

Psikozların ve bipolar bozukluklar için psikososyal terapiler AİLE TERAPİSİ

»Aile terapisi« kavramının arkasında çeşitli terapi yönleri bulunmaktadır (örneğin psikanaliz, yeni semptom teorisi, davranış terapisi). Bu nedenle tedavi yöntemleri farklılık gösterir. Ancak bu tedavilerin hepsinde ortak olan, ruhsal hastalığı bulunan kişinin yalnız ve tek başına değil, kendisine yakın mümkün olduğu kadar çok kişinin eşliğinde veya çevresinde tedavi edilmesidir. Genellikle sistemli aile terapisi uygulanır.

Sistemli aile terapisi, öncelikle görüşme ve davranışa yönelik olmakla birlikte, canlandırıcı/ yaratıcı tekniklerin de uygulandığı psikolojik tedavi yöntemidir. Bu terapi, tek bir kişide de ortaya çıkan her türlü akut ruhsal karışıklık ve sorunlara da uygundur. Ancak »aile terapisi«, sadece hasta hakkındaki bilgilerin açıklığa kavuşturulması ve hasta yakınlarının teskin edilmesine yönelik »aile görüşmeleri« ile karıştırılmamalıdır.

Sistemli aile terapisinin amaçları:

- Temel amaç, her kişinin veya her aile bireyinin özerkliğini ve özdeğer duygusunu güçlendirmektir – ayrıca aile bireylerinin dayanışmasını pekiştirmek, iletişim ve fikir alışverişini iyileştirmek ve zararlı ilişki örneklerini değiştirmektir.
- Psikoterapi alanında: Her türlü ruhsal ve psikosomatik sorun ve bozuklukları iyileştirmek,
- Danışmanlık alanında: Nesil farklılıkları, evden ayrılma, karar alma, boşanma alanındaki ve diğer alanlardaki sorun ve çatışmaları çözmek
- *Hedef gruplar:* Sistemli aile terapisinde hem bütün sistemle hem de kısmi sistemle ve münferit kişilerle çalışılabilir. Buna göre aile terapisi ailelere, çiftlere, gruplara, organizasyonlara, diğer sosyal sistemlere ve münferit kişilere yöneliktir.

Aile terapisi hem yatılı hem de ayakta uygulanabilir ve ilaçlı tedavi ile diğer terapi yöntemlerinin uygulamasını dışlamaz. Aile terapisi sistemli terapi olarak sadece aileler ile sınırlı değildir, otumlara – katılımcıların istekleri üzerine – örneğin okul gibi kurumların çalışanları da katılabilir. Sistemli aile terapisi veya sistemli tedaviler sadece çocuklar ve gençlere de değil, yetişkinler ve çiftlere de uygulanabilir. Ailenin tamamının tedaviye katılımı şart değildir, çocuklarla birçok sorun – psikiyatrik açıdan önemli olanlar da – tek ebeveynli aileler içinde de ortaya çıkabilir. Almanya'da çok sayıda aile terapisi ve sistemli terapi uygulayan kurum ile mahalli hekimler ve psikolojik aile terapisi uygulayan terapistler bulunmaktadır.

Metin: Hans Kowark ve Karsten Groth'tan uyarlanmıştır

Kaynak: Fritz-Michael Sadre Chirazi-Stark, Fritz Bremer, Ingeborg Esterer: Wege aus dem Wahnsinn. Therapien, Begleitung, Selbsthilfe bei psychotischen, Almanya (Akıl hastalığından kurtulma yolları: Terapiler, refakat, psikotik hastalıklarda kendi kendine yardım, Almanya)