

SAĐLIKLIL İŞLEVSEL AİLE YOL HARİTASI

Editörler

Besra Taş Bolat
Ayşenur Zengin Erbay



Sağlıklı İşlevsel Aile Yol Haritası

Editörler: Besra Taş Bolat - Ayşenur Zengin Erbay

Yayın No.: 2753
ISBN: 978-625-376-780-8
E-ISBN: 978-625-376-781-5
Basım Sayısı: 1. Basım, Ekim 2025

© Copyright 2025, NOBEL BİLİMSEL ESERLER SERTİFİKA NO.: 20779
Bu baskının bütün hakları Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti.ne aittir.
Yayınevinin yazılı izni olmaksızın, kitabın tümünün veya bir kısmının elektronik, mekanik
ya da fotokopi yoluyla basımı, yayımı, çoğaltımı ve dağıtımı yapılamaz.
Nobel Yayın Grubu, 1984 yılından itibaren ulusal ve 2011 yılından itibaren ise uluslararası düzeyde düzenli olarak faaliyet
yürütmekte ve yayınladığı kitaplar, ulusal ve uluslararası düzeydeki yükseköğretim kurumları kataloglarında yer almaktadır.
"NOBEL BİLİMSEL ESERLER" bir Nobel Akademik Yayıncılık markasıdır.

Genel Yayın Yönetmeni: Nevzat Argun -nargun@nobelyayin.com-
Genel Yayın Koordinatörü: Gülfem Dursun -gulfem@nobelyayin.com-

Sayfa Tasarım: Samet Tekin -samet@nobelyayin.com-
Redaksiyon: Nurcan Çağman -nurcan@nobelyayin.com-
Kapak Tasarım: Mehtap Asiltürk -mehtap@nobelyayin.com-
Görsel Tasarım Uzmanı: Mehtap Asiltürk -mehtap@nobelyayin.com-

Kütüphane Bilgi Kartı

Taş Bolat, Besra., Zengin Erbay, Ayşenur.
Sağlıklı İşlevsel Aile Yol Haritası / Editörler: Besra Taş Bolat - Ayşenur Zengin Erbay
1. Basım, X + 140 s., 13,5x21,5 cm. Kaynakça var, dizin yok.
ISBN: 978-625-376-780-8
E-ISBN: 978-625-376-781-5
1. Sağlıklı 2. İşlevsel 3. Aile

Genel Dağıtım

ATLAS AKADEMİK BASIM YAYIN DAĞITIM TİC. LTD. ŞTİ.
Adres: Bahçekapı Mh. 2465 Sk. Oto Sanayi Sitesi No:7 Bodrum Kat, Şaşmaz/ANKARA
Telefon: +90 312 278 50 77 - **Sipariş:** siparis@nobelyayin.com
E-Satış: www.nobelkitap.com - esatis@nobelkitap.com - www.nobelbilimsel.com

Dağıtım ve Satış Noktaları: Alfa, Ana Basım Dağıtım, Arkadaş, D&R, Derya Dağıtım, Dost, Kırmızı Kedi, Kıta Dağıtım, Kıda
Kitap Yayın, Kika, Kitapsan, Nezih, Odak, Pandora, Prefix, Remzi, Yeryüzü

Baskı ve Cilt: Meteksan Matbaacılık ve Teknik Sanayi Tic. Anonim Şirketi
Sertifika No: 46519
BeYTEPE Köy Yolu No: 3 06800 Bilkent-Çankaya/ANKARA

BÖLÜM YAZARLARI

1. SAĞLIKLI VE İŞLEVSEL AİLE YOL HARİTASI: BİLİNÇLİ EVLİLİKTEN DAYANIKLI AİLE SİSTEMİNE

Doç. Dr. Besra Taş Bolat - Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul, Türkiye ORCID: 0000-0002-1273-4429

2. EBEVEYN TUTUMLARI VE ÇOCUK GELİŞİMİNE ETKİLERİ

Uzm. Aile Danışmanı Nazmiye Acar

3. AİLE İÇİ İLETİŞİM VE ÖNEMİ

Öğr. Gör. Abdulhamit Bolat – İbn Haldun Üniversitesi, abdulhamit.bolat@ihu.edu.tr, Yeni Medya ve İletişim Öğretim Görevlisi, ORCID: 0000-0001-8551-9554

4. AİLE KURAMLARI

Aile Danışmanı Bilim Uzman Ayşenur Zengin Erbay

5. AİLE UYUŞMAZLIKLARINDA ARABULUCULUK KURUMUNUN ÖNEMİ

Doç. Dr. Canan Küçükali - Canan.kucukali@izu.edu.tr, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Hukuk Fakültesi Öğretim Üyesi, ORCID: 0000-0002-0403-4588

6. AİLEDE BAĞIMLILIK DÖNGÜSÜ VE BAŞA ÇIKMA YOLLARI

Bağımlılık ve Bağımlılık Türleri

Doç. Dr. Yunus Altundağ, yunusaltundag@ibu.edu.tr, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, ORCID: 0000-0003-2748-8862

7. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE AİLE EĞİTİMİ VE ÖNERİLERİ

Doç. Dr. Nüket Afat - İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, nuket.afat@izu.edu.tr, Eğitim Fakültesi Özel Eğitim Bölümü öğretim üyesi, ORCID: 0000-0002-4247-025X,

İÇİNDEKİLER

BÖLÜM YAZARLARI	iii
ÖN SÖZ	vii
1. SAĞLIKLI VE İŞLEVSEL AİLE YOL HARİTASI: BİLİNÇLİ EVLİLİKTEN DAYANIKLI AİLE SİSTEMİNE	1
Besra Taş Bolat	
2. EBEVEYN TUTUMLARI VE ÇOCUK GELİŞİMİNE ETKİLERİ	15
Nazmiye Acar	
3. AİLE İÇİ İLETİŞİM VE ÖNEMİ	33
Abdulhamit Bolat	
4. AİLE KURAMLARI	45
Ayşenur Zengin Erbay	45
5. AİLE UYUŞMAZLIKLARINDA ARABULUCULUK KURUMUNUN ÖNEMİ	61
Canan Küçükali	
6. AİLEDE BAĞIMLILIK DÖNGÜSÜ VE BAŞA ÇIKMA YOLLARI Bağımlılık ve Bağımlılık Türleri.....	77
Yunus Altundağ	
7. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE AİLE EĞİTİMİ VE ÖNERİLERİ	113
Nüket Afat	
ÖZ GEÇMİŞLER	136

ÖN SÖZ

Aile üzerine yapılan akademik çalışmalara bakıldığında ağırlıklı olarak problemlili aile yapılarına odaklanıldığı görülmektedir. Bu çalışmalar, genellikle belirli sorun türlerinin nedenleri ve etkileri üzerine yoğunlaşmakta; aile içi çatışmalar, boşanma, iletişim sorunları, bağımlılık ya da istismar gibi olumsuzlukları merkeze almaktadır. Oysaki ailelerin en çok ihtiyaç duydukları şey, yaşadıkları problemleri yalnızca anlamak değil bu sorunlarla başa çıkma yollarını öğrenebilmektir. Bu noktada çözüm odaklı bir yaklaşımın önemi artmaktadır. Nitekim birçok aile, yaşadıkları sorunların kökenine inmekten ziyade bu sorunlarla nasıl başa çıkabileceklerine odaklanmayı tercih etmektedir (De Jong & Berg, 2002).

Elbette bir problemin çözümünü bulmak, çoğu zaman o problemin nedenlerini anlamaktan geçer. Ancak yalnızca nedenler üzerinde durulması, çözüm geliştirme süreçlerinde ciddi bir boşluk yaratabilir. Özellikle psikolojik danışma ya da terapi süreçlerinde danışanların yalnızca sorunun analizine odaklanması hâlinde yeniden yapılandırma ve gelişim açısından yetersiz kaldıkları gözlemlenmektedir. Bu da danışmanlık hizmeti alan bireylerin, tüm profesyonel desteğe rağmen sorunlarını çözemediklerini dile getirmelerine neden olmaktadır. Bu tür deneyimler, aile bireylerinde çaresizlik duygusunun kronikleşmesine ve zamanla problem çözme motivasyonunun kaybına yol açabilmektedir.

İşte tam da bu noktada son yıllarda psikoloji literatüründe öne çıkan pozitif psikoloji yaklaşımının ailelere sunduğu katkılar dikkat çekmektedir. Pozitif psikoloji, bireylerin güçlü yönlerini, kaynaklarını ve potansiyellerini ortaya koymayı amaçlar (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Bu yaklaşım, yalnızca

patolojiye odaklanmak yerine bireylerin ve ailelerin iyilik hâllerini nasıl artırabileceklerine odaklanır. Çözüm odaklı terapi anlayışına benzer şekilde pozitif psikoloji de bireyin işlevselliğini artırmaya dönük bir perspektif sunar. Burada önemli olan, sorunları görmezden gelmek değil güçlü yanlara odaklanarak sorunlara farklı çözüm yolları geliştirebilmektir.

Pozitif psikolojik bakış açısıyla ailelerin yalnızca zayıf yönlerine değil aynı zamanda işlevsel yanlarına, becerilerine ve baş etme stratejilerine de dikkat çekmek mümkündür. Aile üyelerinin kendilerine ve birbirlerine dair olumlu algılar geliştirmesi, aile içi dayanışmayı güçlendirerek problem çözme kapasitesini artırabilir. Bu yaklaşım, ailelerin yalnızca “neyi yanlış yaptıkları” değil aynı zamanda “neyi doğru yapabildikleri” üzerine düşünmelerini sağlar. Böylelikle yapabildiklerinden yola çıkarak yapamadıkları alanlarda gelişim göstermeleri mümkün olur. Bu durum, hem bireysel hem de ailevi düzeyde psikolojik dayanıklılığı (*resilience*) güçlendiren önemli bir süreçtir (Walsh, 2006).

Bu noktada şu temel soru önem kazanmaktadır: **“Sağlıklı aile nedir ve bu yapının yol haritası nasıl oluşturulur?”** Bu soru, modern toplumun hızlı dönüşümler yaşadığı, aile rollerinin ve dinamiklerinin yeniden tanımlandığı günümüzde daha da kritik hâle gelmiştir. Zira sağlıklı aile yapıları yalnızca bireylerin değil toplumun genel refahını da doğrudan etkilemektedir. Aile, bireyin temel sosyalizasyon alanı olup duygusal destek, güven, aidiyet ve kimlik gelişimi gibi hayati işlevleri yerine getirir. Bu bağlamda sağlıklı işleyen aile sistemleri, bireylerin yaşam doyumu, ruhsal iyilik hâli ve sosyal uyum düzeyleri üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır (Olson, 2000).

Bu kitabın temel amacı, “Sağlıklı bir ailenin yol haritası nasıl çizilir?” sorusuna akademik bir çerçevede yanıt aramak ve bu doğrultuda ailelere yol gösterici bir kaynak sunmaktır. Kitapta yer alan bölümler, alanında uzman araştırmacılar tara-

findan hazırlanmış olup hem kuramsal bilgileri hem de uygulamaya dönük yaklaşımları kapsamaktadır. Ailelerin güçlendirilmesi, işlevselliklerinin artırılması ve sağlıklı iletişim modellerinin inşa edilmesi açısından önemli katkılar sunması hedeflenmektedir.

Kitabın kapsamı dâhilinde aşağıdaki temel konular titizlikle ele alınmıştır:

- Sağlıklı ve İşlevsel Aile Yapısının Yol Haritası
- Ebeveyn Tutumları ve Çocuk Gelişimine Etkileri
- Aile İçi İletişimin Önemi ve İyileştirilmesine Yönelik Yaklaşımlar
- Aile Kuramlarının Gelişimi ve Modern Uygulamaları
- Aile Uyuşmazlıklarında Arabuluculuk Kurumunun Rolü
- Ailede Bağlılık Sorunu ve Mücadele Stratejileri
- Özel Gereksinimli Çocuklara Sahip Ailelerde Ebeveynlik Süreci

Bu kitap, yalnızca akademisyenlere ve uzmanlara değil aynı zamanda aile danışmanlarına, ebeveynlere ve aile içi ilişkileri daha sağlıklı kılmak isteyen herkese hitap etmektedir. Umuyoruz ki bu eser, sağlıklı aile yapılarının inşa edilmesine katkı sunar ve toplum genelinde daha güçlü, daha dayanıklı ilişkilerin kurulmasına vesile olur.

Doç. Dr. Besra Taş Bolat