

A rendszerszemlélet

Dr. Komlósi Piroska, docens

Károli Gáspár Református

Egyetem

A családterápia gyökerei

1. Házassági tanácsadás (USA)
2. Nevelési tanácsadói hálózat
3. Csoportdinamika
4. Schizophrenia kutatás
5. Kommunikáció kutatások
6. Rendszerszemlélet
7. Családszociológia
8. Fejlődéslélektan (tárgykapcsolat-elmélet)
9. Pszichodinamika/pszichoterápia

Családterápia Magyarországon

- Szakmai könyvismertetések, referálások:
Buda Béla írásai (1969-től)
- Preóbálkozások:Lipót (OIE)–Pesthidegkút:
Kun, M. Goldschmidt D., Füredi J., 1972-től
- Böszörményi-Nagy Iván (Sportkórház, 1980)
- Jenkins, Hugh (London – Budapest : Lipóti képzés 1989)
- Székely Ilona(1993)
- Rátay Csaba - MCSE

Tudományos paradigma

Rendszerező elv.

A megfigyelt jelenség, mint egység

- szerkezetére,
- folyamataira,
- működésének szabályaira

vonatkozóan gyűjti össze az információkat.

Paradigma váltás

XIX.sz.: zárt rendszerek elve, miszerint anyagból, energiából és információból állnak, s hiányuk esetén entrópia lép fel.
(lineáris = ok-okozati gondolkodás)

XX. sz.: a természettudományok fejlődése a nyitott rendszerek paradigmájához vezetett.
(cirkuláris okság = minden mindennel összefügg)

Kontrollálás !?

„ A teória a háló, amelyet kivetünk,
hogyan befogjuk vele, racionalizáljuk,
megmagyarázzuk és hatalmunk alá
hajtsuk a világot.” (Karl Popper)

Alázatos kíváncsiság

„Vizsgálódásainkat... a kontrollálás igénye helyett... a világ iránti őszinte és alázatos kíváncsiság és csodálat kellene, hogy vezesse. Az ilyen munka jutalma nem a hatalomnyerés, hanem a szépség felfedezése.” (Gregory Bateson)

Wiener(1954): kibernetika,(az önkorrekció
a múltbeli információk jövőbeli hatása)

Ludwig von Bertalanffy (1968):

„General Sysytem Theory”

- a rendszerekben szabályok működnek
- evolúció: a külső feltételek és a belső szerveződés kölcsönhatása (*epigenetika*)

Rendszerszemlélet a családterápiában

A Bertalanffy általa leírt szabályszerűségek a családok működésében felismerhetőek.

A családterápia alapvető szemléletmódja a rendszerszemlélet. (Walsh, F.1982)

Az ember individuum, önmagában is komplex rendszer, aki a környezetével való kölcsönhatásban tud csak létezni.

1. Cirkuláris okság

- A rendszer egyetlen elemének változása kihat a rendszer valamennyire elemére.

Például:

- **biológiai fejlődés** okozta változás
(iskolás korba lépés, kamaszkori válságok)
- **környezeti hatások**
(munkanélkülivé válás, elköltözés)

2.Hierarchikus struktúra

A hierarchia csúcsán: több képesség,
több feladat

- az **alrendszerek** funkcionális egységek.
házastársi -, szülői -, gyermeki-,
ödipális -, nemi-, nagyszülő-unoka.
- a **határok** működése döntően
befolyásolja a rendszer hatékonyságát.

A határok működéséről

A határok az **áteresztésük** mértékének változásával alkalmazkodnak az aktuális helyzethez:

- **beengednek** szükséges információkat
- **elzárják** védekezésül a fenyegető info-t
- **kiengedik**, jelt adnak a környezetüknek

A határok feladatai

- **Szabályozza** a ki- és bejutó információkat.
(„Lehet, hogy leépítés lesz a cégnél!, De még ne mondjuk el se a gyerekeknek, se anyádéknak!”)
- **Megszűri** a rendszert fenyegető hatásokat.
(„Köszönjük a kölcsönt, de megpróbáljuk magunk.!”)
- **Összetartja** a belső erőket.
(„Most nem tudunk kölcsön adni, hisz itt a karácsony”)

A határok működése

- A rendszer **fejlődésével** együtt alakul ki.
(a stabilabb kötődés nagyobb határ-átjárást is elbír)
- A rendszer **irányítja** a működését (feed- back).
(ha a változás engedélyezett, kinyílik)
- Hatékonyságához **rugalmasság**/tolerancia kell.
(a belső biztonságérzés teszi lehetővé)

A határok diszfunkciói

- **Rigiddé válása** : (vészhelyzet kontrollálása céljából, mint a várak hídjainak felhúzása)
- **Túlzott átjárhatóság** (túlzott kinyílás, beengedés, „fűtől-fától tanácskérés”)
Összeolvadás (enmashed family)
- **Inadekvát működés** (kaotikus jelzések a rendszerből: hol kér, hol elutasít)

Diagnosztikus szempontok

- A határok működéséből következtetünk a rendszer aktuális állapotára, alrendszerek viszonyára (házastársi ill. a szülő-gyermek). Regresszióban inadekvát, túl zárt vagy túl nyitott működésűvé válhat.

A rendszer működésének javításához a határok működése felméréndő, majd terápiás cél lehet a „határvédelem”.

Terápiás szempontok

A rendszer működésének javításához a határok működése felméréndő, majd terápiás cél lehet a „határvédelem”.

A terápiás tervhez értékes információt szolgáltat pl. az összemosódás vagy a merev zárás/szakadás, aminek a feldolgoztatása a rendszer működést javítja.

3. Nonszummativitás

Az egész több, mint a részek összessége

$2 + 2 = 5$ *synergia* (kohézív, konstruktív)

$2 + 2 = 3$ (diszfunkcionális, destruktív)

4. Homeosztázis

Minden rendszer igyekszik az **egyensúlyi állapotát**, (a status quot), **megőrizni**.

(A megszokotthoz ragaszkodik, az eltérést kontrollálja, állandóságra törekszik.

A változás **bizonytalansággal fenyeget**, ezért a rendszerek annak ellenállnak.

(ellenállás a terápiában is a változásnak)

5. Autoreguláció

A rendszer **önszabályozó funkciója** hivatott eldönteni, hogy a változást engedélyezi-e, vagy nem.

A visszacsatolási (feed-back) rendszer dönt:

- **NEGATÍV**= a változást nem engedélyezi
(biztonság vs. fejlődés)
- **POZITÍV**= a változást engedélyezi, vállalja

6. Ekvifinalitás

A rendszerben különböző folyamatok is vezethetnek ugyanahhoz a végeredményhez.

7. Morfogenezis

- A rendszer szerkezetének is változnia kell időnként, ha az adaptáció ill. **fejlődés azt kívánja**
- A rendszer képes önmagán belül új struktúrát kialakítani a túlélés érdekében, ha **krízisek** lépnek fel.

8. Működési sajátosságok

- **Kommunikáció:** minden viselkedésmód kommunikáció is (viszonyszabályozó)
- **Családi szabályok:** rejtettek, kevés számúak, ismétlődő interakciókban jelennek meg
- **Nyitott rendszer – zárt rendszer**

Javasolt szakirodalom

1. Hézser Gábor: Miért? Rendszerszemlélet és lelkipogondozói gyakorlat. Kálvin K. Bp 2001. 9-29.

www.kalvinkiado..... Letölthető

2. Ludewig, Kurt: Rendszerszemléletű terápia. Coincidencia, Bp. 2003.65-119.