayacak müdahalelerde bulunur. Yüksek enerji ve zamanlama konusunda dakik olmak oldukça önemlidir. Terapistler işlevsiz yapının değiştirilmesi için aile sistemine katılır ve alt sistemleri yeniden düzenler. Terapist aile sorunlarını çözmez, ailenin işleyişinin değiştirilmesine, böylece aile üyelerinin kendi sorunlarını çözmesine yardım eder (Hanımoğlu, 2019, s. 83; Nichols, 2013, s. 219). Terapist, aile içerisinde bulunan ve aile arasındaki güç dengelerini değiştiren örtük yapıları etkinleştirmeye girişir. Yeniden yapılandırma teknikleri aile bireyleri için somut, bazen zorlayıcı olabilir (Nichols, 2013, s.236).

Sağlıklı ailelerin ayırt edici özelliği sorun yaşamamaları değil sorunların ele alınmasında kullanılan işlevsel bir yapıya sahip olmalarıdır. Çift olmanın yapısal gerekleri uyum sağlama ve sınırlar oluşturmadır (Nichols, 2013, s. 213).Yapısalcı Aile Terapisi birimler arasındaki etkileşimin önemine de vurgu yapmıştır. Bireyin yaşamış olduğu sorunun kökleri en iyi aile etkileşim örüntüleri bağlamında ele alınabilir. Bu yaklaşımda aile danışan olarak kabul edilir. Aile sisteminin yeniden yapılandırılması ailedeki tüm bireylerin ve ailenin daha güçlü hale gelmesini sağlar (Gladding, 2015, s. 260).

Terapist, aile yapısını değiştirebilecek alternatif etkileşim örüntülerinin ortaya çıkmasını sağlar. Bu noktada yeni yapıların oluşturulması değil, uykudaki yapıların canlandırılması söz konusudur. Terapist, aileye katılır, esneklik alanlarını bulup ortaya çıkarır Daha sonra da uykuda olan etkileşim yapılarını etkinleştirerek değişimi oluşturur (Hanımoğlu, 2019, s. 83; Nichols, 2013, s. 219).

Yapısal model, terapistleri sorundaki içeriğin, hatta etkileşim dinamiklerinin ötesine, bu etkileşimi destekleyen ve kısıtlayan aile örgütlenmesine bakmaya yönlendirir. Yapısal terapi geçmişten çok şimdi ve buradaki durumla ilgilenen, belirlenmiş hedeflere yapılandırılmış tekniklerle ilerleyen kısa süreli bir yaklaşımdır (Nazlı, 2018, s. 120). 1974 yılından bu yana oldukça gelişen Yapısal Terapi günümüzde de varlığını hala sürdüren ve yaygın olarak kullanılan bir modeldir. Aile sisteminde sınır, iş birliği ve güç gibi temel kavramlar neredeyse bütün aile terapisi yaklaşımları tarafından benimsenmiştir Yapısal kuramın yaygın ve gözde olmasının nedeni yalın, kapsayıcı ve pratik olmasıdır. Esnek ve çok yönlü oluşu yapısal kuramı güçlü kılmıştır (Hanımoğlu, 2019, s. 79; Lebow, 2019, s. 89; Nichols, 2013, s. 236).

d) Stratejik Aile Terapisi

Teknik odaklı ve kısa süreli terapi modeli olarak bilinen Stratejik Aile Terapisi gelişimini Milton Erickson'un çalışmalarına borçludur. Günümüzde, Stratejik Aile Terapisinin Ruhsal Araştırma Enstitüsü ve Aile Terapisi Enstitüsüne bağlı iki temel kolu mevcuttur (Gladding, 2015, s. 273). Milton Erickson, Paul Watzlawick, John Weakland, Richard Fisch, Jay Haley, Cloe Madanes kuramın önemli temsilcilerindendir.

Stratejik aile terapisi sağlıklı ailenin özelliklerini vurgular. Sağlıklı aileler, aile yaşam döngüsünün evrelerinde geçebilirken, sağlıksız aileler bu noktada problem yaşarlar. Terapinin amacı, ailenin şu anki problemini çözmektir. Bir diğer amaç, ailenin aile yaşam döngüsü evrelerine uyum sağlamasına yardım etmektir. Problemlere neden olan davranışların değiştirilmesi ise Stratejik Aile Terapisinin örtük amacıdır (Nazlı, 2018, s. 197).

Stratejik terapistler, danışma sürecinin problem odaklı olması, spesifik amaçlara yönelik olması ve en önemlisi danışanın terapiye getirdiği problemin çözülmesinin hedeflenmesi gerektiğini vurgularlar. İç görü ve yorumlama yerine problem olan davranışları değiştirmeye çalışırlar. Bu nedenle kısa süreli, basit ve aktif bir müdahaleyi benimsemişlerdir (Hanımoğlu, 2019, s. 92; Nazlı, 2018, s. 182; Gladding, 2015, s. 276; Nichols, 2013, s. 177). Stratejik kuram, aile hayatını

değerlendirirken ailede değiş-tokuşa dayalı etkileşim, yineleme prensibi, kişisel vurgu şekli, aile kuralları, aile dengesi, simetrik ilişkiler, karşılıklı-tamamlayıcı ilişkiler ve döngüsel nedensellik boyutlarına odaklanmaktadır (Gladding, 2015, s. 277).

Stratejik aile terapistleri yeniliğe açıktır. Aile değişecekse duygu ve algılardan önce davranışta değişiklikler olmalıdır. Bu amaca pek çok yolla ulaşılabilir. Stratejik yaklaşım da her müdahale bireyin ve ailenin özel durumu ve problemine göre yeniden uyarlanır. Bu uygulama Stratejik terapiyi çok sayıda teknik kullanan yaklaşımlardan biri yapmıştır. Yeniden çerçeveleme, yönerge, engelleme, paradoks, zora koşma, ..mış gibi yapma, yerleştirme kullanılan tekniklerden birkaçıdır (Hanımoğlu, 2019, s. 92; Nazlı, 2018, s. 182; Gladding, 2015, s. 278; x, Nichols, 2013, s. 186). Problemin çözümüne ulaşmak için dört genel prosedür uygulanır. Bunlar: problemin net bir tanımının yapılması, önceden denenmiş tüm çözüm yollarının incelenmesi, somut değişimin tanımlanması ve değişim için stratejilerin uygulanmasıdır (Hanımoğlu, 2019, s. 97; Lebow, 2019, s. 91; Gladding, 2015, s. 286; Nichols, 2013, s. 188).

Terapistin rolü alt ekollere göre değişmekle birlikte ortak görüş terapistin aktif ve esnek olması gerektiğidir. Ailenin sorunlarını çözmek için stratejiler geliştirme terapistin sorumluluğundadır. Terapist, çoğu kez hızlı hareket eder ve problemin çözümüne odaklanır. Bu bağlamda ailenin tarihi ve kişisel tanılarını görmezden gelirler. Terapide odak noktası şimdi ve buradadır. Terapistler iç görüden, aileyle sıkı bir duygusal bağ kurmaktan kaçınırlar. Önemli olan problemin nerede başladığı değil nasıl çözülebileceğidir. Semptom odaklı ve davranışsal yönelimlidirler (Hanımoğlu, 2019, s. 97; Lebow, 2019, s. 90; Nazlı, 2018, s. 185; Gladding, 2015, s. 279;). Stratejik terapistler süreçte oldukça aktiftirler ve aile üyelerine problemin çözümü için çeşitli ev ödevleri verebilirler (Lebow, 2019, s. 90).

Pek çok farklı aile yapısıyla çalışmaya uygun olan Stratejik Aile Terapisi, başta davranışçılık ve yapısal kuram olmak üzere pek çok terapi yöntemiyle birlikte uygulanabilmektedir (Nazlı, 2018, s. 189). Danışana yardım etmek amacıyla yeni ve etkili yöntemler planlanır (Gladding, 2015, s. 281). Stratejik yaklaşımda oturum sayısı sınırlı tutulur. Kısa süreli, pozitif ve spesifik bir yaklaşımdır. Diğer terapi modellerine kıyasla çok az görgül bulguyla desteklenmektedir. Temellerinin atıldığı ilk günden bu

yana kadar pek çok yenilenme geçirmiş günümüzde de hala yenilenmeye ve kullanılmaya devam etmektedir (Lebow, 2019, s. 90; Gladding, 2015, s. 286).

Değişim için bütün aile bireylerinin terapiye katılmasını zorunlu değildir. Danışma sürecinde yenilik ve yaratıcılığa açık olması, açık bir şekilde düzenlenmiş terapötik amaçlarının olması, ailelerin yapılan müdahaleleri anlaması, tekrar edilebilir olması, yönergelerin yaratıcı tarzda kullanılması yaklaşımın güçlü yönleri arasındadır (Nazlı, 2018, s. 189; Nichols, 2013, s. 204).

e) Çözüm Odaklı Aile Terapisi

Steve de Shazer Çözüm Odaklı Terapinin ilk mimarlarındandır. Ruhsal Araştırma Enstitüsünün Stratjik Aile Terapisi Kuramına dayanmaktadır. Sorunlara odaklanmaktansa çözümlere odaklanmasıyla Stratejik Yaklaşımdan farklılaşır. Steve de Shazer, Insoo Kim Berg, Bill O'hanlon, Michele Weiner-Davis önemli temsilcilerindendir (Gladding, 2015, s. 287).

Çözüm Odaklı Terapinin hedefi ailenin temel sorununu olabildiğince hızlı bir şekilde çözüme kavuşturmaktır. Sorunun temelinde yatan nedenlerin araştırılması gerektiği yaklaşımı reddedilir. Sorunun çözülmesine yardım edebilmek için derinlerdeki meseleye girmek gerekmez. Geçmişe sadece şimdiki zamanla yakından ilgiliyse bakılmalıdır (Gladding, 2015, s. 295; Nichols, 2013, s. 385). Çözüm Odaklı Terapi sorunların sürdüğü şu ana değil sorunların çözülebileceği geleceğe bakmayı tercih etmiştir. Danışanların gerçekten değişmek istediklerini vurgulamışlardır. Danışanlar kendi durumlarının uzmanıdır, onları rahatsız eden şeyi ve neye gereksinim duyduklarını bilirler. İnsan dayanıklı ve beceriklidir, kendi problemlerine çözüm bulabilir (Nichols, 2013, s. 384).

Terapistler Danışanın getirdiği sorun ile pek fazla ilgilenmez. Terapistin görevi danışanına etkili çözüm bulma becerisi kazandırmaktır. Sorundan ziyade çözüm üzerine odaklandıklarından sorunun neden ve nasıl ortaya çıktığı ile ilgili çok fazla araştırma yapmazlar. Sorunun geçmişten geldiğini kabul etseler de odaklandıkları nokta gelecektir. Çözüm için problemin doğası hakkında çok fazla bilgiye gerek yoktur (Nazlı, 2018, s. 251; Gladding, 2015, s. 251).

Çözüm Odaklı Terapiye göre problem, bireylerin olaylara karamsar bakmalarından ve çözüm yerine bu karamsar tutumları devam ettirmelerinden kaynaklanır. Terapist ailedeki problemin altında yatan nedenleri araştırmak yerine, ailenin problemi anlatırken nasıl bir dil kullandığı ve neyi başarmak istediklerini dikkatlice dinler. Aileyle birlikte oluşturulan hedeflere ulaşmak için yardım eder (Nazlı, 2018, s. 251). Terapistler ailelerin hayatlarında "Neyin değişmesini istedikleri" ile ilgilenir, ailenin nasıl yapılandırılması gerektiğiyle ilgilenmezler. Yaklaşımda danışanlarla birlikle olumlu şekilde çerçevelenmiş, somut, davranışsal ve ulaşılabilir hedefler belirleme terapinin önemli bir parçasıdır (Nichols, 2013, s. 385). Aile bireylerinin sorunlara takılıp kalmak yerine ne yapmak istediklerini gözlerinde canlandırılmalarına yardım etmek hedefe ulaşmalarına yönelik atılacak ilk adımdır. Danışanların yaşadıkları sorunlar karşısında istisnalar yani zaten bireylerin dağarcıklarında olan etkin çözümler bulmak için çalışılır (Lebow, 2019, s. 105).

Terapist aile bireylerinin güçlü yanlarını gölgelerin arasından alıp ön plana çıkaracak bir terapi ortamı oluşturmalıdır. Bu bağlamda küçük değişiklikler olumlu bir döngünün başlangıcı olarak kabul edilir. Terapist algı dinamiklerinin değerlendirmesini yapmaya çalışmadığı için aile bireylerinin hepsiyle görüşmeye gerek duymaz. Bunun yerine ailede yaşanan problemden etkilenen bireylerle görüşülür. Terapist neyin yanlış olduğunu ve nasıl düzeltilmesi gerektiği ile ilgili planlar yapan bir uzman değil, danışanların değiştirmek istedikleri şeyler konusunda uzmandır (Lebow, 2019, s. 105; Nichols, 2013, s. 3879).

Çözüm odaklı teknikler, iyi odaklanmış hedeflerin geliştirilmesi ve istisnalara dayalı çözümler üretmek için kullanılır. Diğer yaklaşımların aksine Çözüm Odaklı terapistler danışanlara ne yapılacağını öğretmez, ne yapacaklarını zaten bildiklerini hatırlatır. Sorunu konuşmak yerine çözümü konuşmaya odaklanmıştır. Sorunun olmadığı istisnai durumlar araştırılır ve öne çıkartılır (Nichols, 2013, s. 409). Terapiler kısa süreli olarak planlandığından teknikler ilk seanstan itibaren kullanılır. Mucize sorusu, soruları kullanma, yapı dışına çıkarma, karmaşıklık, yaz-oku-yak, yapılandırılmış kavga, istisnaları bulmak, maymuncuk, başa çıkma sorusu,

ölçeklendirme soruları, iltifatlar kullanılan teknikler arasında sayılabilir (Kesici, vd., 2017, s. 141; Gladding, 2015, s. 292; Nichols, 2013, s. 406)

Çözüm odaklı yaklaşım günümüzde en sık uygulanan psikoterapi yaklaşımlarından biri olmuştur. Hızlı çözüme ulaşma vadi, terapinin kısa sürmesi, terapi tekniklerinin öğrenilmesinin diğer yaklaşımlara göre daha kolay ve hızlı olması, yaklaşımın iyimser doğası nedeniyle çokça tercih edilmektedir. Başa çıkmaya odaklanan Pragmatik yaklaşımı sayesinde terapistlerin karşılaştığı hemen her soruna uygulanabilmektedir(Nichols, 2013, s. 409).

Çözüm odaklı yaklaşım kısa, stratejik temelli, ailenin kendi çözümünü üretebileceği şekilde tasarlanmıştır. Bu yaklaşıma göre aileler zaten problemlerini nasıl çözeceklerini bilir ve çözebilecek kaynağa/güce sahiptirler. Terapistin görevi ailelerin hâlihazırda sahip oldukları yeteneklerini kullanarak çözüm yollarını yeniden yapılandırmalarına yardımcı olmaktır. Aileler kendi problemlerinin uzmanıdır, terapist ise ortak bir çözüm diyalogu oluşturma noktasında uzmandır (Nazlı, 2018, ss. 252-254; Gladding, 2015, s. 290;). Terapist çözüme odaklanarak ailelerinde çözüme odaklanmasını sağlar.

Çözüm odaklı yaklaşımda problemin temelini binmeye ve detaylı araştırmaya gerek yoktur. Önemli olan problemin ne olduğunu belirlemek değil ne olmadığını belirlemektir. Ailenin yapısına ve sorunun geçmişine odaklanılmaz. Terapi sürecinde patoloji kavramı yer almaz. Oturum sayısı oldukça kısa tutulmaya çalışılır. Terapi sırasında ailenin direnç gösterdiği kabul edilmez. Çünkü bu yaklaşıma göre aileler değişimi gerçekten isterler. Küçük bir değişim yeterlidir ve danışman tarafından övülür. Küçük bir değişim ailenin büyük değişimler için cesaretlenmesi, değişim sürecini devam ettirebilmeleri için önemlidir. Terapinin genel amacı ailelerin çözüm sürecine girmesini sağlamaktır. Çözüm Odaklı Aile Terapisi ile ilgili yapılan araştırmaların sayısı oldukça azdır (Lebow, 2019, s. 105; Nazlı, 2018, s. 254; Gladding, 2015, s. 290).

f) Öyküsel Aile Terapisi

Öyküsel Aile Terapisinin en önemli temsilcileri Michael White, David Epston, Michael Durrant, Gerald Monk White'tır. Öyküsel Aile Terapisi postmodernizm ve sosyal yapılandırmacılığa dayanan, sistemik olmayan bir yaklaşım olarak doğmuştur (Nazlı, 2018, s. 259; Gladding, 2015, s. 298).

Öyküsel Aile Terapisi tekniğe dayalı olmaktan ziyade süreç yönelimli bir yaklaşımdır. Bununla birlikte terapi esnasında birçok teknik kullanılır. Sorunun dışsallaştırılması, sorunun birey üzerindeki etkisi, bireyin sorun üzerindeki etkisi, ikilemleri gündeme getirme, engel olabilecek etmenleri tahmin etme, istisna ve manidarlık sorularının kullanımı, mektuplar, kutlama ve sertifikalar bu tekniklerden bazılarıdır (Kesici, vd., 2017, s. 153; Gladding, 2015, s. 301;). Her oturum sonunda rutin olarak danışanlara mektup yazılır ve oturum özetlenir. Mektupta, gönülsüz aile üyeleri için terapi teşvik edilir, gelecekten bahsedilir ve zaman içerisinde ailede meydana gelen değişim yazılır (Lebow, 2019, s. 104; Nazlı, 2018, s. 265).

Terapist süreçte birçok rol alır ama en önemlisi kendini bir uzman olarak görmeyen işbirliği kuran kişi rolüdür. Terapist, son derece etkili ama merkezde olmayan bir konumdadır. Terapistin amacı danışan ve ailelerin amaçlarına uygun tutarlı ve yeni öyküleri beraberce yapılandırmalarına yardım etmektir (Gladding, 2015, s. 303).

Aile bireyleri eğer yeni oluşturdukları hikâyelerin içinde kendilerini algılarlarsa birçok şeyin değişeceği öngörülür. Ailenin yaşadığı sorunlar, bir an önce ele alınması ve çözülmesi gereken durumlar olarak görülür. Terapi, ailenin yaşadığı sorunu istisna teşkil eden durumları sorularla irdeler. Aile kendisini mevcut hikâyeden ayırır ve hikâyesini yeniden yazar. Hikâyeyi tekrar yazma aşamasında terapist yeni ve özgün öykülerin ortaya çıkmasına yardım eder. Bu süreç müzik ve şiirle desteklenebilir. Dilin itinayla kullanılması oldukça önemlidir (Gladding, s. 303; Lebow, 2019, s. 104).

Terapi, ailelerin kendi yaşantılarına ve hikâyelerine değer vermeleri için yardım eder. Baskın olan kültürel hikâye çözülür, sorun dışsallaştırılır ve hikâye yeniden yazılır. Çözülme sırasında aile getirdiği sorunlara istisna bulmaları konusunda

zorlanır. Sorunun ortaya çıkmadığı istisna anları aranır. İstisna anları, hâlihazırda var olan sorunların çözümünü içerir (Lebow, 2019, s. 105).

Öyküsel terapi sosyal yapılandırmacı ve eklektik bir yaklaşımdır. Edebi metaforlar, hikâye anlatımı ve yazma kullanılır. Danışanlarla birlikte yeni ve özgün hikâyeler, yeni gerçeklikler oluşturulmaya çalışılır. Sorunun geçmişiyle pek ilgilenilmez. Terapi sürecinde ailenin önüne çıkacak engel ve zorluklar gündeme getirilir ve bu engelleri nasıl açabilecekleri üzerine konuşulur. Terapi sonrasında ailelere mektup gönderilerek kaydettikleri gelişim kendileriyle paylaşılır. Terapi sonunda bireye ya da aileye özel sertifika ve kutlama yapılır (Gladding, 2015, s. 305).

Öyküsel aile terapisine gelen insanlar kendi öyküleriyle yaşarlar. Bu nedenle hayat ve sorunlar yorumlanırken öyküsel yol takip edilir. Terapist, ailenin kendi biricik ve alternatif öykülerini geliştirmesi için yardım eder. Aile kendi öyküsünü değiştirerek ve yenisini yazarak sorunlarından kurtulmak için adım atar. Ailenin tanımladığı problem terapistin yardımıyla aileden dışsallaştırılır ve aileden bağımsız hale getirir. Danışanlar, kendilerini sorunu olan kişiler olarak değil, sorunla mücadele eden kişiler olarak görmeye teşvik edilir (Nichols, 2013, s. 417). Aile bir takım halinde dışsallaştırılan problemi çözmek için çabalar. Problemin nedeni yerine problemin aile ilişkilerini nasıl etkilediğine bakılır. Aile kendinden ve ilişkisinden problemi dışsallaştırdığında çözüm bulabilmek için daha rahat harekete geçer, kendini suçlu ve güçsüz hissetmez. Öykü terapisinin en güçlü iki bileşeni hikâyeleştirme metaforunun kendisi ve dışsallaştırmadır (Nazlı, 2018, s. 265; Nichols, 2013, s. 435).

g) Yaşantısal Aile Terapisi

Hümanistik, varoluşçu psikoloji hareketinin olduğu 1960 yıllarında ortaya çıkan ve yaşantısal aile terapisi ilk çıktığı dönemde oldukça popüler olmuştur. Geştalt, Hümanist psikoloji, psikodrama, danışan merkezli terapiden izler taşıyan yaklaşım danışanın geçmiş yaşantısına değil şimdi ve burada ile ilgilenir. Etkileşim, süreç, gelişme kavramaları vurgulanır. Duygunun açık ve etkili bir şekilde iletilmesi önemlidir. Yaşantısal aile terapisine katkıda bulunan uzmanlardan başlıcaları Carl Whitaker, Virgnia Satir, David Kantor, Frank Duhl, Bunny Duhl, Susan Johnson, David

Keith, Bernard-Louise Guerney'dir. Bu kısımda kısaca Carl Whitaker bahsedilip çalışmamızda kullanılan Virginia Satir Aile Terapisi ilgili bölümde detaylı bir şekilde aktarılacaktır (Gladding, 2015, s. 216; Kerr, 2011, s. 151-153).

Sembolik-Yaşantısal Aile Terapisinin kurucusu olan Carl Whitaker tıp fakültesini bitirdikten sonra bir süre kadın doğum uzmanı olarak çalışmış, bir hastasının doğum esnasında ölümü üzerine psikiyatriye geçiş yaparak şizofren bireylerle çalışmaya başlamıştır. II. Dünya savaşının ardından kendi terapisinin temellerini atmış ve 34 yaşında Emory üniversitesinde psikiyatri bölüm başkanı olmuştur. Tüm enerjisini aileler ile çalışmaya adayan Whitaker alanda birçok terapistin yetişmesine rehberlik etmiştir. Sezgisel, spontane, yapılandırılmamış bir terapi stili benimseyen Whitaker'ın Terapi yaklaşımını kişiliğinden ayırmak zordur (Gladding, 2015, s. 217; Wetchler, ve Hecker, 2014, s. 235). Espritüel bir şekilde danışanlarının kendi tuhaflık ve absürtlüklerini kucaklamalarını ister ve absürtlüğü kullanmayı "eğik pizza kulesi"ne benzetmiştir. Aile bireylerini yeni ve özgün bir şekilde iletişim kurabilmeleri noktasında destekmiş ve aile yaşamında bilinçdışını açığa çıkarmayı önemsemiştir. Yapılandırılmamış bir terapi stili olan Whitaker terapılerinde dokunma ve mizahi dikkatli bir şekilde kullanmıştır (Topal Özgen, 2016, s. 5; Gladding, 2015, s. 217; Smith, 1998, s. 149;).

1.2.5. Aile ve Çift Terapisinde Kullanılan Temel Teknikler

Aile danışmanlığında terapistler aileyi farklı bakış açıları ve metotlarla ele alıp süreci farklı tekniklerle devam ettirebilmektedir. Fakat bütün aile terapisi modellerinde ortak olan bazı temel müdahaleler ve iyi planlama yapmak terapinin başarıya ulaşması noktasında oldukça önemlidir. Birçok aile için aile danışmanlığına gelmeye karar vermek zor ve kırılgan bir süreçtir. Aileler terapiye gelme noktasında kararsızlık ve endişe yaşayabilir, ya da diğer aile üyesinin ısrarıyla gelmiş olabilir ve terapiden ne bekleyeceklerini bilmezler. Aile danışmanlığı aileyle ilk karşılaşma sürecinde başlamaktadır. Aile üyelerinden birinin terapi alma talebiyle ilk bağlantı kurulmaktadır. Danışmanın terapistle iletişim kurduğu ilk anda terapinin içeriği, oturumlara kimlerin katılacağı belirlenir ve aile üyelerinden birisiyle sınırlıda olsa raport kurulur.

Terapistler, kendini ve yeterliliklerini aileye tanıtmış olurlar (Ateş, 2019b, s. 13; Gladding, 2015, s. 147; Nichols, 2013, s. 79).

Ailenin terapiye devam edip etmeyeceğini ilk birkaç terapideki yapılandırma, destekleme ve davranışlar belirleyici olmaktadır. Aile terapisindeki ilk basamak terapistin her bir aile üyesiyle arasında güven oluşturmasıdır. Terapide gizlilikle alakalı bilgi verilir. Ailenin terapiden beklentilerinin ne olduğu açığa çıkarılır. İlk oturumda aile danışmanı aile üyelerinin sorunu ve diğer aile üyeleriyle ilgili algılarının ne olduğunu araştırır. Yine aile örüntüleri hakkında bilgi toplamak gerekmektedir. Ailenin alt sistemleri, ailede bir üçgen oluşup oluşmadığı, günah keçisi, gücün kimin elinde olduğu, aile bireylerinin farklılaşmasının nasıl olduğu, ailenin hangi yaşam döngüsünde olduğu, işlevsel olmayan ne tür döngüler bulunduğu gözlenmelidir (Ateş, 2019b, s. 16; Gladding, 2015, s. 150).

Terapist, aileyle probleme uygun amaçlar belirler ve nelerin değişmesi gerektiği veya nelerin değişebileceği belirlenir. Terapist değişim noktasında aileye umut aşılamalı ve aile üyelerinden gelebilecek olan direncin kırılması noktasında girişimlerde bulunmalıdır. Aile danışmanı bu girişimleri yaparken aileye çeşitli ev ödevleri verebilir (Tönbül, 2019, s. 80; Nazlı, 2018, s. 296; Gladding, 2015, s. 152).

Orta evre değişimin yaşandığı evredir. Ailedeki yüzeysel değişimler birinci derecede değişim olarak adlandırılır. Çatışmaların temeline inilmeden azaltılması birinci derece değişime örnek verilebilir. Ailede sorunun temeline inerek değişimin gerçekleştirilmesi ise ikinci derece değişimdir. Ailedeki iletişim kalıplarının değişmesi ikinci derece değişim örneğidir. Terapinin orta safhasında o zamana kadar sürece dâhil olmayan aile üyelerini sürece dâhil etme, ailede değişim için sözleşme yapma ve uzlaşma sağlamak için girişimler yapılır. Aile üyeleri tarafında "onun problemi" olarak tanımlanan durum "bizim problemimiz" olarak yeniden tanımlanmış ve kabul edilmiş olur. Aile üyelerinin birbiriyle yapıcı bir şekilde iletişim kurması sağlanır. Terapinin orta evresinde terapist daha az aktiftir ve zaman zaman ailenin süreci yönetebilmesi için bir adım geri çekilir. Aile üyelerini değişime yönlendirirken dirençle karşılaşmamak için terapistin sakin, empatik, meraklı ve saygılı olması önemlidir. Sakin kalabilmek zor olsa da aileye sorunların çözülebileceği güvenini verir. Aile sisteminde meydana gelen

değişimler vurgulanır ve aile üyeleri tarafından denenen yeni davranışlar pekiştirilir (Nazlı, 2018, s. 304; Nichols, 2013, s. 86; Samancı ve Ekici, s. 49).

Aile ve terapist tarafından belirlenen ortak hedeflere ulaşıldığında, aile terapiden yararlanmıyorsa, terapist çalıştığı yerden kalıcı olarak ayrılmak durumundaysa, aile ekonomik olarak terapi ücretlerini karşılayamıyor ve alternatif bir çözüm bulunamıyorsa terapi sonlandırma aşamasına geçilir. Süreci ani bir şekilde değil sistematik olarak sonlandırmak hem danışan hem terapist açsısından daha sağlıklıdır. Sonlandırma oryantasyon, özetleme, uzun vadede amaçların kararlaştırılması, izleme ve nüksü önleme aşamalarını içerir. Ailenin değişim sürecini anlaması ve problemlerin yinelenmesi durumunda süreci yönetme becerisi kazanmalarına yardım eder. Terapist bu süreçler boyunca aktif olmalı ve sürece odaklanmalıdır (Ateş, 2019b, s. 28; Erkan ve Özabacı, s. 35; Gladding, 2015, s. 157). Süreç boyunca danışmanların terapi hedefine ulaşmak için kullandığı bir çok metot bulunmaktadır. Bu metotlardan öne çıkanları şu şekilde özetleyebiliriz:

a) Aile Konseyi Tekniği

Ailenin yeniden yapılandırılması sürecinde kullanılan bir tekniktir. Çocuklu ailelerde iş bölümü oluşturmak ve sorumlulukların belirlenmesi noktasında etkili olan tekniklerden biridir. Aile konseyi tekniğiyle aile üyelerinin iş bölümünü planlayabilmeleri için demokratik bir ortam oluşturulması amaçlanır. Aile Konseyi kurulabilmesi için aile üyelerinin onayı alındıktan sonra düzenli bir buluşma zamanı, konseyin kuralları terapistle birlikte belirlenir. Konsey sırasında aile üyeleri daha sonra cezalandırma endişesi taşımadan fikirlerini rahatça paylaşabilmelidir. Tüm aile üyeleri kurulacak olan konseyin bir üyesi olarak kabul edilir. Aile konseyinde alınan kararlar bütün aile üyeleri tarafından kabul edilir. İş ve sorumluluklar, gezi vb. birçok konu konuşulabilir. Kararlar çoğunluğa göre alınır ve her aile üyesi karara uymakla mükelleftir. Aile konseyi aile bireylerinin duygu ve düşüncelerini rahatça ifade edebilmesi için güvenli bir ortam sağlar. Aile Konseyi tekniği aile içerisindeki rol ve sınırların belirlenmesi ve aile alt sistemlerinin yapılandırılmasını kolaylaştırır (Kesici, vd., 2017, s. 8; Amory, 2013, s. 181).

b) Yeniden Çerçeveleme

Yeniden çerçeveleme, ailenin sorun olarak tanımladığı bir davranışı daha farklı şekilde görmeye başlaması için olumlu bir anlam yüklemektir. Aile üyeleri şikayetlerini dile getirdiklerinde terapist bu şikayetleri olumlu bir anlam ifade edecek şekilde çerçeveler ve ifade eder (Kesici, vd., 2017, s. 55). Sorun olarak tanımlanan davranış için olumlu bir çağrışım yapılırak davranışa ilişkin algının değiştirilmesi amaçlanır. Örneğin ödevlerini yapması için çocuğuna bağıran bir annenin davranışı çocuğuyla ilgilenmekte olduğu şeklinde yeniden çerçevelenebilir. Yeniden çerçeveleme tekniğiyle söz konusu durumumun gerçekliği değişmez, fakat olaya yüklenen anlam yeni bir bakış açısıyla görülmüş olur (Hanımoğlu, 2019, s. 84; Gladding, 2015, s. 264).

c) İlgi Günleri

Davranışsal aile terapisti tekniklerinden olan ilgi günleri ortak paylaşımları azalmış, birbiriyle az vakit geçirdiklerinden şikâyet eden çiftler için etkili olan tekniklerden biridir. Eşlerden belirledikleri gün ve sayılarda yine ortak olarak belirledikleri ilgi davranışını birbirlerine göstermeleri istenir. Liste hazırlanırken belirlenen davranışlar olumlu anlam içermeli belirgin olmalı son dönemde yapılan bir kavganın konusu olmamalı ve tekrarlanabilecek kadar ufak olmalıdır. Sevgi sözcükleri, işyeri ziyaretleri, hediye, çiçek, birlikte yemek yapma, yürüyüş, dışarıda yemek, cep telefonunu kapamak, sohbet etmek, film seyretmek, birlikte kahve içmek ilgi günlerinde yapılabilecek davranışlara örneklerdir. Bu davranışlarla eşler bir biri tarafından önemsediklerini hissederler (Hanımoğlu, 2019, s. 109; Kesici, vd., 2017, s. 18).

d) Dışsallaştırma/Sorunun Dışsallaştırılması

Öykü terapisinin en önemli terapötik araçlarından olan dışsallaştırmayla kişi kendi yaşamıyla yaşam gücünü azaltan öyküsü arasında ayrım yapmayı öğrenir. Bu teknikle danışanlar sorunları kendilerinden ayırabilirler. Sorunu dışsallaştıran danışanlar soruna karşı birlikte mücadele etme imkânına sahip olurlar. Dışsallaştırmayla birlikte tartışmaların, çözüm bulamamaktan dolayı hissedilen başarısızlığın azalması, soruna karşı birlikte mücadele etme noktasında işbirliği, sorunun çözümü için yeni olasılıkların keşfi ve aile üyelerinin soruna yaklaşımında daha etkili ve daha az sıkıntılı olmalarına

katkı sağlar. Dışsallaştırma metoduyla kişi ve sorun birbirinden ayrı olarak algılandığı için sorunun çözümüne yönelik çareler düşünülebilir. Aile bireylerinin soruna odaklanıp, sorun yumağı haline getirdikleri aile öyküsü bu teknikle değişmeye başlar (Kesici, vd., 2017, s. 153; Gladding, 2015, s. 299; Nichols, 2013, s. 425; Özabacı ve Erkan, 2013, s. 108).

e) Karşılıklı Kontrat Yapma

Karşılıklı kontrat yoluyla çiftin olumlu olarak algılanan davranışlarının artması amaçlanır. Eşler arasında kullanılmasının yanı sıra çocuk ve ebeveyn arasındaki olumlu davranışı artırmak ve tartışmaları azaltmak içinde faydalı bir metottur. Kontrat yaparak aile bireyleri birbirinden beklentilerini somutlaştırılmış olurlar. Kontrat, ev işleri ve sorumlulukları yeniden yapılandırmak ve iki tarafında çaba harcamasına imkân tanır. Kontrat eşler ya da ebeveynle çocuklar arasında davranışsal alışverişi somut hale getiren yazılı antlaşmalardır. Karşılıklı yapıldığı ve ödül içerdiği için tarafları motive eder, tartışma provokasyon ve olumsuz iletişim kurulmasını azaltır. Aile iletişiminin belli bir çatışma düzeyine ulaştığı zamanlarda kullanılmaktadır. Kontrat belirlenen davranışlar sergilendiğinde kazanılacak ödülleri ifade eder. Kazan-kazan yaklaşımıyla aile bütün olarak kontrat yapmaya teşvik edilir. Yapılması istenen davranışlar ve ödüller bütün aile bireyleri tarafından ortak olarak belirlendikten sonra kontrata yazılır ve imzalanır (Hanımoğlu, 2019, s. 109; Kesici, vd., 2017, s. 24; Gladding, 2015, s. 245).

f) Direktifler/Yönerge Verme

Stratejik Aile Terapisnin öne çıkan metotlarından olan direktif verme tekniğiyle bireylerin davranışlarını değiştirmelerine yardımcı olmak amaçlanır. Aile üyelerindeki davranış değişikliğini ilerletmek, aile üyelerinin yapması gereken görevleri hatırlatmak, yönergeleri kullanarak ailenin verdiği tepkiler yoluyla aileyi tanımak, verilen yönergelerin temel fonksiyonlarıdır. Stratejik terapide aile üyelerine sözsüz mesajlar, doğrudan ve dolaylı öneriler, ev ödevleri gibi birçok yönerge verilebilir. Yönergeler terapistin değişim sürecindeki etkisini arttırmaktadır (Hanımoğlu, 2019, s. 98; Kesici, vd., 2017, s. 116; Gladding, 2015, s. 278; Nichols, 2013, s. 191;).

1.2.6. Aile ve Çift Terapisinde Temel Kavramlar

Bu bölümde aile terapisinin ortaya çıkışı, yapısı ve işleyişini anlamak için aile terapisinde yer alan aile yaşam döngüsü, aile kuralları, aile homeostazı, sistem yaklaşımı, açık ve kapalı aile sistemleri gibi kavramlardan kısaca söz edilecektir.

a) Aile Yaşam Döngüsü

Ailede meydana gelen değişimleri ifade eden aile yaşam döngüsü 1956 yılında Evelyn Duvall tarafından ortaya atılmıştır. Her ailenin yaşam sürecinde içinden geçtiği çeşitli evreler bulunmaktadır. Aileler bu durumla başa çıkabilmek için değişik beceriler geliştirmek zorunda kalır. Elde edilen beceri ve deneyimler, geçilen bu dönemler aile yaşam döngüsü olarak kavramlaştırılmıştır (Özabacı ve Erkan, 2013, s. 17). Model günümüze gelinceye kadar pek çok değişim geçirmiş ve günümüz ailelerine uyarlanmıştır. Tipik orta sınıf çekirdek aile yaşam döngüsü *bekâr genç yetişkinler ve evden ayrılma, yeni çift, küçük çocuklu aileler, ergen çocukları olan aileler, çocukları evden ayrılan aileler* ve *yaşamının son dönemindeki aileler* olmak üzere altı dönem olarak ele alınmıştır (Nazlı, 2018, s. 53; Gazioğlu, 2017, s. 29; Yavuzer, 1990, s. 292).

Aile yaşam döngüsünün her bir dönemi ailenin uyum sağlamasını gerektiren güçlükler, gelişimsel görevler ve değişimler içermektedir. Ailenin bir bütün olarak ayakta kalması ve sağlıklı bir şekilde devam edebilmesi için karşılaşılan sorunların üstesinden gelinmesi gerekmektedir. Bütün aileler söz edilen yaşam döngülerinin hepsinden geçmiyor olsa da bu dönemlerden geçen ailelerin yaşadığı zorluklar birbirine benzerdir (Gladding, 2015, s. 11).

Bir çocuğun doğumu, boşanma, evlenme, ölüm, ergenlik, emeklilik gibi değişimler pek çok ailenin uyum sağlaması gereken değişimlerdir. Bireylerin yaşlanması bakım ihtiyaçlarını arttırır, cinsel güçte azalma, sağlık ve zindeliklerinde düşüşler gözlemlenir. Bu süreç aileler için problem haline gelebilmektedir (Çetin, 2019, s. 46). Ailede görülen değişim her zaman aşamalı ve düzgün bir süreçle gerçekleşmeyebilir. Aile için âşık olma veya siyasi devrimlerin olması gibi ani sıçramalar ve değişimler söz konusu olmaktadır. Aile çevresel ve gelişimsel bir güçlükle karşılaştığında uyum sağlayamazsa sorunlar ortaya çıkar. Aile yaşam döngüsü

çerçevesinden bakıldığında ortaya çıkan sorunlar ailedeki işlev bozukluğundan değil yaşamın dönüm noktalarından birine uyum sağlamadaki zorluktan kaynaklanmaktadır (Nichols, 2013, s. 136). Araştırmalar bir gelişimsel seviyeden diğerine geçerken ailedeki stresin en üst düzeye çıktığını ortaya koymuştur. Aile yaşam döngüsünde bir kayma, sapma veya gecikme yaşandığında aile çeşitli semptomlar üretmeye başlar. Bir sonraki aşamaya geçmekte güçlükler yaşayabilir (Gazioğlu, 2017, s. 30).

b) Sistem Kuramı

Sistem kuramcıları, aileyi birbiriyle etkileşimde bulunan öğlelerden oluşan bir sistem olarak kabul etmişlerdir. Aile, kurallarla idare edilen, içerisinde hiyerarşi ve alt sistemler barındıran bir birimdir. Bu bakış açısına göre aile sisteminin içinde birbiriyle etkileşim halinde olan pek çok alt sistem bulunmaktadır (Nazlı, 2018, s. 59). Aile üyeleri sürekli bir etkileşim halindedir ve birbirini etkiler. Aile üyelerinden biriyle alakalı yaşanan değişim bütün aile üyelerini de etkilemektedir. Ailenin iyi ve işlevsel oluşu ailedeki bütün üyelerden etkilenmektedir. Sistemdeki her bir bireye diğer aile üyeleri tarafından yardım edilebilir ya da zarar verilebilir (Conoley, C.W ve Conoley, J.C., 2017, s. 3; Gladding, 2015, s. 30).

Sistem Kuramı, aile terapisinde birey odaklı bakış açısını bir kenara bırakıp aile üyelerinin davranışlarına yön veren etki örüntülerini görmek gerektiğini iddia eder. Aile de yaşanan problemleri bencillik, isyankârlık, itaat, gibi birey odaklı görmek yerine ilişki örüntülerini görebilmek aileyle çalışma noktasında oldukça önemlidir. Sistem kuramına göre bütün her zaman parçaların toplamından büyüktür. Aile görüşmesinde çocuğun davranışlarının temel sebeplerini anlamak, aileyi bir bütün olarak görebilmekle mümkün olur. Çocuğun davranışı olarak görünen şey aile ilişkisinin ürünü olabilir (Nichols, 2013, s. 118).

Aile sistem teorisi bir terapi tekniği olmaktan öte davranışların nedenini, grup içindeki insanların etkileşimini araştıran bir felsefedir. Ailenin alt sistemleri vardır ve bu alt sistemler birbiriyle etkileşim halindedir (Özabacı ve Erkan, 2013, s. 5). En genel anlamıyla aile sistemleri ailenin kendi içinde ve diğerleriyle nasıl etkileşim içinde olacağını belirler (Henry, 1994, s. 447).

Aile, birlikte çalışan eş, kardeş, ebeveyn alt sistemlerine sahiptir. Ailede alt sistemler yaş, cinsiyet ve ilgi alanlarına dayalı olarak oluşturulabilir. Her alt sistem kendi içinde farklı beceri, sorumluluk ve güce sahiptir. Aile üyeleri bir anda birkaç alt sistemin üyesi olabilir. Örneğin, bir kadın aynı anda hem eş hem de ebeveyn alt sisteminin bir üyesi olabilir. Ait olduğu her alt sistemin beklentisi farklıdır (Ateş, 2019b, s. 10). Alt sistemler kendi içinde bir bütündür ve aile sisteminin parçasıdır. Aileni işlevlerini yerine getirebilmesi için alt sistemlerin olması gereklidir. Aile üyeleri çeşitli görevler için bir araya geldiğinde ait sistemler oluşur (Mert, 2014, s. 33).

Eş alt sistemi aile kurmak için bir araya gelen iki karşı cinsten oluşur. Uzlaşma ve bütünleyici olma becerilerine ihtiyaç duyarlar. Kardeş alt sistemi çocuğun sosyal hayatı ve akran ilişkilerini öğrendiği ilk laboratuvardır. Diğer insanlarla nasıl ilişki kuracağını çocuk bu sistemde deneyimler. Kardeşler, dışarıdan öğrendikleri bilgi ve becerileri kardeş ve aile sistemine taşırlar (Giardina, 1983, s. 37). Bu alt sistemden çocukların en iyi şekilde yararlanabilmesi için, mahremiyet, keşfetme ve hata yapma özgürlükleri olmalıdır. Alt sistemler, aşırı uçlarda olacak şekilde örgütlendiğinde bu ailenin bir patoloji göstereceği ve uzman desteğine ihtiyaç duyacağının sinyali olarak algılanabilir (Giardina, 1983, s. 38).

Özetle, aile sistem teorisi, semptom gösteren kişinin semptomuyla aile üyeleri arasındaki etkileşimlerin bağlantılı olduğunu varsayar. Kişinin problemli davranışının nedenini aile ve yakın çevreyle olan ilişkilerinde arar ve tekrar eden davranış kalıplarını mercek altına alır (Jahnson ve Ray, 2016, s. 782).

c) Açık ve Kapalı Sistemler

Sağlıklı aile sistemi ne tamamen kapalı ne de tamamen açıktır, ikisi arasında bir denge oluşturmayı başarmışlardır. Aile sisteminin tamamen açık olduğu durumlarda aile dış dünyadan ayıran hiçbir sınır olmadığı söylenebilir. Tamamen kapalı aile yapısı ise dış dünya ile arasında hiçbir bağ olmaması anlamına gelmektedir.

Aile sistemi açık olduğunda dış dünyayla iletişim kurma daha sağlıklı hale gelir. Aile değişime ayak uydurabilir, yeniliklere daha hızlı bir şekilde uyum sağlar. Yeni bilgi ve durumlar karşısında etkileşim kalıplarını değiştirebilirler ve değişim

karşısında esnektirler. Sağlıklı aile, bütünlük, ilişki ve birlikte değişim geçirerek var olmak üzere üç temel niteliği barındıran açık bir sistem olarak kabul edilir (Nazlı, 2018, s. 58; Özgüven, 2017, s. 199).

Dış dünyaya kapalı olan aileler için stresle başa çıkmak oldukça zordur. Ailenin dış dünyaya kapalı olması korku, karışıklık ya da geçmiş krizlere verilen tepkilerin devam etmesinden kaynaklanıyor olabilir. Bu tür ailelerde kuşak çatışması gözlenmektedir. Aile üyeleri problemlerle başa çıkma noktasında denge sağlayamazlar. Bu tür ailelerin çocuklarında davranış problemleri görülme olasılığı oldukça yüksektir. Kapalı sistem aileler kopuk ve iç içe ailelerden oluşur. Kopuk ailelerde aile üyelerinin bağı oldukça zayıftır. Aile üyelerinin sıkıntı yaşadığı durumda diğer üyeler tepkisiz kalır. Aile üyeleri izole bir hayat sürdürdükleri için ne kendi ihtiyaçlarını ne de diğer aile bireylerinin ihtiyaçlarını aile içinde karşılayabilirler. İç içe ailelerde ise ilişki çok yakın ve yoğundur. Aile üyeleri birbirinin yaşamına gereğinden fazla müdahale eder. Çocuklar bağlılık ve ait olma noktasında karmaşa yaşarlar. Bireysellik, bağımsızlık, özerklik duyguları tehdit altındadır. Aile üyesi strese girdiğinde etkili çözüm bulmak yerine o aile üyesi kurtarılmaya çalışılır (Ateş, 2019b, s. 13; Nazlı, 2018, s. 59).

d) Rol Dağılımı

Her ailede çocukların bakımıyla kimin ilgileneceği, kimin çalışacağı, evin bütçesini kimin yöneteceği, kararları kimin alacağıyla ilgili sorumluluklar paylaştırılır. Sağlıklı aile roller konusunda hemfikirdir ve açıktır. Rol dağılımı kültür, yaşam koşulları, etnik köken, geçmiş yaşantılar, ailenin büyüklüğü ve yaşam tarzından etkilenir. Bazı ailelerde çocuklar ebeveynlere ait olan rolleri üstlenmek durumunda kalırken, bazı kültürlerde ise çocuklar deneyimleri ölçüsünde sorumluluk almaktadır.

Aile işlevselliği rollerin iyi düzenlenmesine bağlıdır. Rol düzenlemeleri ailenin ve toplumun ihtiyacına cevap verebilecek şekilde açık ve esnek bir biçimde yapılmalıdır. Tek ebeveynli ailelerde ebeveynlik rolü daha baskın olarak tek ebeveyn üzerinde olmaktadır. Zaman zaman aile büyükleri, akrabalar, arkadaş ya da komşu ihtiyaca göre aile içinde olması gereken bazı rolleri üstlenebilmektedir (Özabacı ve Erkan, 2013, s. 12).

e) Aile Kuralları

Aile sistemi kurallarla yönetilir. Davranış kalıpları aile üyelerinin nasıl davranması gerektiği ve beklenilen davranışın ne olduğunu öğrenmelerini sağlar. Kurallar, aile içindeki rollerin oluşması ve ilişkilerin düzenli olması noktasında da önemlidir. Kurallar betimsel ya da emredici olabilir. Aile içindeki üyelerin cinsiyet, yaş, ait olduğu kuşak ve aile içindeki konumuna göre belirlenebilir. Bazı kurallar tartışmaya açıkken bazı kurallar aile tarafından tartışılamaz. Katı aileler çok fazla kural koyarken, düzensiz ailelerin çok az kuralı vardır. Kurallar ne kadar olursa olsun aile üyeleri tarafından öğrenilirler (Nazlı, 2018, s. 60).

Aile üyeleri birbirleri ve başkalarıyla nasıl iletişimde bulanabileceklerine dair gizli sözleşmeler düzenlerler. Açıkça düşünülmeyen bu sözleşme/kurallar kararların nasıl alınacağı, problemlerin çözümü, aile üyelerinin nasıl hissedip, düşünüp, davranması gerektiğini belirler. Kurallar tekrar edilebilir, tahmin edilebilir, sabit olabilirler. Aileyi diğer ailelerden ayırdığı unutulmadan aileye özgü kurallar korunmaya çalışılmalıdır. Aileyi anlamak, aile kurallarını anlamak, yönetmek ve korumak gerekir. Aileler, kurallar yoluyla ailenin sabit duruşunu korurlar. Kurallar her şeyle ilgili olabilir. Aileler kuralları değiştirme noktasında kaygılıysa kurallar gerekmedikçe değiştirilmez (Özabacı ve Erkan, 2013, s. 13; Gillett, vd., 2009, s. 163).

Kurallar, ailenin sisteminin dengelenmesi, aile geleneklerinin gelişmesi, aile değerlerinin ortaya çıkması ve aile üyelerinin beklentilerini büyük oranda etkilemektedir. Büyük oranda bir önceki nesilden miras olarak gelen kurallar, ailede rollerin belirlenmesine yardımcı olur, aile ilişkilerinde güvenirlilik ve düzen oluşturur. Fonksiyonel bir ailede kurallar hem değişime uyum sağlamaya yardım eder hem de ailedeki düzen ve istikrarı korur. Sağlıklı ailelerde kurallar adil, tutarlı ve açıkken sağlıksız ailelerde kurallar oldukça katıdır (Ateş, 2019b, s. 11; Yılmaz, 2016, s. 2). Aile kurallarının belirsiz olduğu bir ortamda, tutarsız bir disiplin anlayışıyla büyüyen çocuk ve ergenlerin akranlarına göre daha fazla davranış problemi gösterdiğini ortaya koyan araştırmalar mevcuttur (Arslan ve Balkıs, 2014, s. 20).

f) Aile Homeostazi

Bedenin kendini düzenleyen bir sisteme sahip olmasını açıklamak için dinamik denge kavramı kullanılmaktadır. Bedenin dengesini korumak için yaptığı otomatik eğilime homeostasis denir. Beden, dışarıdan gelen bilgileri değerlendirir ve durağanlığını, dengesini korumak için dönüt süreci kullanır. İlk aile danışmanları tehdit edilmiş aile sistemlerinin dengesini yeniden sağlamak için homeostatik mekanizmayı örnek almışlardır. Aile sistem görüşüne göre dinamik gelişim sürecini ifade eden homeostazi ailenin dengesini sürdürmesine yardım eder. Aile, içinde bulunduğu denge bozulduğunda yeniden kurmak için elinden geleni yapar. Ailenin özel davranışları, bağımlılıkları, beklentileri, iletişim kalıpları homeostazinin görünümleridir. Homeostas, dengesi bozulmuş işlevsiz ailelerin dengeyi korumak için sergilediği bilinçsiz davranışlardır (Nazlı, 2018, s. 57; Özabacı ve Erkan, 2013, s. 3).

Aile homeostazı ailenin dinamik bir denge halinde olmak için kendi iç düzenlemesini yapması anlamındaki öz dengedir. İşlev bozukluğu görülen ailelerde tüm girişimlere rağmen değişime direnen ve soruna saplanıp kalan bireylerin bu tutumu öz denge kavramıyla açıklanabilir (Nichols, 2013, s. 119).

Başka bir tanıma göre homeostas, ailenin mevcut dengesini korumak ve değişime direnmek için kendi içinde oluşturduğu düzenleme çabalarını ifade eder. Aile kuralları değişmek veya esnemek durumunda kalırsa bu ailede dengesizliğe yol açar. İşlevsel olmayan ailelerde çok gerekli ve basit değişim talepleri bile aile tarafından dirençle karşılanabilmektedir. Bazı araştırmacılar homeostazisi aile sistemi tedirgin olduğunda statükoyu korumaktan çok, sabit bir durumu arama eğilimi olarak tanımlamaktadır. Aile terapistinin görevi ise aile sistemini eski denge haline döndürmekten ziyade sistemin yeniden yapılanması ve değişim yoluyla yeni bir denge kurmalarını sağlamak olmalıdır (Ateş, 2019b, s. 12).

Aile sisteminin denge halinde olmasında her aile üyesinin etkisi vardır. Aile tarafından problemli olarak nitelenen bireyler aile sistemindeki dengeyi bozmaya yönelik davranış sergilemektedir. Aile üyeleri arasındaki çatışma, aşırı direnç ve katılık ailedeki dengenin bozulmaya başladığının ve ailede esneklik olmadığının işaretidir.

İşlevsel olmayan ailelerde kurallar çok katıdır. Bu aile üyeleri arasında güç savaşına ve sınırlamalara yol açar (Mert, 2014, s. 43).

1.2.7. Aile Danışmanlığı/Terapisine Duyulan İhtiyaç

Özellikle İkinci Dünya Savaşı'ndan yaklaşık on yıl sonra ailelerle çalışmanın gerekliliği üzerine düşünülmeye başlandı. O dönemlerde hâkim olan analitik ve davranışçı yaklaşım bireylerle çalışırken aileleri bu çalışmaya ortak etmemiş, danışan üzerine odaklanmışlardır. Savaş sonrasında ailelerin yaşadığı sosyal, duygusal, ekonomik, kültürel problemler, göç, kadın erkek rollerinde yaşanan değişimler, kadınlara tanınan özgürlük, boşanmanın daha kabul edilebilir olması gibi nedenlerle ortaya çıkan çatışmalardan dolayı aileler yardım arayışına başlamıştır. Yaşanan bu gelişmeler ailenin bütününün ele alınmasını gerekli kılmıştır. Aynı dönemde ruh sağlığı alanında yapılan çalışmalar ve uzmanlarının sayısında yaşanan artış daha çok kişinin bu tarz hizmetlerden yararlanmasına imkân tanımıştır (Ateş, 2019b, s. 4). Aile danışmanlığının ortaya çıkışı bir ihtiyacın sonucunda olmuştur. Günümüzde de aileler yaşadıkları sorunları çözmek için çeşitli nedenlerle uzmanlara başvurmaktadır.

Geleneksel aile yapısının bozulması, geniş aileden çekirdek aileye geçişte yaşanan problemler aile danışmanlığını gerekli kılmaktadır. Geniş aileden çekirdek aileye dönüşüm yaşandığında aile büyükleriyle çözülebilen aile sorunları için uzmanlardan yardım alma ihtiyacı doğmuştur (Çevik, 2020, s. 31). Yine ülkemizde kök aileyle alakalı diğer sorun alanı gelin-kayınvalide çatışmasıdır. Eşin ailesinin kültürüne uyum sağlayamama, eşin ebeveynine aşırı bağımlılığı, kök ailenin gelin ve damadı kabullenememesi, aile içi kararlara müdahale etmesi, eşlerin kök aileye karşı olumsuz eleştiriler yapması, kök ailenin mahremiyeti ihlal etmesi, izinsiz eve girip çıkması eşler arasında sorun oluşturmaktadır (Altuğ, 2019, s. 191; Tarhan, 2010a, s. 113).

Ekonomik nedenlerden ya da kadının da çalışma hayatına katılma isteğinden dolayı günümüzde pek çok ailede eşlerden ikisi de çalışmaktadır. Kadının iş hayatına katılması kadının ev içinde geçirdiği zamanı azaltmıştır. Aile içindeki güç dengesi ve karar alma mekanizmaları daha eşitlikçi hale gelmiştir. Daha önceki yıllarda çocukların eğitimi daha çok annelere ait iken son yıllarda aileler çocuk eğitimi ve bakımını kreş,

anaokulu gibi kurumlara devretmiştir. Her iki eşin de çalışıyor olması ev işlerinin paylaşımı, çocuk bakımı, evin geçimiyle ilgili sorunları beraberinde getirmektedir. Bu da aileleri uzman yardımı almaya yönlendirmektedir (Sönmez, 2013, s. 311).

Eş ya da aile üyelerinin arasında yaşanan iletişim problemleri aile arasında çatışmalara sebep olmaktadır. İletişim problemi arttıkça çiftlerin evlilik uyumları, evlilikte paylaşım ve memnuniyet dereceleri azalmaktadır. İletişimde yaşanan problemler, aile üyelerinin anlaşılmadığını hissetmeleri, iletişim kaynaklı çatışmalar aileleri uzmanlara yönlendirmektir (Nazlı, 2018, s. 11; Şener ve Terzioğlu, 2008, s. 18).

Son yıllarda boşanma oranlarındaki artışın yanında, evlenmeden çocuk sahibi olma, ebeveynlerden birinin iş ya da başka nedenlerle ayrı oturması, eşin ölümü, evlat edinme gibi nedenlerden dolayı tek ebeveynli ailelerin sayısı önemli oranda artmıştır. Yalnız kalan ebeveynler aşırı stres ve aşırı kontrol etme sorunu yaşamaktadır. Bunun yanı sıra çocuğun bakımı, vesayeti, diğer ebeveynin bebeği ziyaret hakkı gibi noktalar da diğer problem alanıdır (Nazlı, 2018, s. 12).

Tek ebeveynli ailelerin zorlandıkları diğer alan, sınır ve rollerin nasıl olması gerektiğidir. Zaman zaman aile ve çocuklar arasında gerekli olan sınırlar belirsiz hale gelmektedir. Bu durum hem çocuklar hem ebeveynler için kaotik ve kafa karıştırıcıdır. Sınırların belirsiz olduğu ailede büyüyen çocukların davranış problemleri gösterme olasılığı daha yüksektir. Bu tarz ailelerde rol belirsizlikleri bazı aile üyelerine fazladan stres ve iş yükü getirmektedir. Çocukların karşı karşıya kaldığı diğer sorunlar akademik başarıda düşüş ve kimlik gelişimidir. Tek ebeveynli çocuklar, güçlü bir kimlik imgesine sahip olma ya da karşı cinsten kişilerle iletişim kurmada sıkıntılar yaşayabilmektedir. Tek ebeveynli aileler ekonomik zorluklar ve duygusal bağ kurmada yaşanan sıkıntılarla da uzman yardımı talep etmektedirler (Gladding, 2015, s. 88).

Madde ve alkol bağımlılığı ailelerin uzman yardımı talep ettikleri bir diğer konudur. Kültür ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada alkolik bir babaya sahip olan çocukların daha fazla davranış problemi sergiledikleri bulunmuştur. Alkolik bir eşe sahip olmak aynı zamanda eşlerde de psikolojik problemlerin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Alkolik babaların çocukları yüksek risk grubunda değerlendirilmektedir

(Kültür, vd., 2006, s. 8). Parçalanmış aile, kardeş sayısının fazla olması, sağlıksız aile ilişkisi, cezalandırıcı ebeveyn tutumu çocuklarda bağımlılık ve suça yönelimi arttırmaktadır (Bozkurt, 2015, s. 138).

Ebeveynler çocuklarının sahip olduğu sorunlar için de uzman yardımına başvurmaktadır. Çocuğun davranışının nasıl disipline edileceği, nasıl yönlendirilmesi gerektiği, yetiştirilmesinde ne yapılıp ne yapılmayacağı, konması gereken sınırlar aile içerisinde çoğu kez çatışmaya sebep olmaktadır. Kardeş kıskançlığı, davranış problemleri, okul ortamı ya da çocuk-aile-okul üçgeninde oluşan sorunlar için aileler uzman yardımına başvurmaktadır (Nazlı, 2018, s. 12; Özkan ve Kılıç, 2014, s. 399).

Ergenlik dönemindeki çocuklar aileleri tarafından uzmana yönlendirilmektedir. Ailelerin çocuktan beklentileri, ergenlik döneminde çocuk ve ebeveyn arasında yaşanan çatışmalar, aile kuralları, sorumluluk ve roller konusunda ortaya çıkan problemler nedeniyle aile danışmanlığına ihtiyaç duyulmaktadır. Otoriter-baskıcı ebeveynlik, ebeveyn ilişkisinde tutarsızlık, sosyal etkinliklerde kısıtlanma, ev ortamındaki kaos, ekonomik sorunlar, istismar ergenlik dönemi için risk faktörüdür. Ergenlik döneminde intihar girişimi ve depresyon ailelerin uzman yardımı aldıkları diğer konulardır (Nazlı, 2018, s. 13; Arslan ve Balkıs, 2014, s. 21)

Yetişkinlik dönemine gelen çocukların evden ayrılması bazı ailelerde krize dönüşebilmektedir. Aileler bir taraftan çocuklarının bağımsız olmayı öğrenmelerini isterken bir yandan da çocukların ebeveynlerinin yardımı olmadan hiçbir şey yapamayacaklarını dair gizli alt mesajlar vermektedirler. Çocuğun evden ayrılma zamanı geldiğinde hem çocuğun evden ayrışmasıyla hem de anne babanın bu süreci nasıl yönetmesi gerektiğiyle alakalı danışmanlık hizmeti verilmektedir (Nazlı, 2018, s. 13).

Özellikle ülkemizde pek çok çift yaşlanan anne ve babasının bakımını üstlenmek noktasında kendini sorumlu hissetmektedir. Bu durum yaşlı anne ve babayla olan iletişim ve yakınlığı artırdığı gibi, yeni stres kaynakları da ortaya çıkarmaktadır. Yaşlı anne ve babaya bakımla yetişkin çocukların evden ayrılması aynı döneme denk geldiğinde aile içerisinde yaşanan kriz daha büyük olmaktadır. Yaşlı bakımı, aile ve

özellikle bakım veren kadınlar üzerinde bazı yıkıcı etkiler bırakmaktadır. Bakım veren kadınlar kendilerine yeterince zaman ayıramadıkları, aile ve sosyal yaşantılarının bu durumdan olumsuz etkilendiğini ifade etmiştir. Ekonomik, psikolojik ve soysal baskılar nedeniyle eşler çatışma yaşamakta, bu durum çocukları da olumsuz etkilemektedir. Bu durumla baş edebilmek için aileler uzman yardımı talep etmektedir (Nazlı, 2018, s. 13; Tamer, 2017, s. 179; Öztop, vd., 2008, s. 45).

Araştırmalar Türkiye'de ailelerin pek çok noktada aile terapisi almaya istekli olduklarını ortaya koymuştur. Göç, (2006, s. 136) 150 evli kadınlarla (N:150) mülakat yapmıştır. Aileler, çok yönlü ve birbirini etkileyen sorunlar yaşadıklarını ve danışmanlık almaya istekli olduklarını dile getirmiştir. Katılımcıların % 73'ü ailelerinde tekrar eden sorunlar olduğunu ifade etmiştir. En sık dile getirilen problem ise iletişim problemidir. Kadınlar, en çok (% 48) eşleriyle sorun yaşadıklarını dile getirmişlerdir. Katılımcıların büyük çoğunluğunun (%70,7) aile danışmanlığı merkezlerinden yararlanmak istediği görülmektedir. Benzer şekilde Baltacı (2010, s. 95-96), evli kadınların aile danışmanlığından beklentilerini incelemiştir. Büyük çoğunluğun (%72,8) devlet tarafından verilen aile danışmanlığından haberinin olmadığı, eğitim seviyesi düşük ve ekonomik sıkıntı içinde olanların aile danışmanlığı hizmetine daha çok ihtiyaç duyduğu görülmüştür. Danışmanlık hizmeti almak isteyenler (%66) aile içerisinde çözümlenemeyen sorunları olduğu dile getirmiştir. Çalışma katılımcıların, çocuklar (%33), maddi konular (% 32) ve iletişim (%30) noktasında sorun yaşadıklarını ortaya koymuştur.

Yılmaz'ın (2016, s. 117), araştırmasında katılımcılar (N: 300) ebeveyn-çocuk iletişim, çocuklarla ilgili sorunlar, ergenlik dönemi, stresle başa çıkma ve eşinin ailesiyle ilgili sorunlar için aile danışmanından yardım almak istediklerini belirtmişlerdir. Avcılar'ın (2020, s. 139-140), çalışmasına katılan evlenip boşanmış bireyler büyük oranda tekrar evlenmeyi düşündüklerini ve yeniden evlenmeleri durumunda (%51,8) aile danışmanlığında destek almak istediklerini belirtmişlerdir. Boşanmış bireyler (%54,4) oranında "*Bilseydim destek alır evliliğimi farklı bir noktaya taşıyabilirdim.*" demişlerdir.

1.3. DİN ve MANEVİYATIN AİLE ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Bu başlık altında din ve aile arasındaki ilişki, dinlerin özelde İslam'ın evlilik ve aileye bakışı, maneviyat kavramıyla birlikte din ve maneviyatın evlilik ve aile üzerindeki etkilerine yer verilecek, başlık aileye önelik dini-manevi uygulamalara yer verilerek sonlandırılacaktır.

1.3.1. Din ve Aile Arasındaki İlişki

Dinin, aile bireyleri üzerindeki etkilerini anlamak için bireylerin dini değerleri üzerine düşünmek gerekir. Evlilik, düğün töreni, ölümle ilgili törenler, aileye yeni üyenin katılımı, erkek çocuklarının sünneti, doğurganlık ve boşanma gibi pek çok konu dinle yakından ilgilidir. Bireylerin dini yaşantı ve anlayışları bu süreçleri nasıl yönetecekleri konusunda onlara rehberlik eder. Aile içinde yaşanan pek çok olay dinsel adetlerle pekiştirilir. Birçok toplumda evlilik töreni dini törenlerle gerçekleştirilir. Resmi nikâhın yanında çiftler dini nikâh da yaparlar. Eş seçimi noktasında da insanlar genellikle kendi dinlerine mensup kişilerle evlenmeyi tercih eder, toplum da bireyleri bu yönde destekler (Adak, 2015, s. 46).

Dinin toplumda aile yoluyla gelişmesi, ailenin fonksiyonlarıyla dinin emirlerinin örtüşmesi nedeniyle tarih boyunca din ve aile arasında yakın bir ilişki olagelmiştir. Din mensuplarının aile hayatlarını düzenlerken dini kabullere göre hareket etmesi öngörülür. Din cinselliğin sınırları, kimin kimle evlenebileceği, aile içerisinde kadın ve erkek rolleri, çocuğun yetiştirilmesi, boşanma, kürtaj gibi konularda evlilik ve aile yaşantısıyla ilgili müntesiplerine rehberlik etmektedir. Özellikle İslam, Yahudilik ve Hristiyanlık gibi köklü dinlerde sosyo-kültürel yapıyla dinin iç içe geçtiği görülmektedir. Evlilik ve aileyi ilgilendiren önemli dönüm noktalarında dini uygulamalar ön plana çıkmıştır (Geçioğlu ve Döner, 2019, s. 604). Alanda yapılan araştırmalar dindarlık ve aile arasında pozitif ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin olduğunu ortaya koymaktadır. Dini inanç ve pratikler eşler ve ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkiyi güçlendirmektedir (Snarey ve Dollahite, 2001, s. 646).

Aile ve din arasında karşılıklı dinamik bir ilişkiden söz etmek mümkündür. Aile ve din bireyler üzerinde kontrol ve denetleme mekanizması gibidir. Aile

bireylerinin yaşanan değişimler karşısında varlığını koruyabilmesi bu denetlemeye bağlıdır (Aydın, 2013, s. 315). Ailenin içinden geçtiği önemli dönemlerde pek çok ritüelin nasıl yapılacağı konusunda din belirleyici olmaktadır. Dini sosyalizasyonun ilk basamağının aile içinde olması din ve ailenin yakın ilişkisini göstermektedir (Sönmez, 2013, s. 306).

Din, her şeyden önce ailede öğrenilir. Dinin en önemli pratikleri aile içinde gerçekleşir. Eşler arasındaki saygı, sevgi, çocuklar arasında adalet, hakkaniyet, çocukların ebeveyne saygı göstermelerine ilişkin değerler dinin ve ailenin ortak değerlerindendir (Aydın, 2013, s. 315). Aile, dini bilgileri sonraki nesillere aktarma görevini de üstlenir. Çocuğun dini eğitiminin temelleri ailede atılır. Aile içerisinde dinsel törenler, dini inanç ve duaları öğrenir (Adak, 2015, s. 46). Ebeveyn ve çocuk arasında oluşan güvenme, bağlanma ve dayanma duygusu sonraki dönemde çocuğun Allah'a bağlanma, sığınma ve dayanma duygularını etkilemektedir (Çankırılı, 2012, s. 96).

Dinler kişilerin kiminle evlenip, kiminle evlenemeyeceği konusunda da belirleyici olmuşlardır. Hristiyanlık, Yahudilik ve İslam'da din farklılığı evlenme engeli olarak kabul edilmiştir. Hristiyan bir erkeğin Hristiyan bir kadınla evlenmesi ancak kadının Hristiyan olmasıyla mümkündür. Yahudi ve Hristiyanlar arasında da din farklılığı evlenme engelidir (Dağcı, 200, s. 138). Dinler ailenin kurulması, şekillendirilmesi ve devamını desteklerken, boşanmaya pek sıcak bakmamıştır. Bu noktada ailenin varlığının devam ettirilmesi için çeşitli ilke ve uygulamalar ortaya konmuştur. Ensest yasağı dinin aileyi korumasının bir başka göstergesi olarak karşımıza çıkmaktadır. Ensest yasağı hemen hemen bütün dinlerde olan evrensel boyutlu bir ilkedir (Ünal, 2013, s. 589; Aydın, 2013, s. 317).

1.3.2. Dinlerin Evlilik ve Aileye Bakışı

Aile, toplumun ve dinlerin ilgi odağı olarak tarihten günümüze gelmiştir. Kutsal metinlerde ve dini uygulamalarda aile farklı açılarla ele alınmıştır. Dinler, aile ve ailenin devamlılığının sağlanması noktasında koruyucu olmuştur. Din ve aile karşılıklı ilişki içinde olmuş, din aileyle ilgili çeşitli düzenlemeler yaparak aileyi toplumsal

yapının temeline oturtmuştur. Aile, dinin öğrenildiği ve yaşandığı ilk yer olma özelliğini geçmişten günümüze korumuştur. Bütün geleneksel toplumlarda çocuğa verilen ilk eğitim dini eğitim olmuştur (Tekin, 2016, s. 238). Bu bölümde İslam başta olmak üzere geniş kitlelere ulaşmış dinlerin aileye yaklaşımları, aileyi nasıl ele aldıkları genel hatlarıyla sunulmuştur.

1.3.2.1 İslam'da Aile

İslam ailenin nasıl kurulması, yapılandırılması ve sürdürülmesi gerektiği noktasında öz değerler getirmiş, ailenin şekillendirilmesinde ise bu temel değerleri göz önünde bulundurmakla birlikte uygulanmasını toplumsal şartlara bırakmıştır. İslam'ın aileye dair sunduğu ilkeler zaman ve mekân üstü, her zaman uygulanabilen bir yapıya sahip olmuştur (Aydın, 2013, s. 326; Sönmez, 2013, s. 306).

İslam'daki aile, ilk bakışta ataerkil yapıyı esas almış görülebilir. Fakat burada söz edilen ataerkil yapı farklıdır. İslam eşleri hukuki noktada serbest bırakmış, mal varlıklarını ayırabileceklerini kabul etmiştir. İslam'da kadın ve erkek seçme-seçilme, sözleşme, nikâh, hibe, ida, icare, vekâlet, ikrar ve vasiyet gibi sosyal, siyasal ve ekonomik haklar noktasında eşittir. Kadının akit, sözleşme ve muamelat konularında yapacağı işlemler için eşinin izni şart değildir. Ücret ve soyadını kullanma noktasında erkekle eşittir. İslam, aile içinde kadını bir meta, mal olmaktan çıkarıp birey haline getirmiştir (Aydın, 2020a, s. 13; Söylemez, 2015, s. 140; Aydın, 2013, s. 329).

İslam'da evliliğin kökeni ilk insan Hz. Âdem ve Hz. Havva'ya dayanmaktadır. İslam'da ailenin içgüdüsel ve rastlantı sonucu oluşmadığı, aksine ilk insan olan Hz. Âdem bir aileye sahip olarak (Yaman, 2018, s. 13), Hz. Havva ile birbirine eş olması ve birbirini tamamlaması için yaratıldığı kabul edilmiştir. Aile, insanın huzur bulacağı ortam, yuva olarak tanımlanmıştır (Rum Suresi, 21.ayet). İslam'da Hz. Havva tarafından işlenen ve Hz. Âdem'in de işlemesine neden olan ilk günah anlayışı bulunmamaktadır. Kur'an Hz. Âdem ile Hz. Havva'nın şeytan tarafından kandırıldığından bahsetmektedir (Bakara Suresi, 34-36.ayet; Taha Suresi, 121.ayet). Hristiyanlıkta olduğu gibi ilk günahın yükünü kadına yükleme ve kadın karşıtı söylemler yer almamaktadır. Kadın ya da erkek olsun her doğan kişi günahsızdır,

işlediği fiillerden sorumlu olur (Aydın, 2020b, s. 13). İslam'da eşler birbirine Allah'ın emanetidir. *"Kadınlar hakkında Allah'tan korkun. Çünkü siz onları Allah'ın emaneti olarak aldınız ve Allah'ın adını anarak nikah kıyıp onları kendinize helal kıldınız*" (Müslim, Hac, 147). Hadis, eşler arasında bir mülkiyet değil emanet ilişkisi olduğunu göstermektedir (Martı, 2017, s. 27).

İslami ailenin belli bir modelle eşleştirilmesi mümkün değildir. Çünkü İslam aileye yaklaşımı formel/şekli/biçimsel değildir. Bu açıdan İslami ailenin ne geniş ne çekirdek aile olduğunu söylemek doğru değildir. İslam, aile bireylerinin kendi ve diğer insanlarla arasında ne tarz bir ilişkinin olacağı noktasında belirleyici olmuştur (Aydın, 2013, s. 386). Kuran'da günümüz ailesiyle ilgili emirler yer aldığı gibi farklı zaman ve coğrafyalardan aile tabloları da görmek mümkündür (Martı, 2017, s. 9).

İnsanın fiziki ve duygusal ihtiyaçlarını karşılayabilmesi aile kurmasıyla mümkündür. Bir aile içine doğan insan belli bir olgunluğa eriştikten sonra yaşantısını kendi oluşturduğu ailesiyle devam ettirmek ister. Aile, insanın fıtri bir ihtiyacı olduğu gibi toplumun da beklentisidir. Hadiste "*Ey gençler topluluğu kim evlenme imkânı bulursa evlensin. Çünkü evlenmek gözü haramdan çevirmek korumak için en iyi yoldur."* (Buhari, Nikah, 3) buyrularak evliliğin önemine dikkat çekmiştir (Karahan, 2020, s. 17). Yine başka bir hadiste ailesini korumak uğruna can veren kişilerin şehit sayılacağını bildirilmiştir "*Ailesini koruyup savunurken ölen kişi şehittir*" (Nesai, Muharebe, 23).

İslam'da ruhbanlık yasaklanmıştır. İbadet maksadıyla bile olsa yeme, içme uyuma ve evlenme gibi doğal ihtiyaçların terk edilmemesi gerekmektedir. İslam'ın geldiği ilk döneminde evlenmemeyi, aile kurmamayı dindarlık olarak algılayanlar olmuştur. Hz. Muhammed döneminde üç sahabeden biri geceleri hep namaz kılarak, diğeri sürekli oruç tutarak, diğeri ise kadınlardan uzak durup hiç evlenmeyerek Allah'a daha yakın olacaklarına inanmışlardır. Sahabelerin aldıkları bu karardan haberdar olan Hz. Muhammed onların bu tutumunu doğru bulmamış ve *"Şöyle söyleyen kimselersiniz değil mi? Şunu biliniz ki ben sizin Allah'tan çok korkanınız ve en çok sakınanızım. Böyle iken bazen oruç tutarım, bazen tutmam, gecenin bir kısmında namaz kılar, bir kısmında uyur istirahat ederim, kadınlarla da evlenirim. İşte benim sünnetim budur. Her kim*

benim sünnetimden yüz çevirirse benden değildir." buyurmuştur (Buhari, Nikah 1; Müslim, Nikah, 1).

İslam'da evlilik mukaddestir, önemsenmiş ve teşvik edilmiştir. İslam, bir yandan gücü yetenlere evliliği emrederek (İsra Suresi, 32.ayet) bir yandan da zinayı yasaklayarak aileyi korumuştur (Okumuş, 2011, s. 295). Neslin sağlıklı bir şekilde devamı ve aile birliğinin sarsılmaması için zina ve zinaya yaklaştıran eylemler haram kılınmıştır (Furkan Suresi, 68.ayet; İsra Suresi, 32.ayet). Nur Suresi 32. Ayette "*İçinizdeki bekarları, kölelerinizden ve cariyelerinizden salih olanları evlendirin. Eğer yoksul iseler, Allah lütfu ile onları zenginleştirir. Allah lütfu bol olandır, her şeyi bilendir*" emri yer almıştır. Kuran'da yoksulluk nedeniyle evlenmekten kaçınanları Allah'ın lütfuyla zenginleştireceği haber verilmiştir. Yine Nur Suresi 33. ayette evlenmeye imkân ve fırsat bulamayanların zinadan kaçınarak kendilerini korumalarını emri yer almaktadır "*Evlenme imkanı bulayanlar, Allah lütfundan ihtiyaçlarını giderinceye kadar iffetlerini korusunlar".*

İslam'da evlilik Allah'ın emri olmasının yanında Peygamberin hem fiili hem de kavli olarak uyguladığı sünnetlerdendir. Hz. Muhammed hem fiili olarak evlenmiş hem de inananlara evliliği tavsiye etmiştir (Okumuş, 2011, s. 297; Çalışkan, 2004, s. 14). Bu konuyla ilgili birçok hadis bulunmaktadır. *"Evlenmek benim sünnetimdir. Benim sünnetimi yapmayan benden değildir. Evlenin, çoğalın. zira ben diğer ümmetlere karşı sizin çokluğunuzla iftihar edeceğim."*(İbni Mace, Sünen, Nikah 1). Yine başka bir hadiste "*Evlenen kişi dininin yarısını tamamlamış olur, kalan yarısı içinde Allah'tan sakınsın"* evliliğin insan için günahlara karşı bir kalkan olduğunu vurgulamıştır. Bir başka hadisteyse evlenebilecek kişilerin evlendirilmesini öğütlenmiş, onlara gerekli yardımın yapılması istenmiştir. "*Oğullarınızı ve kızlarınızı evlendiriniz. Onlara altın ve gümüş takılar takınız. Yeni elbiseler giydiririz. Evliliğe teşvik etmek için hediye ve armağanlar veriniz"* (Seyyid ahmed Haşimi, Muhtaru'l Ehadisi'n-Nebeviyye, 653). Hz. Muhammed kendinden önce gelen peygamberlerin dört sünneti bulunduğunu, bunlardan birinin de evlilik olduğunu bildirilmiştir. "*Dört şey peygamberlerin sünnetindendir: hayâ, güzel kokular sürmek, misvak kullanmak ve evlenmek"* (Tirmizi, Sünen, Nikah1;Ahmed b.Hanbel, Müsned, V, 421).

Kuran'da her canlıya bir eş verdiğini bildirilmiştir: "*Toprağın bitirdiklerini, kendilerini ve daha bilmedikleri nice şeyleri çift çift yaratan Allah her türlü eksiklikten uzaktır*." (Yasin Suresi, 36. ayet). Diğer canlılara eş verildiği gibi insana da aynı özden yaratılan bir eş verilmiştir: "*Ey insanlar, sizi tek bir nefisten yaratan ve ondan da eşini yaratan, ikisinden birçok erkek ve kadın meydana getirip yayan Rabbinize karşı gelmekten sakının*." (Nisa Suresi, 1. ayet). Ayette insanın *zatı, kendisi* anlamına gelen *nefis* kavramı, eşlerin aynı asıldan/ kökten yaratıldığını göstermektedir. Yine Rum Suresi 21. ayette "*Kendileriyle huzur bulasınız diye sizin için türünüzden eşler yaratması ve aranızda bir sevgi ve merhamet var etmesi de Allah'ın delillerindendir. Şüphesiz bunda düşünen bir toplum için elbet ibretler vardır."* buyrulmuştur. Ayette sevgi ve şefkat duyguları olarak tercüme edilen "meveddet, rahmet" kelimeleri eş olma hissinin kan hısımlığına dayalı olmadan iki ayrı cinsi çok güçlü psikolojik ve biyolojik bağlarla birbirine bağlamasını ifade etmektedir (Karaman, vd., 2020, s. 303). Aynı özden yaratılmış olmak eşlerin birbirine eşdeğer olduğu şeklinde de anlaşılmaktadır (Martı, 2017, s. 27). Yine bir hadiste kadın ve erkeğin "*Bir bütünün birbirini tamamlayan iki eşit yarısı*" olduğu ifade edilmiştir (Ebu Davud, Teharet, 94).

Günümüzde Müslüman kadınlar, eğitim, sosyal hayat ve iş hayatında daha görünür hale gelmiş ve geleneksel dini kültürün sunmuş olduğu aile içerisindeki konum ve rolleriyle ilgili değişimler ortaya çıkmıştır. Erkeğin otorite olduğu hiyerarşik ilişki biçiminden daha eşitlikçi bir ilişki türüne geçilmeye başlanmıştır. Modern dönemde kadınların dini anlayışlarının geleneksel çerçeveden uzaklaşması değişimin meydana gelmesinde önemli bir faktördür. Yeni dindar kadın evde kocasının sözünden çıkmayıp ev işleriyle meşgul olan eş rolünden çıkarak, evle alakalı sorumlulukları paylaşan ve kendi bireysel kimliğini vurgulayabilen bir rol üstlenmiştir (Toker, 2008, s. 12).

Kuran'da evlilik ve aileyi ilgilen pek çok hüküm ve detayın yer alması ve Hz. Muhammed'in bu hükümleri bizzat hayatında tatbik etmesi İslam'ın evlilik ve aileye ayrı bir önem verdiğini göstermektedir. Kuran, hadis ve fıkıhta evlilik öncesi, esnası ve evlilik sonrasına dair oldukça detaylı bilgiler yer almaktadır. İslam âlimleri ailenin kurmanın temeli olan nikâhın dini hükmü mahiyeti, unsurları şartları gibi birçok konuda detaylı açıklamalar yapmıştır (Geçioğlu ve Döner, 2019, s. 606).

a) İslam'da Evlilik Tercihi

İslam, geldiği toplumda var olan birçok evlilik çeşidinin içinden bir tanesini seçmiş, belirli değerler ve ilkeler gözeterek yeniden şekillendirmiş, uyulması gereken ahlaki ilkeleri belirlemiştir. Böylelikle farklı toplumlarda uygulanabilen bir model, değerler sistemi ortaya koymuştur (Aydın, 2013, s. 386). İslam, evlilik yapısı üzerinde köklü değişimler yapmıştır. Adaletin sağlanması noktasında tek eşle evliliğin tavsiye edilmesi (Nisa Suresi, 3. ayet), evli kadınlara verilen mehir hakkına riayet edilmesi (Nisa Suresi, 4. ayet), belirli yakınlıkta olan kişilerin evlenmesinin haram olması (Nisa Suresi, 23. ayet) bu düzenlemelerden birkaçıdır. Uyum noktasında inanç birliğinin gerekliliği (Bakara Suresi, 221. ayet) ve evliliğin korunması noktasında eşlerin zinaya bulaşmamaları (Nur Suresi, 3, 26, 32. ayet) İslam'ın getirdiği ilkelerdendir (Aydın, 2013, s. 326).

Aile mahremiyeti ve kimlerle evlenip evlenilemeyeceği hususunda önemli değişimler yapılmıştır (Demircan, 2015, s. 25). İslam'dan önce üvey anne, üvey kız ve kayınvalideyle evleniliyorken, bu noktada bir kısıtlama getirilmiştir. Anne, kız, kız kardeş, hala ve teyze, erkek ve kız kardeşin kızları, sütanne, sütkız kardeş, kayınvalide, üvey kız ve üvey oğlunun karısıyla evlenmek yasaklanmıştır (Nisa Suresi, 20. ayet). İki kız kardeşin aynı anda nikâhlanması da haram kılınmıştır. Kuran'da Müslüman bir erkeğin müşrik (Allah'a ortak koşan) bir kadınla evlenemezken (Bakara Suresi, 221. ayet), Ehli Kitaptan bir kadınla evlenebileceği (Maide Suresi, 5. ayet) ifade edilmiştir. Kadınların ise hem müşrik hem de ehli kitaptan olan erkeklerle evlenemeyeceğini dair emir vardır (Nisa Suresi, 22. ayet; Mümtehine Suresi, 10-11. ayet).

Hz. Muhammed evlenirken kişinin eşiyle neşeli ve huzurlu vakit geçirme isteğinin doğal bir ihtiyaç olduğu ve bunun göz önünde bulundurulması gerektiğini söylemiştir. Şartlar elverdiği ölçüde kişinin kendisine en uygun eşi seçmesi istenmiştir (Martı, 2018, s. 12). Hadiste "*Kadınla dört şeyden dolayı evlenilir: malı, soyu, güzelliği ve dini için. Sen dindar olanı seç ki bereketi erişesin.*" (Buhari, Nikah, 16) buyrularak evlenirken göz önünde bulundurulması gereken özelliklere dikkat çekilmiştir. Zengin, soylu ve güzel bir eş istemek olağan bir durumdur. Ensardan bir kadınla evlenmek istediğini söyleyen sahabeye Hz. Muhammed "*Onu gördün mü?"* diye sormuş "*Hayır*"

cevabını alınca "*Öyleyse git de ona bir bak. Çünkü Ensar'ın gözleri biraz farklıdır*" (Müslim, Nikah, 74; Nesai, Nikah, 23) buyurmuştur. Yine Muğire b. Şu'be evlenmek istediğini söylediğinde evleneceği hanıma bakmasını, bu durumun aralarındaki sevgi ve kaynaşmayı artıracağını söylemiştir (İbn Mace, Nikah, 9; Nesai, Nikah, 17). İslam'da, bütün bu özelliklerin yanında en önemli kıstas dindarlık ve güzel ahlak olarak kabul edilmiştir. Zenginlik, asalet ve güzellik gibi özelliklerin geçici olduğu inancıyla, huzur ve mutluluğun devamı için dini hassasiyet ve ahlaki olgunluk önemsenmiştir (Martı, 2018, s. 17).

İslam'da eş seçimi noktasında önemsenen bir diğer konu ise denkliktir. Fıkıhta "kefaet" kavramıyla ifade edilen denklik dini, ahlaki, ekonomik ve sosyokültürel nokta da yakınlık olarak ifade edilmektedir (Martı, 2018, s. 42). Bir hadiste "*Üç şeyi geciktirme: vakti geldiğinde namazı, hazır olduğunda cenazeyi ve dengini bulunca evlenecek kızı*" (Tirmizi, Salat, 13; İbni Mace, Cenaiz, 17-18; Müsned, 1, 105) denmiş ve denk biri olduğunda evliliğin geciktirilmemesi gerektiği vurgulanmıştır. Yine başka bir hadiste "*Beraber olacağınız eşler konusunda seçici davranın. Denginizle evlenin. İnsanları da kendi emsalleriyle evlendirin*" (İbni Mace, Nikah, 46) denmiştir.

b) İslam'da Nikâh

Kuran, nikâhı sağlam ve güçlü bir sözleşme olarak tanımlar (Nisa Suresi, 21.ayet). İslam'da sağlam ve güçlü bir sözleşme olan nikâhın gizli olmaması gerekmektedir. Hadiste haram olan ilişkiyle nikâh arasındaki farka dikkat çekilmiş, nikâhın ancak açık bir şekilde ilan edildiğinde geçerli olacağı bildirilmiştir (Tirmizi, Nikah, 6). Nikâh şahitler huzurunda gerçekleştirilir ve herhangi bir yanlış anlamanın önüne geçilerek meşru birliktelikleri duyurulmuş olur. Nikâhta ikinci bir husus geçici nikâh olamayacağıdır (Karahan, 2020, s. 24). İslam'da belli bir süre devam edeceği düşünülerek nikâh yapılması yasaktır. Cahiliye devri uygulamalarından olan muta nikâhı İslam tarafından kaldırılmıştır (Buhari, Nikâh, 37).

İslam evliliği nikâh ile başlatır. Çiftlerin birbirini tanıyarak ve isteyerek evlenmesi gerektiği söylenmiştir. Hadiste istemediği halde zorla evlendirilen bir kadının nikâhının feshedildiği yer almaktadır. Nikâhın ciddiye alınması için mehir şartı

getirilmiştir. Mehir günümüz başlık parasından farklı olarak erkeğin kadına vermiş olduğu ve tamamen kadına ait olan bir haktır (Aydın, 2013, s. 329).

İslam'da çok evlilik tartışılan konulardandır. Aslında İslam Nisa 3. ayette tek eşliliği önermiştir. Fakat bunu formel bir şekle bağlanmamış, belirli ilkeleri vaaz etmiştir. Eşler arasında sevgi ve adalet olması gerektiği, ailenin bu ilkeler çerçevesinde kurulabileceğini belirtmiştir. Bunun ise tek eşli evliliklerde mümkün olabileceğini vurgulamıştır. Bunlarla beraber kültürel ve sosyal şartlara bağlı olarak çok evliliği istisnai durumlarda esnek tutmuştur. İslam'da çok evlilik bir ahlaki değer ve hukuki normal değil, istisnai bir kural olarak yer almıştır (Aydın, 2013, s. 326).

İslam hukukunda nikâhla birlikte eşler arasında bazı şahsi ve mali haklar doğmaktadır. Şahsi haklar kadın ve erkeğin iyi geçinmeleri, örfe uygun olarak görev ve sorumluluklarını yerine getirmeleridir (Bakara Suresi, 233.ayet). Mali haklar ise mehir ve nafakadır. Mehir evlenirken erkek tarafından kadına verilen ya da verilmesi taahhüt edilen mal ya da paradır (Maide Suresi, 5. ayet). Alınan mehir ve nafaka üzerinde tasarruf hakkı tamamen kadına aittir (Karahan, 2020, s. 25). Mehir, nikâhın şartlarından değil sonuçlarından biridir (Yaman, 2018, s. 77). İslam öncesi dönemde mehir kadının satış bedeli olarak kızın babası ya da aile büyüğüne verilirken, İslam'la birlikte kadına verilmiş ve tasarruf hakkı da tamamen kadına bırakılmıştır. Mehir uygulamasının modern hukuktaki evlilik sigortası gibi kadına sosyal ve iktisadi güvence sağladığı söylenebilir. Mehrin asıl gayesi aile birlikteliğinin korunmasını temin etmek amacına yönelik hukuki bir yaptırım, sosyal güvenlik teminatıdır (Geçioğlu ve Döner, 2019, s. 613; Sağlam, 2016, s. 17).

c) İslam'da Evliliğin Temelleri ve Eşler Arasındaki İlişki

İslam'ın aile anlayışında ailenin huzur, sevgi ve rahmet üzerine bina edildiği görülmektedir (Rum Suresi, 21. ayet). İslam'ın sunduğu ailenin en temel niteliği huzur yuvası olmasıdır. Anne, baba ve çocuklar arasında huzur, sevgi ve merhamet vardır (Yaman, 2018, s. 29). Aynı özden var edilen çiftler arasında biyolojik ihtiyaçlarının yanında eşlerin birbirine huzur vermesi gerektiğini üzerinde durulmuştur. Eşlerin huzur bulması ve birbirine gönülden olan bağlılıklarının artması için eşlerin arasında sevgi ve

merhamet var edildiği bildirmiştir (Rum Suresi, 21. ayet). Hz. Muhammed eşlerine olan sevgisini ifade etmiş ve sevginin ifade edilmesi gerektiğini öğütlemiştir (Martı, 2017, s. 29). Kuran'da eşlerine kötü davranan, haksızlık yapan erkekler uyarılmış, hanımlarıyla güzel geçinmeleri ve onlara iyi davranmaları öğütlenmiştir. Eşlerin birbirinde hoşlarına gitmeyen bir yön olsa bile sonuç itibariyle bu yönünde hayır olabileceği hatırlatmıştır (Nisa Suresi, 19.ayet). Eşler birbirine zaman ayırmalı, kırgınlıklar büyütülmemeli ve küslükler uzatılmamalıdır (Buhari, Edep, 57).

Evlilikte eşler birbirine karşı sorumludur. Erkeklerin kadınlar kadınların da erkekler üzerinde maruf ölçüde benzer hak ve sorumlulukları vardır. Hak ve sorumluluklar karşılıklıdır Kuran'da belirtilen "*Maruf*" kavramı (Bakara Suresi, 228.ayet) adaleti gözetmek şartıyla sorumluluk ve hakların zamanla değişebileceğine işaret etmektedir. Ailedeki rol ve sorumluluklar zamana, örfe ve ihtiyaca göre değişim gösterebilir. Burada değişmeyen eşler arasındaki adalet, hakkaniyet, itidal ve ahenktir. Hz. Muhammed "*Dikkat edin sizin kadınlar üzerinde hakkınız olduğu gibi kadınların da sizin üzerinizde hakkı vardır*" buyurarak bu hakikate işaret etmiştir. Mehir ve nafaka erkek üzerindeki sorumluluklardandır (Nisa Suresi, 4, 34. ayet; Bakara Suresi, 233. ayet). Hz. Muhammed evdeki sorumlulukları paylaşmış, ailesine zaman ayırmış, elbiselerini dikmiş, koyun sağmıştır (Buhari, Ezan, 44; Darimi, Nikâh, 3). Ailedeki adaletin nasıl yerine getirileceğine dair somut bir örneği olmuştur (Gürses, 2019, s. 91).

Eşlerin birbirlerinin ve ailenin mahremiyetine saygı duyması ve mahremiyetin korunması İslam ailesinde üzerinde durulan diğer konudur (Müslim, Nikah, 123-124). Özel hayatın mahremiyetini korumak, birtakım şüphelerle hareket etmemek, karşılıklı güveni sarsacak davranışlarda bulunmamak, zan ve şüphe üzerinde karar almamak tavsiye edilmiştir. Eşler arasındaki cinsel hayatta önemli bir konudur. Hz. Muhammed eşler arasındaki cinsel hayat ile ilgili kendisine sorulan çok özel soruları cevaplamaktan kaçınmamıştır (Martı, 2018, s. 108). Eşlerin birbirine karşı süslenmesi, bakımlı ve temiz olmaları tavsiye etmiştir (Tirmizi, Nikah, 1; Ebu Davud, Tereccül, 3; Buhari, Gusul, 12; Müslim, Cuma, 9).

Aile hayatı içerisinde zaman zaman sorunların ortaya çıkabileceği göz önünde bulundurularak, sorunları aşma noktasında eşlerin çaba harcaması gerektiği

vurgulanmıştır. Kuran'da eşler arasında yaşanan problemlerde konuşarak sorunu aşma tavsiye edilen ilk çözüm yollarındandır (Nisa Suresi, 34, 128. ayet). Kuran'da öfkenin kontrol edilmesi ve hataların affedilmesi gerektiği bildirmiştir (Ali İmran Suresi, 134. ayet).

Aile içerisinde ihsanla muamele etme tavsiye edilmiştir. İhsan aileyi sıradan bir topluluk olmaktan, mutlu bir yuvaya dönüştüren en önemli değerlerden kabul edilmiştir. Sevgi dolu ve özverili tutum, problemleri sükûnetle çözme, öfkeye hâkim olma, merhamet, cömertlik, ihsanı yansıtan erdemlerden sayılmıştır (Gürer, 2019, s. 136). Sağlıklı ailede, aile fertleri birbirine karşı sorumluluklarını yerine getirmeli, adil ve tarafsız olabilmelidir. Kuran'da ideal evlat olarak teslimiyet örneği olan Hz. İsmail ve kardeşlerini affeden Hz. Yusuf, ideal baba olarak Hz. İbrahim, ideal anne olarak da Hz. Eyüp ve Firavun'un eşi, ideal aile olarak ise Hz. Muhammed ve ailesi gösterilmiştir (Sülün, 2020, s. 30).

Kuran'da eşler arası ilişkinin yaısıra anne ve babaya iyi davranılması ve anne baba haklarına riayet edilmesine dair emirler de yer almaktadır (İsra Suresi, 23. ayet; Enam Suresi, 151. ayet; Lokman Suresi, 14. ayet). Anne ve babalar gibi çocuklarda aile için önemlidir. Çocuklar Allah'ın anne ve babaya emaneti olarak kabul edilir (Şura Suresi, 49-50. ayet). Çocuğun koruması ve yetiştirilmesi anne babanın görevidir (Yaman, 2018, s. 31). Aile üyelerinin birbirine hayırla muamele etmesi gerektiği "*Sizin en hayırlınız ailesine karşı en hayırlı olandır. Ben de aileme karşı hayırlıyım.*"(Tirmizi, Menakıb, 63; İbni Mace, Nikah, 50) ifade edilmiştir. Benzer şekilde müminlerin çekirdek aile dışındaki akrabalar ve diğer insanlara karşı sorumlu oldukları hatırlatılmıştır. "*Kuşkusuz Allah iyiliği, akrabaya yardım etmeyi emreder. Çirkin işleri fenalık ve azgınlığı da yasaklar. O düşünüp tutasınız diye size öğüt veriyor*." (Nisa Suresi, 90.ayet).

d) İslam'da Boşanma

İslam'da nikâh, ölüm veya boşanmayla son bulur. Boşanmanın ahlaki ve hukuki boyutları İslam tarafından belirlenmiştir. İslam'da evliliğin devamını sağlamak amaçlandığından boşanmanın sevimsiz bir helal olduğu söylenmiştir (Aydın, 2013, s. 330). Evlilik eşler arasında yaşanan bir takım anlaşmazlıklar sonucunda boşanmayla bitebilmektedir. İslam boşanmayı Katolik mezhebinde olduğu gibi yasaklamamış, bütün çözüm yollarına başvurulduktan sonra boşanmanın olmasına izin vermiştir (Geçioğlu ve Döner, 2019, s. 607).

İslam'da ailenin kurulmasında etkili olduğu gibi boşanmanın sebepleri, gerçekleşme şekli ve sonuçları yönünden de belirleyici olmaktadır. Kuran'da ailenin korunma ve devamını sağlamasıyla alakalı detaylı bilgiler yer almaktadır (Ünal, 2013, s. 597). Eşler arasındaki anlaşmazlığı çözmek için kadının ve erkeğin ailesinden seçilen hakemler vasıtasıyla problemlerin çözülmesi istenmiştir. "*Eğer karı kocanın arasının açılmasından korkarsanız, erkeğin ailesinden bir hakem ve kadının ailesinden bir hakem gönderin. Bunlar barışmak isterse Allah aralarını bulur, şüphesiz Allah her şeyi bilen, her şeyden haberdar olandır*" (Nisa Suresi, 41. ayet). Hz. Muhammed, Hz. Fatıma'yı ziyaret ettiği bir gün kızının davranışlarından Hz. Ali ile tartıştıklarını ve Hz. Ali'nin evden gittiğini anlamış ve Hz. Ali'yi mescidin bir köşesinde toprağa uzanmış yatar vaziyette görmüştür. Hz. Ali'yi "Kalk ey Ebu't-türab (toprağa bulanmış)" diyerek kaldırmış ve Hz. Ali'nin gönlünü almıştır (Müslim, Fedailu's-sahabe, 38). Bu davranışı eşler arasında bir problem yaşandığında aile büyüklerinin yapıcı bir şekilde yaklaşması adına önemli bir örnek kabul edilmiştir (Akbulut, 2020, s. 90).

Nisa Suresi 19. ayette "*Ey iman edenler! Kadınlara zorla vâris olmanız size helâl değildir. Apaçık bir edepsizlik yapmadıkça, onlara verdiğinizin bir kısmını ele geçirmek için -evlenme ve boşanma konusunda- engel çıkarmayın. Onlarla iyi geçinin. Eğer onlardan hoşlanmazsanız, Allah'ın hakkınızda çok hayırlı kılacağı bir şeyden de hoşlanmamış olabilirsiniz.*" emriyle aile arasında oluşabilecek sorunların çözülmesi gerektiği bildirilmiştir. Çözüm arayışlarına rağmen tüm anlaşma yolları kapanmış ve evlilik hayatını devam ettirme çiftler için imkânsız hale gelmişse, makul bir şekilde boşanma tavsiye edilmiştir (Bakara Suresi, 227-231. ayet; Talak Suresi, 6-7. ayet).

Boşanmanın zaruri olduğu durumlarda ise talak denen süreç işlemeye başlamaktadır. Talak, ahlaki ve hukuki düzenlemeler içermektedir. Bu süreçte eşler ayrılmadan önce belirli bir süre ayrı kalarak evliliği yeniden değerlendirir ve bir araya gelebilirler. Bu aşama tam bir boşanma olarak kabul edilmez. Evliliğin devamını sağlanmadığındaysa Bain Talak gerçekleştirilir. Bu tam anlamıyla boşanmadır. Hukuki olarak kurulan evlilik bağı, hukuki olarak sonlandırılır. İslam, boşanmayı hem kolaylaştırmış hem de eşlerin birbirini istismar etmesini önlemiştir. İslam'ın geldiği coğrafyada erkeğin sık sık boşanması, eşini boşayıp tekrar geri alması, nikâhlısı gibi gösterip başkasıyla evlenmesine engel olması gibi hususlar kaldırılmıştır. Nikâh akdinin ciddiye alınması gerektiği boşanma kelimesinin ise ciddi bir şekilde kullanılması gerektiği ve zihar cezası bu tarz istismarların önlenmesi yolunda alınan birkaç önlemdir (Aydın, 2013, s. 330). Boşanan kadının yeni bir evlilik yapmak için üç ay iddet beklemesinin zorunlu kılınması ilkesi nesebin kime ait olduğunun belirlenmesiyle ilgilidir. İslam, eşleri hukuki noktada serbest bırakmış, mal varlıklarını ayırabileceklerini kabul etmiştir (Aydın, 2013, s. 326).

1.3.2.2. Diğer Dinlerde Aile

Yahudilikte evlenme ve aile kurma dinin önemli esaslarından kabul edilmektedir. Eski Ahit'te aileyle ilgili pek çok hüküm ve detay bulunmaktadır. Evlenmeyen erkek "yarım adam" olarak kabul edilmiştir. Aile, Yahudi egemenliğinin kurulması ve devam etmesi için özel bir misyon üstlenmiştir. Bu nedenle evlenme iki kişinin yaptığı özel bir anlaşma değil İsrailoğulları'nın neslinin devam edeceğinin teminatıdır. Yahudilerdeki evlenme geleneği bu gözle değerlendirilmelidir (Tekin, 2016, s. 242; Aydın, 2016, s. 1; Harman, 2015, s. 43; Topçuoğlu, 2010, s. 84).

Bekâr kalma büyük günahlar arasında sayılmaktadır. İstisnaları olmakla birlikte Yahudilerin, Yahudilerle evlenmesi teşvik edilmiş, akrabalardan kimlerin evlenebileceği konusunda düzenlemeler yapılmıştır (Harman, 2015, s. 43; Tekin, 2016, s. 243). Karı-koca arasında eşitlikçi bir ilişkiden söz etmek mümkün değildir. Havva'nın Adem'in kaburga kemiğinden yaratılması ve Havva'nın cennetteki itaatsizliği ve bunun sonucunda Adem'i yanıltması sebebiyle erkek, kadın üzerinde hakim kabul edilmiş ve kadından daha üst bir konuma yerleştirilmiştir (Aydın, 2020b, s. 2; Tekin, 2016, s. 243).

Yahudi ailesinin temel fonksiyonlarından biri üremedir. Çoğalmak bir tercih değil mecburiyettir. Aile, İsrail soyunun sürdürülmesi gibi Tanrısal bir misyona sahiptir. Bir kadın için en büyük acı kısırlıktır. Kısır olursa kocasının yeniden evlenmesine izin vermelidir (Harman, 2015, s. 45; Ünal, 2012, s. 284; Topcan, 2010, s. 24;). Ataerkil bir yapıya sahip olan Yahudi ailesinde kocanın karısı üzerindeki hâkimiyeti mal sahibinin hâkimiyeti gibidir. Zina etmek, zinaya yaklaşmak yasaklanmıştır. Zina edenlerin taşlanarak öldürülmesi, yakılması, çırılçıplak sokağa bırakılması gibi cezalardan söz etmek mümkündür (Hasanow, 2020, s. 2; Aydın, 2020b, s. 2; Sucu, 2019, s. 30; Hasanoğlu, 2018, s. 31; Harman, 2015, s. 48).

Hristiyanlığın aileye bakış açısı iki farklı yolla değerlendirilebilir. Hristiyanlık, bir taraftan evlenme ve aile kurmaya kutsallık atfederken diğer taraftan evlenmeyi manevi yükselmenin önünde bir engel olarak görmektedir. Hristiyanlıkta aile tamamen dini bir kurum olarak kabul edilir. Yahudilikte olduğu gibi Hristiyanlarda neslin devamını önemsemektedir. Evliliğin amacı İsa-Kilise birliğini sembolize etmesi, çoğalmak ve zinaya karşı korunmaktır (Aydın, 2020a, s. 2; Tekin, 2016, s. 247; Harman, 2015, s. 50; Ünal, 2012, s. 283).

Yahudilik ve Hristiyanlıkta çok evliliği yasaklayan bir hüküm yer almamaktır. Hristiyanlık, kiminle evlenenileceğine dair hükümlere yer vermiş, farklı din mensubu kişilerle yapılacak olan evliliğe sert bir şekilde karşı çıkmış ve bu tarz evlilikleri geçersiz saymıştır (Öğüt ve Ali, 2020, s. 1; Tekin, 2016, s. 250; Topçuoğlu, 2010, s. 88). Hristiyanlıkta ailenin ataerkil bir yapıda şekillendiği söylenebilir. Havva'nın Âdem'in cennetten çıkarılmasına sebep olduğu inancıyla ailede hâkimiyet erkeğe verilmiştir. Kadın evlendiğinde eşin kontrolüne geçer (Harman, 2015, s. 50; Topcan, 2010, s. 19).

Evliliğin en önemli özelliği bozulamaz olmasıdır. Evlenince iki insanın tek insan haline gelmesi, evliliğin İsa-Kilise birliğini sembolize etmesi, nikah esnasında rahibin elini gelin ve damadın başına koyarak kutsal ruhu bu birlikteliğe çağırması nedeniyle bozulmazlığı kabul edilir (Ünal, 2012, s. 300). Zina ve fuhuş yasaklanmıştır. Boşanma Hristiyanlıkta tasvip edilmemektedir. Eşinin zina yapması dışında kocasının

eşinden ayrılıp başka bir evlilik yapması zina ile eşdeğer görülmüştür (Aydın, 2020a, s. 3; Hasanow, 2020, s. 2; Harman, 2015, s. 51;).

Hristiyanlık açısından ele alınması gereken diğer bir nokta ise Katoliklerde ruhban sınıfının evlenmemesidir. Ailenin fonksiyonlarından biri olan cinsellik ise bu yükselişin önünde bir engel kabul edilmiştir. Meryem'in bakire olması ruhbanların evlenmemesi inancını pekiştirmektedir (Tekin, 2016, s. 251). Kilisede evlenmek gelenek değil, imanın gereklerinden biri olarak görülür. Evlilik hukukunu düzenleme yetkisinin kilisede olması, kiliseye büyük bir güç sağlamaktadır (Ünal, 2012, s. 289).

Aileye dayanan bir din olan Şintoizm'de aile kültü önemlidir. Aile babası, aynı zamanda cemaatin dini lideridir. Konfüçyanizmin aileye etkisi oldukça büyüktür. Ahlak sisteminde yer alan anne-babaya itaat, sadakat ve hürmet yüzyıllar boyunca Japon ailesine etki etmiştir (Şenavcu, 2015, s. 45). Hinduizim'de evlilik en önemli ritüellerden biri kabul edilmektedir. Eş seçimi cemaate karşı dini bir görev olarak kabul edilmektedir. Dolayısıyla eş seçiminde duygusallık, bireysellik ve kişisel tercihler söz konusu değildir (Şeker, 2015, s. 251). Budizim'de Nirvana'ya ermek ancak evlilikteki arzu ve heveslerden korunarak mümkün olabilmektedir (Tekin, 2016, s. 260). Keşişler için saflık yemini ve özgürlük arayışından uzaklaştırma ihtimali barındırdığından dolayı cinsellik yasaklanmıştır. Bununla birlikte, Budizim'de aileye rehberlik yapılabilmesi için Budist kurumlara başvurulması istenir. Budist ailesinde erkek evin yöneticisidir ve kadında erkeğin malıdır (Şeker, 2015, s. 251).

1.3.3. Maneviyat

Bir dine bağlanmayı seçmek ya da seçmemek bireyi, hayatının pek çok alanında etkileyen bir olgudur. Son yıllarda din ve maneviyatın kişilerin hayatını nasıl etkilediğiyle ilgili pek çok çalışma yapılmıştır. Haugh (1998, s. 183), maneviyatın bireyin hayatını dört boyutta etkilediğini söylemiştir. Bunlar: Bilişsel Boyut: olay ve durumların yorumlanması, geçmişi kabul, şu ana verilen değer ve geleceğe dair taşınan umut. Davranışsal Boyut: Bireysel ve toplulukla birlikte yapılan dini ritüeller. Duygusal Boyut: umudun artması, sevgi, bakım ve güvenlik. Gelişimsel Boyut: maneviyat dolu bir hayat yaşayanların öğretileriyle yaşam deneyimlerini bütünleştirme fırsatıdır.

Yakın döneme kadar dini inanç ve uygulamalar belli bir çerçevede ele alınmış, ancak yaşanan değişimler insan-kutsal varlık arasında farklı yaklaşımların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Aydınlanma ile birlikte gelen sanayileşme, küreselleşme, sekülerleşme, postmodernizimle yaşanan değişimler ve New Age akımıyla birlikte din ve maneviyat kavramlarına yeni anlamlar yüklenmiştir (Düzgüner, 2016, s. 12; Huss, 2014, s. 50; Mirza, 2014, s. 45; Zinnbauer, 1997, s. 550). Günümüze gelindiğinde maneviyatın kutsal metin ve geleneksel ibadete atıf yapan din merkezli anlayıştan, kişisel tecrübeyi esas alan insan merkezli bir kavrayışa evirildiği görülmektedir (Mehmedoğlu.A.U., Mehmedoğlu,Y., 2012, s. 149).

Maneviyat kavramı Latince "spiritus" tan gelmiştir. Geniş anlamıyla "nefes almak, canlı olmak" anlamına gelen maneviyat, bireyin kendisi ve diğerleriyle ilişkisi, evrendeki konumu ve yaşamın anlamı üzerinde düşünme ve kabul etme çabasıdır (Şirin 2019, s. 390; Çetinkaya vd., 2007, s.47;). Maneviyat, aşkın varlıkla yakın bağ/ilişki, doğayla bağlantıda olma, içsel bütünlük, anlam arayışı, insan ve metafizik sistem arasındaki çok yönlü bağlantı, içsel huzuru ve anlamı bulma, gündelik yaşamı aşan ve bireye anlam ve amaç veren her şey, nihai ilginin kişisel ifadesi (Dawson, 2008, s. 15; Emmons, 2008, s. 134; Mask, 2004, s. 14; Quattlebaum, 2002, s. 3) olarak tanımlanmıştır. Maneviyat kavramı dinin önemli bir bileşeni olmakla birlikte dini inançla sınırlandırılamayan geniş bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Maneviyatın kesin olarak bir dinle bağlantısı olabileceği gibi herhangi bir dini inançla bağlantısı olmadan da ortaya çıkabilmektedir. Bireyin manevi boyutları tecrübe etmesi için mutlaka bir dini inancının olması gerekmemektedir (Şirin 2019, s. 390; Çetinkaya vd 2007, s. 47).

Çok boyutlu bir yapıya sahip olması, tanımların birbirinden farklı ve sınırlayıcı olması, farklı boyutlarının öne çıkarılarak tanımlanması nedeniyle maneviyat kavramının üzerinde uzlaşma sağlanmış tek bir tanımı olduğundan söz etmek mümkün değildir. Tanımdaki belirsizlik hem Batı'da hem de ülkemizde aşılamamıştır (Düzgüner, 2013a, s. 99; Salender, 2006, s. 648; Emmons ve Paloutzian, 2001, s. 108).

Maneviyat tanımı noktasında henüz bir ittifak sağlanamamış olsa da maneviyatın dinden farklılaştığı ve tanımının değiştiği noktasında bir ittifaktan söz

edilebilir. Günümüzde din ve maneviyat kavramlarıyla ilgili çalışma yapan araştırmacılar maneviyatı genel olarak iki farklı şekilde ele almaktadır. Kimi araştırmacılar maneviyatı dinden ayrı tanımlarken, kimi ise dinle ortak noktaları üzerinde durmaktadır (Rio ve White, 2012, s. 76; Schlehofer ve diğ., 2008, s. 410; Crips, 2009, s. 8). Geleneksel maneviyat tanımında din kapsayıcı bir kavram olarak ele alınmış ve maneviyatla din birbirinden ayrı tanımlanmamıştır. Din ve maneviyat terimi birbiri yerine kullanılmıştır. 19.yy. sonrasında dinden farklılaşmaya başlayan, dinin zıt kutbunda yer alan maneviyatın bu değişimi maneviyat tanımının modern yüzü olarak kabul edilmiştir (Zinnbauer vd., 2013, s. 64; Nelson, 2009, s. 8). Dindarlık ve maneviyat kavramsal olarak ilişkili olsa da aynı şey değillerdir. Dindarlığın manevi bir bileşeni vardır, maneviyatın olması içinse her zaman aşkın bir varlığa belli sınırlar çerçevesinde inanmaya gerek yoktur (Djuric, 2009, s. 553).

Türkiye, maneviyatın son dönemlerde kazandığı yeni anlam bakımından Batı'dan farklılık göstermektedir. Son yıllarda Batı'da maneviyat dinden farklı bir anlam kazanmış olsa da ülkemizde var olan kültürel yapı, İslam'da din ve maneviyatın yakın bir ilişki içerisinde olması nedeniyle ikisi arasındaki ayrım Batı'daki kadar keskin değildir. Yapılan araştırmalar Türk halkının din ve maneviyatı birbiri ile ilişkili kavramlar olarak algıladıklarını ortaya koymuştur (Kılınçer, 2017, s. 83; Düzgüner, 2016, s. 23; Bedel, 2009, s. 192; Türkyılmaz, 2008, s. 86).

Çalışmamızda maneviyat, hem geleneksel hem de modern tanımlarıyla yer almaktadır. Çalışmamızda kullanmış olduğumuz Satir Yaşantısal Aile Terapisi Modelinde yer alan maneviyat kavramı evrensel anlamda dini de içeren fakat ortaya çıkması için dinin bir gereklilik olmadığı maneviyata karşılık gelmektedir. Terapinin özünde olan maneviyat kavramının kapsamından ilgili bölümde söz edilmiştir. Ülkemizdeki örneklemde çalışırken terapiye dâhil ettiğimiz maneviyat kavramı ise dinle yakından ilişkili olan geleneksel maneviyat tanımını içermektedir. Dolayısıyla Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinde hem Satir aile terapisinin doğasında var olan modern maneviyat kavramı hem de ülkemizde daha baskın olarak görülen geleneksel maneviyat birlikte yer almaktadır. Evrensel maneviyat tanımı terapinin doğasında varken, din ile yakından ilişkili olan maneviyat boyutu terapiye araştırmacı

tarafından dâhil edilmiştir. Danışanlarla yapılan mülakat ve uygulamalarda sözü edilen maneviyat kavramı dinle yakından ilişkili olan maneviyattır.

1.3.3.1. Din ve Maneviyatın Evlilik ve Aile Üzerindeki Etkileri

Din ve maneviyat, fiziksel ve ruh sağlığını etkilediği gibi bireyin başkaları ve aile üyeleriyle nasıl bir ilişki kuracağı noktasında da belirleyici olmaktadır (Rucu ve Turliuc, 2011, s. 83). Özellikle son yıllarda din ve maneviyatın evlilik ve aile hayatı üzerindeki etkilerini araştıran çalışmaların sayısı artmıştır (Mask, 2004, s. 128; Coffey, 2001, s. 180). Mahoney (2010, s. 18) yaptığı çalışmada 1999-2009 yılları arasında evlilik, aile, din ve maneviyatla ilgili yapılan 184 bilimsel araştırmayı incelemiş ve din ve maneviyatın evlilik ve ebeveyn-çocuk ilişkisini olumlu-olumsuz nasıl etkilediğini analiz etmiştir. Çalışmalar, din ve maneviyatın evlilik ve ailenin oluşum, sürdürme ve ilişkilerdeki dönüşüm, doğurganlık, evlilik doyumu, çatışma, boşanma, şiddet, aldatma, ergenlik dönemi, hamilelik ve ailenin problemlerle başa çıkma becerileri noktasında etkili olduğunu göstermektedir.

Başka bir araştırmada da 1978-2015 arası yapılan bilimsel çalışmalar analiz edilmiş ve benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Din ve maneviyatın evlilik ve aileyi doğrudan ya da dolaylı yollarla etkilediği, eşler arası bağın güçlenmesi, aynı öz etrafında buluşma, iletişim kurulan alanların artması, birlikte dini aktivitelere katılma ve sosyalleşme, problemler karşısında ailenin psikolojik sağlamlığının artması, evliliği ve aileyi bir arada tutması gibi pek çok alanda evlilik ve aileye katkı sunduğu tespit edilmiştir (Glidden, 2016, s. 111).

Yine, din ve maneviyatın bireylerin eş tercihi, eş ve aileleriyle yaşadıkları problemleri çözme yöntemleri, duygu düşünce, davranış ve tutumlarını etkilediğini ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Jafari, vd., 2015; Balkanlıoğlu, 2014; Fard, vd., 2013; Mahoney ve Tarakeshhwar, 2013). Dindarlık ve maneviyatın eşler arasındaki sorunların çözümü, karşılaşılan problemlerle başa çıkma becerileri, affetme, aile bireyleriyle olan ilişkinin sağlıklı olmasında olumlu bir rol oynadığına dair araştırmalar da yapılmıştır (Ağırbaş, 2017; Karabacak, 2015; Bayer, 2013a; Lambert ve Dollahite, 2006; Valiante, 2003;).

Literatürde çoğunlukla din ve maneviyat aile bütünlüğü, evlilik doyumu ve ilişkilerini olumlu yönde etkilediğine dair araştırmalar olmakla birlikte az sayıda da olsa yanlış/farklı din-maneviyat algısı ve dini yaşama biçimindeki farklılıkların eşler arasında çeşitli problemlere neden olduğunu ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur. Yanlış dini algılar, dini bilgideki eksiklik, dini yaşayıştaki ve dindarlık algılarındaki farklılıklar zaman zaman eşler arasında sorun oluşturabilmektedir. Bu durum eşlerde olumsuz davranış ve uyum problemlerine neden olmakta, eşlerin evlilik doyumunu azaltmaktadır (Yapıcı, 2019, s. 106; Şirin, 2018, s. 704; Belen, 2014, s. 226;).

Türkiye'de din ve maneviyatın aile üzerindeki etkileriyle alakalı yapılan çalışmalar son yıllarda artmakta birlikte yeterli sayıda değildir. Türkiye'de yapılan çalışmalarda öncelikle İslam'ın evlilik ve aileyle olan ilişkisinin araştırıldığı görülmektedir. Bu bağlamda, dinin aileye katkısı (Tuncay, 2020), aile içi şiddet (Bayer, 2013a; Topcu, 2015; Öztürk, 2008), aile ve akrabalık ilişkilerinden kaynaklanan problemler (Şahin, 2009), aile içi problemler (Araz, 2007), İslam aile hukuku ve çağdaş problemler (Savadago, 2018), aile içi anlaşmazlıklara çözüm önerileri (Bayar, 2011) konuları çalışılmıştır. Yine, aile ve çocuk ilmihallerinin değerlendirilmesi (Öztürk, 2019a), kimlik oluşumunda dinin rolü (Daşkıran, 2009; Aslan, 2014), özel eğitim gereken çocuklar ve ailelerinde dini tutum (Turan, 2009) çalışılan konu başlıklarındandır.

Büyük, (2019), dindarlık ve cinsel mitlere inancın evlilik doyumuna etkisini, Balcı Arvas (2017), dindarlığın evlilik doyumu ve sorun çözmeyle ilişkisini çalışmıştır. Ergeshkyzy (2012), aile içi rollerin manevi yaklaşımla ele alınması, yaşam döngüsünde dindarlığın etkileri (Selman, 2017), dindarlık ve evlilik uyumu (Geçioğlu ve Kayıklık, 2019), parçalanmış aile çocuklarının dini tutumu (Boyar, 2012), aile içi iletişime manevi yaklaşım (Belen, 2010) ile ilgili çalışmalar da literatürdeki yerini almıştır.

Özetle, yapılan çalışmalar din ve maneviyatın evlilik ve aile üzerinde genel olarak pozitif etkileri olmakla birlikte az da olsa negatif etkilerinin de olabildiğini ortaya koymuştur. Bu bağlamda, manevi yönelimli aile danışmanlığı modeli oluşturulurken aile bireyleri ve eşler üzerinde din ve maneviyatın olumlu ve olumsuz

etkilerini aile terapisi sürecinde bütüncül olarak ele almayı, olumlu etkilerin arttırılmasının yanı sıra olumsuz etkilerin de azaltılması amaçlanmıştır.

1.3.3.2. Aileye Yönelik Dini/Manevi Uygulamalar: Aile ve Dini Rehberlik Büroları

Türkiye de dindar bireyler yaşadıkları problemler karşısında çözüm bulabilmek için öncelikle din ve dinin sunduğu kaynaklara başvurmaktadırlar (Kılınçer, 2019, s. 103) Başbakanlık Genelgesi'nde 2006/17 Diyanet İşleri Başkanlığı (DİB) şiddetin önlenmesi, bilincin artırılması, rehberlik hizmetleri, töre ve namus cinayetlerinin önlenmesinden sorumlu kuruluşlardan biri olarak tanımlanmıştır (Şen, 2010, s. 15). Başkanlık toplumun dini açıdan aile hakkında doğru bilgilendirme, aile bireylerinin sosyo-ekonomik ve kültürel değişimler nedeniyle karşı karşıya kaldığı riskler ve yeni sorun alanlarıyla ilgili dini bilgi ve manevi kaynaklarla güçlendirilmesinden sorumludur. Yine, maddi ve manevi açıdan yardıma ihtiyaç duyan ailelere dinin onarıcı ve hayata bağlayıcı gücüyle destek verme noktasında sorumluluk üstlenmiştir (Erbaş, 2019, s. 14). Başkanlık bünyesinde şiddetin önlenmesi, kadın haklarının korunmasıyla ilgili projeler yapılmış, Alo Fetva hatları kurularak bireylerin soru ve sorunlarına çözüm üretilmeye çalışılmıştır. 2003 yılından itibaren ailenin korunması ve aile içinde oluşan sorunların çözümü için Aile ve Dini Rehberlik Büroları kurulmuştur (Aybey, 2015, s. 106; Genç, 2013, s. 153; Güler, 2010, s. 58).

Aile ve Dini Rehberlik Bürolarında (ADRB) görev yapan personele her yıl alanında uzman kişiler tarafından hizmet içi eğitim verilmektedir. Burada görev alan uzmanlar aile içi sorunlar, şiddet, aldatma, ayrımcılık, insan hakları, bağımlılık, yanlış dini algıları düzeltme gibi pek çok konuda hizmet sunulmaktadır (Yıldız, 2011, s. 12). Bu merkezlerde 2016 yılından itibaren resmi olarak ADRB vaizleri görev yapmaktadır ve günümüzde 81 il ve 304 ilçede hizmet sunulmaya devam etmektedir (Karagöz ve Böke, 2020, s. 19).

Türkiye genelinde ADRB'ye başvuran kişiler yoğun olarak aileyle ilgili soru ve sorunlara cevap aramaktadır. Aile içi iletişim, şiddet, aldatma, en sık başvuru yapılan alanlardır (Kocaoğlu, 2016; Özdemir, 2013; Çiftkat, 2011; Yıldız, 2011; Şen, 2010;

Şahin, 2010;). Sorulan soruların içeriğine bakıldığında aile danışmanlığının alanına giren konuların yanı sıra bireysel terapiyle alakalı konularla ilgili destek talep edildiği de anlaşılmaktadır. Bu bağlamda ADRB ile aile danışmanlarının disiplinler arası çalışma yapmasının gerekliliği bir kez daha ortaya çıkmaktadır (Kılınçer, 2019, s. 108).

ADRB'nin yürüttüğü çalışmalar "aile" üzerine odaklanmıştır. Merkezde görünüm itibariyle birbirinden farklı ancak özünde aynı amaca hizmet eden pek çok çalışma yürütülmektedir. Aile ve Dini Rehberlik Merkezleri aileye dair çatışma ve sorunlara manevi açıdan çözüm bulmayı amaç edinmiştir. Sadece sorunların oluşması değil, sorunları önleyici çalışmalar da yapılmaktadır. Merkezin asıl amacı ailelerde huzur ve mutluluğun korunmasına yardım etmektir. Manevi açıdan sorun yaşayan aileleri destekleme ve manevi iyilik hallerini koruma noktasında hizmet sunulmaktadır (Karagöz ve Böke, 2020, s. 20).

2013 yılında Aile İrşat Bürosunun adı, Aile ve Dini Rehberlik Bürosu olarak değiştirilmiştir. 2011 yılında Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığıyla imzalanan protokolle birlikte ADRB büroları aktif bir şekilde hizmete başlamıştır. Personel bu kapsamda sevgi evleri, kadın konukevleri ve yaşlı bakım evlerinde de hizmet sunmaya devam etmektedir (Düzgüner ve Ayten, 2020, s. 63).

ADRB çalışmalarında aile birliğinin desteklenmesi, sorunların çözümüne katkı sağlama, çağın getirdiği değişim ve dönüşümlerin farkındalığıyla aile ve bireyin yaşadığı sorunlara ve aileyi ilgilendiren manevi içerikli soru ve sorunların çözümüne katkı sağlamayı hedeflemektedir. Bu hizmetlerin yanı sıra Sosyal Hizmet Kurumlarının desteği ile yaşamını sürdüren kadın, çocuk, genç ve yaşlı bireylere manevi destek hizmeti sunma, ailenin korunması ve güçlendirilmesi, aile yapısı ve sorunları ile ilgili araştırma yapma, gerektiğinde diğer kurum ve kuruluşlarla işbirliği içine girerek danışanları, ilgili birimlere yönlendirme amaçlanmaktadır (Karagöz ve Böke, 2020, s. 21-22).

Ülkemizde hem manevi danışmanlık ve rehberlik hem de ADRB'de yürütülen hizmetlerde görev yapan uzmanların aldıkları hizmet içi eğitim pratik müdahalelerde yetersiz kalmaktadır. Eğitimin, ağırlıklı olarak teorik çerçevede ilerlemesi, eğitim

alanların süpervizyon desteği alamaması, eğitim içeriği ve süresi nedeniyle uzmanlar sahada zorlandıklarını ifade etmişlerdir (Kılınçer, 2019, s. 139; Ağılkaya Şahin, 2018, s. 28).

Alan yazında, Aile ve Dini Rehberlik Bürosu (ADRB) aile ve din kapsamında önümüze çıkan diğer bir çalışma alanıdır. ADRB faaliyetleri ve başvuran kişilerin uzmanlara yönlendirdiği sorular ve bu soruların gruplandırılması son yıllarda yoğun olarak çalışılmıştır (Kurt, 2019; Genç, 2015; Yılmaz, 2012; Çiftkat, 2011; Şahin, 2010). Yine ADRB'ye gelen soruların içeriğinden çıkarılan boşanma nedenleri (Aybey, 2015), aile ilişki problemleri (Yıldırım, 2019), aile içi çatışma (Karabacak, 2015), aile hayatının sosyolojik analizi (Şen, 2010) üzerine çalışmalar yapılmıştır. Bazı araştırmalarda ise ADRB uzmanlarının psikososyal sorunlara yaklaşımı (Angın, 2016), mesleki algıları (Topuz, 2015), din görevlilerinin aile yapısının (Erdiç, 2011) nasıl olduğuna odaklanılmıştır. Kılınçer, (2019) ADRB uzmanlarının aile danışmanlığı hakkındaki algı ve tutumlarını ele almıştır. Çalışmada, manevi desteğin kapsam ve içeriği, kullanılan teknik ve yöntemler, hizmet içi eğitime yönelik değerlendirmeler, mesleki yeterlilik konuları ele alınmıştır. Aile danışmanlığında din ve maneviyat boyutunun ele alındığı deneysel bir alan çalışması yapılmamıştır. Araştırmamız, bu özelliğiyle alanda yapılan ilk deneysel çalışmadır.

İKİNCİ BÖLÜM

2.MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞI MODELİ

Çalışmanın bu başlığı altında öncelikle maneviyat yönelimli aile danışmanlığına niçin ihtiyaç duyulduğunun üzerinde durulacaktır. Daha sonra, maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinde kuram ve metot olarak kullanmış olduğumuz Satir Aile Terapisi genel çerçevesiyle tanıtılacaktır. Satir yaklaşımında yer alan maneviyat boyutu bu çerçevede ele alınacak, sonra sırasıyla maneviyat yönelimli aile danışmanlığının dayandığı temellerle Satir Aile Terapisinden alınarak kullanılan tekniklere değinilecektir. Son olarak dini-manevi kaynakların terapide nasıl kullanıldığına dair kısa örnekler verilecek, manevi yönelimli aile danışmanlığı modelinin geliştirimesi, genel kapsamı ve seans akışıyla ilgili bilgiler verilerek kavramsal ve kuramsal çerçeve sonlandırılacaktır.

2.1. MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞININ ÖNEMİ VE GEREKLİLİĞİ

Din ve maneviyat birçok kişi için oldukça önemlidir ve hayatlarının bütün alanını etkilemektedir. Yapılan pek çok araştırma din ve maneviyatın, kişinin hem fiziksel hem de ruh sağlığını olumlu-olumsuz yönden etkilediğini ortaya koymuştur (Ayten, 2015, s. 21; Salsman ve Carlson 2004, s. 119; Sheldrake, 2010, s. 368). Din ve maneviyat ile kanser olma oranı ve kanser hastalarının ağrı ve iştahsızlığı, madde kullanımı, despresyon, intihar, aksiyete, obsesif-kompulsif bozukluk (OKB) arasında negatif bir ilişkinin olduğu ortaya konmuştur (Bonelli ve diğ., 2013, s. 228; Carroll, 2001, s. 81; Gürsü, 2011, s. 66; Güven, 2008, s. 225; Stein ve diğ., 2015, s. 20; Yazgan, 2014, s. 128). Yine yapılan araştırmalar din ve maneviyat ile umudun artması, iyi oluş, özgüven, hayat memnuniyeti arasında pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Ayten, 2015, s. 22; Koening, 2008, s. 20; Mutluer, 2006, s. 141; Myers, 2000, s. 75). Din ve maneviyatın bireyin psikolojik ve fiziksel sağlığını genel olarak olumlu yönde etkilemekle birlikte fiziksel ve ruhsal sağlığıyla arasında olumsuz bir ilişki olduğunu ortaya koyan çalışmalar da vardır (Aynacı, 2018, s. 31; Dein, 2014, s. 746; Horozcu, 2010b, s. 227).

Din ve maneviyat, fiziksel ve ruh sağlığını etkilediği gibi bireylerin evlilik, aile ilişkileri, duygu, düşünce ve beklentilerini de etkilemektedir. Din, evliliğe yapılan yatırımları arttırmış, evliliğe zarar verici tutum ve davranışları engellemiş, çiftleri evlilik ilişkisine daha olumlu bakmaya yönlendirmiş, ortaya koyduğu değer, norm ve sosyal destekle evlilik ve ailenin sağlıklı bir şekilde devamını sağlamıştır. Din, doğrudan müdahalelerinin yanı sıra evlilik ve aileyi dolaylı olarak da etkilemektedir. Dini inanç ve uygulamalar, dinin sağladığı sosyal destek alanı kişinin psikolojik iyilik halini arttırmakta, bu da evlilik ilişkisine olumlu şekilde yansımaktadır (Wolfinger ve Wilkon, 2008, s. 1). Din ve aile arasındaki karşılıklı ilişki ve etki aileyle ilgili çalışan birçok disiplinin dikkatini çekmiştir. Özellikle son yıllarda din ve maneviyatın aile üzerindeki etkilerinin ne olduğunu araştıran çalışmaların sayısı artmıştır (Daneshpour, 1998, s. 356).

Dinler, özelde İslam çiftleri ortak bir hayat vizyonuna sahip olma ve ahlaklı bireyler olma noktasında desteklemektedir. Bir çatışma ortaya çıktığında çiftler çatışmanın nasıl çözümlenebileceğine dair dini kaynaklara başvurmaktadır. Birlikte yapılan dini ibadetler, çiftlerin birbirine dua etmesi, öfkeyle nasıl başa çıkılacağına dair öğütlerin dini kaynaklarda yer alması ve affetmenin teşvik edilmesi evlilik birliğinin korunması ve devamını sağlamaktadır (Alshugairi, 2010, s. 268). Dini pratiklere düzenli katılımın sağlıklı ve düzenli aile hayatı, güçlü evlilik ve ahlaklı çocuk yetiştirmeyle ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalar literatürde yer almıştır. Dinin, aile içi şiddet, bağımlılık, suç ve yalnızlığın azalması, psikolojik ve fiziksel sağlığın korunması üzerinde de etkisi olduğu görülmüştür (Fagan, 2016, s. 1).

Araştırmalar dindarlığın evlilik uyumunun en güçlü göstergelerinden biri olduğunu, evlilikteki bağlılık ve istikrarı arttırdığını ortaya koymaktadır (Chung, 2013, s. 3). Yine, dindarlığın ailenin dayanıklılığını arttırdığı, yaşanan krizlerin aşılmasını kolaylaştırdığı, ergenlikteki uyumsuz davranışları azatlığına dair alan yazında araştırmalar yapılmıştır (Hodge, 2000, s. 217)

Dini bağlılık, inanç ve uygulamaları birbirine benzer olan çiftler ayrı olanlara oranla daha fazla bireysel iyi oluş, daha fazla ilişki tatmini ve daha az çatışma ve boşanma oranına sahiptir (Walsh, 2010, s. 334). Nelson, yaptığı araştırmada çiftlerin

dini bağlılık ve inançla ilgili ciddi ayrılık ve uyumsuzluklarıyla uyumsuz başa çıkma ve düşük evlilik doyumu arasında güçlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Nelson, 2008, s. 32).

Son yıllarda yapılan çalışmalar dinin aile hayatını birçok şekilde doğrudan ya da dolaylı olarak etkilediğini, dinin evlilik ve ebeveynlik işleviyle ilgili önemli bir etmen olduğunu ortaya koymaktadır (Mahoney ve Tarakeshwar, 2013, s. 361). Ebeveynle kurulan ilişki/bağlanma şeklinin Tanrı ile kurulan bağlanma şeklini etkilediğine dair araştırmalar vardır (Solmuş, s. 2010, 387). Bu bağlamda, sağlıklı bir terapi süreci yürütebilmek için kendilerini dindar olarak tanımlayan ailelerle çalışırken din ve maneviyat boyutlarını terapi çerçevesinde ele almak gerekmektedir.

Ruh sağlığı çalışanları, maneviyatı terapötik sürece dâhil etmekte zorlanmakta ve belirsizliğe düşmektedirler. Bazı ruh sağlığı uzmanları din ve maneviyatın başa çıkma, iyi oluş ve iyileşmeye katkı sağlamayacağını söylerken bazıları danışan tarafından istendiği takdirde dahil etmenin yararlı olacağını savunmaktadır (Ayten, 2018, s. 118).

Aile danışmanlığında din ve maneviyat boyutunun dahil edilmesiyle alakalı bir diğer nokta da aile danışmanlığı almak isteyen çift ve ailelerin bunu talep edip etmediğidir. Ağırbaş (2017, s. 100), 20 evli bireyle yaptığı nitel bir çalışmada katılımcıların büyük çoğunluğunun aile danışmanlığında din ve maneviyat boyutunun olmasını istedikleri sonucuna ulaşmıştır.

Özellikle ülkemizde maneviyata dair bilimsel çerçeveden, müdahale tekniklerinden uzak uygulamaların varlığı terapistlerin maneviyat boyutundan kaçınmalarının nedenlerindendir (Yaman, 2019, s. 39). Terapistlerin dindar olan ya da dini açıdan farklı olan danışanlarla çalışırken danışanların dini inanç, değer, norm ve beklentilerini anlayabilmeleri için doğal olarak kendilerinde olan yetkinliğin dışında buna yönelik eğitim ve süpervizyon almaları gerekmektedir (Messina, 2008, s. 104).

Aile terapistlerinin, ailenin dini inançlarının bakış açılarını ve aile hayatını nasıl etkilediğini bilmesi hem aileyi anlaması hem de doğru müdahalede bulunabilmesi noktasında oldukça önemlidir. Terapistin, kültürel ve dini yapıyı dikkate almadan

aileyle çalışması aile yapısıyla ilgili yanlış anlaşılmalara yol açmaktadır. Bununla birlikte yapılan bu tür müdahaleler ailenin, terapistin girişimlerini yanlış yorumlama ve terapiden kopmalarına neden olmaktadır. Terapinin etkiliği ve devamlılığı için ailenin dini inancının bireyler ve aile üzerindeki etkileri dikkate alınmalıdır (Daneshpour, 1998, s. 366).

Aile terapistlerinin dindar ailelerle çalışırken unutmamaları gereken nokta, aile içinde ortaya çıkan problemin algılanışı, değişim noktasında arzu edilen yön, dini inanç ve kültür tarafından güçlü bir şekilde biçimlendirildiğidir. Müslüman dindar ailelerle çalışırken İslami düşünce sistemi çerçevesinde cinsiyet ilişkileri, aile hayatı, evlilik ve boşanmayla ilgili temel kural ve inanışlar terapi sürecine dahil edilmelidir (Daneshpour, 2015, s. 133). Terapistler, bu bağlamda danışanlarının görüş ve inançlarını daha iyi anlayabilmek ve etkili bir müdahale yöntemi için özellikle büyük dinler ve çalışmış oldukları kişilerin dini inançları hakkında bilgi edinmeye ve kendilerini geliştirmeye çalışmalıdır (Nickles, 2011, s. 30).

Walsh, dindar ailelerle çalışırken terapistlerin izlemesi gereken süreci şu şekilde özetlemiştir: öncelikle danışanların manevi kaynak ve pratikleri saygı çerçevesinde araştırılmalıdır ve din ve maneviyatın danışanların başa çıkma becerilerini nasıl etkilediği belirlenmelidir. Daha sonrasında problem çözme becerilerine etki eden, acı çekmeye katkıda bulunan ve başa çıkmayı zorlaştıran yanlış dini ve manevi algılar olup olmadığı (Tanrıya duyulan öfke, suçluluk, günah ve ahiret hakkında endişe, manevi boşluk vb) araştırılmalıdır. Yine dini inanış ve anlayış farklılığından doğan sorunlar belirlenmelidir. Danışanların dini kaynaklardan yardım alınarak eşler arsında affetme, merhamet, ilişkisel uzlaşma sağlanmalıdır. İyileşme ve problemlerin çözümü için danışanların geçmiş, şimdiki ya da mevcut olan manevi ve dini kaynaklarından yararlanılmalıdır (Walsh, 2010, s. 334).

2.2. MANEVİİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞININ KURAMSAL YAPISI

Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modeli kuramsal olarak yaşantısal aile terapilerinden olan Satir dönüşümsel sistemik aile terapisine dayanmaktadır. Araştırmacı tarafından Satir aile terapisine İslam'da yer alan manevi kaynaklar entegre edilerek manevi yönelimli bir model geliştirilmiştir. Bu başlık altında öncelikle Satir dönüşümsel sistemik aile terapisinin kuramsal yapısı ve teknikleri tanıtılacak, Satir aile terapisinde yer alan maneviyat boyutuna değinilecektir. Daha sonra ise İslam'da yer alan ve araştırmacı tarafından seanslara dahil edilen manevi kaynaklara yer verilecek ve seanslarda hangi bağlamda, nasıl kullanıldıklarına dair somut örnekler sunulacaktır.

2.2.1. Satir Dönüşümsel Sistemik Aile Terapisi

Satir aile terapisi insancıl, varoluşçu, sistemik, bütüncül ve yaşantısal bir model olarak aile terapileri arasında yerini almıştır. Satir Aile Terapisi, patoloji odaklı yaklaşımların öne çıktığı bir süreçte patolojik ve hiyerarşik yaklaşım yerine patolojiden uzak gelişimsel bir model önermiştir. Satir, bireysel ve kişilerarası sistemde olumlu yönelimli değişimin her zaman mümkün olacağına inanmıştır. Terapide nihai amaç bireyi ve aileyi bütünlük ve ahenge ulaştırmaktır. Satir danışanın öz değerini yükseltme, etkili iletişim kalıpları kazandırma, seçenekler üretmesine yardım etme, duygu ve davranışlarının sorumluluğunu almasını sağlama ve aileyi işlevsel bir hale getirmeyi amaçlamıştır. Yapılan çalışmalar Satir aile terapisinin farklı kültürlere adapte edilebileceği ve etkili olduğunu ortaya koymuştur (Erker, 2017; Bentheim, 2005, s. 16;, s. 76; Innes, 2002, s. 47; s. 181; Pei, 2000, s. 71; Mook, 1997).

Terapi yaşantısal olma, olumlu yönelim, değişim odaklılık, sistemik olma ve terapistin kendini kullanması olmak üzere beş temel unsur üzerine bina edilmiştir. Satir psikoterapi ve aile terapisine özgün, dinamik ve dönüşümsel bir bakış açısı kazandırmıştır. Terapide meta/evrensel hedefler vardır. Bunlar: danışanın kendi seçimlerini yapabilmesini sağlama, duygu, düşünce ve davranışlarının sorumluluğunu alma, danışanların özleriyle temas haline geçmelerine yardım edip daha bütün (congruent) olmaları için desteklemedir. Hedefler olumlu yönelimli ve ulaşılabilir

olarak belirlenir. Hedeflere ulaşıldığında danışan ve aileyle birlikte belirlenen hedeflere ulaşılmış olur. Satir, bireylerin bütünlük ve uyum içinde olmasının nihai hedefi olduğunu söylemiştir (Banmen, J., ve Banmen, K. M.., 2014, s. 117; Haber, 2002, s. 28 Smith, 2002, s. 127).

Satir aile terapisi şekillenmeye başladığı andan günümüze kadar gelişim göstermiştir. Literatürde, Satir aile danışmanlığı gelişimine paralel şekilde farklı isimlerle adlandırılmıştır. 1960 yıllarında terapinin iletişim yönü ağır bastığı için *Temel Aile Terapisi (Conjoint Family Therapy) ve İletişim Modeli (Communication Model)*, 1970-80 arası İnsan Geçerleme Modeli (*The Human Validation Model)* olarak anılmıştır. Satir'in hiyararşik model yerine gelişimsel modeli tercih etmesiyle birlikte 1980 sonrasında Satir Modeli/Satir Gelişim Modeli (The Satir Model/Satir Growth Model) olarak literatürde yer almıştır. Günümüzde ise Satir Dönüşümsel Sistemik Terapi olarak adlandırılmaya başlanmıştır. Çalışmamızda literatürde kullanılan isimler arasından Satir Dönüşümsel Sistemik Model ve Satir Modeli/Terapisi'nin[1] kullanımı tercih edilmiştir (Erker, 2017, s. 76; Martinez, vd., 2011, s. 175; Banmen, 2009, s. 18). Viginia Satir'in hayatı ve mesleği ortaya koymuş olduğu kuramın şekillenmesinde etkili olmuştur. Bu nedenle Satir aile terapisi kuramını anlamak için Satirin hayatına kısaca göz atmak yararlı olacaktır.

2.2.1.1. Virginia Satir: Hayatı ve Mesleği

Küçük bir şehir kasabası olan Neillsville'de 1916 yılında doğan Satir, 5 çocuğun en büyüğüdür. Daha o yaşta "ebeveynleri araştıran bir çocuk dedektifi" olmaya karar verdiğini söylemiştir. İkiz erkek kardeşleri doğduğu için erken dönemde sorumluluk almıştır. Satir, ebeveynlerinin din üzerine çok tartıştıklarını hatırladığını söyler. Bu tartışmalara şahit olan Satir, önceleri dine karşı bir antipati beslemiş fakat daha sonra dine karşı çok katı bir tutumu olduğunun farkına varmıştır. Satir, ailesinde babasının isteği üzerine vaftiz edilmiş tek çocuktur. Samimi, sadık bir Hristiyan olan annesi Satir'i bir Hristiyan okuluna göndermiş ve Satir, orada dogmalarla birlikte

[1] Çalışmamızda kullanımı tercih edilen isim ve kavramların çevirileri ve kullanımında Satir İnsan Gelişimi ve Terapisi Enstitüsü kurucu ve eğitimcisi olan Sibel Erenel'in eğitim programında yer alan kitapçıklardaki kavramlaştırma ve çeviriler esas alınmıştır.

Tanrıyı sevmeyi öğrenmiştir. Satir, bu dönemde dini öğretilerin nevrotik bir şekilde insanlar tarafından kullanılmasıyla, dinin insana kutsal ve ilahi yaklaşımı arasında bir ayırım yapmıştır. Satir'in ilgi alanı dini inançlar değil, dini inançların insanların davranış ve başa çıkma süreçlerini nasıl etkilediğidir (Satir, 2017, s. 1; Banmen, 2002a, s. 3; Lee, 2001, ss. 18-19;).

Satir, çocukluğunda çok sık hasta olmuştur. 5 yaşında apandisit nedeniyle ölümün kıyısına gelmiştir. Satir'in annesi ilaçlara inanmadığı için kendisini hastaneye götürmemiştir. Kısa bir süre ciddi bir kulak enfeksiyonu geçirmiş ve işitme engelinin iyileşmesi 2 yılı bulmuştur. Satir, bunu telafi etmek için insanların nasıl iletişim kurduklarını gözlemlemiştir. Bu kazanımları Satir'in terapötik çalışmaları için oldukça önemli bir noktada yer almıştır (Haber, 2002, s. 26; Lee, 2001, s. 19, 20).

Satir, ilk profesyonel işi olan ilkokul öğretmenliği sırasında öğrencilerin performansını arttırmak için aileleri ziyaret etmiş ve yaşanan akademik başarısızlığın aslında çok katmanlı problemlerden kaynaklandığını fark etmiştir. Bu deneyim ebeveynlerin çocukları nasıl etkilediğini anlama noktasında Satir'in gözünü açmış ve onu psikiyatrik sosyal çalışmaların olduğu okula yönlendirmiştir. Satir, burada Medikal-psikanalitik modelin sadece hastalık-sağlık ile ilgilendiği ama sağlığın nasıl tekrar kazandırılacağıyla alakalı hiçbir şey yapmaması nedeniyle hayal kırıklığına uğramıştır. Patoloji yerine Satir, bireyin güçlülüğü ve kaynaklarına odaklanılması gerektiğini düşünmüştür (Banmen, J., ve Banmen, K.M., 2014, s. 118; Haber, 2002, s. 26).

Topluma farklı bir bakış açısıyla bakmayı başaran Satir, sistemle rekabet içine girmemiş fark ettiği eksiklikleri araştırmıştır. Bir atölye çalışmasında "*Uzmanlar benim ne yaptığımı fark ettiklerinde çok geç olacak*" diye nükte yapmıştır. 1955 yılında Chicago'da farklı bir eğitim programına katılmış ve aile dinamikleriyle alakalı ilk dersini burada almıştır. Satir, pek çok okul, fabrika ve hastanede daha çok kişiye ve alana ulaşmak için görev yapmıştır. 1950'li yıllarda şizofren teşhisi almış bireylerin aileleriyle ilgili bağımsız çalışmalar yürütmüştür. Bireylerle tek tek çalışmak yerine ailenin bütün bireylerini bir arada görmenin daha etkili olduğunu söylemiş bunu klinik

uygulamalarında da göstermiştir. Alanında çığır açan "Conjoint Family Therapy"[2] kitabı 1964 yılında yayınlanmıştır. Satir, 1964-1969 yılları arasında pek çok çalışma yürüttüğü Esalen Enstitüsünden ayrılmasıyla birlikte yeni gelişmeye başlayan Satir modeli daha belirgin hale gelmeye başlamıştır (Bentheim, 2005, s. 14; Haber, 2002, s. 25; Lee, 2001, s. 22-24; Mook, 1997, s. 179).

1969 yılından Satir'in ölümüne kadar Satir modelindeki gelişim ve yayılmayı üç farklı boyutta ele almak mümkündür. Bunlar: Satir'in insan, aile ve toplum hakkındaki inanış, görüş ve varsayımlarını dile getirmesi, Satir modelinin kişilerarası pratikler ve dünya görüşlerinin uluslararası düzeyde yayılması ve bu modelden faydalanılması, Satir modelinin biçimlenmesi, süreklilik ve yaygınlık kazanmasıdır (Lee, 2001, s. 25).

1965 yılında Satir iki kez boşanmanın ardından tekrar evlenmeme kararı almış ve kendini ideallerine adamıştır. Başta Esalen Enstitüsü olmak üzere pek çok yer ve ülkede aylar süren çalışma ve eğitimler yapmıştır. 1969 yılında dünya genelinde Satir'den eğitim alanların bir araya gelip çalışmalar yaptığı Güzel İnsanlar "Beautiful People" organizasyonunu kurmuştur. Daha sonra adı, *International Human Learning Resources Network* (IHLRN) olarak değişen enstitüde pek çok konuşma, grup ve sosyal etkinlikler yapmıştır. Terapistlerin eğitimi için, 1972 yılında Satir Aile Kampı "*Satir Family Camp*" kurmuş ve yönetmiştir. O kampta yemek yapma, doğa yürüyüşü ve çok severek yaptığı açık havada aile ilişkileri ve dinamiği çalışmaları yapmıştır (Banmen, J., ve Banmen, K.M., 2014, s. 129; Haber, 2011, s. 73; Lee, 2001, s. 25).

1972 yılında yayınlanan "Peoplemaking" kitabı[3] pek çok dile çevrilmiştir. 1976 yılında ABD ve Kanada dan 50 kişilik bir grup Satir'in eğitim çalışmalarına katılmıştır. Satir, üçlü çalışma grubu olan "triad"[4] oluşturmuş ve Satir modeli eğitimcileri tiriolarda yer almıştır. Satir'den eğitim alanlar daha sonra eğitim vermeye başlamıştır. 1980 yılından sonra Satir eğitimine Amerika, Kanada, Avrupa, Batı Amerika ve Asya'dan

[2] Kitap, Beyaz Yayınları tarafından *Temel Aile Terapisi* adıylaTürkçe'ye kazandırılmıştır.
[3] Kitap, Beyaz Yayınları tarafından "İnsan Yaratmak" adıyla Türkçe'ye çevrilmiştir.
[4] Trio: Üçlü, üç kişiden oluşan çalışma grubu. Satir aile terapisi eğitiminde terapist, danışan ve süpervizörden oluşan grup.

binlerce üye katılmıştır. Satir tarafından kurulmuş olan Avanta ve Süreç Topluluğu'na (Process Community) dünyanın her yerinden başvuru ve kayıt yapılmıştır (Haber, 2011, s. 73; Lee, 2001, s. 26-27).

Sonraki yıllarda Satir, bu modelden herkesin yararlanabilmesi için eğitim amaçlı videolar çekmiştir. Enstitü üyeleri arasında destek ve işbirliğinin artması için yıllık buluşmalar düzenlemiştir. 1985'ten sonra dünya huzuru Dünya Barışı "World Peace" çalışmalarını artıran Satir'in tarzı ve çalışmaları aile terapisti dışındaki alanlarda da ses getirmeye başlamıştır. Satir, ölümünden kısa bir süre önce 8 bini aşkın kişi ile Üniversitede ders yaptığını ve onların barış seansları (peace session) düzenlediklerini görmüştür. Yetenekli ve karizmatik bir klinisyen olan Satir, kısa bir süre sonra pankreas kanseri tanısı almış ve 1988 yılında 72 yaşında ölmüştür. Aile Terapisinde "Guru" olarak görülen Satir 50-60 yılları arasındaki tek kadın terapisttir. Satir, Nathan Ackerman, Don Jakson, Jay Haley, Murray Bowen, Gregory Bateson gibi dönemin pek çok önemli uzmanıyla birlikte çalışmalar yapmıştır (Haber, 2011, s. 72; Innes, 2002, s. 36; Lee, 2001, s. 28).

2.2.1.2. Satir Aile Terapisinde 5 Temel Unsur

Satir Dönüşümsel Sistemik Aile Terapisi 5 temel unsur üzerine oturtulmuştur. Terapinin yapısını daha iyi anlamak için temel unsurların ne olduğunu bilmek gerekir.

a) Terapi Sistemiktir

Toplum, birey ve aile içiçe ve birbirini etkileyen bir sisteme sahiptir. Sistemdeki herhangi bir tıkanma diğerlerini de etkiler. Sistem yapısında bir parça diğer bütün parçalarla ilişkilidir ve parçadaki değişim diğer bütün parçaları etkiler ve değiştirir. Ailede de benzer şekilde herkes ve her şey birbirini etkiler ve birbirinden etkilenir. Aileyi anlamak için çok yönlü birçok uyaranı ve bunların aile sistemi üzerindeki çok yönlü etkilerini anlamak gerekir (Innes, 2002, s. 39; Lee, 2001, s. 73).

Satir içpsişik (içsel) ve etkileşimsel (kişiler arası) sistemlerden söz eder. İçpsişik boyutu, içsel olarak gerçekleşen, davranış ve iletişime yol açan olaylar olarak tanımlamıştır. İç sistem duygular, duygular hakkındaki duygular, algılar, beklentiler,

özlemler ve Özden meydana gelir. Satir, iç sistemi buzdağı metaforuyla tanımlamıştır. İçsel deneyim oldukça etkileşimsel ve sistemiktir (Tekneci ve Bragg, 2014, s. 45; Banmen, 2002, s. 9; Smitt, 2002, s. 115; Lee, 2001, s. 45;).

Etkileşimsel sistem ise bireyin diğerleriyle kurduğu bağlantı ve ilişki olarak tanımlanabilir. Satir, etkileşimsel sistemde seçenekler kısıtlı olsa da içsel sistemde her zaman seçeneklerin olduğunu söylemiştir. Birey dış dünyayı her zaman kontrol edemese de içsel sistemde olaylarda nasıl başa çıkabileceğini belirleyebilir. En zor şartlar altında bile mutlaka bir seçenek vardır. Satir, Viktor Frankl'ın Nazi kampındaki zorlayıcı durumda bile seçenek oluşturabildiğini söylemiştir. Nazi kampındaki Frankl'ın dışsal olarak hiçbir seçeneği olmasada o olaylara karşı nasıl tepki vereceğine dair içsel seçenekleri olduğunu vurgulamıştır (Smitt, 2002, s. 116).

b) Terapi Yaşantısaldır

Geçmiş deneyimler ve onların birey üzerindeki etkileri yaşantısal olarak şimdi ve burada sürecinde çalışılmalıdır. Aynı zamanda danışan yaşam enerjisini şimdi ve burada hissetmelidir. Birey içsel olarak geçmiş olayları kabul edip, farklı bir şekilde algıladığında dönüşümsel değişim gerçekleşmiş olur. Terapist danışanla birlikte duygu, algı, beklenti, özlemler ve Öz üzerinde çalışır. Bu süreçlerde yapılan çalışma oldukça yaşantısaldır ve değişimi kolaylaştırır. Geçmişin danışan üzerindeki olumsuz etkileri iyileştirilmeye çalışılır. Terapinin yaşantısal olabilmesi için terapist, aktif, uyumlu, yaratıcı olmalıdır (Banmen, J., ve Banmen, K.M., 2014, s. 126; Beaudry, 2002, s. 85; Sayles, 2002, s. 97).

Terapötik değişim terapistle danışanın kurduğu bağla ilişkilidir. Eğer terapi seansı şimdi-burada ve yaşantısal olabilirse değişimin kolaylaşır, mümkün hale gelir. Bütün insanlar gelişme ve iyileşme potansiyeline sahiptir fakat zaman zaman bu kaynakların önü tıkanabilir. Terapötik bağ ve yaşantısallık bu kaynaklara ulaşılması için de önemlidir. Satir, aile terapisinde iyi tanınan pek çok yaşantısal tekniği geliştirmiştir. Aile heykeli, parçaların partisi, aile yeniden yapılandırması, buzdağı metaforu terapide yaşantısallığı artıran tekniklerdendir (Brubacher, 2006, s. 143; Haber, 2011, s. 71-72).

c) Terapi Olumlu Yönelimlidir

Terapist, yeniden yapılanma sürecinde umut oluşturur, kişisel kaynakların altını çizer, bireysel tercihleri çoğaltır. Danışanı olumsuz değil olumlu değerlere yönlendirilir. Olumsuz atıfların üzeri çizilerek, yerine olumlu atıflar yapılır. Satir, yeniden çerçevelemeyle beklentileri ve problemlerin anlamını değiştirme, pozitif enerjiyi, başı çıkış kaynaklarını harekete geçirmedeki ustalığıyla tanınır. Genel hatlarıyla danışan için neler olduğunu anladıktan sonra terapi sürecini başlatır. Pozitif, olumlu yönelimli hedefler oluşturur. Satir'in ana hedeflerinden biri değişimdir. Terapi yaşantısal olduğunda buna ulaşılabilir. Terapist, danışanın içsel süreçlerine girebilmesi ve olumsuz etkileri değiştirebilmesi için destekler. Sürecin geri kalan kısmını problem değil olumlu yönelimli hedefler ve özlemler belirler (Banmen, 2002b, s. 20-21; Lee, 2001, s. 79, 167).

Problemleri odaklanmak yerine Satir, içsel kaynaklar ve olumlu seçeneklere odaklanır. Olumlu yönde değişim ve motivasyon sağlamak için bireyin özlemleri ve enerjisine dokunur. Örneğin Satir, bireyin ya da aile üyelerinin depresyonu hakkında daha çok şey bulmak yerine danışanına, nasıl hissetmek istediğini sorar ve bütün enerjiyi o özleme ulaşmak için harcamayı önerir ve harcar. Olumlu beklenti ve özlemlerle bağlantı kurarak danışana değişim için gereken umut ve motivasyonu sağlamayı amaçlar. Patoloji ve probleme değil, sağlık, kaynaklara ulaşma, seçenek oluşturma ve gelişime odaklanır (Banmen, J.,ve Banmen, K. M., 2014, s. 127; Cheung, 1997, s. 334; Lee, 2001, s. 56-57).

d) Terapi Değişim Odaklıdır

Satir, değişimin her zaman mümkün olabileceğine inanmıştır. Danışanda değişimin mümkün olabileceği inanç ve umudunu oluşturmak için çalışma yapılır. Bir boyutta yaşanan değişim diğer boyutlarda da değişime neden olur. Davranış ve iletişim çok katmanlı olan kişiliğin yalnızca en tepe noktasını temsil eder. Herhangi bir boyuttaki değişim bütünü etkiler. Uyum ise bütün bu katmanlar arasındaki ahenkli etkileşimi ifade etmektedir. Satir, yüksek uyuma ulaşmak için en dış boyuttaki

davranışsal değişimden ziyade daha alt boyuttaki içsel değişimi önemser (Lee, 2001, s. 44-46; Sayles, 2002, s. 93).

Değişimi sağlamlaştırma terapi için önemli olan noktalardan biridir. Değişimi içselleştirmek, kabul etmek, değişime alan açmak ve değişimle bütünleşmeyi içerir. Seansların bitiminde bu sağlamlaştırmayı yapmak oldukça önemlidir. Seanslar bitmeden önce terapist aileye ve danışana bazı bilgi ve ev ödevleri verir. Ev ödevleri terapide öğrenilen değişimlerin sağlamlaştırılması için önemlidir. Satir'in ev ödevleri eski davranışı değiştirmekten ziyade içsel değişimlere odaklıdır (Banmen, 2002b, s. 21).

e) Terapist Kendisiyle Uyumludur

Terapistin hayat enerjisiyle bağlantı içinde olması, bütünlük hali danışanın bütünlüğe ve hayat enerjisine ulaşması için önemlidir. Terapistteki iyileşme potansiyeli, açıklık, farkındalık ve kabul danışmandaki iyileşme potansiyelini harekete geçirir. Satir, bunu terapistin kendiyle uyumu olarak isimlendirilir. Uyum ve sevgi olunca hem terapist hem de danışanın kendilerine ve birbirlerine karşı tamamen açık bir ilişki içinde olur. Satir, karşılıklı ilişkiyi iyileşme sürecinin merkezine oturtur. Danışanlarıyla bağlantı kurmak için zihnini, bedenini ve ruhunu kullanmıştır. Danışanlarına gözleri, yüz ifadesiyle ulaşmaya çalışmıştır. Danışanları sıcak bir şekilde karşılamış, beden duruşu ve yakınlığı onlara ulaşmak için kullanmıştır (Lee, 2001, s. 89-90; Loeschen, 2019, s. 27).

Satir, iyileşmenin ilişkisel bağlamda olduğuna inanır. Terapi tekniği ve teoriden önce terapistin eğitilmesi gerekir. Terapistin kendini kullanması terapi süreci, uyguladığı metot ve yöntemlerden daha önemli ve önceliklidir. Satir, öz değerin arttırılması gerektiğini ve bağ kurma, açık iletişim, yeni seçenekler oluşturmanın önemini vurgulamıştır. Terapist bunun için metafor, yeniden çerçeveleme, drama, mizah, dokunma vb. pek çok metot kullanır (Banmen, J., ve Banmen, K.M., 2014, s. 127; Beaudry, 2002, s. 81).

2.2.1.3. Satir Aile Danışmanlığındaki Temel İnanışlar

Virginia Satir Dönüşümsel Sistemik Aile Terapisi'nin hangi temeller üzerine kurulduğu ve çerçevesini daha iyi anlamak için bazı temel inanışlarına bakmak gerekir. Temel inanışlardan bazıları şunlardır:

a) *Değişim her zaman mümkündür.* Bireyin sadece iç dünyasında (duygu, beklenti, algı) olsa bile değişim olabilir. Değişim bir tohumun yeşermesi gibi doğal ve organik bir süreçtir ve daima mümkündür. Değişime dirençli danışanlar bile aslında değişime isteklidir. Satir, danışanların tanıdık olanı bilinmez olana göre daha az riskli buldukları için değişime direndiklerini söylemiştir. Danışanın direncine saygı duymuş ve onun değişmek isteyen parçasıyla ittifak kurarak çalışmıştır. Bir parçadaki değişimin, diğer parçaları etkilediğini söylemiştir. Değişim süreci danışanların öz değerini yükseltme, sorumluluk almalarını sağlama ve bütün bir insan olmaya/hissedebilmeleri için onlara yardım etmeyi içerir (Loeschen, 2019, s. 20; Innes, 2002, s. 39; Sayles, 2002, 93).

b) *İkinci seviyede değişimlerin olabilmesi için terapinin yaşantısal olması gerekir*. Bu değişim sadece yapılan ve hissedilenle alakalı değil varoluşla alakalı bir değişimdir. Değişim süreci, danışanların öz değerini yükseltme, sorumluluk almalarını sağlama ve bütün bir insan olmaları için onlara yardım etmeyi içerir. İçsel ve etkileşimsel sistem birbiriyle yakından ilişkilidir ve interaktiftir. Satir, bütünlük/dengeye (congruent) ulaşmak için en dış boyuttaki davranışsal değişimden ziyade daha alt boyuttaki içsel değişimi önemser (Sayles, 2002, s. 93; Lee, 2001, s. 46).

c) *Problem, problem değildir onunla nasıl başa çıktığımız problemdir.* Terapist, danışanın sadece var olan problemleri çözmeye değil, baş etme becerilerini geliştirmeye de odaklanır. Satir, danışanın hayatta kalma enerjisinde olduğu geçmiş olayları tekrar ziyaret eder ve danışanın yaşadıklarını yeni bir gözle görmesini sağlar. Satir'in amacı, çocukluğumuzda korkuyla verdiğimiz cevabı fark edip takdir etmek, şu an ve gelecek için yeni cevap yolları ve olasılıkları görmeyi sağlamaktır. Problemi oluşturma ya da çözme, durumu/olayı nasıl yorumladığımız, nasıl bir çerçevede ele aldığımız ve hangi cevabı vermeyi seçtiğimiz ile alakalıdır (Haber, 2002, s. 28; Lee, 2001, s. 71).

d) *Duygular bize aittir. Biz onları değiştirmeyi, kontrol etmeyi ve onlardan keyif almayı öğrenebiliriz.* Satir, danışanların daha fazla sorumluluk almasına yardım edilmesi gerektiğini söyler. Sorumluluk yalnızca davranışları değil, içsel deneyimleri de içerir. Terapide, bireyin kendi duygularının sorumluluğunu almasına odaklanılır. Duygular konusunda sorumluluk alma, onları yönetme ve onlardan keyif almayı öğrenmek gerekir (Banmen, 2002b, s. 11).

e) *Terapi olumlu yönelimli hedeflere sahip olmalı ve olumsuz deneyimlerin etkisi çözülmelidir.* Terapist, danışanın içsel deneyimleriyle alakalı olumlu yönelimli hedefler oluşturmalıdır. Danışan, daha iyi ve daha olumlu hissetmeyi isteyebilir. Karşılanmayan beklentilerini çözmek isteyebilir. Özlemlerini karşılayacak yolu bulmaya ihtiyaç duyabilir. Kendini affetmeye, sevmeye, kabul etmeye, yaptıklarını takdir etmeye ve aslında kim olduğunu bilmeye ihtiyaç duyabilir. Yine hayal kırıklıkları, suçlama, öfke, yara ve üzüntüyü çözmeye ihtiyaç duyabilir. Terapist etkileşimsel alandan önce içpsişik (içsel) alanda çalışır ve değişimin olabilmesi için olumlu yönelimli hedefler oluşturur (Banmen, 2002b, s. 10-11).

f) *Terapi sistemik olmalıdır*, içpsişik (içsel) ve etkileşimsel (kişiler arası) sistemi içermelidir. İçsel ve kişiler arası sistem birbirini etkiler ve birbirinden etkilenir. Ahenksizlik, uyumsuzluk kişilerarası ya da içpsişik olarak ortaya çıkabilir ve bir boyutta ortaya çıkan ahenksizlik diğer boyutu da etkiler. Satir, düşük öz değerin kişinin kendilik değerinin ve yaşam enerjisiyle olan bağlantısının azalmasına neden olduğunu söyler. Bu da bireyin içpsişik ve kişilerarası boyutlarında bozulma ve tıkanıklığa neden olur. Bireyin özdeğerini arttırmak, diğer boyutlarla ilgili farkındalık ve gelişmelerin yaşanmasını sağlar (Innes, 2002, s. 39; Lee, 2001, s. 41).

g) *Her birey, sorunlarla başa çıkma ve gelişme için içsel kaynaklara sahiptir*. Terapi, bireyin bu kaynaklardan yararlanması için bir araçtır. Her birey, geçmiş deneyimlerinden bağımsız olarak büyüme, gelişme ve iç kaynaklara ulaşma kapasitesine sahiptir. Bu nedenle hiç kimse değişime karşı umutsuz ve yetersiz değildir. Satir, insanda var olan kaynaklara dikkat çeker. İnsanda görme, işitme, koklama, dokunma, tatma, hissetme, düşünme, hareket etme, konuşma ve şu anda kendisine en uygun olanı seçme gibi pek çok kaynak vardır. Eğer danışan umutsuz bir şekilde gelirse

terapist ona terapötik olumlu değişimin olabileceği inancıyla yaklaşır ve kaynaklarını bulmasına yardım eder (Lee, 2001, s. 81; Smitt, 2002, s. 114)

h) *İnsanlar aynılıkları üstüne bağlantı kurar, farklılıkları üstüne de gelişirler.* Çift ya da ailelerde bireyler çoğunlukla çatışmadan söz eder. Satir, insan ilişkilerine aynılıklar ve farklılıklar olarak bakar. Satir'e göre aynılıklar çekici farklılıklar ise zenginliktir ve gelişmeye yardım eder. Satir modeli farklılıkların uyum içerisinde çözümlenmesi gerektiğini dile getirir. Benzerlik çeker, bir araya getirir farklılıklar gelişmeye yardımcı olur (Satir, 2016, s. 279; Banmen, 2002b, s. 12).

i) *Umut değişimin en önemli bileşenidir.* Satir, her bireyin geçmişteki deneyimlerinden bağımsız olarak büyüme gelişme ve iç kaynaklarına ulaşma kapasitesi olduğuna inanır. Bu nedenle hiç kimse değişime karşı umutsuz ve yetersiz değildir. Terapist, danışanının sorunu ve şikâyetlerini değil, nasıl hissetmek istediğini sorar ve bütün enerjiyi o özleme ulaşmak için harcamayı önerir ve harcar. Olumlu beklenti ve özlemlerle bağlantı kurarak danışana, değişim için gereken umut ve motivasyonu sağlar. Satir, umutsuzluğun değişim için gerekli olan enerjiyi azaltacağını söylemiştir(Loeschen, 2014, s. 33; Smitt, 2002, s. 114; Lee, 2001, s. 56).

j) *Geçmişteki olayları değiştiremesek de üzerimizdeki etkilerini ve olaylara bakış açımızı değiştirebiliriz.* Satir, geçmişin farkına varıp, gelecek üzerinde olumsuz etkilerini yok etmeye çalışır. Geçmişle gelecek birbirinden ayrıştırılır ve şu an için bireyin önünde zorunluluklar değil de seçenekler olduğunun farkındalığı kazandırılır. Satir geçmişi anlamaya çalışmayı sonlandırmaz fakat geleceği inşa edebilmesi için kişinin kaynaklarını ona hatırlatır (Lee, 2001, s. 78)

2.2.1.4. Satir Aile Terapisinde Kullanılan Kavram ve Teknikler

Satir, aile üyelerini bir arada görme cesareti göstererek aile danışmanlığına büyük bir katkı sağlamıştır. Satir'in insancıl yaklaşımı, patolojiden uzak bir bakış açısına sahip olması, iletişimle ilgili yaptığı çalışmalar yine alana sağladığı özgün katkılardandır (Caston, 2009, s. 45). Bu kısımda Satir'in çalışmalarında öne çıkan ve kendi çalışmamızda kullanacağımız teknik ve kavramlar genel hatlarıyla tanıtılacaktır.

a) Başa Çıkış Duruşları/Ayakta Kalma Duruşları

Stres altında birey sahip olduğu yaşam enerjisinden hayatta kalma/ayakta kalma enerjisine geçer. Çocuk ve gençlerin korkutucu durumlara karşı verebilecekleri kişisel cevapları yoktur. Onlar, ilkel savunma mekanizmalarını bu zorluklarla mücadele edebilmek için devreye sokarlar. Çözümü olmadığını düşündüğümüz bir durum karşısında refleks olarak başa çıkma duruşları sergilenmeye başlanır (Haber, 2002, s. 28). Başa çıkış duruşları duygusal stresin altında hayatta kalmaya yardım eder. Birçok insanın stres altında kullandığı bir temel başa çıkış duruşu vardır. Satir, bireylerin stres altında iken dört çeşit başa çıkma duruşu kullandığını söylemiştir. Bunlar, suçlayıcı, alttan alıcı, süper mantıklı ve alakasız başa çıkmadır. Satir'in yapmış olduğu bu tanımlama modelin en çok bilinen çehresidir ve birçok aile terapisi kitabında yer alır. Başa çıkış duruşu içinde olanlar, kendisi, başkası ve bağlamla dengesiz bir bağlantı içinde olurlar. Bu duruşlar büyük çoğunlukla çocukluk çağında aile sistemi içerisinde sevgi ve kabulü kazanmak için öğrenilir (Lee, 2001, s. 44; Pei, 2000, s. 67). Birçok insan, içinde bulunduğu durum ve ilişkiye bağlı olarak farklı başa çıkış duruşları kullanabilir. İş yerinde alttan alıcı, evde suçlayıcı, arkadaşlarıyla birlikteyken alttan alıcı olabilir (Banmen, 2002, s. 18).

Danışanların başa çıkış duruşlarını bilmek, onlarla içsel olarak nasıl bağlantı kuracağı noktasında terapiste yardım eder. Bağlantı kurmak, Satir modelinde oldukça önemlidir. Danışanla derin ve hızlı bir bağlantı kurmaya çalışılır. Danışanla duyguları aracılığıyla çok kolay bağlantı kurabilir. Danışan kendini depresyonda, değersiz, hiç, çaresiz, umutsuz, kurban olarak görür. Eğer danışan, suçlayıcı duruşu kullanıyorsa onunla beklentileri aracılığı ile bağlantı kurabilir. Terapist, danışanın ne hissettiğine değil ne istediğini odaklanırsa kolay bir şekilde danışanla bağlantı kurabilir (Banmen, 2002, s. 18; Breen, 1996, s. 37).

Danışan, süper mantıklı duruşu kullanıyorsa algılarına odaklanmak gerekir. Danışan, akılcı, mantıkçı, gerçekçi ve duygularıyla zayıf iletişimi olan biri gibi görünebilir. Terapist, danışanın duygularından önce bedensel tepkileri ve beklentilerini odaklanır. Danışan alakasız duruşta ise ona ulaşmak zor olabilir. Bedensel duyumlar, fiziksel aktiviteler, dokunma bu danışanlara ulaşmak için bir yol olabilir. İletişim

duruşları ve Buzdağı metaforu kullanmak danışanla bağlantı kurulacak zamanı oldukça kısaltır. Danışanın içsel sistemine giriş yapabilir ve bu değişim için oldukça önemlidir (Banmen, 2002, s. 19).

b) Aile Yeniden Yapılandırması

Satir, geçmiş öğretilerin geleceğe dair bakış açımızı etkilediği söyler. Şu ana dair algı ve deneyimleri değiştirmek sağlıklı bir gelecek için önemlidir. Satir, bireylerin çocukluğuna geri döner ve orada olayları, kendilerini nasıl yorumlamayı öğrendiklerine bakar. Bu öğrenmelerin günümüzdeki olayları nasıl etkilediğini araştırır. Aile yeniden yapılandırması bireye geçmiş eski durumları yeni bir gözle bakma imkânı verir. Bunu görmek bireyin yeni bir başa çıkma yolu kazanmasına için imkân sağlar. Satir bu süreçte rol-play, heykelleştirme, psikodrama gibi tekniklerden faydalanır (Taylor, 2002, s. 130; Lee, 2001, s. 158).

Ailenin yeniden yapılandırılması iki düzeyde değişim sağlar. Bunlardan birincisi yapısal değişim, diğeriyse enerjinin dönüşümüdür. Birinci seviyedeki değişim bireyin kendisini ve aile bireylerini yanlış anlaşılma, göz ardı etmeden görme imkanı sağlar. Bu ayrıca aile bireylerinin birbirlerinin gerçek niyetlerini anlama ve kabul vermesini kolaylaştırır. Bu ise ikinci seviyede değişimi oluşturur. Bireyin/yıldızın duygu, beklenti ve algısındaki olumsuz enerji olumluya dönüştürülür. Böylelikle danışan, geçmişten getirdiği acı ve hayal kırıklıklarını bastırmak için zorlamak ya da onlarla savaşmak durumunda kalmaz. İkinci seviyedeki değişim yıldızın (danışanın) hayatında önemli dönüşümlerin olmasında etkilidir (Beaudry, 2002, s. 84).

c) Aile Haritası

Aile haritası, danışanın iç dünyasına girebilmesi ve çocukluk yaşantısının bugüne etkisini anlamasına yardım eder. Üç kuşağı içine alan ve her bir aile üyesini sıfatlarla tanıtan görsel bir temsildir. Amaç, olumsuz deneyimlerin etkisini azaltmak hatta olumsuz deneyimleri olumlu kaynaklara dönüştürmektir. Aile haritası çıkarmak bazen çok karmaşık olabilir. Her bir aile üyesinin olaylara bakışı farklı olduğunda bu farklılıkların kabulü gerekir (Pei, 2000, s. 69; Banmen, 2002, s. 17).

Danışandan öncelikle şu anki zaman öğrenilip daha sonra geçmişi nasıl algılandığına bakılır. Aile haritası, anne ve babanın adı, doğum tarihi ve yeri, şu anki yaşları, ölüm tarihleri evlilik tarihleri varsa boşanma tarihleri, dini inançları, meslekleri eğitimleri, etnik kökenleri, hobileri, hastalıkları, varsa engellerini içermektedir. Aile haritasını oluştururken danışanın yaşına bakılmadan aile haritasında çocuk olarak yer alır. Varsa kardeşler, düşük veya ölü kardeşler de eklenir. Danışandan, her bir aile üyesi hakkında üç olumlu, üç olumsuz sıfat saymasını istenir. Bireyler sadece memnun etmek, gönlünü almak istedikleri kişilerin olumlu sıfatlarını söylerken şikâyet ettikleri kişilerin olumsuz sıfatlarını söylerler. Bu nedenle her iki sıfat sorulur. Çünkü insanlar ikisine de sahiptir (Kesici, vd., 2017, s. 69; Banmen, 2002, s. 14).

d) Aile Kronolojisi

Aile kronolojisi, ailedeki en önemi olayları anlamaya ve aile bireylerinin aileleriyle alakalı sağlıklı bilgi almalarına yardımcı olmaktadır. Ailenin en yaşlı üyesinden başlanarak şu ana kadar olan gelişimsel tarihi hazırlanır. Aile haritasını oluşturan kişi "yıldız" olarak adlandırılır. Yıldız aile hayatlarında önemli olan olayları listeleyerek bir aile kronolojisi oluşturur. Kronoloji, en yaşlı aile büyüğünün doğum tarihiyle başlar. Aile haritasında olan bilgilerle birlikte, aileyi etkileyen büyük olaylar, ailenin yaşadığı yeri değiştirmesi, savaş, hamilelik, madde bağımlılığı, dini olaylar, eğitim ve kariyerdeki başarı, evlilik, boşanma, fiziksel ve ruhsal hastalıklar vb. olaylarda kronolojiye eklenir (Cihan ve Karakaya, 2017, s. 82; Kesici, vd., 2017, s. 66).

e) Aile Genogramı

Genogram, Bowen tarafından aile sistem teorisi içinde geliştirilmiş ve daha sonraki yıllarda birçok alanda kullanılmaya başlanmıştır. Bowen, genogramın üç

kuşağın ilişkilerini içeren sistematik bir diyagram olduğunu ifade etmiştir. Başka bir ifadeyle genogram, ailenin geçmişle günümüz arasında oluşturduğu bağlantıların sembolik olarak aktarıldığı diyagramdır. Genogram, kuşaklar arası aktarımla gelen ve kök aile tarafından danışana aktarılan duygusal ve psikolojik kalıpların, üçgenleşmelerin farkına varılması için etkili bir yöntemdir. Genogram en az üç kuşağı içermektedir, nesiller boyunca aktarılan inançlar, problemler ve ilişki kalıplarını sembolize eden aile ağacıdır. İlişkiler, doğum, ölüm, boşanma, madde kullanımı, önemli olaylar, eğitim, meslek, psikolojik ve fiziksel sağlık öyküsü vb. aile için önemli olan bilgileri içerir (Burley, 2014, s. 12; Kesici, vd., 2017, s. 31;Erlanger, 1987, s. 12).

2.2.2. Satir Aile Terapisinde Maneviyat

Satir, maneviyatı *en derindeki Öz ile bağlantımız, ben, self* olarak tanımlamıştır. İdeolojik ve dini anlayışın ötesinde bireyin maneviyatı deneyimlemesini vurgulamıştır (Bentheim, 2005, s. 10). Satir, insana dair bütüncül bir bakış açısına sahiptir. İnsanın sahip olduğu duygusal, entelektüel, fiziksel, sosyal, duyusal, manevi boyutlarının her biri değerlidir ve birbirini etkilemektedir. Satir, o dönemde daha sonraki dönemlere ışık tutacak birçok noktayı ele almıştır. Sistematik ve çok boyutlu anlayışında Satir, insanı anlama noktasında manevi boyuta aktif bir şekilde yer vermiştir. Bir başka deyişle tarihsel sürece bakıldığında insanın kurtuluşu için manevi boyutu aradığımız gibi, manevi olan da insanın kurtuluşunu aramaktadır. Maddi ve spiritüel boyut bu nedenle eşit öneme sahiptir (Lee, 2001, s. 103, 104; Mook, 1997, s. 181).

Satir, 1960-70 yıllarda insanın psikolojik yapısını açıklarken maneviyatı ele almış ve evrensel maneviyatı terapinin merkezi noktalarından biri olarak kabul etmiştir. 1980'lerden sonra maneviyatı terapiye açık bir şekilde entegre etmeye başlamıştır. Yaşadığı dönemde birçok meslektaşı din ve maneviyattan uzak dururken Satir, maneviyatla ilgili açık bir şekilde konuşmuş ve bunu terapilerinde, eğitim programlarında, çalışma ve kitaplarında açıkça dile getirmiştir. Satir'e göre maneviyat kâinatla bağlantımız ve varlığımızın temelidir. Bu güçlü bağ nedeniyle aile terapisiyle de doğrudan ilgilidir. Satir'in aile terapisinde kullandığı meditasyon, gevşeme teknikleri, farkındalık çalışmaları ve imgelem, nefes egzersizleri, buzdağı metaforu ve

mandala gibi teknikler Özümüzle derinden temasımızla bağlantılıdır (Leslie, 2016, s. 17; Satir, 2016, s. 369; Innes, 2002, s. 49;).

a) Satir Aile Terapisinde Maneviyatın Felsefi Boyutu

Satir'e göre bütün insanlar evrensel ve manevi olan ağacın gövdesinden fışkıran tomurcuklar gibidir. Ağaç kökleriyle bütün insanları birleştirir, bir araya getirir. Bir insan kendini geliştirdiğinde başkalarının gelişimine de katkı sağlayabilir. Hayatın oluşumu, hayatın kendisinden daha büyük bir güçten gelir. Daha bütün bir insan olabilmek aşkın güçle bağlantı kurmakla mümkün olur. Satir'e göre her birey yaratılış itibariyle biricik ve eşsizdir. İnsanın kökü ilahidir ve sezgileriyle evrensel bilinçle bağlantı kurabilir. Bu bağlantı, meditasyon, gevşeme teknikleri, farkındalık, yüksek öz değer ve hayata karşı saygıyla kurulabilir (Satir, 2017, ss. 371-373).

Satir modelinin ayırıcı tarafı sağlık, maneviyat ve insanın potansiyelini vurgu yapması ve bunu terapinin başlangıç noktası kabul etmesidir. Terapinin maneviyat boyutunda Satir, her insanın gelişme ve iyileşme kapasitesini içinde taşıdığına, Özünün derinliklerinde var olduğuna inandığını belirtir. Bireylerin kendi iyileşme ve gelişme kapasitelerinin köklerinin manevi temele dayandığını söyler. Lee'ye göre Satir'in bu olumlu yaklaşımı Tillich'in inancın gücü ve insanın orijinalinde var olan bütünlüğü anlattığı özcü felsefesiyle bağdaşmaktadır. Satir modelinin felsefi altyapısının oluşmasında Tillich etkili olmuştur (Leslie, 2016, s. 16; Lee, 2001, s. 34, 89-90; Wels, 1976, s. 37).

Satir denge/kendiyle bütün olma halini insanın kendisi, hayat enerjisi ve maneviyatıyla ahenk içinde olma hali olarak tanımlamıştır. Satire göre manevi boyutta birey manevi öze, evrensel yaşam gücü enerjisine katılır. Kişi kendindeki ve insanlardaki manevi enerjiyle bağlantı kurduğunda bu bilincinde değişime neden olur. Bütün olma/kendiyle dengede olma, Satir modelinin kalbini oluşturur. Satir'e göre kendiyle dengede olma/bütün olma süreci yaşam enerjisinin akışını artırmayı, içpsişik, kişilerarası ve evrensel maneviyat boyutları arasında ahengi sağlamayı içerir. Manevi boyut Satir'in terapötik modelini içine alır, kapsar (Littlewood; 2009, s. 29; Benhteim, 2005, s. 9; Smith, 2002, s. 123; Lee, 2001, s. 46, 95, 107;).

Kendiyle dengede olma/bütün olma Satir modelinin oluşmaya başladığı süreçte açıklayıcı bir faktör olmasına rağmen takip eden süreçte daha geniş manalar kazanmış ve modeli daha çok kapsamıştır. Bütün olma/dengede olma halinin Satir modelindeki gelişimi söyle özetlenebilir. 1950 yıllarında Satir bütünlüğü, duygu ve söylemlerin farkına varmak ve kabul etmek, başka bir ifadeyle sözel olan veya olmayan mesajları iletirken açık, doğru bir iletişim kurabilmek olarak tanımlamıştır. 1960'lı yılara gelindiğinde Satir bütünlüğü, bütünün bir parçası, kendini kabul ve yüksek öz değerle ilişkilendirmiştir. 1980'li yılarda açık bir şekilde bütünlüğün üçüncü boyutundan söz etmeye başlamış ve *maneviyat ve evrensellik* ile ilişkilendirmiştir. Kendiyle dengede olma/bütünlük biriciklik, bütünlük, içpsişik, kişilerarası ve evrensel maneviyat boyutlarındaki farkındalıkla ilişkilendirmiştir (Leslie, 2006, s. 14; Lee, 2001, s. 42; Kramer, 1995, s. 10).

Satir, insanın evrensel ontolojik yapısını onaylar. Diğer varoluşçu terapistlere kıyasla Satir, özcülük sistemine karşı daha açık ve empatiktir. Satir, varoluşçu çalışmalarında etiketleme ve tanı koymadan uzak durur. Danışanın içsel deneyimlerine, şimdi ve burada odaklanır. Satir, insan ruhu kutsaldır ve dokunulmazdır demiştir. Değişimin ilk adımı danışanın Özüyle bağlantı kurabilmektir. Ruhlar arasında böyle bir bağlantı kurulduğunda sağlığı oluşturacak enerji ortaya çıkar. Özlerin karşılaşması ve bağlantı kurması maneviyat içeren bir eylemdir (Satir, 2017, s. 376; Brubacher, 2006, s. 142; Lee, 2001, s. 57, 59; Wels, 1976, s. 60).

Satir, evrensel normlar ve düzen içerisinde insanın bir bütün olduğuna inanır. Evrende var olan düzenin insanda da var olduğunu ama insanın bu düzeni her zaman göremediği söyler. Çünkü insan, ya bakmıyor ya da bakıyor ama görmüyordur. İnsan oluşunun bütünlüğünün farkına varanlar manevi doğalarının, kendilerini ve başkalarını sevme kapasitelerinin farkına varırlar. İçlerindeki yaşam enerjisini derin bir şekilde hissederler. Maneviyat boyutu insanın Özünde vardır. Öz/benlik/self kozmik ve evrensel enerjiyle bağlantılıdır ve buna yaşam enerjisi denir. Satir'e göre bütün insanlar yaşam enerjisi, yaratıcılık ve manevi bir yöne sahiptir (Banmen, J., ve Banmen, K. M., 2014, s. 131; Lee, 2001, s. 58, 96).

Satir'e göre insan yaratılış itibariyle biriciktir. Her insanın doğumu manevi ve mucizevî bir olaydır ve bu kutlanmayı hak eder. Her insan Özü itibariyle kutsaldır. Parmak izi, göz bebeği, ses tonu kendine özgüdür. İnsan içinde taşıdığı kutsal özle hayat enerjisine bağlanma ihtiyacı duyar. Başarılı bir hayat insanın yaşam enerjisiylse bağlantı kurmasıyla ilişkilidir. Terapinin temel amaçlarından biri bireyin sahip olduğu güzelliğin ve kaynakların farkına varmasını sağlamaktır (akt. Tam, 2006, s. 280-281).

Satir'e göre insan Özünde olumludur. İnsanın çektiği acı ve yabancılaşma Özünde var olan düzenin bozulması ya da ihlal edilmesinden kaynaklanır. Satir, insanın özlemlerinin büyüme, iyileşme ve bütünlüğe ulaşmak için bireye güç verdiğini söyler. İçsel dinamikleri ve bireyde var olan olumlu potansiyeli kabul eder. İnsandaki maneviyat temeli evrensel özlemleri açığa çıkarır ve bireyi iyileşme ve gelişme sürecine sevk eder. İnsandaki maneviyatın kaynağı evrensel insani özlemlere dayanır (Leslie, 2016, s. 16; Lee, 2001, s. 106).

Satir'e göre insanın iyileşme ve zorluklarla baş etme potansiyeli Özünde vardır ve bütün insanlar hayatlarını daha olumlu yönelimli hale getirebilecek kaynaklara doğumlarından itibaren sahiptir. Bireyler ya bu kaynağa ulaşamamaktadır, ya da var olan kaynağı olumsuz yönde kullanmaktadır. Kaynaklara ulaşma ve olumlu yönde kullanma sürecini Lee, Tillich'in felsefi sistemi ve Satir'in terapötik sisteminde, insana kalıtsal olarak geçen gelişime yönelik olumlu meyil ve eğilim olduğunu söylemiştir. Dolayısıyla insandaki gelişim yapay değil ontolojik varoluşsal bir şeydir. Maneviyat, Satir çalışmasının gövdesini meydana getirir (Banmen, J., ve Banmen, K.M.2014, s. 124; Lee, 2001, s. 104, 105).

Satir doğumu itibariyle değerli, kutsal ve biricik olan insanın büyürken sahip olduğu öz değeri koruyabilmesi için psikolojik ve manevi bakım odasına ihtiyaç duyduğunu söyler. Çocuk büyürken öz değeri içinde bulunduğu olumsuz olaylar sonucunda zayıf, olumsuz ve sağlıksız bir hale dönüşür. Birey sahip olduğu yaşam enerjisinden uzaklaşıp hayatta kalma stratejilerine (alttan alıcı, suçlayıcı, süper mantıklı, alakasız) tutunur. Terapiyle birey denge haline, yaşam enerjisine dönmesi için desteklenir. Öz değer hep aynı şarkıyı söyler "sevmek ve sevilmek istiyorum" (Tam, 2006, s. 282-283).

Satir'in iyileşme çalışmaları ruhu “spirit” doyurma ve onaylama için yollar bulmaya odaklanmıştır. Ruhu koşulsuz bir şekilde sevmeyi öğrenme Satir yaklaşımının köşe taşını oluşturur. Satir, güçlü yanlar ve içsel kaynaklar doğal yollardan beslendiğinde problemli davranışın yok olacağını söylemiştir. Şefkat ve ilgi verme her bireyin biricik ve benzersiz olduğunu kabul etme ve onlara saygı duymakla başlar. Satir, insanların yaş, cinsiyet, ırk, pozisyon ya da zeka düzeylerinin ne olduğuna bakılmaksızın hepsinin eşit olduğunu ifade etmiştir. Başarılı bir hayat, bireyin yaşam enerjisiyle ilişki içinde olmasına bağlıdır. Bireyin kendini sevme ve değer verme şekli başkalarını nasıl sevip değer verdiğini yansıtır. Satir’in terapötik amacı getirilen sorunu çözmekten öte aile bireylerinin her birini içsel bütünlüğe, uyuma ulaştırmaktır, getirilen problemler bu sürecin bir sonucu olarak çözümlenir (Lee, 2001, s. 105; Loeschen, 2019, s. 18; Mook, 1997, s. 186).

Satir yaşadığı zamanın ötesinde şeyler söylemiş, insanın doğasında kutsal, olumlu, dinamik, yaratıcı ve maneviyat odaklı yönler olduğunun farkına varmıştır. İnsan, karşılaştığı kötü durum ve zorlukları çözme gücünü içinde bulmalı ve onunla bağlantı kurmalıdır. İçerideki güç ve enerjiyle yeniden bağlantı kurulduğunda iyileşme ve dönüşüm başlar. Terapinin maneviyat boyutunda Satir, her insanın gelişme ve iyileşme kapasitesini içinde taşıdığına, Özünün derinliklerinde var olduğuna inandığını belirtir. Satir, bireylerin kendi iyileşme ve gelişme kapasitelerinin köklerinin manevi temele dayandığını söyler (Leslie, 2016, s. 16; Lee, 2001, s. 89-90).

Satir, maneviyat ve yaşam enerjisinden söz ederken biyoloji ile arasında bir ilişki kurmuş, sperm ve yumurtanın birleşmesiyle maneviyatın harekete geçtiğini söylemiştir. Sperm ve yumurtanın buluşması, bir tohumun yeşermesi mucizedir. İnsan bu yaratılış itibariyle birer mucizedir ve biriciktir. Satir, bu mucizeyi düşünüp boyun eğdiğini ve saygı duyduğunu, kendini bireylere davranışının ötesine bakan ve onların saf, katıksız ruhuyla bağlantı kuran kişi olarak gördüğünü söylemiştir (Loeschen, 2019, s. 18; Satir, 2017, s. 371).

b) Satir Aile Danışmanlığında Maneviyatın Pratik/Ritüel Boyutu

Satir, geleneksel psikolojiden ayrılarak yeni bir yol çizmiş ve bu yolda gelişmiştir. Satir'in aile terapisinin felsefi altyapısında olduğu gibi uygulamalarında da maneviyatı görmek mümkündür. Maneviyat anlayışını, *kendisinde ve her şeyde olan yaşam gücüne karşı duyduğu derin saygı* olarak ifade etmiştir. Bu başlık altında Satir'in çalışmalarından yola çıkılarak Satir aile terapisinin maneviyatla ilişkisi, maneviyatın hangi aşamalarda, nasıl ele alınıp uygulandığına değinilecektir (Satir, 2017, s. 373; Lee, 2001, s. 120).

Duyumlar ve Farkındalık: Satir'e göre yaşam enerjisi somut ve yaşantısaldır. Yaşam enerjisini nefes alırken, canlı şeylere bakarken, hayvan ve bitkilerin gelişimini izlerken deneyimleyebiliriz. Meditasyonları sırasında Satir renk, ses, görüntü, tatma, koku ve nefesi kullanmıştır. Hayatta olduğumuzu duyumsamak, algılamak hem fiziksel hem manevi, hem insani hem de ilahi şeylerdir. Beden ve bedenin kendini güvende ve rahat hissetmesi iyileşme süreci için oldukça önemlidir. Satir'in yaptığı grup çalışmasında katılımcıların huzurlu ve güvenli bir ortamda olmaları sağlanmıştır (Lee, 2001, s. 63, 124).

Satir, içsel ve etkileşimsel sistemde, duygu ve beden üzerinde çalışmıştır. Çünkü duygu ve beden sezgisel yollarla bir problemin çekirdeğine ulaştırır. Danışanlarının nefes alış verişleri, duruşları, mimikleri, kaslarının gerilmesi gibi bedensel tepkilerini gözlemiştir. Fiziksel ve duygusal tepkiler algı, beklenti ve özlemleri anlama noktasında yardım eder. Enerji ellerden gelir, eller enerjiyi aktarmak için birer kanaldır, yüz ve beden duruşu her şeyi gösterir, ses bedenin geri kalanıyla nasıl bir iletişim halinde olduğumuzu resmeder. Bu nedenle terapist aile bireylerinin bedenlerini de gözlemlemelidir (Leslie, 2016, s. 17; Banmen, 2002, s. 18; Haber, 2002, s. 28).

Çalışma/Terapi Ortamı: Satir maneviyatla ilgili ilk düşüncelerinin çocukluk yıllarında doğada büyüyen ve gelişen şeyleri izlerken oluştuğunu söylemiştir. Tohumun yeşermesi, yumurtadan çıkan civcivler, kardeşinin doğumu doğadaki yaşam enerjisini görmesine yardımcı olmuştur. Satir, bunların muhteşem bir deneyim, mucize, heyecan, gizem olduğunu söylemiştir (Satir, 2017, s. 369). Çalışmalarını yaptığı ortamın doğayla

iç içe olması, kendine has manzarası Satir terapisinin manevi yanı ile örtüşmektedir. Her ülkeden ve kültürden izler taşıyan nesnelerle dolu olan çalışma alanı Satir modelinin kültürel çeşitlilik ve insanın biricikliğine verdiği önemim sembolüdür. Satir'in deniz kenarında yaptığı çalışmasında bir araya gelen katılımcılar bir önceki çalışmadan birbirlerini tanıma fırsatı elde etmiştir. Yan yana oturan dinleyiciler olmaktan öte çalışmalarda arkadaş ve aileden biri gibi olduklarından içsel deneyimlerini daha kolay yaşamışlardır (Haber, 2011, s. 73; Lee, 2001, s. 122-126).

Dil Yapısı: Terapideki dilsel yapı, algıların şekillenmesi, problemlerin çözümü ve özgürlüğe ulaşmayı kolaylaştırır. Satir, hem eğitimlerinde hem de terapilerinde dili önemsemiştir. İletişim, danışanları destekleme ve aileyi değişime götüren en etkili yoldur. Dilin çağrışımlı ve yaratıcı bir şekilde kullanımı insanın değerini derinden hissetmesi, maneviyatla bağlantı kurması ve var olan özgürlüğünü büyütmesi için olanak sağlar. Satir'in dili kullanımdaki amacı bireyi içinde var olan bütünlüğe, başkaları ve kendi ruhuna ulaştırmaktır. Satir, danışanlarını bütün dikkatini onlara yönlendirerek, yargılamadan dinlemiştir (Lee, 2001, s. 79; Eva, 1988, s. 72).

Psikoterapinin anlaşılması için çalışmalarını katılımcıların anlayacağı ve ulaşacağı şekilde resmetmeye çalışmıştır. Birçok terapistin aksine Satir, çalışmasının altında yatan nedenleri gizlememiş, değerleri ve dünya görüşünü belirgin hale getirmiştir. Çalışmalarında özlü söz, atasözü, anekdot, metafor, mizah, kısa fıkraları kullanmıştır. Dilin bu tarzda kullanımı yaşantısallığı arttırmış ve bireyin evrensel maneviyat ve bütünlüğü deneyimlemesini kolaylaştırmıştır (Lee, 2001, s. 143, 146; Mook, 1997, s. 193).

Terapistin Kendini Kullanması/ Bağlantı Kurma: Satir, bağ kurmanın önemine vurgu yapmış kendisi de danışanlarıyla tanıştığı ilk andan itibaren bağ kurmuştur. İlk tanışma anını Satir Özün Özle tanışması olarak nitelendirmiştir. Danışanla terapist kalpten kalbe uzanan bir bağ oluşturmaktadır. Satir, insanların davranışlarıyla değil ruhlarıyla bağlantı kurduğunu ve davranışları ne olursa olsun Özü onurlandırmak ve olumlu davranışı teşvik etmek gerektiğini söylemiştir (Satir, 2017, s.

373; Brubacher, 2006, s. 143; Lee, 2001, s. 136; Mook, 1997, s. 193, 203). Satir, insanın davranışları değil, kim olduğu/Özü ile, insanın ruhu ile iletişim kurduğunu söyler. İnsanları kim oldukları ve yaşam yolculuğunun neresinde olduklarına bakmadan sevdiğini, değer verdiğini, insanlarla kutsal ve manevi bir bağlantı kurmak için çabaladığını söylemiştir (Tam, 2006, s. 285).

Satir'in grup eğitimi çalışmalarında vurgulanması gereken diğer bir noktada katılımcıların rolleri ve statülerine göre ayrıştırmamasıdır. Herkes birbiriyle sadece insan olarak tanışmıştır. Herkes arasında insan olmanın ortak bağı ve eşitliği vardır. Katılımcılar, bütün çıplaklığıyla insan olarak eğitimde yer almıştır. Topluluk arasında eşitlikçi, direkt, varoluşsal, spontane, eşdeğer ve somut, sosyal rollerden arındırılmış yalnızca insaniliği paylaşan bir bağ kurulmuştur. Hem katılımcı hem de gözlemciler Satir'in çalışmasında yeni deneyimler yaşadıkları söylemiştir. İnsan olmanın derinliğini güvenli bir ortamda hisseden topluluk, sevecenlik, kutsallık, homojenlik ve arkadaşlığı, sıcak ve koşulsuz kabulü deneyimlemiştir (Haber, 2011, s. 75; Lee, 2001, s. 163-164).

Meditasyon: Satir, birçok eğitim ve seanslarında meditasyonu aktif bir şekilde kullanmıştır. Terapistlerle yaptığı eğitim çalışmalarının başında ve sonunda meditasyona yer vermiştir. Yaptığı meditasyonun diğer meditasyonlar gibi yalnızca bir gezinti ya da hayalinde canlandırma değil daha başka boyutları da içerdiğini söylemiştir (Leslie, 2006, s. 5). Bütün meditasyonlarında öz değer algısını arttırma, bireyin kendi kaynaklarına daha çok güvenmesini sağlama, kaynaklarını sağlamlaştırma, demirleme/çapalama, iç kaynakların olumlu kullanımını arttırmayı amaçladığını ifade etmiştir. Meditasyon odaklanmayı destekler. Bütünüyle bireyin kendine odaklanması rahatlatıcı bir deneyimdir ve bireyin kendisi, ruh ve diğerleriyle bağlantı kurulmasına olanak sağlar. Odaklanmak zihnin sakinliği/sessizliği, kalbe odaklanma ve aşkın güçle bağlantı kurmayı içerir. Bu ise bireyde değişimin olmasına olanak sağlar. Odaklanmak ve bağlantıda olmak yalnızca danışanlar için değil terapistler için de oldukça önemlidir. Satir, bilinçli farkındalık için hem eğitimlerinde hem de seanslarında meditasyonu kullanmıştır (Leslie, 2006, s. 7-8).

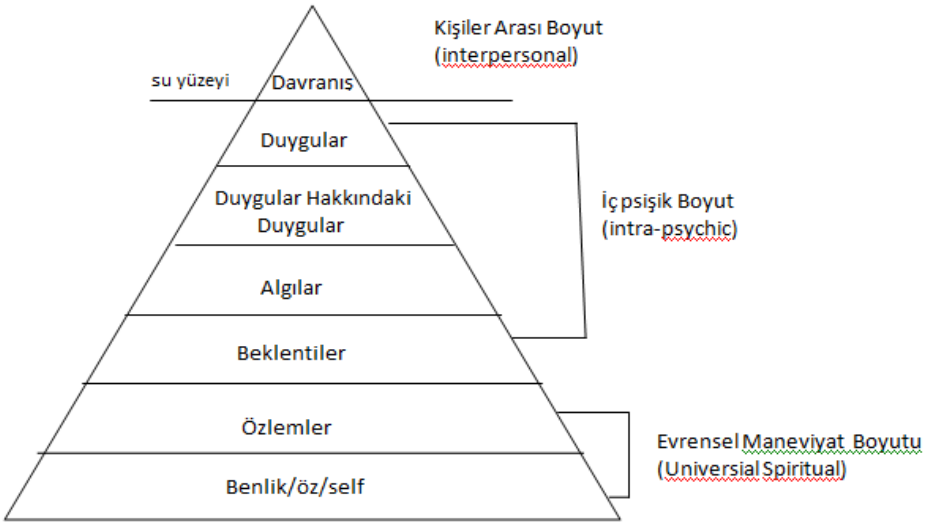
Metafor Kullanımı: Satir aile terapisinde terapistin uyumu, kullandığı dil, terapi ortamı, terapiye yönelik inanışlarda olduğu gibi Satir'in terapide kullandığı

metaforlarda da maneviyatı görmek mümkündür. Satir'in, Buz Dağı ve Mandala metaforlarında manevi boyut yer almıştır (Akça Koca, 2017, s. 132).

Buz Dağı Metaforu

Satir insanı oluşturan katmanları, içpsişik sistemi anlatmak için *Buzdağı Metaforu* kullanmıştır. Buz dağı metaforu insandaki çok boyutlu sistemi oldukça kapsamlı bir şekilde resmeder. Davranış, buz dağının görünen yüzüdür. Buz dağının görünmeyen yüzünde ise duygular, duygular hakkındaki duygular, algılar, beklentiler, özlemler ve Öz vardır (Breen, 1996, s. 33). Satir terapide danışanın anlattığı hikâyenin oldukça minimum düzeyde tutulması gerektiğini savunur. Hikâye ancak üzerinde terapötik olarak çalışacak kadar dinlenilmelidir. Terapist, danışanın içsel deneyimlerini ortaya çıkarmalıdır. İçsel deneyim oldukça etkileşimsel ve sistemiktir. Bir alandaki değişim diğer alanlarda da değişime neden olur. Buz dağı metaforu terapiste tamamlanmamış işleri çözümleme ve danışanı uyuma kavuşturmaya yardım eder (Lum, 2002, s. 195; Banmen, 2002, s. 9).

Şekil 1: Satir Buzdağı Metaforu



Kaynak: Banmen, J. (2002a). Introduction: Virginia Satir Today. *Contemporary Family Therapy*. 24 (1); Lee, B. K. (2001). *The Religious Significance of the Satir Model: Philosophical, Ritual and Empirical Perspectives.* Doctoral Thesis. Canada: University of Ottowa. UMI: 800-521-0600.

Şekil 1'de görüldüğü gibi Satir, Buzdağı metaforunu insanın üç boyutu halinde resmeder. Bunlar kişilerarası, iç-psişik ve evrensel maneviyat boyutlarıdır. Buzdağı metaforu, insanın üç yaşamsal boyutunun birbiriyle ilişki içerisinde olduklarını gösterir. Sistemdeki her bir parça diğerinden farklıdır ve aynı zamanda sistemdeki her parça diğerini etkiler. Somut bir şekilde ifade edecek olursak maneviyat ve öz değer duygu, beklenti, algı ve iletişimi etkiler. Bunun tersi olarak bazı iletişim çeşitleri de öz değeri ve yaşam enerjisini etkiler. Kısacası içsel durum, kişilerarası iletişimi, kişilerarası iletişim de içsel durumu etkilemektedir (Tam, 2006, s. 284; Lee, 2001, s. 100)

1. Kişiler Arası Boyut: Kişiler arası boyut davranışları içerir ve buz dağının görünen yüzüdür. İletişim yalnızca sözel ifadelerden ibaret değildir ve en az sözel ifadeler kadar duyguları da içermektedir. Bu nedenle terapist, danışanın içsel deneyimlerini ortaya çıkarmalıdır. Bunun için bireyin duygu, algı, beklentini ve özlemlerini anlamaya yönelik sorular sorması gerekir. Kişiler arsı iletişimim zayıf olması problemleri ortaya çıkarır (Banmen, 2002a, s. 9; Palomino, 1995, s. 60). Kişiler arası boyut Satir'in başa çıkış duruşlarıyla (alttan alıcı, suçlayıcı, süper mantıklı, alakasız) nitelendirilebilir. Başa çıkış duruşları stresli anlarda ortaya çıkar. Birey, kendisi, başkası ve ortamla uyumsuz bir ilişki içindedir. Birey davranış boyutunda uyumu yakalayamamış olsa da hala bütün bir insandır. Terapi sonucunda bireyin

kendisi, başkası ve bağlamla uyum içerisinde olabilmesi ve içindeki bütünlüğe ulaşabilmesini amaçlanır (Bentheim, 2005, s. 19, 34; Lee, 2002b, s. 220).

2. İçpsişik Boyut: İçpsişik boyut duygular, duygular hakkındaki duygular, algılar ve beklentilerden oluşur. Algı ve inançlar genellikle aile kurallarıyla ilişkilidir. Beklentiler ise bizim kendimiz ve başkalarından, onların da bizden ne bekledikleriyle ilgilidir. Değişim, danışanın içsel boyutlarda neler olduğunun farkına varması, geçmişin etkilerini anlaması ve bilinçli bir tercihle yeni seçeneklerin olduğunun farkına varmasıyla mümkün olur. İçsel süreçte birey önü tıkanan yaşam enerjisine ulaşmayı başardığında bütünlük ortaya çıkar. Sorularla danışanın içsel deneyimlerini öğrenen terapist, danışanın içsel deneyimleriyle alakalı hedefler oluşturmalıdır. Danışan daha iyi ve daha olumlu hissetmeyi isteyebilir, karşılanmayan beklentilerini çözmek isteyebilir. Terapist, fanışanın davranış boyutundaki değişimden önce içsel değişimin olmasını amaçlar (Banmen, 2002b, s. 10; Lee, 2002b, s. 221).

3.Evrensel Maneviyat Boyutu:

Buzdağının son iki basamağı olan özlemler ve Öz, evrensel maneviyat boyutunu meydana getirir. Özlem, insanlar için evrenseldir. Sevme ve sevilme, kabul, takdir, geçerli kılma, bağlantıda olma, ait olma, özgürlük evrensel ihtiyaçlardandır (Banmen, J., ve Banmen, K. M., 2014, s. 122).

Satir bütünlüğü, insanın kendisi, hayat enerjisi ve maneviyatla ahenk içinde olma hali olarak tanımlamıştır. Satir'e göre manevi boyutta birey manevi öze, evrensel yaşam gücü enerjisine katılır. Kişi kendindeki ve insanlardaki manevi enerjiyle bağlantı kurduğunda bilincinde değişim olur. Yukarıda söz edilen üç boyut birbiri ile yakından ilişkilidir ve interaktiftir. Satir, bütünlüğe ulaşmak için en dış boyuttaki davranışsal değişimden ziyade daha alt boyuttaki içsel değişimi önemser (Lee, 2001, s. 46).

Satir yaptığı çalışmalar sonucunda insan Özünün manevi olduğu sonucuna ulaşmıştır. İnsan, evrensel manevi kaynaklar ve güçle iletişim halinde olursa nihai değer ve derinliği oluşturabilir. İnsanın içinde saklı duran evrensel yaşam enerjisinin manevi bir parçası olduğu inancını Satir'in meditasyon eğitim ve pratiklerinde görmek mümkündür (Satir, 2017, s. 373).

Satir Mandala

Satir, mandala metaforunu çalışmalarında kullanmıştır. Mandala, Özü oluşturan bileşenlerden/parçalardan oluşur. Mandalayı oluşturan bileşenlerin ahenkli bir şekilde çalışması dengeyi ve sağlığı getirir. Mandalada; fiziksel, zihinsel, duygusal, duyusal, etkileşimsel, beslenme, bağlamsal, manevi olmak üzere sekiz parça vardır.

Beden fiziksel parça; düşünceler zihinsel parça; hissedilenler duygusal parça; göz, kulak, ten dil, burun duyusal parça; paylaşımlar ilişkisel parça; alan, hava, zaman, renk, ses ve sıcaklık bağlamsal parça, sıvı ve katı yemek beslenme ve son olarak ruhta manevi parçayı meydana getirir. Mandalada yer alan manevi parça, bireyin maneviyatla bağlantısını, hayata nasıl bağlandığı, günlük yaşamında manevi bağlantıyı ne kadar kullandığıyla ilgili kısmı resmeder (Satir, 2017, ss. 49-52).

Satir, mandala metodunun ne olduğunu somut bir şekilde anlatabilmek için çalışmalarında ip kullanmıştır. Ben merkezinden uzanan bütün ipler birbiriyle bağlantılıdır, iletişim halindedir. Parçalar birbirinden ayrı görünse de hiç biri tek başına hareket etmez ve birbirini etkiler. Ben diğer bütün bileşenler üzerinde etki sahibidir. Ben/Özün buradaki rolü farklı parçalarla ilgili araştırma yaparak onların pozisyonunu özgürlük ve konfor seviyesini ortaya koymaktır. Öz, diğer parçaların birbirine olan etkisini araştırır (Akça Koca, 2017, s. 130; Lee, 2001, s. 100).

Kaynaklar genel olarak ya eski öğretilere bağlı olarak görmezden gelinmiş, ya da saklı ve inkar edilmiş olabilir. Parçalar birbiriyle uyumlu bir şekilde çalışırsa sağlık ortaya çıkar. Fakat kültürler bunların fonksiyonlarını kümelere ayırır. Mesela maneviyat dini kurumlara, zihin eğitimine indirgenebilir. Bu nedenle fonksiyonlar birbirinden ayrılır. Bazı kültürlerde bazı fonksiyonlar diğerlerinden daha önceliklidir. Mesela entelektüel boyut, maneviyat ve fizikten önceliklidir. Satir kendi sistem anlayışında bunların birbirinden bağımsız oluşuna dikkat çekmiştir. Eğer sistemle bağlantılı bir fonksiyon bozukluğu varsa sistemin bütün parçaları gözden geçirilmeli araştırılmalıdır (Satir, 2017, 49; Lee, 2001, s. 101).

c) Satir Aile Danışmanlığında Maneviyatın Deneysel /Empirik Boyutu

Virginia Satir'in zaman zaman eleştirildiği alanlardan biri Saitir'in yaptığı çalışmaları yazılı hale getirmemesi, kuramını yazılı olarak sistematik bir şekilde aktarmamasıdır (Cheung, 1997, s. 334) Satir aile terapisinde yapılan deneysel çalışmaların sayısı çok fazla değildir.

Rashidinejad vd. (2012,s. 39), Satir Aile Terapisi yaklaşımıyla bir Ebeveyn Eğitimi Programı hazırlayıp uygulamıştır**.** Ebeveyn grup eğitiminin ailenin duygusal durumları üzerindeki etkinliğini araştırmışlardır. Yarı deneysel olan bu çalışmaya 30 ebeveyn (15 deney-15 kontrol grubu), 90 dakikalık 8 seans olarak hazırlanmış programa katılmıştır. Yapılan ön test son test sonucunda programının, aile duygusal durumunun iyileştirilmesi üzerinde anlamlı şekilde etkili olduğu görülmüştür. Pan (2000, s. 305), Tayvan'da 42 üniversite öğrenciyle deneysel bir çalışma yürütmüş ve çalışmanın sonunda öğrencilerin aileleriyle olan ilişkiler ve rollerinin daha sağlıklı hale geldiğini gözlemlemiştir. Seligman (1981, s. 139), yaptığı vaka çalışmasında Satir modeliyle çalıştığı ailede olumlu bir dönüşüm yaşandığı, aile bireyleri arasındaki ilişkinin daha sağlıklı hale geldiğini söylemiştir.

Haitoglou (2017, s. 15), iş ve yaşam koçluğu uygulamalarında Satir modelinden nasıl yararlanılabileceğine dair teorik bir çalışma yapmıştır. Satir modelinin koçluk çalışmalarındaki verimi arttıracağını ifade etmiştir. Bozeman, (1984, s. 156) Satir aile terapisindeki iletişim yaklaşımını evli çiftlere vermiş olduğu eğitim programıyla bütünleştirmiştir. Uygulanan eğitim programı sonrasında çiftlerin iletişim problemleri azalmıştır. Carlock, (2008) gey ve lezbiyenlerle ilgili çalışmasında Satir modelinin gey ve lezbiyenlerin kültürel önyargı yükünü atmalarına, içselleştirilmiş homofobiden dolayı acılarını hafifletmek üzere kendi içlerine bakma yeteneğini kazanmalarına yardımcı olduğu görülmüştür. Yurt dışında Satir Aile Terapisi ile ilgili çalışmalar olmasına karşın ülkemizde Satir ile ilgili çalışmalar yok denecek kadar azdır. Aydın (2012, s. 10), Serabral palsi'li çocukların ailelerine yönelik kapsamlı bir eğitim, yönlendirme ve rehabilitasyon programı hazırlamış ve Satir'in yöntem ve tekniklerini kullanılmıştır. 6 hafta (18) saat süren eğitim programında serebral palsi'li çocuğa karşı tüm aile bireylerinin doğru bir tutum geliştirmesini sağladığı görülmüştür. Akça Koca (2017) Satir Aile Terapisinin manevi temelleri üzerine teorik bir çalışma yapmıştır.

Durak ve Fışıloğlu (2007) Satir Aile Terapisi yaklaşımıyla bir film analizi yapmışlardır. Ayrıca, Cihan ve Karakaya (2017) Satir'in aile terapisine katkı sağlayan düşüncelerini ortaya koyan teorik bir araştırma yapmıştır.

Satir, hem aile terapisinin ortaya çıkışı hem de aile terapisinde maneviyat boyutunun gündeme alınmasında öncülerden olmuştur. Yukarıda değindiğimiz gibi Satir aile terapisinin felsefi ve teorik kısmında maneviyat boyutu açıkça yer almaktadır. Lee, Satir aile Terapisindeki maneviyat boyutunun etkilerini belirlemek için bir ölçek geliştirmiş ve uygulamıştır. *Satir Temelli Uyum Ölçeği* (*Congruence Scale Based on the Satır Model*) 86 katılımcıyla geliştirilmiş bir ölçektir. Çalışmada yer alan katılımcılar Satir Aile Terapisiyle ilgili ya eğitim-terapilere katılmış kişilerden oluşmuştur (Lee, 2001, s. 172).

Satir Temelli Uyum ölçeği, 75 maddeden oluşmakta ve iç psişik (intrapsychic), kişilerarası (interpersonal) ve evrensel maneviyat (universial spiritual) boyutlarını ölçmektedir. Likert tipi ölçek "kesinlikle katılmıyorum-kesinlikle katılıyorum" arası yedi basamak içermektedir. Ölçek, buzdağı metaforuyla çalışılmış kişilere uygulanmış ve katılımcıların iç psişik, kişilerarası ve evrensel maneviyat boyutları arasında uyum bulunup bulunmadığına bakılmıştır. Bu üç boyut arasında uyum olduğunda bireyin gerçek yaşam gücünü elde ettiği kabul edilmektedir. Lee, ölçeği Satir aile terapisindeki "uyum"dan yola çıkarak geliştirmiştir. Ölçek,: '*Yaşam Gücünün' gizemi, Ruh ya da Tanrı'nın bir parçası olduğum için minnettarım.', 'İçimdeki bütünlüğe doğru giden bir yaşam gücü var'* vb maddeleri içermektedir.Yapılan çalışma sonunda katılımcıların iç psişik, kişiler arası, maneviyat ve sosyal boyutları arasındaki uyumun arttığı görülmüştür (Lee, 2001, s. 196). Satir aile terapisi ve maneviyat boyutyla ilgili yapılan bir diğer çalışma Bentheim'e (2005, s. 145), aittir. Bentheim, maneviyatın çiftlerin uyumu üzerindeki etkisini araştırdığı çalışmasında, Satir aile terapisine katılan çeşitli dine mensup çiftlerin manevi yaşamlarında da dönüşüm yaşadıkları ortaya koymuştur.

Çalışmamızda, hem Satir Aile Terapisinin yapısında olan evrensel maneviyat boyutu hem de İslam'daki maneviyat boyutunun etkileri yarı yapılandırılmış mülakat sorularıyla ortaya konmuştur. Mülakat soruları hazırlanırken Lee ve Bentheim başta olmak üzere Satir aile terapisinin evrensel maneviyat boyutuyla ilgili yapılan çalışmalar

incelenmiştir. Satir Aile Terapisi Modelinin yanı sıra diğer aile danışmanlığı modellerinde de maneviyat boyutunun olup olmadığı ve maneviyat boyutunun bilimsel olarak nasıl ortaya konduğuyla ilgili literatür taranmıştır. Mülakat soruları bütün bu bilgiler ve alanda çalışan uzmanların desteğiyle hazırlanmıştır.

Virginia Satir'in çalışmaları, eserleri ve aile terapisi uygulamalarında maneviyat başlığı altında tanımlamış olduğumuz gibi geleneksel maneviyattan ziyade evrensel/modern tanımıyla maneviyata yer verdiği görülmektedir. Maneviyatı *en derindeki Öz ile bağlantımız, ben, Öz, self* olarak tanımlayan Satir, ideolojik ve dini anlayışın ötesinde bireyin maneviyatı deneyimlemesini gerektiğini vurgulamış, çalışma ve uygulamalarında kendisi de maneviyatı bu şekilde ele almıştır. Satir aile terapisi başlığı altında ele alınan maneviyat kavramı modern anlamıyla maneviyatı içerirken çalışmanın nitel analiz kısmında araştırmacı tarafından çalışmaya dahil edilen maneviyat ise geleneksel tanımıyla İslam'daki maneviyatı kapsamaktadır.

2.3. MANEVİ YÖNELİM ÇERÇEVESİNDE KULLANILAN KAYNAK VE TEKNİKLER

Bu başlık altında maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinde kullanılan manevi kaynak ve teknikler tanıtılacaktır. Manevi kaynak ve teknikler araştırmacı tarafından Satir aile terapisi kuramı temel alınarak hazırlanan aile danışmanlığına entegre edilmiş ve manevi yönelimli aile danışmanlığı modeli oluşturulmuştur. Manevi kaynak ve teknikler İslam'ın evlilik ve aileye bakışına uygun şekilde oluşturulmuştur. Bu bağlamda öncelikle maneviyat yönelimli aile danışmanlığı bağlamında dini ve manevi kaynaklardan yararlanılarak oluşturulan şükür günlüğü ve dua bağı tekniklerinden söz edilecektir. İlk seanstan başlanarak son seansa kadar şükür ajandası ve dua bağı danışanlara ev ödevi olarak verilmiş ve seanslar sırasında değerlendirme ve takibi yapılmıştır. Daha sonra İslam kaynaklarında yer alan ve terapi sırasında kullanılan sadakat ve güven, sevgi, mahremiyet, yakınlık, takdir etme, affetme, güzel söz ve şakalaşma, yumuşak davranma/hilm ve sabırdan söz edilerek terapide nasıl ve hangi bağlamda kullanıldıklarına dair somut örnekler verilmiştir. Teorik bilgiden öte terapide kullanıldığı bağlamın ve kullanım şeklinin somut bir şekilde ortaya konmasındaki amaç benzer çalışmalar için örnek teşkil etmesini sağlamaktır. Son olarak

terapi sürecinde karşılaşılan dini yanlış algılama, yanlış ya da eksik dini bilgilerden kaynaklanan sorunların tespiti ve terapide kullanılan çözüm önerileri yer almaktadır.

2.3.1. Manevi Yönelim Çerçevesinde Kullanılan Teknikler

İlk seanstan son seansa kadar danışanlara şükür ve dua ödevi verilmiş, verilen ödevler seanslar sırasında gözden geçirilerek terapötik çerçevede ele alınmıştır.

a) Şükür Günlüğü

Arapça *ş-k-r* kökünden türetilen şükür, kelime anlamı olarak övmek, methetmek, yapılan iyiliği bilme, iyilik edeni övme, minnettarlık anlamlarına gelmektedir. Terim olarak şükür, Allah'tan ya da insanlardan gelen iyilikten dolayı onlara karşı olan minnettarlığını belli etme, mukabelede bulunma, derin bir saygıyla iyiliğin sahibini anma olarak tanımlanmıştır (Çağrıcı, 2020b, s. 1; Göcen, 2014, s. 29; Yılmaz Çıtır, 2016). Şükran ile minnettarlık kavramı hem günlük yaşam hem de akademik alanda zaman zaman birbiri yerine kullanılmaktadır. Bu iki kavramın ortak yönleri olmakla birlikte, aralarında farklılık bulunmaktadır. Şükran hem manevi hem de kişiler arası boyutu içerirken, minnettarlık yalnızca kişiler arası boyutu içermektedir. Şükran içinde minnettarlığı da barındıran daha geniş bir kavramdır. Minnettarlık şükran kavramının kişiler arası ilişkilerdeki somut boyutunu ifade etmektedir (Karataş ve Uzun, 2020, s. 411).

Pozitif psikoloji yaklaşımının etkisini arttırmasıyla birlikte ruh sağlığı alanında bireylerin manevi kaynaklarına yapılan vurgu artmış ve çalışmaların ekseni patoloji ve sağlıklı davranışlardan sağlık ve kaynaklara kaymıştır. Bu bağlamda şükürle ilgili yapılan çalışmaların sayısında bir artış yaşanmıştır (Kardaş ve Yalçın, 2018, s. 2). Ayten, vd., (2012, s. 76) hasta, hasta yakınları ve hastane çalışanları ile yaptığı araştırmada hayat memnuniyeti ve şükür arasında güçlü bir pozitif ilişki bulunmuştur. Kadınlarda dış kaynaklı şükür düzeyi, şükrü ifade etme, minnettar olma, şükretme halinin erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Şükürle öznel ve ilişkisel iyi oluşa katkı sağlamaktadır. Dinler iyi bir hayata giden yolun şükran duygularını geliştirmekten geçtiğini söyler (Emmons ve Crumpler, 2000, s. 56). Froh, vd. (2009, s. 633) araştırmasında şükür ve hayat memnuniyeti, optimizm, sosyal destek, pro-sosyal

davranışlar arasında pozitif, fiziksel semptomlar arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Literatürde yer alan şükür ve minnettarlık müdahale metotları genel olarak dört başlık altında toplanabilir.

1. Üç İyi Şey: Bireylerin hayatlarında iyi giden üç iyi şeyi yazmanın yanı sıra sebepleriyle birlikte açıklamalarını da içeren yöntemdir. Bu yöntemle şükrün katılımcıların mutluluk oranının artırıp, depresif semptomlarının azaldığı ortaya konmuştur (Seligman vd., 2005, s. 415).

2. Zihinsel Çıkarım: Şükür ve minnettarlık için kullanılmış diğer bir yöntem ise zihinsel çıkarımdır. Katılımcılardan hayatlarında gerçekleşmiş olan olumlu bir olay gerçekleşmemiş olsaydı hayatlarının nasıl olacağını hayal etmeleri istenmiştir. Katılımcılar, bunu hayal etmenin sahip oldukları nimetlerin farkına varmalarını sağladığı için kendilerini daha iyi hissettiklerini ifade etmişlerdir (Koo, vd., 2008, s. 9).

3. Minnettarlık/Şükran Mektubu ve Şükran Ziyareti: Bireylerin daha önce teşekkür etmesi gerekirken teşekkür edemediği birine bir teşekkür mektubu yazmaları ve sonrasında bir teşekkür ziyareti gerçekleştirmesini içeren metottur. Katılımcıların mektup yazmasının iyi oluş ve mutluluk seviyelerinde olumlu yönde bir artış sağladığını ortaya koymuştur (Lyubomirky, vd., 2011, s. 17)

4. Şükür Günlüğü: Bireylerin şükür ve minnettarlık duygularını arttırmak için kullanılan bir metottur. Katılımcılar günlük veya haftalık olarak şükran ve minnettarlık duydukları şeyleri yazarlar, sahip oldukları nimetleri sayarlar. Şükür günlüğü kişinin günlük yaşam içerisinde şükür edebileceği şeylere odaklanarak şükrettiği şeyleri, hayatının olumlu yanlarını düzenli olarak bir yere kaydetmesi ya da anlatmasıdır (Göcen, 2015, s. 243). Son dönemlerde yoğun bir şekilde terapiye yardımcı bir metot olarak kullanılmaktadır. McCullough ve Emmons (2003, s. 387) yaptıkları çalışmada şükür günlüklerinin yaşam memnuniyetini arttırıcı bir etkisi olduğu, uyku düzeni ve yaşam kalitelerini arttırırken, negatif etkileri azalttığı ortaya koymuştur. Rash, vd., (2011, s. 350) yaptıkları çalışmada şükür günlüklerinin yalnızca kısa vadede değil uzun vadede de bireylerin yaşam doyumu ve öz değerini arttırıcı etkisi olduğunu ortaya koymuşlardır. Lyubomirsky ve Layous (2013, s. 57) şükür ve nezaket gösterme gibi

olumlu davranışların iyi oluş ve mutluluk düzeyini arttırdığını ortaya koymuştur. Yine Seheldon ve Lyubomirsky (2006, s. 73) yaptığı 4 haftalık deneysel çalışmada şükrün pozitif ruh halinin artmasına katkı sağladığını bulmuştur. Şükür günlüğü yalnızca yetişkinlerde değil çocuk ve gençlerde de olumlu sonuçlar ortaya çıkarmıştır. Froh, vd. (2007, s. 1) Şükür günlüğü tutan çocuk ve gençlerin öznel iyi oluşları, ilişkisel destek ve prososyal davranışlarında anlamlı bir artışın görüldüğünü raporlamıştır. Sosyal ve duygusal desteği artması akademik başarıda da bir artış yaşanmasını sağlamıştır.

Yurt dışında son dönemlerde daha yoğun bir şekilde çalışılan şükür konusu Türkiye'de yeni bir çalışma alanı olarak karşımıza çıkmaktadır. Göcen (2015, s. 254) yaptığı çalışmada 20 gün boyunca şükür günlüğü tutan 11-12 yaşlarındaki 66 çocuğun yaşam memnuniyetinin anlamlı bir şekilde arttığını ortaya koymuştur. Göcen (2016b, s. 240), bir başka çalışmasında çocuk evlerinde kalan ve yaşları 8-14 arasında değişen 14 çocukla yaptığı diğer çalışmasında çocuklardan 20 gün boyunca şükür günlüğü tutmalarını istemiş ve çalışma sonunda çocuklarla mülakat yapmıştır. Çocukların hayatlarındaki eksikliğe rağmen sahip oldukları şeylere karşı farkındalıklarının yüksek olduğu, şükretme oranındaki farklılığa rağmen şükretmenin mutlulukla olan ilişkisini fark ettirmiştir. Göcen, şükür günlüğünün yaşam memnuniyeti, Allah'a yakınlaşma, düşünce ve davranışlarına katkı sağladığını ortaya koymuştur (Göcen, 2016b, s. 257). Şükür günlüğüyle alakalı Göcen'nin yaptığı diğer çalışmada yaşları 11-12 arasında değişen alt ve orta sınıf 70 çocuktan 20 gün boyunca şükür günlüğü tutmaları istenmiş ve elde edilen bulgulara göre şükrün maneviyat ve yaşam doyumu arasında pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur. Çalışma, şükrün artmasının maneviyatın artmasıyla ilişkili olduğu ortaya koymuştur (Göcen, 2016c, s. 204).

Terapide Örnek Kullanımı

Çalışmamızda yukarıda sayılan metotlar arasında Şükür günlüğü metodu seçilmiş ve şükür günlüğü çiftler için yeniden yapılandırılmıştır. Çiftlere ev ödevi olarak "*Kendim için şükrettiklerim, eşim için şükrettiklerim, ilişkim/ailem için şükrettiklerim*" başlıklarını içeren günlük tutmaları istenmiş ve seanslarda eşlerin yazdıkları üzerine konuşulmuştur (Bkz: EK-6). İlk seanslarda çatışmalı çiftler özellikle "eşim için şükrettiklerim" bölümünü yazmakta zorlandıklarını söylemiş, hatta bazı

çiftler ilk seanslarda bu bölümü doldurmamışlardır. İlerleyen seanslarda şükür günlüklerine yazılan şeyler genel olandan daha özel olan durumlara doğru bir değişim göstermiş ve şükür günlüğüne yazılanların sayısı artmıştır. Şükür günlüğü ile ilgili nitel bulgular çalışmamızın sonuç kısmında değerlendirilmiştir (Bkz: Sayfa, 256).

b) Dua Bağı

Çağırma, seslenme, isteme, yardım talebi anlamına gelen dua küçükten büyüğe iletilen talep, niyaz anlamında kullanılmaktadır. İslam'da kulun Allah'a aczini ifade ederek yardım talep etmesi, Allah'a yakarma, yardıma çağırma, bir ihtiyacını arz etme, Allah'ın birliğini tanıma anlamlarına gelmektedir. Duanın amacı kulun Allah'a halini arz etmesidir (Cilacı, 2020, s. 1; Parladır, 2020, s. 1) Başka bir ifadeyle dua, kulun bütün benliğiyle Allah'a dönerek O'ndan istek ve talepte bulunması ve bu amaçla yapılan ibadet şeklidir. Kuran'da duayla ilgili ayetlere geniş bir yer ayrılmıştır. Kuran'da doğrudan duayla alakalı 200 ayetin bulunmasının yanısıra tövbe, istiğfar ve Allah'a isteklerini ileten pek çok ayet de geniş anlamda duayla alakalıdır. Kuran'da Allah'a dua etme emredilmiş, nasıl dua edileceği ve tesirleri üzerinde durulmuştur (Çağrıcı, 2021, s. 1).

Dua kulun Allah ile vasıtasız iletişime geçme halidir. Birey özellikle çaresizlik ve yoksunluk anlarında yüce bir varlığa sığınma, yardım isteme ihtiyacı duymaktadır (Öztürk, 2018, s. 16). İnsanın bu ihtiyacı, Kuran'da da belirtilmiştir (Fussilet Suresi, 49. Ayet; İsrâ Suresi, 11. ayet; Lokmân Suresi, 32. ayet; Rûm Suresi, 31. ayet; Yûnus Suresi, 12. ayet). Yine sıkıntılı durum geride kaldığında dua ve sığınma ihtiyacının zayıfladığı söylenmiştir (Fussilet Suresi, 51.ayet; İsrâ Suresi, 67.ayet; Lokman Suresi, 32. ayet; Zümer Suresi, 8.ayet). Peygamber Efendimiz "*Dua ibadetin özüdür*" (Tirmizi, Daavat, 1) buyurmuş yine Kuran'da Rabbimiz yalnız kendisine dua edilmesi gerektiğini (Araf Suresi, 29, 56, 180. ayet; Ğafir Suresi, 65, 14. ayet) başka bir varlıktan yardım istenmeyeceğini (Fatiha Suresi, 4. ayet; Yunus Suresi, 106. ayet; Şuara Suresi, 213. ayet; Kasas Suresi, 88.ayet) insanlar dışında melek cin ve yaratılmış olan her şeyin dua ettiğini (Araf Suresi, 14.ayet; Cin Suresi, 2, 16, 20. ayet; Ğafir Suresi, 7 ayet; Hicr Suresi, 36. ayet; Sad Suresi, 79. ayet) insanın kıymetini duadan aldığını (Furkan Suresi; 77. ayet) bildirilmiştir.

Duaları konularına göre istek ve dilek duası, şükür duası, şefaat duası, tapınma ve övgü duası, günahları itiraf ve bağışlanma duası olarak sınıflandırılmıştır (Öztürk, 2018, s. 30-32; Horozcu, 2010a, s. 38). Kişinin kendisi için yaptığı istek dualarının en başında sağlık gelmektedir. Araştırmalar, bireylerin özellikle hastalık dönemlerinde duaya yöneldiğini ortaya koymuştur (Horozcu, 2010a, s. 43). Dinler, özelde İslam'da kişinin yalnızca kendisi için değil başkaları içinde dua etmesi gerektiğini salık veren örnek ve emirler yer almaktadır. Kişinin başkası için yaptığı duanın geri çevrilmeyeceği (İbn Mâce, Menâsik, 5, 2340, C. II, Riyad, Mektebtü'l İslami, 1986), ve bu duaya meleklerin "amin" (İbn-i Mace, Menasik, 5.) diyeceğine dair rivayetler başkası için yapılan duanın önemine işaret etmektedir. Başkası için yapılan duada menfaatin olmayışı ve diğergamlığın ön planda olması nedeniyle iç güdümlü dua türü olduğu kabul edilmiştir (Horozcu, 2010a, s. 44).

Dua, yaşanılan üzüntü karşısında yüce bir güce sığınma imkânı verdiği için bireye dayanma gücü ve ümit verir. Dua, zor durumda kalan insanların sıklıkla başvurduğu dini bir etkinliktir. Psikosomatik rahatsızlıkların iyileşmesinde duanın olumlu etkisi olduğu görülmüştür (Ayten, 2012, s. 42; Doğan, 1997, s. 37, 42). Doğan yaptığı çalışmada katılımcıların büyük bir kısmının dua ederken bir hafifleme ve huzur hissettiklerini, dualarının kabul olacağına dair güçlü bir inanca sahip oldukları, stres, çaresizlik, başarılı olma, kendine güvenmeme, çaresizlik gibi durumlarda daha sık dua ettiklerini ve duanın faydasını gördüklerini ifade etmiştir (Doğan, 1997, s. 99-100).

Kaygı bozukluğu, depresyon, korku gibi rahatsızlıkların tedavi sürecinde olumlu etkilerinin olduğunu ortaya koyan araştırmaların olması, duanın terapiyi destekleyen bir kaynak olarak kullanılabileceğini göstermektedir (Güzel, 2009, s. 118) Araştırmalar dua etmenin yaşlılardaki depresif semptomları azalttığı, bakımını üstlendiği bir hasta ya da engelli çocuğu olan bireylere duanın güç ve umut verdiğini ortaya koymaktadır (Plante ve Sharma, 2001, s. 242-244).

Terapide Örnek Kullanımı

Çalışmamızda, ilk seanstan itibaren çiftlerden kendileri, eşleri ve ilişkileriyle ilgili dua etmeleri istenmiştir. Özellikle yüksek çatışmalı çiftlerden bazıları ilk birkaç seansta eşlerine duydukları öfke ve yaşamış oldukları hayal kırıklığı nedeniyle eşlerine dua etmekte zorlandıklarını dile getirmişlerdir. Seanslarda bu danışanların öfke ve hayal kırıklıkları üzerine çalışılmıştır. Dua konusunda çalışılan diğer bir boyut ise duanın kabul edilmediği inancı sonucunda hissedilen hayal kırıklığı ve maneviyattan uzaklaşmadır. Bir danışan ile "Dualarım kabul olmadığı için dua etmeyi bıraktım" inancı ve bu inancın etkileri çalışılmıştır. Bu bağlamda, dua etmenin danışan için anlamı, dualaların kabul edilmemesinden dolayı yaşadığı hayal kırıklığı ve umutsuzluk üzerine çalışılmış ve danışan çalışmanın sonucunda yeniden dua etmeye başlamış, suçluluk duymadığını ve rahatladığını ifade etmiştir.

Seanslarda yer alan dua ödevleriyle ilgili üzerinde durulması gereken ikinci nokta danışanların yaptığı duanın içeriğidir. Danışanların ilk haftalarda yapmış oldukları dualaların daha genel olduğu görülmüştür "Allah'ım sağlık ver, huzur ver, bana sabır ver vb." Terapist, danışanların yaptığı dualarını seanslar sırasında ele alarak danışanları dua sırasında pasif oldukları pozisyondan daha aktif ve kendi kaynaklarına vurgu yapan, daha özel dualara döndürmeye çalışmıştır. "Allah'ım eşimle ve ailemle daha huzurlu olabilmek için yollar bulmamızda bize yardım et, Allah'ım öfkemi kendime ve kimseye zarar vermeden ifade etmem ve bu duyguyu yönetebilmem için bana yardım et, Allah'ım eşimle birbirimizi anlamamız için yeni yollar bulma noktasında bizi destekle vb.". Danışanlara ihtiyaç ve özlemleriyle ilgili sahip oldukları kaynakların hatırlatılması ve bu noktada onları harekete geçirmek için dua yapıları danışanlarla birlikte oluşturulmuştur.

Seanslar sırasında danışanlardan kendileri, eşleri ve ilişkilerine dair şikâyetlerini nasıl dua diline döndürebilecekleri üzerinde çalışma yapılmıştır. Burada amaç danışanların olumsuz atıflarını olumlu bir şekilde yeniden çerçevelemek ve şikayeti bir istek ve ricaya dönüştürebilmektir. Yine danışanların şikâyetleriyle birlikte özlem ve ihtiyaçları da zaman zaman dua diline dönüştürülmüştür. Danışanlar bu şekilde ifade etmenin umutlarını arttırdığını, rahatlatıcı olduğunu ve kendilerine iyi

geldiğini söylemişlerdir. Dualar ilk seanslarda danışanların ifadesiyle "daha genel ve ezbere iken" seanslar sırasındaki yapılandırmalardan sonra "daha özel ve daha derin" anlamlar kazanmış bu duaların içeriğine de yansımıştır. Seansların bitiminde danışanlarla dua uygulamalarıyla ilgili mülakat yapılmıştır (Bkz: Sayfa, 236).

2.3.2. Dini-Manevi Kaynaklar

İslam'da sağlıklı bir ailenin kurulması ve devamı için muhabbet, merhamet, adalet, sorumluluk, mahremiyet ve nezaket gibi değerlerin üzerinde durulmuştur (Karahan, 2020, s. 27). Çalışmamızın bu kısmında çiftlerin ihtiyaçlarına göre seçilip terapilere dahil edilen sadakat ve güven, sevgi, mahremiyet gibi değerler üzerinde durulacaktır. Sözü edilen değerler İslam'daki kaynaklarıyla kısaca tanıtıldıktan sonra terapi sırasında hangi bağlamda kullandığına dair somut örnekler sunulacaktır. Burada amaç, alanda çalışma yapan uzman ve uygulayıcılar için teorik olan bilgilerin hangi bağlamda ve nasıl kullanılabileceğine dair örnekler sunabilmektir.

a) Sadakat ve Güven

Sadakat genel anlamıyla bireyin inandığı değerlere uygun şekilde davranmasını ifade etmektedir. Dini manada sadakat, hem Allah'a bağlılık, hem de bu bağlılığa uygun olarak insanlara aidiyet ve bağlılık olarak düşünülebilir (Okumuş, 2019, s. 13). Sadakat, söz ve davranışın kopmaz bir bağa sahip olup, birebir bütünleşmesini ifade etmektedir. Sıdk, doğruluk, söz, duygu, düşünce ve davranışın örtüşmesini ifade eder. Diğer bir anlamıyla sıdk bağlılık demektir (Özdemir, 2019, s. 37). İslam'da sadakat, güven, doğru sözlü olma yalnızca evlilik noktasında değil müminin hayatının her alanında bulunması gereken hasletler olarak kabul edilmiştir. Verdiği sözü tutmak,[5] Allah'a verdiği söze sadık kalmak,[6] doğru sözlü olmak gerektiği[7] Kuran ve hadislerde bildirilmiştir.

---

[5] "*Verdiğiniz sözü ve yaptığınız antlaşmayı yerine getirin. Çünkü verilen söz, sorumluluğu gerektirir*." (İsrâ Suresi, 34.Ayet)

[6] "*Ey iman edenler! Allah'a karşı sorumluluğunuzun bilincine varın ve dürüst kimselerle birlikte olun*!" (Tevbe Suresi, 119. Ayet)

[7] "*Doğru sözlü, doğru özlü erkek ve kadınlara Allah, bağışlanma ve büyük ecir hazırlamıştır*." (Ahzab Suresi, 35. Ayet)

Tuttle ve Davis (2015, s. 475) yaptıkları araştırmada dindar olan çiftlerin olmayanlara oranla eşlerini daha az aldattığını ortaya koymuştur. İslam'da bireyler, en önemli ahlaki değerlerden biri olan sadakati, hayatın diğer alanlarında olduğu gibi evlilikte de sağlamakla mükelleftir (Acar, 2017, s. 6). Eşlerin birbirine sadık kalması sağlamak için zina Kuran'da yasaklanmıştır. [8] "*Zinaya yaklaşmayın. Zira o, bir hayâsızlıktır ve çok kötü bir yoldur*" (İsra süresi, 32. ayet). "Zinaya yaklaşmayın" şeklindeki emir zina etmekten değil zinaya yaklaştıracak fiillerden de sakınılması gerektiğini bildirmektedir. Ayet, zinanın yasak olmasının yanında, koruyucu tedbirler alınması gerektiğine de işaret etmektedir. Hz. Muhammed zinadan kaçınılması gerektiğini şu şekilde ifade etmiştir "*Hiç şüphe yok ki, Allah insanoğluna zinadan nasibini yazmıştır. Hiç şüphesiz insan, buna kesinlikle erişecektir. Gözlerin zinası (mahremi olmayan kadına şehvetle) bakmaktır. Dilin zinası, konuşmaktır. Nefis, temenni eder ve iştah duyar. Cinsel organ ise, bu uzuvların hepsinin arzularını ya gerçekleştirir (fiiliyata döker) yahut bunları bırakarak yalanlar* " (Buhâri, İsti'zan, 12, Kader, 9; Müslim, Kader, 20; Ebû Dâvûd, Nikâh, 42).

Sadakat ve bağlılık kavramının yakın bir ilişkisi söz konusudur. Eşler arasında sadakatin olması aileyi ayakta tutan önemli bir etkendir. Aile bireyleri arasında güven ve sadakat olması sağlıklı bir aile olunması için gereklidir. Günümüzde en yakıcı ve can alıcı problemlerden biri de yakın ilişkilerdeki sadakat ve güvenin sarsılmasıdır (Koç, 2019, s. 43; Okumuş, 2019, s. 23).

Türk Medeni Kanununun (TMK), "Evliliğin Genel Hükümleri" 185. madde 3. Fıkrasında "*Birbirine sadık kalmak, birbirine yardımcı olmak ve birlikte yaşamak*" eşlerin birbirine karşı yükümlülükleri arasında sayılmıştır. Yine, TMK'nun 166/1

---

[8] "*Onlar, Allah ile beraber başka bir İlah'a tapmazlar. Allah'ın haram kıldığı canı haksız yere öldürmezler ve zina etmezler. Kim bunları yaparsa 'ağır bir ceza ile' karşılaşır*." (Furkan Suresi, 68. Ayet)
"*... Öyleyse iffetli yaşamaları, zina etmemeleri ve gizli dost da tutmamaları şartıyla ve ailelerinin de izniyle onları nikâhlayıp alın, mehirlerini de âdete uygun olarak verin. Evlendikten sonra bir fuhuş yaparlarsa onlara, hür kadınların cezasının yarısı gerekir. Bu, içinizden günaha düşmekten korkanlar içindir; sabretmeniz ise sizin için daha hayırlıdır. Allah çok bağışlayıcı ve esirgeyicidir*." (Nur Suresi, 25.Ayet).
"*Ey peygamber hanımları! Sizden kim açık bir hayasızlık yaparsa onun cezası ikiye katlanır, bu Allah için kolay bir şeydir*." (Ahzab Suresi, 30.Ayet).

maddesinde cinsel içerikli sitelere girme, iletişim araçlarıyla güven sarsıcı davranışlar sergileme, akşam geç saatlerde açıklama olmaksızın uzun süreli telefon görüşmeleri yapma, kendini bekar olarak tanıtıp başkalarıyla arkadaşlık yapma vb. filler evlilik birliğini derinden sarsan fiiller olarak kabul edilip boşanma nedenleri arasında kabul edilmiştir (Aydeniz, 2019, s. 62; Çapçıoğlu, 2019, s. 95).

Aldatmanın duygusal nedenleri arasında ilişki sorunları, duygusal tatminsizlik, mutsuz, yalnız hissetme, daha yüksek statüdeki biriyle birlikte olma, aşık olma, egoyu tatmin etme isteği, başka biri tarafından arzulanma sayılabilir. Cinsel nedenleri arasında cinsel sorunlar ve tatminsizlik, cinsel fantezi arzusu, doğumdan sonra eşin önüne geçen anne imgesi, erkeklerin ileri yaşta hala cinsel güçleri olduğunu gösterme arzusu, seks bağımlılığı, ilaç ya da alkolün etkisiyle cinsellik yaşama, özgürlük duygusu sayılabilir. Davranışsal nedenler arasında monotonluktan kaçış, partnerin davranışından sıkılma, çatışma, arkadaş etkisi, ilişkiyi bitirme isteği, rol modelden öğrenme, kıskandırma, intikam, internet üzerinden kurulan ilişkiler yer almaktadır (Kankaya, 2015, s. 35; Weeks ve Keçe, 2017, s. 26-27). Evliliğin ilk 5 ve 20. yılında olan çiftlerde aldatma eğilimi artmaktadır (Çavuşoğlu, 2011, s. 42).

Sadakatsizliğe uğrayan bireylerde kimlik kaybı, özel olmadığını hissetme, kendilik saygısında azalma, kendine ve partnerine yönelik öfke ve suçluluk, düşüncelerini kontrol edememe, tekrar eden kontrol davranışları, adalet inancında sarsılma, kurulan bağın kaybı, amaç ve yaşama isteğinin kaybı görülebilir. Sadakatsizlik yapan tarafta ise çaresizlik, belirsizlik, öfke, yalnızlık, suçluluk ve utanç, umutsuzluk görülmektedir (Sungur, 2017, s. 209-217)

Terapide Örnek Kullanımı

Çalışmaya katılan 4 çift, evliliklerindeki problem alanlarından birinin de sadakatsizlik olduğunu bildirmiştir. Biri kadın olmak kaydıyla sadakatsizlik yaptığı söylenen 3 kişi erkektir. Terapi esnasında eşlerin sanal olarak başka kişilerle yazıştığına dair bilgiler paylaşılmıştır. Yine bir kadın ve bir erkek olmak üzere iki danışan porno izlemeleri nedeniyle evliliklerinde sorunlar yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Danışanlardan biri evlendikten kısa bir zaman sonra eşinin kendisini sürekli olarak

aldattığını dile getirmiştir. Söz konusu danışan yapılan 7 seans sonrasında seansları bırakma kararı aldığını bildirdiği ve seansların hepsini tamamlamadığı için çalışmaya dahil edilmemiştir. Aldatma ile ilgili yaşanan sıkıntıyla başvuranlardan sadece bir çift seanslara birlikte katılmış, diğer danışanların eşleri seanslara dahil olmak istemediklerini bildirmişlerdir. Güven kırılmasıyla başvuran danışanların ihtiyaçları göz önüne alınarak terapilerde dini ve manevi kaynaklara yer verilmiştir. Aldatmayla çalışmak bir süreci gerektirdiği ve çeşitli aşamaları olduğu için her bir aşamasında farklı dini ve manevi kaynaklara başvurulmuştur. Bu aşamalara bir çiftle yapılan seanslar üzerinden birkaç örnek verilecektir.

Terapist öncelikle çiftin aldatmanın hangi evresinde (şok, inkâr, sorgulama, kabul ve yaraları sarma) olduğunu belirlemiştir. Çifte, buzdağı metaforu yoluyla her iki tarafın da (aldatan-aldatılan) yaşanan durumdan yara aldığı, acı çektiği gösterilmeye çalışılmıştır. Çifte bu noktada bilimsel araştırmalardan yola çıkarak psikoeğitim verilmiş, aldatma süreci ve iyileşmelerin mümkün olduğu aktarılmıştır. Danışanlara aynı zamanda "*…Eğer karı ile kocanın aralarının açılmasından endişelenirseniz o zaman kendilerine erkeğin ailesinden bir hakem, kadının ailesinden bir hakem gönderin. Bunlar barıştırmak isterlerse Allah, aralarındaki dargınlık yerine uyuşma lütfeder...*" Nisa Suresi, 35. ayet hatırlatarak çaba gösterdiklerinde aldatmadan doğan problemlerin çözülebileceği söylenerek umut oluşturulmuştur.

Terapinin ilerleyen sürecinde eşlerin birbirinin örtüsü olduğunu anlatan Bakara Suresi 187. ayet hatırlatılmış ve bunun üzerine konuşulmuştur. Eşlerin her birinin neye ihtiyacı olduğu, evliliği bu noktaya getiren problemlerin ne olduğu, ilişkinin devamı için neye ihtiyaç duydukları ve bunu nasıl sağlayabilecekleri danışanlarla çalışılmıştır. Aldatılan eşin aldatma konusundaki inançları, kendisine nasıl bir söz verdiği, suçluluk hissi, kendine kızma, aldatmayla ilgili aldığı karar, güven kırılması sonrasında kendini ve eşini affetme üzerine çalışılmıştır. Aldatan kişiyle de seanslar boyunca hissettiği utanç, öfke, hayal kırıklığı ve üzüntüyle çalışılmıştır. Danışanlarla hem içsel hem de etkileşimsel sistemde çalışma yapılmıştır.

Danışanlar, kendilerini dindar olarak tanımladıkları için çalışılan diğer nokta günah algısı, eşlerinin dindarlığını nasıl algıladıkları ve affetme boyutudur. Dindar

danışanlar, eşlerinin günaha girdiğini ve iyi bir Müslüman olmadığını, evlenmeden önce dindar olarak kabul ettikleri eşlerinden bu tarz bir davranış beklemedikleri, eşlerinin dindarlığı noktasında da hayal kırıklığına uğradıklarını ifade etmişlerdir. Terapi sürecinde eşlerin zihnindeki dindarlık kavramı ele alınmıştır. Yine bu süreci desteklemek için "*Ancak tövbe ve iman edip iyi davranışta bulunanlar başkadır; Allah onların kötülüklerini iyiliklere çevirir. Allah çok bağışlayıcıdır, engin merhamet sahibidir*." Furkan Suresi 70. ayet ve benzer ayetlerle (Meryem Suresi, 60. ayet; Taha Suresi, 82. ayet) tövbe ettikten sonra iyi işler yapanların affedileceği, bu noktada güven kıran eşin ilişkisi için hangi iyi davranışlarda bulunabileceği üzerine konuşulmuş, danışanlara ev ödevleri verilmiştir. Güveni kırılan taraf ise eşini affetmesi için desteklenmiş, kendisinin ve ilişkinin neye ihtiyacı olduğu ve nasıl karşılanabileceği üzerine çalışılmıştır. Seansların bitiminde çift evliliği devam ettirme kararı almış ve içinde bulundukları krizi, ilişkiyi iyileştirmek için bir fırsata dönüştürme imkânı bulduklarını söylemişlerdir.

b) Sevgi

İslamda eşler ve aile bireyleri arasındaki sevgi önemlidir. Rum Suresi 21. Ayette "*Kendileriyle huzur bulasınız diye sizin için türünüzden eşler yaratması ve aranızda bir sevgi ve merhamet var etmesi de onun (varlığının ve kudretinin) delillerindendir. Şüphesiz bunda düşünen bir toplum için elbette ibretler vardır*." buyrulmuş, sevginin eşler arasında ne kadar önemli olduğunu bildirilmiştir. Ayette eşler arasında var edilen sevgi bağının, Allah'ın varlığının delillerinden kabul edildiği belirtilmiştir (Martı, 2019, s. 68).

Hz. Muhammed sevgisini pek çok şekilde dile getirmiş, eş ve ailesine sevildiklerini hissettirmiştir, eşleri çocukları ve torunlarına sevgisini gösterme ve ifade etme noktasında ayrımcılık ve adaletsizlik yapmamıştır. Eşlerine karşı olan sevgisini hem söz hem de davranışlarıyla pek çok şekilde dile getirmiş ve hissettirmiştir (Tarhan, 2019, s. 37; Özarslan, 2011, s. 114). Eşlerine, onları sevdiğini söylemiştir. Hz. Aişe'ye kördüğüm gibi sevdiğini ifade eden Hz. Muhammed eşleriyle birlikte vakit geçirerek

onlara olan sevgisini göstermiştir (İbn Hanbel, Müsned, 6/ 210).[9] Hem devlet başkanı hem de Peygamber olmasına rağmen ailesine özel zaman ayırmış, ihmal etmemiştir. Eşlerinin isteklerini makul ölçülerde karşılamaya çalışması, yardım etmesi, şakalaşması, sohbet etmesi sevginin farklı ifade biçimlerindendir (Akgül 2011, s. 102). Hz. Muhammed hem kendisi eşlerine sevgini en güzel biçimde göstermiş hem de gösterilmesini tavsiye etmiştir. "*Ey insanlar! Kadınların haklarına riâyet ediniz! Onlara şefkat ve sevgiyle muamele ediniz! Onlar hakkında Allah'tan korkmanızı tavsiye ederim. Siz kadınları, Allah emaneti olarak aldınız; onların namuslarını ve iffetlerini Allah adına söz vererek helâl edindiniz!*" (Sahîh-i Buhârî Muhtasarı, X. 398).

Çiftler birlikteyken güvenlik, sevgi, ait olma gibi ihtiyaçlarını karşılama noktasında karşılıklı bir paylaşım içindedirler (Güren, 2017, s. 48). Eşler karşılıklı olarak birbirleri tarafından sevildiklerini hissetmek isterler. Eşler arasındaki sevginin ifade edilmesi, sevgi dilinin eş ve aile üyeleri arasında ihtiyaç duyulduğu oranda paylaşılabilmesi evlilikten alınan doyumu arttırmada oldukça önemlidir (Kahveci 2016, s. 2). Bu bağlamda danışanlara sevgiye dair sahip oldukları dini kaynakları hatırlatılmış ve bu kaynağın aktif bir şekilde kullanımı için danışanlar cesaretlendirilmiştir. Yine Allah'ın eşler arasında var etmiş olduğu sevgi ve merhamet duygusuna vurgu yapılarak aile üyelerinin bu konuda ne hissettiği, sevgiyi nasıl ifade ettikleri danışanların buzdağı üzerinden konuşulmuştur.

Terapide Örnek Kullanımı

Danışan-5 ile oluşturulan terapi hedeflerinden biri de eşler arasındaki iletişim problemlerini çözmektir. Kadın eş, seansta "*Eşim bana değer vermiyor, beni sevmiyor*." demiştir. Erkek eş eve vaktinde geldiği, aslında eşini sevdiğini, arkadaşlarıyla değil de

[9] "Aişe validemiz Peygamberimizle yeni evlenmişti. Eşinin kendisini sevip sevmediğini; ne kadar ve nasıl sevdiğini merak etmekteydi. Aişe validemiz bu düşüncesini Peygamberimizle konuşmadan edemedi. *"Ey Allah'ın Resulü, beni seviyor musun?"* Peygamberimiz: "Evet, ya Aişe, tabi seviyorum!" dedi. Aişe validemiz nasıl sevdiğini de merak ediyordu? Hemen sordu. *"Beni nasıl seviyorsun?"* Peygamberimiz sevgi şeklini tanımladı, sevgili eşine: "Kördüğüm gibi." Bu cevap Aişe validemizi çok sevindirmişti. Çünkü kördüğüm açılmazdı. Açılmayan, bitmeyen sırlı bir sevgi demekti. Alacağı cevap onu çok mutlu ettiği için, Aişe validemiz Peygamberimize sık sık sorardı: *"Ey Allah'ın Resulü, kördüğüm ne alemde?"* Peygamberimiz, Aişe validemizi memnun eden cevabı verirdi her defasında: "İlk günkü gibi..." *(İbn Hanbel, Müsned, 6; 210)*

eşiyle zaman geçirdiğini, ama eşinin bunu görmek istemediğini ifade etmiştir. Terapist, öncelikle bu durumun çiftlerin içsel ve etkileşimsel süreçte nasıl etkilediği üzerine buz dağı metaforu yardımıyla çalışmış daha sonra ise sevgi dillerinden söz etmiştir (Chapman, 2019). Çiftin beş sevgi dilinden hangisinin en yoğun sevgi dilleri olduğunu anlamaları için girişimlerde bulunulmuştur. Bu girişimi desteklemek ve sağlamlaştırmak için İslami kaynaklarda yer alan "kördüğüm hadisi" gündeme alınmıştır. Hz. Aişe'nin eşi tarafından sevildiğini duymak istediği zaman bunu Hz. Muhammed'den talep ettiği zaman, Hz. Muhammed "*Beni seviyor musun*?" diye sorduğu kadın eşe hatırlatılmıştır. Eşi tarafından sevildiğini hissetme ve sevildiğinden emin olmaya ihtiyaç duyduğunda bunu eşinin anlamasını beklemeden kendisinin ifade edip, sorabileceği üzerine konuşulmuştur. Kadın eşin "*Ben sormadan söylemeli, ben sorunca ne kıymeti var.*" inancının gerçekliği üzerine çalışılmıştır. Erkek eşe de Hz. Muhammed'in "*Kördüğüm gibi ya Aişe*" cevabı hatırlatılarak, eşinin böyle bir talebi ya da ihtiyacını fark etmesi durumunda nasıl karşılık vereceği üzerine çalışılmış, seçenekler üretilmiştir. Erkek eşte var olan "*Seni sevdiğimi bilmiyor musun, illa söylemem mi lazım*" inancı üzerinde çalışılmıştır. Bütün bunların yanında, Allah'ın eşler arasında bir sevgi var ettiği, eşe sevgiyi ifade etmenin bir peygamber sünnetini yerine getirmek olduğu hatırlatılarak içsel kaynakları harekete geçirilmiştir.

c) Mahremiyet

Mahremiyet, bireyin başkalarıyla kuracağı ilişkilerde taraflara yüklediği hak ve sorumlulukları kapsamakta, başkasıyla paylaşımda konulan sınırları, bireyin korunmuş özel alanını ifade etmektedir (Oruç, 2018, s. 339). Ailenin devamlılığı için mahremiyeti korumak, sırları dışarı taşımamak dikkat edilmesi gereken hassas noktalardandır. Aile içindeki sırların dışarıya yansıması aileyi korunmasız hale getirebilmektedir. Aile ilişkilerinde bozulma, fitne, küskünlük ve kavga ortaya çıkmaktadır (Kaya, 2019, s. 16). Kuran'da eşler arasındaki yakın ilişki ve bağa işaret edilmiştir.[10] Hz. Muhammed eşlerinden birine bir sır vermiş eşi de onu diğer eşle paylaşmıştır. Bu durum üzerine

[10] "*Birbirinizle kaynaşıp baş başa kalmışken ve onlar sizden kuvvetli bir teminat almışken verdiğinizi nasıl geri alabilirsiniz*?" (Nisâ Sûresi, 21.Ayet)

"*İkinizde Allah'a tevbe edin, çünkü kalpleriniz eğrilmiştir.*" Tahrim Suresi 4. ayet indirilmiş ve peygamber eşleri bu noktada uyarılmıştır.

Kuran'da eşlerin birbirine örtü olduğu benzetmesi karı koca arasındaki yakınlığın ifade etmektedir. Örtü olmak eş ve ilişkide görülen eksiklikleri ifşa etmek yerine örtmeye, tamamlamaya çalışmayı ifade etmektedir (Öztük, 2019, s. 25). Bir hadiste "*Kıyamet gününde Allah Teâlâ'ya göre en fena insan, karısıyla mahremiyetini paylaştıktan sonra onun sırrını ifşâ eden kimsedir*." (Müslim, Nikâh, 123-124) buyrulmuş, eşler arasında mahremiyete dikkat edilmesi gerektiği noktasında müminler uyarılmıştır. Çift arasındaki ilişkinin diğer bireylerin bilgi ve müdahalesi dışında olmasının yanı sıra çocuklara mahremiyetin öğretilmesi üzerinde durulması gereken diğer hususdur (Kılıç, 2018, s. 71). Kuran'da çocukların mahremiyet eğitimine yönelik emirler vardır.[11]

Terapide Örnek Kullanımı

Ülkemizde eşlerin kök ailenin çiftlerin aile ve ilişkilerine müdahale ve yönlendirme arzuları yer almaktadır. Zaman zaman anne-babalar evli çocuklarına "Şöyle yapar, şöyle davranırsan hakkımı helal etmem" diyerek manevi baskı uygulamaktadır. Ebeveynlerin evlilik ilişkisine zarar verecek telkinler yapması (eşini dışarı çıkarmayacaksın, babasına göndermeyeceksin) gayri meşru kabul edilmiştir (Ünal, 2017, s. 235). Mahremiyet noktasında terapiye getirilen sorunların başında eşin ailesinin aile mahremiyetine müdahalesi ve eşler arasında olan tartışmaların aile dışından kişilerle paylaşılması sonucunda ortaya çıkan problemler yer almıştır.

Kendilerini dindar olarak tanımlayan erkek danışanlarla kök aile ve çekirdek aile arasında nasıl denge kurabileceği ve çekirdek ailenin mahremiyeti ve sınırlarını

---

[11] "*Ey iman edenler! Elinizin altındaki hizmetçilerle içinizden henüz ergenlik çağına gelmemiş olanlar yanınıza gelmek için sizden üç vakitte izin alsınlar. Sabah namazından önce, öğle sıcağından dolayı (istirahata çekilirken) elbisenizi çıkardığınızda ve yatsı namazından sonra. Bunlar, örtülmesi gereken yerlerinizin açık bulunabileceği üç vakittir. Bunlar dışında ne size ne de onlara bir sakınca vardır. Bunlar sıkça yanınıza girip çıkan, birbirinizle iç içe olduğunuz kimselerdir. Allah size âyetleri işte böyle açıklar, Allah her şeyi bilir, yerli yerinde yapar.Çocuklarınız ergenlik çağına gelince, onlardan önceki ergenler nasıl izin alıyorlarsa onlar da öyle izin alsınlar. Allah âyetlerini işte size böyle açıklıyor; O her şeyi bilir, yerli yerinde yapar.*" (Nur Suresi,58-59.Ayet).

nasıl koruyabileceği üzerine çalışılmıştır. Kök ailesiyle iç içe bir bağlanma şekline sahip olan erkek danışanların eşleriyle alakalı problemleri paylaşma niyetleri, bu paylaşımların içsel ve etkileşimsel sistemde nasıl bir etkisi olduğu üzerine çalışılmıştır. Bayan eşler de benzer şekilde yaşamış oldukları tartışma ve özel konuları kök alile ve yakın arkadaşlarıyla paylaşabilmektedir. İlgili ayet ve hadisler hatırlatılarak mahremiyet genişlemesinin eşler ve ilişki üzerindeki olumsuz etkileri ve mahremiyetlerini nasıl koruyabilecekleri üzerine çalışılmıştır. Bir kadın danışan evde olmadığı süre içerisinde eşinin kardeşlerinin kendi evine gelip konakladıkları ve eşinin bu noktada kendisine haber vermediğini ifade etmiştir. Bu bağlamda evin mahremiyetinin sağlanmasıyla ilgili ayet ve hadislere[12] atıflar yapılmış ve bu durumun her iki eş ve ilişki üzerinde ne tür etkiler bıraktığı buz dağı metaforu tekniğiyle çalışılmıştır.

Çiftlerle terapi sürecinde çalışılan diğer bir nokta eşlerin birbirlerinin mahremiyet ve sınırlarına karşı saygılı olmaları gerektiğidir. Özellikle çatışma anlarında eşler birbirlerinin hassas yanlarını, kendilerini savunmak ve karşı tarafı incitmek, intikam almak için kullanabilmektedir. Eşlerin terapi sırasında ve sonrasında suçlayıcı iletişim dilini kullanmamaları ve karşı tarafı incitmeleri gerektiği çalışılmıştır. Yalnızca kök aile ve arkadaşlar noktasında değil eş ilişkisinde de karşı tarafın mahremiyeti ve hassas yanlarına, eşin sınırlarına saygı duyulması ve korunması gerektiği çalışılmıştır. Bu bağlamda danışanlara eşlerin birbirine örtü olmasının elbise gibi örtücü, koruyucu, güzelleştirici ve uyumlu olmak anlamları hatırlatılmış (Öresin, 2019, s. 121) onların bu ayet üzerinde düşünmeleri sağlanmıştır.

d) Yakınlık

Yakınlık, evrensel olarak bütün insanların temel özlemidir. Yapılan araştırmalar yakınlığın hem fiziksel hem de psikolojik sağlık üzerinde olumlu etkileri olduğunu ortaya koymuştur (Volsky, 1998, s. 3-4). Evlilik ilişkisinde yakınlık, tek

[12] "*Ey iman edenler! Kendinizi tanıtıp izin almadan ve içinde oturanlara selâm vermeden kendi evlerinizden başka evlere girmeyin. Sizin için daha iyi olanı budur; umulur ki düşünüp anlarsınız. Eğer o evlerde bir kimse bulamazsanız -size izin verilmedikçe- oralara girmeyin. Size "Kabul edemiyoruz, dönün" denirse hemen dönün; bu sizin için daha nezih bir davranıştır. Allah bütün yaptıklarınızı bilmektedir.İçinde kimsenin oturmadığı ve kendinize ait eşya bulunan evlere girmenizde sizin için bir sakınca yoktur. Allah açıkladığınızı da bilir, gizlediğinizi de!"* (Nur Suresi,27-29.Ayet).

boyuta indirgenecek ve tek bir durumla değerlendirilecek bir olgu olmakta ziyade, süreç içerisinde çiftler tarafından deneyimlenen bir durumdur (O'Neill, 1982, s. 50). John Banmen ve Kathlyne Maki-Banmen çiftler arasındaki yakınlık türlerini 8 başlık altında toplamıştır. Bunlar: cinsel, fiziksel, duygusal, sosyal, entelektüel, eğlenme ile ilgili konular, estetik ve manevi yakınlıktır. Çift, ilişkisinde sekiz yakınlık tarzından 3 ya da 4 tarzdaki yakınlık tarzında güçlendiğinde ilişkileri daha doyurucu olmaktadır (Usluer Erenel, 2019, s. 4).Yapılan araştırmalar erkeklerde cinsel ve duygusal yakınlığın evlilik, kadınlarda ise duygusal yakınlık ve eğlenmenin evlilik doyumunu arttırdığını ortaya koymuştur (Volsky, 1998, s. 58).

İslam'da, eşlerle olan yakınlığın önemi ve nasıl olması gerektiği Hz. Muhammed'in hayatında görmek mümkündür. Hz. Muhammed, eşleriyle fiziksel olarak yakınlık kurmayı ihmal etmemiştir. Hz. Safiye: "*Resulullah bir gece yolculuğunda beni devesine almıştı. Yolda uyuklamaya başladım. (Uyumamı önlemek için) bir taraftan beni okşuyor bir taraftan da "Hey! Ey Huyey'in kızı ey Safiye!"* diyordu. Bir hadiste "*Erkek hanımına sevgi ve şefkatle bakar, hanımı da ona sevgi ve şefkatle bakarsa, Yüce Allah onlara rahmetiyle bakar. Erkek hanımının elini tutarsa parmaklarının arasından günahları dökülür.*" (en-Nebhâni, el-Fethu'l-Kebir, I/276) buyrulmuş, eşe sevgiyle bakmak ve fiziksel temasın ne kadar önemli olduğu ifade edilmiştir.

Hz. Muhammed eşlerinin faziletlerini çeşitli vesilelerle dile getirmiş, sevgisini ifade etmiş, bineğe binmeleri ve ev işleri noktasında eşlerine yardım etmiş, ağlayan eşinin gözyaşını silerek teselli etmiş[13] ve eşinin duygusal olarak yanında ve ona yakın olduğunu göstermiştir (Kurt, 2007, s. 184). Erkeklere de eşlerine karşı hayırhah olmaları gerektiğini tavsiye etmiştir "*Kadınlara karşı hayırhah olun. Çünkü onlar sizin yanınızda emanetler gibidirler. Onlara iyi davranmaktan başka bir hakkınız yok, yeterki ki onlar*

[13] "*Peygamber Efendimiz Safiye Validemizin üzüldüğünü görmüştü. Hanımlarından biri Safiye Validemizin Yahudiliğini yüzüne vurmuş ve ona: "Ey Yahudi kızı!" demişti. O bu durumu Allah Resulüne aktarmış ve üzüntüsünü dile getirmişti. Efendimiz de (s.a.s.) onu şöyle teselli etmişti:"Bir daha sana böyle bir şey diyecek olurlarsa, sen de onlara şu cevabı ver: 'Benim babam Hz. Harun, amcam Hz. Musa, kocam da gördüğünüz gibi Hz. Muhammed Mustafa'dır. Siz bana karşı neyinizle övünüyorsunuz?"* (Tirmizi, Menakıb, 63; Hakim, *el-Müstedrek,* 4/31).

*açık bir çirkinlik işlemesinler."(*Tirmizi, Tefsir, Tevbe). Yine eşleriyle eğlenmeyi ihmal etmemiş ve onların eğlenmeleri için uygun ortamı sağlamıştır. Hz. Muhammed zaman zaman Hz. Ayşe ile koşular yapmıştır. Bu yarışların ilkinde Hz. Ayşe Hz. Muhammed'i geçmiş, daha sonra ise yaptıkları yarışta Hz. Muhammed yarışı kazanmış ve Hz. Ayşe'ye "*Bu, o yarışın rövanşıdır*" diye şaka yapmıştır (Ebû Dâvûd, Cihâd 61).

Terapide Örnek Kullanımı

Seanslar sırasında çift ve aile arasında var olan yakınlığın güçlendirilmesi, hem de yakınlığa engel olan durumların çözüme kavuşturulması noktasında çiftlerle birlikte yakınlık türleri çalışması yapılmıştır. Evliliklerinde var olan yakınlık türleri, hangisinin daha güçlü olduğu ve hangisinin karşılanmadığı konuşulmuş, ihtiyaç duyulan yakınlık türlerini geliştirmek için dini ve manevi kaynaklardan yararlanılmıştır. Seanslar sırasında evlilikte yaşamış oldukları çatışmalardan dolayı birbirinden fiziksel olarak uzaklaşmış bir çifte, eşlerin birbirinin elini tutması ve sevgiyle bakmasının faziletini anlatan Hadis hatırlatılmış ve seans sırasında eşinin elini tutması istenmiştir. Seansta bunu deneyimleyen çiftlerin içsel ve etkileşimsel siteminde neler olduğuna bakılmıştır. Çiftlere eşleriyle daha çok göz kontağı kurma, eşin elini tutma, sarılma ya da öpme noktasında dini kaynakları harekete geçirilerek ev ödevi verilmiştir.

Kadın danışanların sevdiğini ifade etme, sarılma, eşinin elini tutma, öpme ve cinsel birliktelik noktasında ilk adımı eşlerinden beklediği görülmüştür. Kadın danışanların "ilk adımı erkek atmalı" inancıyla çalışılmıştır. Bu nokta da Hz. Aişe'nin sevildiğini duymak ve bundan emin olmak istediğinde Hz.Muhammed'e "*Beni seviyor musun, kördüğüm ne alemde"* diye sorduğu, yakınlık ve sevgi talebini dile getirmekten kaçınmadığı hatırlatılmıştır. Bu örnekler verilerek kadın danışanların isteklerini eşlerine açık bir dille ifade etmeleri noktasında dini kaynakları harekete geçirilmiştir. Manevi boyutta daha fazla yakınlığa ihtiyaç duyan çiftler için birlikte namaz kılma, dini konularla ilgili kitap okuma, birbiri için dua ve şükür etme vb. ev ödevleri verilmiştir.

Çiftler için problem olan bir diğer nokta cinsel yakınlığın kurulamamasıdır. Dindar çiftler zaman zaman dini yanlış algılardan kaynaklı olarak özellikle cinsel hayatlarını yaşama noktasında çeşitli fikir ayrılıkları ve çatışmalar yaşayabilmektedir.

Bu ayrılıkların çözüme kavuşturulması, evliliğin kalitesini arttırılması noktasında önem arz etmektedir. İhtiyaç duyan çiftere gerekli psikoeğitim verilmiş ve cinsel hayatlarındaki doyumu engelleyen yanlış bilgi ve mitler üzerine çalışılmıştır.

e) Takdir Etme

İslam'da kadınlara iyi davranılması gerektiği bildirilmiştir. "*Müminlerin iman bakımından en mükemmeli ahlak bakımından en güzel olan ve ailesine şefkat ve yumuşaklıkla davranandır*." (Tirmizi, İman, 6; İbn Hanbel, VI, 47, 99). Bir hadiste "*Kadınlara karşı hep hayır tavsiye edin. Zira onlar sizin yanınızda birer emanettir.*"(Tirmizi, İman, 6; İbn Hanbel, VI, 47, 99) buyrulmakta ve "*Eşlerinizle en güzel biçimde geçinin*." (Ibn Hanbel, IV, 17) emri yer almaktadır.

Hz. Muhammed çeşitli vesilelerle eşlerinin iyi yönlerini ve faziletlerini dile getirmiş, onları toplum ve aile içerisinde övmüştür. Hz. Hatice için, "*Hatice kendi döneminin en hayırlı kadınıdır*"(Buhari, Menakıbu'l-Ensar, 20) ve yine Hz. Aişe için "*İnsanların en sevimlisi kadınlardan Aişe, erkeklerden Ebubekir'dir*." (Buhari, Megazi, 63) diyerek eşleri için övgü dolu ifadeler kullanmıştır.

Terapi Uygulama Örneği

Terapide bazı çiftlerin eşlerine dair olumsuz atıfları olduğu görülmüştür. Çiftler, özellikle kriz anında eşlerinin olumlu özeliklerini görmemekte hem eş hem de ilişkiye dair olumsuz özelliklere odaklanmaktadırlar. Olumlu yönelimli hedef oluşturmak, değişim odaklı çalışmak için çifte umut aşılamak terapinin yararlı olması için önemlidir. Bu noktada çiftlere, Hz. Muhammed'in davranışları hatırlatılmış ve eşlerinin olumlu olarak gördükleri yönlerini dile getirmeleri istenmiştir. Nasıl tanıştıkları, eşleriyle evlenme noktasında onları cezbeden özellikleri sorulmuştur. Eşlerinin, terapi süreci içerisinde ve sonrasında göstermiş olduğu davranışları takdir etmeleri istenmiştir. Takdir etmenin ve edilmenin çiftlerin içsel ve etkileşimsel sisteminde ne tür etki oluşturduğu araştırılmıştır.

İkinci olarak umutsuzluk ve çaresizlik hisseden bireylerin iş ve ilişkideki olumlu yanları görme ve takdir etmede yaşadıkları zorluğu kendilerinin olumlu özelliklerini, kaynaklarını görme ve takdir etmede de yaşadıkları görülmüştür. Bu bağlamda, terapi sürecinde her bir danışanın kendilerinde fark ettikleri olumlu yönleri takdir etmeleri sağlanmıştır (Bkz: Ek-1). Terapistte hem bireysel olarak danışanlarda, hem ilişkide görmüş olduğu olumlu gelişmeler ve yönleri takdir ederek danışanların umut ve motivasyonunu arttırma amaçlamıştır.

f) Affetme

Dinler, affetmeyi Tanrı-insan ve insanlar arası ilişkide temel konuma yerleştirmiştir. Af, kötülük ya da haksızlık eden, suç ve günah işleyen kişiyi cezalandırmama, bağışlama anlamına gelmektedir. Kuran'da Allah'ın affedici olduğundan söz edilerek affetmenin ilahi bir sıfat, yüksek bir ahlaki meziyet ve erdem olduğu vurgulanmıştır. Şura Suresi 40. ayette "*Bir kötülüğün karşılığı ona denk bir davranıştır; ama kim bağışlar, düzeltme yolunu tutarsa onun mükâfatını Allah verir. Hiç şüphe yok ki O haksızlık edenleri sevmez.*" affetmenin önemini[14] bildirmiştir. Yine Nur Suresi 22. ayette "…*Bağışlasınlar, hoş görsünler; Allah'ın sizi bağışlamasını arzu etmez misiniz? Allah çok bağışlayıcıdır, çok esirgeyicidir*." buyrulmuştur. Hz. Muhammed'in affediciliği, Müslümanların özelikle kadın, çocuk ve yetimlere karşı affedici olmasıyla alakalı pek çok rivayet hadis kitaplarında yer almıştır (Çağrıcı, 2020a, s. 3; Ayten ve Tura, 2017, s. 28)

Affetme bireyin haksızlığa uğramış olsa da dargınlık, olumsuz yargılama, kin duyma, öç alma hakkından vazgeçmesini ve affettiği kişiye karşı merhamet, sevgi şefkat gibi olumlu duygular besleme olarak tanımlanabilir. Ahlaki bir tepki olan affetme bireyin isteyerek tercih ettiği bir davranıştır ve bir süreç içerir (Karakaş, 2014, s. 14). Affetmenin, kişinin kendini affetmesi, geçmiş yaşantılardaki olumsuz durumları affetme, aile bireylerini affetme, Tanrı tarafından affedilmeye layık olduğunu düşünme gibi pek çok boyutu vardır. Son yıllarda affetmenin fiziksel ve ruh sağlığını olumlu

[14] "*Af yolunu tut, iyiliği emret ve cahillikten uzak dur*." (A`râf Sûresi, 199)
"*Onlar öfkelendikleri zaman bile affederler*." (Şûrâ Sûresi, 37).

yönde etkilediği, affetme, şükran iyi oluş ve hayat memnuniyeti arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki olduğunu ortaya koyan çalışmalar literatürde yer almış, affetme terapilerde terapötik bir unsur olarak kullanılmaya başlanmıştır (Ayten ve Gashi, 2015, s. 205; Macaskill, 2004, s. 2; Macaskill, vd., 2002, s. 664; Zuanny ve Subandi, 2015, s. 305). Araştırmalar affetmenin yaşla birlikte arttığını, evlilerin bekârlara göre daha fazla affetme eğilimi gösterdiğini, affetmenin sevgi, yardımseverlik ve alçak gönüllülükle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Ayten, 2014 s. 123)

Kuran'da aile bireyleri arasında affetmenin önemini bildirmiştir. "*Ey imân edenler! Eşlerinizden ve çocuklarınızdan size düşman olanlar da vardır. Onlardan sakının. Ama affeder, kusurlarını başlarına kakmaz, hoşgörür ve bağışlarsanız, bilin ki Allah da çok bağışlayan, çok esirgeyendir*" (Tegâbün Sûresi, 14. ayet). Yine başka bir ayette bağışlamanın olumlu bir tutum olduğu haber verilmiş, sabır ve bağışlama birlikte zikredilmiştir. Affetme, bir anda gerçekleşecek bir durum değil sabır gerektiren bir süreçtir. "*Her kim sabreder ve bağışlarsa, bilsin ki bu tutum davranışların en soylusu, en olumlusudur*." (Şûrâ Sûresi, 43. ayet). Araştırmalar, dindarlığın affetmeyi olumlu şekilde yordadığını ortaya koymuştur (Şentepe, 2016, s. 212, Uysal, 2015, s. 52; Gündüz, 2014, s. 4;)

Terapide Örnek Kullanımı

Başta kendi olmak üzere başka birini suçlaması, affedememesi bireyi içsel ve etkileşimsel süreçte olumsuz yönde etkilemektedir. Geçmişte var olan veya tamamlanmamış meselelerden kaynaklanan affedememe, bireyin içinde bulunduğu süreçte yaşamış olduğu kırgınlıkların çözümü sağlıklı bir ilişki için önemlidir. Çiftlerde yüzleşme, başkasını ve durumu affetmenin eşlerin ailesiyle iletişimin sağlıklı olmasına katkı sağladığı belirlenmiştir (Varol, 2019, s. 104).

Terapide danışanlardan bazıları tamamlanmamış meselelerle alakalı öfke ve kırgınlık yaşadıklarını, eşlerini bu durumdaki tutumlarından dolayı affedemediklerini söylemişlerdir. Danışanlarda, eş ya da kırgın oldukları diğer kişilerle birlikte, yaşanan olaylar karşısında kendilerini koruyamadıkları için kendilerine dönük öfke ve affedememe de gözlenmiştir. Eşlerin içsel ve etkileşimsel sistemlerinde çalışılarak

affedememenin kendileri, eşleri ve ilişkileri üzerindeki etkilerine bakılmıştır. Affetmenin onlar için ne anlama geldiği konuşulmuş, affetme bir süreç gerektirdiğinden seanslarda ara ara konu gündeme getirilerek ve affetmeleri noktasında danışanlar desteklenmiştir.

Erkek danışanların eşlerine duyduğu öfke üzerinde çalışılırken "*Bir kimse karısına kin beslemesin. Onun bir huyunu beğenmezse, bir başka huyunu beğenir*." (Müslim, Radâ`, 61) hadisi üzerine konuşulmuştur. Yine eşlere güzel sözün affetmeyi kolaylaştırdığı Bakara Suresi 263. ayetle hatırlatılmıştır. "*Güzel bir söz ve bağışlama, arkasından eziyet gelen sadakadan daha hayırlıdır*." Danışanlarla, affetmenin aslında ne olduğu üzerine çalışılmış İslam'da affetmenin teşvik edildiğine dair ayet, hadis ve kıssalar (Hz. Yusuf'un kardeşlerini affetmesi, Hz. Muhammed'in Vahşi'yi affetmesi), Allah'ın affedici olduğu ve kullarının da affedici olması gerektiği hatırlatılarak manevi kaynakları harekete geçirilmiştir. Danışanlardan bazıları ilerleyen seanslarda kendilerini affetmeyi başardıklarını ve bu durumun kendilerini rahatlattığını dile getirmiştir. Geçmişte yaşanan olayları ve özellikle eşlerini affetmenin evlilik ilişkilerini olumlu yönde etkilediğini ve eşlerine duydukları öfkeyle birlikte hem bedensel hem de fiziksel olarak hissettikleri gerginlik ve sıkışmışlığın azaldığını söylemişlerdir.

g) Güzel Söz ve Şakalaşma

Sağlıklı bir aile olmak için sağlıklı bir iletişime sahip olmak oldukça önemlidir. İslam'da sözlü iletişim olduğu kadar sözsüz iletişime de dikkat edilmesi gerektiği emri yer almaktadır (Karahan, 2020, s. 35). Hümeze Suresi 1-2. ayette minik ve davranışlara bile dikkat edilmesi istenmektedir. İslam'da sağlıklı iletişim kurabilmek için iletişimin bazı unsurlarına dikkat çekilmiştir.

İslam'da sağlıklı iletişim kurmak için "*güzel konuşma*" emredilmiştir. İsra Suresi, 53. ayet "*Kullarıma söyle insanlara güzel söz söylesinler. Çünkü şeytan aralarını bozar*" bu emri bildirmektedir. Aile bireyleri farklı düşündüğü ya da üzücü bir davranışta bulunduğunda bile yumuşak davranmanın (Ali İmran Suresi, 159.ayet) aile bağlarını güçlendireceği bildirilmiş, güzel söz "*haktan, doğrudan yana olan, etkili söz*" (Ahzab Suresi, 70. ayet; Nisa Suresi, 63. ayet) olarak tanımlanmıştır. Kuran'da Hz.

Musa'ya Firavuna bile yumuşak söz söylemesini emredilmiştir (Taha Suresi, 44. ayet). Hz. Muhammed güzel sözün sadaka olduğu[15], cennete götürecek amellerden biri olduğunu[16] buyurmuştur.

Kuran'da sağlıklı iletişim için vurgulanan diğer nokta hüsnü zan sahibi olmabilmektir. "*Ey iman edenler! Zannın çoğundan sakının; çünkü bazı zanlar günahtır. Gizlilikleri araştırmayın, birbirinizin gıybetini yapmayın; herhangi biriniz, ölmüş kardeşinin etini yemekten hoşlanır mı? Bak bundan tiksindiniz! Allah'a itaatsizlikten de sakının. Allah tövbeleri çokça kabul etmektedir, rahmeti sonsuzdur*." (Hucurat Suresi, 12. ayet). Kötü zan kişinin muhatabını duymasını, doğru anlamasını engeller. Sözün taşıdığı olumlu anlama odaklanmak, önyargıyla dinlememek sağlıklı iletişim kurmanın önemli bir basamağıdır.

Terapide Örnek Kullanımı

İletişim problemleri, evlilik ve yaşam doyumu üzerinde oldukça etkilidir. Araştırmalar, eş ve aile bireylerinin yoğun bir şekilde iletişim problemi yaşadıklarını ortaya koymaktadır (Özgüven, Sayıl 1999, s. 12). Çalışmada öncelikle ailenin stres anında kullanmış olduğu baskın dilleri (suçlayıcı, alttan alıcı, alakasız, süper mantıklı) tespit edilmiş ve danışanlarda bu noktada farkındalık oluşturmuştur. İslam'da tavsiye edilen iletişim tarzı hatırlatılmış yeni bir iletişim dili denemek için danışanlardan gönüllülük alınarak uygulama yapılmıştır. İslam'da, güzel sözün sadaka olduğu[17], karşıdakinin anlayacağı şekilde konuşmak gerektiği[18], kalbe sevinç veren bir sözün bağışlanma sebebi olduğu[19], şakalaşmanın önemi[20], nefret ettirmemek ve

---

[15] *"Sevdirici ve sevindirici tatlı bir çift söz (muhataba verilmiş) bir sadakadır."*(Deylemi , Müsnet, 1614)

[16]"*Ebû Şüreyh (r.a) anlatıyor:"Allah Rasûlune ricada bulundum. -Ya Rasulallah! Beni Cennet'e götürecek bir ameli bana öğretir misiniz? Şu öğütleri verdi: Cennet'e götürecek amel Allah tarafından bağışlanmaktır. Bağışlanmanın sebepleri de bolca selam vermek ve güzel konuşmaktır*."(Zevaid K. Edeb B. Ma câe fis-Selami ve İfşahi 8/29)

[17] "*Sevdirici ve sevindirici tatlı bir çift söz (muhataba verilmiş) bir sadakadır*."(Deylemi , Müsnet, 1614)

[18] **"***İnsanlarla anlayacakları şekilde konuşun. Siz Allah'ın ve Peygamber'inin yalanlanmasını ister misiniz?"*(El-Camius-Sağır (Haddisun-Nase) , Buhâri İlim, 4); "*İnsanlarla akli seviyelerine göre konuşmakla emrolunduk*."(Keşfûl-Hafa Hadis No: 592, Buhârî Edeb, 34).

[19] "*(Sözle) mümin kardeşinin kalbine sevinç vermen bağışlanma sebeplerinden biridir."*(El-Camius-Sağir "İnne" ve "Efdalu").

zorlaştırmamak gerektiği[21] danışanlara hatırlatılarak manevi kaynakları harekete geçirilmiştir.

Bu bağlamda terapist, danışanlarla kurduğu iletişim diliyle model olmaya çalışmış ve seanslarda çiftlerin seansta yeni iletişim dilini denemelerini sağlamıştır. Empatik ve aktif bir dinleme için neler yapmaları gerektiği, iletişimin açık ve net olması için çiftlerin neye ihtiyaç duyduğu, anlaşılmak noktasındaki özlemleri terapi sürecinde çalışılmıştır. Çiftler, terapi sürecinde denedikleri iletişim dilini zamanla devamlı hale getirmeye başladıkları ve aralarındaki iletişim probleminin azaldığını ifade etmiştir.

h) Yumuşak Davranış/Hilm-İhsan

Eşlerin ve aile üyelerinin birbirine karşı sergiledikleri olumsuz davranışlar ve şiddet günümüzde birçok ailenin dağılmasına neden olmaktadır. Birçok araştırma şiddetin her türünün bireylerin kendileri, aile ve eş ilişkilerine zarar verdiğini ortaya koymuştur. Yine günümüzde birçok çift eşi tarafından anlaşılmadığını, hak etmediği davranışlara maruz kaldığını ifade etmektedir.

İslam'da yumuşak davranmanın önemi bildirilmiştir. "*Allah'ın rahmetinden dolayı sen onlara yumuşak davrandın. Eğer kaba ve katı kalpli olsaydın, şüphesiz onlar etrafından dağılır giderlerdi. Onları affet! Onlar hakkında mağfiret iste!*" (Ali İmran Suresi, 159. ayet). Hz. Muhammed'in hayatına bakıldığında eşlerine karşı yumuşak bir şekilde davrandığını söylemek mümkündür.[22] Hz. Muhammed özellikle kadınlara[23] karşı hayırlı davranılması gerektiğini bildirmiştir. "*Hayırlınız, aile fertlerine hayırlı olandır. Ailesine en hayırlı olanınız benim*" (İbni Mâce, Nikâh, 50). Hz. Muhammed, yalnızca aile ve inananlara değil bütün canlılara yumuşak davranmanın güzel bir haslet olduğunu bildirmiştir. "*Peygamberimiz bir gün Hz Âişe'ye, hırçın ve sanki sert bir*

---

[20] Peygamber Efendimiz hayatının muhtelif dönemlerinde Hz. Âişe ile koşular yapmıştır. Bu yarışlarda ilk zamanlar Efendimiz'i geçen Âişe annemiz, daha sonraları kilo aldığı için Efendimiz onu geçmiş ve "Bu, o yarışın rövanşıdır" diye şaka yapmıştır (Ebû Dâvûd, Cihâd 61).

[21] "(Nerede olursanız olunuz, kiminle konuşursanız konuşunuz) *sevdiriniz, nefret ettirmeyiniz. Kolaylaştırınız, zorlaştırmayınız.*"(Müslim Cihad 4, Ebû Davûd Edeb, 17).

[22] "Mü'minlerin îmân bakımından en mükemmeli, huyu en iyi olanıdır. Hayırlınız, kadınlarına karşı hayırlı olanlardır." (Tirmizî, Radâ` 11, Ebû Dâvûd, Sünnet, 15; İbni Mâce, Nikâh 50)

[23] "Hayırlılarınız, kadınlarınıza hayırlı olanlarınızdır!"(Riyazussalihin, 626).

kömür parçası gibi siyah bir deve verdi. Ona dokunup bereket getirmesi için dua etti. Sonra şöyle dedi:"Bu deveye bin ve ona yumuşak davran. Şüphesiz bir şeyde yumuşaklık varsa, bunu süsleyip güzelleştirir. Bir şeyde yumuşaklık çekilip alınırsa onu lekeler."

İslam iyiliğin, karşılığında iyilik yaptığı kişiden bir menfaat beklenerek yapılmaması, ihsanla muamele etmek gerektiğini (Keskiner, 2020, s. 138), iyiliğin mükâfatının Allah katında olduğunu bildirmiştir. "*İyilik ederseniz kendinize iyilik etmiş olursunuz. Kötülük ederseniz o da kendinizedir*." (İsra Sûresi, 7. ayet). Hz. Muhammed hem çevresindeki insanların hem de aile bireylerinin istek ve ihtiyaçlarına karşı hassas davranmış, bu ihtiyaçları gidermeye çalışmış ve bunu tavsiye[24] etmiştir. "*Allahu Teâlâ, bir Müslüman'ın sıkıntısını giderip, onu sevindireni, kıyamette en sıkıntılı anlarda sıkıntılardan kurtarır*." (Buhari)

Yumuşak ve iyi davranmanın yanında ele alınması gereken bir diğer nokta da eşlerin birbirine karşı olumlu duygular beslemesi gerektiğidir. Hz. Muhammed eşlerin birbirinden nefret etmemesi, eşine karşı kin duymaması gerektiğini bildirmiştir. "*Bir Mümin erkek, bir Mümin kadına buğz etmesin. Çünkü onun bir huyunu beğenmezse başka bir huyunu beğenir*." (Müslim, Radâ, 61, 1469) hadisi eşlerin bir birine karşı kin ve nefret beslememesi gerektiğini bildirmektedir.

Terapide Örnek Kullanımı

Terapide farklılıkları çözme noktasında kriz yaşayan çiftlerin öncelikle birbirinin ihtiyacını görmesi ve anlaması sağlanmaya çalışılmıştır. Eşleriyle problem yaşayan danışanlar özellikle kriz dönemlerinde eşlerinin olumlu özelliklerini hatırlamamış olumsuz özelliklerini ön plana çıkarmışlardır. Terapist öncelikle aile ilişki haritası yardımıyla eşlerden birbirlerinin ve aile bireylerinin üç olumlu, üç olumsuz özelliğini saymasını istemiş ve olumsuz özellikleri yanında olumlu özellikler olduğu hatırlatılmıştır. Yine eşinin hangi özelliklerinin evlenme kararı almasında etkili olduğu sorularak kaynakları araştırılmıştır.

[24] "Farzlardan sonra en kıymetli amel, bir mümini sevindirmektir." (Taberani)

Olumsuz olarak görülen özellikler ve farklılıklardan kaynaklanan çatışmaların çözümünde danışanlara Nisa Suresi 19. ayet "*Eşlerinizle iyi geçinin. Eğer onlardan hoşlanmazsanız, Allah'ın onda çok hayır takdir ettiği bir şeyden hoşlanmamış olabilirsiniz.*" (Nisa Suresi, 19. ayet) hatırlatılarak manevi kaynakları harekete geçirilmiştir. Danışanlarla, eşlerinin olumsuz görünen özelliklerinde ne tür bir hayır olabileceği, farklılıkların kriz meselesi olmaktan çıkarılıp birer zenginlik olarak nasıl görülebileceği üzerine çalışılmıştır.

2.3.3. Dini Yanlış Algıların Düzeltilmesi

Çalışma sırasında din ve maneviyatın yalnızca bir kaynak olarak değil zaman zaman çiftler arasında anlaşmazlık konusu olduğu görülmüştür. Terapi sürecinde dini yanlış algı, eksik ya da yanlış dini bilgilerden kaynaklanan problemlerin bazı çiftlerin kriz yaşamasına sebep olduğu gözlemlenmiştir. Yanlış algılardan kaynaklanan bu tür problemler danışanların doğru kaynak ve bilgilere ulaşması sağlanarak çözülmüştür. Çalışmanın bu kısmında terapi sürecinde danışanlarla birlikte üzerinde çalışılmış ve düzeltilmiş kavramlara kısaca değinilecektir**.**

a) Kavvam Kavramı

İslam'da aile üyelerinin sınır ve sorumlulukları ilgili genel ilkeler belirlenmiştir. Erkek ailenin geçimini sağlamakla mükellef kılınmış, ailenin koruyucu ve gözeticisi olduğu "*kavvam*" kavramıyla ifade edilmiştir. Kıvam kökünden gelen kavvam bir şeyin direği ve düzeni, yönetici, amir, korumak, gözetmek, yönetme, işini görmek anlamlarını barındırmaktadır (Kahveci, 2013, s. 50).

Nisa Suresi 34. ayette, "*Allah'ın insanlardan bir kısmını diğerlerine farklı kılması sebebiyle ve mallarından harcama yaptıkları için erkekler kadınların yöneticisi ve koruyucusudur*." erkeklerin "kavvam" olduğu bildirilmiştir. Erkeğin Kavvâm olması, eşinin işleri, ihtiyaçlarının karşılanması, korunması ve onunla ilgili konuları gözetmesi anlamındadır. İslam'da Kavvâmlık tek başına mutlak bir üstünlük olarak değil nisbi/kismi bir üstünlük olarak görülmüştür. Erkeğin kavvâm oluşu bir üstünlük olmaktan ziyade erkeğe görev ve sorumluluk yükleyen bir durumdur (Akpınar, 2020, s. 6; Ülgen, 2019, s. 85; Eskikurt, 2007, s. 88).

Erkek ve kadınların farklı özellik ve yeteneklerle yaratılması, aileyi geçindirme sorumluluğunun erkeğe verilmesi nedeniyle erkeklerin kavvâm olmasının ontolojik bir üstünlükten ziyade fonksiyonel bir yetki farklılığı olduğu vurgulanmıştır. Erkeğin fiziksel olarak daha güçlü olması, toplumsal roller vb. nedenlerle evi geçindirme sorumluluğun erkeğe verildiği, kadının sevgi, merhamet ve çocuk doğurma gibi özellikler açısından erkeklerden farklı yaratıldığı kabul edilmiştir. Dolayısıyla kadın-erkek arasındaki üstünlüğün cinsiyetten değil meşguliyetten kaynaklandığı söylenmiştir. Çağdaş İslam alimleri yetenek ve mali yükümlülüğün paylaşıldığı, yer değiştirdiği durumlarda farklı bir durum ortaya çıkabileceğini ifade etmişlerdir (Aydın, 2021, s. 5; Okuyan, 2007, s. 112; Topuz, 2013, 71;). Kavvam olma sorumluluğu kendisine verilen erkek için eşi açık bir iffetsizlik yapmadığı sürece onunla iyi geçinmesi, hoşlanmadığı huyları olsa bile bunda bir hayır olabileceği "*…eğer onlardan hoşlanmazsanız, bilin ki sizin hoşlanmadığınız bir şeye Allah çok hayır koymuş olabilir*." bildirilmiştir (Gedük, 2020, s. 188).

Terapide Örnek Kullanımı

Terapi sürecinde bazı danışanlar kadın erkek rolleriyle ilgili çatışma yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Kadınların çalışma hayatında olması ve ev işleri, çocuk bakımıyla ilgili sorumlulukların nasıl paylaşılması gerektiğiyle ilgili problemler terapi sürecinde konuşulmuştur. Öncelikle eşlerin bu noktada kendilerinden, karşıdaki kişiden ne beklediği ve kendilerinden ne beklendiği, duygu, düşünce, ihtiyaç ve özlemlerinin ne olduğu buzdağı metaforu yoluyla çalışılmıştır.

Kayınvalide-gelin ilişkilerinde çekirdek ailenin sınırlarının net olmadığı ve kadın eşlerin "Eşim bana ve şu anki ailesine kendi ailesi kadar değer vermiyor, benim arkamda durmuyor, annesini haklı görüyor" vb. problemleri terapiye taşıdıkları görülmüştür. Terapist öncelikle eşlerin birbirlerinin içsel ve etkileşimsel süreçte bu problemden nasıl etkilendiğini göstermeye çalışmıştır. Kadın eşin süreçte yaşadığı çaresizlik ve hayal kırıklığının eşi tarafından anlaşılmasının yanı sıra erkek olan eşin bu süreçten nasıl etkilendiği görmek çiftlerde bir farkındalık ve değişime neden olmuştur. Bu süreçte erkek eşler İslam'da "anne babana of bile deme" ayeti ve kültürel öğretiler gereği anne ve babalarının –çekirdek ailesi ve kendilerine uymasa da- her dediklerini

yapmak zorunda hissettiklerini dile getirmişlerdir. Terapist bu noktada anne-baba hakkının İslam'da nasıl tanımlandığı üzerine çalışmış ve anne-babaya saygı duymanın onların makul olan-olmayan bütün isteklerini yerine getirmek demek olmadığıyla ilgili dini kaynaklardan bilgiler aktarmıştır. Kendini ifade etme ve çekirdek ailesindeki sınırları oluşturma ve korumanın anne-babaya itaatsizlik ve ihanet olmadığı, anne-babanın kendisi üzerinde hakkı olduğu gibi eş ve çocuklarının da üzerinde hakkı olduğunu, Kuran'da erkek eşlerin ailesi üzerine "kavvâm" koruyan, gözeten olduğu konuşulmuş ve bu dengeyi nasıl sağlayabileceği üzerine çalışılmıştır. Kadın eşlerin de mevcut krizden hiç etkilenmediğini düşündükleri eşlerinin iki aile arasında kaldıklarında nasıl zorlandıklarının anlaşılması sağlanmıştır. Erkek eşi arada bırakmadan kendi sınırlarını nasıl koruyabilecekleri, sağlıklı bir iletişim için neler yapabilecekleri çalışılmıştır.

Terapi sürecinde *"kavvâm*" kavramı zaman zaman eşlerin rol ve sorumlukları noktasında ele alınmıştır. Erkek eşler içinde büyümüş oldukları kültürel dinin etkisiyle kalıplaşmış olan kadın-erkek rolleriyle ilgili çatışma yaşadıklarını dile getirmişlerdir. Erkek eşlerden bazılarının kadının çocuk bakımı, ev işleri ile ilgili bütün sorumluluğun tamamen kadın eşe ait olduğu ve kendilerinin de evin iaşesinden sorumlu oldukları inancına sahip olduğu görülmüştür. Erkek eşlerle İslam'da kadın-erkek rolleri üzerine konuşulmuş, bu bağlamda Hz. Muhammed'in ev işlerine yardımcı olduğu örnekleriyle hatırlatılmıştır.

Kavvâm kavramıyla ilgili terapide gündeme gelen bir diğer nokta erkek eşlerin "Eşim çok hassas, alıngan, hemen küsüyor, ilgi bekliyor, sürekli sevildiği duymak istiyor vb." problemleridir. Eşlerle "kavvâm" kavramı gündeme alınmış ve eşlerin birbirine karşı olan sorumluluk ve korumalarının yalnızca maddi noktalarla sınırlı olmadığı duygusal anlamda da birbirlerini desteklemeleri gerektiği üzerine konuşulmuştur. Eşlerin birbirine örtü olduğu ayeti bu bağlamda hatırlatılarak manevi kaynakları canlandırılmıştır.

b) Nüşûz Kavramı

Kelime anlamı olarak "yükselmek, ayağa kalkmak, geçimsiz davranmak" anlamlarına gelen nüşûz, fıkıhta "eşlerin birbirinin hakkına riayet etmemesi, evlilik birliğini sürdürmeyi engelleyecek kadar geçimsizlik sergilemesi, kadının başkaldırması, gözünü başkasına dikmesini" ifade etmektedir. Kuran'da nüşûz kelimesi hem kadın (Nisa Suresi, 34. ayet) hem de erkek (Nisa Suresi, 128. ayet) için kullanılmakta ve bu tür davranışları sergileyen kadın eşe *naşize* erkek eşe ise *naşiz* denmektedir (Günay, 2020, s. 1; Yasdıman Demirdöven, 2014, s. 416; Bayındır, 2010, s. 263).

Kuran ve sünnette kadın ve erkek insan olarak eşit kabul edilmiş, fıkıhtaki düzenlemelerde kadının eşi karşısında bağımsız bir birey olduğu esasına göre yapılmıştır. Aile içerisinde rol dağılımı yapılırken kadın ve erkeğin fıtratı ve toplumun kadın ve erkeğe yüklemiş olduğu rol ve sorumluluklar göz önünde bulundurularak erkeğe evi koruma sorumluluğu verilmiştir (Okuyan, 2007, s. 111).

Nisa suresi 34. ayet evlilik hayatında olmaması gereken durumlar yaşandığı, ciddi problemler çıktığında bu problemlerin çözümü için ne yapılması gerektiğini konu edinmektedir. Ayette geçen nüşûz kavramı net bir şekilde tanımlanmamış İslam hukukçuları kadının nüşûzunu, haklı bir gerekçe olmadan evi terk etmesi, eşinden hoşlanmaması, yüz çevirmesi, cinsel açıdan eşini ihmal etmesi, sorumluluklarını yerine getirmemesi olarak tanımlamıştır. Erkeğin nüşûzu ise eşine şiddet uygulaması, nafakasını karşılamaması, küfretmesi, maddi ve manevi olarak ihmal etmesi, eşine yüz çevirmesi, cinsellikle ilgili ihmalkâr davranması, eve gelmemesi, eşine ilgisiz davranması, sevgi göstermemesi, sorumluluklarını yerine getirmemesi, evin reisi olma konumunu kötüye kullanarak eşine sert davranması olarak açıklanmıştır (Akpınar, 2020, s. 6; Aydın, 2017, s. 91).

Kuranda erkeğe kadının kendisini rahatsız eden davranışlarına karşı hoşgörülü davranması öğütlenmiş (Nisa Suresi, 19. ayet), geçinme imkânının kalmadığı durumlarda ise karşılıklı haklara riayet edilerek ayrılabilecekleri ifade edilmiştir (Talak Suresi, 1, 2, 6, 7. ayet). "*Müminlerin imanca en mükemmeli, ahlakça en güzel olanı,*

hayırlılarınız da kadınlarına karşı hayırlı olanıdır, birçok kadın Muhammed ailesine kocalarını şikâyet ediyor. Kadınlarını döven o kimseler, sizin hayırlınız değildir''[25]

Terapide Örnek Kullanımı

Terapi sürecinde bir çift iletişim ve cinsel problemlerle ilgili olarak terapi desteği almak istemişlerdir. Erkek eşte cinsel isteksizlik, kadın eşte işe bir dönem vajinismus problemi olduğu öğrenilmiştir. Çiftlerin kök ailelerinde istismar, şiddet, iletişim problemi olduğu aile kronolojisi ve genogram metotları kullanılarak tespit edilmiştir. Erkek eş cinsel olarak eşinden uzaklaşmasına (6 ay) gerekçe olarak Kuran'da yer alan "nüşûz" uygulamasını yerine getirdiğini söyleyerek dini bir kaynağa atıf yapmıştır. Eşinin kendisine soğuk davrandığı için nüşûz uygulayarak onu yatağından uzaklaştırdığını söylemiştir.

Çiftle öncelikle bu durumun kendilerine nasıl problem olduğu konuşulmuş ve buzdağı metaforu kullanılarak içsel ve etkileşimsel sistemde çalışılmıştır. Erkek eşe nüşûz kavramından ne anladığı, "eşi yatağından uzaklaştırmak" noktasında ne gibi gerekçelerinin olduğu konuşulmuştur. Erkek eşin nüşûz kavramını tek taraflı olarak anladığı ve eşini cinsel konularda ihmal ettiğine dair yukarıda sözü edilen ayet ve tanımlar çerçevesinde bilgilendirme yapılmıştır. Kadın eş, eşinin ihmalini dini kaynaklara dayandırması nedeniyle kendisini çaresiz hissettiğini ve özellikle cinsellik noktasında her iki tarafında ihmalinin nüşûz kapsamında değerlendirildiğini öğrenince rahatladığını ifade etmiştir. Yanlış dini algı ve inançlarının konuşulması cinsel problemi altında yatan nedenleri ve çözüm yollarını konuşabilme için imkan sağlamış ve çiftle hem iletişim problemleri hem de cinsel problemlerinin çözümüyle ilgili çalışma yapılmıştır.

c) Sabır

Kelime anlamı olarak "engellemek, güçlü ve dirençli olmak" anlamlarına gelen sabır terim anlamı olarak "üzüntü, sıkıntı ve belalar karşısında direnç gösterme, olumsuzlukları olumlu kılma için gösterilen metanet" olarak tanımlanmıştır (Çağrıcı,

[25] Süleyman b. Eşas-es-Sicistâni Ebû Davut, *Sunenu Ebi Davud* (Beyrut: Dâru'l-Kitabi'l-Arabî, "Nikâh", 42.)

2021, s. 1). Zorluk, tehdit, kayıp karşısında gönüllü bir şekilde dayanma, direnme ve sonucu bekleme eğilimidir (Doğan, 2014, s. 94). Sabır, negatif süreçlerden pozitif süreçlere yönelmesinde bireye yardım eden ahlaki güç, zor durumlar karşısında dünya ve ahiret faydasını düşünerek dayanma olarak da tanımlanmıştır (Özkan, 2019, s. 69).

Kuran'da sabrın önemi üzerinde durulmuş, musibetler karşısında sabredenlerin Allah'ın lütfu, rahmeti ve ebedi kurtuluşa erecekleri (Bakara Suresi, 155-157. ayet ; Ali İmran Suresi, 142. ayet ; Furkan Suresi, 21. ayet) müjdelenmiştir. Sabretmek, Peygamberlerin sahip olduğu bir erdem (Ahkaf Suresi, 35. ayet) kötülüğü misliyle cezalandırmaktan daha hayırlı bir davranış (Nahl Suresi, 126. ayet) olarak tanımlanmıştır. Kötülük yapanlara karşı sakınıp, sabredenlere düşmanların hile ve tuzaklarının zarar vermeyeceği (Ali İmran Suresi, 120. ayet) Allah'ın sabredenlerle beraber olduğu (Bakara Suresi, 153. ayet; Enfal Suresi, 46, 66. ayet), sabredenleri sevdiği (Ali İmran Suresi, 146. ayet) sabredenlerin ecirlerinin daha güzeliyle verileceği (Nahl Suresi, 96. ayet; Hud Suresi, 115. ayet) Kuran'da bildirilmiştir.

Hadiste "*Hiç kimseye sabırdan daha geniş bir nimet verilmedi*" buyrularak sabrın önemine dikkat çekilmiştir (Buhârî, "Zekât", 50; "Riḳāḳ", 20; Müslim, "Zekât", 124). Yine, "*Sabır ilk sarsıntı sırasında gösterilen metanettir*" buyurarak sabrın nasıl ortaya çıkacağını bildirmiştir (Buhârî, "Cenâʾiz", 32, 42; Müslim, "Cenâʾiz", 14, 15). Olumsuzlukla karşılaşan bireyler genel olarak öfke, bağırma, bir nesneyi tekmeleme, küfretme vb. davranışlarda bulunmaktadır. İslam'da bireylerin imtihan dünyasında karşılaştıkları sıkıntıları kabulü ve problemi çözme sürecinde sabırlı olması bireyin ahlaklı ve erdemli olduğunun bir göstergesi olarak kabul edilmiştir (Ayten ve Düzgüner, 2017, s. 176).

İslam'da yer alan sabırda sorunun çözümü için çaba göstermenin yanı sıra Allah'ın rızasını kazanma duygusu hâkimdir. Kuran'da başta peygamber kıssaları olmak üzere kıssalar üzerinden aile içerisinde sabır örnekleri sunulmuştur (Ateş, 2019a, s. 85). Hz. Nuh ve Hz. Lut'un inkârcı eşlerine, Hz. İbrahim'in inkârcı babasına karşı göstermiş olduğu sabır (Meryem Suresi, 42-47 ayet; Tahrim Suresi, 10.ayet), Hz. Asiye'nin inkârcı eşi Firavunun işkencelerine göstermiş olduğu sabır (Tahrim Suresi, 11. ayet) örnekleri yer almaktadır. Yine, Hz. İbrahim, Hz. Zekeriya ve eşlerinin

çocuklarının olmayışına gösterdiği sabır (İbrahim Suresi, 35-41.ayet; Meryem Suresi, 5-6. ayet), Hz. Eyüp ve eşinin hastalık karşısında gösterdiği sabır (Enbiya Suresi 83-84 ayet; Sad Suresi, 41-44. ayet) ailede yaşanan zorluklar ve aile üyelerine karşı gösterilen sabır örneklerindendir. Yine Hz.Yakub'un çocuklarına karşı gösterdiği sabır (Yusuf Suresi, 16-18. ayet), Hz. Yusuf'un kendine atılan iftira ve kardeşlerine karşı gösterdiği sabır (Yusuf Suresi, 92. ayet) Kuran'da örnek verilen kıssalardır.

Terapide Örnek Kullanımı

Terapi sürecinde bazı çiftler aile hayatında karşılaştıkları sorunlar karşısında "*sabrettim, sabrettim artık sabrım bitti, dayanamıyorum, eskiden çok sabrettim ama artık olmuyor, öfkeleniyorum*" vb. ifadeleri kullanmışlardır. Terapist öncelikle danışanların sabrı nasıl tanımladıklarını belirlemeye çalışmıştır. Danışanların sabrı genel olarak "*başına gelene razı ol, kader böyle imiş, çekmen lazım*" gibi pasif bir sabır olarak algıladıkları ve pasif sabır göstermenin belli bir zaman sonra haklarının yenmesine müsaade ettikleri için hem kendilerini hem de muhataplarına yönelik bir öfke ve suçlama içinde oldukları görülmüştür. Bu durumda sabrın İslam'da daha aktif bir süreç, çaba olarak tanımlandığı, sabretmenin haklarından istemeyerek vazgeçme, ezilmeye razı olmak anlamına gelmediği üzerinde çalışılmıştır. Kadın danışanların yoğun olarak eş ve kayınvalidelerine yönelik olarak pasif sabrı kullandıkları ve öfkelerini zaman zaman çocuklarına yönlendirdikleri gözlemlenmiştir. Kadın danışanlar bu durumu "*O kadar çok sabrettim ki çocuğuma karşı sabrım kalmadı, en ufak bir şey yapsa ona patlıyorum, sonra ise suçluluk duyuyorum*" diyerek ifade etmişlerdir. Bu durumun yaşadıkları suçluluğu arttırdığı ve çaresiz hissettikleri görülmüştür. Pasif bir sabırdan aktif bir sabır gösterme noktasında gönüllülükleri alınmış bu noktadaki yanlış/eksik dini algıları düzeltilerek danışanların manevi kaynakları harekete geçirilmiştir.

Erkek danışanlarda ise ihtiyaç ve isteklerini dile getirmeyip öteleme noktasında sabrettiklerini bu sürecin ise onlarda eşe karşı duyulan gizli bir öfkeye dönüştüğü görülmüştür. Çiftlerle bu noktada "duygu ve ihtiyaçları bastırmak" yerine açık bir dille konuşabilme üzerine çalışılmıştır. Çiftler süreç sonunda birbirlerine karşı duydukları

öfkenin azaldığını ve birbirlerine ve olaylara karşı daha sabırlı ve müsamahalı davranabildiklerini ifade etmişlerdir.

d) Günah

Farsça bir kelime olan ve suç anlamına gelen günah Türkçe'de sevap kavramının zıddı olarak kullanılmaktadır. Sözlükte "yönelme, meyletme, eğilme, sapma, çıkma" anlamlarına gelmektedir. Kutsalla ilgili emir ve yasakların çiğnenmesiyle ortaya çıkan günah kavramı Semavi dinlerin hepsinde yer almaktadır. Günah kavramının tanımı dinlerdeki kutsallığın tanımı ve insanların bu kutsallıkla olan münasebetlerine göre değişim gösterebilmektedir (Harman, 2021, s. 1; Doğan, 2019, s. 4).

Günah, bazı kişiler tarafından seküler ahlakla sınırlı kabul edilirken bazıları ise dinle ilişkilendirmektedir. Günahkârlık ise ruhun mükemmele olan gelişimini ketleyen ya da geciktiren davranışlar sonucunda oluşan suçluluk duygusunu ifade etmektedir. Günah içeren davranışlar kendisiyle birlikte bireye suçluluk duygusu getirmektedir. Dinler ve özelde İslam, günahkârlık hissinden kurtulmanın yolunu göstermiş ve tövbe etme imkanı sunmuştur. Günaha girdiği için yoğun bir şekilde suçluluk yaşayan bireyler tövbe etmelerine rağmen var olan suçluluk duygusunun azalmaması çeşitli psikolojik rahatsızlıklar ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Dini kaynaklı psikozların temel sebeplerinden birini oluşturan bu durum Allah'ın affedici, merhametli yönünden çok cezalandırıcı yönünü vurgulayan yanlış dini eğitimden kaynaklandığı söylenebilir. İslam, tövbe imkânının her zaman var olduğu ve kulun doğrudan Rabbi ile irtibat kurması gerektiğini ısrarla vurgulamıştır (Köse, 2021, ss. 1-3).

Çağlan, yaptığı çalışmada psikolojik destek almış ya da almakta olan bireylerin kendilerine yönelik içselleştirilmiş damgalama yaptıklarını ortaya koymuştur. Katılımcıların kendilerine yönelik işledikleri günah nedeniyle cezalandırılma, Allah'ın kendini hatırlatmak ve terbiye etmek istemesi, imanlarındaki zayıflama, tevekkül edememe gibi damgalamalar kullandığı belirlenmiştir (Çağlan, 2019, s. 108).

Terapide Örnek Kullanımı

Terapiye katılan danışanlarla günah kavramı farklı botuylarıyla çalışılmıştır. Bazı danışanların psikoloğa gelmiş oldukları için kendilerini "iman eksikliği, tevekkül edememe, sabırsız olma" şeklinde etiketledikleri ve bu nedenle suçluluk ve çaresizlik hissettikleri gözlemlenmiştir. Öncelikle danışanların kaygıları anlaşılmaya çalışılmış daha sonrasında yaşadıkları durumun normalleştirilmesi ve kabulü için çalışma yapılmıştır. Her insanın zaman zaman desteğe ihtiyaç duyabileceği, yaşanan bu durumun "tevekkül eksikliği, imanda zayıflama" ile ilgili değerlendirilmemesi gerektiği üzerine çalışılmıştır. Yaşadıkları krizin kendilerini daha yakından tanıma için bir fırsat olduğu, sürecin sonunda hem kendileri, hem başkaları hem de Rableriyle olan ilişkiyi tekrar iyileştirme umudu verilmiştir. Danışanlarla, kendilerine dair yaptıkları ağır etiketlemelerin ve bunun sonucunda hissettikleri çaresizlik duygularının "nesfe zulmetmek" olduğu üzerine çalışılmış ve hissettikleri dini suçluluk duygusundan kurtulmaları için desteklenmişlerdir.

İkinci olarak bazı danışanların "günah" işlemiş olmak noktasında çaresizlik ve ümitsizlik içerisinde oldukları gözlemlenmiştir. Eşini aldattığı için kendine karşı yoğun bir öfke ve suçlama içinde olan ve Rabbi tarafından affedilmeyeceğine inanan bir danışanla Allah'ın affedici olduğu ve kendisinden ümit kesmememiz gerektiğini emrettiğine dair ayetler hatırlatılmış ve bu noktada umut oluşturulmaya çalışılmıştır.

Aldatan tarafın hissettiği günah ve suçluluk duygusunun yanı sıra aldatılan tarafta da karşı tarafın işlediği günahı affedememe durumu gözlemlenmiştir. Aldatılan 3 çift (2 kadın, 1 erkek danışan) "*Eşim büyük bir günah işledi, onu affedemiyorum, ona saygı duyamıyorum*" demişlerdir. Yine eşinin porno izlediğini söyleyen 2 çift (1 kadın, 1 erkek danışan) benzer duygularını terapide dile getirmiştir. Aldatan ve porno izleyen eşlere karşı yoğun bir öfke ve affedememe, tekrarlayan düşünceler, uzaklaşma, çaresizlik gözlemlenmiştir. Danışanlarla çalışırken aldatılmanın hangi evresinde (inkar, sorgulama, yaraları sarma vb.) oldukları tespit edilmeye çalışılmış ve danışanlar bilgilendirilmiştir. Danışanların birbirlerinin iç süreçlerini anlamaları için buzdağı çalışması yapılmıştır. Affetmenin bir süreç olduğu, karşı tarafa bir şans verme üzerine çalışmalar yapılmış bu noktada Allah'ın affedici olduğu ve affedilen günahın tekrar

tekrar kula hatırlatılmadığı, yüzüne vurulmadığı, Allah'ın Es-Settar, El Afuv, El Gaffar olduğu hatırlatılmıştır.

Son olarak bazı danışanların eşinin işlediği günahın sorumluluğunu kendi üstlerinde de hissettikleri ve bu noktada kendilerini de günahkâr olarak gördüklerini belirtmişlerdir. Aldatma ve porno izleme noktasında evli olduklarında dolayı "*Böyle bir durum yaşandığı ve ben bunu önleyemediğim fark etmediğim için ben de suçlu ve günahkârım*" inancı yaşadıkları görülmüştür. Yine bir kadın eş "*Eşim gece cinsel içerikli rüya görmüş ve bunun sabahında boy abdesti aldı. Böyle bir isteği varsa benimle paylaşmalıydı şimdi hem o hem ben günah kazandık*" demiştir. Yine başka bir kadın danışan 8 yaşında kuzeniyle oyun oynarken kuzeninin kazara ölmesi sonucu annesi ve çevresi tarafından suçlandığını kendini hala suçlu ve günahkar hissettiğini, bir insanın ölümüne sebep olduğunu ifade etmiştir. Bu danışanlarla kişinin başkasının yaptığı hata[26] ve günahtan sorumlu olmadığı[27] ve sorumluluk sahibi olunmayan durumlar için günah yazılmayacağı üzerinde çalışılmıştır.

2.4.Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı Modelinin Geliştirilmesi

Bu başlık altında *Manevi Yönelimli Aile Danışmanlığı* modeli geliştirilirken takip edilen aşamalar sırasıyla özetlenmiştir.

-Araştırmacı tarafından yapılan literatür taraması ve çalışmalarda Türkiye'de maneviyat ve din boyutunun aile danışmanlığı uygulamalarında yer almasıyla ilgili herhangi bir deneysel çalışma yapılmadığı tespit edilmiştir.

-Aile terapisi kuramlarıyla ilgili araştırmalar incelenmiş ve yaşantısal aile terapisi kuramlarından olan Satir Sistemik Aile Terapisi geliştirilen modelin kuramsal alt yapısı olarak seçilmiştir.

---

[26] "*Hiçbir günahkâr başkasının günahını yüklenmez (taşıdığı, kendi günah yüküdür). Günah yükü ağır gelen kimse onun taşınması için yardım çağrısında bulunsa -çağrılan yakını bile olsa- o yükten hiçbir şeyi başkası üzerine alamaz. Sen ancak, görmedikleri halde Rablerinden korkanları ve namazı özenle kılanları uyarabilirsin. Kim arınırsa sadece kendi yararına arınmış olur. Her şeyin sonu Allah'a varır."* (Fatır Suresi, 18. Ayet)

[27]" *De ki: "Her şeyin Rabbi O iken ben başka bir Rab mı arayayım? Herkes günahı yalnız kendi aleyhine kazanır. Hiçbir günahkâr başka bir günahkârın günah yükünü yüklenmez. Sonra dönüşünüz ancak Rabbinizedir. O size, ihtilaf etmekte olduğunuz şeyleri haber verecektir*." (Enam Suresi, 164. Ayet).

-Psikoloji ve İlahiyat lisans eğitimi almış ve çalışmalarına din psikoloji alanında devam eden araştırmacı, geliştirilecek olan modelin uygulama yetkinliği kazanmak için Satir İnsan Gelişimi ve Aile Terapisi Enstitüsünden 3 yıl süren Satir Dönüşümsel Sistemik Aile Terapisi Eğitimi almıştır.

-Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı geliştirilirken çalışmanın kavramsal ve kuramsal alt yapısında sunulan kaynaklara başvurulmuştur. Bu bağlamda aile danışmanlığına maneviyat ve din boyutunun entegre edilmesiyle alakalı çalışmalar, aileye yönelik uygulanan dini ve manevi uygulalamalar, aile danışmanlığı ve özel olarak Satir aile terapisiyle alakalı uygulamalar gözden geçirilmiştir.

-Manevi yönelimli aile danışmanlığı modelinin etkililiğini ölçmek amacıyla karma desen bir yöntem tercih edilmiş ve deneysel bir çalışma yapılması kararlaştırılmıştır.

-Yapılan çalışma ve uygulamalar incelenerek bir taslak oluşturulmuş ve geliştirilecek olan manevi yönelimli aile danışmanlığı modelinin kaç seans olması gerektiği, yapısı, içeriği, kullanılacak teknik ve kaynaklar vb. başta tez danışmanı Prof. Dr. Ali Ayten ve araştırmacının süpervizörü olan Uzm. Lisanslı Evlilik ve Aile Terapisti, Onaylı Süpervizör Sibel Usluer Erenel olmak üzere alanda çalışan uzmanların görüş ve önerileri alınarak oluşturulmuştur.

-Çalışma sırasında araştırmacının süpervizörlüğü Satir İnsan Gelişimi ve Aile Terapisi Enstitüsü Satir Çift ve Aile Terapisi Eğitim Programı ve Aile Danışmanlığı Kursu eğitim programı yürütücüsü Uzm. Lisanslı Evlilik ve Aile Terapisti, Onaylı Süpervizör Sibel Usluer Erenel tarafından yapılmıştır.

2.4.1. Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı Genel Kapsamı ve Kullanılan Teknikler

Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı seansları en az 2 yıllık evli ve çocuk sahibi olan 13 çiftin her biriyle ayrı ayrı 90 dakikalık 8 seans olarak planlanmıştır. Çalışmaya katılan çiftlere çalışmanın içeriği, süresi, sınırlılıkları, etik kurallar hakkında bilgi verilmiş ve katılımcılar gönüllülük esasına dayalı olarak çalışmaya dâhil edilmiştir.

Danışanın önceliğinin önemli olması nedeniyle seanslar *yarı yapılandırılmış* olarak planlanmıştır. Danışanların mevcut problemlerini daha rahat ifade edebilmeleri ve güvende hissetmeleri terapi sürecinin sağlıklı yürütülebilmesi için gereklidir. Bu nedenle danışanların grup içerisinde kendilerini ifade etme noktasında sıkıntı yaşayabilecekleri, seanslarda çiftlerin her birine özel zaman ayrılmasının daha etkili olacağı düşünüldüğünden çalışma mevcut bir çok grup terapi çalışmalarından farklı olarak *çift ve ailelere ait* özel seanslar şekilde düzenlenmiştir.

Seanslar, yarı yapılandırılmış olarak Satir aile terapisi kuram ve teknikleri temel alınarak oluşturulmuş ve seanslara İslam'da yer alan manevi kaynak ve değerler araştırmacı tarafından entegre edilmiştir. Çalışmanın, kendilerini "Müslüman ve dindar" olarak tanımlayan ve "din/ maneviyatın hayatlarında önemli bir yer tuttuğuna inanan" danışanlarla yapılması planlandığından seanslar sırasında kullanılacak dini/manevi kaynak, metot ve unsurlar İslam'dan alınmıştır. Çalışmada kullanılan dini/manevi kaynaklar, danışanların ihtiyaçlarına uygun olarak terapi seanslarının içine *terapötik çerçeve dikkate alınarak* yerleştirilmiştir. Genel çerçeve ve kullanılan kaynaklar Tablo 1'de özetlenmiştir.

Tablo 1: Terapinin Genel Çerçevesi ve Kullanılan Kaynak ve Teknikler

1. SEANS: TANIŞMA VE AMAÇ BELİRLEME	
Satir Aile Terapisi Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Buzdağı Metaforu, Bağ Kurma, İlişki Öyküsü, Aile Haritası, Aile Kronolojisi, Aynalama, Genogram, Başa Çıkış Duruşları
Manevi Yönelim Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Dua Bağı, Şükür Ajandası, Sadakat ve Güven, Sevgi, Mahremiyet, Yakınlık, Takdir Etme, Affetme, Güzel Söz, Hilm
2. SEANS: PROBLEM ALANLARININ TESPİTİ: DÖNÜŞÜME İLK ADIM	
Satir Aile Terapisi Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Buzdağı Metaforu, Aile Haritası, Aile Kronolojisi, Ev Ödevi, Aynalama, Genogram, Başa Çıkış Duruşları, Köprü Kurma, Bağ Kurma, Takdir
Manevi Yönelim Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Dua Bağı, Şükür Ajandası, Sadakat ve Güven, Sevgi, Mahremiyet, Yakınlık, Takdir Etme, Affetme, Güzel Söz ve Şakalaşma, Yumuşak Davranış/Hilm DiniYanlış Algıların Düzeltilmesi,
3. SEANS: EVLİLİK/AİLEDEKİ İLETİŞİM BECERİLERİNİ GELİŞTİRME	

Satir Aile Terapisi Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Buzdağı Metaforu, Aile Haritası, Aile Kronolojisi, Aynalama, Genogram, Başa Çıkış Duruşları, Köprü Kurma, Aynalama, Bağ Kurma, Takdir
Manevi Yönelim Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Dua Bağı, Şükür Ajandası, Sadakat ve Güven, Sevgi, Mahremiyet, Yakınlık, Takdir Etme, Affetme, Güzel Söz, Hilm, DiniYanlış Algıların Düzeltilmesi
4.SEANS: EVLİLTEKİ İLİŞKİ SORUNLARINI ÇÖZME	
Satir Aile Terapisi Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Buzdağı Metaforu, Aile Haritası, Aile Kronolojisi, Aynalama, Genogram, Başa Çıkış Duruşları, Köprü Kurma, Bağ Kurma, Takdir
Manevi Yönelim Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Dua Bağı, Şükür Ajandası, Sadakat ve Güven, Sevgi, Mahremiyet, Yakınlık, Takdir Etme, Affetme, Güzel Söz, Hilm, DiniYanlış Algıların Düzeltilmesi
5.SEANS: FARKLILIKLARDAN KAYNAKLANAN ÇATIŞMALARIN ÇÖZÜMÜ	
Satir Aile Terapisi Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Buzdağı Metaforu, Aile Haritası, Aile Kronolojisi, Aynalama, Genogram, Başa Çıkış Duruşları, Köprü Kurma, Bağ Kurma, Takdir
Manevi Yönelim Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Dua Bağı, Şükür Ajandası, Sadakat ve Güven, Sevgi, Mahremiyet, Yakınlık, Takdir Etme, Affetme, Güzel Söz, Hilm, DiniYanlış Algıların Düzeltilmesi
6.SEANS: ÇOCUKLAR VE KÖK AİLENİN İLİŞKİYE ETKİLERİ	
Satir Aile Terapisi Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Buzdağı Metaforu, Aile Haritası, Aile Kronolojisi, Aynalama, Genogram, Başa Çıkış Duruşları, Köprü Kurma, Bağ Kurma, Takdir
Manevi Yönelim Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Dua Bağı, Şükür Ajandası, Sadakat ve Güven, Sevgi, Mahremiyet, Yakınlık, Takdir Etme, Affetme, Güzel Söz, Hilm, DiniYanlış Algıların Düzeltilmesi
7.SEANS: AİLEDE SEVGİ, UYUM VE BÜTÜNLÜĞÜN PEKİŞTİRİLMESİ	
Satir Aile Terapisi Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Buzdağı Metaforu, Aile Haritası, Aile Kronolojisi, Aynalama, Genogram, Başa Çıkış Duruşları, Köprü Kurma, Bağ Kurma, Takdir
Manevi Yönelim Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Dua Bağı, Şükür Ajandası, Sadakat ve Güven, Sevgi, Mahremiyet, Yakınlık, Takdir Etme, Affetme, Güzel Söz, Hilm, DiniYanlış Algıların Düzeltilmesi
8.SEANS: SEANS BÜTÜNLÜĞÜ VE KAPANIŞ	

Aile Terapisi Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Buzdağı Metaforu, Aile Haritası, Aile Kronolojisi, Aynalama, Genogram, Başa Çıkış Duruşları, Köprü Kurma, Bağ Kurma, Takdir
Manevi Yönelim Çerçevesinde Kullanılan Kaynak ve Teknikler	Dua Bağı, Şükür Ajandası, Sadakat ve Güven, Sevgi, Mahremiyet, Yakınlık, Takdir Etme, Affetme, Güzel Söz, Hilm, DiniYanlış Algıların Düzeltilmesi

Manevi yönelimli aile danışmanlığı seansları yarı yapılandırılmış olarak planlanmıştır. Yapılan uygulamada Tablo 1'de yer verilen seans konuları danışanların ihtiyacı ve danışanlarla birlikte belirlenen terapi hedefine uygun olarak esnetilmiştir. Örneğin, aile bireyleri arasında iletişim problemi yaşayan bir çift için öncelikle seanslarda iletişim problemi üzerinde çalışılmış, kök aile ya da çocuklarla alakalı problem yaşayan çiftlerde ise ilk seanslarda bu konular ele alınmıştır. Başka bir ifadeyle birinci ve sonuncu seanslar sabit kalmış, diğer seanslarda belirlenen konu başlıklarının önce-sonra olması danışanların ihtiyaçlarına göre şekillendirilmiştir.

Tablo 1'de Satir aile terapisi ve manevi yönelim çerçevesinde kullanıldığı belirtilen kaynak ve tekniklerden bazıları her seans kullanılırken bazıları ihtiyaç duyuldukça kullanılmıştır. Terapist, danışanların ihtiyacı ve terapideki süreci göz önünde bulundurarak en uygun olan kaynak ve teknikleri seçerek terapide kullanmıştır. Örneğin, Satir aile terapisinde yer alan buzdağı metaforu bütün seanslar boyunca kullanırken aile ilişki haritası genel olarak ilk seanslarda kullanılmıştır. Yine Manevi yönelim çerçevesinde kullanılan dua bağı ve şükür ajandası ilk seanstan son seansa kadar danışanlara ev ödevi olarak verilmiştir.

Bu tekniklerin yanı sıra aile danışmanlığında yer alan genogram, ev ödevi ve psikoeğitim gibi teknikler ihtiyaç duyulduğunda kullanılmıştır. Terapist tarafından çocuklarla alakalı problemler, cinsel sorunlar ve aldatmayla başvuran danışanlara ihtiyaç duyulduğu ölçüde psikoeğitim verilmiştir. Çocuğa sınır koyma, tuvalet eğitimi, okul problemleri, çocuktaki öfke ve ağlama krizleri, ebeveynlik tutumundaki farklılıklardan kaynaklanan çatışma, ebeveynlik becerileri ile ilgili kısa psikoeğitimler verilmiştir. İhtiyaç duyulduğunda çocuklar hem yüz yüze hem de online seanslara dahil edilmiş, daha sonra çiftle çalışılmaya devam edilmiştir.

Benzer şekilde, aldatma, cinsel mitler, vajinismus, cinsel isteksizlik gibi konularda da bazı danışanlara psikoeğitim ve ev ödevleri verilmiştir. Yine iletişim problemi yaşayan çiftlere Gary Chapman tarafında kaleme alınan *Beş Sevgi Dili*, ve Virginia Satir'e ait olan *İnsan Yaratmak* kitapları danışanlara ev ödevi olarak verilmiştir. Çocukluk yıllarına ait problemlerin ve bunun eş ve aile ilişkisine yansımalarının çalışıldığı birkaç danışandan çocukluğundaki kendilerine mektup yazmaları istenmiştir (Bkz: EK-1).

Araştırmacı tarafından İslam'da eş ve aile ilişkileriyle alakalı literatür incelenmiş ve kaynaklardan bir havuz oluşturulmuştur. Kaynaklar genel hatlarıyla Sadakat *ve Güven, Sevgi, Mahremiyet, Yakınlık, Takdir Etme, Affetme, Güzel Söz ve Şakalaşma, Yumuşak Davranma ve Hilm* olmak üzere 8 başlık altına toplanmıştır. Aile danışmanlığı tekniklerinde olduğu gibi her kaynak ve tekniğin her seansta ve her danışana uygulanması seansın doğası, danışanın önceliği, aile dinamikleri ve problemlerin farklı olması nedeniyle mümkün değildir. Bu nedenle terapist oluşturmuş olduğu kaynak havuzundan danışanların ihtiyacı ve süreci göz önünde bulundurarak en uygun olanlarını alıp kullanmıştır. Yine dini yanlış algılardan kaynaklı problemlerin tespit edildiği durumlarda ilgili danışanlarla *kavvam ve nüşûz kavramı, sabır, günah* gibi başlıklar seanslarda çalışılmıştır. Sözü edilen kavramlara hangi bağlamda nasıl yer verildiği çalışmanın ilgili başlığı altında açıklanmıştır (Bkz: sayfa, 172).

Özetle, çiftler aldatma, kök aileden kaynaklı problemler, iletişim problemi, cinsel problemler, ebeveyn-çocuk ilişkilerinden kaynaklanan problemler gibi birçok farklı sorunla baş etmek için aile danışmanlığı almak istemiştir. Sorun alanlarının ve aile dinamiklerinin farklı olması nedeniyle seanslar, yarı yapılandırılmış olarak planlanmıştır. Yarı yapılandırılmış seanslarla hem danışanların problemlerini daha esnek bir yaklaşımla ele alabilmek hem de yapılan çalışmanın ölçülebilir olması için genel bir çerçeve dâhilinde yürütebilmek amaçlanmıştır. Bu bağlamda, ilk ve son seans sabit kalmış diğer seansların sıralaması danışanların ihtiyaçlarına göre ayarlanmıştır. Benzer durum çalışma boyunca kullanılan kaynak ve teknikler için de geçerlidir. Bütün danışanlara bütün seanslar boyunca uygulanan teknik ve kaynaklar olduğu gibi (buzdağı metaforu, dua bağı, şükür ajandası) danışanın ihtiyacına göre kullanılan teknik ve

kaynaklarda çalışmada yer almıştır. Çalışma da yer alan her kaynak ve teknik seanslar sırasında birkaç kez kullanılmıştır.

2.4.2.Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı Seans Akışı

Manevi yönelimli aile danışmanlığı modelinde etkililiğini ölçmek için araştırmacı tarafından deney ve kontrol grubu oluşturulmuş ve deney grubunda yer alan 13 çift 8 seanslık yarı yapılandırılmış manevi yönelimli aile danışmanlığına dahil edilmiştir. Seans içerikleri oluşturulurken Satir aile terapisi kuram ve teknikleri temel alınmış ve uzman görüşleri alınarak oluşturulmuştur. Seansların akışı, amaç ve sürece aşağıda yer verilmiştir.

1. **SEANS (**Süre: 90 Dakika)

   Amaç: Tanışma ve Amaç Belirleme

- Danışanlarla tanışma ve bağ kurma
- Terapist tarafından yapılacak çalışmanın yapısı ve sınırlılıklarının, etik kuralların anlatılması
- Danışanların katıldıkları çalışmadan beklentileri ve çalışmayla ilgili merak ettikleri noktaların konuşulması
- Çalışamaya katılım ve süreklilik noktasında gönüllülük alma
- İlişki öyküsünü alma, danışanların kaynakları ve güçlü yönlerini araştırma ve takdir etme
- Olumlu yönelimli ortak hedef oluşturma ve hedefe ulaşmak için danışanlardan gönüllülük alma

2. **SEANS (**Süre: 90 dakika)

   Amaç: Problem Alanlarının Tespiti: Dönüşüme İlk Adım

- Problem tanımı ve problemin aile üyeleri üzerindeki buzdağı etkisini araştırma
- Her biri için problem olan alanların tespiti, problemin kişiler ve ilişki üzerindeki etkilerinin belirlenmesi
- Aile ilişki haritası hazırlama
- Ailedeki bağlanma stillerini anlama
- Umut yaratma, olumlu yönelimli amaç oluşturma

3. **SEANS (**Süre: 90 dakika)

Amaç: Eş ve Aile Bireylerinin İletişim Becerilerini Geliştirme

- Başa çıkma duruşları hakkında bilgilendirme
- Stresli zamanlarda hangi başa çıkma duruş şeklini kullandıklarının tespiti
- Aile/eş arasındaki sağlıksız süreç, algı, inanış, beklenti ve yorumların tespiti
- Danışanın kendisi, aile ve ilişkisine dair sağlıksız inanç ve beklentileri sarsma

4. **SEANS (**Süre: 90 dakika)

Amaç: İlişki Sorunlarını Çözme

- Çiftin aşağıda belirtilen alanlardan hangisinde problem yaşadığının anlaşılması ve problemin çözümü üzerine çalışma
- Güç problemleri: baskınlık/dominantlık, yeterlilik
- Güven: Gizlilikler/sırdaşlıklar, anlaşmalar, bağlılıklar, kırılganlıklara saygı gösterme
- Yakınlık: Cinsel, fiziksel, duygusal, sosyal, entelektüel, eğlenme, spiretüel

5. **SEANS (**Süre: 90 dakika)

Amaç: Farklılıklardan Kaynaklanan Çatışma Çözümü

- Hangi konularda çiftlerin benzer ya da farklı olduklarının tespiti
- Çatışmaya neden olan farklılıkları anlama, farklılıklarla baş etme yollarını öğrenme, baş etme yollarının işlevselliğine bakma
- Eşlerin/aile üyelerinin buzdağında çalışma, çatışmanın neden olduğu zorlukları anlama
- Bireysel farklılıkları kabul için değişime gönüllü olma ve değişim için çalışma

6. **SEANS (**Süre: 90 dakika)

Amaç: Çocuk ve Kök Aile Kaynaklı Sorunlar ve Çözümü

- Aile genogramı hazırlama
- Kök aile olan ilişkileri anlama
- Aile kuralları ve rollerini anlama
- Kök aileden gelen etkilerin evlilik/ailedeki etkisini değerlendirme.
- Çözülmemiş çocukluk problemleri üzerine çalışma
- Çocuk bakımı ve ebeveynlikle alakalı problemleri çözme

7. **SEANS (**Süre: 90 dakika).

Amaç: Ailede Sevgi, Uyum ve Bütünlüğün Pekiştirilmesi

- Eşlerin kendi içsel süreçlerinde sevgi, değer görme ve bütünlüğü nasıl sağlamaya çalıştıklarını araştırma
- Beş sevgi dili: Eşler ve aile üyeleri arasında sevginin nasıl ifade edildiğini araştırma
- Sevilme, ait olma, değer görme ihtiyacının içsel ve etkileşimsel süreçte araştırılması
- Eşler ve aile üyelerinin uyum ve bütünlüğü sağlayabilmesi için çalışma yapma

8. **SEANS (**Süre: 90 dakika)

Amaç: Bütünlüğü Sağlama ve Kapanış

- Çalışma boyunca çiftlerin kendileri, aileleri ve ilişkileriyle ilgili ne tür dönüşümler yaşadığı üzerine konuşma
- İçsel ve etkileşimsel süreçte yaşanan dönüşümler takdir etme, kaynaklara tekrar vurgu yapma, dünüşümü pekiştirme
- Yaşanan dönüşümlerin içselleştirilmesi ve kalıcı olabilmesi için neler yapılması gerektiği üzerine çalışma
- Geleceğe dair plan yapma, değişimi ve umudu devam ettirme

Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı senas akışları genel hatlarıyla yukarıda özetlendiği şekilde olup, danışanların ihtiyacı ve süreç terapist tarafından değerlendirilerek ilk ve son seanslar sabit kalmak şartıyla diğer senasların sıralamasında zaman zaman değişim yapılmıştır. Pandemi nedeniyle bazı danışanlarla yüzyüze başlayan senaslar online olarak devam ettirilmiştir. Pandemi döneminde bazı danışanlardaki kaygı, panik atak, korku arttığı için ihtiyaç duyan bazı danışanlarla bu konular da çalışılmıştır. Çocuklarla alakalı problemelerin gündeme alındığı senaslarda ise ihtiyaç duyulduğunda çocuklar seansa dahil edilmiş daha sonra çiftlerle yapılan çalışma sürdürülmüştür. Son olarak bazı çiftlerin süreç içerisinde talebi üzerine zaman zaman bireyesel senanslar yapılmıştır. Çocukların seansa dahil edilmesi ya da bireysel senaslar deney grubunda yer alan her çift için uygulanmadığından senas akışı içerisine dahil edilmemiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3.YÖNTEM

Bu bölümde öncelikle araştırma modelini tanıtılmış, daha sonra sırasıyla araştırmaya katılanların nitelikleri, veri toplamada kullanılan araçlar, veri toplama işlemi ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel tekniklerle ilgili açıklamalara yer verilmiştir.

3. 1. ARAŞTIRMA DESENİ

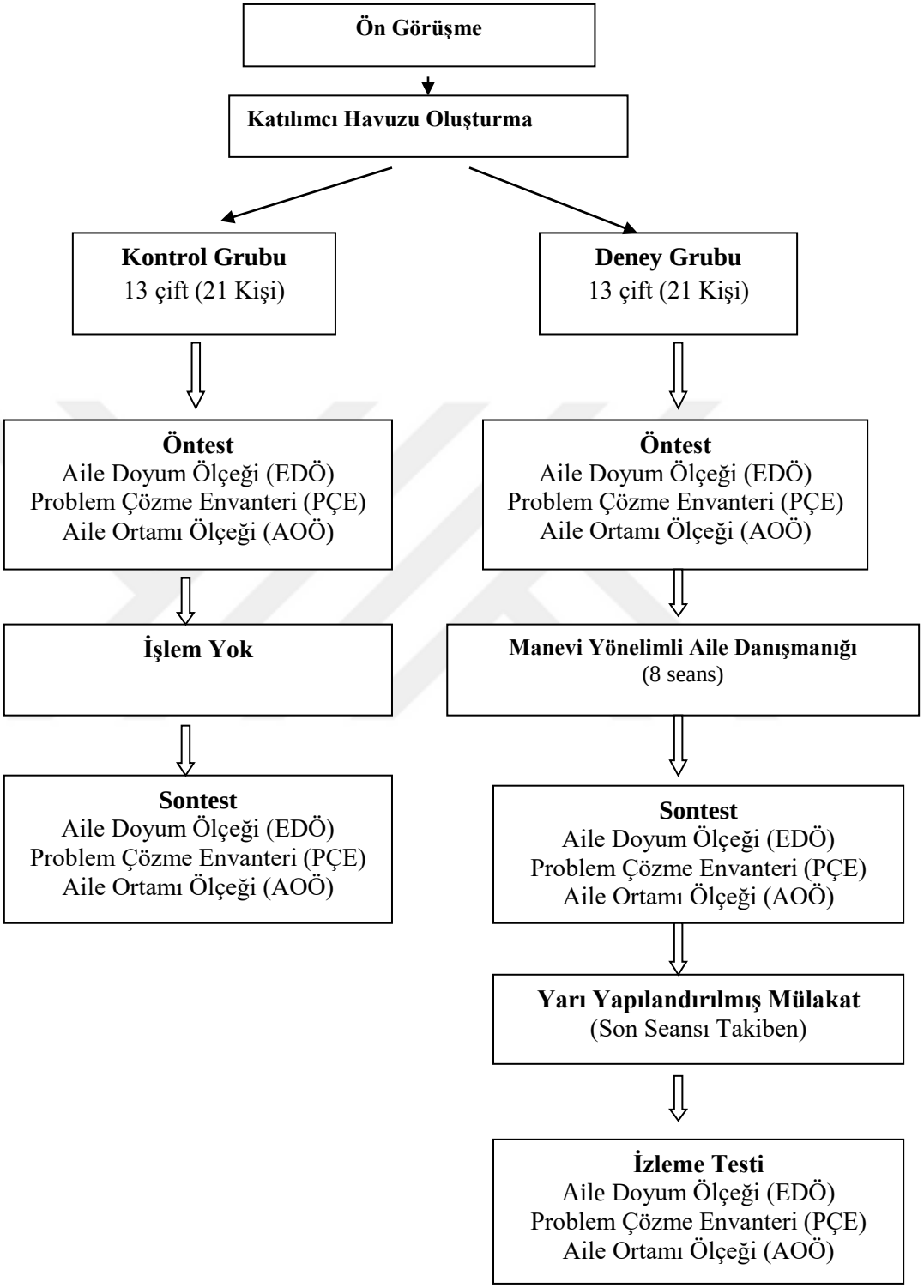
Çalışma, "deney" olarak planlanmıştır. Deneme modelleri, değişkenler arasındaki ilişkilerin kontrollü bir ortamda incelenmesidir ve önceden belirlenen hipotezlerin sınanması amacını gütmektedir. Kontrollü bir şekilde yapıldığı için deney, nicel desenlerde sebep sonuç ilişkisi kurmak için kullanılan en iyi desenler arasında kabul edilmektedir. Deney modeli bir fikrin, sonucun veya bir bağımlı değişkenin etkileyip etkilemediğini test etme imkanı verir (Creswell, 2017: 377; Şavran, 2015: 65-105). Bu bağlamda, çalışmada maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinin çiftlerin evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve aile ortamını ne yönde etkilediğini belirlemek amacıyla "öntest-sontest kontrol gruplu deneysel model" kullanılmıştır.

Çalışmamızda araştırma deseni olarak "karma yöntem" kullanılmıştır. Karma yöntem (mixed method), bir ya da birbirini izleyen çalışmalar içerisinde nitel ve nicel yöntem, kavram ve yaklaşımların birleştirilmesi olarak tanımlanmaktadır. Karma yöntem araştırmacıya kapsamlı, çoğulcu, tamamlayıcı bütüncül bir anlayış sağlar. Karma desen, nicel ve nitel araştırma yöntemlerinin yanı sıra üçüncü önemli yöntemi oluşturmuştur. Ülkemizde son yıllarda sosyal bilimlerde karma yöntem ile yapılan çalışmalara daha fazla rastlanmaktadır (Keldal ve Bilge, 2016, s. 644; Baki ve Gökçek, 2012, s. 2).

Çalışmada karma desenler arasından açımlayıcı sıralı karma desen kullanılmıştır. Açıklayıcı sıralı karma desen olarak tanınan desen öncelikle nicel verilerin toplanması ve çözümlenmesiyle başlamaktadır. Daha sonra ise nitel veriler toplanır ve çözümlenir. Nitel sonuçlar ilk aşamada elde edilen verileri açıklamasına

yardımcı olur (Creswell ve Plano Clark, 2018, s. 79). Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modeli modelinin evlilik doyumu, problem çözme becerileri ve aile ortamına olan etkileri nicel yöntemlerle ölçülmüş, maneviyatın aile danışmanlığında yer almasıyla ilgili katılımcıların görüş ve değerlendirmelerini belirlemek için ise nitel yönteme başvurulmuştur. Nitel veriler, hem nicel verileri desteklemek hem de nicel verilerde açıklanması gereken bazı noktaların açıklanması için kullanıldığından çalışmada açımlayıcı sıralı desen kullanılmıştır. Araştırma modeli ve uygulama aşamaları Tablo 2'de özetlenmiştir.

Tablo 2: Manevi Yönelimli Aile Terapisi Akış Çizelgesi



3.2. NİCEL ARAŞTIRMA MODELİ

Çalışma, araştırmacı tarafından geliştirilen *Manevi Yönelimli Aile Danışmanlığı Modeliyle* maneviyatın aile danışmanlığına entegre edilmesi ve geliştirilen modelin evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve aile ortamı üzerindeki etkisini ortaya koymayı amaçlayan deneysel bir model olarak planlanmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkeni maneviyat yönelimli aile danışmanlığı iken bağımlı değişkeni evlilik doyumu, aile ortamı ve problem çözme becerisidir. Bağımlı değişkenlerden olan evlilik doyumu Evlilik doyum Ölçeği (EDÖ), problem çözme becerileri Problem Çözme Envanteri (PÇÖ) ve aile ortamı Aile Ortamı Ölçeğiyle ölçülmüştür.

Araştırmanın başlangıç aşamasında deney ve kontrol gruplarına ön-test olarak ilgili ölçekler uygulanmıştır. Ölçeklerin uygulanmasının ardından deney grubunda yer alan çiftlere 90 dakikadan oluşan 8 seanslık maneviyat yönelimli aile danışmanlığı uygulanırken kontrol grubuna herhangi bir işlem yapılmamıştır. Son seansı takiben hem deney hem kontrol grubuna ilgili ölçekler (son-test) yeniden uygulanmıştır. Kontrol ve deney grubuna uygulanan son-testin ardından kontrol grubuna herhangi bir işlem yapılmazken deney grubuna izleme testi uygulanmıştır. Araştırmanın nicel kısmına ait model Tablo 3'te yer almaktadır.

Tablo 3: Nicel Araştırma Modeli

Gruplar	Ön-Test	Uygulama	Son-Test	İzleme Testi
Deney Grubu	EDÖ PÇÖ AOÖ	Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı Uygulaması	EDÖ PÇÖ AOÖ	EDÖ PÇÖ AOÖ
Kontrol Grubu	EDÖ PÇÖ AOÖ	Uygulama Yok	EDÖ PÇÖ AOÖ	Uygulama Yok

EDÖ: Evlilik Doyum Ölçeği, PÇÖ: Problem Çözme Envanteri, AOÖ: Aile Ortamı Ölçeği

3.2.1. Nicel Araştırma Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında araştırmacı tarafından araştırma için gerekli demografik verilere uygun olarak geliştirilmiş kişisel bilgi formu, Evlilik Doyum

Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Aile Ortamı ölçeği uygulanmıştır. Veri toplama araçlarıyla ilgili gerekli bilgi aşağıda verilmiştir.

3.2.1.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunda katılımcıların yaş, meslek, gelir ve eğitim düzeyleriyle birlikte kaç yıldır evli oldukları, nasıl tanıştıkları, aileleriyle ne sıklıkla görüştükleri, kaç çocuk sahibi oldukları, kendilerini ne kadar dindar ve manevi yönden güçlü hissettikleri, din ve maneviyatın aile hayatlarında ne derece etkili olduğuna dair sorular sorulmuştur.

3.2.1.2. Evlilik Doyum Ölçeği

Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ), Azize Nilgün Canel tarafından evli kişilerin evlilik doyum düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir (Canel, 2007, s. 249). Çocuk sahibi olan ve olmayan çiftlere uygulanabilmesi amacıyla iki bölümden oluşmaktadır. Ölçekte çocuk sahibi olmayan çiftler için 92, çocuk sahibi olan çiftler için ise 101 madde yer almaktadır. Cevaplar bireylerin evlilik doyumu hakkındaki fikirlerini net olarak belirlemek amacıyla yurt dışında geliştirilen ölçeklere uygun olarak Doğru-Yanlış olmak üzere iki seçenekli olarak tasarlanmıştır (Canel, 2007, s. 250). Ölçekte bireylerin evlilik doyumuna ait olumsuz bakış açısı belirlenmek istendiği için ölçekten alınan yüksek puan evlilikteki doyumsuzluğu göstermektedir. Düşük puan çiftlerdeki evlilik doyumunun varlığını simgelemektedir. Ölçekte olumsuz ifadeli cevaplar 1 puan, olumlu ifadeler ise 0 puan olarak değerlendirilmektedir. Ölçek evlilik uyumu, çatışma, yakınlık, ilişki mutluluğu, öfke, eşin ailesiyle iletişim, ekonomik anlayış ve ebeveynlik anlayışı olmak üzere 8 alt boyuttan oluşmaktadır.

Birinci alt ölçek olan "*Evlilik Uyumu"* alt ölçek *ilişki mutluluğu, çatışma* ve *yakınlık* olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. *İlişki mutluluğu* alt boyutu bireylerin ilişkileriyle ilgili genel memnuniyeti, ilişkinin geleceğine duyulan güven, çiftlerin birbirine uyumuyla ilgili soruları içermektedir. *Çatışma* boyutunda çiftlerin yaşamış olduğu çatışmanın yoğunluğu, uyuşmazlık, problem çözme becerileri, problem çözümündeki iletişimi ele alan maddeler yer almaktadır. *Yakınlık* boyutunda ise ilişkideki sevgi, ilgi, eşe duyulan yakınlık, birlikte iken alınan zevk, eşe duyulan hayranlı, paylaşım vb konuları ele alan sorular yer almaktadır.

İkinci alt ölçek olan *"Öfke*" ölçeğinde duygusal, fiziksel şiddet ve istismarın varlığı, ilişkideki şiddetin ortaya konması, eşlerin birbirine karşı duyduğu öfkeye yönelik sorular yer almaktadır. Üçüncü alt ölçek "*Eşin Ailesiyle İletişim*" olarak isimlendirilmiştir. Bu alt ölçekte yer alan maddeler eşin ailesiyle ilgili anlaşmazlık ve uyuşmazlıklar, eşin ailesinin çiftin beraberliği üzerinde olumsuz etkileri olup olmadığını ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır. Dördüncü alt ölçek olan "*Ekonomik Anlayış*" eşler arasında mali konulardan kaynaklanan uyuşmazlıklar, aile bütçesiyle ilgili endişeler, mali konularda eşe duyulan güvensizlikle ilgili soruları içermektedir. Besinci ve son alt ölçek **"***Ebeveynlik Anlayısı*" ölçeği olarak isimlendirilmiştir. Bu alt ölçek yalnızca çocuk sahibi olan eşler için hazırlanmıştır ve çocuk yetiştirme konusundaki anlaşmazlıklar, sorumluluk, eşlerin çocuklarla ilişkisi, disiplin yöntemleri noktasındaki uyumsuzluklar ile ilgili sorular yer almaktadır (Canel, 2007, s. 278).

Ölçeğin iç tutarlılığı hem ölçeğin tüm hem de her bir alt boyut için ayrı ayrı hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı oldukça yüksektir ve bu da EDÖ'nün güvenilir bir ölçek olduğunu göstermektedir. Sonuçlar, $p<.001$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur (Canel, 2007, s. 255).

3.2.1.3. Problem Çözme Envanteri

P.P. Heppner ve C.H. Petersen, tarafından 1982 yılında geliştirilen Problem Çözme Envanterinin (Problem Solving Inventory) Türkçe uyarlaması Şahin ve arkadaşları tarafından yapılmıştır (Şahin, vd, s. 1993). 35 maddeden oluşan Problem Çözme Envanteri bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini algılayışını ortaya koyan, kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Ölçeğin altı tane alt ölçeği bulunmaktadır. Bunlar: Aceleci yaklaşım, Düşünen yaklaşım, Kaçıngan yaklaşım, Değerlendirici yaklaşım, Kendine güvenli yaklaşım, Planlı yaklaşım alt ölçekleridir (Savaşır ve Şahin, 1997, s. 81).

Ölçeğin başında katılımcıların nasıl cevaplayacağına dair bilgi yer almaktadır. Katılımcılara ne sıklıkla maddelerde yazdığı şekilde davrandıkları sorulmaktadır. *"Her zaman böyle davranırım, Çoğunlukla böyle davranırım, Sık sık böyle davranırım, Arada sırada böyle davranırım, Ender olarak böyle davranırım, Hiçbir zaman böyle*

davranmam" seçeneklerinden kendilerine en uygun olanı seçmeleri istenmektedir. Likert türü olan ölçeğe 1-6 arasında değişen puanlar verilmektedir. Puanlama yapılırken 9, 22. ve 29. maddeler puanlama dışı tutulmaktadır. 1, 2, 3, 4, 11, 13, 14, 15, 17, 21, 25, 26, 30. ve 34. maddeler ters olarak puanlanmaktadır. Bu maddelerin yeterli problem çözme becerilerini temsil ettiği varsayılmaktadır. Ölçekten alınan puanın yüksek olması bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini yetersiz algıladığını göstermektedir. Yapılan iç tutarlılık çalışmasında ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlilik katsayısı .88 olarak bulunmuştur (Savaşır ve Şahin, 1997, s. 81-82).

3.2.1.4. Aile Ortamı Ölçeği

İlk olarak Moos tarafından 90 madde halinde geliştirilen ölçeği 30 maddelik kısa formu Fowler tarafından düzenlenmiştir. Usluer (1989, s.75-82), ölçeğin kısa formunu Türkçeye uyarlamışlardır. Toplam 26 maddeden oluşan ölçek, *Birlik ve Beraberlik* (16 madde) ve *Denetim* (10) olmak üzere iki boyutludur. Her madde için "*Çok uygun buluyorum, Oldukça uygun buluyorum, Biraz uygun buluyorum, Hiç uygun bulmuyorum*" seçenekleri mevcuttur. Çok uygun buluyorum yanıtı 4, Oldukça uygun buluyorum 3, Biraz uygun buluyorum 2, hiç uygun bulmuyorum yanıtı ise 1 olarak puanlanmaktadır.

Her alt testten elde dilen puan ailedeki birlik-beraberlik ve denetim niteliklerini ailenin nasıl algıladığını gösterir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasında 4 madde çıkarılmış ve geri kalan 26 maddeyle Türkçe Form Oluşturulmuştur. Birlik-beraberlik alt testinin madde toplam korelasyonu .23 ile .65, denetim alt testinde ise .19 ile .56 arasındadır. Ölçeğin geçerliliğini belirlemek için faktör analizi ve hipotez sınanması teknikleri uygulanmıştır. Ölçekteki 26 maddenin 16'sı Faktör I (Birlik-beraberlik) geri kalan 10 madde ise Faktör II (denetim) olarak belirlenmiştir (Öner, 1996, s. 350; Usluer, 1989, s. 75-82).

3.2.2. Nicel Verilerin Çözümlenmesi ve İstatiksel Analizi

Çalışmamızda deney ve kontrol grupları öntest puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını anlamak için iki bağımsız grup arasında farklılık olup olmadığını test eden ve parametrik olmayan Mann-Whitney U Testi kullanılmıştır. Benzer şekilde

deney ve kontrol grubu sontest puanları da yine Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Mann Whitney U testi, t-testinin parametrik olmayan dengidir ve iki bağımsız örneklem ölçümlerinin birbirinden anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etme imkânı verir. Parametrik testlerin uygulanmadığı, örnek sayısının küçük olduğu durumlarda uygulanır (İslamoğlu ve Alnıaçık, 2019, s. 481; Aziz, 2018, s. 170; Balcı, 2018, s. 268).

Çalışmamızda yer alan deney grubu öntest-sontest puanları arasındaki fark olup olmadığı, deney grubu sontest-izleme testi arasında bir farlılık olup olmadığı ve yine kontrol grubu öntest-sontest arasında bir farklılık olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Sıra Sayıları Testi ile analiz edilmiştir. Wilcoxon Eşleştirilmiş Sıra Sayıları Testi ilişkili iki ortalama arasında anlamlı bir farkın olup olmadığını test etmek için kullanılmaktadır. Parametrik testlerden bağımlı iki örneklem t-testinin parametrik olmayan alternatifidir ve t-testinin koşullarının sağlanmadığı durumlarda kullanılır (İslamoğlu ve Alnıaçık, 2019, s. 483; Aziz, 2018, s. 170; Balcı, 2018, s. 269;).

3.3. NİTEL ARAŞTIRMA MODELİ

Çalışmanın nitel aşamasında deney grubunda yer alan katılımcıların maneviyat yönelimli aile danışmanlığı hakkındaki genel değerlendirmeleri, terapide faydalandıkları noktalar, terapinin herhangi bir değişime neden olup olmadığı ve maneviyat boyutunun terapide yer almasıyla ilgili genel düşünce ve değerlendirmelerini derinlemesine incelemek amacıyla nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada nitel araştırma desenlerinden olan *Durum Çalışması* kullanılmıştır. Durum çalışmasının en temel özelliği bir ya da birkaç durumu derinlemesine araştırma, duruma ilişkin etkenleri (ortam, bireyler, olaylar, süreçler, vb) bütüncül bir yaklaşımla ele alma ve ilgili durumu nasıl etkileyip-nasıl etkilendiklerini ortaya koymaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2016, s. 73; Creswell, 2014, s. 14).

Nitel araştırmanın örneklemini deney grubuna dâhil olup 8 seansı tamamlayan 13 çift (N:21) oluşturmuş, deneysel bir araştırma olmasından dolayı nitel analizle görüşlerin alınacağı çalışma grubu *amaçsal/amaçlı örnekleme* ile seçilmiştir. Amaçsal örnekleme çalışmanın amaç ve konusuna uygun zengin bilgiye sahip olduğu düşünülen

durumların derinlemesine çalışılmasına imkân sağlamaktadır. Örneklemin araştırmanın amaç ve konusuna en uygun yanıtları verebilecek kişi ve objeler arasından seçilmesidir (Aziz, 2017, s. 55; Yıldırım ve Şimsek, 2016, s. 118). Katılımcılara ait detaylı bilgilere Tablo 4,5,6'da yer verilmiştir.

3.3.1. Nitel Veri Toplama Aracının Oluşturulması

Çalışmada yer alan deney grubundaki bütün katılımcılarla (13 çift) son seansın ardından yarı yapılandırılmış mülakat/ derinlemesine görüşme yapılmıştır. Derinlemesine görüşme açık uçlu bir metot olup görüşmecinin duygu, değerlendirme ve bakış açısını keşfetmeyi amaçlar. Belirli bir konuyla alakalı belirli kişilerin görüşleri önem arz ettiğinde derinlemesine görüşme tekniği kullanılır (İslamoğlu ve Alnıaçık, 2019, s. 225; Baş ve Akturan, 2017, s.114;; Kuş, 2012, s. 87).

Mülakat soruları oluşturulurken öncelikle literatürde yapılan çalışmalar incelenmiş ve hazırlanan sorular aile danışmanlığı alanında uzman bir terapist ve din psikolojisi alanından uzmanlarla değerlendirilmiştir. Yapılan değerlendirme ve önerilerle sorulara son şekli verilmiş, hazırlanan 9 soru uzmanlardan alınan onayın ardından katılımcılara yöneltilmiştir.

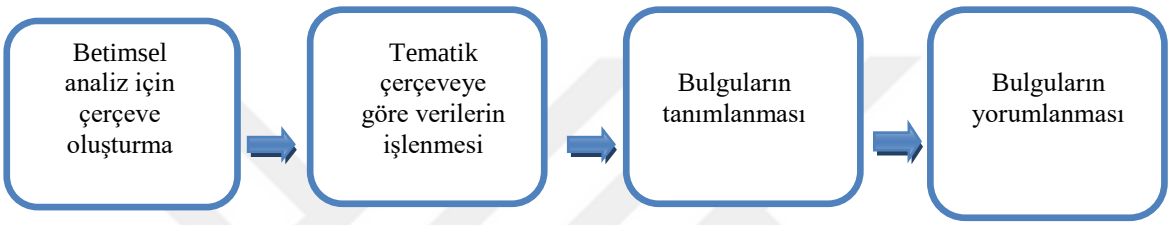
Çalışmada deney grubunda yer alan katılımcılarla derinlemesine görüşme yapılarak maneviyat yönelimli aile danışmanlığıyla ilgili genel değerlendirmeler, maneviyat ve din boyutuyla terapide yer alması, farkındalık oluşması ve değişim noktasında terapinin etkisi, terapistin tutum ve yaklaşımlarına dair değerlendirmeleri ilgili bilgi toplamak amaçlanmıştır. Gerekli görüldüğü durumlarda araştırmacı tarafından katılımcılara ek sorular yönlendirilmiştir.

3.3.2. Nitel Araştırma Verilerin Çözümlenmesi ve Analizi

Nitel veriler sekizinci seansın bitmesinin ardından katılımcılara yönlendirilmiş ve katılımcıların vermiş olduğu cevaplar katılımcılardan gerekli izin alınarak ses kayıt cihazıyla kaydedilmiştir. Alınan ses kayıtları deşifre edilerek yazıya geçirilmiştir. Mülakatlar sırasında elde edilen veriler *betimsel analiz yöntemiyle* analiz edilmiştir. Betimsel analizde veriler daha önceden belirlenmiş temalar dikkate alınarak özetlenir ve

yorumlanır. Veriler araştırma sorularındaki temalara göre özetlenip yorumlanacağı gibi görüşme ve gözlem sırasında kullanılan soru ve boyutlar dikkate alınarak da sunulabilir. Doğrudan alıntılara sık sık yer verilen betimsel analizde amaç elde edilen verileri düzenlenmiş ve yorumlanmış bir şekilde sunmaktır. Bu amaçla toplanan veriler sistemik ve açık bir şekilde betimlendikten sonra, betimlemelerin neden-sonuç ilişkileri irdelenir, açıklama ve yorumlarla bir takım sonuçlara ulaşılır (Yıldırım ve Şimşek, 2016, ss. 139-240). Betimsel analiz dört aşamadan oluşmaktadır.

Şekil 2: Betimsel Analiz Aşamaları



Kaynak: Gül, G. (2017). Eşler Aile ve Evlilik Kurumu. H. Yavuzer (Ed.). *Evlilik Okulu: Evlilikte Kişiler Arası İlişkiler ve İletişim Becerileri.* İstanbul: Remzi Kitapevi; Yıldırım, A. ve Şimsek, H. (2016). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri.* Ankara: Seçkin Yayınları.

Betimsel analizin birinci aşamasında araştırmacı yarı yapılandırılmış mülakat sorularında yer alan boyutlardan yola çıkarak *Maneviyat Boyutuyla İlgili Değerlendirmeler, Terapide Etkili Bulunan Müdahaleller, Kazanılan Farkındalık ve Değişim ve Manevi Yönelimli Aile Danışmanlığıyla İlgili Genel Değerlendirmeler,* olmak 3 ana tema oluşturmuştur. İkinci aşamada oluşturulan temalar dikkate alınarak veriler düzenlenmiş ve temalara uygun olarak bir araya getirilmiştir. Verilerin sunulması sırasında kullanılacak olan doğrudan alıntılar şeçilmiştir. Üçüncü aşamada bulgular tanımlanmış ve veriler kolay anlaşılır bir şekilde sunulmuştur. Dördüncü ve son aşamada ise bulgular çalışmanın nicel kısmından elde edilen bulgular, benzer çalışmalarla birlikte yorumlanmıştır. Belirlenen ana ve alt temelara Tablo 4'te yer verilmiştir.

Tablo 4: Nitel Araştırma Verileri Temaları

Üst Temalar	Alt Temalar
Maneviyat Boyutuyla İlgili Değerlendirmeler	**1.Terapide Maneviyat Boyutunun Yer Alması** **2. Şükür ve Dua Uygulamaları**

	3. Maneviyat Boyutunun Faydaları/ Kazandırdıkları
Terapide Etkili Bulunan Müdahaleler, Kazanılan Farkındalık ve Değişim	**1. Terapi Etkili Bulunan Müdahaleler** **2. Danışanların Kendilerine Dair Farkındalıkları ve Değişim** **3. Eşte Gözlenen Farkındalık ve Değişim** **4.İlişkide Gözlenen Farkındalık ve Değişim**
Manevi Yönelimli Aile Danışmanlığıyla İlgili Genel Değerlendirmeler	**1.Bir Bütün Olarak Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı** **2. Terapistin Yaklaşımı- Dini-Manevi Değerleri Aktarması** **3. Terapi ile İlgili Öneriler**

3.3.3. Nitel Araştırmada Verilerin Geçerliliği

Nitel araştırmada geçerlilik, araştırmacının araştırdığı olguyu yansız bir şekilde, olduğu gibi gözlemesi olarak tanımlanmaktadır. Nitel araştırmanın sahip olduğu temel özellikler araştırmanın geçerliliği açısından önemli artılar ortaya koymaktadır. Araştırmacının esnek olması (ihtiyaç halinde yeni strateji, soru ve yöntemler kullanabilme) ilkesi geçerlik noktasında önemli bir faktördür. Benzer şekilde araştırma alanına olan yakınlık, yüzyüze görüşme yoluyla derinlemesine ve ayrıntılı bilgi elde etme, gözlem, uzun süreli bilgi toplama, alana geri gidebilme, ek bilgi toplama, verilerin toplanmasıyla alakalı ayrıntılı rapor sunma geçerliliği oluşturan önemli özelliklerdir. Nitel araştırmada geçerlilik iç ve dış geçerlilik olarak ele alınmaktadır. İç geçerlilik yerine "inandırıcılık", dış geçerlilik/genelleme yerine ise "aktarılabilirlik" ifadeleri kullanılmaktadır (Arastamam, vd. 2018, s. 51; Yıldırım ve Şimşek, 2016, s. 270; Creswell, 2014, s. 201; Kuş, 2012, s. 84).

Elde edilen bulgu ve sonuçların doğruluğunu konu edinen iç geçerlilik araştırmalar için önemli bir boyuttur. Araştırmacının veri toplama, analiz ve yorumlama süreçlerinde tutarlı olmalı ve bu tutarlılığın nasıl sağladığını açıklanması, araştırma süreci ve elde edilen verilerin gerçeği yansıtıp yansıtmadığını eleştirel bir gözle sorgulaması gerekir. Geçerliliğin ortaya konması için uzun süreli etkileşim, derinlik odaklı veri toplama çeşitleme, uzman incelemesi ve katılımcı teyidi gibi birçok strateji

ortaya konmuştur (Arastamam vd., 2018, ss. 52-58; Başkale, 2016, s.23; Yıldırım ve Şimşek, 2016, ss. 276-281; Creswell, 2013, s. 250)

Uzun süreli etkileşim katılımcı ve gözlenen ortam ile uzun süreli etkileşime sahip olmayı ifade etmektedir. Araştırmacının tek bir gözlemle geçerli sonuca ulaşmasının güç olması ve araştırmacının katılımcılar üzerindeki etkisinin minimize edilmesi için uzun süreli etkileşim olması iç geçerlilik noktasında önemlidir. Bu bağlamda çalışmamızda, katılımcılarla 8 seanslık oturumların ardından derinlemesine mülakat yapılmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmacıyla katılımcılar arasında bir güven ortamı oluşmuş ve araştırmacının katılımcılar üzerinde oluşması muhtemel ilk etkisi minimize edilmiştir. Ayrıca, uzun süreli gözlem ve görüşme sonucunda verilerin dönemsel olmadığı, verilen cevapların daha samimi ve gerçeği yansıtma bakımından daha güçlü olduğu kabul edilmiştir.

İç geçerliliği sağlamada önemli olan bir diğer strateji derinlik odaklı veri toplamadır. Derinlik odaklı veri toplama araştırmacı tarafından elde edilen verilerin sürekli olarak birbiriyle karşılaştırılması, yorumlaması, kavramsallaştırması ve katılımcılar tarafından örtük bir biçimde sunulan örüntülerin ortaya çıkarılmasını ifade etmektedir. Bu bağlamda çalışma sırasında elde edilen veriler araştırmacı tarafından her bir katılımcı için hem kendi içinde hem de diğer katılımcılardan elde edilen verilerle karşılaştırılarak temalar oluşturulmuş ve yorumlanmıştır.

Çeşitleme, araştırmacı tarafından araştırılan olay ve olguya ilişkin farklı bakış açıları, anlamlar ve kaynakların ortaya çıkarılmasıdır. Bu bağlamda *veri çeşitlemesini* sağlama noktasında araştırmaya farklı çift ve aile problemlerine sahip (aldatma, ilitişim problemleri, kök aileyle ilgili problemler, cinsel proeblemler, ebeveynlik anlayışındaki farklılıklar vb.) çiftler dahil edilerek katılımcıların farklı algı ve yaşantıları ortaya konmuştur. Araştırma esnasında elde edilen verilerin birbirini teyit amacıyla kullanılması ise yöntem çeşitliliğine örnek verilebilir. Çalışmadaki nitel veriler, gözlem ve çalışma sırasında elde edilen dökümanlar (katılımcıların yazdığı mektup, dua ve şükür günlükleri) birbirini teyit amacıyla kulanılarak yöntem çeşitliliği sağlanmıştır.

Geçerliğin sağlanması için kulanılan bir diğer *stratejide uzman incelemesidir*. Çalışmada araştırma deseni, elde edilen veriler, analiz ve yorumlama aşamalarının tümünde alanda uzman kişilerin görüşlerine başvurulmuş ve çalışma alınan geri bildirimler dikkate alınarak tamamlanmıştır.

Dış geçerlilik ise araştırma sonucunda elde edilen verilerin genellenebilirliğini ifade etmektedir. Araştırma sonucunun benzer ortam ve durumlarda genellenebilmesi araştırmanın dış geçerliliğe sahip olduğunu göstermektedir. Nitel araştırmanın yapısı gereği doğrudan bir genelleme söz konusu olmamakla birlikte araştırma sonuçları bir dereceye kadar benzer ortam ve durumlarda genellenebilir (Yıldırım ve Şimşek, 2016, s.271). Nitel araştırmadaki genelleme dolaylı yollarla yapılmaktadır. Araştırma sonuçlarının benzer ortamlarda genellenebilmesi için çalışmanın tüm aşamaları (araştırmada yer alan örneklem, ortam ve süreç) hakkında ilgili kısımlarda detaylı bilgi verilmiştir.

Nitel verilerin genellenebilmesi/aktarılabilirliği dayandığı verilerin yeterli düzeyde betimlenmesine bağlıdır. Çalışmada elde edilen veriler mümkün olduğu kadar sadık kalınarak, doğrudan alıntılar aracılığıyla aktarılmış, başka bir ifadeyle ayrıntılı betimleme yapılmıştır. Son olarak genellenebilirliği arttırmak için çalışmada *amaçlı örnekleme* kullanılmış ve örneklem hakkında detaylı bilgiye çalışmanın ilgili kısımlarında yer verilmiştir (Bkz: sayfa, 208).

3.3.4. Nitel Araştırma Verilerinin Güvenilirliği

Nitel araştırmada güvenilebilirlik araştırma bulguları ve yorumlarının tutarlı bir sürecin ürünü olması gerektiğini ifade etmektedir. Diğer bir ifadeyle araştırma bulgularının elde edildiği sürecin mümkün olduğu ölçüde açık ve tekrarlanabilir olmasını demektir. Nicel araştırma ile aralarındaki farklılıklara rağmen nitel araştırmada iç ve dış güvenirliliği sağlamak için alınan bazı önlemler vardır (Arastamam vd., 2018, s. 60; Yıldırım ve Şimşek, 2016, s. 273).

Çalışmada *dış güvenirliliği* sağlamak için aşağıdaki önlemler alınmıştır. Öncelikle araştırmacı dış güvenirliliği sağlamak için kendi konumunu (katılımcı, gözlemci) açık bir şekilde belirtmiştir. Araştırmacı katılımcılarla uzun süreli ilişki

kurmuş, terapi uygulamış, bütün süreç boyunca gözlem yapmış ve seans sonunda katılımcılarla yüzyüze görüşme yapmıştır. İkinci olarak katılımcılar araştırmacı tarafından açık bir şekilde tanımlanmış (Bkz: EK-10) ve benzer konuyu çalışanların benzer örneklem oluşturabilmelerine olanak sağlanmıştır. Dış güvenirlilik sağlamak için üçüncü önlem olarak araştırma ortamı ve sürecin tanımlanmıştır. Mülakatlar ses kaydına alınmış ve araştırmacı tarafından deşifre edilerek yazıya geçirilmiştir. Araştırmanın diğer aşamalarında olduğu gibi katılımcıların isim ve kişisel bilgileri gizlenmiş ve çift olduklarını belirtmek için Danışan 1, Erkek Eş yerine D1-Erkek kodu Danışan 1-Kadın Eş yerine de D1-Kadın kodlamasına yer verilmiştir.

Dış güvenirlilik için alınan dördüncü önlem elde edilen verilerin analizinde kullanımış olan kavramsal çerçeve ve varsayımların ayrıntılı bir şekilde tanımlanmasıdır. Bu bağlamda çalışmamızın teorik kısmında kullanılan kavramlar açık bir şekilde tanımlanmış ve nasıl kullanıldığına dair somut örnekler verilmiştir (Bkz: sayfa, 147). Son olarak veri toplama ve analiz yöntemleriyle ilgili detaylı bilgi verilmesidir. Çalışmamızda görüşme ve gözlemlerin nasıl yapıldığı, verilerin nasıl kaydedildiği, hangi yöntemle verilerin sunulduğuna dair ayrntılı açıklamalara yer verilmiştir.

Nitel araştırmalarda dış güvenirlilik kadar iç güvenirliliği sağlamak da oldukça önemlidir. Çalışmamızda iç güvenirliliği sağlamak için öncelikle elde edilen veriler sık sık herhangi bir yorum katılmadan, doğrudan alıntılarla aktarılmış ve okuyuculara araştırmacının ulaştığı sonuçları ilgili verilerle tekrar yorulayabilme fırsatı sunulmuştur. İç güvenirliği sağlamak için kullanılan diğer bir strateji gözlem yoluyla edinilen bulguların görüşmeler yoluyla teyit edilmesidir. Çalışmamızda araştırmacı katılımcıları uzun süre gözleme imkânı bulmuş ve gözlemlerini verilerin analiz ve yorumlanması, bulguların doğruluğunun test edilmesi aşamalarında kullanmıştır. Örneğin, çalışma sonunda evlilik ilişkilerinin iyiye gittiğini, eşiyle daha sağlıklı iletişim kurabildiklerini söyleyen katılımcıların bu değişimleri süreç boyunca araştırmacı atarfından gözlemlenerek not edilmiştir.

Dış güvenirlikte olduğu gibi araştırmacı tarafından kullanılan kavramların ayrıntılı bir şekilde tanımlanması iç güvenirliliğide arttıran diğer bir etmendir. Daha

öncede söz edildiği gibi araştımacı tarafından kullanılan bütün kavramlar ve nasıl kullanıldıkları ayrıntılı bir şekilde tanımlanmıştır. İç güvenirliliği arttırmak için kullanılan son stratejiyse verilerin analizi aşamasında başka bir araştırmacıyı kullanarak ulaşılan sonuçların teyit ettirilmesidir. Bu bağlamda çalışmamızda alanında uzman iki araştırmacıdan destek alınmış ve verilerin doğruluğu bu araştırmacılar tarafından kontrol edilmiştir. Özetle, çalışmanın nitel kısmında geçerlilik ve güvenirliliği sağlamak için araştırmacı tarafından çeşitli önlemler alınmış ve önerilen stratejiler doğrultusunda araştırma yürütülmüştür.

3.5. ARAŞTIRMAYA KATILANLARIN NİTELİKLERİ

Araştırmada, din ve maneviyat boyutunun aile danışmanlığı içinde yer aldığı manevi yönelimli aile danışmanlığı modeli geliştirme ve geliştirilen modelin etkililiğini sınama amaçlanmıştır. Aile danışmanlığına ihtiyaç duyan ailelerle çalışılarak modelin ailelerin evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve aile ortamını ne yönde etkilediğini belirlemek amaçlanmıştır.

Araştırma grubu, Bingöl ilinde ikamet eden ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 42 (13 çift deney-13 çift kontrol grubu) evli bireyden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan bireyler ilk evliliğini yapmış, en az 2 yıllık evli ve çocuk sahibi olan ve aile danışmanlığına ihtiyaç duyan bireyler arasından seçilmiştir. Çalışmaya katılan deney ve kontrol grubunun demografik bilgileri Katılımcılara Ait Genel Sosyo-Demografik Bilgiler, Aileyle İlgili Bilgiler Din ve Maneviyat Boyutuyla İlgili Bilgiler olmak üzere üç başlık halinde değerlendirilmiştir.

Tablo 5: Katılımcılara Ait Genel Sosyo-Demografik Bilgiler

Sosyo-demografik Özellikler	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	N	%	N	%
Cinsiyet				
Kadın	13	61,9	13	61,9
Erkek	8	38,1	8	38,1
Yaş				
22-30 yaş	11	52,4	4	19.0
31-35 yaş	6	28,6	6	28,6
36 ve üzeri	4	19,0	11	52,4

Eğitim Düzeyi				
İlkokul	-	-	4	19,0
Lise	7	33,3	5	23,8
Üniversite	12	57,1	8	38,1
Yüksek Lisans-Doktora	2	9,5	4	19,0
Eşin Eğitim Düzeyi				
İlkokul	-	-	3	14,3
Lise	6	28,6	5	23,8
Üniversite	12	57,1	8	38,1
Yüksek Lisans-Doktora	3	14,3	5	23,8
Mesleğiniz				
Esnaf	-	-	2	9,5
Ev Hanımı	8	38,1	6	28,6
Mühendis	2	9,5	1	4,8
Öğretmen	2	9,5	6	28,6
Sağlık Çalışanı	2	9,5	2	9,5
Emniyet Mensubu	4	19,0		
Diğer	3	14,4	4	19,0
Eşinizin Mesleği				
Emniyet Mensubu	4	19,0	-	-
Ev Hanımı	6	28,6	4	19,0
Mühendis	2	9,5	1	4,8
Öğretmen	2	9,5	6	28,6
Sağlık Çalışanı	1	4,8	1	
Akademisyen/Antrenör	1	4,8	1	4,8
İşçi	1	4,8	1	4,8
Kamu	4	19,0	1	4,8
Çalışma Durumu				
Evet	12	57,1	15	71,4
Hayır	9	42,9	6	28,6
Eşin Çalışma Durumu				
Evet	15	71,4	17	81,0
Hayır	6	28,6	4	19,0
Gelir Durumu				
Düşük	2	9,5	-	-
Orta	13	61,9	10	47,6
Orta Üstü	6	28,6	10	47,6
Yüksek	-	-	1	4,8
Toplam	**21**	**100**	**21**	**100**

***Nicel veriler hem deney hem kontrol grubundan, nitel veriler ise yalnızca deney grubundan elde edilmiştir.

Çalışmaya katılan çiftlerin hem deney hem kontrol grubu için % 61.9'u kadın, % 38.1'i erkektir. Deney grubunda yer alan katılımcıların büyük çoğunluğu % 52,4'ü 22-30 yaş aralığındadır. Kontrol grubunda yer alanların büyük çoğunluğunun yaş aralığı ise 36 ve üzeridir (% 52,4). Deney grubunda yer alan katılımcıların büyük çoğunluğu üniversite mezunuyken (%57,1), kontrol grubunda yer alan katılımcıların büyük çoğunluğu lise mezunudur (% 38,1). Deney grubunda yer alan katılımcıların çoğunun eşlerinin eğitim durumu üniversite (%57,1), kontrol grubundakiler ise Lise (%38,1) olarak belirtmişlerdir.

Deney grubunda yer alan katılımcıların 10'u (%38,1) ev hanımı, 4'ü (%19,0) ise emniyet mensubu olduğunu bildirmiştir. Deney grubunda yer alan mühendis, öğretmen ve sağlık çalışanının her birinin oranı % 9,5'tir. Akademisyen, tekniker, kuaför, esnaf vb. olarak kendilerini tanıtanlar diğer başlığı altında değerlendirilmiştir (%14,4). Kontrol grubunda yer alan katılımcıların 6'sı (%28,6) ev hanımı, 6'sı (%28,1) öğretmendir. Esnaf ve sağlık çalışanı oranı her biri için % 9,5'tir. Kendilerini antrenör, müdür, teknisyen vb olarak tanıtan 4 kişi (%19,0) diğer kategorisinde değerlendirilmiştir. Deney grubunda yer alan katılımcılar eşlerinin 6'sı (%28,6) eşlerinin ev hanımı, 4'ü (%19,0) emniyet mensubu, 4'ü (%19,0) kamu çalışanı olduğunu ifade etmiştir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların 6'sı (%28,6) eşlerinin mesleğinin öğretmen, 4'ü (%19.0) ev hanımı olduğunu söylemiştir.

Deney grubundaki katılımcıların % 57,1 bir işte çalıştıklarını, % 42,9'u ise herhangi bir işte çalışmadıklarını söylemiştir. Kontrol grubunda ise çalışanların oranı % 71,4 çalışmayanların oranı % 28,6'dır. Deney grubunda eşlerinin çalıştığını söyleyen katılımcıların oranı %71,4 iken, çalışmayanların oranı 28,6'dır. Deney grubundaki katılımcıların büyük çoğunluğu gelir düzeylerini orta (%61,9) olarak belirtirken, kontrol grubundakiler orta (%47,6) ve orta üstü olarak belirtmişlerdir (%47,6).

Tablo 6: Aile ile İlgili Demografik Bilgiler

Aile İle İlgili Sosyodemgrafik Özellikler		**Deney Grubu**		**Kontrol Grubu**	
		N	**%**	**N**	**%**
Evlilik Yılı	2-5 yıl	9	42,9	2	9,5
	6-10 yıl	5	23,8	5	23,8
	11-15 yıl	2	9,5	9	42,9
	16 ve üzeri	5	23,8	5	23,8

Çocuk Sayısı	1 çocuk	13	61,9	5	23,8
	2 çocuk	5	23,8	9	42,9
	3 veya daha fazla	3	14,3	7	33,3
Eşle Tanışma Şekli	Ailem Tanıştırdı (Görücü Usulü)	5	23,8	9	42,9
	Anlaşarak Evlendik	14	66,7	9	42,9
	Arkadaşlar Tanıştırdı	2	9,5	3	14,3
Anne, Baba Birlikte mi Yaşıyor	Annem/babam öldü	4	19,0	5	23,8
	Ayrı Yaşıyorlar			1	4,8
	Evet	17	81,0	15	71,4
Kök Aile ile Görüşme Sıklığı	Her gün	4	19,0	4	19,0
	Haftada bir gün	6	28,6	11	52,4
	Ayda bir gün	4	19,0	2	9,5
	3-4 ayda bir gün	2	9,5	2	9,5
	Diğer	5	23,8	2	9,5
	Toplam	**21**	**100**	**21**	**100**

Çalışmada yer alan katılımcıların aile yapıları, nasıl tanıştıkları, evlilik süreleri, kök aileyle ilişkileri gibi bilgiler ayrı bir başlık altında değerlendirilmiştir. Tablo 6'da görüldüğü gibi deney grubunun % 42,9'u 2-5 yıllık evli, % 23,8'i 6-10 yıllık evli, % 23,8'i 16 ve üzeri, % 9,5'i ise 11-15 yıllık evlidir. Kontrol grubunun % 42,9'u 11-15 yıllık evli, %23,8'i 16 ve üzeri ,% 23,8'i 6-10 yıllık evli, % 9,5'i ise 2-5 yıllık evlidir. Deney grubunun % 61,9'u 1 çocuk, % 23,8'i iki çocuk, %14,3'ü ise üç veya daha fazla çocuk sahibi olduğunu söylemiştir. Kontrol grubunun % 42,9'u iki çocuk, %33,3'ü üç yada daha fazla çocuk, % 23,8'i ise bir çocuk sahibidir.

Deney grubunda yer alan katılımcıların % 66,7'si anlaşarak, %9,5 arkadaşların tanıştırmasıyla, % 23,8'i ise ailesinin tanıştırmasıyla, evlendiklerini söylemiştir. Kontrol grubunun % 42,9'u ailesinin tanıştırmasıyla, % 42,9'u anlaşarak, % 14,3'ü ise arkadaşlarının tanıştırması sonucu evlenmişlerdir. Deney grubundaki katılımcıların % 81,0'ı anne babasının birlikte yaşadığını, % 19,0'ı anne ya da babasından birinin öldüğünü söylemiştir. Kontrol grubundaki katılımcılardan % 71,4'ü anne-babasının birlikte yaşadığını, % 23,8'i anne ya da babasından birinin öldüğünü, % 4,8'i ise anne babasının ayrı yaşadığını söylemiştir. Aileyle alakalı son olarak katılımcılara kök aileleriyle görüşme sıklığı sorulmuştur. Deney grubunun % 28,6'ı haftada bir gün % 19,0'ı her gün, % 19,0'ı ayda bir gün, % 9,5'i ise üç dört ayda bir görüştüklerini söylemişlerdir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların % 52,4'ü haftada bir gün, % 19,0'i her gün, % 9,5'i ayda bir gün ve % 9,5'i 3-4 ayda bir aileleriyle görüşmektedir.

Tablo 7: Katılımcıların Dini-Manevi Özellikleri/Değerlendirmeleri

Katılımcıların Dini-Manevi Özellikleri		Deney Grubu		Kontrol Grubu	
		N	%	N	%
Aile ile İlgili Kararlarda Din ve Maneviyatın Etkisi	Etkili	12	57,1	9	42,9
	Oldukça Etkili	9	42,9	12	57,1
Manevi Yönden Güçlü Hissetme	Kısmen	3	14,3	-	-
	Orta	14	66,7	6	28,6
	Çok	3	14,3	9	42,9
	Oldukça Çok	1	4,8	6	28,6
Dindar Hissetme	Kısmen	2	9,5	1	4,8
	Orta	15	71,4	4	19,0
	Çok	4	19,0	11	52,4
	Oldukça Çok	-	-	5	23,8
Toplam		**21**	**100**	**21**	**100**

Manevi yönelimli aile danışmanlığı uygulanmasına katılanların dini-manevi özellikleri sorulmuştur. Deney grubunun % 57,1'i aile ile ilgili aldıkları kararlarda din ve maneviyatın *etkili* olduğunu söylerken, % 42,9'u *oldukça etkili* olduğunu ifade etmiştir. Kontrol grubunda ise % 42,9 etkili olduğunu söylerken, % 57,1'i oldukça etkili olduğunu söylemiştir. Deney ve kontrol gruplarında din ve maneviyatın özellikle aile hayatı ve aileyle ilgili kararlarda etkili olmadığını söyleyen herhangi bir katılımcı yoktur. Deney grubundaki katılımcılara kendilerini manevi yönden ne kadar güçlü hissettikleri sorulmuştur. Deney grubunun % 66,7'si kendilerini orta, % 14,3'ü kısmen, % 14,3'ü çok, % 4,8'i ise oldukça çok güçlü hissetmektedir. Kontrol grubunun % 52,4'ü çok, 23,8'i oldukça çok, % 19,0'ı orta % 4,8'i ise kısmen manevi yönden güçlü hissetmektedir. Son olarak katılımcılara kendilerini ne kadar dindar hissettikleri sorulmuştur. Deney grubunun % 71,4'ü orta, % 19,0' çok, % 9,52i ise kısmen dindar hissetmektedir. Kontrol grubunun % 52,4'ü oldukça çok, % 23,8'i oldukça çok, % 19,0'ı orta, % 4,8'i ise kısmen dindar hissetmektedir.

3.4. NİCEL VE NİTEL VERİLERİN TOPLANMA SÜRECİ

Alan yazında ailelerle yapılan az sayıda çalışma grup terapisi ve psikoeğitim programı şeklinde planlanmıştır (Karagöz, 2020; Tezel Şahin ve Pak, 2019; Sözeri Varma, vd., 2018; Arıcı, 2014; Akbıyık, vd., 2012; Ekşi ve Karaman, 2012; Canel, 2007; Cevher Kalburan, 2009). Türkiye'de, hakim olan geleneksel toplum yapısı ve aile mahremiyetine verilen önem nedeniyle çiftlerin mahrem konuları paylaşmada sıkıntı

yaşayacakları öngörüldüğünden çalışmada grup terapisi yerine çiftlerle müstakil seanslar yapılması planlanmıştır. Bu bağlamda çalışmada yer alan deney ve kontrol gruplarının oluşturulması ve yapılan çalışma sonucunda elde edilen nicel ve nitel verilerin toplanma sürecine aşağıda yer verilmiştir.

- Bingöl Üniversitesi Kadın ve Sorunları Araştırma Merkezi (BÜKSAM) bünyesinde yapılması planlanan seanslar için gerekli izinler alınarak rektörlük bünyesinde aile terapisine uygun bir terapi odası oluşturulmuştur.

- Çalışma grubuna ulaşmak için Bingöl Üniversitesi resmi sayfasında ilan verilmiş ve BÜKSAM müdürüyle birlikte Bingöl İl Müftülüğü, Şiddeti Önleme Merkezi, Meslek Yüksel Okulu, Psikoloji Bölümüyle birlikte Bingöl ilinde bulunan ilgili kurumlar ziyaret edilerek aile terapisine ihtiyaç duyan çiftlerin yönlendirilmesi istenmiştir.

- Çalışmaya katılmak isteyen çiftlerle ön görüşme yapılmıştır. Ön görüşmede katılımcılara çalışma hakkında bilgi verilmiş, 8 seanslık oturumlara çalışma boyunca eksiksiz katılabileceğini söyleyen, daha önce ve halen aile ya da çift terapisi almamış, en az 2 yıllık evli, en az bir çocuk sahibi olan ve tümü ilk evliliklerini yapmış olan 16 gönüllü çiftle (deney grubu) çalışma yapılmasına karar verilmiştir.

- Kontrol grubu ise aile danışmanlığına ihtiyaç duyan fakat 8 hafta boyunca seanslara devam edemeyeceklerini belirten katılımcılar arasından seçilmiştir.

- Uygulama, Bingöl Üniversitesi Kadın ve Sorunları Araştırma Merkezi (BÜKSAM) bünyesinde 2020 Şubat-Ekim tarihleri arasında yapılmıştır.

- Yüz yüze yapılması planlanan ve yapılmaya başlanan seanslar Covid 19 salgını tedbirleri kapsamında online olarak devam etmek durumunda kalmıştır. Ailelerle yapılan yüz yüze çalışmalarda pandemi tedbirleri öncesinde çocuklar dâhil edilmişken pandemi tedbirleri kapsamında devam eden seanslara çocuklar dâhil edilememiştir. İhtiyaç duyulduğunda çocuklarında dahil edildiği online seanslar yapılmıştır.

- Pandemi nedeniyle yüz yüze planlanan seansların bir kısmı online olarak devam etmiş, pandemi nedeniyle bireysel seans ihtiyacı duyan (panik atak, korku ve kaygıda artış yaşanmıştır) danışanlarla zaman zaman bireysel seanslar yapılmıştır. Bireysel seanslar yaşanan olağanüstü durum nedeniyle ihtiyaç görüldüğü için yapıldığı ve her danışana uygulanmadığı, sınırlı sayıda olduğu için çalışmadaki değerlendirmeye dâhil edilmemiştir.

- Çalışmanın *nicel verileri* hem deney hem de kontrol grubuna uygulanan ölçeklerle elde edilmiştir. Deney ve kontrol gruplarına çalışmanın başında ve sonunda (öntest-sontest) Evlilik Doyum Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Aile Ortamı Ölçeği uygulanmıştır. İlk uygulama ilk terapiden önce, son uygulama ise son seansın ardından yapılmıştır. Deney grubuna son testen 2 ay sonra ilgili ölçeklerle alakalı izleme testi yapılmıştır. Ayrıca deney ve kontrol grubundaki bütün katılımcılara çalışmanın başlangıcında demografik bilgilerini ölçmek amacıyla kişisel bilgi formu verilmiştir.

- Çalışmanın başlangıcında ölçeklerin bir kısmı katılımcılara elden verilmiş daha sonra Covid-19 salgını kapsamında alınan tedbirler gereği ölçekler online ortama taşınmış ve katılımcılardan online olarak ilgili ölçekleri cevaplamaları istenmiştir.

- Çalışmada yer alan *nitel veriler* yalnızca deney grubuna dâhil olan 13 çiftten toplanmıştır. Her bir çiftle son seansı takiben derinlemesine görüşme yapılmıştır. Sorular çiftlere birlikte yönlendirilmiş ve çiftlerin kendi belirledikleri sıra ile cevap vermeleri istenmiştir. Görüşmelerin her biri bireysel olarak terapiye katılanlar için 30-35 dk çift olarak katılanlar için ise 50-55 dk sürmüştür. Nicel verilerin toplanmasına benzer şekilde Covid-19 salgını kapsamında alınan tedbirler gereği mülakatların bir kısmı yüzyüze yapılırken bir kısmı online olarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan gerekli izin alınarak görüşmeler ses kayı yapılmış ve araştırmacı tarafından daha sonra deşifre edilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4.BULGULAR VE YORUMLAR

Karma yöntem araştırmalarında şeçilen karma desen yöntemi bulguların rapor edilmesinde araştırmacıya rehberlik etmektedir. Çalışmamızda açıklayıcı sıralı karma desen yöntemi seçildiğinden bulgular ve yorumlar seçilen desene uygun bir sıra takip edilerek sunulmuştur. Bu bağlamda ilk olarak nicel bulgulara yer verilmiş daha sonra ise nitel bulgular sunulmuştur. Üçüncü ve son aşama olarak nicel ve nitel verilerin ilişkilendirilmesine (Creswell, 2014, s. 225; Yıldırım ve Şimşek, s. 332) yer verilmiştir.

4.1. MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞI: NİCEL BULGULAR

Çalışmamızın bu bölümünde hipotezlerin test edilmesiyle elde edilen bulgular yer almaktadır. Elde edilen bulguların sunulmasında araştırma hipotezleri kısmında yer alan sıra takip edilmiştir. Deney ve kontrol grubu öntest ve son testlerinden elde edilen verilerin analizinde Mann-Whitney U Testi kullanılmıştır. Deney grubu öntest-sontest, Deney grubu sontest-izleme ve kontrol grubu öntest-sontest arasında fark olup olmadığını tespit etmek amacıyla non-parametrik testler kapsamında yer alan Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi kullanılmıştır.

4.1.1.Deney ve Kontrol Grubu Öntest Hipotezlerinin Test Edilmesi

Araştırmadaki **"***Çalışma öncesinde deney ve kontrol grubu arasında evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve aile ortamı açısından herhangi bir farklılık olmayacaktır, gruplar birbirine denktir.*" hipotezi deney ve kontrol grupları öntestine uygulanan Mann-Whitney U Testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 8: Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) ve Alt Boyutlarının Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ)	U	P
EDÖ Toplam Puan	207.000	.734
Birinci Alt Boyut*: Evlilik Uyumu*	217.000	.930
İkinci Alt Boyut: *Öfke*	217.500	.939
Üçüncü Alt Boyut: *Eşin Ailesiyle İletişim*	210.500	.800
Dördüncü Boyut: *Ekonomik Anlayış*	159.000	.105
Beşinci Alt Boyut: *Ebeveynlik Anlayışı*	146.500	.060

Tablo 8'de görüldüğü gibi deney ve kontrol grubu Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları öntest puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı çalışmasına katılan çiftlerle kontrol grubunda yer alan çiftler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Deney ve kontrol gruplarının evlilik doyumlarının çalışma başlamadan önce benzer olduğu söylenebilir. Tablo 9'de U ve P değerleri sunulmuş olup ayrıntılı tablolara eklerde yer verilmiştir (EK-2).

Tablo 9: Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri (PÇE) ve Alt Boyutlarının Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Problem Çözme Envanteri (PÇE)	U	P
(PÇE) Toplam Puan	199.500	.597
Birinci Alt Boyut: *Aceleci Yaklaşım*	143.500	.052
İkinci Alt Boyut: *Düşünen Yaklaşım*	199.500	.596
Üçüncü Alt Boyut: *Kaçıngan Yaklaşım*	176.500	.266
Dördüncü Boyut: *Değerlendirici Yaklaşım*	198.000	.569
Beşinci Alt Boyut: *Kendine Güvenli Yaklaşım*	130.500	.023
Altıncı Alt Boyut: *Planlı Yaklaşım*	192.500	.479

Tablo 9'da görüldüğü gibi maneviyat yönelimli aile danışmanlığı çalışmasında yer alan deney ve kontrol gruplarına uygulanan *Problem Çözme Envanteri* toplam puanı ve *Aceleci Yaklaşım, Düşünen Yaklaşım, Kaçıngan Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım ve Planlı Yaklaşım toplam* puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yapılan analiz sonucunda kontrol ve deney grupları arasında "Kendine Güvenli

Yaklaşım" öntest puanında arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmiştir. Deney ve kontrol gruplarının "Kendine Güvenli Yaklaşım" alt boyutu hariç Problem Çözme Envanteri toplam puanı ve diğer alt boyutları bakımından birbirine benzer olduğu söylenebilir. Ayrıntılı analizlere ekler kısmında yer verilmiştir (EK-2)

Tablo 10: Deney ve Kontrol Gruplarının Aile Ortamı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Aile Ortamı Ölçeği	U	P
Aile Ortamı Ölçeği Toplam Puan	196.000	.537
Birinci Alt Boyut: *Birlik-Beraberlik*	121.500	.012
İkinci Alt Boyut: *Denetim*	187.000	.398

Tablo 10'da görüldüğü gibi deney ve kontrol grupları Aile Ortamı Ölçeği ve "Denetim" alt boyutunda deney ve kontrol grubu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Deney ve kontrol grupları "Birlik Beraberlik" alt boyutu arasında ise anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Çalışamaya başlamadan önce deney ve kontrol grubu olarak atanan çiftlerin Aile Ortam Ölçeği puanları arasında genel olarak benzerlik olduğu söylenebilir. Tablo 10'da her bir analize ait U ve P değerleri verilmiş olup ayrıntılı tablolar ekler kısmında sunulmuştur (Bkz: Ek-2).

4.1.2.Deney Grubu Öntest-Sontest Hipotezlerinin Test Edilmesi

Deney grubunun yapılan 8 haftalık manevi yönelimli aile danışmanlığı sonucunda evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve aile ortamı puanlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi analiziyle analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarına sırayla yer verilmiştir.

4.1.2.1.Deney Grubu Öntest-Sontest Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) Hipotezinin Test Edilmesi

Deney grubunun Evlilik doyum ölçeği genel ve alt boyutlarından aldığı puanlar Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi sonuçlarına göre sırasıyla sunulmuştur.

Tablo 11: Deney Grubu EDÖ'den Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	18	11.36	204.50		
Pozitif Değerler	2	2.75	5.50		
Eşit Değeler	1			-3.716	.001
Toplam	21				

Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı çalışması sonrasında katılımcıların çalışma öncesi ve sonrası evlilik doyumlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçları Tablo 11'de gösterilmiştir. Analiz sonucunda çiftlerin evlilik doyumu puanlarında gözlenen anlamlı farkın öntest puanı lehine oluğu görülmektedir ($z=-3.716$, $p<0.001$). Evlilik doyumundan düşük puan almanın evlilik doyumunun yüksek olduğu anlamına geldiği dikkate alındığında, yapılan çalışmanın çiftlerin evlilik doyumlarını geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir**.**

Tablo 12: Deney Grubu EDÖ Birinci Alt Boyutu "Evlilik Uyumu" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	17	9.97	169.50		
Pozitif Değerler	1	1.50	1.50	-3.660	.001
Eşit Değeler	3				
Toplam	21				

Katılımcıların çalışma öncesi ve sonrası "Evlilik Uyumu" puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin sonuçlar Tablo 12'de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre çiftlerin "Evlilik Uyumu" alt ölçeğinden aldıkları deney öncesi ve deney sonrası puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir ($z=-3.660$, $p<0.001$). Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı çiftlerin evlilik uyumlarının artmasında önemli bir etkisi olduğu söylenebilir.

Tablo 13: Deney Grubu EDÖ İkinci Alt Boyutu "Öfke" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	15	10.60	159.00	-2.606	.009
Pozitif Değerler	4	7.75	31.00		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

Çalışmamızda yer alan deney grubunun öntest-sontest "Öfke" puanlarında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine dair analiz sonuçları Tablo 13'de verilmiştir. Yapılan Wilcoxon İşaretli Sayılar Testi sonuçlarına göre katılımcıların deney öncesi ve sonrası aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir (z=-2.606, p<.009). Fark puanlarının sıra toplamları dikkate alındığında gözlenen farkın öntest lehinde olduğu görülmektedir. Evlilik doyumu ölçeğinden alınan düşük puanın evlilik doyumunun yüksek olması anlamına geldiği dikkate alındığında yapılan seansların çiftlerin eşlerine karşı duydukları öfkenin azalmasında önemli bir katkısı olduğu söylenebilir.

Tablo 14: Deney Grubu EDÖ Üçüncü Alt Boyutu "Eşin Ailesiyle İletişim" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	11	10.32	113.50	-2.375	.018
Pozitif Değerler	5	4.50	22.50		
Eşit Değeler	5				
Toplam	21				

Katılımcıların terapi öncesi ve sonrası "Eşin Ailesiyle İletişim" puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin analiz sonuçları Tablo 14'te verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre öntest-sontest z değeri -2.375'dir (p<.018). Öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olması nedeniyle yapılan çalışmanın çiftlerin eşin ailesiyle olan iletişimini sağlıklı hale getirme noktasında etkili olduğu söylenebilir.

Tablo 15: Deney Grubu EDÖ Dördüncü Alt Boyutu "Ekonomik Anlayış" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	3	3.33	10.00	-.108	.914
Pozitif Değerler	3	3.67	11.00		
Eşit Değeler	15				
Toplam	21				

Katılımcıların deney öncesi ve sonrası "Ekonomik Anlayış" puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 15'de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun öntest-sontest "Ekonomik Anlayış" puanlarının arasında anlamlı bir fark elde edilememiştir (z=-.108, p>.914). Çalışmanın çiftlerin "Ekonomik Anlayış" ile bağlantılı evlilik doyumu üzerinde etkili bir fark yaratmadığı görülmektedir.

Tablo 16: Deney Grubu EDÖ Beşinci Alt Boyutu "Ebeveynlik Anlayışı" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	13	9.73	126.50	-2.413	.016
Pozitif Değerler	4	6.63	26.50		
Eşit Değeler	4				
Toplam	21				

Katılımcıların çalışma öncesi ve sonrası "Ebeveynlik Anlayışı" puanlarında anlamlı bir değişim olup olmadığına ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 16'da verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun öntest-sontest "Ebeveynlik Anlayışı" puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir (z=-2.413, p<.016). Yapılan çalışmanın çiftlerin ebeveynlik anlayışı üzerinde olumlu bir etkisi olduğu söylenebilir.

4.1.2.2. Deney Grubu Öntest-Sontest PÇE Hipotezinin Test Edilmesi

Deney grubuna seanslar başlamadan önce ve seans bitiminden sonra uygulanan Problem Çözme Envanteri (PÇE) toplam ve alt boyut puanları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarına sırasıyla yer verilmiştir.

Tablo 17: Deney Grubu PÇE Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	14	11.39	159.50	-2.597	.009
Pozitif Değerler	5	6.10	30.50		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

Katılımcıların seans öncesi ve sonrası Problem Çözme Becerileri puanında anlamlı bir fark olup olmadığına dair yapılan analiz sonuçları Tablo 17'de verilmiştir. Yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarına göre deney grubunun öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($z=-2.597$, $p<.009$). Yapılan çalışmanın çiftlerin problem çözme becerilerini geliştirme noktasında önemli bir etkisi olduğu söylenebilir.

Tablo 18: Deney Grubu PÇE Birinci Alt Boyutu "Aceleci Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	8	9.94	79.50	-.625	.532
Pozitif Değerler	11	10.05	110.50		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

Katılımcıların çalışma öncesi ve sonrası "Aceleci Yaklaşım" puanında anlamlı bir fark olup olmadığına dair sonuçlar Tablo 18'de verilmiştir. Yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarına göre deney grubunun öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($z=-.625$, $p>.532$). Analiz sonuçlarına göre

yapılan çalışmanın çiftlerin "Aceleci Yaklaşım" boyutu üzerinde etkili bir fark yaratmadığı görülmektedir.

Tablo 19: Deney Grubu PÇE İkinci Alt Boyutu "Düşünen Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	11	10.23	112.50	-1.710	.087
Pozitif Değerler	6	6.75	40.50		
Eşit Değeler	4				
Toplam	21				

Katılımcıların seans öncesi ve sonrası "Düşünen Yaklaşım" puanında anlamlı bir fark olup olmadığı Tablo 19'da verilmiştir. Yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarına göre deney grubunun öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($z=-1.710$, $p>.087$). Yapılan çalışmanın çiftlerin "Düşünen Yaklaşım" boyutu üzerinde etkili bir fark yaratmadığı söylenebilir.

Tablo 20: Deney Grubu PÇE Üçüncü Alt Boyutu "Kaçıngan Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	6	10.83	65.00	-.900	.368
Pozitif Değerler	12	8.83	106.00		
Eşit Değeler	3				
Toplam	21				

Katılımcıların çalışma öncesi ve sonrası "Kaçıngan Yaklaşım" puanında anlamlı bir fark olup olmadığı Tablo 20'de verilmiştir. Deney grubu öntest-sontest Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarına göre deney grubunun öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir ($z=-.900$, $p>.368$). Yapılan çalışmanın çiftlerin "Kaçıngan Yaklaşım" boyutu üzerinde etkili bir fark yaratmadığı söylenebilir.

Tablo 21: Deney Grubu PÇE Dördüncü Alt Boyutu "Değerlendirici Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	9	12.50	112.50	-.712	.477
Pozitif Değerler	10	7.75	77.50		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

Katılımcıların çalışma öncesi ve sonrası "Değerlendirici Yaklaşım" puanında anlamlı bir fark olup olmadığı Tablo 21'de verilmiştir. Yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarına göre deney grubunun öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir (z=-.712, p>.477). Yapılan çalışmanın çiftlerin "Değerlendirici Yaklaşım" boyutu üzerinde etkili bir fark yaratmadığı söylenebilir.

Tablo 22: Deney Grubu PÇE Beşinci Alt Boyutu "Kendine Güvenli Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	20	10.50	210.00	-3.935	.001
Pozitif Değerler	0	.00	.00		
Eşit Değeler	1				
Toplam	21				

Çalışmamızda yer alan deney grubunun "Kendine Güvenli Yaklaşım" puanlarında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği Tablo 22'de verilmiştir. Yapılan Wilcoxon İşaretli sayılar testi sonuçlarına göre deney grubunun terapi öncesi ve sonrası aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir (z=-3.935, p<.001). Yapılan çalışmanın çiftlerin "Kendine Güvenli Yaklaşım" alt boyutuna önemli bir katkısı olduğu söylenebilir.

Tablo 23: Deney Grubu PÇE Altıncı Alt Boyutu "Planlı Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	14	11.36	159.00	-2.594	.009
Pozitif Değerler	5	6.20	31.00		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

Çalışmamızda yer alan deney grubunun "Planlı Yaklaşım" öntest-sontest puanlarında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği Tablo 23'de verilmiştir. Yapılan Wilcoxon İşaretli Sayılar Testi sonuçlarına göre katılımcıların deney öncesi ve sonrası aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir (z=-2.594,p<.009).Yapılan çalışmanın çiftlerin "Planlı Yaklaşım" boyutuna önemli bir etkisi olduğu söylenebilir.

4.1.2.3. Deney Grubu Öntest-Sontest Aile Ortamı Ölçeği Hipotezinin Test Edilmesi

Deney grubu Aile Ortamı Ölçeği (AOÖ) öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testiyle analiz edilmiştir. Analiz sonuçları sırasıyla verilmiştir.

Tablo 24: Deney Grubu Aile Ortamı Ölçeğinden (AOÖ) Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	2	3.00	6.00	-3.464	.001
Pozitif Değerler	16	10.31	165.00		
Eşit Değeler	3				
Toplam	21				

Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı çalışmasına katılan çiftlerin Aile Ortamı Ölçeği (AOÖ) öntest-sontest puanlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Tablo 24'de gösterilmiştir. Wilcoxon İşaretli Sayılar Testi sonuçlarına göre çalışmaya katılan çiftlerin öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir (z=-

3.464, p<.001). Yapılan analizde anlamlı farklılığın çıkması nedeniyle çalışmanın çiftlerin aile ortamını olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Tablo 25: Deney Grubu AOÖ Birinci Alt Boyutu "Birlik-Beraberlik" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	4	5.38	21.50	-3.275	.001
Pozitif Değerler	17	12.32	209.50		
Eşit Değeler	0				
Toplam	21				

Yapılan çalışma sonunda deney grubunun "Birlik-Beraberlik" alt boyutun öntest-sontest puanlarında anlamlı bir farkın olup olmadığı Tablo 25'de verilmiştir. Wilcoxon İşaretli Sayılar Testi sonuçlarına göre çalışmaya katılan çiftlerin öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu gözlenmiştir (z=-3.275, p<.001). Yapılan çalışmanın, çiftlerin birlik-beraberlik boyutunun daha olumlu hale gelmesinde etkili olduğu söylenebilir.

Tablo 26: Deney Grubu AOÖ İkinci Alt Boyutu "Denetim" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	4	9.88	39.50	-2.455	.014
Pozitif Değerler	16	10.66	170.50		
Eşit Değeler	1				
Toplam	21				

Yapılan çalışma sonunda deney grubunun "Denetim" alt boyutun puanlarında anlamlı bir farkın olup olmadığı Wilcoxon İşaretli sayılar testi ile analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda deney grubunun öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu gözlemlenmiştir (z=-2.455, p<.014). Yapılan çalışmanın çiftlerin "Denetim" boyutu üzerinde etkili olduğu söylenebilir.

4.1.3.Deney Grubu Sontest-İzleme Testi Hipotezinin Test Edilmesi

Maneviyat yönelimli aile danışmanlığına katılan çiftlerde terapi sonucu oluşan etkinin kalıcı olup olmadığını belirlemek amacıyla 2 ay sonrasında katılımcılara izleme ölçümü yapılmıştır. Bu amaçla çiftlere sontest ve izleme testinde EDÖ, PÇE ve AOÖ ölçekleri uygulanmıştır. Ölçeklerden elde edilen veriler Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarına aşağıda sırasıyla verilmiştir.

4.1.3.1. Deney Grubu Sontest-İzleme Testi EDÖ Hipotezinin Test Edilmesi

Tablo 27: Deney Grubu EDÖ'den Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	7	7.43	52.00	-1.733	.083
Pozitif Değerler	12	11.50	138.00		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

Tablo 27'de görüldüğü üzere deney grubu ile yapılan terapi sonlandırıldıktan sonra sontest ve izleme testleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi kullanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda deney grubu son test ile izleme testi arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir ($z=-1.733$, $p>.083$). Analiz sonuçlarından hareketle yapılan çalışmanın, çiftlerin evlilik doyumunun etkililiğini sürdürmesinde etkili olduğu söylenebilir.

Tablo 28: Deney Grubu EDÖ Birinci Alt Boyutu "Evlilik Uyumu" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	6	7.75	46.50	-1.423	.155
Pozitif Değerler	11	9.68	106.50		
Eşit Değeler	4				
Toplam	21				

Katılımcıların sontest ve devamında yapılan izleme testi "Evlilik Uyumu" puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 28'de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun sontest ve izleme testi "Evlilik Uyumu" puanlarının arasında anlamlı bir fark elde edilememiştir (z=-1.423, p>.155). Bu sonuçtan hareketle çalışmanın çiftlerin "Evlilik Uyumu"nun etkililiğini sürdürmesinde etkili olduğu söylenebilir.

Tablo 29: Deney Grubu EDÖ İkinci Alt Boyutu "Öfke" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	5	7.90	39.50	-.822	.411
Pozitif Değerler	9	7.28	65.50		
Eşit Değeler	7				
Toplam	21				

Katılımcıların sontest ve devamında yapılan izleme testi "Öfke" puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi Sonuçları Tablo 29'da verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun sontest ve izleme testi "Öfke" puanlarının arasında anlamlı bir fark elde edilememiştir (z=-.822, p>.411). Çalışmanın çiftlerin birbirine karşı duydukları "Öfke" düzeyinin azalması ve bu etkinin sürmesinde etkili olduğu söylenebilir.

Tablo 30: Deney Grubu EDÖ Üçüncü Alt Boyutu "Eşin Ailesiyle İletişim" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	5	6.90	34.50	-.778	.436
Pozitif Değerler	8	7.06	56.50		
Eşit Değeler	8				
Toplam	21				

Deney grubunun sontest ve devamında yapılan izleme testi "Eşin Ailesiyle İletişim" puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi Sonuçları Tablo 30'da verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre

deney grubunun sontest ve izleme testi "Eşin Ailesiyle İletişim" puanları arasında anlamlı bir fark elde edilememiştir (z=-.778, p>.436). Çalışmanın çiftlerin eşlerinin aileleriyle olan iletişimin daha sağlıklı hale gelmesi ve bu etkinin kalıcılığı noktasında etkili olduğu söylenebilir.

Tablo 31: Deney Grubu EDÖ Dördüncü Alt Boyutu "Ekonomik Anlayış" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	0	.00	.00	-2.449	.014
Pozitif Değerler	6	3.50	21.00		
Eşit Değeler	15				
Toplam	21				

Deney grubunun sontest ve devamında yapılan izleme testi "Ekonomik Anlayış" puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi sonuçları Tablo 31'de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun sontest ve izleme testi "Ekonomik Anlayış" puanlarının arasında anlamlı bir fark olduğu gözlenmiştir (z=-2.449, p<.014). Çalışmanın çiftlerin ekonomik anlayış boyutundaki etkinin sürdürülebilir olmasında etkili olmadığı söylenebilir.

Tablo 32: Deney Grubu EDÖ Beşinci Alt Boyutu "Ebeveynlik Anlayışı" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	2	3.50	7.00	-2.727	.006
Pozitif Değerler	11	7.64	84.00		
Eşit Değeler	8				
Toplam	21				

Katılımcıların sontest ve devamında yapılan izleme testi "Ebeveynlik Anlayışı" puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi Sonuçları Tablo 32'de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun sontest ve izleme testi "Ebeveynlik Anlayışı" puanlarının arasında anlamlı bir

farklılık olduğu gözlenmiştir (z=-2.727, p<.001). Çalışmanın, çiftlerin "Ebeveynlik Anlayışı" ile ilgili etkinin kalıcılığını sürdürmesinde etkili olmadığı söylenebilir.

4.1.3.2. Deney Grubu Sontest- İzleme Testi PÇE Hipotezinin Test Edilmesi

Deney grubu ile yapılan çalışma sonrasında Problem Çözme Envanteri ve alt boyutlarında oluşan etkinin kalıcı olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi ile analiz edilmiştir. Sontest ve izleme testine uygulanan analiz sonuçları sırasıyla verilmiştir.

Tablo 33: Deney Grubu PÇE'den Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	9	8.28	74.50	-.826	.409
Pozitif Değerler	10	11.55	115.50		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

Tablo 33'de görüldüğü üzere deney grubu ile yapılan terapi sonlandırıldıktan sonra son test ve izleme testi Problem Çözme Envanteri puanları arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi kullanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda deney grubu son test ile izleme testi arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir (z=-.826, p>.409). Analiz sonuçlarından hareketle yapılan çalışmanın, çiftlerin problem çözme becerilerinin kazanımı ve etkililiğini sürdürmesinde etkili olduğu söylenebilir.

Tablo 34: Deney Grubu PÇE'nin Birinci Alt Boyutu "Aceleci Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	12	8.38	100.50	-1.139	.255
Pozitif Değerler	5	10.50	52.50		
Eşit Değeler	4				
Toplam	21				

Deney grubunun "Aceleci Yaklaşım" sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonucunda sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir (z=-1.139, p>.255). Analiz sonuçları değerlendirildiğinde yapılan çalışmanın, çiftlerin "Aceleci Yaklaşım" boyutunda sürdürülebilir bir etki oluşturduğu söylenebilir.

Tablo 35: Deney Grubu PÇE'nin İkinci Alt Boyutu "Düşünen Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	8	7.50	60.00	.000	1.000
Pozitif Değerler	7	8.57	60.00		
Eşit Değeler	6				
Toplam	21				

Deney grubunun "Düşünen Yaklaşım" sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına ilişkin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi sonuçları Tablo 35'de verilmiştir. Analiz sonucunda deney grubu sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir (z=-1.139, p>.255). Analiz sonuçları değerlendirildiğinde yapılan çalışmanın, çiftlerin "Düşünen Yaklaşım" boyutunda sürdürülebilir bir etki oluşturduğu söylenebilir.

Tablo 36: Deney Grubu PÇE'nin Üçüncü Alt Boyutu "Kaçıngan Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	7	7.57	53.00	-.401	.689
Pozitif Değerler	8	8.38	67.00		
Eşit Değeler	6				
Toplam	21				

Tablo 36'da görüldüğü üzere deney grubuyla yapılan terapi sonlandırıldıktan sonra "Kaçıngan Yaklaşım" sontest ve izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi

kullanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda deney grubu sontest ile izleme testi arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir (z=-.401, p>.689). Analiz sonuçlarından hareketle yapılan çalışmanın, çiftlerin problem çözme becerilerinden olan "Kaçıngan Yaklaşım" alt boyutunun kalıcılığını sürdürmesinde etkili olduğu söylenebilir.

Tablo 37: Deney Grubu PÇE'nin Dördüncü Alt Boyutu "Değerlendirici Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	7	9.14	64.00	-.209	.835
Pozitif Değerler	9	8.00	72.00		
Eşit Değeler	5				
Toplam	21				

Deney grubunun "Değerlendirici Yaklaşım" sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi sonuçları Tablo 37'de verilmiştir. Analiz sonucunda deney grubu "Değerlendirici Yaklaşım" sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir (z=-.209, p>.835). Sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı farkın olmayışı yapılan çalışmanın, çiftlerin "Değerlendirici Yaklaşım" boyutunda sürdürülebilir bir etki oluşturduğu şeklinde yorumlanabilir.

Tablo 38: Deney Grubu PÇE'nin Beşinci Alt Boyutu "Kendine Güvenli Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	5	5.80	29.00	-1.500	.134
Pozitif Değerler	9	8.44	76.00		
Eşit Değeler	5				
Toplam	21				

Deney grubunun sontest ve devamında yapılan izleme testi "Kendine Güvenli Yaklaşım" puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon

İşaretli Sıra Sayıları Testi Sonuçları Tablo 38'de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun "Kendine Güvenli Yaklaşım" sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir fark elde edilememiştir (z=-1.500, p>.134). Çalışmanın çiftlerin "Kendine Güvenli Yaklaşım" boyutundaki etkinin sürmesinde etkili olduğu söylenebilir.

Tablo 39: Deney Grubu PÇE Altıncı Alt Boyutu "Planlı Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	6	6.33	38.00	-.916	.360
Pozitif Değerler	8	8.38	67.00		
Eşit Değeler	7				
Toplam	21				

Tablo 39'da deney grubu "Planlı Yaklaşım" sontest-izleme testi verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi sonuçları verilmiştir. Analiz sonucunda deney grubu sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür (z=-.916, p>.360). Sonuçlar değerlendirildiğinde yapılan çalışma sonucunda çiftlerin "Planlı Yaklaşım" boyutu ile ilgili etkinin kalıcı olduğu söylenebilir.

4.1.3.4. Deney Grubu Sontest- İzleme Testi Aile Ortamı Ölçeği Hipotezinin Test Edilmesi

Deney grubuna uygulanan Aile Ortamı Ölçeği (AOÖ) sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçları sırasıyla verilmiştir.

Tablo 40: Deney Grubu AOÖ'den Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	10	10.85	108.50	-2.103	.035
Pozitif Değerler	6	4.58	27.50		
Eşit Değeler	5				
Toplam	21				

Deney grubunun sontest ve devamında yapılan izleme testi "Aile Ortamı Ölçeği" puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 40'da verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun Aile Ortamı Ölçeği sontest ve izleme testi toplam puanları arasında anlamlı bir fark olduğu gözlenmiştir (z=-2.103, p<.035). Analiz sonuçları değerlendirildiğinde çalışmanın, çiftlerin aile ortamıyla ilgili edindikleri kazanımlardaki etkinin sürdürülebilir olmasında etkili olmadığı söylenebilir.

Tablo 41: Deney Grubu AOÖ Birinci Alt Boyutu "Birlik-Beraberlik" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	12	10.54	126.50	-1.795	.073
Pozitif Değerler	6	7.42	44.50		
Eşit Değeler	3				
Toplam	21				

Tablo 41'de deney grubu "Birlik-Beraberlik" sontest-izleme testi verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi sonuçları verilmiştir. Analiz sonucunda deney grubu "Birlik-Beraberlik" sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür (z=-1.795, p>.073). Sonuçlar değerlendirildiğinde yapılan çalışma sonucunda çiftlerin "Birlik-Beraberlik" ile ilgili elde ettikleri kazanımların etkisinin kalıcı olduğu söylenebilir.

Tablo 42: Deney Grubu AOÖ İkinci Alt Boyutu "Denetim" Ölçümünden Elde Edilen Sontest-İzleme Testi Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	10	8.95	89.50	.623	.533
Pozitif Değerler	7	9.07	63.50		
Eşit Değeler	4				
Toplam	21				

Deney grubunun "Denetim" boyutu sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra

Sayıları Testi sonuçları Tablo 42'de verilmiştir. Analiz sonucunda deney grubu "Denetim" sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir (z=-.623, p>.533). Sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı farkın olmayışı yapılan çalışmanın, çiftlerin "Denetim" boyutu ile ilgili elde ettikleri kazanımların sürdürülebilir bir etki oluşturduğu şeklinde yorumlanabilir.

4.1.4.Kontrol Grubu Öntest-Sontest Hipotezlerinin Test Edilmesi

Kontrol grubu Evlilik Doyum Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Aile Ortamı Ölçeği öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi ile analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına özet halinde yer verilmiş detaylı analizler ise Ekler kısmında sunulmuştur.

Tablo 43: Kontrol Grubu EDÖ ve Alt Boyutlarının Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ)	Z	P
EDÖ Toplam Puan	-.878	.380
Birinci Alt Boyut: *Evlilik Uyumu*	-.937	.349
İkinci Alt Boyut: *Öfke*	-1.049	.294
Üçüncü Alt Boyut: *Eşin Ailesiyle İletişim*	-.285	.776
Dördüncü Boyut: *Ekonomik Anlayış*	-.714	.475
Beşinci Alt Boyut: *Ebeveynlik Anlayışı*	-.543	.587

Tablo 43'te görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest-sontest EDÖ ve alt boyutları arasında anlamlı bir fark elde edilememiştir. Ayrıntılı analizler Ekler kısmında yer almaktadır (Bkz: EK-3).

Tablo 44: Kontrol Grubu PÇE ve Alt Boyutlarının Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Problem Çözme Envanteri (PÇE)	Z	P
PÇE Toplam Puan	-.990	.322
Birinci Alt Boyut: *Aceleci Yaklaşım*	-.364	.716

İkinci Alt Boyut: *Düşünen Yaklaşım*	-.962	.336
Üçüncü Alt Boyut: *Kaçıngan Yaklaşım*	-1.488	.137
Dördüncü Boyut: *Değerlendirici Yaklaşım*	-.364	.716
Beşinci Alt Boyut: *Kendine Güvenli Yaklaşım*	-.635	.525
Altıncı Alt Boyut: *Planlı Yaklaşım*	-1.331	.183

Tablo 44'de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest-sontest Problem Çözme Envanteri ve alt boyutları arasında anlamlı bir fark elde edilememiştir. Ayrıntılı analizler Ekler kısmında yer almaktadır (EK-3).

Tablo 45: Kontrol Grubu Aile Ortamı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Aile Ortamı Ölçeği	Z	P
Aile Ortamı Ölçeği Toplam Puan	-.862	.389
Birinci Alt Boyut: *Birlik-Beraberlik*	-.825	.410
İkinci Alt Boyut: *Denetim*	-.685	.493

Tablo 45'de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest-sontest Aile Ortamı Ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı bir fark elde edilememiştir. Ayrıntılı analizler Ekler kısmında yer almaktadır (EK-3)

4.1.5. Deney ve Kontrol Grubu Sontest Hipotezinin Test Edilmesi

Çalışmada yer alan deney ve kontrol gruplarına uygulanan Evlilik Doyum Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Aile Ortamı Ölçeği sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Mann-Whitney U Testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçları sırasıyla verilmiştir.

4.1.5.1. Deney-Kontrol Grubu Sontest EDÖ Hipotezinin Test Edilmesi

Tablo 46: Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) Sontest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	15.79	331.50	100.500	.003
Kontrol Grubu	21	27.21	571.50		

Tablo 46'da görüldüğü gibi deney grubu sıralamalar ortalaması 15,79, kontrol grubu sıralamalar ortalaması ise 27,21 olarak bulunmuştur. P değeri .003 olduğu için deney ve kontrol grubu arasında sontest "Evlilik Doyumu" açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır (p< .003). Maneviyat yönelimli aile danışmanlığına katılan çiftlerin katılmayanlara oranla evlilik doyum puanlarının daha düşük olduğu gözlenmektedir. EDÖ alınan düşük puan yüksek evlilik doyumu, alınan yüksek puan ise düşük evlilik doyumu olduğu anlamına gelmektedir. Deney grubunun puanlarının düşük olması yapılan çalışma sonrasında deney grubunun "Evlilik Doyum" düzeylerinde pozitif yönde anlamlı bir değişiklik olduğunu göstermektedir.

Tablo 47: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ Birinci Alt Boyut "Evlilik Uyumu" Sontest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	15.55	326.50	95.500	.002
Kontrol Grubu	21	27.45	576.50		

Tablo 47'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 15.55, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması ise 27.45 olup deney ve kontrol grupları arasında sontest "Evlilik Uyumu" puanları açısından deney grubu lehine anlamlı bir farklılık vardır (p<.002). Yapılan çalışma sonucunda deney grubunun "Evlilik Uyumu" düzeyinde anlamlı bir değişiklik olduğu, çalışmanın çiftlerin evlilik uyumunu arttırdığı söylenebilir.

Tablo 48: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ Beşinci Alt Boyut "Ebeveynlik Anlayışı" Son Test Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	15.81	332.00	101.000	.002
Kontrol Grubu	21	27.19	571.00		

Tablo 48'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 15.81 kontrol grubunun ise 27.19 olduğu gözlemlenmiştir. Deney ve kontrol grubu arasında sontest U değeri 101.000 olup "Ebeveynlik Anlayışı" beşinci alt boyutunda deney grubu lehine anlamlı bir farklılığın olduğu söylenebilir (p<.002).

Deney ve kontrol grupları arasında Evlilik Doyum Ölçeğinin *Öfke, Eşin Ailesiyle İletişim, Ekonomik Anlayış* alt boyutları sontest puanları arasında ise anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir. Sonuçlara ait detaylı tablolar ekler bölümünde verilmiştir (Bkz: EK-4).

4.1.5.2. Deney-Kontrol Grubu Sontest PÇE Hipotezinin Test Edilmesi

Tablo 49: Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri (PÇE) Son Test Toplam Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	17.26	362.50	131.500	.025
Kontrol Grubu	21	25.74	540.50		

Tablo 49'da görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 17.26 kontrol grubunun ise 25.74 olup sontest U değeri 131.5000'dır. Deney ve kontrol gruplarının Problem Çözme Envanteri sontest puanlarında deney grubu lehine anlamlı bir farklılığın olduğu söylenebilir (p<.025). Manevi Yönelimli Aile danışmanlığının çiftlerin problem çözme becerilerini geliştirdiği söylenebilir.

Tablo 50: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Birinci Alt Boyut "Aceleci Yaklaşım"Son Test Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	26.55	557.50	114.500	.008
Kontrol Grubu	21	16.45	345.50		

Tablo 50'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 26.55 kontrol grubunun ise 16.45 olup sontest U değeri 114.500 olarak bulunmuştur. Deney ve kontrol gruplarının Problem Çözme Envanteri Aceleci Yaklaşım sontest puanlarında deney grubu lehine anlamlı bir farklılığın olduğu söylenebilir (p<.008).

Tablo 51: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Üçüncü Alt Boyutu "Kaçıngan Yaklaşım" Son Test Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	25.36	532.50	139.500	.041
Kontrol Grubu	21	17.64	370.50		

Tablo 51'de görüldüğü gibi deney grubu sıralamalar ortalaması 25.36, kontrol grubu sıralamalar ortalaması ise 17.64 olup U değeri 139.500'dür. Deney ve kontrol grubu PÇE "Kaçıngan Yaklaşım" alt boyutunda deney grubu lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<.041).

Deney ve kontrol grupları arasında Problem Çözme Envanteri alt boyutları *Düşünün Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım, Planlı Yaklaşım* sontest puanları arasında ise anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir. Sonuçlara ait detaylı tablolar ekler bölümünde yer almaktadır (Bkz: EK-4).

4.1.5.3. Deney-Kontrol Grubu Sontest AOÖ Hipotezinin Test Edilmesi

Tablo 52: Deney ve Kontrol Gruplarının AOÖ Birinci Alt Boyutu "Birlik-Beraberlik" Son Test Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	26.52	557.00	115.000	.008
Kontrol Grubu	21	16.48	346.00		

Tablo 52'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 26.52, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması ise 16.48 olup U değeri 115.000'dır. Aile Ortamı Ölçeği sontest "Birlik-Beraberlik" alt boyutunda deney grubu lehine anlamlı bir farklılık vardır (p<.002). Sıra ortalamaları dikkate alındığında çalışmaya katılan çiftlerin katılmayanlara göre "Birlik Beraberlik" boyutunda anlamlı bir gelişme gösterdiği söylenebilir.

Deney ve kontrol grupları arasında "*Aile Ortamı Ölçeği Toplam Puanı*" ve "*Denetim*" alt boyutu sontest puanları arasında ise anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir. Sonuçlara ait detaylı tablolar ekler bölümünde verilmiştir (Bkz: EK-4)

4.2. MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞI NİTEL BULGULAR

Çalışmamızın bu kısmında deney grubunda yer alan katılımcılarla yapılan mülakat sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Yapılan analizlerde danışanların maneviyat boyutuyla ilgili değerlendirmeleriyle birlikte terapi modelinin etkililiği belirlemek amaçlanmıştır. Nitel çalışma, terapiye katılan danışanlarla yürütüldüğünden, konu bütünlüğü ve akışı sağlamak için "katılımcı" yerine "danışan" ifadesi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular *Maneviyat boyutuyla ilgili değerlendirmeler, Terapide sürecinde etkili bulunan müdahaleler, kazanılan farkındalık ve değişim, Aile danışmanlığıyla ilgili genel değerlendirmeler* olmak üzere üç üst tema altında toplanarak sunulmuştur.

4.2.1. Aile Danışmanlığının Maneviyat Boyutuna Ait Üst Tema

Günümüzde birey ve ailelerin büyük çoğunluğu kendisini bir dine ait hissetsin ya da hissetmesin manevi değerlerini ifade etmek için kişisel yaşantılar benimsemiştir. Sahip olunan manevi inançlar birey ve ailelerin acı çekme ve acıyı ifade etme, acının nedeni ve deneyimledikleri semptomların anlamı, baş etme yolları, terapi ve terapiste karşı tutumları, problem çözmede tercih ettikleri yolları etkilemektedir (Çetintaş, Ekşi 2020b, s. 1). Bu bağlamda maneviyat, ortaya koymaya çalıştığımız *manevi yönelimli aile danışmanlığı* modelinde önemli bir yer tutmaktadır. Maneviyat boyutu, Satir

dönüşümsel sistemik aile terapisi yaklaşımıyla entegre edilmiş ve terapinin bütün aşamalarında yer almıştır.

Kendilerini dindar olarak tanımlayan danışanlar için terapinin manevi inançlarına uygun olması üzerinde dikkatle durulması gereken önemli noktalardandır. Çünkü terapi ortamının danışanların dini ve manevi inançlarına uygun olması danışanların kendilerini daha rahat hissetmesi, daha kabul edici ve daha aktif olmasını sağlamakta bu da terapi sürecini olumlu yönde etkilemektedir (Duba, Watts, 2009, s. 215). Çalışmamızda yer alan danışanların % 57,1'i aileleriyle ilgili almış oldukları kararlarda din ve maneviyatın etkili, % 42,92'u ise oldukça etkili olduğunu söylemiştir. Yine danışanların % 66,7'si manevi yönden kendilerini "orta" düzeyde güçlü hissettiklerini % 71, 4'ü ise orta düzeyde dindar hissettiklerini ifade etmişlerdir (Bkz: Tablo:8).

Aile terapisinde maneviyatın yer alması ve danışanların bu uygulamayı nasıl bulduğu, konuyla ilgili görüş ve düşünceleri bundan sonra yapılacak çalışmalar için oldukça önemlidir. Çalışmamızın bu kısmında Maneviyatla Boyutuyla İlgili Değerlendirmeler üst teması altında Terapide dini ve manevi kaynakların yer alması, Şükür ve dua uygulamaları, Maneviyat boyutunun faydaları-kazandırdıkları alt temalarına yer verilmiştir.

4.2.1.1.Terapide Maneviyat Boyutunun Yer Almasına Ait Alt Tema

Geliştirilen modelin en önemli özelliği olan maneviyat boyutunun terapide yer almasıyla ilgili danışanların değerlendirmelerini almak amacıyla "*Terapide dine ve maneviyata dair kavramların yer alması ve konuşulması size nasıl geldi? Terapide yer alan maneviyat boyutu hakkında ne düşünüyorsunuz*?" sorusu yöneltilmiştir. Danışanların büyük çoğunluğunun manevi yönü olan dindar bireyler olması ve aileleriyle ilgili almış oldukları kararlarda dini-manevi referanslara önem vermelerinin, terapideki maneviyat boyutunu içselleştirmeleri ve memnuniyetlerini olumlu manada etkilediği görülmüştür.

Alınan cevaplar bütün olarak değerlendirildiğinde maneviyatın yer almasına dair memnuniyetlerini dile getiren danışanlar (D2-Kadın, D3-Erkek, D8-Kadın, D8-

Erkek, D4-Kadın, D2-Erkek, D6-Erkek, D13-Kadın) iki noktayı vurgulamışlardır. Bunlardan ilki danışanların sahip olduğu dini değerlerle modelin içinde yer alan değerlerin uyumlu olmasından dolayı hissettikleri memnuniyettir. "*Allah'a inanıyoruz, iman ediyoruz ve terapi de Allah inancıyla alakalı şeyler duyuyoruz. Bizim yaşayışımızla alakalı bir terapi olduğu için memnun kaldım*" (D2-Kadın). Din ve maneviyatın danışanlar için vazgeçilmez olması "*Dini ve manevi kavramların konuşulması bize çok iyi geldi. Maneviyat olmazsa olmazımızdır bizim. Din ve maneviyat hakkında konuşulması ailemiz ve sorunlarımız üzerinde de olumlu etki etti*" (D3-Erkek) ve terapistle danışan arasında ortak dilin terapinin etkililiğini artırdığı söylenebilir: "*Benim çok hoşuma gitti. Neden derseniz, (maneviyat) eşimin en hassas olduğu konulardan biri. Sizin onun dilinden (din dili) konuşabilmeniz hoşuma gitti ve çok mutlu oldum. Çünkü başka yerde yapılmaz bu...*"(D8-Kadın)

Danışanların vurguladığı ikinci başlık ise Batı kaynaklı olarak gördükleri psikolojinin içerisinde dini ve manevi kaynaklara da yer verilmesinden duydukları memnuniyettir:

"Psikoloji çok kapsamlı bir alan. Özellikle dışarıdan bir gözle bakıldığında biraz daha hassas ve Aristokrasi sınıfının anlayabileceği, entelektüel bir alan gibi geliyor. Fakat biz dini kavramları çok sıklıkla kullanıyor ve karşılaşıyoruz. Burada ortak bilgi, ortak duyguyu paylaşabildik. Bize tanıdık geldi. Bir de kendi manevi terminolojilerimiz, kültürel terminolojilerle karşılaştığımızda kendimizi daha rahat hissediyoruz. Daha anlaşılabilir hissettiriyor, bu manada ben önemsiyorum iyi geldi" (D8-Erkek).

Terapinin, dini-manevi kaynaklarla desteklenmesinin terapinin etkililiğini arttırdığı gözlenmiştir: "*Müslüman olduğumuz için, evliliği psikolojik yönden ele alıyorsunuz ve din de buna mükemmel bir destek sağlıyor. Daha fazla olumlu etkiler meydana getiriyor. Dini kavramları duymak çok iyi geldi...*" (D4-Kadın). Yine, terapide başka kaynaklar yerine danışanların aşina olduğu dini kaynaklardan örnek verilmesi, terapinin etkililiğini arttıran diğer bir faktör olarak karşımıza çıkmıştır: "*Allah'a inancımızdan dolayı O'nun ve Onunla alakalı sözler bizim üzerimize daha fazla etkili oldu ve bu etkisinden dolayı yaşantımıza daha kolay almamıza sebep oluyor. Daha iyi*

oldu diyebilirim. Freud'dan da bahsedebilirsiniz. Başka şeylerden de bahsedebilirsiniz ama bunların hayatla ve toplumumuzla çok fazla buluştuğuna inanmıyoruz..." (D2-Erkek).

Terapide dini-manevi kaynakların yer almasıyla ilgili değerlendirmelerini danışanların bir kısmının (D7-Erkek, D1-Erkek, D10-Kadın, D-6-Kadın) *maneviyatın yaşam tarzlarının ve çözüm arayışlarının bir parçası olmasıyla* ilişkilendirdikleri görülmektedir. Dini-manevi boyutun hayatlarında önemli bir yer tutuğu aileler için terapilerde dini-manevi boyutun dahil edildiği uygulamalara ihtiyaç duyulmaktadır (Turgut ve Ekşi, 2020, s. 111). Bu ihtiyaca cevap veren çalışmamızda, dindar danışanların terapide din ve maneviyatın yer almasını istedikleri anlaşılmaktadır: "*Bizim fıtratımız hep İslam'dır. Bizim fıtratımız dışına çıktığımız için en ufak bir konuşmada, kıyafetimiz ve işimiz de dahi problem oluşuyor. Bunun için maneviyatın ve dinin terapinin temelinde olmasının faydasını gördüm*" (D7-Erkek). Aile içinde yaşadıkları problemlere öncelikle dini kaynaklardan çözüm arayan danışanların terapideki maneviyat boyutundan olumlu yönde etkilendiği görülmüştür: "*...Sizinle çalışmadan önce biz kendi aramızda problemler yaşadığımızda ben ayetlerden ya da dini kaynaklardan çözüm araştırıyordum. Bunları tekrar terapi içerisinde konuşuyor olmak iyi geldi. Ayetlerde araştırdığımız şeyler bize ulaşmış oldu* " (D1-Erkek). Başta "aldatma" olmak üzere, aile içindeki pek çok mahrem problemi yalnızca Allah'a anlatabildiğini ve O'na sığınarak teselli bulduğunu söyleyen D-10, sahip olduğu iç kaynakları terapide görme ihtiyacını "kesinlikle olması gerek" şeklinde ifade etmiştir:

"*Maneviyat terapide kesinlikle olması gereken bir şey. Çünkü bazen insanlar ile konuşup halledemediğiniz anlatamadığınız şeyleri Allah'a anlatıyorsunuz… Ben yaşadığım bu zor süreçte hep Allah'a sığındım ve hep ondan istedim. O yüzden terapide de kesinlikle maneviyatın olması gerekiyor. Ben bunu söylerken birebir görüp inananlardanım. Dini yönün terapide olması sonuna kadar savunabileceğin bir şey, çok eminim*" (D10-Kadın).

Çalışmadaki diğer danışanlar, terapide dini ve manevi kaynakların yer almasıyla ilgili görüşlerini *kendilerini güvende hissetme ve aktarılan bilgilerin güvenirliliğiyle* açıklamaktadırlar. Psikiyatrik tanı almış danışanlar dinin kendileri için

bir rahatlama sağladığı, stresle başa çıkmalarına yardım ettiği, sosyal desteği arttırdığı, bütün hissetmelerine yardım ettiğini söylemişlerdir (Nickles, 2011, s. 5). Buradan yola çıkarak diyebiliriz ki çalışmamızda yer alan danışanlar da benzer şekilde din ve maneviyatın terapide yer almasıyla kendilerini daha bir güvende hissetmişlerdir: "*Daha bir güven verici dindar olduğumuz için. Dini motiflerin kullanılması daha bir güven veriyor açıkçası. Kesinlikle yer almalı*" (D9-Kadın). Terapide verilen dini örnekler danışanlarda güven oluşmasını sağlamıştır: *"...Bir sahabeden ya da Efendimizden bir örnek görmemiz insanda daha çok bir güven oluşturuyor. Bence çok önemli bir nokta*" (D4-Erkek). Maneviyatın kendisi için vazgeçilmez olduğunu söyleyen D11-Kadın, terapide maneviyatın yer almasıyla rahatlamış ve güvende hissetmiştir: "…*Ben başvururken içimden keşke bu noktalara da değinilse diye geçmişti. Çünkü maneviyat insanın hayatının vazgeçilmez bir parçası. Hani din vazgeçilemez bir şey… Dinin daha temelde yer alması gerektiğine inanıyorum. Çok da memnun kaldım. Çünkü iç rahatlığı oluyor, bakış açımız da rahatlatıyor aslında....*" (D11-Kadın).

Danışanların güvende hissetmelerini destekleyen bir diğer noktanın, aktarılan bilgilerin güvenirliliğine inanmaları olduğu görülmüştür. Terapide ihtiyaç görüldüğü takdirde konuşulan problemle alakalı yapılmış olan bilimsel araştırma sonuçlarıyla birlikte ilgili ayet ve hadislere de yer verilmiştir. Danışanlar dini referansla aktarılan bilgilerin güvenilir olduğuna inandıkları için kendilerini daha güvende hissettikleri söylemişlerdir: "*Çok iyi geldi. Hatta bunu geçen gün kendi aramızda konuştuk. Bilimsel kitapların yanı sıra sizin dini kaynakları kullanmış olmanız benim ikna olmamı daha da kolaylaştırdı. Sadece kitaplardan yola çıkarak bizimle konuşmuyor dedim. Hatta dini referanslar kullanması beni çok etkiledi ve benim daha çok hoşuma gitti dedim. Dediklerinizi daha çok dikkate aldım* " (D1-Kadın). Danışanlar, başka kaynaklardan aktarılan bilgileri sorgulayacak olsalar da dini kaynaklardan aktarılan bilgileri daha kolay kabul edip, içselleştirmişlerdir: "*Bence bu kavramların konuşulması çok etkili oldu. Çünkü bazı insanların sözüne itiraz etsek de Kuran'ın, Peygamberimizin söylediklerini güvenilir olduğu için kabul etmek durumunda kalıyoruz*" (D7-Kadın). Dini-manevi kaynaklar, güven vermenin yanı sıra danışanların sakinleşmelerinde etkili olmuştur: "*Peygamberlerimizin hayatına gidince, öyle düşününce öfkem bir diniveriyor.*

Kırgınsam bile geçiveriyor. Yani normal sözlerdense bu daha bir tesir, etki ediyor" (D5-Kadın).

4.2.1.2. Şükür ve Dua Uygulamaları Alt Teması

Duanın, terapide nasıl yer alabileceğiyle alakalı çalışmalar son yıllarda artarak devam etmektedir. Alan yazında duanın danışana umut verme, bağlanma ve güven, benlik değerinin yükselmesi, kendini gerçekleştirme, anlam arayışı, başa çıkma, aşkın varlıkla aracısız ilişki kurma noktasında birçok fayda sağladığı ortaya konmuştur (Ağılkaya Şahin, 2020, s. 214-229; Ayten, 2012, s. 42; Güzel, 2009, s. 118; Doğan, 1997, s. 37, 42). Yine şükürle hayat memnuniyeti, iyi oluş, mutluluk arasında güçlü bir ilişki olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Peker, 2017, s. 115; Göcen, 2016b, s.257; Ayten, 2015, s. 306, Froh, vd., 2007, s.1). Çalışmamızda danışanlara ilk seansta "kendim için şükrettiklerim, eşim için şükrettiklerim, ilişkim, çocuklarım ailem için şükrettiklerim" (Ek-6) başlıklarını içeren kağıtlar verilmiş ve her hafta doldurmaları istenmiştir. Danışanlar tarafından doldurulan şükür ajandaları terapistle birlikte seanslarda okunmuş ve konuşulmuştur.

Danışanlara, şükür ve dua uygulamaları hakkında ne düşündükleri, aile danışmanlığı uygulamasında yer alıp almaması hakkındaki görüşleri sorulmuştur. Danışanların hepsi şükür ve dua uygulamasının terapilerde yer alması gerektiğini ifade etmiştir. Danışanların, terapilerde şükür ödevlerine yer verilmesiyle ilgili farkındalığı arttırması "*Farkındalık oluşturulması ve insanın daha net görebilmesi açısından doğru olduğunu düşünüyorum. Bundan sonraki danışanlar içinde bu uygulama bence olmalı* " (D13-Kadın), olumsuzlarla birlikte olumlu olanlarında görülmesi *"Hayatımda olumsuzluklar var yok değil ama Allah'a şükür, olumlu olan şeyler de var onlara şükür ediyoruz artık. Kesinlikle olmalı maneviyat bizden sonraki gelecek çiftler içinde*." (D5-Kadın), şükrü çoğaltması *"Şükrümüzün daha da artmasında etkili olduğuna inanıyorum...*" (D3-Kadın) gibi gerekçeler sundukları belirlenmiştir. Genel olarak şükür öncelikli cevaplar daha yoğun olarak verilmiş olsa da bütün danışanların şükür uygulaması gibi dua uygulamasının da olması gerektiği noktasında birleştiği görülmüştür. *"Duada en çok ailenin, eşinin, kendinin farkına varıyorsun. Bence faydası*

var. Bizden sonra gelen danışanlar için hem dua hem de ve şükür ödevi olmalı." (D8-Kadın).

Danışanların şükrü, terapide verilen bir ev ödevi olarak değil aslında yapmaları gereken ama ihmal ettikleri bir şey olarak kabul ettikleri görülmüştür: "*Yani aslında gündelik hayatta bunları düşünmemiz gerekiyor. Burada bunları düşünmemiz gerektiğini hatırlattınız. Hani çok güzel, insan bir sorguluyor, düşünüyor, şükrediyor gerçekten. Değiştirmek gerekiyor bakış açımızı"* (D5-Kadın). Terapide yapılan şükür hatırlatmaları danışanları daha bilinçli bir şükre yönlendirmiştir: *"Uygulamaya ağırlık vermek lazım aslında. Bu olmalı kesinlikle olmalı. İşte sizin hatırlatmalarınızla daha bilinçli oluyor. Sadece terapi anlamında değil sürekli olması gerekiyor* "(D6-Erkek). Şükür ödevinin ayrıca danışanların eş ve aileleri özelinde düşünmelerini sağladığı gözlemlenmiştir:

"*...Sizin bize verdiğiniz kâğıtlarla şükür üzerinde daha çok düşünmeye başladım. Evet, bugün de çok şükür karnımız doydu, hep dediğimiz bir şey ama diğer noktalarda şükür etmeyi pek düşünmüyordum. Ama verdiğiniz kâğıtlarda kendim için şükrettiklerim, eşim için şükrettiklerim, ailem için şükrettiklerim vardı. Ben, evet çok şükür bugün de eşimle iyi geçindim diye şükretmeyi öğrendim. Çok şükür evladının başını okşayabildim demeyi öğrendim. Hayatımda olan olumlu şeyleri daha fazla görür oldum. Aslında hayatımda birçok şey varmış ama ben bunları şükür olarak dile getirmiyormuşum. Dualarım, namazlarım ve şükürlerim çoğaldı*" (D1-Kadın).

Şükür ödevinin, danışanların (D5-Erkek, D8-Kadın, D7-Erkek, D7-Kadın) sahip oldukları şeyler noktasında farkındalıklarını arttırdığı görülmüştür: "*İçinde olduğun durumun farkına varıyorsun. Şükürlerini arttırıyorsun"* (D8-Kadın). Şükür ödeviyle birlikte dağınık halde olan ya da dile getirmedikleri kaynaklarını bir arada somut bir şekilde görmeleri, sahip olduklarının farkına varmak danışanlara fayda sağlamıştır: *"...Mesela eşimle, ailem için nelere şükrettiğimizi sorduğunuzda onları kağıda aktarmak için düşündüm. Düşününce farkında oldum dile getirmediklerimin ve kesinlikle faydası olan bir yaklaşım*" (D4-Kadın). Özellikle nelere şükredebilecekleri üzerine düşünmeye başladıklarını, bunu yaptıkları ilk haftalarda zorlandıklarını ama bu uygulamanın sahip oldukları şeyleri fark etmelerini sağladığını dile getirmişlerdir:

"*Verdiğiniz şükür ödevi konusunda ben birazcık zorlandım… Ama siz bana o ödevi verdiğinizde şükretmek için konu aramaya başladım. Bunları hissediyor ama dile dökemiyordum*"(D1-Erkek).

Araştırmalar şükrün, kişinin yaşamında olumsuzluklarla mücadele ve kişiler arası iletişimin gelişmesine katkı sağladığını ortaya koymuştur. Şükür bireyin yaşamla barışık, mutlu, huzurlu olması noktasında bireyi desteklemektedir (Göcen, 2014). Çalışmamızda benzer şekilde şükür ödevinin danışanların eş ve aile ilişkilerinde daha sahiplenici ve saygılı olmalarına "…Şükür ödevi *bizim sahip olduklarımıza yönelik daha saygılı, daha sahiplenici bir bakış açısı kazandırdı"* (D8-Erkek), aileleri için çaba harcamalarına "*Bu uygulamalar sayesinde sahip olduğumuz bir yuvamızın olduğu bu yuvamızda daha sımsıkı sarılmamız gerektiğini anladım. Bu uygulamalar gayet olumlu bir sonuç verdi ben de*" (D3-Erkek) katkı sağladığı görülmüştür. Şükür, eşle olan ilişkinin iyileşmesinde de etkili olmuştur: "*Bir insana ne kadar kızgın ve küskün olsan da aradan belli bir zaman geçtikten sonra ona karşı bir yumuşama oluyor. Bu hele eşinse ister istemez bir yumuşama oluyor. Ne bileyim kalbinin tekrardan ılınması oluyor. Bunun tabii dua ve şükürle desteklenmesi onun olumlu yönlerini düşünmene vesile oluyor. Bundan dolayı bence çok önemli"* (D4-Erkek).

Terapi sürecinde verilen ev ödevleri danışanların terapinin dışındaki zamanlarda da gelişim ve değişimlerini desteklemeye yardımcı olmaktadır (Nazlı, 2018, s. 297; Gladding, 2015, s. 152). Bu bağlamda şükür ve dua ödevinin sistemli olmasının danışanları devamlılık noktasında motive ettiği gözlenmiştir: "*Şimdi biz tembellik yapıyoruz. Şükür ve dua çizelgesi bizi bir şeylere itti. Ben belki vagonum lokomotifin beni çekmesi lazım. Lokomotif görevi görüyor bence. Kâğıt böyle bir işlev gördü. Bir görev gibi yaptırıyordu. Bu görevinde faydası oldu elbette. Yaptırıldığı zaman insanda bir şeyler oluşuyor*" (D7-Erkek). Danışanların terapi dışında da kaynakları üzerine düşünmeye başladıkları görülmüştür: "*Bu farklı bir boyut kazandırdı aslında terapi sürecinde. Terapinin aslında sadece bu odadan ibaret olmadığı, dış dünyaya gittiğimizde de kendi ailemizi yaratıcımızın bize vermiş olduğu sunmuş olduğu nimetleri hatırlama anlamında, sahip olduklarımızı önce görüp sonra da onunla ilgili teşekkür etme noktasında bir farkındalık kattı"* (D8-Erkek). Terapi dışındaki süreçte

kaynaklarının farkına varma ve değer vermelerini sağlamıştır: "*Bence şükür ve dua terapide de, terapinin dışında normal hayatta da insana çok iyi gelen şeyler. İnsan şükrettikçe elinde olan şeylerin ne kadar kıymetli olduğunu anlıyor"* (D7-Kadın).

Ayten (2015, s. 306), yaptığı araştırmada hayat memnuniyeti ile şükür arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Hayatta şükredilecek çok şeyin olduğunu düşünme, minnettarlık duyma, insanları ve durumları takdir edebilme eğilimi arttıkça hayat memnuniyeti de artmaktadır. Çalışmamızda bu bulguları desteklemektedir. Danışanlar şükür ödevleriyle birlikte sahip oldukları şeylerin daha çok farkına vardıklarını, "*Terapi hatırlattı aslında. Çocuklarımın varoluşu, sıhhatli oluşlar düşündüm bunları ve şükrettim. O biraz daha iyi geldi gerçekten. Şükrettim ve neye şükretmem gerektiğini fark ettim. Daha iyi geldi yani gerçekten. Dua ettim. Terapilerde yer alması gerektiğini düşünüyorum*" (D6-Kadın) bu hatırlamanın kendilerini daha iyi hissetmelerini sağladığını ifade etmişlerdir.

Duayla birlikte isteklerini her şeye gücü yettiğine inandığı Allah'a arz etmesi bireyde, isteklerinin görüldüğü ve kabul edileceğine dair umut oluşturur (Ağılkaya Şahin, 2020, s. 220). Duada olduğu gibi şükür duygusuna sahip olan bireylerin daha mutlu, enerjik ve umut dolu oldukları, pozitif duyguları daha çok deneyimledikleri belirtilmiştir. (Kardaş ve Yalçın, 2018, s. 8). Çalışmamız yapılan araştırmaları desteklemektedir. Düzenli olarak şükür ve dua uygulamaları danışanların umutlarını arttırmıştır: "*Şükür ve dua uygulamaları terapilerde olmalı. Yazıya döktüğünüz zaman, o şükürleri gördüğüm zaman daha bir umutlanıyorum. Tabiri caizse maneviyata daha fazla dönüyorum. Hayatımdaki iyi şeyleri gördükçe daha çok umudum oluyor. Bir şeyler daha çok güzel olacak diye umut ediyorum. Şükredecek bir şeyin olsa dahi umudun oluyor..."* (D10-Kadın). Terapi esnasında danışanlar problemlere odaklandıkları için kendilerini çaresiz hissettiklerini, bir umudun kalmadığını sıklıkla ifade etmiştir. Bu bağlamda şükür ve dua uygulamaları danışanların sahip oldukları kaynakları bulmalarına yardım ettiği görülmüştür:

"*Olumlu etkisinin olduğunu düşünüyorum. Bazı şeylerin dua ile de değiştiğine inandığımız için dua etmek insanı rahatlatıyor. Kendi adıma söyleyeyim birçok noktada olumsuza yöneldiğim anda şükredeceğimiz şeyleri birçok zaman göremiyorum. Bunu*

başlarda oturup çok düşündüm neye şükredebilirim acaba diye. Daha sonralarda bir sorun yaşadığımda bunu yapmanın olumlu bir yönü de bende şu oldu. Olumsuza değil de kendime 'Aaa bak şu da vardı.' deyip şükredeceğimiz şu da varmış demek daha çabuk aklıma geliyor. Beni buna yönlendirme noktasında olumlu oldu" (D11-Kadın).

Şükür gibi dua da, aşkın varlık ve birey arasında kurulan ilişkidir ve bu ilişkide birey aşkın varlığın gerçekliğini tecrübe eder. İlahi bir varlıkla konuşma ve bu konuşmaya cevap alma bireyin psikolojisini dengeler ve sonsuzluk hissi uyandırır. Dua benliğin güçlenmesi, güven duyduğu aşkın varlıktan destek alma, sorunlarla baş etmede bireye yardım eder ve umut verir (Güzel, 2009, s. 86). Çalışmamızda da danışanların ihtiyaçlarını Allah'a arz etmeden memnuniyet duydukları görülmüştür: **"***Duaya gelince de insanlar başka insanların başka bir şeyler isteyince ters tepki alabiliyor. Kendini küçük düşmüş bile hissediyor. Ama dua Allah'a edildiği için istediği kadar, ne isterse kendini işiten bir varlık olacağını bilmek gayet güzel ve faydalıydı*" (D7-Kadın). Yine danışanlar dua uygulamasıyla birlikte eş ve çocukları için özel dua etmeye başladıklarını dile getirmiştir: "*Ben her gece düşünmeye başladım, çocuklarıma dua etmeyi öğrendiğim. Bu vesileyle ediyordum. Onlar için ayrı bir dua ettim. Bazen unutuyordum bu terapi sayesinde unutmadan dua ettim, hoşuma gitti güzel oldu*" (D2-Kadın).

Terapist, danışanlardan kendileri, eş ve ilişkileri için değişmesini istedikleri noktaları, şikâyet, beklenti ve ihtiyaçlarını duaya dönüştürmelerini istemiş, danışanları bu noktada desteklemiştir. Örneğin "Eşim beni hiç anlamıyor." şeklinde ifade edilen bir problem danışanlar tarafından "Allah'ım eşimin beni, benimde onu anlamam için bize yollar aç, basiret ver" şeklinde duaya dönüştürülmüştür. Yapılan standart dualar dışında dua etmenin danışanların ihtiyaç, şikâyet ve beklentilerini dile getirme, yeniden çerçeveleme ve bunlar için harcanan çabayı arttırdığı gözlenmiştir: "*...Standart dualarımız var ezberlediğiniz Arapça dualarımız var onları söylüyoruz. Ama siz söylediniz, eşinize özel dua edin. Bizzat eşime cennette, firdevsde beraber yaşamayı, çocuklarımızı beraber olmayı, orada bir yaşam düşlemeyi, bunu Rabbimizden dilemek bunlar ayrı bir şeydi. Tabii ki de güzel oldu*" (D2-Erkek). Yapılan dualaların daha bilinçli ve derin olmasına katkı sağlamıştır: *"Kurslarda bize eşinize dua etmezseniz duanız*

kabul olmaz diye bir algı kazandırmışlardı. Ben de bu nedenle üstünkörü bir dua edip geçiyordum. Ama bu uygulama farkındalık sağladı. İnşallah daha çok dua edeceğim" (D9-Kadın). Eşe özel dua etmenin danışanların eş ilişkisini de olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir: "*Yeni bir bakış açısı kazandırdı. Bir dua yapacaksın ama bu özel bir dua ve eşimle ilgili olduğu için iyi geldi. Ben daha önce de dua ediyordum. Yine eşimi de katıyordum ama çok az bir yerde geçiyordu. Özel zaman ayırır oldum*" (D6-Erkek).

Özetle, danışanlara verilen şükür ajandasında yer alan kendim için şükrettiklerim, eşim için şükrettiklerim ve ailem için şükrettiklerim başlığı aile danışmanlığının önemli dinamiklerinden olan kişinin kendi kaynaklarını görmesi ve taktir etmesi, eşinin kaynaklarını /olumlu yanlarını görmesi ve taktir etmesi ve ilişkisinde /ailesinde olan olumlu yanları görmesi ve taktir etmesini desteklemek amacıyla hazırlanmıştır. Yapılan analiz sonucunda şükür ödevinin danışanların umudunun artması, kendileri eş ve ilişkileri noktasında daha olumlu bir bakış açısı kazanmaları ve sahip olduklarına dair farkındalıklarının artmasında destekleyici olduğu görülmüştür. Benzer şekilde dua uygulamasıyla birlikte danışanların ihtiyaç, beklenti ve problemlerini somut bir şekilde ortaya koydukları, daha bilinçli ve derin dualar yaptıkları, duanın rahatlattığı gözlenmiştir.

4.2.1.2. Maneviyat Boyutunun Faydaları/Kazandırdıkları Alt Teması

Birçok Müslüman aile yaşamış olduğu problemlere rağmen psikoterapi hizmeti almaktan kaçınmaktadır. Bunun nedenleri arasında günümüz terapi akımlarında din ve maneviyatın yer aldığı bir ortamda yapılmaması ve danışanların seküler terapi hizmetlerinde terapistle bağ kurma, güvenme ve terapi formülasyonu noktasında zorluk yaşamaları yer almaktadır (Khan, vd, 2016, s. 77). Çalışmamızda din ve maneviyat boyutunun terapiye dahil edilmesinin etkililiğini/faydalarını belirlemek için "*Din ve maneviyata dair yapılan konuşma ve değerlendirme ve uygulamalar terapi sürecinde size/sizlere neler kazandırdı?"* sorusu yönlendirilmiş ve cevaplamaları istenmiştir.

Dindarlığın evlilikte yaşanan sorunları önleme, çatışmayı çözümleme ve ilişkide uzlaşma sağladığı Lambert vd. (2006, s. 3) tarafından yapılan araştırmada ortaya konmuştur. Çalışmamızda da benzer şekilde danışanlar terapide yer alan

maneviyat uygulamalarıyla birlikte manevi kaynaklarını hatırlamış ve bu durum evlilik ilişkilerine olumlu yansımıştır: "*Bunlar bir hatırlatmaydı. Hani insan bazı şeyleri unutur da birileri hatırlatır ve kendisine gelir ya o şekildeydi. Bence çok faydalıydı. Eşimle benim için söylediğiniz bir şey vardı. Eşler birbirinin örtüsüdür. Bence eğer biz bunu hayatımızda uygularsak çok şey katmış olacağız. Terapide de yer alması bence çok güzel, çok faydalı bir şey..*" (D7-Kadın). Yine, İslam'ın aileye bakışıyla ilgili bilmediklerini öğrenmek danışanlara fayda sağlamıştır: "*Yani mesela bunu (dini boyutu) bilmeyen insanlar var. Siz anlatınca 'Aaa bu da mı varmış diyoruz. Öğrenmiş oluyoruz. Bunları bilmek de bize çok şey katıyor ve kazandırıyor*" (D5-Kadın). Danışanlar, maneviyatın aile için ne kadar önemli olduğunu farkına varmışlardır: "*Ailevi açıdan maneviyatın ne kadar önemli olduğunu öğrendim. Aslında bu terapi de diğer terapilerden farklı olarak dini açıdan manevi olarak ailenin dayanaklarını söylüyordunuz. Dini açıdan öneminin farkına vardım bu terapi sayesinde daha önceden de biliyordum da ama bunun en somut bir örneğini gördüm*" (D2-Kadın).

Terapi sürecinde danışanlarla ihtiyaç hissedildiği zamanlarda yaşadıkları durumlarla alakalı olabilecek kıssa ve menkıbe paylaşımları yapılmıştır. Danışanlar, paylaşılan kıssa ve menkıbeleri bazen ilk kez duydukları bazen de bildikleri halde farklı bir şekilde değerlendirmediklerini ifade etmişlerdir. Bu paylaşımlar danışanlara aynı sorunu başkalarının da yaşamış olması hissini uyandırarak kendilerini yalnız hissettirmemiş, olayın çözümlenmiş olması umutlarını arttırmış ve problemlerini farklı bir gözle değerlendirmelerine yardım etmiştir: "*Yani Peygamber Efendimizin hayatında da yaşamış olduğunu duymak çok iyi geldi. Yani siz anlatmıştınız Hz. Aişe'nin Peygamber Efendimize kendisini sevip sevmediğini sorması, Peygamber Efendimizin Hz. Ayşe arasında onların arasında bile kıskançlık mezunları olmuş, onların arasında bile oluyorsa bizim aramızda olabilir deyip şükür ettik*" (D5-Erkek). Yine, danışanların terapide dini referanslar üzerinden verilen örnekleri model almaları ilişkilerini olumlu yönde etkilemiştir: "*...Siz bunları bize tekrar hatırlatıp açıkladığımız zaman evet dinimizde bize bunu söylüyor dedik. Peygamberimizin bize bu konuda örnek olduğunu bir kez daha hatırladık. Demek ki biz de onun gibi bunu yaparsak şöyle olur diye düşünmeye başladık. Maneviyatın terapide karşımıza çıkması açıkçası çok olumlu oldu*" (D1-Kadın).

Erkorkmaz, (2013,s. 166) çiftlerle yaptığı nitel araştırmada dinin, kendisini Müslüman ve dindar olarak tanımlayan çiftlerde evliliği düzenleyici ve destekleyici bir role sahip olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmamızda elde edilen bulgular Erkorkmaz'ın çalışmasını destekler mahiyettedir: "*Burada bahsedilen şeyler benim her zaman dilimde ve yüreğimde olan şeylerdi. Bunları konuşmak ve yazmak bana kendimi iyi hissettirdi. Eşim ve ailesiyle ilgili, benimle ilgili ya da benim ailemle ilgili isteklerim şükürlerim daha somut halde gözüktü. Göremediklerimi daha net gördüğüm zamanlar oldu. Annelikle ya da eşle ilgili*" (D13-Kadın). Olumlu düşüncenin artmasında da maneviyat uygulamaları etkili olmuştur: "*Daha iyi ve olumlu düşünme yönünde o tür manevi destekler bana da iyi geldi"* (D4-Kadın).

Evlilikteki maneviyat paylaşımlarının evlilik ilişkisi açışından olumlu sonuçlar doğurduğu, affetmeyi, kabul ve şükranı arttırdığı görülmüştür. Evlilikte maneviyat eşleri birbirine karşı açık olma, kırılganlığı kabul etmeye davet eder. Öfke ve hayal kırıklıklarını ve incinmeleri yaşamaya açık olma ve bunları hem eş hem de Tanrıyla paylaşma noktasında teşvik eder. Bu duygularını Tanrı ile paylaşan eşler daha rahat bir şekilde birbirleriyle paylaşabilmektedir (Giblin, 1993, s. 321). Çalışmamızda da benzer sonuçlara ulaşılmış, maneviyat uygulamalarıyla birlikte danışanların aileleriyle ilgili daha hassas ve pozitif olmaya başladıkları görülmüştür: "*Din ve maneviyat hakkındaki değerlendirmelerim söyle: aile kavramını din ve maneviyat bağlamında düşününce insan daha bir hassaslaşıyor. Daha bir duygusal oluyor. Bu bende daha olumlu daha pozitif bakmama neden oldu*" (D3-Erkek). Maneviyat eşle olan ilişkiyi olumlu yönde etkilemiştir: "*Tekrar manevi duyguların hareketlenmesine vesile oldu. Hele bunun eşin vesilesiyle olması yani eşini düşünerek eşin üzerinden böyle manevi değerleri aklında canlandırmak, yaklaşmak farklı bir bakış açısı getirdi. İster istemez ne kadar kızgın olsam da bir yumuşama yaşadım*" (D4-Erkek). Eşe karşı hissedilen duygularda da olumlu yönde değişim yaşandığı gözlenmiştir: **"***Birkaç konuda daha farklı görmemi sağladınız. Sevginin veya başka şeylerin olduğunu bana söylediniz. Bu dilden veya bu gözle görmem gerektiğini bana söylediniz. Bu açıdan bana bir katkı sağladı*" (D12-Kadın). Maneviyatın, davranışların anlam kazanmasında da etkili olduğu görülmüştür: "*Hal ve hareketlerimiz daha da anlam kazandı. Hem aile hayatı hem ahiret hayatına neler katabileceğimi öğrenmiş oldum*" (D3-Kadın).

4.2.2. Terapide Etkili Bulunan Müdahaleler, Kazanılan Farkındalık ve Değişime Ait Üst Tema

Farkındalık, çiftlerin duygusal tepkiler vermeyi azaltarak sorunlarını daha sağlıklı bir şekilde çözebilme ve daha iyi bir ilişki kurmalarına yardım eder. Bilinçli farkındalık, şefkat ve merhamet duygularının gelişmesi ve karşısındakini daha iyi anlama noktasında önemli etkenlerden biridir. Parlar ve Akgün'ün (2018, s. 75) yaptığı çalışmada çiftlerin bilinçli farkındalık düzeyleriyle evlilikte problem çözme ve evlilik doyumu arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Çalışmamızda danışanların terapi sürecinde kazanmış oldukları farkındalıkları değerlendirmek amacıyla kendilerine, eşlerine ve ilişkilerine dair farkındalıklarının yanı sıra terapi sürecinde yaşanan değişimlerin neler olduğu sorulmuştur.

4.2.2.1. Terapide Etkili Bulunan Müdahaleler Alt Teması

Terapistin takip ettiği adımlar ve müdahalelerin danışan tarafından nasıl anlaşıldığı, danışan için faydalı olup olmadığı terapinin işlevselliği ve yararlı olup olmadığını görebilmek açısından oldukça önemlidir. Danışanlara, "*Terapi sürecinde sizi etkileyen, hoşunuza giden, faydalandığınız şeyler var mı, varsa nelerdir*?" sorusu yönlendirilerek danışanlar için terapinin etkili ve faydalı olan kısımları belirlenmeye çalışılmıştır. Danışanlar, terapistin tarafsız olması ve etkin dinleme yapması, din ve maneviyatın terapide yer alması, eşle sağlıklı iletişim yollarının öğrenilmesi ve geçmiş yaşantının kendileri ve aileleri üzerindeki etkilerini görmenin kendileri için oldukça etkili olduğunu ifade etmişlerdir.

Danışanların bir kısmının (D1-Kadın, D1-Erkek, D6-Erkek, D5-Erkek), terapistin yaklaşımını etkili bulduğu gözlenmiştir: "*Sizin vermiş olduğu örnekler, yaklaşım. Bunlar çok olumlu oldu. Sizin toparlayıcı olmanız. Yani şöyle söyleyeyim eğer eleştirel konuşmuş olsaydınız, ben devam etmeyecektim. Ama gerçekten çok iyi bir şekilde toparladınız*" (D6-Erkek). Terapistin, kendilerini objektif bir şekilde dinlemesinin danışanlar için faydalı olduğu, danışanların hem kendilerini anlatabilmeleri hem de eşlerini almayabilmelerine imkan sağladığı gözlenmiştir: "*Sizin her iki tarafı da dinlemeniz, hakem olmanız en çok faydalandığım şey. Belki siz arada olmasanız bizim konuşmalarımızı yine sen haksızsın, ben haklıyım diye tartışmaya*

dönüşecekti. Haklı ve haksız arayacaktık. Ama siz bu tartışmalar önleyerek birbirimizi anlamamızı sağladınız. Eskiden ben haklıyım, ya da ailem haklı dediğimde eşim öfkeleniyordu. Sizin aracılığınızla duygu ve düşüncelerimi paylaşmayı başardım o da beni anladı" (D1-Erkek). Yine terapistin samimi ve özenli yaklaşımı danışanları etkileyen bir unsur olarak öne çıkmıştır. Covid-19 testleri pozitif çıktığı için yüz yüze olarak planlanan seansın online yapıldığı çift düşüncelerini "*Sizinle oturup konuşmak iyi geldi. Bugün mesela gelemedik bir sıkıntıdan dolayı, sizin o anda ilginiz, alakanız gerçekten çok güzeldi. Özellikle bugün için genel itibariyle de özenle dinlemeniz, yani çözüm yolları sunmanız. Çok faydalı iyi geldi*" (D5-Erkek) olarak ifade etmiştir.

Danışanlar yargılanmadan dinlendikleri için memnuniyet duyduklarını, "*Sorunlarımızı tarafsız bir kişiyle paylaşmak haklı haksız diye yargılanmadan düşüncelerimizi paylaşmak kesinlikle çok iyi geldi*" (D3-Kadın), aldatma problemiyle başvuran danışan ise gizlilik ilkesinin önemini ifade etmiştir: "*Biz bu konuları hiçbir yerde konuşamazdık. Bize yol gösterebilecek, eşit şekilde davranabilecek, konuyu gizli tutabilecek birisi bulunabileceğimizi düşünmüyorduk. Bu konuların burada aklıselim bir şekilde konuşulup bir sonuca ulaşılmaya çalışılması beni çok mutlu etti. Bu olduğu için faydalı ve çok kötüydüm gerçekten iyi geldi bana. Bunu söyleyeyim yani*" (D7-Erkek).

Danışanların çalışmada etkili buldukları ikinci nokta din ve maneviyatın terapide yer alması olmuştur: "*Terapinin din ve maneviyat üzerine olması beni çok etkiledi. Dini örnekler vermeniz güzeldi…*" (D3-Erkek). Şükür ve dua uygulamaları danışanları etkileyen diğer bir unsur olarak karşımıza çıkmıştır: "*Yani şükür ve dualar çok güzeldi faydalanmıştım ve etkilenmiştim. Ne kadar çok şükretmemiz gereken şeyler varmış… Aslında en ufak şeylere çok şükür etmemiz gerektiğini anladım. Bütün konuşmamızdan sonra kendine bir yol çizebildim. Benim için çok çok faydalı.*" (D5-Kadın); "*Yaptığımız şükür ve dua ödevleri"* (D11-Kadın).

Sağlıklı bir iletişim dili öğrenme danışanlara faydalı/etkili olan diğer bir nokta olarak öne çıkmıştır: "*Hocam şu cümleniz aklıma geliyor. 'Yeni bir dil öğrenmeye var mısınız, ister misiniz.' Hatta yeni bir dil derken ne acaba bu yeni dil diye düşündüm… Bir bilinmezliğin içindeydim ama bunu keşfettikçe ona yöneldikçe her seansta gerçekten güzel bir şeymiş. Bu iletişim bizi çok etkiledi. Fark ediliyordur da eminim dışarıdan.*

Birbirimize daha çok fırsat tanır olduk. Birbirimizi daha çok dinler olduk" (D8-Kadın). Terapi sürecinde problem olan konuları kavga etmeden sakin bir dille konuşmayı öğrenme, danışanların etkili bulduğu diğer bir noktadır: "*Benim en hoşuma giden şey, terapide konuşulan şeylerin aynısını evde eşimle yalnız konuşuyorduk, bir kavgaya dönüşüyordu. Yani burada aynı şeyleri sakin bir şekilde konuşmak çok güzeldi. Onun içinde olup da ifade edemediği şeyleri sizden duymak benim onu anlamamı ve daha merhametli davranmamı sağladı. Anlamama sebep oldu, bu güzeldi*" (D7-Kadın). Empati yapmak, eşin ihtiyaçlarını görmek çiftlere yeni ve daha sağlıklı bir iletişim dilinin olduğunu göstermiştir: "*Terapi sürecinde bir defa empati ve yeni bir iletişim dili özellikle beni çok etkilemişti… Benim için önemsiz ve değersiz ya da tartışmaya değer görmediğim birçok şey eşim için çok önemliymiş ve bunları çok önemsiyormuş… Bu beni çok etkiledi. Empatiyi daha da geliştirdi*" (D8-Erkek). Yine, eşi tarafından anlaşıldığını hissetmenin de danışanları etkilediği belirlenmiştir: "*Hoşuma giden şey, eskiden eşim beni direkt anlamadan, önyargılı davranıp hareket ediyordu. Şimdi ise ona karşı art niyetli olmadığımı, onun hakkında olumsuz bir şey olmadığının farkında vardı… Anlaşılmamak zaten benim için en büyük bir ızdıraptır. Kendimi anlatamıyordum. Ama bu süreçte Allah'a şükür beni daha anlayışla karşılıyor ve daha az küsüyor. Bunun faydasını gördüm*" (D2-Erkek).

Danışanlar tarafından etkili bulunan diğer müdahale geçmiş yaşantıların bu güne olan etkilerini görmektir. Aile ebeveynler, onların ebeveynleri ve çocuklar olmak üzere üç kuşaktan meydana gelmektedir. Ailenin bir araya geldiği şartlar, bağlam ve zaman, ailedeki kuşak gelişimini ve aileden sonraki kuşaklara neler aktarıldığını görmek ailenin mevcut problemlerini çözebilme noktasında oldukça önemlidir (Satir, 2016, s. 171). Terapi sürecinde genogram, aile kronolojisi gibi metotlar yardımıyla danışanların kök aileden neler getirmiş oldukları ve bunun şu andaki ailelerini nasıl etkilediği üzerine çalışılmıştır. Danışanlar tarafından bu müdahale oldukça etkili bulunmuştur: "*En çok etkileyen ailemizden gördüklerimiz ve onları bugüne uyguladığımız zamanlar. O şekilde çocukluktan, ailemizde gördüğümüz, yaşadığımız olayları bugüne taşıyor olmamız. Bunun farkında değildim ve buraya geldikten sonra farkına vardım*" (D13-Kadın). Geçmişten getirilen aile mirasının eşler asında yaşanan bazı problemlerin de temelini oluşturduğunu görmek çiftlere farklı bakış açısı kazandırmış ve etkili olmuştur:

"*Ben de aynı şekilde şu anki yaşamış olduğumuz sürecin sadece ikimizin ortaya çıkardığı bir süreç olmayıp geçmiş yaşantımızdan da etkilendiğinin farkına vardım… İnsanın geçmişte yatan temellerine ulaşması güzel bir yaklaşım oldu"* (D4-Erkek).

Geçmiş yaşantılara dönmede zaman zaman zorlanmış olsalar da danışanların süreci etkili-faydalı olarak gördüğü belirlenmiştir: "*Mesela çok zordu ama aile ve geçmişe biraz dönmek beni daha çok etkiledi. Altta kalanlar biraz daha gün yüzüne çıktı. Siz öyle söyleyince daha çok fark ettim. Bu benim için çok önemliydi"* (D4-Kadın). Yalnızca aile geçmişine dönmek değil, kendi geçmiş yaşantılarına dönmek de danışanları etkilemiştir: "*En çok etkileyen şey 'çocukluğumdaki sen ne hissediyor' kısmıydı. Bu nokta beni çok etkiliyor aşırı bir duygu yoğunluğu yaşıyorum, çok acıyor. Çocuk olan beni duymaktan çok etkileniyorum"* (D9-Kadın).

Yapılan analiz sonucunda terapistin tarafsızlığı-etkin dinlemesi, maneviyatın terapi de yer alması, eşle sağlıklı iletişim kurma becerileri kazanmanın yanı sıra danışanların etkili/faydalı bulduğu başka noktalar da olduğu görülmüştür. Bunlar: çocuklarla alakalı problemlerin çözümü (D2-Kadın), çocukların ihtiyaç halinde seansa dahil edilmesi (D9-Kadın), kendi ihtiyaçlarının farkına varma (D12-Kadın), problemler karşısında nasıl farklı davranılabileceğini öğrenme, olumsuz süreçleri yönetme becerisi (D10-Kadın), eşler arasında yakınlık kurma çalışması (D11-Kadın), olumlu bakış açısı kazanma, cinsel problemlerle alakalı verilen psikoeğitim (D4-Kadın), dinin aileye yaklaşımını öğrenme (D6-Kadın), dua ödevleri ve meditasyondur.

4.2.2.2. Danışanların Kendilerine Dair Farkındalıkları ve Değişim Alt Teması

Terapi sürecinde danışanların eş ve aileyle olan problemlerinin yanı sıra bireysel ihtiyaç, beklenti ve özlemleri de çalışılmıştır. Yapılan analiz sonucunda terapinin yalnızca eş ve aileyle ilgili problemlerin çözümünde değil, danışanların kendilerine olan bakış açısında olumlu yönde değişim ve farklılaşma sağladığı görülmüştür. Depresyon ve intihar düşünceleriyle çalışmaya katılan D8-Kadın, çalışma sonunda kendine yönelik farkındalık ve değişimi "*Daha çok bana farkındalık kazandırdı (gülüyor). Hocam çocuğuma yönelebildim mesela kaybettiğim bir şeydi. Kendimi keşfetmeye başladım tekrardan. Biraz daha olgunlaştım diyebilirim mesela.*

Bazı düşünceler daha da olgunlaştı. Sizin bana kattığınız çok şey var aslında. Buraya geldiğimden beri anlaşılabildiğimi hissediyorum… Anlaşıldığım için çok mutlu oluyorum bu sefer" (D8-Kadın) olarak ifade etmiştir.

Bipolar tanısıyla uzun süre tedavi gören ve pek çok travması olan D7-Kadın, terapi sürecinde içgörü kazanarak, ihtiyaç, özlem ve kaynaklarının farkına vardığı görülmüştür: "*Kendime dair, nasıl bir insan olduğuma dair farkındalıklarım oldu. Terapiye geldiğimiz zaman kendimi aşırı ihmal etmişim ve sadece belli bir zamanın içine hapsetmişim. 'Sen sadece bu zamanın içindeki kişiden ibaret değilsin' demiştiniz. Hatta çocukluğuma dönüp o içimdeki çocuğa seslenmiştim. Bayağı bir farklılık oldu kendime karşı*" (D7-Kadın, Bkz: Ek-1). Danışanların kendileriyle alakalı farkındalık kazanmaları, eşleriyle yaşadıkları problemlere de farklı bir şekilde yaklaşmalarını sağlamıştır: "*Özellikle kendimle alakalı çok şey fark ettim. Bu zamana kadar sorunların hep eşimle alakalı olduğunu düşünüp, kendimi dışlamıştım. Daha objektif görebiliyorum şimdi. (Terapiler) Yanlış anlaşılmaların olduğunu fark etmemi sağladı. Gerçekten farkındalıklar sağladı. Nasıl davranmam gerektiğini fark ettim*" (D6-Kadın). Farklı bakış açısı kazanan danışanların olumsuzlukları büyütmedikleri, hatta eşiyle arasında olan farklılıkları kabullenerek ilişkiye devam ettikleri görülmüştür: "*Evet, farklılıklar ve farkındalıklar oldu. Artık bazı şeyleri eskisi kadar büyütmemem gerektiğini öğrendim… Bakış açılarımızın çok farklı olduğunu öğrendim. Bu süreçte bu farklılıklarla birlikte yaşamam gerektiğini, bunları kabullenmem gerektiğini öğrendim*" (D11-Kadın).

Çalışmamızda yer alan danışanlar sorunlar karşısında çözümsüz kaldıkları, güçsüz ve çaresiz hissettikleri kriz anında terapiye katılmışlardır. Yapılan çalışma sonunda danışanların kaynaklarının farkına vardığı ve umutlarının arttığı gözlenmiştir: "*Kesinlikle iyi oldu bazı şeyler. Artık tükenmiştim, gücüm kalmadığına inanmıştım umudum yok denecek kadar azalmıştı. Gücümün ve umut olduğunun farkına vardım*" (D3-Kadın). Problemlerinin içinde hapsolan danışanlar terapilerle birlikte başka çözüm yollarının olduğunu fark ettikleri görülmüştür: "*Ne yaparsam yapayım artık hiçbir şey yoluna girmeyecek diye düşünüyordum. Ne yapacağımı bilmiyorum, hepsini denedim artık hiçbir şey göremiyorum diyordum. Aslında bu terapiyle bir yol varmış*

görebiliyorsun. Şimdi yapabilirsin, bir ışık, bir yol daha varmış diyorum. Şimdi bu yeni yol bana daha sağlam geliyor. Benim için şu an en önemlisi bu" (D5-Kadın).

Terapilerde, danışanların eş ilişkilerinin yanı sıra travmaları da çalışılmıştır. Çalışma sonunda travmalarının danışanları daha az etkilemeye başladığı görülmüştür: "*Burada yıprandığımız şeyleri konuştuk, konuştukça yaralar kabuk bağlamaya başladı. Kabuk bağlamaya başladıkça konuşurken daha az acı çekmeye başladım… Üstü kapanıyor gibi artık hepsinin, kabuk bağlıyor yaralarım. Umarım kanamazlar yine ve bu böyle devam eder*" (D8-Kadın).

Geçmişte yaşanan olumsuzluklar ve tamamlanmamış meseleler terapide çalışılan alanlardan bir diğeridir. Çalışma sonucunda danışanların geçmişteki olumsuzluk ve tamamlanmamış meselelere saplanıp kalmadıkları gözlenmiştir: "*Geçmişi hiç bırakmayacağımı, bırakmamam gerektiğini, bırakırsam yaralanacağımı düşünüyordum… Siz bana terapilerde "Bilgeliğinize güvenin, geçmişi bırakın" dediğinizde bunu nasıl yapacağım bilmiyorum, nasıl yapabilirim demiştim ama şimdi yapabiliyorum. Evet, geçmişi unutamaz insan ama geçmişte yaşamamam gerektiğini, geçmişi düşünmememem gerektiğini öğrendim. Öyle bir değişim var bende inşallah. İleride, çok çok ileride de bunu sürdürürüm. Şu an çok olumlu düşünüyorum bu konuda*." (D5-Kadın).

Danışanların kendilerinde farkındalık ve değişim gördüğü diğer bir alan ise duygu, düşünce ve davranış boyutudur: "*Terapiden önce eşime karşı bu kadar yakın değildim, bu kadar anlayışlı değildim. Biraz daha müsamahalı oldum, anlayışlı olmaya başladım*" (D3-Erkek). Eşine karşı daha ılımlı ve müsamahalı davrananın eş ilişkini olumlu yönde etkilediği görülmüştür: "*İllaki görülüyor bu. Aileme karşı daha bir ılımlı, daha bir müsamahalı, daha bir rahat tavırlar sergilenmeye başlandım evde. Aramızdaki ilişki pozitif yönde değişmeye başladı. Bu şekilde daha iyi bir sonuç verdi biz de*" (D3-Erkek). Danışanların, sağlıklı iletişim yollarını öğrenmeye başladıkça eşleriyle küsme davranışlarının azaldığı belirlenmiştir: "*Değişime karar verdim. Değişime karar verdiğim en büyük olay ise küslük olayı. Gerçekten başta üç gün sürüp, sonra dört gün, sonra beş gün, sonra yedi gün sekiz gün sürebiliyor. Öncelikle bu durumu değiştirmeye karar verdim*" (D13-Kadın).

Olumsuz durumlar karşısında daha sakin kalma ve olaya takılıp kalmama "*Konulara, olaylara, daha önce olan olumsuz şeylere daha az tepki veriyorum. Olumsuz şeyleri kafaya takıp sürekli anlatma ihtiyacı duyuyordum. Şu an yoluma kafayı takmadan daha rahat bir şekilde devam edebiliyorum ve daha iyi karşılayabiliyorum*" (D10-Kadın), karşıdakini değiştirmek yerine bakış açısını değiştirme, kendine odaklanma, "*Olumlu olarak odak noktamı değiştirince daha sakin olduğumu fark ettim ve bunun üzerine çalışmaya karar verdim. Karşımdakini değiştiremiyorsan kendi sorumlu olduğum şeylere yönelip bakış açımı değiştirebilirim ve gerisini Allah'a bırakabilirim diye bir tevekkül oluştu açıkçası"* (D9-Kadın) ve öfkeyi sağlıklı bir şekilde ifade etme ve yönetebilme "*Önceden konuşmaya başlayınca öfkeli başlıyordum. Özellikle tartıştığımız konuları konuşmaya başladığımda öfkeli oluyordum… Ben öfkelenmediğim için eşim de öfkelendirdi ve bu şekilde devam ederdi. Ama artık böyle değil. Yeri geliyor konuyu bile açmıyorum, bir kere söyleyip kapatıyorum. Çok kırıldığımda da destek istiyorum*" (D1-Kadın) danışanlarda gözlemlenen diğer farkındalık ve değişimlerdendir.

4.2.2.3. Eşte Gözlenen Farkındalık ve Değişim Alt Teması

Emir verme, yönlendirme, uyarma, gözdağı verme, ahlak dersi verme, onun yerine karar verme, öğretme, nutuk çekme, mantıklı düşünceler önerme, yargılama, suçlama, ad takma, alay etme, olayı küçümseme, sınama, sorgulama, konuyu saptırma, oyalama, yorumlama, analiz etme en sık görünen iletişim engellerindendir (Canel, 2012b, s. 17). Çalışmaya katılan çiftlerde benzer iletişim problemleri olduğu gözlenmenmiş ve çalışma sonunda çiftlerin daha sağlıklı bir iletişim kurmaya başladıkları gözlenmiştir.

Bu bağlamda danışanlar, eşe duygu ve düşüncelerini açık bir şekilde ifade etmenin sağlıklı bir iletişim için gerekli olduğunu kavramışlardır: "Eşinle *daha açık konuşmak gerekiyormuş, bunu fark ettim"* (D6-Erkek). Açık iletişimin engellerinden birinin eşin herşeyi bildiğine dair inanış olduğu görülmüştür: "*Yani farklı oldu. Düşünmek ayrıdır, karşı tarafa bunu anlatmak daha farklıdır. Eskiden nasıl olsa eşin biliyor, anlatmaya gerek yok diyordum. Ama açık seçik net bir şekilde düşünceni anlatmak gerekir. Yoksa kendini anlatamazsın. Bu açıdan bir farkındalık* oldu" (D6-

Erkek). Diğer bir engel ise sonucunun ne olacağı bilinmediğinden problem olan konuları konuşmaktan çekinmedir: "*Şu önemli aslında biz ne kadar evli olsak da, içimizden geçenleri direk aktarmadığımız için direk içimizde yaşıyorduk her şeyi. Sizin sayenizde o içimizde ki olayları gün yüzüne çıkardık yani konuşmayı başardık… İçimize attığımız şeyleri konuşmamız gerekiyormuş. Bunları yaptım terapi sayesinde*" (D2-Erkek). Danışanların, eşin anlayacağı şekilde açık bir iletişim kurmak gerektiğini fark ettiği görülmüştür: "*Bizim iletişim sıkıntımız vardı. Ben konuştuğum zaman biraz kapalı ve az konuşurdum. Böyle konuşmamam gerekiyormuş… Biraz daha anlayabileceği dilinden konuşmam gerektiğini anladım ve bunu gördüm. Bu farklılık, farkındalık oldu yani*" (D7-Erkek).

Eşte görülen farkındalık ve değişimlerle ilgili danışanların vurguladığı bir diğer noktanın eş tarafından anlaşılmak ve eşi anlamak olduğu görülmüştür: "*Bu terapi birçok noktada iyi geldi. Biz birbirimizi daha iyi anlamaya başladık, ufak tefek şeylerimiz olsa da yavaş yavaş onları da düzelteceğiz İnşallah*" (D2-Erkek). Davranışları görünen kısmıyla değil altta yatan nedenleriyle anlayabilmek ilişki problemlerini iyileştirmek açışından oldukça önemlidir. Bu çerçevede yapılan çalışma sonunda danışanların eşin davranışının asıl nedenini anlamaya başladıkları ve bununda eş ilişkilerini geliştirdiği görülmüştür: *"Onun davranışlarını ve nedenini anlayabildim. Ailesi konusunda neden bu kadar çok fevri davrandığını anlayabildim. Hem benim ona davranışlarımı hem de onun bana davranışlarının nedenini anlayabildim. Ben çok sinirlendiğim, çok öfkeli olduğum için eşim bana öyle davranıyormuş. O da ailesi olduğu için bu konuda hassasmış. Eşimle olan tartışmalarımızı nedenini anlayabildim*" (D1-Kadın).

Davranışların nedenini anlamak tartışma ve öfke patlamalarının sağaltımı için de etkili olmuştur: "*Yani farklılık oldu. Eşimin tartışmalarımız da bana kızıp farklı şeyler söylediğini ben bu terapi sürecinde öğrendim. Kastetmek istediği o değil, onu söyleyip başka bir şey kastettiğini öğrendim. Bunu öğrendim, bunun farkına vardım. Bu da benim için iyi oldu*" (D5-Erkek). Eşin öfkesinin nedenini anlamakla birlikte danışanların kendi öfkelerinin nedenini de anladıkları görülmüştür: *"Yani artık bana söylenen şeyler karşısında çok öfkelenmiyorum. Hata yapıldığında ya da bana karşı bir şey söylendiğinde artık kendimi korumaya almıyorum… Mesela eskiden kayınvalideme*

gitmemeyi tercih ediyordum ama artık gideyim diyorum. Eğer bana bir şey söylerlerse bende duygularımı ifade eder cevap veririm diyorum… Kendimi korumaya almamanın ve duygularımı ifade etmenin benim üzerimdeki olumlu etkilerini gördüm" (D1-Kadın). Karşılıklı olarak duygu ve düşünceleri anlamak iletişimin daha sağlıklı kurulmasını sağlamıştır: "*Ben hep eşimin olumsuz tepkilerinden çekinirdim. Şimdi daha olumlu baktığını görüyorum. Yani büyük bir farklılık oldu. Daha rahat konuşuyoruz. Artık kaygı duymadan daha rahat konuştuğumu fark ettim. Böyle bir katkısı oldu*" (D6-Kadın).

Eşler arasında kullanılan etkili iletişim becerilerine sahip olan çiftlerin çift uyumunun ve ilişki sorunlarını çözme becerilerinin arttığı belirlenmiştir. İletişim, çiftlerin evlilik doyumu ve mutluluk düzeyini önemli ölçüde etkilemektedir (Atan, Buluş, 2020,s. 261). Çalışmamızda elde edilen bulgular araştırmaları destekler mahiyettedir. Anlamak ve anlaşılmak danışanların eşe karşı olan davranışları da değiştirmiştir: **"***Değişiklik oldu, farklılıklar oldu. Terapi sürecinde eşimi biraz daha anlamayı başardım. Onun dilinden hareketlerini doğru bir şekilde anlamak için acele etmemek gerekiyormuş. Yanlış anladığım şeyleri doğru anlamak için ne yapmam gerekiyor bunları anladım… Eşime daha şefkatli, sevecen, anlayışlı davranmam gerektiğini anladım*" (D7-Erkek). Davranışların değişmesiyle birlikte ilişkide de bir iyileşme olduğu görülmüştür: *"Eşime yönlendirdiğiniz şekilde davranmaya başlayınca daha olumlu bir şey gördüm. Mesela örnek vereyim: arada eşimden elimi tutmasını, bana sarılmasını beklerken şimdi beklemeden ben yapıyorum. Bana çok şey kattığını söyleyebilirim. Aslında bu bana iyi geldi*" (D2-Kadın). Danışanların eşe karşı davranışlarıyla birlikte düşüncelerinin de olumlu yönde değiştiği görülmüştür: **"***Tabi ilişkimiz için de iyi oldu. Eşim eskiden kafamda daha yanlış bir kişi olarak yer etmişti ama şimdi daha olumlu bir kişi olarak düşünebiliyorum. Ya sadece kötü değil, iyi yönleri de var. Ben onları görmemişim, anlamamışım diyebiliyorum*" (D5-Kadın).

Son olarak danışanların, kendini ifade biçimlerinde değişim olduğu "*Bir öğretmen edasıyla değil de güzellik, merhamet ve rica ile istediğim, dile getirdiğimiz zaman sonuçları daha güzel oluyor. Karşılığını daha iyi alıyorum*" (D10-Kadın), iletişim sırasında karşı tarafa zaman tanıdıkları (D4-Kadın) ve bunun sadece eş değil

aile ilişkilerini de olumlu yönde etkilediği görülmüştür: "*...Benim de durmam gereken yerler varmış. Şu an yüzde yetmiş bir değişim olduğundan söz edebilirim. Artık ailemden kaynaklanan problemler için tartışmıyoruz"* (D1-Erkek).

4.2.2.4. İlişkide Gözlenen Farkındalık ve Değişim Alt Teması

Sağlıklı aileler birbirleriyle daha açık, daha sık ve doğrudan iletişime geçmektedir. Sağlıklı aile bireyleri birbirlerinin ne söylemeye çalıştığını dinler, imalarda bulunmaz ve kötü sözler sarf etmezler. Sağlıklı bir iletişime sahip olan aile üyeleri duygu, düşünce, hayaller, korku, ümit ve acı, sevinç ve ihtiyaçlarını paylaşabilirler (Canel, 2012b, s. 8). Bu çerçeve de çalışmamızda danışanlar kendileri ve eşleriyle alakalı değişim ve farkındalık yaşadıkları, bununla bağlantılı olarak ilişkilerinde de bir iyileşme olduğu görülmüştür. Danışanların, davranışının nedenlerini anlamaya başlamasının çift ilişkisini olumlu yönde etkilediği gözlemlenmiştir: "*Ben eşimi bölüyordum, eşime karşı şikâyetçiydim. Bana karşı daha sıcak davranmasını ya da daha ilgili olmasının istiyordum. Nedenini sizinle terapi yaparken anladım. Onun düşüncelerini duygularını öğrenmiş oldum. İlişkime çok şey kattı diyebilirim aslında*" (D2-Kadın). İlişkide duygusal anlamda daha esnek olma, öfkeyi yönetebilme, *"İlişkime dair iste odaklandığım noktayı değiştirince duygularımın daha esnek olduğunu fark ettim. Öfke patlamalarımın daha az olduğunu fark ettim. Bunun da ilişkimize olumlu yönde etkilediğini fark ettim*" (D9-Kadın), sağlıklı iletişim kurabilme, daha hoşgörülü olmanın, "*İlişkimizle alakalı olumlu gelişmeler oldu. Eşimin özelinde söylersem o şimdi daha sakin. Bir defa evde birbirimize karşı daha mütehammil olduk. Birbirimizi anlamaya dayalı bir iletişim süreci gerçekleştirdik ve iletişim biçimimizi değiştirmeye başladık*" (D8-Erkek) ilişkiye olumlu şekilde yansıdığı görülmüştür.

Danışanların yalnızca eş ilişkisi değil kendi kök aileleri ve eşin ailesiyle olan ilişkilerinde de olumlu bir değişim yaşandığı gözlenmiştir: "*Terapi sürecinde kendimiz ve ailemizle olan iletişimimiz olumlu bir seyir aldı. Olumsuzluktan olumlu bir seyre doğru yöneldi. Bazı alanlarda değişim konusunda karar verdik*" (D8-Erkek). Aileyle olan problemlerin çözüme kavuşması, danışanların evlilik ilişkisi yanında psikolojik sağlıklarını da olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir: *"Ailem ile eşim arasındaki problemler çözüldü ve her şeyi rayına girdi. Sadece aile problemlerim değil kendimle*

alakalı bireysel problemlerimi de konuşma fırsatı buldum. Artık kendimi yalnız hissetmiyorum açıkçası. Eskiden kendimi çok yalnız hissediyordum…" (D1-Erkek). Çiftlerin değişime birlikte karar vermesi ve çabalaması aile ortamında değişmesini sağlamıştır: "*Terapiye geldikten sonra aslında her hafta buradan çıkışımızdan sonra bir şeylerimizi değiştirmeye çalıştık. Her değiştirdiğimde bir şeylerin benim değişmemle eşimin de değiştiğini, ailemin de huzur ortamının yavaş yavaş değiştiğini gördüm bunlar güzel şeyler*" (D7-Kadın).

Çalışmaya boşanma aşamasına geldiklerinde başvuran çiftlerin terapi sonrasında evliliklerine devam etme kararı aldıkları ve ilişkilerindeki bir çok problemi çözmeyi başardıkları görülmüştür: "*Yani biz ilk geldiğimizde, sizinle görüşmeye başladığımızda çok kötüydük. Şimdi çok şükür o noktadan ilerideyiz baya. İnşallah daha ileriye de taşıyacağız*" (D5-Kadın). Boşanma kararından vazgeçen çiftler, değişime birlikte karar vermiştir:

"*Değişme karar verdik hocam. Nasıl verdik, ailemize yöneldik. Çünkü biz buraya geldiğinizde tamamen bitmişti, boşanma derecesindeydik. Yapılabilecek bir şey var mı, son noktaydı bizim için. Bu değişti hocam. Şu anda daha farklı bir yola girmeye karar verdik, evliliğimiz kurtuldu. Değişime karar verdik ve bu yolda ilerliyoruz*" (D8-Kadın).

"*Değişime kesinlikle karar verdim. İlk başlarda evliliğime dair çok kötü düşüncelerim vardı. Sonlandırmayı düşünüyordum. Bu şekilde yaşayamayacağımı düşünüyordum. Çünkü benim kafamdaki kalıplara tamamen zıt şeyler yaşamıştım. Ama daha sonrasında bunların aslında hayatta başımıza gelebilecek şeyler olduğunu, kabullenerek, bazı şeyleri unutarak ve geçmişe bir sünger çekmem gerektiğini öğrendim*" (D11-Kadın).

4.2.3. Manevi Yönelimli Aile Danışmanlığı Genel Değerlendirmelerine Ait Üst Tema

Çalışma sonunda danışanlara manevi yönelimli aile danışmanlığı modeli hakkındaki genel değerlendirmeleri, terapiyi önerip önermeyecekleri, terapide eklenecek ya da çıkarılacak kısımlar olup olmadığı sorulmuş ve terapistin genel

yaklaşımı ve yetkinliğini değerlendirmeleri istenmiştir. Bu soru grubuyla, genel hatlarıyla terapi, terapi süreci ve terapist olmak üzere üç farklı boyutla ilgili danışanlardan bilgi alınmıştır.

4.2.3.1.Bir Bütün Olarak Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı Alt Teması

Danışanlara öncelikle terapiyle ilgili genel değerlendirmeleri ve terapiyi başka çift ve ailelere önerip önermeyecekleri sorulmuştur. Danışanların hepsi terapiyi başka aile ve çiftlere önereceklerini dile getirmiştir. Danışanlar bazıları (D3-Kadın, D3-Erkek, D6-Erkek) kesinlikle önerdiklerini belirtmiştir: "*Kesinlikle bütün sorun yaşayan ailelere öneriyorum. Görüşlerim çok iyi, çok iyi bir terapi. Sorun yaşayan ailelerin tamamen yararlanacağını inanıyorum*" (D3-Erkek).

Diğer danışanlar niçin önerdiklerini terapi hakkındaki değerlendirmeleriyle gerekçelendirerek ifade etmiştir. Bu bağlamda danışanlar tarafından vurgulanan ilk nokta farklı bakış açıları kazanma ve aile ilişkilerinde değişim yaşanmasıdır. Terapistler, aile üyelerine farkındalık kazandırmaya çalışır, değişim yönünde cesaretlendirirler. Farkındalık oluşturma çalışmalarıyla, aile bireylerinin kullandığı iletişim türü, aile bireylerinin ve ailenin ihtiyaçları açık bir şekilde belirlenir. Farkındalığın artması, aile üyelerini yeni davranış ve etkileşim yolları kullanması noktasında motive edicidir (Gladding, 2015, s. 161). Bu çerçevede çalışmamızda yer alan danışanların terapiyle birlikte farklı bakış açıları kazandıklarını (D11-Kadın, D12-Kadın), bunun evlilik ve aile ilişkilerine olumlu yansımaları olduğu için terapiyi çok faydalı bulduklarını ve önerdiklerini (D4-Kadın) belirlenmiştir: "*Elimizdeki sorunlara farklı bir bakış açısıyla bakmayı öğrendik. Artık sorunları öfkelenerek ve tartışarak değil de, birbirimize anlayarak çözmeye çalışıyoruz. Bence birçok çift bunun farkında değil. Bu noktada bizi uyandırdınız. Yani bize şöyle konuşursanız daha iyi anlaşabilirsiniz derken bize dokundunuz. Artık sorunlarımızı konuşarak çözebiliyoruz. Kesinlikle öneririz*" (D1-Kadın). Danışanların terapiyle birlikte farkındalıklarının arttığı "*Ben öneririm. Süreç boyunca iyi geçti. Bilmediğimiz, düşünmediğimiz bazı noktaları düşünme fırsatım oldu"* (D6-Erkek), birbirlerini daha iyi anlayabildikleri (D7-Erkek), problemleri farklı bir gözle görüp değerlendirdikleri (D12-Kadın) bu nedenle bütün çiftlere tavsiye ettikleri belirlenmiştir.

Danışanların, terapi ile ilgili değerlendirmelerini terapide oluşan değişim ve farkındalıklar üzerinden yaptığı görülmüştür: "*Ben de öneririm. Çünkü ilk geldiğim zamanla şu anda yaşadığım duygular arasında çok fark var, çok farklı. İyileştim diyebilirim. Affetmeyi öğrendim mesela, kendime yönelmeyi öğrendim sizden. Kendime değer vermeyi tekrardan kazanmaya çalışıyorum sizin sayenizde. Bana çok etkisi oldu açıkçası*" (D8-Kadın). Kendilerinde görmüş oldukları değişim ve iyileşmeden hareketle terapiyi, olumlu değerlendirmişlerdir: "*Öncelikle ben öneririm. Biz buraya ilk geldiğimiz zaman büyük bir takım olaylar yaşamış, kriz halinde geldik. Geldiğimiz noktada da ciddi manada yükümüzü, adeta üzerimizdeki ağır yükleri bırakmış olarak bu noktaya kadar geldik. Öneririz*" (D8-Erkek).

Çalışmanın başında terapiye başlama **"***İnsan gideyim mi gitmeyeyim mi diye bir tedirginlik yaşıyor. Buraya geldiğimden beri arkadaşlarıma tavsiye ediyorum. Gitmeleri gerektiğini, anlatmaları gerektiğini söylüyorum."* (D12-Kadın) ve etkililiğiyle ilgili şüphe duyan "*Terapiye başladığımız zaman, hatta merdivenlerden size doğru yürürken işe yaramayacağını düşünüyorduk ama bir deneyelim dedik. Daha sonra ise gelecek seansları iple çektik. Gerçekten çok faydalandık ve şiddetle tavsiye ederiz* "(D1-Erkek) danışanların çalışma sonunda çok memnun kaldıklarını ve başkalarına da tavsiye ettikleri görülmüştür.

Terapiyle ilgili genel değerlendirmeleri yaparken danışanlar olumlu değerlendirmekle birlikte çiftlerin sorun yaşama başladıkları ilk dönemlerde başvurması gerektiğini ifade etmişlerdir. Araştırmalar, evliliğin 1-5 yılları arasında problem yaşadıkları için aile danışma birimine başvuran çiftlerin sayısının fazla olduğunu ortaya koymuştur. Evlilik yılının artmasıyla birlikte başvuru sayısı da azalmaktadır. Yine, 2016 TÜİK verileri de ülkemizde en çok boşanmanın %39,6 evliliğin ilk beş yılı içerisinde gerçekleşmektedir (Ercan, 2017, s. 78). Çalışmamızda da ilgili verileri destekleyen bir sonuç ortaya çıkmıştır. Danışanlar, terapiye evliliğin daha erken dönemlerinde sorunlar ortaya çıktığında gelinmesi gerektiği "*Keşke daha önce tanışsaymışım. Öneririm herkese. Her ailenin akıl danışabileceği biri olmalı hayatında diye düşünüyorum. Aileler bazen her şeyin içinden çıkamıyor*"(D9-Kadın), erken gelindiği takdirde sorunların büyümeden ve çiftleri yıpratmadan çözülebileceğine inandıkları

belirlenmiştir: "*Kesinlikle öneriyorum ama evliliğin ilk yıllarında olması gerek. Benim evliliğimin 17. yılında olduğu için sorunlarım bayağı birikmiş durumda ve tedavisi zor oluyor. Ama sorunlarımın başladığı an bir aile danışmanına ya da psikoloğa gitmiş olsaydım şu an bu kadar yıpranmış olmazdım. İlişki ve evliliğimde bu kadar sorun yaşamazdım*"(D10-Kadın).

Danışanların terapiyi değerlendirirken vurguladığı ikinci nokta terapide yer alan maneviyat boyutudur. İlk kez kendi dini referanslarının yer aldığı bir terapi modelinin içinde olmanın danışanların ilgisini çektiği ve terapiyi bu yönünü ön plana çıkararak değerlendirdikleri görülmüştür. Danışanlardan bir kısmı terapi modelinin içinde yer alan dini referansları görüyor olmaktan dolayı memnuniyet duyduklarını belirtmişlerdir: "*Tavsiye ederim. İnançlı insanlar için, dindar insanlar için manevi yönden yani Kur'an, sünnet ve hadislerden yola çıkarak böyle terapi yapılması etkili oluyor bence*" (D7-Kadın).

Bildikleri, aşina oldukları kaynaklarla karşılaşmak ve o kaynakları hatırlamanın danışanları etkilediği (D5-Kadın), terapide yer alan dua ve şükür uygulamalarının motive ettiği (D2-Kadın), maneviyata dair yapılan atıfların daha olumlu bir bakış açısına sahip olmalarında etkili olduğu görülmüştür: "*Hocam kesinlikle görülmesi gereken bir bakış açısı maneviyat yönünden bakmak gerekiyor. Belki bu olmadığı için göremiyoruz. Tabii bunu görmeyi sağlıyor aslında. Yani hep eksik yönleri değil de eksik olmayan daha güzel yönleri gösteriyor, gerçekten etkili yani*" (D6-Kadın). Yine model aldıkları insanların hayatlarında da problemler yaşanmış olması, problemleri konusunda yalnız olmadıkları ve problemin çözülebileceğine dair umutlarını arttırdığı belirlenmiştir: "*Örneğimiz Peygamberimiz olduğundan onunla alakalı vermiş olduğunuz örnekler, sonra Hz. Ayşe, Hz. Zekeriya, Hz. Meryem… Bizim bu günümüzde yaşadığımız şeylerin aynı şekilde peygamberlerinde hayatlarında olmuş olması beni etkiledi. Bu yeni bir şey değil, sürekli yaşanabilecek, çözülebilecek şeyler olması manasını getirdi. Bize bu mana gerçekten çok iyi oldu. Kesinlikle öneririm*" (D5-Erkek).

Terapideki maneviyat boyutunu ön plana çıkaran diğer danışanların doğu-batı kıyaslaması yaptığı görülmüştür. Psikolojiyle maneviyatın bir arada olamayacağı

düşüncesine sahip olan danışanlar, terapi sürecinde kendi maneviyatlarıyla karşılaşmış olmaktan duydukları memnuniyeti dile getirmişlerdir:*"Ben öneririm. Terapi faydalı, özellikle İslami kesimin çoğunlukta olduğu bir toplumda dini temellere dayanarak yapılması güzel. Mesela televizyonda çok aile danışmanları görüyoruz fakat söyledikleri şeyler havada kalıyor. Yani bir dini temele dayanmıyor. Fakat dini temellere dayanması çok destekleyici bir faktör olmuş*" (D4-Erkek). Yine dünya görüşlerine uymadığı düşüncesiyle Batı kaynaklı terapiye uzak duran danışanların, maneviyat yönelimli aile danışmanlığını daha kolay kabul edip, içselleştirdikleri görülmüştür: **"***Zaten muhafazakâr bir aile olduğumuz için biraz daha materyalist düşünceden uzak olması ve böyle bir destek almamız daha güzel oluyor bizim için. Dünya görüşümüze, bize uzak olan şeylerin kabul edemeyeceğimizi görüyoruz hayatımızda. Bu durumda zaten Doğu toplumu, Batı toplumu ayrımı yapılırken onların maddiyata değer verdiği maneviyatın çok önemli olmadığını görüyoruz. Maneviyatın olması iyi oldu bizim için*" (D2-Erkek).

4.2.3.2. Terapistin Yaklaşımı, Dini-Manevi Değerleri Aktarması Alt Teması

Terapi ile ilgili genel değerlendirmeleri belirlerken terapinin yapısı kadar terapistin genel yaklaşımını da değerlendirmek gerekmektedir. Danışanların terapistin tutumu, manevi değerleri aktarmadaki yetkinliği ve kullandığı metotların etkisiyle ilgili yapacağı değerlendirmeler hem mevcut çalışmanın etkililiğini anlamak hem de daha sonra yapılacak olan çalışmalara kaynaklık etmesi açısından önemlidir. Bu bağlamda danışanlara, terapistin genel tutumu, manevi değerleri aktarmadaki yetkinliği ve kullandığı metotlarla ilgili değerlendirmeleri sorulmuştur. Yapılan analizlerde cevapların*, terapistle kurulan bağ, olumlu yönelimli hedef oluşturma ve ümit verme ile manevi değerleri bilmesi* olmak üzere üç başlık altında toplandığı görülmüştür.

Danışanların bir kısmı (D1-Kadın, D2-Kadın, D10-Kadın, D12-Kadın) terapistin yaklaşımını değerlendirirken kurmuş oldukları bağ ve ilişkiden yola çıkarak değerlendirme yapmışlardır. Terapötik ilişki aile terapisinin temelini oluşturmaktadır. Terapist ile danışanlar arasında yeterli iş birliği olduğu sürece müdahale yöntemleri başarılı olmaktadır. Araştırmalar terapinin fayda sağlaması noktasında, terapötik iş birliğinin terapi tekniklerinden kaynaklanan farklılıklardan daha fazla fayda sağladığını

ortaya koymaktadır. Güçlü bir terapötik ilişki kullanılan terapi tekniklerinden daha etkilidir. Terapi sürecinde terapistler, güçlü modeller, zorlu tekniklere odaklanırken, danışanlar terapist-danışan arasındaki ilişkiye odaklanmaktadır (Lebow 2019, s. 116; Akbaş, ve Özabacı, 2019, s. 31)

Çalışmamızda da danışanlar benzer şekilde terapist-danışan arasındaki ilişkiye odaklanmışlar ve terapistin yaklaşımını bu noktayı vurgulayarak değerlendirmişlerdir: "*Bir ömür size gelebilirim, sizinle sohbet etmek için. Yani o kadar iyi geldiniz ki bana anlatamam size. Çok çok teşekkür ederim. İyi ki varsınız hocam*" (D8-Kadın). Danışanlar, terapist tarafından anlaşıldıklarını hissetmiştir. **"***Bizim için her şey çok güzeldi. Sanki bizimle yaşıyor musunuz gibi geldi. O kadar iyi anlıyorsunuz ki. O kadar yerinde konuşuyordunuz ki ister istemez bir şeyler alıyorduk…"*(D1-Kadın). Terapistin tek bir sorun alanıyla ilgili çalışma yapmayıp aileyi bütüncül bir bakış açısıyla ele alması (D5-Kadın) danışanların vurguladığı diğer noktadır: "*Her konuda, eşim konusunda, çocuklar konusunda her açıdan elinizden gelenin fazlasını yapmaya çalıştığınız. Teşekkür ederiz. Bu bir veda konuşması gibi oldu. Biz sizi bırakmak istemiyoruz*" (D2-Erkek).

Terapistin yaklaşımını değerlendirirken danışanların dikkat çektiği bir diğer nokta rapporttur. Raport kurma, terapist ve danışanın ilk temasıyla başlar ve terapi süreci boyunca devam eder. Aileye katılımın gerçekleştiği bu aşama terapist-danışan arasında kurulan güven ve bağ danışanın terapiye devam edip etmeyeceğini belirleyen önemli bir faktördür (Nazlı, 2018, s. 285; Gladding, 2015, s. 149). Danışanlar, terapistle kurulan sıcak ilişki ve duydukları güvene dikkat çekmiştir: "*Sizin o güler yüzünüz yeterli gerçekten. Mesela ben size sorunlarla geliyorum, siz beni o güler yüzle karşılıyorsunuz ve bunları birlikte konuşuyoruz. Bütün bunları güler yüzlü anlatıyorsunuz ya o bile yetiyor. Ben sizden razıydım Allah sizden razı olsun. Bir insanın size rahatlıkla her şeyini anlatabileceği bir insansınız. İnsana o güveni veriyorsunuz*" (D10-Kadın).

Raport kurma hem sözel hem de sözel olmayan yollarla oluşturulur. Sıcak, arkadaşça bir ses tonu, ilgili ve saygılı bir yaklaşım, aileyi dikkatlice dinleme, onların dili ile konuşma raport kurulmasını kolaylaştıran faktörlerdendir. (Nazlı, 2018, s. 286).

Çalışmamızda, danışanlar terapistle kurdukları sözel olmayan raporta da değinmiştir: **"***Sizinle konuşurken sizin konuşma tarzınız olsun, ses tonunuz olsun, beni daha rahatlatıyor, daha sakinleştiriyor. Siz, daha sakin bir dilin olduğunu hissettiriyorsunuz bu süreç içinde*" (D12-Kadın). Terapistle kurdukları bağ danışanları rahatlatmıştır*: "O güzel duygular, konuşmalarınız, rahatlatmalarınız iyi geldi. Bu tamamen sizden kaynaklı bizi rahatlattınız. O enerjiniz gerçekten çok güzeldi. Hatta sizi özledik göremediğimiz zamanlarda. İlginiz, alakanız, enerjiniz için çok çok çok teşekkür ederiz. Sizin yeriniz bizim hayatımızda ayrı. Çok büyük bir yeriniz oldu*" (D5-Kadın).

Terapistin kullandığı teknikler ne olursa olsun danışanın terapistin onun yanında olduğunu ve onu anladığını hissetmesi çok önemlidir (Lebow, 2019, s. 120). Çalışmamızda danışanların bu konuya da dikkat çektiği görülmüştür: "*Ben çok memnun kaldım. Bunu söyleyeceğim yani. Her sorunumuz da yanımızda oldunuz, cevabınız oldu. Her konuda, sadece dini olarak söylemiyorum. Mesleğinizin ehlisiniz. her konuda yardımcı oldunuz. Cevapsız kalmadınız, ondan sonra duyarsız kalmadınız. Ben memnun kaldım. Teşekkür ederim. Elinizden gelenin fazlasını yapmaya çalıştınız*" (D2-Kadın). Başka bir danışan terapistin gösterdiği özveriye dikkat çekmiştir: "*Elinizden gelenin fazlasını yaptınız. Gece saat 12'ye geliyor. Hafta içi, kandil gecesi farklı farklı çalışmalarınızın olmasına rağmen bize vakit ayırdınız. Yani bunlar sizin mesleğiniz için yaptığınız fedakarlığı da gösteriyor*" (D2-Erkek).

Terapistin danışanlarla yüzeysel bir ilişki kurmaması "*Kesinlikle çok başarılı buldum. Daha önce de çocuklarım için birkaç uzmanla görüşmüştüm. Bitsin de çıksınlar modundalardı. Olur, böyle de şöyle de dediler ve somut bir şey söylemediler bize. Bu konuda gerçekten başarılı buluyoruz sizi*" (D9-Kadın), etkin dinlemesi dikkat çekilen diğer noktalardır: "*Çok memnun kaldık. Sabırla bizi dinlediğiniz ve gayret ettiniz. Çok da emek verdiniz bize, Allah razı olsun. Ben çok memnun oldum sizin gibi biriyle tanıştığımız için*" (D4-Kadın). Boşanma aşamasında terapiye dahil olan D4-Erkek ve eşi seans sırasında ciddi bir tartışma yaşamışlar ve terapi süreci krize müdahale gerektirdiğinden uzamıştır. Çalışmanın sonunda boşanma kararından vazgeçip problemleri için çalışan çift terapistin kriz anındaki yaklaşımını vurgulamıştır: **"***Ben olumlu değerlendiriyorum hocam. Bizim gibi bir aileyi bile sabırla dinlediniz*

(Gülüyor). Hatta dün yaşadığımız krizden sonra baygınlık falan geçirmiş olabilirsiniz diye düşündük. Emek harcamanız ve bize vakit ayırmanız çok güzeldi" (D4-Erkek).

Pek çok aile, terapi sonrasında daha iyi bir noktada olacaklarına dair güvence almaya ihtiyaç duyarlar (Nazlı, 2018, s. 296). Terapistin gerçekçi ve ulaşılabilir hedefler belirlemesi ve danışanlarını bu hedeflere yönlendirmesi terapinin etkiliği için oldukça önemlidir. Bu bağlamda danışanlar terapisti değerlendirirken yapmış olduğu müdahaleleri vurgulamıştır: "*Yönlendirmeleriniz her zaman doğru ve mantıklı geldi. Uyguladığım noktaları oldu uyguladıklarımın da faydasını gördüm… En basit örnekle küslük. Sizinle kurduğum ilişkiye 1 ile 10 arası puan versem 10 derim*" (D13-Kadın). Son olarak danışanlar terapistin yapmış olduğu müdahalelerde yetkin olduğunu ifade etmiştir: *"Konuştuklarımızı gerçekten yaptığımda bir şeylerin rayına girdiğini gördüm. Sinirli olduğum zamanlarda özellikle bana yaptınız öneriler çok iyi geldi. Bunlar çok hoşuma gitti. Bilgilerinizin yeterli olduğunu hissettim ve ileride daha büyük bir sorunum olursa aklıma ilk siz geleceksiniz"*(D-12).

Terapistin yaklaşımı hakkında yapılan değerlendirmelerde son olarak terapistin maneviyatı terapiye entegre etmedeki yetkinliği ve yaklaşımı ele alınmıştır. Dindar bireylerin psikologlar tarafından inançlarının yanlış anlaşılacağı ve tenkit edileceği düşüncesi, psikolojik sorunu olan pek çok insanın dini danışmanlara başvurması, danışanların terapide psikolojik sorunları kadar dini noktadaki sorunları da konuşma isteği terapistlerin bu noktada duyarlı olmalarını gerekli kılmaktadır (Genia, 1999, s. 78-79). Çalışmamızda en önemli özelliği olan maneviyat boyutu danışanlar tarafından da ön plana çıkarılmıştır. Terapide yer alan manevi yaklaşımın kendilerine iyi geldiğini ve terapistin manevi değerleri aktarma noktasında yetkin olduğunu hissettiklerini belirtmişlerdir: "*Bu konuda (maneviyat/din) bilginiz vardı, hassasiyetiniz de vardı Allah için ve ihtiyaç duyduğumuzda sizin konuşmanız doyurucu bir konuşmaydı. Sorup da cevap alamadığımız bir şey yoktu… Altyapı vardı. Dini yönden, ilmi yönden doyurucuydu cevaplar aldık*" (D7-Erkek). Danışanların psikoloğun manevi boyutu bilip terapilere dahil etmesini bir gereklilik olarak gördüğü belirlenmiştir: "*Değerlendirmem tamamen olumlu… Bir psikoloğa gidiyorsak, terapistin bizim özelimizi, manevi değerlerimizi bilmesi gerektiğini düşünüyorum*" (D3-Erkek).

Terapistin maneviyat boyutuyla ilgili girişimleri, danışanların bilmediklerini öğrenme ve unuttuklarını tekrar hatırlamalarında etkili olduğu görülmüştür: *"...Manevi bakış açınız ise zaman zaman bilmediğiniz şeyleri fark ettirdi, öğretti. Zaman zamanda bilip uygulamadığımız şeyleri hatırlattı. Okuduğu bölümün hakkını veren birisiniz ve biz sizi çok sevdik. Aileye, yani bize dokunabildiniz*" (D1-Erkek). Danışanların, maneviyat boyutuyla ilgili yapılan müdahalelerden daha çok etkilendiği ve kabul noktasında daha gönüllü oldukları belirlenmiştir: "*Ben kendi adıma her anlamda çok etkilendim. Yeri geldi Peygamber Efendimizin hadisiyle yola çıktık. Belki başka bir kişinin sözü etkilemez ama dinimiz, Peygamber Efendimizin sözleriyle, hadisleriyle daha çok etkilendim ve farkına varmam daha kolay oldu*" (D3-Kadın). Terapistin, maneviyat boyutunu terapötik bir dille, danışanın ihtiyacı ve zamanlamaya dikkat ederek sunması da danışanlar tarafından ifade edilmiştir: "*Müslüman olduğumuz için dini değerlerin birisi tarafından bilinmesi çok iyi geldi ve bazı laflar cuk diye oturur ya yerine, konuşmalarınız öyleydi ve tam zamanında söylenmesi etkili oluyordu. Bu da güzel sonuçlar doğuruyor…"* (D7-Kadın).

Daha öncede belirtildiği gibi danışanlardan bazıları (D1-Erkek) maneviyat boyutunu Doğu-Batı kıyaslaması yaparak değerlendirmektedir (Bkz: sayfa, 240). Benzer şekilde, terapistin maneviyat boyutuyla ilgili yaklaşımını psikoloji ve din arasındaki uzaklığa değinerek değerlendirenler olmuştur: "*Size gelmeye ilk karar verdiğim zaman (psikolog olmanın yanı sıra) ilahiyatçı olmanız, ilahiyat bölümünde çalışıyor olmanız benim için artı bir şeydi. İster istemez toplumumuzda, ailemizde psikologlara karşı bir önyargı var. İşin içinde dini boyut girdiği zaman biraz daha yumuşak bakmamızı, biraz daha rahat gelmemizi sağlıyor"* (D5-Erkek). Başka bir danışanda benzer şekilde psikologların maneviyatı terapiye dahil etmediklerini vurgulayarak, terapistin bu yaklaşımın daha etkili olduğunu söylemişlerdir: *"...(Dini) az çok bilen var bilmeyen var ama biz bildiğimizde de unutuyoruz. Bunu hatırlatmamızın tabii ki çok faydası oluyor. Böyle düşünmek çok daha güzel oluyor. Ben hatta eşime bunu demiştim, normal bir psikolog bunları söylemez. Bu ekstra kalbimize dokunuyor daha bir kalpten düşünüyoruz*" (D5-Kadın).

Terapistin, manevi boyutu ele alması danışanların anlaşıldıklarını hissetmeleri ve rahatlamalarına yardım etmiştir: "*Kesinlikle çok daha rahat ve mutlu hissettim. Çünkü dini duygularıma karşı olan birisi ile muhatap olsaydım öncelikle beni anlamazdı. Çünkü benim yaşadığım problemin temelinde bu duyguların dışına çıkılması vardı. Bu şekilde anlaşmamız zaten zor olurdu ve kendimi ifade edemezdim. Anlaşılmadığımı düşünür açıkçası çok da devam etmek istemezdim. Bu şekilde çok iyi ve olumlu olduğunu düşünüyorum*" (D11-Kadın). Danışanlar son olarak, terapistin manevi boyutu bilmesi ve terapiye yansıtması arasındaki uyuma dikkat çekmiştir. Bilgi ve yaklaşım arasındaki uyum danışanların kendini güvende hissetmesini sağlamıştır:

"*Ben ilk geldiğimde tamam tavsiye üzerine geldim ama insan şunu düşünüyor yani acaba feminist bir kadın mı? Dini değerleri bir ateistte biliyor. Hani bu manada ifade ve yaklaşımınızın ne kadar örtüştüğünü de insan süreç içerisinde gözlemliyor. Bu da yavaş yavaş artık gardınızı indirmenize, güvenmenize vesile oluyor… Dini-manevi değerleri bilip bunları kullanmanız güzel geldi"* (D8-Erkek).

4.2.3.3. Terapi ile İlgili Öneriler Alt Teması

Danışanların, maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelini nasıl buldukları, terapi teknik ve yöntemleri, terapinin içeriği, uygulanma şekli, danışanlarla kurulan ilişki noktasında değerlendirmelerinin alınması terapi modelinin gelişmesi noktasında önem arz etmektedir. Bu bağlamda danışanlara "*Terapide değiştirilecek, çıkarılacak ya da terapiye eklenmesi gereken şeyler var mı? Varsa önerileriniz neler*?" sorusu yöneltilmiştir.

Danışanlardan bir kısmı terapiye eklenmesi ya da değiştirilmesi gereken herhangi bir şey olmadığını, terapistin her şeyi detaylı bir şekilde yaptığını, (D10-Kadın), her şeyin istedikleri şekilde olduğunu (D12-Kadın) ifade etmiştir. Danışanlar, eklenecek bir şey olmadığını söylemenin yanında terapiyle ilgili memnuniyet ve temennilerini dile getirmiştir: **"***Her şey çok güzeldi teşekkür ederiz. Dileğimiz daha çok aileye ulaşabilmeniz. Sizden tek isteyeceğiniz şey bunun bir çalışma olarak kalmaması. Daha çok aileye ulaşmanız*" (D2-Erkek). Terapide yer alan maneviyat boyutuyla ilgili memnuniyetlerini dile getirmişlerdir: "*Bence gayet iyiydi. Hatta dediğim gibi dini noktalarında işin içine katılması beni gerçekten çok memnun etti…*" (D11-Kadın).

Boşanma aşamasında terapiye katılan ve süre sonunda evliliğe devam kararı alan D4-Kadın, terapiden memnuniyetini bireysel süreçlerini dikkate alarak cevaplamıştır: "*Ben genel olarak memnun kaldım. En azından hayatında ilk defa 'Seni anlıyorum.' diyen birisi olduğu için. Hiçbir şey olmasa ve değişmese bile bu beni daha çok memnun etti. Başka bir şey olmasa, hiçbir şey düzelmese bile sonunda beni anlayan birisi çıktı hayatımda*" (D4-Kadın).

Terapiye dair önerilerini dile getiren danışanların cevapları analiz edildiğinde danışanların terapiye dair önerilerini *maneviyat boyutuyla ilgili öneriler, terapi yapısıyla ilgili öneriler, mekânsal özelliklerle ilgili öneriler* olmak üzere üç başlık altında toplamak mümkündür. Danışanlar (D1-Kadın, D2-Kadın, D2-Erkek, D3-Erkek) tarafından vurgulanan ilk öneri terapideki maneviyatın daha yoğun bir şekilde terapide yer alması gerektiğidir. Çalışmamızda, yarı yapılandırılmış bir model uygulanmış ve her seansa maneviyat dâhil edilmiştir. Bazı danışanların seanslarda maneviyata dair daha çok şeyin olmasını istemeleri, maneviyata dair konuları konuşma ihtiyaçlarını ya da bu yolla yapılan terapötik konuşmaların kendilerini daha iyi hissetmelerini sağladığı şeklinde değerlendirilebilir: "*Din ve maneviyata biraz daha ağırlık verilmesi gerektiğini düşünüyorum. Önereceğim şeyler bunlar*" (D3-Erkek). Terapide yer alan maneviyatın kendilerini etkilediği için daha yoğun olmasını istemişlerdir: "*Terapideki maneviyatı daha çok güçlendirebilirsiniz. Çünkü maneviyat ve terapide maneviyatın olması bizi çok etkiledi. Bunun dışında değişmesi gereken bir şey yok"* (D1-Kadın). Terapideki dua ve şükür ödevleri yanında dini sohbetin yer almasını istedikleri görülmüştür: "*Ben de çok memnunum. Siz bir haftalık dua ödevlerini daha kapsamlı hale getirebilirsiniz. Daha fazla mesela haftaya değil de, bir hafta sonra eşler açısından dini sohbetler olabilir. Yani dini birazcık daha da fazla katabilirsiniz*" (D2-Kadın). Diğer danışan Doğu-Batı kıyaslaması yapmış ve maneviyatın yer almasıyla kendi köklerine dönmeyi ilişkilendirmiştir: *"...Psikoloğum diyen insanlar (maneviyat ve dini) yıllarca insanlardan uzaklaştırmaya çalıştı. Nedir Batı medeniyetine yakın olmak için bunu yaptılar. Ama bu tamamen bizim dışımızda ve insanımıza kötülük yaptılar. Batı medeniyetinin aile kavramı ortada. Aslımıza dönmemiz gerek ve gerçek manada terapide maneviyat ve dinin daha çok yer almasını istiyorum*" (D2-Erkek).

Danışanların ikinci olarak terapi yapısına dair önerilerde bulundukları görülmüştür. Terapideki ev ödevlerinin daha yoğun olması, "*Ev ödevlerinin daha yoğun olmasını isterdim. Bu konuda şöyle davranmalısın gibi daha böyle somutlaştırarak sunulabilir*" (D9-Kadın), terapide daha çok aktiviteye yer verilmesi *"Bazı somut örnekler, bazı oyunlarla birlikte insanların bakış açısını değiştirecek uygulamaların eklenmesini istiyorum. Aktivitelerin olmasını istiyorum. Ben hatırladım şimdi ikimizin ellerini tutturmuşsunuz ve ellerimizi çektiğimizi söylemiştiniz. Bu benim üzerimde etkili olmuştu. Çok kısa bir şeydi ama etkiliydi. Bunun gibi daha fazla şeylerin olmasını istiyoruz*" (D7-Kadın), 90 dakikalık terapi süresinin daha uzun olması "*Sanırım süre yeterli olmuyordu bizim için. Anlatılacak daha çok şey var aslında diyordum mesela. Haftaya olunca da başka konular ekleniyordu bu şekilde*" (D3-Kadın) ve son olarak zaman zaman bireysel seansların yapılmasını istedikleri görülmüştür: **"***Diyelim 8 seans ise bu 8 seanstan bir tanesinin birebir olması. İki kişiyle aynı anda olmaması, birisi olunca bazı noktaları daha rahat ifade edemiyor olabilir*"(D7-Erkek).

Danışanların son olarak daha çok mekânsal koşulların iyileştirilmesi gerektiği üzerine durdukları görülmüştür: "*Yönetimin size daha güzel bir yer vermesi gerekiyor. Çok kıymetli bir iş yapıyorsunuz Ama bu oda şartları itibarıyla çok da uygun değil".* (D8-Erkek). Terapi odasının daha canlı olması "*Bence mekan değişikliği olabilir, eğer yapabilirseniz diye düşünüyorum. Hatta biraz daha canlı bir ortam olabilir. Bu kadar aklıma başka bir şey gelmedi*" (D6-Kadın) çiçek gibi detaylarla daha sıcak bir ortam haline getirilmesini istedikleri görülmüştür: *Mekân değişikliği yapsanız daha iyi olur, yapabilirsiniz. Bir de çiçek alın. Bu kadar*." (D6-Erkek).

4.3. MANEVİYAT YÖNELİMLİ AİLE DANIŞMANLIĞI NİCEL VE NİTEL BULGULARIN İLİŞKİLENDİRMESİ

Bu başlık altında daha önceki kısımlarda yer verilmiş olan nicel ve nitel bulguların birbiriyle ilişkili olduğu kısımlar ele alınmış ve bulgular alanyazında yer alan ilgili çalışmalar ışığında değerlendirilmiştir. Çalışmamızın nicel analiz kısmında kullanılan Evlilik doyum Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Aile Ortamı Ölçeğiyle elde edilen bulguların nitel analiz kısmında elde edilen bulgularla büyük oranda örtüştüğü nicel ve nitel kısımların birbiriyle uyumlu olduğu görülmüştür.

Evlilik Doyum Ölçeğinin (EDÖ) toplam puanından elde edilen veriler çalışmaya katılan danışanların evlilik doyumlarında anlamlı bir farklılık olduğunu (z=-3.716, p<0.001). ortaya koymuştur (bkz. Tablo 12). Nitel kısımdan elde edilen bulgular da çiftlerin evlilik doyumlarında bir artışın olduğunu "*Yani biz ilk geldiğimizde, sizinle görüşmeye başladığımızda çok kötüydük. Şimdi çok şükür o noktadan ilerideyiz baya. İnşallah daha ileriye de taşıyacağız*" (D5-Kadın), eşler arasındaki ilişkinin olumlu hale geldiği görülmüştür: "*Eşime daha şefkatli, sevecen, anlayışlı davranmam gerektiğini anladım*" (D7-Erkek). Hatta boşanma kararıyla gelen çiftlerin çalışma sonunda evliliklerine devam kararı aldığı gözlenmiştir: "*Değişme karar verdik hocam. Nasıl verdik, ailemize yöneldik. Çünkü biz buraya geldiğinizde tamamen bitmişti, boşanma derecesindeydik. Bu değişti hocam. Şu anda daha farklı bir yola girmeye karar verdik, evliliğimiz kurtuldu*" (D8-Kadın). Başka bir ifadeyle manevi yönelimli aile danışmanlığının çiftlerin evlilik doyumlarını geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu hem nicel hem de nitel bulgularla ortaya konmuştur.

EDÖ'nün alt boyutlarından olan Evlilik Uyumu alt ölçeği puanları arasında deney grubu lehine anlamlı bir farkın olduğu (z=-3.660, p<0.001) bulgulanmıştır (bkz. Tablo 13). Nicel kısımda elde edilen bulguların nitel bulgularla uyumlu olduğu görülmüştür: "*Terapi sürecinde kendimiz ve ailemizle olan iletişimimiz olumlu bir seyir aldı. Olumsuzluktan olumlu bir seyre doğru yöneldi.*" (D8-Erkek). Terapi süreci çiftler eşlerini anladıkları "*Terapi sürecinde eşimi biraz daha anlamayı başardım. Onun dilinden hareketlerini doğru bir şekilde anlamak için acele etmemek gerekiyormuş. Yanlış anladığım şeyleri doğru anlamak için ne yapmam gerekiyor bunları anladım*" (D7-Erkek), ve onlar tarafından da anlaşıldıklarını dile getirmişlerdir: "*Kendimi anlatamıyordum. Ama bu süreçte Allah'a şükür beni daha anlayışla karşılıyor ve daha az küsüyor. Bunun faydasını gördüm*" (D2-Erkek). Anlamak ve anlaşılmak çiftler arasındaki çatışmayı azaltmış ve evliliklerinde artan uyum nicel verilerle de ortaya konmuştur.

Evlilik doyumuyla yakından ilişkili olan diğer kavramda evlilik uyumudur. Çalışmamızda yer alan EDÖ ölçeğinin alt boyutlarından biri evlilik uyumunu

ölçmektedir. Şener (2002, s. 150) yaptığı ilişkisel çalışmada eşler arasında benzerlik, ortak katılım, paylaşım, ilişkiyi yeterli bulma derecesi arttıkça çiftlerdeki uyumun arttığını ortaya koymuştur. Şendil ve Korkut (2018, s. 29-30) araştırmasında çocuk sayısı arttıkça evlilik çatışmasının arttığı ve çift uyumunun azaldığı, ekonomik durumu iyi olması ve eğitimin artmasıyla birlikte çatışmanın azalıp çift uyumunun arttığı belirtmiştir. Fidanoğlu (2006, s. 176), evlilikte ayrı kalınan süre, mizah özellikleri, yaş ve kaygının evlilik doyumunu etkilediği görülmüştür. Olumlu mizah özelliği olan çiftlerin evlilik uyum düzeyinin yüksek olduğu bulunmuştur

Daşcı Kılış (2020, s. 71), mutluluk ve iyi oluşun evlilik uyumunu yordadığı görmüştür. Yine depresyon, kaygı ve evlilik uyumu arasında ilişki bulunmazken, empati, duygusal farkındalık, duygusal zeka, duygusal denge arasında pozitif bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Kara (2013, s. 70, 77), çatışma çözme yaklaşımları açısından kadınların duygusal ifadeleri ve sözel davranışları daha fazla sergilediği, erkeklerin öfke ve üzüntülerini kadınlara göre daha saldırgan tarzda ifade ettiği görülmüştür. Yine, nedensel yükleme (olumsuz davranışları eşin değişmez özelliklerinde, kişiliğinde ve diğer alanlarda geçerli görme) ve sorumluluk yükleme (suçlamaya değer görme) davranışları arttıkça çift uyumunun azaldığı görülmüştür.

Yapılan analiz sonucunda EDÖ'nün öfke alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($z=-2.606$, $p<.009$) ortaya çıkmıştır (Bkz: Tablo-14). Benzer şekilde yapılan nitel analizde de çiftlerin birbirine duydukları öfkede azalma olduğu gözlenmiştir: "*Önceden konuşmaya başlayınca öfkeli başlıyordum. Özellikle tartıştığımız konuları konuşmaya başladığımda öfkeli oluyordum… Ben öfkelenmediğim için eşim de öfkelenirdi ve bu şekilde devam ederdi. Ama artık böyle değil* " (D1-Kadın). Yine öfke düzeyinde yaşanan azalmanın evliliklerini olumlu yönde etkilediği gözlenmiştir: *"Öfke patlamalarımın daha az olduğunu fark ettim. Bunun da ilişkimize olumlu yönde etkilediğini fark ettim*" (D9-Kadın). Özetle, elde edilen nicel ve nitel bulgular birlikte değerlendirildiğinde maneviyat yönelimli aile danışmanlığının çiftlerin öfke düzeyinin azalmasında etkili olduğu söylenebilir.

EDÖ'nün diğer bir alt boyutu olan eşin ailesiyle iletişimde de istatistiksel olarak olumlu yönde anlamlı bir fark olduğu ($z=-2.375$, $p<.018$) tespit edilmiştir (bkz.

Tablo:15). Benzer şekilde nitel bulgularda çiftlerin eşin ailesiyle olan iletişimin daha sağlıklı hale geldiği "*Mesela eskiden kayınvalideme gitmemeyi tercih ediyordum ama artık gideyim diyorum.*" (D1-Kadın), eşin ailesiyle geçmişte yaşanan problemleri aşabildikleri gözlenmiştir: "*Ailem ile eşim arasındaki problemler çözüldü ve her şeyi rayına girdi.*" (D1-Erkek). Yine çiftlerin kendi aileleriyle olan iletişimin de geliştiği gözlenmiştir: "*Terapi sürecinde kendimiz ve ailemizle olan iletişimimiz olumlu bir seyir aldı. Olumsuzluktan olumlu bir seyre doğru yöneldi. Bazı alanlarda değişim konusunda karar verdik*" (D8-Erkek). Başka bir ifadeyle maneviyat yönelimli aile danışmanlığının çiftlerin hem kök aileleri hem de eşlerinin ailesiyle olan ilişkilerinin gelişmesinde etkili olduğu söylenebilir.

EDÖ'nün ebeveynlik alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu ($z=-2.413$, $p<.016$) tespit edilmiştir (bkz. Tablo:17). Nitel analizlerde de çiftlerin ebeveynlik anlayışlarında bir değişim olduğunu *"Bu hafta çocuklara karşı daha esnektim. Hadi ders çalış, hadi bunu yap niye çok sık hatırlatma yapmadım, daha sakin bir haftaydı*." (D9-Kadın), çocuklarıyla ilişkileri noktasında farklı bakış açıları kazandıkları "*Çocuklarıma nasıl davranmam gerektiğini sizin söylemlerinizle davranışlarımın nasıl olması gerektiğini öğrendim. Siz anlatırken ben de bu şekilde kafamdaki yanlış şeyleri görmüş oldum. İlişkime çok şey kattı diyebilirim aslında*." (D2-Kadın), çocuklarla ilgili zorlandıkları süreçleri daha kolay yönetebildikleri *"Çocuk konusunda bana destek olmanız çok iyi geldi. Zor bir şekilde atılabilecek bir süreci daha kolay anlatabildik*" (D1-Kadın) gözlenmiştir. Kısacası, yapılan analizler sonucunda danışanların ebeveynlik anlayışına yönelik tutumlarında olumlu yönde bir gelişme gözlenmiş bu bağlamda nitel ve nicel sonuçların birbiriyle uyumlu olduğu görülmüştür.

Alan yazında evlilik doyumu ve evlilik uyumu ve evlilik ilişkisini geliştirmek üzere yapılmış olan çalışmalar mevcuttur. Türkiye'de, evlilik doyumuyla ilgili az sayıda deneysel çalışma yapılmıştır. Canel, (2007, s. 9) yaptığı deneysel grup terapisi çalışmasında ailede problem çözme becerisi geliştirme yoluyla katılımcıların evlilik doyumunu arttırmayı amaçlamıştır. Çalışma sonucunda evli bireylerin evlilik doyumu, evlilik uyumu, evlilik ilişkisinden duyulan mutluluk, kendine güven ve eşe duyulan yakınlıkta anlamlı bir artış gözlenmiştir. Yine eşe karşı duyulan öfkede anlamlı bir

azalma olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmaların büyük çoğunluğu ilişkisel çalışmalardır. Demirbilek, (2016, s. 119) eklektik bir yaklaşımla evliliklerinde sorun yaşayan bir aileyle dokuz görüşme yapmıştır. Farkındalık arttırma, geri bildirim, yansıtma, ev ödevleri tekniklerini kullanarak iletişimleri olumlu yönde geliştirilmiş, aile işlevlerini daha sağlıklı hale getirilmiştir.

Hünler ve Gençöz'ün (2003, s. 103) yaptığı çalışmada çiftlerin boyun eğici davranışlarındaki artışın, algılanan problem çözme becerisinde azalmaya neden olduğu ve buna bağlı olarak da evlilik doyumunun düştüğü görülmüştür. Parlar ve Akgün (2018, s. 11) bilinçli farkındalık düzeyi, problem çözme becerileri ve evlilik doyumu arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğu ve evlilikte problem çözmenin evlilik doyumunu arttırdığını ortaya koymuştur. Hatipoğlu'nun (19393, s. 73) yaptığı çalışma da ise evlilikteki çatışma düzeyi arttıkça evlilik doyumunun her iki eş için de azalmıştır. Vural Batık ve Kalkan (2017, s. 2641) çalışmasında evlilikteki doyumu, ekonomik durum ve evlilik süresinin evlilikteki sorun çözme becerilerini etkilediğini ortaya koymuştur.

Alan yazında evlilik doyumuyla ilişkili olabileceği düşünülen pek çok kavram/faktör ele alınmıştır. Kabasakal ve Soylu (2016, s. 211) eş desteği ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki, Günay (2007, s. 64) evlilik doyumu ve nedensellik yüklemeleri ve Erdinç (2018, s. 77) evlilik doyumu, yaşam doyumu ve cinsel doyum arasında anlamlı ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Kublay ve Oktan (2015, s. 31) evlilik uyumu ile maneviyat, fütüvvet, özgürlük, romantik değerler, onur, entelektüel, kariyer ve toplumsal değerler arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Buluş ve Bağcı (2016, s. 136) yaptıkları çalışmada mücadelecilik-meydan okuma, öz-yetkinlik ve yaşama bağlılık aile yılmazlığı ile evlilik doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Yine, iletişim becerilerinden olan kendini tanıma-açma, ego geliştirici dil, etkin dinleme, empati ve ben dilini kullanmayla evlilik doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

Evlilik doyumu ile ilgili yapılan ilişkisel, psikoeğitim ve deneysel çalışmalar bir bütün olarak ele alındığında çalışmamız sonunda deney grubunun evlilik doyumu ve alt boyutlarındaki artışın yapılan çalışmaların sonucuyla uyumlu olduğu söylenebilir.

Evlilik uyumunun, eşle yakınlık, ilişki, problem çözme becerisi vb. seanslar sırasında birçok çiftle çalışılmıştır. Bu alanlarda görülen gelişimin bir bütün olarak evlilik doyumunu arttırmada etkili olduğu söylenebilir.

Alan yazında evlilik doyumuyla ilgili çiftlerle özel seanslar düzenlenerek yapılan deneysel bir çalışma yoktur. Evlilik doyumuyla alakalı az sayıda psikoeğitim programı ve grup terapi çalışması mevcuttur. Akça Koca (2013, s. 83), yapmış olduğu aile eğitim programı çalışmasının sonucunda evli annelerin evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ile psikolojik iyi oluşlarını geliştirdiğini bulmuştur. Akgün ve Uluocak'ın (2010, s. 21) yaptığı grup çalışması sonunda birçok grup üyesinin evlilik yaşamına ve evlilikteki sorun çözme becerilerine ilişkin farkındalıkları artmıştır. Evlilikte çatışma çözme, problem çözme ve iletişim becerilerinde anlamlı gelişmeler olduğu görülmüştür.

Yapılan analiz sonucunda çiftlerin problem çözme becerilerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu ($z=-2.597$, $p<.009$) tespit edilmiştir (bkz. Tablo:18). Yapılan çalışmanın çiftlerin problem çözme becerilerini geliştirme noktasında önemli bir etkisinin olduğu nitel bulgularla da desteklenmiştir. Çiftlerin, yapılan terapiler sonunda eşleriyle daha sağlıklı bir iletişim kurdukları "*Terapi sürecinde bir defa empati ve yeni bir iletişim dili özellikle beni çok etkilemişti"* (D8-Erkek), birbirlerini daha iyi anladıkları ve ilişkilerinin geliştiği gözlenmiştir: *"İletişim dili bizi çok etkiledi. Fark ediliyordur da eminim dışarıdan. Birbirimize daha çok fırsat tanır olduk. Birbirimizi daha çok dinler olduk*" (D8-Kadın). Bu bağlamda maneviyat yönelimli aile danışmanlığının eşlerin sağlıklı iletişim kurma ve problem çözme becerilerini geliştirdiği nitel ve nicel verilerle ortaya konmuştur.

Alan yazın incelendiğinde problem çözme becerisinin de evlilik doyumunda olduğu gibi yoğun olarak ilişkisel bağlamda ele alındığı görülmektedir. Problem çözme becerisi genel olarak evlilik doyumu, evlilik uyumu ve çatışmayla birlikte ele alınmıştır. Erbek vd. (2005, s. 42), problem çözme becerisinin evlilik doyumunu öngörmede güçlü bir belirleyici olduğunu ortaya koymuştur. Tellioğlu ve Özdemir (2018, s. 137), ailelerin problem çözme becerisi arttıkça evlilik uyumlarının arttığı, problem çözme becerisinin evlilik uyumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğunu gözlemlemiştir. Kamışlı'nın

çalışması (2018, s. 58), toplumsal cinsiyet rolleri, aile işlevselliğinin problem çözme becerisini yordadığını ortaya koymuştur. Bireylerin ev işleriyle ilgilenmesi, evlenme şekli çiftlerin problem çözme becerisine etki etmektedir. Erbay vd., (2015, s. 150-151), yaptıkları çalışmada boşanma sürecinde olan erkeklerin problem çözme becerilerinin kadınla göre yüksek olduğu, gelir ve eğitim düzeyi arttıkça problem çözme becerilerinde bir artış olduğu görülmüştür.

Vatan ve Dağ, (2009, s. 198) problem çözme yaklaşımlarının bireylerin umutsuzluk, çaresizlik ve talihsizlik düzeylerinin önemli yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. Esin Ergin ve Dağ, (2003, s. 36) kaygılı bağlanmanın problem çözme becerileri üzerinde etkili olduğunu, kaçınmacı bağlanmanın etkili problem çözme davranışını olumsuz yönde etkilediği tespit etmiştir. Kaya, vd., (2012, s. 221), demokratik tutuma sahip ebeveynlerin çocuklarının akademik başarı ve problem çözme becerilerinin yüksek olduğu, koruyucu tutum sergileyen ebeveynlerin çocuklarının ise problem çözme becerisinin düşük olduğunu ortaya koymuştur. Problem çözme ve yalnızlık düzeyleri arasında benlik saygısının kısmi aracılık rolü tespit edilmiştir (Karataş, 2014, s. 118).

Yukay Yüksel ve Bostancı Eren (2007, s. 197), grupla psikolojik danışmanın otistik çocuğa sahip annelerin depresyon düzeyini azaltma ve problem çözme becerilerini arttırmada etkili olduğunu ortaya koymuştur. Pamuk (2012, s. 128), öğrencilerle yaptığı deneysel araştırmada problem çözme becerisi geliştirmeye yönelik grup rehberliği programı sonucunda öğrencilerin problem çözme becerilerinin anlamlı düzeyde arttığını ortaya koymuştur.

Problem çözme becerileriyle ilgili olan çalışmalar bütün olarak ele alındığında psiokeğitim ve grup terapisinin problem çözme becerilerinin gelişmesinde etkili olduğu, problem çözmenin evlilik doyumu, uyumu ve bağlanmıyla yakın ilişkisi olduğu görülmektedir. Manevi yönelimli aile danışmanlığına katılan çiftlerin evlilik doyumuyla birlikte problem çözme becerilerinde bir gelişim göstermesi hem çalışmanın kendi içinde uyumlu olduğu hem de alanda yapılmış diğer çalışmalarla paralellik gösterdiği şeklinde yorumlabilir.

Yapılan nicel analiz sonucunda aile ortamı ölçeğinde anlamlı bir farklılık (z=-2.103, p<.035) olduğu görülmüştür (Bkz: Tablo-41). Çalışmamızda nitel verilerden elde edilen bulguların nicel bulgularla uyumlu olduğu, maneviyat yönelimli aile danışmanlığının çiftlerin aile ortamını olumlu bir şekilde etkilediği görülmüştür: "*İlişkimizle alakalı olumlu gelişmeler oldu. Eşimin özelinde söylersem o şimdi daha sakin. Bir defa evde birbirimize karşı daha mütehammil olduk. Birbirimizi anlamaya dayalı bir iletişim süreci gerçekleştirdik ve iletişim biçimimizi değiştirmeye başladık*" (D8-Erkek). Yine, çiftler aile ortamlarında huzurun arttığını ifade etmişlerdir: "*Terapiye geldikten sonra aslında her hafta buradan çıkışımızdan sonra bir şeylerimizi değiştirmeye çalıştık. Her değiştirdiğimde bir şeylerin benim değişmemle eşimin de değiştiğini, ailemin de huzur ortamının yavaş yavaş değiştiğini gördüm.*" (D7-Kadın). Yapılan nicel ve nitel analizler bir bütün olarak ele alındığında maneviyat yönelimli aile danışmanlığının çiftlerin aile ortamını olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Yapılan analiz sonucunda Aile Ortamı Ölçeğinin Birlik-Beraberlik alt boyutu puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu (z=-3.275, p<.001) gözlenmiştir (bkz. Tablo 26). Benzer şekilde nitel bulgularda da çiftlerin ailelerinde birlik-beraberlik boyutunda olumlu değişim yaşadıkları "*Birbirimizi anlayamadığımız, birbirimizin dilinden anlayamadığımız konularda, birbirimizi burada görüp anlayabiliyoruz. Ona göre hareket edebiliyoruz*" (D7-Erkek), daha yakın bir ilişki deneyimledikleri gözlenmiştir: "*Eşime karşı daha yumuşak daha anlayışlı yaklaşmaya başladım. Hatta geçen bir haftamız çok güzeldi o konuşmadan seanstan sonra öyle bir yaklaşım sergilemiştim. Bunlar bana bayağı olumlu olarak döndü yani*." (D4-Kadın). Nicel ve nitel bulguların birbiriyle uyumlu olduğu göz önüne alındığında maneviyat yönelimli aile danışmanlığının, çiftlerin birlik-beraberlik boyutunun daha olumlu hale gelmesinde etkili olduğu söylenebilir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5.SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmada, araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan *Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı* modelinin etkililiği sınanmıştır. Çalışma grubunu hepsi ilk evliliğini yapmış en az 2 yıllık evli ve en az 1 çocuk sahibi ve daha önce aile danışmanlığı almamış, kendilerini "Müslüman ve dindar" olarak tanımlayan ve "din/ maneviyatın hayatlarında önemli bir yer tuttuğuna inanan" 26 çift (13 çift deney-13 çift kontrol) oluşturmuştur. Seanslar, yarı yapılandırılmış olarak planlanmıştır. Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modeli, Satir aile terapisi kuram ve teknikleri temel alınarak oluşturulmuş, modele İslam'da yer alan manevi kaynak ve değerler danışanların ihtiyaçları ve terapötik çerçeve dikkate alınarak entegre edilmiştir.

Modelin etkililiğini belirlemek amacıyla deneysel bir model kullanılmış, yapılan seansların evlilik doyumu, problem çözme becerileri ve aile ortamı üzerinde ne tür bir etkisi olduğu araştırılmıştır. Bu bağlamda açımlayıcı sıralı karma desen uygulanmış, deney ve kontrol gruplarına çalışmanın başında ve sonunda (öntest-sontest) Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ), Problem Çözme Envanteri (PÇE) ve Aile Ortamı Ölçeği (AOÖ) uygulanmıştır. Katılımcıların maneviyat boyutunun terapide yer almasını nasıl yorumladıkları, terapiden sağladıkları faydalar ve terapiye dair öneri ve görüşleri çalışma çerçevesinde ele alınan diğer konulardır. Deney ve kontrol grubuna uygulanan öntestlerin ardından kontrol grubuna herhangi bir işlem yapılmazken deney grubuna 8 haftadan oluşan maneviyat yönelimli aile danışmanlığı uygulanmıştır. Çalışma sonunda deney ve kontrol grubuna ilgili ölçekler yeniden uygulanmıştır. Deney grubuna kontrol grubundan farklı olarak seansların bitiminde yarı yapılandırılmış mülakat yapılmış ve 2 ay sonrasında terapinin kalıcılığını ölçmek için izleme testi uygulanmıştır.

Bu bölümde sırasıyla araştırma sonucu elde edilen nicel ve nitel bulgulara ait sonuçlar verilmiş daha sonra birbiriyle ilişkili olan nicel ve nitel bulgular birlikte sunulmuştur. Benzer konularda ilgili çalışmalar yürüten uzman ve araştırmacılar için önerilerde bulunarak bölüm sonlandırılmıştır.

1. Araştırmada Yer Alan Nicel Analizlere Ait Sonuçlar

Araştırmanın ilk hipotezi "*Çalışma öncesinde deney ve kontrol grubu arasında evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve aile ortamı açısından herhangi bir farklılık olmayacaktır, gruplar birbirine denktir."* olarak ifade edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda deney ve kontrol grubu evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve aile ortamı puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya konmuştur. Çalışma öncesi deney ve kontrol gruplarının denk olduğuna dair hipotez doğrulanmıştır.

Araştırmanın ikinci hipotezi "*Deney grubu üyelerinin öntest Evlilik Doyum Ölçeği puanlarıyla sontest Evlilik Doyum Ölçeği puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır."* cümlesiyle ifade edilmiştir. Çalışama sonrasında elde edilen bulgular değerlendirildiğinde deney grubunun evlilik doyum düzeyleri ve buna bağlı olarak evlilik uyumu, öfke, eşin ailesiyle iletişim ve ebeveynlik anlayışlarında anlamlı bir değişim meydana geldiği görülmüştür. Bununla birlikte, deney grubunun ekonomik anlayış ile ilgili problemleri üzerinde anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür.

Araştırmada üçüncü olarak "*Deney grubu üyelerinin öntest Problem Çözme Envanteri ile sontest Problem Çözme Envanteri puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır"* hipotezi test edilmiştir. Çalışma öncesi ve sonrası ile ilgili bulgular değerlendirildiğinde deney grubunun problem çözme becerileri ve buna bağlı olarak kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşımlarda ise deney gurubu lehine anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçıngan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım boyutlarında ise anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Sonuçlar bütün olarak değerlendirildiğinde ikinci hipotezin büyük oranda doğrulandığı söylenebilir.

Araştırmanın dördüncü hipotezi "*Deney grubu üyelerinin öntest Aile Ortamı Ölçeği ile sontest Aile Ortamı Ölçeği puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır*" şeklinde ifade edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda aile ortamı ve bununla ilişkili olarak birlik-beraberlik ve denetim boyutunda anlamlı farklılıkların olduğu ortaya konmuştur. Bulgular ışığında çalışmamızın üçüncü hipotezinin doğrulandığı söylenebilir.

Araştırmanın beşinci hipotezi "*Deney grubu üyelerinin sontest Evlilik Doyum Ölçeği puanlarıyla izleme testi Evlilik Doyum Ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır*" olarak belirlenmiştir. Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde çiftlerin terapi sonunda elde ettiği evlilik doyumunun ve buna bağlı olarak evlilik uyumu, öfke, eşin ailesiyle iletişim bağlamında çiftlerde görülen değişimin kalıcı olduğu gözlenmiştir. Ekonomik anlayış ve ebeveynlik anlayışıyla ilgili etkinin sürdürülebilirliğinde istatistiksel olarak anlamı bir farklılık ortaya çıkmamıştır.

Araştırmamızın altıncı hipotezi "*Deney grubu üyelerinin sontest Problem Çözme Envanteri ile izleme testi Problem Çözme Envanteri puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır"* olarak belirlenmiştir. Katılımcıların problem çözme becerisi ve buna bağlı olarak aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçıngan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım, planlı yaklaşım bağlamında elde ettikleri kazanımların sürdürülebilir olduğu gözlenmiştir.

Araştırmamızın yedinci hipotezi "*Deney grubu üyelerinin sontest Aile Ortamı Ölçeği ile izleme testi Aile Ortamı Ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır*" yapılan çalışmada test edilmiştir. Birlik-Beraberlik ve denetim boyutu noktasında katılımcıların elde ettiği becerilerin kalıcılığın sağlandığı fakat bu kalıcılığın aile ortamı toplam puanında elde edilmediği gözlenmiştir.

Araştırmamızın sekiz, dokuz ve onuncu hipotezlerinde kontrol grubunun Evlilik Doyum Ölçeği, Problem Çözme Envanteri, Aile Ortamı Ölçeği ve ölçtüğü alt boyutlar kapsamında öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır hipotezleri test edilmiştir. Analiz sonucunda kontrol grubunda evlilik doyumu, problem çözme ve aile ortamı ile ilgili anlamlı bir farklılık elde edilmediği ortaya konmuştur. Çalışma sonunda ilgili hipotezler doğrulanmıştır.

Çalışmanın onbirinci hipotezi "*Deney grubunda bulunan üyelerin sontest Evlilik Doyum Ölçeği puanları ile kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest Evlilik Doyum Ölçeği puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır*" cümlesiyle ifade edilmiştir. Çalışma sonunda deney grubunun evlilik doyumu ve buna bağlı olarak evlilik uyumuyla ebeveynlik anlayışının kontrol grubundan anlamlı

derecede farklılaştığı gözlenmiştir. Deney ve kontrol grubu Öfke, Eşin Ailesiyle İletişim ve Ekonomik Anlayış boyutlarında ise anlamlı bir farklılaşma olmadığı ortaya konmuştur. Analiz sonuçları bütün olarak değerlendirildiğinde hipotezin büyük oranda doğrulandığı söylenebilir.

Onikinci hipotez olan "*Deney grubunda bulunan üyelerin sontest Problem Çözme Envanteri puanlarıyla, kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest Problem Çözme Envanteri puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır*" çalışmada test edilmiştir. Çalışmada elde edilen veriler analiz edildiğinde deney grubunun problem çözme becerileri ve buna bağlantılı olarak aceleci yaklaşım ve kaçıngan yaklaşım ile kontrol grubu arasında anlamlı bir fark olduğu gözlenmiştir. Deney ve kontrol grubu Düşünen Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım, Planlı Yaklaşım boyutları arasında ise anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir. Analiz sonuçları değerlendirildiğinde hipotezin büyük oranda doğrulandığı söylenebilir.

Araştırmanın nicel kısmında yer alan son hipotez ise "*Deney grubunda bulunan üyelerin sontest Aile Ortamı Ölçeği puanlarıyla, kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest Aile Ortamı Ölçeği puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır*" cümlesiyle ifade edilmiştir. Elde edilen veriler değerlendirildiğinde deney ve kontrol grupları arasında aile ortamı ve denetim boyutu arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Bununla beraber deney ve kontrol grubu birlik-beraberlik alt boyutu arasında anlamlı bir farklılık ortaya konmuştur. Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde araştırmamızın son hipotezinin kısmen doğrulandığı söylenebilir.

2. Araştırmada Yer Alan Nitel Analizlere Ait Sonuçlar

Araştırmanın nitel kısmından elde edilen bulgular Maneviyat Boyutuyla İlgili Değerlendirmeler, Terapide Etkili Bulunan Müdahaleler, Kazanılan Farkındalık ve Değişim ve Manevi Yönelimli Aile Danışmanlığıyla İlgili Genel Değerlendirmeler olmak üzere üç üst tema halinde sunulmuştur.

Çalışmada yer alan maneviyat boyutuyla ilgili katılımcıların değerlendirmeleri sorulmuş, katılımcılar psikoloji ve maneviyatın birlikte olmasını faydalı bulduklarını,

yaşam tarzları gereği sorunlarına maneviyatı da barındıran çözüm arayışı içinde oldukları, maneviyatın terapi içinde yer almasının kendilerini güvende hissetmelerini ve aktarılan bilgilere daha çok güven duymalarını sağladığını ifade etmişlerdir. Yine, şükür ve dua ödevlerinin farkındalıklarını arttırdığı, sahip olduklarının farkına varmalarını sağladığı, umutlarının arttığını ve terapi içerisinde şükür-dua ödevlerinin olması gerektiğini söylemişlerdir. Son olarak maneviyat boyutunun terapi içerisinde yer almasının davranışlarının anlam kazanmasına katkı sağladığını, manevi hassasiyetlerinin arttığı, bunun sonucu olarak evliliklerinde pek çok olumlu yansımasını gördüklerini ifade etmişlerdir.

Çalışmada ikinci üst tema olarak terapide etkili bulunan müdahaleler, kazanılan farkındalık ve değişim süreci sorulmuştur. Katılımcılar öncelikle kendileri eş ve ilişkilerine dair olumlu değişimler olduğunu ifade etmişlerdir. Umutlarının arttığını, daha sabırlı oldukları ve daha az öfkelendiklerini, eşlerinin daha anlayışlı olduğunu, sağlıklı iletişim kurma ve problem çözme becerilerinde olumlu yönde değişim ve farkındalık yaşadıkları gözlenmiştir. Terapide etkili buldukları müdahaleler noktasında ise katılımcılar terapistin tarafsızlığı ve etkin dinlemesi, terapide maneviyatın boyutunun yer alması, eşle sağlıklı iletişim kurma noktasında yapılan çalışma ve geçmiş yaşantılarının bugünlerini nasıl etkilediğini görme olduğunu dile getirmiştir.

Çalışmada son üst tema olarak katılımcılara manevi yönelimli aile danışmanlığıyla ilgili genel değerlendirmeler sorulmuştur. Bu bağlamda katılımcılar terapiyi farklı bakış açıları kazanma, aile ilişkileri geliştirme noktasında faydalı bulduklarını ifade etmişlerdir. Yine katılımcılara terapi modeliyle ilgili önerileri sorulmuş bazı katılımcılar her şeyin olması gerektiği gibi olduğunu ve önerilerinin olmadığını dile getirirken, bazı katılımcılar ise terapide maneviyat boyutuna biraz daha ağırlık verilmesi gerektiği, seanslar sırasında verilen ev ödevlerinin daha yoğun olabileceği, terapi süresi, terapi odasının yapısı ve arada bireysel seanslar yapılması noktasında önerilerde bulunmuşlardır. Son olarak katılımcılara terapistin yaklaşımını nasıl değerlendirdikleri sorulmuştur. Katılımcılar terapistle kurulan bağın ve güven ortamının kendilerine iyi geldiği, terapistin yaklaşımının kendilerine ümit verdiği ve problemlerini çözebileceklerine olan inançlarının arttığı ve terapistin manevi değerleri

bilmesi ve terapi esnasında kullanmasının kendilerini daha tanıdık, daha güven dolu, rahat bir ortamda hissetmelerini sağladığını ifade etmişlerdir.

3. Araştırmada Yer Alan Nitel ve Nitel Analizlerin İlişkilendirilmesi

Çalışmamızda son olarak elde edilen nicel ve nitel bulgular ilişkilendirilmiştir. Nicel kısımda yer alan Evlilik Doyum Ölçeği ve ölçeğin alt boyutlarından olan evlilik uyumu, öfke eşin ailesiyle iletişim ve ebeveynlik alt boyutunda elde edilen bulgularla nitel analizlerde elde edilen bulgular birbiriyle uyumludur ve birbirini desteklemektedir. Bu bağlamda, nitel ve nicel bulgular bir bütün olarak değerlendirildiğinde Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı modelinin çiftlerin evlilik doyumunu arttırdığı söylenebilir. Yine, çalışmanın çiftlerin evlilik uyumunu arttırdığı, eşe duyulan öfkede azalma sağladığı, eşin ailesiyle olan iletişimi olumlu yönde etkilediği ve çiftlerin ebeveynlik anlayışlarında olumlu yönde etki ettiği görülmüştür.

Maneviyat yönelimli aile danışmanlığı çiftlerin problem çözme becerilerinde de evlilik doyumunda olduğu gibi olumlu bir etkisi olduğu nicel ve nitel analizlerle ortaya konmuştur. Benzer şekilde çiftlerin Aile ortamı ve birlik beraberlik boyutunda da terapinin olumlu bir değişim sağladığı nicel ve nitel bulgularla ortaya konmuştur.

ÖNERİLER

Araştırmanın sonucunda aşağıda yer alan önerilerde bulunulabilir.

1. Çalışmada model olarak sunulan manevi yönelimli aile danışmanlığı özellikle kendilerini dindar olarak tanımlayan çift ve ailelere yönelik olarak başta Aile ve Dini Rehberlik Büroları olmak üzere, danışma merkezleri, üniversiteler, aileye hizmet veren diğer kurumlar içerisinde yer alabilir, çift ve aileler bu noktada desteklenebilir.

2. Türkiye'de aile terapisi ile alakalı yapılmış olan deneysel çalışmalar farklı kuram ve yöntemlerle çeşitlendirilerek yapılabilir.

3. Evlilik ve aile ilişkilerine dair yapılan çalışmalardan daha fazla çift ve ailenin faydalanmasını sağlamak amacıyla bilinçlendirme ve bilgilendirmeye yönelik

tanıtım faaliyetleri yapılabilir ve ihtiyaç halinde destek almaları noktasında çift ve aileler yönlendirilebilir.

4. Çift ve aileler yaşayabilecekleri problemler karşısında terapi veya eğitim programlarına yönlendirilebilir, çözüm arama noktasında teşvik edilebilir. Bu anlamda evlilik öncesi, evlilik süreci ve boşanmayı içeren seminer, terapi, eğitim programları gibi hizmetler arttırılabilir.

5. Çalışmanın etkililiği, daha farklı gruplar üzerinde ve farklı kuramlar kullanılarak sınanabilir ve elde edilen sonuçlar ve grupların yapısına göre terapide farklı düzenlemeler yapılabilir.

6. Manevi yönelimli aile danışmanlığı modelinde yer alan maneviyatla ilgili uygulamalar başka kuram ve uygulamalarda kullanılmaya uygun şekilde hazırlanmıştır. Bu bağlamda grup terapisi, bireysel terapi gibi uygulamalarda kullanılıp etkililiği ölçülebilir.

7. Ülkemizde Maneviyat yönelimli aile danışmanlığıyla alakalı deneysel bir çalışma bulunmamaktadır. Çalışmamız maneviyatın terapide nasıl ve hangi bağlamda yer alacağı çift ve aileler üzerindeki etkisinin ne olduğu ile ilgili yapılan ilk deneysel çalışma olma özelliğini taşımaktadır. Alanda çalışma yapan uzman, araştırmacı, ruh sağlığı çalışanları ve ilgili disiplinler tarafından çalışmanın yinelenmesi, farklı gruplarla yürütülmesi, farklı dini-manevi kaynakların farklı metot ve yöntemlerle kullanılması hem literatüre katkı sağlayacak hem de modelin alanda uygulanabilirliği arttıracaktır.

8. Aile ve çift terapisi olarak planlanan ve uygulanan maneviyat yönelimli aile danışmanlığı özel gereksinimli çocukların olduğu aileler, madde bağımlılığı, kronik hastalıklar, psikiyatrik tanı almış bireylerin olduğu ailelere de uygulanabilir.

9. Manevi yönelimli aile danışmanlığı uygulaması ilk evliliğini yapmış ve en az bir çocuk sahibi olan çift ve ailelere uygulanmıştır. Bu bağlamda terapi modeli

evlilik öncesi danışmanlık, tek ebeveynin olduğu aileler, çocuksuz aileler, boşanmış ailelere gibi farklı ailelere uygulanıp etkililiği incelenebilir.

10. Manevi yönelimli aile danışmanlığına katılan danışanlar kendilerini Müslüman olarak tanımlamışlar ve kullanılan dini-manevi kaynaklar ise İslam'dan alınmıştır. Benzer uygulama farklı dine mensup olan bireyler için tekrarlanabilir.

11. Aile ve Dini Rehberlik Bürosuna başvurup çift ve aile problemleriyle ilgili çözüm arayanların manevi yönelimli aile danışmanlığı hizmetine ulaşabilmeleri için gerekli düzenleme ve eğitimler planlanabilir.

12. Çalışmamamızdan elde edilen bulgular ve alan yazındaki birçok çalışma aile danışmanlığında maneviyat boyutunun yer almasının gerekliliğini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda aile danışmanlığı eğitimi sertifika ve yüksek lisans programlarına, aile ve çiftle çalışırken maneviyatın nasıl ele alınması gerektiğine dair ders konulabilir.

13. ADRB'de çalışan uzmanlara aile danışmanlığının ne olduğu, sınırları ve gerekli görüldüğü durumlarda nasıl yönlendirme yapabileceklerine dair eğitim verilebilir.

14. Kendilerini dindar olarak tanımlayan çiftler aile ve çift problemlerine çoğunlukla dini kaynaklardan çözüm bulma arayışı içindedir. Bu bağlamda başta aile danışmanları olmak üzere ruh sağlığı çalışanları ve ADRB uzmanlarının koordineli bir şekilde çalışabilmeleri için kurumsal olarak adım atılabilir.

15. Çalışmamızda dini-manevi değerlerin danışanlara nasıl aktarılabileceğine dair örnekler sunulmuştur. ADRB bürosunda çalışan uzmanlara dini-manevi değerleri aktarırken kullanmaları gereken dil ve yöntemle ilgili eğitim programları düzenlenebilir.

KAYNAKÇA

Acar, H. İ. (2017). Ailede Sadakat ve Güven: Kuran ve Sünnet Bağlamında. *Turkish Studies International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish,* 12 (29), 1-16.

Adak, N. (2015), Toplumun Temel Yapı Taşı: Aile. S. Güçlü (Ed.). *Kurumlara Sosyolojik Bakış*, İstanbul: Kitapevi, 27-60.

Ağılkaya Şahin, Z. (2018). Pastoral Psikoloji Merkezinde Klinik Manevi Bakım Eğitimi. *Mizanu'l-Hak İslami İlimler Dergisi*. (7), 43-67.

Ağılkaya Şahin, Z. (2020). *Psikoloji ve Psikoterapide Din*, İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Ağırbaş, F. (2017). *Manevi Yönelimli Aile Danışmanlığı.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.

Akbıyık, D. İ., Soygur, H. ve Karabulut, E. (2012). Psiko-onkoloji ve Aile Hekimliğinde Ruh Sağlığını Güçlendirme: Sosyal Destek Algısı ve Psikodrama Grup Terapisi Uygulamaları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. (13), 205-209.

Akbulut, S. (2020). Aile ve Kadın: Ailede Birey Olarak Var Olma. Ü. Görgülü (Ed.). *İslam Peceresinden Kadın*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları,75-97.

Akbulut, Z. (2020). The Use of Spirituality in Narrative Couples and Family Therapy. *Spiritual Psychology and Counseling*. 5 (1), 113-130.

Akça Koca, D. (2013). *Bir Aile Eğitim Programının Evli Annelerin Evlilik Doyumu, Evlilikte Sorun Çözme Becerisi ve Psikolojik İyi Oluşuna Etkisi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Akça Koca, D. (2017). Spirituality-Based Analysis of Satir Family Therapy. *Spiritual Psychology and Counseling*. *2*, 121–142.

Akgül, M. (2011). Hz. Peygamberin (S.A.S) Eşleriyle İlişkisi, *Diyanet İlmi Dergi*, 47 (2), 91-116.

Akgün, R., ve Polat Uluocak, G. (2010). Evlilikte Etkili İletişim ve Problem Çözme: Bir Toplum Merkezindeki Kadınlarla Gerçekleştirilen Grup Çalışması. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*. 6 (23), 9-21.

Akıl, E. (2019). *Ebeveynlerin Evlilik Çatışması, Çatışma Çözüm Stilleri ve Çocukların Algıladıkları Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Akın, E. (2018). *Evli Kadınlarda Çatışma Çözme Stili ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişki.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Akın, M. H. (2014). Türkiye'de Muhafazakârlığın Direnme Odağı Olarak Aile. M. Aydın (Ed.). *Aile Sosyolojisi Yazıları.* İstanbul: Açılım Kitap.

Akpınar, A. (2020). Aile İçi Sorunların Çözümünde Kur'ânî Yöntem. Nisâ Suresi 34. Ayeti Bağlamında. *İlahiyat Akademi Dergisi.* (11), 1-18.

Algan, T. (2016). Aile Danışmanlığı Uygulaması: Dünü, Bugünü ve Yarını. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırma Dergisi.* 5 (7), 2208-2217.

Algan, T. (2017). *Türkiye'de Aile İçi Sorunlara Yönelik Aile Danışmanlığı Uygulaması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Alptekin, K. (2011). Düzce İl Merkezindeki Boşanmalar Üzerine Bir Çalışma. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*. 22 (2), 37-62.

Alshugairi, N. (2010). Marital Trends in the American Muslim Community: A Pilot Study, *Journal of Muslim Mental Health*. (5), 256–277.

Altuğ, S. (2019). *Evlilik Sorunlarının Yaşanmasında Eşlerin Aile Bireylerinin Müdahalelerinin Etkisi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Elazığ: Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Altuntaş, S. ve Atli, A. (2015). Eş Seçme Stratejileri Envanteri Geliştirilmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 12 (32), 123-135.

Aluş, Y. (2016). *Türk Ailesinde Eşler Arası Mutluluk Algısı ve Beklentileri: Sakarya İli Örneği*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Amory, D. (2013). .*An İntroduction of Family Therapy*. Belgium: Edgard Adriaens.

Angın, Y. (2016). *Aile ve Dini Rehberlik Bürosu Görevlilerinin Karşılaştıkları Psikososyal Sorunlara Yaklaşımların Dini Danışmanlık ve Rehberlik Açısından Değerlendirilmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitusü.

Arastaman, G., İ. Öztürk Fidan ve T. Tuncer. (2018). Nitel Araştırmada Geçerlik ve Güvenirlik: Kuramsal Bir İnceleme. *YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*. 15 (1), 37-75.

Araz, H. (2007). *Türk Aile Yapısında Aile İçi Dini İletişim Problemleri ve Bunların Çocuğun Din Eğitimine Etkileri.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Arıcı, N. (2014). *Travmatik Yas Sorununda Aile Dayanıklılığı Programının Kadınlardaki Travma Sonrası Stres, Yas ve Aile Dayanıklılığı Düzeylerine Etkisi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Arslan, G. ve Balkıs, M. (2014). Ergenlikte Görülen Problem Davranışlar ve Aile Sorunları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. SDU *İnternational Journal of Education Studies.* 1 (1), 11-23.

Askari, M., Abbas, B., Noah, S. B. M., Hassan, S. A. B. ve Baba, M. B. (2012). Comparison the Effects of Communication and Conflict Resolution Skills Training on Marital Satisfaction. *International Journal of Psychological Studies*, 4 (1), 182-195.

Aslan, A. (2014). *Ortaöğretim Gençliğinin Kimlik Oluşumunda Aile, Din ve Medyanın Etkileri (Çarşamba Örneği).* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

ASPB. (2014). *Türkiye Boşanma Nedenleri Araştırması (TBNA 2014)* Araştırma Raporu. Ankara: T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü.

ASPB. (2015). *Türkiye'de Evlilik Tercihleri Araştırma Raporu*. Ankara: T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü.

Atan, A. ve Buluş, M. (2020). Aile İletişim Becerileri Psikoeğitim Programının Eşlerin İletişim Becerilerine ve Çift Uyumuna Etkisi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 40 (1), 255-288.

Ateş, A. (2019a). Aile İçi İletişimde Sabır. *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 8 (15), 61-90.

Ateş, F. B. (2019b). Aile Danışmanlığı. T. Akbaş ve N. Özabacı (Ed.). *Kuram ve Uygulamaları ile Aile Danışmanlığı.* Ankara: Pegem Akademi Yayınları, 3-37.

Avcılar, M. Z. (2020). *Evlilik Öncesinde Aile Danışmanlığı Hizmeti Alınmasının Evlilik Sürecine, Yaşamına ve İşlevselliğine Katkılarının Araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Aybey, S. (2015). Aile ve Dini Rehberlik Bürolarına Gelen Sorular Işığında Kadınların Boşanma Nedenleri: Ege Bölgesi Örneği, *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi.* 2 (4), 104-126.

Aydeniz, H. (2019). Sosyal Medya ve Sanal İlişkilerin Tehdidi Altında Aile, *Sadakat ve Güven Bağlamında Aile*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 51-71.

Aydın, M. (2013). Aile ve Din/İslam. M. Aydın (Ed.). *Sistematik Aile Sosyolojisi.* Konya: Çizgi Yayınevi.

Aydın, M. (2016). *Kurumlar Sosyolojisi: Kurumlara Başlangıç Çerçevesinde Bir Çalışma*. İstanbul: Açılım Kitap.

Aydın, M. A. (2020a). "Aile" Maddesi. Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. https://islamansiklopedisi.org.tr/aile

Aydın, M. A. (2020b). Kadın, Türk Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. https://islamansiklopedisi.org.tr/kadin#2-islamda-kadin

Aydın, M. A. (2021). "Kadın" Maddesi. Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. https://islamansklopedsi.org.tr/kadn#2-islamda-kadn.

Aydın, R. (2012). Serebral Palsi'li Çocukların Aileleri İçin Aile Odaklı Tedavi Programı. İstanbul: Kağıthane Belediye Başkanlığı.

Aydın, Z. A. (2017). Nisâ Sûresinin 34. Âyeti Bağlamında Evlilik Hayatında Kadının Geçimsizliği Durumunda Uygulanacak Çözümlerden Darb'a Dair. *Turkish Studies*. 12 (27), 87-100.

Aydoğan, D. (2019). Aile Travmaları ve Travma Sonrası Ailede Gelişim: Aile Yılmazlığı. T. Akbaş ve N. Ş. Özabacı (Ed.). *Kuram ve Uygulamaları ile Aile Danışmanlığı.* Ankara: Pegem Yayınevi, 153-186.

Aykıl, Y., Üstünel, A. Ö., vd. (2015). Türkiye'de Çift ve Ailelerle Çalışan Uzmanlar: Demografik Özellikler, Eğitim ve Klinik Uygulamalar. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi.* 35(1), 57-84

Aynacı, B. (2018). *Aile Danışmanlığı Merkezine Başvuran Kişilerin Kaygı Düzeyleri ile Dindarlık Durumlarının İlişkisi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.

Ayten, A, Gashi, F. (2015). Affetmek Sağlığa Faydalı mıdır? Kosovalı ve Türk Öğrenciler Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma. Ayten, A. (Ed.). *Din, Erdem ve Sağlık. İ*stanbul: Çamlıca Yayınları.

Ayten, A. (2012). *Tanrıya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma.* İstanbul: İz Yayıncılık.

Ayten, A. (2014). *Erdeme Dönüş: Psikoloji ve Mutluluk Yolu.* İstanbul: İz Yayıncılık.

Ayten, A. (2015). Dindarlık Ruhsal ve Fiziksel Sağlığı Etkiler mi? A. Ayten (Ed.). *Din, Erdem ve Sağlık*, İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Ayten, A. (2018). *Din ve Sağlık: Kavram Kuram ve Araştırma.* İstanbul: Marmara Akademi Yayınları.

Ayten, A. ve Düzgüner, S. (2017). *Tasavvuf Psikolojisine Giriş: Bireysel Arınma ve Güzel Ahlak.* İstanbul: Sufi Kitap.

Ayten, A. ve Tura, H. (2017). Affetme ve Dindarlık, Hayat Memnuniyetini Nasıl Destekler? *İslâmî İlimler Dergisi.* 12 (12), 27-54.

Ayten, A., Göcen, G., Sevinç, K. ve Öztürk, E. E. (2012). Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi.* 12 (2), 45-79.

Aziz, A. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri ve Teknikleri*. Ankara: Nobel Yayınları.

Bacanlı, H. (2001). Eş Tercihleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 2 (15), 7-16.

Bakçekapılı, N. (2008). İslam ve Klise Hukuku Açısından Aile ve Evlilik. *İslam Araştırmaları Dergisi.* 1(1), 29-38.

Baki, A. ve Gökçek, T. (2012). Karma Yöntem Araştırmalarına Genel Bir Bakış. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. 11(42), 1-21.

Bal, F. ve Gülgör, F. (2019). Evli Bireylerde Çocukluk Çağı Travmanın İncelenmesi. *Social Mentality and Researcher Thinkers Journal.* 5(16), 304-313.

Balcı Arvas, F. (2017). Dindarlık ile Evlilik Doyumu ve Evlilikte Sorun Çözme İlişkisi Üzerine Bir İnceleme*, Değerler Eğitim Dergisi,* 15 (34), 129-160.

Balcı, A. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntem Teknik ve İlkeler.* Ankara: Pegem Akademi.

Balkanlıoğlu, M. A. (2014). Questıonıng the Relatıonshıp Between Relıgıon and Marrıage: Does Relıgıon Affect Long-lastıng Marrıage? Turkısh Couples' Practıce of Perceptıon of, and Attıtudes Towards Relıgıon and Marrıage, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 7(31).

Baltacı, G. (2010). *Aile Danışmanlığı Hizmetinden Yararlanmak İsteyen Evli Kadınların Nitelikleri.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Banmen, J. (2002a). Introduction: Virginia Satir Today. *Contemporary Family Therapy*. 24 (1).

Banmen, J. (2002b). The Satir Model: Yesterday and Today. *Contemporary Family Therapy*. 24 (1).

Banmen, J. (2009). Satir Model Deveopmental Phases. *The Satir Journal*. 3(1), 13-25.

Baş, T. ve Akturan, U. (2017). *Sosyal Bilimlerde Bilgisayar Destekli Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınları.

Başkale, H. (2016), Nitel Araştırmalarda Geçerlik, Güvenirlik ve Örneklem Büyüklüğünün Belirlenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi.* 9(1), 23-28.

Bayer, A. (2013a). *Değişen Toplumsal Yapıda Aile: Eşler Arası Şiddet ve Din İlişkisi Üzerine Bir Araştırma: Konya Örneği.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bayer, A. (2013b). Değişen Toplumsal Yapıda Aile. *Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi.* 4(8), 102-129.

Baygül, Ş. (2015). *Çözüm Odaklı Kısa Süreli aile Danışmanlığı Kuramına Dayalı Olarak Geliştirilen Evlilik Danışmanlığı Programının Çiftlerin*

Evlilik Uyumlarını Arttırmadaki Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Bayındır, A. (2010). *Kuran Işığında Doğru Bildiğimiz Yanlışlar.* İstanbul: Süleymaniye Vakfı Yayınları.

Beaudry, G. (2002). The Family Reconstraction Process and its Evolution to Date: Virginia Satir's Transformational Process. *Contemporary Family Therapy*. 24(1), 79-93.

Bedel, G. (2009). *The Validity and Reliability Study of the Turkish Version of the Spirituality Scale.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Belen, F. Z. (2014). *Aile İçi İletişime Manevi Psiko-sosyal Yaklaşım.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Benli, S. (2020). Travma, *Çift ve Aile Terapisi Temel Konular ve Müdahale Yöntemleri.* Y. Söylemez (drl.). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları. 179-199.

Bentheim, Steven, S. (2005). *Coule Coungruence and Spirituality: Expanding Satir's Model Through Seven Couple Narratives.* Master Thesis. University of Victoria.

Bilgin, V. (1998). Türk Toplumunda Aile Kurumunu Benimseme ve Sahiplenme Düzeyleri. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 10 (10), 387-414.

Bonelli, R., Dew, R. E., Koening, H. D., Rosmarin, D. H. ve Vasegh, S. (2013). Depresyonda Dini ve Manevi Faktörler: Araştırmalarını Biraraya Getirme ve Değerlendirme. N. Kimter (Çev.). *Dini Araştırmalar.* 16 (43), 224-244.

Boyar, G. (2012). *Aileye Ev Parçalanmış Aileye Sahip Ergenlerin Dini Tutum ve Davranışları Üzerine Bir Araştırma: Kahramanmaraş Örneği.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bozeman, J. C. (1984). *An İnvestigation of Virginia Satir's Concept of Communication to Determine Possible İmplication for Education in Marital Communication.* Doctoral Thesis. University Microfilms International. UMI: 48106.

Bozkurt, O. (2015). *Madde Bağımlısı Bireylerin Bağımlılık Süreçlerinde Ailenin Etkisi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Breen, G. V. (1996). The Family System Grief Process as a Communicated Process: Understanding Grief Through Virginia Satir's Growth Model. *National Library of Canada.* ISBN 0-612-16574-4.

Brubacher, L. (2006). Integrating Emotional Focus Therapy with the Satir Model. *Journal of Marital and Family Therapy.* 32(2), 141-153.

Buluş, M. ve Bağcı, B. (2016). Evlilik Doyumu: Aile Yılmazlığı ve Etkili İletişim Becerilerinin Rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.* (40). 136-152.

Bulut, I. (1993). *Ruh Hastalığının Aile İşlevlerine Etkisi.* Ankara: Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı Yayınları.

Burley, C. J. (2014). *Therapists' Experience of Using The Genogram in Systemic Family and Couples Therapy.* Doctoral Thesis. University of Exeter.

Büyük, Ş. (2019). *Evli Bireylerin Dindarlık ve Cinsel Mitlere İnanç Düzeyinin Evlilik Doyumu ile İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar: Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Can, İ. (2013). Ailenin Tarihsel Gelişimi Dünü Bügünü ve Yarını. M. Aydın (Ed.). *Sistematik Aile Sosyolojisi*. Konya: Çizgi Kitapevi, 65-86.

Canatan, K. (2016a). Tarihsel Toplumsal Değişme ve Aile İçi İlişkiler. K. Canatan ve E. Yıldırım (Ed.). *Aile Sosyolojisi*. İstanbul: Açılım Kitap, 97-149.

Canatan, K. (2016b). Ailenin Tanımı Türleri ve İşlevleri. K. Canatan ve E. Yıldırım (Ed.). *Aile Sosyolojisi*. İstanbul: Açılım Kitap, 53-89.

Canel, A. N. (2007). *Aile Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmanın Sınanması.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Canel, A. N. (2012b). *Aile Yaşam Becerileri*. İstanbul: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. ISBN**:**978-605-4628-18-6.

Canel. A. N. (2012a). *Evlilik ve Aile Hayatı*. İstanbul: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. ISBN:978-605-4628-26-1.

Carlock, C. J. (2008). Building Healthy Self Identity in Gays and Lesbians: A Satir Approach. *The Satir Journal.* 2(3), 20–75.

Carlson, T. D., Kirkpatrick, D., Hecker, L., Killmer, M. (2002). Religion, Spirituality, and Marriage and Family Therapy: A Study of Family Therapists' Beliefs About the Appropriateness of Addressing Religious and Spiritual Issues in Therapy. *American Journal of Family Therapy*. 30 (2), 157-171.

Carroll, B. (2001). A Phenomenological Exploration of the Nature of Spirituality and Spiritual Care. *Journal of Mortality*. 6(1), 81-98.

Caston, C. (2009). Using the Satir Family Tools to Reduce Burnout in Family Caregivers. *The Satir Journal*. *3*(2), 39–72.

Chapman, G. (2019). *Beş Sevgi Dili.* S.Yeniçeri (Çev.). İstanbul: Koridor Yayınevi.

Cheung, G. ve Chan, C. (2002). The Satir Model and Cultural Sensitivity: A Hong Kong Reflection. *Contemporary Family Therapy*. 24(1), 199-217.

Cheung, M. (1997). Social Construction Theory and the Satir Model: Toward a Synthesis. *American Journal of Family Therapy.* 25(4), 331-343.

Chung, R. H. (2013). Religiosity as Predictor of Marital Commitment and Satisfaction in Korean American Couples. *University of Southern California.* http://congress.aks.ac.kr/korean/files/2_1358497374.pdf.

Cihan, Ü. ve Karakaya, H. (2017). Yaşantısal Bir Aile Terapisti: Virginia Satir. *Munzur Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi.* 5 (10), 70-89.

Cilacı, O. (2020). "Dua" Maddesi. *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*. https://islamansiklopedesi.org.tr/dua#1.

Coffey, A. D. (2001). *Spirituality and Couples Therapy: Ethnographic Perspectives from Therapy Experiences,* Denton: Texas Woman's University.

Cohen, O. ve Dotton, R. F. (2012). Reasons for Divorce and Mental Health Following the Breakup. *Journal of Divorce and Remarriage*. 53(8), 581-601.

Conoley, C. W ve Conoley, J. C. (2017). *Pozitif Psikoloji ve Aile Terapisi: Değişime ve Rehberlik Etmek ve Büyümeyi Güçlendirmek İçin Yaratıcı Teknikler ve Pratik Araçlar.* T. Sarı (Çev.). Ankara: Anı Yayıncılık.

Creswell, J. W. (2013). *Nitel Araştırma Yöntemleri: Beş Temel Yaklaşıma Göre Nitel Araştırma Yöntemleri.* Mesut Bütün ve Selçuk Beşir Demir(Çev.). Ankara: Siyasal Kitapevi.

Creswell, J. W. (2014). *Araştırma Deseni: Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları*. Selçuk Beşir Demir (Çev.). Ankara: Eğiten Kitap.

Creswell, J.W. (2017). *Eğitim Araştırmaları: Nicel ve Nitel Araştırmanın Planlanması, Yürütülmesi ve Değerlendirilmesi.* Akif Avcu (Çev.). İstanbul: Edam Yayıncılık.

Creswell, J. W. ve Plano Clark, V. L. (2018). *Karma Yöntem Araştırmaları Tasarımı ve Yürütülmesi.* Y. Dede ve S. B. Demir (Çev.). Ankara: Anı Yayıncılık.

Crisp, B. R. (2009). Beyond the Seminary: New Frontiers for Teaching Spirituality, *Journel of Religious Education*. 104 (1), 4-17.

Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 4 (39), 13-23.

Çağlan, K. (2019). *Psikolojik Hastalıkların Yanlış Yorumlanması ve İnanç Eksikliği Olarak Damgalanması Sürecinde Manevi Destek İhtiyacı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Çağrıcı, M. (2020a) "Af" Maddesi, Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. https://islamansiklopedisi.org.tr/af#1-ahlak

Çağrıcı, M. (2020b)."Şükür" Maddesi. Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. https://islamansiklopedisi.org.tr/sukur

Çağrıcı, M. (2021a). "Sabır" Maddesi. *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*. https://islamansiklopedisi.org.tr/sabir

Çağrıcı, M. (2021b). "Dua" Maddesi. Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. https://islamansiklopedisi.org.tr/dua#1

Çalışkan, H. (2004). *İslamda Evlilik ve Aile Hayatı.* İstanbul: Çelik Yayınları.

Çankırılı, A. (2012). *Çocuğun Manevi Eğitimi*. İstanbul: Zafer Yayınları.

Çapcıoğlu, İ. (2019). Sadakatsizliğin Bireye, Aileye ve Topluma Yansımaları, *Sadakat ve Güven Bağlamında Aile*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 87-103.

Çapçıoğlu, İ. (2018). Sekülerleşen Toplumda Bireyselleşen Aile. Turkish Studies. 13(2). 19-34.

Çavuşoğlu, Z. Ç. (2011). *Bağlanma Stilleri Evlilik Uyumu ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çekik, A. (2015). *Akılcı Duygusal Aile Eğitimi Programının Anne ve Babaların Akılcı Olmayan İnançları ve Anne Babalık Stresleri Üzerine Etkisi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çetin, A. B. (2019). Aile Dinamikleri. T. Akbaş ve N. Özabacı (Ed.). *Kuram ve Uygulamaları ile Aile Danışmanlığı.* Ankara: Pegem Akademi Yayınları, 44-64.

Çetinkaya, B., Altundağ, S. ve Azak A. (2007). Spiritüel Bakım ve Hemşirelik. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*. 8 (1), 47-50.

Çetintaş, Ş. ve Ekşi, H. (2020a). Spiritually Oriented Couple, Marriage and Family Therapies. *Spiritual Psychology and Counseling.* 5, 7–24.

Çetintaş, Ş. ve Ekşi, H. (2020b), Manevi Eğilimli Çift, Evlilik ve Aile Terapileri. H. Ekşi (Ed.). *Aile Terapisi:Manevi Yönelimli Bir Perspektif,* Ankara:Nobel Yayıncılık,1-23.

Çevik, Y. (2020). *Türkiye'de Aileye Yönelik Sosyal Hizmet ve Aile Danışmanlığı Uygulamaları.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çiftkat, S. (2011). *Diyanet İşleri Başkanlığı Bünyesindeki Aile İrşat ve Rehberlik Hizmetlerinin Din Eğitimi Açısından Değerlendirilmesi: Elazığ İli Örneği.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dağcı, Ş. (2000). İslam Aile Hukukunda Evlenme Engelleri-I: Geçici Evlenme Engelleri. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 41 (1), 137-194.

Daneshpour, M. (1998). Muslim Families and Family Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy.* 24 (3), 355-390.

Daneshpour, M. (2015). Aile sistemleri Terapisi ve Postmodern Yaklaşımlar. V. Yorgun (Çev.). *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma*. Ankara: Nobel Yayınevi, 119-135.

Daşcı Kılıç, E. (2020). *Eşlerde Duygusal Süreçlerin Evlilik Uyumuna Etkilerinin İncelenmesi.* Yayımlanmamış Doktora Tezi. İstanbul: Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Soyal Bilimler Enstitüsü.

Daşkıran, İ. (2009). *Gençliğin Kimlik Oluşumunda Din, Aile ve Medyanın Etkisi: Kahramanmaraş Lise Gençliği Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dawson, J. S. (2008). *A Spiritual Resource of Hope and Healing for Parents of Seriously ill Children.* Master Thesis. New Jersey: Drew University. UMI Number: 3308640.

Dein, S. (2014). Din, Maneviyat ve Depresyon: Tetkik ve Tedavi İçin Öneriler. N. Kimter (Çev.). *Ekev Akademi Dergisi*. 18 (58), 739-750.

Demiray, E. (2019). *Yetişkin Dönemindeki Romantik İlişkilerde Kıskançlık, Bağlanma ve Aldatma Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Demirbilek, M. (2016). Aile Danışmanlığı: Bir Uygulama Örneği. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care. 10* (2), 109-120.

Demircan, A. (2015). *Cahilliyeden İslam'a Kadın ve Aile.* İstanbul: Beyan Yayınları.

Dinç, A. (2013). *Çocuk Suçluluğunda Ailenin Rolü.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kırıkkale: Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dindar, V. (2020). Gençlerde Evlilik Yaşının Uzaması Üzerine Din Sosyolojisi Açısından Bir Araştırma. *İlahiyat Akademi Dergisi.* (12), 257-284.

Djuric, Z., Mirasolo, J., Kimbrough, L. vd. (2009). A Pilot Trial of Spirituality Counseling for Weight Loss Maintenance in African American Breast Cancer Survivors. *National Instıtues of Helath, NIH.* 101 (6), 552-564.

Doğan, E. (2014). *Women's General Marital Adjustment And Relationship Style for Marital Adjustment in Relation to Dyadic Trust And Depression.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Doğan, G. (2019). *Liseli Gençlerde Günah Algısı: Elbistan Örneği.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Malatya: İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Doğan, M. (1997). *Duanın Psikolojik ve Psikoterapik Etkileri.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Doğan, M. (2014). Dinlerde ve İslam Kültüründe Sabır. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. (5), 93-130.

Duba, J. D., Watts, R. E. (2009). Therapy with Religious Couples, *Journal of Clinical Psychology*. 65(2), 210-223.

Duben, A. (2012). *Kent, Aile, Tarih.* L. Şimşek (Çev.). İstanbul: İletişim Yayınları.

Durak, E. Ş. ve Fışıloğlu, H. (2007). Film analizi Yöntemi ile Virginia Satir Aile Terapisi Yaklaşımına Bir Bakış. *Türk Psikoloji Yayınları.* 10 (20), 43-62.

Duyan, V. (2003). Aileye Yönelik Müdahale Sürecinin Aşamaları. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi.* 14 (1), 41-61.

Dündar, Ö. Z. (2012). Değişen ve Değişmeyen Yönleriyle Aile: Yapısı, Türleri, İşlevleri. N. Adak (Ed.). *Değişen Toplumda Değişen Aile: Sosyolojik Tartışmalar*. Ankara: Siyasal Kitapevi.

Düzgüner, S. (2013). *Maneviyat Algısı ve Diğerkâmlıkla İlişkisi: Kan Bağışı Örneğinde Türkiye ve Amerika Karşılaştırmalı Nitel bir Araştırma.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı Din Psikolojisi Bilim Dalı.

Düzgüner, S. (2016). Psikoloji Literatüründe Maneviyat Kavramı: Batı ve Türkiye Karşılaştırması. M. Atak (Ed.). *Maneviyat Psikolojisi.* İstanbul: Elit Kültür Yayınları, 11-29.

Düzgüner, S. ve Ayten, A. (2020). *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri Temel Bilgiler Kılavuzu.* Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Efe, E. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Eş Seçme Eğilimleri.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ekşi, H., Karaman, Z. (2012). Bir Evlilik Ve Aile Hayatı Eğitim Programının Evli Kadınlarda Evlilik Uyumuna ve Aile Sistemine Etkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi.* (36), 129-145.

Ekşi, H., Özgen, G. ve Kardaş, S. (2017). Eş Seçimi, Mükemmeliyetçilik ve Değerlerin Evlenmemiş Bireylerin Duygusal İlişki Tercihlerine Etkisi. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi.* 2(2), 92-104.

Emmons, R. A. (2008). Maneviyat Bir Zeka mıdır? Güdülenme, Biliş ve Nihai İlgi Psikolojisi. A. U. Mehmedoğlu, F. Şengül (Çev.).*Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi.* 35(2),133-158.

Emmons, R. A. ve Paloutzian, R. F. (2001). Din Psikolojisi. A. Ayten (Çev.). *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 21(2), 105-124.

Emmons, R. A., Crumpler, C. A. (2000). Gratitude as a human strength: Appraising the evidence. *Journal of Social and Clinical Psychology* (19) 56–69.

Erbaş, A. (2019). Diyanet İşleri Başkanlığının Ailenin Korunması ve Kadına Yönelik Şiddetin Önlenmesi Konusundaki Görüş ve Yaklaşımı. *Diyanet İşleri Başkanlığının Ailenin Korunması ve Kadına Yönelik Şiddetin Önlenmesi Konusundaki Görüş ve Uygulamaları*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Erbay, E., Gök, F.,ve Kardeş, T. (2015). Aile Mahkemelerine Başvuran ve Boşanma Sürecinde Olan Ailelerin Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 19 (1), 139-154.

Erbek, E., Beştepe, E., Akat, H., Eradamlar, N. ve Alpkan, R. L. (2005). *Düşünen Adam Dergisi.* 18 (1), 39-47.

Ercan, D. (2017). Aile Danışmanlığı Almayı Kabul Eden ve Reddeden Evli Çiftlerde Boşanmayı Düşünme Nedenleri. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.* İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Erdinç, İ. (2018). *Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumu, Cinsel Yaşam Doyumu ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Erdinç, Ş. (2011). Din Görevlisinin Toplumsallaştığı Ailede Geleneksel Formlar ve Bunların Kendi Aile Yapılarındaki Görünümleri: Antalya İli Örneği. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi.* 15 (2), 102-130.

Erdoğan, Y. S. (2019). Türkiye'de Aile Danışmanlığı Alanında Yapılmış Yüksek Lisans Tezlerinin Analizi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*. 2 (1), 106–127.

Ergeshkyzy, A. (2012). *Aile içi Roller ve Manevi Yaklaşım.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ergin, H. (2017). Eşler Arası İletişim Çatışmaları. H. Yavuzer (Ed.). *Evlilik Okulu: Evlilikte Kişiler Arası İlişkiler ve İletişim Becerileri.* İstanbul: Remzi Kitapevi.

Erkan, S. (2010). Aile ve Aile Eğitimiyle İlgili Temel Kavramlar. F. Temel (Ed.). *Aile Eğitimi ve Erken Çocukluk Eğitiminde Aile Katılım Çalışmaları.* Ankara: Anı Yayıncılık.

Erker, J. (2017). A Summary of a Qualitative Study of Satir Family Therapy: Theoretical and Practical Developments over the Past 30 Years. *Satir International Journal.* 5(1). 76-81.

Erkorkmaz, Ü. (2013). *Evliliğin Sürdürülmesinde Duygusal ve Dini Motivasyonlar Üzerine Bir Araştırma: Düzce Örneği.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Erlanger, M. A. (1987). *An Exploratory Study Of The Genogram (Family Tree)* Doctoral Thesis. Georgia: University of Georgia. UMI:48106.

Erol, T. A. (2020). Kayıp ve Yas, *Çift ve Aile Terapisi Temel Konular ve Müdahale Yöntemleri.* Y. Söylemez (drl.).İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları. 105-129.

Ertem, H. (2003). Hattiler ve Hititler Dönemi'nden Eski Türklere, Osmanlılara ve Günümüz Anadolusuna Kadar Uzanan Bazı Benzer Unsurlar-I. *Anadolu Arşivleri*. 6(2), 39-72.

Erten, H. (2014). Osmanlı Ailesine Farklı Bir Bakış. M. Aydın (Ed.). *Aile Sosyolojisi Yazıları.* İstanbul: Açılım Kitap

Esin Ergin ve Dağ (2013). Kişilerarası Problem Çözme Davranışları, Yetişkinlerdeki Bağlanma Yönelimleri ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiler. *Anadolu Psikiyatri Dergi.* (14), 36-45.

Eskikurt, A. (2007). *II. Meşrutiyet Dönemi Osmanlı Modernleşmesinin Kadınla İlgili Ayetlerin Yorumlarına Yansıması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.

Eva, E. (1988). *Humanistic Structural Transactional Family Therapy Integration: An Approach.* Doctoral Thesis. University Microfilms International. UMI:313761-4700800521-0600.

Eyce, B. (2000). Tarihten Günümüze Türk Aile Yapısı. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksek Okulu Dergisi*. 4, 223-243.

Fagan, P. F. (2006). Why Religion Matters Even More: The Impact of Religious Practice. Executive Summary Backgrounder. *Heritage Foundation,* (18), 1-19.

Fard, M. K., Shahabi, R. ve Zardkhaneh, S. A. (2013). Religiosity and Marital Satisfaction. Procedia Social and Behavioral Sciences. (82), 307-311.

Ferah, N. (2019). *Boşanma Sürecindeki Bireylerde Dini Başa Çıkma Davranışlarının Analizi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Fidanoğlu, O. (2006). *Evlilik Uyumu, Mizah Tarzı ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Fincham, F. D. (2003). Marital Conflict: Correlates, Structure And Context. *Curent Directions In Psychological Science*. 12(1), 23-27.

Froh, J. J., Miller, D. N. ve Snyder, S. F., (2007). Gratitude in Children and Adolescents: Development. *Assessment, and School-based Intervention. Reserching Practise.* 2 (1), 1-13.

Froh, J. J., Yurkewicz, C. ve Kashdan, T. B. (2009). Gratitude and Subjective Well-Being in Early Adolescence: Examining Gender Differences. *Journal of Adolescence. (*32), 633-650.

Gazioğlu, E. İ. (2017). Aile Yaşam Döngüsü. Haluk,Yavuzer (Ed.). *Evlilik Okulu: Evlilikte Kişiler Arası İlişkiler ve İletişim Becerileri.* İstanbul: Remzi Kitapevi.

Geçioğlu, A. R. ve Döner, E. (2019). İslam'da Evlilik ve Aile Bağlamında Günümüzde Tartışılan Konular Üzerine Psiko-Sosyal Bir Değerlendirme. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*.19 (2), 603-627.

Geçioğlu, A. R. ve Kayıklık, H. (2019). Dindarlık ve Evlilik Uyumu İlişkisi: Evli Bireyler Üzerine Bir İnceleme. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (ÇÜİFD).* 19 (1), 202-224.

Gedük, S. (2020). Aile İçi Problemler Karşısında Kuran'ın Teselli Boyutu. *Bingöl Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi.* 2 (16), 186-204

Gemi, A. (2009). Berdel. Uluslar Arası Kürt Kadın Kongresi. Hakkari: 1-5 Ekim.

Genç, M. F. (2013). Günümüz Dünyasında Din Hizmetlerinin Sunumunda Alternatif Öneriler. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*.17 (1), 135-160.

Genç, S. (2015). *Toplumsal Kurum Olarak Dinin Aile Kurumundaki Yeri Aile İrşat ve Rehberlik Büroları Çankaya Müftülüğü Örneği.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kırıkkale: Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Genia, V. (1999). Seküler Psikoterapistler ve Dindar Danışanlar: Mesleki Mülahazalar ve Öneriler. Ü. Ok (Çev.). *Journal of İslamic Research*. 12 (1), 78-83.

Giardina, L. M. (1983). *A Family Systems Approach to Parent Education: An İntegration of the Structural Family Model and Parent Education*. Doctoral Thesis. University of Massachusetts Amherst.

Giblin, P. R. (1993). Marital Conflict and Marital Spiritualty Wicks, R. J., Parsons, R. D. (Ed.). *Clinical Handbook of Pastoral Counceling.* New Jersey: Paulist Press, 313-328.

Gillett, K. S., Harper, J. M., Larson, J. H., Berret, M. E., Hardman, R. K. (2009). Implicit Family Process Rules in Eating-Disordered and Non-Eating-Disordered Families. *Journal of Marital and Family Therapy*. 35 (2), 159-174.

Gladding, S. T. (2015). *Aile Terapisi Tarihi Kuram ve Uygulamaları (3. Baskı)*. İ. Keklik., İ. Yıldırım (Çev.). Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği.

Glidden, M. (2016). Culture, Relıgıon/Spirituality, and Marriage: What Does the Research Say?. Azusa California: Azusa Pacific University.

Goetting, A. (1982). The Six Stations of Remarriage After Divorce. *Family Relations.* (31), 213-222.

Göcen G. (2016a). Şükür Maneviyatın Neresinde?, Atak, M. (Ed.). *Maneviyat Psikolojisi.* İstanbul: Elit Kültür Yayınları, 167-191.

Göcen, G. (2014). Şükür: Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü, İstanbul: DEM Yayınları.

Göcen, G. (2015). Bir Değer Eğitimi Örneği Olarak Şükür Günlükleri. R.Kaymakcan.,Tınaz,N., vd., (Ed.). *Değerler ve Eğitimi II.* İstanbul: Ensar Yayınları, 237-261.

Göcen, G. (2016b). Yetim Çocuklarda Şükür, Maneviyat ve Mutluluk, H. Hökelekli (Ed.). *Din Değerler ve Sağlık*. İstanbul: Ensar Yayınları. 233-265.

Göcen, G. (2016c). Qualitatively Exploring the Relationship Among Gratitude, Spirituality and Life Satisfaction in Turkish-Muslim Children. *Spiritual Psychology and Counseling.* 1(2), 189-208.

Göç, M. (2006). *Ailelerin Psiko-Sosyal Sorunları ve Aile Danışma Merkezlerinden Yararlanma Eğilimleri.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Göka, E. (2015a). *Aşk Her Şeyi Affederse: Teknomedyatik Dünyada Aşk ve Ahlak*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Göka, E. (2015b). *Kadınlar Erkekler Âşıklar: Ne Venüslü Ne Marslı Hepimiz Dünyalıyız.* İstanbul: Timaş Yayınları.

Göka, E. (2019). Minnet ve Şükür. M. Atak (Ed.). *Maneviyat Psikolojisi III. Evlilik ve Aile.* Kayseri: Kimlik Yayınları.

Griffith, M. E. ve Griffith, L. J. (2002). Addre,ing Spirituality in Its Clinical Complexities: Its Potential for Healing. Its Potential for Harm. *Journal of Family Psychotherapy*. 13 (2), 167-194.

Gül, G. (2017). Eşler Aile ve Evlilik Kurumu. H. Yavuzer (Ed.). *Evlilik Okulu: Evlilikte Kişiler Arası İlişkiler ve İletişim Becerileri.* İstanbul:Remzi Kitapevi.

Güler, H. (2010). 21. Yüzyılın Eşiğinde Kadınlar, Değişim ve Güçlenme. Uluslar arası Multidisipliner Kadın Kongresi Bildiri Kitabı. (Cilt 2). F.Ç. Döşkaya (Ed.). İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Yayınları, 58-62.

Günay, H. M. (2021). "Nüşûz" Maddesi. Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. https://islamansiklopedisi.org.tr/nusuz

Günay, S. (2007). *Evlilik Çatışması, Nedensellik-Sorumluluk Yüklemeleri, Eşlerin Evlilik İlişkisinden Sağladıkları Genel Doyuma İlişkin Görüşleri ve Evliliğe İlişkin Değerlendirmeler Arasındaki İlişkiler.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi sosyal Bilimler Fakültesi.

Gündüz, Ö. (2014). *Üniversite Öğrencilerinde Affetmeyi Yordayan Değişkenlerin Belirlenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Güneş, F. (2011). *Aile Sosyolojisi.* A. Kasapoğlu ve N. Karkıner (Ed.). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Güngör, M. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Aile Tipleri ve Aile Tutumları Açısından İncelenmesi. *Journal of New World Sciences Academy* 7(4), 40-51.

Güren, A. S. (2017). *Evli ve Çocuk Sahibi Çiftlerin Evlilik Uyumu, Evlilik Çatışması, Yakın İlişki Düzeyi ve Yalnızlık Düzeylerinin Çocuk Yetiştirme Tutumları ile İlişkisi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gürgan, U. ve Sezer, F. (2017). Aile Danışmanlığı Eğitiminin Özsaygı ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlara Etkisi, *Education Science.* 12 (3), 94-106.

Gürser, B. (2019). *Aile İçi İlişkilerde İhsan Örnekliği, Adalet ve İhsan Bağlamında Aile.* 2. Baskı. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı (DİB) Yayınları.

Gürses, İ. (2019). *Ailede Adalet Eğitimi, Adalet ve İhsan Bağlamında Aile.* 2. Baskı. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı (DİB) Yayınları

Gürsü, O. (2011). *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Güven, H. (2008). *Depresyon ve Dindarlık İlişkisi.* Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Güzel, S. (2009). *Telkin ve Terapide Duanın Önemi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Haber, R. (2002). Wirginia Satir: An Integrated, Humanistic Approach. *Contemporary Family Therapy.* 24(1), 23-34.

Haber, R. (2011). Virginia Satir's Family Camp Experiment: An Intentional Growth Community Still in Process. *Contemporary Family Therapy*. (33), 71-84.

Haitoglou, D. (2017). The Satir Systemic Coaching Model, *Satir International Journal.* 5 (1). 4-18.

Hanımoğlu, E. (2019). Aile Terapisi ve Aile Terapisi ile İlgili Kuramlar. T. Akbaş ve N. Özabacı (Ed.). *Kuram ve Uygulamaları ile Aile Danışmanlığı.* Ankara: Pegem Akademi Yayınları, 69-115.

Harkönen, J. (2013). Divorce: Trends, Patterns, Causes, Consequences. J. Treas., J. Scotty ve M. Richards (Ed.). *The Sociology of Families.* Chichester: Wiley-Blackwell Press, 303-322.

Harman, F. Ö. (2015). *Semavi Dinlerde Aile*. Aile Sempozyumu Tebliğler. Ankara: Medeniyet Vakfı Yayınları

Harman, Ö. F. (2021). "Günah" Maddesi. *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*. https://islamansiklopedisi.org.tr/gunah#1

Hasanoğlu, E. (2018). *Temel Kaynaklar Işığında Gerut Yahudiliğe Geçiş.* 2. Baskı. İstanbul: Divan Kitap.

Hasanov, E. (2020). "Zina" Maddesi. Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. https://islamansiklopedisi.org.tr/zina#2-diger-dinlerde

Haskan, Ö. A. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Evlilik Öncesi İlişkilerde Problem Yaşadıkları ve Eğitim Almak İstedikleri Konular. *Ege Eğitim Dergisi*. 15 (1), 279-299.

Hatipoğlu, Z. (1993). *The Role of Certain Demographic Variables and Marital Satisfaction of Husbands and Vifes*. Master Thesis. Middle East Technical University.

Haug I. E. (1998). Including a Spiritual Dimension in Family Therapy: Ethical Considerations. *Contemporary Family Therapy*. 20 (2), 181-194.

Hawkins, A. J., Willoughby, B. J. ve Doherty,W. J. (2012). Reason for Divorce and Openness to Marital Reconciliation. *Journal of Divorce and Remarriage.* (53),453-463.

Heigaard Smith, C. E. (2013). Strategies For Integrating Spirituality in Therapy: Student Perspectives. *Master of Science*. North Dakota State University of Agriculture and Applied Science.

Helmeke, K. B., ve Bischof, G. H. (2007). Couple Therapy and Spirituality and Religion. *Journal of Couple and Relationship Therapy*. 6 (1), 167–179.

Henry, C. (1994). Family System Characteristics, Parental Behaviors, and Adolescent Family Life Satisfaction. *Family Relations. 43* (4), 447-455.

Hodge, D. R. (2000). Spritual Ecomaps: A New Diagrammic Tool for Assesing Marital and Family Spiritualty. *Journal of Marital and Family Therapy*. 2. (7), 217-228.

Hof, L. (2017). Cinsel Yakınmaları Olan Danışanların Evlilik İlişkisini Değerlendirmek. *Evlilik Terapisi ve Cinsel Terapiyi Bütünleştirmek: Bir Klinik Rehber*. S.Yağcı ve F.Kaya Tezel (Çev.). Ankara: Pusula Yayınevi.

Horozcu, Ü. (2010a). Din Psikolojisi Açısından Dünyevi İstek Duaları. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Horozcu, Ü. (2010b). Tecrübî Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki. *Milel ve Nihal*. 7 (1), 209-240.

Huss, B. (2014). Spirituality: The Emergence of a New Cultural Category and its Challenge to the Religious and the Secular. *Journal of Contemporary Religion*. 29 (1), 47-60.

Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2002). The Effect of Religiousness on Marital Satisfaction: Testing the Mediator Role of Marital Problem Solving Between Religiousness and Marital Satisfaction Relationship. *Contemprary Family Therapy.* 27 (1), 123-136.

Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun Eğici Davranışlar ve Evlilik Doyumu İlişkisi: Algılanan Evlilik Problemleri Çözümünün Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi.* 18 (51), 99-108.

Innes, M. (2012). Satir's Therapuetically Oriented Educational Process: A Critical Appreciation. *Contemporary Family Therapy*. 24 (1), 35-57.

İslamoğlu, H. ve Alnıaçık, Ü. (2019). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. İstanbul: Beta Yayınları.

Jafari, F., Neisani Samani, L., vd. (2015). Marital Satisfaction and Adherence to Religion. *Journal of Medicine and Life*. 8 (4), 214-218.

Johnson, B. E. ve Ray, W. (2016*). Family Systems Theory. The Wiley Blackwell Encyclopedia of Family Studies. S.* Smith(Ed.). New York: Wiley-Blackwell Publishing.

Kabaklı Çimen, L. K. (2008). *Türk Töresinde Kadın ve Aile*. İstanbul: Kültür Sanat Yayıncılık.

Kabasakal, Z. ve Soylu, Y. (2016). Evli Bireylerin Evlilik Doyumunun Cinsiyet ve Eş Desteğine Göre İncelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi.* 5 (4), 208-214.

Kaçar, M. (2018*). Flört Süresinin Bireylerin Eş Seçme Önceliklerine İlişkisinin İncelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi.* İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

Kahveci, G. A. (2016). *Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu, Evlilik Çatışma Biçimi ve Depresyon Düzeylerinin Değerlendirilmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kahveci, N. (2013). *Cumhuriyet Dönemi Kuran Tefsirlerinde Kadın Konusu.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kalkan, M. ve Kaya, N. (2007). Evlilik Öncesi İlişkileri Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*. 9 (3), 34-40.

Kamışlı, E. (2018). *Toplumsal Cinsiyet Rolleri ve Aile İşlevselliğinin Problem Çözme Becerilerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kankaya, D. (2015). *Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi ve Cinsel Yaşantılar.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kara, N. (2013). *Çiftlerde Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri ve Eşin Duygu Dışavurum Tarzları İle Çift Uyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Karabacak, M. K. (2015). *Aile İçi Çatışma ve Anlaşmazlıkların Çözümünde Dini Danışmanlığın Önemi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Karagöz, S. (2020). *Manevi İçerikli Grup Rehberliğinin Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi Annelerin Dini Başa Çıkma, Psikolojik İyi Oluş ve Kaygı Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Karagöz, S. ve Böke, G. (2020). *Aile ve Dini Rehberlik Merkezlerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri.* Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Karahan, F. B. (2020). *İslam'da Aile.* Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Karakaş, A. C. (2014). *Gerçeklik Terapisi Yönelimli Dini Başa Çıkma Psikoeğitim Programının Affetme Esnekliği, Empati ve Stresle Başa Çıkma Üzerindeki Etkisi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Karalı Bozkurt, M. N. (2019). *Aile Danışmanlarının Danışmanlık Süreçleri, Becerileri, Karşılaştıkları Sorunlar ve Öz Yeterlilik Düzeylerinin Belirlenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Karaman, H., Çağrıcı, M., Dönmez, İ. K.ve Gümüş, S. (2020). *Kur'an Yolu Türkçe Meal ve Tefsiri. 4.Cilt*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları

Karan, C. (2020). Modern Ailenin Çıkmazları ve İslam Ailesi. *İlahiyat Akademi Dergisi.* (11), 125-157.

Karataş, Z. (2014). Problem Çözme Becerileri ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracı Rolü: Bir Yapısal Eşitlik Modeli Çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. (30), 118-140.

Karataş, Z. ve Uzun, K. (2020). Şükran mı Duyuyoruz Yoksa Minnettar mıyız? Do We Feel Gratıtude or Are We Thankful? *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.* (51),411-440.

Kardaş, F. ve Yalçın, İ. (2018). Şükran: Ruh Sağlığı Alanında Güncel Bir Kavram. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*. 10 (1), 1-18.

Kaslow, F. V. (2007). A Brief History of the Field of Family Psychology and Therapy. Francine,S. vd (Ed.). *Handbook of EMDR and Family Therapy Processes.* John Wiley.

Kavak, A. (2018). Evli Bireylerde Evlilik Doyumu, Aile İşlevselliği ve Çatışma Çözüm Stilleri. Ankara: *Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı*.

Kaya, A., Bozaslan, H. ve Genç, G. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumlarının Problem Çözme Becerilerine, Sosyal Kaygı Düzeylerine ve Akademik Başarılarına Etkisi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi.* (18), 208-225.

Kaya, M. (2019). Kuran'da Aile: Sevgi, Şefkat ve Merhamet İklimi, *Peygamberimiz ve Aile*. Ankara: Diyanet İşleri Yayınevi. 13-21.

Keçe, C. (2017). *Kadim Aşk Öğretileri*. Ankara: Pusula Yayınevi.

Keldal, G. ve Bilge, F. (2016). Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Alanında Karma Yöntemli Araştırmalar: Bir İçerik Analizi Çalışması. *25. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi.* Antalya, Türkiye.

Kerr, C. (2011). Experiential Family Therapy and Art Therapy. *Family Art Therapy: Foundations of Theory and Practice Family Therapy and Counseling.* New York: Routledge.

Kersten, K. K. (1988). *Disaffection in Marriage: Its Perceived Process and Attributions.* The Üniversity of Michigan. Order Number: 8907069.

Kesici, Ş. ve Mert, A., vd. (2017). *Aile Terapisinde Kullanılan Teknikler.* Ankara: Nobel Yayınları.

Keskiner, E. (2020). Ailede İyilik Eğitimi. *İyilik Ekseninde Aile*. Ankara:Diyanet İşleri Başkanlığı (DİB) Yayınları, 137-143.

Khan, F., Rothman, A. ve Keshavarzi, H. (2016). Integrating Islamic Traditions in Modern Psychology: Research Trends in Last Ten Years. *Journal of Muslim Mental Health.* 10 (1), 75-100.

Kılıç, E. (2014). *Aile Danışmanlığında Yeni Bir Model: Okul Temelli Aile Danışmanlığında Sosyal Hizmetin Rolü ve Önemi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Kılıç, E. (2018). Aile ve Din Bağlamında Mahremiyet Tasavvuru. *Journal of Analytic Divinity*. 2 (1), 54-81.

Kılıçarslan, A. (2017). Ebeveynliğe Geçiş. H. Yavuzer (Ed.). *Evlilik Okulu: Evlilikte Kişiler Arası İlişkiler ve İletişim Becerileri.* İstanbul: Remzi Kitapevi.

Kılınçer, H. (2017). *Tıp, Psikoloji ve İlahiyat Öğrencilerinin Türkiye'deki Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Kılınçer, H. (2019). Manevi Danışmanların Aile Danışmanlığı Hakkındaki Algı ve Tutumları. A. Ayten (Ed.). *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Farklı Alanlardan Araştırma Bulguları ve Değerlendirmeler*. İstanbul: DEM Yayınları.

Kıvılcım Kavak, A. (2018). *Evlilik Birliğinin Korunması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Çankaya Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakultesi.

Kocaoğlu, N. N. (2016*). İl Müftülüğüne Sorulan Sorulardaki Psikolojik Arka Plan: Kayseri Örneği.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Koç, İ., ve Saraç, M. (2018). Türkiye'de İlk Evlilik Yaşının ve Evliliğe İlişkin Pratiklerin Değişimi ve Boşanma ile İlişkisi. *Türkiye Aile Yapısı İleri İstatik Analizi.* Ankara: Aile ve Sosyal Hizmet Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü.

Koç, M. (2019). Aile Bireyleri (Anne-Baba-Çocuklar) Arasında Sadakat ve Güven, *Sadakat ve Güven Bağlamında Aile*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 43-51.

Koenig, H. G. (2008). Research on Religion, Spirituality, and Mental Health: A Review. *Canadian Journal of Psychiatry*, 1-30.

Koo, M., Algoe, S. B., Wilson, T. D. ve Gilbert, D. T. (2008). It is a Wonderful Life: Mentally Subtracting Positive Events İmproves People's Affective States, Contrary to Their Affective Forecasts. *Journal of Personality and Social Psychology*. 95 (5), 1217-1224.

Korkut, Y. (2000). Bazı Özel Psikolojik Damşma Merkezlerinde Aile Danışmanlığı ve Aile Terapisi Hizmetlerinin Durumu. Tecrübî Psikoloji Çalışmaları. (22), 111-133.

Korkut, Y. (2001). Aile Danışmanlığı ve Aile Terapisi Hizmetleri. *Psikoloji Çalışmaları.* (22), 111-133.

Korkut, Y. (2007). Türkiye'de Aile Terapisi ve Terapistlerinin Durumu: Eğitim Standartları, Terapi Yönelimleri, Çalışma Biçimleri ve Eğitim İhtiyaçları Üzerine Bir Çalışma. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*. 27 (0), 13-30.

Koydemir, S., Selışık, Z. E., ve Tezer, E. (2005). Evlilik Uyumu ve Mükemmeliyetçilik Boyutları Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi.* 3 (23), 65-74.

Köse, A. (2021). "Günah"Maddesi. *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*. https://islamansiklopedisi.org.tr/gunah#3-pskoloji

Köse, B. (2012). Geçmişten Günümüze Aile. N. Adak (Ed.). *Değişen Toplumda Değişen Aile: Sosyolojik Tartışmalar*. Ankara: Siyasal Kitapevi.

Kramer, S. (1995). *Transforming the İnner and Outer Family: Humanistic and spiritual Approach to Mind-Body Systems Therapy*. New York: The Haworth Press.

Kublay, D. ve Oktan, V. (2015). Evlilik Uyumu: Değer Tercihleri ve Öznel Mutluluk Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 5* (44), 25-35.

Kurt, E. (2019). Diyanet İşleri Başkanlığınca Yürütülen ADRB Faaliyetlerinin Yaygın Din Eğitimi Açısından Değerlendirilmesi. *Uluslararası Bilim ve Eğitim Kongresi 2019 (UBEK2019) Tam Metin Bildiri Kitabı*. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık, 606-611.

Kurt, H. (2007). Hz. Peygamberin İnsanlarla İlişkileri ve Aile İçi iletişimde Sevgi. *Hz. Peygamber ve İnsan Sevgisi. I. Kutlu Doğum Sempozyum Bildirileri* 21-22 Nisan 2007. Şanlıurfa, Türkiye.

Kuş, E. (2012). *Nicel-Nitel araştırma Teknikleri. Sosyal Bilimlerde Araştırma Teknikleri: Nicel mi Nitel mi?* Ankara: Anı Yayıncılık.

Kültür, S. E., Ünal, M. F. ve Özusta, Ş. (2006). Alkol Bağımlılığı Olan Babaların Çocuklarında Psikopatoloji. *Türk Psikiyatri Dergisi.* 17 (1), 3-11.

Lambert, N. L.ve Dollahite, D. C. (2006). How Religiosity Help Couples Prevent, Resolve and Overcome Marital Conflict. *Family Relations.* (55), 239-449.

Leahy, R. L. (2007). *Bilişsel Terapi ve Uygulamaları: Tedavi Müdaheleleri İçin Bir Kılavuz.* H. Hacak.,vd. (Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.

Lebow, L. J. (2019). *Çift ve Aile Terapisi: Alan ile İlgili Bütüncül Bir Harita*. H. Uğur. (Çev.). Ankara: Nobel Yayınları.

Lee, B. K. (2001). *The Religious Significance of the Satir Model: Philosophical, Ritual and Empirical Perspectives.* Doctoral Thesis. Canada: University of Ottowa.UMI: 800-521-0600.

Lee, B. K. (2002a). Congruence in Satir's Model: Its Spritual and Religious Significance, Contemporary Family Therapy. 24 (1), 57-79.

Lee, B. K. (2002b). Development of a Congruence Scale Based on the Satir Model. *Contemporary Family Therapy*. 24 (1), 217-239.

Leslie, M. (2006). Widening Our Lens, Deepening our Practice: An Exploration of Energy within the Teachings of Virginia Satire, *Satir International Journal*. 4 (1), 5-20.

Littlewood, P. J. (2009). The Satir Model and Emotionally Focused Therapy:A Response to Lorrie Brubacher. *The Satir Journal.* 3(1), 26-37.

Loeschen, S. (2019). *Satir Süreçleri, Terapistler İçin Pratik Beceriler.* Ö. Ç. Tosun. (Çev.). İstanbul: Beyaz Yayınları.

Lowenstein, L. F. (2005). Causes and Associated Features of Divorce as Seen by Recent Research. *Journal of Divorce And Remarriage.* 42 (3), 153-171.

Lum, W. (2002). The Use of Self of the Therapist. *Contemporary Family Therapy*. 24 (1), 181-199.

Lyubomirsky, S., Dickerhoof, R., Boehm, J. K. Ve Sheldon, K. M. (2011). Becoming Happier Takes Both a will and a Proper Way: An Experimental Longitudinal İntervention to Boost Well-Being. *Emotion*. 11(2), 391-402.

Lyubomirsky, S., ve Layous, K. (2013). How Do Simple Positive Activities İncrease Well-Being? *Current Directions in Psychological Science.* 22 (1), 57-62.

Macaskill, A. (2004). The Treatment of Forgiveness in Counselling and Therapy. *Counselling Psychology Review*. (20), 1-18.

Macaskill, A., Maltby, J. ve Day, L. (2002). Forgiveness of Self and Others and Emotional Empathy. *The Journal of Social Psychology*. 142 (5), 663-665.

Mahoney, A, (2010). Religion in Families 1999 to 2009: A Relational Spirituality Framework. *Journal of Marriage Family.* 72 (4), 805–827.

Mahoney, A. ve Tarakeshwar, N. (2013). Evlilikte ve Gündelik Hayat ve Aile Krizlerindeki Ebeveynlik Konusunda Dinin Rolü. F. Z. Belen (Çev.). *Din ve Maneviyat Psikolojisi Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları.* A. Ayten ve İ. Çapçıoğlu (Ed.). Ankara: Phoenix Yayınları.

Malkoç, B. (2001). *İletişim Şekilleri İle Evlilik Uyumu Arasındaki İlişki.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı.

Mandaloğlu, M. (2013). İslamiyet'ten Önce Türk Aile Hukuku. *Türkiyat Araştırmaları Dergisi.* (33), 133-158.

Marterella, M. K. ve Brock, L. J. (2008). Religion and Spirituality as a Resource in Marital and Family Therapy. *Journal of Family Psychotherapy*. 19 (4), 330-344.

Marterella, M. K. ve Brock, L. J. (2008). Religion and Spirituality as a Resource in Marital and Family Therapy. *Journal of Family Psychotherapy*. 19(4), 330-344.

Martı, H. (2017). *Aile Olmak.* Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Martı, H. (2018). *Hadislerle Evlilik.* Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Martı, H. (2019). *Aileyi Ayakta Tutan Ahlaki Değerler. Peygamberimiz ve Aile*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Martiez, J., Hollingsworth, B., Shephard, R., Lee, L., Gomori, M. ve Metcalf, L. (2011). Satir Human Validation Process Model. *Marriage and Family Therapy A Practice-Oriented Approach*. New York: Springer Puplishing Company.

Mask, K. (2004). Religion, Spirituality, and the Family: An Analysis of Publishing Trends in Selected Family Sciences, and Marriage And Family Therapy Journals. Texas: Texas Woman's University.

McCullough, M. E. ve Emmons, R. A. (2003). Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (2), 377-389.

McGeorge, C. C., Carlson, T. S. vd. (2015). The History of Marrige and Family Therapy. Joseph, L.W. ve Lorna, L. H (Ed.). An *İntroduction to Marriage and Family Therapy*. New York: Routledge.

Mehmedoğlu, A. U. ve Mehmedoğlu Y. (2012). Kadim Bir İlgiden Beslenen Meydan Okuma: Ruhsallık (Spırıtualıty) *Gnostik Akımlar ve Okültizm Sempozyumu (25-27 Mayıs 2012- Malatya)*,147-166.

Mert, A. (2014). *Sistemik Aile Yönelimli Psiko-Eğitim Programının Değerler, Algılanan Sosyal Destek ve Çift Uyumuna Etkisi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Mesleki Yeterlilik Kurumu (2014). *Ulusal Meslek Standardı*, Aile Danışmanı. 14UMS04146/19.03.2014/00.https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=16567&MevzuatTur=7&MevzuatTertip=5

Messina, M. C. (2008). *The Relationship Between Religiosity and the Family Dynmics of the Circumplex Model of Marital and Family System*. Master Thesis, California: Alliant International Universty. UMI: 3305350.

Mirza, G. A. (2014). *Yeni Dinselleşme Eğilimleri ve Maneviyat Arayışları.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

Mook, S. L. (1997). *The Pastoral Counseling Relationship as a Means of Transformation: A Theological, Psychological, and Methodological Study of Transformation.* Doctoral Thesis. Minnesota. UMI:313/761-4700 800/521-0600.

Mutluer, S. (2006). *Özgüven Oluşmasında Manevi Değerlerin Rolü.* Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Mürsel, C. ve Onur, F. (2020). Aile ve Dini Rehberlik Bürosu Görevlilerinin Karşılaştıkları Problemlere Dini Danışmanlık ve Rehberliğin Katkısı (Bingöl Örneği). *Antakiyat, Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 3 (2), 231-255.

Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends, and Faith of Happy People. *American Psychologist.* 5 (1), 56-67.

Nazlı, S. (2018). *Aile Danışmanlığı. (14.Baskı).* Ankara: Anı. Yayınları.

Nelson, J. M. (2009). *Psychology, Religion and Spirituality*.USA:Springer.

Nelson, N. (2008). Religion, Coping and Marital Satisfaction. *Senior Honors Thesis,* http://hdl.handle.net/1803/556.

Nichols, M. P. (2013). *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*. O.Gündüz (Çev.) İstanbul: Kaknüs Psikoloji Yayınları.

Nickles, T. (2011). The Role of Religion and Spirituality in Counseling. California: California Polytechnic State University.

Nurlu, M. (2020). Duygu Odaklı Çift Terapisi ve Maneviyat Ekşi, H. (Ed.). *Aile Terapisi: Manevi Yönelimli Bir Perspektif.* Ankara: Nobel Yayıncılık, 141-157.

O'Neill, J. H. (1982). *Individuality and Intimacy in Pastoral Marital Counseling*. Faculty New Orleans Baptist Theological Seminary. UMI Microform 3089250.

Oktik, N. (2018). Aile ve Toplum: Sosyolojik Yaklaşımlar. N. Oktik ve H. Ü. Reşitoğlu. (Ed.). *Aileyi Anlamak Disiplinler Arası Yaklaşım*. Ankara: Nobel Yayınları.

Okumuş, E. (2019). İnsani Bir Nitelik Olarak Sadakat. *Sadakat ve Güven Bağlamında Aile*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 11-27.

Okumuş, M. (2011). Kurana Göre Evlilik ve Evliliği Sürdürmenin Önemi. Hüseyin Yaşar (Ed.). *Kuran'ın Nuzulunun 1400. Yılı Münasebetiyle Kuranda Aile Sempozyumu.* İzmir: Tibyan Yayıncılık.

Okuyan, M. (2007). Kadına Yönelik Şiddete Kurân'ın Bakışı. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi.* 23 (23), 93-134

Oruç, A. B. (2018). Peygamber Kıssaları Özelinde Tefsirlerde Mahremiyet. *Turkish Studies.* 13 (25), 335-358.

Öğüt, S. ve Ali, K. K. (2020). "Çok Evlilik Maddesi". Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. https://islamansiklopedisi.org.tr/cok-evlilik.

Öner, N. (1996). *Türkiye'de Kullanılan Psikolojik Testlerden Örnekler: Bir Başvuru Kaynağı.* İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.

Öresin, H. (2019). Ailemin İletişim Dili. *Ailem*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları,120-135.

Öter, S. (2018). *A mother, a Doughter and a Son: Analysis of Family Therapy Process with and Adult Family.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi.

Özabacı, N. ve Erkan, Z. (2013). *Aile Danışmanlığı Kuram ve Uygulamalara Genel Bir Bakış.* Ankara: Pegem Akademi.

Özarslan, S. (2011). Hz.Peygamber'in Hanımlarına Muamelesi ve Çok Evliliğinin Gerekçeleri. *Oş Devlet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 14 (15), 111-129.

Özbay, F. (2015). *Dünden Bugüne Aile, Kent ve Nüfus*. İstanbul: İletişim Yayınları.

Özbek, Ç. ve Köşk, U. C. (2018). Geleneksel-Çağdaş İkiliğinde Alternatif Aile Modelleri: Toplumsal Bir Zorunluluk mu? Özgürlüklerin ve Mahremin Alanı mı? N. Oktik ve H. Ü. Reşitoğlu (Ed.). *Aileyi Anlamak Disiplinler Arası Yaklaşım*. Ankara: Nobel Yayınları

Özdemir, A. (2019). Kuran ve Sünnette Sadakatin Kavramsal Çerçevesi, , *Sadakat ve Güven Bağlamında Aile*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları. 35-43.

Özdemir, Ö. (2013). *Aile İrşat ve Rehberlik Bürolarının Yetişkin Din Eğitimine Katkısı: Adana İl Örneği.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özer, N. (2015). *Aile Danışmanlığında Hakemlik Kurumunun Yeni Bir Model Olarak İhyası.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yalova: Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmet Enstitü.

Özgen, H. (2019). *Evli Kadınlarda Duygusal Zeka ve Evlilik Uyumu İlişkisi Aile Danışmanlığı Merkezi Örneği.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özgüven, H. D., ve Sayıl, I. (1999). Ankara Üniversitesi Kriz Merkezine Bir Yıl Süresince Başvuran Yeni Vakaların Sorun Alanları ve Tanılarına Göre Değerlendirilmesi. *Kriz Dergisi.* (7), 7-13.

Özgüven, İ. E. (2017). Evlilik ve Aile Terapisi. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Özkan, A. (2019).Manevi Danışmanlıkta Kullanılan Kavramlar ve Pratikteki Algısı. A. Ayten (Ed.). *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Farklı Alanlardan Araştırma Bulguları ve Değerlendirmeler*. İstanbul: DEM Yayınları.

Özkan,Y. ve Kılıç, E. (2013). Ailenin Psiko-Sosyal Destek İhtiyacını Karşılamada Yeni Bir Moodel Önerisi: Aile Sağlığı Merkezlerinde Aile Psiko-Soyal Destek Birimi. *Sosyal Politika Çalışmaları*. 1(13), 25-44.

Özkan,Y. ve Kılıç, E. (2014). Çocuk ve Aile Odaklı Sorunların Çözümünde Okul Sosyal Hizmet Uzmanlarının Önemi: Uzmanların Çocuk ve Ailelerle Çalışmada Sahip Oldukları Beceriler. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi.*18 (3), 397-412.

Özkiraz, A. ve Baş, G. İ. (2016). Osmanlıdan Günümüze Türk toplumunda Aile Yapısı ve Boşanma. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*. 18 (30), 87-95.

Özsoy Cemgil, A. Ç. (2020). Aile İçi Şiddet. Y.Söylemez (drl.). *Çift ve Aile Terapisi Temel Konular ve Müdahale Yöntemleri.* İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, 1-23.

Öztop, H., Şener, A., ve Güven, S. (2008). Evde Bakımın Yaşlı ve Aile Açısından Olumlu ve Olumsuz Yönleri. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*. (1), 39-49.

Öztunç, H., Şener, Ö. (2015). Cinsiyet, Ayrılmış Ebeveyn ve Şiddet Görme Faktörlerinin Gençlerin Eş Seçim Tutumları Üzerinde Etkisi. *Akademik Araştırmalar Dergisi.* (66), 143-166.

Öztürk, D. (2018). *Kuran'ı Kerim'de Geçen Dua Örneklerinin Psikolojik Açıdan Analizi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir: Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Öztürk, E. (2008). *Türkiye'de Aile İçi Şiddet, Kadın Sığınma Evleri ve Din.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Öztürk, M. (2019a). *Aile ve Çocuk İlmihallerinin Tanıtımı ve Din Eğitimi Açısından Değerlendirmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Öztürk, M. (2019b). Aile Saadeti İçin Kurandan Öğütler. *Peygamberimiz ve Aile.* Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Pak, M. D. (2019). Kronik Hastalıklarla Baş Etmede Çoklu Aile Grubu Terapisi Uygulamaları. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi.* 30 (3), 1120-1141.

Palomino, O. H. (1995). *A Critical Appraisal Of Structural Family Therapy as a Resource in Pastoral Counseling.* Doctoral Thesis Texas;. The Faculty of the School of Theology Southwestern Baptist Theological Seminary, UMI:9707455

Pamuk, M. (2012). Problem Çözme Becerisini Geliştirmeye Yönelik Bir Grup Rehberlik Programı. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 22 (1), 128-136.

Pan, P. J. D. (2000). The Effectiveness of Structured and Semistructured Satir Model Groups on Family Relationships With College Students in Taiwan. *Journal For Specıalısts In Group Work*. 25 (3), 305-318.

Parladır, S. (2020). "Dua" Maddesi. *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*. https://islamansiklopedisi.org.tr/dua#2-islamda-dua

Parlar, H. ve Akgün, Ş. (2018). Evlilikte Bilinçli Farkındalık, Evlilik Doyumu ve Problem Çözme Becerileri İlişkilerinin İncelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*. 1 (1), 1-21.

Pehlivan, O. (2017). *Aile Tanımı ve İlişkilerin Toplumsal İnşası.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Pei, Y. (2000). *From Caterpillar to Butterfly: An Action Research of Educational Program Based on the Satir Model for Women im Taiwan*. Doctoral Thesis. Knoxville: The University of Tennessee. UMI:800-521-0600

Peker, H. (2017). *Ruh Sağlığı ve Dini İnanç*. İstanbul: Ensar Yayınları.

Plante, T. G. ve Sharma, N. K. (2001). *Religious Faith and Mental Health Outcomes*, *Faith and Health*. T. G. Plante., A. C. Sherman (Ed.). New York: The Guilford Press.

Polat, D. (2012). *Boşanma Aşamasındaki Bireylerin Evlilik Çatışmaları, Çatışma İletişim Tarzları ve Sosyal Destek Sistemlerinin İncelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Samsun: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Quattlebaum, A. A. (2002). *A Study of the Use of Spirituality in Social Work Practice.* Master Thesis. University of Sought Carolina. UMI Number: 3052068.

Rash, J. A., Matsuba, M. K. ve Prkachin, K. M. (2011). Gratitude and Well-Being: Who Benefits the Most from a Gratitude Intervention? Applıed Psychology: Health And Well-Beıng. 3 (3), 350-369.

Rashidinejad, H., Tabrizi, M., Shafiabadi, A. (2012). Effectiveness of Parental Group Training Through Using Satir's Family Therapy Approach on Family Emotional Conditions *Knowledge and Research in Applied Psychology,* 13 (3), 2-11.

Rio, C. D. M. ve White, L. J. (2012). Maneviyatı Dindarlıktan Ayırmak: Hilomorfik Bir Bakış Acısı. S. Baş (Çev.). *Tasavvuf İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi.* 37 (1), 73-113.

Rusu, P. P. ve Turliuc. M. N. (2011). Ethical Issues of Integrating Spirituality and Religion in Couple and Family Therapy. *Romanian Journal of Bioethics*. 9 (1), 83-95.

Sağlam, H. (2016). İslam Hukukunda Mehir Evlilik Sigortası mıdır? Universal Journal Of Theology. 1 (1), 1-19.

Salender, P. (2006). Who Needs the Concept of Spirituality*? Psycho-Oncology* . (15), 647–649.

Salsman, J. M. ve Carlson, C. R. (2004). Dini Yönelim, Olgun İman ve Psikolojik Rahatsızlıklar: Negatif ve Pozitif İlişkiler. A. Ayten (Çev.). *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakultesi Dergisi.* 26 (1), 119-131.

Samancı, A. Y. ve Ekici, G. (1998). *Aile terapisi.* İstanbul: Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi. Evlilik ve Sorunlarını Danışma ve Araştırma Merkezi. I. Nevroz Servisi.

Samancı, A.Y. ve Ekici, G. (1998). Aile Terapisi, *Düşünen Adam Dergisi*. 11 (3), 45-51.

Sarı, Ö. (2013). Aile Kurumu ve Ailenin Tanımı. M. Aydın (Ed.). *Sistematik Aile Sosyolojisi*. Konya: Çizgi Kitapevi.

Sarı, T. (2012). *Evli Bireylerin Ebeveyn Algıları, Otomotik Düşünceleri ve Bağlanma Stillerinin Evlilik Doyumu ile İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sarı, T. (2015). *Aile Danışmanlığının Engelli Çocuk Annelerindeki Anksiyete, Depresyon ve Stres Düzeylerine Etkisi*. Uzmanlık Tezi. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi.

Satir, V. (2008). A Partial Portrait of a Family Therapist in Process. in Banmen, J. (Ed.). *In Her Own Words: Selected Papers 1963-1983*. Phoenix: AZ: Zeig, Tucker, and Thiessen, Inc.

Satir, V. (2016). *Temel Aile Terapisi.* S. Yeniçeri (Çev.). İstanbul: Beyaz Yayınları.

Satir, V. (2017). *İnsan Yaratmak.* S.Yeniçeri (Çev.). İstanbul: Beyaz Yayınları

Satir, V., Banmen, J., Gerber, J. ve Gomori, M. (1991). *The Satir Model: Family Therapy and Beyond.* Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.

Savadogo, A. (2018). *İslam Aile Hukukunda Nişanlanma ve Evlilik Akdi Esnasında Ortaya Çıkan Çağdaş Problemler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Savaşır, I. ve Sahin, N. (1997). *Bilissel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler.* Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Sayles, C. (2002). Transformational Changes-Based on Model of Virginia Satir. *Contemporary Family Therapy*. 24 (1), 93-111.

Schlehofer, M. M., Omoto, A. M. ve Adelman, J. R. (2008). How Do "Religion" and "Spirituality" Differ? Lay Definitions Among Older Adults. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 47(3), 411–425.

Seligman, L. (1981). An Application of Satir's Model to Family Counseling. *The School Counselor.* 2 (29), 133-139.

Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N. ve Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. *American Psychologist.* 60 (5), 410-421.

Selman, A. (2017). *Dindarlığın Aile Yaşam Döngüsüne Etkisi: Batı Akdeniz Örneği.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sevim, Y. (2018). Evlilik Öğretilebilir mi*? Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi.*11 (61), 606-610.

Sezen, L. (2005). Türkiye'de Evlenme Biçimleri. *Atatürk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi.* (27), 185-195.

Sheldon, K. M. ve Lyubomirsky, S. (2006). How to Increase and Sustain Positive Emotion: The Effects of Expressing Gratitude and Visualizing Best Possible Selves. *The Journal of Positive Psychology*. 1 (2), 73-82.

Sheldrake, P. (2010). Spirituality and Healthcare. *Practical Theology*. 3 (3), 367-379.

Smith, G. L. (1998). The Present State And Future of Symbolic-Experiential Family Therapy: A Post-Modern Analysis. *Contemporary Family Therapy*. 20 (2), 147-161.

Smith, S. (2002). Transformationin Therapeutic Practice. *Contemporary Family Therapy*. 24 (1), 111-129.

Snarey, J. R. ve Dollahite, D. C. (2001). Varieties of Religion-Family Linkages. *Journal of Family Psychology*. 15 (4), 646-651.

Solmuş, T. (2010). Annem, Aşkım, Tanrım: Din ve Tanrıya Bağlanma. T. Solmuş (Ed.). *Bağlanma Evlilik ve Aile Psikolojisi.* İstanbul: Sistem Yayıncılık.

Soylu, Y. ve Kağnıcı, D. (2015). Evlilik Uyumunun Empatik Eğilim, İletişim ve Çatışma Çözme Stillerine Göre Yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi.* 5 (43), 44-54.

Sönmez, Ö. A. (2013). Ailenin Diğer Kurumlarla İlişkisi. M. Aydın (Ed.). *Sistematik Aile Sosyolojisi.* Konya: Çizgi Yayınevi.

Söylemez, M. M. (2015). *Asr-ı Saadet'ten Günümüze Aile. Aile Sempozyumu Tebliğler.* Ankara: Medeniyet Vakfı Yayınları.

Sözeri Varma, G., Kalkan Oğuzhanoğlu, N., Çulha Ateşçi, F., Karagöz, N. ve Apa, F. (2018). Alzheimer Hastasına Bakım Veren Yakınlarında Psikodramatik Grup Terapisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. (19), 1-11.

Stein, E. M., Kolidas, E. ve Moadel, A. (2015). Do Spiritual Patients Want Spiritual İnterventions? A Qualitative Exploration of Underserved Cancerpatients' Perspectives on Religion and Spirituality. *Paliative and Supportive Care*. (13), 19-25.

Stevenson, B. ve J. Wolfers. (2007). Marriage and Divorce: Changes and Their Driving Forces. *PSC. Working Paper Series.* 1-30.

Subaşı, N. (2014). Toplumsal Değişme, Aile ve Yeni Risk Alanları. M. Aydın (Ed.). *Aile Sosyolojisi Yazıları.* İstanbul: Açılım Kitap.

Sucu, G. (2019). *İlahiyat Fakultesi Öğrencilerinde Kadın Algısı.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Samsun: Onkokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sungur, M. Z. (2017). *Aşk Evlilik Sadakatsizlik Şeytan Üçgeni: Sen, Ben ve Aramızdaki Herşey*. İstanbul: Büyük Ada Yayıncılık

Sülün, M. (2020). Kuran'ı Kerime Göre Ailede İyilik Kavramı. *İyilik Ekseninde Aile.* Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 11-35.

Şabanova, A. (2017). *Aile Danışmanlığı Alanında Çalışan Uzmanların Bu Alana İlişkin Görüş ve Önerileri.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şahbaz, T.(2017). Cinsel Mitlerin Cinsel İşlev Bozukluğu ve Kaygı Üzerinde Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Şahin, H. (2009). *Aile ve Akrabalık İlişkilerinden Kaynaklanan Sorunlar ve Bu Sorunların Çözümünde Din Eğitiminin Rolü.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şahin, N., Şahin, N. H. ve Heppner, P. P. (1993). Psychometric Proporties of the Problem Solving Inventory in a Group of Turkish University Students. *Cognitive Therapy and Research.* 17 (4), 379-396.

Şahin, T. K. (2010). *Dini Danışmanlık Bağlamında Aile İrşat ve Rehberlik Bürosu Faaliyetleri.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şavran, T. G. (2015). Nicel ve Nitel Araştırmalarda Kullanılan Araştırma Teknikleri, *Sosyolojide Araştırma Yöntem ve Teknikleri*. Temmuz Gönç ŞAVRAN (edt.). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları, 65-104.

Şatıroğlu, G. (2017). *Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi, Bilişsel Duygu Düzenleme ve Kişilik Özellikleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı.

Şavaşır, I. ve Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Şeker, C. (2015). Yahudilikte Evlilik ve Cinsellik Anlayışı/Ahlakı. *İlahiyat Tetkikleri Dergisi*. 2 (44), 247-271.

Şen, B. (2010). *Aile İrşat ve Rehberlik Bürosuna Sorulan Sorular Işığında İstanbul'da Aile Hayatının Sosyolojik Analizi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şenavcu, H. İ. (2015). *Dünden Bugüne Japon Budizmi: İnanç ve Uygulamaları*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Şendil, G. ve Korkut, Y. (2012). Evli Çiftlerdeki Çift Uyumu ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları* Dergisi. (28), 15-34.

Şenel, H. G. (2017). Eş Seçimi Kararı. H. Yavuzer (Ed.). *Evlilik Okulu: Evlilikte Kişiler Arası İlişkiler ve İletişim Becerileri.* İstanbul: Remzi Kitapevi.

Şener, A. (2002). *Ailede Eşler Arası Uyuma Etki Eden Faktörlerin Araştırılması.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Şener, A. ve Terzioğlu, G. (2008). Bazı Sosyo-Ekonomik ve Demografik Değişkenler ile İletişimin Eşler Arası Uyuma Etkisinin Araştırılması. *Aile ve Toplum Dergisi.* 10 (4), 7-20.

Şenol Durak, E. ve Fışıloğlu, H. (2007). Film Analizi Yöntemi ile Virginia Satir Aile Terapisi Yaklaşımına Bir Bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*. 10 (20), 43-62.

Şentepe, A. (2016). *Ruh Sağlığın Belirtilerinin Yordayıcısı Olarak Affetme ve Dindarlık İlişkisi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Sakarya, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şirin, H. T. (2013). *Aile Eğitim Programının Evli Kadınların Eş Tükenmişliği Düzeyine Etkisi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Şirin, T. (2014). *Dini Danışma ve Rehberlik İhsan Modeli*. İstanbul: Mim Akademi.

Şirin, T. (2018). Evli Çiftlerin Evlilik Uyumları ile Dini Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Turkish Studies.* 13 (3), 691-722.

Şirin, T. (2019). Evli Çiftlerin Spritуel İyi Oluşları ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişki. *Ekev Akademi Dergisi*. 23 (77), 389-410.

Tacoğlu, T. P. (2011). Türkiye'de Gerçekleştirilen Geleneksel Evlilik Çeşitlerinin Nedenleri ve Evlilikler Üzerinde Törenin Etkisi. *ODÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi.* 2 (4), 115-143.

Tam, Ekman, P. C. (2006). Satir Model of Family Therapy and Spiritual Direction. *Pastoral Psychology.* 54 (3), 275-287.

Tamer, G. M. (2017). Yaşlı Hastalarına Bakım Veren Kadınların Deneyimleri Işığında Evde Bakım Hizmetinin Değerlendirilmesi. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları*. (26), 157-186.

Tarhan, N. (2010a). *Son Sığınak Aile*. İstanbul: Nesil Yayınları.

Tarhan, N. (2010b). *Evlilik Psikolojisi: Öncesi ve Sonrasıyla Evlilik*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Tarhan, N. (2019). *Hz. Mevlana ile Aile Terapisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Taştan, K., Işık, M., Set, T. ve Cansever, Z. (2016). Aile Hekimlerinin Aile Danışmanlığı Hakkındaki Görüş ve Önerileri. *Konuralp Tıp Dergisi.* 8(2), 137-140.

Taycan, E. ve Kuruoğlu, A. Ç. (2013). Evlilik Uyumu ile Bağlanma Stilleri ve Mizaç ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi.* (24), 1-10.

Taylor, G. (2002). Family Reconstruction. *Contemporary Family Therapy*. 24 (1), 129-139.

TDK (2020), "Aile" Maddesi. Türk Dil Kurumu Sözlükleri. https://sozluk.gov.tr/

Tekin Epik, M, Çiçek, Ö, ve Altay, S. (2017). Bir Sosyal Politika Aracı Olarak Tarihsel Süreçte Ailenin Değişen ve Değişmeyen Rolleri. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 17 (38), 35-58.

Tekin, M. (2016). Dinlerin Perspektifinden Aile Kurumu. K. Canatan ve E.Yıldırım (Ed.). *Aile Sosyolojisi.* İstanbul: Açılım Kitap.

Tekneci, M. ve Bragg, P. (2014). *Birey Çift ve Aile Terapilerinde Virginia Satir Modeli: Derine Dalmak.* İstanbul: Birey Aile Çocuk Terapisi Enstitisü.

Tellioğlı, P. ve Özdemir, H. (2018). Kırsal Kesimde Yaşayan Evli Kaınların Aile İşlevlerinin Evlilik Uyumuna Etkisi. *Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi.* 3 (1),127-140.

Tezcan, M. (1980). Beşik Kertme Nişanlı Geleneği ve Çayırbağı Köyü Uygulaması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 13 (1), 239-257.

Tezel Şahin, F. ve Cevher Kalburan, F. N. (2009). Aile Eğitim Programları ve Etkililiği: Dünyada Neler Uygulanıyor? *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.* 1 (25), 1-12.

Thomas, D. L. ve Cornwall, M. (1990). Religion and Family in the 1980s: Discovery and Development. *Journal of Marriage ans the Family.* (52), 983-992.

Toker, İ. (2008). Dindar Kadınların Güçlenme İmkanları: Eşler Arasındaki İlişkiler Örneği. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. (17), 1-15.

Topal Özgen, G. (2016). Carl Whitaker'in Sembolik Yaşantısal Aile Terapisi. *Researchgate*. (1), 1-6.

Topcan, Ö. (2010). *Yahudilik ve Hristiyanlık Din Geleneklerinde Toplumsal Cinsiyet.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Topcu, Y. (2015). *Aile İçi Şiddeti Önlemede Din Eğitiminin Rolü.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Topçuoğlu, A. A. (2010). Yahudilik-Hristiyanlık ve İslam Hukukuna Göre Nikah Akdine Etkisi Bakımından Din Farklılığı. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi.* 10 (2), 79-120.

Topses, M. D. (2016). *Kurumlar Sosyolojisi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Topuz, A. (2013). *Kadına Karşı Şiddete Dinin Pozitif ve Negatif Etkileri.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Urfa: Harran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Topuz, İ. (2015). Danışmanlık Görevi Yürüten Din Görevlilerinin Mesleki Algılarına Yönelik Nitel Bir Araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 1 (34), 75-93.

Tönbül, Ö. (2019). Aile Danışmanlığı Sürecinde Amaç Oluşturma Basamağının İncelenmesi. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*. 2 (1), 76-95.

Tuncay, S. (2020). *Aile Kurumuna Katkısı Açısından Din Eğitiminin Rolü.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çorum: Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Turan, A. (2009). *Özel Eğitim Gerektiren Çocukların Problemleri, Din ve Aile Tutum ve Davranışları (Otistik Çocuklar Örneği*). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Turgut, T. ve Ekşi, F. (2020). Manevi Yönelimli Bilişsel Davranışçı Aile Terapisi. H. Ekşi (Ed.). *Aile Terapisi: Manevi Yönelimli Bir Perspektif*. Ankara:Nobel Yayıncılık, 91-118.

Turğut, F. (2017). Tarihsel Süreçte Aile Kurumunun Dönüşümü ve Geleceğine Yönelik Çıkarımlar. *Medeniyet ve Toplum Dergisi*. 1 (1), 91-113.

Tuttle, D. J. ve Davis, S. N. (2015). Religion, Infidelity, and Divorce: Reexamining the Effect of Religious Behavior on Divorce Among Long-Married Couples. *Journal of Divorce & Remarriage*. 56 (6), 475-489.

Tüfekçi Hoşgör, E. (2013). *Evli Çiftlerin Öfke İfade Tarzları İle Evlilik Uyumunun İncelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Türkyılmaz, N. (2008). *Davranış Genetiği Bağlamında Dini ve Manevi Eğilimler.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Ulutaş, E. ve Özpınar, A. (2013). Toplumumuzun Aile Yapısı. M. Aydın (Ed.). *Sistematik Aile Sosyolojisi*. Konya: Çizgi Kitapevi.

Usluer Erenel, S. (2019). *Benzerlik ve Farklılıklarla Uyumlu Bir Şekilde Çalışma.* Satir Dönüşümsel Sitemik Terapi: Çift Terapisi Eğitimi El Kitabı. İstanbul: Satir İnsan Gelişimi ve Aile Terapisi Enstitüsü.

Usluer, S. (1989). *The Reliability and Validity of the Turkish Family Environment Questionnaire.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Eğitim Fakültesi.

Usta, M. (2019). Aile İşlevselliğinin Psikolojik İhtiyaçları Karşılamadaki Rolü. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi.* 2 (2), 1-20.

Uyar, S. (1999). *Boşanmış Bireylerin Evlilik Sürecine ve Bugüne İlişkin Psikolojik Sorunları Üzerine Bir Araştırma.* Uzmanlık Tezi. Ankara: Genel Kurmay Başkanlığı Gülhane Askeri Tıp Akademisi.

Uysal, V. (2015). Genç Yetişkinlerde Affetme Eğilimleri ve Dinî Yönelim/Dindarlık. *Marmara Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi*. (48), 35-56.

Ülgen, E. (2019). *Klasik ve Modern Kuran Yorumunda Kadın Erkek Eşitliği*. Ankara: İlahiyat Yayınları.

Ünal, A. (2012). Hristiyanlıkta Evlilik Anlayışı ve Evlenme Törenleri. Milletlerarası tartışmalı ilmi toplantı: Dinlerde Nikâh Sempozyumu: 06-08 Nisan, İzmir: *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi İslami İlimler Araştırma Vakfı*: 279-309.

Ünal, A. (2017). *Aile Sorumluluğu, Kadın ve Aile Yazıları*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları. 233-237.

Ünal, V. (2013). Geleneksel Geniş Aileden Çekirdek Aileye Geçiş Sürecinde Boşanma Sorunu ve Din. *Uluslar Arası Sosyal Araştırmalar Dergisi.* 6 (24), 587-602.

Üncü, S. (2007). Duygusal Zeka ve Evlilik Doyumu İlişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara:Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Valiante, W. C. (2003). Family Therapy And Muslim Families: A Solution Focused Approach, *O.P. Family Therapy & Muslim Families.*

Varol, D. (2019). *Evli ve Boşanma Sürecinde Olan Bireylerin Evlilik Doyumlarının Kişilerarası Çatışma Çözme ve Affetme Becerileri Açısından İncelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Vatan, S. ve Dağ, İ. (2009). Problem Çözme, Umutsuzluk, Çaresizlik ve Talihsizlik MMPI-2 ile Ölçülen Psikopatolojinin Yordayıcıları Olabilir mi? *Anadolu Psikiyatri Dergisi.* (10), 187-197.

Volsky, J. A. (1998). *Intimacy, Marital Satisfaction, and Sexuality in Mature Couple.* Master Thesis. Canada: Concordia Universty. UMI: 800-521-0600.

Vural Batık, M. ve Kalkan, M. (2017). Evlilikte Algılanan Sorun Çözme Becerileri ve Evlilik Doyumu. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*. 6 (5), 2630-2646.

Walsh, F. (2010). Spiritual Diversity: Multifaith Perspectives in Family Therapy, *Family Proses.* 49 (3), 330-348.

Wani, N. A., Patra, S. ve Bhat, R. M. (2017). Marital Delay in Kashmir a Qualitive Study, *Psychology and Behavioral Science International Journal*. 8 (1), 1-6.

Weeks, G. R. ve Keçe, C. (2017). *Aldatma ve Sadakatsizlik: İlişkilerin Çıkmaz Sokağı.* Ankara: Pusula Yayınevi.

Wels, G. D. (1976). A Model for Parish Mınıstry Based on Virginia Satir's Family Therapy and Paul Tillich's Doctrine of Salvation. *Doctoral Thesis*. School of Theology at Claremont.

Wetchler, J. L. ve Hecker, L. L. (2014). *An Introduction to Marriage and Family Therapy,* New York: Routledge.

Wolfinger, N. H. ve Wilcox, W. B. (2008). Happily Ever After? Religion, Marital Status, Gender, and Relationship Quality in Urban Families. *Social Forces.* (86), 1311-1337.

Yaman, A.(2018). *Ahlak ve Hukuk Ekseninde Aile Hayatımız*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Yaman, N. (2019). Terapötik Süreçte Maneviyat: Ruh Sağlığı Çalışanlarının Değerlendirmeleriyle Ülkemizden Örnekler. A. Ayten (Ed.). *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Farklı Alanlardan Araştırma Bulguları ve Değerlendirmeler*. İstanbul: DEM Yayınları.

Yanık, M. (2016). Dest-i İzdivaç: Kim Kiminle Evlenirse Mutlu Olur? İstanbul: Hayy Kitap.

Yapıcı, A. (2019). Evlilikte Maneviyat Huzur mu Kusur mu? Dindarlık ve Maneviyatın Evliliğe Etkisi. M. Atak (Ed.). *Maneviyat Psikolojisi III Evlilik ve Aile.* Kayseri: Kimlik Yayınları.

Yasdıman Demirdöven, N. (2014). Kocanın Hakları Bağlamında "Kadının İzinsiz Evden Çıkamayışı" İle İlgili Hadislerin Tahlili ve Mezhep İmamlarının Anlayışları. *Ekev Akademi Dergisi*. 18 (60), 415-447.

Yaşar Ekici, F. (2014). Türk Aile Yapısının Değişim ve Dönüşümü ve Bu Değişim ve Dönüşüme Etki Eden Unsurların Değerlendirilmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies (JASSS)*. (30), 209-224.

Yavuzer, H. (1990). *Doğum Öncesinden Ergenlik Sonuna Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitapevi.

Yavuzer, N. (2017). İlişkiler ve Kişiler Arası Güven. H. Yavuzer (Ed.). *Evlilik Okulu: Evlilikte Kişiler Arası İlişkiler ve İletişim Becerileri.* İstanbul: Remzi Kitapevi.

Yazgan, E. Ö. (2014). *Kemoterapi Alan Kanser Hastalarında Dini İnanç ve Maneviyatın Depresyon Düzeyi ve Yaşam Kalitesine Etkisinin Belirlenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı.

Yazıcı, B., ve Demirli, C. (2020). Evlilik Kararı Alan Bireylerin Evliliğe Yükledikleri Anlam ile Evlilik Öncesi İlişkilerin İncelenmesi. *Avrasya Sosyal Ekonomi Araştırmaları Dergisi.* 7 (7), 295-326.

Yıldırım, A. ve Şimsek, H. (2016). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri.* Ankara: Seçkin Yayınları.

Yıldırım, E. (2016a). Aile ve Evlilik Türleri. K. Canatan ve E.Yıldırım (Ed.). *Aile Sosyolojisi*. İstanbul: Açılım Kitap, 65-80.

Yıldırım, E. (2016b). Toplumsal Değişme Sürecinde Aile. K. Canatan ve E. Yıldırım (Ed.). *Aile Sosyolojisi.* İstanbul: Açılım Kitap, 121-132.

Yıldırım, S. (2019). *Yaşanmış Olaylar Bağlamında Dini Danışmanlığa Konu Olan Aile İçi Sorunlar: Bursa ve İzmir Örneği.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yıldız, A. (2017). Evlilikte Yaşanan Sorunlar ve Başa Çıkma Yolları. H. Yavuzer (Ed.). *Evlilik Okulu: Evlilikte Kişiler Arası İlişkiler ve İletişim Becerileri.* İstanbul: Remzi Kitapevi

Yıldız, M. A., ve Baytemir, K. (2016). Evli Bireylerde Evlilik Doyumu İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.* 17(1), 67-80.

Yıldız, Z. (2011). *Diyanet İşleri Başkanlığı Aile İrşat ve Rehberlik Bürosuna Gelenlerin Psikososyal Zemini. Kırşehir Örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kayseri: Erciyes Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yılmaz Çıtır, Y. (2016). *Ergenlik Döneminde Dindarlık, Şükür ve Hayat Memnuniyeti (İstanbul Pendik Örneği).* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.

Yılmaz, D. (2016). *Evli Bireylerin Yaşadıkları Sorunların ve Aile Danışmanlığından Beklentilerin İncelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Yılmaz, N. (2012). *Aile İrşat ve Rehberlik Bürolarında Yapılan Dini Danışmanlık: Çorum Örneği.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yoloğlu, G. (1999). *Türklerin Aile Merasimi.* Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Yayını.

Yukay Yüksel, M. ve Bostancı Eren, S. (2007). Otistik Çocuğa Sahip Ailelerle Yapilan Grupla Psikolojik Danışma Çalişmasının Ailelerin Depresyon ve Problem Çözme Becerileri Üzerine Etkisi. *Eğitim Bilimleri Dergisi*. 25 (25), 197-210.

Zafer, A. B. (2013). Cumhuriyet İle Birlikte Değişen Türk Aile Yapısı ve Kadının Durumu. *Uludağ Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi.* 14 (24), 121-133.

Zinnbauer, B. J. ve Pargament, K. I. (2013). Dindarlık ve Maneviyat (Çev. S.Düzgüner). *Din ve Maneviyat Psikolojisi Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları.* (Ed. A. Ayten ve İ. Çapçıoğlu). Ankara: Phoenix Yayınları, 61-102.

Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., Cole, B., Rye, M. S., Butter, E. M., Belavich, T. G., Hipp, K. M., Scott, A.B. ve Kadar, J. L. (1997). Religion and Spirituality: Unfuzzying the Fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 36 (4), 549-564.

Zuanny, I. P. ve Subandi, S. (2015). Forgiveness Therapy to Improve the Meaningfulness of Life Inmates in Prisons. *International Conference on Science, Technology and Humanity*. 1 (1), 289-310.

EKLER

EK-1: Danışanın Kendine Yazdığı Takdir Mektubu[28]

Bismillahirrahmanirrahim[29]

Merhaba Küçüğüm... 5 yaşındasın daha ama kocaman bir yüreğin var. Baban gitti ama sen ona hiç kızmadın. Çünkü onun sana olan sevgisini inancım tamdı. Onu sevmeye tüm benliğinle devam ettin. Aferin canım benim. Sen gibi güzel sevemez herkes harikasın. Sana büyümüş halinden bir hatıra anlatayım. Dayın bir gün "senin babanı sevdiğin gibi beni seven bir kızım olsun, tüm dünya karşımda olsun." Dedi. sevgin dışarıdan böyle görünüyor işte. Alkışlıyorum seni, bravo!

Okulun ilk günü nasıl yanlış sınıfa girdin. Bunu fark ettiğinde ders çoktan başlamıştı. Hiç istifini bozmadan bekledin. Teneffüs olunca doğru kendi sınıfına gittin. Eve geldiğinde her şeyin güzeli olduğunu, okulu sevdiğini söyledin. O yaşta bu kadar soğukkanlılık hayret doğrusu. Muhteşemsin. Alnından öpüyorum.

Bir de eldiven olayı var. Kendininkini kaybettin diye sınıf arkadaşının eldivenini almıştım. Eldivenler umurunda değildi. Ama annen kaydettiğini öğrenecek olursa bayağı dayak yiyecektin. Ama vicdanın rahat bırakmamış olacak ki annene gittin ve sınıftan birinin eldivenlerini kaybettiğini söyledin. Maksat, "Olabilir böyle şeyler" derse yaptığını itiraf edip eldivenleri iade edecektin. Bu hırsızlığı annemden dayak yememek için yapmıştın sonuçta. Beklediğin gibi olmadı. Annen: "Sen sakın kaybetme" demişti ve olay orada senin için kapanmıştı. Yalnız seni bir konuda tebrik ederim. Ufak çaplı hırsızlığı orada bıraktım. Bir daha kimse eşyasını çalmadın. Aferin sana.

Dahası var. Akşamki ödev saatleri. Odada üç, iki ve bir yaşında kardeşlerin gürültü yaparken sen kendini derse vermeye çalışıyordun. Annen, elinde bir terlik ve yazdığın her yanlış harf için sana vuruyordu. Kendini beceriksiz aptal ve geri zekâlı hissettiğini biliyorum. Hayır, sen gayet zeki akıllı da becerikli bir çocuksun. Akşamları okuldan geldiğinde evin lambasının yanmıyor olmasını dilediğini biliyorum. Çünkü ruhunu yaralayan o işkence seansından kaçmak istiyordun.

---

[28] Evliliklerinde ciddi sıkıntılar yaşadıkları için terapiye başvuran çiftle yürütülen seanslarda kadın danışanın çocukluğuna dair pek çok travması olduğu yapılan seanslarla anlaşılmış ve bu konu bireysel seansta çalışılmıştır. Danışan annesi tarafından hiç takdir edilmediğini bu nedenle kendisini suçlu ve öfkeli hissettiğini, takdir edilecek bir yanının olmadığını söylemiştir. Yapılan çalışmanın sonunda danışandan "Çocukluğundaki haline bir takdir mektubu" yazması istenmiştir.

[29] Mektubun yayınlanması için danışandan özel izin alınmış, danışanın kimliğini ortaya çıkarabilecek bilgiler değiştirilmiştir.

Her şeye rağmen okuldan çıktığın gibi doğru eve gidiyordun bu eziyete rağmen. "Bu kadın beni dövüyor, ben eve gitmem." demiyor "O evde annem var, gitmeliyim." diyordun. Maşallah sana canım benim. Annen senin gibi bir evladı olduğu için çok şanslı.

Fransa'ya gidince baban sayesinde üstündeki baskı biraz hafifledi. Annen baban sayesinde çocukluğunu epey yaşadın. Kardeşlerinle türlü türlü oyunları oynar üç kardeşine göz kulak olurdun. Aferin sana o yaştaki çocuklar (11-12) daha kendilerine bakamıyor. Fransa'da ilkokul beşe başladın. Dil bilmiyordun. Arkadaşın yoktu. Sonra zamanla dil öğrendin. Epeyce Fransızca kitap okudun ve sonunda sınıf birinciliğine terfi ettin. Sen ve Serena hep birinciliği kapışıyordunuz. Bir o senden iyi not alıyordu, bir sen ondan daha iyisini alıyordun. Azmine hayranım.

Yaş oldu 17, bayağı bir genç kızsın artık. Seni çok seviyorum çok iyi bir kızsın. (Bundan sonrası 17'lik bana)

Lise son sınıfta okula devam etmek yerine medreseye gitmeye karar verdin. Eylülde başladın. 8 ay kaldım orada. Derslerin iyiydi. Medreseye başladın, derslerin 10 üzerinden oldu. Ahlakın uyumun çalışkanlığını örnek bir öğrenciydin. Aferin Maşallah sana. Tebrik ederim seni. Seni tanıdığım için bu başarıyı kesinlikle garipsemiyorum.

Ama medrese de kendini çok mutsuz yalnız ve üzgün hissediyordun. Çok defa yönetici ablaya bırakın gideyim dedin ama izin verilmedi. En son herkesle birlikte tatil için medreseden girecekken sana "Git ve bir daha gelme." dediler. Ses etmedin ama oradan ayrılacağın gün arabada sesli sesli ağladın. Yaz tatili bitti ve döndün, kabul etmediler seni. 5 saat kapıda bekledin içeri aldılar. Ama 2 gün sonra başka bir medreseye yolladılar. Orada da sıkıntılar yaşadın ve yine "Git bir daha gelme" dediler. 1 haftalık tatile çıktınız ve kimseye bir şey söylemedin. Geri döndün. Tabii sonrası hüsran. Tekrar git buradan denildi ve sen gitmek için ayakkabılarını giydin. "Hak yerini bulsun" dedin ve gittin.

O gece ve ertesi gün tam bir kabus. Zaten akşamına kriz geçirdim ve sabaha seni akıl ve ruh hastanesine götürdüler. Annen İtalya'dan geldi ve sen artık tükendiğinden midir nedir her şeyi bir çöp torbasına koydun ve çöpe attın. İyi kötü ne varsa. Kendine küstün. O günden bugüne 6 yıl geçti. Kendimle barışmam, merhabalaşmam bugüne nasipmiş. Şu an aklımı kurcalayan bir soru var. O medresedekilere "Hak yerini bulsun." dedin ya acaba neler oldu benden sonra orada o medresede. Umarım bundan sonrası iyi olur.

Yaşın 19 olduğunda büyümeye içindeki çocuğa elveda demeye karar vermiştin. Her şeyden ümidini kesmiş iyi kötü her şeyi çöpe atmıştın. O günden bugüne tam 6 sene geçti. Bu süre zarfında içindeki çocuğa dönüp bakmadın. Tabii bugün yeniden bir merhaba dedin.

EK-2:

1. **Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Deney-Kontrol Grubu Öntest Mann-Whitney U Testi Sonuçları**

Tablo 53: Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	20.86	438.00	-.340	.734
Kontrol Grubu	21	22.14	465.00		

Tablo 54:Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ Birinci Alt Boyut "Evlilik Uyumu" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	21.33	448.00	-088	.930
Kontrol Grubu	21	21.67	455.00		

Tablo 54: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ İkinci Alt Boyut "Öfke" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	21.64	454.50	-.076	.939
Kontrol Grubu	21	21.36	448.50		

Tablo 55: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ Üçüncü Alt Boyut "Eşin Ailesiyle İletişim" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	21.98	461.50	-.253	.800
Kontrol Grubu	21	21.02	441.50		

Tablo 56: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ Dördüncü Alt Boyut "Ekonomik Anlayış" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	18.57	3390.00	-1.623	.105
Kontrol Grubu	21	24.43	513.00		

Tablo 57: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ Beşinci Alt Boyut "Ebeveynlik Anlayışı" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	17.98	377.50	-1.879	.060
Kontrol Grubu	21	25.02	525.50		

2. Problem Çözme Envanteri ve Alt Boyutları Deney-Kontrol Grubu Öntest Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Tablo 58: Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri (PÇE) Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	20.50	430.50	131.500	.025
Kontrol Grubu	21	22.50	472.50		

Tablo 59: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Birinci Alt Boyut "Aceleci Yaklaşım" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	25.17	528.50	-1.945	.052
Kontrol Grubu	21	17.83	374.50		

Tablo 60: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE İkinci Alt Boyutu "Düşünen Yaklaşım" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	20.50	430.50	-.530	.596
Kontrol Grubu	21	22.50	472.50		

Tablo 61: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Üçüncü Alt Boyutu "Kaçıngan Yaklaşım" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	23.60	495.50	-1.111	.266
Kontrol Grubu	21	19.40	407.50		

Tablo 62: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Dördüncü Alt Boyut "Değerlendirici Yaklaşım" Önest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	20.43	429.00	-.570	.569
Kontrol Grubu	21	22.57	474.00		

Tablo 63: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Beşinci Alt Boyutu "Kendine Güvenli Yaklaşım" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	25.79	541.50	-2.271	.023
Kontrol Grubu	21	17.21	361.50		

Tablo 64: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Altıncı Alt Boyutu "Planlı Yaklaşım" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	22.83	479.50	-.708	.479
Kontrol Grubu	21	20.17	423.50		

3. Aile Ortamı Ölçeği ve Alt Boyutları Deney-Kontrol Grubu Öntest Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Tablo 65: Deney ve Kontrol Gruplarının Aile Ortamı Ölçeği (AOÖ) Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	20.33	427.00	-.617	.537
Kontrol Grubu	21	22.67	476.00		

Tablo 66: Deney ve Kontrol Gruplarının AOÖ Birinci Alt Boyutu "Birlik-Beraberlik" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	23.10	485.00	-.845	.398
Kontrol Grubu	21	19.90	418.00		

Tablo 67: Deney ve Kontrol Gruplarının AOÖ İkinci Alt Boyutu "Denetim" Öntest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	16.79	352.50	-2.506	.012
Kontrol Grubu	21	26.21	550.50		

EK-3

1. **Kontrol Grubu Evlilik doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları**

Tablo 68: Kontrol Grubu Evlilik Doyum Ölçeğinden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	8	10.19	81.50		
Pozitif Değerler	12	10.71	128.50		
Eşit Değeler	1			-.878	.380
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 69: Kontrol Grubu Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutu "Evlilik Uyumu" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	5	12.80	64.00		
Pozitif Değerler	13	8.23	107.00	-.937	.349
Eşit Değeler	3				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 70: Kontrol Grubu Evlilik Doyum Ölçeği İkinci Alt Boyutu "Öfke" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	6	7.00	42.00		
Pozitif Değerler	9	8.67	78.00	-1.049	.294
Eşit Değeler	6				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 71: Kontrol Grubu Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyutu "Eşin Ailesiyle İletişim" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	9	6.33	57.00	-.285	.776
Pozitif Değerler	5	9.60	48.00		
Eşit Değeler	7				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 72: Kontrol Grubu Evlilik Doyum Ölçeği Dördüncü Alt Boyutu "Ekonomik Anlayış" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	6	6.00	36.00	-.714	.475
Pozitif Değerler	7	7.86	55.00		
Eşit Değeler	8				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 73: Kontrol Grubu Evlilik Doyum Ölçeği Beşinci Alt Boyutu "Ebeveynlik Anlayışı" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	5	5.40	27.00	-.543	.587
Pozitif Değerler	4	4.50	18.00		
Eşit Değeler	12				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

1. **Kontrol Grubu Problem Çözme Envanteri ve Alt Boyutları Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları**

Tablo 74: Kontrol Grubu Problem Çözme Envanterinden (PÇE) Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	9	8.72	78.50	-.990	.322
Pozitif Değerler	11	11.95	131.50		
Eşit Değeler	1				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 75: Kontrol Grubu Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyutu "Aceleci Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	10	10.40	104.00	-.364	.716
Pozitif Değerler	9	9.56	86.00		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 76: Kontrol Grubu Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyutu "Düşünen Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	8	8.94	71.50	-.962	.336
Pozitif Değerler	11	10.77	118.50		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 77: Kontrol Grubu Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyutu "Kaçıngan Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	11	11.95	131.50	-1.488	.137
Pozitif Değerler	8	7.31	58.50		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 78: Kontrol Grubu Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyutu "Değerlendirici Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	8	9.38	75.00	-.364	.716
Pozitif Değerler	8	7.63	61.00		
Eşit Değeler	5				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 79: Kontrol Grubu Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyutu "Kendine Güvenli Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	6	11.83	71.00	-.635	.525
Pozitif Değerler	12	8.33	100.00		
Eşit Değeler	3				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 80: Kontrol Grubu Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyutu "Planlı Yaklaşım" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	5	6.30	31.50	-1.331	.183
Pozitif Değerler	9	8.17	73.50		
Eşit Değeler	7				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

2. Kontrol Grubu Aile Ortamı Ölçeği ve Alt Boyutları Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Tablo 81: Kontrol Grubu Aile Ortamı Ölçeğinden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	8	10.25	82.00	-.862	.389
Pozitif Değerler	1	10.67	128.00		
Eşit Değeler	1				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 82: Kontrol Grubu Aile Ortamı Ölçeği Birinci Alt Boyutu "Birlik-Beraberlik" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	9	9.22	83.00	-.825	.410
Pozitif Değerler	11	11.55	127.00		
Eşit Değeler	1				
Toplam	21				

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 83: Kontrol Grubu Aile Ortamı Ölçeği İkinci Alt Boyutu "Denetim" Ölçümünden Elde Edilen Öntest-Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif Değeler	8	9.81	78.50	-.685	.493
Pozitif Değerler	11	10.14	111.50		
Eşit Değeler	2				
Toplam	21				

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$, *** $p \leq 0.001$

EK-4:

3. Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Deney-Kontrol Grubu Sontest Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Tablo 84: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ İkinci Alt Boyut "Öfke" Sontest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	18.45	387.50	-1.619	.105
Kontrol Grubu	21	24.55	515.50		

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 85: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ Üçüncü Alt Boyut "Eşin Ailesiyle İletişim" Sontest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	19.90	418.00	-.847	.397
Kontrol Grubu	21	23.10	485.00		

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 86: Deney ve Kontrol Gruplarının EDÖ Dördüncü Alt Boyut "Ekonomik Anlayış" Sontest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	18.29	384.00	-1.760	.078
Kontrol Grubu	21	24.71	519.00		

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

4. Problem Çözme Envanteri ve Alt Boyutları Deney-Kontrol Grubu Sontest Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Tablo 87: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE İkinci Alt Boyutu "Düşünen Yaklaşım" Sontest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	18.14	381.00	-1.782	.075
Kontrol Grubu	21	24.86	522.00		

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 88: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Dördüncü Alt Boyutu "Değerlendirici Yaklaşım" Önest Puanları Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	20.19	424.00	-.696	.487
Kontrol Grubu	21	22.81	479.00		

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 89:Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Beşinci Alt Boyutu "Kendine Güvenli Yaklaşım" Sontest Puanları Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	21.00	441.00	-.265	.791
Kontrol Grubu	21	22.00	462.00		

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 90: Deney ve Kontrol Gruplarının PÇE Altıncı Alt Boyutu "Planlı Yaklaşım" Sontest Puanları Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	23.81	500.00	-1.225	.220
Kontrol Grubu	21	19.19	403.00		

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

5. Aile Ortamı Ölçeği ve Alt Boyutları Deney-Kontrol Grubu Sontest Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Tablo 91: Deney ve Kontrol Gruplarının Aile Ortamı Ölçeği (AOÖ) Sontest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	18.21	382.50	-1.739	.082
Kontrol Grubu	21	24.79	520.50		

* p ≤ 0.05, ** p ≤ 0.01, *** p ≤ 0.001

Tablo 92: Deney ve Kontrol Gruplarının AOÖ İkinci Alt Boyutu "Denetim" Sontest Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Grup	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	P
Deney Grubu	21	21.71	456.00	-.008	.909
Kontrol Grubu	21	21.29	447.00		

EK-5: EŞE GÖNDERİLEN DAVET MEKTUBU

Sayın ……..

Eşiniz ……. yaklaşık 8 hafta sürecek olan Maneviyat Yönelimli Aile Danışmanlığı Programına katılmayı kabul etmiş bulunmaktadır. Program da eşler ve aile bireyleri arasındaki uyum ve iletişimin arttırılması, mevcut problem ve çatışmaların çözümü ile birlikte evlilik doyumunun arttırılmasını amaçlamaktadır. Yarı yapılandırılmış (90 dk) 8 seanstan oluşan programın amacına ulaşabilmesi için sizin değerli katkılarınız ve katılımınıza da ihtiyaç duyulmaktadır. Size herhangi bir yük getirmeyecek olan programda sizin duygu, düşünce, beklenti ve ihtiyaçlarınızın kısacası "Sizin sesiniz"in de duyulmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Program boyunca esinize göstereceğiniz anlayış ve destek için şimdiden teşekkür ederiz. Eşinize bu konuda destek olmayı kabul ettiğiniz takdirde, aşağıdaki ilgili kısmı imzalayarak göndermeniz önemle rica olunur.

Saygılarımızla

"Bu program dahilinde eşime katkıda bulunmayı kabul ediyorum"
İmza:

Program Danışmanı: Prof. Dr. Ali AYTEN
Uygulayıcı: Araştırma Görevlisi Hatice KILINÇER

EK-6: ŞÜKÜR AJANDASI

KENDİM İÇİN ŞÜKRETTİKLERİM	
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.

EŞİM İÇİN ŞÜKRETTİKLERİM	
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.

AİLEM/İLİŞKİM İÇİN ŞÜKRETTİKLERİM	
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.

EK-7:

AİLE ORTAMI ÖLÇEĞİ

AÇIKLAMA: Aşağıda aileler hakkında çeşitli ifadeler yer almaktadır. Sizden istediğimiz, bunların her birini okuyarak, ailenizi en iyi tanımlayan **ifadenin sağındaki bölüme (X) işareti koymanızdır**. Burada öğrenmek istediğimiz, ailenizi nasıl gördüğünüzdür (algıladığınızdır). Ailenizin diğer bireylerinin bu soruları nasıl cevaplayacaklarını tahmin etmeye çalışmayınız. Doğru ya da yanlış fikir yoktur. Bazılarını cevaplarken zorlanırsanız karar verebilmek için size yakın gelen şıkkı işaretleyiniz.	**Hiç katılmıyorum.**	**Biraz katılıyorum.**	**Katılıyorum.**	**Kuvvetle katılıyorum.**
1. Ailemizde faaliyetler oldukça dikkatli planlanır.				
2. Aile üyeleri duygularını açıkça ifade ederler.				
3. Ailemizde kurallara uymaya çok önem verilir.				
4. Ailemizle ilgili kararlar daha çok büyükler tarafından verilir.				
5. Bizim ailede bireyler kendi meselelerini kendileri halleder.				
6. Bizim evde işler belirli bir düzene göre yapılır.				
7. Evde birbirimize kişisel sorunlarımızı anlatırız.				
8. Aile üyelerinin 'doğru ve yanlışlar' hakkında kesin düşünceleri vardır.				
9. Aile üyeleri gerçekten birbirine destek olur.				
10. Bir birimizle konuşurken ne dediğimize dikkat ederiz.				
11. Bizim ailede herkese verilecek bol zaman ve ilgi vardır.				
12. Bizim ailede canımız ne isterse yapabiliriz.				
13. Ailemizde birlik, beraberlik duygusu vardır.				
14. Ailemizde uyulması gereken kurallar vardır.				
15. Ailemizde kararlaştırılmış bir şeyin tam zamanında yapılması (dakiklik) çok önemlidir.				
16. Bizim evde kurallar oldukça katıdır.				
17. Ailemizde üyelerin, sormadan karar değiştirmesi olumsuz karşılanır.				
18. Aile üyeleri kızgınlıklarını açıkça gösterir.				
19. Ailece temiz ve düzenli insanlarız.				
20. Ailemiz bizi kendi kendimize yeterli olmaya teşvik eder.				
21. Ailemizde, sesimizi yükselterek bir şey elde edemeyeceğimize inanırız.				
22. Ailemizde her bireyin görevi açıkça belirlenmiştir.				
23. Ailemizde bir anlaşmazlık olduğunda bunu çözümlemek ve huzuru sağlamak için çaba sarf ederiz.				
24. Bir birimizle gerçekten iyi geçiniriz.				
25. Bizim evde aradığımız bir şeyi yerinde bulmak zordur.				
26. Aile üyeleri, karşılaştıkları sorunları kendi kendilerine hallederler.				

EK-8

PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ ÖRNEK SORULAR

1. Her zaman böyle davranırım. 2. Çoğunlukla böyle davranırım. 3. Sık sık böyle davranırım. 4. Arada sırada böyle davranırım. 5. Ender olarak böyle davranırım. 6. Hiçbir zaman böyle davranmama. **Ne kadar sıklıkla böyle davranırsınız?**	
1. Bir sorunumu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise, bunların neden başarısız olduğunu araştırmam.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
2. Zor bir sorunla karşılaştığımda, ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi toplayacağımı, uzun boylu düşünmem	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
3. Bir sorunumu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa, o sorunla başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
4. Bir sorunumu çözdükten sonra, bu sorunumu çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
5. Sorunlarımı çözme konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
6. Bir sorunumu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra, durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karsılaştırırım.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
7. Bir sorunum olduğunda, onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
8. Bir sorunla karsılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularını incelerim.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
9. Bir sorun kafamı karıştırdığında duygu ve düşüncelerimi somut ve açık-seçik terimlerle ifade etmeye uğraşmam.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
25. Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşarım.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
26. Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
27. Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğime güveniyorum.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
28. Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
29. Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )
30. Bir sorunla karşılaştığımda, bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışımdaki etmenleri, genellikle dikkate almam.	1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( ) 6( )

EK-9: EVLİLİK DOYUM ÖLÇEĞİ ÖRNEK SORULAR

1. İlişkimiz bana mutluluk veriyor. **D ( ) Y ( )**	68. Başarılı bir beraberliğimiz olduğuna inanıyorum. **D ( ) Y ( )**
2. Evlilik hayatım böyle olmamalıydı. **D ( ) Y ( )**	69. Eşim hiçbir zaman beni, zarar vermek yada canımı yakmakla tehdit etmedi. **D ( ) Y ( )**
3. İçimden eşime sevgi göstermek gelmiyor. **D ( ) Y ( )**	70. Eşimle beraber oyun ve eğlenceye bir hayli zaman ayırırız. **D ( ) Y ( )**
4. Tartışmalarımızın çoğu moral bozukluğuyla sonuçlanır. **D ( ) Y ( )**	71. Eşim çocuklara yeterince ilgi göstermez. **D ( ) Y ( )**
8.Eşimle çocuklarla ilgili konularda anlaşmazlık yaşamayız. **D ( ) Y ( )**	72. Eşim beni içinden gelerek sarılıp öpmez. **D ( ) Y ( )**
9. Bazen eşimin ailesinin davranışlarından dolayı mutsuzluk duyuyorum. **D ( ) Y ( )**	73. Eşim çocukların bakımını üstlenmeyi daha çok benden bekler. **D ( ) Y ( )**
64. Çocuklarımızı yetiştirme konusunda eşimle eşit sorumluluğa sahibiz. **D ( ) Y ( )**	76. Eşim kişiliğimin bazı yönlerini değiştirmemi istiyor. **D ( ) Y ( )**
65. Eşim sinirliyken bana kaba kuvvet sergilemez. **D ( ) Y ( )**	81. Eşim bana karşı çok acımasız. **D ( ) Y ( )**
66. Eşim boş zamanlarını benimle paylaşmaktan mutluluk duyar. **D ( ) Y ( )**	82. Eşimle beraber boş zamanlarımızı çok güzel değerlendiririz. **D ( ) Y ( )**
67. Eşim ailesiyle ilgili eleştirileri duymaya dayanamaz. **D ( ) Y ( )**	83. Eşimin kredi kartı borçları beni bıktırdı. **D ( ) Y ( )**

EK-10: Nitel Araştırma Çalışma Grubu Demografik Özellikleri

Danışan Çiftler	Cinsiyet	Yaş	Eğitim Durumu	Evlilik Yılı
Danışan Çift 1	D1-Kadın	26	Üniversite	4
	D1-Erkek	26	Üniversite	
Danışan Çift 2	D2-Kadın	28	Yüksek Lisans	4
	D2-Erkek	35	Üniversite	
Danışan Çift 3	D3-Kadın	23	Lise	11
	D3-Erkek	31	Üniversite	
Danışan Çift 4	D4-Kadın	24	Lise	6
	D4-Erkek	26	Üniversite	
Danışan Çift 5	D5-Kadın	27	Üniversite	6
	D5-Erkek	30	Üniversite	
Danışan Çift 6	D6-Kadın	32	Üniversite	10
	D6-Erkek	36	Yüksek lisans	
Danışan Çift 7	D7-Kadın	26	Lise	6
	D7-Erkek	27	Lise	
Danışan Çift 8	D8-Kadın	22	Lise	4
	D8-Erkek	30	Üniversite	
Danışan Çift 9	D9-Kadın	33	Üniversite	10
Danışan Çift 10	D10-Kadın	38	Lise	17
Danışan Çift 11	D11-Kadın	26	Üniversite	3
Danışan Çift 12	D12-Kadın	35	Lise	9
Danışan Çift 13	D13-Kadın	30	Üniversite	2