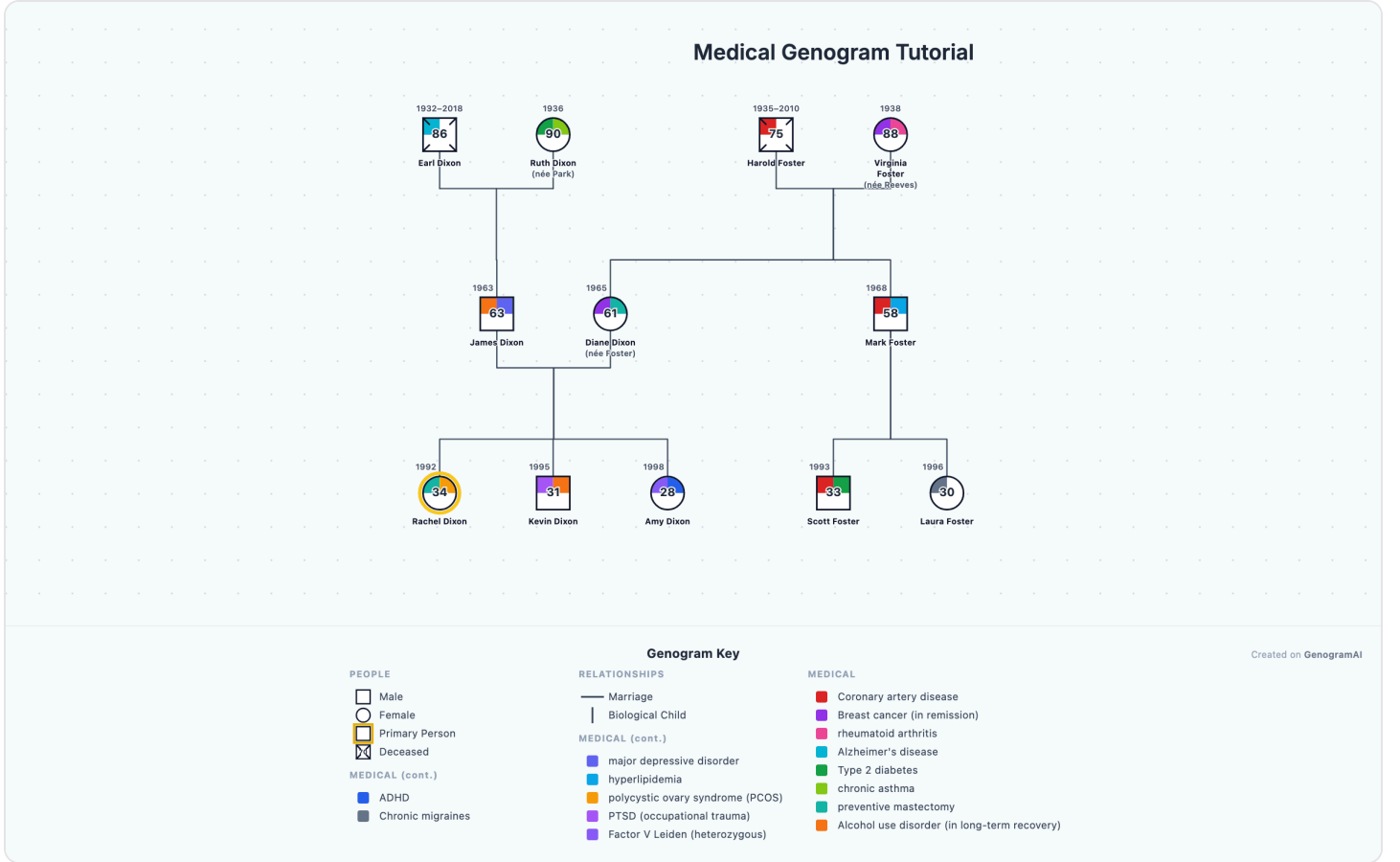


Kapsamlı Genogram Rehberi

Tüm semboller, çizgi türleri, tıbbi kategoriler ve köken desenleri ile bir genogramın nasıl oluşturulup okunacağı.



İÇİNDEKİLER

BÖLÜM 1 · TEMELLER

01 Genogram nedir

02 Genogram, soy ağacı, ekomap

BÖLÜM 2 · SEMBOL BAŞVURUSU

03 Kişiler (9 şekil)

04 Yaşam durumu, gebelik ve ikizler

05 Eş çizgileri (18 tür)

06 Ebeveyn-çocuk çizgileri (7 tür)

07 Duygusal çizgiler (39 tür)

08 Sağlık durumları (22 kategori)

09 Kültürel köken (9 desen) ve diğer bağlam

BÖLÜM 3 · OLUŞTURMA VE OKUMA

10 Adım adım genogram oluşturma

11 Görünümler ve gösterge

12 Genogram okuma

13 YZ ile oluşturma

14 Sözlük ve kaynaklar

Genogram nedir

Genogram yapılandırılmış bir aile şemasıdır: kişiler için şekiller, birliktelikler ve çocuklar için çizgiler, ilişkiler ve sağlık için üst üste çizilen çizgiler ve gölgelendirme. Kuşaklar arası örüntüleri görünür kılmak için tasarlanmıştır.

Yöntem aile sistemleri terapisinden, özellikle Murray Bowen'ın kuşaklar arasında aktarılan duygusal süreçlere dair fikirlerinden doğdu. Monica McGoldrick ve Randy Gerson 1985'te standart bir gösterim yayımladı; kitapları (bugün *Genograms: Assessment and Treatment*, Sueli Petry ile, 4. baskı 2020) hâlâ olağan ders kaynağıdır. O zamandan beri programlar ve ders kitapları, örneğin cinsiyet kimliği, donörle gebelik ve belirli istismar türleri için semboller ekledi; GenogramAI'nin gösterge sayfası (uygulamada genogramai.com/key) hangi sembollerin standart, hangilerinin uzantı olduğunu belirtir.

Bir genogram neleri kaydedebilir

Yapı

Birliktelikler, ayrılıklar, boşanmalar; doğumla, evlat edinmeyle, koruyucu aile yoluyla gelen çocuklar, üvey ilişkiler, taşıyıcı annelik ve donörle gebelik; haneler.

Yaşam olayları

Doğumlar, ölümler ve ölüm yaşı, gebelikler, düşük, ölü doğum ve kürtaj, göç.

İlişkiler

Yakın ve iç içe geçmişten mesafeli, düşmanca, kopmuş, istismar ve ihmale kadar 39 duygusal çizgi türü.

Sağlık

22 tıbbi kategori ve özel durumlar; her biri Aktif, Şüpheli ya da İyileşme olarak işaretlenir.

Kültür ve bağlam

Köken desenleri, 13 din seçeneği, eğitim, sosyal sınıf, konum ve özel alanlar.

Zaman

Kişilerde ve birlikteliklerde tarihler; böylece genogram bir zaman çizelgesi gibi okunabilir.

Genogram, soy ağacı, ekomap

	Soy ağacı	Genogram	Ekomap
Gösterdiği	Soy	Aile yapısı, ilişkiler, sağlık	Bir ailenin dış sistemlerle bağları
Zaman aralığı	Çok sayıda kuşak	Genellikle üç	Şimdiki zaman
Çizim şekli	Kutular ve çizgiler	Standart şekiller ve çizgi türleri	Hizmetlere, okula, işe ve topluma çizgilerle bağlı merkezde bir daire
Tipik kullanım	Soy bilimi	Değerlendirme ve terapi	Sosyal hizmette kaynak ve stres haritalama

İlgili şemalar arasında **genetik soy ağacı** (kalıtım ve taşıyıcılık durumu için National Society of Genetic Counselors tarafından standartlaştırıldı), **kültürogram** (Congress, 1994, kültür ve göç için) ve **sosyogram** (bir grup içindeki ilişkiler) bulunur. GenogramAl ekomap da oluşturur.

Kişiler

Her kişi bir şekildir. Tüm şekilleri aynı boyutta çizin; boyut önem belirtmemelidir.

	Erkek Kare		Kadın Daire
	Trans erkek İçinde küçük daire olan kare		Trans kadın İçinde küçük kare olan daire
	Non-binary Kemer: üstü yuvarlak, altı düz		İnterseks Dikey çizgili daire
	Bilinmiyor Eşkenar dörtgen		Diğer Soru işaretli eşkenar dörtgen
	Evcil hayvan Noktalı kenarlı eşkenar dörtgen, sahibine noktalı bir çizgiyle bağlı		

Her kişi ayrıca adlar (doğum soyadı ve takma ad dahil), tarihler, cinsel yönelim (8 seçenek), meslek, eğitim ve notlar taşıyabilir. Bir hayvan ailenin duygusal yaşamında önemliyse evcil hayvanlar işe yarar.

Yaşam durumu, gebelik ve ikizler

	Hayatta Yalnızca şekil		Vefat etmiş Şeklin üzerinde X
	Vefat etmiş, ölüm yaşı gösterilir Ölüm yaşı içeride olduğunda X köşe işaretlerine dönüşür		İndeks kişi (ana kişi) Şeklin etrafında dış halka (bazıları çift çerçeve çizer)
	Gebelik Üçgen		Düşük Küçük dolu daire
	Ölü doğum X içeren yarım boy şekil		Kürtaj Küçük X
	Çift yumurta ikizleri Tek noktadan iki çocuk çizgisi		Tek yumurta ikizleri Aynısı, kısa bir çubukla birleştirilmiş

Gebelik kayıplarını doğrudan sorun ("Canlı doğumla sonuçlanmayan gebelikler oldu mu?"); kimse sormazsa genellikle atlanırlar ve bir aileyi yıllarca etkileyebilirler.

Eş çizgileri 18 tür

Eşler, şekillerinin altındaki bir çizgiyle bağlanır; önceki birliktelikler sonrakilerin solunda yer alır. Sona ermiş evlilik dışı bir ilişki çizgi stilini korur ve bir eğik çizgi alır.

Bağlılık düzeyi

	Flört İnce kesik çizgi		Birlikte yaşama Kesik çizgi
	Nişan Noktalı çizgi		Evlilik Düz çizgi
	Hayat ortağı Kalın düz çizgi		Bilinmiyor Soru işaretli gri noktalı çizgi

Sona erme

	Fiili ayrılık Kesik çizgi, tek eğik çizgi (ayrı yaşıyorlar)		Yasal ayrılık Düz çizgi, tek eğik çizgi
	Boşanma İki eğik çizgi		Yeniden evlenmiş Ters eğik çizgiyle kesilen iki eğik çizgi (birbirleriyle yeniden evlendiler)
	Evliliğin iptali İki eğik çizgi ve bir X		Dul Çizgi üzerinde X

Koşullar

	İlişki dışı ilişki Pembe kesik çizgi		İlişki dışı ilişki / Ayrılık Pembe kesik çizgi, tek eğik çizgi
	İlişki dışı ilişki / Boşanma Pembe kesik çizgi, iki eğik çizgi		İlişki dışı ilişki / Evli Yanında pembe kesik çizgi olan evlilik çizgisi
	Bir gecelik ilişki Seyrek pembe noktalar		Tecavüz Kalın X'li kırmızı çizgi; yalnızca açıklananı kaydedin

Ebeveyn-çocuk çizgileri 7 tür

Çocuklar ebeveynlerin çizgisinden iner, en büyüğü solda; evlat edinilmiş ya da koruyucu ailedeki bir çocuğun biyolojik ebeveynleri ince, kavisli bir çizgiyle gösterilir.

	Biyolojik Düz çizgi		Evlat edinilmiş Yan yana iki çizgi, düz ve noktalı		Koruyucu aile çocuğu Noktalı çizgi
	Üvey çocuk Kesik-nokta çizgi		Taşıyıcı anne S işaretli kesik çizgi		Sperm donörü SD işaretli kesik çizgi
	Yumurta donörü ED işaretli kesik çizgi				

Duygusal çizgiler 39 tür

Duygusal çizgiler yapının üzerine, herhangi iki kişi arasına çizilir. Rengin anlamı vardır: bağıllık için mavi ve yeşil; çatışma, iç içe geçme ve mesafe için kırmızı; tek yönlü örüntüler için oklar (ok, bunu yaşayan kişiyi gösterir). Yalnızca gereken çizgileri kullanın ve istismarı yalnızca özenle ve danışanın katılımıyla kaydedin.

Standart gösterim

	Bağlantılı Belirli bir niteliği olmayan sade bir duygusal bağ.		Yakın Sağlıklı sınırları olan sıcak, destekleyici bağ.
	İç içe geçmiş Aşırı müdahil; sınırlar bulanık.		Mesafeli Duygusal kopukluk.
	Düşmanca Açık düşmanlık.		Yakın ve düşmanca Yakın ama açıkça düşmanca.
	Duygusal istismar Zorlama, aşağılama, kontrol. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.		Fiziksel istismar Fiziksel zarar, zarar verenden zarar görene. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.
	Cinsel istismar Cinsel ihlal. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.		Odaklanılan Bir kişiye yöneltilen dikkat. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.
	Olumsuz odaklanılan Eleştirel ya da suçlayıcı odak. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.		Bakım veren Başka birine yönelik bakım. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.
	Kopmuş Bilerek koparılmış iletişim.		Onarılmış kopukluk Sonradan barışılmış bir kopuş.

Genişletilmiş

	Kayıtsız Duygusal yatırım yok.		Hiç tanışmamış Hiç ilişki kurulmamış.
---	--	---	---

Olumlu

	Uyum Dengeli, huzurlu ilişki.		Arkadaşlık Aile dışı destekleyici bağ.
	Sevgi Derin sevgi ve özen.		Âşık Karşılıklı romantik bağıllık.
	Bağlanma Güvenli, kalıcı duygusal bağ.		Limerans Tek taraflı tutku. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.

Düşmanlık ve şiddet

	Çatışmalı Aktif gerginlik ve tartışmalar.		Nefret Köklü düşmanlık.
---	---	---	-----------------------------------



Güvensizlik

Kuşku, esirgenen güven.



İç içe geçmiş ve çatışmalı

İç içe geçmiş ve aktif olarak çatışmalı.



Şiddet

Fiziksel şiddet ya da tehdit.



Yakın ve şiddetli

Yakın, ancak fiziksel şiddet içeren.



Mesafeli ve düşmanca

Uzaklaşmış ve düşmanca.



İç içe geçmiş ve düşmanca

İç içe geçmiş, açık düşmanlıkla.



Mesafeli ve şiddetli

Uzaklaşmış, şiddet içeren.



İç içe geçmiş ve şiddetli

İç içe geçmiş, fiziksel şiddetle.

İstismar ve kontrol



İstismar

Genel istismar örüntüsü. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.



Duygusal ihmal

Duygusal bakımın esirgenmesi. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.



Kontrolcü

Zorlayıcı kontrol. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.



Fiziksel ihmal

Bakım, yiyecek ya da barınağın esirgenmesi. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.



Manipülatif

Örtük etki. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.

Dikkat



Kıskanç

Sahiplenicilik ve kıskançlık. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.



Etki

Bir kişi diğerinin seçimlerini güçlü biçimde şekillendirir; ok, etkilenen kişiyi gösterir.



Hayran / Beğenen

Başka birine yönelik hayranlık. Ok, etkilenen kişiyi gösterir.

Sağlık durumları 22 kategori

Sağlık durumları, kişinin şekli gölgelendirilerek gösterilir. GenogramAI iki stil sunar; yeni genogramlar ilkinin kullanır.

Klasik gölgelendirme (varsayılan)

Fiziksel ya da ruhsal hastalık için sol yarı, alkol ya da madde kötüye kullanımı için alt yarı, her biri durumun kendi rengiyle gölgelendirilir. Şüpheli bir durum çizgildir; iyileşme ya da remisyon sol alt çeyrek artı bir çizgidir.



Fiziksel ya da ruhsal hastalık
Sol yarı



Alkol ya da madde kötüye kullanımı
Alt yarı



Hastalık ve madde kötüye kullanımı
Dörtte üç



Şüpheli
Aynı alan, çizgili



Remisyonadaki hastalık
Sol alt çeyrek + dikey çizgi



Madde kullanımından iyileşme sürecinde
Sol alt çeyrek + yatay çizgi

Çeyrekler stili

Her sağlık durumu bir köşe çeyreğini doldurur. Bir kişinin birden fazla durumu olduğunda kullanışlıdır; kapaktaki örnek bu stili kullanır.

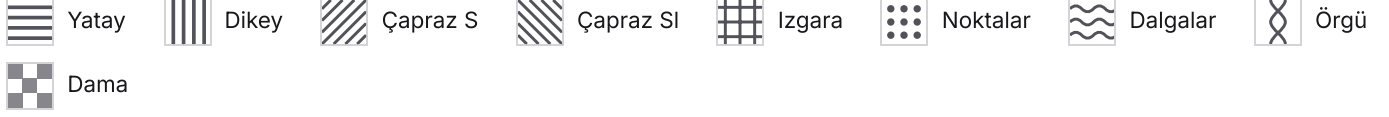
Kategoriler ve renkler

■ Kalp/Kardiyovasküler	■ Kanser	■ Diyabet
■ Ruh sağlığı	■ Madde kullanımı	■ Alkol
■ Nörolojik	■ Solunum	■ Otoimmün
■ Genetik	■ Üreme sağlığı	■ Anksiyete
■ Bipolar	■ Depresyon	■ TSSB
■ Diğer	■ OKB	■ DEHB
■ Yeme bozukluğu	■ Şizofreni	■ Travma
■ Öğrenme güçlüğü		

Özel durumlar ekleyebilir ve her birinin hastalık yarısında mı madde yarısında mı duracağını seçebilirsiniz. Hangi stili kullanırsanız kullanın, renkleri durumlarla eşleştiren bir gösterge ekleyin.

Kültürel köken ve diğer bağlam

Bir kişinin şeklindeki dolgu deseni ve renk, sizin tanımladığınız bir kökeni gösterir (örneğin "İrlandalı" ya da "Meksikalı"). Her kökene kendi desenini verin ve tutarlı kullanın; birden fazla kökeni olan kişi bunları yan yana gösterir.



Diğer bağlam

- **Din:** 13 seçenek (Hristiyan, Katolik, Ortodoks, Mormon, Yehova Şahidi, Yahudi, Müslüman, Budist, Hindu, Sih, Manevi, Yok, Diğer)
- **Eğitim** (10 düzey) ve **sosyal sınıf** (5 düzey)
- **Göç:** iki kültürde yaşamış ya da göç etmiş kişide bir işaret
- **Konum** ve **özel** alanlar, ayrıca birlikte yaşayanların etrafına çizilen sınır olarak **haneler**
- **Kurumlar** (okul, cezaevi, bakımevi) bir kişiye bağlı etiketli kutu olarak

Adım adım genogram oluşturma

1 Bilgi toplayın

Üç kuşak: adlar, doğum ve ölüm yılları, birliktelikler, çocuklar ve aileye nasıl katıldıkları, gebelikler ve kayıplar, hastalıklar ve madde kullanımı, taşınmalar, iş, eğitim, kültür ve din. Bilinmeyenleri not edin.

2 İndeks kişiyi yerleştirin

Danışanla başlayın ve onu indeks kişi olarak işaretleyin.

3 Yapıyı ekleyin

Eşler aynı satırda, çocuklar doğum sırasına göre altta, ardından ebeveynler, kardeşler ve büyükanne ile büyükbabalar. Her bağlantı için doğru eş ve çocuk çizgisini seçin.

4 Duygusal çizgileri ekleyin

Her önemli ilişki için sorun: ne kadar yakın, ne kadar çatışmalı, iletişim kesilmiş mi, birine zarar veriliyor ya da biri kontrol ediliyor mu?

5 Sağlık ve bağlam ekleyin

Sağlık durumlarını gölgelendirin, köken, din ve tarihleri ekleyin, haneleri gruplayın ve bir gösterge ekleyin.

6 Aileyle gözden geçirin

Bilgileri doğrulayın, boşlukları doldurun ve genogramı, öğrendikçe değişen bir çalışma belgesi olarak tutun.

GenogramAI aileyi otomatik olarak yerleştirir: kuşaklar satırlarda, çocuklar doğum sırasına göre, eşler yan yana.

Görünümler ve gösterge

GenogramAI'da aynı genogram, Görünümler menüsünden verileri değiştirmeden açıp kapattığınız farklı katmanlarla okunabilir. Dokuz katman vardır: **Kültürel, Tıbbi, Sosyal sınıf, Din, Eğitim, Konum, Özel, Arka planlar ve Haneler**. Duygusal çizgiler her zaman gösterilir. Bir **Zaman** kaydırıcısı aileyi yıl yıl yeniden oynatır, **Sun** modu ise genogramı tam ekran gösterir.

Tuvaldeki **gösterge** yalnızca o genogramda kullanılan sembolleri ve renkleri listeler; dışa aktarımlar bunu "entegre gösterge" olarak içerebilir. Tüm sembollerin tam göstergesi genogramai.com/genogram-key adresindedir.

Genogram okuma

Yapı

Kuşaklar, hane yapısı, kardeş sırası, erken ölümler, boşanmalar ve yeni birliktelikler.

İlişkiler

Yakın bağlar, çatışma, mesafe ve kopuşlar; üçgenler; kimin kiminle ittifak içinde olduğu.

İşlevsellik

Kim aşırı işlev görüyor, kim yetersiz; stres ailede nasıl dolaşıyor.

Kuşaklar boyunca

Tekrarlayan roller, hastalıklar, bağımlılıklar ve kopuşlar; önceki olayları yankılayan yaşlar ve tarihler.

Yararlı sorular: Ne dikkat çekiyor? Ne eksik? Bu öyküyü kim farklı anlatırdı? Onarılmış kopuşlar, iyileşme ve istikrarlı ilişkiler gibi güçlü yanlar nerede? Bu örüntüler kişinin şimdi yardım istemesinin nedeniyle nasıl bağlantılı olabilir?

Genogram birlikte keşfedilecek hipotezler önerir; bir tanı değildir.

YZ ile oluşturma

GenogramAI bir açıklamadan genogram taslağı hazırlayabilir ve istendiğinde düzenleyebilir. Kontrol sizdedir: YZ'nin eklediği her kişiyi ve çizgiyi, bir meslektaşınızın notlarını kontrol eder gibi kontrol edin.

YZ asistanı (her plan)

Editörde ondan bir şey oluşturmalarını, düzenlemesini ya da soruları yanıtlamasını isteyin: "Sarah'ya bir erkek kardeş ekle", "John'u 2019'da vefat etmiş olarak işaretleyin", "Annem ile Lisa teyzenin çatışmalı olduğunu göster". Ücretsiz plan ayda 5 YZ kredisi içerir; Pro ve Clinical sınırsızdır.

YZ ile oluşturun (Pro)

Aileyi panelde sade bir dille anlatın ve düzenlemeye hazır, yerleşimi yapılmış bir genogram alın.

YZ ile içe aktar (Pro)

Elle çizilmiş bir genogramın ya da notların fotoğrafını yükleyin; YZ onu düzenlenebilir bir genograma dönüştürür.

Dosya içe aktarma (Pro)

GEDCOM, GenoPro, Gramps, GEDCOM X, Family.Show, RootsMagic ve elektronik tablo dosyalarını yeni bir genogram olarak açın.

Kâğıt mı yazılım mı

	Kâğıtta	GenogramAI'da
Değişiklikler	Yeniden çizmek	Yerinde düzenleme; yerleşim kendiliğinden güncellenir
Semboller	Çiziminiz ne kadar düzgünse o kadar	18 eş, 7 çocuk ve 39 duygusal çizgi türü, tutarlı biçimde çizilmiş
Sağlık	Elle gölgelendirme	Aktif, Şüpheli ve İyileşme durumlu 22 kategori
Paylaşım	Fotokopi ya da tarama	Her planda PNG ve yazdırma; Pro ve Clinical'da PDF, SVG ve GEDCOM; salt görüntüleme paylaşım bağlantıları

Free

- Her biri en fazla 50 kişilik 2 genogram
- Ayda 5 YZ kredisi (editörde YZ asistanı)
- Tüm semboller, görünüm ve taval göstergesi
- PNG dışı aktarma, yazdırma, salt görüntüleme bağlantısı

Pro

- 25 genogram, kişi sınırı yok
- Sınırsız YZ, YZ ile oluşturun dahil
- Fotoğraf ve notlardan YZ ile içe aktarma; GEDCOM ve diğer aile dosyaları
- PDF, SVG ve GEDCOM dışı aktarma

Clinical

- Pro'daki her şey, sınırsız genogram
- Klinik mod: yalnızca cihazınıza kaydeder
- Araştırma görünümü
- Mac için masaüstü uygulaması (Windows yakında)

Sözlük

İndeks kişi

Genogramın merkezindeki kişi.

Köken aile

Bir kişinin içinde büyüdüğü aile.

İç içe geçme (kaynaşma)

Bireysel sınırların bulanıklaştığı yakınlık.

Üçgen

İki kişi gerginliği üçüncü birini dahil ederek yönetir.

Aşırı ve yetersiz işlevsellik

Bir kişi çok fazla sorumluluk üstlenirken diğeri çok az üstlenir.

Yıldönümü tepkisi

Daha önceki bir aile olayının tarihi ya da yaşı civarında yaşanan sıkıntı.

Genogram göstergesi

Bir genogramın sembolleri, çizgileri ve renkleri için gösterge.

Belirlenmiş hasta

"Sorun" olarak görülen aile üyesi; belirtiler ailedeki daha geniş bir stresi yansıtabilir.

Çekirdek aile

Ebeveynler ve çocukları.

Kopuş

Aileyle iletişimi sona erdirmek ya da ciddi biçimde kısıtlamak.

Farklılaşma

Bağlı kalırken kendin olarak kalmak (Bowen kuramı).

Ebeveynleşme

Ebeveyn rolünü üstlenen bir çocuk.

Çok kuşaklı aktarım

Bir kuşaktan diğerine aktarılan ilişki kurma örüntüleri.

GEDCOM

Soy ağacı verileri için standart dosya biçimi.

Kaynaklar

Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. Jason Aronson.

Bennett, R. L., French, K. S., Resta, R. G., & Doyle, D. L. (2008). Standardized human pedigree nomenclature: Update and assessment of the recommendations of the National Society of Genetic Counselors. *Journal of Genetic Counseling*, 17(5), 424–433.

Congress, E. P. (1994). The use of culturagrams to assess and empower culturally diverse families. *Families in Society*, 75(9), 531–540.

Hartman, A. (1978). Diagrammatic assessment of family relationships. *Social Casework*, 59(8), 465–476.

Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. W. W. Norton.

McGoldrick, M., Gerson, R., & Petry, S. (2020). *Genograms: Assessment and Treatment* (4th ed.). W. W. Norton.

Gösterim, McGoldrick ve meslektaşlarının tanımladığı standart genogram gösterimini GenogramAI uzantılarıyla birlikte izler. GenogramAI'nın yazarlar ya da yayıncıyla bir bağlantısı yoktur ve onlar tarafından desteklenmemektedir. Örnek genogramlar, GenogramAI örnek galerisindeki kurgusal ailelerdir.