

A család fejlődése, az életciklus-szemlélet

1. A család mint kapcsolatok rendszere

„Az egyik legnehezebb feladat a mai világban, hogy a család eredeti funkciója szerint teljes életközösséggé válhasson, ne csak ágyrajáró szállás legyen.”

Skrabski–Kopp 2009

A családról mint egységről, kapcsolati rendszerről való gondolkodás irányultságának (képviselt családterápiás iskola, irányzat) függvénye a család konstruktumának meghatározása, így nagyon sok variációval találkozhatunk.

Hagyományos értelemben a család egy olyan elsődleges szociális csoport, amelybe az egyének beleszületnek, intim viszonyaival hozzájárul fizikai és lelki védelmükhöz (Barnes 1991). Bowlby (1982) szerint a tagok egymáshoz való ragaszkodásából származó konstrukció. Rendszerként olyan csoport, amelynek tagjai (1) befolyással vannak egymásra, (2) családként definiálják magukat és (3) koherenciát mutatnak értékrendben, identitástudatban (Lask 2004). A családot, mint a legkisebb formális társas szerveződést, jogok és kötelezettségek illetik meg (Bagdy 2007).

A családra jellemző a nonszummativitás, ami azt jelenti, hogy házastársi/családi rendszerként több jelentést hordoz, mint a tagjainak összessége (az egész több, mint a részek összessége).

2. Az életciklus-szemlélet

A családi életciklus fogalmát Haley 1973-ban vezette be a családról való gondolkodásmódba, mellyel felhívta a figyelmet a családi rendszer folyamatos változásának, alkalmazkodásának szükségességére, arra, hogy a családoknak időszakonként új feladatokkal, terhekkel kell megküzdenie, melyek egységesnek mondhatók. Komlósi (2009) megfogalmazásában családi életcikluson azokat az időszakokat kell értenünk, amikor a gyerek fejlődése a család addigi életében

változtatást követel. Az életciklus-váltások komoly lélektani terheket rónak a családtagokra, és a következő életszakasz boldogsága vagy boldogtalansága azon is múlik, hogy miként tudják ezt a krízist közösen megoldani.

Az életciklus-szemlélet egy gondolkodási keret a család kulturális és társadalmi normák talaján való működéséről (Barnes 1991), pozitívan mutatja be a család két egyidejű képességét: stabilitás-folytonosság fenntartása, valamint képesség a fejlődésre, változásra (Goldenberg–Goldenberg 2008).

3. Családi életciklus-modellek

A következőkben néhány életciklus-modellt mutatok be, melyekben az a közös, hogy minden alkotó fázist egy változást és új alkalmazkodást követelő életesemény indít el, melyet Zilbach (1989) életszakasz markernek nevezett.

Haley (2001) szerint a fontosabb szakaszok a következők:

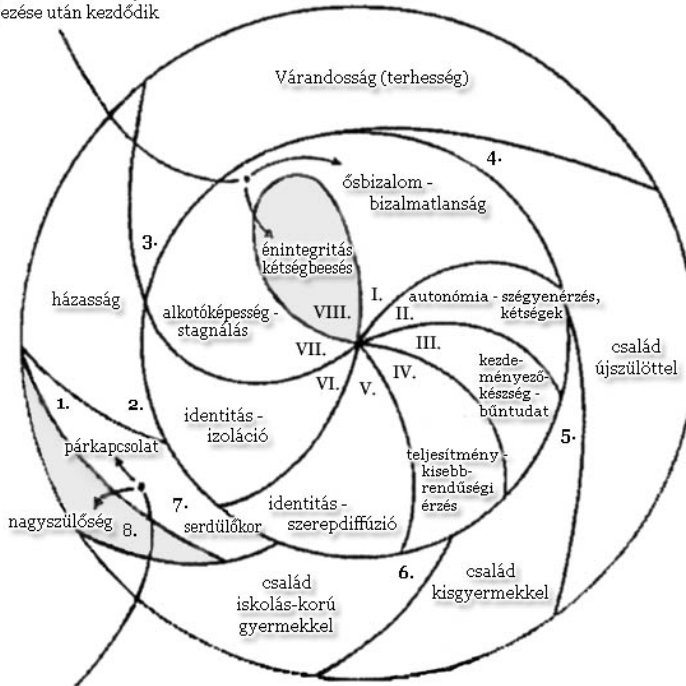
- az udvarlás szakasza;
- a házasság korai szakasza;
- a gyermek születése és a fiatal gyermekkel való bánás;
- a házasság középső szakaszának problémái;
- a gyermekek kirepülése a fészekből;
- a nyugdíjas és öregkor.

A fenti szakaszokat Dallos és Procter (2001) a válás, a válás utáni új család, az állásváltoztatás, a földrajzilag jelentős elköltözések életszakaszaival egészíti ki, mely változások szintén érintik a család valamennyi tagját.

Carter és McGoldrick (1989) modellje hat fázist ír le. Az első az egyedülálló fiatalok szakasza, amikor a fő feladat az otthonról való elköltözés, függetlenség érzelmi és anyagi téren egyaránt. A második szakasz az új házaspárról szól, amikor két család összekapcsolódik. A harmadik szakaszban a házaspár családja kisgyermekkel bővül, ekkor a fő feladat az új családtag befogadása. A negyedik szakasz a serdülőt nevelő család szakasza, amikor a család határai rugalmasabbakká válnak. Az ötödik szakaszban a fiatalok gyermekek önállósulnak, a házastársi rendszer ismét diáddá alakul. A hatodik szakasz a család későbbi életszakasza, amikor gyakran szembesül veszteséggel.

Az alábbi ábra az eriksoni pszichoszociális fejlődés nyolc szakaszát kapcsolja össze a családi életciklusokkal:

Egy új életciklus az előző életciklus feladatai teljesítésének befejezése után kezdődik



A származási család átmeneti szakasza amely a születő új családdal és a nagyszülőséggel kibővül

*Az eriksoni és a családi életciklus szakaszainak összefüggései
(Kurimay 2004, 163. o.)*

Hardy, Barát és Horti (2003) a női életciklusokat külön tárgyalja, és az aktuális szerepek vonatkozásában különít el öt fázist: lány szerep, felnőtt nő, anya szerep, az életközép asszonya, idős nő.

Hill–Rodgers életciklus modellje

Részletesen Hill és Rodgers (1964) életciklus modelljét ismertetem, melyben az egyes szakaszokba való besorolás minden esetben az elsőszülött gyerek életkora szerint történik.

A Hill–Rodgers-modell a családi élet fejlődését nyolc szakaszra bontja:

- Újonnan házasodott pár, gyermek nélkül

- Csecsemőt és/vagy kisgyermeket (születéstől 3 éves korig) nevelő család.
- Óvodáskorú (3–6 éves) gyermeket nevelő család.
- Iskolás (6–14 éves) gyermeket nevelő család.
- Serdülő (14–18 éves) gyermeket nevelő család.
- Felnövekedett gyermeket kibocsátó család.
- Magukra maradt, még aktív (dolgozó, munkahellyel rendelkező) szülők családja.
- Idős házaspár családja nyugdíjazás után.

Újonnan házasodott pár, gyermek nélkül

Ebben az életszakaszban fő feladat a házastársi identitás kialakítása és az ezzel járó felelősség vállalása, ami egyéb társas (rokon, baráti, munkatársi) kapcsolatok házastársi kapcsolatnak való alárendelését jelenti, ami az egymáshoz való alkalmazkodás lényeges feltétele (Komlósi 1997). Napjainkban a házasságok későbbi életkorban kötődnek, kitolódott a tanulmányok befejezésének időszaka, mely nehezebbé teszi az eredeti családtól való leválást, és így a házastársi „mi-tudat” létrejöttét.

Csecsemőt és/vagy kisgyermeket (születéstől 3 éves korig) nevelő család

A megszülető gyermek a családképződés fordulatót hozza, a házastársaknak újra kell definiálniuk, ki kell bővíteniük a „mi” identitásukat. A változás az anyák számára a legjelentősebb, ugyanis egy időre szüneteltetik a munkahelyüket, beszűkül az életterük, izolálódnak. Jellegetes az erős fáradtságérzés, a fizikai kimerülés, a lelki-teszt legyengülés (Bagdy 2007).

Jelentős szerep jut ebben az életszakaszban az apáknak, a közeli barátoknak, rokonoknak, akiknek a bátorítására, támaszára nagy szüksége van minden anyának, de főként az először szülő nőknek. A párterápiás gyakorlat azt mutatja, hogy ebben a szakaszban az apák gyakran érzik elhanyagolva magukat, melynek következtében ellentétes folyamat indul el: a munkába temetkeznek, egyre kevesebb időt töltenek otthon, ami a feleség egyre fokozódó kimerültségéhez és elégedetlenségéhez vezet. Rendkívül fontos a pár közötti kommuniká-

ció, a teherviselés és az örömök megosztása, valamint annak a tudata, hogy fokozottan terhelt, de múltó életszakaszról van szó.

Ehhez az életciklushoz kapcsolódóan a KRE Pszichológiai Intézetében végzett kutatás eredményéről szeretnék beszámolni: Kiss Zsófia (2004) interaktometriával és a válaszok tartalomelemzésével fiatal párok kapcsolati és kommunikációs jellegzetességeit vizsgálta a szülővé válás folyamatában. A vizsgálat eredményei szerint a gyerekvállalással nőtt a pár kooperációs aktivitása, a gondoskodás és a közös feladat iránti elköteleződés, valamint csökkent a kezdeti szorongásos bizonytalanság.

Óvodáskorú (3–6 éves) gyermeket nevelő család

A gyerek óvodába kerül ebben az életszakaszban, amelynek a megszokása, az elválás, kihívás az egész család számára, továbbá gyermeknevelés szempontjából ugyancsak erre az időszakra esik néhány kritikus pont: a szobatisztaságra nevelés, a dackorszak, testvérféltékenység, gyermekkori félelmek, szorongások (Hegyiné 2003), melyek adekvát kezelése a szülők alrendszerének feladata. Az anya gyakran ebben az időszakban tér vissza a munkahelyére, ami újabb feszültségforrás lehet. A házastársi kapcsolatra hatással van a napi ritmus megváltozása is, melyben egyensúlyt teremteni az egyéni igények, elvárások megfogalmazásával, egymásra figyeléssel lehetséges.

Iskolás (6–14 éves) gyermeket nevelő család

Az iskolakezdés a családot újabb feladatok elé állítja, azonban ez a szakasz a gyerek egyéni fejlődése szempontjából békés, amennyiben nem történik válás, haláleset, trauma (például állásvesztésből adódó létbizonytalanság) vagy egyéb kritikus változás (Bagdy 2007). Sajnálatos módon a statisztikák azt mutatják, hogy sok házasság ebben az életszakaszban meggyengül, a szülők a saját problémáikra figyelnek, ami a gyerek igényeinek, szükségleteinek háttérbe kerülését eredményezheti.

Serdülő (14–18 éves) gyermeket nevelő család

Az önálló identitástudat szerveződése a serdülőkor legfőbb feladata, az eddigi szülő-gyermek aszimmetrikus kapcsolatnak egy szimmetrikusabb viszony

felé kell haladnia (Komlósi 1997). A serdülő gyermek számára megnő a kortárskapcsolatok jelentősége, a barátok személyes életében betöltött szerepe, amely a szülőtől fokozott rugalmasságot igényel. Ez az életszakasz az egész család számára megpróbáltatást jelent azért is, mert a szülőknek ekkor kell megküzdeniük saját, életközépi válságukkal, a nagyszülők betegségeivel, ami a terheltségüket jelentősen növeli, és szükségessé válik a házastársi kapcsolat egymást támogató funkciójának előtérbe kerülése.

Felnövekedett gyermeket kibocsátó család

A felnőtt gyermekek ebben az életszakaszban szembesülnek az önállóság adta lehetőségekkel és terhekkel ugyanakkor: szabadon dönthetnek, választhatnak adott lehetőségek közül, azonban a felelősséget is nekik kell vállalniuk. Hegyiné (2003) szerint a családból kiváló ifjú feladatai a következők: a gyermeki én-től való távolodás, önmagáért és másokért való felelősségvállalás, átértékelt szülő-gyermek kapcsolat, felelősségteljes szexuális viselkedés, egzisztenciális tervek, önmegvalósítás.

Magukra maradt, még aktív (dolgozó, munkahellyel rendelkező) szülők családja

Ebben az életszakaszban a gyerekek kirepültek a családból, a többtagú család ismét párrá alakult. A szülők még munkahelyen dolgoznak. Az életkor következtében testi és lelki változásokon megy keresztül a pár: a nő maszkulinizálódik, a férfi gyengül, feminizálódik (Bagdy 2007), melynek következtében a házaspárnak át kell értékelnie kapcsolatát, melyre pozitív hatást gyakorolhat a gyerekek önállósulásából adódó tehermentesülés. A nagyszülővé válás különleges öröm- és életerőforrás ebben az életszakaszban.

Idős házaspár családja nyugdíjazás után

„Lélekben az ember öregen is olyan szerelmes lehet, mint húsz éves korában. Csak a teste már nem engedelmeskedik ennek a szenvedélynek. Kötelező-e ezt tragédiaként megélni? Segíthet-e némi életbölcesség?” – teszi fel a válasszokat önmagukban sugalmazó kérdéseket Bagdy, Belső és Popper (2004).

A nyugdíjba vonulás számos mentális és kapcsolati problémát felvet, ugyanis megszűnik a napi rutin, átalakulnak kollegiális kapcsolatok, a jelenlegi társadalmi viszonyaink között egzisztenciális gondok is adódhatnak. A házaspárnak egészségi gondokkal kell szembenéznie, a gyerekek segítségére szorulnak, melynek következtében a szülő-gyermek kapcsolat fordított irányban, de ismét aszimmetrikussá válik. Ebben az életszakaszban külön nehézséget jelent a házastárs elvesztése, a házastársi szerepkör megszűnése. Azonban a nyugdíjas-kor különösen kedvez a nagyszülői szerepnek, a társadalmi feladatvállalásoknak.

Irodalomjegyzék

- Bagdy E.: Családi életciklusok és fejlődési sajátosságok. In Bagdy E. – Kalo J. – Popper P. – Ranschburg J.: *A család: harcmező és békesziget*. Budapest, 2007, Saxum Kiadó.
- Bagdy E. – belső N. – Popper P.: *Szeretet, szerelem, szexualitás*. Budapest, 2004, Saxum Kiadó.
- Barnes, G. G.: A családi életciklus. In *Család, terápia és gondozás*. Alapvető ismeretek a családokról és a családterápiáról. Családterápiás olvasókönyv sorozat II. Budapest, 1991, Animula Kiadó.
- Bowlby, J.: Attachment and Loss. Vol. 1. Attachment, New York, 1982.
- Carter, B. – McGoldrick, M.: Overview: The changing family life cycle – a framework for family therapy. In Carter – McGoldrick, M.: *The Changing Family Life Cycle*. 2nd. Ed. Allyn and Bacon, Boston, 1989.
- Dallos R. – Procter H.: A családi folyamatok interakcionális szemlélete. In Bíró S. – Komlósi P. (szerk.): *Családterápiás olvasókönyv sorozat I*. Budapest, 2001, Animula Kiadó.
- Goldenberg, H. – Goldenberg, I.: *Áttekintés a családról*. Első kötet. (Családterápiás sorozat 19.) Budapest, 2008, Animula Kiadó.
- Haley J.: A család életciklusa. In Horváth-Szabó K. (szerk.). *Családpszichológia I*. Szöveggyűjtemény. Piliscsaba, Pázmány Péter Katolikus Egyetem, 1976, 2001.
- Hardy J. – Barát K. – Horti M.: Női szerepek és pszichiátriai zavarok. In Koltai M. (szerk.): *Család – pszichiátria – terápia*. Medicina Könyvkiadó, Budapest, 2003, Medicina Könyvkiadó.

- Hegyiné Ferch G.: *Családpszichológia*. Budapest, 2003, Corvinus Kiadó.
- Hill, R. – Rodgers, R. H.: The developmental approach. In Harold T. Christensen, H. T. (ed.): *Handbook of marriage and the family*. Rand McNally and Co. Chicago, 1964, 171–211. p.
- Kiss Zs.: A párkapcsolati dinamika változása az első gyermek megszületésével. In *Alkalmazott pszichológia*. 3: 20–39. p.
- Komlói P.: A családi élet – változások folyamata. In Gutman B. (szerk): *Családi boldogság, családi pokol? Az együttélés művészete*. Budapest, Jaffa Kiadó, 2009, 71–96. p.
- Komlói P.: A család támogató és károsító hatásai a családtagok lelki egészségére. In Bernáth L. – Solymosi K: *Fejlesztélektan szöveggyűjtemény*. ELTE TFK. 1997, 213–235. p.
- Kurimay T.: *Családterápia és család-konzultáció – Európai távoktatási tankönyv*. Budapest, 2004, Coincidencia Kiadó.
- LASK J.: A család és kontextusa. In Kurimay T. (szerk.): *Családterápia és család-konzultáció – Európai távoktatási tankönyv*. Budapest, 2004, Coincidencia Kiadó, 17–44. p.
- Skrabski Á. – Kopp M.: *A boldogságkeresés útjai és útvesztői a párkapcsolatokban*. Budapest, 2009, Szent István Társulat.
- Zillbach, J.: The family life cycle: A framework for understanding children in family therapy. In Combrinck – Graham (eds.). *Children in family contexts*. Guilford, New York, 1989.