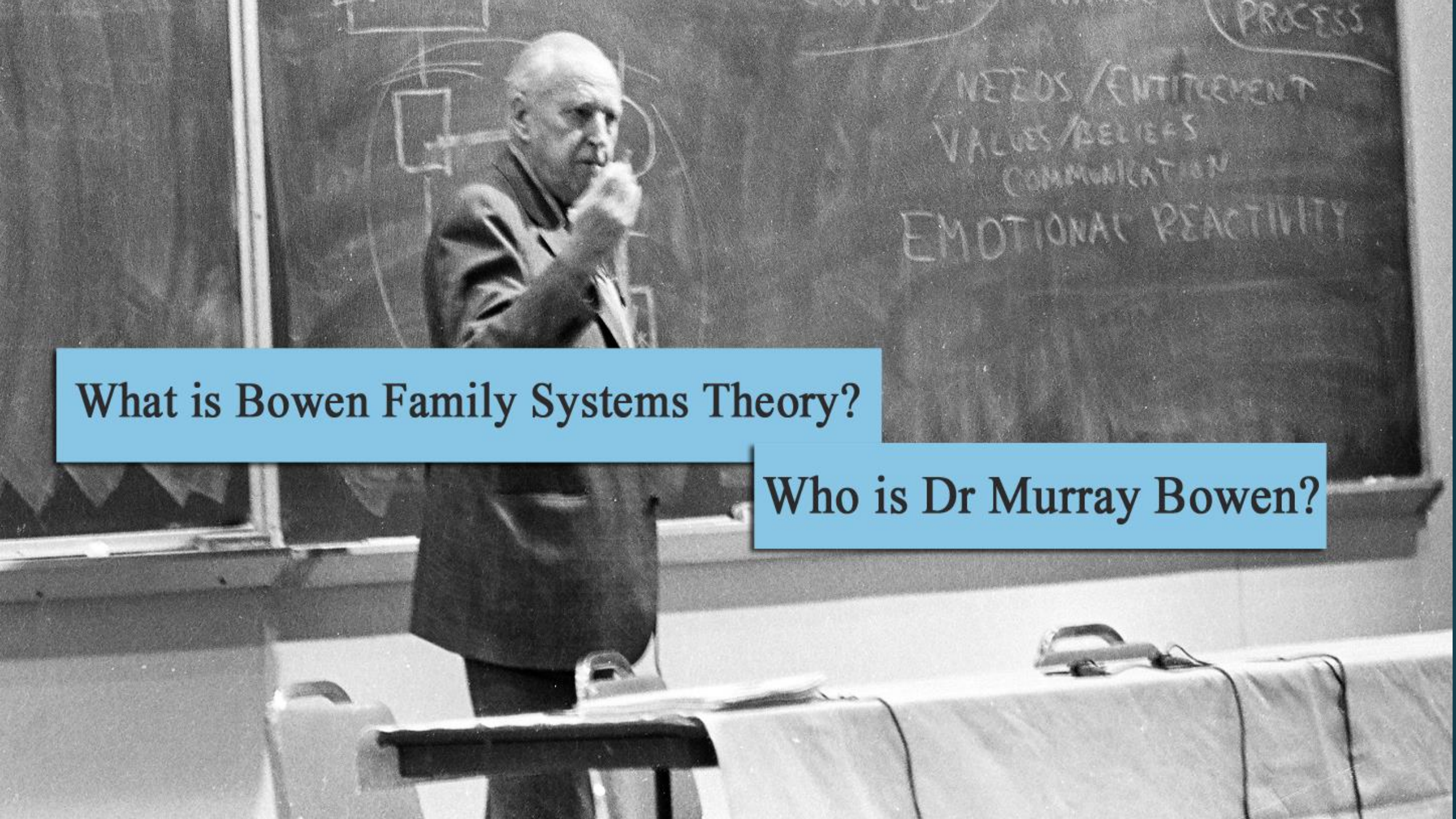


Family System Therapy

NANANG ERMA GUNAWAN

NANANG_EG@UNY.AC.ID



What is Bowen Family Systems Theory?

Who is Dr Murray Bowen?

Pandangan Bowen

- ▶ **Bowen:** asumsi bahwa keluarga merupakan factor penting bagi individu.

Family therapy >< Family system therapy

family therapy adalah tindakan psikoterapeutik keluarga untuk memperbaiki fungsi psikologis

family system therapy adalah sejenis terapi keluarga yang berkonsentrasi pada interaksi anggota keluarga dan melihat seluruh keluarga sebagai sebuah kesatuan atau system.

Ragam terapi system keluarga

- ▶ Intergenerational, → Murray Bowen
- ▶ Structural → Salvador Minuchin
- ▶ Strategic → Jay Haley
- ▶ Experiential → Gestalt

Pendekatan Integrasional Bowen


- ▶ Ia menekankan pada system emosi keluarga dan sejarah system ini dapat dilacak melalui dinamika keluarga orang tua dan bahkan keluarga kakek nenek.
- ▶ Dia tertarik bagaimana keluarga memproyeksikan emosi mereka pada anggota keluarga tertentu dan reaksi anggota keluarga itu terhadap anggota keluarga yang lainnya.

8 Konsep Bowen

- ▶ **Pembedaan diri (differentiation of self).**
- ▶ **Triangulasi (Triangulation).**
- ▶ **Sistem emosional keluarga inti (Nuclear family emotional systems).**
- ▶ **Proses proyeksi keluarga (Family Projection Proses).**
- ▶ **Memotong emosi (Emotional Cutoff).**
- ▶ **Proses transmisi multigenerasional (Multigenerational transmission process).**
- ▶ **Posisi saudara (Sibling position).**
- ▶ **Regresi social (Societal regression).**

Pembedaan self

- ▶ Ini merupakan konsep di dalam (intrapsychic) maupun (antar individu) interpersonal diri individu.
- ▶ Aspek intrapsychic merupakan kemampuan untuk memisahkan perasaan dan pikiran. Orang yang mampu membedakannya adalah orang tidak dingin (ia hanya berfikir dan tidak pernah merasa).
- ▶ Aspek intrapersonal: orang yang tidak mampu membedakan akan bereaksi secara emosional baik positif maupun negative terhadap orang lain.
- ▶ Ia memiliki identity otonom yang terbatas

- 
- ▶ Orang yang mampu membedakan akan mampu mengambil pendirian berdasarkan prinsip-prinsipnya
 - ▶ Mampu mengembangkan kedekatan tanpa dibentuk orang lain
 - ▶ Dalam proses pembedaan → meningkatkan tanggungjawab pribadi.

Segitiga

- ▶ Semua hubungan yang signifikan secara emosional dibayangi oleh pihak ketiga (di dalamnya termasuk saudara, teman, benda-benda, pekerjaan, dan memori)
- ▶ Hubungan bersifat dinamis: ada siklus kedekatan. Segitiga dapat berkembang pada waktu berjauhan.
- ▶ Dalam hubungan, pasangan yang mengalami tekanan akan sering berhubungan dengan orang lain untuk mendapatkan teman (sekutu)
- ▶ Kadangkala, orang dekat menawarkan dukungan ketika mengalami konflik atau kecemasan

