

Elakadás a családterápia folyamatában

Elakadás okai:

- ~ vagy a kliens nem eléggé motivált
- ~ vagy a terapeuta nem eléggé motivált
- ~ vagy egyéb reális tényezők (pénz, idő, stb.)

Fontos, hogy észrevegyük az elakadást, megálljunk és átgondoljuk a helyzetet. Ha lehet, akkor vigyük szupervízióba az esetet.

Az elakadást leginkább saját érzéseinkről lehet felismerni:

- ~ frusztráció érzése
- ~ „keményen dolgozom, de nem történik semmi”- érzése
- ~ meg nem felelés, inkompetencia érzése
- ~ csalódottság – kis haladás után nagy visszaesések
- ~ reménytelenség, tehetetlenség érzése
- ~ provokációtól, kritikától való félelem
- ~ eszköztelenség érzése
- ~ harag érzése valamelyik családtag iránt

Ha elakadunk, tárgyyszerűen dolgozunk, konkrét megoldásokon agyalunk, nem nézünk a dolgok mélyére. (pl.: ki – mikor – hogyan – mennyit mosogasson, stb.)

Az elakadás legfőbb oka lehet, hogy a terapeuta részévé vált a rendszernek, bevonódik, és vele együtt tartja fenn a család kóros egyensúlyát.

A család tudatlanul is felméri a terapeuta gyenge pontját, és konkrét szerepbe helyezi, pl.:

- ~ gyermekek megmentője
- ~ gyámoltalan nők szószólója
- ~ békítő (konfliktuskerülő személyiség esetén)

A családterápiába eredeti családjukban betöltött szerepünk, párterápiába pedig jelen párkapcsolatunkban betöltött szerepünk mentén vonódunk be.

Ha elakadást tapasztal a terapeuta, akkor újra átgondolandóak:

- ~ a keretek, és a szerződés,
- ~ a módszer, és a stílus,
- ~ a bevonódás.

A keretek, és a szerződés, mint elakadási ok:

- ~ ha szívességből jönnek el a terápiába – önkéntesség kérdésének tisztázása
- ~ látszat-megfelelés
- ~ ha a terapeuta és a család céljai szétcsúsznak. - A terápiás szerződés megkötésénél fontos kérdés: Milyen valós következményei lennének annak, ha a kitűzött célok tényleg megvalósulnának? Ha ennek a kérdésnek a megvizsgálását elmulasztja a terapeuta, az okozhatja a célok szétcsúszását.

A módszer, és a stílus, mint elakadási ok:

- ~ bizonyos módszerek, témák meghaladják a terapeuta lehetőségeit,
- ~ kapcsolódás a családhoz (stílus, stb. felvétele) – közös bizalmi légkör kialakulása,
- ~ homályos megfogalmazás pl. a házi feladatok feladásánál, emiatt nem teljesítik.

Broderick – féle lista, arról, hogy a terapeuta milyen élményei hajlamosítanak az erős viszontáttételes érzésekre:

- ~ erőszak volt a múltjában,
- ~ eredeti családjában hangsúlyozottan elhanyagolt volt,
- ~ parentifikált gyerek volt,
- ~ szép, okos, tehetséges testvér árnyékában nőtt föl → rivalizál a családtagokkal,
- ~ aktuális párkapcsolatában elhagyva, elhanyagolva van → elkezd az ellenkező nemű családtag elismeréséért küzdeni.

Ezek következtében a terapeuta elveszítheti szabad manőverezési képességét.

Coterápia segíthet az elakadásban: dinamikus orientált párterápiából férfi-nő terapeutapáros — ők a minta a családnak.

Coterápia arra is jó, hogy a különböző szempontokat hogyan lehetne érvényesíteni - ennek segítségével kívülről is lehet látni a dolgokat, alkalmas az ambivalenciák kihangosítására.

A legnagyobb veszély, ha a terapeuta-pár rivalizál egymással, ez az intimitás erejét csökkenti. Az is hiba, ha a terapeuta-pár nem áll a hierarchia egyenlő helyein, pl., mint pszichiáter és szociális munkás vezetnek.

Felhasznált irodalom:

- ~ Saját órai jegyzet (Safranka Judit) - www.juditti.hu