SİSTEMİK ALAN ÇALIŞMASI (AİLE DİZİMİ) NEDİR?

Genel tanımıyla sistem dizim çalışmaları yaşanan herhangi bir olgunun (bu bir ilişki problemi, sağlık sorunu, iş – meslek - kariyer düzleminde bir tıkanıklık olabileceği gibi karar verilme aşamasında zorlanan herhangi bir durum da olabilir) farklı düzenlerde görselleştirilmesi ve düzenlenmesi esasına dayalı grup ya da bireysel çalışma alternatifleri olan bir yöntemdir.

Aile içindeki kuşaklar boyu süregelen etkileşim mekanizmalarını, buradaki örüntüleri gösteren ve düzenleyen formuna “Aile Dizimi” denmektedir. Dizimler esasen aile düzeyi dışında; etnik, politik, kurumsal, organizasyon dizimleri gibi birçok kavrama dair olabilir. Bu kavramların işleyen sistemler arasındaki görünmez bağları görmek ve düzenlemek adına yapılan çalışmalar genelde “**Sistem Dizimleri**” adını alıyor. Aile bireyleri ve soyağaçlarını içeren anne, baba, kardeş, partner düzlemi konuları genelde “Aile Dizimi” adı altında düzenleniyor. Bir anlamda “aile dizimleri” sistem dizimlerinin bir alt grubu olarak algılansa da; her şirket, kurum, toplum, ülke temelde insanlardan oluştuğuna ve insan bir anne babadan dünyaya geldiğine ve bir “kök” aileye sahip olduğuna göre hangi çalışma yapılırsa yapılsın aile düzleminden bağımsız bir sistem dizimi ne kadar mümkün olabilir takdir edebilirsiniz.

Aile sistemlerinden gelen parternlerimiz (şablonlarımız ) ister istemez iş, meslek, partner ve daha birçok sisteme etki etmektedir. Bu yüzden kişinin kendi sistemi ve bunun işleyişi hakkında daha büyük bir resmi görebilmesi “çözüm” odaklı çalışmalar için büyük önem arz etmekte ve fayda sağlamaktadır.

Sistem / Aile Dizim Terapileri iki şekilde uygulanabilir:

* **Grup Dinamiğinde**
* **Bireysel**

**1. Grup Dinamiğinde** yapılan Sistem / Aile Dizim Çalışmalarına iki şekilde katılım olabilir:

a. **Seans almak isteyen**

b. **Temsilci olarak katılmak isteyen**

**Seans almak isteyen danışan**grup dinamiğinde yapılacak olan terapi tarihinden bir hafta önce sitemizdeki “Aile Dizim Bilgi Formu”nu doldurup göndermelidir. Terapist tarafından bir ön görüşme istenebilir / istenmeyebilir. Bu form bilgisi üzerinden terapist seans öncesi bir “**genogram**” çalışması yapar. Bu danışanın gelmesine gerek olmayan bir ön çalışmadır. Danışan terapinin yapılacağı gün geldiğinde seansından önce terapistle kısa bir görüşme yapar ve terapist yaptığı ön çalışma hakkında bilgi verir. Etkili olabileceğini ön gördüğü konu ya da konulara dikkat çeker ve grup dinamiğinde yapılacak çalışmaya dair bir fikir verir. Alan çalışması hiçbir zaman terapistin manipülasyonu olmamalıdır. Bu yüzden bu ön görüşme sadece bir düşünce / sezgi paylaşımından ibarettir.

Danışanın onayıyla alan çalışmasına başlanır. Genelde uygulamamız mahremiyete saygı adına konunun ve danışanın bilgilerinin grupta paylaşılmaması yönlüdür. Hem etik açıdan hem de teknik açıdan herhangi bir zihinsel manipülasyona da bu şekilde izin verilmemiş olur. İstisnai durumlarda tüm katılımcılarının farkındalıklarına hizmet etmek adına bilgilendirilmeler verilebilmektedir. Bu da ancak danışanın izniyle söz konusu olabilir. Danışan çoğunlukla seansında izleyici / gözlemci konumunda yer alır. Kendisini diğer katılımcılardan biri temsil eder. Yine istisnai olarak danışanın bizzat alana kendisinin çağrılması ender de olsa söz konusu olabilir. ( Yine danışanın onayı olmak kaydıyla) Grup dinamiğinde katılımcılardan bir kısmı seansın akışına paralel olarak alana davet edilir ve danışana ait konu, kavram ya da kişileri “temsil” ederler ki bu sebepten “temsilci” olarak adlandırılmaktadırlar.

**Temsilci olarak gelen katılımcılar** ise herhangi bir form doldurmak ve önbilgi vermek durumunda değildirler. Gün içinde yapılacak seanslarda seans sahibi danışanların çalışmalarındaki kişi ya da unsurları ( ki bu bir kavram da olabilir) temsil ederler. Genelde temsil edecekleri kavram ya da kişiyi bilmeden o kimlikle resone olarak o kişinin duygu ve beden “hali” ile ilgili geri bildirim verirler. Temsilci algısı grup dinamiğindeki en önemli konulardan biridir. Temsilcilerin etkileşimleri bizlere “büyük resim” hakkında çok önemli ipuçları verir. Temsilcilerin konuyu bilmedikleri halde konunun gerçekliğini yansıtabilen halleri genelde ilk kez tecrübe edenlerde şaşkınlık yaratabilmektedir.

Seanslarda zaman içinde tecrübelenen katılımcılar bunun bir rol ya da oyun olmadığını yaşadıkları deneyimlerle idrak edebilmeye başlar. Diğer bir şaşırtıcı konu da temsilcilerin temsil ettikleri kişi ya da kavramların tesadüfi olmamasıdır. Temsilciler temsil ettikleri senaryolarda kendilerinden çok şey bulabilmektedirler. Birebir örtüşmelerden dolayı hatta kendi seansı olduğundan emin olanlar bile görülmektedir. Dizim çalışmaları bu bağlamda seans sahibi ve temsilcilere bir anlamda emekleri ve katkıları için hediyelerini sunar.

**2. Bireysel Terapiler:**Bireysel terapilerde yine sistem dizim yöntemlerinden çok yönlü faydalanmak mümkündür. Terapilerde amaç yaşam sürecinin bütününü ilgilendiren bir rehberlik olduğundan uygulanan metot süreklilik arz eden bir kompozisyon şeklinde olmaktadır. Genelde danışana 6 - 8 seanslık bir program önerilir. Bu bir yıla yayılan bir takvim olabilir. Seans aralıkları genelde bir aydır. Danışanın beklenti ve ihtiyacına göre bu süreler değişebilir.

Seanslar danışanın öncelikli talebinden başlamak üzere sağlığı, aile sistemi, ilişkileri, mesleği, gelecek beklentileri gibi konuları içeren her an yaşam akışında birebir yaşadıklarına rehberlik edebilecek bir düzende olmaktadır. Seanslar soyağacı çalışması, şablonlar, figürlerle çalışma, enerjetik dengelemeler ve uygulamalar gibi farklı yöntemleri içermektedir. Büyük resme doğru giden bir bütünlük içinde her seans farklı metotlar içermektedir.

**Turgay Köyağasıoğlu / Yeniden Doğuş Kişisel Gelişim Merkezi**