



Farkındalığı Arttırmada Genogram Kullanımı*

Haluk Arkar**
Dokuz Eylül Üniversitesi

Cennet Şafak
Konak Ekrem Hayri Üstündağ Kadın
Hastalıkları ve Doğum Hastanesi

Özet

Genogram, terapistler, danışmanlar ve diğer sağlık çalışanları için önemli bir klinik araçtır. Aile ilişkilerini değerlendirme, bilgi toplama ve terapi uygulamasında temaları ortaya çıkarmada kullanılabilir. Bu makalenin birinci bölümünde; farklı alanlardaki, farklı bakış açılarına göre gerçekleştirilen genogram kullanımına değinilmiştir. İkinci bölümde, terapötik süreç olarak hasta-terapist işbirliğinin genogram oluşturma ile bütünleştirilmesi ele alınmıştır. Son olarak, kişisel genogramın psikoterapi eğitimi almakta olan öğrencilerin eğitiminde kullanılması gözden geçirilmiştir.

Anahtar kelimeler: Genogram, farkındalık

The Use of Genogram in Increasing Awareness

Abstract

Genograms are important clinical tool for therapists, counselors and other health professionals and can be used for assessment, gathering information on family relationships and exploring themes in therapy practice. This article reviews the literature on genograms and examines the use of this tool from a number of perspectives in family therapy in the first section, integration of patient-therapist collaboration into genogram construction as a therapeutic process in the second section, and use of genograms as a training tool in increasing self awareness of students who are undergoing psychotherapy training in the final section.

Key words: Genogram, awareness

*Makaleyi okuyarak değerli öneriler getiren Yrd. Doç. Dr. Gül Eryüksel Varan'a teşekkür ederiz.

**Yazışma Adresi: Uzm. Psk. Haluk Arkar, Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri A.B.D., Inciraltı, İzmir.

E-posta: haluk.arkar@deu.edu.tr

Genogram, ya da bilinen diğer adlarıyla aile ağacı, gen haritası, genetik çizelge, aile öyküsü, ailenin oluşumu ve ilişkileri hakkında bilgi almak, saklamak ve işlemek amacıyla kullanılan bir klinik araçtır. Bilgiler grafik olarak gösterilmektedir ve bu araçla, bazı ailelerde olan karmaşık ilişki örüntülerini çabucak görmek mümkün olmaktadır. Genogramın içerdiği bilgiler, aile sisteminin tıbbi, davranışsal, genetik, kültürel ve sosyal yönlerini içerir. Bu bilgiler, bir klinik sorunun aile öyküsü ve ilişkileri ile nasıl bağlantılı olabileceği ve bir sorunun zaman içinde nasıl gelişebileceğine ilişkin hipotez oluşturmada oldukça zengin kaynak sağlar. Genogramlar, bir aile sistemi içinde anlamlı tekrarlar gösteren örüntü ve olayları açığa çıkarmaya yardım eder (Stanion ve Papadopoulos, 1997). Genogramlar, terapistlere; hastalarının yaşam olaylarının, ilişkilerinin, aile yapılarının ve inançlarının psikolojik sorunlarıyla bağlantılı olabileceğini sistematik bir şekilde kavramlaştırılmalarına yardım eder.

McGoldrick ve Gerson'a göre genogram, terapide kullanılan bir araç olarak, klinik yordamalar yapılabilecek niceliksel bir ölçüm olarak görülmemeli, ancak, öznel olarak bilgiyi yorumlama ve daha sonra araştırmak üzere hipotezler formüle etme aracı olarak görülmelidir. Varolan aile bağlamının resmini elde ederek terapist, ailenin güçlü ve zayıf yanlarını değerlendirebilir ve her bir aile üyesinin sunulan sorun ile bağlantısı veya soruna katkısı ile ilişkili olarak, aile üyeleri arasındaki ilişki örüntülerini gözden geçirebilir. Ayrıca, sorunlu olarak nitelenen kişi, ailesi, sosyal çevresi ve daha geniş anlamda sosyokültürel yapı gibi bir çok sistemler bağlamında görülebilir ve böylece probleme bakış açısında farklı çerçeveler ortaya konabilir (1985, aktaran Papadopoulos ve Bor, 1997).

Temeli aile terapisi olmakla birlikte, genogram bireysel ve eş terapilerinde de etkin olarak kullanılmaktadır. Genogram, (a) psikolojik bir sorunun terapiye gelmeyen diğer aile üyeleri için de doğurgularının olduğu, (b) ortaya konan sorunun aile ilişkilerinden köken aldığı, (c) terapinin kişisel gelişime ve olgunlaşmaya odaklandığı, (d) terapide hastalık ve kayıp konularına değinilme ihtiyacı olduğu ve (e) tipik bir "aile" oluşturmayan kişilerin (örn., eşcinseller) terapisinde özellikle yararlıdır (Papadopoulos ve Bor, 1997).

Genogram kullanımı üzerine yazdıkları kapsamlı kitaplarda, McGoldrick ve arkadaşları, terapi bağlamında genogram kullanımının bazı doğurgularından bahsetmişlerdir. Yazarlara göre genogram, terapi sürecine bütün aileyi katmak açısından bir fırsat sağlamaktadır. Bilgi toplama ve bunu genogram yoluyla haritalama süreci, terapistte ahenkli ilişkiyi oluşturma ve karmaşık, bir o kadar da duyarlı aile bilgisini örgütlenme imkanı sağlar. Açık uçlu sorulara yanıt vermeyi zor bulan kişiler, genogram görüşmesinde doğal olarak yapılandırılmış sorulara daha kolay yanıt verebilmektedirler. Genogramlar, içinden çıkılmaz hale gelmiş terapötik süreçleri çözmekte de kullanılabilir. Bir aile bir sorunla terapiye geldiği zaman, sorunun ne olduğu ve bu soruna kimin neden olduğuna ilişkin genellikle bir görüş birliği içindedir. Yalnızca belirtiyi barındıranın değişmesi gerektiği yönündeki inanç, terapistin, sorunun ve sorunun ilişkiler üzerine etkilerini değişik bakış açılarına göre araştırması yönündeki gayretlerini engeller. Genogramın, katı ilişki örüntüleri ile ayırtedilen aile sistemleri dahilinde kullanımı yararlı olabilir. Sorgulama geçiş dönemleri, doğum, hastalık ve ölüm gibi bazıları kişi için araştırılması çok zor olabilecek anlamlı aile de-

neyimleri çerçevesinde örgütlenebilir (McGoldrick ve Gerson,1985; McGoldrick, Gerson ve Shellenberger, 1999, aktaran Dunn ve Levitt, 2000).

Terapi bağlamında kullanıldığında, aile içindeki ilişki örüntülerini ortaya çıkarmak, genogramın en güçlü yanlarından biri olmaktadır. McGoldrick ve Gerson, (1985, aktaran, Papadopoulos ve Bor, 1997) bir hasta veya aile ile ilişki ve işlevsellik örüntülerini haritalayan aile ağacı oluşturma sürecinin, düşünce süreçlerini örgütleme ve gerçekleştirmede dilin yaptığı ile benzer şekilde iş gördüğünü bildirmişlerdir. Bu yüzden, genogramlar hem bir terapötik müdahale, hem de terapötik sürecin bir parçası olarak kavramlaştırılabilir. Genogram oluşturmak için bilgi toplama terapiste, ilişkiler ve sorunlar hakkında hipotezler oluşturma ve sonrasında bunları düzeltme fırsatı vermektedir. Daha sonra, bu hipotezler sorunlarını nasıl algıladıklarını ortaya koymalarına olanak sağlamak için aile üyelerinin önüne konulabilmektedir. İlişki örüntülerini ortaya çıkarmak, aile üyeleri için eğitsel bir işlev de görmektedir. Böylelikle, davranışın düşünce ve duygularla ne şekilde bağlantılı olabileceğini görmek mümkün olabilmektedir. Semptomatik davranış ile aile içindeki ilişkiler arasındaki bağlantıları anlama, çözüm arayışlarına doğru çabalarında aile üyelerini güçlendirmektedir. Gerçekten de, sorunlu davranışın altında yatan aile örüntüleri tanımlandığında, daha ileri terapötik müdahalelere bile gerek kalmadan, davranış değişikliği gerçekleşebilmektedir.

Terapi bağlamında, genogram kullanımının bir diğer önemli yanı, aile konularını yeniden çerçevelenmeye yardım etme kapasitesine sahip olmasıdır. Psikolojik sorunlar olduğunda, hastalar değişmeye dirençli olabilmektedirler ve

tanıdık ve tahmin edilebilir ilişki örüntülerinde daha güvende hissetmektedirler. McGoldrick ve Gerson (1985, aktaran, Dunn ve Levitt, 2000), genogramın, ailedeki davranış, ilişkiler ve zaman bağlantılarını yeniden çerçevelenmede ve ailenin kendi hakkındaki algısını normalleştirmede önemli bir araç olduğunu söylemişlerdir. Bir konu veya sorun, normatif bir bakış açısı ile tartışılarak ve genogram görüşmesi bağlamında çözümlenebilir. Aynı zamanda görüşmeden elde edilen bilgi, sistem dahilindeki davranışın anlamını yeniden çerçevelenmede kullanılabilir. Bu da, aile üyelerine; kendilerini, ilişkilerini ve sorunlarını farklı bir şekilde görme fırsatı sağlar.

Çözüm temelli ve öyküsel genogramı oluşturma üzerine yazdığı makalede Kuehl (1996), çözüm temelli ve öyküsel tekniklerin genogram oluşturma ile nasıl birleştirilebileceğini göstermiştir. Kuehl, hastaların getirdiği farklı bakış açılarından, üç zaman sürecini de; geçmiş, bugün ve geleceği kapsayacak şekilde genogram oluşturmuştur. Yazar, aile kökeni deneyiminin dikkate alınmasını isteyen hastalarda genogramın, tedavinin önemli ve gerekli bir parçası olduğunu belirtmiştir. Genogramın çözüm temelli ve öyküsel tekniklerle birleştirilmesi, hem sorun üreten öykünün nasıl geliştiğini göstermektedir, hem de zamanı verimli bir şekilde kullanarak, bir çözüme ulaşmaya doğru ilerlemeyi sağlayacak bilgiyi üretmektedir.

Genogram sağlık hizmetleri bağlamında, ailenin tıbbi öyküsünü kısa sürede verebilmektedir. Önemli tıbbi bilgiler hemen dikkati çekebilir ve o andaki tıbbi ve psikososyal sorunları aydınlatılabilir. Bir hastanın aile kökeni bilgisi; (a) ailevi, biyolojik ve psikiyatrik bozuklukların (sistik fibrosis, şizofreni gibi) tanısında, (b) ailede madde bağımlılığı ve kötüye kullanımını

belirlemede, (c) somatik şikayetleri değerlendirilmede, (d) hastalığın (diabetik ketoasidozis hastalığında olduğu gibi) etiolojisinde ailenin rolünü anlamaya, (e) evlatlık alan veya eşlerden birinin ölmüş olduğu aileler gibi farklı aile oluşumlarındaki psikolojik sorunları belirlemede, (f) tedavi planları geliştirmede ve (g) tedavi uyumu ile ilgili sorunları anlamada yardımcı olur (Papadopoulos ve Bor, 1997).

Sistemik bakış açısından, aile yaşam döngüsü, dikkate alınması gereken önemli bir değişkendir. Bir kişinin, aile yaşam döngüsünde, bir basamaktan bir üst basamağa geçişi (örneğin, çocukları evden ayrıldıktan sonra bir ebeveynin boş yuva ile yüzleşmesi), ailenin kendi içinde ciddi bir yeniden yapılanmayı gerektirir. Bu geçişler özellikle tıbbi bir sorunun olduğu aileler için çok güç olmaktadır. Genogram, yaşam döngüsü olaylarının beklenen parametreler dahilinde olup olmadığını gösterebilir. Aynı zamanda genogram, ailede olan önemli değişiklikler ve kayıplarla ilişkili dikkate alınması gereken yıldönümlerini de göstermektedir. Her ne kadar olaylarla arasında bilinçli bir bağlantı kurulmasa bile, bir hastalık, ailedeki bir ölüm veya intihar durumuyla ilişkili olabilir (Papadopoulos ve Bor, 1997).

Yeterli aile bilgisi toplayarak hekimin çok çeşitli seviyelerde, organ, kişi, aile ve toplum, tanıya ulaşabileceği ve bu çok çeşitli sınıflandırma sistemleri ve tipolojiler ile tanının kesinleştirebileceği belirtilmektedir (Like, Rogers ve McGoldrick, 1988). Genogramlar genetik danışmanlığı ve hastalığın ve özürülülüğün yordanmasında da yoğun bir şekilde kullanılmaktadır.

Terapötik Süreç Olarak Genogram

Evlilik ve aile terapisi alanı, genogramı ve genogramın bireylerin, çiftlerin ve ailelerin te-

davisindeki ve çok çeşitli alanlardaki meslek elemanlarının eğitimindeki olası kullanımlarını yeniden keşfetmektedir (Dunn ve Levitt, 2000). Genogram kullanımında artan bir uzmanlaşma görülmektedir. Yaşlı hastalar, evlilik öncesi çiftler, göçmen aileler gibi özel popülasyonda kullanımı önerilmektedir. Ensest ve saldırganlığın nesillerarası geçişini izleme, evlilik sorunlarını ele alma, akademik başarıyı artırma, meslek seçimini kolaylaştırma ve anne-kız ilişkilerini düzeltme gibi özel konular veya sorunlarda kullanımı için genogramı uyarlamaya odaklanan çalışmacılar da vardır. Son olarak, genogramı belirli kuramsal yönelimlere ve yaklaşımlara uyacak şekilde uyarlamaya çalışanlar da bulunmaktadır. Örneğin, genogram kullanımı, çözüm temelli ve öyküsel terapilerde Kuehl (1996) tarafından; cinsiyet temelli, çözüm odaklı terapide Softas-Nall ve Basilia (1999) tarafından ve çocuklarla yapılan sosyal hizmet olgu çalışmalarında Altschuler (1999) tarafından bildirilmiştir.

Genogram kullanımını yeniden canlandırma, hem kuramsal hem de pratik olarak yararlılığını artırma çabaları da görülmektedir. Ancak, yapılanlar genogram oluşturmanın anlamlılığını gölgelemektedir. Genogram oluşturmada tutarlılık ve güvenilirliği sağlama ihtiyacına yönelik süregiden klinik tartışmalar, bir sorun olduğunu göstermektedir. McGoldrick ve arkadaşları (1999, aktaran Dunn ve Levitt, 2000), genogram çalışmasının etkililiğine dair daha fazla çalışma yapılması ve genogram oluşturmada güvenilirliğin sağlanması gerektiğini belirtmişlerdir. Yazarlara göre, alandaki meslek elemanlarının uygulamalarında ve eğitimlerinde uzmanlaşma ve standardizasyon gerekmektedir.

Genogram çalışmasında uygulama ve eğitimde uzmanlaşma ve standardizasyona yönelimin olası nedenleri; (a) tedavi müdahalelerinde nesnel dökümantasyona ve sorumluluğa vurgunun artması, (b) yeni başlayan terapistlerin olguları ve tedavi müdahalelerini çok fazla somut ve mekanistik bir şekilde kavramlaştırma eğilimi göstermelerine bir tepki olarak standardizasyona odaklaşma ve (c) nitelendirme ve ölçmenin doğal güçlüğü, birçok çalışmacıyı genogramın daha ölçülebilir yanlarına odaklanmaya itmesi olabilir (Dunn ve Levitt, 2000).

Yukarıdaki etmenler süreç yönelimini desteklemese de, Dunn ve Levitt'e göre, genogram oluşturmada karşılıklı işbirliğine dayalı, süreç yönelimli yaklaşım sürdürülmeli ve desteklenmelidir. Karşılıklı işbirliğine dayalı, süreç-yönelimli yaklaşım, aile terapisindeki sibernetik modelin mekanistik doğurgularından kaçınan, dil ve öykülere dayalı postmodern ilkelerle oldukça tutarlıdır. Çeşitli postmodern yaklaşımlarca da ifade edildiği gibi, karşılıklı işbirliği; (a) kendi yaşamı ve sorunlarının çözümü konusunda yeterli beceriye sahip olarak kişinin önemine, (b) çözümleri aramada karşılıklılığa, (c) kuramların, tekniklerin veya görüşlerin dayatmalarının giderilmesine ve (d) insanlar için anlam üretmede ve sürdürmede sosyal ilişkilerin önemine vurgu yapar. Bu ilkeler, terapisti bir uzman pozisyonundan uzaklaştırır ve terapiyi, terapist ile hastanın karşılıklı olarak, birlikte yeni seçenekler ve çözümler aradıkları bir güçlendirici sürece dönüştürür (Nichols ve Schwartz, 1998).

Genogram ile ilgili yayınlarda sürece değinilmesine rağmen, sürecin açık bir tanımı pek yoktur. Genogram oluşturma genellikle birincil olarak bilgi toplama, hipotez oluşturma veya ilişki değişikliklerini izleme için yapılır. Nic-

hols ve Schwartz (1998), kitaplarının Bowen'ın Aile Sistemleri Terapisini tanıttıkları bölümünde, sürecin önemini vurgulamışlar ve genogramın işlevinin, değerlendirme boyunca elde edilen verileri örgütleme ve ilişki süreçlerini ve terapi süresince oluşan anahtar üçgenleşmeleri izleme olduğunu belirtmişlerdir. Yani, terapist için, genogram birincil olarak bir değerlendirme aracı olmaktadır ve hastanın terapisinin bir parçası olarak keşif sürecine katılımını sınırlamaktadır. Aile ve evlilik terapistlerinin eğitimi, tedaviye başlamadan genogram bilgisini toplama ihtiyacına vurgu yapmaktadır. Bir değerlendirme aracı olarak genogramın değerini inkar etmek mümkün değildir, ancak bu da tedavi sürecine önemli sınırlamalar getirebilmektedir. Eğer genogram, terapi sürecini kolaylaştırmak için kullanılan bir teknik olmaktan çok, bir değerlendirme tekniği olarak kullanılır ise, bu, tedavide hastanın sesinin duyulmaması sonucunu beraberinde getirebilmektedir. Genogramı terapistin yararı için bir teknik olarak kullanımı tercih ederek, hastanın sesinin kısılması anlamlı bir kayıptır (Dunn ve Levitt, 2000).

Terapide süreci hızlandırıcı olarak, genogramın potansiyelini farkedenden bir çok çalışmacı vardır. Örneğin, Erlanger (1990), hastayla birlikte genogramı tamamlama üzerinde çalışmanın, terapist ile hasta arasında empatik ilişkiyi besleyerek, kendi içinde doğal bir terapötik yararı olduğunu belirtmiştir. Genogramın, hem sürecinin hem de içeriğinin yararlarının olduğunu ve bu yararların etkileşimsel olduğunu yorumlamıştır. Schamess (1990), boşanmış ailelerin çocuklarıyla yaptığı grup seansları boyunca genogram kullanmış ve terapide genogram sürecinin bütünleştirici rolüne dair görüşlerini bildirmiştir. Yazar, bireysel genogramı sunma ve tartışma sürecinin, çocukların aile bö-

lümüleri arasındaki ayrılaşmaları yeniden yaşamalarına olanak tanıdığıını bildirmiştir. Bu gibi bir yeniden yaşama, çocuklara başatme için yeni yollar öğrenmelerine, aile sistemlerine ilişkin olarak yeni anlamlar oluşturmalarına ve böylece aile ilişkilerini görme ve aile ilişkilerine yanıt vermede yeni yollar kazanmalarına olanak sağlamaktadır. Schames's'in terapide genogram kullanımı tanımı, aile terapisi alanındaki değişen epistemolojiyi yansıtmaktadır.

Genogram, öykü anlatmayı içeren terapötik sürece kendiliğinden uyan yaklaşımlardan biridir. Genogram oluşturulmasında gereken kritik değişiklik, terapistin kendi görüşlerini dayatmaksızın, yansız olarak hastanın bakış açısına saygı göstermesidir. Genogramın bu gibi karşılıklı ve yaratıcı kullanımı, değerlendirme ile müdahale arasındaki ikiliği ortadan kaldırarak ve süreçte hastanın rolünü belirginleştirerek, ailelerle genogram çalışmasının gücünü ve etkinliğini arttırmaktadır. Bu tip çalışma, aile ilişkilerini anlamak için karşılıklı işbirliğine dayalı çabalara ve bu çabaları sorunla ilişkilendirmenin terapi süreci olduğuna vurgu yapan postmodern ilkelere dayanmaktadır. Bu tip bir yaklaşım, genogram oluşturulurken olabilecek altta yatan konuları, reaksiyonları ve duygudurumları aydınlatacaktır. Bu konular, daha sonra, anlamlı değişmeyi yaratacak olan işbirliği çabalarında anlamlı ve gerekli parçalar olabileceklerdir.

Kanıtlar, bir terapistin etkisinin, hastanın değişim gösterebileceği koşulları sağlamasında yattığını göstermektedir. Daha özgül olarak da, terapist ile hasta arasındaki karşılıklı işbirliğinin önemi vurgulamaktadır. Terapistin, hastanın yeterliliğine ve konuları araştırma yeteneğine saygısına, hastanın da, terapistin ailenin o anki gereksinimlere yönelik yanıtlayıcılığı ko-

nusundaki deneyimlerine dayanan terapötik ittifak, genogram sürecinin terapi seanslarına bütünleştirilmesinin temelini sağlamaktadır. Genogram oluşturma sürecine hasta ve terapistin karşılıklı işbirliğinin bütünleştirilmesi, özellikle eğitimlerinin başlangıç dönemlerindeki terapistler için yararlı olmaktadır.

Genogram Ödevi

Genogram ödevinin birincil hedefi, psikoterapi eğitimi almakta olan öğrencilere, aile sistemleri kavramlarını yaşayarak anlamalarını kolaylaştıracak bir deneyim sağlamaktır. Kendi ailelerini çizerek ve gözden geçirerek öğrenciler, genogramın ne etkinlikte bilgiyi örgütlediği ve nesillerarası olayları ve örüntüleri açıkladığı hakkında birinci elden deneyim kazanırlar. Görsel olarak aile örüntüleri oldukça somut bir açıklık ve tutarlılıkla ortaya çıkabilir. Öğrenciler, daha önceki düşüncelerinden farklı olarak, bireysel bakış açısına karşıt olan bir ilişkisel ve kuramsal bakış açısı oluşturabilirler.

Öğrenciler, öğrendikleri yeni kavramlarla kişisel bir bağlamı gözden geçirirken, sistemik görüşle doğrudan yaşayarak bağlantı kurmaktadır. Kişinin kendilik'i hakkındaki eski ve yeni anlayışları yoluyla gerçekleştirdiği düşünme süreci öğrenmeyi arttırmaktadır. Sistem kavramlarını fiili olarak görmek, öğrencilerde sistemler bakış açısından düşünmeyi arttırmaktadır ve bu da bireysel ve sistemler bakış açıları arasındaki farkları daha iyi kavramalarına yardımcı olmaktadır. Öğrenciler, bireyler ve ailelerdeki ilişkisel davranış örüntülerini sistemik terimlerle tanımlayabilme ve yorumlayabilme açısından çok daha iyi bir duruma gelebilmektedirler. Kişinin kendi aile kökeni genogramı ile edindiği deneyim, sistemler düşüncesini bütünleştirmede bir dayanak noktası oluşturmaktadır.

Genogram ödevi, kendilik farkındalığının artmasına ve kişinin kendi ailesini daha etkin bir şekilde anlamasına neden olmaktadır. Çeşitli psikoterapi ekollerinden gelen yazarlar, terapistlerin kendilik farkındalıklarının önemine vurgu yapmaktadırlar. Kendilik farkındalığının değeri ve kişinin kendi aile kökenindeki kişisel konuların sınanması, birçok aile terapisi eğitim programı için ciddi öneme sahiptir. Lawson, Gaushell ve Karst (1994), aile kökeni çalışmasının uygun ve önemli bir eğitim deneyimi olduğunu, aile kökeni ilişkilerini başarıyla bildiren öğrencilerin daha sonraki ilişkilerinde de başarılı olduklarını bildirmişlerdir.

Artmış kendilik farkındalığının yararı kesin olarak anlaşılmış olmasına rağmen, bu amaca ulaşmak bir parça zordur. Eğitim programlarında temel vurgu, sağlam bir akademik bilgi temeli oluşturmaya yöneliktir. Kendilik farkındalığı ek bir hedef olmaktadır. Kişisel konular veya genogram gibi egzersizler genellikle araştırılmamaktadır. Kişisel gelişime yönelik akademik programlar genellikle sınırlıdır. Kişisel bilgilerin getirilmesi ikili bir ilişki içinde yer almaktadır ve etik yönergelerin ruhuna aykırı olabilmektedir. Akademik ve kişisel gelişim için yararlı ve anlamlı olmasına rağmen, genogram ödevi, belirli etik konuları dikkate almayı gerektiren bir yapılandırmayı gerektirmektedir.

Genogram ödevini, ödevi tamamlama konusunda öğrencilerin bilgilendirilmiş onayına olanak sağlayacak şekilde yapılandırmak önemlidir. Ödev; (a) öğrencilere kendi ailelerini kullanmak istemezlerse başka bir aileyi kullanabilecekleri şeklinde ikinci bir seçenek sağlanarak, (b) öğretim üyesinin onların terapistleri olmadığını belirterek, (c) öğrencilerin tipik olarak belirli örüntüleri görecekları ve bunlardan kendilerini rahatsız etmeyenleri seçebileceklerini be-

lirterek, (d) duygusal yoğunluk veya seçilen bilginin önemine göre değil de, sistemik kavramlaştırmanın ne derece anlaşıldığına göre değerlendirilerek ve (e) sistemik düşünmeyi arttıracak şekilde tasarlanmış geribildirim sağlayarak yürütülmelidir (Pistole, 1998). Olası riskler hakkında da açık olmak önemlidir. Bazı öğrenciler, genogramı tamamlarken ciddi sıkıntı ve acı yaşayabilmektedirler veya çok rahatsız edici aile sırlarını (çok sevdiği büyükbabasının anesini cinsel kötüye kullanımı gibi) keşfedebilmektedirler. Bu gibi durumlarda, genogram ödevi öğrencinin bireysel terapiye gitmesini gerektirecek sürece dönüşebilir. Diğer taraftan, bazı öğrenciler de, ailelerinin güçlü yanları, aile geleneklerinin bir parçası olma veya ait olma açısından bakış açısı kazandıklarını bildirmişlerdir. Bazı aileler de terapi sürecinde genogram oldukça ilgi göstermektedirler ve aile tartışmalarını başlatmakta kullanılmaktadırlar (Pistole, 1998).

Pistole (1998), genogram ödevini tamamlayan öğrencilerin derecelendirmelerinin betimleyici verilerine dayanarak genogram ödevinin yararlığına vurgu yapmıştır. Bu verilere göre genogram deneyimi; (a) aile sistemlerini öğrenmek, (b) kişinin kendi ailesine bakış açısı kazanması, (c) hastalarla empatiyi arttırmaya yardımcı olması ve (d) kendilik farkındalığını arttırmak açısından yararlıdır (yukarıdaki maddele ilgili sorular 5'li Likert tipte 4.34 ile 4.64 arasında değerler almışlardır). Ödevin potansiyel olumsuz yönleriyle ilişkili olarak yaşanan acının miktarı ve ödevin zorlayıcılığı sorulmuş ve yanıtlar genellikle derecelendirme ölçeğinin orta noktasında yoğunlaşmıştır. Emerson da (1995), genogram ödevi verdiği öğrencilerinden aktardığı anekdotlar ile, bu tip bir egzersizin oldukça değerli ve içgörü kazandırıcı oldu-

ğunu bulmuştur. Doughhete (2001), danışmanlık için başvuran üniversite öğrencilerinde genogram kullanımının önemine değinmiştir. Yazar'a göre, üniversite danışmanlık merkezlerine başvuran öğrencilerin çoğunluğunun yaşadığı sorunlar gelişimsel dönemlerinden kaynaklanmaktadır. Öğrencilerin geleneksel yaş dönemi "tek başına genç yetişkinliğe atılma" dönemine denk gelmektedir. Bu dönemle bağlantılı temel görevler; kök aileden ayrılaşma, kimlik oluşumu, yakın ve olgun ilişkiler geliştirme ve bir meslek seçimidir. Örüntülere ve ilişkilere odaklanan genogram, bu öğrenciler için oldukça uygun bir müdahale aracıdır. Doughhete, genogramların bilgi toplama ve analiz yöntemi olmalarının yanı sıra, mükemmel içgörü ve farkındalık artırma araçları olduklarını söylemektedir. İçgörü ve farkındalık iyileşme ve gelişmeyi arttıracaktır. Nichols ve Schwartz'ın da (1998) belirttiği gibi, kişiler sistemik örüntüleri ile davranışları arasındaki bağlantıların farkına vardıkça, kendini suçlama eğilimi ortadan kaybolacak ve iyileşme başlayabilecektir.

Dunn ve Levitt (2000), genogram oluşturma sürecine, hasta ve terapistin karşılıklı işbirliğinin entegre edilmesinin gerekliliğine değindikleri makalelerinde, çalıştıkları olgu örneklerinden derledikleri, özellikle eğitimlerinin başlangıç dönemindeki terapistler için yararlı olabilecek öneriler sunmuşlardır. Bu öneriler, genogram çalışmasının "ne zaman", "niçin", "ne" ve "nasıl"ını içermektedirler.

Hastayı Genogramla Tanıştırmanın Zamanlaması: Tekniğe aşırı vurgu yapan tecrübesiz terapistlerin eğilimine bir örnek olarak, bütün tedavi süresince yürütülebilecek olan genogram oluşturmaya ilk seanslarda tamamlama ihtiyacı duymaları verilebilir. Eğer terapist, ai-

leyi genogram için zorlamak yerine, terapi sürecine odaklanırsa ve hastanın ve/veya ailenin liderliğini takip ederse, terapi sürecinde mantıklı bir ileri basamak olarak, genogram kendiliğinden ortaya çıkabilir. Bu, ilk seanslarda da olabilir, tedavide bir kriz konusunun çözülmesinden sonra da olabilir. Ailenin, isteklerinin işitilmesi fırsatının sağlanmasına ihtiyacı vardır ve büyük bir olasılıkla durumlarının anlaşıldığını hissederek genograma başlamak isteyeceklerdir.

Terapistin, ailenin liderliğine dayalı olarak genograma giriş yapma konusundaki esnekliğinin bir sonucu olarak, işbirliği süreci sürekli olarak terapötik ittifakı sağlamlaştırmakta ve hasta için genogramın gücünü arttırmaktadır. Genogram, tipik olarak terapistin hastadan kendi kullanımı için bilgi almakta kullandığı bir yöntemdir. Ancak, liderliği alması teşvik edilince, aile, genogram oluşturmaya ve genogramdan elde edilen bilgileri değişim için kullanma açısından daha bir istekli hale gelmektedir. Terapistler, "aileleri genogram oluşturmada nasıl işbirliğine razı ederiz" konusuna odaklanmak yerine, genogram çalışmasının uygunluğu hakkında ailelerin isteklerini dinleme konusunda eğitilmelidirler.

Aynı şekilde, eğitim programları, öğrencilerin genogram çalışmasına girme konusunda hastaların dirençlerine saygı göstermeleri gereğine vurgu yapmalıdır. Burada anahtar, terapötik ittifakı ve karşılıklı işbirliğini sürdürerek, onların kararını onaylamaktır. Bu gibi bir onay, hastanın kendi yaşamını ve tedavisini belirleyişindeki yeterliliği destekler ve tedavi sürecinde hastanın fikirlerini dile getirebileceği bir ortam sağlar.

Genogram Çalışmasının Mantığını Vermek:

Genogramların öğrencilere ilk olarak nasıl tanıtıldığının şekli ve tarzı, genogramın hastalara ilk olarak nasıl tanıtıldığının şekli ve tarzı kadar önemlidir. Genel olarak, aile ve evlilik terapileri eğitiminde genogramın başlangıç sunumu, genogram oluşturmanın mekaniğine ve sonrasında tamamlanmış genogramlardan hipotez üretilmesi ve bunların tedavide kullanılmasına odaklanmaktadır. Bunun altında yatan düşünce, öğrencilerin uygulamaya başlamadan önce tekniğin mantığını öğrenmeleridir. Ancak bu yaklaşım da, özellikle yeni başlayan terapistlerde, genogramın hastalarla indirgemeci ve görev-yönelimli kullanımına yol açmaktadır. Öğrenciler, genogram oluşturmaya özgül bilgilerin (isimler, tarihler gibi) doğru bir şekilde alınıp alınmadığı şeklinde odaklanmaktadır. Yeterli bilgi toplanıp, buna göre hipotezler üretilip, buna göre de tedavi planı geliştirilmeden tedaviye başlamakta tereddüt etmektedirler. Süreçte kaybedilenler, o anda, o noktada, o kişi için en uygun olanın nesillerarası çalışma mı olduğu ve bu gibi bir çalışmanın o hasta ile ilişkili mi olduğu sorularına verilebilecek yanıtlardır. Hastanın sürece dahil edilmesi sonuç açısından kritiktir.

Genogram kullanımında evlilik ve aile terapistlerinin eğitimi sürekli olarak aşağıdaki noktalara vurgu yapmak zorundadır: a) Genogram oluşturmanın terapinin bu aşamasında niçin gerekli olduğuna ve hastalarla ilgili konuları çözmekte nasıl yardımcı olacağına dair aileye tam bir açıklama verilmesi gerekir ve b) genogram çalışmasının tedavide potansiyel olarak nasıl yardımcı olabileceğini görmelerini sağlayacak söylemlere gerek vardır. Genogram çalışmasının yapılıp yapılmayacağı kararından bağımsız olarak, tartışmanın kendisi bile terapötik sürece

ve hastanın güçlendirilmesine katkıda bulunmaktadır.

Genogram Çalışmasına Ailenin Katılımını Sağlamak:

Eğer aile gerçekten genogram sürecine katılırsa, oluşumunun yönlendirilmesinde aktif olarak yer aldığı ve ürettiği genogramı görme ve yaşama fırsatını elde edecektir. Genogram, tedavi süreci boyunca, bilgiler ekleyebileceği veya eğer gerekiyorsa değiştirebileceği şekilde hastanın elinin altında bulunmalıdır. Aynı zamanda, aile terapide farklı noktalarda kendilerine en fazla yararlı olabilecek bilgileri nasıl üretilebileceğini belirlemede bütüncül rol oynama ihtiyacındadır. Çünkü süreç doğurgandır ve sıklıkla tahmin edilemezdir. Genogramın detayları, seans boyunca oluşan bağlantıların ailede ve/veya hastada uyandırdığı acı verici duyguları çözmeye ihtiyacına göre kesilebilir. Böyle bir durumda, terapistin, nasıl ilerleneceğine dair karşılıklı işbirliğine dayalı ortak karara olanak tanıyacak bir süreç yorumu yapması önemlidir (“sizin için oldukça acı verici ve duyarlı bir alanı keşfediyor gibi görünüyorsunuz. Genogramı çalışmaya sizin için uygun olan bir zamana kadar ara verebiliriz. Lütfen hazır olduğunuzda bana söyleyiniz” gibi). Hastanın isteğine göre sürece dönmek, hastanın duygusal bütünlüğünü sürdürebilmesi için zorunludur. Bu süreç yorumu, terapinin hedefi olan duygusal çalışmanın tamamlanması için güvenli bir ortam sağlayacaktır.

Genogram çalışması ertelendiğinde, ortaya çıkan ikilem, hassas noktadan genograma devam etmenin nasıl olacağıdır. Eğer aile ve /veya hasta seansın geri kalanını veya bir kaç seansı acı verici duyguları çözmek için kullanmayı isterse, odağı sürdürmek için bir süreç yorumu gereklidir (“Geri kalan

zamanımızı bu duygularınızı çalışmaya ayırmaya istekli olduğunuzu görüyorum. Genogramı ara verip bu duygularınızı şimdi mi yoksa daha sonra mı ele almak sizin için daha yararlı olur?”) Doğal olarak, terapist, hasta seansa bu konuyu çalışmaya ihtiyaç hissettiği için, genogramı evine götürüp, bazı detayları evde doldurup bir dahaki seansa getirme konusunda serbest olduğunu söyleyebilir. Hastanın tepkisi, kararları hakkında belirli yorumlarda bulunacakları için, onların süreç hakkında ne hissettiğini gösterebilir. Bir aile genogramı evine alır ve anlamlı bilgileri ve ilişkileri büyük bir kağıt üstünde çeşitli renklerde kalemler kullanılarak, aile üyelerinin eğlenerek katılımı ile oluşturabilir. Bir başka aile, kolaylıkla okuyabildikleri bir bilgisayar genogramı tasarlayabilir. Genogram oluşturmada bu gibi bir karşılıklı işbirliğine dayalı yaklaşım, terapistin kendisini, o anda durmakda ve terapinin yönünü ve sonucunu belirlemede sorumlu olmama konusunda özgür hissetmesini gerektirir. Dahası, terapistin, ailenin terapiye katılımını sağlayacak ve değişimi getirebilecek koşulları sağlaması gerekir.

Süreç Yönelimli Çalışma Süreç Yönelimli Eğitimi Gerektirir: Eğitim almakta olan terapistlerin süreç-yönelimli genogram oluşturmada yeterli olabilmeleri için, eğitim programlarında bu tip çalışmalarını yaşamalarına ve uygulamalarına fırsatlar sağlanmalıdır. Eğitim programları bu gibi eğitimi sağlamak için çok çeşitli yaklaşımlar kullanabilir. Örneğin, genogram çalışmasının başlangıcı yaşantısal bir şekilde olabilir. Öğrenciler kendi genogram çalışmalarını yapabilirler. Başlangıçta grup halinde genogram oluşturma öğrencileri çalışmanın mekaniğine ısındırır. Eğitimin odağı, becerilerin öğrenilmesi ile öğrencinin bu

süreçten elde ettiği kişisel deneyimleri yoluyla sürecin amacını anlamasını birleştirmeyi gerektirir. Terapötik sürecin farklı noktalardaki genogram bilgilerinin bütünleştirilmesi vurgulanmalı ve gösterilmelidir. Eğitim almakta olan terapistlerin yaratıcılıkları desteklenmeli ve eğitim programlarıyla, genogram bilgilerini hastalarıyla etkin bir şekilde kullanabilecekleri çok çeşitli yolları oluşturma konusunda cesaretlendirilmelidirler. Ancak, yine de, vurgu, hasta ve hastanın o andaki ihtiyaçlarıyla ilişkili olan bilgiye bağlı kalmalıdır. Bunu sağlamanın da en iyi yolu, aile ile karşılıklı işbirliğini temel almaktır (Dunn ve Levitt, 2000).

Sonuç olarak, özellikle aile terapisi alanında, bireylerin, çiftlerin ve ailelerin tedavisinde ve meslek elemanlarının eğitiminde, genogram, kendilik farkındalığını arttırmak açısından değerli bir klinik araçtır.

Kaynaklar

- Altschuler, S.J. (1999). Constructing genograms with children in care: Implications for casework practice. *Child Welfare*, 78 (6), 77-790.
- Doughette, C. (2001). Using genograms as a tool for insight in college counselling. *Journal of College Counselling*, 4 (1), 73-77.
- Dunn, A.B., & Levitt, M.M. (2000). The genogram: From diagnostics to mutual collaboration. *Family Journal*, 8 (3), 236-245.
- Emerson, S. (1995). A different final exam: Using students' own family genograms. *Family Journal*, 3 (1), 57-59.
- Erlanger, M. (1990). Using the genogram with the older client. *Journal of Mental Health Counseling*, 12 (3), 321-331.
- Kuehl, B.P. (1996). The use of genograms with solution-based and narrative therapies. *Family Journal*, 4 (1), 5-12.
- Lawson, D.M., Gaushell, H., & Karst, R.W. (1994). Counselor trainee early family structure and current intergenerational family relationships: implications for training. *The Family Journal*, 2, 330-338.
- Like, R., Rogers, J., & McGoldrick, M. (1988). Reading and interpreting genograms: A systematic approach. *Journal of Family Practice*, 26 (4), 407-412.

- Nichols, M.P., & Schwartz R.C. (1998). *Family therapy: concepts and methods*. New York: Allyn and Bacon.
- Papadopoulos, L., & Bor, R. (1997). Genograms in counselling practice: A review. *Counselling Psychology Quarterly*, 10 (1), 17-29.
- Pistole, M.C. (1998). Using the genogram to teach systems thinking. *Family Journal*, 6 (3), 337-342.
- Schamess, G. (1990). New directions in children's group therapy: Integrating family and group perspectives in the treatment of at risk children and families. *Social Work with Groups*, 13 (1), 67-92.
- Softas-Nall, B., & Basilia, C. (1999). A gender-based, solutionfocused genogram case: He and she across the generations. *Family Journal*, 7 (2), 177-181.
- Stanion, P., & Papadopoulos, L. (1997). Genograms in counselling practice: constructing a genogram. *Counselling Psychology Quarterly*, 10 (2), 139-149.