

# A milánói („szisztémás”) iskola alapjai



Túry Ferenc

Centro Milanese di Terapia della Famiglia  
megalakulása: 1972, Milánó

Vezető: Mara Selvini-Palazzoli

Tagjai: Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin, Giuliana Prata



1916-1999  
Selvini-Palazzoli



1932-2004  
Cecchin



1936-  
Boscolo

Korábban pszichoanalitikus képzésben részesültek.

Kapcsolat a Palo Alto-i csoporttal: Bateson,  
Watzlawick.

Selvini-Palazzoli kezdetben anorexiásokkal  
foglalkozott, később pszichotikusokkal is.

1979-től szétváltak: Selvini-Palazzoli pszichotikusok  
családjával kezdett foglalkozni.

Boscolo és Cecchin a terápia vezetési módjának kidolgozásával foglalkozott: úgy jön létre a változás, hogy nincs beavatkozás.

A terapeuta–család rendszer ideiglenes kölcsönhatása révén jön létre a változás.

Öngyógyító folyamatok beindítása – nem kell törekedni a rendszer megváltoztatására: ez a mai szisztémás megközelítés.

A milánói irányzat alapelvei:

- *hipotézis-alkotás*
- *cirkuláris kérdezés*
- *neutralitás*

Olyan kezdeti hipotézist állítanak fel, mely megmagyarázza a tünetet a családi rendszeren belül.

Minden tünet kommunikációs értékkel bír.

# 1. Hipotéziskészítés

A hipotézis olyan feltevés, amely az érvelés alapja, függetlenül annak valóságtartalmától.

A családtól nyert információk alapján kidolgozunk egy hipotézist, amelynek érvényességét vizsgáljuk a gyakorlatban.

Ha hamis: másik hipotézisre van szükség, amelyben benne vannak az előző feltevés tesztelése alapján nyert információk.

Igazolás – elutasítás lehet belőle.

A hipotézis értéke funkcionális. Hasznos vezérfonal, melynek révén új információk alapozhatók meg, amelyek alapján az előző vezérfonal megerősíthető, módosítható, vagy elvethető.

A hipotézisnek a teljes családi rendszerre igaznak kell lennie.

## 2. Cirkularitás (rendszerszemlélet)

Alapja az a meggyőződés, hogy a családtól nyerhető információk a kapcsolatok változásán, különbségein alapulnak.

Cirkuláris kérdés: a család egyik tagját megkérdezzük a család másik két tagjának kapcsolatáról.

Hasonló kérdéseket tehetünk fel minden családtagnak.

Ekkor a családtagot arra is készítetjük, hogy a másik kettő jelenlétében beszéljen. Ez nyílttá teszi a kommunikációt.



## *A cirkuláris kérdések három területre irányulnak:*

1. A család hiedelemrendszere: a viselkedésnek tulajdonított jelentés. Ide tartoznak a változással kapcsolatos hiedelmek is.
2. Viselkedés: ki, mit, hol, mikor, kivel? A családtagok rangsorolása is ide tartozik.
3. Kapcsolatok: feltárják a családtagok közötti, hiedelmekből és cselekvésekből összeálló kapcsolatot.

## *Az információk gyűjtésének néhány módszere:*

1. Egy eseménynél milyen interakciós minták jelentkeznek: *„mit csinál apád, amikor a testvéred megüti anyádat?”*
2. Viselkedésbeli különbségek: *„mit csinálnak a szüleid, amikor veszekednek?”* Nem a belső indítékok értelmezését várjuk el, hanem a viselkedés leírását kérjük.
3. Családtagok rangsorolása: *„ki mennyire szeret otthon maradni vasárnap, osztályozd a családtagokat ebből a szempontból!”*

4. A kapcsolat változását indukáló viselkedés kutatása: *„anyád és bátyád mikor veszekedtek többet, mielőtt apád beteg lett, vagy inkább azóta?”*
5. A feltételezett körülményeknek tulajdonítható különbségek megtalálása: *„ha a testvéred otthon maradna és nem menne férjhez, apád örülne-e ennek?”*

### 3. Neutralitás

A terapeuta viselkedése a teljes családra irányul, nem áll egyik vagy másik családtag mellé.

Mindenkit támogat.

Mindig más és más családtag szövetségese lesz átmenetileg: ha ugyanis megkérdez valakit másik két családtag viszonyáról, átmeneti szövetségessé válik.

A terapeuta így mindenkivel szövetségben van, ugyanakkor senkivel sem.

Az ítéletalkotás ennek ellene szól, mert ha ezt tesszük, szükségszerűen valakinek a szövetségesevé válunk.

A milánói iskola szerint a terapeuta csak annyira lehet hatékony, amennyire ki tudja alakítani ezt a neutrális helyzetet, azaz meta-szintet.

A neutralitás inkább a kíváncsiság állapotát jelenti.

A viselkedés megmagyarázása valamilyen ítéletet jelent.

Az interakciók többszólamúak: nem az a fontos, hogy valakinek igaza van-e vagy sem, hanem az, hogy a kapcsolatot hogyan befolyásolják a különböző dolgok.

Nem rigid megítélésről és az azt követő korrekcióról van szó.

A neutralitás mai jelentése: a szakember tartsa fenn integritását és ne tévessze szem elől a határt személyes és szakmai énje között.

A neutralitás stratégiai alkotóelem, amelyet a terapeuta egy önmegfigyelő folyamat révén ér el: milyen stratégiai helyzetet kell felvennie abból a célból, hogy változást előidéző folyamatot alakítson ki önmaga és a kliens között.

# *A neutralitás hiányának tünetei:*

## 1. Unalom.

Akkor jelentkezik, ha úgy érezzük, hogy már értjük, mi történik.

Vagy: már megtaláltuk a jó megoldást – nem érdekelnek bennünket más lehetőségek.

## 2. Pszichoszomatikus kellemetlenségek: fejfájás, izzadás, stb.

Ezek annak a jelei, hogy nagyobb felelősséget vállaltunk át a probléma kontrollálásában: mi kontrolláljuk a családot ahelyett, hogy felkutatnánk belső erőforrásait.

A terápiás felelősség azzal kezdődik, hogy szemügyre vesszük saját helyzetünket a szervezetben.

*További lényeges elméleti fogalmak  
és technikai elemek:*

- Hiedelmek, rítusok
- Pozitív konnotáció
- Paradoxonok



# A milánói ülés ötrészes, rituális forgatókönyve

1. Előkészítő ülés („presession”): a team tagjai közötti megbeszélés, vita a családról (5-20 perc).
2. Interjú: a terapeuta (terapeuták) interjút készít(enek) a családdal, amit a team többi tagja megfigyel (50-90 perc).
3. Közbenső megbeszélés („intersession”): a team tagjai megvitatják az interjút, a család várakozik (15-40 perc).
4. Intervenció: a terapeuta közvetíti a team következtetéseit a családnak (5-15 perc).
5. Utóülés („postsession”): a team befejező megbeszélése, vitája.

## *Összegzésül:*

A három alapelv egymásra ható triász.

A neutralitás hozza létre a számtalan hipotézis kialakulási közegét.

A sokféle hipotézis elindítja a rendszerszemléletű minták keresését és a cirkuláris kérdéseket.

# A milánói iskola megfigyelései pszichoszomatikus családokról

A tünezhordozó homeosztatis, stabilizáló funkciót  
tölt be a családban.

A tünet a problémamegoldás téves kísérlete.

## *A pszichoszomatikus családok kommunikációjának fő jellemzői:*

1. A családtagok rendszerint visszautasítják vagy érvénytelenítik egymás üzeneteit.
2. A szülők vonakodnak a személyes vezető szerep nyílt vállalásától.
3. A két tag közötti nyílt koalíció egy harmadik személlyel szemben tiltott, bár a titkos koalíciók gyakoriak.
4. A családtagok nem tudnak személyes felelősséget vállalni hibáikért.

5. A házastársak között a rejtett feszültségek ellenére a házasság stabil, de krízishelyzetben ez a látszólagos egyensúly megbomlik.
6. Az áldozatvállalás fontos érték; az lesz az erősebb, aki nagyobb áldozatot hoz.
7. A gyermek a gyengébbnek vélt fél mellé áll, s ez lehetetlenné teszi az autonómiát.