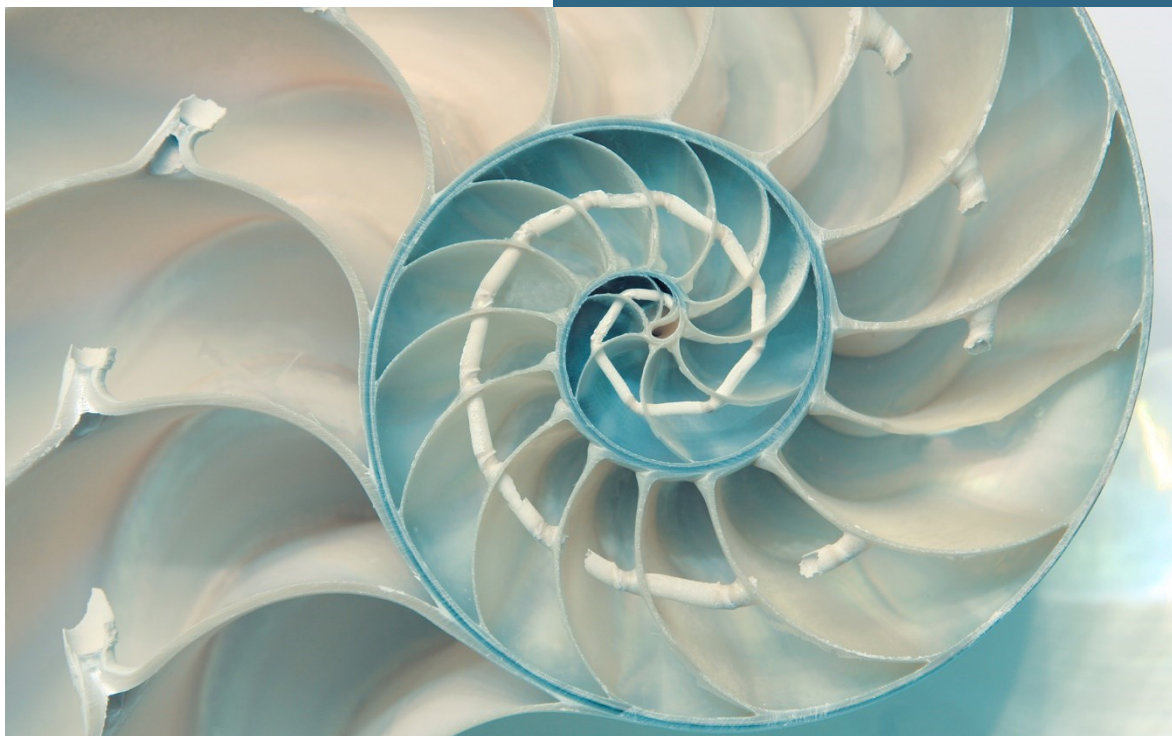


CSALÁDMEGISMÉRÉSI TECHNIKÁK



Oktatási segédanyag

Arany Zoltán - Mihálka Mária

**SZTE ETSZK Szociális Munka és
Szociálpolitika Tanszék**

2019

COPYRIGHT: 2019,
Szegedi Tudományegyetem Egészségtudományi és Szociális Képzési Kar

LEKTORÁLTA: Dr. Árkovits Amaryl

Creative Commons NonCommercial-NoDerivs 3.0 (CC BY-NC-ND 3.0)

A szerző nevének feltüntetése mellett nem kereskedelmi céllal szabadon másolható, terjeszthető, megjelentethető és előadható, de nem módosítható.

TÁMOGATÁS:

Készült az EFOP-3.5.2.-17-2017-00003 számú, „Duális és gyakorlatorientált felsőoktatási képzések fejlesztése és oktatási innováció a szociális munka és a segítő szakmák terén a Dél-alföldi régióban” című projekt keretében.

Szeged • 2019

ELŐSZÓ

"Az élet homályban telik el, kimondatlan szavak, mozdulatok, melyeket idejében elvetélünk, hallgatás és félelem, ennyi az élet, az igazi. A család egyensúlya törékeny valami, mint minden élet egyensúlya. Azt hiszem, nem szerettük és nem gyűlöltük egymást jobban, mint a legtöbb családban."

Márai Sándor: Egy polgár vallomásai. 1934-35.

SZERZŐK

Arany Zoltán - szakvizsgázott szociális munkás, addiktológiai konzultáns, gyakorlatvezető családterapeuta, egészségtan tanár

A Dr. Farkasinszky Terézia Ifjúsági Drogcentrumban több mint, 22 évet foglalkoztam a szenvedélybetegségekkel kapcsolatos problémák átfogó ellátásával. Munkánkban nemcsak szerhasználat, hanem minden más problémakör is megjelent. Egyéni, pár - család, csoport, illetve közösségi formában is foglalkoztam párokkal és családokkal. Jelenleg a felsőoktatásban dolgozom, a családterápiás munkát emellett végzem. Az addikciós problémákon túl elsődlegesen nevelési, serdülőkori-, kapcsolati krízis, válás, illetve krónikus pszichiátriai problémák esetében keresnek a párok és a családok.

Mihálka Mária - szakvizsgázott szociális munkás, szociológus, családterapeuta

16 évig dolgoztam egyének, családok segítségével, az elmúlt 8 évben s jelenleg is a felsőoktatásban a szociális munkához, az egyénekkal és a családokkal végzett segítő munkához, valamint a szociológiához kapcsolódóan végzek oktatási és kutatási feladatokat, mindezen tevékenységek mellett párhuzamosan a gyakorlatban problémával küzdő párok, családok konzultációját, terápiáját végzem. Doktori kutatásom témája az egészség, lelki egészség vizsgálta összefüggésben a család-munka interferenciával.

TÁJÉKOZTATÓ

Speciális kiemelések



Megjegyzés helye



Ez egy kiemelt információt tartalmazó szövegrész. Figyelemfelkeltő szerepe van.

Navigálás

Az alábbi két navigáló gombot helyeztük el az oldalak fejlécében. Ezek:



Bárhonnan elérheted a fő tartalomjegyzéket.



Bárhonnan átléphet a Stílusmutató fejezetéhez

Amennyiben a tananyagot Acrobat Readerrel olvassa, úgy lehetősége van a dokumentumot bejárni a linkek segítségével a böngészőknél már megszokott módon. Előre lépni a linkekre klikkeléssel lehet, visszalépni pedig a billentyűzet Alt+kurzor mozgató nyilak közül a balra.

TARTALOMJEGYZÉK

1. Alapfogalmak	9
1.1. Család	9
1.2. Családtípusok	9
1.3. Háztartás típusok	10
1.4. A család funkciói	10
1.5. Családi szerepek	11
1.6. Családi életciklusok (Haley).....	12
1.7. Családi feladatok	12
1.8. Családi struktúra és hierarchia	12
1.9. Horizontális és vertikális stresszorok/feszültségforrások.....	13
1.10. A rendszerszemléletű gondolkodás	14
1.11. A rendszerszemléletű modell alapelvei	14
1.12. A rendszerszemlélet alapfogalmai.....	15
A szerep	16
A szabály	16
A hierarchia	16
Az alrendszerek.....	17
Családi határok, pszichológiai távolság	17
Cirkularitás	18
Családon belüli diádikus és triádikus kapcsolat	18
1.13. A családi kommunikáció jellegzetességei.....	19
1.14. A változás	20
2. A családi első interjú	22
2.1. Kapcsolatfelvétel	22
A kapcsolatfelvétel folyamán azonosítani, tisztázni kell a következőket:.....	22
2.2. Keretek meghatározása	23
2.3. Források a segítő számára:.....	24
2.4. Motiváció	25
2.5. A család fogadása	25
2.6. Első interjú	26
3. A családi interjú alapvető típusai.....	35
3.1. Interjú készítésnél használt kérdéstípusok:	35
A lineáris kérdezés	35

A cirkuláris kérdezés.....	35
A stratégiás kérdés	37
A reflexív kérdés.....	37
A REFLEXÍV KÉRDÉSEK TÍPUSAI:	37
3.2. A rendszerelvű interventív (beavatkozó) interjúzás	40
A reflexív kérdezés helye a beavatkozó interjúzásban	41
4. MÓDSZEREK.....	43
4.1. A szociogram - a család szerkezeti ábrája	43
Elméleti alapvetések	43
Eljárási mód a szociogram felvétele során	43
4.2. A genogram - a családi kapcsolatrendszer térképe	46
Elméleti alapvetések	46
Eljárási mód a genogram felvétele során.....	47
4.3. A családi szobor - az élőszobor technika	50
Elméleti alapvetések	50
Hogyan alkalmazzuk a feladatot?	50
A feladat feldolgozása	51
4.4. A családi fénykép - a család képeken keresztül	54
Elméleti alapvetések	54
Eljárási mód a családi fénykép használata során	55
4.5. Ecomap - a családi hálózat feltérképezése	58
Elméleti alapvetések	58
Eljárási mód a családi fénykép használata során	59
4.6. A családrajzok, rajzok - a rajzok használata a családok megismerésében	61
Elméleti háttér	61
A módszer alapjául	63

BEVEZETŐ

A családokkal folyó segítői munka hatalmas kihívás mindenki számára, aki ezen hivatást választja. A pályánk kezdetén joggal, az egyik legnehezebb feladatnak érezhetjük. Feltehetjük azt a fontos kérdést: képesek vagyunk-e, képesek leszünk-e erre a feladatra a gyakorlatban?

A segítőképzés folyamán, arra vállalkozunk több általunk gondozott kurzus kapcsán, hogy a képződő hallgatók a diploma megszerzésekor igennek tudjanak válaszolni erre a kérdésre. Sok más kezdeményezésünk mellett a Családmegismerési technikák c. tantárgyunk és az ehhez kapcsolódó oktatási segédanyag is ezt hivatott szolgálni.

Jelen oktatási segédanyagunkban arra törekszünk, hogy a családok megismerési folyamatához nyújtsunk hathatós segítséget a leendő segítőknél. Az első fejezetben az alapfogalmak tisztázásán keresztül kalauzoljuk az olvasót a rendszerszemlélet világába. Bemutatjuk a legfontosabb alapelveket, alapfogalmakat, amelyek a családokkal végzett munka során elengedhetetlenül szükségesek, valamint a családi interjú részleteit és módszertanát is megismertetjük. Mindketten abban hiszünk, hogy a családokkal való segítői munka folyamán csakis a rendszerszemléletű gondolkodás lehet a jó választás, az egyének nem értelmezhetőek és nem segíthetőek hatékonyan a körülöttük lévő rendszer, a család működésének feltárása nélkül.

A második fejezetben konkrét, a családok megismerésében használatos módszerek ismertetése következik, gyakorlati példákkal kiegészítve. Tárgyalni fogjuk a genogram, a szociogram, az ecomap, a családi szobor, a családi fénykép, a családi rajz alapvetéseit s az egyes módszerek felvétele során használatos eljárási folyamatokat.

Minden alfejezet végén ellenőrző kérdések segítik az elméleti és a gyakorlati ismeretekben való elmélyülést.

Jó munkát kívánunk!

Arany Zoltán és Mihálka Mária

1. ALAPFOGALMAK

A család alapos megismeréséhez, működésének megértéséhez tisztáznunk kell néhány alapfogalmat. Nagyon sok tudományág foglalkozik a család működésének megismerésével és elemzésével. A következőkben a teljesség igénye nélkül elsődlegesen a szociológia, a pszichológia, valamint a családterápia oldaláról közelítjük meg az alapfogalmakat.

1.1. CSALÁD

A családot olyan személyek alkotják, akiket házassági, vérségi kapcsolat vagy örökbefogadás fog egybe. A családban a személyek közös háztartásban egy fedél alatt élnek. Osztóznak egy közös kultúrában, de sajátos egyéni vonásokkal rendelkeznek. A szociológiában családnak nevezzük azt az együtt élő kiscsoportot, amelynek tagjait házasság, leszármazás más szóval vérségi kapcsolat, némely esetben örökbefogadási kapcsolat köt össze (Szabóné, 2008).

1.2. CSALÁDTÍPUSOK

A családok szerveződésének nagyon sok formája lehet. Alapvetően az együttélők száma, neme, a generációk rétegződésének módja határozza meg. Családtípusok:

- Monogám család: egy férfi és egy nő kapcsolata.
- Poligám család: egy férfi és több nő együttélése.
- Poliandrán család: egy nő és több férfi együttélése.
- Nukleáris család: egy generáción belül, szülőkből és gyermekeikből álló család.
- Nagycsalád: több családmag együttélése.
- Egyszülős család - családtöredék: elvált/élettársát más okból elvesztő szülő gyermekével.
- Nemzedékeket átugró család: nagyszülők gondozzák az unokákat.
- Család nélküli család: a gyermekek felnőttek, új családot alapítottak, egyik szülő kivált a családból halál, válás vagy elköltözés miatt (a családtag egyedül él).
- Mozaik család: házas, vagy együtt élő pár, amelybe mindkét pár az előző párkapcsolatból hoz be gyermeket az új kapcsolatba. Mozaik rendszernek a három család együttműködési sajátosságait, mintázatait tekintjük. Jellemzőjük, hogy a hozott gyerekeken felül gyakran saját közös gyermeket is vállalnak.

- Együttélés, élettársi közösség (párok előző kapcsolatból hozott, vérszerinti vagy nem vérszerinti gyermekkel).
- Több felnőttből álló közösség (nem vérségi rokonság).
- Azonos neműek együttélése/házassága: azonos nemű párok együttélését jelenti. Több, mint 20 országban törvényesen köthetnek házasságot az azonos nemű párok (Szabóné, 2008).

1.3. HÁZTARTÁS TÍPUSOK

Az együtt lakó és a megélhetési költségeket megosztó emberek csoportja, akik általában, de nem szükségképpen rokonok.

Peter Laslett (1972) "háztartás típusai":

- Nukleáris családi háztartások.
- Kiterjesztett családi háztartások: nukleáris családon kívül más rokon.
- Több családmagból álló háztartások: itt több családmag figyelhető meg, leggyakrabban a több generáció közös együttélésében jelenik meg.
- Két egyedülálló nem házas rokon együttélése.
- Egyszemélyes háztartás.

1.4. A CSALÁD FUNKCIÓI

A család egy multifunkcionális kiscsoport. Hosszú ideig vagyunk tagjai, illetve nagyon sok dimenzióban, nagyon sok szükségletet elégít ki. A társas viselkedés kialakításába, szokásrendjébe kalauzol minket, illetve a legelső, legmeghatározóbb, és a leghosszabb ideig tartó érzelmi forrás. Egyik meghatározó szerepe a híd funkció, amely az egyént összeköti a társadalmi környezettel. A környezet, a kultúra szokásait, szabályait, a külső elvárásokhoz való alkalmazkodást a családban tanuljuk meg (Bagdy, 1977).

- Reprodukciós funkció: a társadalom utánpótlását, biológiai újratermelődését biztosítja. A gyermekvállalás a családok többségének egy meghatározó mozgató eleme.
- Termelő - fogyasztó funkció: a múltban az önellátás, az önfenntartás alapvető egysége volt. Mára már az önellátás háttérbe szorult és inkább fogyasztási egységként határozhatjuk meg.
- Gyermek szocializációja: a gyermek itt tanulja meg, sajátítja el, interiorizálja azokat a gondolkodási és magatartási struktúrákat, társadalmi ismereteket, értékeket, normákat, magatartási szabályokat, szokás- és hagyomány rendszereket, amelyek szerint él, illetve élni fog.
- Felnőttek lelki támogatása – pszicho-szociális funkció: az önellátó funkció háttérbe szorulásával, megerősödött az érzelmi kapcsolódás jelentősége a családban. A magánélet központjává, intim közösséggé vált. Tagjainak

megpróbál érzelmi stabilitást biztosítani. Feszültség szabályozó szerepe van. A külvilág (iskola, munkahely, lakóhelyi közösség) okozta feszültségek, „egyéni egyensúlyvesztés” helyreállításában nagy szerepet játszik.

- Idős emberek, betegek gondozása: a magukra maradt, vagy saját maguk ellátására korlátozottan vagy egyáltalán nem képes idős családtagok elsődleges gondozói a családtagok. Az utóbbi évtizedekben erőteljesen megfigyelhető, hogy a család, idősekre irányuló gondoskodó funkciója átkerült szociális intézményekhez.
- Szellemi és kulturális funkció: a családnak közvetítő, tanító formáló szerepe van a hagyomány, a kultúra, az értékek közvetítésében. Sok családban mind ezekhez társul a vallás gyakorlása is.
- Közéleti - politikai funkció: a család ideológiai beállítódását határozza meg. Kialakulását milyenségét a különböző csatornákon bejövő információk értelmezése és feldolgozása határozza meg (Szabóné, 2008).

1.5. CSALÁDI SZEREPEK

Társadalmilag meghatározott, de tartalmát tekintve folyamatosan változó, ahogy a családtagok családon belül betöltött szerepei alakulnak:

- házastársi szerepek,
- szülőszerep,
- nemi szerepek,
- testvérszerep,
- nagyszülői szerep.

A családi szerepeket többnyire adottnak tekinthetjük:

- a férfiak instrumentális szerepe technikai, racionális szintű. Gyakran a megvalósító, az ítélkező, és a döntő funkciók betöltését vállalják fel,
- a nők expresszív szerepet töltenek be. Érzelmi biztonságot adó, támogató, összhangteremtő, feszültségoldó feladatok ellátásában nyilvánulnak meg.

A családi szerepek elsajátításának színtere maga a család, amelyben a gyermekek az átöröklődő, különböző szerepekhez kapcsolódó magatartás mintákat tanulja meg. A családi szerepek az életkor előrehaladásával változnak. Az életciklusok előrehaladtával a családi státusz megváltozik, a korábbi szerepek elvesznek, ezzel szemben viszont új szerepek alakulnak ki. Sok esetben krízisként jelenik meg a család életében egy-egy szerep elvesztése, illetve egy új szerep megtanulása, felvétele (Balogh és mtsai, 2000).

1.6. CSALÁDI ÉLETCIKLUSOK

Minden család, mint minden rendszer, dinamikus egység természetes változásokon (normatív kríziseken) megy keresztül létrejöttétől a megszűnéséig. A családi rendszernek számos új: belső (saját) és külső (környezeti) kihíváshoz kell alkalmazkodnia. A családi rendszernek új struktúrára, új viselkedésmódra és új szabályra van szüksége, ahhoz, hogy a megváltozott vagy éppen a változásban lévő feltételekhez, elvárásokhoz illeszkedni tudjon.

Haley (1973) vezette be a "családi életciklus" fogalmát, hogy kiemelje a család fejlődési szakaszait az azokhoz tartozó speciális feladatokat (Bagdy és mtsai, 2006). Haley után számos kutatót foglalkoztatott a családi életciklusok elmélete pl.: Hill-t, Erikson-t, Carter-t és Mc Goldrick-et.

Hill az alábbi életciklusokat nevezi meg:

- újonnan házasodott pár gyermek nélkül,
- első gyermekét váró és csecsemőt nevelő család a gyermek 2 éves koráig,
- kisgyermekes család a gyermekek 2-7 éves koráig,
- család iskolás gyermek(ek)kel,
- serdülő gyermekeket nevelő a család a gyermekek 14-18 éves koráig,
- felnőtt gyermekeket útra indító család,
- magukra maradt, még aktív szülők családja,
- inaktív, idős szülők családja (Goldenberg, 2008).

1.7. CSALÁDI FELADATOK

A feladatok a család tevékenységeit rendezik, rendszerezik, a kitűzött célok szerint. A szerepek és a feladatok sajátos módon kapcsolódnak egymáshoz. Vannak feladatok, amelyek hagyományosan a nő, az anya, és vannak, amelyek a férfi, az apa szerepéhez kötődnek. A családi feladatok tradicionális felosztása tartós, igaz a női egyenjogúság kialakulásával némileg módosult. Sok esetben jelenthet krízist a családi működésben esetlegesen a feladatkör felcserélése, illetve a feladatkör hangsúlyának megváltozása (pl. egykeresős család, amelyben az anya vállalja a családfenntartói feladatkört).

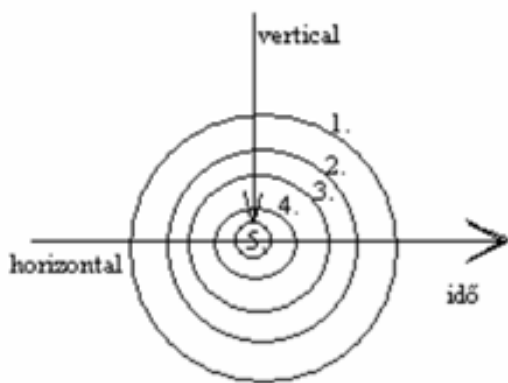
1.8. CSALÁDI STRUKTÚRA ÉS HIERARCHIA

A család működését a kölcsönösen kialakított folyamatos interakciók, a különböző viselkedési elemek által összekapcsolt folyamatok jellemzik. Az egyén helyzetét, mozgásterét, szabadságát ezek a folyamatok alakítják, határozzák meg. A folyamatok rendszere határozza meg a család struktúráját, szabályrendszerét. Minden családnak van egy szabályrendszere, amely minőségét az adja meg, hogy mennyire segíti a

családot a megfelelő működésben és a folyamatos változásokhoz való alkalmazkodásban. Egy család struktúrájának, szabályrendszerének kialakítására jellemző lehet a demokratikus szerveződés, de alapvetően hierarchikus. A működés szempontjából alapvetően a családok hierarchikus elrendeződést mutatnak. Az alrendszerek és az egyének hierarchikus kapcsolatban vannak egymással (például szülői alrendszer – gyermeki alrendszer) (Barnes, 1991).

- Hierarchikus kapcsolat: egyik fél felül van, másik alárendelt szerepben.
- Komplementer kapcsolat: egymást kiegészítő kapcsolat (felül-alul).
- Szimmetrikus kapcsolat: felül/felül, vagy alul/alul kapcsolat (Bíró és Komlósi, 2001).

1.9. HORIZONTÁLIS ÉS VERTIKÁLIS STRESSZOROK/FESZÜLTSGFORRÁSOK



A családok életében megkülönböztethetünk horizontális és vertikális stresszorokat.

A horizontális tengely magában foglalja az előre jelezhető, a fejlődéssel járó stresszorokat, az előrelátható eseményeket. Ide tartoznak, azok a veszélyek, amelyekkel a család élete során találkozhat: hosszú ideig tartó

betegségek, korai halálesetek, valamint a családon kívülről származó olyan környezeti feszültségek, amelyeket az nem tud kontrollálni.

A vertikális tengely magában foglalja az előző generációk tapasztalatait, főleg, amelyeket a szülők tapasztaltak és adnak tovább. Ide tartoznak a családi minták, mítoszok, titkok, küldetések. A család nyilvánvalóan azokon a pontokon a legsérülékenyebb, ahol az aktuális krízis feléleszt bizonyos, korábban a szülőktől átvett szorongásokat, amelyekkel ők sem voltak képesek megbirkózni annak idején.

VERTIKÁLIS STRESSZOROK:

Rendszer szintek:

- szociális, kulturális, politikai, gazdasági környezet (nem, vallás, etnicitás, stb.),
- társadalom, munkahely, barátok,
- kiterjedt család,
- szűk (nukleáris) család,
- individuum – egyén.

HORIZONTÁLIS STRESSZOROK:

- fejlődési, normatív: pl.: életciklus változások,
- előre nem látható, paranormatív: pl.: hirtelen halál, krónikus betegség, munkanélküliség, baleset (Bíró és Komlósi, 2001).

1.10. A RENDSZERSZEMLELETŰ GONDOLKODÁS

A családi működés, a családtagok viselkedésének megértéséhez, egy „új szemüveg” felvételére van szükség, a lineáris gondolkodás helyett cirkuláris, azaz rendszerszemléletű gondolkodást célszerű alkalmazni. A rendszerelméletű gondolkodás szerint a család egy sajátos struktúrával rendelkező személyek közötti kapcsolati rendszer, amely hasonlóan a kibernetikus rendszerekhez működik, a folyamatos egyensúlyi állapotra törekszik. A családi rendszer tagjai folyamatosan kommunikálnak egymással, hatással vannak egymásra (feedback hatás) (Dallos és Procter, 1989). A családi rendszerre jellemző a folyamatos fejlődés (lásd. életciklus elméletek), ezáltal a ciklikusan (normál esetben, ciklusváltásoknál) megjelenő egyensúlyvesztés és az ehhez kapcsolódó egyensúly-helyreállító folyamat. Az akcidentális krízisek hasonló egyensúlyvesztést idéznek elő. Nagyon fontos megemlíteni, hogy abban az esetben, ha egy család „rosszul működik”, attól még egyensúlyban van ún. patológiás családi rendszert tart fenn. Minden külső, belső változtatási kezdeményezés a család ellenállásával, egyensúly vesztesével jár.

Egy-egy negatív viselkedési formát tünetként is értelmezhetünk, amely tünet a családi működés elakadásának, „meghibásodásának” a jelzése.

1.11. A RENDSZERSZEMLELETŰ MODELL ALAPELVEI

Jackson praxisa alatti megfigyeléseinek következtében fogalmazta meg a családi rendszer hasonlóságát más tudományterületeken megfigyelt rendszerekéhez. A kibernetikai rendszer ismerete lehetőséget teremt arra, hogy megértsük azt, ami a családban történik. Jackson felfigyelt a paciensei állapotának rohamos visszaesésére, mikor azok a kezelés után visszakerültek családjaik körébe, valamint megfigyelései arra is kiterjedtek miszerint, ha a páciens mégis javulni kezdett, akkor valaki más kezdett tüneteket produkálni a családból. A változás miatti ellenállás a családi folyamatokhoz kötődik, nem az egyén pszichikumához (Bíró és Komlósi, 2001).

A rendszerszemléletű modell esetében hét alapelvet kell megemlítenünk, amelyek meghatározzák a családterápia rendszerszemléletét:

- cirkuláris okság,
- nonszummativitás,
- ekvifinalitás,

- kommunikáció,
- családi szabályok,
- homeosztázis,
- morfogenezis.

A cirkuláris okság szerint a jelenségek kölcsönös oksági viszonyban vannak egymással s egyik ok sem jelölhető meg fő kiindulópontként, nem fontos az okság eredete, sokkal inkább az azok között fennálló interakcióra helyezi a hangsúlyt.

A nonszummativitás szerint az egész több, mint a részek összessége - a család, több, mint a benne élő egyének összessége, a létrejöttével egy új entitás jön létre, amelyre egy magasabb rendű szerveződésként tekinthetünk.

A következő alapelv az ekvifinalitás, amely azt mondja ki, hogy ugyanazon okoknak többféle következménye is lehet, és ugyanazon következményeknek többféle oka is lehet (tehát különböző utakon is el lehet jutni ugyanoda), amely a családokkal végzett munkában egy újfajta irányba mozdítja el a megértést.

Fontos alapelv a kommunikáció, a családban minden interakció a kommunikáción keresztül zajlik, a családtagok valamennyi cselekedetének kommunikatív üzenete van a többi családtag számára. A kommunikáció a családi rendszer alkotóelemei közötti interakció.

Az ötödik alapelv a családi szabályok alapelve. Minden családnak vannak saját szabályai, amelyek csak rájuk jellemzőek, amelyeket betartanak, amelyek mentén szervezik az életüket. Azonban a szabályok nem mindig egyértelműek, időnként változhatnak s előfordulhat, hogy a család nem tudatosan alkalmazza azokat, s a megfogalmazásuk után kiderül: a szabályok az előző generációktól öröklődnek.

A homeosztázis a következő fontos elv. A rendszer egyes alkotórészeiben létrejövő változás hat a többi alkotórészre, azok pedig visszahatnak az előbbire. A rendszer a dinamikus egyensúly állapotában van, az eltérés az egyensúlytól folyamatosan korrigálódik. A rendszer sajátossága, hogy folyamatosan egyensúlyra törekszik, a környezet megítélése alapján az egyensúly lehet a normához igazodó jó egyensúly, illetve a normától eltérő rossz egyensúly is.

Az utolsó meghatározó alapelv a morfogenezis. Az életciklus változásai során mindenkinek megváltozik a szerepe, újraíródnak az alapszabályok (Bíró és Komlósi, 2001, Goldenberg, 2008).

1.12. A RENDSZERSZEMLÉLET ALAPFOGALMAI

A szerep

A szabályok

A hierarchia

Az alrendszer

A határok

Cirkularitás

Diádikus, triádikus kapcsolatok

A szerep

A szerep: elvárások, viselkedések és normák összessége, amely egy csoportban egy tag helyzetével kapcsolatban alakul ki, egyezkedés eredményeként. Szerepeinket a szocializáció során tanuljuk meg. Alapvetően megkülönböztetünk: instrumentális szerepeket (pl.: munka), és expresszív szerepeket (pl.: érzelmek, összetartozás). Minden embernek van egy szereprepertoárja, benne az egyén szerepelvárásaival, -ideáljaival, -konfliktusaival, -fejlődésével. A szerepek életünk során folyamatosan alakulnak, változnak és fejlődnek. Az egyes szerepekben való megrekedés káros, akadályozza a fejlődést, az életciklusnak megfelelő új szerepekben való megfelelést.

Gyakran előforduló diszfunkcionális gyermek-szerepek:

- „Ideális gyerek” a gyermek a szülő vágyainak, reményeinek megtestesítője, ami/aki a szülő szeretett volna lenni, azt teljesíti be a gyermek.
- „Negatív identitás” a gyermek a szülő saját, elutasított, negatív vágyait testesíti meg, ezért a szülő üldözi.
- „Parentifikált” a gyermek szülői feladatokat, szerepeket, funkciókat vállal fel.
- „Családi delegáció” egy családtagot általában többgenerációs családi elvárás eredményeként beletesznek egy bizonyos szerepbe (Bíró és Komlósi, 2001; Goldenberg, 2008).

A szabály

A családok szerveződésében fontosak a szabályok. Előfordulnak tudatos, egyértelműen lefektetett szabályok, amelyek a család valamennyi tagja számára ismertek és előfordulnak implicit (kimondatlan), rejtett szabályok, amelyek a hétköznapi interakciók során nem érik el a tudatosság szintjét. A rejtett szabályok gyakran nem megvitathatóak az érintettekkel. Normaként vagy éppen szabályként a családi struktúrára, az egyes betöltött szerepekre nem csak a családok vertikális, horizontális szereplőinek elvárásai, hanem a kulturális, társadalmi elvárások is hatnak (Bíró és Komlósi, 2001; Goldenberg, 2008).

A hierarchia

A család, mint rendszer, hierarchikusan tagozódik. A jól működő rendszerben a hierarchikus viszonyok tiszták, átláthatók. A hierarchia megmutatja a rendszertagok közötti különbségeket, a rendszertagok hatalom birtoklásában elfoglalt helyét. Egy jól működő családban a szülő és a gyermek között egyértelmű hierarchia-különbség van, a hierarchia csúcsán a szülők állnak, a patológiás családban a gyerekek, a nagyszülők,

illetve a viszony túlhierarchizált vagy homályos, nem tudni, kinek, mennyi hatalma van.

Az alrendszerek

A család, mint rendszer alrendszerekre tagolódik. beszélhetünk házastársi, szülői, testvéri, nagyszülői alrendszerről.

A házastársi alrendszer létrejön, ha két ellenkező nemű vagy azonos nemű felnőtt elköteleződik egymás mellett, házasságot köt, vagy kinyilvánítja családalapítási szándékát. A házastársi alrendszernek speciális feladatai, funkciói vannak (mint minden alrendszernek), amelyek a család működéséhez életfontosságúak, fontos a kölcsönös alkalmazkodás, a felelősség-, és kötelezettségvállalás. A jól működő alrendszer „menedékhely” a tagok számára a külvilág kihívásaival, a külső stresszel szemben, másrészt pedig más szociális rendszerekkel fenntartott kapcsolat kiindulópontja is. Elősegítheti a tanulást, a kreativitást, a növekedést, kihozhatja a tagok előnyös, tulajdonságait, ugyanígy negatívumait is. Az alrendszernek olyan határt kell kiépíteni, ami védi a tagokat más rendszerek követeléseitől.

A szülői alrendszer az első gyermek megszületésével jön létre. Sokszor nehézséget okoz a házaspároknak az, hogy optimálisan működjenek ebben és a házastársi alrendszerben egyaránt. A szülői és a házastársi alrendszert ugyanaz a két ember alkotja egy családon belül, így az egyik alrendszerben történtek a másikba is átszivároghatnak, a szülői alrendszerből könnyen átcsoportosulhatnak problémák a házastársiba. Fontos törekvés kell, hogy legyen, hogy a szülői alrendszer ne lépjen a házastársi alrendszer helyébe, valamint, hogy a gyermeknek legyen lehetősége mindkét szülőhöz kapcsolódni, de a házastársi alrendszerből ki legyen zárva. Természetesen a gyermeknek csecsemőkorában még sokkal inkább szüksége van a szülőkre az élet számos területén, mint például serdülőként, amikor fokozott az autonómia igénye.

A testvéri alrendszer az első fórum, ahol a gyermekek kortárskapcsolataikban kipróbálhatják magukat. Támogatják egymást, tanulnak egymástól, csoportokat alkotnak, időnként bűnbakot keresnek, stb. Az alrendszeren belül kialakulhat a kisebb gyerekek alrendszere, akiknek még elsősorban gondoskodásra, védelemre van szüksége, és a nagyobb gyermekek alrendszere, akik számára az egyre növekvő autonómia igény a legfontosabb. A gyermekek ebben az alrendszerben tanult interakcióikat viszik át más alrendszerekbe, azokat használják alrendszeren kívüli kapcsolataikban, az ott tanultakat pedig behozzák és az alrendszeren belül kezdik el használni (Bíró és Komlósi, 2001; Goldenberg, 2008).

Családi határok, pszichológiai távolság

A rendszereket, így a családot is jól látható határok veszik körül, a határok hol elválasztanak, hol összekötnék vagy védelmet nyújtanak a család körül. A határ fogalmát Minuchin (a strukturális családterápiás irányzat atyja) vezette be a

családterápiába. Minden családnak vannak külső és belső határai. A külső határ az egyéneket választja el a családot körülvevő környezettől. A belső határok az egyéneket, az alrendszereket választja el egymástól. A családot alrendszerek alkotják, ilyenek például a gyermeki, szülői, nagyszülői alrendszer (Bíró és Komlósi, 2001; Goldenberg, 2008).

A határok milyensége befolyásolja a távolságot, az intimitás milyenségét, az alkalmazkodási, a kapcsolódási képességet. A határok ezáltal lehetnek merevek, tiszták és diffúzak (Bíró és Komlósi, 2001). Az első esetben nagyon zárt, merev szinte alig kapcsolódó működésről beszélünk. Abban az esetben, ha a családra külső merev határ jellemző, akkor nehéz a családba való bejutás, valamint a családból való kijutás. A család nehezen alkalmazkodik és reagál a környezet változásaira, nehéz a differenciálódás. A tiszta határ megfelelően rugalmasan átjárható, de megfelelően elhatárolja, megvédi a családot a környező rendszerektől. A diffúz határ esetén szinte nem is láthatóak a határok, ezeknél a családoknál folytonos a jövés-menés, bárki, bármikor be és kiléphet a rendszerből (Bíró és Komlósi, 2001; Goldenberg, 2008).

Cirkularitás

A visszatérő, ismétlődő viselkedésmintákat cirkularitásnak nevezzük. A család bizonyos szabályokat követ, amelyek szükségesek valamilyen egyensúly fenntartásához. Egyes esetekben megfigyelhető a családi redundancia, azaz megjósolható, hogy mi fog történni (nincs benne új elem, bekövetkezése sémászerűen azonos). Jackson, a családterápia egyik korai teoretikusa szerint a családi homeosztázis adott szabályokkal való műveletek összessége (Bíró és Komlósi, 2001).

Családon belüli diádikus és triádikus kapcsolat

Bizonyára jól látható, hogy a családok megértésének egyik jó eszköze, ha olyan dimenziókra bontjuk, amelyek megfigyelhetőek, megérthetőek, láthatjuk a jó, illetve a rossz működés közötti különbséget. A megértést tovább segíti az egyének kapcsolódási formáinak, az interaktív viszonyok és jellegzetességek sajátosságainak megismerése.

Diád a legegyszerűbb formája a kapcsolatoknak, ahol a két ember közötti viszonyrendszert vizsgáljuk. Itt újra kell használnunk a fentebb már említett hierarchia, a komplementer, illetve a szimmetrikus kapcsolat fogalmát. Meg kell néznünk a két ember közötti kapcsolat hierarchiáját. Többféleképpen kapcsolódhat két ember, például felül –alul, vagy felül-felül helyzetben ezáltal lehet komplementer, illetve szimmetrikus a kapcsolatuk. További jellemző lehet az egymás között lévő határok milyensége, illetve a pszichológiai távolság.

Triád, amely három ember közötti interakciós kapcsolatot jelöl. A triádikus viszonyban kialakulhatnak szövetségek és koalíciók. Abban az esetben alakul ki szövetség, ha két ember egyetért egymással, azonosak az érdekeik. A koalíció viszont

akkor alakul ki, ha két embert a harmadikkal szembeni szembenállás köti össze. A triádoknak hasonlóan a diádhoz megvan a maga hierarchiája.

Stabil helyzetek:

- mindhárom ember egyetért egymással,
- egy pár egyetért a másikkal, abban is, hogy a másikkal nem értenek egyet,

Instabil helyzetek:

- a triád mindhárom tagja konfliktusban áll egymással. a triád valamilyen együttműködésére van szükség, hogy fennmaradhasson,
- a pár konfliktusban van egymással, de a harmadikkal mindketten egyetértenek (Bíró és Komlósi, 2001; Goldenberg, 2008).

1.13. A CSALÁDI KOMMUNIKÁCIÓ JELLEGZETESSÉGEI

A kommunikáció folyamatának szerves része a közlés minden formája, amely lehet verbális vagy nonverbális is. A családi rendszerben minden érintkezés a kommunikáción keresztül valósul meg, ezért is lesz a családokkal folyó munka során kiemelt szerepe. A kommunikáció megfigyelése szerves részét képezi a segítői munkának, a kommunikációban való elakadás például tünete lehet a családi diszfunkciónak, illetve hozzájárul annak fenntartásához (Czeglédi, 2015).

Ahogy azt már korábban is leírtuk, ha mindkét félnek egyforma lehetősége van a kialakult helyzet kontrollálására, akkor szimmetrikus helyzetről beszélünk, ha viszont az egyik fél domináns, a másik pedig alárendelt helyzetben van, akkor komplementer viszonyról beszélünk. Virginia Satir négy kommunikációs mintát figyelt meg, a visszautasítástól féltő emberek kommunikációja alapján. Van az engesztelő, aki azt reméli, hogy így a másik ember nem gurul dühbe, a másik csoportba tartoznak, akik vádolnak, így a másik erősnek fogja tartani. A harmadik csoportba az okoskodókat sorolta, azokat, akik úgy kezelik a fenyegetettséget, mintha veszélytelen lenne, önértékelését pedig intellektuális koncepciók mögé rejti. Az utolsó, vagyis negyedik csoportba pedig a zavarodott kommunikációval rendelkezők kerültek. Ők nem vesznek tudomást a fenyegetettségről, úgy viselkednek, mintha nem is lenne veszély (Czeglédi, 2015).

A családokkal folyó munkának egyik fontos célja, hogy a családtagok egymás közötti kommunikációjában minőségi javulás következzen be. A családi kommunikációnak van egy sajátos része, amit családi rítusnak nevezünk (a rítus a kommunikáció szimbolikus formája, amely időről időre azonos módon zajlik le.). A családi rítusra jellemző: a többszöri/ rendszeres ismétlődés, az erős érzelmi hatás, a családi minta, a generációs hatás, a családi azonosság konzerválása. Erőteljesen meghatározza, befolyásolja a család külvilággal történő érintkezésének módját, valamint szabályozza a családtagok viselkedését.

A családi rituáléknak három nagy területét jelölhetjük meg: a ritualizált napi eseményeket (rögzült interakciók), a családi tradíciókat és az ünnepeket. A rögzült családi interakciókhoz a mindennapi közös események tartoznak (közös étkezés, beszélgetés, meseolvasás stb.). A családi ünnepek egy része az adott kultúra egészéhez igazodik, de ide sorolhatók a vallási ünnepek (Húsvét, Karácsony stb.), a világi ünnepek (Anyák napja, Gyermeknap stb.). A családi tradíciók, szertartások (esküvő, keresztelő, ballagás, temetés stb.) a család belső naptárához igazodnak s kevésbé kultúrpecifikusak. A rituálék nagyon fontosak a családok kiegyensúlyozott működéséhez, az életciklus váltások megtörténéséhez. A rituálékhoz való túlzott ragaszkodás azonban magában hordozhatja azt a veszélyt, hogy a család működése túlságosan merevvé válik, s emocionálisan kiürül (Czeplédi, 2015).

1.14. A VÁLTOZÁS

A rendszerszemlélet a változás két szintjét különbözteti meg:

1. a változás a rendszeren belül jön létre úgy, hogy a rendszer nem változik,
2. maga a rendszer megy keresztül változáson. Ennek megfelelően beszélhetünk elsőrendű változásról és másodrendű változásról.

Az elsőrendű változás esetében a család a saját rendszerén belül próbálja megoldani a kialakult problémát, krízist, mind ehhez saját, már kipróbált, bevált eszközeit használja. A változás során a család rendszere alapjaiban nem változik, a struktúrája változatlan marad. A család egyensúlya nem borul fel.

A másodrendű változásnál a család kibillen az egyensúlyi helyzetből. A változás során olyan helyzetekkel találja szembe magát a család, amelyet a saját, jól bevált eszközeivel nem tud megoldani. A családok életében másodrendű változások folyamatosan keletkeznek, amennyiben megtörténik az életciklusnak megfelelő rendszerváltozás, másodfokú változásról beszélünk. Ebben az esetben azt mondhatjuk, hogy a család rendelkezik a változásokhoz szükséges (sokszor innovatív, kreatív) megoldásokkal. Ellenben, ha a családra ez nem mondható el, s ugyanazokkal a módszerekkel próbálja kezelni a kialakult helyzetet, mint ahogyan azt korábbi életciklusok esetében tette, a megoldási kísérletei sikertelenek lesznek (Bíró és Komlósi, 2001; Goldenberg, 2008).

ELLENŐRZŐ KÉRDÉSEK

1. Kérem, határozza meg a rendszerszemléletű gondolkodás fogalmát!
2. Kérem, fogalmazza meg a család definícióját!
3. Milyen családtípusokat ismer, kérem sorolja fel!
4. Nevezze meg a lehetséges háztartástípusokat!

5. Melyek a család funkciói?
6. Melyek a család feladatai?
7. Kérem, ismertesse a lehetséges családi szerepeket!
8. Kérem, ismertesse a családi életciklusokat!
9. Kérem ismertesse a rendszerszemlélet alapelveit!
10. Kérem, nevezze meg a családi határok típusait. Mutassa be azok fő jellemzőit!
11. Mit értünk alrendszerek alatt?
12. Kérem ismertesse a cirkularitás fogalmát!
13. Kérem, fogalmazza meg a családi hierarchia fő vonásait!
14. Mit értünk diádikus és triádikus kapcsolat alatt? Kérem, ismertesse azok fogalmát!

2. A CSALÁDI ELSŐ INTERJÚ

Az első találkozás a családdal kiemelt fontosságú, az alábbi fejezetben az első interjúhoz kapcsolódó formai és tartalmi sajátosságokat fogjuk áttekinteni.

2.1. KAPCSOLATFELVÉTEL

A családokkal folyó munkában, a kapcsolatfelvétel általában telefonon vagy személyesen történik. Fontos tudatosítanunk, hogy már önmagában a kapcsolat felvétele is beavatkozás a család rendszerébe, az első beszélgetés (legyen az telefonos vagy személyes) folyamán elindul egyfajta szocializáció, a változás első lépései. Minden kapcsolat, kérdés, interakció hatással van a kliensre, a családra. A kapcsolatfelvétel során minimális mértékű információ "begyűjtésére" törekszünk. Úgy irányítjuk a kapcsolatfelvételi beszélgetést, hogy az ügy megértéséhez, felvállalásához feltétlenül fontos probléma-bemutató, személyes helyzetismertetés hangozzon el. Cél, hogy meg tudjuk őrizni pártatlanságunkat, ne köteleződjünk el túlzottan egyik családtag mellett sem.

Fontos, hogy döntést tudjunk hozni a tekintetben, hogy a kompetencia körünkbe tartozik-e a bemutatott probléma megoldása, mi vagyunk-e a hiteles segítők. A megfelelő szintű megismeréshez a kezdetektől szükséges, hogy a lineáris gondolkodás helyett, elsődlegesen a rendszerelméletű gondolkodást helyezzük előtérbe.

Az első lépés, hogy a segítő fogadja a hívást, illetve a problémát delegáló családtagot, hozzátartozót.

A kapcsolatfelvétel folyamán azonosítani, tisztázni kell a következőket:

- 1.) A kezdeményező a család tagja-e? Milyen minőségben jelentkezik (szülő, felnőtt gyermek, testvér, távolabbi rokon, hozzátartozó, segítő)? Miért pont ő jelentkezik?
- 2.) Az önkéntesség, a delegálás tisztázása:
 - Ki küldte a klienst?
 - Honnan szerzett tudomást a szolgáltatásról?
 - Kitől kapta a telefonszámot?
 - Esetleges kötelezettség tisztázása.
- 3.) Mi a felkínált probléma? Kik érintettek benne?

- 4.) Vállaljuk-e az esetet? Amennyiben nem, hová irányítjuk tovább? Feltétlenül foglalmazzuk meg és rögzítsük érzéseinket, hipotéziseinket, benyomásainkat a családdal kapcsolatban. Fontos, hogy a segítő el tudja-e képzelni az együttműködést a családdal? A család alkalmas-e konzultációra, terápiás folyamatra?
- 5.) Ha vállaljuk, kik vesznek részt az első találkozón (instrukciónk szerint a problémában közvetlenül érintett családtagok megjelenését várjuk)?
- 6.) Koterapeuta helyzet ismertetése. A családterápia/családkonzultáció során ideálisan az ülés vezetése két segítő bevonásával zajlik, akik egyenrangú felekként vezetik a segítség folyamatát.

2.2. KERETEK MEGHATÁROZÁSA

A családok számára annak ellenére, hogy hazánkban is több tíz éves múltra tekint vissza a családi konzultációs/terápiás segítség, a legtöbb esetben még mindig új, idegen a helyzet a családok számára. Az első néhány alkalommal fontos, hogy ha szükséges, minden esetben tisztázzuk a kereteket, határokat:

- A konzultáció/terápia időkeretek tisztázása: általában egy konzultáció/terápia 2-3 feltáró ülésből, 6-8 változást segítő alkalomból áll. Egy találkozás 90 perc. Tisztázzuk, hogy a konkrét esetben mi várható, és azt, hogy az egyes alkalmakra van-e a családnak konkrétan ennyi ideje.
- A konzultáció/terápia hangneme, hangszíne, amelyet a kölcsönös tisztelet vezet, szükséges a minősítés, a sértegetés mellőzése, valamint egymás meghallgatása.
- Titoktartás/adattárolás rendjét a mindenkori vonatkozó jogszabályok alapján látjuk el. A titoktartás a konzultációban/terápiában résztvevő valamennyi szereplőre vonatkozik. Abban az esetben, ha az ülésről hang- vagy videoanyag készül és/vagy a későbbiekben szeretnénk felhasználni bármit is a segítő folyamatból, oktatási, tudományos célra a család minden tagjával beleegyező nyilatkozatot kell aláíratni (az eszköz bekapcsolása előtt).
- Felelősségvállalás (a segítők a keretek, határok biztosításával a változás szükséges eszközeiért, a család a változásért vállalja a felelősséget).
- Díjazás, amennyiben a szolgáltatás nem ingyenesen elérhető.
- Lemondás feltételei (az előre egyeztetett találkozás előtt mennyi idővel lehetséges a díjmentes lemondás, amennyiben a szolgáltatás nem ingyenesen elérhető).
- Adatok, dokumentáció (a szolgáltatás a mindenkori szolgáltató/fenntartó adatgyűjtési, adminisztratív elvárásainak meg kell, hogy feleljen, ezekhez az ügyfél együttműködése fontos).
- Tegezés/magázás. Alapvetően a magázó forma az elfogadott konzultációs helyzetben, de alapvetően helyzet-szituatív. Abban az esetben, ha a tegező forma segíti a változás folyamatát és a konzultánsok tudják tartani a kereteket

és határokat a tegező forma is megengedett (minden esetben fontos a mérlegelés a segítők között, és a megbeszélés a családdal).

A kapcsolatfelvétel végén rögzíteni kell az egyeztetett (közös) döntést az első beszélgetéssel kapcsolatban. Lesz -e közös konzultációs/terápiás munka?

2.3. FORRÁSOK A SEGÍTŐ SZÁMÁRA

1.) Objektív információk

Például: életkor, gyermek/ek száma - életkora, családi életciklus, szerepek, határok, hierarchia, egészség-betegség, nemi identitás, foglalkozás, stb.

Bizonyos összefüggések felismerhetők már a kapcsolatfelvétel során, de a későbbi találkozások is számos információval bővítik a családdal kapcsolatos információink körét.

A segítő már a kapcsolat legelején átlátja a helyzetet csupán az objektív információk által. Ennek következtében pontosan tudja a beavatkozás irányát, de figyelemmel kell lennie arra, hogy a család nem látja mindezeket, nincs "szakmai rálátása" önmagára. A segítő folyamat során kell eljuttatni a családtagokat a felismerés szintjére.

2.) Szubjektív információk

A szubjektív információk, azok, amelyeket a kliens/ek mond/anak el saját mag/á/uk/ról, az emlékezeteik, benyomásaik, cselekedeteik által keletkezett érzéseik bemutatásáról.

A segítő folyamat során nagyon intenzív érzések jelentkezhetnek, időről időre a kliensek érzelmi állapota változik, a kliensek gyakran élnek át fájdalmat, dühöt, haragot, stb. vagy épp ellenkezőleg szeretetet, örömet, hálát, stb., végig fontos feladatunk a családtagok megtartása, biztonságos védelme, a helyzet elviselhetővé tétele.

3.) Szituatív információk

Az objektív s a szubjektív információk mellett fontosak a szituatív információk, a nem verbális kommunikáció, pl.: hogyan ülnek le a család tagjai az első, majd a további találkozásainkkor, milyen a közelség-távolság a családtagok között fizikai értelemben; együtt érkeznek-e, ki érkezik elsőként, ki az, aki késik, ki foglal helyet elsőként, mindenkinek van- e lehetősége a hely választásra vagy valaki kijelöli hová kell ülni, hogyan kell ülni; ugyanez igaz lehet a kommunikációs helyzetekre is, ki szólal meg legelőször, hagyja-e érvényesülni a családtagjait, megszólal-e egyáltalán; van-e szemkontaktus; vannak- e érintések; milyen hangon, hangszínen beszélnek, stb.

2.4. MOTIVÁCIÓ

Minden esetben figyelembe kell venni a motivációs szintet, milyen viszonyban van a család a változtatással kapcsolatban. Nagyon sokféle motivációval és motivációs szinttel érkezhettek a családok, akik segítséget kérnek. De Shazer (1985) három típust különböztet meg "a vevőt", "a panaszkodót", és a "látogatót". A vevők motiváltak, konkrét segítséget várnak. A "panaszkodók" bizonytalanok, nem tudják, hogy be akarnak-e kapcsolódni a segítő folyamatba. A "látogatók" rendszerint azért keresik fel a segítőt, mert küldték őket. A valódi segítségnyújtáshoz "vásárlóvá" kell válniuk a családoknak. A "látogató" családoknál két szintet különböztetünk meg. Az első mikor egy referencia személy (pl. orvos) kedvéért keresik fel a segítőt. A másik szint, amely az utóbbi időszakban egyre gyakoribb, hogy egy eljárás folyamán kötelezik őket a szolgáltatás igénybevételére. A segítés folyamatában ezek nem jelentenek akadályt (az ellenállás különböző formáinak tekinthetők), de látnunk kell a megfelelő szintű beavatkozás megtervezéséhez.

A motiváció szintjét cirkuláris kérdések és az üres szék technika segítségével ki lehet deríteni a problémát delegáló családtagtól:

- Mit gondol a férje/felesége, nagymama el fog jönni az első találkozásra?
- A többi családtag mit lát problémának/egyetértének Önnel?
- Voltak-e, illetve, ha igen, milyen változtatási próbálkozásai voltak a családnak a kialakult helyzet megváltoztatására?

A kapcsolatfelvétel során történt megállapodás szerint sor kerül az első interjúra, amelyhez számos "feladat" társul, ezek részletes bemutatására a következő alfejezetekben térünk ki.

2.5. A CSALÁD FOGADÁSA

Minden segítői folyamat alapja a kliens/család és a segítő kapcsolata. Nagyon sok segítő elköveti azt a hibát, hogy a "professzió látszatának" kialakítására, a probléma meghatározására, megoldására helyezi a hangsúlyt. Sok esetben a hazai ellátórendszerben van egy teljesítménykényszer, amely mindezt felerősíti. Ezzel szemben a kapcsolat, a biztonságos helyzet kialakításán van a hangsúly.

A bevezető udvariaskodás, az őszinte érdeklődés, kíváncsiság a család iránt minden segítő folyamat része, szorongásoldó. Nem szabad feledni, hogy a család a rossz/patológiás működéssel együtt egyensúlyban van, csatlakozásunk felborítja az egyensúlyi helyzetet. A felborult egyensúly védekezésre ösztönzi a családot, amely a legtöbb esetben ellenállásban nyilvánul meg. Nem szabad, hogy megtévesszen bennünket a túlzott együttműködési reakció a család részéről, mert a-mögött is egyensúlyvesztés van.

A segítő a család fogadásakor kezet fog mindenkivel, bemutatkozik. Nagyon fontos, hogy történjen “érintés” (mint például kézfogás, kisgyerek fejének megsimogatása) a segítő és a kliens között. Mindenki egyedül individuusként bánt, mindenkit a keresztnévén szólít (nem úgy, hogy anyuka, stb. - és ez kölcsönös a segítő is felajánlja a keresztnév használatát). Tisztáznunk kell, hogy kit hogyan szólíthatunk. Azt is érdemes tudnunk, hogy voltak-e már ilyen vagy hasonló helyzetben, van-e segítői/terápiás tapasztalatuk.

A segítő alapvetően gondoskodóan viselkedik mindenki, törekszik figyelmének megosztására a családtagok között, fontos, hogy mindenki úgy érezze egyenlő gondoskodásban, figyelemben részesül, a segítő ezáltal is igyekszik a neutralitás megvalósítására.

Ha a család az előzetesen egyeztetettektől eltérően hiányosan jelenik meg, többféle megoldást alkalmazhatunk:

- Nem küldjük őket haza. Meg kell tudnunk a hiányzó családtag távolmaradásának az okát, várhatjuk-e az esetleges későbbi megjelenését. A hiányzó családtag megjelenítésére az “üres szék technikát alkalmazzuk”, ott hagyjuk az üres széket, és fantáziában jelenítjük meg a távollevő családtagokat. Minden családtagnak feltett kérdésnél az üres székhez érve, feltesszük a kérdést a hiányzó családtagnak is: “Ha most itt lenne mit válaszolna erre a kérdésre?”. Célzottan egy személy segítségét is kérhetjük, de az első alkalommal érdemes mindenkit megkérdezni az esetleges válasszal kapcsolatban. Az eljárás nem teljesen egyezik meg az “üres szék” módszertanával (Bauer 1979), amelynél mindkét oldalt eljátszatjuk a családtaggal.
- Elküldjük őket, egyeztetünk egy olyan időpontot, amely mindenki számára megfelelő, az eljárást akkor célszerű alkalmazni, amikor a család, vagy bizonyos tagja(i) sorozatosan nem jelenik meg s az üres szék alkalmazásával már nem juthatunk eredményre.

A segítői folyamat alatt ahogyan folyamatosan monitorozzuk a családot, ugyanúgy figyelni kell saját szokatlan érzéseinket is. A találkozások után az ülések értékelésekor, fontos információval szolgálhatnak az eset minél mélyebb megértésében, gyakran ezek az érzések segítenek a rejtett tartalmak felszínre kerülésében.

2.6. ELSŐ INTERJÚ

Az első interjú Haley szerint a segítői folyamat egyik leghangsúlyosabb része. Itt alapozza meg a segítő a család számára a bizalmat, a biztonságot, a változásban való hitet, éppen ezért az első interjúra fel kell készülni, az első interjút nem lehet elsietni, időre van hozzá szükség.

A keretek tisztázásakor, ahogyan, azt korábban bemutattuk fontos az időkeret megbeszélése, 90 perc hosszú idő, ennek az időnek zavartalannak kell lennie a mi és a családtagok számára is. Olyan tárgyi, környezeti feltételek kelljenek, amelyek alkalmasak az intim beszélgetés lefolytatására (megfelelő hely áll rendelkezésre egy család számára, nem csörög a telefon, nem zavarnak a munkatársak, stb.).

Az első interjú fázisai Haley szerint:

1.) SZOCIÁLIS/TÁRSASÁGI FÁZIS

Információszerzés, csatlakozás a családhoz.

- A családban természetesen nagy a feszültség, mivel eljött egy idegen helyre, hogy a problémájáról beszéljen. Ezt a feszültséget fel kell oldani.

Objektív információk:

- Életkor, foglalkozás, munkakör, végzettség, ki hová valósi, lakás, gyerekek,
- gyerekek közötti kapcsolat, volt-e előző házasság, tartós élettársi kapcsolat, hol lakik, az eredeti család, stb.
- A bemutatkozás sorrendje többféle módon megvalósulhat: vagy a terapeuta jelöli ki a bemutatkozás sorrendjét (ne a tűnethordozót kérdezzük először, mivel ő van leginkább a periférián, és ő van leginkább zavarban), vagy valaki elkezd. Fontos információ, hogy ilyenkor ki az, aki belekezd, ki az, aki magához ragadja a szót. Fontos, hogy mindenki szót kapjon, és beszéljen önmagáról. A bemutatkozás során még nem beszélünk a problémáról.
- Ki jelentkezett be a terápiára? Hogyan vette rá a másikat, hogy eljöjjen?
- Tudják-e mi a családterápia, a terapeuta mondjon-e róla pár szót?

2.) PROBLÉMA SZAKASZA

A terapeuta mindenkit megkérdez a problémáról, mindenki elmondja külön-külön a kérdésekre válaszait. Az alábbiakat érdemes lehet tisztázni minden családtag részéről, cirkuláris kérdések segítségével:

- Mi a probléma/nehézség a kapcsolatban/családban?
- Miben kérnek segítséget?
- Mi hozta el a párt/családot a terápiába?
- Miért jöttek?
- Mit várnak?
- Miért pont most kértek segítséget?

Fontos, hogy el tudjuk érni, hogy a családtagok hallgassák meg egymást, ezt az előzetesen lefektetett keretek, szabályok kézben tartásával tudjuk elérni.

3.) INTERAKCIÓS FÁZIS

- Probléma kibontása, annak kapcsolati összefüggéseire koncentrálva. A családot konkretizálásra kell bírni, célszerű arra kérni a családtagokat, hogy mondjanak konkrét példákat. Cél, hogy minél több információ derüljön ki. Sokat kell kérdezni, visszakérdezni. Nem kell gyorsan haladni, ugyanakkor nem kell mindent azonnal megérteni, vissza lehet térni egy-egy kérdésre későbbi üléseken is.
- A verbális kommunikáció mellett a terapeuta figyel a viselkedés-mintákra, metakommunikációra (pl.: Amikor az anya veszekszik a gyerekekkel, mit csinál az apa? Mit gondol a másik? Hogyan hat rá?).
- Kapcsolatuk kezdetéről mondjanak pár szót, külön-külön.
- Milyen kísérleteket tettek eddig a probléma megoldására?
- Esetleg szobor technikával bemutathatják, milyen volt a kapcsolat, amikor jó volt, milyen, amikor nem jól működik, milyen legyen...
- Mit szeretnének? Mit várnak a terápiától?
- Csoda-kérdés.
- Erőforrások földerítése: Mire büszkék? Mi működik jól? Mit szeretnének, hogy ne változzon? – A család identitásában fontos, hogy ne érezzék a beszélgetés után csődtömegnek magukat, mert csak a problémáikról volt szó. Más a perspektíva a pozitívumok felidézése után.

4.) SZERZŐDÉSKÖTÉS – A CÉLOK KITŰZÉSE

- Egyszerű, világos, realisztikus legyen a cél.
- A családnak legyen fontos a cél.
- A terápia kompetenciájába essen a cél.
- Felül kell vizsgálni hipotetikusan, hogy ha elérjük a kitűzött célt, akkor az kire, hogyan hat majd.
- Visszajelzés a családnak - lehetőleg pozitív dolgokat mondjunk, élethelyzet is beleszűrhető. Folytatásra való biztatás. A keretekért a terapeuta a felelős, a kezdeményezésért pedig a család. Már az első interjú után is érdemes házi feladatot adni, egyelőre megfigyelés jellegűt: "Figyeljék meg, hogy..."

Előfordulhat, hogy az első interjú után nem áll elegendő információ a szerződéshez, ebben az esetben a következő egy vagy két ülést is az információgyűjtésnek szenteljük s csak ezután kerül sor az áttekinthető, egyértelmű szerződésre (Safranka, 2006).

Példa a családi első interjúhoz

Az alábbiakban egy konkrét példán keresztül szemléltetjük egy első interjú menetét és elemzési lehetőségeit. A segítő folyamat helyszíne a szegedi családsegítő szolgálat. Az interjú bemutatása a kliensek beleegyezésével történt, az adatok megváltoztatásra kerültek.

A CSALÁD RÖVID, LEÍRÓ BEMUTATÁSA

A pár önként keresett fel bennünket, az első interjú során kiderült, hogy a feleség kezdeményezte a terápiát (barátnője ajánlására, aki már részt vett családterápián). Fő problémaként azt jelölték meg, hogy kapcsolatuk megromlott, rengeteg a konfliktus (napi szintű) s felmerült mindkettőjükben a különválás gondolata, azonban közös tinédzser korú gyermeküket nem szeretnék megfosztani a család biztosította értékektől. A probléma megoldását illetően úgy érzik: eszköztelenek, nem találnak jó megoldást.

A feleség: Erika, 49 éves, szőke hajú, kék szemű, fehérbőrű, középmagas, teltkarcsú, igen ápolt, csinosan öltözött hölgy.

A férj: Péter, 41 éves, barna hajú, barna szemű, kreolbőrű, magas, átlagos testalkatú, igen ápolt, jól öltözött férfi. Megjelenésükkor nem gondolnánk kívülállóként, hogy egy párt alkotnak. A feleség egy állami cégnél (osztályvezetőként), a férj egy állami intézménynél beosztottként dolgozik, mindketten felsőfokú végzettséggel bírnak.

19 éve ismerkedtek meg, Erika akkor 30 éves volt, Péter 22. Péter elmondása szerint „eszméletlen módon beleszeretett” a nála 8 évvel idősebb Erikába, aki megismerkedésükkor feltűnően csinos, vonzó, érett, tanult nő volt, önálló egzisztenciával. Péter fiatal kora ellenére látszólag, szintén érett fiatalember volt, még a szüleinél élt, nem igazán tudta mi is szeretne lenni, ekkor egy szakmunkásképző bizonyítvánnyal rendelkezett. Két évnyi együttjárást követően összeházasodtak, rá 2 évre megszületett gyermekük Anna (aki ma 15 éves). Péter Erika motivációjának hatására leérettségizett, a gimnáziumi évek egybeestek Anna megszületésével. Lányuk közel két éves volt, amikor Péter elhagyta családját s kb. 2 évig külön éltek. Kibékültek, 11 éve újra együtt élnek, együtt nevelik gyermeküket. Péter később egyetemre járt. Mindkettőjük karrierje felfelé ívelt, jelenleg olyan munkát végeznek, amelyet megbecsülnek mind anyagilag, mind erkölcsileg.

Támogató családi, baráti rendszer veszi körül Erikákat, főként Péter szülei és rokonai jelentenek különösen fontos értéket számukra, nagyon szeretetteljes kapcsolatokról számoltak be. Nagyon széleskörű baráti társasággal bírnak, akikre mindenben számíthatnak. Sok szabadidős programot szerveznek barátaikkal, ami a feltöltődésükhöz sokat ad.

ELSŐ INTERJÚ MENETE, JELLEGZETESSÉGEI

Kapcsolatfelvétel: a szolgálatot a feleség kereste meg telefonon. A rövid beszélgetés során annyi hangzott el, hogy párkapcsolati problémával küzdenek férjével. A kapcsolatfelvétel röviden zajlott, a lényegre törő információk egyeztetése történt meg: tisztáztuk milyen minőségben jelentkezett, kit érint a probléma, miért pont ő jelentkezett, honnan szerzett tudomást a szolgáltatásról, ki küldte. Egyeztettük az első ülés időpontját, a helyszínét, az érintett résztvevőket, a szolgáltatás díjmentességét, a koterápiás vezetést.

A küldő: a pár családterapeuta kollégánknál jelentkezett önkéntesként, terápiára, de leterheltsége okán kollégánk a párt hozzánk irányította. Kollégánk magánrendelés keretében dolgozik, a családdal soha nem találkozott. A kolléga rendszere ilyenén, nem illeszkedik a családhoz.

A terápiás ülés célja

Az első interjú során, a bemutatkozást követően beszéltünk a családterápiás munka jellegzetességeiről, folyamatáról, szabályairól egyeztettük a kliensekkel, hogy egyet tudnak-e érteni mindezekkel. A terápiára láthatóan izgatottan érkeztek, a terápián (a klasszikusan berendezett segítői környezetben) egymástól távol ültek le, mindketten távolabb tették székeiket. Megosztották velünk, hogy együttes terápiás tapasztalattal nem rendelkeznek, Erika korábban elakadásai kapcsán pszichológushoz fordult, ahogyan ő fogalmazott: „dolgozott önmagán”.

Miért vannak itt? Mindkettőjüket megkértük, hogy mondják el, miért vannak itt. Erika szerint a kapcsolatuk tönkrement, eltűnt a szeretet, állandóan veszekednek, mindennaposak az ordítózások s félő, hogy a válás lesz a „megoldás”. Péter ugyanezt mondta el más szavakkal.

Miért éppen most? Arra, hogy miért éppen most jelentkeztek terápiára, úgy válaszoltak, hogy nem bírják tovább elviselni a feszültséget s állandósult a szorongás, a félelem mindkettőjükénél. Féltik a kapcsolatukat, féltik a lányukat, féltik a családjukat a széteséstől.

Van-e valamilyen aktuális változás a családban? A családban aktuális krízis van, a normatív krízist jelölhetjük meg – serdülő a családban, ill. életközepi válság a szülők részéről.

Mit tettek eddig a probléma megoldására? A probléma megoldására a családterápiát megelőzően egyéb kezdeményezésük nem volt, elmondásuk szerint saját erőforrásaikat nem tudták mozgósítani, teljesen eszköztelennek vélik magukat a kialakult helyzetet illetően.

Mit várnak a terápiától? A terápiával szemben megfogalmazták, hogy azt várják, „hogy újra tudnak egymással szót érteni” - javuljon a kommunikáció, aminek következtében a problémáikat egymással tisztázni tudják, és eljuthatnak annak megoldásához. „Visszatalálnak a boldogabb önmagukhoz, párkapcsolatukhoz”.

Mi történhet, ha nem változik semmi 5-10 év múlva? Arra az eshetőségre, hogy mi történik a kapcsolatukkal, a családjukkal, ha nem változik semmi elmondták, hogy el sem tudják képzelni... mindketten teljesen lefagytak a kérdéstől, Erika elsírta magát (az első ülésen ez volt az egyetlen alkalom, amikor Péter felesége felé fordult, s megérintette kezét). Jól láthatóvá vált, hogy mennyire fontosak egymásnak, s mennyire mélyen megijedtek egymás elvesztésétől.

Mit tekintenének eredménynek, ha mi történne? Az eredményként azt jelölték meg, hogy ha meg tudják őrizni egymást, a családjukat.

Szerződéskötés. Az első interjú végeztével körvonalazódtak a terápiás célok, azonban a szerződés megkötésére további információgyűjtés után, a következő ülésen került sor.

AZ ÜLÉS TÖRZSRÉSZE

Információgyűjtés. Mint azt a céloknál bemutattuk fontosnak tartottuk megtudni, hogy mióta vannak nehézségeik, mikor kezdődtek a viták, mi váltotta azt/azokat ki? Erika sírva mondta el, hogy hat hónapja volt egy beszélgetésük, amelynek során próbálták megérteni, hogy mi történt velük, s ekkor férje megosztotta vele, hogy őt nagyon zavarja, hogy Erika elhízott, nem ad magára, „idétlen ruhákba öltözik”, slampos... eltűnt az ő gyönyörű felesége. Az akkori beszélgetés során nem tudta megosztani férjével az érzéseit, a gondolatait. Teljesen bezárkózott, azóta hétről hétre egyre rosszabb lett a helyzet. Péter szűkszavúan megerősítette az elmondottakat.

A terápián lehetőséget teremtettünk arra, hogy erről nyíltan lehessen beszélni. Erika elmondta, hogy ő úgy élte meg elárulták, becsapták... érezte, hogy eltávolodtak egymástól, de nem gondolta, hogy ekkora a baj, s azt érzi, hogy mindenről ő tehet. A kapcsolatuk elején a különbségről beszéltek, Erika félelmeit meg is fogalmazta akkor, Péter biztosította őt kitartásáról, s arról, hogy őt akarja. Erika úgy vélte, hogy az idő előrehaladtával megjelenő fizikai változások természetes megjelenése Péter számára is érthetőek s elfogadhatóak, de a beszélgetésük folytán szembesült vele, hogy Péter nemcsak, hogy nem érti, de el sem fogadja azokat. Erika változó korba lépett: hangulat ingadozásai lettek, meghízott, megereszkedett a bőre stb. ..., megosztotta velünk, hogy ő maga is nagyon nehezen élte meg teste átalakulását...

Péter láthatóan nem volt tudatában milyen mély fájdalmat, elutasítást cipel a felesége hónapok óta. Elmondta, hogy őt elsősorban az zavarja, hogy neki úgy tűnik, Erika semmit sem tesz azért, hogy lefogyjon, nem törődik a megjelenésével s szerint nem is érdekli. Nem figyel arra, hogy mit eszik, nem mozog stb. Nem akar neki tetszeni, ő nem fontos, Erika önfejű. Péter munkaköréből adódóan igen sok szabadidővel rendelkezik, gyakran van otthon egyedül, sok én-ideje van, amit pihenésre, edzésre, baráti találkozókra fordít.

Erika az ülésen mondta el, hogy bár a férje nem tudja, de ő már egy hónapja reform étrenden van, s jogára jár a barátnőivel. Péter meg volt döbbenve, láthatóan új információ volt számára. Erika, azt is megosztotta, hogy rettenetesen elfáradt a saját testével való küzdelme során és a párhuzamosan meglévő egyéb „feladatok” miatt: a sok ráháruló családi feladattól (háztartási munkák, bevásárlás, ügyintézés, stb. – csak az van meg, amit ő elintéz, megszervez, legyen szó egy bútor megjavíttatásáról vagy a családi nyaralásról stb.), és a családban ráosztott rossz-zsaru szereptől (főként a gyermeknevelés kapcsán, mindig ő fegyelmez, ő

tartatja be a szabályokat, a határokat stb. – ezáltal ő konfrontálódik Annával, Péter sokszor kivédi a gyereket nyilvánosan is, nagyon engedékeny).

Péter máshogy látja Erika fáradtságának okát, szerinte Erika maximalista mindenben (az élet minden területén, azt fontosnak tartotta kiemelni a gyermeknevelésben is), sokat vállal magára, lehetetlen segíteni neki. Nem tudja mit is kellene tennie, hogy jó legyen, Erika nem tud lazítani, pihenni s ettől feszült mindig.

Erika mély szomorúsága jól érezhető volt a beszélgetés alatt, s Péter értetlensége úgyszintén, vélhetően bele sem gondolt korábban, hogy mennyire megbántotta feleségét.

Kommunikációs sajátosságok. Az első interjú során jól látszódott, hogy a pár kommunikációs nehézségekkel küzd (feltételezések mentén szerveződik a kommunikáció), a nyílt egyenes kommunikáció, „felvállalom az érzéseimet, gondolataimat” nem működik. A férj több alkalommal megfogalmazta, hogy ő nem gondolatolvasó, nem tudja kitalálni mit is szeretne a felesége. Erika pedig, azt, hogy a férje sok mindent igazán önmagától felvállalhatna pl. a családot érintő ügyek viteléből.

Erika tűnik az irányítónak, de igazából Péter irányít. Mindketten benne ragadtak a gyermekkorukban megtanult kommunikációs mintázatokba. Az akció-reakció mintázatokról elmondható, hogy Erika gyakran adott hangot korábban a nemtetszésének, mire Péter duzzogva reagált. A „bizonyos beszélgetésük” óta Erika tudatosan kerülte a kommunikációt. Nonverbális jelekkel „üzent” sértettségéről, haragjáról, Péter az értetlenkedés álarca mögé bújva próbált „túl élni”, amelyre Erika még inkább dühös lett, Péter még inkább értetlenkedett, s kialakult egy mára megterhelő mintázat, amely igen nagy feszültséget teremtett mindkettőjükben s általában robbant a bomba.

Az intraperszonális kommunikáció szintén mindketten nagy egyéni feszültséget éltek meg, amely a kettejük közötti interperszonális kommunikáció szintjére is áttevődött természetesen.

A családon belül rejtett apa-lánya szövetséget találhatunk.

Problémamegoldás milyensége. A kihívások, problémák megoldása elsősorban Erika feladatai közé tartoznak. Mint a család feje s az egyetlen felnőtt tagja a szülői alrendszernek, ő viszi el a problémamegoldással járó összes feladatot, s felelősséget.

Triangulálás; parentifikáció. Péter a jelentkező feszültség hatására jelenleg lányuknál keresi az érzelmi kötődést, amelyet a feleségével való kapcsolatában kellene megélnie. Nem tapasztalható parentifikáció jelenléte.

Határok milyensége; alcsoportok egymáshoz illeszkedése családon belül-kívül. A család külső határa jól körvonalazható. A családon belüli szerepek tisztasága nem ennyire egyértelmű, Erika a szülői alrendszer egyetlen tagja, szülői szerepet Péter nem igazán tölt be. Péter gyermeki szerepben van, Annával szoros szövetségben.

Hierarchia. A családi hierarchia legtetetjén látszólag Erika áll, de igazán Péter a „gyerek” irányít.

Empátia jelenléte. Az empátia jelenléte Péter részéről nagyon gyengén érhető tetten.

Intencionalitás. Mindkét fél sok feltételezéssel él a másik viselkedésének, cselekedetének megmagyarázását illetően, gyakori a másik szándékának elővételezése.

Változás készség kontra ellenállás. A változásra nyitottak, főként Erika, Péter értetlenségét ellenállásként értelmezhetjük.

Ellenállás rigiditásának érékelése. Péternek megéri fenntartani a kialakult helyzetet, hiszen „gyerekként” számtalan olyan előnyt élvez, amelyek kiváltságosak, nem biztos, hogy megéri változtatni, ezért tudat alatt ellenáll.

Koherencia. A koherencia megkérdőjelezhetetlen.

AZ ÜLÉS BEFEJEZÉSE

Szerződéskötés nem történt. Úgy éreztük még egy ülés biztosan szükséges, ahhoz, hogy a szerződéskötés megtörténhessen. Ennek megfelelően feladatadás nem volt.

AZ ELSŐ INTERJÚ UTÁNI MEGBESZÉLÉS

Az első interjún úgy éreztük, az első tíz percben a kapcsolat legmélyebb fájdalmai kerültek felszínre, Erika a védett környezetben el merte, és el tudta mondani fájdalmait; kapcsolatukban az érzelmek kifejezése nem feltétlenül felvállalható, ez Péter részéről kifejezetten nehéz kihívás.

A kliensek egy olyan életszakaszba értek, amelyben az életkori különbség kihívások elé állítja őket, Péter ereje teljében lévő férfi, nehezen fogadja el, hogy a tökéletes nő, asszonnyá lett, s elindult az öregedés felé s talán azt még kevésbé, hogy ez vele is megtörténhet. Az idő múlásával, az életközépi válság Péterben a tagadást, Erikában pedig az elfogadást erősíti.

A család életciklusváltásban van, serdülő lánygyermekük szintén kihívások elé állítja őket, főként Erikát.

Kapcsolatukban a különbségből adódóan elkerülhetetlen a fenti kihívás megtörténte.

ELLENŐRZŐ KÉRDÉSEK

15. A családdal való kapcsolatfelvétel során melyek azok a fontos tényezők, amelyeket érdemes tisztázni?
16. Kérem, határozza meg a kereteket, amelyek fontosak a családi első interjú során!
17. A segítő milyen forrásokból dolgozik a segítség folyamatában?
18. Kérem, ismertesse De Shazer milyen motivációval rendelkező klienseket különböztet meg? Fejtse ki az egyes típusokba tartozó kliensek jellemzőit!
19. Kérem, ismertesse a család fogadásakor mire kell odafigyelnie a segítőnek!
20. Kérem, ismertesse mit jelent az „üres szék” technika fogalma!
21. Kérem, ismertesse az első interjú fázisait!

3. A CSALÁDI INTERJÚ ALAPVETŐ TÍPUSAI

Az első családi interjú kérdésfeltevései alapvetően tájékozódóak. A következőkben megpróbáljuk összefoglalni azokat a kérdéstípusokat, amelyeket a családok megismerésénél, a családokkal folytatott konzultációs folyamatban alkalmazhatunk.

A felvázolt kérdéstípusok egy részét csak ritkán használjuk első interjú alkalmával, mert hangsúlyosan változást facilitáló kérdések. Használatuk ezen esetekben diagnosztikus, a motiváció szintjének meghatározására szolgál. A segítőnek fel kell tudnia mérni, hogy milyen kérdéstípus, azaz kérdések kombinációja a megfelelő a család motivációs/fejlődési szintjéhez, a probléma belátás mértékéhez. Korai konfrontatív jellegű kérdések a család a segítői kapcsolatból való kilépését eredményezheti.

3.1. INTERJÚ KÉSZÍTÉSNEEL HASZNÁLT KÉRDÉSTÍPUSOK

A lineáris kérdezés

A lineáris kérdezés: a dolgoknak egy okozója, oka van. Normatív, feltételezése szerint, létezik "egyedül üdvöztető" jó, alapvetően ítélkező.

A cirkuláris kérdezés

A cirkuláris kérdezés: holisztikus, neutrális viszonyrendszert teremt, nem minősít és rendszerelvű (visszacsatolások alkalmaz). Nincs "okozó", minden családtagnak része, szerepe van a történetek létrejöttében, bármilyen zavar, tünet áll is az előtérben. A változásokra és különbségekre reagálunk (Tom, 1990). A cirkuláris kérdések általában felszabadító hatással bírnak a családra, új gondolatokat, rálátást emelnek a családi rendszerbe (Bagdy, Mirnics és Baktay, 2006).

CIRKURÁLIS KÉRDÉSEK FAJTÁI (ORWID, MARDZEJEWSKA ÉS PILECKI, 2004)

- Kérdés egymást követő magatartás mintákról, pl.: “Mit csinált a férje, amikor összevesztek és elvitte az autót, így nem tudott elmenni a barátaihoz/szüleihez?”
- Kérdés a hiedelmekről, pl.: “Mit gondol, miért jött a lánya haza olyan ritkán a kollégiumból? Amikor haza jön, akkor is elmegy otthonról?”
- Kérdés kapcsolatokról, pl.: “Milyen hatással volt a férjével való kapcsolatára, amikor rossz viszonyba került az édesanyjával/gyermekével?”
- Hipotézisalkotó kérdések, pl.: “Vajon milyen lenne a kapcsolatuk a férjével, ha a lánya kollégiumba költözne egy vidéki városba? Milyen hatással van véleménye szerint a lánya kapcsolata Önökkel, a párkapcsolatukra?”
- Hármaskérdések, pl.: “Mit gondol, milyen a gyerekek véleménye az apjukkal való kapcsolatáról? Mit mondana a fia az apjával való kapcsolatáról, ha hallaná, hogy Ön milyennek látja a kettejük viszonyát?”

A CIRKULÁRIS KÉRDÉSEK FAJTÁI FREDMAN ÉS SHERMAN ALAPJÁN (1989)

- Konkrét (sajátos, konfliktusos) eseményeknél az általuk kiváltott interaktív mintákra való kérdezés, pl.: a fiú/az apa megütötte anyját/feleségét. A szakember azt kérdezi a fiú testvérétől/a gyermeküktől: “És amikor testvéred/apa megütötte anyát, mit tett még? Mit szokott tenni ilyenkor? És te, mit csinálsz? Mit teszel? és Mit nem teszel?”
- Viselkedési különbségeket értelmező kérdések, pl. a gyermek szülei sokat veszekednek, amelybe a velük élő nagymama is bekapcsolódik, a szakember azt kérdi: “Mit csinálnak a felnőttek, amikor olyan veszekedések? Hogyan veszekszenek? Mit mondanak? Tudnál példát mondani? (Fiú: “Apának megmondják, mit csináljon, beleavatkoznak az életébe.”) Szakember: “És ki avatkozik be leginkább?” (Fiú: “Nagyi.”) Szakember: “Hogyan avatkozik be? Milyen izgatott? Ki reagál, amikor beavatkozik?”
- A családtagok osztályozása, rangsorolása bizonyos viselkedés szempontjából, pl.: a szakember azt kéri: “Kérlek osztályozd egy 1-10 skálán a családtagokat abból a szempontból, hogy ki mennyire szeret együtt lenni hétvégén a családdal! Kezd azzal, aki a leginkább szeret, ez lesz a 10-es érték ... s fejezd be azzal, aki egyáltalán nem szeret, ez lesz az 1-es érték!”
- A kapcsolat változását indukáló viselkedés felkutatása egy bizonyos idő előtt és után (diakrónikus vizsgálat): pl. négytagú család, az apa elköltözött, a fiú agresszív, a lány passzív, az anya sokat veszekszik a fiával. Szakember a fiú lánytestvéréhez fordulva: “Szerinted a veszekedések hogyan voltak apa elmenetele előtt és hogyan lettek utána? Mikor változtak meg és hogyan? Apa hogy reagál? Mit mondott régen és az elköltözése óta?”
- A feltételezett körülményeknek tulajdonítható differenciák megtalálása, az előző példához kapcsolódva, szakember: “Ha egyikőtök szintén elköltözne, melyikőtöket féltene jobban anya/apa jobban?” Az egymásra adott reakciók a

fontosak, a cirkuláris kérdezés szófordulataira kell felfigyelnünk: "...és amikor "xy" ezt csinálja, "z" mit mond, mit tesz?"

- Alcsoportok vizsgálata (az információgyűjtés fontos módja), pl.: segítői helyzet: fiatal pár és két gyermekkel kér segítséget, gyermekeik: kilenc éves fiú, négy éves fiú - agresszív, kezelhetetlen, az anya otthon van a gyerekekkel, az apa dolgozik. A szakember az anya-gyerek alrendszerre koncentrálna. Szakember az apához: "Ki kötődik jobban az anyához, a nagy vagy a kisebb (keresztneveket mond) gyerek? (Viselkedési különbségre irányulón.: "Mit tesz? Hogyan jut ez kifejezésre?" (A sajátos agresszív magatartással kapcsolatos interaktív mintákra irányulón, a kisfiúhoz: "Mikor te megvered a testvéredet, mit csinál anya?" A nagyobb testvérhez: "És amikor te vered a kicsit, mit csinál/mit mond pontosan anya?" Az apához: "Amikor az egyik/másik gyerek verekszik, mit tesz az ön felesége?" fiúkhöz fordulva: "És mit tesz ilyenkor apa?"

A stratégias kérdés

A stratégias kérdés, változást segítő, a család befolyásolására irányuló kérdés típus. Ráébresztés, befolyásolás a cél, és a javasolt megoldás elfogadását "letesztelik". A segítő úgy viselkedik, mint egy tanár, legfőbb szerepmóddal, működése irányadó. Üzenete: "Így kellene ezt csinálni". Olykor a direktivitása nyílttá válik, a konfrontációt is megengedi. A kérdések hatása kényszerítővé is válhat (Bagdy, Mirnics és Baktay, 2006).

A reflexív kérdés

A reflexív kérdés: a családnál indirekt módon a változás van célkeresztben. Eszköze a facilitálás bátorítás és saját problémamegoldó képesség erősítése, aktivizálása. Motivációs eszköz a családokkal folytatott munkában. Jellegzetessége, hogy kapcsolatteremtő, gondolkodtató, és visszatükröző egyben. Karl Tomm rotterdami családterapeuta (1990) nevéhez fűződik a kérdéstípus kidolgozása.

A REFLEXÍV KÉRDÉSEK TÍPUSAI:

JÖVŐRE IRÁNYULÓ KÉRDÉSEK: "ELŐRECSATOLÁS"

- A családtagokkal elképzeltetjük, megterveztetjük, hogyan folytatódnak a kapcsolataik a jövőben (fél év, egy év, öt év múlva, stb.).
- Mit gondolnak a gyermekeik jövőjéről, hogyan akarják közös céljaikat elérni, miben tudnak egyetérteni, mit terveznek közös életútjukon.

A szabad fantázia, a felelősség nélküli tervezés egyrészt kimozdítja a családot jelenlegi állapotából. Hosszú ideje fennálló "berögzült" patológiás családszerkezet esetén ez a kérdés típus "oldhatja" a kialakult helyzetet. Másrészről az alapvetően negatív családi hangulatba, egy pozitív érzelmi állapotot hozhat, mert a változás

reményét hozza be. Pl.: Az anya és lánya folyamatos konfliktusban vannak évek óta, az anya semmirekellőnek tartja a lányát, a lánya az anyját gonosznak, veszekedősnek.

A kérdés: "Öt év múlva milyennek képzelik el a kapcsolatokat, milyen kapcsolatban szeretnének élni?" A kérdés elmozdíthatja a jelenlegi állapotból őket, elindulhatunk a változás irányába. A család által kialakított képet tovább elemezhetjük. Elemezhetjük az érzések, illetve a cselekvés szintjén. "Milyen érzés így élni? Mit kellene tenni ahhoz, hogy elérjék ezt az állapotot?" Megkérdezhetjük a családot: "Vajon volt-e olyan változtatás az eddigi életükben, amelyet sikeresen megoldottnak tartanak? Akkor hogyan sikerült? Mit tettek, hogyan és mi adott erőt a változtatáshoz?" Ha egyszer már sikerült ilyen elérni, akkor joggal tehetjük fel, hogy ismét sikerülhet. A feltárás révén tisztán állhat előttünk az a mód, ahogyan a család képes együttműködni.

A MEGFIGYELŐ PERSPEKTÍVA VÁLTOZTATÁSA

Segítenek a családtagoknak, hogy jobb megfigyelői lehessenek saját viselkedésüknek. A megkérdezettek szerint a kérdések osztályozhatók:

Egy családtag:

- "Mondja el mit érzett magában, amikor ez és ez történt vele a családban?"
- "Hogyan élte meg, hogyan tudná tolmácsolni az ott történeteket?"
- "Idézzé fel, hogyan válaszolt, mit érzett, mit gondolt, mit tett, és még mi mindent tehetett volna?"

A család többi tagja -közben a következő kérdésekre keresi a választ magában:

- "Mit érezhet most ez a családtag, és olyankor, ha hasonló helyzetbe kerül?"
- "Mi a fantáziája arról, hogy mit gondolhat, mi járhat a fejében, amikor fenyegetőzik?"

Párkapcsolati:

- "Mit csinál a feleség, amikor a párja visszahúzódó, dühös, türelmetlen és mit tesz akkor, ha ő maga ilyen?"
- "Hogyan zajlik ugyanez a férjben és a férjnek az ő dühéhez, türelmetlenségéhez való viszonyulásában?"

A családtagok együttesen:

- A cirkuláris ("triádikus") kérdés eleve megfigyelő helyzetet teremt a harmadik családtag számára, akit a másik kettő közötti kapcsolatról kérdeznek. Ez a helyzet a többi családtag is "megfigyelői" pozícióba kerülést jelent, amelyben a látottakból, a hallottakból és magukban is megfogalmazódó válaszokból sok új információt gyűjthetnek.

REJTETT ÖSSZEFÜGGÉSEKET KIEMELŐ KÉRDÉSEK

Rosszul működő, krízisben lévő családoknál gyakori jelenség az úgynevezett csőlátás. Ezen helyzetekben beszűkülve, azaz egy oldalról látják a problémát a kialakult helyzetet. A beszélgetés közben, nem direkt, illetve konfrontatív módon, behozhatjuk a helyzet ellentétpárját, pólusát.

Az eredetivel ellentétes összefüggést emeli ki pl.: az a történés, amikor a segítő helyzetben váltást indít be például egy a párkapcsolati konfliktusukba belemerülő párban:

- “Mikor történt utoljára, hogy Önök ketten együtt jól szórakoztak?”
- “Mikor csináltak olyasmit, amit élveztek?”
- “Mit csináltak akkor?”
- “Mikor szoktak együtt ünnepelni?”
- “Mikor lepte meg utoljára a feleségét?”

A nézőpont áthelyezése, váltása gyakran indít be valódi változást a párnál. Egy ilyen konkrét szituációban előfordult, hogy a férj meglepetés programot szervezett a feleségének. “Én mindig a magam bajával voltam elfoglalva, és nem láttam, hogy a feleségem mire vágyik. Régen nagyon boldogok voltunk.”

A konfliktusba élő párok (családok) életébe új szempontot hozhatnak a kérdések:

- “Ki leli ebben a helyzetben leginkább örömét?”
- “Kinek hiányozna leginkább, ha hirtelen megszűnne?”

Ez azért is lehetséges, mert az ember úgy “működik”, olyat tesz minden esetben, aminek több a haszna, mint amit veszít az adott viselkedéssel. Ez nem azt jelenti, hogy a kialakult helyzet jó, de mégis van haszna.

A dolgok ellentétes és kiegészítő tartalmára vonatkozó kérdések hasznosak. Paradox változatuk alkalmazása azonban fokozott óvatosságot igényel! A paradox intervenciót gyakorlott segítők, stabil segítői helyzetben alkalmazhatják.

Egy kábítószer-kipróbáló kamaszt azzal a kérdéssel szembesíthetjük: „Hogy kaphattak el ilyen könnyen? Hogyhogy csak ezt tudtad titokban tartani?” - ilyen kérdésekben benne van egy pici paradoxon.

Például a fenti esetről, a kérdések kapcsán a kábítószer használat jó, a lebukás rossz. Ha megfelelő pillanatban hangzik el, mégis elősegítheti a helyzet újraértékelését. Nem a kábítószer használat abbahagyása, az elrettentés a cél, hanem a helyzet újraértékelése.

BURKOLTAN SUGALMAZÓ KÉRDÉSEK

Gyakran a család csökönyösen megragad egy helyzetben (pl.: addiktív viselkedés, étkezési zavarok, szerhasználat). A megmozdításuk érdekében viszont frappáns hatást válthat ki egy jól megragadott, implikáltan közölt kérdés, pl.: a kábítószerhasználótól megkérdezhetjük: „Mikor határozta el, hogy főállású drogfüggő lesz?”

A NORMÁLISHOZ VISZONYÍTÓ KÉRDÉSEK

A tartósan kialakult családi problémák esetében nem csak pesszimisták a családok a változással szemben, hanem a családi önértékelésük is nagyon alacsony: "Mi egy bolond család vagyunk". Ezzel a helyzettel dolgozhatunk, a kérdéseinkkel lehet a különbségekre vagy a hasonlóságokra összpontosítani:

- „Mit gondolnak Önöknél sűrűbbek a nézeteltérések, mint máshol?”
- „Az egészséges családoknál nincs ilyen?”

Az ilyen típusú összehasonlító beszélgetés a normálishoz tartozás érzését segíti elő.

A KÜLÖNBSÉGEKET TISZTÁZÓ KÉRDÉSEK

A szakemberek tapasztalata szerint a családi hiedelemrendszer a legnagyobb különbségeket az értéktudatban mutatja meg. Egy gyermek/serdülő lopása/drogfogyasztása révén értékítéleti feszültségbe kerülhet a család, és nem tudnak a konstruktív megoldás irányába haladni.

Ha a szakember a lopás/drogfogyasztás mivoltára vonatkozó értékítéleti különbségeket feltárja, segít tisztázni a probléma természetéről fennálló - erősen különböző - nézeteket. Így segít a családnak a megoldás felé jutásban. Pl. a következő kérdést intézhetjük a családtagokhoz egyenként: "Mit gondol, a maga (anyja, apja, testvére, fia, lánya, stb.) a lopást/drogfogyasztást bűnnek, társadalmi rossznak, pszichés betegségnek, vagy értelmetlennek tartja?"

A jó-rossz dimenzióban is alkalmasak e kérdések a kategóriák tisztázására.

A FOLYAMAT MEGSZAKÍTÁSÁT SZOLGÁLÓ KÉRDÉSEK

Az interjú során zajló események időnként azt eredményezik, hogy a családtagok elragadtatják magukat, túlfűtöttek lesznek az indulatok és konkrét viták is előfordulhatnak. Mit tehet a szakember pl., ha a szülők a gyermekek előtt komoly vitába keverednek? A leállítása egy, a gyermekekhez intézett kérdéssel megvalósítható: "Otthon is ilyen sokat vitatkoznak a szüleitek, mint most?" "Vagy még jobban/többet?" "Hogyan érint ez benneteket?" "Ki az közületek, aki leggyakrabban beavatkozik ebbe?"

3.2. A RENDSZERELVŰ INTERVENTÍV (BEAVATKOZÓ) INTERJÚZÁS

Egy család működését, hogy megértsük látnunk kell, a családtagok viszonyrendszerét, ki hogyan látja a helyzetét a család működését. Gyakran nehézséget jelent a

családtagok számára, hogy a másik előtt beszéljen kapcsolatáról, a család működéséről. Egy rosszul működő családban (ahol esetlegesen titkok vannak) mások előtt beszélni önmagában változás, eltérés a megszokott mintától. Szintén információt jelent számunkra, ha esetlegesen másként élik meg a családtagok ugyanazt a helyzetet (az apa és a nagyfiú ugyanúgy látja a testvér működését, az édesanya viszont teljesen ellentétesen).

Egyszóval nem a probléma okát akarjuk megfejtetni, hanem megérteni azt, hogy jelen helyzetben hogyan működik a család. Milyen mintázat tartja fenn a jelenlegi működését. A szakemberek szerepe egyértelműen a szemlélődő, kutató mentalitás. Ez a fajta viselkedés önmagában is egy új szemüveget ad a család számára saját helyzetük értékelésében/értelmezésében. Nagyon fontos hangsúlyozni, hogy ez a típusú szakember magatartás eredményeképpen folyamatosan a családnál tartja a felelősséget, illetve a kompetencia érzését saját életük felett.

A reflexív kérdezés helye a beavatkozó interjúzásban

A "reflexív" (kapcsolatteremtő, visszatükröző, gondolkodtató) kérdezés lényege abban van, hogy a klienseket/családokat új gondolkodásbeli és viselkedési minták kialakítására ösztönzi. A kezelő szakember facilitátor szerepbe kerül, aki "szándékosan úgy kérdez, hogy a kérdéseiben rejlő, benne foglalt, a változást megindító vagy létrehozó mechanizmus, a tükröztetés (reflexivitás) révén működjék és kapcsolatot teremtsen a családi hiedelmek, konstrukciók jelentésszintjei között." (Bagdy, Mirnics és Baktay, 2006). Ahogyan azt korábban bemutattuk a reflektív kérdezés technikája Karl Tomm rotterdami családterapeuta (1990) nevéhez fűződik. Az elméleti háttere Tomm Pearce és Cronen kommunikáció-elméletéből vette át. A reflexivitás fogalma is ebből az elméletből ered. A "személyek közt lezajló történések jelentéseket generálnak és tartanak fenn és időről-időre megváltoztatják azokat" (Tomm, 1990. 88. o.). A kommunikáció elmélet szerint két szabálytípusnak köszönhető a folyamat a szabályozó, és a jelentésadó funkcióknak. A szabályozó funkció, azt határozza meg, mit kell tenni egy helyzetben, a jelentésadó funkció pedig a kontextusfüggő jelentéseket hozza létre. A reflexivitás ebben a kontextusban a kommunikációs aktusokat vezérlő hiedelemrendszeren belüli, a jelentések közti viszony fontos jellemzője (Tomm, 1990). A fenti elmélet két kommunikációs szintje (utasítás és jelentés) helyett a reflexivitás hat hierarchikus szintet különít el (tartalom, beszédmód, epizód, személyközi kapcsolat, egyéni szkript és kulturális minta). A hierarchikus szerkezetet önszabályozó hálózatként működteti a hat szint közötti cirkuláris (többszörösen kölcsönös meghatározottságú) viszony. A szintek közötti viszonyok gyorsan, olykor fordulatszerűen változhatnak, amely az állandó mozgásban való létből következik (Bagdy, Mirnics és Baktay, 2006).

Két változata jellemző e reflexív viszonyoknak: az egyik esetben a jelentés, a másikban a viszony módosul. "A közlésben rejlő reflexivitás nagymértékű aktivizálódásával egy fordulat ("kanyar") alakulhat ki." (Bagdy, Mirnics és Baktay, 2006). Beszélhetünk "szokatlan kanyar"-ról (ez átrendezi a jelentést, pl. kiegészíti, egyenesen megfordítja),

illetve “enyhe kanyar”-ról (ez esetben a jelentés változatlan marad, de a viszonyban némi változás előáll, pl. enyhül az ellenségesség) (Bagdy, Mirnics és Baktay, 2006).

Ezek alapján fontos, hogy olyan facilitáló kérdés valósuljon meg, amelyben változik a megfigyelő perspektíva. Az interventív párbeszéd során megvalósulhat a rácsodálkozás, a felismerés, az új összefüggések meglátása és megértése. Önreflexív hatása élmény-tartalma szintén kiemelendő (Bagdy, Mirnics és Baktay, 2006).

ELLENŐRZŐ KÉRDÉSEK

22. Milyen kérdéstípusokat használhatunk az interjú során?
23. Kérem, nevezze meg a cirkuláris kérdések fajtáit!
24. Kérem, mondjon példát arra, hogy a konkrét események által kiváltott mintákra vonatkozóan hogyan teszünk fel kérdést!
25. Kérem, mondjon példát a viselkedési különbségeket értelmező kérdésre!
26. Kérem, mondjon példát a családtagok osztályozására, rangsorolására vonatkozó kérdésre egy bizonyos szempont alapján!
27. Kérem, mondjon példát a kapcsolat változását indukáló viselkedés felderítésére egy bizonyos időponthoz képest!
28. Kérem, mondjon példát a feltételezett körülményeknek tulajdonítható differenciák megtalálására vonatkozó kérdésre!
29. Kérem, mondjon példát az alcsoportok kiderítésére vonatkozó kérdésre!
30. Kérem, mondjon példát a jövőre irányuló kérdésre!
31. Kérem, mondjon példát a rejtett összefüggéseket kiemelő kérdésre!
32. Kérem, mondjon példát a normálishoz viszonyító kérdésre!
33. Kérem, mondjon példát a különbségeket tisztázó kérdésre!
34. Kérem, mondjon példát a folyamatot megszakítását szolgáló kérdésre!
35. Kérem, ismertesse, hogy mi a reflexió szerepe a beavatkozó interjúzásban!

4. MÓDSZEREK

4.1. A SZOCIOGRAM - A CSALÁD SZERKEZETI ÁBRÁJA

Elméleti alapvetések

A család szociogramja grafikusán ábrázolja a csoporton belüli, az adott családon belüli kapcsolatokat, a tagok megítélése alapján. Eredetileg a módszert családok körében nem alkalmazták, azt Sherman (1989) alakította át úgy, hogy a családokkal végzett munkában is használható legyen.

A tagok kérdéseket kapnak, azzal kapcsolatban, hogy kivel szeretnek, illetve szeretnének egy adott dolgot együtt végezni. A módszerrel fel lehet tárni, hogy a csoportban milyen kapcsolatok, interakciók jellemzőek, hogy kik vannak szövetségben, kik a vezetők, kik azok, akik magukra maradtak, magányosak és, hogy ki milyen szerepet tölt be.

A szociogramban mindenki önmagát mutatja be, mindenki ugyanazokra a kérdésekre válaszol, szóban vagy írásban. Fontos alap az őszinteség és a válaszadói hajlandóság.

A válaszokat diagramon ábrázoljuk – úgynevezett szociogramon (Sherman és Fredman, 1989).

Miközben a tagok a kérdésekre válaszolnak, feltárják elképzeléseiket, érzéseiket, valamint a család szervezeti működését, jól követhetővé válik, hogy ki áll a hierarchia csúcsán, milyen alrendszerek vannak a családban, milyenek a család belső és külső határai, kik vannak szövetségben, koalícióban. Fontos, hogy lehetőséget biztosítsunk a végén a résztvevőknek is a reflektálásra, ezzel is ún. "tükröt" tartva a másik családtag, a családi rendszer számára. A reflexióknál elsődlegesen érzelmi fókuszra kell előtérbe helyezni.

Hogyan élte meg?

Milyen érzés volt hallani?

Milyen érzés, hogy pl.: párja, gyereke, felesége stb. így látja? (Sherman és Fredman, 1989).

Eljárási mód a szociogram felvétele során

A segítő a család működésének megismerése céljából arra kéri, a családtagokat, hogy válaszoljanak ugyanazokra a kérdésekre. Összeállít az eset szempontjából fontos kérdéslistát, a kérdéseket kétféle formában fogalmazza meg s teszi fel:

- „A családban kivel szokott...?”
- „A családban kivel szeretne...?”

a kérdésekhez különböző cselekvéseket rendelhet, olyanokat, amelyek az adott családban adekvátak. Például:

- személyes dolgokat megvitatni,
- elméleti kérdéseket megvitatni,
- terveket szőni,
- társaságba menni,
- játszani,
- kirándulni,
- várost nézni,
- sportolni,
- tanulni,
- leckét írni,
- együtt dolgozni bármit a háztartásban vagy a ház körül,
- moziba menni,
- színházba menni,
- veszekedni,
- verekedni,
- hazudni,
- nem hazudni,
- távol tartani önmagát,
- megszökni,
- felnézni,
- stb.

Feltehetjük az alábbi kérdéseket is:

- "Kihez ragaszkodik? Kihez szeretne ragaszkodni?"
- "Kivel érzi magát védettnek? Kivel szeretné magát védettnek érezni?"
- "Kivel érzi jól magát? Kivel szeretné jól érezni magát?"
- "Kivel érzi rosszul magát? Kivel szeretné rosszul érezni magát?"
- "Kivel érzi magát kellemesen? Kivel szeretné kellemesen érezni magát?"
- "Kivel érzi magát szomorúnak? Kivel szeretné szomorúnak érezni magát?"
- "Kivel érzi magát fáradtnak? Kivel szeretné fáradtnak érezni magát?"

A kérdésekre adott választ felrajzoljuk a diagramra. A kérdések egy része a tünethez csatlakozik, de a családi élet egyéb területei is a fókuszba kerülnek.

A kérdések megválaszolása után a diagramon kapott eredményeket megbeszéljük a családtagokkal, amely segít rávilágítani a családon belüli valós kapcsolatokra, interakciókra és a vágyott állapotra ezekkel kapcsolatban. A segítő számára jól kirajzolódik a család működésének mintázata (Sherman és Fredman, 1989).

ELLENŐRZŐ KÉRDÉSEK

36. Kérem, ismertesse a szociogram elméleti alapvetéseit!
37. Kérem mutassa be a szociogram felvételének eljárási módját!
38. Soroljon fel 10 kérdést, amelyeket feltehet a szociogram felvétele során!
39. Kérem készítse el saját családjának szociogramját!

4.2. A GENOGRAM - A CSALÁDI KAPCSOLATRENDSZER TÉRKÉPE

Elméleti alapvetések

A genogram a család több generációjára, akár három-négy generációra kiterjedő kapcsolatrendszerének térképe. Bowen (1978) a családterápia többgenerációs irányzatának hívei közül előszeretettel használja. A genogram felvételének célja, a több generáción átívelő családi minták, mintázatok megjelenítése, annak megértése, hogy a múlt eseményei, hogyan befolyásolják a jelen eseményeit. Haláleset, betegség, szenvedélybetegség, siker, kudarc, emigráció, áldozattá válás, bántalmazás stb. néhány esemény kiragadva a sok közül. A genogram egy hosszsmetszeti képet mutat meg a családról, amely nemritkán tartalmaz titkokat, tabuként kezelt múltbéli emlékeket (Sherman és Fredman, 1989).

Sherman és Fredman (1989) szerint a genogram hasonlatos a családi anamnézis felvételéhez, a fő különbséget abban jelölik meg, hogy a genogram elsősorban a minták, struktúrák feltérképezésére kérdez rá, ezeknek a folyamatoknak a láttatására és megértésére fókuszál, valamint gyakran előfordul, hogy a genogram készítés folyamatába a szűkebb és a tágabb család is bevonódik.

A genogram speciális szimbólumokkal ábrázolja a családi kapcsolatok rendszerét, a segítő bármilyen szimbólummal dolgozhat, de az 1. sz. melléklet tartalmazza az általánosan elfogadottakat. A szimbólumok a tárgyhoz kapcsolódó egyéb adatokkal együtt mutatják a többgenerációs nagycsaládban az egyes családtagok helyét, helyzetét és a közöttük lévő kapcsolatok (annak minőségét és intenzitását). A genogram felvétele, ahogyan az előzőekből is jól látható túlmutat az egyszerű adatfelvételen (Sherman és Fredman, 1989). Miután a családtagok neve, életkora, az elhalálozása, a házasságkötésének ideje, az esetleges válásának az ideje, a gyermekeinek száma, a vallási hovatartozása, a foglalkozása, a lakóhelye felvételre kerül igen fontos egyéb adatok is előtérbe kerülnek a családról, a családi kapcsolatokról, mint például:

- a család kiterjedtsége,
- az elhelyezkedése,
- a kapcsolódások gyakorisága és típusai, amelyek a természetes támogatórendszer alapjait jelenthetik, megléte fontos erőforrás, illetve hiánya komoly deficit,
- az érzelmi támogatás,
- az érzelmi elszakadás,
- társadalmi helyzet,
- az anyagi biztonság,
- a konfliktusok, a konfliktusok kezelése,
- a szorongás, szorongás kezelése,
- a stressz, a stresszhelyzetre adott válaszok,
- a nyitottság, a zárkózottság mértéke,
- a családi témák,

- az értékek,
- a szabályok,
- a hierarchia,
- a szerepek,
- a szövetségek, a koalíciók,
- az alrendszerek.

A genogram elkészítése lehetőséget teremt a segítőnek és a segítettnek e jelenségek áttekintésére és megértésére (a múlt és a jelen, illetve a jövő közötti összefüggések vonatkozásában), amely egyben lehetőséget teremt a segítő kapcsolatban résztvevők közötti kapcsolat elmélyítésében is, és a rejtett tanterv részeként lehetőség adódik pszichoedukációs folyamatok elindítására is. A legtöbb esetben a genogram felvételét a feltáró szakaszban használjuk, diagnosztikus eszközként, de maga a felvétel, a kérdések megfogalmazása terápiás, illetve pszichoedukációs hatással is lehet a család számára (Sherman és Fredman, 1989).

Eljárási mód a genogram felvétele során

Az alapvető cél, hogy a nukleáris családban, a feleség és a férj családjában, ha lehetséges három generáción át tárjuk fel a probléma történetét (eddig tart a nemzedéki emlékezet), ábrázoljuk, majd a feltárást követően segítsük elő a mintázatok megismerését és a családi működés megértését.

A genogram, az úgynevezett családfa felvételére a segítői folyamat információgyűjtő szakaszában is és a beavatkozás szakaszában is sor kerülhet.

A segítő a családdal való kapcsolatfelvétel után, tájékoztatja a családot, hogy a genogram, olyan módszer, amely a valós adatok, információk gyűjtésével segít megérteni a problémát. A genogram felvételekor a család valamennyi tagja jelen lehet, de szerencsés, ha olyan tagok vannak jelen, akik életkoruknál, mentális állapotuknál fogva oda tudnak figyelni és képesek a megértésre, az összefüggések meglátására (Sherman és Fredman, 1989).

A genogram felvétele történhet házifeladat formájában is. Minden esetben szükséges egy flip-chart papír, "csomagoló papír", színes íróeszköz a feladat megoldásához. Házifeladat esetén bátorítjuk a családot, hogy az információ gyűjtésre használják fel nyugodtan a tág rokonságot. A családfa elkészítésénél megkérjük őket, hogy minden esetben közösen készítsék el. A munka elkészítése, a feladatmegoldás kezdeményezése információként jelenhet meg a család működésével kapcsolatban. Ebből kifolyólag minden esetben a feldolgozásnál rá kell kérdeznünk a feladatmegoldás hogyanjára. Ülésen való elkészítésnél mindez a segítő számára láthatóvá válik. Számolni kell, hogy sok esetben egyetlen találkozó nem elegendő a családfa feldolgozására.

A probléma megértése a tünetek leírásával kezdődik (Sherman és Fredman, 1989):

- "Mi(k) a tünet(ek)?"
- "Mikor történt?"

- "Ki(ke)t érint a probléma?"
- "Ki(k) a tünezhordozók?"
- "Hogyan zajlik/zajlott a tünet?"

Fontos tudnunk, hogy a tünet megjelenésének időpontja vagy a későbbi visszaesések időpontja összefüggésbe hozható-e más életeseményekkel, akár (normál vagy akcidentális) krízisekkel vagy traumákkal. A tünetekre úgy tekintünk, mint amelyek megmutatják, hogy a családban milyen zavarok keletkeztek, milyen egyensúlyvesztés állt elő. A tünezhordozón keresztül megismerhetjük a család működését, problémakezelését is (Sherman és Fredman, 1989).

Ezután a nukleáris család történetét tárjuk fel, a feleség és a férj megismerkedésétől, a családi életciklusokat követve, napjainkig. A következőket fontos megtudnunk (Sherman és Fredman, 1989):

- "Hány évesek voltak, amikor megismerkedtek?"
- "Mennyi ideig tartott az udvarlás, az együttjárás?"
- "Hogyan és hol éltek abban az időben? Milyen fontos események történtek akkoriban?"
- "Mikor köteleződtek el?"
- "Milyen volt a házasság/az elköteleződés első időszaka, a gyermek(ek) születése előtt?"
- "Hogyan és hol éltek abban az időben? Milyen fontos események történtek akkoriban?"
- "Milyen hatással volt az első gyermek születése a családra?"
- "Milyen csecsemő, kisgyermek volt?"
- "Milyen a gyermek jelenlegi helyzete, funkciója? Ma hány éves, mivel foglalkozik, stb.?"
- "Hol él a család jelenleg? Mikor költöztek? Éltek-e együtt az eredeti családdal bármelyik oldalról?"
- "Milyen a szülők, gyermekek egészségi állapota (testi, lelki, szellemi)?"
- "Melyek voltak, s melyek jelenleg az uralkodó értékek a családban?"
- "Milyen a vallási hovatartozásuk? van-e?"
- "Tartoznak-e valamilyen nemzetiséghez?"
- "Milyen neveltetésűek a szülők?"
- "Milyen tanulmányokat folytattak a szülők?"
- "Mi a foglalkozásuk?"
- "Milyen anyagi biztonság jellemez/te/i a családot?"

A következő lépés a feleség és a férj családtörténetének a megtárgyalása. A két fél családfájának feldolgozásakor a szempontrendszernek egységességre kell törekednie. Érdekes, és a családi hiedelemrendszert felszínre segítő feladat lehet a feldolgozás végén, ha megkérjük a férjet és a feleséget, hogy egy fantázia névvel lássák el az Ő családi águkat, amely név a legjobban kifejező számukra. Másrészről reflexiós lehetőséget is kell biztosítani a pár számára, amelyben visszajelzést adhatnak a másik fél számára, hogy ő hogyan látja a családját. Többféleképpen lehet ezt biztosítani, a

felvétel során a folyamatban, illetve a végén. Ez nagyban függ a család habitusától, kommunikációs stílusától.

Fontos, hogy megismerjük az alábbiakat (Sherman és Fredman, 1989):

- "Milyen (volt) szülő az édesanyja?"
- "Milyen (volt) szülő az édesapja?"
- "Volt-e testvérük?"
- "Ha, igen a közöttük lévő kapcsolat milyen volt, milyen ma?"
- "Milyen a testvérek érzelmi fejlődése?"
- "Milyen nő (volt) az édesanyja?"
- "Milyen férfi (volt) az édesapja?"
- "Milyen volt a szülei házassága?"
- "Milyen (volt) az édesanyja egészsége (testi, lelki, szellemi)?"
- "Milyen (volt) az édesapja egészsége (testi, lelki, szellemi)?"
- "Milyen (volt) a testvére egészsége (testi, lelki, szellemi)?"
- "Milyen (volt) az édesanyja neveltetése?"
- "Milyen (volt) az édesapja neveltetése?"
- "Milyen (volt) az testvére neveltetése?"
- "Mi (volt) az édesanyja foglalkozása?"
- "Mi (volt) az édesapja foglalkozása?"
- "Milyen anyagi biztonság jellemez/te/i a családot?"
- "Mi (volt) a testvére foglalkozása?"
- "A testvére kivel él?"
- "Milyen a házassága? Van(nak)-e gyermeke(i)?"
- "Milyen fontos események emelhetők ki a szülők, a testvér(ei) életéből?"

Mindezeket az eggyel feljebb lévő generációra is megkérdezhetjük!

A segítő a genogram struktúrájából meg tudja határozni a családon belüli és a családon kívüli határok körvonalát, le tudja írni az alrendszereket, az alrendszerek szereplőit, a határokat, a határok jellemzőit, az elérhető belső és külső kapcsolatokat, az erőforrásokat, azokat az érzelmi folyamatokat, amelyek a családtagok működését meghatározzák, illetve az adott tünet kialakulásához vezettek. El tudja helyezni a családot a társadalmi, kulturális, gazdasági térben, ki tudja jelölni a helyét. Képes összefüggéseket meglátni és a genogram felvétele során feltett kérdések segítségével megláttatni a családtagokkal (Sherman és Fredman, 1989).

ELLENŐRZŐ KÉRDÉSEK

40. Kérem, ismertesse a genogram elméleti alapvetéseit!
41. Kérem mutassa be a genogram felvételének eljárási módját!
42. Soroljon fel 10 kérdést, amelyeket feltehet a genogram megvitatása során!
43. Kérem készítse el saját családjának genogramját!

4.3. A CSALÁDI SZOBOR - AZ ÉLŐSZOBOR TECHNIKA

Elméleti alapvetések

Munkánk során akadnak helyzetek amikor megakadunk egy segítő folyamatban, vagy a család túlságosan verbalizálja/intellektualizálja a helyzetet megakadályozva ezzel a továbbhaladást. Az élőszobor technika segítséget nyújt ezekben a helyzetekben, elmozdíthatja a megakadt változási folyamatot. Egyszerűen segítséget nyújthat terápiás helyzetben, illetve kiváló diagnosztikus eszköz. A családi élőszobor (emberek vagy tárgyak elrendeződése) fizikailag szimbolizálja a család érzelmi kapcsolatait egy adott időben (Serman és Fredman, 1989.). A résztvevők családjukról alkotott képe egy térbeli képben jelenik meg. A feladat előnye, hogy rákényszeríti a családtagokat, hogy egységben gondolkozzanak magukról, mint egészről. Mindeközben az egyént is a fókuszba helyezi, mert mindenkitől megköveteli, hogy mutassa be a meglátását, véleményét a családról. Strukturális gondolkodású segítőknek lehetőséget biztosít emellett a konkrét beavatkozásra, amelyre a későbbiekben még visszatérünk (Papp, Silwerstein és Carter, 1975).

Hogyan alkalmazzuk a feladatot?

A feladat megvalósításához szükséges, hogy a családból minimum 3-4 családtag jelen legyen. Ezenfelül egy gazdagon berendezett tág szobára és körülbelül 1,5 óra időtartamra van szükség. A gazdagon felszerelt nem jelent mást, mint, hogy a család számára legyen elegendő tárgy, bútor, amelyek felhasználásával a családtagok meg tudják jeleníteni az esetleges hiányzó személyeket. A gyakorlat azt mutatja, hogy ez a feladat egy teljes ülést kitölt. A konzultánsok szerepe a szoborkészítés folyamatának facilitálása, illetve a szobrász helyettesítése a család szoborban.

A feladat kiadásánál nagyon fontos, hogy megfelelően vezessük be, illetve magyarázzuk el a feladat menetét, illetve a célját: pl.: "Egy izgalmas játékba szeretném ma önöket meghívni, ma konkrétan megnézzük, hogy milyen ebben a családban élni. Megnézzük, azt is, hogy ki hogyan látja ezt a családot. Ma mindenki egy élő szobrot fog készíteni, mint szobrász, amelyben a család többi tagja a szobor alapanyaga. Nagyon fontos, hogy az alapanyag sem beszélni, sem mozogni magától nem tud, de nagyon képlékeny anyag ezáltal könnyen formálható. Szóval a szobrász feladata, hogy készítsen egy szobrot, amelyben megmutatja, hogy milyennek látja a családját." Néha meglepődnek, nehezen értik a feladatot a kliensek, ezért példának szoktuk felhozni a Laukoón vagy más híres szoborcsoportot. Ott is egy élethelyzet, egy rögzített cselekvés jelenik meg érzelmekkel, viszonyokkal. Fontos, hogy megnyugtassuk a családtagokat, a leendő szobrászokat, hogy folyamatos instrukciókkal segítjük őket.

Az elkészített képben fontos az elhelyezkedés, a távolság, a testtartás, a mimika. Abban az esetben, ha nincs jelen valaki (akár nem családtag is...) akinek rajta kellene lennie a képen, akkor a szobában található tárgyakat felhasználhatja a szoborkészítő szabadon. Megkérhetjük, ezen felül, ha szükségesnek látjuk a szobrászt arra is, hogy adjon egy a családtagra jellemző szót, mondatot. A szoborkészítésnél fontos, hogy folyamatosan kérdezzünk, istruáljunk:

- "Jó helyen áll az Ön felesége/férje/lánya/fia?"
- "Biztosan ilyen távolságra van Öntől?"
- "Jöjjön hátrébb, nézzünk rá, ilyennek látja a családját? Ha szükséges módosítson rajta!"
- "Ki, kire néz?"
- "Milyen a testtartása?"
- "Kérem, állítsa be a mimikáját is a feleségének!"
- "A fia és Ön tényleg ilyen távol vannak a feleségétől/férjétől/lányától?"
- "Kérem, adjon egy mondatot mindenkinek, amely a mondat a legjobban kifejezi a családban a helyzetét, működését!"

Nagyon gazdagon variálhatjuk a feladatot, nem csak a jelent készíthetjük el a családdal a múltat, a jövőt is. A jövő képnél a leggyakrabban azt a családi képet készíttetjük el, amellyel meg lennének elégedve, illetve amelyben szeretnének élni. Amire még fontos odafigyelnünk, hogy a kisebb gyerekek a szobornál az idealizált képet fogják megmutatni, a serdülők viszont a reálisat.

A szobor elkészültével, megkérjük a szobrászt, hogy még egyszer nézzen rá, és ha szükséges korrigálja a képet. Abban az esetben, ha jó, akkor megkérjük, hogy álljon be a saját szerepébe (amelyet ezidáig kollégánk játszott el). Akkor, ha adattunk mondatokat, akkor a kép elkészültével megkérünk mindenkit, hogy mondja el a saját mondatát. Ezt lehet többször is, nagyon sokat segít a családnak, hogy átéljék a pillanatban a helyzetüket. Segítőként arra kell még odafigyelnünk, hogy a családtagok maguktól ne mozogjanak, vitatkozzanak, tegyenek javaslatot, ne lépjenek ki a helyzetből.

Egy kép elkészítése általában 5-10 percet is igénybe vehet, s gyakran a rosszul működő családokban egy-egy pozíció bemutatása nehéz testhelyzetet jelent, amelyből szabadulni akarnak. Ez is egy konkrét információ, amelyet használnunk kell majd a feldolgozásnál, de a nehéz testhelyzet ellenére arra kérjük őket, hogy álljanak vissza a beállított helyzetbe.

Egy-egy kép végén ajánljuk fel a szobrásznak, ha kívülről is megszeretné nézni a szobrot, akkor most van lehetősége, erre az időre belépünk a helyére.

A feladat feldolgozása

A feldolgozásnál sokféle utat lehet választani, megnézzük a helyzetet, elemezzük a mögöttes tartalmakat, megnézzünk megoldási alternatívákat. Felhívjuk a figyelmet,

hogy nagyon hatékonyak ezek az alternatívák, de időigényesek. Fontos, hogy a feldolgozásnál mindenkire azonos figyelmet szenteljünk.

KÉRDÉSEK A FELDOLGOZÁSHOZ:

- "Milyen címet adna a képnek?" (szobrászhoz)
- "Hogy érzi ezen a helyen a családban magát? (külön mindenkitől). Sok esetben magára a fizika érzésére is kíváncsiak vagyunk, pl.: "Látom fél lábon áll, mindenkinek háttal, hátra csavart fejjel, milyen érzés így állni itt? Mit gondol erről a pozícióról, ilyen a valóságban is?"
- "Gondolta-e, hogy a családtagja (szobrász) ilyennek látja a családjukat?"
- "Gondolta-e, hogy a családtagja (szobrász) ilyennek látja magát?"
- "Egyetért azzal, hogy ilyen az Önök családja? Abban az esetben, ha nem ért vele egyet mit változtatna a képen, hogy közel legyen az Ön véleményéhez?" (családtól)
- "Milyen volt hallani amikor mindenki elmondta a rá jellemző mondatát?" (szobrászhoz)
- "Milyen volt kimondani a mondatát, mennyire ért vele egyet?" (családtól)
- "Mit változtatna szívesen a család működésén, esetlegesen szerveződésén?" (szobrásztól és/vagy a családtól)

Miután elemeztük a képet megkérjük a következő családtagot, hogy szobrászként készítse el a saját képét. Minden, ami itt történik a legapróbb részletekig, segít a család működésének a megértésében. Ez nem csak számunkra lehetőség, hanem a család számára is. Vannak segítők, akik kevésbé részletesen elemeznek, ezt meghagyják egyéni munkának a következő találkozásig. A következő találkozón viszont fontos visszacsatolni gondolati, illetve az érzés szintjén a szobrokra.

Abban az esetben, ha a családi működés megismerésén felül, tovább szeretnénk lépni, amint már említettük nagyon sok lehetőséget ad a feladat. A technika lehetőséget biztosít a konkrét változás elindítására, a változási stratégia konkrét kialakítására.

PÉLDA KÉRDÉSEKRE ÉS ELEMZÉSRE:

Melyik családi képpel elégedett mindenki?

A konszenzus kialakításának folyamata lehetőséget biztosít a családon belüli együttműködés fejlesztésére, esetlegesen egy új rituálé kialakítására. A közös cél (mindenki számára elfogadott családkép) tovább bontható konkrét hétköznapi lépésekre.

Milyen lépések, változás lenne szükséges a családon belül, hogy mindezt elérjék? Hogyan látja jelenlegi (külön mindenki) helyzete lehetőséget biztosít-e, hogy a változás megtörténjen? Mit kellene ahhoz tennie, hogy helyzete megváltozzon? Ki miben tudna segíteni, hogy a helyzetét megváltoztassa? Kinek milyen segítségre lenne szüksége, hogy változtatni tudjon?

EGYÉB FELHASZNÁLÁSI LEHETŐSÉGEK:

Egyéni konzultációs helyzetben is használható, tárgyak felhasználásával. Komplexen a tárgyakkal alkotja meg a családképet, de lehetőséget biztosítunk, hogy mindenki helyét kipróbálja és átélje.

Nagyon jól működik azonos problémával/élethelyzettel rendelkező kliensekkel folytatott csoportmunkában. A saját család feldolgozó csoporton a családtagokat a csoporttagok jelenítik meg. Nagyszámú csoportnál külön megfigyelő teamet hozhatunk létre. Az eljárás többi része azonos az eddig leírtakkal.

Példa a család szobor alkalmazásához

Rehabilitációban lévő szerhasználó fiatalokkal végzett csoportmunkánál négy alapvető dimenzióban nézzük meg a családot. Az első, mielőtt bejött terápiába (jelen), a második két múltbéli időszak: mikor jó volt otthon, amikor elromlott minden (sok esetben szerhasználat kezdete). A negyedik dimenzió a fiatal jövőképe. A csoportot a családi feladatalkészítéssel szemben egy dinamikusabb, rövidebb képkészítési fázis jellemzi. A hangsúly a megélésen, a reflexión, a megfigyelésen van. A családban szereplő csoporttagok, saját érzésekről beszélnek, milyen is volt ebben a családban lenni, és reflektálnak az index páciens helyzetére, működésére (peer-hatás). Hasonlóan reflektál a megfigyelő team is, egy fontos kérdést minden alkalommal megbeszélésre kerül: Milyen szerepe volt a szerhasználatnak ebben a családban. A kliens megértését, szemlélődését tovább fokozhatja az "akvárium technika", amelyben a csoportot kérő kliens nem vesz részt az első kétharmadában a megbeszélésen, hanem csendben figyeli és hallgatja a többiek megélését a családjával kapcsolatban. Az utolsó harmadának a megbeszélésnek beültetjük a körbe és gondolati és érzelmi szinten is átbeszéljük vele is a kérdéseket. A csoport zárásánál, ha van rá lehetőség beszélünk azokról a lehetséges stratégiákról, amelyben megváltoztathatja a családjában a helyzetét. Sok esetben nem jutunk el ideig, mert traumatizált családokról van szó, az újraátélés, a tisztánlátás a legmesszebb ameddig eljuthatunk. Ezért fontos, hogy a fiatal, akinek a csoportja volt, folyamatosan egy támogató közegben maradjon (Arany, 2005).

ELLENŐRZŐ KÉRDÉSEK

44. Kérem, ismertesse a családi szobor elméleti alapvetéseit!

45. Kérem, mutassa be a családi szobor alkalmazási módját!
46. Soroljon fel 10 kérdést, amelyeket feltehet a családi szobor megvitatása során a résztvevő családtagoknak!

4.4. A CSALÁDI FÉNYKÉP - A CSALÁD KÉPEKEN KERESZTÜL

Elméleti alapvetések

Sherman és Fredman (1989) szerint a családi fényképek lehetővé teszik, hogy a múlt lenyomatait a jelenben tanulmányozhassuk, általuk megfigyelhetjük a család struktúráját, kommunikációját, kapcsolatait, stílusát, a családi szerepek alakulását. A számos technika közül, amelynek az a feladata, hogy előhívja a múltban tapasztalt élményeket, vagy pedig, hogy a családtagok figyelmét a múltból eredő egymás iránti érzelmeire irányítsa az egyik lehetséges technika a családi fényképek.

A családi fotók megvilágítása sok információval szolgál a család fejlődéstörténetéről, valamint a családtagok egymás közötti viszonyrendszeréről. A kommunikáció korábbi elakadásairól, sérüléseiről, amelyek feltárhatók s helyreállíthatók.

A módszer lényege, azon alapszik, hogy a terapeuta megismerve a család múltban gyökerező történetét, mintázatait képes megérteni a családot a jelenben, a család pedig a múlt érzéseit újra átélve képes jobban megérteni itt és most egymás érzéseit, helyzetét.

A fényképes módszer során a segítő számos viselkedésmódot figyelhet meg:

- fontos melyik kép kerül elő elsőként, melyik utolsóként,
- van-e valaki, akit hangsúlyosan kiemelnek esetleg pont ellenkezőleg, kifelejtének,
- a képek bemutatása gyorsan vagy lassan történik,
- érdeklődés vagy szorongás figyelhető-e meg,
- mennyi öröm vagy szomorúság kíséri a bemutatást,

mi ezeknek az üzenete, konkrét kérdésekkel tisztázni lehet a „képeket”.

A képek megmutatják a család struktúráját, a családtagok közötti közelséget – távolságot, határokat, a kapcsolatok intimitását, az interakciók módokat, de információval szolgálhatnak a családi szokásokról, szabályokról, rítusokról, hiedelmekről is (Sherman és Fredman, 1989).

Eljárási mód a családi fénykép használata során

A családi fényképek eljárását Anderson és Malloy fogalmazta meg 1976-ban. A módszer hasznos lehet, ha a család nehezen hozzáférhető a terapeuta számára, illetve, ha a családot a múltja láthatóan leblokkolja, ha a múlt szereplőinek felidézése gátként jelentkezik a családdal folyó munka során (Sherman és Fredman, 1989).

A családi fotók bemutatását ajánlott bemelegítő gyakorlattal megnyitni, amely segít a részvételt illetően: megbeszéljük a fényképek kiválogatásának, megszerzésének történetét, hogyan zajlott a folyamat? Nem ritka, hogy a családok nehézségekbe ütköznek: nehezen találnak olyan képet, amelyen az egész család szerepel, a kiválasztás lehetetlen feladatnak látszik, nincs megegyezés, rejtett „kincsek” kerülnek elő vagy épp ellenkezőleg nem találnak meg bizonyos fényképeket, amelyek mindenki számára fontosak. Előfordulhat, hogy a probléma vagy a folyamat, amelyet a feladat előhoz jelentősebb a képeknél (pl.: veszteséget átélt egyének, családok esetén, hogy nagy feladatot jelent a fájdalom miatt a múlt felidézése vagy a családi album nézegetése során egyetlen képet sem találnak egy fontos családtagról - felmerül a kérdés: nincs jelen a családban? de az is lehet, hogy ő a mindenkori fotós a családban.) (Sherman és Fredman, 1989).

A családi fényképek több ülésen előkerülhetnek, a családok a legtöbb esetben szívesen vesznek részt a „feladatban”, a maguk és a múltjuk iránti érdeklődés jelének tekintik, amelynek egyszerűen megfelelhettek, könnyedén, de észrevétlen módon léphetünk a fényképek segítségével egy mélyebb kapcsolati szintre a családdal. A módszer nem bonyolult, a felmerülő esetleges szorongások is gyorsan feloldhatóak. A családi fotók számos emléket idéznek fel, köztük olyanokat is, amelyek örömteliek, de olyanokat is amelyek fájdalmasak, mélyen eltemetettek, esetleg tabunak számítanak. A segítő a képeken megjelenő emberekről, a közöttük lévő kapcsolatok milyenségéről, a hangulatról, a helyszínekről tesz fel kérdéseket, pl.:

- „Ki(ke)t látunk a fényképen?”
- „Miért fontos(ak) Ő(k)?”
- „Miért fontos ez a kép?”
- „Milyen gyerek volt Őn?”
- „Milyen gyerek volt a lánya/fia? Hogyan képzeljük el?”
- „Milyen volt az életük azokban az időkben?”
- „Milyen kapcsolat fűzi a képen látható személy(ek)hez?”
- „A képen lévő emberek között milyen volt a kapcsolat? Milyen ma?”
- „Emlékszik még azokra az időkre?”
- „Milyen érzéseket vált ki Önből/Őnökből a fénykép?”
- „Mi az oka az érzésnek?”
- „Gyakran érzi ezt az érzést?”
- „Mi történt akkor?”
- „Mindig így történnek a dolgok, vagy ez egy egyedi alaklom volt?”
- „Milyen érzés volt együtt lenni azon a napon/az eseményen a feleségével/férjével/gyermekével/családjával...?”
- „Mi történt azután?”

- „Mi a helyszín, hol vagyunk?”
- „Fontos ez a hely?”
- „Ki készítette a fotót?”
- „Mindig Ő a fotós a családban?”

A képekkel való munka során valamennyi családtagot megkérjük, hogy hozzon bizonyos számú fotót, amelyek fontosak számukra, amelyek valami fontosat mondanak el a családjukról. Mindenki önállóan, egyedül választ fényképeket, a kiválasztott fotókat az ülésen mutatják meg egymásnak a családtagok, arról odahaza nem kommunikálnak. A segítő nem ad instrukciót a képek kiválasztásához csupán a számukat határozza meg. A kiválasztott képek, így a kliens képei lesznek s át kell esnie egy kiválasztási folyamaton, meg kell hoznia a döntést, mely képeket hozza el az ülésre (Sherman és Fredman, 1989).

Azt, hogy hány darab fényképben állapodunk meg nagymértékben befolyásolja a rendelkezésünkre álló idő, a cél (tájékozódás vagy intervenció), illetve, hogy egy- vagy három generáció áll vizsgálódásunk középpontjában. A gyakorlat alapján azt mondhatjuk, hogy családtagonként három – öt fénykép elegendő a módszerhez s körülbelül 15 – 30 percet szánhatunk egy emberre, viszont, ha több generációra kiterjedően szeretnénk áttekintést akkor több fénykép és több idő szükséges (Sherman és Fredman, 1989).

A beszélgetés során fontos figyelni az intim légkör megteremtésére, ahol bármilyen kellemes - kellemetlen, örömteli - fájdalmas témák is előkerülhetnek, a család történetének feltárását rendszerint intenzív érzések kísérik.

Az eljárás során mindenki bemutatja a kiválasztott fényképeket, minden információ értékkel bír számukra. Megkérjük mondja el hogyan zajlott a kiválasztás folyamata, miért ezeket a fotókat választotta, mit jelentenek ezek a számára, milyen érzéseket hívnak elő, „hogyan - honnan szerezte be” a hozott fényképeket (ennek lehet kényelmes, lehet küzdelmes útja). Fontos lehet a bemutatás sorrendisége (elsőként vagy utolsóként mi kerül elő), a sebessége (nem mindegy, hogy valaki gyorsan vagy lassan mutatja meg a képeket), a képekkel kapcsolatos érzések megjelenése (öröm, szomorúság), a kommunikáció stílusa (könnyedség vagy szorongás), a családtagok közötti interakció módja (kedves, támogató, sértő, ellenséges, semleges, stb.). A családtagok sorra jönnek egymás után, ahogyan a képek. Nem hagyható figyelmen kívül, hogy ki kezdi el szívesen a bemutatást, vagy csak felszólításra kezdi el, ki a felszólító, ki bátortalan, ki uralkodó, ezek mellett nem mehetünk el szó nélkül, ezekről lehetőség szerint kommunikálnunk kell a családdal (pl.: miért nehéz beszélni bizonyos dologról, mi az oka, hogy a kérdésre mindig a másik fél felel, ha őt kérdezzük, miért várja meg, hogy befejezzék a mondandóját, mindig ilyen asszertív-e/félnék-e, stb.) (Sherman és Fredman, 1989).

A képek tartalma is előtérbe kerül, általa megismerhetjük a család dinamikáját, szerkezetét (közelségek – távolságok: mindig ilyen közel/távol álltak egymáshoz? ma is így van ez? mi változott meg? mi kellene ahhoz, hogy ez változzon? mit hajlandó tenni a változásért? stb.; határok: mindig ilyen szűk/tág családi körben telnek az mindennapok/hétvégék/ünnepek, mi a helyzet a barátokkal? van barátja Önnek, a

társának, a gyermekének, stb.; szerepek: ki a gyengéd, támogató, szigorú, a családban, kihez lehet fordulni öröm/szomorúság/baj esetén, ki az, aki gyerek a családban, stb.; hierarchia: ki hoz döntéseket a családban, ki mondja meg mi a helyes/helytelen viselkedés, stb.). A bemutatás során a segítő a családtagokat is motiválja a kérdezésre, megfigyelések megfogalmazására, amely hozzájárul az önismeret, társismeret elmélyüléséhez, illetve segíti a családtagok közötti kommunikációt. A megbeszélés rávilágít a múlt értékeire, amelyből komoly erőforrás nyerhető a jelenben, meghatározhatja mi a fontos, ma a családtagok számára, mi lesz fontos a jövőben, milyen célok jelölhetők ki.

Speciális témákat is vizsgálhatunk a családi fényképek segítségével, mint pl.: férfi, női szerepek, gyermeki lét milyensége, intimitás, függőség, bántalmazás jelenléte (Sherman és Fredman, 1989).

ELLENŐRZŐ KÉRDÉSEK

47. Kérem, ismertesse a családi fényképek elméleti alapvetéseit!
48. Kérem, mutassa be a családi fényképek felvételének eljárési módját!
49. Soroljon fel 10 kérdést, amelyeket feltehet a családi fényképek megvitatása során a résztvevő családtagoknak!
50. Kérem elemezze saját családjának működését a családi fényképek segítségével!

4.5. ECOMAP - A CSALÁDI HÁLÓZAT FELTÉRKÉPEZÉSE

Elméleti alapvetések

Az ecomap technikáját Atteneave és Hartman fogalmazta meg. Eredeti törekvésük az volt, hogy grafikusán ábrázolni lehessen a családot, a család kapcsolatrendszerét, amelyen keresztül feltárhatóakká válnak szükségleteik. Az ecomap grafikusán ábrázolja a család kapcsolatait más családokkal (a szűkebb és a tágabb rokonságból, a baráti- és lakókörnyezetből), szervezetekkel, intézményekkel. Az eszköz segít abban, hogy képszerűen láthatóvá váljék, hogy a családon belül, illetve a család külső kapcsolatrendszerében más családokkal, szervezetekkel, intézményekkel:

- hol vannak jól vagy, kevésbé jól működő vagy, egyáltalán nem működő kapcsolatok,
- érzelmi és anyagi erőforrások,
- kötődések,
- feszültségek,
- milyen támogató erővel jellemezhető az adott család és
- sok egyéb kapcsolat szál.

Az ecomap alkalmas arra, hogy a család életében a lehető legtöbb kapcsolatot láttassa a változás elősegítése érdekében, egyfajta hálózati stratégia része. Cél, hogy a rendelkezésre álló kapcsolatok közül ki tudjuk választani azokat az alkalmas személyeket, akik a változásban a család segítségére lehetnek. Az alkalmas személyek sokan lehetnek a család körül, de gyakran előfordul, hogy a család nem fordul hozzájuk segítségért, ennek számos oka lehet. Az ecomap pontosan ezeket az "alvó" kapcsolatokat, lehetőségeket tárja fel, amelyek között egyének, családok, csoportok vagy közösségek is lehetnek (Sherman és Fredman, 1989).

Az ecomap segít azonosítani a család számára érzelmileg fontos személyeket, családokat, illetve azokat is, akik fontosak, de jelenleg nem elérhetőek számára/számukra. Az ecomap elkészítése során a segítő meg tudja határozni, hogy a családtagok érzelmileg és fizikailag kihez állnak közel vagy távol, illetve a család

egészére vonatkozóan is meg tudja ezt tenni. Érzelmileg nehéz vagy információ hiányos helyzetben is használható a kapcsolatok megvizsgálására és megértésére.

Eljárási mód az ecomap használata során

Az adatokat kétféleképpen gyűjthetjük össze: megkérdezzük az index páciens vagy az egész családot. Megvitatjuk a családi-, és a rendelkezésre álló egyéb szervezeti, intézményi támogató kapcsolatokat, kapcsolati rendszereket.

Az ecomap felvétele során az alábbi kérdéseket használhatjuk, amelyet feleszünk az egyénnek/családtagoknak:

- "Kikből áll a családja? Mutassa be őket!"
- "Kiterjedt családja van-e? Vannak-e közeli vagy távoli rokonok?"
- "Kik a távolabbi családtagjai? Milyen emberek?"
- "Mit lehet tudni róluk? Hol élnek? Milyen a kapcsolata/uk vele/velük? Mivel foglalkoznak? "
- "Közel érzi-e magát bizonyos családtagjaihoz (testvér, szülők, nagymama, nagypapa, nagynéni, nagybácsi, unokatestvér stb.)? stb."
- "Közel érzi-e magát a családjához?"
- "Milyen gyakran találkoznak?"
- "Vannak-e barátai?"
- "Számíthat-e rájuk? Miben?"
- "Vannak-e szomszédai? Mutassa be őket?"
- "Kik ők? Milyen emberek?"
- "Milyen a kapcsolata/uk vele/velük?"
- "Szereti-e a munkáját?"
- "Milyen a kapcsolata a munkatársaival?"
- "Vallásgyakorló-e?"
- "Milyen vallási közösséghez tartozik? Milyen gyakran jár vallási szertartásokra?"
- "Van-e kapcsolata köznevelési intézménnyel (óvodával/iskolával)?"
- "Van-e háziorvosa?"
- "Van-e kapcsolata szociális intézménnyel (családsegítő-, gyermekjóléti szolgálattal, központtal, drogambulanciával stb.)?"
- "Van Önnek hobbyja?"
- "Kitől szokott segítséget kérni? Kitől kérne segítséget, ha bajba kerülne?"
- "Mit várnak el Öntől a családtagjai/barátai/ismerősei/szomszédai?"

A fenti kérdések segítik a személy, a család elhelyezését az őket körülvevő tágabb rendszerben. A kérdésekre adott válaszoknak megfelelően elkezdődik az ecomap ábra felrajzolása, amelyhez a genogram során már jól ismert szimbólumokat, jelöléseket fogjuk használni (Sherman és Fredman, 1989).

Azokat a személyeket, akik ismerik egymást egy vonallal kapcsoljuk őket össze. Eltérő típusú vonalakat használunk a személyek közötti kapcsolatok jelölésére, attól függően, hogy milyen a kapcsolat erős vagy laza, feszültségekkel teli, megszakított stb.

Lsd.: a 2. sz. melléklet. A középen lévő személyt nexusnak, a középen lévő személyek csoportját plexusnak nevezzük. Meghatározásra kerülnek az izolált, nyitott vagy zárt egyének, csoportok. A kapcsolat szempontjából fontos témák felvezethetők (mint pl.: ki kit támogat? milyen feszültségek, veszteségek vannak stb.) (Sherman és Fredman, 1989).

A kapott információkat rendszerezzük, majd egy táblázatban rendszerezzük. A kapcsolatokat az intimitás és a fontosság szerint rangsoroljuk. Akik egy háztartásban élnek, azok alkotnak egy csoportot, közelebbi csoportba osztjuk őket, mint azokat, akik nem élnek együtt. A kapcsolati formák így az index személyünk vagy családjunk szempontjából rajzolódnak ki (Sherman és Fredman, 1989).

Az ecomap elkészítésében való részvétel (a felvétel során elhangzott kérdések, a keletkezett érzések, viszonyulások) és a kapott, vizuálisan is megjelenített hálózat lehetőséget teremt a család számára, hogy egy másik perspektívából tekintsen önmagára s segít kijelölni a következő feladatokat. Segít felismerni, hogy a változás okozta kihívásokhoz milyen erőforrások szükségesek, ezek elérhetőek-e az egyén/családot körülvevő rendszerekből. Az ecomap felszínre hozza a kiaknázatlan erőforrásokat (Sherman és Fredman, 1989).

ELLENŐRZŐ KÉRDÉSEK

51. Kérem, ismertesse az ecomap elméleti alapvetéseit!
52. Kérem, mutassa be az ecomap felvételének eljárási módját!
53. Soroljon fel 10 kérdést, amelyeket feltehet az ecomap felvétele, megvitatása során a résztvevő családtagoknak!
54. Kérem készítse el saját családjának ecomap-jét!

4.6. A CSALÁDRAJZOK, RAJZOK - A RAJZOK HASZNÁLATA A CSALÁDOK MEGISMERÉSÉBEN

Elméleti háttér

A művészeteket évezredek óta az ember arra használja egy-egy esemény megörökítésén túl, hogy olyan dolgokat fejezzon ki, amelyeket szavakkal nem képes. A mélylélektani irányzatok felfogása szerint az alkotásban a mélylélektani problémák kerülnek felszínre, illetve a kifejezésének az eszköze lehet. Jung a szimbólumok kutatta, illetve az egyes szimbólumok milyen mélyebb jelentéssel bírnak. Freud a tudattalan megjelenését kereste a műalkotásokban. A művészetek alkalmasak a tudattalanunk felszínre hozására. Hosszú időn keresztül a művészetterápia diagnosztikus eszközként jelent meg a pszichoterápiában. Összefoglalva a művészet az egyén számára kommunikációs eszköz és ezt nevezhetjük a művészetterápia alapjának. Ez az alkotó tevékenység segít levezetni a feszültséget, haragot, segít, hogy csökkentse a szorongást (Buda, 2009). Alkotás közben lehetőség adódhat, hogy felismerések történjenek meg velünk.

A család és párterápiában régóta alkalmazott eszköz a rajz. A gyermekek bevonása a terápiás/konzultációs ülésbe, sok esetben rajzokon keresztül történik. Célja lehet, hogy a gyerekeket lekössük (pl. unalom ellen, miközben a felnőttek beszélgetnek) az ülésen, illetve a rajz az egyik a korának megfelelő kommunikációs csatorna lehet. Mikor az a célunk elsődlegesen, hogy „ne zavarja a beszélgetést”, annak ellenére nagyon sok információt gyűjthetünk mindeközben:

- “Mennyi ideig képes koncentrálni a feladatra?”
- “Kit von be a feladatba esetlegesen?”

- “Melyik családtag, hogyan kapcsolódik hozzá?”
- “Kapcsolódik-e valaki hozzá?”
- “A rajz közös megbeszélésénél, ki hogyan reagál?”
- “Esetlegesen van-e dicséret?”

Amit ilyenkor látunk, fontos megkérdeznünk, hogy hasonlóan történik-e otthon is, illetve esetlegesen mi a különbség a mostani és az otthoni között. Ebből a helyzetből információt kaphatunk az szülő - gyermek kapcsolatra, a szülők közötti kapcsolatra, a családon belüli hierarchiára, esetlegesen családi rituáléra... stb.

Tonge (1982) az álmokat és a rajzokat („rajzolj egy álmot”) alkalmazta együtt. Azokban az esetekben, amikor a gyerek az indispáciens, nehéz az információgyűjtés. A nehézséget jelentheti, hogy lojalitáskonfliktus alakulhat ki a szülő és a gyerek között. Másrészt a család nem tartja odaválasznak a kérdéseket, mert a segítő célja a család megismerése, a családé viszont a probléma megoldása. A családtagok gyakran nem értik, hogy miért szükségesek az általános, nem közvetlenül a tünethez/problémához kapcsolódó kérdések. A „rajzolj egy álmot technika” lehetőséget nyújt a gyermek helyzetének súlyosságának megítéléséhez. Megmutatja a gyermek viszonyát a családdal, hogyan látja a kialakult problémát, mindezt egy számára játékos, a lojalitás konfliktust feloldó helyzetben (Sherman és Fredman, 1989.) A módszerről a későbbiekben még lesz szó.

A vizuális pszichoterápia és a családterápia együttes alkalmazását Szegeden Dr. Sarungi Emőke pszichiáterrel közösen kezdtük el alkalmazni a SZTE Gyermekpszichiátriai osztályán a 90-es évek közepén. Alapja a hétköznapi gyakorlatból jön. Az egyik team megbeszélésen egy nővér beszámolt arról, hogy a délutáni kreatív foglalkozáson az egyik viselkedészavaros kisfiú, milyen szépen dolgozott együtt a szüleivel egy közös rajzkészítés közepette. Ekkor merült fel bennünk, hogy mi lenne, ha tovább lépnénk és a két terápiás irányzatot próbálnánk együtt alkalmazni. Közel 10 éven keresztül dolgoztunk ezzel az úgynevezett „vizuáliscsaládterápiás” módszerrel a családokkal. Magyarországon akkoriban még nem volt igazából gyakorlati tapasztalat a családterápia és a vizuál-pszichoterápia együttes alkalmazásáról. (Lehetőségünk volt konzultálni Jakab Irén professzornővel (USA), aki megerősített minket a módszer működőképességéről és a krízisben lévő, illetve súlyosan terhelt családokra kifejtett pozitív hatásairól.) Ma már igen gazdag gyakorlati tapasztalat és elméleti anyag áll rendelkezésünkre.

Szociális munkásként nem feladatunk, illetve kompetenciánk, hogy terápiát folytassunk (kivételt képez, ha rendelkezünk terapeuta végzettséggel és a segítői helyzet is azt igényli). Jelen tanulmányban, itt most a rajz, a rajzok alkalmazásának módszerének tárgyalásánál nem a terápiás hatásának az elemzése kerül előtérbe. A strukturális családterápiából gyakran használt eszköz az imaginációs technika, amely segít a fantázia és a képzelet hatalmával, a feszültség, a teljes kilátástalanság feloldására, átfordítására. A családokkal folyó munkában, azok megismerésében nagyon jó eszköz lehet a családrajz, a családok közös alkotás közbeni megfigyelése. A következő részben a módszerből, azok a részek kerülnek kiemelésre, amely magához a család megismeréséhez szükségesek.

A módszer alapjául

A vizuális pszichoterápia és a családterápia alkalmazásának jellegzetességei a következők:

Alkalmazása: a családot a megismerő alkalmakkor közösen, illetve némely témánál külön-külön rajzoltatjuk (de a téma azonos) a családtagokat. A megbeszélés, függetlenül, hogy a rajzok hogyan készülnek, az minden esetben közösen történik.

- A közös rajzkészítés a feltáró szakaszban megmutathatja a családi rendszer működését, ill. a terápia folyamán a fejlődését.
- A segítség folyamatában indirekt módon javíthatja a családtagok együttműködését.
- A vizuális pszichoterápia előnye a képi gondolkodáson keresztül a tudattalan, ill. a családi tudattalan, hiedelemrendszer felszínre hozása. Ezzel a résszel nem kívántunk a terápia folyamán mélyebben foglalkozni (a terápia folyamatát erre építeni). Feltételezzük viszont, hogy azoknál a családoknál, ahol évek hosszú során rögzült egy patológiás működés ill. "családi krízis" a tünet mögötti valós problémák felszínre hozásában segítséget adhat, ezért figyelmen kívül sem hagyhatjuk.
- Csökkentheti a családi rendszer védekező mechanizmusát. A képeken keresztül egy másik gondolkodási síkra léphetnek, amely tehermentesítő hatással lehet.

A SEGÍTŐ FOLYAMAT KÖRNYEZETI FELTÉTELEI

Ideális esetben egy olyan szoba, amelyben lehetőség van a közös, illetve külön is lehetőség legyen rajzkészítésre. Közös családi rajznál A3-as méretű rajzlapnál kisebbet nem javasolt használni, ideális a flip-chart, vagy a csomagolópapír. Egyéni rajnál a rajztábla egy jó megoldás, ha a tér nem teszi lehetővé a külön vonulást. Nagyon fontos, hogy a rajzeszköz típusokban választási lehetőséget biztosítsunk. Ideális esetben az egész beszélgetés, a munkafolyamat videóra rögzítendő. A video az objektivitást segítő eszköz, segít észrevenni a rejtett folyamatokat. A rajzkészítés ideje alatt lehetőleg hagyjuk magukra a családot.

Példa a családrajz alkalmazásához

A következőkben egy konkrét eseten keresztül mutatjuk be a módszer alkalmazásának lehetőségeit. Olyan esetet választottunk, amely egyre gyakoribb probléma a segítséget kérő családoknál. A bemutatott családnál elsődlegesen az otthonra korlátozó és nem kizárólagos iskolai viselkedészavar problémája került előtérbe. A segítői munka a Szegeden SZTE gyermek- és serdülő pszichiátriai osztályán történt, az eset bemutatása beleegyezéssel történt, az adatok megváltoztatásra kerültek.

A legtöbb esetben, a gyermekkorban felmerülő, a családra korlátozódó viselkedészavar hátterében a szülők rendezetlen konfliktusa áll. Felmerülhet bennünk a kérdés, hogy ennél a krízisben lévő családnál figyelmen kívül hagyhatjuk-e a gyermek súlyos viselkedés problémáját, ezáltal szabad-e tisztán a szülői konfliktusra koncentrálni.

Haley írta egyik tanulmányában, hogy a terapeuta ne foglalkozzon a szülők alrendszer problémájával, mindaddig, amíg a gyermek nem javul, mert belebonyolódva később zavart okozhat a kezelésben. Ehelyett arra kell törekedni, hogy a szülők tartsanak össze és legyenek határozottak a viselkedészavart mutató gyerek szabályozásában. Fontosnak tartjuk, hogy mindig olyan módszert válasszunk, amely lehetőséget ad az előzőek megvalósítására, figyelembe véve a család esetleges túlterheltségét.

Előzmények

A segítő munka megkezdése előtt már némi információval rendelkezünk a családról. A 12 éves Marci a család legfiatalabb tagja, a közös munka megkezdése előtt hat hónappal már feküdt az osztályon és a munka elindulásáig ambuláns kezelés alatt állt. Marci osztályra való felvételét a családi körre korlátozódó agresszív magatartászavar indokolta (amelynek, hátterében a pszichiáter kollégánál a depressziós skála magas értékét találta). Marci kezelése gyógyszeres- és viselkedésterápiás beavatkozásból állt.

A szülők elmondása szerint, Marcival már 1,5 éves kora óta vannak hasonló problémák, de az utóbbi néhány évben a család számára az elviselhetetlenségig súlyosbodott. Az apa arról számolt be, hogy a család valószínűleg csak úgy tudja megoldani a problémát, ha ténylegesen különválnak, vagy, ha Marcit nevelőotthonba adják. Elmondása szerint a probléma ott van, hogy ő és a felesége különböző nevelési elveket vallanak. Az alapvető probléma, amivel felkerestek minket Marci kontrollálhatatlan viselkedése volt.

A családról – előhipotézis

Marciról, a tünet hordozójáról már tettünk említést a fentiekben.

Az édesapa István 43 éves autószerelő szakmunkás. Elmondása szerint a gyerekek születése előtt komoly alkohol problémái voltak, de már 13 éve absztinens. Egy éve ismert sclerosis multiplexe van, amely miatt a terápia időszakában elindult a teljes (67%-os) leszálalékolása. Az egy év alatt kialakult súlyos depressziójával kezelés alatt áll a felnőtt pszichiátriai ambulancián.

Ilona az édesanya 42 éves irodai dolgozó, 11 éve ismert Marfan-sy-ja, amely folyamatos fáradtság- és fulladásérzést okoz számára.

Tibi az idősebb testvér 14 éves, iskolába jár. 3 éves korától (11 éve) ismert Marfany-sy-ja, amely miatt háromszor esett át szemlencse műtéten. Édesanyjának fia betegsége miatt nagyon nagy lelkiismeret furdalása van: "Ha ezt tudom, hogy ilyen beteg vagyok, nem vállalom gyereket, hogy őt is beteggé tegyem." A szülők két éve anyagi okok miatt elváltak.

A terápia megkezdése előtt lehetőségünk volt konzultálni az apa és Marci kezelőorvosával. Kolléganőnk (Marci kezelőorvosa) elmondta, hogy osztályos és ambuláns programjába folyamatosan bevonták a papát, mert úgy tűnt, hogy neki vannak a legnagyobb nehézségei a gyerekekkel. Jelenleg közös programjuk része lett, egy nővéri ötlet alapján a közös rajzolás, amelyből mindketten kivették a részüket. A kezdeti rossz kommunikációjuk javulni kezdett. A rajzok megbeszélése során pedig kitűnt, hogy a kettőjük kapcsolatában rejlő problémák sokkal jobban felszínre hozhatók. A kezdeti javulás után, az ellátórendszer kontrolljának lazulásával ismét elviselhetetlen lett a helyzet a családban (Marci szétverte a berendezéseket, nekiment a szüleinek). A család történetét (kapcsolatukat az egészségügyi ellátórendszerrel) végigtekintve kitűnik, hogy a család, illetve annak valamely tagja folyamatosan terhelt volt vagy organikus, vagy pszichés problémával.

Az utolsó két évben ezt súlyosbította az édesapa betegsége, amely kapcsolati és egzisztenciális veszteséggel terhelte a családot. Kissék egy 1,5-2 éve krízisben lévő család képét mutatták, amelyet Marci tünete tart össze. Az apa súlyos betegsége (SM, depresszió), a munkanélküliséggel járó pszichés deficit, a családon belül a szerepek átrendeződésére, az apa családfői szerepének elvesztésére utaltak. Marci tünete, talán az egyetlen kapcsolódási pontja az apának a családhoz. Marci viselkedése ilyen családi terhek mellett természetesnek tűnt számunkra. Másrészt, a gyerek viselkedés problémája már másfél éves kora óta megfigyelhető volt, amely folyamatos látens szülői konfliktust jelzett számunkra.

Mindezeket alapul véve, a feltáró szakaszt négy ülésre terveztük. Az első rajz nélkül, az ismerkedésre, a keretek meghatározására a probléma definiálására szántuk. A rajzos üléseket három részre osztottuk: az első harmadra, az eltelt időszak történéseit és a kiadott feladatok megbeszélését terveztük. A középső harmadra a rajzkészítést, a harmadikban pedig a feladatok kiadására, a rajzok megbeszélése került sor.

A következő témákat terveztük az ülésekre: 1. Rajzos ülés – CSALÁD, 2. Ülés – A JÓ, 3. Ülés – A ROSSZ.

Kezdő segítőként felmerül a kérdés, hogy felnőtt számára, hogyan adjunk ki ilyen feladatot, mekkora lesz az ellenállás? Az első szempont, hogy minden feladat annyira működik amennyire azt a segítő hitelesen használni tudja. Másrészről az előkészítés és a „segítő folyamat” megtanítása megtörténik-e? Abban az esetben, ha megtörténik, jól veszik a legmeglepőbb feladatokat is a családok. Pl.: „Ne lepődjenek meg a közös munka során, néha meglepő feladatokat fognak tőlünk

kapni.” „Egy utazásra hívjuk Önöket, amelyben komoly dolgokról fogunk beszélni, de néhány percig mindenki gyerek lehet.”

A konzultáció folyamata

1. ülés. Ismerkedés (rajz nélkül)

A megbeszélte időpontban megérkezett a család. Marcit kivéve mindenki magas, vékony (szinte aszténiás testalkatú), ő viszont az egészségtől kicsattanó eleven gyerek képét mutatta. Öltözetük rendezett, az 5-6 évvel ezelőtti divatot idézi. A szobában a két szülő közepén foglalt helyet, az apa oldalára Marci, az anya oldalára pedig Tibi ült le, mintegy jelezve a családi felállást. A bemutatkozás és a bevezető beszélgetés után (amelyben a domináns az apa volt, de aktívan részt vett a család minden tagja), egy körkérdést tettünk fel a számukra: “Ki mit gondol, hogy miért vannak most itt?” A kérdésre a szülők egymásra néztek, Marci lentebb csúszott a székből és egy kicsit cinkost keresve bennünk, elkezdett mosolyogni. Tibi komolyan ült tovább, mint akinek az egészhez semmi köze:

“Apa (István): Most ki kezdje?

Mama (Ilona): Most ki kezdje? Kezdjed te...

Apa: Miért mindig én. Marci fiamnak ezek az ingadozó kedélyállapotai indították el a folyamatot. Önkritikát kell gyakorolnom, de a család minden tagjának, úgy gondolom. A feladat, hogy hogyan tudnánk úgy alkalmazkodni egymáshoz, hogy a meglévő problémákkal együtt tudjunk élni. Ne szakadjunk szét. De főként Marci fiam problémája hozott ide.

Zoli (családterapeuta): Ha jól értem az Önök fő problémája, hogy Önök négyen a meglévő problémákkal nehezen birkóznak meg...

Apa: (közbeszól) Én is így látom, ezért jó lenne, ha rajtunk kívülálló szakemberek megmondanák, hogy mit csinálunk rosszul és mit csináljunk, hogy jó legyen.

Mama (közbeszól és a papához fordul) Most azt kellene mondani ugye, hogy mi négyen nem bírjuk egymást elviselni. Igaz te jól elvagy a Marcival és én is a gyerekekkel, de ha együtt vagyunk olyan nagy a feszültség...

A két szülő árasztotta a problémákat és elsődlegesen Marcit hibáztatta, ezért úgy láttuk meg kell szakítani a szülők beszélgetését.

Emőke (pszichiáter): Most már ismerjük a szülők elképzelését, de mit gondolnak a gyerekek?

Marci: (azonnal folytatja)Pénzt..... Amikor kirobban a balhé, akkor rossz akarok lenni, amúgy mindig jó akarok lenni.....

Tibi: Én azt szeretném, hogy az apa határozottabb lenne, az mindenkinek jobb le. A Marci pedig fogadjon el, mint testvért, mint barátot."

Az apa és az anya hanghordozása, metakommunikációja egymással szemben mindvégig ellenséges volt. Keveset néztek egymásra, sok esetben rajtunk keresztül próbáltak kommunikálni egymással. Folyamatosan nehéz volt kontrollálni, hogy a család szintjén maradjon a beszélgetés, ne a Marci problémája kerüljön kifejezetten az előtérbe. Bármilyen életesemény jött a felszínre, Marci viselkedése volt a kiindulópont.

Az ülés további részén megpróbáltuk tovább részletezni, hogy ki mit gondol a problémákról, kihangsúlyozva az együttlét nehézségeit, és megtudni a készleteiket, próbálkozásait a megoldásra. A történeteikből felszínre jött az apa "kirekesztettsége". A szülők otthon is keveset beszélgetnek egymással, ha mégis akkor is csak a gyerekek miatt kitört veszekedés alkalmával.

Érdekes volt, ahogyan felosztották a családot a betegségek szerint: Tibi – Anya és Marci – Apa lett egy páros. A kialakult egyensúlyi helyzetben mindenkinek van valamilyen betegsége és mindkét szülőnek van "egy gyereke", akivel azonos valamiben. Marci és az apa betegsége azért hasonló mert mindkettő pszichés eredetű. Nagyon erős betegségtudat jellemezte a családot. Az első beszélgetés nehézségén, a tünet/probléma körüli egyhelyben topogást a hangulatskála eredményezte "Ki mit gondol, hogy ha egy tízfokozatú skálát veszünk alapul, ahol a 10 a legjobb, és az 1 a legrosszabb az Önök családja hol helyezkedik el?"

Hangulatskála	Jelen	Jövő
Apa	2-3	5-6
Anya	4	7
Tibi	2-3	5-6
Marci	5	7

Végig hallgatva a család értékelését, a mama kitört önmagából és elmondta, hogy az ő véleménye szerint nem ilyen rossz az ő családjuk, igen is, vannak sikeres napjaik. Ez jó alkalom volt, hogy a beszélgetést egy más szintre vigyük és az egyensúlyt a beszélgetésben helyreállítsuk. A körkérdések alkalmával a gyerekek nagyon nehezen beszéltek, vagy a szülők nem hagyták őket.

Marci folyamatosan csak süllyedt a székében és ugyanúgy, mint Tibi, ha megszólalt is röviden beszélt. Tibi (a jó gyerek) rendszerint lojális volt szülei véleményével. A sikeres napokról mindannyian közös programokat meséltek el (kirándulások, játékok stb.), amelyek manapság egyre ritkábbak. Pozitívként említették az elmúlt időszak terápiás feladatait (ambuláns kezelés). Az ülés végén pozitívan visszajeleztük a munkájukat, amelyet meglepődve, de örömmel fogadtak. Feladatként, családi fotók gyűjtését adtuk (Sherman és Friedman, 1989). Arra kértük a családot, hogy válasszanak egy közös képet, illetve mindenki egyet a családi albumból. Mindenki számára a legkedvesebb képet kell kiválasztaniuk. A közös képnél viszont konszenzusra kell, hogy jöjjenek a kedvenc kép kapcsán. Elmondtuk a családnak, hogy mindezt csak akkor tudják megcsinálni, ha találnak egy-két óra szabad és közös időpontot, amikor mindenki ráér a fényképek nézegetésére. Fontos minden esetben, hogy tisztázzuk a családdal, hogy értik-e a feladatot, van-e kérdésük, illetve tudják-e vállalni a feladatot.

Választásunk azért esett erre a feladatra, mert figyelembe kellett vennünk a család terheltségét és azon felül, hogy bőséges anyagot szolgáltat a család történetéről, működéséről, az emlékezés sok pozitív élményt hozhat felszínre. A következő három találkozást, amire a családdal szerződünk, kéthetenkénti gyakoriságra beszéltük meg.

Első találkozás összегzése

Az ülés során felszínre jött, hogy a család nagy része kilátástalan a jövővel kapcsolatban. Nagyon erős a betegségtudatuk, folyamatosan próbálják az irányítást átadni nekünk ("gyógyítsuk meg őket"), eleinte nehezen is fogadták, nem értették, hogy itt nem erről lesz szó. Történetük során érződött a folyamatos próbálkozás a részükről a problémák megoldására, de úgy tűnt nagy részét nem merik meglépni, ezért átadták az egészségügyi ellátórendszernek. A helyzetet súlyosbítja az apa betegségtudata, teljesen lemondott önmagáról (gyakran öngyilkosságon gondolkodik), tisztában van betegségé súlyosságával. A találkozás után indokoltnak látszott, hogy a rajzos technikát alkalmazzuk, mert már az első ülésen érződött, hogy a gyerekeket nehéz bekapcsolni a folyamatba. A már említett Tonge (1982), "álomrajz" technikával hidalta át az ehhez hasonló nehézséget. Mivel a gyerekek a rajzolást játéknak tekintik, ez a technika segíti őket a feloldódásban és a megfelelő viszony kialakítására a segítővel szemben. A video visszajelzése után szupervizorunk visszajelezte, hogy haladjunk tovább a munkában az előhipotézisünk alapján, de ügyeljünk arra, hogy a szülők ne uralják a beszélgetést és továbbra is próbáljuk a családi szintet tartani.

2. ülés. A család (rajzos)

Téma a család bemutatása volt, a fotókon és a családrajzon keresztül. A család a megbeszélte időben megérkezett, a szobában az ülésrend az első ülésével volt azonos.

Az üdvözlés után az elmúlt hét eseményeiről kérdeztük őket. Az apa kezdte szomorúan: "Nagyon sok dolog történt..." Egy kis szünet után a mama folytatta vidáman és elmondta, hogy a múlt héten volt a Marci születésnapja. A gyerekek is bekapcsolódtak a beszélgetésbe. Nagyon jól indult a szülinap, négyen közösen sütöttek tortát az alkalomra. "Csak az ajándék volt probléma" - mesélte Marci. Nagy csalódás volt számára, mivel ő biciklit akart, de állatfigurákat kapott. Erre mindenki dühösen reagált - "nem érti meg, hogy nincs rá pénzünk". Elmondták, hogy a fénykép-nézegetést is erre az alkalomra tervezték, de a végére Marci annyira dühöngött, hogy félbeszakadt. Az apa úgy vélte, hogy Marci őt nem bírja elviselni, s ezért kilépett a körből. Ők hárman folytatták az ünnepet és a fénykép válogatást.

Az ülésre közös képet nem hoztak, de mindenki választott egyet (Tibi nem hozta el az övét - a konfliktus ellenére pedig, a papa hozta el a Marciét). Csak az apa hozott olyan képet, amelyiken a család minden tagja látható (a kép Marci születése után a családot ábrázolja). A Tibi el nem hozott képén csak egy alpesi ház látható. Elmondta, hogy őt nagyon felzaklatják ezek a képek, mert hamisak - "csak akkor fényképezkedünk mikor jók vagyunk". A mamának az "anyaság érzése" dominált a képválasztásban (mindkét gyerekről hozott egy régi képet), Marcinak az ünnep. Megkértük őket, igaz csak három képet hoztak, de tegyék (ő látható a képen karácsonykor, rengeteg játék társaságában) meg, hogy most válasszanak egy közös képet. Mindenki elismerte a másik képét, de választani nem tudtak. Ez a három kép lett az Ő közös képük. A képekről való beszélgetés közben megtudtuk, hogy a család egyik fő erőforrása a múltból való táplálkozás.

Anya: "Mikor rossz napjaink vannak, mindig előveszem a fényképalbumot, ez mindig erőt ad nekem."

A feladat-megoldásról elmondták, hogy a közös tevékenységeik gyakran ugyan így végződnek (közös tevékenység - Marci dühöng - veszekedés - apa kilép). A képekről való mesélést nagyon élvezték. Történeteikben a pozitív emlékek voltak a dominánsak, amelyeket folyamatosan vissza is jeleztünk, erősítve ezzel a pozitív készletek felszínre hozását.

A fényképek megbeszélése után került sorra a család, közös rajz alapján való bemutatása.

Húsz percet kaptak, addig magukra hagytuk őket a szobában. A videofelvételen jól láthatóak, hogy a közös rajzkészítés ideje alatt oldottabbak, természetes módon kommunikálnak és az apa rövid időn belül átveszi a tényleges irányító szerepet. A képen telkük látható, régen ide gyakran kijárt a család hétvégénként. A gyerekek játszanak, a szülők munkálkodnak. A közös rajzon jól látható a szülők közötti távolság és az apa kifejezett elkülönülése a család többi tagjától. A kép nagy részét

a papa készítette, ő rajzolta be a két unokahúgot a kép közepére az anya mellé, akiket mindenki szeret. A két unokahúg szemmel láthatóan két csinos nőként jelenik meg a képen (később derül ki, hogy az apának a házasság egész ideje alatt voltak kapcsolatai).

A két gyerek van a középpontban (ők rajzolták magukat), ami a következő alkalommal az ülésrendben megjelenik. A szülők továbbra is próbálták kerülni a viselkedészavartól független problémák megbeszélését, ilyenkor azonnal visszacsatoltak az alapfelálláshoz. A mi bizonytalanságunknak tűnhet, hogy ezzel nem szembesítettük őket, de még nem éreztük, hogy a család ezt el tudná viselni.

A rajz nagyon sokat segített a beszélgetés családi szinten való tartásában. Összefoglalva, a következők voltak a megfigyelhetők az első két ülés alapján:

- Az apa szinte teljesen kilépett a családból, szerepét elsődlegesen az anya vette át, illetve úgy tűnik, sok esetben a gyerekek (Tibi megfogalmazásai, meglátásai az ülés folyamán is erre utaltak). Szerepkonfliktus figyelhető meg.*
- A határok, átjárhatók - képlékenyek (szülő-gyerek).*
- Az apa fölöslegesség érzése (kivéve Maci problémájának megoldásában), állandó feszültséget tart fenn benne és a családban.*
- A szülők között látens konfliktust jelez a metakommunikációjuk és a kommunikáció hiány. Ezt az elképzelést erősítette a rajzon megjelenített szerető és a családi fényképek, amelynél a mama részéről nincs benn a "papa képe" a családban.*
- Nem beszélhetünk egyértelműen stabil koalícióról a családban. Marci viselkedése igaz összehozza a család többi tagját, de a szülők megoldási alternatíváit meg is osztják. Ha a másik oldalról nézzük meg a kialakult helyzetet, a szülők közötti konfliktust, Marci viselkedése stabilizálja. A probléma rendeződésével valószínűleg szétesne a család.*

Úgy láttuk, egyre jobban alátámasztódik elképzelésünk a családdal kapcsolatban. Ezért döntöttünk úgy, hogy az információ szerzés mellett, már a feltáró szakaszban erősíteni kell a szülői alrendszer és az édesapát apai szerepében. A másik fontos momentum továbbra is Marci tehermentesítése volt. A múlt felidézése a képeken keresztül sok pozitívumot hozott fel a családtagokban. A következő ülésen a tervezett téma mellett a jövő képüket akartuk körbejárni. Egyéni feladatként ezért egy fogalmazás elkészítését adtuk ki otthonra. Kizárólag a fogalmazás kezdőmondatát határoztuk meg számukra, amely így hangzott: "Mit szeretnék..."

3. ülés. A jó (rajzos)

Az ülés a házi feladat megbeszélésével kezdődött. Marci problémája mellett mindenkinél megjelent a családi veszekedések, az állandó feszültség és rossz hangulat megszűnésének a vágya. Az első alkalom volt, amikor valamilyen téma megfogalmazódott a család minden tagja részéről. Úgy tűnt, hogy ez a téma a negyedik találkozás végén szerződési alap lehet. A beszélgetés ismét megvillant a szülői alrendszer konfliktusa. Az anya fogalmazásában mindenkitől kért valamit a jövővel kapcsolatban, kivéve a férjét. Kérdésünkre, hogy mit gondol a férjéről a következőket válaszolta: "Miért, tőle is lehet kérnem valamit...?" István azonnal rávágta, hogy igen, de az anya elhárította választ: "Nem jut most semmi az eszembe."

Az apa jövőképe - "végredelete", amiben megfogalmazza a család szétszakadását, mindenkit megrendített. Az anya eddigi hozzáállása is megváltozott, sírt és a férjét erősítgette, hogy igen is szükség van rá. A gyerekeket is aktivizálta, feszültek lettek és heves tiltakozások közepette csatlakoztak a mamához. Úgy tűnt az apa "provokációja", bűnbak vállalása beindította a családi működést: "...ha én nem leszek, akkor majd sokkal boldogabbak lesztek...". Megnézve a feladat megoldást, az apát kivéve, egy közös jövőt festettek le. Ebben a jövőben a szülők - jó szülők, a gyerekek - jó gyerekek.

A rajzkészítést már ismét a megérkezésükre jellemző oldottabb hangulat jellemezte. A téma a jó volt, egy közös kép formájában. Az üléseken jellemző egymással gyenge kommunikáció (gyakran megpróbáltak, csak hozzánk beszélni) megváltozott, kifejezetten konstruktív és aktív lett. A videó felvételen jól látszott, hogy a szülők szülői szerepben, a gyerekek gyerek szerepben voltak. Egy négy évvel ezelőtti kirándulást rajzoltak, amelyen nagyon jól érezték magukat. A gyerekekre büszkék voltak, sokat sportoltak, játszottak. Az első alkalom volt, hogy mindkét gyerek pozitív visszajelzést kapott. A képen az anya és az apa már egymás mellett ültek, igaz háttal. A központi helyen látható "arany út" talán egyfajta kiutat sejtet. Marci elkülönülését a piros szín emeli ki. A mellette lévő ördögöt és angyalkát ő rajzolta oda, ezzel is jelezve a benne lévő kettősséget. A beszélgetés technikáját a szimbólumok értelmezése, a pozitív folyamatok ("Milyen volt ekkor a családtagok között a kapcsolat? "Ki mit tett, hogy ilyen jól érezték magukat?" ...stb.) megerősítése jellemezte. Elmondták, hogy nagyon élvezték a közös munkát, jó volt együtt dolgozni. A kép és a család kiszínesedését jeleztük vissza. Talán egy kicsit meg is rémültek ettől, s azonnal visszacsatoltak a jelenlegi problémához, Marci elviselhetetlen rosszaságához. Marci viselkedése ekkor még nem változott, sok szó esett róla.

A rajzkészítés közben, kolleganőmmel megbeszéltük, hogy a gyerek tehermentesítése érdekében az ülés végén egy paradox feladatot adunk, előírjuk a problémás viselkedést. Elmondtuk, hogy a következő hét minden napján, azonos időben, a megszokott körülmények között történjen (Marci dühöng, szétveri a berendezést – apa kontrollál – mama békít – Tibi, mint kívülálló megfigyeli a történeteket). Fontos, hogy paradox feladatot / a problémás viselkedés előírását csak nagyon gyakorlott segítő, nagyon előkészített és stabil segítő – családi helyzetben szabad alkalmazni. Jelen esetben stabilitást a hat hónappal ezelőtti bent fekvés, a folyamatos ambuláns kezelés és az első két ülés együttműködésének

tapasztalata jelentette. Nem jól alkalmazva, illetve előkészítve a legtöbb esetben a segítői folyamatból való kilépést eredményezi.

A rajz megbeszélése után mikor kiadtuk a feladatot, a szülők nagyon megrémültek, a gyerekek mosolyogtak. Elmondtuk, bizonyára furcsa ez a feladat, de a pontos kép, a probléma megértése érdekében feltétlenül fontos, hogy megcsinálják. Egy kis csönd után, vállalták a feladatot.

Két hét múlva, a következő ülésre Marci nélkül jelent meg a család, ezért egy új időpontot beszéltünk meg. Megtudtuk, hogy "megcsinálták a feladatot", a többéves mindennapos problémák után, az elmúlt időszakban csak egy nap volt probléma a gyerekekkel, többi problémamentesen telt el.

4. ülés. A rossz (rajzos)

Ez az ülés fontos volt a szerződés kötés szempontjából, de utólag kiderült, hogy fordulópont volt a segítő folyamat szempontjából is. Kifejezetten elegánsan, vidáman jelentek meg a megbeszélt időpontban. Marci elmondta, hogy a múlt alkalommal semmi kedve nem volt eljönni. Mi megköszöntük, hogy most mégis eljött, hogy fontosnak tartja a család sorsát. Az apát kivéve mindenki felhőtlenül boldogan számolt be az elmúlt időszakról. Sokat voltak együtt, rengeteg közös programban vettek részt, s kaptak közösen egy biciklit. Az apa ezzel szemben elmeséli, hogy ő egy temetésről jön, a barátja édesapjéről, aki öngyilkos lett.

Az ülések elején rendszerint megkínált bennünket egy-egy olyan negatív külső életeseménnyel, amely a kilátástalanságot erősítette és a beszélgetés félre menetelét eredményezhette volna. Ezért a bevezető után közvetlenül kiadtuk a feladatot a családnak. Téma a rossz volt, instrukciók nélkül. A mama kivételével mindenki készített rajzot. Elmondta, hogy most nem tud és nem is akar a rosszra emlékezni. Tibi kezdte a képét elmesélni. A képen a nagyszoba látható. A szobában kiskutyájuk tartózkodik egy szellemalak társaságában. Tibi mutatja, hogy az a testvére, aki éppen belerúg a kutyába. Elmondja, hogy neki az a rossz, ha testvére veszekszik, dobálja a papucsát... stb. Vibrál a levegő a képen, a piros emberke szinte megmerevedik a dühtől, ugyanakkor borzalmasan magányos. A családtagok is megerősítik ezeket, elsődlegesen a magány tényét. Marci képe egy olyan pillanatot ábrázol, amint éppen leugrik a fáról, ez számára rossz is, mert félelmetes, de jó, mert ha a kertben jön rá egy dühroham, akkor így szokta levezetni a feszültségét. A fa alatt lévő levélkupac megvédi attól, hogy baja essen, a kutyája pedig várja odalent. A képről az ő magánya kiált ránk. A gyerekek elemzését a szülők végig csendben hallgatták, csak ha kérdeztük őket, azután kapcsolódtak be. Ez egy új momentum volt, mert az eddigiekben gyakran közbevágtak, instrukciókkal látták el a gyerekeket. Az apa képe volt a terápia folyamán a nagy fordulópont. Az apa képe mindenki figyelmét odavonzotta, behúzta a képbe.

"Apa: Az én fám is olyan körülbelül, mint a Marcié. Itt maga a fa a Marci, éppen dührohamot kap(ez a vihar) és mi vagyunk az ágak, akik ettől leszakadnak

Zoli: Ezt a vihar csinálja?

Apa: hát a vihar ez érdekes (Marci mosolyog, feláll és elmegy játékot keresni. Az apa gondolkodóba esik, a többiek feszült csöndben figyelnek.) a környék viharos, van aki leszakad, Ő pedig talpon marad.

Emőke: A fa és a vihar van aki leszakad - ez nagyon fájdalmas dolog.

Apa: A fának néha megkönnyebbülés lehet ha egy-két ággal kevesebb van rajta. Különben a kép jobb sarkán az egy villámlás csak nem sikerült túl jól.

Emőke: A színek alapján nekem úgy tűnik, mintha egy reménysugár lenne... (a család többi tagja megerősítik a segített).

Apa: visszatér a rajzhoz - Tudja nagyon érdekes, amit az előbb mondott. A fa kelti a vihart....?

Zoli: Ezt nem én mondtam, csupán összefoglaltam, amit eddig mondott.

Apa: Igaz....., lehet, hogy a fának van igaza, amiért ilyen akaratos, hiszen csak ő marad talpon. Arról viszont nem tehet, hogy körülötte vihar van (a mama közben elkezd sírni).

Zoli: Ez amit most mond egy kicsit más, mint amiről eddig beszéltünk... úgy tűnik, ha jól értem amit mond, hogy ennek a "fának", Marci a törzse és ebbe kapaszkodnak az ágak...

Apa: magába roskadt - igen....., ez azt jelenti, hogy bármi áron mindent kipasszíroz a családból. Ő mindennek az oka.

Zoli: Nem értem, az ágak kapaszkodnak és elengedik a fát?

Apa: Talán ez a jövő szele, mindenki menjen a maga útján.

Emőke: Akkor ez egy kétoldalú dolog?

Apa: Igen, kérdés az, hogy az ág fenn akar-e maradni a fán?

Emőke: Térjünk egy kicsit vissza a viharhoz. Ki mit gondol milyen az Önöket körülvevő vihar. (A mama sír, nem akar mondani semmit.)

Tibi: A vihar a mindennapi stressz... (Marci szintén nem akar válaszolni.)

Apa: A vihar a mindennapi gondok, de ha erős a fa akkor át lehet vészelné. Mikor Marci kórházban volt és bekapcsolódtam a programjába, ettől teljesen tűzbejöttem - hiszen várt rám, lehetett vele beszélni.....

Zoli: Marci, milyen fának lenni?

Marci: Nagyon nehéz, nagyon sok hátránnyal jár, pl. nem tudok rendesen játszani."

A beszélgetés közben érződött a szülőknél, az ún. "Rogersi a-ha" érzés, amely nagy hallgatás kísért. Egy vár leomlásának voltunk a szemtanúi. Az ülés végén mindenki részéről megfogalmazódott, hogy a legfontosabb most a családi hangulat megváltoztatása. Az ülés legfontosabb eredménye az alapprobléma (Marci viselkedészavara) családi szintre való hozása. A probléma átfogalmazásával lehetőség nyílt a család által is elfogadott szerződés megkötésére (amely a családi hangulat megváltoztatását célozta meg). Öt ülésre szerződöttünk, ebből két ülésben csak a szülővel találkozunk. A párterápiánál a szülői alrendszer kiemelése volt az elsődleges cél. Ez a lépés egyértelműen a struktúra átrendezésére a határok újra kijelölésére irányult, az eddigi felállásnál, otthon is és a terápián is minden szinten a problémák megbeszélése képlékenyen a családi rendszeren belül történt.

Marci viselkedés-problémájának kezelésében az osztályos terápiát követően a családban lévő feszültségek felismerésével, célszerűnek tűnt a családterápia alkalmazása, amelyet a megelőző terápiás tapasztalatok alapján a vizuális pszichoterápiával kombináltuk. Úgy tűnt, hogy a kommunikáció sokkal hatékonyabb a non-verbális csatorna beiktatásával és ezen az úton a kommunikáció javítása is várható volt, a családi feszültség csökkenése mellett.

Az ülések során alkalmazott főként strukturális elemek és a vizuális pszichoterápia során született képi közlések olyan szorosan összefonódtak, hogy leginkább csak azért volt fontos a különválasztásuk, hogy mi lássuk a folyamatot. Azért esett a választás a strukturális terápiára, mert a módszer nem koncentrált a problémára és az aktuális viselkedésláncra, hanem a probléma fenntartásában felelős alrendszer meghatározását tartja szem előtt.

Összegezve

Ahhoz, hogy a viselkedészavar mögött húzódó szülői konfliktussal esetlegesen foglalkozni lehessen, a feltáró szakaszban felszínre jött a családi struktúra patológiáját kell rendezni. A segítő folyamatban ezért az alrendszerek működésének javítását tűztük ki célul. Alapvető módszer az alrendszerek összetételének megváltoztatása, a határok újra kijelölése volt. Az alrendszeren belül a hierarchiát nem az egyik tag pozíciójának megkérdőjelezésével, hanem a másik tag pozíciójának megerősítésével próbáltuk helyreállítani.

Nem várt eredménye volt a módszer alkalmazásának a probléma-meghatározásban és az apa családi rehabilitációjában betöltött szerepe. Nagyon sok esetben a non-verbális úton megnyilvánuló változások megelőzték a tényleges,

a család struktúrájában bekövetkezett változásokat. A képek készítése közben a családtagok kommunikációja észrevétlenül vált gördülékenyebbé, az apa ülésről-ülésre vette át családfeje szerepét.

Marci tünetei nagymértékben csökkentek, a negyedik ülés után már egyáltalán nem esett szó róla. A tehermentesítés folyamata megteremtette azt a légkört a család számára, amiben ténylegesen megfogalmazhatták a család problémáját. A közös cél megfogalmazásának ("családi hangulat javítása"), a váltott ülésekkel (pár-család), kiemeltük a szülői alrendszert a családi struktúrából a szerepek, az alrendszerek helyrekerülése, megerősítése érdekében. A terápiás üléseken csak részben bontottuk ki a régi és új konfliktusokat, az értelmezésekkel óvatosan bántunk, mert elsődlegesen a kapcsolatból a pozitív értékeket helyeztük előtérbe. (A szülői alrendszer konfliktus tisztázása esetlegesen egy másik fórumon lehet téma.) Ha nagy vonalaiban végignézzük a folyamatot, a felmérő szakasz kivételével négy fő részre osztható a terápia:

- 1. "Harc" a probléma definiálásában: A családi ellenállás csökkentése, az apa rehabilitációjának a kezdete.*
- 2. Probléma definiálása: Marci tehermentesítése, az alap probléma átdefiniálása.*
- 3. A család struktúrájának átrendezése: A váltott ülésekkel a szülői alrendszer elkülönült, megerősödött. A határok jobban kirajzolódtak, a tagok családi szerepeikben elkezdtek működni.*

Úgy gondoljuk, hogy a vizuális pszichoterápia non-verbális kommunikációjának a hatékonyságát nemcsak a tudattalannal való kapcsolatfelvételben, hanem a családtagok kapcsolatainak rendezésében is jól lehet alkalmazni. Ehhez viszont fontos, hogy egyre több legyen a gyakorlati tapasztalat ezen a területen és ezáltal a két módszer is közelebb, kerülhet egymáshoz.

ELLENŐRZŐ KÉRDÉSEK

55. Kérem, ismertesse a családrajz elméleti alapvetéseit!
56. Kérem, mutassa be a családrajz alkalmazási módját!
57. Soroljon fel 10 kérdést, amelyeket feltehet a családrajz megvitatása során a résztvevő családtagoknak!
58. Kérem készítse el saját családjának családrajzát!

ÖSSZEFOGLALÁS

A fejezeteket végig olvasva jól látható, hogy a családok megismerésének folyamatához változatos családmegismerési technikák, módszerek állnak nekünk segítőknek a rendelkezésünkre, nehéz feladatnak érezhetjük, a teljesség igénye nélkül bemutatott módszerek közül a választást.

A gyakorlatra fókuszáló segédanyagunk a tapasztalati tanulás professzionális kompetenciafejlesztő hatására épül. A kapcsolatfelvételhez, az első interjúhoz tartozó feladatok lépcsőről lépésre való begyakorlására a segítő képzések számos, általunk vezetett kurzusán védett körülmények között van lehetőség.

Továbbá igyekszünk lehetőséget teremteni a kurzusok alatt a tapasztalati tanulásra alapozva, az önfejlesztő folyamatok fejlesztésére is hangsúlyt helyezni. Hallgatóinkat a Családmegismerési technikák c. oktatási segédanyaggal is a terepgyakorlatokon éles helyzetben megvalósuló segítői helyzetekre kívánjuk felkészíteni.

A kapcsolatfelvételtől az első interjú megvalósításáig számos módszertani kihívásnak kell megfelelnünk. Reméljük a bemutatott elméleti és gyakorlati tudásanyag hozzásegíti a leendő segítőket, hogy a családokkal való segítő munkában olyan fogódzókat, formai és tartalmi kereteket tanulhassanak meg, amelyet hatékonyan alkalmazhatnak a terepmunka során éles helyzetekben.

IRODALOMJEGYZÉK

Arany Zoltán (1998): Vizuális családterápia. Kézirat, Szeged.

Arany Zoltán (2005): Saját család feldolgozó csoport szenvedélybeteg ellátásban. Kézirat, Szeged.

Balogh és mtsai (2000): A család kialakulása, a családformák történelmi változásai. In: Magyarország a XX. században. Digitális tankönyv, Szekszárd.

<http://mek.oszk.hu/02100/02185/html/192.html>

Bauer, R. (1979): Gestalt approach to family therapy. American of family Therapy. 7/3. 41-45. o.

Bagdy Emőke (1977): Családi szocializáció és személyiségzavarok. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.

Bagdy Emőke, Mirnics Zsuzsanna és Baktay Gizella (2006): [Professzionális felkészülés a pár és család megismerésére](#). In: Pár-és családi kapcsolatok vizsgálata. HEFOP Digitális tankönyv, Budapest.

<http://www.webcreator.hu/tankonyv/impresszum.html>

Bíró Sándor és Komlósi Piroska (2001): Családterápiás olvasókönyv. Animula Kiadó, Budapest.

Buda Béla (2009): Művészetterápia. A művészet felhasználása gyógyításra és fejlesztésre.

budabela.hu/dokumentumok/tanulmanyok%20.../muveszetterapia1.doc,

budabela.hu/dokumentumok/tanulmanyok%20.../muveszetterapia2.doc

Dallos, R. és Procter, H. (1989): A családi folyamatok interakcionális szemlélete. Családterápiás olvasókönyv I. Mérei Ferenc Mentálhigiénés Szolgálat, Budapest.

De Shazer, S. (1985): Keys to solution in brief Therapy. Norton, New York.

Fejes Renáta (2017): A művészetterápia szerepe a serdülőkori depresszió kezelésében. Párbeszéd. 4. 2. sz.

http://parbeszed.lib.unideb.hu/file/2/596346b37bf60/szerzo/Fejes_Renata_A_muveszetterapia_szerepe.pdf

Feuer Mária (2008): A családsegítés elmélete és gyakorlata. Szöveggyűjtemény. Akadémiai Kiadó, Budapest.

Gill Gorell Barnes (1991): Családterápia és gondozás. Alapvető ismeretek a családkról és a családterápiáról. Animula Kiadó, Budapest.

Goldenberg, H. és I. (2008): Áttekintés a családról. I-III. kötet. Animula Kiadó, 2008.

Insoo Kim Berg (1995): Konzultáció sokproblémás családokkal. Animula Kiadó, Budapest.

Kurimay Tamás (2004): Családterápia, családkonzultáció. Coincidencia Kiadó, Budapest.

Orwid, M., Mardzejewska R. és Pilecki, M. (2004): Az elméletek gyakorlatba való átültetése. In: Kurimay T. (szerk.): Családterápia és családkonzultáció. Coincidencia Kiadó, Budapest, 93-115. o.

Mihálka Mária (2018): Családterápiás esetbemutató. Kézirat, Szeged.

Papp, P., Silvestein, O. és Carter, E. (1975): Family sculpting in preventive Work With „Well families”. Family Process. 12/2/197-212.

Safranka Judit (2006): Kézirat. www.juditti.hu

Sherman, R. és Fredman, N. (1989): Strukturális technikák a pár- és családterápiában. Magyar Pszichiátriai Társaság, Budapest.

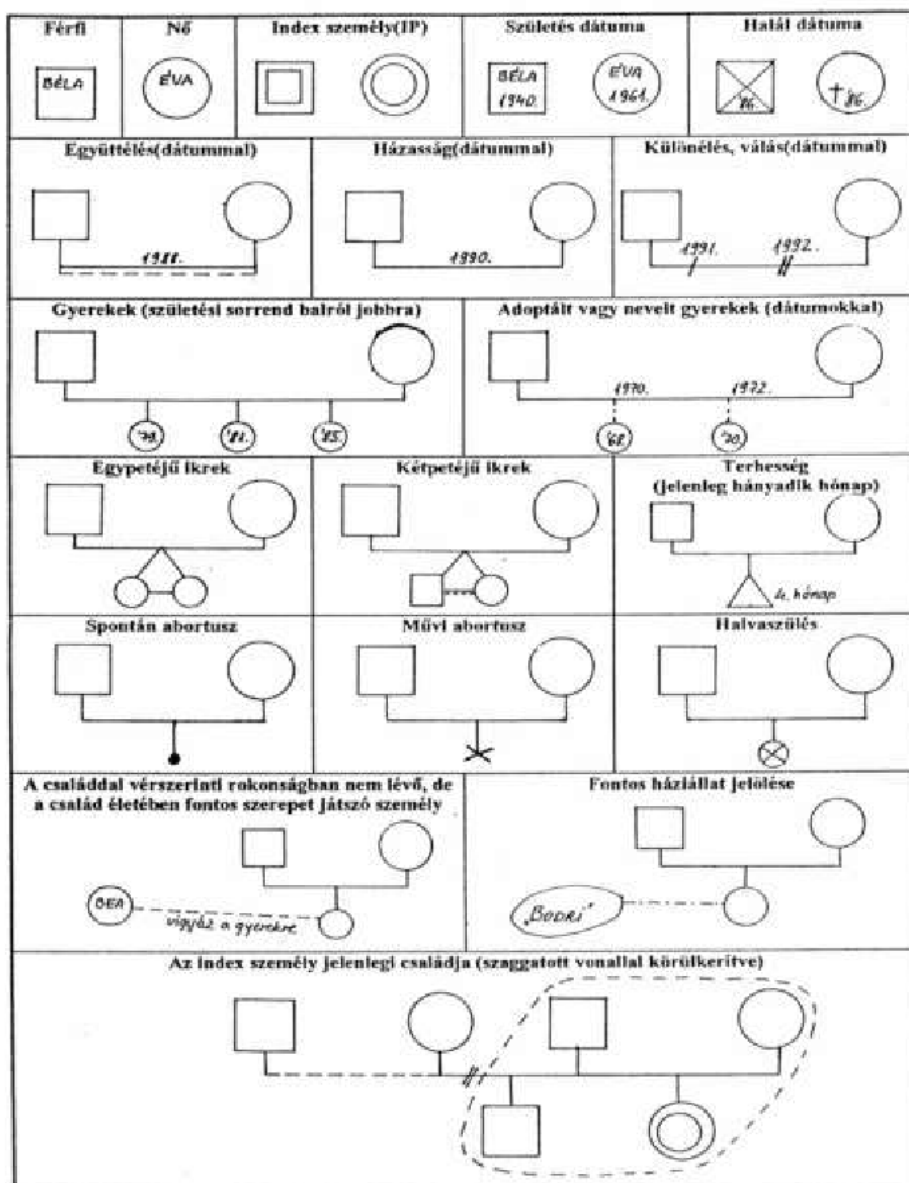
Szabó Mihályné (2008): A család szerepe, jelentősége, funkciói, kapcsolatfelvétel, a család megismerésének módszerei, technikái. Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet, Budapest.

Tomm, K. (1990): Az interventív beavatkozó interjúzás I. Reflexív kérdezés a beavatkozó interjúban II. Kérdezési típusok az interventív interjúban III. In: Családterápiás olvasókönyv I. (szerk. Bíró S., Komlósi P.): Mérei Ferenc Mentálhigiénés szolgálat, Budapest, 117-141.

MELLÉKLET

1. sz. melléklet

GENOGRAM JELEK



2. sz. melléklet

ECOMAP JELEK

FÉRFI = 

NŐ = 

MÁS RENDSZEREK = 

ERŐS KAPCSOLATOK = 

LAZA VAGY GYENGE KAPCSOLATOK = 

FESZÜLTSGEKKEL TERHES KAPCSOLATOK = 

A JOBB OLDALI SZEMÉLY ÁLTAL MEGSZAKÍTOTT KAPCSOLAT = 

A BAL OLDALI SZEMÉLY ÁLTAL MEGSZAKÍTOTT KAPCSOLAT = 

MINDKÉT SZEMÉLY ÁLTAL MEGSZAKÍTOTT KAPCSOLAT = 

VÁLÁS = 

VÁLÁS UTÁN A GYERMEKEK FELÜGYELETÉVEL MEGBÍZOTT SZÜLŐ = 

AZ ENERGIA ÁRAMLÁSÁNAK IRÁNYA = 

A FOLYAMATOK IRÁNYA = 

HALOTT SZEMÉLY = 

3. sz. melléklet**CSALÁDI ELSŐ INTERJÚ ÉRTÉKELŐ LAP (HUGH JENKINS, 1987)**

1. A család neve:

Az ülés időpontja:

A küldött személy és életkora:

A kezelést kéri:

Terapeuták:

Megfigyelők:

2. Küldő:

A küldő véleménye a problémáról:

Egyéb, bevonódott intézmények és véleményük:

3. Az interjú előtti információkból kialakult kezdeti hipotézis:

4. Ülésrend:

5. Az ülésről hiányzó fontos személyek

6. Minden egyes családtag jellemzése:

Az illető nézete a problémáról

(küldött személy, szülők, stb.):

:

:

:

[illegible]

7. A probléma kialakulásával kapcsolatos körülmények:

8. A család próbálkozásai a probléma megoldására:

Az intézmények próbálkozásai:

A család elvárásai a segítséggel kapcsolatban:

9. Genogram (minimum 3 generációs)

Egyéb információk a családról:

10. Jelentősebb fizikális és pszichés betegségek (minden egyes családtagnál):

11. Családi életciklus szerint: az egyes családtagok

mostani feladatai: illetve nehézségei ennek elérésében

:

:

:

:

:

:

:

:

Meghittség:

Támogató megjegyzések:

13. Generációs határok:

rugalmas – merev nyitott – zárt adaptív – maladaptív

Főbb diádikus vagy triádikus kapcsolatok diagrammatikus leírása:

Jellegzetes viselkedési minták (verbális és nonverbális):

(a kívülmaradó családtagokra vonatkozóan is)

14. A család működését szervező alapvető elvek és szabályok:

15. A család hiedelemrendszere (amelyből feltehetően kialakultak a szabályok)

16. A változás hátrányai (hogyan szerveződnek a tagok a probléma köré, mi az, ami nehezíti a változást, milyen krízis bekövetkeztétől félnek, stb.)

17. Külső tényezők, amelyek befolyásolják a család problémakezelését (tágabb család, intézmények, anyagi nehézségek, szegénység, diszkrimináció, stb.)

18. Egyéb megjegyzések, megfigyelések:

19. A terapeuta tevékenysége (a megfigyelők töltik ki!)

Főbb intervenciók – a család tipikus reagálásai – a kezelő viszontválaszai

20. Hipotézis az első interjú alapján

21. Multiaxiális (más nómenklatúrában történő) leírás:

22. Kezelési terv

További felmérések, tesztek (a családra vagy másokra vonatkozóan):

A kezelés formális elkezdése, továbbküldés, ellenjavallatok, stb.

A kezelés céljai rövidtávon és hosszabb távlatban

Jósolt időtartam, az ülések gyakorisága

Döntések, a családnak küldött üzenetek, közlések

Következő ülés időpontja:

Kitöltötte: