

# Çift Terapisi

Doç. Dr. Asena Akdemir<sup>1</sup>, Ass. Dr. Akfer Karaoğlan<sup>2</sup>, Ass. Dr. Görkem Karakaş<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Doç. Dr., Sağlık Bakanlığı Ankara Dışkapı Yıldırım Beyazıt Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği  
<sup>2</sup> Ass. Dr., Sağlık Bakanlığı Ankara Dışkapı Yıldırım Beyazıt Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği

Asena Akdemir  
Sağlık Bakanlığı Ankara Dışkapı Yıldırım Beyazıt Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği Altındağ ANKARA

Telefon: 312 3170505/1818  
Faks: 312 3184066  
e-mail: asenaak@yahoo.com

## ÖZET

### Çift Terapisi

Klinikte daha çok evlilik terapisi olarak karşımıza çıkan çift terapisi; birbiriyle çatışmada olan iki insanın etkileşimini değiştirmek için düzenlenmiş bir psikoterapi biçimidir. Evlilik sorunları olan insanlar bunları uzman mental sağlık çalışanlarından önce doktorları, din adamları, avukatları ve öğretmenleri ile tartışma eğiliminde oldukları için yıllarca aynı bir evlilik danışmanlığına açık bir gereksinim yokken, günlük yaşamda aile ve birlik-teliklerle ilgili pek çok sorun psikiyatristlerin bu alana yönelmelerine yol açmıştır. Bireysel terapi evlilikle ilgili güçlükleri çözemediğinde, eşlerden birindeki ya da her ikisindeki sıkıntının başlangıcının açıkça evlilikle ilgili olaylarla bağlantısı olduğunda ve çatışmadaki bir çift evlilik terapisi istediğinde eş terapisi düşünülür. Bu yazıda birlikteliklerin, evliliğin ve çift terapisinin tarihçesi ele alınmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Evlilik, çift, terapi, tarihçe.

## ABSTRACT

### Couple Therapy

Couple therapy mostly seen as marriage therapy in clinical practice is a type of psychotherapy that designed to alter the relation of two people in conflict. There has been no need to a speciality like marriage counseling for years because of people's tending to talk their marital problems with their doctors, lawyers or teachers before mental health care professionals. Family and couple problems in daily life caused psychiatrists to pay attention to this field. Couple therapy is considered if individual therapy is inadequate to solve the problems within the marriage, if the beginning of problems in one or in both of the partners is obviously related with the marriage or if the couples want couple therapy. In this article the history of relationships, marriage and couple therapy is reviewed.

**Key Words:** Marriage, couple, therapy, history.

## TARİHÇE

Çift terapisi; birbiriyle çatışmada olan iki insanın etkileşimini değiştirmek için düzenlenmiş bir psikoterapi biçimidir. Klinikte daha çok evlilik terapisi olarak karşımıza çıkar. Evlilik terapisi konu açısından özel bir ailesel çatışmanın tartışılması nedeniyle çift terapisine göre daha sınırlıdır. Evlilik terapisinde, eğitilmiş bir kişi, çiftle terapötik bir anlaşma yapar ve belli iletişim tipleri aracılığı ile rahatsızlığı azaltmaya, uyumu bozan davranış biçimlerini tersine çevirmeye ya da değiştirmeye ve kişilik olgunlaşmasını ve gelişimini sağlamaya uğraşır. Günlük yaşamda aile ve birlikteliklerle ilgili pek çok sorun psikiyatristlerin bu alana yönelmelerine yol açmıştır. 1989 yılında ABD’de 15 yaş üzerindeki nüfusun %56’sı evli ve birlikte yaşıyor, %16’ı evli ve ayrı yaşıyor, boşanmış ya da dulken, sadece %26’lık bir nüfus hiç evlenmemişlerden oluşmaktadır. ABD’deki evlilik dışı birlikteliklerin de bu hiç evlenmemişler bölümüne dahil edildiği göz önüne alındığında çekirdek sosyal ilişkilerin ikili ilişkiler yoluyla olduğu ortaya çıkmaktadır (Bubenzer 1993).

Kendi kuralları olan veya karı-koca arasında belirlenmiş bir kurum olarak evlilik kelimesi, bir tören, formalite, kontrat veya davranış olarak belirlenebilir. Evlilik genel olarak karı ve koca arasında yasal bir kurum olarak belirlenmiştir. Yasal olma; dini açıdan, medeni açıdan veya bazı kanunlar açısından onaylanmayı gösterir. Bazı medeni kanunların izin verdiği çok kadınlık ve çoklu evlilikler de evlilik olarak adlandırılabilir. Günümüzde yaşanandan farklı bir evlilik türü çok kocalılıktır. Çeşitli zamanlarda değişik topluluklarda uygulanmıştır. Çok eski Britanlarda, ilkel Arap kavimlerinde, Kanarya adalarının yerleşik kısımlarında, Amerikan yerlilerinde, Hottentotlarda, Hindistan, Seylan, Tibet yerlilerinde ve Yeni Zellandalıların yerleşik olanları arasında bu tür evlilikler vardır. Çok kocalılık (poliandri) monogami ve hatta poliginiye göre daha az yaygındır. Poliandri birlikteliklerinin büyük bir kısmı bir çeşit kardeşçe bir birlik gibi görünmektedir, her bir evlilik grubundaki kocaların tümü kardeştir. Yaygın olmasa bile sıklıkla, ilk koca diğerlerinin daha üzerinde bir birliktelik ve aileden daha fazla yararlanma hakkına sahiptir. Gerçekten de bu Őef kocadır. Bazı gelenekler ölmüş kocanın erkek kardeşlerini onun karısıyla evlenmek zorunda bırakır. Bu bir çok durumda, sadece kadının (kocanın bir mülkiyeti olarak belirlenmiş) kocanın yakın varislerince (rneğin kardeşler) bir miras olarak görülmesinden kaynaklanmıştır. Poliandrinin temel nedenleri; kadınlara azlığı, kız çocukların öldürülmesi, kabiledeki güçlü erkekler ve Őeflerin kadınlara kendine ayırması, ailede her bir erkek üyenin bir kadına bakmasının imkansız olması ve yiyecek azlığı olabilir. Bugün bile poliandri tam anlamıyla bilinmemektedir (Stone

1997). Bu durum Tibette Aevlion adalarında, İbraniler arasında ve Zoporogion Cossochlarda bir ölçüye kadar bulunmuştur (Ryan 2005). Anadolu’da Sümerlerde kadının okeşliliği, Urugakina reformları ile yasaklanmış ama çocuğu olmayan kadının üzerine erkeğin yeni kadın alma hakkı srmştir (Yılmaz 2000). Poligami (oklu evlilik) veya daha doğru bir ifadeyle poligini (ok karıllık) daha sık görülür. Halen polianriden daha yaygındır. Poligami tarihte bilinen eski toplulukların çoğunda görülür, günümüzde de görülmektedir. Yunanlılar ve Romalılarda poligami eğilimi az ya da yoktur ancak beraber yaşama bu iki milletin gelenekleri ve hatta yasalarıyla kanuna girmiş bir Őeydir. Günümüzde Arabistan, Türkiye ve Hindistan’da olduğu gibi bazı toplumlarda sürmektedir (Stirling 1965). Bu konuda Afrika lkeleri nde gelmektedir, poligami yaygınlığına rağmen bölgeseldir ve küçük gruplarda görülür. Toplumun çok büyük bir kısmı monogamik olsa bile buralarda gelenek ve kanunlarca onaylanmıştır. Gerekeceler bellidir; her bir erkeğe birkaç kadın bulmak için yeterli sayıda kadın vardır ve erkeklerin çoğu birden fazla kadına bakabilmektedir. Bu nedenle poligami evlilikleri toplumun zengin ve güçlü erkekleri, krallar veya Őefleri arasında yaygın bulunmaktadır. Hakim biçim iki eşlilik gibi görünmektedir. Poligamik birlikteliklerin kuralları monogaminin kurallarından uyarlanmıştır. Genellikle ilk evlilik diğerlerinden ev halkı için daha üst bir konumdur. Bunlardan biri özeldir ve ortak kocayla cinsel birleşmenin istisnai bir ayrıcalığı vardır. Poligaminin temel nedenleri arasında; erkeklerin görece azlığı, bazen çok sayıda yıkıcı savaşların olması, bazen kız kardeşlerin sayısını fazla olması, bir kadın ile cinsel birlikteliğin istenmemesi veya mümkün olmaması durumları yer alır. Bir diğer neden bazı bireyler tarafından zenginliğin belli bir miktarının bir yerde toplanmasıdır. Daha ilkel toplumlarda poligami neredeyse bilinmemektedir. Çünkü avcılık, balıķcılık geçim için temel yoldur. Endüstrinin pastoral dönemi öncesi birkaç kadına birden bakabilen birine rastlamak çok nadirdir. Ancak varlıkların birikmesiyle daha zenginler için poligami daha olası bir Őey olmuştur. Bu nedenle daha gelişmemiş ırklardan çok daha gelişmiş ilkel toplumlar ve barbarlar arasında yaygındır. Daha ileriki dönemlerde monogamiye bir eğilim vardır (Ryan 2005). Hindistan’da yaşayan Nayar kabilesinde kadınlara aynı süreçte bir koca ve 3-12 partneri olabilmekte ve bu doğal karşılanmaktadır (Gough 1959). Engels Ailenin, zel Mülkiyetin ve Devletin Kökeni kitabında İngiliz misyoneri Lorimer Fison’un, Mount Gambier bölgesindeki Güney Avustralya Zencileri arasındaki gözlemlerine dayanarak aşiretin iki büyük sınıfa ayrıldığını bir sınıftaki her erkeğin ya da kadının diğer sınıftaki her karşı cinsin doğuştan doğal eşi sayıldığını ancak sınıf içi cinsel ilişkinin sıkı sıkıya yasaklandığını bir tür grup evliliğinin

yaşandığını anlatır (Engels 1884).

Günümüzde bile saptanabilen bu ilkel kavimlere ait evlilik biçimleri insanların çokeşlilikten-grup evliliğinden tekeşli evliliğe, anaerkil dönemden ataerkil döneme geçtiğini göstermektedir. Anaerkil dönemde çocuk anne soyuyla tanımlanmaktaydı, ancak bu kadının toplumda egemen olduğu anlamına gelmemekteydi. Bazı araştırmacılar bu dönemde genel bir eşitliğin sözü konusu olduğunu kadının hiçbir zaman ve hiçbir toplumda erkeğe egemen olmadığını ileri sürmektedirler. Babalığın keşfi ile ataerkil döneme geçiş olmuştur bu dönemde kadının saygınlığı azalmış, bastırılmış bir korku eşliğinde baskı ve sahiplenme başlamıştır. Süreçte "Ana Tanrıçalar" bile dışlanmış, aile reisi gibi tek ve erkek "Tanrı Baba" kavramı egemen olmuştur (Yılmaz 2000).

Bilinen en eski evlilik belgesi, Yahudilerden kalma İ.Ö. 5. yüzyıla ait Aramca yazılmış bir papirüstür (Emiroğlu 2002). İ.Ö. 8. yüzyıla kadar uzanan Yahudi evlilik akitleri genellikle damat tarafından şahitler huzurunda geline bildirilen törensel bir ifade içeriyordu. Homerik dönem boyunca (İ.Ö. 8. yy.) ideal evli kadın Odisea'daki Penelopi idi; olgun akıllı ve sadık bir kadın. Halbuki Troya Savaşı'nın kahramanı Odiseus 19 yıl hiç bir amacı olmaksızın gezmişti (Yalom, 2002). O dönemde evlilik sözü düğünden çok önce verilirdi. Esas olarak evlenecek kadını verecek erkekle (genellikle kızın babası) damat arasında yapılan sözlü bir anlaşmaydı, bu sırada gelin orada bulunmazdı. Söz, evlilik gerçekleşmediği takdirde hem yasal hem mali yükümlülükleri bulunan kendi başına bağlayıcı bir taahhüttü (Yalom 2002). Asurlularda Kültepe tabletlerine göre evlenen hür kadınla hür erkek aynı haklara sahipti. Hitit yasalarına göre ise boşanma hakkı sadece erkeğe verilmişti, kadının miras bırakılacak bir mal olarak görülmesi söz konusuydu, ölen erkeğin dul karısı o erkeğin kardeşi ile evlenirdi (Yılmaz 2000).

1.yy'ın sonunda Aşkenaz Yahudileri kendi ülkeleri olarak benimsedikleri Doğu ve Batı Avrupa'daki adetleri izleyerek tekeşli olarak yaşıyorlardı, halbuki İspanya'da yaşayan Seferad Yahudileri çok eşliydi ve bu durum 1040 yıllarında yasaklanmasına rağmen Seferad Yahudileri bundan neredeyse bir yüzyıl daha sonraya kadar çokeşlilik haklarını korumuşlardır. Tüm Yahudileri kapsayan bu yasaktan 20. yy'ın ortalarında İsrail devleti kuruluncaya kadar bir daha söz edilmiştir (Yalom 2002).

Roma cumhuriyetinin başlarında (İ.Ö 5-2.yy arası) evlilik Yunan modeline benziyordu. Kadınlar üzerindeki denetim babalardan doğal olarak kocalara geçiyordu. Zaman içinde gelinin rızasının alınması fikri Roma dünyasında giderek yasal ve toplumsal ağırlık kazandı.

Eşlerin birbirine karşı belli rolleri ve görevleri olduğu, eşler arasında duygusal ilişki olabileceği kabul edilmiştir. İmparatorluk döneminde evli kadın erkek çift olarak görülmeye başlandı, kadına ev sahibesi konumu verildi. Roma'lı kadınlara boşanma hakkı tanındı ve Roma evliliği birçok yönden karşılıklı bir ortaklık olarak algılanmaya başlandı. Daha önce Avrupa'nın çoğu yerinde gelinin, damadın ve babalarının rızasını gerektiren Roma modeli izlenirken Ortaçağa gelindiğinde Katolik kilisesi evlendirme yetkisini yavaş yavaş ele geçirdi. 12 yy'da Hristiyan kilise yasasında iki önemli değişiklik yapıldı. Bunlardan birincisi insanları yalnızca iki şahit huzurunda değil aynı zamanda rahibin huzurunda evlenmeye ve düğün törenini kilisede yapmaya zorlaması, ikincisi ailelerin rızasını dikkate almaması ve geçerli bir evliliğin temel ölçütü olarak eşlerin karşılıklı rızasını esas almasıydı. Evlilik kutsal bir törenle yapılmışsa bozulamazdı, evliliğin kutsal doğası 1563 yılına kadar bir kilise yasası haline getirilmemiş olmasına rağmen 8. yy.'dan bu yana yaygın bir kabul görmüştür. Yaygın itirazlar karşısında Papa Alexander III Hristiyanları kilisede evlenmeye zorlama girişimlerinden vazgeçmek zorunda kalmıştır. 1536'da da evlilik İngiltere'de kıta Protestanlarının liderliğinde dinsel törenler listesinden çıkartılmıştır. Fransa'da devrimden önce toplumun üst katmanlarından kadınlar kocalarının hayatlarından görece olarak ayrı hayatlar sürerlerdi. Para, rütbe ve aile adına evlilikler yapan çiftlerin yakın bir ilişki ve ortak ilgileri paylaşması beklenmezdi. Aristokrat karı kocaların birbirine fazla bağlı görünmesi hoş karşılanmazdı (Yalom 2002).

Fransız ihtilali, Rönesans ve reformlar sonucu Avrupa'da dinin ve kilisenin egemenliğini yitirdiği yeni çağda, ortaya çıkan yeni sosyal ve ekonomik yapılanmalar, bir çok alanda olduğu gibi kadın erkek ilişkilerinde de büyük değişikliklere yol açmıştır.

Toplumsal tarihçilerin pek çoğu batılı modern evliliğin Amerikan Devrimi ile 1830'lar arasındaki dönemde ortaya çıktığını savunur. Bu elli yıl boyunca servet aile ve sosyal konum verilen kararda ağırlığını korumayı sürdürse de, aşk eş seçiminde en önemli ölçüt halini almıştır. Sebepler ne olursa olsun genç yetişkinlerin ailelerinden adım adım uzaklaşmaları ve aşk evliliklerine verilen öncelik 19 yy. boyunca yerini sağlamlaştırdı (Yalom 2002).

Köleliğin kaldırılmasından önce köleler yasal olarak evlenemezdi. Kuzey ve Güney Amerika'da yalnızca özgür siyahlar resmen evlenebiliyordu ancak melezleşme karşıtı yasalar siyahlar ile beyazların evlenmelerini yasaklıyordu. Amerika'da bazı eyaletlerde bu yasak 2000 yılına kadar hala yürürlükteydi (Yalom 2002). Fransa'da 1787 Kasımında çıkarılmış olan bir kral buy-

ruğu ile Katolik olmayanların evlenmelerini dilerlerse ikametgâhlarının bulunduğu yer kilisesinde, dilerlerse aynı mahallin hakimi önünde akdedebilecekleri kabul edilmiştir. Birincisi dinî, ikincisi medenî nikâh niteliğindedir. Lutheran bakışın ve Fransız devriminin etkisi ile medeni evlilik Avrupa'nın ve Kuzey Amerika'nın neredeyse bütün ÷lkelerinde ve Güney Amerika'nın bazı eyaletlerinde kurumlaşmıştır. Bazı ÷lkelerde evlilik birliğinin geçerliliği için ana unsurken ABD gibi diğerlerinde evlilik kontratının yollarından sadece biridir. Medeni evlilik sadece reformlar sonrası bir kurum değildir eski Perulular ve Kuzey Amerika Aborijinleri arasında da var olmuştur (Ryan 2005).

Hristiyan toplumlarında nikâhın dinî veya medenî niteliği uzun süre tartışma konusu olmuş; kimi ÷lkelerde nikâh tamamen kiliselerde akdedilirken, kimi ÷lkelerde de medenî nikâh esası benimsenmiştir. Osmanlı Devleti uygulamasında 1917 tarihli "Hukuk-ı Aile Kararnamesi" Hristiyanlar için kısmen dinî ve kısmen medenî bir evlenme usulü getirmiştir. Buna göre, İsevîlerin nikâhı, dinî ayinler çerçevesinde rûhânî memurlarca akdedilir. Ancak rûhânî memur, en az yirmi dört saat önce mahallî mahkemeye haber verir, hakim belirtilen saatte nikâh meclisine özel bir memur gönderip kıyılan nikâhı deftere kayıt ve tescil ettirir (Hukuk-ı Aile Kararnamesi, madde, 40-44) (Bostancı 2006). Bazı Hristiyan ÷lkeler sonradan medenî evlenmeyi kabul etmekle birlikte, önce dinî nikâhın akdedilmesini şart koşmuşlardır. Meselâ; Yunanistan ve Romanya, medenî nikâhtan önce dinî nikâhın akdedilmesi esasını benimsemişlerdir. A.B.D.'de, İngiltere'de ve İskandinav ÷lkelerinde ise toplum dinî veya medenî nikâhtan dilediğini seçme hakkına sahiptir. Eşlerin tercihine göre kilisede veya resmî nikâh memuru önünde akdedilen nikâhla ilgili belgeler nüfus kütüklerinde birleşmiş olur. Bazı ÷lkelerde medenî evlenme şekli zorunlu hale getirilmiştir. Hollanda, İsviçre ve Türkiye gibi ÷lkeler bunlar arasındadır. Bu gibi ÷lkelerde resmî memur önünde kıyılmayan nikâh yok hükmünde sayılmaktadır. 17 Şubat 1926 yılında kabul edilen İsviçre Medeni Kanunu'ndan uyarlanan Türk Medeni Kanunu, erkeğin çok kadınla evliliğini yasaklamaktadır. Erken yaştaki evlilikleri de yasal düzenlemeye almıştır. Evlilik kurumunun oluşturulmasında birtakım kurallar getirilmiştir. 1926 Türk Medeni Kanunu'nun bazı maddeleri zaman içerisinde günümüz koşullarına uygun olarak değişikliklere uğramıştır. 1991 yılı göstergeleri Türk kadınının Medeni durumunu yasaların gerektirdiği ölçüde kullandığını belgelemektedir. Örneğin, evli kadınların %98.4'ü tek eşlidir. Evli kadınların %80.4'ü hem resmi hem de dini nikahlıdır. Türk kadının evlilik yaş ortalamasının da zaman itibariyle yükseldiğini görüyoruz. 1990'larda evlilik yaş ortalaması 18.2'ye yükselmiştir. Bu yaş sınırının

yükselmesi kadın nüfusunun bilinçlenmesi ile doğru orantılıdır. Bu bilinçlenme sonucu akraba evliliği yapmayan kadın nüfus oranı da %78.9'lara çıkmaktadır (Şişman 2005).

İlkel toplumlarda çok daha erken evlenilir ve dini nedenlerle bekar kalanların oranı azdır. Bu son yüzyılda ABD ve Avrupa'da evlenmemiş insanların oranı artmıştır. Bu değişimin nedenleri bir kısım ekonomik (çağdaş yaşam standartları ile uyumlu olacak şekilde bir aileyi desteklemek daha zor bir hale geldiği için) bir kısmı sosyal (artmış sosyal zevk ve görevler bir dereceye kadar ev içi istek ve ilgilerin yerini aldığı için), bir kısmı ahlakidir- bekarlık konusunda daha serbestlik evlilik dışında cinsel isteklerin tatminini artırmıştır (Bubenzer 1993, Ryan 2005).

Profesyonel "evlilik danışma"sının tarihinin çoğu, psikiyatrinin ana akışı dışında kaldığı için aile terapisine göre daha az bilinmektedir. Yıllarca ayrı bir evlilik danışmanlığı gibi bir uzmanlık alanına açık bir gereksinim duyulmadı. Evlilik sorunları olan insanlar bunları uzman mental sağlık çalışanlarından önce doktorları, din adamları, avukatları ve öğretmenleri ile tartışma eğilimindedirler. Evlenmeyle ilgili kurslarda bazı öğrenciler ve aile dersten sonra danışmanlarıyla akademik sorunlarının yanında kişisel sorunlarını da konuşmak için kalır ve pek çok kadın evlilikteki cinsel sorunlarını jinekologları ile tartışırlar.

Evlilik danışmanlığı ile ilgili ilk merkezler 1930'lar da kuruldu. Paul Popenoe Los Angeles'ta Amerikan Aile İlişkileri Enstitüsünü açtı ve Abraham ve Hannah Stone da New York 'da benzer bir klinik açtılar. Evlilik danışması ile ilgili üçüncü bir merkez de 1932'de Emily Hartshorne Mudd tarafından başlatılan Philedelphia Evlilik konseyi idi (Broderick 1981). 1942'de bu yeni mesleğin üyeleri yıllık olarak toplanmaya başladı ve 1945'te fikirlerini paylaşmak, mesleki standartlar oluşturmak ve araştırmayı geliştirmek amacıyla Amerikan Evlilik Danışmanları Birliği'ni kurdular. 1940'larda hareket başlangıçtaki üç merkezden tüm ÷lkede yerleşen on beş merkeze yayıldı. Ondan sonra ve şimdi meslek, bilgi verme yönelimli bir gruptan etik kuralları ve çeşitli eğitim merkezleri olan organize bir mesleğe dönüştü. Bu gelişmeler olurken aynı zamanda bazı Psikanalistler arasında da "conjoint" (birleşmiş) evlilik terapisine öncülük eden benzer bir eğilim vardı. Psikanalistlerin büyük çoğunluğu Freud'un hastanın ailesi ile görüşme yasağını takip etmesine rağmen, az bir kısmı kuralları yıktı ve evli çiftler için "concomittant" ve birleşmiş terapi çalıştılar (Nichols ve Schwartz 1991).

Evli çiftlerin Psikanalizi üzerine ilk rapor 1931 Amerikan Psikiyatri Birliği toplantısında Clarence Oberndorf tarafından sunuldu. Oberndorf evli çiftlerin birbi-

rine bağlı nevrozları olduğu ve en iyi dinleti ile tedavi edildiği kuramını geliştirdi. Bu bakış açısı çiftlerle ilgilenmeye başlayan analitik topluluktaki fikir birliğinin temel noktasını oluşturdu. "Evliliğin süregelen ve kişisel doğasından kaynaklı evli bir insandaki her nevroz evlilik ilişkisi ile sıkı bir şekilde bağlantılıdır. Bu yararlı ve bazı zamanlar tamamlayıcı kalıplar üzerine analitik tartışmalara konsantrasyonda vazgeçilmez bir terapötik ölçümdür ve eğer gerekirse iki eş de tedavi edilir." 1948'de New York Psikanaliz Enstitüsünden Bela Mittleman Amerika Birleşik Devletleri'nde "concurrent" evlilik terapisi üzerine ilk yayını yaptı. Daha öncesinde 1937'de Rene LaFogues eşzamanlı olarak aynı ailenin çeşitli, üyelerini analizi üzerine deneyimini rapor etti. Mittleman eşlerin aynı analist tarafından tedavi edilebileceğini ve ikisini de görmekle birbirleri hakkındaki irrasyonel algıları rasyonel olanlardan ayırt etmenin mümkün olabileceğini öne sürmüştür. Nesne ilişkilerinin intrapsişik yansımaları kadar önemli olabileceği gerçeği, gerçekten de bir analistin bakış açısında devrimci bir nokta idi (Nichols ve Schwartz 1991). Nathon Ackerman evli çiftlerin birlikte tedavisinin iyi bir fikir olduğu konusunda hemfikirdi ve aynı zamanda anneler ve çocukların da birlikte yararlı bir şekilde tedavi edilebileceğini düşünüyordu (Ackerman 1966). Aynı dönemlerde nesne ilişkilerinin Psikanalistlerin merkez ilgi noktası olduğu İngiltere'de Henry Dickis ve Tavistock Kliniğindeki arkadaşları bir Aile Psikiyatri Birimi kurdular. Burada boşanma mahkemeleri tarafından gönderilen çiftler farklılıkları üzerine uzlaşma için yardım alıyorlardı. Sonraki dönemde Balint'ler Aile görüşme Bürolarını bu kliniğin prestijini kendi evlilik "casework" ajanslarına indirek olarak da tüm evlilik danışma alanına ekleyerek Tavistock ile birleştirdiler. 1956'da New Jersey Nöropsikiyatri Enstitüsü Yöneticisi Victor Eisenshtein "Evlilikte Nevrotik Etkileşim" başlıklı bir kitapçık yayınladı. İçinde evlilik terapisi sanatının durumunu tanımlayan makaleler vardı. New York'taki Yahudi aile servislerinin yürütücü yönetici yardımcısı Frances Beaman, evlilik sorunlarına bir "casework" tedavi yaklaşımı tanımladı. Lawrence Kubie evlilik dinamiklerinin Psikanalitik analizini yazdı. Margaret Mahler çocuk gelişimi üzerine evlilik çatışmasının etkilerini tanımladı. Ashley Montague evliliğin dinamiklerine kültürel bakış açısını ekledi. Aynı ciltte Mittleman evlilikteki bozukluklar ve onların tedavisi üzerine görüşlerinin daha ayrıntılı bir tanımlamasını yazdı. Agresif-uyusal, ve ayrışmış-bağımlı'yı içeren bir kaç tamamlayıcı evlilik şablonu tanımladı. Mittleman'a göre bu tuhaf eşleşmeler birbirlerinin gözüne girmeye çalışan çiftlerin birbirlerinin kişiliğini kendi illüzyonları doğrultusunda yanlış algılamasından kaynaklanır. Kadın erkeğin bağımsızlığını güç olarak görür, erkek bağımlılığı vericilik ve seksilik olarak görür. Mittleman aynı zamanda çiftlerin birbirle-

rine karşı olan tepkilerinin ebeveynlerinin ilişkileri ile biçimlendirilebileceğine işaret etmiştir. İlgörü olmadan, bilinçdışı motivasyon evlilik davranışına hakim olabilir ve reaktif nevrozik halka paternlerine öncülük edebilir. Tedavi için Mittleman bir terapistin zamanın %20'sinde ailenin bütün bireylerini yönetebileceğine inanmaktadır ama diğer durumlarda ayrı terapistler daha iyi olabilir. Bu zaman için Jackson ve Haley aynı zamanda evlilik terapisini iletişim analizi çerçevesinde yazmaktadır. Onların fikirleri evlilik terapistleri arasında önem kazandıkça evlilik terapisi alanı daha geniş aile terapisi hareketinin içine çekilecektir (Nichols ve Schwartz 1991, Glick 1991).

## TERAPİ BİÇİMLERİ

**Bireysel Terapi:** Bireysel terapide eşler, birbiriyle mutlaka iletişimi olması gerekmeyen farklı terapistler tarafından görülebirlirler. Gerçekten de, terapistler birbirlerini hiç tanımayabilir. Tedavinin amacı, her bir eşin uyuma yönelik kapasitesini güçlendirmektir. Bazen sadece eşlerden biri tedavide olabilir. Görüşmeye giden eş, terapistle hastayla ilgili başka türlü gözden kaçabilecek bilgiler verebilir; hastadaki değişikliğin bir sonucu olarak görüşmeye giden eşteki açık yada gizli kaygı saptanabilir ve bununla meşgul olunabilir; tedavi konuları ile ilgili yersiz inançlar düzeltilebilir ve hastanın tedavisinin eş tarafından bilinçli ya da bilinçdışı olarak sabote edilmesi incelenebilir.

**Bireysel Evlilik Terapisi:** Bireysel evlilik terapisinde, eşlerin her biri de terapedir. Tedaviyi aynı terapist yürüttüğünde, eş zamanlı (concurrent) terapi denir; eşler farklı terapistler tarafından görüldüğünde ise, buna ortaklaşa (collaborative) terapi denir.

**Birleşmiş (conjoint) Terapi:** Birleşmiş terapi, eşlerin bir yada iki terapist tarafından yapılan birleşik oturumlarda tedavi edilmesidir; evlilik terapisinde en sık olarak kullanılan tedavi yöntemidir. Her iki cinsten olan terapistlerle koterapi, karşı cinsten iki üyeye yüz yüze geldiğinde belirli bir hastanın kendine saldırılmış gibi hissetmesini engeller (Satir 1967).

**Dört-Yol (four-way) Oturumu:** Bir dört-yol oturumunda her bir eş, dört kişinin tamamının katıldığı düzenli birleşik oturumlarla birlikte ayrı bir terapist tarafından görülür. Dört-yol oturumunun bir varyasyonu cinsel açıdan işlev bozukluğu olan çiftlerin hızlı tedavisi için William Masters ve Virginia Johnson tarafından geliştirilen yuvarlak masa görüşmesidir. İki hasta ve karşı cinsten iki terapist düzenli olarak bir araya gelir.

**Grup psikoterapisi:** Bir grup içine yerleştirilmiş evli çiftlerin terapisi, çiftleri çeşitli grup dinamiklerinin etki-

lemesine olanak verir. Grup genellikle, c ya da d6rt çiftten ve bir ya da iki terapistten oluşur. Çiftler birbirleriyle 6zdeşim yapar ve diğerlerinin de benzer sorunları olduğunu fark eder; her biri aynı ya da karşı cinsiyetten grup 6yesi arkadaşlarından destek ve empati g6r6r; çiftler cinsel tutumları araştırırlar ve akran gruplarından yeni bilgiler elde edebilmek için bir fırsatları olur ve her biri davranışları ile ilgili tarafsız eş olmayan bir 6yeden geldiğinde eşten yada terapistten geldiğinden daha anlamlı ve daha iyi 6z6msenebilecek olumlu ya da olumsuz 6zg6l geri bildirimler alır.

Sadece bir eş terapi grubuna katıldığında, diğer eş 6yelerin gerçeği test edebilmesi için zaman zaman grubu ziyaret edebilir. Bazen de tek bir evli çiftin geniş bir grubun bir parçası olduğu bir grup d6zenlenebilir.

Kombine Terapi: Kombine terapi; daha 6nceki tekniklerin t6m6n6 ya da herhangi birinin eş zamanlı ya da birlikte kullanılmasından s6z etmektedir. Yani, belirli bir hasta-çift tedaviye eşlerden birinin ya da her ikisinin bireysel terapisi ile başlayabilir, eşle birlikte yapılan birleşik tedavi ile devam edebilir ve evli çiftle grubundaki bir tedavi s6recinden sonra bitirebilir. Kombine terapisinin rasyoneli, evlilik sorunları ile ilgili hiçbir yaklaşımın tek başına bir diğerinden daha 6st6n olmadığının g6sterilmiş olmasıdır. Çeşitli yaklaşımlara aşına olmak bu nedenle terapistin sıkıntıda olan ifte en fazla yararı sağlayabilecek bir esneklik d6zeyinde olmasına olanak tanır (Gurman ve Lebow 1999, Nichols ve Schwartz 1991, Bubenzer ve West 1993, Glick 1991).

## ENDİKASYONLAR

Kullanılan 6zg6l terap6tik tekniklere bakmaksızın evlilik terapisine başlamak için belli bazı endikasyonlar konusunda g6r6ř birliğine varılmıştır. Bireysel terapi evlilikle ilgili g6l6kleri 6zemediğinde, eşlerde birindeki ya da her ikisindeki sıkıntının başlangıcının açıkça evlilikle ilgili olaylarla bağlantısı olduğunda ve çatışmadaki bir çift evlilik terapisi istediğinde eş terapisi d6ř6n6l6r. Eşler arasındaki iletişim sorunları evlilik terapisi için en 6nemli nedendir. B6yle durumlarda eşlerden biri diğerini tarafından sindirilebilir, diğerine d6ř6nce ya da duygularını s6ylemeye çalışırken kaygılanabilir veya bilindişi beklentilerini diğerine yansıtabilir. Terapi eşlerden her birinin diğerini gerçekçi bir Şekilde g6rmesini kolaylaştırmaya y6nlendirilir.

Çiftlerin cinsel yaşamı gibi bir ya da birkaç alandaki çatışma da tedavi endikasyonudur. Benzer biçimde, tatmin edici toplumsal, ekonomik, ebeveynlikle ilgili ya da emosyonel roller oluşturmak tedavi endikasyonudur. Klinisyen, tek başına bir sorunu 6zmeye başlamadan 6nce evlilik ilişkisinin t6m y6nlerini değerlendirmelidir,

zira bu evlilikle ilgili yaygın bir bozukluğun bir belirtisi olabilir.

Çiftlerde işlev Bozukluğu Belirtilerinin Ortaya ıktığı Alanlar:

1. iř ve Ekonomik Konular: Paranın nasıl kazanılacağı ve nasıl harcanacağı ile ilgili netlikler olmaması, eşlerden birinin onaylamadığı biçimde başkalarına mali destek sağlaması (6zellikle karı veya kocanın k6ken aldığı aileye) işlev bozukluklarına yol açmaktadır.

2. Ana-baba olma: Çocukların bakımını kimin 6stleneceği, eğitimlerinin nasıl olacağı, disiplinlerinin nasıl sağlanacağı da tartışma konularındandır. Genellikle eşlerden birinin ebeveynlik işini tamamen 6zerine aldığı ailelerde ya da bir tarafın bu konuları daha iyi bildiğini d6ř6nd6đ6 ailelerde bu ve benzeri yakınlıklar daha sık olmaktadır.

3. Zaman ayırma ve iletişim: Eşlerin birbirlerine, çocuklarına, arkadaşlarına, akrabalarına ayırdıkları zamanın miktar ve kalitesi 6nemlidir. Birbirlerine yeterli zaman ayıramamaları çift olmalarını engeller. Çiftlerin en sık yakındıkları Őeylerden biri "biz konuşamıyoruz" veya "artık konuşacak bir Őey bulamıyoruz" olmaktadır.

4. Çekirdek aile olamama, bu duruma hazır olma: 6lkemizde giderek azalmasına karşın oldukça sık rastlanan bir durum eşlerden birinin, genelde de erkek olanın ailesiyle birlikte yaşamak ya da eşlerden birinin anne ya da babasıyla birlikte oturmaktır ve bu danışmaya gelen çiftlerin sorun alanı olarak sıklıkla tartıştıkları bir konudur. "Sen onların s6z6nden ıkmazsın" "Bu evde benim konumun ne zaten" gibi c6mleler suçlayıcı olarak tekrarlanır. Bunun biraz farklı Şekli de bir s6redir b6y6kleriyle yaşayıp sonradan kendilerine ev kurmaların başbaşa kaldıklarında ilişkiyi y6r6tememeleri durumudur.

5. Cinsellik: Cinsel ilişkilerinin istenilen sıcaklıkta, sıklıkta, kalitede olmayışı. (Bubenzer ve West 1993 , Akdemir 1998)

## KONTRENDİKASYONLAR

Marital kontrendikasyonları arasında ciddi psikoz biçimleri olan hastalar, 6zellikle de paranoid 6đeleri olan hastalar ve evliliğin homeostatik mekanizmasının psikoza karşı bir koruma teşkil ettiği kişiler, eşlerden birinin ya da her ikisinin gerçekten boşanmayı istediği ya da eşlerden birinin kaygı yada korku nedeniyle katılmayı reddettiği durumlar bulunmaktadır.

## AMAÇLAR

Nathan Ackerman evlilik terapisinin amaçlarını şu şekilde tarif etmiştir: evlilikle ilgili bozuklukların terapinin amaçları emosyonel sıkıntıyı ve yetersizliği azaltmak ve eşlerin her ikisinin birlikte ve bireysel olarak iyilik hallerini desteklemektir. Genel bir yol olarak, terapist sorun çözmeye yönelik ortak kaynakları güçlendirerek, patojenik olanların yerine uygun denetim ve savunmaların geçmesini sağlayarak, hem emosyonel sarsıntının parçalayıcı etkilerine karşı bağımsızlığı hem de ilişkilerin övücülüğünü artırarak ve ilişkinin ve eşlerden her birinin büyümesini destekleyerek bu amaçlara doğru hareket eder

Terapötik görevin bir bölümü evlilik içindeki her bir eşin kendi kişiliğinin psikodinamik yapısını anlamak için sorumluluk almaya ikna etmektir. Davranışlarının kişinin kendi yaşamındaki, diğer eşin yaşamındaki ve etraftaki diğer insanların yaşamındaki etkilerinin sorumluluğu vurgulanır; ki bu çoğu zaman evlilikle ilgili anlaşmazlığa yol açan sorunların derinlemesine anlaşılmasıyla sonuçlanır.

Evlilik terapisi hiçbir evliliğin devamı güvencesini vermez. Gerçekten de belli bazı durumlarda eşlere bitirilmesi gereken sürdürülemez bir birliktelik içinde olduklarını gösterebilir. Bu durumlarda çift zor olan ayrılma ve boşanma süreciyle çalışmak için terapistle görüşmeye devam edebilir. Buna boşanma terapisi denmiştir.

Pratikte kadınların ekonomik durumlarının iyi olması boşanmayı daha kolay dillendirmelerine yol açmıştır. Çocuk sayısının azlığı veya hiç çocuk olmaması da boşanma konusunun daha kolay gündeme gelmesini sağlamıştır (Gurman 1999, Nichols ve Schwartz 1991, Bubenzer 1993, Glick 1991).

## SONUÇ

Çift terapisi psikiyatride oldukça yeni kavramlardan biridir. Terapiyi uygularken ortak bir dil oluşumu için terapinin kökenlerine bakmak önemlidir. Bu yazı terapinin gelişme aşamaları ile ilgili genel bilgiler içermektedir. Ülkemizde de bu konuda terapi çalışmaları giderek artmakta ve hatta bu konuda uluslar arası kongreler düzenlenmektedir.

## KAYNAKLAR

- Ackerman NW (1966) Family Psychotherapy- Theory and Practice. American Journal of Psychotherapy, 20: 405-414
- Akdemir A (1998) Çift Terapisi. 7. Anadolu Psikiyatri Günleri, Malatya.
- Bostancı A (2006) <http://www.marife.org/8-bostanci.htm> 15.1.2006
- Broderick CB (1981) The history of professional marriage and family therapy. In: Gurman AS and Kniskern DP eds. Handbook of Family Therapy. New York. Brunner/Mazel.
- Bubenzer DL, West JD (1993). Counseling Couples, SAGE Publications
- Emiroğlu K (2002). Gündelik Hayatımızın Tarihi. Dost Yayınları, 44-5
- Engels F (1884). Ailenin, Özel Mülkiyetin ve Devletin Kökeni. Çev. K. Somer. Sol Yayınları, L'origine de la famille, de la propriété et de l'état. Editions sociales. Paris, 53-55
- Glick ID, Berman EM, Clarkin JF, Rait DS (1991) Marital and Family Therapy. American Psychiatric Press Inc. Washington DC
- Gough KE (1959) [http://orion.oac.uci.edu/~dbell/html/body\\_gough.html](http://orion.oac.uci.edu/~dbell/html/body_gough.html) 22.02.2006
- Gurman AS, Lebow JL (1999) Kaplan& Sadock's Comprehensive textbook of Psychiatry, Seventh Edition. Lippincott Williams&Wilkins, 2157-67
- Nichols MP, Schwartz RC (1991). Family Therapy, Concepts and Methods. Simon And Schuster, Inc. 37-8
- Ryan AJ (2005). Catholic Encyclopedic History of Marriage ([www.newadvent.org/cathen/09693a.htm](http://www.newadvent.org/cathen/09693a.htm)) 20.06.2005
- Satir V (1967) Conjoint Family Therapy. Science and Behavior Books, Inc, Palo Alto, California.
- Stone L (1997) Kindship and marriage. Boulder Colorado Westview Pres. 190-192.
- Şişman A (2005) [www.aku.edu.tr/ata/makaleler/Atkadini.htm](http://www.aku.edu.tr/ata/makaleler/Atkadini.htm) 20.12.2005
- Yalom M (2002) Antik Çağlardan Günümüze Evli kadının Tarihi. Çev. Z.Yelçe, N. Domaniç. Çitlembik Yayınları, İstanbul. A History of the Wife. Harper Collins.
- Yılmaz O (2000) Aşkın Evrimi Cinsellik-Evlilik-Sevgi-Aşk. Ceylan Yayınları, İstanbul