

Csizmadia Róbert

## ***A családkutatások megjelenítése a családi életre nevelésben a Circumplex Modell alapján***

### *Adaptáció, kohézió és kommunikáció az iskolai nevelésben*

A családdal kapcsolatos kutatások az elmúlt fél évszázadban gazdag ismeretanyagot hoztak felszínre, ami a CSÉN oktatásban hasznosítható. Prof. Dr. David H. Olson családmodelljének dimenzióin keresztül a cikk javaslatot tesz ezen eredmények integrációjára az oktatási rendszerben. A családmodell dimenziói a kohézió, az adaptáció, illetve a kommunikáció. Az adaptáció a családstruktúra rugalmasságának mértéke, a változásra való készség, melynek segítségével a család választ ad az élet kihívásaira. A kohézió az érzelmi kötődés dimenziója, a kommunikáció pedig az előbbi kategóriák változtatásának záloga. A dimenziók változójának megismerésével beigazolódni látszik, hogy az iskolában a családi életre nevelést nemcsak mint önálló tárgyat érdemes megfontolni, hanem mint az iskolai tananyag keretében is, mely megjelenik más tárgyakhoz kapcsolódva, és épít az ott elsajátított tudásra és képességekre.

### **CSALÁDI ÉLET ÉS AZ OKTATÁS LEHETŐSÉGEI**

A családi életre nevelés megítélése hasonlít a család 21. századi kríziséhez. Egyik oldalon mindenki szereti: csupa romantikus és pozitív gondolat kapcsolódik hozzá, hiszen ki ne beszélne szívesen virágzó kapcsolatokról, biztonságban felnövekvő gyermekekről, a társadalom stabil sejtjeiről. Szívesen hangoztatja ezeket a frázisokat magánember és közszereplő, laikus és szakember. A családi életre nevelésnek tehát, amennyiben boldog családok létrejöttét segíti, van létjogosultsága az oktatásban is. A másik oldalon bizonytalanság és reményvesztettség tapasztalható. Hiszen ki ne hallott volna a rémisztő válási statisztikákról és ne ismerne környezetében olyanokat, akiknek családi élete megromlott. A vágyak és a valóság közötti feszültség és a téma kapcsán megjelenő ellentmondásosság szinte lehetlenné teszi az optimizmust. Önkéntelenül is felvetődik a kérdés: lehetséges fejleszteni a családi élet minőségét az oktatás segítségével, ha a mindennapi életben ilyen nagyok a problémák?

A válasz: igen. Az elmúlt évtizedekben több kutatás folyt a házasság, a család és ezek problémái kapcsán. Pongrácz Tiborné felmérései szerint a magyar lakosság 87,3 százaléka még mindig a házasságot tartja a legjobb életformának, és 70,5 százaléka úgy véli, nem lehet igazán boldog,

akinek nincs gyermeke.<sup>1</sup> Amennyiben ezeket az adatokat a valóság tükrében értelmezzük, megállapíthatjuk, hogy van egy általános vágy, illetve igény a család iránt, bár mintha a megvalósítással gondok lennének. A magyar társadalom értékrendjében megjelenik a család és a házasság, a motiváció tehát adott. A kérdés, hogy a szükséges magabiztosság, a pozitív életszemlélet és készségek elsajátításának lehetősége adott-e? Ezen területek fejlesztésében az oktatás meghatározó szerepet játszhat. Az oktatás irányainak meghatározásában rendelkezésünkre állnak azok a családi kutatások, melyek a család kríziseinek megoldásában hatékony elméleti hátteret szolgáltatnak.

## A LÉLEK ÚTVESZTŐI ÉS A CSALÁDI GUBANCOK

A mindennapi megtapasztaláson túl a pszichológia is igazolja az emberi lélek szépségét és összetettségét. A diszciplína szerteágazik több elismert irányzatra, melyek komplementer vagy akár vitás viszonyban is állhatnak egymással. A családterápia kialakulása a tudományág fejlődésének egy fontos állomása volt, mely gazdagította a rendelkezésünkre álló információkat és a segítség lehetőségeit. Habár a családterápia csak az 1950-es évek közepén jelent meg, a korábbi megfigyelések az ember szociális dimenziójáról már szétfeszítették a tradicionális pszichoanalitikus kereteket.<sup>2</sup> Ludwig Von Bertalanffy a rendszerelmélet területén végzett kutatásaival<sup>3</sup> megnyílt a lehetőség, hogy a 20. század második felében tudományos igénnyel folytassanak kutatásokat a családi rendszerek területén. A mechanisztikus és lineáris megközelítés helyébe lépő holisztikus igénnyel végzett felmérések a család egységét szervezett, organikus és interaktív organizmusnak tekintették. Az így nyert eredmények rámutattak a családi rendszerben megfigyelhető dinamikák sajátosságaira. Hézsér Gábor feltérképezi ezen megfigyeléseket, és tíz csoportba osztja őket.<sup>4</sup>

1. Az egész minőségileg több és más, mint a részek tulajdonságainak summája. A részek kölcsönhatásainak feltérképezése megsokszorozza a rendelkezésünkre álló információkat.

2. A fejlődési folyamatok célirányosak. A családon belüli folyamatoknak mindig van valamilyen célja.

3. Önszabályozó (önregulációs) képesség. A mindenkori rendszerállapot mögött a változtatási és megőrzési igények dualizmusa áll.

4. Dinamikus egyensúly. A megfigyelő nem egy pillanatfelvételt lát a családról, hanem a családtagok „együtt táncolását”.

5. Ugrásszerű fejlődés. A krízispontoknál a rendszer hatalmas változásra képes (pl. gyermek születése, beiskolázása, párkapcsolati válság stb.).

6. Hierarchikus tagolódás. Az élő rendszerek alrendszerekből épülnek fel, amelyek maguk is önálló rendszereket alkotnak.

1 SKRABSKI ÁRPÁD – KOPP MÁRIA: Életközösség vagy érdekközösség dominanciája a párkapcsolatokban. [http://www.avkf.hu/dok/élet\\_v.erdekkozosseg.pdf](http://www.avkf.hu/dok/élet_v.erdekkozosseg.pdf) (Letöltés ideje: 2011. 05. 24.)

2 MICHAEL P. NICHOLS: Family Therapy: Concepts and Methods, 9th Edition. Pearson, 2009, 1–22.

3 LUDWIG VON BERTALANFFY: General system theory. George Braziller, New York, 1968.

4 HÉZSER GÁBOR: Miért? Rendszerszemlélet és lelkipedagógiai gyakorlat. Kálvin Kiadó, Budapest, 2001, 16–18.

7. Szabályok, szabályrendszerek léte.

8. Nyílt és zárt rendszerek.

9. Az élő rendszerek és a külső szemlélő interdependens kapcsolata. A megfigyelő vagy a terapeuta bizonyos fokig az aktuális rendszer részévé válik, és befolyásolja annak állapotát.

10. Az ember közösségi rendszerei kommunikatívak. A rendszert a benne résztvevő tagok kommunikációja formálja és határozza meg.

Felismerve a családi rendszer működését, megállapítható, hogy csupán az egyéni problémák, hiányosságok kiküszöbölésére irányuló pedagógiai célkitűzés nem elégséges. Lehetetlen az egyén problémáit megoldani vagy a családi életre felkészíteni anélkül, hogy a tanulót ne a családi rendszer részeként értelmeznénk. A fent leírt alapállítások elsődleges megismerése is elindíthatja az olvasó gondolatait a családi rendszer problémás területeinek felismerése felé.

## EGYSÉG ÉS SOKSZÍNŰSÉG A CSALÁDTERÁPIÁ(K)BAN

Egy *Michael Dieterich* által végzett elemzés rámutatott azokra az eltérő területekre, melyekben a különböző terápiás irányzatok versengenek, de kiegészítik egymást antropológiájukban, patológiaszemléletükben, valamint terápiaszemléletükben.<sup>5</sup> A családterápiás irányzatok esetében is leírható ezen területek különbözősége, de a terjedelemre való tekintettel szűkíteni fogom a tárgyalt iskolák körét. A sokféle műhely közül a legbefolyásosabbakra érdemes egy pillantást vetni: a strukturális családterápiára, a milánói családterápiára, a kontextuális terápiára és a Bowen családrendszer terápiára. Eredményeikből azokat az elemeket emelem ki, melyek közelebb visznek bennünket a családi élet oktatásának tartalmához. A családi életre oktatás legfontosabb és egyben elérhető célja, hogy prevenciós eszközként hozzásegítsen a teljesebb családi élet kialakításához. Ahhoz, hogy ez hatékony lehessen, értenünk kell a lehetséges problémák körét, ezért főként a családterápiás iskolák patológiájára összpontosítok. Reményeim szerint a szubjektív válogatás és az irányzatok minimális ismertetése nem sérti a közölt információk megbízhatóságát vagy érthetőségét.

*Salvador Minuchin* a családterápiás irányzat alapítója, akinek alapvető elgondolásairól magyarul is tájékozódhatunk *Családok és családterápia* című összefoglaló munkájából.<sup>6</sup> Alapvető megfigyelése szerint a legtöbb családnak vannak összeolvadt és szétkapcsolt alrendszerei, és ezeknek az átalakítása, átstrukturálása a terapeuta fő feladata. Ezen rendszerekben nemcsak a belső folyamataik befolyásolják az egyének pszichés folyamatait, hanem azok kölcsönhatásban állnak a család rendszereivel. Ezért „a család több mint tagjainak egyéni biopszichikus dinamikája. A családtagok bizonyos megállapodások szerint viszonyulnak egymáshoz, ezek irányítják kapcsolataikat. A megállapodások, bár gyakran nincsenek nyíltan megfogalmaz-

5 MICHAEL DIETERICH: Psychologie-Psychotherapie-Seelsorge: Chancen und Grenzen unterschiedlicher Wege zum Menschen. Spes Christiana, 2000/11, 83–100.

6 SALVADOR MINUCHIN: Családok és családterápia. Animula, Budapest, 2006.

va, sőt, felismerve sem, egészet alkotnak – a család struktúráját.”<sup>7</sup> Működési zavar akkor keletkezik, hogyha a család struktúrája merevvé vagy diffúzívá válik. Első esetben a magas autonómiával rendelkező egyének kevéssé kötődnek egymáshoz, míg utóbbi esetben szinte összeolvadnak a tagok a magas érzelmi kötődés hatására. Minuchin külön figyelmet fordít a pszichoszomatogén családokra, amelyek egyik fő jellemzőjeként a megfelelő konfliktuskezelés hiányát azonosítja.<sup>8</sup>

A milánói irányzat alapítói *Mara Selvini-Palazzoli*, valamint munkatársai: *Luigi Boscolo*, *Gianfranco Cecchin* és *Giuliana Prata*. *Gregory Bateson* eredményeire építve kifejlesztették saját elméletüket és terápiás eljárásaikat. Ráirányították a figyelmet a címkézésre, a mítoszok gyártására és a bűnbakképzésre, mint azon negatív folyamatokra, melyek hozzájárulnak a rendszer egy tagjánál a betegség kialakulásához. Elmondható, hogy határozottan és következetesen végigvitték a rendszerközpontú gondolkodást. Egyik értékes következtetésük, hogy a betegséget úgy értelmezték, mint az egyén választát a környezetének állapotára, rendszerének anomáliáira.<sup>9</sup>

A kontextuális terápia létrehozója a magyar származású *Böszörményi-Nagy Iván*. Miután túlságosan elhanyagoltak találta az egyén szerepét a rendszerelméleti alapú terápiákban, ezért igyekezett egy szélesebb, kapcsolati etikai kontextusba helyezni elméletét, szétfeszítve ezzel a klasszikus rendszerelméleti kereteket. A hangsúly áthelyeződik az egyén belső világára, tárgykapcsolataira, arra, hogyan képződik le benne a saját családja. A családi rendszert és annak tagjait befolyásoló tények dimenziója és a tranzakciók dimenziója mellett azonosítja az egyénre hatást gyakorló tényezők között az individuális pszichológiai és kapcsolati etikai dimenziót. Különös figyelmet kíván ez utóbbi, melyben a kapcsolat méltányosságát, egyensúlyi helyzetét, valamint a szerzett érdekek és kötelezettségek egyensúlyát taglalja. A rendszer etikus címkéjét ezen utóbbiak egyensúlya, illetve viszonya alapján kapja, nem pedig morális vagy vallásos megfontolásból. Probléma akkor adódik, hogyha a család kapcsolati erőforrásai meghibásodnak, amiről árulkodnak a család belső dialógusának zavarai.<sup>10</sup> Ekkor ellentétbe kerül a belső szükséglet és a külső valóság, vagy éppen mereven ismétlődő tevékenységi ciklusok alakulnak ki, vagy az egyén feljogosítva érzi magát a destrukcióra.

Vizsgálódásunk következő irányzata *Murray Bowen*ről kapta a nevét, aki kitűnően ötvözte elméletében kutatási eredményeit és terapikus tapasztalatait. Böszörményi-Nagyhoz hasonlóan ő is felismeri a generációk hatásának fontosságát: „A transzgenerációs modellek pszichoanalitikusan orientált, történeti szemlélettel közelítenek a család aktuális életvezetési problémáihoz [...] az aktuális családi mintázatok a származási család megoldatlan problémáiba ágyazódnak. Ezzel nem arra utalnak, hogy ezeket a korábbi generációk okozzák, hanem arra, hogy elrendezetlenségük miatt, generációkon átívelő mintázatok formájában továbbra

7 I. m. 86. o.

8 I. m. 215. o.

9 LUIGI BOSCOLO, GIANFRANCO CECCHIN, LYNN HOFFMANN, PEGGY PENN: A milánói módszer. Animula, Budapest, 2000.

10 BÖSZÖRMÉNYI-NAGY IVÁN, BARBARA R. KRASNER: Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa. Coincidencia, Budapest, 2001, 206. o.

is fennállnak, megismétlődnek.”<sup>11</sup> Bowen nyolc erőt azonosít, melyek meghatározzák egy család működését, illetve a patológiás helyzet kialakulásában is szerepet játszanak. Ezek közül kettő cikkem szempontjából különös figyelmet érdemel: az elkülönülés és az érzelmi viszonyrendszer. Az elkülönülés esetében arról beszélhetünk, hogy „a családban két ellentétes irányban működnek az erők; az egyik erő az egyén különállása felé mutat, az azzal ellentétes pedig az összetartozás fokozásához.”<sup>12</sup> Az egyik oldalon a teljesen összeolvadt család Bowen megfogalmazásában „ego-masszát” alkot, míg a másik oldalon önálló, gondolkodó és dönteni képes személyek közössége áll, akik képesek megélni bensőséges kapcsolataikat. A nukleáris család érzelmi viszonyrendszere „többgenerációs fogalom. A csalárendszer-elmélet szerint az emberek párválasztásukban és fontos kapcsolataikban megisméltik az eredeti családból hozott mintázatokat és hasonlókat adnak tovább gyermekeiknek.”<sup>13</sup>

Mihalec Gábor a családterápiás irányzatok kapcsán néhány alapvető megfigyelést tesz a terápiák közös pontjait illetően.<sup>14</sup> Elsősorban, a vizsgált családterápiás irányzatok alapvető gondolkodási keretét a rendszerelmélet adja meg, még akkor is, ha ezt esetenként kiszélesítik vagy megkérdőjelezzik. Másodsorban, fontosak a családon belüli kapcsolati dimenziók, különös tekintettel az interakciókra, a kommunikációra. Harmadsorban, minden irányzat igyekszik feltárni és mozgásba hozni a családi erőforrásokat, amelyek a probléma megoldásában segítségül lehetnek. Negyedsorban, az irányzatok számára fontos a kapcsolati dinamika, mint például a kötődés-elkülönülés, rugalmasság-merevség váltakozása.

## DAVID OLSON ÉS A CIRCUMPLEX MODELL

A különböző családterápiás irányzatok vizsgálata után megállapíthatjuk, hogy több kutatási eredmény köszön vissza szinte mindegyik irányzatnál. Amikor a patológiás helyzeteket azonosítják, kiemelkedik a kommunikáció, az érzelmi kötődés és változás képességének problémái. Ez volt az a megfigyelés, ami Prof. Dr. David H. Olson arra indította, hogy közelebbről megvizsgálja a családterápiás kutatók munkáit. Előzetes feltételezése az volt, hogy bizonyos fogalmak, melyek sokszor más megnevezés alatt szerepelnek a különböző irányzatoknál és kutatásokban, igazából egy és ugyanazon attribútumok eltérő nevek alatt. Hipotézise beigazolódtott a deduktív eljárás eredményeként, és így létrejött egy értékes szintézis, melynek a *Házassági és Csalárendszeres Circumplex Modellje* (Circumplex Model of Marital & Family Systems) nevet adta.<sup>15</sup> A több mint 50 megvizsgált kutató és terápiás szakember egymástól függetlenül azonosította a három faktort, amelyek alapvetően befolyásolják egy család

11 HERBERT ÉS IRENE GOLDENBERG: Áttekintés a családról. Animula, Budapest, 2008, 2. kötet, 41. o.

12 I. m. 46. o.

13 HERBERT ÉS IRENE GOLDENBERG: Áttekintés a családról. Animula, Budapest, 2008, 2. kötet, 55.

14 MIHALEC GÁBOR: Családterápiás irányzatok összehasonlító vizsgálata. Kézirat, 29.

15 DAVID H. OLSON: Circumplex Model of Marital & Family Systems. <http://agecon.uwyo.edu/erurfamilies/ERFLibrary/Readings/CircumplexModelOfMaritalAndFamilySystems.pdf> (Letöltés ideje: 2011.05.09.)

életét és boldogságát (1. táblázat).<sup>16</sup> A kutatás kezdete óta a Circumplex Modell és az ahhoz kapcsolódó CRS (Klinikai Értékelő Skála) és FACES (Családi Adaptív és Kohéziós Kiértékelő Skála) mérőeszközök, illetve a PREPARE/ENRICH tesztcsalád meghatározó eszközeivé váltak a pár- és családterápiának. Az Olson alapította Life Innovations tanácsadó szolgálat pedig nemzetközivé vált, több mint százezer tanácsadóval és tizenny nézeti irodával.<sup>17</sup> Az elmúlt negyven évben, a PREPARE/ENRICH tesztet több mint hárommillió pár töltötte ki. A családrendszer és a teszteszköztárak megbízhatóságát és tudományosságát bizonyította az a több száz tudományos cikk, illetve több mint száz doktori disszertáció is, melyek a Circumplex Modellhez kapcsolódóan jelentek meg.

1. TÁBLÁZAT: Családelméleti modellek szintézise			
	Kohézió	Rugalmasság	Kommunikáció
<b>Beavers &amp; Hampson (1990)</b>	Stílus Dimenzió (Stylistic Dimension)	Igazodási képesség (Adaptability)	Befolyás (Affect)
<b>Banamin (1977)</b>	Kapcsolódás (Affiliation)	Egymásrautaltság (Interdependence)	
<b>Epstein, Baldwin &amp; Bishop (1993)</b>	Érzelmi érintettség (Affective Involvement)	Magatartás kontroll, problémamegoldás (Behaviour Control, Problem-Solving)	Kommunikáció, Befolyásolási fogékonyság (Communication Affective Responsiveness)
<b>French &amp; Guidera (1974)</b>		A hatalom megváltoztatásának képessége (Capacity to Change Power)	
<b>Gottman (1994)</b>	Megerősítés (Validation)	Elkülönítés (Contrasting)	
<b>Kantor &amp; Lehr (1975)</b>	Érzelem (Affect)	Erő (Power)	
<b>Leary (1975)</b>	Vonzódás, ellenségesség (Affection – Hostility)	Dominancia – behódolás (Dominance – Submission)	
<b>Leff &amp; Vaughn (1985)</b>	Távolság (Distance)	Problémamegoldás (Problem-Solving)	
<b>Parsons &amp; Bales (1955)</b>	Kifejező szerep (Expressive Role)	Eszköz szerep (Instrumental Role)	
<b>Reiss (1981)</b>	Koordináció (Coordination)	Bezárás (Closure)	

16 DAVID H. OLSON: Circumplex Model of Marital & Family Systems. <http://agecon.uwyo.edu/eruralfamilies/ERFLibrary/Readings/CircumplexModelOfMaritalAndFamilySystems.pdf> (Letöltve: 2011.05.09.), 2.

17 [www.prepare-enrich.com](http://www.prepare-enrich.com), és [www.kettenegyutt.hu](http://www.kettenegyutt.hu). A Ketten Együtt Házassági Tanácsadó Műhely a PREPARE/ENRICH hivatalos képviselője.

David Olson strukturális megközelítése hasonló Minuchin megközelítéséhez,<sup>18</sup> amely ugyancsak a családon belüli rugalmasságot, illetve kötődést vizsgálja. Az igazi különbség, hogy míg Minuchinnál a terapeuta számára csak intuitív-tapasztalati úton hozzáférhető a strukturális jellemzők meghatározásai, Olson mérhetővé és grafikai ábrázolhatóvá teszi ezt. Mielőtt azonban megfigyelnénk, milyen változásokon megy keresztül egy család a természetes életciklusa alatt, szükséges a csalárendszer elemeinek vizsgálata.<sup>19</sup>

A kohézió (cohesion) azt vizsgálja, hogy a családnak mennyire sikerül egyensúly létrehoznia az elkülönülés és az összetartozás között. A családi kohézió erőssége alapján négy szintet különböztet meg: szétcsúszott (disengaged), tagolt (separated), összekapcsolódott (connected), valamint egybefonódott (enmeshed). Elmondható, hogy a két szélső megnevezés egyensúly veszített, azaz problémás családot jelöl, míg a középső kettő egészséges családokat ír le. A kohézió kategóriában kiegyensúlyozott érzelmi kötődés szükséges ahhoz, hogy a családban érzelmi biztonság legyen, mely fontos a kihívások leküzdésében.

Olson az adaptivitást a pár- és családszerkezetek olyan tulajdonságaként definiálta, amely lehetővé teszi a hatalom, a szerepviszonyok és a kapcsolati szabályok szituatív és fejlődésfüggő nehézségeknél megfelelő változtatását. Az adaptivitás/flexibilitás (adaptability, később flexibility) méri, hogy a család mennyire nyitott a családszerkezet változásaira. A családi adaptivitás értéktartománya szintén négy szintre osztható: merev (rigid), strukturált (structured), rugalmas (flexible) és kaotikus (chaotic). Itt a két középső kategória tekinthető egészséges állapotnak. A rugalmasság a család vezetésére, a kialakított szerepekre és a szabályokra fókuszál. A legutóbbi kutatások fényében elmondható, hogy nemcsak a stabilitás, de a változás is fontos szerepet játszik a család egészséges működésében. Az élet megannyi változása közepette szükség van a rugalmas alkalmazkodáshoz. A túlzott merevség a funkcionális, tehát a siker és a boldogság gátjává lehet.

A kommunikáció dimenziója azért került utólagosan a Circumplex Modellbe, mivel a kiegyensúlyozott családoknak a kutatások fényében pozitívabb kommunikációs jellegzetességei voltak, mint a többi típusnak. Beigazolódott, hogy a hatékony kommunikációs stílus segítségével változtatható meg a dimenziók közötti egyensúly és ezzel a családi rendszer működése is kiegyensúlyozottabbá tehető.

Mindez grafikusán is ábrázolható (1. ábra):

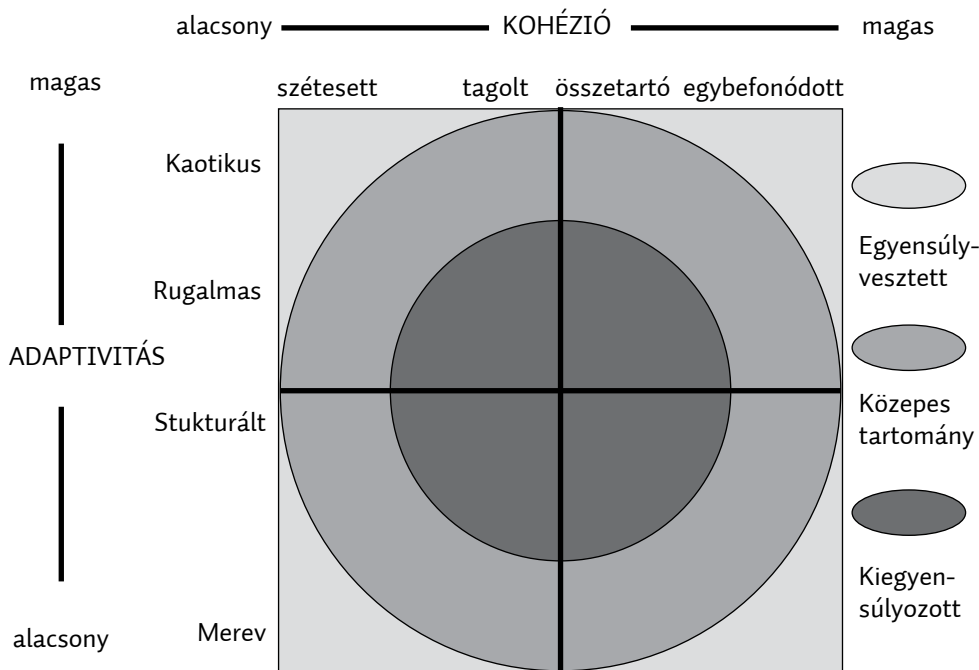
Az adaptivitás/flexibilitás és a kohézió metszetei 16-féle variációt tesznek lehetővé, melyek a következő jellemzőkkel írhatók le.<sup>20</sup>

18 DAVID H. OLSON, CANDYCE S. RUSSELL, DOUGLAS H. SPENKLE: Circumplex Model: Systemic Assessment and Treatment of Families. Haworth Press, New York–London, 1989.

19 DAVID H. OLSON: Circumplex Model of Marital & Family Systems. <http://agecon.uwyo.edu/erurfamilies/ERFLibrary/Readings/CircumplexModelOfMaritalAndFamilySystems.pdf> (Letöltés ideje: 2011.05.09.), 3.

20 BAGDY EMŐKE (Szerk.): Pár-és családi kapcsolatok vizsgálata. (Digitális tankönyv.) PTE BTK Neveléstudományi Intézet, Pécs. [http://nti.btk.pte.hu/dogitamas/BHF\\_FILES/html/20Bagdy/tankonyv/index.html](http://nti.btk.pte.hu/dogitamas/BHF_FILES/html/20Bagdy/tankonyv/index.html) (Letöltés ideje: 2011.05.09.)

1. ÁBRA: A FACES dimenziói



A kaotikus családokban nincs vagy korlátozott a vezetés. A szerepek drámaian változnak, a fegyelmezés helytelen és általában véve túl sok a változás. Ezekben a családokban szinte kiszámíthatatlan, hogy mi fog történni holnap. Ad hoc döntések születnek, impulzív reakciók, ötletszerűek és rövid életűek a tervek.

A rugalmas családok esetében a felek osztoznak a vezetésen, a fegyelem demokratikus, a szerepeket változtatják és általában változtatnak, ha ez szükséges. Itt figyelembe veszik egymás véleményét, még a gyermekekét is. Közösén végzik a házimunkát, de legalább is kompetencia alapján osztják fel.

A strukturált családok esetében néha megfigyelhető vezetésváltás, a fegyelem is valamelyest demokratikus, a szerepek stabilak és kényszer hatására változtatásokat is képesek eszközölni. Míg az ilyen családokban lehet alkudozni a gyermekeknek a lefekvés idejéről, de valószínű, hogy kevés sikerrel járnak.

A merev struktúrájú családoknál tekintélyelvű a vezetés, szigorú a fegyelmezés, a szerepek csak kivételes esetekben változnak és általában véve is kevés a változás. Valószínűleg egy személy tartja kezében a hatalmat, az egyik szülő, akinek feltétlen engedelmisséggel tartoznak a többiek. Persze lehet, hogy a diktátor épp a gyermek...

Hogyha a kohézió mentén kezdünk mozogni, a szétesett családoknál túlsúlyba kerül az ÉN, kevés érzelmi kötődés és lojalitás figyelhető meg és nagy a függetlenségre törekvés. Kialakul egyfajta egymás mellett élés, azonban nincsenek közös ügyek vagy kölcsönös támogatás.



A tagolt családok esetében megtalálható az ÉN és a MI egyensúlya, mérsékelt az érzelmi kötődés és a lojalitás, és az összetartozás mellett megtartják függetlenségüket is. Mivel az ilyen családban élőknek megvan a maguk élete, nyaralni azért együtt mennek.

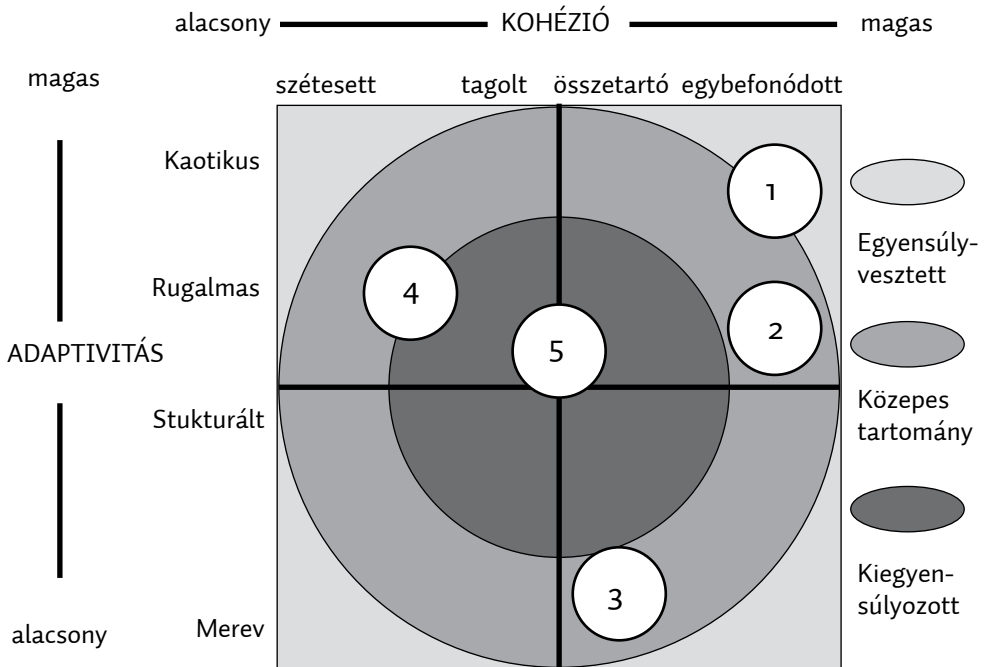
Az összetartó családok esetében az ÉN és MI egyensúlya mellett magas az érzelmi kötődés és a lojalitás szintje, és általában interdependensnek mondható a család közössége. Ezekben a családokban fontosak a közös barátok, a közös kikapcsolódás.

Az egybefonódott családoknál a MI kerül túlsúlyba, nagyon magas az érzelmi kötődés szintje, a lojalitás megkövetelt és az egymástól való függőség nagyon erős. Itt elvárják a közös ebéden való részvételt, mindenki feláldoz magából valamit, hogy a közösség működhessen és a személyes tér hiánya akár fullasztónak is hat.

## A CSALÁDI ÉLET ÓRÁJA

Míg általánosságban elmondható, hogy a középső szintek a kiegyensúlyozottnak tekinthető állapotok, ugyanakkor nem ritka, hogy természetes állapotnak tekinthető a kiegyensúlyozatlanság, például az udvarlás időszakában. A következő ábrát megfigyelve elmondható, hogy az egészséges család természetes mozgása megegyezik az óra járásával, ahogyan a különböző életszakaszokon halad át (2. ábra).

2. ÁBRA: Az egészséges család 5 életszakasza



A 2. ábrán az udvarlástól (1), a fiatal házasság időszakán át (2) a kisgyermekes (3) korszakon keresztül kísérhetjük a családi rendszer változását egészen a gyermekek felnőttkoráig (4) és kirepüléséig (5). Ahogyan az ábrán is jól látható, teljesen normális, hogy a szerelmes pár érzelmi és bármire képes a változtatás terén is. Ennek fontos szerepe van abban, hogy közös életet hozhassanak létre, és saját individuumaikat a közös „MI” részévé váljon. Ugyanilyen természetes, hogy a közös élet, a háztartás vezetése rákényszeríti őket, hogy kialakítsanak szabályokat az együttélés kezdeti szakaszában. Nem maradhat mosatlanul a tény, és nem lehet csak úgy a sarokba hajítani a szennyest. Elkezdődik egy csiszolódás, ami segíti a résztvevőket, hogy felkészüljenek arra, aki felelősül fel fogja forgatni addigi életüket: a gyermekekre. A gyermek születésével a pár kapcsolata megváltozik a külön töltött idő, az anya és a gyermek különleges kötődése miatt meglazul az eddigi szoros érzelmi kötelék a pár között, míg szigorú rend szükséges ahhoz, hogy a csecsemő igényeit kielégítsék. Ahogyan a gyermek növekszik, úgy változnak a szabályok, és úgy lazul a monoton élet hatására az érzelmi kötelék is. Amikor azonban a gyermekek kirepülnek, és új családot alapítanak, lehetővé válik, hogy az eredeti család, a szülők közössége újra szorosabban fűződjön: újból jut idő randevúra, beszélgetésekre és közös programokra.

Az élet azonban ritkán jár óramű pontossággal ezen a pályán. Az élethelyzet hirtelen változásait a család rendszerének is követnie kell, ami akár szélsőséges kilengésekkel is járhat. Nem védhetők ki a hirtelen negatív behatások, mint a munkanélküliség, a tinédzserkor nehezebb időszaka, vagy egy betegség. Ezek mind megváltoztatják az addigi természetes folyamatokat, és próbára teszik a család flexibilitását és kohézióját. Nem mindegy tehát, hogy felkészültek-e a családtagok a krízisre, hogy birtokolják-e azokat a képességeket, melyek a rendszer adaptációjához szükségesek. A modell alapján beigazolódnak az a hipotézis, miszerint a kiegyensúlyozott párok és családok adekvátan működnek, és rendelkeznek a megküzdéshez szükséges forrásokkal és képességekkel.<sup>21</sup>

## A CIRCUMPLEX MODELL A CSALÁDI ÉLETRE NEVELÉSBEN

Ahogyan a családelméletek vizsgálatakor megállapíthatjuk, az információ, a tudatosítás önmagában is fontos része a fiatalabb nemzedék felkészítésének a családi életre. A család működésének ismerete és az életszakaszokkal együtt járó kihívások felmérése prevenciók erővel bír, amennyiben megfelelő képességekkel párosul. Ezen képességek listáját feltárták a Circumplex Modell három dimenziójának megismerésére irányuló kutatások.<sup>22</sup>

21 DAVID H. OLSON: Circumplex Model of Marital & Family Systems. <http://agecon.uwyo.edu/eruralfamilies/ERFLibrary/Readings/CircumplexModelOfMaritalAndFamilySystems.pdf> (Letöltés ideje: 2011.05.09.), 8–10.

22 DAVID H. OLSON : Circumplex Model of Marital & Family Systems. <http://agecon.uwyo.edu/eruralfamilies/ERFLibrary/Readings/CircumplexModelOfMaritalAndFamilySystems.pdf> (Letöltés ideje: 2011.05.09.), 2–4.

## KOHÉZIÓ

A családi kohéziót Olson a családtagok közti érzelmi kötődésként definiálta. Diagnosztizálására és mérésére kilenc változót különített el, ami egyben azt is jelenti, hogy ezen összetevők befolyásolják a dimenzió minőségét. Vizsgáljuk meg közelebbről ezen változókat.

*Emocionális kötődés.* Az érzelmi közelség minősége nagyban befolyásolja a kohézió dimenzióját. Az érzelmi intelligencia, vagyis azon képesség fejlesztése, hogy felismerjük, értékeljük, kontrolláljuk és alkalmazzuk saját és mások érzelmeit, elengedhetetlen része a sikeres családi életre nevelésnek.

*Függetlenség.* Nemcsak az érzelmi kötődés, de a családtagoktól való megfelelő elkülönülés, az önálló, autonóm személyiség kifejlesztése is rendkívül fontos. Ennek megtanításában kiemelt szerepe lehet az életvezetés tantárgynak.

*Családi határok a külvilág felé.* Az önálló felnőtt személyt jellemzi, hogy világos, egyértelmű határokat tud kijelölni a többiekkel egyetértésben, saját családi rendszerének védelmében. Ezek sem nem kirekesztőek, sem nem túlságosan áteresztők. Ilyen határok kijelölésére szükség van még a származási családtól való függetlenedésben is.

*Koalíciók kialakításának képessége.* Ezek olyan viszonyok, amelyekben két személy egymással egyetért vagy ugyanazt az érdeket képviseli. Az életben szükséges támogatás és érdekérvényesítés elsajátítása.

*Időbeosztás.* Ez alatt nem feladatszervezés értendő, hanem annak képessége, hogy a személy az együtt, illetve a családon kívül eltöltött idő mennyiségét ki tudja egyensúlyozni.

*Térfelosztás.* Egyrészt a saját és a közös tér szétválasztásának képessége, másrészt a családdal együtt és külön töltött idő mennyiségének egyensúlya. Ide tartozik az érdeklődési terület ápolása, avagy hobbi, és a megfelelő egyéni és közös kikapcsolódás megszervezése.

*Barátok.* Az egyéni és közös barátok összekapcsolhatják vagy elválaszthatják a család tagjait egymástól. A közös, elfogadott barátok a kapcsolat erőforrásai, a társadalmi tükör és védőháló részei a család számára.

*Döntési folyamatok.* Ebben az egyéni és közös döntéshozással való megelégedettség és ennek hatékonysága fogja befolyásolni a kapcsolati boldogságot és funkcionálisitást.

## ADAPTIVITÁS / RUGALMASSÁG

A Circumplex Modellben a családi adaptivitás diagnosztizálására és mérésére hat változót különítettek el, azonban a háromdimenziós változat megszületésével az „interakciós stílus nyitottsága” önálló kategóriává vált a kommunikáció dimenziójában.

*Kontroll.* A szabályok számonkérése és az irányítási, illetve fegyelmzési feladatok elvégzése. A család vezetése lehet demokratikus vagy egyszemélyes.

*Fegyelem.* A szabályok „kemény” vagy demokratikus, következetes vagy következetlen betartása.

**Problémamegoldás.** A probléma kezelésére irányuló családi vagy egyéni törekvések, melyekben kiegyensúlyozott helyzetben még a gyermekeket is bevonják és meghallgatják.

**Szerepfelosztás.** A családon belüli szerepek kiosztásának, cserélhetőségének képessége. Például, a családfő betegsége esetében képes-e másik családtag magára venni ezt a feladatot.

**Szabályozottság.** A szabályok egyértelműsége és azok betartatásának következetessége.

## KOMMUNIKÁCIÓ

A kommunikáció a kezdetektől fogva a családterápiás irányzatok elválaszthatatlan része volt.<sup>23</sup> Ezen kiemelt szerepét megtartotta antropológiai, patológikus és terapikus szempontból is. Nem túlzás azt állítani, hogy a helyes és eredményes kommunikációs képességek elsajátítása előfeltétele nemcsak a kiegyensúlyozott családi életnek, de a családi életre nevelésnek is. Változói a következők:

**Meghallgatás.** Az empátia képességéből és az aktív/értő hallgatás készségéből áll.

**Beszéd.** Annak képessége, hogy a személy saját nevében képes kifejezni kívánságait, vállalni véleményét.

**Megnyílás.** A kommunikáció mélyebb szintje, melyben érzelmet osztanak meg a felek saját magukról és a kapcsolatukról, nyitott, interaktív stílusban.

**Követés.** A beszéd témánál maradás képessége.

**Tisztelet és tiszteletben tartás,** ami a kommunikáció érzelmi aspektusa.

## KÖVETKEZTETÉS

A Circumplex Modell dimenzióinak mélyebb elemzése hozzásegít, hogy teljesebb képet kapjunk a szükséges képességekről, és kategorizálni tudjuk őket. A felkészítés eredményeként csökkenthető a leendő családra nehezedő stressz és elégedetlenség, valamint a pár könnyebben adaptálódik akár a flexibilitás, akár a kohézió mentén. A várható eredmények között az sem kizárt, hogy megjelenik a rendszerek újratárgyalásának a képessége, amely olyan meta-cél, amelyet a tanító-nevelő munka egyik legnagyobb eredményeként könyvelhetünk el. Érdemes tehát a családkutatások tudományosan alátámasztott és megbízható eredményeit integrálni a családi életre nevelésbe. A dimenziók változóinak megismerésével beigazolódni látszik, hogy az iskolában a családi életre nevelést nemcsak mint önálló tárgyat érdemes megfontolni, hanem mint az iskolai tananyag keresztlelemét is, mely megjelenik más tárgyakhoz kapcsolódva, ugyanakkor épít az ott elsajátított tudásra és képességekre.

23 MICHAEL P. NICHOLS: Family Therapy: Concepts and Methods, 9th Edition. Pearson, 2009, 48.

## IRODALOM

- BAGDY EMŐKE (SZERK.): Pár- és családi kapcsolatok vizsgálata. (Digitális tankönyv.) PTE BTK Neveléstudományi Intézet, Pécs. [http://nti.btk.pte.hu/dogitamas/BHF\\_FILES/Html/zobagdy/tankonyv/index.Html](http://nti.btk.pte.hu/dogitamas/BHF_FILES/Html/zobagdy/tankonyv/index.Html) (Letöltés ideje: 2011.05.09.)
- BÖSZÖRMÉNYI-NAGY IVÁN, BARBARA R. KRASNER: *Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa. Coincidencia*, Budapest, 2001, 206.
- DAVID H. OLSON, CANDYCE S. RUSSELL, DOUGLAS H. SPRENKLE: *Circumplex Model: Systemic Assessment and Treatment of Families*. Haworth Press, New York-London, 1989.
- DAVID H. OLSON: *Circumplex Model of Marital & Family Systems*. <http://agecon.uwyo.edu/erurfamilies/ERFLibrary/Readings/CircumplexModelOfMaritalAndFamilySystems.pdf> (Letöltés ideje: 2011.05.09.)
- HERBERT ÉS IRENE GOLDENBERG: *Áttekintés a családról*. Animula, Budapest, 2008, 2. kötet, 41.
- HÉZSER GÁBOR: *Miért? Rendszerszemlélet és lelkgondozói gyakorlat*. Kálvin Kiadó, Budapest, 2001, 16–18.
- LUDWIG VON BERTALANFFY: *General system theory*. George Braziller, New York, 1968.
- LUIGI BOSCOLO, GIANFRANCO CECCHIN, LYNN HOFFMANN, PEGGY PENN: *A milánói módszer*. Animula, Budapest, 2000.
- MICHAEL DIETERICH: *Psychologie-Psychotherapie-Seelsorge: Chancen und Grenzen unterschiedlicher Wege zum Menschen*. Spes Christiana, 2000/11.
- MICHAEL P. NICHOLS: *Family Therapy: Concepts and Methods, 9th Edition*. Pearson, 2009.
- MIHALEC GÁBOR: *Családterápiás irányzatok összehasonlító vizsgálata*. Kézirat.
- SALVADOR MINUCHIN: *Családok és családterápia*. Animula, Budapest, 2006.
- SKRABSKI ÁRPÁD – KOPP MÁRIA: *Életközösség vagy érdekközösség dominanciája a párkapcsolatokban*. [http://www.avkf.hu/dok/elet\\_v\\_erdekkozosseg.pdf](http://www.avkf.hu/dok/elet_v_erdekkozosseg.pdf) (Letöltés ideje: 2011. 05. 24.)