

## Virginia Satir: A család együttélésének művészete

Ha engedünk a rossz szokásnak, és csak beleolvastunk ebbe a nagyalakú mesekönyvszerű borítót viselő könyvbe, akkor azt hihetnénk: íme egy újabb tegeződös, amerikai pszichomegváltó. Ne engedjünk a rossz szokásnak, kezdjük inkább az elején!

Az 1988-ban elhunyt szerző a családterápia egyik apostola. Pszichológusként több száz családnak segített sokszor lehetetlennek tűnő helyzeteikben. Bölcs nagyanyaként és tudós varázslóként szólítja meg olvasóját, és biztosan elbűvöl mindenkit.

„A családi élet olyasmi, mint a jéghegy: a legtöbb ember csak a tizedrészét veszi észre annak, ami valójában történik – a tizedét annak, amit láthat és hallhat –, és gyakran azt hiszi, hogy ez minden, ami létezik. Néhányan gyanítják, hogy lehet még valami más is, de nem tudják, mi az, és fogalmuk sincs, hogyan találják meg. Ez a nem tudás veszélyes irányba viheti a családot. Ahogy a tengerész sorsa azon múlik, tudja-e, hogy a jéghegy nagyobbik része a víz alatt van, a család sorsa attól függ, érti-e a mindennapos családi események mögött meghúzódó érzéseket, vágyakat.”

Virginia Satir viszont arra törekszik, hogy minél több mindent megtudjon az olvasó, legyen akár szakember, akár laikus érdeklődő, arról, amit a szem nem láthat.

Életünket szerepeink és kommunikációnk módjai határozzák meg. Ez persze nem a szerző felfedezése. A magyar laikus olvasóközönség körében például szinte bestsellernek számítanak Thomas Gordon könyvei, és annak idején sokan forgatták Eric Berne: Emberi játszmák című munkáját is, hogy csak a kérdéssel foglalkozó legismertebb szerzőket említsük. Könnyű felfedezni a közös forrásokat, az azonos gondolatokat. Virginia Satir könyvének igazi titka viszont az, hogy számára a technikák másodlagosak. Írásának, s bizonyára egész munkásságának fő célja is ezeknek a bizonyos szerepeknek, kommunikációs sémáknak a megismerése, meghatározó gyökereinek feltárása. A szerző, pedig tényleg varázsló: még a legelszántabb ellenzőket is megérinti bölcsességével, közvetlen őszinteségével.

A fejezetek állításait gyakorlatok, játékok illusztrálják. A hazai olvasó talán megütközik, hogy ezeket otthoni, családi gyakorlásra ajánlja Virginia Satir, de hát honi viszonyaink a lélekkel, az önmegismeréssel, a meditációval kapcsolatban egészen másminőségűek, mint az amerikai átlag olvasóközönségé, még akkor is, ha elsősorban nem Woody Allent tekintjük az átlagnak. Ám rengeteg az olyan gyakorlat és feladat, ami alkalmas arra, hogy elgondolkoztassa az olvasót és rávegye, hogy más megvilágításból, más oldaláról nézze a dolgokat még akkor is, ha netán nem próbálná ki a feladatokat. És végül ezek a játékos feladatok ugyanazt sugallják, amit a szerző egyébként is rengetegszer hangsúlyoz, hogy éppen a játék és a humor az, ami hozzásegíthet, hogy valamivel többet sejtünk a család láthatatlan világából.

Virginia Satir egymás után olyan kérdéseket szegez az olvasónak, melyeken általában nem szoktunk gondolkodni. Milyen is az a család, amiben élek? Miként vélekedem magamról, önértékelésem miként befolyásolja a család egészét? És fordítva: egy család miként befolyásolja a résztvevők önértékelését? Miként kommunikálunk? Észrevesszük-e, hogy gyermekünkre nehezédünk, vagy hogy házastársunk tapos rajtunk? Esetleg mi fojtogatjuk valamelyik szülőnket, merő jószándékból? Mit mond a testünk, mit fejeznek ki a gesztusaink?

Napjainkban sok könyv tesz fel hasonló éles kérdéseket, ám Virginia Satir sohasem vádol vagy leckéztet, nem ítélkezik, hisz tudja és ki is mondja, hogy az emberek általában igyekeznek a lehető legjobbat tenni, ám a család a világ egyik legbonyolultabb dolga, melybe az emberek minden tanulás és felkészülés nélkül csupán belecsöppennek.

A könyv több fejezete is olyan speciális problémákat érint, melyekkel külön-külön is terjedelmes könyvek foglalkozhatnának. Szó van a normál párkapcsolatok jelenségeiről, és kitér a szerző különféle speciális családokra is: a csonka családokra, az örökbefogadott gyerekekre és örökbefogadó szülőkre, az újrarázasodott szülőkre és gyermekeikre, az alkohol- és kábítószerfüggő betegekkel együtt élő családokra stb. Ezeket a gondokat mindnyájan ismerjük, ám nemhogy segítséget, jogi védelmet nehéz ezeknek a családoknak találniuk, de még beszélni is szinte lehetetlen az efféle súlyos kérdésekről.

Rendkívül fontos, hogy ez a munka, mely a család életét kívánja feltérképezni, a tágabb családot is figyelembe veszi, és ami a legfontosabb, az öregedéssről az idős emberek problémájáról is szól, hisz a családterápiával foglalkozó könyvek többsége a házaspárra, a gyermekekre szokott korlátozódni, és legfeljebb azzal a nagyszülővel foglalkoznak a szerzők, akinek valami része van a családi konfliktusban. Megrendítően ismerős az a történet, amikor a pszichológiai rendelésen megjelent család nagymamája elsírja magát, amikor Virginia Satir a nevének, nem pedig nagymamának szólítja őt.

A kötet utolsó fejezetei a családot tágabb perspektívába helyezik. Milyen viszonyban van a család a spiritualitással? És a társadalom egészével? Miféle külső és belső békére kell a családoknak törekedniük ahhoz, hogy egy jobb világot teremthessünk? Ezekre a kérdésekre végképp nincs kész és egyforma válasz, de ezek azok a problémák, melyéken tényleg érdemes néha elgondolkodnunk. Mindannyiunknak.

(Ford.: Miklósfalvi Mária, BFI-Budapest, 1993.)

**Margitta Nóra**