

# STRUKTURÁLIS CSALÁDTERÁPIA A GYAKORLATBAN I. RÉSZ

Rendszerszemlélet:

A rendszer kifejezés mindennapi szóhasználatunk része: beszélünk társadalmi rendszerekről, idegrendszeréről, naprendszeréről... Mi ezekben a közös? A rendszer a kapcsolatokról szól, megvilágítja, hogy a részek miként függenek össze egymással, ezáltal előrejelezhetővé teszi a dolgokat, jelenségeket. A rendszer részei hatással vannak egymásra, ezek a hatások ismétlődnek, ezáltal ad a rendszer lehetőséget az előrejelzésre (Minuchin, Colapinto, Minuchin, 2002).

"A rendszer, egymással kapcsolatban lévő, egymás működését kölcsönösen befolyásoló elemek egysége." (Székely, 2003. 13. o.)

Ennek a tudományos paradigmának a lényege, hogy az embert (jelenséget, tárgyat) nem önmagában, hanem egymással és környezetükkel összefüggésben, kapcsolataiban tanulmányozza.

## STRUKTURÁLIS CSALÁDTERÁPIA A GYAKORLATBAN &ndash; I. RÉSZ

A rendszerszemlélet rövid története

A rendszerszemléletet először a fizikában alkalmazták a XIX. században. Ekkor a jelenségeket a zárt rendszer elve alapján magyarázták. Ebben a rendszerben megkülönböztették az anyagot, az energiát és az információt. Az energia képes az anyagban változást előidézni, az információ irányítja az energiát. A zárt rendszer elmélete szerint az energia kívülről hat a rendszerre, illetve az anyagra. Erre jó példa a XIX. században feltalált gőzmozdony, ahol a dugattyúkat a kívül termelt gőz mozgatja, az információt pedig a kezelő által meghatározott jelzések közlik.

A XX. században nagy fejlődés következett be a természettudományokban (Einstein relativitáselmélete és az atomfizikai felfedezések nyomán, - az atomban együtt van az anyag és az energia is). A zárt rendszer elméletet lassan felváltotta a nyitott rendszerben való gondolkodás. Ludwig von Bertalanffy közzétette a rendszerszemlélet általános alkalmazhatóságának elméletét a társadalomtudományokban, James Miller (1965) pedig kidolgozta a nyitott rendszerek tulajdonságait.

Nyitott - élő rendszer tulajdonságai

Az ilyen rendszerben az energia része a rendszernek, az információ - ami meghatározza a rendszer mintázódását - a környezetből, vagy a rendszerből ered. Az információ a rendezetlenség, szervezetlenség állapotából a mintázódás irányába mozdítja a rendszert. Minél több változatosabb az információ egy rendszerben, annál inkább képes több, egyenlő esélyű alternatíva között választani, vagyis képes rugalmasan alkalmazkodni a külső és belső környezethez (váratlan zaj - állapot elmenekül, információkkal rendelkező ember többféleképpen reagálhat).

A folyamat, ami az információt a rendszer egyik pontjáról a másikra eljuttatja, a kommunikáció. Ha a kommunikációban zavar keletkezik, a rendszer az entrópia, azaz a rendezetlenség felé mozdul el (pl. zavaros kommunikációjú családok).

Az élő rendszer nyitott, azaz képes a környezetével energiát és információt cserélni, ezáltal alkalmazkodni a külső és belső változásokhoz és képes a környezetére hatást gyakorolni.

Az élő rendszer önszabályozó, azaz a dinamikus egyensúlyra törekszik. Ezt a rendszerben működő energia két, egymással összefüggő, egymást kiegészítő mozzanata hozza létre. Ez lehet a morfosztázis (az állandóság, stabilitás megtartására irányul) vagy a morfogenezis (ami a változást idézi elő). Ezen energiák működését a visszacsatolás jelenségénél figyelhetjük meg, ami nem más, mint a rendszer reagálása valamely rendszerre. A pozitív visszacsatolás a rendszerben változást okoz, a negatív pedig a rendszert a változás előtti állapot irányába mozdítja (pl. 10 helyett 3-kor haza érő kamasz. Pozitív visszacsatolás, ha a család változtat a szabályokon, negatív visszacsatolás, a család ellenállása). Fejlődőképes élő rendszerben a két egymást kiegészítő energia egyensúlyban áll, reagálva a külső és belső változásokra.

Az élő rendszer további jellegzetessége az egységes működés, azaz az egyik elem változása magával hozza a többi elem és az egész rendszer változását - és fordítva.

A rendszer több, mint az elemek összessége, vagyis attól, hogy ismerjük az elemeket egyenként, nem jelenti azt, hogy ismerjük a rendszert.

Az élő rendszert határok választják el a környezetétől. A határok megjelölése azonban elvi, azaz a megfigyelő érdeklődési körétől függ. A határok többfélék lehetnek: világosak, merevek, elmosódottak. A határok nemcsak a rendszer és a környezete között léteznek, hanem a rendszeren belül, azaz az alrendszerek között.

Miller két fontos kifejezést jelöl még meg.

Struktúra, vagyis szerkezet, ami nem más, mint a rendszer alrendszerének és elemeinek egymáshoz való rendeződése egy adott időben. Ez többé-kevésbé állandó.

Folyamat, azaz minden megfigyelhető változás az anyagban, energiában, illetve információban. Az ismétlődő interakciók - szabályok - mintákká alakulnak, meghatározva a rendszerben történő folyamatokat (Székely, 2003).

Ha a rendszerszemléletben, illetve annak fogalmaival gondolkodunk a családról, akkor azt állíthatjuk, hogy az ember nem önmagában létezik, hanem több, nagyobb rendszer, pl. a családi rendszer részeként. A család legkisebb alrendszere pedig az egyén, az egyes ember. Az ember része több szociális közegnek pl. a családnak, ami ha jól működik, az ember is jól tud működni, viszont ha diszfunkcionálissá válik, ebből következően az egyént magát is a diszfunkcionalitás jellemzi. Ha problémák keletkeznek a családon belül, több, mint valószínű, hogy problémák keletkeznek az egyén életében, esetlegesen személyiségében is.

Ez a folyamat természetesen visszafelé is igaz: ha az egyes embernek van belső problémája, amit nehezen vagy nem tud megoldani, ennek hatása az őt körülvevő csoport, esetlegesen a család rendszerére is hatással lesz.

Elmondhatjuk tehát, hogy az egyén és a család, illetve családtagok körkörösen, cirkuláris oksági kapcsolatban vannak egymással.

(Folytatjuk.)

Kozékiné Hammer Zsuzsanna

pszichológus